

**Красота и здоровье
начинаются с нас**

8643

Дорогой покупатель!

Поздравляем Вас с этим удачным приобретением!

Теперь Вы владелец суперсовременного тренажера 8643 с функцией Reverse (обратное вращение)!

А благодаря простоте и удобству в эксплуатации, а так же современному дизайну занятия будут приносить Вам только удовольствие.

Уверены, что данная модель удовлетворит всем Вашим запросам!

Прежде чем начать пользоваться тренажером, изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования.

Условия хранения




- Тренажер рекомендуется использовать только в помещении.
- Не допускается устанавливать тренажер во влажных, не отапливаемых или пыльных помещениях.
- При использовании тренажера в жилых секторах не лежащих в черте городов необходимо применять схему подключения тренажера к сети электропитания через стабилизатор напряжения эквивалентного мощности тренажера, невыполнение данного условия влечет за собой приостановления гарантийного обслуживания.
- Допустимый температурный режим от +10 до +35°.
- Допустимая влажность 5-57%.

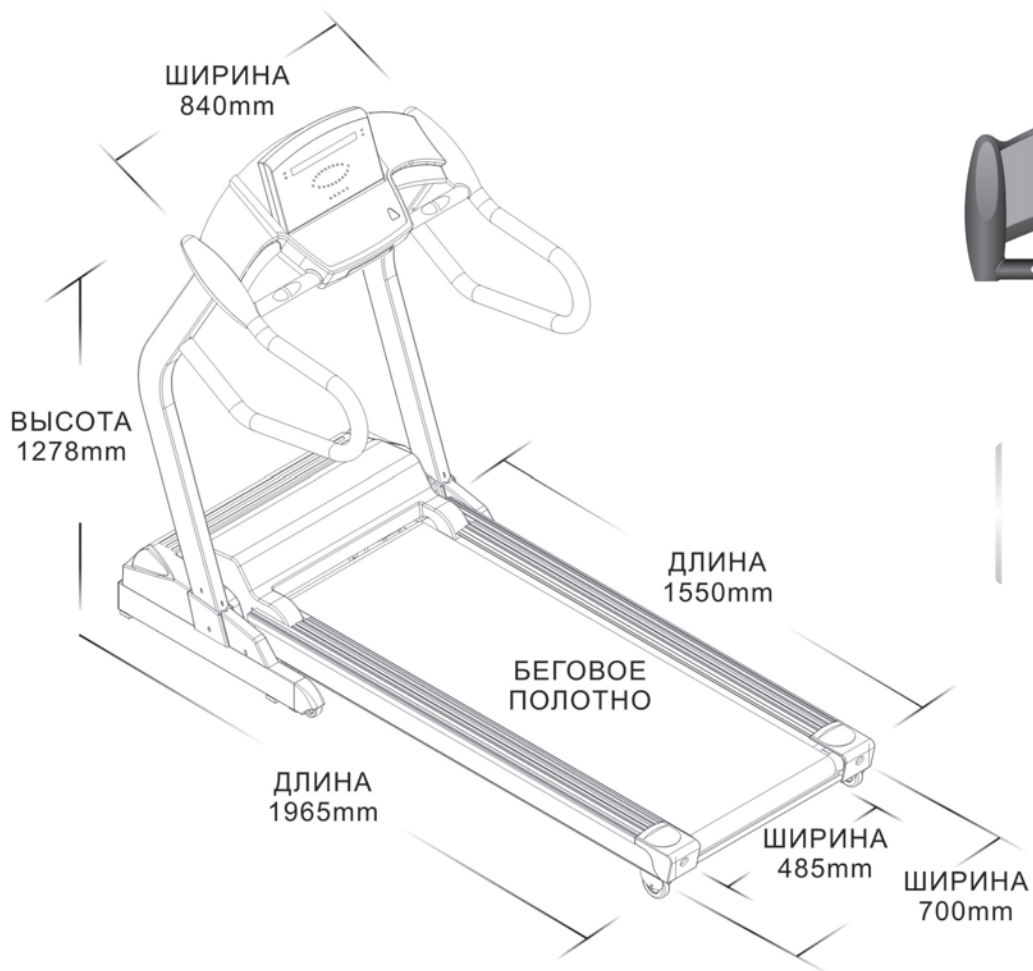
Меры предосторожности

- Перед использованием тренажера проконсультируйтесь с Вашим врачом
- Тренажер не предназначен для коммерческого использования.
- Изготовитель не несет ответственности за любые повреждения или травмы, вызванные нецелевым использованием тренажера.
- Детям не рекомендуется тренироваться на данном тренажере.
- Тренажер разработан в соответствии с мировыми стандартами безопасности.
- Не используйте коррозионные и абразивные материалы для чистки изделия.
- Использование неисправного тренажера может привести к травмам, а также уменьшить срок его службы.
- Тренажер должен быть установлен на ровной поверхности.
- Не прикасайтесь к движущимся элементам тренажера.
- Тренажер предназначен для людей, чей вес не превышает 140 кг.
- Для увеличения срока службы тренажера рекомендуется смазывать беговое полотно каждые 50 км или 1-2 раза в месяц.
- Во избежание высоких нагрузок на двигатель, начиная тренировку, вставляйте ногами на боковые панели бегового полотна, а не на само полотно. Выберите программу, нажмите СТАРТ и только после начала движения полотна вставляйте на беговое полотно. Держитесь за поручни.
- Для тренировки используйте соответствующую спортивную одежду.

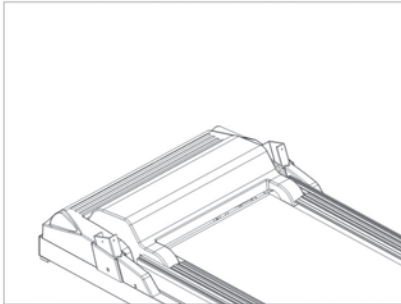
Выбирайте программу тренировок, рекомендованную вашим врачом. Интенсивные тренировки могут нанести вред Вашему здоровью.

