



***MOTORIZED  
TREADMILL***



***Esprit*** **CT-80**  
***Руководство пользователя***

## **Введение**

Поздравляем Вас с приобретением беговой дорожки Esprit СТ-80. Пожалуйста, внимательно изучите настоящее руководство пользователя перед началом эксплуатации изделия.

## **Спецификация**

- Двигатель: 1.75 Л.С.
- Скорость: 1.0–16 км/ч
- Беговая поверхность: 450 мм x 1270 мм
- Угол наклона – 0-12%, электрический



**Максимальный вес пользователя 130 кг**

## Правила распаковки

**ВНИМАНИЕ: ВАЖНЫЕ ПРАВИЛА РАСПАКОВКИ! Пожалуйста, прочтите перед распаковкой!!!**

Если беговая дорожка распакована не правильно, Вы можете травмировать себя. Дорожка закреплена лентой-липучкой во избежание раскладывания дорожки во время транспортировки. Если снять эту ленту неправильно, дорожка может неожиданно разложиться и причинить вред стоящему рядом человеку.

Чтобы безопасно снять ленту, положите дорожку на пол так, как она будет лежать при использовании. Не поворачивайте беговую дорожку на бок для того чтобы снять ленту. Это может привести к внезапному раскрытию беговой дорожки. Если конец липучки попадает под деку беговой дорожки, не наклоняйте ее, чтобы достать липучку. Разрежьте ремни с помощью ножа. Снимите коробку с беговой дорожки и найдите пакет с инструментами.

# ПРАВИЛА ЭКСПЛУАТАЦИИ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ

- Беговую дорожку следует устанавливать на гладкую и прочную поверхность на расстоянии не менее 0.5 метра от стены и других неподвижных предметов. Расстояние между задней кромкой тренажера и ближайшим неподвижным предметом должно составлять не менее 2м.
  - Запрещается устанавливать беговую дорожку на расстоянии менее 1м от нагревательных приборов.
  - Избегайте установки тренажеров в местах, где возможно попадание прямых солнечных лучей. Попадание прямых солнечных лучей может привести к повышенному нагреву узлов тренажера.
  - Подключите беговую дорожку только к заземленной розетке сети питания, напряжением 220~240В и не менее 16 А (для профессиональных дорожек), не менее 10 А (для дорожек домашнего использования), в которую будет включен только один тренажер.
  - Для предотвращения выхода из строя дорожки по причине больших перепадов напряжения в сети, не допускайте отклонения напряжения более 10% от указанного эксплуатационного напряжения в инструкции. Для этого необходимо устанавливать стабилизатор напряжения с запасом мощности в 2 раза превышающим номинальную мощность двигателя беговой дорожки.
  - Не устанавливайте беговую дорожку на ковре, ковролине и других поверхностях с высокой электризацией покрытия. При плохом заземлении, это может привести к поражению электрическим током во время занятий на беговой дорожке, а так же к выходу из строя электронных плат дорожки (из-за возникновения статического напряжения). Необходимо использовать резиновый коврик, который подкладывается под тренажер.
  - Никогда не начинайте эксплуатировать оборудование до тех пор, пока вы не прочтаете и до конца не поймете результаты изменения операционной системы.
  - Примите к сведению, что изменения в скорости и угол наклона не происходят мгновенно. Установите желаемый уровень нагрузки на консоли и отпустите клавишу регулировки. Компьютер будет выполнять команду постепенно.
  - Никогда не используйте беговую дорожку во время грозы. В бытовом источнике питания может произойти смена напряжения, что может привести к повреждению узлов оборудования. В качестве меры предосторожности, во время грозы отключайте беговую дорожку от питания.
  - Соблюдайте осторожность, если вы делаете еще что-то во время занятий на беговой дорожке (просмотр телевизора, чтение книг и т.д.). Это может привести к потере равновесия и серьезным травмам.
  - Не давите слишком на клавиши консоли. Они установлены таким образом, что срабатывают от легкого нажатия пальца.
  - Запрещается использование удлинительного кабеля сечением менее 2мм<sup>2</sup>, это может привести к пожару.
  - Содержите беговую дорожку в чистоте. Уход за дорожкой – это важная составляющая ее долговременной эксплуатации. Производите ежедневную влажную уборку вокруг беговой дорожки и под ней.
  - Исключите попадание посторонних предметов внутрь беговой дорожки.
  - Во время работы беговой дорожки, в двигательный отсек попадает пыль, волосы, насекомые и др. Во избежание замыкания электрических плат, самовозгорания двигательного отсека, необходимо периодически (один раз в два месяца) производить чистку двигательного отсека. Для этого необходимо:
    - выключить тренажер кнопкой включения-выключения и вытащить шнур питания из розетки;
    - вскрыть моторный отсек для осмотра на наличие пыли, волос, и др. мусора;
    - аккуратно произвести очистку элементов моторного отсека (не касаясь их трубкой) при помощи обычного пылесоса не используя насадку.
- При наличии в регионе представительства авторизованного сервисного центра, обслуживание может производиться специалистами на платной основе.
- Следите за наличием смазки на беговой деке. Необходимо проверять наличие смазки 1 раз в 5 дней для профессионального оборудования, и 1 раз в месяц, для домашнего оборудования. **ИСПОЛЬЗУЙТЕ ТОЛЬКО ФИРМЕННУЮ СМАЗКУ РЕКОМЕНДУЕМУЮ ПОСТАВЩИКОМ ДАННОЙ ПРОДУКЦИИ.**
  - Следите за натяжкой бегового полотна. Во время занятий, полотно должно двигаться равномерно, без рывков и проскальзывания. В то же время, полотно не должно быть перетянато, так как это приведет к увеличению нагрузки на двигатель, и преждевременному износу подшипников и полотна.
  - Не прикасайтесь руками к движущимся частям дорожки, когда она включена.
  - Обеспечьте своевременное регламентное сервисное обслуживание тренажеров. Обслуживание тренажеров должны проводить квалифицированные специалисты сервисного центра продавца или компании поставщика продукции.
  - Беговые дорожки, предназначенные для дома, категорически запрещено использовать в коммерческих целях.
  - Бесперывная работа **беговых дорожек предназначенных для дома** не должна превышать 30 минут, если вы занимаетесь ходьбой на беговой дорожке, так как при ходьбе нагрузка на двигатель увеличивается и 1 час, если вы бегаєте. После указанного времени занятий на дорожке, необходимо сделать перерыв 2 часа. Общее время работы **беговых дорожек предназначенных для дома** не должно превышать 1,5 часа в сутки.
  - Для обеспечения долгосрочной работы тренажера вес пользователя должен быть на 20% меньше максимально допустимого для данного тренажера. Допускается **единичные не продолжительные занятия** на тренажере с весом пользователя приближенным к максимальному.
  - Категорически запрещается эксплуатация и (или) хранение тренажера вне помещения. Запрещается включение тренажера, в течение 2х суток после того как он был перемещен из холодного помещения в теплое.
  - Запрещается использовать тренажеры в помещениях с повышенной влажностью и (или) резкими перепадами температуры (неотапливаемые балконы, лоджии и веранды, а также сауны и бассейны).

