

# БЕГОВАЯ ДОРОЖКА DFC

## T125 MONZA

электрическая

**EAC**



## РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Внимательно прочтите эти инструкции перед началом использования и храните инструкцию в надежном месте.

# **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ВНИМАНИЕ**
- 2. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ**
- 3. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ВО ВРЕМЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**
- 4. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ**
- 5. ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И СБОРОЧНЫЕ ЕДИНИЦЫ**
- 6. КОНСОЛЬ И ИНСТРУКЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ**
- 7.СКЛАДЫВАНИЕ И РАСКЛАДЫВАНИЕ**
- 8. НАКЛОН**
- 9. СМАЗКА РАБОЧЕГО МЕХАНИЗМА СИЛИКОНОВОЙ СМАЗКОЙ**
- 10.РЕГУЛИРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА**
- 11.ЕЖЕДНЕВНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ**
- 12. СПОСОБ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТРЕНАЖЕРА**

# 1. ВНИМАНИЕ

Чтобы предотвратить возможные травмы, внимательно прочтите эти инструкции.



- **НИКОГДА** не пытайтесь монтировать беговую дорожку, если беговое полотно движется.
- **НИКОГДА** не сходите с беговой дорожки, если беговое полотно движется.
- **НИКОГДА** не пользуйтесь тренажером, если он поврежден или некорректно работает.
- **НЕ** переутомляйтесь и не тренируйтесь через силу. Если вы чувствуете боль или нетипичные симптомы, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
- **НЕ** запускайте беговую дорожку, если она сложена.
- **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ** беговую дорожку вблизи воды или источников тепла и не размещайте беговую дорожку на толстом ковре.
- **НЕ** используйте вне помещений. Этот продукт создан только для домашнего использования.
- **НЕ** располагайте предметы на беговом полотне или непосредственно на беговой дорожке.
- **НИКОГДА** не присоединяйте шнур питания к включенной беговой дорожке. Перед подключением шнура к тренажеру выключите питание с помощью переключателя ON/OFF на задней панели устройства. После безопасного подключения вы можете включить питание, а затем перевести переключатель ON/OFF в положение ON на задней панели устройства. Подключение шнура питания к включенной беговой дорожке может привести к повреждению электрических компонентов.
- Хранение беговой дорожки в холодной влажной комнате, например в гараже (невентилируемое, без поддержки температуры) увеличит риск повреждения электрических компонентов. Мы рекомендуем хранить тренажер в сухом помещении с постоянной температурой.

## 2. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

- Этот тренажер не предназначен для детей младше 14 лет.
- Используйте тренажер только так, как описано в руководстве.
- Детям, пожилым, беременным **запрещено** использовать тренажер.
- Соберите и используйте беговую дорожку на твердой ровной поверхности. Расположите тренажер на расстоянии нескольких метров от стен или мебели. Перед каждым использованием убедитесь в том, что все крепежи надежно затянуты. Всегда поддерживайте беговую дорожку в хорошем рабочем состоянии.
- При нестабильном питании могут возникнуть проблемы. **Не подключайте** тренажер в ту же розетку, что и компьютер, кондиционер и т.д.
- Рекомендуется использовать спортивную обувь и одежду при использовании тренажера.
- Будьте осторожны при складывании и раскладывании беговой дорожки до и после использования.
- **НЕ пытайтесь** самостоятельно обслуживать беговую дорожку, за исключением тех случаев, которые описаны в этом руководстве. Беговая дорожка не содержит узлов, которые необходимо обслуживать самостоятельно, поэтому ее разборка не только аннулирует вашу гарантию, но и может привести к серьезной травме.