■ ПАРАМЕТРЫ	1
■ ЭТАПЫ СБОРКИ	2
■ ФУНКЦИИ ПАНЕЛИ УПРАВЛЕНИЯ	5
■ УПРАВЛЕНИЕ	7
■ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ	21
■ УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ	24
■ СХЕМА СООТНОШЕНИЯ ПУЛЬСА И КОМФОРТА	29
■ ИЗОБРАЖЕНИЕ В РАЗОБРАННОМ ВИДЕ	30
■ КОМПЛЕКТУЮЩИЕ	32

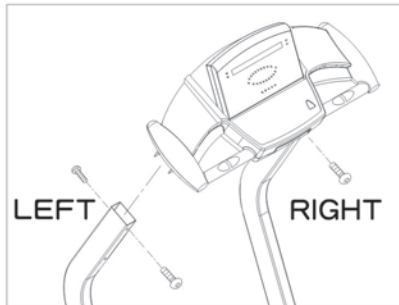




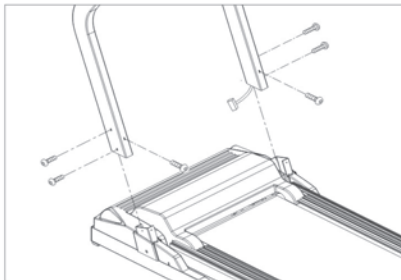
LCD + LED ДИСПЛЕЙ

ШАГ 1

1. Выньте беговую дорожку из упаковки.

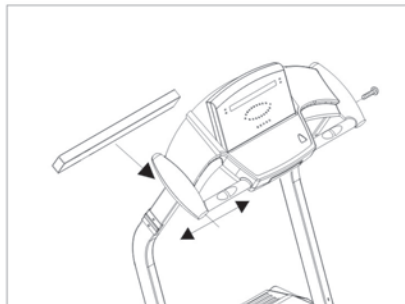
ШАГ 2

- 1. Установите вначале левую стойку**
- 2. Пропустите провода через правую стойку и соедините коннекторы проводов от основной рамы с проводами от компьютера.**
- 3. Зафиксируйте компьютер, используя болты №1 (4 шт) и инструмент №5.**

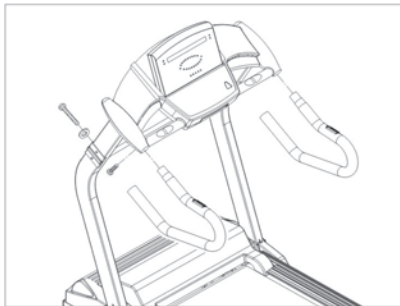
ШАГ 3

1. Зафиксируйте левую и правую стойки к основной части, используя болты №1 и №5.

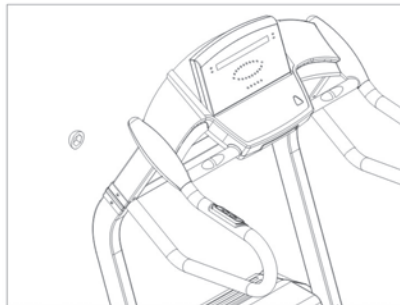
***Примечание: Прежде чем зафиксировать стойку, убедитесь, что коннекторы соединены должным образом. Будьте внимательны - не повредите провода, пережав их!**

ШАГ 4

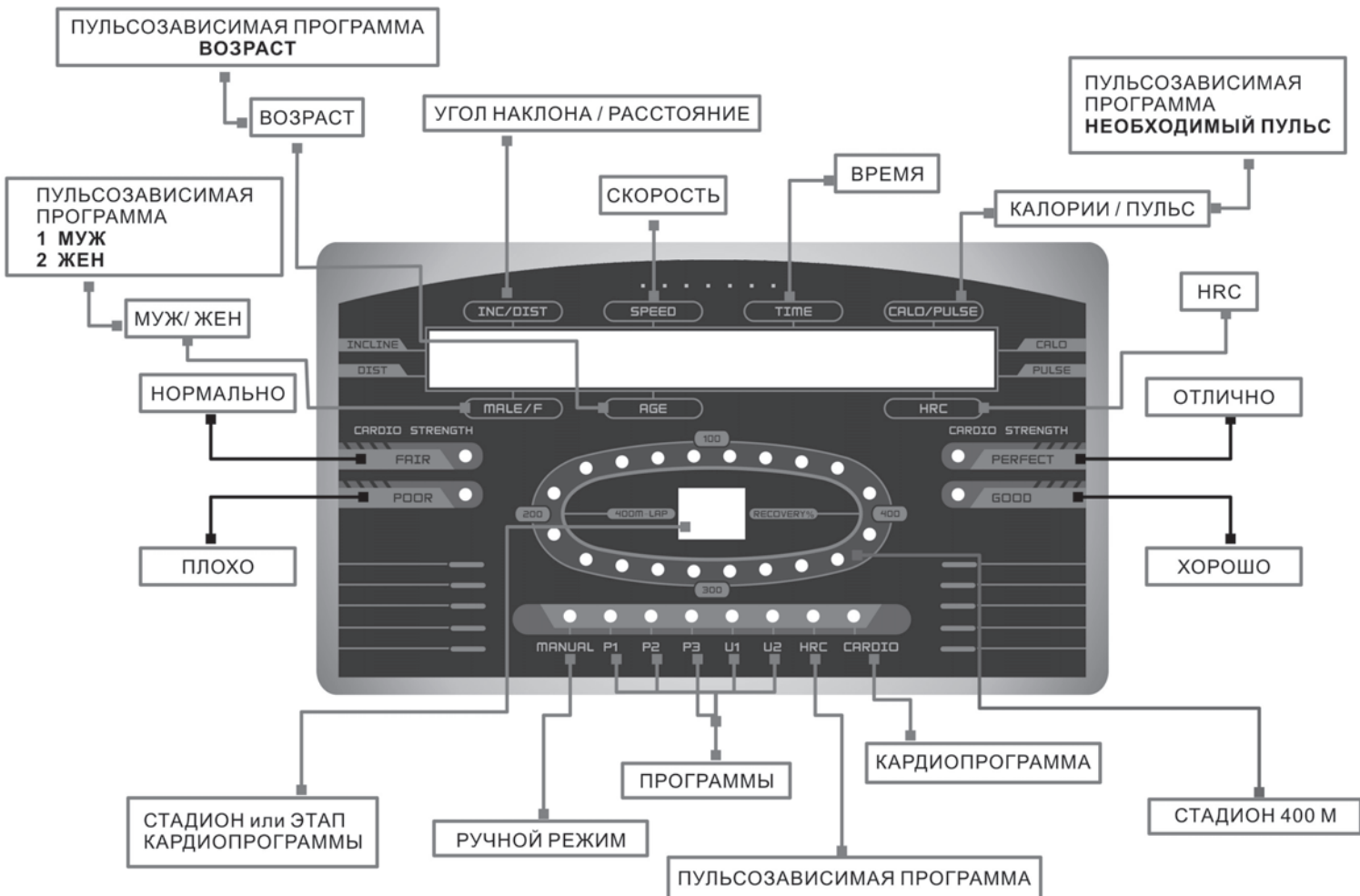
1. Закрепите фиксирующую перекладину на стойки. Не забудьте установить крышку перекладины (№8), используя болт №12 и инструмент №5.