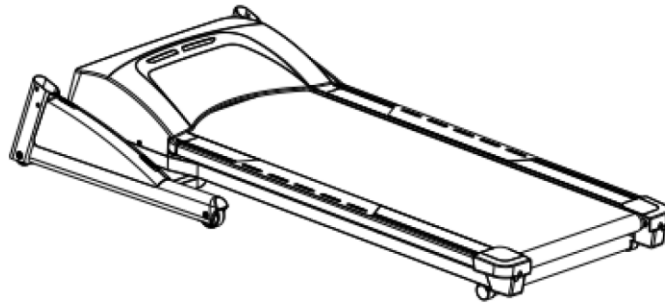
- НИКОГДА не включайте беговую дорожку, когда Вы стоите на беговом полотне. Это продлит срок эксплуатации электродвигателя. После включения дорожки и начала движения полотна, подождите не менее 5сек. Убедившись в штатной работе, выберите комфортную скорость для начала занятий. Держась за поручни, начните движение по беговому полотну. ВСЕГДА стойте на боковых накладках, если полотно не движется.
- Останавливайте дорожку кнопкой «Стоп». Применение ключа безопасности допускается только в экстренных случаях.

**Внимание!**

**Несоблюдение вышеуказанных рекомендаций ведет к прекращению установленных сроков гарантийного обслуживания.**

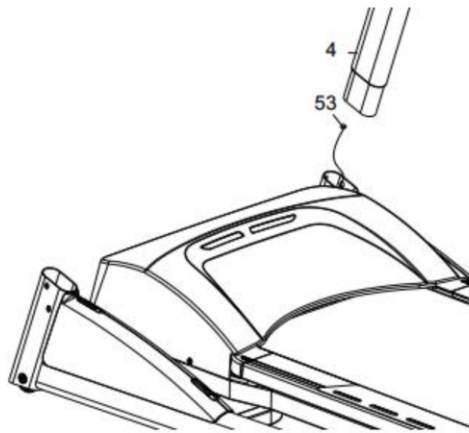
## СБОРКА

**Шаг 1.** Достаньте беговую дорожку из коробки и установите ее на ровную поверхность.



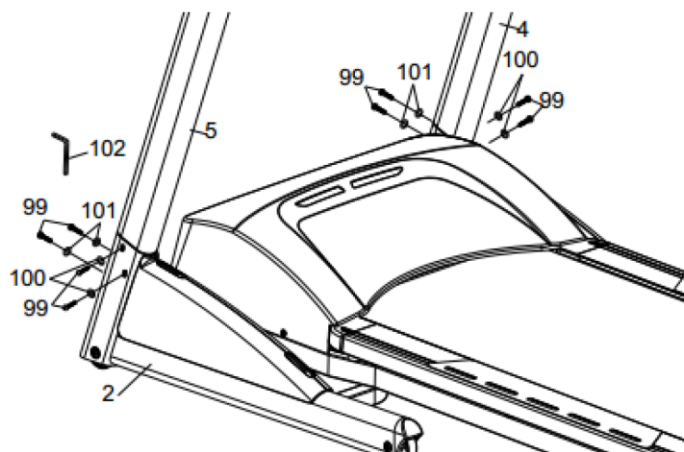
### Шаг 2.

Подключите провод компьютера (53) к проводу в стойке (4).