**Держите тренажер и шнур питания вдали от нагреваемых поверхностей.**

## 3. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ВО ВРЕМЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

- Удостоверьтесь, что во время тренировки вы надели спортивную одежду и обувь не свободного кроя. Завяжите длинные волосы. Держите полотенце подальше от рабочей поверхности. Беговое полотно не сразу остановится, если что-нибудь попадет в область полотна/роликов.
- Если вы плохо себя почувствуете во время тренировки, немедленно прекратите её и проконсультируйтесь с вашим врачом или персональным тренером, прежде чем продолжить.
- Будьте осторожны, когда регулируете скорость, увеличивайте/уменьшайте её плавно.
- Перед началом тренировки ключ безопасности должен быть прикреплен на талии. Шнурок соединяет клипсу с желтой кнопкой на консоли. Если вы столкнулись с какой-либо трудностью

при использовании беговой дорожки, сильный рывок шнура безопасности или быстрое нажатие на красную кнопку ON/OFF остановит беговое полотно.

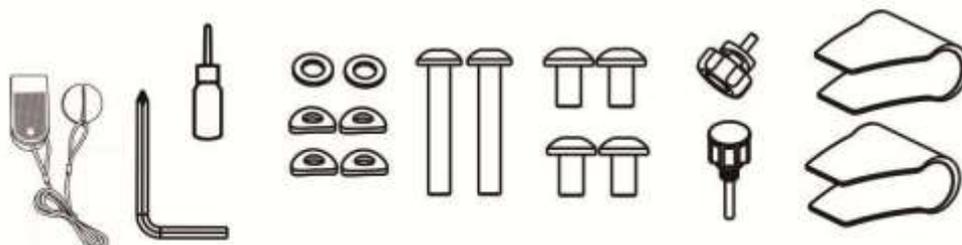
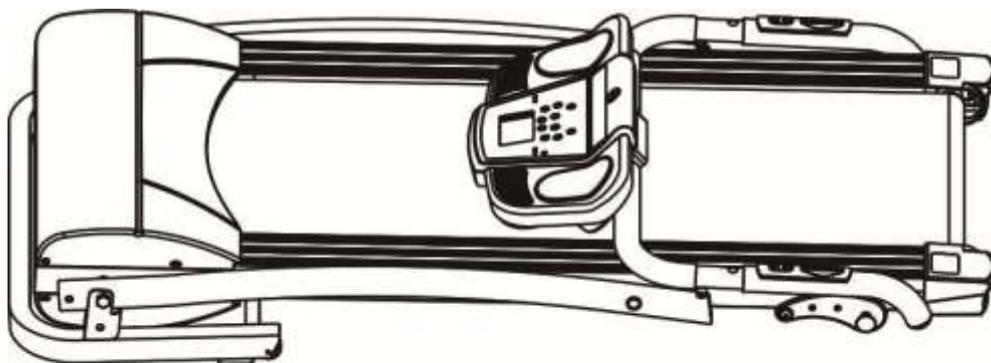
- Убедитесь, что беговое полотно натянуто перед тем, как начать тренировку.
- **НЕ** регулируйте беговое полотно, если машина включена и используется.
- Отключите все функции и обесточьте тренажер.