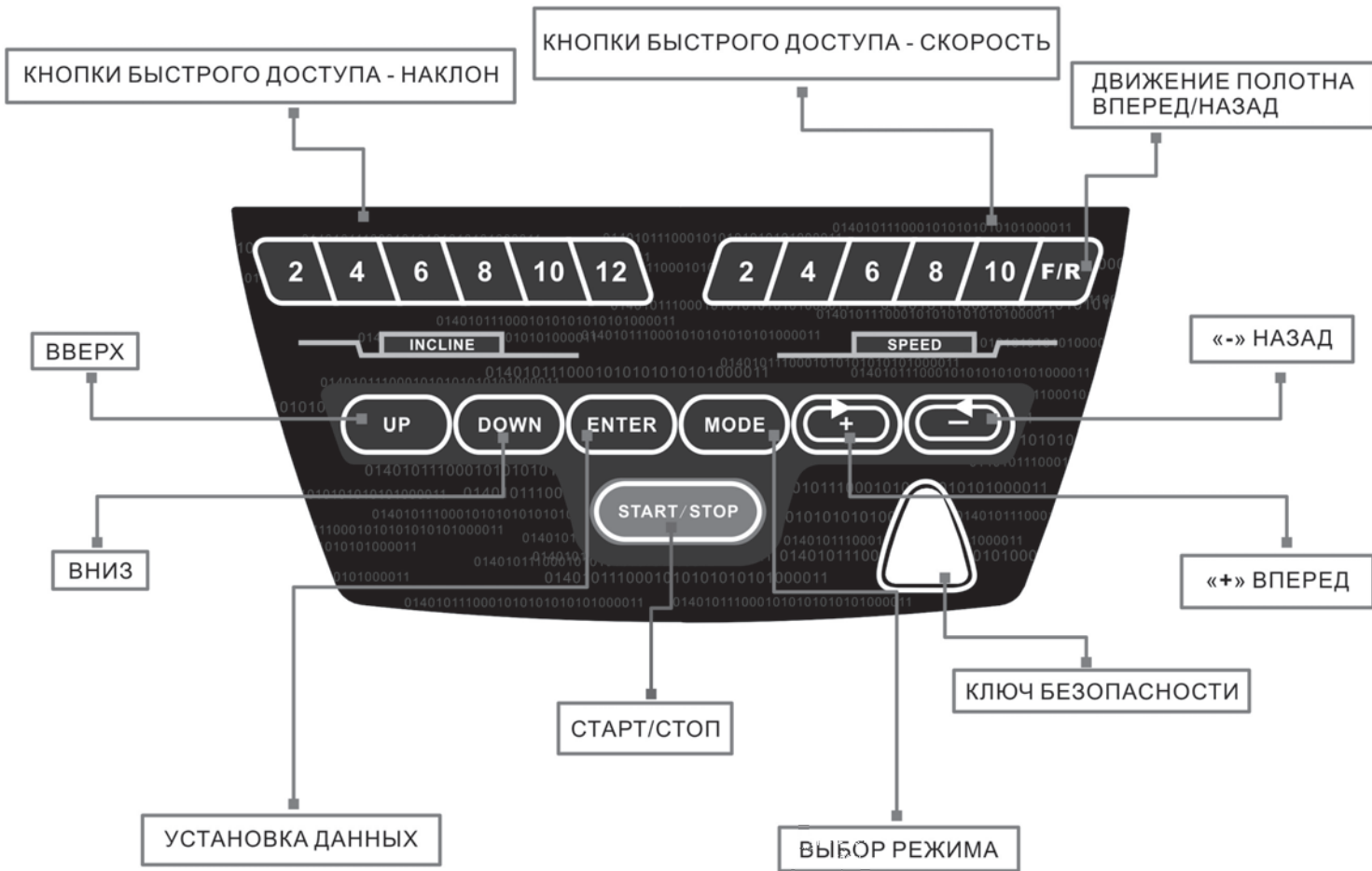
ШАГ 5

1. Установите рукоятки к правой и левой стойкам используя шайбы №2 и инструмент №9.
2. Зафиксируйте рукоятки к компьютеру с помощью болтов №4 и инструмента №9.

ШАГ 6

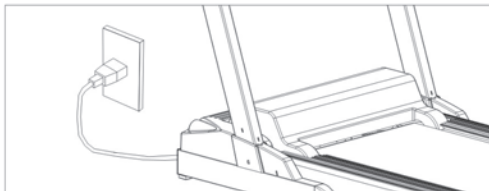
1. Закрепите головку болта с помощью заглушки на детали №3.





НАЧАЛО ТРЕНИРОВКИ

Шаг 1.
Включите питание
беговой дорожки



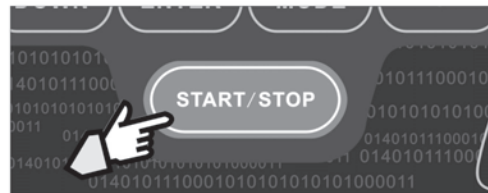
Шаг 2.
Установите ключ
безопасности



Шаг 3.
Выберите программу

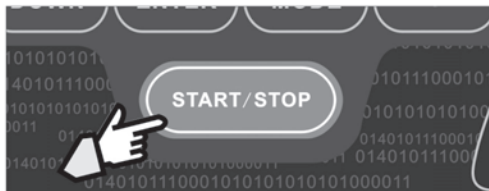


Шаг 4.
Нажмите «Старт»



ОКОНЧАНИЕ ТРЕНИРОВКИ

Нажмите кнопку «Стоп» или выньте ключ безопасности из ячейки

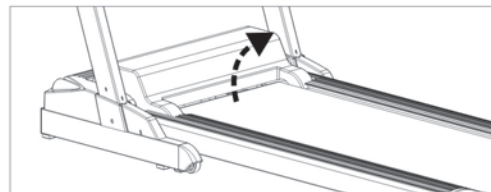
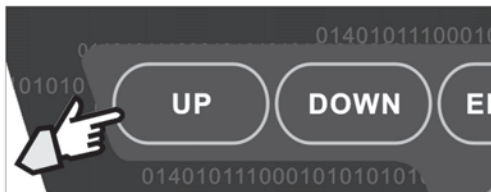


ПРОГРАММЫ

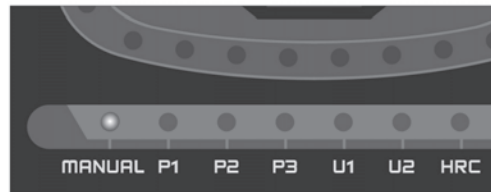
РУЧНОЙ РЕЖИМ

Для увеличения угла наклона нажмите «INCLINE UP».