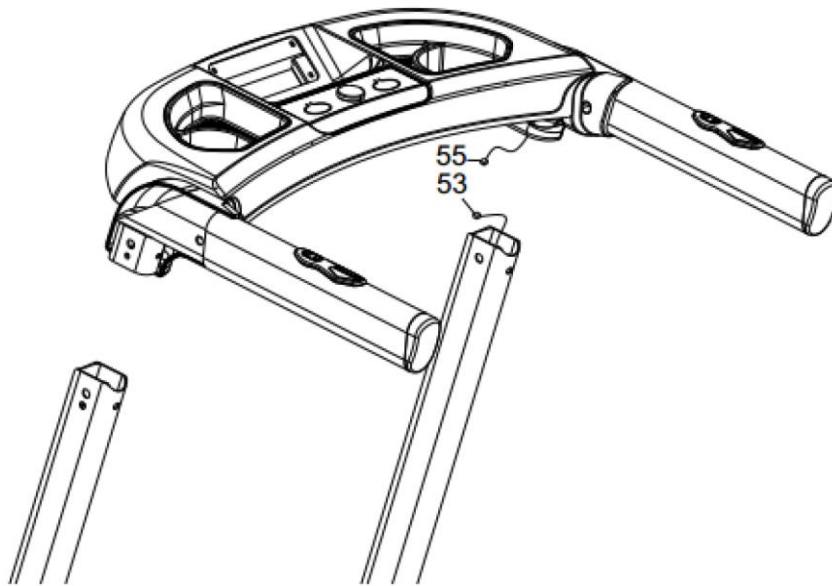
### Шаг 3.

Вставьте левую и правую опорные стойки (4,5) в рамное основание (2) и закрепите их болтами и изогнутыми шайбами 5/16"×1/2" (100), и изогнутыми шайбами Ø5/16" × 19×1.5T (101).



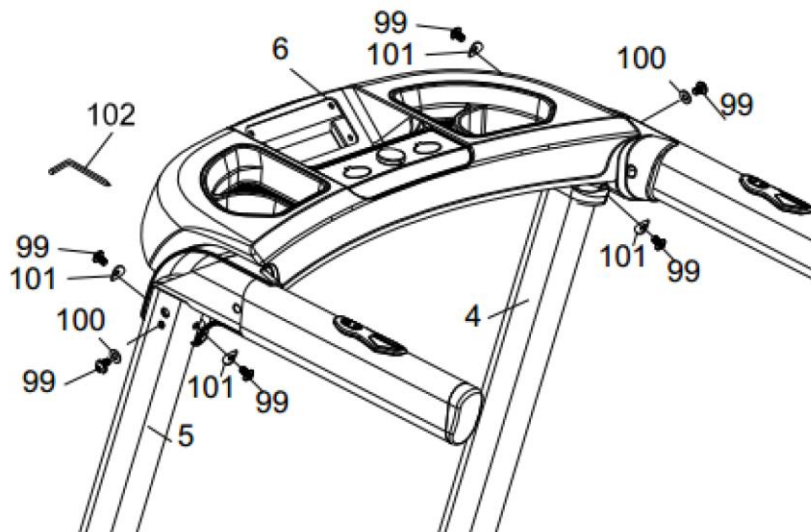
#### Шаг 4.

Подключите верхнюю часть провода компьютера (55) к части (53).



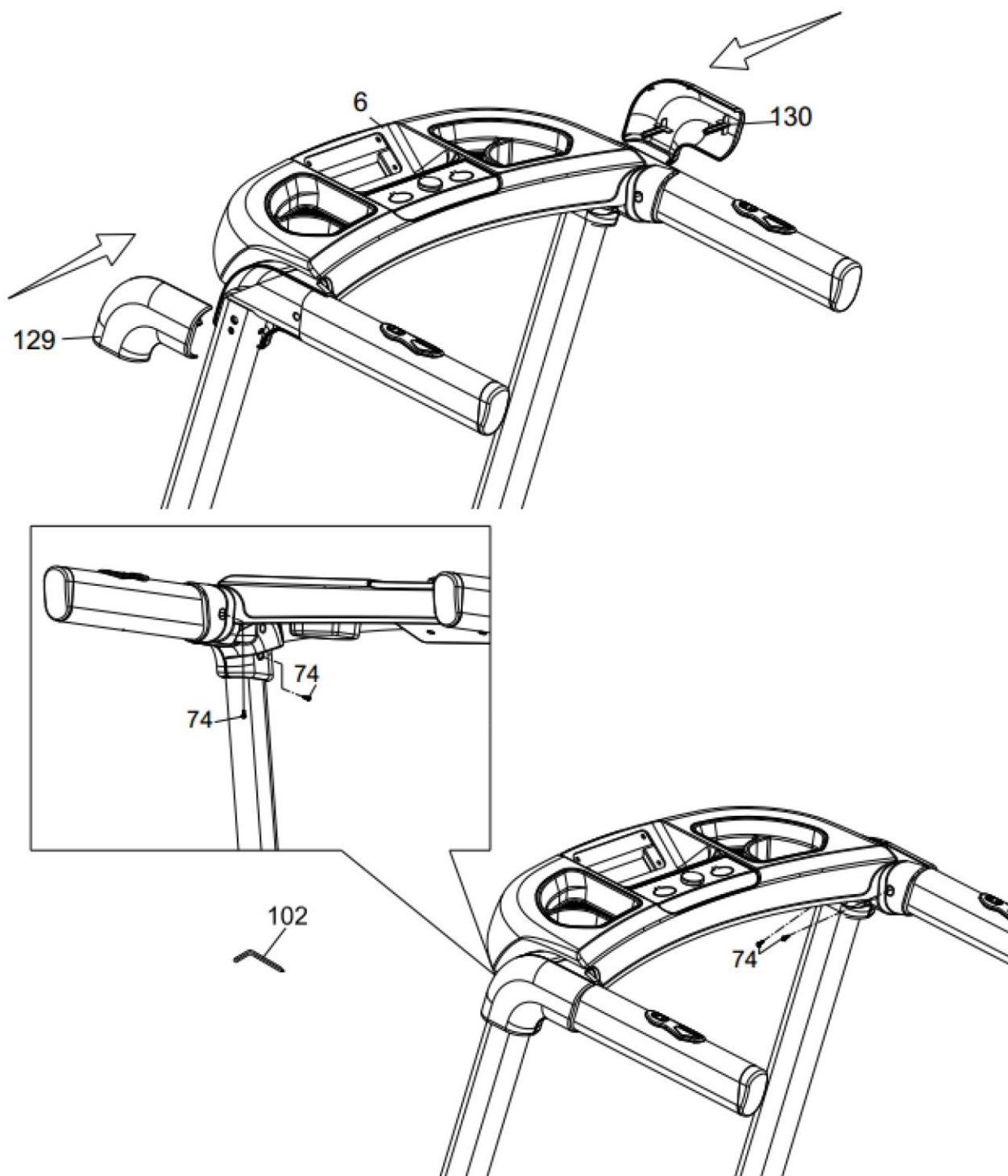
#### Шаг 5.