## 4. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

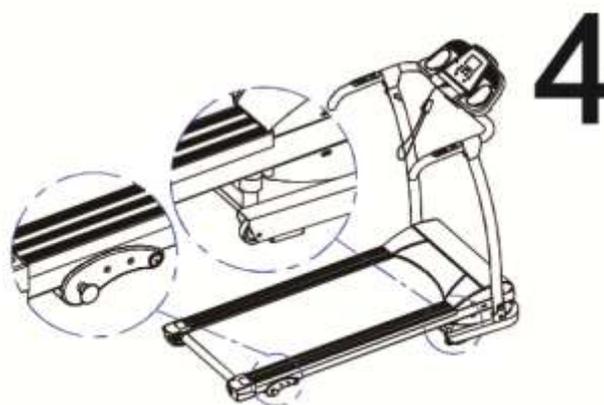
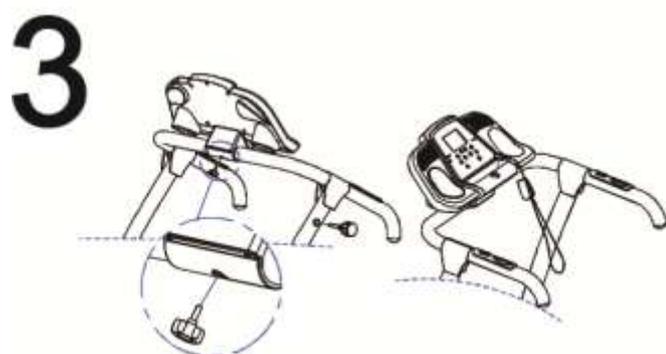
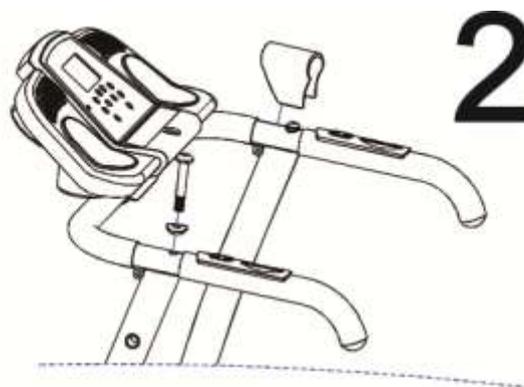
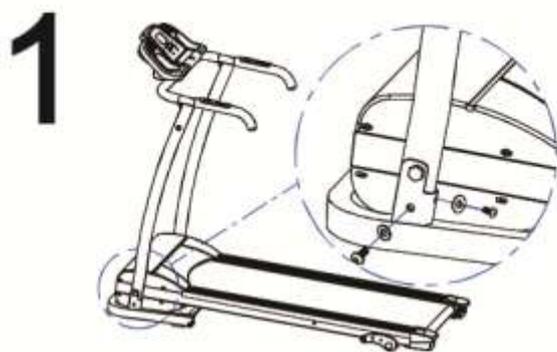
Наименование	Беговая дорожка DFC
Модель	T125 MONZA
Мощность	1.25HP (л.с.)
Напряжение	220V / 220В
Частота	50Hz
Диапазон скорости	1-12 км/ч
Максимальный вес пользователя	120 кг

## 5. ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И СБОРОЧНЫЕ ЕДИНИЦЫ

Перед сборкой проверьте наличие всех деталей и крепежей:



