



## ИНСТРУКЦИЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Беговая дорожка  
AMMITY  
Fashion FTM 5120 TFT

# EAC



## СОДЕРЖАНИЕ

Инструкция по технике безопасности.....	4
Сборка .....	6
Подготовка к работе .....	10
Обслуживание тренажера.....	14
Обзор консоли.....	16
Спецификация .....	35

### **ВАЖНО!!**

Для наибольшей эффективности и безопасности, пожалуйста, ознакомьтесь с этой инструкцией перед использованием тренажера. Сохраните, пожалуйста, это руководство по эксплуатации для обращения к нему в дальнейшем.

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Благодарим Вас за выбор продукции компании Ammity!

Вы сделали большой шаг вперёд в развитии и поддержании Вашей программы тренировок. Эта беговая дорожка – эффективный инструмент для достижения Ваших личных фитнес-целей. Постоянное использование беговой дорожки может помочь Вам улучшить качество Вашей жизни.

Независимо от того, поставили ли Вы перед собой цель подготовиться к соревнованиям или просто наслаждаться более полной и здоровой жизнью, наша беговая дорожка, разработанная по новым технологиям, поможет Вам в их достижении, обеспечив профессиональное качество тренировки прямо у Вас дома. Тренируясь на беговой дорожке Ammity, Вы станете более сильным, выносливым и здоровым. При разработке тренажеров мы придерживаемся принципа всестороннего контроля качества «изнутри и снаружи», поэтому мы используем только самые качественные комплектующие. Таким образом, нами достигается максимальный контроль качества, надежности, безопасности и обеспечивается повышенный комфорт при использовании тренажера.

### ВНИМАНИЕ!!

При любых физических нагрузках желательно проконсультироваться у лечащего врача.

- 1.** Владелец тренажера ответственен за ознакомление всех пользователей беговой дорожки с инструкцией по технике безопасности и эксплуатации перед занятиями.
- 2.** Дети могут заниматься на тренажере только под постоянным наблюдением взрослых. Перед занятием ознакомьте детей с техникой безопасности.
- 3.** Храните и используйте беговую дорожку в помещении, на ровной и свободной поверхности. Не используйте её на улице, вблизи водоёмов, при повышенной влажности и значительных перепадах температуры.
- 4.** При минусовой температуре необходимо в течение нескольких часов (от 3 до 12) оставить тренажёр в помещении с комнатной температурой (+20°C) и только после этого можно включать его в сеть питания.
- 5.** Не допускайте к тренажеру животных.
- 6.** Не запускайте дорожку, если вы стоите на беговом полотне, сначала встаньте на боковые подножки.
- 7.** В начале тренировки на беговой дорожке всегда держи-

тесь за поручни.

- 8.** Беговая дорожка способна работать на высокой скорости. Чтобы избежать резких перепадов скорости, увеличивайте скорость постепенно.
- 9.** Регулярно осматривайте и, в случае необходимости, затягивайте видимые болты крепления дорожки. Не прикасайтесь к подвижным частям дорожки во время ее работы.
- 10.** При складывании и перемещении тренажера удостоверьтесь, что рычаг фиксации дорожки в сложенном состоянии находится в правильном положении. Пожалуйста, прочитайте подробное руководство по складыванию и перемещению тренажера.
- 11.** Перед проведением работ по обслуживанию и настройке дорожки, описанных в данном руководстве, всегда отключайте провод электропитания тренажера. Не открывайте крышку мотора дорожки, за исключением тех случаев, когда вас просит сделать это представитель авторизованного сервиса гарантийного обслуживания. Все сервисные

работы, не описанные в данном руководстве, должны выполняться только официальными представителями гарантийного сервисного центра.

**12.** Беговая дорожка – это электрический прибор, недопустимо нахождение вблизи воды или других жидкостей, во избежание получения травм и ожогов. Не кладите посторонние предметы на поручни, консоль или беговое полотно дорожки.

**13.** Всегда пользуйтесь ключом безопасности беговой дорожки. Перед началом тренировки прикрепите ключ безопасности к Вашей одежде с помощью специального зажима. Если во время тренировки возникнут какие-либо проблемы и потребуются быстрая остановка дорожки, просто потяните за шнур ключа безопасности, чтобы быстро отделить ключ безопасности от консоли. Для продолжения тренировки поместите ключ безопасности в его изначальное положение на консоли.

**14.** При хранении дорожки ключ безопасности следует отсоединить от консоли и хранить его отдельно, вне зоны доступа детей.

**15.** Внимательно относитесь к подбору правильной одежды для тренировки. Не надевайте свободно ниспадающую одежду, обувь на кожаной подошве или на каблуках. Соберите и зафиксируйте длинные волосы.

**16.** Не оставляйте вблизи беговой дорожки полотенца или

одежду. Беговое полотно не остановится немедленно при попадании под него или наматывании на роллер посторонних предметов. Если в процессе тренировки под беговое полотно попали посторонние предметы, немедленно остановите дорожку.

**17.** Соблюдайте осторожность при подъеме на дорожку или спуске с нее.

**18.** Чтобы подняться или спуститься с бегового полотна, сначала поставьте обе ноги на правую и левую боковые подножки. Чтобы спуститься с дорожки, также сначала ставьте ноги на боковые подножки.

**19.** Находясь на работающей беговой дорожке, никогда не предпринимайте попыток повернуться, всегда держите голову и корпус прямо и смотрите вперед.

**20.** Никогда не включайте дорожку, когда кто-либо находится на беговом полотне.

**21.** Не раскачивайте и не шатайте дорожку.

**22.** Всегда тренируйтесь с осторожностью, избегая чрезмерного напряжения во время тренировки. Если Вы почувствуете боль или физический дискомфорт, немедленно прекратите тренировку.

**23.** Не производите никаких модификаций или обслуживание дорожки помимо тех, что указаны в данном руководстве пользователя.







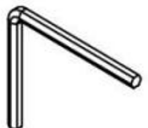


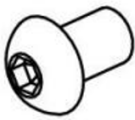







## СБОРКА

### ВАЖНО!!

Перед сборкой внимательно прочитайте данный раздел инструкции полностью!

В процессе сборки дорожки обратите особое внимание на точное следование всем пунктам инструкции по сборке дорожки. После сборки еще раз удостоверьтесь, что все комплектующие дорожки плотно закреплены. Плохо закрепленные элементы при работе тренажера могут создавать посторонние шумы. Вертикальные стойки консоли дорожки, сама консоль и ее ручки должны быть прочно закреплены и не должны шататься. Если какая-либо из вышеназванных частей дорожки шатается, это означает, что дорожка собрана неправильно. В таком случае вновь обратитесь к инструкции по сборке и проверьте правильность сборки тренажера.

### Перед сборкой проверьте упаковочный лист

 A	 B	 C	 D	 B08	 B09
 B10	 C06	 C07	 D11	 D15	 D18
 D31	 D32	 D35	 E08	 E30	

Номер	Название	Описание	Кол-во
A	Основная рама		1
B	Опорная рама дисплея		1
C	Дисплей		1
D	Ключ безопасности		1
C06	Левая нижняя накладка		1
C07	Правая нижняя накладка		1
D11	Болт	M8x15	10

Номер	Название	Описание	Кол-во
D15	Болт	M8x15	4
D18	Болт	M5x16	4
D31	Стопорная шайба	8	10
D32	Пружинная шайба	8	4
D35	Плоская шайба	8	4
E08	Шнур питания		1
E30	Мр3 провод		1

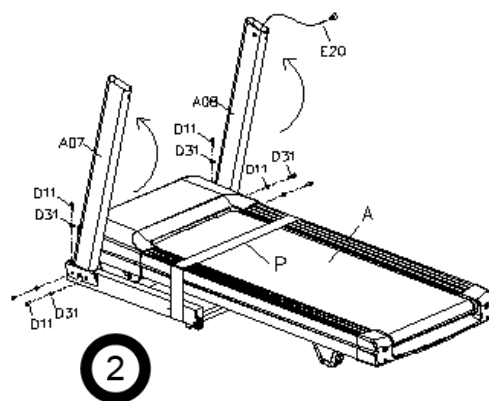
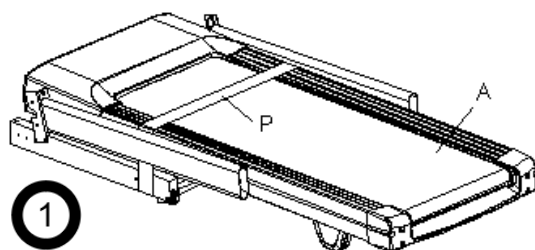
**Инструменты для сборки:** крестовой гаечный ключ S=13,14,15 (B08), гаечный ключ 6mm (B09), шестигранный гаечный ключ 5mm (B10)

## ВНИМАНИЕ

не включайте тренажер до завершения сборки тренажера

### ВНИМАНИЕ!!!

При сборке тренажера и подсоединении друг к другу проводов, тренажер должен быть отключен от сети питания!

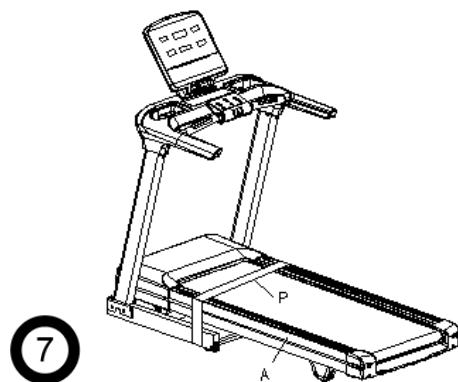
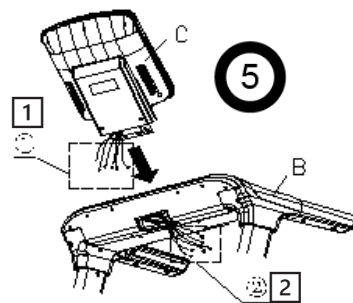
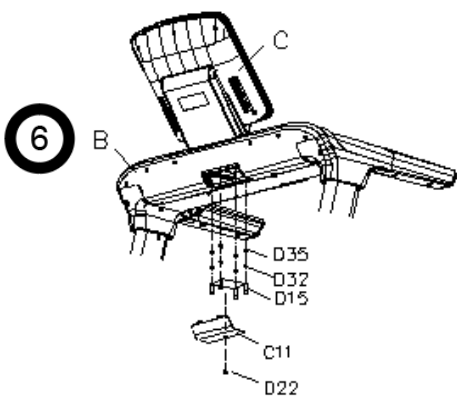
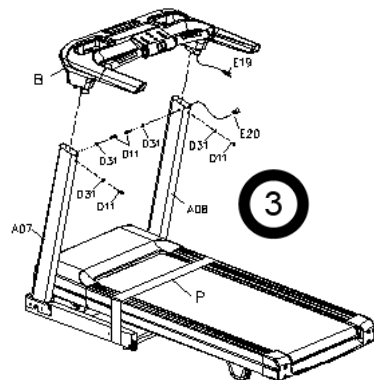
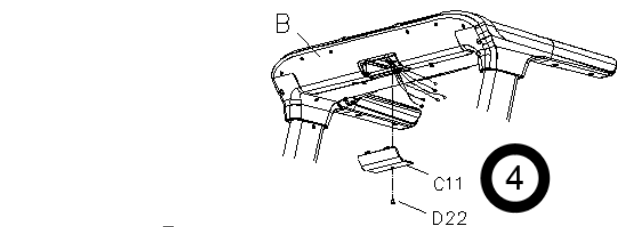


**Сборка. Шаги 1-2:** откройте коробку и установите основную раму на пол.

**Внимание:** не снимайте упаковочный ремень (P) до установки беговой дорожки.

- Поднимите левую вертикальную опору (A07).
- Закрепите левую вертикальную опору (A07) на основной раме (A) с помощью болта (D11), стопорной шайбы (D31) и шестигранного гаечного ключа (B10).
- Повторите то же самое с правой вертикальной опорой (A08).

