



## РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

### Беговая дорожка UNIX Fit MX-800S



#### ПРИМЕЧАНИЕ



Изделие может незначительно отличаться от изображенного на фото из-за обновлений модели.

Внимательно прочтите инструкции перед использованием оборудования.

Сохраните настоящее руководство для справки в будущем.

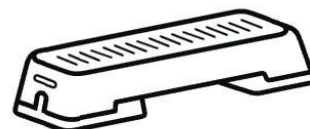


## РАДЫ ПРИВЕТСТВОВАТЬ ВАС, ПОЛЬЗОВАТЕЛИ ПРОДУКЦИИ UNIX FIT!

Мы благодарны, что ваш выбор был остановлен на тренажёре нашего бренда. Для того чтобы обеспечить вашу максимальную сохранность, команда **UNIX Fit** просит вас с вниманием отнестись к изучению инструкции перед использованием тренажёра! В случае если инструкция в дальнейшем будет потеряна, её всегда можно найти на официальном сайте.

**UNIX Fit** заботится о своих покупателях и всегда готов ответить вам на все возникшие вопросы, в том числе и по эксплуатации товара. Для этого достаточно обратиться к продавцу или дилеру, у которого он был приобретен. Уверены, вы с удовольствием будете пользоваться товарами нашего бренда! Помните, что регулярные занятия спортом способствуют улучшению вашего физического состояния, а также влияют на выработку эндорфинов. С брендом **UNIX Fit** вы можете быть уверены, что ваше тело на долгие годы останется подтянутым и красивым.

Мы постоянно развиваемся и предлагаем нашим клиентам самые современные и лучшие технологии на рынке. Все тренажёры бренда **UNIX Fit** много лет пользуются популярностью не только у взрослых, но и у их детей. Для того, чтобы изучить полный ассортимент продукции, перейдите на наш официальный сайт, наведя камеру на QR-код.



UNIXFIT.RU

# СОДЕРЖАНИЕ

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Описание устройства         | 4  |
| Меры предосторожности       | 5  |
| Инструкция по установке     | 8  |
| Инструкция по использованию | 10 |
| Обслуживание устройства     | 16 |

# ОПИСАНИЕ УСТРОЙСТВА



## Список основных характеристик и деталей

### Основные технические характеристики

| № | Название параметра | Описание           |
|---|--------------------|--------------------|
| 1 | Входное напряжение | AC220 В (50/60 Гц) |
| 3 | Скорость           | 0-16,8 км ч        |

### Комплект поставки

| № | Наименование      | Ед. изм     | К-во |  |
|---|-------------------|-------------|------|--|
| 1 | Основной корпус   | компл<br>кт | 1    |  |
| 2 | Набор аксессуаров | шт          | 1    |  |

### Список аксессуаров

| № | Наименование           | К-во | №  | Наименование        | К-во |
|---|------------------------|------|----|---------------------|------|
| 1 | Шестигранный ключ 5 мм | 1    | 7  | Чехол для основания | 1    |
| 2 | Шестигранный ключ 6 мм | 1    | 8  | Винты M8*22         | 4    |
| 3 | Отвертка               | 1    | 9  | Винты M8*45         | 2    |
| 4 | Ключ безопасности      | 1    | 10 | Винты M8*25         | 2    |
| 5 | Силиконовое масло      | 1    |    |                     |      |

# МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

## ВНИМАНИЕ:

Прежде чем складывать тренажер, убедитесь, что он отключен от сети.

## ВАЖНО:

Перед использованием внимательно прочитайте инструкцию:

- Беговая дорожка предназначена для использования в помещении, избегайте сырости и не допускайте попадания воды на устройство, не размещайте на него какие-либо посторонние предметы.
- Перед тренировкой, пожалуйста, наденьте подходящую одежду и кроссовки. Запрещается упражняться на беговой дорожке босиком и без предварительной разминки.
- Кабель питания должен быть заземлен, розетка должна иметь специальную цепь. Избегайте совместного использования с другим электрооборудованием.
- Не подпускайте детей к устройству, чтобы избежать несчастных случаев.
- Избегайте длительной непрерывной работы устройства, иначе это приведет к повреждению двигателя, контроллера и ускоренному износу и старению подшипника, беговых плат на регулярной основе.
- Не допускайте попадания внутрь устройства пыли, поддерживайте нужную влажность в помещении, чтобы избежать статического электричества, так как это может помешать работе электронных часов и контроллеров.
- После занятия отключите устройство от питания.
- Во время работы устройства следите за хорошей вентиляцией помещения.
- Во время занятия убедитесь, что вы закрепили зажимы на вашей одежде - они предотвращают простой в случае чрезвычайной ситуации.
- Если вы чувствуете, что не справляетесь с нагрузкой или резко ощутили недомогание, остановитесь и обратитесь к врачу.
- Силиконовое масло после его использования должно храниться в месте, где дети не могут до него добраться.
- Если кабель питания поврежден, пожалуйста, обратитесь в сервисный центр для ремонта, а не занимайтесь устранением поломки самостоятельно.