Для уменьшения угла наклона нажмите «INCLINE DOWN».



Нажмите «MODE», выберите значение «М». Нажмите «СТАРТ» для запуска бегового полотна. Изменяйте скорость движением клавиш «+» или «-» для увеличения или уменьшения скорости соответственно.

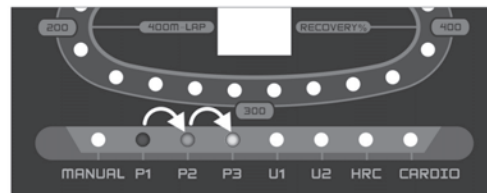


Используйте клавиши «+» или «-», чтобы выбрать необходимое значение скорости.

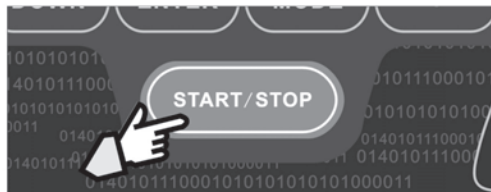
Используйте клавиши «UP» или «DOWN», чтобы выбрать необходимое значение угла наклона полотна.

ВСТРОЕННЫЕ ПРОГРАММЫ

1. Вы можете поменять режим, нажав клавишу «MODE», когда мотор остановлен.



2. Для начала тренировки нажмите «СТАРТ». При выборе встроенных программ угол наклона полотна и скорость меняются автоматически.

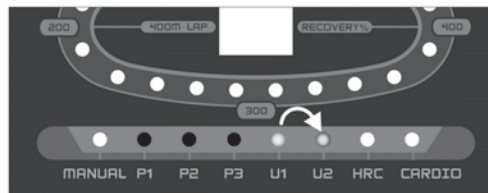


ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИЕ ПРОГРАММЫ

Для выбора режима нажимайте «MODE», выберите «U1» или «U2».



В данном режиме Вы можете самостоятельно установить необходимую скорость и угол наклона.



Нажмите ENTER, у Вас заморгает окошко TIME, установите время тренировки (нажимая «+» или «-»).

Снова нажмите ENTER для выбора этапа тренировки. Выбор этапа осуществляется кнопками «+» или «-». Всего 10 этапов.

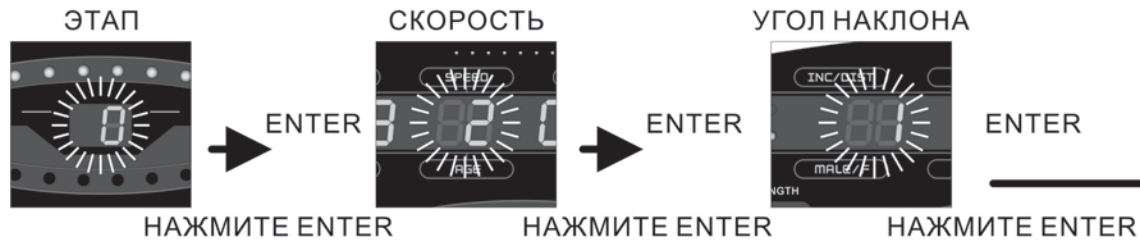
Нажмите ENTER для установки скорости этапа. Выбор скорости этапа осуществляется кнопками «+» или «-».

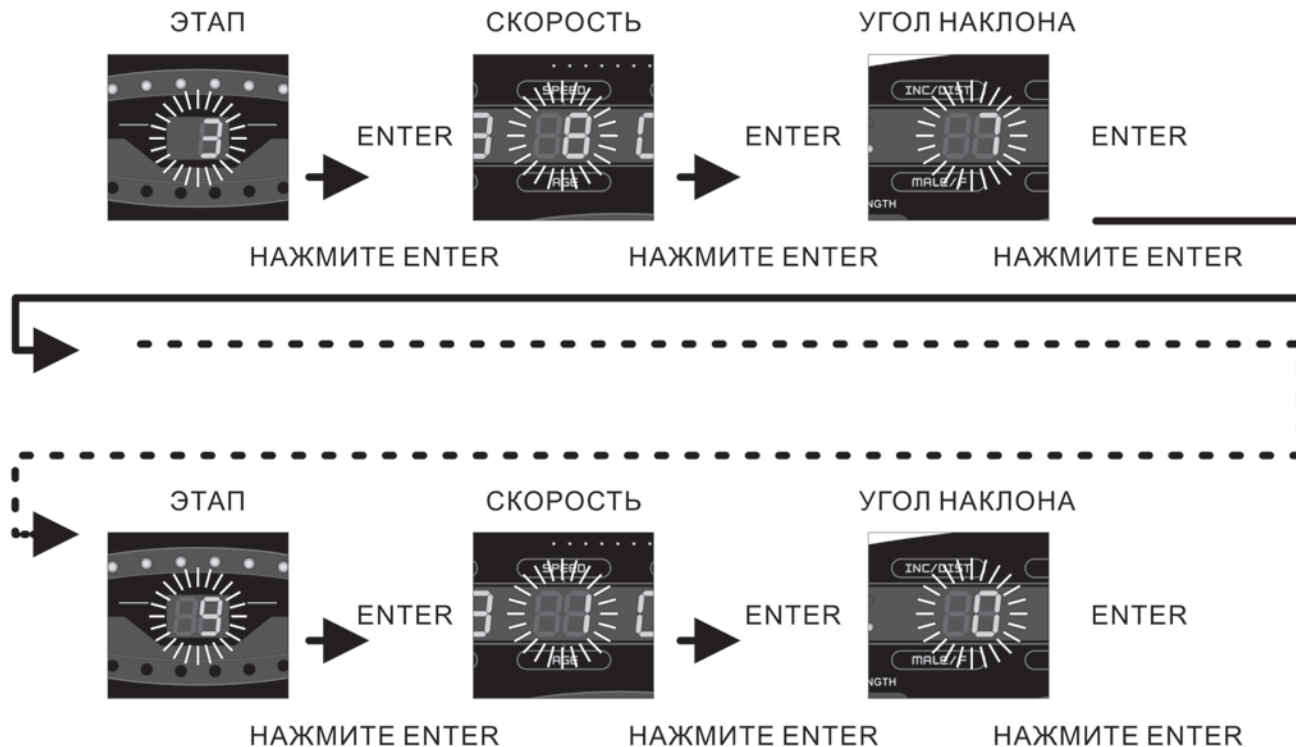
Нажмите ENTER для установки угла наклона полотна для этапа. Выбор наклона для этапа осуществляется кнопками «+» или «-».