**Примечание:** обязательно поддерживайте вертикальные опоры двумя руками.



**Сборка. Шаги 3-5:** соедините верхний провод монитора (E19) с нижним проводом (E20).

Закрепите опорную раму монитора (B) на левой и правой вертикальных опорах A07/A08 с помощью болта (D11), стопорной шайбы (D31) и шестигранного гаечного ключа (B10).

**Примечание:** Перед затягиванием болтов, убедитесь, что все провода хорошо соединены.

Снимите накладку дисплея (C11) с помощью гаечного ключа (B08).

Вставьте дисплей (C) в слот опорной рамы дисплея (B). Соедините провода 1 с проводами 2 как показано на рисунке.

**Внимание:** убедитесь, что провода ничем не сдавлены.

**Сборка. Шаги 6-7:** Закрепите дисплей (C) на опорной раме дисплея (B) с помощью болтов (D15), пружинных шайб (D32), плоских шайб (D35) и гаечного ключа (B09).

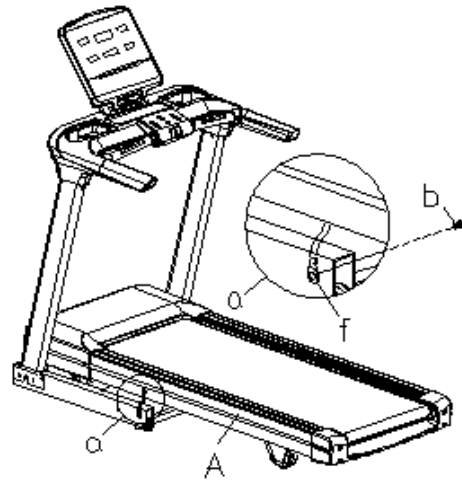
Зафиксируйте маленькую нижнюю накладку (C11) на опорной раме дисплея (B).

**Внимание:** убедитесь, что все части хорошо затянуты.

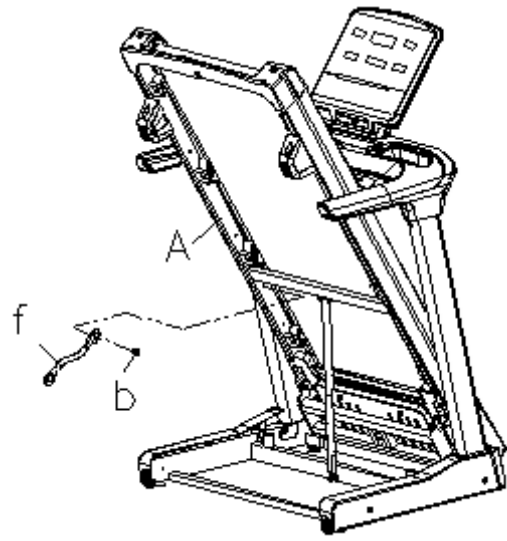
Отрежьте и снимите упаковочный ремень P.



8



9

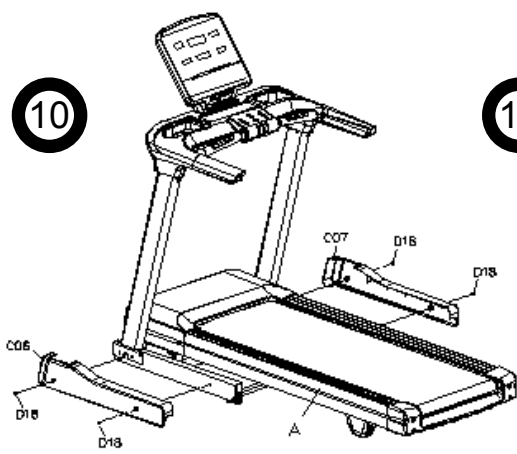


**Сборка. Шаги 8-9:** Снимите болт M8\*15 (b) в нижней части стального троса (f) с помощью гаечного ключа (B10).

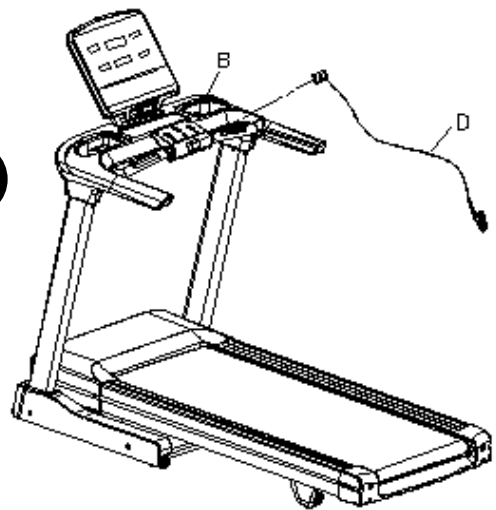
Снимите болт M8\*15 (b) в верхней части стального троса (f) с помощью гаечного ключа (B10). Затем снимите стальной трос с нижней рамы.

**Примечание:** стальной трос обеспечивает вашу безопасность во время сборки. Вы можете сохранить его для использования в следующий раз.

10



11



**Сборка. Шаги 10-11:** Зафиксируйте нижние накладки (C06&C07) на основной раме (A) с помощью болтов (D18) и крестового гаечного ключа (B08).

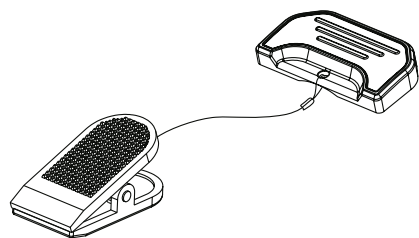
Вставьте ключ безопасности (D) в слот ключа безопасности и прикрепите зажим ключа безопасности к своей одежде.

В случае необходимости потяните ключ безопасности и тренажер остановится.

**Использование ключа безопасности**

Перед тренировкой закрепите зажим ключа безопасности на своей одежде. В случае необходимости отсоедините ключ безопасности, и тренажер остановится.

## ПОДГОТОВКА К РАБОТЕ



### Ключ безопасности

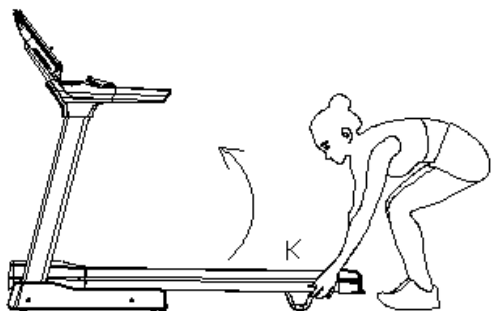
Ваша дорожка не запустится, если ключ безопасности находится в неправильном положении. Прикрепите зажим шнура ключа безопасности к Вашей одежде, сам ключ установите в гнездо на консоли. Ключ безопасности предназначен для того, чтобы быстро отключить дорожку, например, если вы упадете. Проверяйте исправность ключа безопасности каждые две недели.

### ВНИМАНИЕ!!

Не становитесь на беговое полотно до начала тренировки. Перед началом тренировки следует встать на боковые подножки и начинать идти по беговому полотну только после того, как беговое полотно пришло в движение. Никогда не пытайтесь встать на движущееся с большой скоростью полотно! Также не пытайтесь сойти с дорожки до полной остановки бегового полотна.

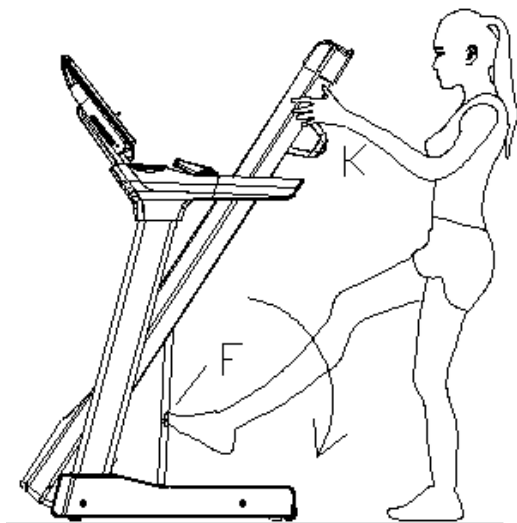
### Размещение дорожки

Поместите дорожку на ровную поверхность. Необходимо оставить свободное пространство вокруг дорожки. Тренажер нельзя размещать в гараже, крытом дворике, вблизи источников воды, на улице или в помещениях со значительными перепадами температуры. Не становитесь на беговое полотно перед запуском дорожки, сначала поставьте ноги на боковые подножки.



Для **складывания** тренажера возьмитесь за основание беговой дорожки (К) как показано на рисунке и поднимите вверх до тех пор, пока не услышите щелчок газового доводчика.

**Примечание:** запрещено складывать тренажер, когда он включен или угол наклона изменен.



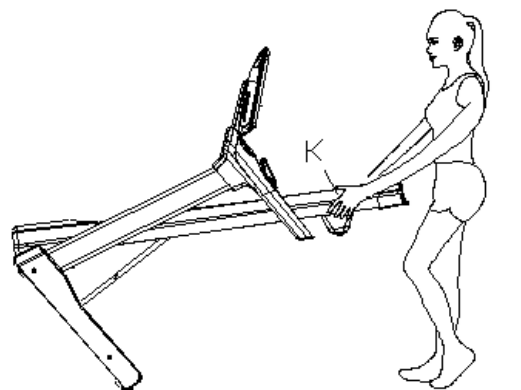
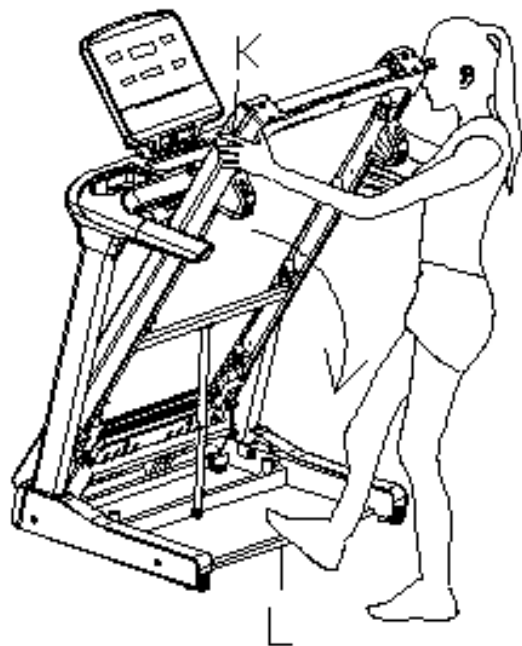
Для **раскладывания** тренажера обеими руками возьмитесь за основание беговой дорожки (K), толкните ногой газовый доводчик в точку (F) как показано на рисунке слева, и она автоматически опустится.

### ПРАВИЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРЕНАЖЁРА

Ваша дорожка может работать на высоких скоростях. Всегда начинайте с маленькой скорости, затем постепенно повышайте ее. Никогда не оставляйте дорожку в запущенном состоянии без присмотра. Если дорожка не используется, отсоедините ключ безопасности от консоли, поставьте переключатель ON/OFF в положение OFF и выдерните провод питания из розетки.

Следуйте расписанию ОБСЛУЖИВАНИЯ тренажера. Держите корпус и голову повернутыми вперед и не пытайтесь повернуться либо посмотреть назад во время тренировок. Немедленно прекратите тренировку, если Вы почувствуете боль, головокружение или недостаток дыхания.

## Транспортировка тренажёра

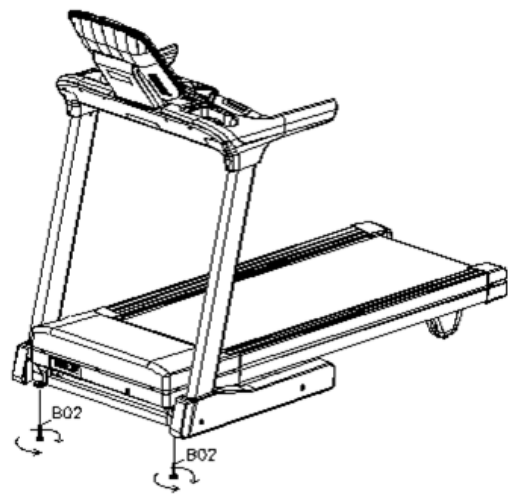


Возьмитесь за основание беговой дорожки К как показано на рисунке;

Придавите ногой место (L) как показано на рисунке.

Держа ногу в положении «L», медленно наклоните верхнюю часть беговой дорожки вниз

Когда основание беговой дорожки «K» опустится до нужного положения, колеса беговой дорожки станут активными и ее можно перемещать.



## Регулировка ножек уровня пола.

Если поверхность неровная, можно отрегулировать ножки уровня пола (B02) для устойчивости тренажёра.

С помощью крестового гаечного ключа (B08) поверните ножки уровня пола (B02) налево для увеличения высота тренажёра и направо для уменьшения высоты.

## Регулирование бегового полотна

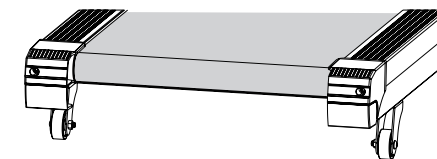
Положение бегового полотна отрегулировано на фабрике при изготовлении дорожки. Однако в определенных случаях, например, при транспортировке или изменениях влажности\температуры беговое полотно может сместиться относительно центра дорожки или растянуться.

## Центровка бегового полотна

Перед использованием тренажера для обеспечения правильной работы дорожки удостоверьтесь в том, что беговое полотно расположено точно по центру тренажера.

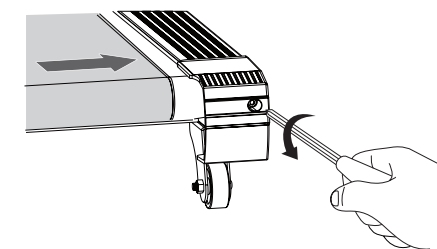
### ВНИМАНИЕ!!

При центровке бегового полотна не запускайте его на скорости более 0.8 км/ч. Удостоверьтесь, что пальцы, волосы, полы одежды или другие предметы не касаются движущихся деталей.



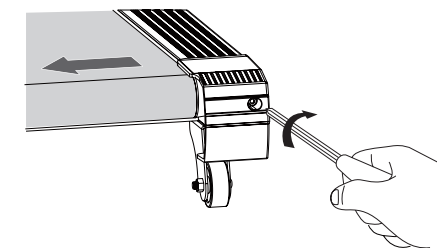
## Если беговое полотно сдвинуто в правую сторону

Запустите тренажер на скорости 0.8 км/ч. С помощью ключа М5 поворачивайте правый регулировочный болт по часовой стрелке на  $\frac{1}{4}$  за один раз, а левый - против часовой стрелки, проверяя, достаточно ли отрегулировано беговое полотно. Дайте полотну сделать один полный оборот, чтобы проверить, нет ли необходимости в дальнейшей регулировке. При необходимости повторяйте эти действия до тех пор, пока беговое полотно не окажется расположенным точно по центру тренажера.



## Если беговое полотно сдвинуто в левую сторону

Включите беговую дорожку на минимальной скорости 0.8 км/ч. С помощью ключа М5 поворачивайте правый регулировочный болт против часовой стрелки на  $\frac{1}{4}$  за один раз, а левый - по часовой стрелке, проверяя, достаточно ли отрегулировано беговое полотно. Дайте полотну сделать один полный оборот, чтобы проверить, нет ли необходимости в дальнейшей регулировке. При необходимости повторяйте эти действия до тех пор, пока беговое полотно не окажется расположенным точно по центру тренажера.



После регулировки установите максимальную скорость и убедитесь, что беговое полотно более не смещается.

### ВНИМАНИЕ!!

Не перетягивайте регулировочные болты при центровке, это может вызвать преждевременную порчу роллеров.

### **Натяжение бегового полотна**

Когда вы встаете на беговое полотно и ощущаете его пробуксовку при проходе через ведущие валы, беговое полотно следует натянуть. В большинстве случаев беговое полотно в процессе эксплуатации растягивается, что вызывает проскальзывание и постоянное смещение вправо или влево. Натяжение бегового полотна является обычной регулировочной операцией.

Для устранения этой неполадки следует повернуть задние шестигранные болты на  $\frac{1}{4}$  оборота по часовой стрелке. Далее необходимо проверить беговое полотно на проскальзывание.

Если необходимо повторите, но не поворачивайте болты больше, чем на  $\frac{1}{4}$  оборота за один раз.

#### **ВНИМАНИЕ!!**

Для того, чтобы продлить срок службы беговой дорожки, рекомендуется выключать её на 10 минут после двухчасовой тренировки.

Если беговое полотно слишком ослаблено или натянуто, то дорожка может выйти из строя.

## **ОБСЛУЖИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА**

Чистота Вашей беговой дорожки и правильное управление сведут количество проблем по её обслуживанию к минимуму. Поэтому мы рекомендуем Вам придерживаться следующих правил обслуживания.

1. Выключите дорожку с помощью переключателя on/off, аккуратно выдерните провод питания из розетки.
2. Протрите беговое полотно, деку, крышку моторного отсека и консоль влажной тряпкой. Не используйте чистящие растворы, так как они могут нанести вред тренажеру.
3. Осмотрите провод питания. Если провод питания поврежден, необходимо связаться со службой сервисного обслуживания.
4. Убедитесь, что провод питания не находится под дорожкой или в любом другом месте, где он может быть сдавлен или поврежден. Проверьте положение и степень натяжения бегового полотна. Неровное расположение бегового полотна может привести к повреждению дорожки.

## **СМАЗКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА**

1. Беговое полотно необходимо смазывать каждые 300 км. Тренажер издаст три звуковых сигнала и на экране появится надпись «Напоминание о смазке бегового полотна». Это означает, что Вам необходимо произвести смазку бегового полотна согласно инструкции.
2. После произведения смазки тренажера, в режиме ожидания нажмите кнопку «СТОП» и удерживайте ее 3 секунды. Таким образом вы снимите информационную надпись.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СМАЗКЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Пользователям, которые тренируются на беговой дорожке меньше 3 часов в неделю, необходимо смазывать беговое полотно раз в 6 месяцев.

Пользователям, которые тренируются на беговой дорожке от 3 до 5 часов в неделю, необходимо смазывать беговое полотно раз в 3 месяца.

Пользователям, которые тренируются на беговой дорожке больше 5 часов в неделю, необходимо смазывать беговое полотно раз в 2 месяца.

Проверить необходимость смазки можно подняв одну сторону бегового полотна и проведя рукой по центральной части деки. Если дека гладкая, «скользит», смазка не требуется. Если поверхность сухая, шероховатая необходимо нанести силиконовую смазку 30-40мл.

1. Выключите тренажер с помощью переключателя on/off , затем аккуратно выдерните из розетки провод питания.
2. Протрите всю поверхность деки чистой гладкой тканью для удаления пыли и других загрязнений.
3. Поднимите одну сторону бегового полотна и нанесите на центральную часть деки смазку.
4. Включите беговую дорожку на минимальной скорости от 3 до 5 мин, смазка равномерно распределится по всей поверхности деки.

## ОБЗОР КОНСОЛИ



Предыдущий музыкальный файл или видеофайл



Проигрывать/Пауза



Следующий музыкальный файл или видеофайл



Вернуться на главную страницу



Вернуться на предыдущую страницу



Убавить громкость



Увеличить громкость



Быстро увеличить или понизить громкость

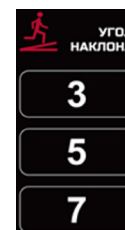


Для регулировки угла наклона, диапазон угла наклона 0-15

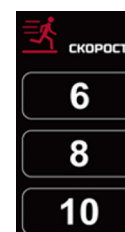


Для регулировки скорости, диапазон скорости 0.8-20 км/ч





«Быстрые клавиши» выбора угла наклона



«Быстрые клавиши» выбора скорости



Если ключ безопасности правильно установлен и прикреплен к одежде, нажмите СТАРТ, чтобы начать тренировку. Если тренировка окончена, нажмите СТОП.

**ПАУЗА II**

Нажмите ПАУЗА во время тренировки, беговое полотно остановится, а все данные тренировки сохранятся. Нажмите СТАРТ, чтобы продолжить тренировку. Если нажмете СТОП, то все данные тренировки будут сброшены и тренажер перейдет в режим ожидания.



Разъем USB для проигрывания музыкальных файлов или видеофайлов.



Разъем MP3

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

1. Для того, чтобы консоль работала без сбоев, не скачивайте какие – либо файлы в браузере.
2. Регулярно очищайте кэш.
3. Не пользуйтесь сторонними приложениями (APP). Нажмите НАЗАД, чтобы выйти из стороннего приложения (APP).
4. Ограничение WIFI: эта система не может найти соединение страницы, которая требует проверки WIFI.
5. Держите датчик пульса не меньше 5 секунд, на экране отобразится Ваш пульс.