## ЗАПРЕЩЕНО:

Во избежание несчастных случаев соблюдайте следующие правила:

- Не используйте устройство, если оно сломано или поврежден его корпус (внутренняя структура) или в случае, если нарушена целостность сварки элементов. В противном случае может произойти несчастный случай или

травма.

- Не прыгайте в процессе движения. Последствием может быть травма, вызванная падением.
- Не используйте и не храните устройство в ванной комнате или рядом с ней или в подобном влажном помещении.
- Не размещайте устройство под прямыми солнечными лучами и местами высокой температуры вблизи отопительных приборов, а также, например, не используйте и не храните его поверх коврового покрытия. В противном случае может произойти утечка и взрыв.
- Не используйте устройство, если кабель питания поврежден или ослаблен контакт кабеля питания, в противном случае это может привести к поражению электрическим током, короткому замыканию или пожару.
- Не повреждайте или не сгибайте кабель питания. Также не размещайте на нем тяжелые предметы, не пережимайте линию питания, иначе это может привести к пожару или поражению электрическим током.
- Не допускается использование устройства двумя и более человек.
- Обратите внимание: не приближайтесь к окружающим вас людям в процессе использования - это может вызвать несчастный случай или травму из-за падения.
- Не допускается использование устройства людьми без сознания или в состоянии, при котором они не контролируют свои действия - может произойти несчастный случай или травма. Избегайте попадания воды или других жидкостей, в том числе напитков, на одежду и корпус устройства - может привести к поражению электрическим током и возгоранию.
- Данное устройство не предназначено для использования лицами (включая детей) с ограниченными физическими, умственными или психическими возможностями, или с недостаточным опытом и знаниями, за исключением случаев, когда за ними осуществляется надлежащий контроль и проведен инструктаж по использованию устройства лицом, ответственным за их безопасность.
- Необходимо следить за тем, чтобы дети не играли с тренажером, когда он не используется.

## **ЗАПРЕЩЕНО:**

- Люди, обычно редко делающие физические упражнения, не должны внезапно совершать интенсивные упражнения.
- После еды или в случае усталости, если физическое состояние человека не является нормальным, использование устройства не разрешается. В противном случае это может привести к причинению вреда вашему здоровью.
- Устройство подходит для семейного использования, но не должно размещаться в школах, гимназиях и любых подобных местах. Существует опасность получения травмы.

- Не используйте устройство во время диеты или одновременно выполняйте другие упражнения.
- Не используйте устройство, если чувствуете себя слишком расслабленными, например, после выпивки. Это может привести к несчастному случаю или травме.
- Не используйте устройство, в кармане брюк у вас находятся жесткие предметы. Это может привести к несчастному случаю или травме.
- Не используйте устройство, когда вилка питания расположена в непосредственной близости от железной поверхности, мусора или воды. Это может привести к поражению электрическим током или короткому замыканию, пожару.
- Не прикасайтесь влажными руками!
- Когда устройство не используется, вытащите вилку из розетки. Пыль и влажность могут привести к износу изоляции и привести к утечке тока.

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО ЗАЗЕМЛЕНИЮ:**

Устройство должно быть заземлено. В случае неисправности заземление обеспечит канал наименьшего сопротивления электрическому току, чтобы снизить риск поражения электрическим током.

Устройство оснащено заземляющим проводником и заземленной штепсельной вилкой, при этом розетка для вилки должна полностью соответствовать местным нормам или законам, быть установленной и заземленной надлежащим образом, с соответствующим гнездом.