### Инструкция по сборке, шаги 1-4 :



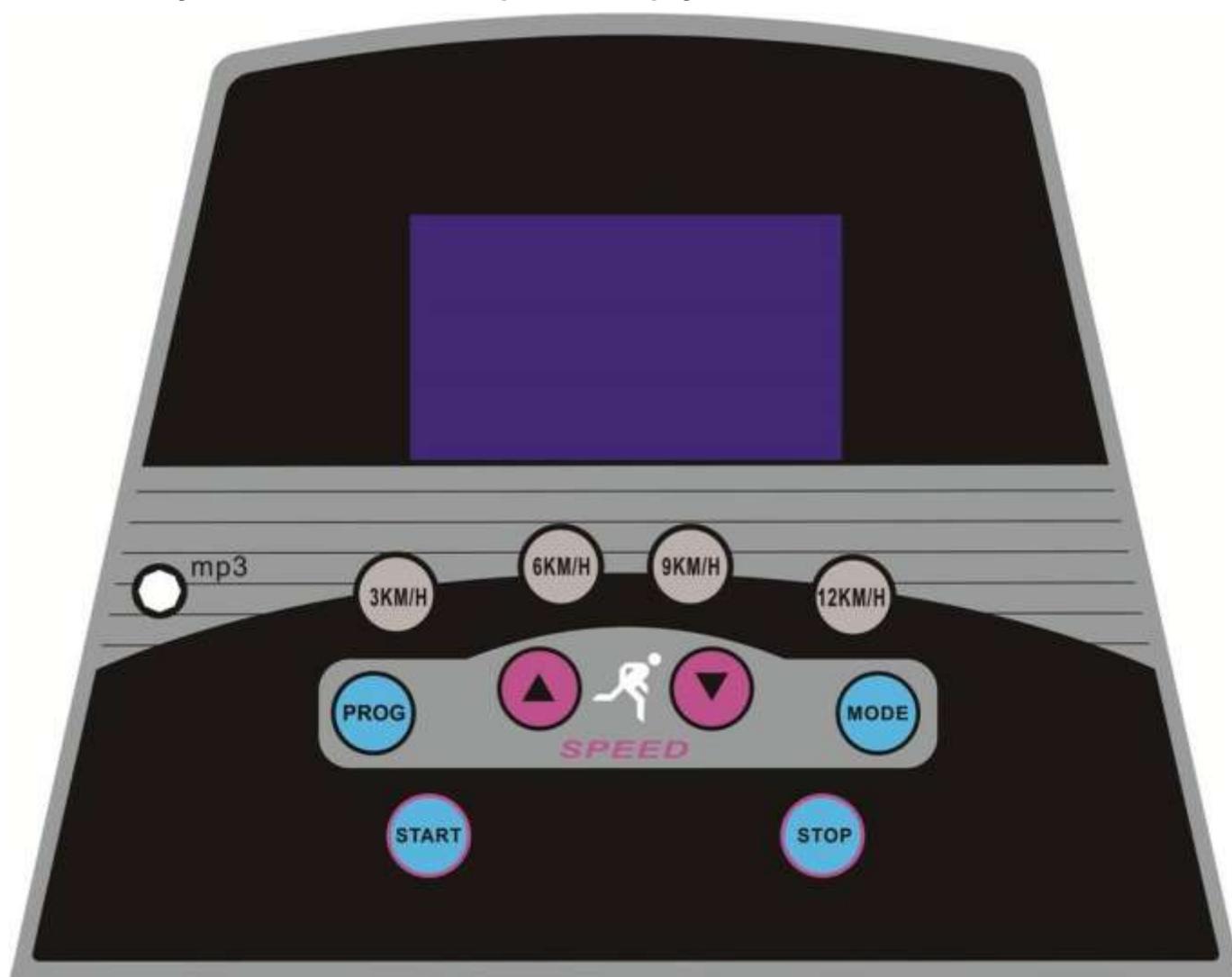
1. Вытащите 4 коротких винта и прокладки из упаковки с крепежом, закрепите левую и правую стойки на основной раме с помощью винтов. Не затягивайте винты до окончания сборки.

2. Вытащите 2 длинных винта и прокладки, закрепите панель на стойках с помощью винтов. Затем затяните винты, указанные выше. Затем установите накладку поручней. Перед тем, как затянуть винты убедитесь, что провода в стойке не пережимаются винтами.

3. Закрепите панель под необходимым углом с помощью ручки М6 и пластиковой прокладки, зафиксируйте ручку М16 в левой стойке. Затем вставьте ключ безопасности в консоль.

## 6. КОНСОЛЬ И ИНСТРУКЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

4. Ручка в нижней части рамы может поворачиваться в зависимости от положения регулятора. Проследите за тем, что ручка способна удерживать основание и достаточно устойчива. Затем завершите сборку.



1. Убедитесь, что красный выключатель питания на задней панели консоли выключен.
2. Шнур питания должен быть вынут из розетки на стене, затем вставьте его в розетку и в