1. Установите основание консоли (6) на опорные стойки (4,5).
2. Прикрутите основание консоли (6) к опорным стойкам (4,5) с помощью 5/16" × 1/2" болтов (100), и 5/16"×19×1.5T изогнутых шайб (101).



### Шаг 6.

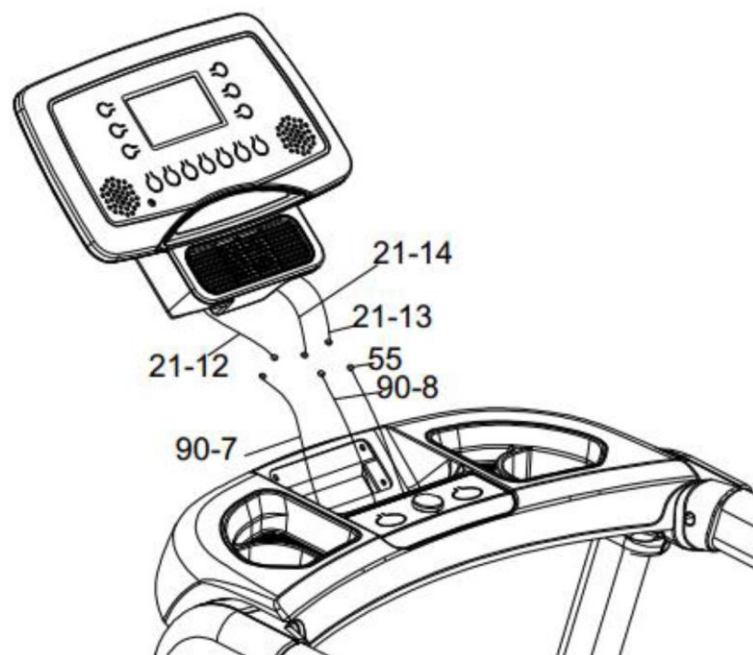
Установите левую и правую декоративные накладки на рукоятки (129 & 130) на стойку консоли (6) и закрепите болтами 3.5 × 12 мм (74).





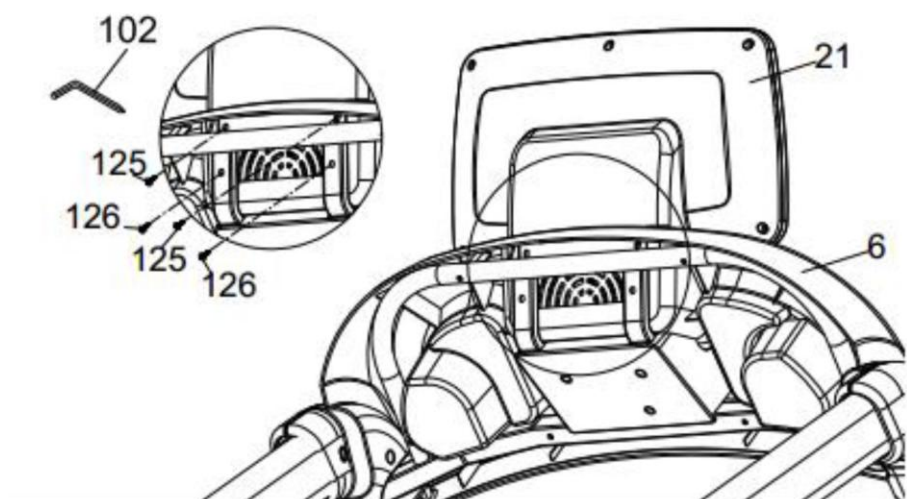
### Шаг 7.