## **ОПАСНО:**

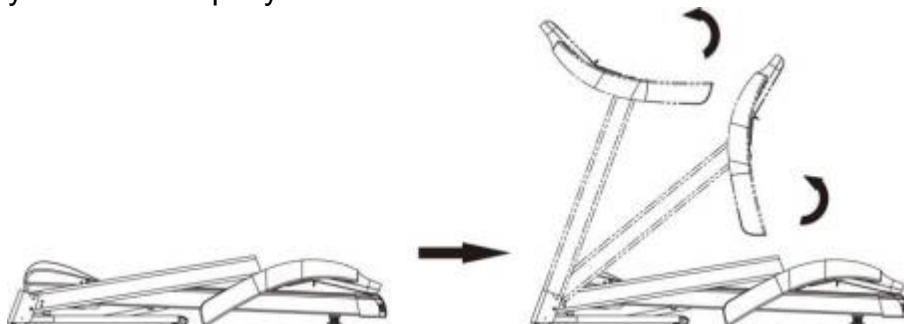
Если подсоединение заземляющего оборудования произведено неправильно, это может привести к поражению электрическим током. Если у вас есть сомнения относительно состояния вашего устройства, просьба поручить специалисту-электрику это проверить. Также, если вилка и розетка, прилагаемые к изделию, не совпадают, пожалуйста, поручите профессионалу установить электрическую розетку.

Если устройство заземлено правильно, пожалуйста, проверьте, что вилка имеет ту же форму, что и розетка - данное устройство не может использоваться с адаптером или переходником.

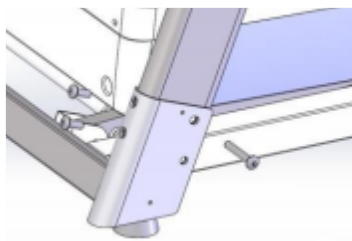
# ИНСТРУКЦИИ ПО УСТАНОВКЕ

Во время установки сначала просто закрепите все винты, а затем затяните их до конца после окончания установки.

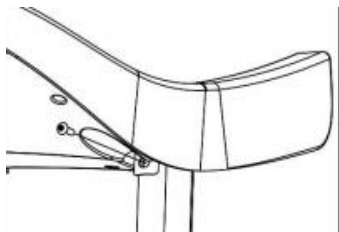
1. Разместите тренажер на ровной поверхности и поднимите стойки в положение, указанное на рисунке:



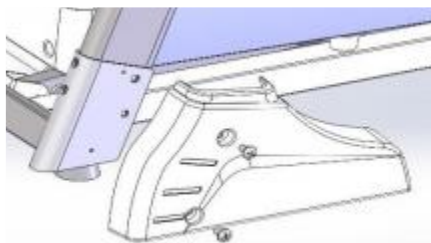
2. Закрепите стойки с помощью шестигранного ключа 5#, винтов M8\*22 и гаек. Зафиксируйте положение шайб и гаек с помощью винтов M8\*45.



3. Зафиксируйте положение стоек с помощью шестигранного ключа 5# и фиксирующих шайб M8\*25.



4. С помощью отвертки и винтов M5\*14 закрепите декоративные кожухи по обеим сторонам основания корпуса.



5. Поместите ключ безопасности на участок, показанный на рисунке. На этом установка завершена.



## **ВНИМАНИЕ:**

Прежде чем включить устройство, пожалуйста, убедитесь, что все вышеуказанные требования унифицировали все винты после установки, а также, что не осталось никаких лишних деталей.

# ИНСТРУКЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ



Тренировка запускается после 5-секундного обратного отсчета.

## Число программ

3 ручные программы, 12 автоматических программ, 1 FAT- программа .

## Ключ безопасности

При отсоединении ключа безопасности на экране появится код ошибки E7, и вы услышите звуковой сигнал . Тренажер должен немедленно остановиться . Для продолжения использования беговой дорожки подсоедините обратно ключ безопасности . Данные будут обновлены через 2 секунды .

## Функции кнопок

### Кнопки Start и Stop:



Нажмите кнопку Start, чтобы запустить беговую дорожку . На экране отобразится скорость в 0,8 км/ч, и тренажер придет в движение . Кнопка Stop: Когда беговая дорожка находится в рабочем состоянии, нажмите кнопку Stop, все данные с экрана будут удалены, а беговая дорожка постепенно осуществит полную остановку и вернется в ручной режим.