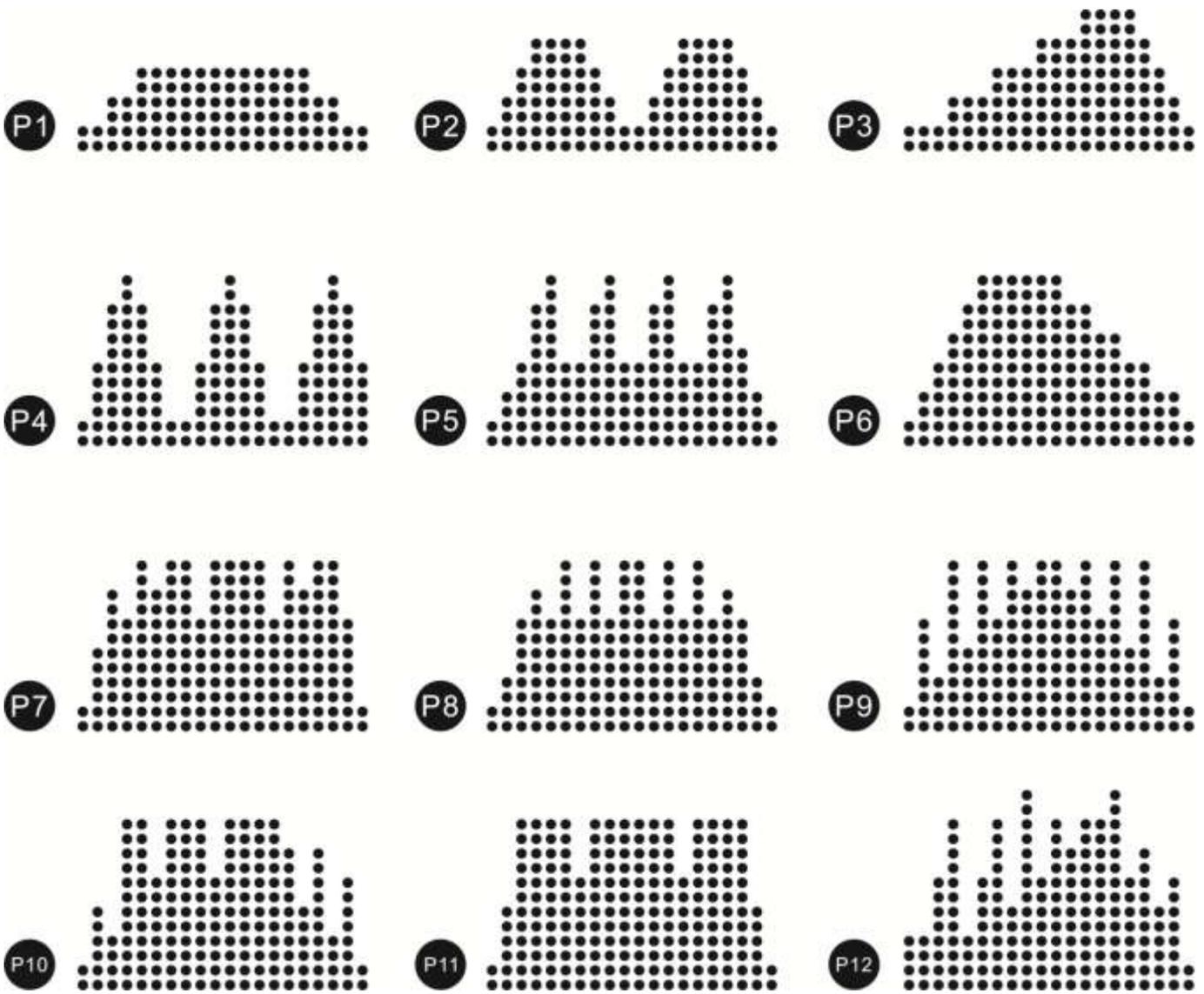
разъем на задней панели тренажера.

3. Включите красный выключатель питания на задней панели тренажера.
4. Расположите ключ немедленной остановки в передней части консоли. Зафиксируйте другой конец ключа безопасности на вашей одежде и встаньте на беговое полотно лицом к консоли.
5. Нажмите кнопку "START", тренажер начнет работать со скоростью 1.0 км/ч через 3 секунды.
6. Нажмите кнопку "▲", чтобы увеличить скорость, и кнопку "▼", чтобы уменьшить скорость. Наибольшая скорость – 12 км/ч, наименьшая - 1.0 км/ч.
7. Нажмите кнопку "MODE", на экране появится расстояние, время, калории.
8. Консоль предлагает 12 встроенных программ P1-P12. Когда вы остановитесь на пункте PROG, нажмите кнопку "PROG", чтобы установить программу, затем нажмите кнопку "START", чтобы начать тренировку.
9. Удерживайте датчики пульсометра, на экране появится частота ваших сердечных сокращений.
10. На левом поручне есть кнопки быстрой регулировки громкости "+" и "-". На левом поручне есть кнопки быстрой регулировки скорости "+" и "-".
11. В случае возникновения чрезвычайной ситуации вытащите ключ безопасности. Тренажер начнет медленно останавливаться.
12. Чтобы остановить тренажер, вам нужно всего лишь нажать кнопку "STOP".