## ГЛАВНАЯ СТРАНИЦА



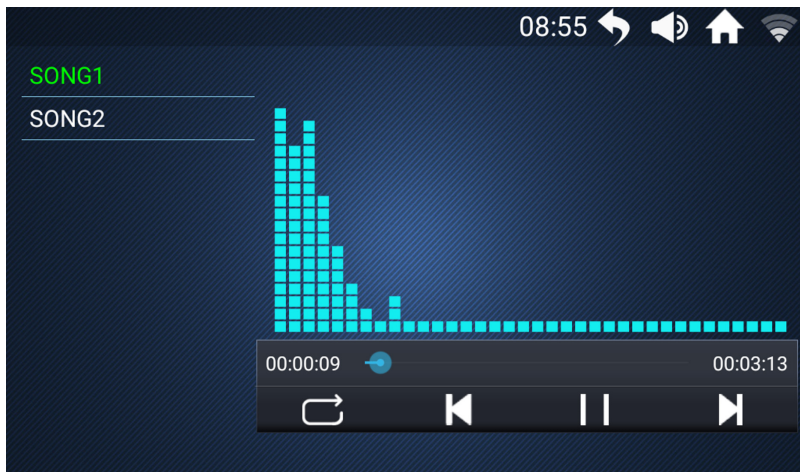
Обозначение	Описание
	Время
	Вернуться на предыдущую страницу
	WIFI
	Громкость
	Вернуться на главную страницу

Основной интерфейс поделен на 9 модулей: музыка, видео, интернет (встроенный Google Chrome), Wi-Fi, очистка памяти, скин, приложения, настройки, тренировочный центр (встроенный режим отсчета времени назад, режим отсчета калорий назад, режим отсчета дистанции назад, режим отсчета шагов назад, тренировка, программы, пульсозависимая программа, трек, виртуальный ландшафт, пользовательский режим).

Обозначение	Описание	Обозначение	Описание	Обозначение	Описание
	Музыка		Wi-Fi соединение		Настройки
	Интернет		Скин		Видео
	Очистка памяти		Тренировочный центр		Видео

### МУЗЫКА

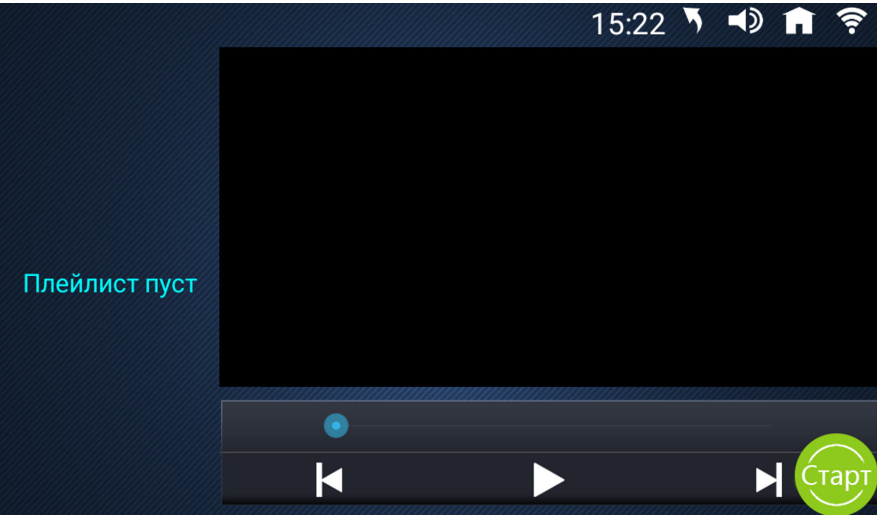
Вставьте внешний носитель в USB порт и включайте музыку или видео. Система поддерживает следующие форматы: MP3, APE, MP4, MOV.









Обозначение	Описание	Обозначение	Описание
	Воспроизвести		Воспроизвести по порядку
	Пауза		Воспроизвести в случайном порядке
	Воспроизвести предыдущую аудиозапись		Повторное воспроизведение аудиозаписи
	Воспроизвести следующую аудиозапись		Текущее воспроизведение
	Зеленым цветом выделена аудиозапись, которая проигрывается в данный момент		

**ВИДЕО**

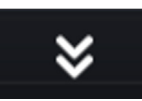






Система поддерживает следующие форматы: MP3, APE, MP4, MOV.



Обозначение	Описание	Обозначение	Описание
	Воспроизвести		Воспроизвести следующую аудиозапись
	Пауза		Текущее воспроизведение
	Воспроизвести предыдущую аудиозапись		
		Щелкните на видео, чтобы отобразить его в полном формате. Еще раз щелкните на экран, чтобы выйти из полного формата.	

## Интернет (встроенный Google Chrome)

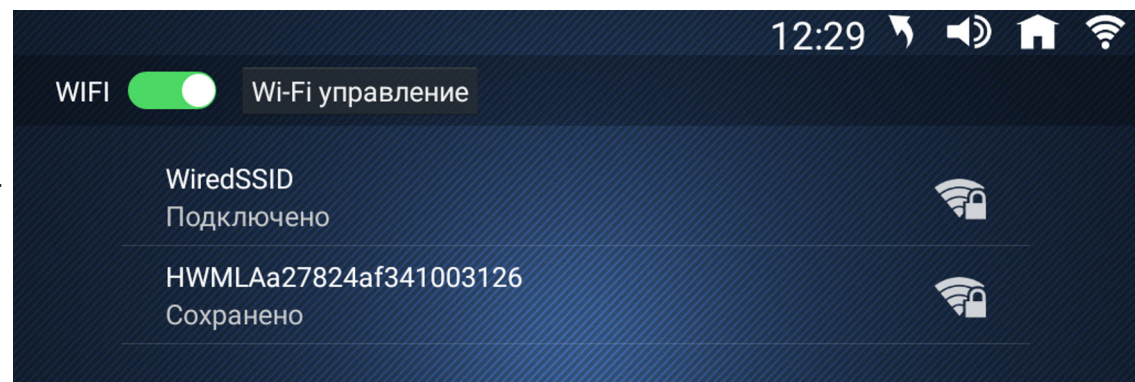
Как свободно перейти в основной интерфейс и настроить данные тренировки во время проигрывания третьего стороннего приложения:

	Щелкните, чтобы спрятать данные тренировки		Вернуться на предыдущую страницу
	Нажмите, чтобы показать данные тренировки		Регулировка громкости
	Откройте подвижную клавишу		Вернуться в основной интерфейс
	Закройте подвижную клавишу		




## Wi-Fi

Нажмите  для того, чтобы перейти в окно W-Fi.




## Очистка памяти


Нажмите  для того, чтобы очистить кэш системы.

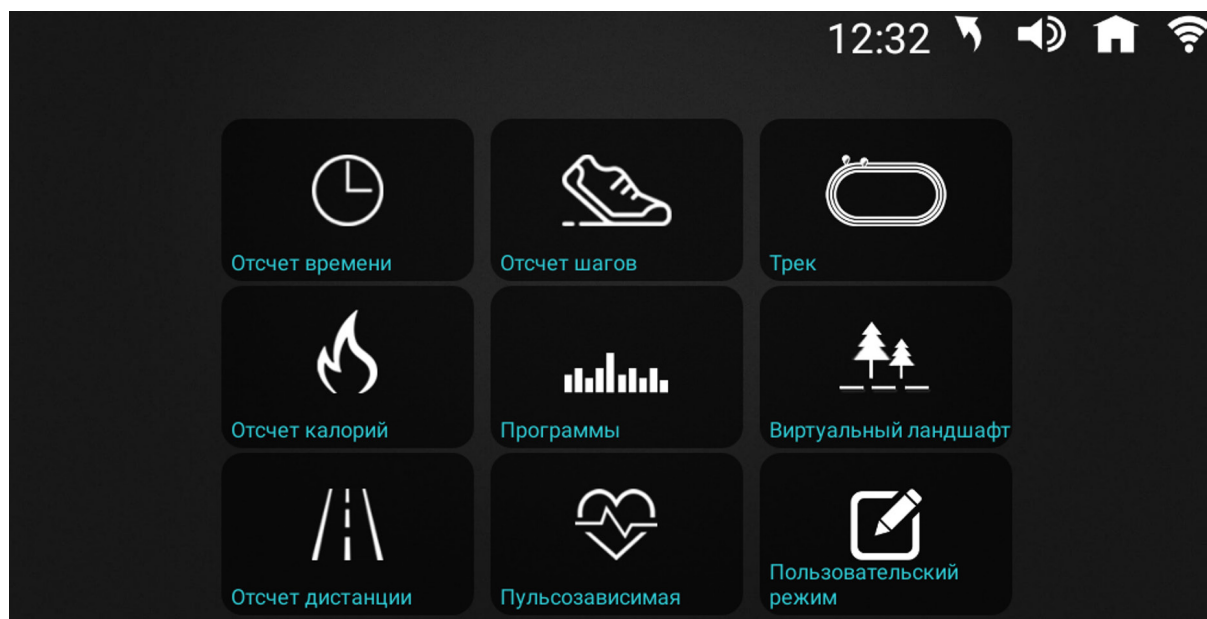
## Тренировочный центр

Встроенный режим отсчета времени назад, режим отсчета калорий назад, режим отсчета дистанции назад, режим отсчета шагов назад, программы, пульсозависимая программа, трек, виртуальный ландшафт, пользовательский режим, карта бега).

**Внимание:** карта бега нужна для того, чтобы подключиться к Wi-Fi.

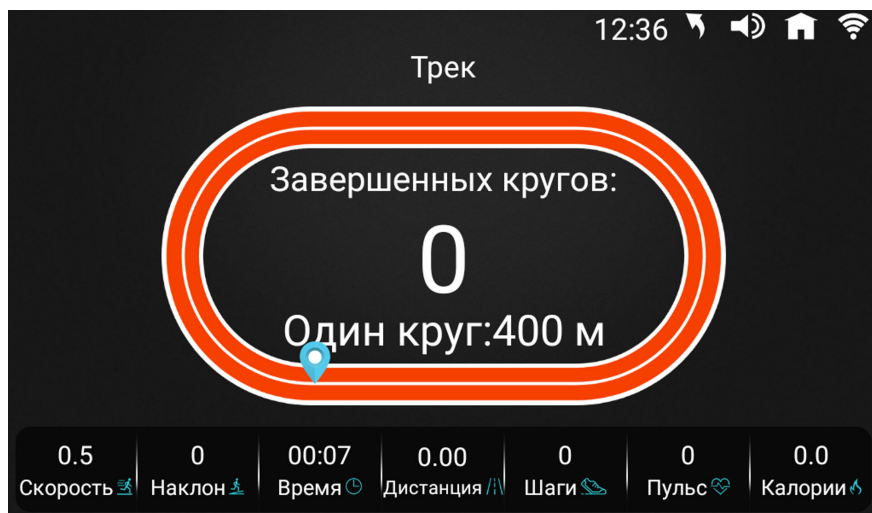
Нажмите  для того, чтобы очистить кэш системы.

1. Нажмите  для того, чтобы войти в тренировочный центр.