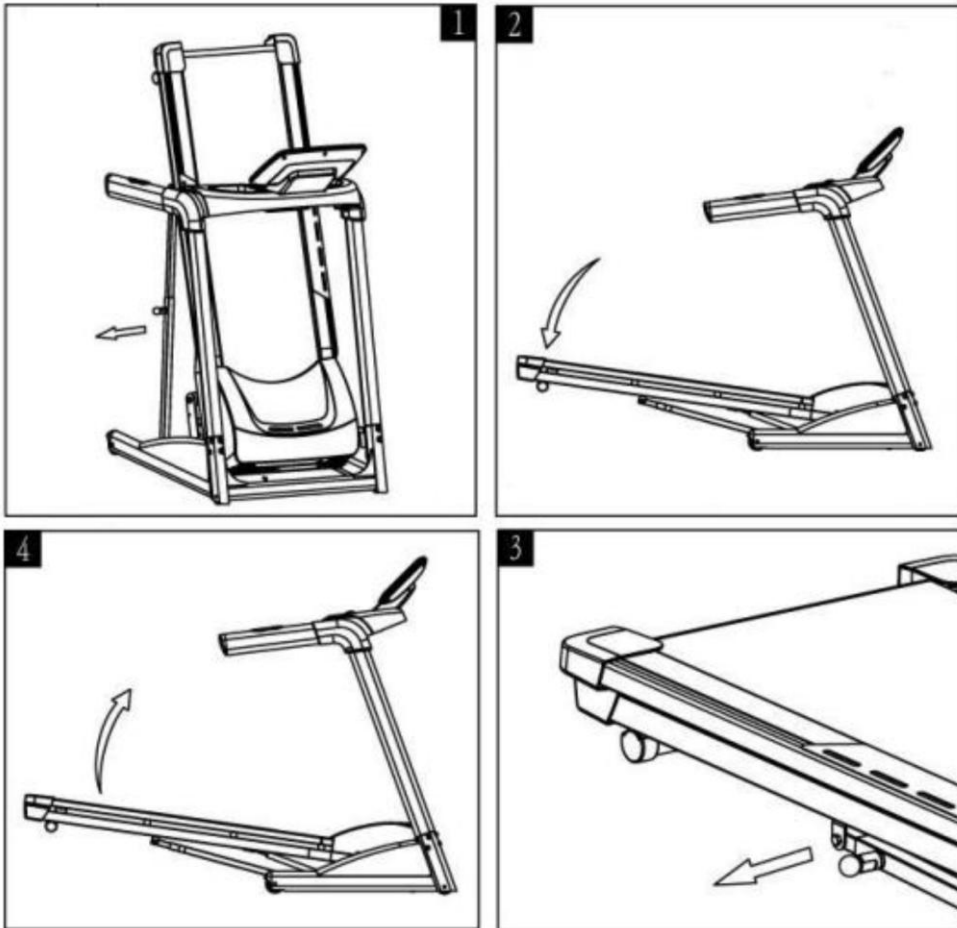
1. Соедините провод компьютера (55) с проводом (21-13).
2. Соедините провод (90-7) с проводом (21-12).
3. Соедините 5-ти штыревой HR-провод (21-14) с проводом (90-8).



### Шаг 8.

1. Установите консоль (21) на стойку (6).
2. Закрепите болтами M5×25 мм (125) и M5×35 мм (126).





### **Раскладывание**

Потяните на себя фиксатор, расположенный на ножке и опустите деку в горизонтальное положение (рис.1.).

### **Складывание**

Правой рукой потяните фиксатор, левой подымайте деку, пока не сработает защелка (рис.2-3).

### **Перемещение**

Перед перемещением беговой дорожке, убедитесь, что она сложена.

1. Возьмитесь за рукоятки беговой дорожки. Одной ногой упритесь в основание рамы.
2. Наклоните беговую дорожку на себя, пока центр тяжести не перенесется на транспортировочные ролики. Переместите тренажер в новое место.
3. Упритесь одной ногой в основание рамы и осторожно поставьте дорожку (рис. 4).

# ПРАВИЛА ЭКСПЛУАТАЦИИ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ

- Беговую дорожку следует устанавливать на гладкую и прочную поверхность на расстоянии не менее 0.5 метра от стены и других неподвижных предметов. Расстояние между задней кромкой тренажера и ближайшим неподвижным предметом должно составлять не менее 2м.
- Запрещается устанавливать беговую дорожку на расстоянии менее 1м от нагревательных приборов.
- Избегайте установки тренажеров в местах, где возможно попадание прямых солнечных лучей. Попадание прямых солнечных лучей может привести к повышенному нагреву узлов тренажера.
- Подключите беговую дорожку только к заземленной розетке сети питания, напряжением 220~240В и не менее 16 А (для профессиональных дорожек), не менее 10 А (для дорожек домашнего использования), в которую будет включен только один тренажер.
- Для предотвращения выхода из строя дорожки по причине больших перепадов напряжения в сети, не допускайте отклонения напряжения более 10% от указанного эксплуатационного напряжения в инструкции. Для этого необходимо устанавливать стабилизатор напряжения с запасом мощности в 2 раза превышающим номинальную мощность двигателя беговой дорожки.
- Не устанавливайте беговую дорожку на ковре, ковролине и других поверхностях с высокой электризацией покрытия. При плохом заземлении, это может привести к поражению электрическим током во время занятий на беговой дорожке, а так же к выходу из строя электронных плат дорожки (из-за возникновения статического напряжения). Необходимо использовать резиновый коврик, который подкладывается под тренажер.
- Никогда не начинайте эксплуатировать оборудование до тех пор, пока вы не прочтаете и до конца не поймете результаты изменения операционной системы.
- Примите к сведению, что изменения в скорости и угол наклона не происходят мгновенно. Установите желаемый уровень нагрузки на консоли и отпустите клавишу регулировки. Компьютер будет выполнять команду постепенно.
- Никогда не используйте беговую дорожку во время грозы. В бытовом источнике питания может произойти смена напряжения, что может привести к повреждению узлов оборудования. В качестве меры предосторожности, во время грозы отключайте беговую дорожку от питания.
- Соблюдайте осторожность, если вы делаете еще что-то во время занятий на беговой дорожке (просмотр телевизора, чтение книг и т.д.). Это может привести к потере равновесия и серьезным травмам.
- Не давите слишком на клавиши консоли. Они установлены таким образом, что срабатывают от легкого нажатия пальца.
- Запрещается использование удлинительного кабеля сечением менее 2мм<sup>2</sup>, это может привести к пожару.
- Содержите беговую дорожку в чистоте. Уход за дорожкой – это важная составляющая ее долговременной эксплуатации. Производите ежедневную влажную уборку вокруг беговой дорожки и под ней.
- Исключите попадание посторонних предметов внутрь беговой дорожки.
- Во время работы беговой дорожки, в двигательный отсек попадает пыль, волосы, насекомые и др. Во избежание замыкания электрических плат, самовозгорания двигательного отсека, необходимо периодически (один раз в два месяца) производить чистку двигательного отсека. Для этого необходимо:
  - выключить тренажер кнопкой включения-выключения и вытащить шнур питания из розетки;
  - вскрыть моторный отсек для осмотра на наличие пыли, волос, и др. мусора;
  - аккуратно произвести очистку элементов моторного отсека (не касаясь их трубкой) при помощи обычного пылесоса не используя насадку.