## **ВСТРОЕННЫЕ ПРОГРАММЫ x 12**

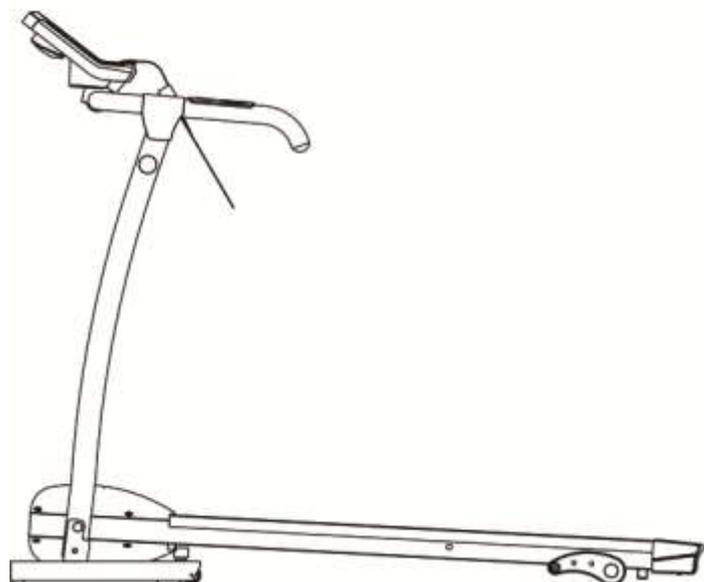
Скорость и время во встроенных тренировках фиксированная и не может изменяться.

Время по-умолчанию во встроенных тренировках 30 минут.



## 7. СКЛАДЫВАНИЕ И РАСКЛАДЫВАНИЕ





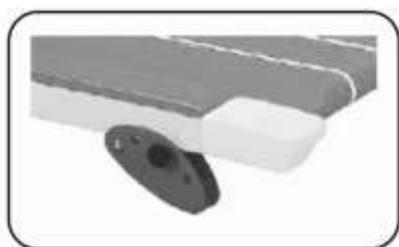
## **СКЛАДЫВАЕМ ТРЕНАЖЕР:**

Убедитесь, что выключатель в положении 'OFF' и шнур питания вынут из розетки. Поднимите беговую платформу, чтобы сложить тренажер. Потяните ручку натяжения, по направлению от платформы, затем отпустите ручку, чтобы зафиксировать машину. Теперь вы можете переместить тренажер для хранения.

## **РАСКЛАДЫВАЕМ ТРЕНАЖЕР:**

Потяните ручку натяжения, а затем опустите беговую платформу. Теперь вы можете следовать граве "6. КОНСОЛЬ И ИНСТРУКЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ", чтобы начать тренировку.

## **8. НАКЛОН**



На беговой дорожке имеется три различных угла наклона, устанавливаемых вручную.

## **9. СМАЗКА РАБОЧЕГО МЕХАНИЗМА СИЛИКОНОВОЙ СМАЗКОЙ**

Перед тренировкой отрегулируйте наклон с помощью ручки фиксации.

Плотно натяните беговое полотно. Затем нанесите силиконовую смазку на бортики беговой платформы. Затем запустите тренажер на 3 минуты без нагрузки. Лучше повторять эту процедуру спустя каждый 30 часов работы тренажера. Это позволит продлить срок службы деталей.