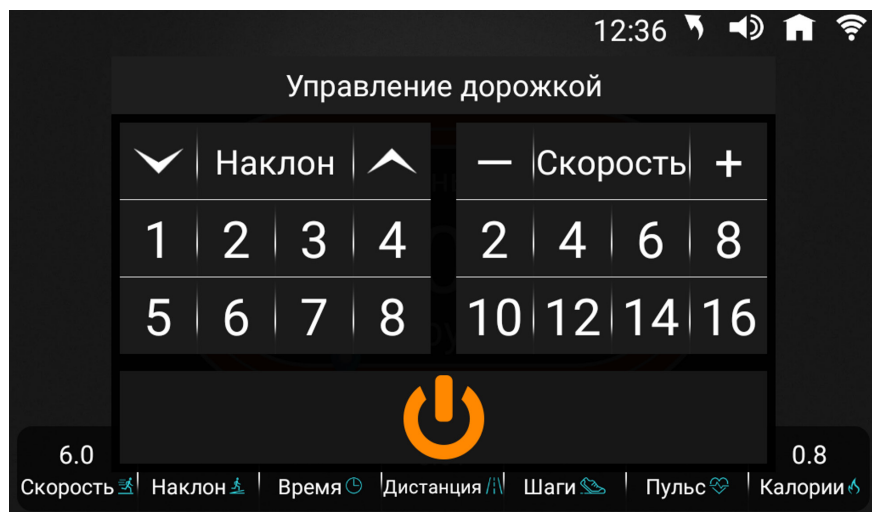



Выберите любую тренировку из предложенных выше согласно своим спортивным целям.

2. Нажмите  для того, чтобы войти в трек.



Один круг = 400 м.  
Выберите любую область на экране и появится новое окно.  
Вы можете настроить скорость и угол наклона.



Нажмите  для того, чтобы перезапустить и остановить. Если не нажимать на клавиши дольше 3 секунд, то окно автоматически погаснет.

### 3. Программы

Всего предусмотрено 36 программ тренировки. Каждая программа поделена на 20 уровней.

Время тренировки по умолчанию 15 минут. Время тренировки можно изменить с помощью СКОРОСТЬ+/СКОРОСТЬ-. Вы можете изменять скорость и угол наклона на свое усмотрение, однако при переходе на следующий сегмент скорость и угол наклона обновятся и перейдут в значения по умолчанию.


ПРОГРАММА \ СЕГМЕНТЫ		ПРОГРАММА																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	СКОРОСТЬ	1	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	2	1
	НАКЛОН	0	0	1	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	1	1	0	0
P2	СКОРОСТЬ	1	2	2	3	4	4	7	4	7	7	7	4	7	7	4	4	3	2	2	1
	НАКЛОН	0	0	2	3	4	3	4	4	5	5	6	7	6	6	5	4	3	2	0	0
P3	СКОРОСТЬ	1	2	2	3	4	4	7	7	4	7	7	7	7	4	4	4	3	2	2	1
	НАКЛОН	0	0	3	7	4	4	7	4	8	4	3	7	3	7	5	4	7	3	0	0
P4	СКОРОСТЬ	1	2	2	3	3	6	6	6	6	6	6	9	6	6	6	3	3	2	2	1
	НАКЛОН	0	0	3	7	4	4	7	4	8	4	3	7	3	7	5	4	7	2	0	0
P5	СКОРОСТЬ	1	2	2	3	4	6	6	6	6	9	6	6	6	6	6	4	3	2	2	1
	НАКЛОН	0	0	2	4	6	8	6	8	5	9	9	8	6	7	6	8	4	2	0	0
P6	СКОРОСТЬ	1	2	2	4	4	6	6	9	9	9	9	6	6	6	6	6	4	2	2	1
	НАКЛОН	0	0	3	4	5	6	5	6	5	7	6	7	5	7	6	7	7	3	0	0
P7	СКОРОСТЬ	2	3	4	6	6	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	6	4	4	2
	НАКЛОН	0	0	2	4	4	6	7	8	9	9	9	9	9	9	9	8	6	4	2	0
P8	СКОРОСТЬ	1	2	2	4	4	7	7	7	7	9	9	9	9	9	9	9	9	9	8	4
	НАКЛОН	0	0	2	4	8	9	9	2	4	8	9	9	2	4	9	9	9	2	0	0

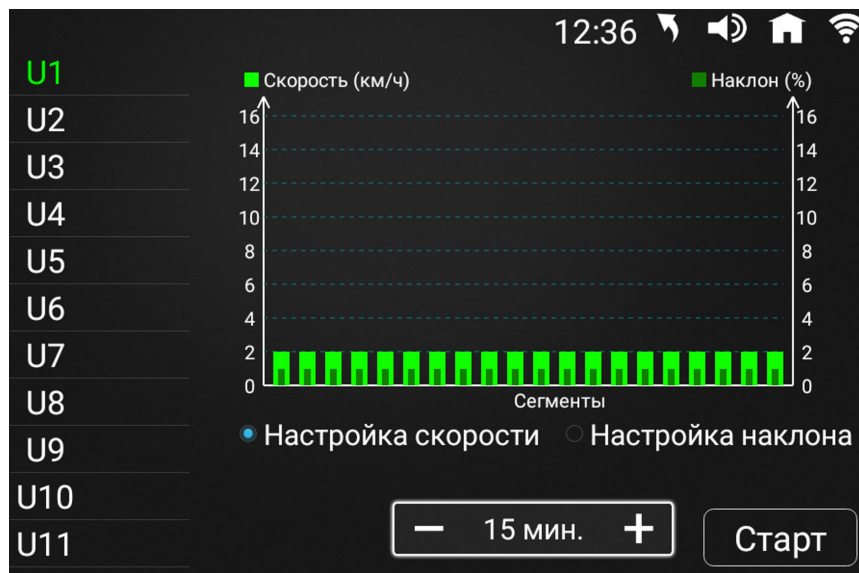


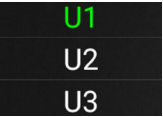
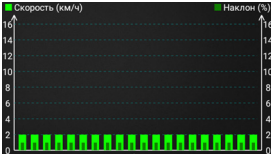
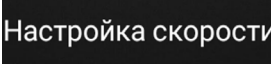
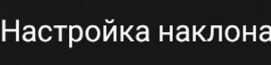

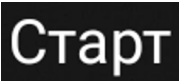
ПРОГРАММА \ СЕГМЕНТЫ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P9	СКОРОСТЬ	2	3	3	6	6	9	9	9	7	9	9	9	9	9	9	9	6	3	3	2
	НАКЛОН	0	0	9	9	8	4	2	9	9	8	4	2	9	9	8	4	3	3	0	0
P10	СКОРОСТЬ	1	2	2	4	4	6	2	4	4	6	2	4	4	6	2	4	4	6	4	3
	НАКЛОН	0	0	2	2	4	4	3	4	5	6	5	6	8	7	8	9	9	9	0	0
P11	СКОРОСТЬ	2	4	4	6	6	9	4	6	6	9	4	6	6	9	4	6	6	9	4	1
	НАКЛОН	0	0	9	9	9	9	8	8	7	7	5	6	5	6	4	3	4	3	0	0
P12	СКОРОСТЬ	1	3	3	6	9	9	3	6	9	9	3	6	9	9	3	6	9	9	6	4
	НАКЛОН	0	0	9	9	9	8	9	9	9	8	9	9	9	8	9	9	9	8	0	0
P13	СКОРОСТЬ	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
	НАКЛОН	0	0	4	8	9	9	4	8	9	9	4	8	9	9	4	8	9	9	0	0
P14	СКОРОСТЬ	2	3	3	6	9	9	3	6	9	9	3	6	9	9	3	6	9	9	6	3
	НАКЛОН	0	0	4	8	9	9	4	8	9	9	4	8	9	9	4	8	9	9	0	0
P15	СКОРОСТЬ	4	6	9	9	9	6	9	9	9	6	9	9	9	6	9	9	9	6	4	2
	НАКЛОН	0	0	2	3	4	5	6	8	7	8	8	7	7	6	5	4	3	2	0	0
P16	СКОРОСТЬ	2	4	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
	НАКЛОН	0	0	2	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	6	0	0
P17	СКОРОСТЬ	2	2	2	4	6	6	9	9	9	2	4	6	6	9	9	9	6	2	2	2
	НАКЛОН	0	0	2	4	6	8	9	9	9	9	9	9	9	9	8	6	4	2	0	0
P18	СКОРОСТЬ	3	6	3	6	6	3	6	6	3	6	6	3	6	6	3	6	6	2	2	2
	НАКЛОН	0	0	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	0	0

ПРОГРАММА \ СЕГМЕНТЫ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P19	СКОРОСТЬ	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
	НАКЛОН	0	0	9	8	6	4	9	8	6	4	9	8	6	4	9	8	6	4	0	0
P20	СКОРОСТЬ	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
	НАКЛОН	0	0	9	8	2	9	8	2	9	8	2	9	8	2	9	8	2	2	0	0
P21	СКОРОСТЬ	2	6	2	6	9	2	6	9	2	6	9	2	6	9	2	6	9	2	6	2
	НАКЛОН	0	0	9	8	2	9	8	2	9	8	2	9	8	2	9	8	2	2	0	0
P22	СКОРОСТЬ	4	6	9	6	2	9	6	2	9	6	2	9	6	2	9	6	2	2	4	2
	НАКЛОН	0	0	2	4	9	2	4	9	2	6	9	6	8	9	6	8	9	2	0	0
P23	СКОРОСТЬ	4	6	9	6	6	2	9	6	6	2	9	6	6	2	9	6	6	2	2	2
	НАКЛОН	0	0	2	3	4	5	6	6	7	8	9	9	9	9	9	9	9	9	2	0
P24	СКОРОСТЬ	4	6	9	6	4	9	6	4	9	6	4	9	6	4	9	6	4	2	4	2
	НАКЛОН	0	0	4	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	2	0
P25	СКОРОСТЬ	2	4	3	4	3	5	4	2	5	2	6	2	7	2	8	3	7	3	9	3
	НАКЛОН	1	2	3	3	1	2	2	3	2	5	4	5	6	6	4	5	5	6	5	0
P26	СКОРОСТЬ	2	5	4	6	4	6	4	2	4	3	3	6	5	7	5	7	5	3	5	2
	НАКЛОН	1	2	3	3	2	2	3	4	2	3	2	3	4	4	3	3	4	5	3	0
P27	СКОРОСТЬ	2	5	4	5	4	5	4	2	3	3	3	6	5	6	5	6	5	3	4	2
	НАКЛОН	1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	0
P28	СКОРОСТЬ	2	6	7	4	4	7	4	2	4	3	3	7	8	5	5	8	5	3	5	2
	НАКЛОН	4	5	6	6	9	9	1	9	6	4	5	6	7	7	9	9	2	9	7	0