### Кнопка Program:



Нажмите кнопку Program, чтобы перейти в ручной режим или к выбору автоматических программ (P1 - P12); режим по умолчанию – ручной, диапазон скорости – 0,8 – 16,8 км/ч .

### Кнопка Mode:



В режиме ожидания нажмите эту кнопку, чтобы отобразить опции 3-х различных режимов работы обратного отсчета – времени, дистанции или калорий . Установите желаемое целевое значение с помощью кнопок + и -, и нажмите кнопку Start для запуска тренировки .

### Кнопки speed+-:



Каждое нажатие кнопок увеличит или уменьшит скорость на 0.1 км/ч . Нажмите и удерживайте кнопку для непрерывного повышения или уменьшения скорости . Кнопки размещены на поручне .

### Быстрые кнопки Speed:

Когда дорожка находится в движении, используйте эти кнопки для быстрого установления скорости на 3/6/9/12 км/ч .

### Кнопки управления медиа -файлами:

Используйте кнопки «Воспроизвести», «Пауза», «Назад», «Вперед», а также кнопки регулировки громкости при воспроизведении музыки с USB- носителя .

### Кнопки быстрого переключения скорости:

Используйте эту кнопку для быстрого переключения скорости между параметрами 3, 6, 9 и 12 км/ч .

### Кнопки Incline:

Каждое нажатие кнопок увеличит или уменьшит наклон в режиме установки параметров или во время тренировки . Нажмите и удерживайте кнопку в течение 2 секунд для непрерывного повышения или уменьшения наклона .

### Функции дисплея:

#### Speed.

Отображает текущую скорость движения .

#### Time

Отображает время с момента запуска в ручном режиме и обратный отсчет в автоматических режимах и программах .

#### Distance

Отображает общее расстояние в ручном режиме и программах . В автоматическом режиме отображает обратный отсчет расстояния .

#### Calorie

Отображает общее число калорий в ручном режиме и программах . В автоматическом режиме отображает обратный отсчет числа калорий .

#### Heart rate

При обнаружении сигнала на экране будет отображаться значение сердечного ритма и мигающий значок в виде сердечка .

### Диапазон отображаемых значений

ВРЕМЯ : 5:00 – 99.59(мин)

ДИСТАНЦИЯ: 1.0 – 99.9(км)

КАЛОРИИ: 20.0 – 999 (ккал)

СКОРОСТЬ: 0.8 – 16.0(км/ч)

ПУЛЬС: 50 – 200 (ударов/мин)

### Функция измерения пульса

В режиме тренировки удерживайте датчик пульса в руке в течение 5 секунд . Ваша текущая частота сердечных сокращений отобразится на экране в диапазоне 50-200 ударов/мин . Во время измерения вы также увидите мигающий значок в виде сердечка .

Предоставляемая информация предназначена только для справки, и ее нельзя рассматривать как медицинские данные .

### Автоматические программы (с наклоном)

Каждая программа разделена на 10 сегментов, и время работы каждого сегмента программы распределено равномерно . Ниже приведена форма распределения времени для 12 программ