*Регулярное техническое обслуживание продлит срок службы вашей беговой дорожки и предотвратит возможные травмы!*

**Мы настоятельно рекомендуем делать вам следующее:**

1. Обесточьте и отсоедините силовую кабель после каждого использования, особенно если рядом находятся дети.
2. Протирайте тренажер после каждого использования.
3. Используйте сухую ткань для очистки консоли и областей вокруг выключателя питания. Используйте мягкую чистую ткань и моющее средство, чтобы удалить пятна и грязь с бегового полотна.
4. Подтягивайте беговое полотно раз в месяц.
5. Держите беговую дорожку в безопасном сухом месте вдали от нагревателей и воды.

## 10. РЕГУЛИРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА



### **(1) Беговое полотно смещается влево**

Запустите тренажер со скоростью 2-3 км/ч без нагрузки, используйте ключ-заглушку, чтобы повернуть винт на 1/4 оборота (см. рис.1). Затем запустите тренажер без нагрузки на 1-2 минуты. Продолжайте регулировку таким образом, пока беговое полотно не займет корректное положение по центру.

### **(2) Беговое полотно смещается вправо**

Запустите тренажер со скоростью 2-3 км/ч без нагрузки, используйте ключ-заглушку, чтобы повернуть винт на 1/4 оборота (см. рис. 2). Затем запустите тренажер без нагрузки на 1-2 минуты. Продолжайте регулировку таким образом, пока беговое полотно не займет корректное положение по центру.