Нажмите ENTER для перехода к установкам для следующего этапа.



УСТАНОВКА ВРЕМЕНИ ТРЕНИРОВКИ

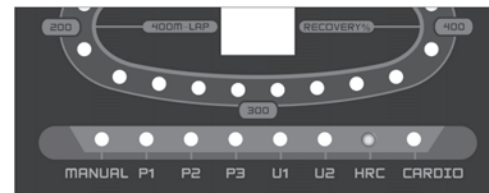




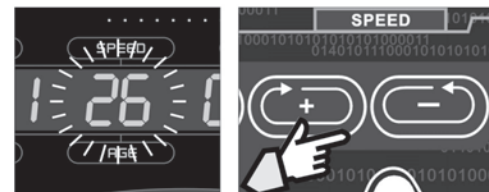
Вы можете самостоятельно создавать программу для тренировки, выбирая скорость и угол наклона для каждого этапа (промежутка) тренировки. Для каждой пользовательской программы определено 10 этапов.

Пульсозависимая программа

1. **ВЫБОР РЕЖИМА.** Нажимайте «MODE» до тех пор, пока не загорится лампочка HRC.



2. **Нажмите ENTER, чтобы выбрать возраст.**

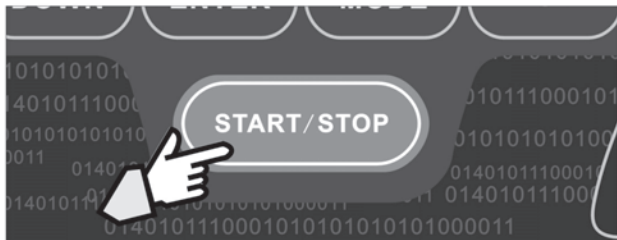


3. Окошко CALO / PULSE автоматически покажет максимальное значение пульса для данного возраста.



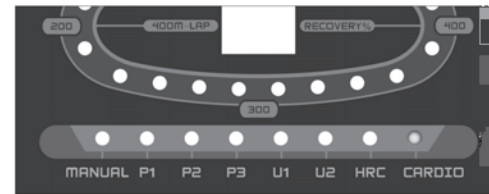
4. Для начала тренировки нажмите СТАРТ/СТОП. Скорость беговой дорожки будет снижена до 2 км/час, если пульс выше, чем разрешенное значение.

Компьютер замеряет разницу значений в пульсе каждые 30 секунд.

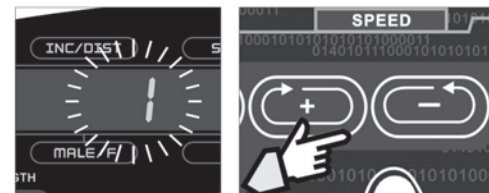


Кардиопрограмма

1. Выберите режим, нажав «MODE», выберите **CARDIO**. В окошке Вы увидите «1STANDS FOR 1».



2. Нажмите **ENTER**, чтобы войти в режим выбора пола. Значение «1» означает мужской пол, а значение «2» - женский.



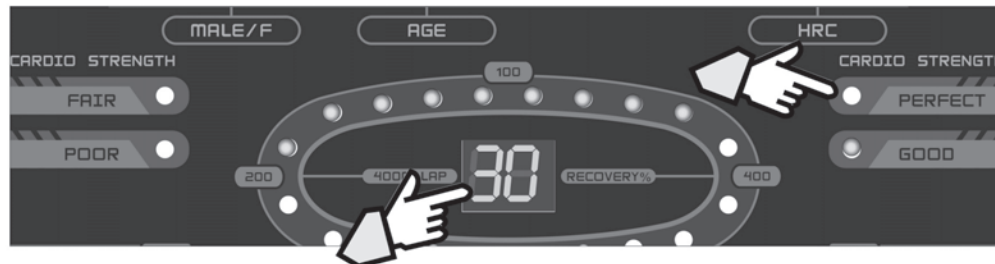
3. Нажмите ENTER снова, чтобы выбрать возраст на дисплее SPEED.



4. Нажмите СТАРТ, чтобы узнать свой пульс до начала тренировки.



5. (А) Беговое полотно начинает двигаться, если компьютер принял правильную информацию о частоте пульса. Через три минуты в окне Вы увидите значение 3.
- (В) Беговое полотно останавливается, на компьютере Вы видите значение 4. Теперь Вам необходимо измерить частоту пульса после тренировки. Удерживайте пульсометры в течение 3 минут. В течение трех минут компьютер покажет информацию о Вашей кардио-системе, согласно полученным показателям.



Восстановление 30%.

Хорошее состояние кардио-системы

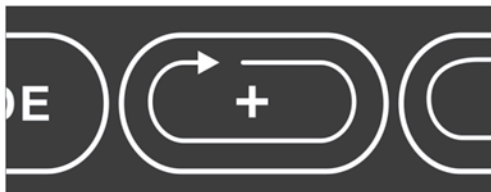
Изменение направления движения полотна

1. Для установки прямого направления движения полотна
 -) при работающем тренажере одновременно нажать и удерживать кнопки «+» и «F/R»,
 -) снять/установить ключ безопасности в ячейке
 -) отпустить кнопки «+» и «R/F»
 -) тренажер начал перезагрузку и обратный отсчет 5,4...1.
 -) На дисплее загорелись лампочки Стадион. Кнопки дисплея неактивны.
 -) Снять/установить ключ безопасности в ячейке
 -) тренажер начал перезагрузку и обратный отсчет 5,4...1.
 -) для начала тренировки с прямым движением полотна выберите программу и нажмите Старт/Стоп