| Время<br>Программа |          | Уст.время / 10 = время каждого сегмента |   |   |   |    |   |    |    |   |    |
|--------------------|----------|-----------------------------------------|---|---|---|----|---|----|----|---|----|
|                    |          | 1                                       | 2 | 3 | 4 | 5  | 6 | 7  | 8  | 9 | 10 |
| P1                 | СКОРОСТЬ | 3                                       | 3 | 6 | 5 | 5  | 4 | 4  | 4  | 4 | 3  |
|                    | НАКЛОН   | 0                                       | 3 | 3 | 3 | 4  | 4 | 4  | 1  | 1 | 0  |
| P2                 | СКОРОСТЬ | 3                                       | 3 | 4 | 4 | 5  | 5 | 5  | 6  | 6 | 4  |
|                    | НАКЛОН   | 2                                       | 2 | 2 | 3 | 3  | 3 | 3  | 4  | 4 | 2  |
| P3                 | СКОРОСТЬ | 2                                       | 4 | 6 | 8 | 7  | 8 | 6  | 2  | 3 | 2  |
|                    | НАКЛОН   | 3                                       | 5 | 4 | 4 | 3  | 4 | 4  | 3  | 4 | 2  |
| P4                 | СКОРОСТЬ | 3                                       | 3 | 5 | 6 | 7  | 6 | 5  | 4  | 3 | 3  |
|                    | НАКЛОН   | 0                                       | 3 | 3 | 2 | 2  | 5 | 5  | 3  | 3 | 2  |
| P5                 | СКОРОСТЬ | 3                                       | 6 | 6 | 6 | 8  | 7 | 7  | 5  | 5 | 4  |
|                    | НАКЛОН   | 3                                       | 5 | 3 | 4 | 2  | 3 | 4  | 2  | 3 | 2  |
| P6                 | СКОРОСТЬ | 2                                       | 6 | 5 | 4 | 8  | 7 | 5  | 3  | 3 | 2  |
|                    | НАКЛОН   | 3                                       | 4 | 5 | 6 | 3  | 5 | 5  | 6  | 4 | 3  |
| P7                 | СКОРОСТЬ | 2                                       | 9 | 9 | 7 | 7  | 6 | 5  | 3  | 2 | 2  |
|                    | НАКЛОН   | 0                                       | 3 | 3 | 3 | 4  | 4 | 4  | 1  | 1 | 0  |
| P8                 | СКОРОСТЬ | 2                                       | 4 | 4 | 4 | 5  | 6 | 8  | 8  | 6 | 2  |
|                    | НАКЛОН   | 1                                       | 1 | 4 | 4 | 4  | 5 | 5  | 4  | 3 | 2  |
| P9                 | СКОРОСТЬ | 2                                       | 4 | 5 | 5 | 6  | 5 | 6  | 3  | 3 | 2  |
|                    | НАКЛОН   | 3                                       | 5 | 3 | 4 | 2  | 3 | 4  | 2  | 3 | 2  |
| P10                | СКОРОСТЬ | 2                                       | 5 | 7 | 5 | 8  | 6 | 5  | 2  | 4 | 3  |
|                    | НАКЛОН   | 1                                       | 5 | 6 | 8 | 12 | 9 | 10 | 9  | 5 | 3  |
| P11                | СКОРОСТЬ | 2                                       | 5 | 6 | 7 | 8  | 9 | 10 | 5  | 3 | 2  |
|                    | НАКЛОН   | 3                                       | 5 | 6 | 8 | 6  | 5 | 8  | 7  | 5 | 2  |
| P12                | СКОРОСТЬ | 2                                       | 3 | 5 | 6 | 8  | 6 | 9  | 6  | 5 | 3  |
|                    | НАКЛОН   | 5                                       | 7 | 5 | 8 | 6  | 5 | 9  | 10 | 6 | 2  |

## Режимы обратного отчета

Значение по умолчанию для времени - 30:00 мин, диапазон 5:00—99:00 мин с шагом 1:00 мин . Значение по умолчанию для калорий - 50 ккал, диапазон 20 --- 990 ккал с шагом 10 ккал. Значение по умолчанию для дистанции - 1.0 км, диапазон 1.0 - 99.0 км с шагом 1.0 км . Для переключения между режимами используйте кнопку Mode

## Индекс массы тела (FAT)

В ручном режиме нажмите кнопку "Program", чтобы перейти к настройкам ИМТ. Отобразится значок "FAT". Нажмите кнопку "Settings", чтобы ввести параметры (F1 - пол, F2-возраст, F3- рост, F4 - вес), установить их можно с помощью кнопок "Speed+ ", "Speed - ". Введите в параметр F5 значение пульса, посмотрите индекс массы тела. ИМТ (FAT) - это мера отношения веса и роста человека, которая не учитывает пропорции фигуры. Подходит для женщин и мужчин, позволяет распознать недостаток или переизбыток веса. Нормальным значением является ИМТ 20-25, меньше 19 - наблюдается недостаток массы, 25-29 - наличие лишнего веса, выше 30 - ожирение. Диапазон значений дан ниже (значение примерное и может быть использовано только для нестрогой оценки, ни в коем случае не является медицинским показателем)

|                |                 |
|----------------|-----------------|
| Пол            | 01 муж - 02 жен |
| Возраст        | 10 - 99         |
| Рост           | 100 - 200       |
| Вес            | 20 - 150        |
| FAT≤19         | Недостаток веса |
| FAT= (20---25) | Нормальный вес  |
| FAT= (25---29) | Лишний вес      |
| FAT≥30         | Ожирение        |

## Другое

После завершения тренировки в режиме обратного отчета на экране отобразится надпись "End", и вы услышите звуковой сигнал, который прекратится после полной остановки тренажера и его перехода в ручной режим.