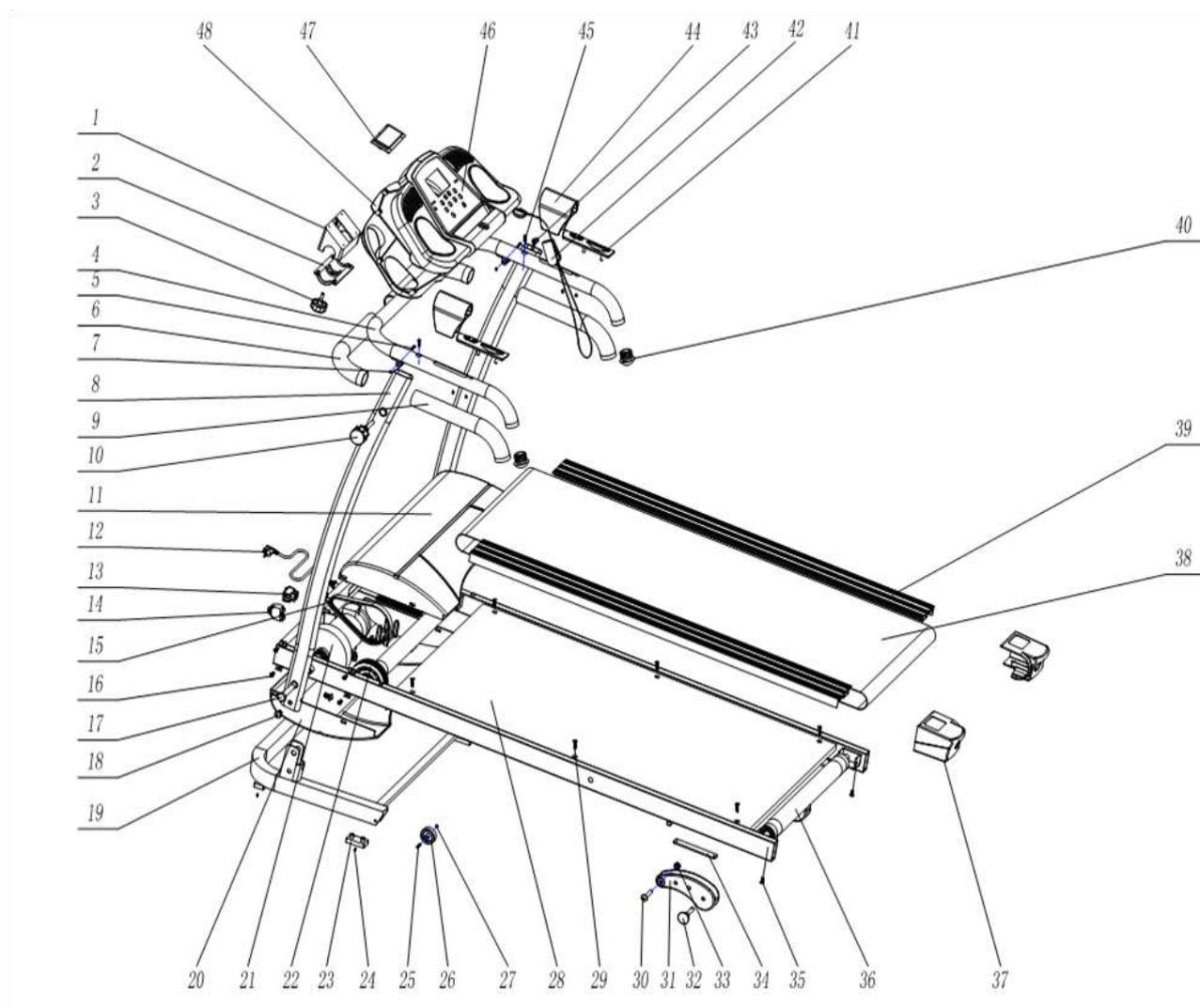
### **(3) Беговое полотно заедает**

Если беговое полотно заело, используйте ключ-заглушку, поворачивайте винт на 1/2 оборота как влево, так и вправо до тех пор, пока проблема не будет решена (см. рис. 3).

## **11. ЕЖЕДНЕВНЫЙ УХОД**

1. Отключайте питание перед проверкой тренажера или чисткой.
2. Чистите беговое полотно и платформу перед использованием, один раз в неделю.
3. Проверяйте и подкручивайте винты и прочие детали в узлах крепления.
4. Не вешайте одежду или другие предметы на тренажер.

## 12. Сборочный чертеж



№.	Наименование	Количество	Ед. измерения
1	Опорный кожух консоли	1	шт
2	Нижняя накладка опорного кожуха	1	шт
3	Фиксатор консоли	1	шт
4	Поручень	2	шт
5	Винт М6*25	2	шт
6	Накладка на поручни	2	шт
7	Самоконтрящаяся гайка М6	2	шт
8	Стойки	2	набор
9	Накладка на поручни	2	шт

10	Ручка натяжения	1	шт
11	Верхний кожух мотора	1	шт
12	Провода	1	шт
13	Переключатель	1	шт
14	Выключатель питания	1	шт
15	Приводной ремень	1	шт
16	Саморез	10	шт
17	Винт М12*70	2	шт
18	Винт М8*15	4	шт
19	Основная опорная рама	1	шт
20	Нижний кожух мотора	1	шт
21	Мотор	1	шт
22	Передний ролик	1	шт
23	Подножка	4	шт
24	Винт 4*12	4	шт
25	Винт М5*35	2	шт
26	Колесо	2	шт
27	Самоконтрящийся винт М5	2	шт
28	Беговая платформа	1	шт
29	Винт М6*25	6	шт
30	Винт М8*40	2	шт
31	Ручной фиксатор наклона	2	шт
32	Болт	2	шт
33	Самоконтрящийся винт М8	2	шт
34	Прямоугольная прокладка	2	шт
35	Винт 4*12	2	шт
36	Задний ролик	1	шт

37	Заглушка	2	набор
38	Беговое полотно	1	шт
39	Боковая направляющая	2	шт
40	Заглушка трубы	2	шт
41	Датчик пульсометра	2	шт
42	Ключ безопасности	1	шт
43	Соединительные провода	1	шт
44	Накладка поручня	2	шт
45	Винт 8*50	2	шт
46	Верхняя панель консоли	1	шт
47	Каркас консоли	1	шт
48	Нижняя панель консоль	1	шт