При наличии в регионе представительства авторизованного сервисного центра, обслуживание может производиться специалистами на платной основе.

- Следите за наличием смазки на беговой деке. Необходимо проверять наличие смазки 1 раз в 5 дней для профессионального оборудования, и 1 раз в месяц, для домашнего оборудования. **ИСПОЛЬЗУЙТЕ ТОЛЬКО ФИРМЕННУЮ СМАЗКУ РЕКОМЕНДУЕМУЮ ПОСТАВЩИКОМ ДАННОЙ ПРОДУКЦИИ.**
- Следите за натяжкой бегового полотна. Во время занятий, полотно должно двигаться равномерно, без рывков и проскальзывания. В то же время, полотно не должно быть перетянато, так как это приведет к увеличению нагрузки на двигатель, и преждевременному износу подшипников и полотна.
- Не прикасайтесь руками к движущимся частям дорожки, когда она включена.
- Обеспечьте своевременное регламентное сервисное обслуживание тренажеров. Обслуживание тренажеров должны проводить квалифицированные специалисты сервисного центра продавца или компании поставщика продукции.
- Беговые дорожки, предназначенные для дома, категорически запрещено использовать в коммерческих целях.
- Бесперывная работа **беговых дорожек предназначенных для дома** не должна превышать 30 минут, если вы занимаетесь ходьбой на беговой дорожке, так как при ходьбе нагрузка на двигатель увеличивается и 1 час, если вы бегаеете. После указанного времени занятий на дорожке, необходимо сделать перерыв 2 часа. Общее время работы **беговых дорожек предназначенных для дома** не должно превышать 1,5 часа в сутки.
- Для обеспечения долгосрочной работы тренажера вес пользователя должен быть на 20% меньше максимально допустимого для данного тренажера. Допускается **единичные не продолжительные занятия** на тренажере с весом пользователя приближенным к максимальному.
- Категорически запрещается эксплуатация и (или) хранение тренажера вне помещения. Запрещается включение тренажера, в течение 2х суток после того как он был перемещен из холодного помещения в теплое.
- Запрещается использовать тренажеры в помещениях с повышенной влажностью и (или) резкими перепадами температуры (неотапливаемые балконы, лоджии и веранды, а также сауны и бассейны).

- НИКОГДА не включайте беговую дорожку, когда Вы стоите на беговом полотне. Это продлит срок эксплуатации электродвигателя. После включения дорожки и начала движения полотна, подождите не менее 5сек. Убедившись в штатной работе, выберите комфортную скорость для начала занятий. Держась за поручни, начните движение по беговому полотну. ВСЕГДА стойте на боковых накладках, если полотно не движется.
- Останавливайте дорожку кнопкой «Стоп». Применение ключа безопасности допускается только в экстренных случаях.

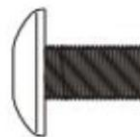
**Внимание!**

**Несоблюдение вышеуказанных рекомендаций ведет к прекращению установленных сроков гарантийного обслуживания.**

## Крепежи, инструменты, мелкие части



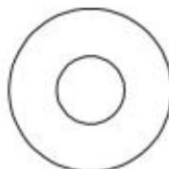
**#74.** 3.5 × 12 мм  
Болт (4 шт.)



**#99.** 5/16" × 1/2"  
Болт (14 шт.)



**#100.** 5/16" × 18 × 1.5T  
Шайба (6 шт.)



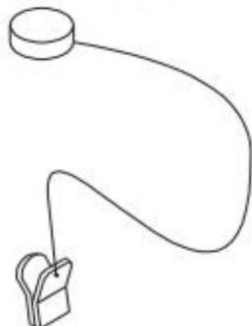
**#101.** 5/16" × 23 × 1.5T  
Изогнутая шайба (8 шт.)



**#125.** M5 × 25мм  
Болт (2шт.)



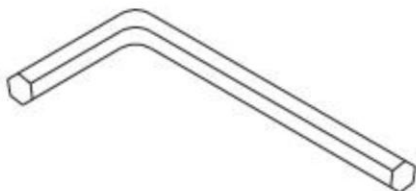
**#126.** M5 × 35мм  
Болт (2шт.)



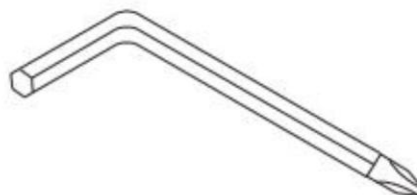
**#44.** Ключ безопасности  
(1шт.)