Настройка параметров, таких как время, происходит циклически, например, в диапазоне 5:00 - 99:00. Если установлено значение 99:00, можно нажать "+" и вернуться к 5:00 в непрерывном цикле. Аналогично можно производить вычитание посредством кнопки "-".

Возможно использование только одного режима обратного отсчета одновременно. При этом все остальные параметры будут подсчитываться в прямом подсчете .

Стандартное значение затраты калорий - 30 ккал/км. Ускорение составляет 0,5 км/с, торможение - 0,5 км/с.

## Значение кодов ошибок

| Код       | Описание                                                                                                                                      | Решение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>E1</b> | Нестабильное соединение: при включенном питании соединение между нижним контроллером и консолью является нестабильным .                       | Возможная причина: отсутствует сигнал между нижним контроллером и консолью; проверьте все соединения между контроллером и консолью, убедитесь в их исправности . Проверьте соединительный кабель и замените в случае его повреждения .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>E2</b> | Двигатель не обнаружен                                                                                                                        | Возможная причина:<br>Проверьте кабель, идущий к двигателю, на предмет правильного подключения . Подсоедините кабель повторно, если требуется .<br>Проверьте кабель, идущий к двигателю и замените его, если он поврежден или имеет запах гари .<br>Проверьте датчик скорости на предмет отсутствия соединения или поломки .                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>E5</b> | Защита от избытка тока: Во включенном состоянии нижний контроллер обнаруживает, что ток превышает 6А в течение более чем 3 секунд .           | Возможная причина:<br>Перегрузка приводит к появлению чрезмерного тока в системе, и она перестает работать в рамках режима самосбережения . Возможно также торможение одной из деталей, что приводит к остановке двигателя .<br>Отрегулируйте беговую дорожку и перезапустите ее . Проверьте, не выделяется ли жидкость или запах гари во время работы двигателя . Если да, замените двигатель . Проверьте, имеет ли контроллер запах гари . Если да, замените контроллер . Проверьте входное напряжение . Если оно не соответствует спецификации, подайте на вход правильное напряжение и снова проверьте работу тренажера . |
| <b>E6</b> | Взрывозащита: ненормальное напряжение или неисправный двигатель вызывают неполадки в электроцепи, под контролем которой находится двигатель . | Возможная причина:<br>Проверьте, чтобы входное напряжение было не более чем на 50% ниже номинального .<br>Подайте на вход требуемое напряжение и снова проверьте работу тренажера .<br>Проверьте, не перегорел ли контроллер, и, если нужно, замените его .<br>Проверьте, надежно ли подсоединен ли кабель двигателя, и, если нужно, подключите его повторно .                                                                                                                                                                                                                                                                |

|           |                             |                                        |
|-----------|-----------------------------|----------------------------------------|
| <b>E7</b> | Ключ безопасности не найден | Поместите ключ безопасности на место . |
|-----------|-----------------------------|----------------------------------------|

# ОБСЛУЖИВАНИЕ УСТРОЙСТВА

## ВНИМАНИЕ:

Перед чисткой или техническим обслуживанием, пожалуйста, убедитесь, что беговая дорожка отключена от сети питания.

Очистка: Полная очистка продлевает срок службы электрической беговой дорожки. Периодически удаляйте пыль, чтобы обеспечить чистоту деталей. Обязательно очищайте обе стороны открытой части беговой дорожки, что уменьшит скопление грязи. Удостоверьтесь, что носите чистые кроссовки, чтобы не допустить попадание инородного тела внутрь корпуса устройства. Ленту беговой дорожки можно мыть влажной тряпочкой. Пожалуйста, обратите внимание, чтобы не плеснуть воду на электрические компоненты.

## ВНИМАНИЕ:

Перед тем, как снять передний щит, убедитесь, что устройство отключено от сети питания. Открывайте корпус для очистки пылесосом, по крайней мере, один раз в год.

### Смазывание беговой ленты

Внутренние части беговой дорожки покрыты смазкой. Трение между бегущей лентой и бегущей дорожкой сильно влияет на срок службы и производительность устройства, поэтому детали должны подвергаться регулярной смазке. Мы рекомендуем регулярно проверять состояние устройства. Если поверхность корпуса повреждена, обратитесь в центр обслуживания клиентов.