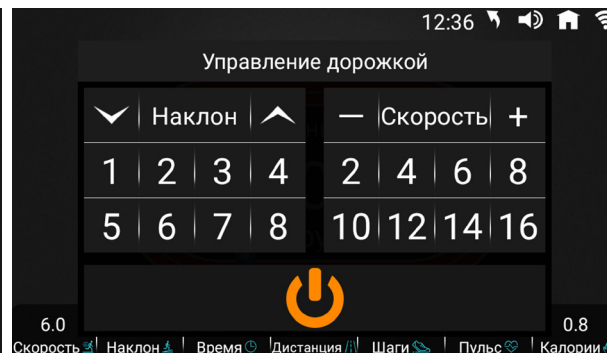
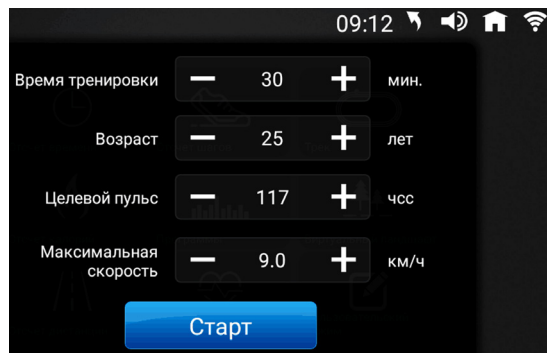
ПРОГРАММА \ СЕГМЕНТЫ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P29	СКОРОСТЬ	2	4	6	8	7	8	6	2	3	3	3	5	7	9	8	9	7	3	4	2
	НАКЛОН	3	5	4	4	3	4	4	3	3	3	4	6	5	5	4	5	5	4	4	0
P30	СКОРОСТЬ	2	4	5	5	6	5	6	3	3	3	3	5	6	6	7	6	7	4	4	2
	НАКЛОН	3	5	3	4	2	3	4	2	3	3	4	6	4	5	3	4	5	3	4	0
P31	СКОРОСТЬ	3	6	7	5	8	5	9	6	4	2	4	7	8	6	9	6	9	7	4	3
	НАКЛОН	2	2	3	3	2	2	4	6	2	3	3	3	4	4	3	3	5	7	3	0
P32	СКОРОСТЬ	3	6	7	5	8	6	7	6	4	4	4	7	8	6	9	7	8	7	5	3
	НАКЛОН	1	2	4	3	2	2	4	5	2	2	2	3	5	4	3	3	5	6	3	0
P33	СКОРОСТЬ	2	8	6	4	5	9	7	5	4	4	3	9	7	5	6	9	8	6	5	3
	НАКЛОН	2	2	6	2	3	4	2	2	2	2	3	3	7	3	4	5	3	3	3	0
P34	СКОРОСТЬ	2	3	5	3	3	5	3	6	3	4	3	4	6	4	4	6	4	7	4	3
	НАКЛОН	4	4	3	6	7	8	8	6	3	4	5	5	4	7	8	9	9	7	4	0
P35	СКОРОСТЬ	2	5	8	9	6	9	5	3	2	3	3	6	9	9	7	9	6	4	3	2
	НАКЛОН	1	3	5	8	1	7	6	3	2	4	2	4	6	9	2	8	7	4	3	0
P36	СКОРОСТЬ	2	5	5	4	4	6	4	2	3	5	3	6	6	5	5	7	5	3	4	4
	НАКЛОН	3	5	6	7	9	9	9	9	6	4	4	6	7	8	9	9	9	9	7	0

4. Нажмите  для того, чтобы перейти в пользовательский режим.



Обозначение	Описание
	Список программ: Всего 16 пользовательских программ U1-U16.
	Отображаемая диаграмма: «СВЕТЛО-ЗЕЛЕНЫЙ» - скорость в данный момент. «ТЕМНО-ЗЕЛЕНЫЙ» угол наклона.
	Настройка скорости: Щелкните, чтобы выбрать координаты области диаграммы. Пользователь может потянуть координаты вверх или вниз, настроить индивидуальную скорость на данный момент и автоматически сохранить пользователя по умолчанию после успешного ввода настроек пользователя.
	Настройка наклона: Щелкните, чтобы выбрать координаты области диаграммы. Пользователь может потянуть координаты вверх или вниз, настроить индивидуальный угол наклона беговой дорожки на данный момент и автоматически сохранить пользователя по умолчанию после успешного ввода настроек пользователя.
	Настройка времени
	Старт


5. Нажмите  для того, чтобы перейти в пульсозависимую программу.



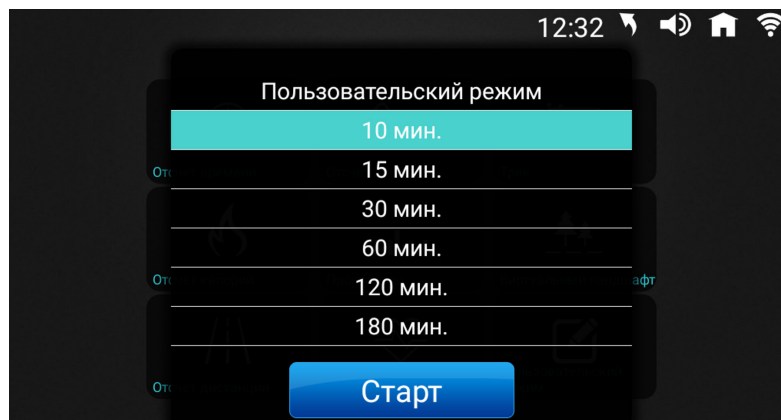
**Перед запуском пульсозависимой программы, пожалуйста, введите следующую информацию:**

- Время тренировки: Время по умолчанию 30 мин. Допустимый диапазон: 5-99 мин.
- Возраст: Возраст по умолчанию 25 лет. Допустимый диапазон: 15-80 лет.
- Целевой пульс: Целевой пульс по умолчанию  $(220-\text{возраст}) \cdot 0,6$ . Допустимый диапазон: 80-180 чсс.
- Максимальная скорость: можно выбрать 9 км/ч, 11 км/ч или 13 км/ч как максимальную скорость.

### Старт пульсозависимой программы:


- После завершения всех настроек нажмите СТАРТ и беговое полотно начнет движение через 3 секунды.
- Вы можете настроить скорость и угол наклона с помощью панели управления на экране.
- Нажмите  и дорожка постепенно остановится. Данная клавиша отвечает за 2 функции: ПЕРЕЗАПУСК или СТОП.
- Нажмите ПЕРЕЗАПУСК и беговое полотно начнет движение с минимальной скоростью.
- Нажмите СТОП и беговая дорожка остановится, а на экране появятся данные тренировки.
- Во время бега система отображает пульс каждые 30 секунд.
- Первая минута – разогрев, скорость не изменяется.
- Если пульс ниже на 30 чсс целевого пульса, система будет увеличивать скорость на 2 км/ч каждый раз.
- Если пульс ниже на 9 – 29 чсс целевого пульса, система будет увеличивать скорость на 1 км/ч каждый раз.
- Если пульс выше на 30 чсс целевого пульса, система будет уменьшать скорость на 2 км/ч каждый раз.
- Если пульс выше на 9 – 29 чсс целевого пульса, система начнет уменьшать скорость на 1 км/ч каждый раз.
- Если разница с целевым пульсом составит не более 5 чсс, скорость останется неизменной.
- Если пульс не отображается два раза, система снизит скорость до минимальной и остановится через 35 секунд.
- Если скорость 1 км/ч, при этом отображаемый пульс указывает на уменьшение скорости, беговая дорожка остановится через 35 секунд.
- Если пульс больше, чем целевой пульс, установленный по умолчанию, система снизит скорость до минимальной и остановится через 35 секунд.

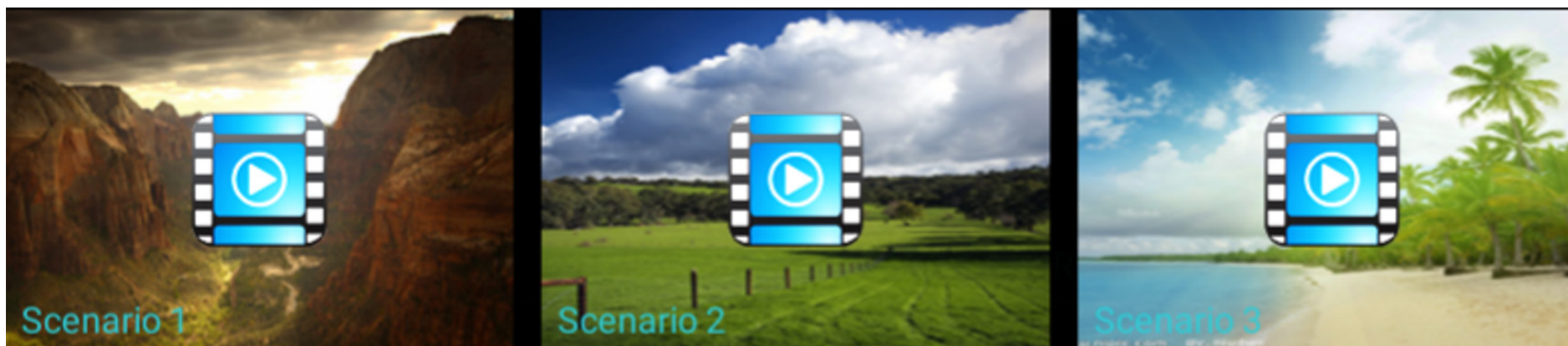
6. Нажмите  для того, чтобы войти в режим отсчета времени назад.



Можно выбрать предустановленное время или установить на свое усмотрение. Для установки времени нажмите на «Пользовательский режим». Нажмите Старт, чтобы начать бег в режиме отсчета времени назад. Нажмите СТОП и тренажер постепенно остановится. Можно выбрать ПЕРЕЗАПУСК и СТОП. Если нажать СТОП, система автоматически отобразит данные тренировки.

**Справочно:** Аналогичным способом Вы можете настроить режимы отсчета калорий, шагов, дистанции.

7. Нажмите  для того, чтобы перейти в визуальный ландшафт. Всего доступно 3 сценария: пустыня, луг и пляж.

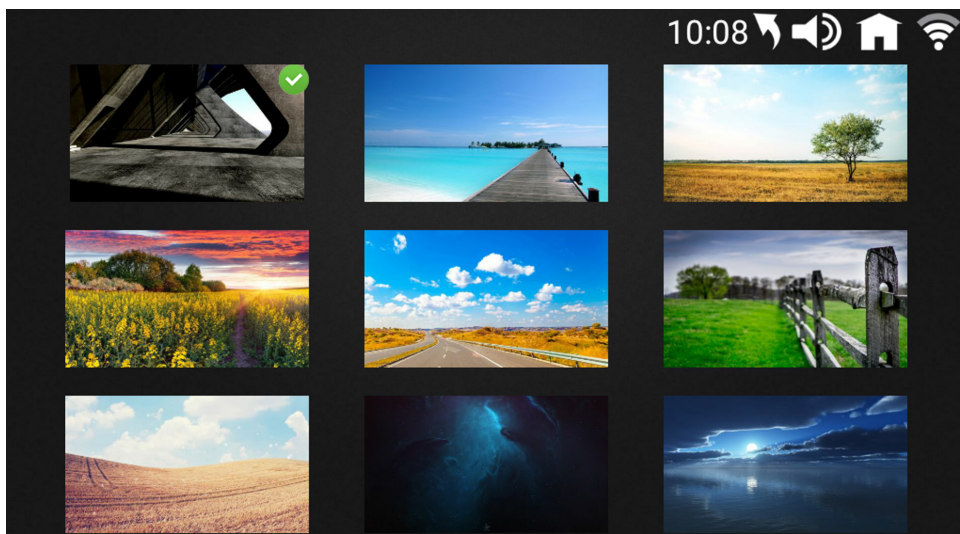




ПУСТЫНЯ

ЛУГ

ПЛЯЖ

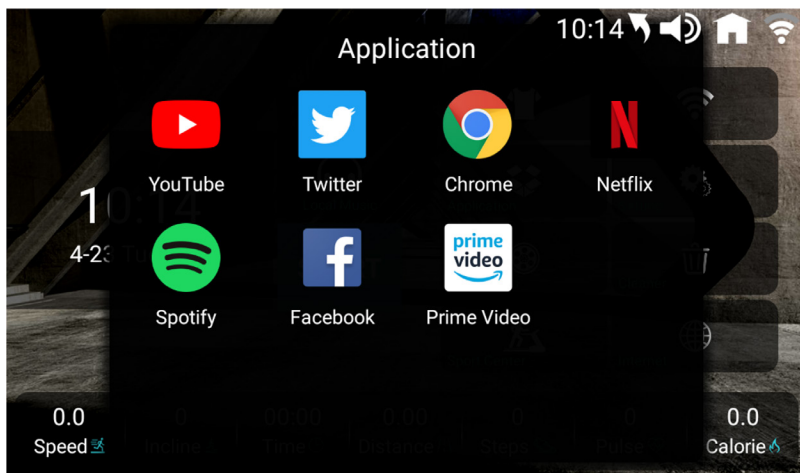
## СКИН



Нажмите  для того, чтобы войти в интерфейс. Выберите любой фон из предложенных и фон системы изменится. Нажмите , чтобы перейти в основной интерфейс.