**#104.** Смазка (1шт.)



**#103.** M6 (66 × 88)  
Шестигранник (1 шт.)



**#102.** Шестигранник-отвертка  
(1шт.)

# ПРАВИЛА ЭКСПЛУАТАЦИИ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ

- Беговую дорожку следует устанавливать на гладкую и прочную поверхность на расстоянии не менее 0.5 метра от стены и других неподвижных предметов. Расстояние между задней кромкой тренажера и ближайшим неподвижным предметом должно составлять не менее 2м.
- Запрещается устанавливать беговую дорожку на расстоянии менее 1м от нагревательных приборов.
- Избегайте установки тренажеров в местах, где возможно попадание прямых солнечных лучей. Попадание прямых солнечных лучей может привести к повышенному нагреву узлов тренажера.
- Подключите беговую дорожку только к заземленной розетке сети питания, напряжением 220~240В и не менее 16 А (для профессиональных дорожек), не менее 10 А (для дорожек домашнего использования), в которую будет включен только один тренажер.
- Для предотвращения выхода из строя дорожки по причине больших перепадов напряжения в сети, не допускайте отклонения напряжения более 10% от указанного эксплуатационного напряжения в инструкции. Для этого необходимо устанавливать стабилизатор напряжения с запасом мощности в 2 раза превышающим номинальную мощность двигателя беговой дорожки.
- Не устанавливайте беговую дорожку на ковре, ковролине и других поверхностях с высокой электризацией покрытия. При плохом заземлении, это может привести к поражению электрическим током во время занятий на беговой дорожке, а так же к выходу из строя электронных плат дорожки (из-за возникновения статического напряжения). Необходимо использовать резиновый коврик, который подкладывается под тренажер.
- Запрещается использование удлинительного кабеля сечением менее 2мм<sup>2</sup>, это может привести к пожару.
- Содержите беговую дорожку в чистоте. Уход за дорожкой – это важная составляющая ее долговременной эксплуатации. Производите ежедневную влажную уборку вокруг беговой дорожки и под ней.
- Исключите попадание посторонних предметов внутрь беговой дорожки.
- Во время работы беговой дорожки, в двигательный отсек попадает пыль, волосы, насекомые и др. Во избежание замыкания электрических плат, самовозгорания двигательного отсека, необходимо периодически (один раз в два месяца) производить чистку двигательного отсека. Для этого необходимо:
  - выключить тренажер кнопкой включения-выключения и вытащить шнур питания из розетки;
  - вскрыть моторный отсек для осмотра на наличие пыли, волос, и др. мусора;
  - аккуратно произвести очистку элементов моторного отсека (не касаясь их трубкой) при помощи обычного пылесоса не используя насадку.

При наличии в регионе представительства авторизованного сервисного центра, обслуживание может производиться специалистами на платной основе.

- Следите за наличием смазки на беговой деке. Необходимо проверять наличие смазки 1 раз в 5 дней для профессионального оборудования, и 1 раз в месяц, для домашнего оборудования. **ИСПОЛЬЗУЙТЕ ТОЛЬКО ФИРМЕННУЮ СМАЗКУ РЕКОМЕНДУЕМУЮ ПОСТАВЩИКОМ ДАННОЙ ПРОДУКЦИИ.**
- Следите за натяжкой бегового полотна. Во время занятий, полотно должно двигаться равномерно, без рывков и проскальзывания. В то же время, полотно не должно быть перетянато, так как это приведет к увеличению нагрузки на двигатель, и преждевременному износу подшипников и полотна.
- Не прикасайтесь руками к движущимся частям дорожки, когда она включена.
- Обеспечьте своевременное регламентное сервисное обслуживание тренажеров. Обслуживание тренажеров должны проводить квалифицированные специалисты сервисного центра продавца или компании поставщика продукции.
- Беговые дорожки, предназначенные для дома, категорически запрещено использовать в коммерческих целях.
- Бесперывная работа **беговых дорожек предназначенных для дома** не должна превышать 30 минут, если вы занимаетесь ходьбой на беговой дорожке, так как при ходьбе нагрузка на двигатель увеличивается и 1 час, если вы бегаєте. После указанного времени занятий на дорожке, необходимо сделать перерыв 2 часа. Общее время работы **беговых дорожек предназначенных для дома** не должно превышать 1,5 часа в сутки.
- Для обеспечения долгосрочной работы тренажера вес пользователя должен быть на 20% меньше максимально допустимого для данного тренажера. Допускается **единичные не продолжительные занятия** на тренажере с весом пользователя приближенным к максимальному.
- Категорически запрещается эксплуатация и (или) хранение тренажера вне помещения. Запрещается включение тренажера, в течение 2х суток после того как он был перемещен из холодного помещения в теплое.
- Запрещается использовать тренажеры в помещениях с повышенной влажностью и (или) резкими перепадами температуры (неотапливаемые балконы, лоджии и веранды, а также сауны и бассейны).
- НИКОГДА не включайте беговую дорожку, когда Вы стоите на беговом полотне. Это продлит срок эксплуатации электродвигателя. После включения дорожки и начала движения полотна, подождите не менее 5сек. Убедившись в штатной работе, выберите комфортную скорость для начала занятий. Держась за поручни, начните движение по беговому полотну. ВСЕГДА стойте на боковых накладках, если полотно не движется.
- Останавливайте дорожку кнопкой «Стоп». Применение ключа безопасности допускается только в экстренных случаях.

## **Внимание!**

**Несоблюдение вышеуказанных рекомендаций ведет к прекращению установленных сроков гарантийного обслуживания.**

## Управление консолью



### Кнопки

#### Кнопка «start/stop»

После нажатия этой кнопки беговое полотно начинает двигаться со скоростью 1.0 км/ч. Если полотно движется со скоростью больше 3,5 км/ч, нажатие этой кнопки приведет к постепенному замедлению и затем остановке беговой дорожки. Если скорость полотна меньше 3,5 км/ч, остановка произойдет мгновенно.