### Мы рекомендуем смазывать детали по следующему графику:

Легкая нагрузка (использование менее 3 часов в неделю) - один раз в 5 месяцев;  
Средняя нагрузка (4-7 часов в неделю) - один раз в 2 месяца;  
Тяжелая нагрузка (более 7 часов в неделю) - раз в месяц.

Для лучшей защиты электрической беговой дорожки и продления срока службы устройства рекомендуется не использовать устройство дольше чем в течение двух часов без отключения от электропитания хотя бы на 10 минут.

Если лента беговой дорожки слабо натянута, будет заметно снижена эффективность бега. Слишком плотное натяжение может снизить характеристики двигателя, заставляя его работать с повышенным износом. Руки лучше держать с обеих сторон беговой дорожки на расстоянии от пульта в 50 - 75 мм.

Чтобы повысить эффект использования беговой дорожки и улучшить ее работу, вам лучше настроить ее оптимальное состояние.

### Выравнивание ленты

- Поместите электрическую беговую дорожку на ровную поверхность.
- Запустите беговую дорожку со скоростью около 6-8 км/час.

- Если лента слишком смещена вправо, поверните правый регулировочный болт по часовой стрелке на 1/2 оборота, затем отрегулируйте болт по часовой стрелке на 1/2 оборота (Рисунок А).
- Если лента слишком смещена влево, поверните левый регулировочный болт по часовой стрелке на 1/2 оборота, затем поверните на 1/2 оборота правый регулировочный болт против часовой стрелки (Рисунок В).



### Регулировка степени натяжения ленты

Когда вы используете беговую дорожку длительный период времени, лента изнашивается и из-за разрывов и деформации становится рыхлой. Тогда вам необходимо выполнить соответствующую настройку, чтобы облегчить безопасное использование.

**Шаг 1:** как понять, что нужна регулировка: при беге появляется ощущение случайного запаздывания, что указывает на то, что беговая лента немного ослаблена. После этого необходимо сделать дополнительную проверку (см. следующий пункт).

Как определить, какая часть ослаблена: открутите четыре винта на защитном кожухе и запустите беговую дорожку со скоростью 1 км/ч, а затем встаньте на беговую ленту, возьмитесь за поручни и слегка пробегитесь по ленте (регулировка натяжения собственным весом пользователя рекомендуется производителем)

А. Натяжение является оптимальным, если легкий шаг не вызывает торможение ленты.

В. Если легкий шаг останавливает движущуюся ленту, но лента и задний ролик все еще движутся, это указывает на то, что беговая лента ослаблена, и для обеспечения безопасности использования необходимо выполнить соответствующие регулировки.

С. Если вы заметили, что мгновенный шаг приводит к остановке беговой ленты и ленты, но двигатель все еще работает, это означает, что лента ослаблена, и для обеспечения безопасности использования необходимо выполнить соответствующие регулировки.

**Шаг 2:** используйте гаечный ключ, чтобы отрегулировать винты у основания корпуса двигателя. Одновременно попробуйте осторожно вытянуть ленту, расположенную между валом двигателя и передним роликом. Если она слишком ослаблена, вы сможете вытянуть ленту целиком; если она, наоборот, натянута слишком сильно, вы не сможете вытянуть ленту. После регулировки целесообразно вытянуть ленту на 80%. Отрегулируйте натяжение ленты так, чтобы ее можно было перевернуть на 80%.

**Шаг 3:** после окончания регулировки не забудьте закрепить защитный кожух двигателя.

## Применение силиконового масла

**Шаг 1:** обрежьте кончик бутылки с маслом (Рисунок 1).

**Шаг 2:** на левой и правой заглушках найдите крышки в форме капелек (Рисунок 2).

**Шаг 3:** откройте крышки (Рисунок 3).

**Шаг 4:** залейте силиконовое масло в отверстие (Важно: по 1/4 бутылки за раз) (Рисунок 4).

**Шаг 5:** после загрузки масла запустите тренажер на скорости 4-5 км/ч. Пройдитесь по беговой поверхности в течение 1-2 минут для равномерного распределения масла.



Рис. 1



Рис.2



Рис.3



Рис.4

## Bluetooth APP:



**ТРЕНИРУЙТЕСЬ  
ВМЕСТЕ С**