**Внимание:** можно изменять скин только из предложенных системой. Нельзя применять скаченные файлы.

## ПРИЛОЖЕНИЯ



Встроенные приложения музыки и видео, интернет, социальные сети, новости и т.д.

## НАСТРОЙКИ

Всего 3 окна настроек: регулировка яркости, язык, пробег и ТО, заводские настройки. Нажмите  для того, чтобы войти в режим настроек.

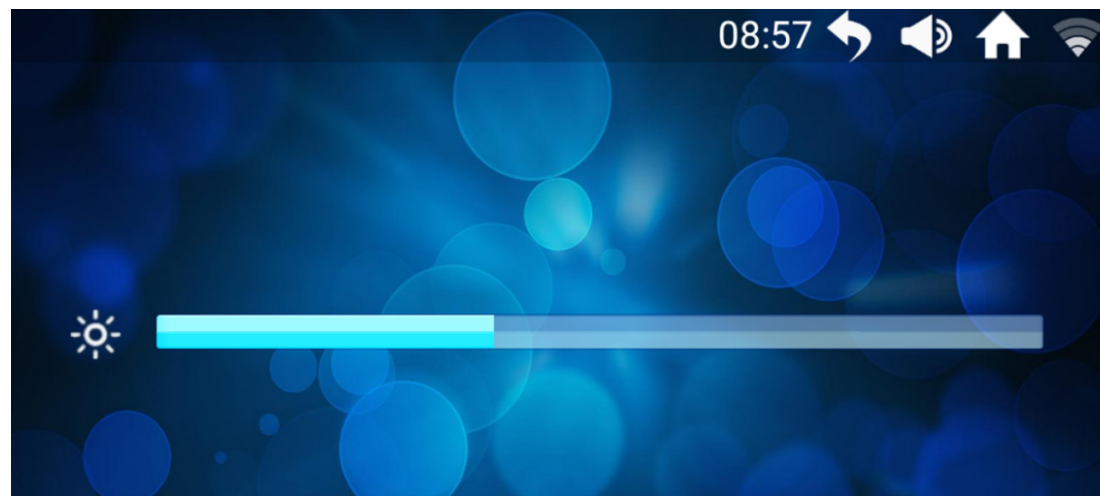
### Внимание:

- Запрещается устанавливать сторонние приложения в систему TFT
- Запрещается удалять приложения из системы
- Пожалуйста, регулярно очищайте кэш системы

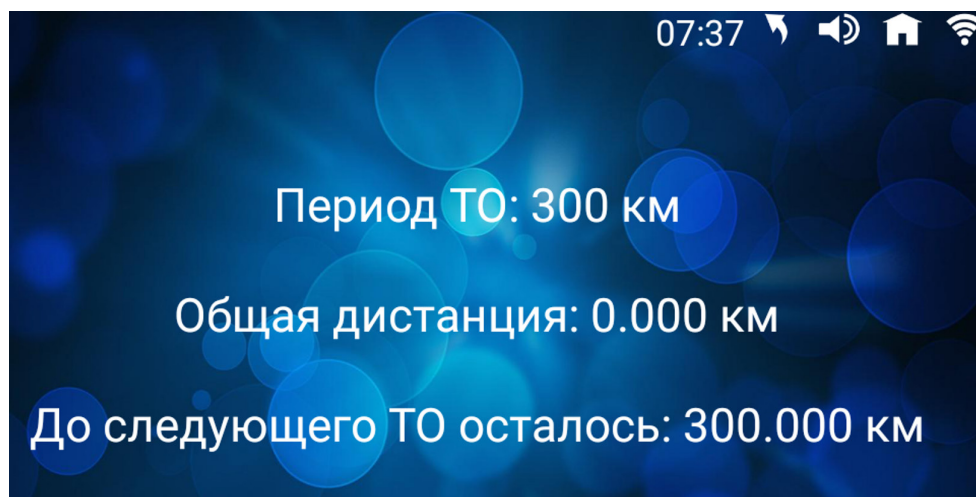





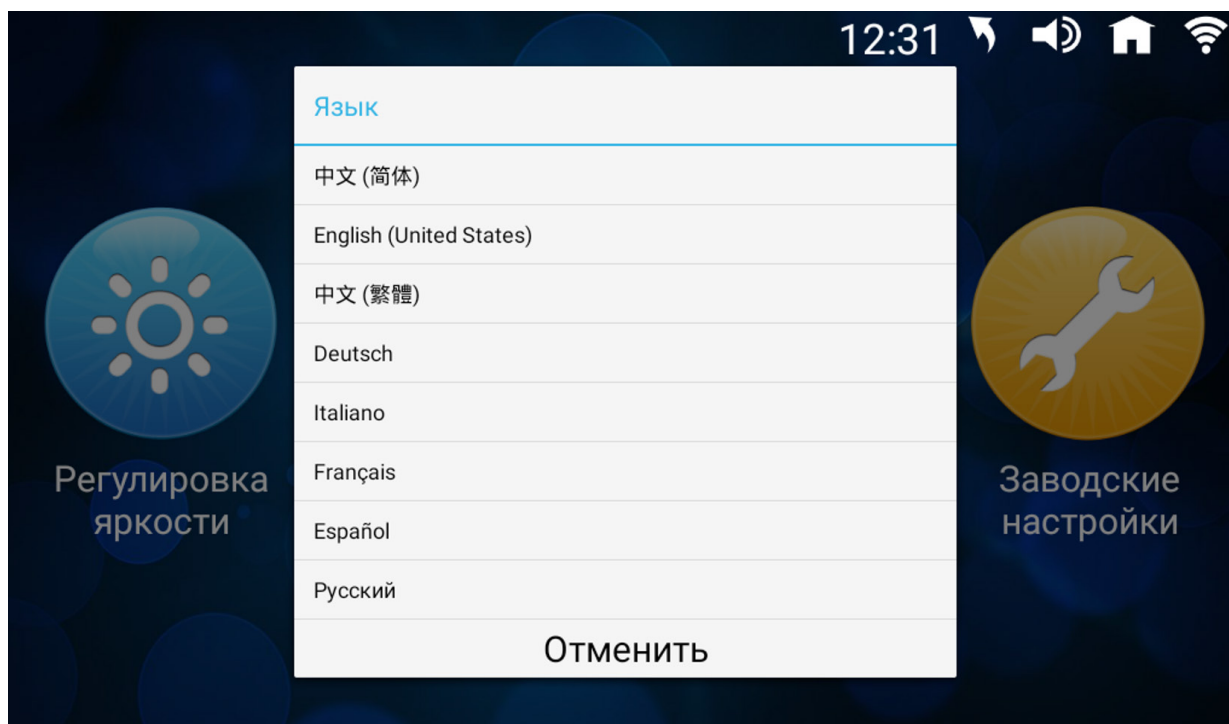
1. Нажмите  для того, чтобы настроить яркость экрана.



2. Нажмите  для того, чтобы посмотреть пробег и техническое обслуживание.



3. Нажмите  для того, чтобы настроить язык.



4. Заводские настройки.

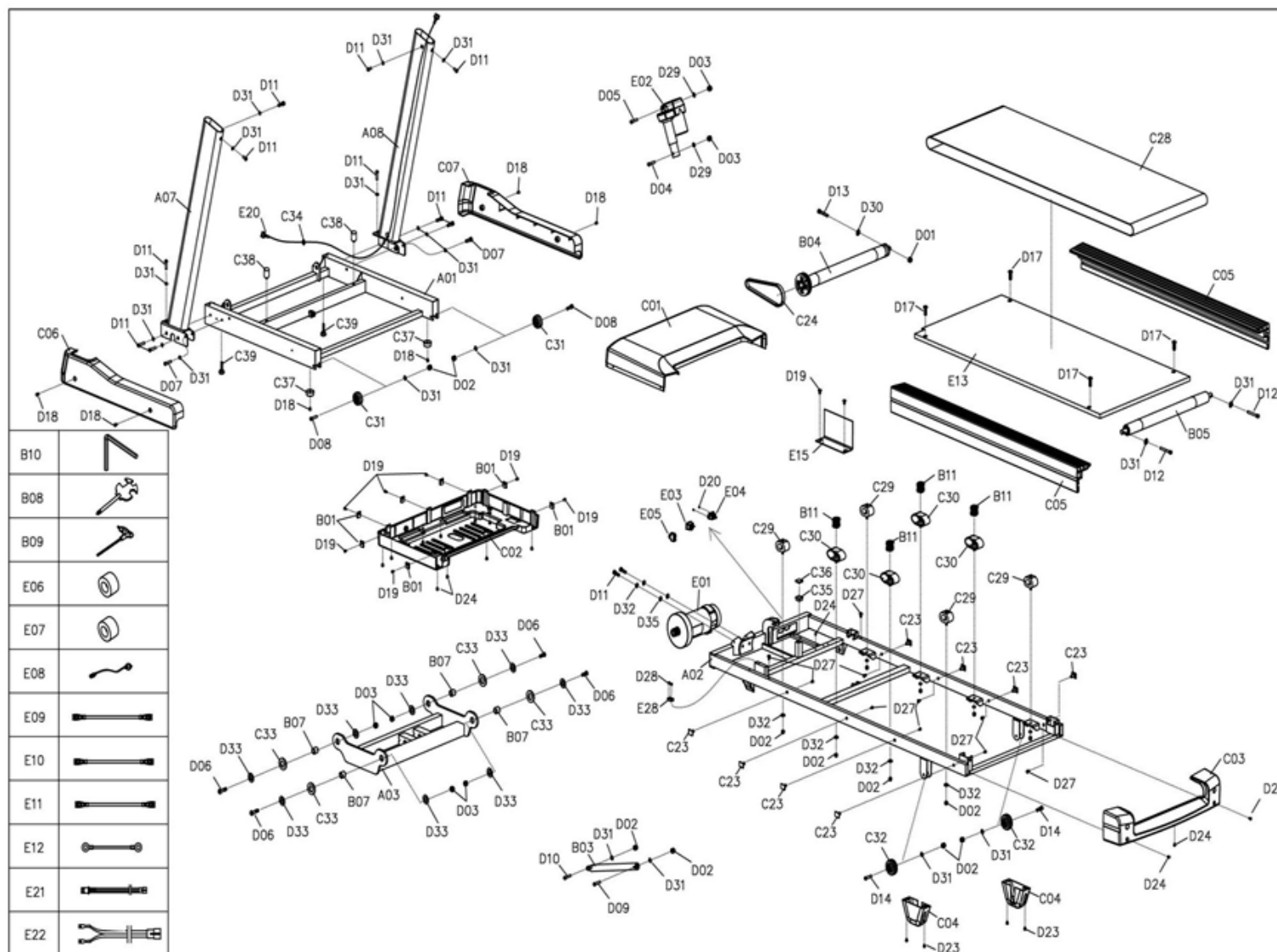
**ВНИМАНИЕ!** Заводские настройки доступны только для сервисного обслуживания.