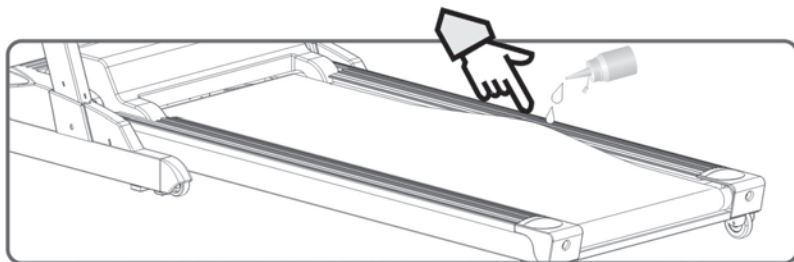
2. Для установки обратного направления движения полотна

-) при работающем тренажере одновременно нажать и удерживать кнопки «-» и «F/R»,
-) снять/установить ключ безопасности в ячейке
-) отпустить кнопки «-» и «R/F»
-) тренажер начал перезагрузку и обратный отсчет 5,4...1.
-) На дисплее забегали лампочки Стадион. Кнопки дисплея неактивны.
-) Снять/установить ключ безопасности в ячейке
-) тренажер начал перезагрузку и обратный отсчет 5,4...1.
-) для начала тренировки с обратным движением полотна выберите программу и нажмите Старт/Стоп



1. Смазка бегового полотна:

Смазка является важным моментом при эксплуатации беговой дорожки. Беговое полотно необходимо смазывать каждые 50 км пробега или каждые 1-2 месяца использования. Следствием недостаточной смазки может быть изнашивание ремня, а впоследствии и его поломка. Чрезмерное же смазывание может привести к проскальзыванию ленты беговой дорожки.

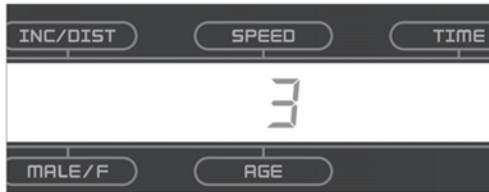


* Чтобы смазать беговую дорожку, приподнимите ленту беговой дорожки и впрысните силиконовую смазку в щель между лентой и полотном. Одного тюбика смазки (входит в комплект) достаточно для трехразовой смазки полотна.

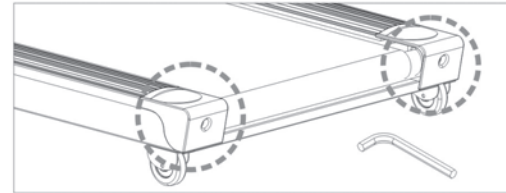
2. Настройка беговой ленты:

Необходимо проводить периодическую проверку бегового полотна (оно должно располагаться строго по центру).

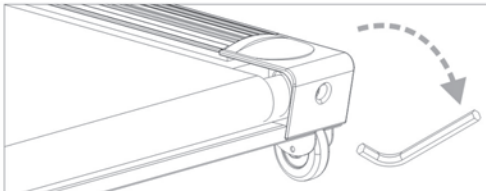
1. Установите скорость от 3 до 5 км/час.



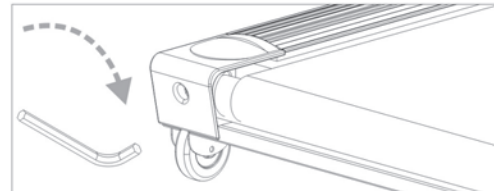
2. Найдите отверстия с резьбой на конце беговой дорожки. Используя шестигранный ключ, Вы можете регулировать натяжение беговой дорожки.



3. Поворачивайте правый регулировочный болт по часовой стрелке, если хотите сдвинуть полотно влево.



4. Поворачивайте левый регулировочный болт по часовой стрелке, если хотите сдвинуть полотно вправо.



НАПОМИНАНИЕ!

В случае, если полотно движется ровно, но недостаточно плотно натянуто, равномерно затяните правый и левый болты, чтоб натянуть полотно.

- 5. В случае, если Вы проделали перечисленные шаги, а беговое полотно не отрегулировано, возможно, оно повреждено. Пожалуйста, свяжитесь с сервисным центром.**

1. На дисплее не загорается свет.

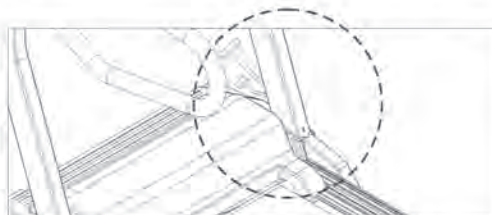
(1) Проверьте соединение с источником питания.



(2) Проверьте, вставлен ли ключ безопасности в ячейку.



(3) Проверьте, соединены ли провода в узлах соединения тренажёра.



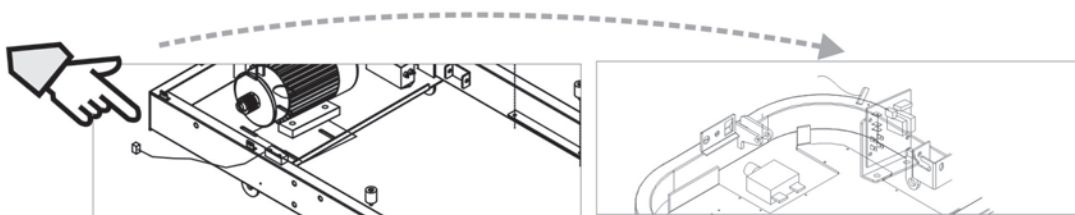
ВНИМАНИЕ!

Перед тем, как разбирать монтажную панель, убедитесь, что беговая дорожка отключена от питания.

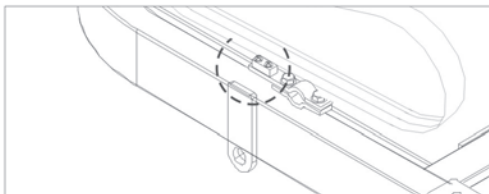
2. Беговое полотно не движется, или беговая дорожка выключается спустя 3 секунды, или дисплей «DISTANCE» показывает сообщение «E-01».



- (1) Проверьте, правильно ли подключён датчик скорости (находящийся в левом верхнем углу беговой дорожки) к плате контролёра.