#### Кнопка «clear/set»

После остановки полотна нажмите эту кнопку, все значения тренировки будут сброшены. Если вы нажмете кнопку еще три раза, вы получите доступ поочередно к установке времени, расстояния и калорий для тренировки. Нажимайте «set +» или «set -», чтобы установить значения этих параметров. Затем нажмите «start/stop», дорожка запустится на скорости 1.0 км/ч, все параметры будут отсчитываться до нуля, после этого дорожка остановится.

#### Кнопка «mode/rest»

После остановки полотна нажмите эту кнопку, все значения тренировки будут сброшены. Если вы нажмете кнопку еще три раза, вы получите доступ поочередно к установке времени, расстояния и калорий для тренировки. Нажимайте «fast» или «slow», чтобы установить значения этих параметров. Затем нажмите «start/stop», дорожка запустится на скорости 1.0 км/ч, все параметры будут отсчитываться до нуля, после этого дорожка остановится.

### **Кнопки регулировки скорости**

Кнопки «+» или «-» в правой части консоли увеличивают или уменьшают скорость движения бегового полотна.

### **Кнопки регулировки угла наклона**

Нажатие кнопок «+» или «-» в левой части консоли увеличивает либо уменьшает угол наклона бегового полотна.

### **Кнопки быстрой регулировки скорости**

Три кнопки быстрой регулировки скорости: speed walk (быстрая ходьба), jog (легкий бег), run (бег). Наибольшая скорость – 16 км/ч.

### **Кнопки быстрой регулировки угла наклона**

Три кнопки быстрой регулировки угла наклона. Самый высокий уровень - 10.

### **Ключ безопасности**

В случае возникновения опасности выдерните ключ, и дорожка остановится автоматически. Подключите беговую дорожку к источнику сети, включите свитчер на моторном отсеке. Убедитесь, что ключ безопасности подключен, так как без него беговая дорожка не включится.

### **Быстрый старт:**

**Шаг 1:** Подключите ключ безопасности.

**Шаг 2:** Нажмите кнопку «**Start**», чтобы полотно начало движение, затем отрегулируйте скорость с помощью кнопок «**Fast/Slow**» («Быстро, Медленно»). Также вы можете использовать кнопки быстрого изменения скорости.

**Шаг 3:** Чтобы остановить полотно, нажмите кнопку «**Stop**» или вытяните ключ безопасности.

### **Отображение пульса:**

В окне PULSE отображается текущее значение вашего пульса. Для корректной работы этой функции вам необходимо держаться обеими руками за пульсометры. Значение пульса отображается в любом режиме и любом меню, если консоль получает четкий непрерывный сигнал от пульсометров.

### **Угол наклона:**

- Во время движения бегового полотна может быть изменен угол наклона (от 1 до 10 уровней).
- Угол наклона регулируется кнопками Вверх и Вниз, а также кнопками быстрой регулировки наклона.

### **Калории:**

Окно CALORIES отображает количество сожженных калорий за время тренировки. Эти значения не могут быть использованы в медицинских целях.

### **Программы:**

Вы можете использовать для своих занятий 24 предустановленные программы (P1,P2, P3.....P24).



Первые 14 программ (от P1 до P14) предполагают только изменение скорости; последние 10 программ (от P15 по P24) предполагают изменение как скорости, так и угла наклона. Каждая из программ имеет максимальный уровень скорости, который отображается на дисплее, когда вы выбираете программу.

### **Чтобы выбрать программу:**

- Убедитесь, что консоль находится в стартовом меню. Выберите нужную программу (P1, P2, .....P12) с помощью кнопки «MODE», затем нажмите и отпустите кнопку «Start/Stop», чтобы начать тренировку со значениями по умолчанию.
- В окне скорости будет отображена максимальная скорость для выбранной программы.
- Продолжительность программы - 30 минут. По истечению каждой минуты вы можете изменять скорость движения полотна. За три секунды до окончания программы прозвучит сигнал и беговое полотно начнет медленно останавливаться.

### **Пульсозависимые программы:**

1. Выберите программу HRC и нажмите «START».
2. С помощью «FAST/SLOW» установите ваш возраст и нажмите «ENTER».
3. С помощью «FAST/SLOW» установите ваш целевой пульс и нажмите «ENTER».
4. С помощью «FAST/SLOW» установите желаемое время тренировки и нажмите «ENTER».

### **Коды ошибок:**

- **E0**: «Please put on safety key» – Отсутствует ключ безопасности.
- **E1**: Консоль не получает сигнал от датчика скорости в течении 10 секунд.
- **E3**: Ошибка калибровки.



## Смазывание беговой поверхности



Для обеспечения долговечной работы деки и полотна, беговую поверхность тренажера необходимо периодически смазывать.

### Как определить, когда необходимо смазывать тренажер?

- Приподнимите одну сторону бегового полотна.
- Если поверхность сухая на ощупь, ее необходимо смазать.

### Как наносить смазку?

- Приподнимите одну сторону бегового полотна.
- Вылейте половину содержимого бутылочки со смазкой на деку настолько близко к ее центру, насколько это возможно.
- Пройдитесь в течение 3-5 минут по беговой дорожке на малой скорости, чтобы смазка равномерно распределилась по деке.

**ВНИМАНИЕ:** Не используйте слишком много смазки. Вытрите ветошью лишнюю смазку, если она начнет накапливаться между полотном и боковыми накладками. Первый раз смазывание необходимо провести в течение 2-3 месяцев с момента покупки, следующий раз – после каждых 180-ти часов использования или 1000 км пробега.