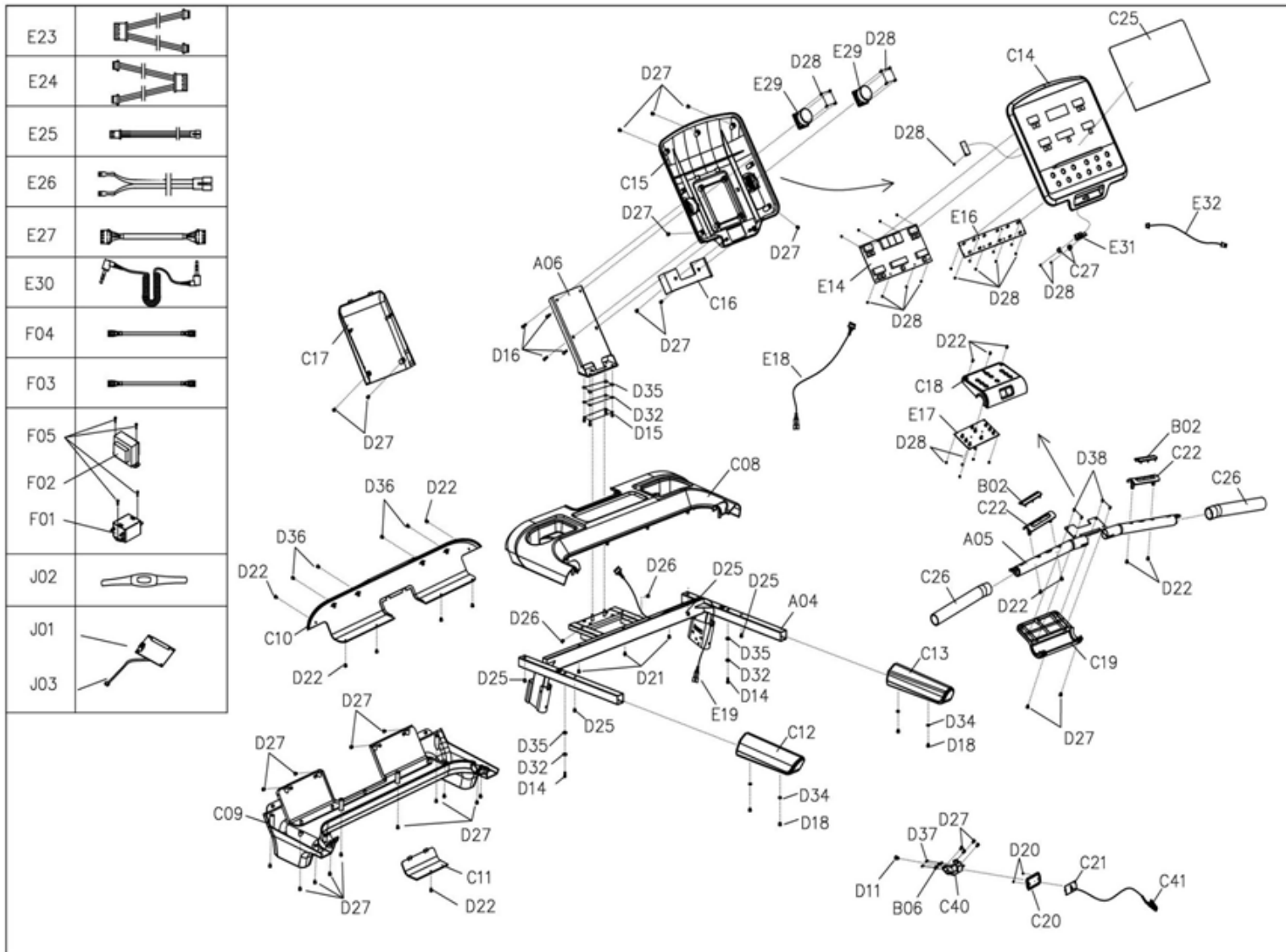
### ВОЗМОЖНЫЕ НЕИСПРАВНОСТИ И СПОСОБЫ ИХ УСТРАНЕНИЯ

В случае неисправности тренажера или каких-либо сбоев в работе, на экране выветиться сообщение, в котором будет содержаться информация о неисправности и способах устранения. Если самостоятельно устранить проблему не удалось, то необходимо обратиться в сервисный центр.

# СПЕЦИФИКАЦИЯ

## СХЕМА КОМПЛЕКТУЮЩИХ ЧАСТЕЙ





### ТАБЛИЦА КОМПЛЕКТУЮЩИХ ЧАСТЕЙ

Номер	Название	Описание	Кол-во	Номер	Название	Описание	Кол-во
A01	Нижняя рама		1	C09	Нижняя накладка рамы дисплея		1
A02	Основная рама		1	C10	Задняя накладка рамы дисплея		1
A03	Рама угла наклона		1	C11	Небольшая нижняя накладка		1
A04	Рама дисплея		1	C12	Поролон левого неподвижного поручня		1
A05	Рама неподвижного поручня		1	C13	Поролон правого неподвижного поручня		1
A06	Опорная рама дисплея		1	C14	Передняя панель		1
A07	Левая вертикальная опора		1	C15	Нижняя панель		1
A08	Правая вертикальная опора		1	C16	Опора передней панели		1
B01	Фиксирующая пластина накладки мотора		7	C17	Опора нижней панели		1
B02	Пластина фиксирования датчика пульса		4	C18	Передняя панель ключа		1
B03	Газовый доводчик		4	C19	Нижняя панель ключа		1
B04	Передний роллер		1	C20	Опора ключа безопасности		1
B05	Задний роллер		1	C21	Ключ безопасности		1
B06	Фиксатор опоры ключа безопасности		2	C22	Накладка датчика пульса		2
B07	Муфта		4	C23	Фиксирующая опора направляющей		8
B08	Крестовой гаечный ключ		1	C24	Приводной ремень		1
B09	Гаечный ключ		1	C25	Пластина консоли		1
B10	#5 Шестигранный гаечный ключ		1	C26	Передний поролон неподвижного поручня		2
B11	Пружина		4	C27	Заглушка аудио модуля		2
C01	Верхняя крышка мотора		1	C28	Беговое полотно		1
C02	Нижняя крышка мотора		1	C29	Амортизатор		4
C03	Задняя накладка		1	C30	Подвижный амортизатор		4
C04	Накладка колеса регулировки		2	C31	Транспортировочное колесо		2
C05	Направляющая		2	C32	Колесо регулировки		2
C06	Левая нижняя накладка		1	C33	Пластиковая шайба		4
C07	Правая нижняя накладка		1	C34	Кольцевая штепсельная вилка		2
C08	Верхняя накладка рамы дисплея		1	C35	Квадратная заглушка		1

Номер	Название	Описание	Кол-во	Номер	Название	Описание	Кол-во
C36	Плоскость EVA		1	D22	Винт	ST4.2x12	14
C37	Плоская ножка регулировки уровня пола		2	D23	Винт	ST4.2x20	4
C38	Цилиндровый амортизатор		2	D24	Винт	ST4.2x12	15
C39	Ножка регулировки уровня пола		2	D25	Винт	ST4.2x40	4
C40	Разъем ключа безопасности		1	D26	Винт	ST4.2x25	2
C41	Зажим ключа безопасности		1	D27	Винт	ST4.2x12	43
D01	Шестигранный фиксатор	M6	1	D28	Винт	ST2.9x8	35
D02	Шестигранный фиксатор	M8	14	D29	Стопорная шайба	10	2
D03	Шестигранный фиксатор	M10	6	D30	Стопорная шайба	6	1
D04	Болт	M10x90 L20	1	D31	Стопорная шайба	8	20
D05	Болт	M10x45 L20	1	D32	Пружинная шайба	8	16
D06	Болт	M10x30 L15	4	D33	Большая шайба	φ10*φ26*2.0	8
D07	Болт	M8x55 L20	2	D34	Большая плоская шайба	φ6*φ12*1.0	4
D08	Болт	M8x50 L20	2	D35	Плоская шайба	8	8
D09	Болт	M8x45 L20	1	D36	Винт	ST4.2x19	4
D10	Болт	M8x25 L15	1	D37	Винт	ST2.9x6.0	4
D11	Болт	M8x15	15	D38	Винт	ST4.2*8	4
D12	Болт	M8x65	2	E01	DC мотор		1
D13	Болт	M6x60	1	E02	Мотор регулировки угла наклона		1
D14	Болт	M8x40	4	E03	Переключатель		1
D15	Болт	M8x15	4	E04	Штекер		1
D16	Болт	M6x15	4	E05	Предохранитель от перегрузки		1
D17	Болт	M8x25	4	E06	Магнитное кольцо		1
D18	Болт	M5x16	10	E07	Магнитное ядро		1
D19	Болт	M5x12	9	E08	Шнур питания		1
D20	Винт	ST2.9x8	4	E09	АС провод	Длина 200 коричневый	1
D21	Винт	ST4.2x60	3	E10	АС провод	Длина 350 коричневый	2

Номер	Название	Описание	Кол-во	Номер	Название	Описание	Кол-во
E11	АС провод	Длина 350 синий	2	E27	Провод для аудио		1
E12	Заземленный провод	Желтый и зеленый	1	E28	Магнитный датчик		1
E13	Дека		1	E29	Динамик		2
E14	Дисплей		1	E30	Мр3 провод		1
E15	Контроллер		1	E31	USB модуль		1
E16	Панель клавиатуры		1	E32	USB кабель питания		1
E17	Передняя панель клавиатуры		1	E33	Силовой усилитель		1
E18	Верхний провод дисплея		1	E34	Провод силового усилителя		1
E19	Средний провод дисплея		1	F01	Фильтр	Дополнительные запчасти для фильтра и индуктора	1
E20	Нижний провод дисплея		1	F02	Индуктор		1
E21	Верхний провод датчика пульса		1	F03	АС провод длина 350mm		1
E22	Нижний провод датчика пульса		2	F04	Заземленный провод длина 350mm		1
E23	Верхний провод панели управления		1	F05	Винт ST4.2x12		4
E24	Нижний провод панели управления		1	J01	Датчик HRC	Дополнительные части для HRC	1
E25	Верхний провод ключа безопасности		1	J02	Кардио датчик		1
E26	Нижний провод ключа безопасности		1	J03	Провод HRC		1

## ДЛЯ ЗАМЕТОК

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



**EAC**