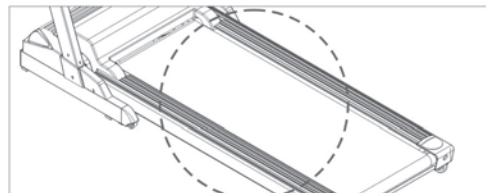
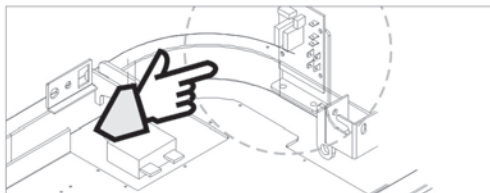
- (2) Пожалуйста, проверьте, не нарушилось ли расположение датчика скорости, который считывает показания с магнита. Возможно, между датчиком и валом попали посторонние предметы.
- (3) Проверьте, не выпал ли магнит из ячейки на шкиве переднего вала.



3. Не работает автоматический наклон, и дисплей показывает сообщение «E-02».

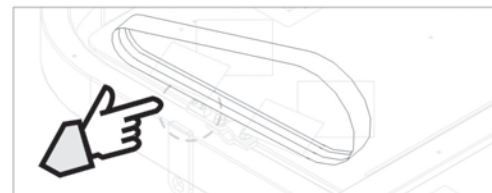


- (1) Запустите беговую дорожку. Убедитесь, что беговое полотно движется.**
- (2) Проверьте, все ли провода подсоединены должным образом к плате, регулирующей наклон полотна.**



4. Беговое полотно скользит.

- (1) Убедитесь, что беговая лента достаточно хорошо натянута.**
- (2) Убедитесь, что ремень мотора не ослаблен.**



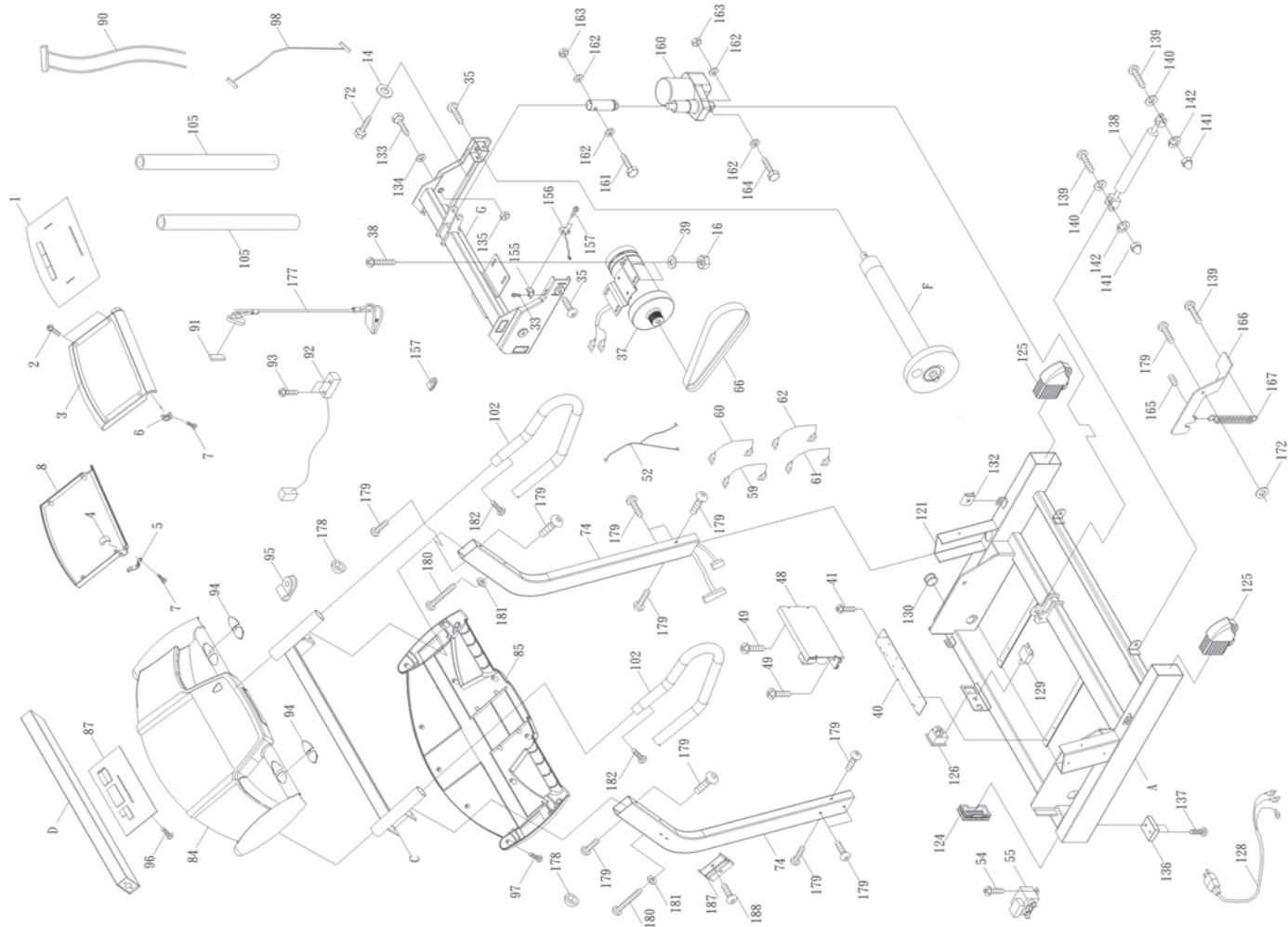
5. Слышен необычный шум:

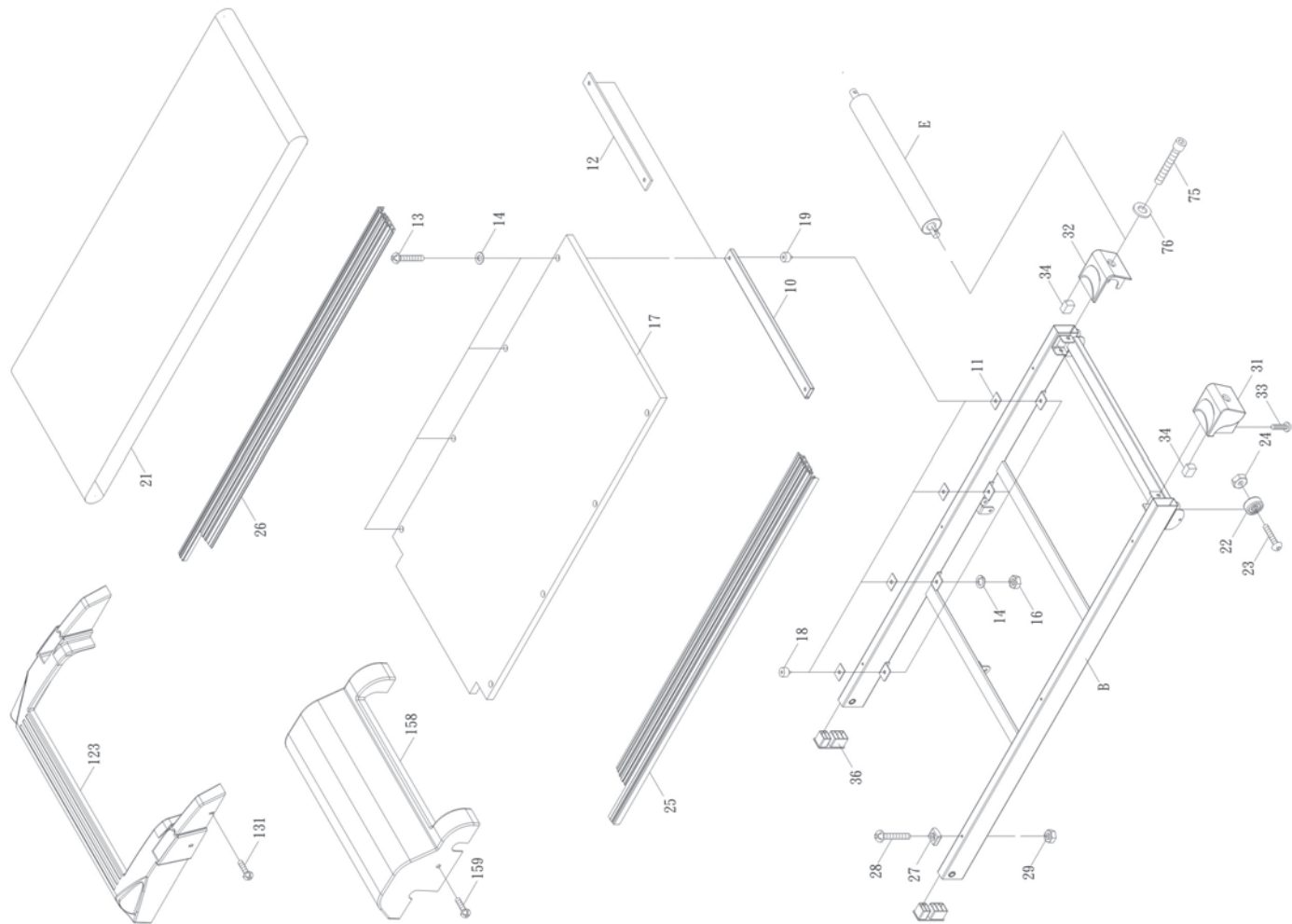
- (1) Проверьте, не ослаблены ли болты.**
- (2) Возможно, соскочил ремень мотора.**
- (3) Убедитесь, что беговое полотно не соскочило.**

*** Примечание: Если Вы не можете самостоятельно решить проблему, обратитесь к дилеру для устранения неполадок.**

Схема соотношения пульса и комфорта

Уровень сложности возраст	Пульс	Максимальный предел пульса	пульс в норме	В начале тренировки	Перед тренировкой
возраст10	198	166	140	113	87
возраст20	189	161	136	110	85
возраст30	179	155	131	108	84
возраст40	172	150	127	105	82
возраст60	165	144	123	102	81
возраст60	158	138	119	99	80
возраст70	151	133	115	98	78
Самочувствие во время тренировки	Сильная усталость	Усталость, но в состоянии продолжать	Бодрость	Чувствовать нагрузку на все тело	Комфорт во время тренировки





Пожалуйста, перед тем как начать сборку беговой дорожки, убедитесь, что у Вас есть все детали в наличии. В случае отсутствия каких-либо деталей обращайтесь в сервисный центр.

1

Болт: M8*60
4 шт.

2

Болт: M8*16
10 шт.

3

Шуруп M6*15L
2 шт.

4

Болт M8*100L
2 шт.
Шайба 8*16*T2.0
8 шт

5

Пластиковые шляпки
для болтов
2 шт.

6

Ключ 5 мм
1 шт.

7

Ключ 6 мм
1 шт.

8

Гаечный ключ 13*15
1 шт

9

Шляпка для болтов
4 шт.

10

Ключ безопасности
1 шт

11

Силиконовая смазка
1 бут.



ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

American Motion Fitness – бренд, которому Вы можете доверять.

Наименование		Компания	
Номер модели		Телефон	
Серийный номер		Адрес	
Дата покупки: _____			

**Гарантия на двигатель составляет 6 лет, на остальные элементы тренажера - 1 год.
Внимание!!! Важная информация для потребителей.**

- Данный товар предназначен исключительно для домашнего использования;
- Использование данного товара в целях, отличных от вышеуказанных, является нарушением правил эксплуатации товара;
- Для подтверждения факта покупки товара при гарантийном ремонте, убедительно просим Вас сохранять сопроводительные документы (чек, квитанция, гарантийный талон). Рекомендуем проследить правильность и четкость заполнения всех граф в гарантийном талоне;
- Соблюдение рекомендаций и указаний, содержащихся в инструкции по эксплуатации, поможет избежать проблем при использовании тренажера;
- В случае поломки или неполадках в работе тренажера замена неисправных деталей, а так же устранение неполадок в гарантийный срок производится бесплатно.

Печать дистрибьютора	Печать продавца

Товар не подлежит гарантийному ремонту в случае:

- 1.Отсутствия печати на гарантийном талоне;
- 2.Несоответствия серийного номера изделия и номера модели номерам, указанным на гарантийном талоне;
- 3.Наличия повреждения, вызванного установкой компонентов, не соответствующих техническим требованиям производителя, а так же нарушения правил эксплуатации изделия;
- 4.Причинения повреждений во время перевозки или перемещения изделия покупателем;
- 5.Истечения срока гарантийного обслуживания;

**Офис в России: 192241, г. Санкт-Петербург,
Софийская ул, 66, лит. А,
тел/факс: (812) 309-45-51**

Сведения о ремонте

Дата приема	Дата выдачи	Описание неисправности	Мастер	Работу принял (подпись заказчика)

С условиями гарантии ознакомлен.

Изделие получено исправным,
к внешнему виду и комплектации
претензий не имею _____

Красота и здоровье начинаются с нас