

# BRONZE GYM

---

## T1000M PRO TFT TURBO

### БЕГОВАЯ ДОРОЖКА



### РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



Сборка



Обзор



VK видео



## BRONZE GYM



Наведите камеру телефона на QR код, чтобы получить больше информации об оборудовании.

Обращаем ваше внимание, что на вашу модель оборудования может не быть видеопояснений. Мы очень стараемся как можно скорее решить эту задачу.

## Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн. Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к эксплуатации тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или в сервисный центр, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

***Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, которого Вы приобрели тренажер.***



### Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам, настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

## Транспортировка и эксплуатация тренажера

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть повреждена и нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических повреждений.

### Хранение тренажера

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

- Температура: +10-+35С;
- Влажность: 50-75%.

Если Ваш тренажер перевозился или хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 4 часов, и только

после этого можно приступить к эксплуатации.

### **Рекомендации по сборке**

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали и инструменты и они не имеют повреждений. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту при сборке во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все элементы конструкции, не затягивая до конца гайки и болты, и только убедившись, что конструкция собрана правильно, окончательно затяните их.

Каждый тренажер на заводе проходит проверку качества. Это необходимо, чтобы убедиться в корректной работе всех узлов тренажера.

При этом может потребоваться частичная или полная сборка (зависит от конкретной модели). В связи с этим в местах соединений элементов тренажера могут остаться следы сборки, стыковки деталей и использования технологического крепежа.

### **Перед тем как начать тренировку**

Перед первым занятием проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера. Ознакомьтесь со всеми функциями и настройками тренажера и проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации. Перед началом тренировки убедитесь, что все защитные элементы надежно установлены и закреплены, проверьте надежность механических и электрических соединений. Установите тренажер на ровную нескользящую поверхность, оставляя с каждой стороны не менее 0,9 м свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется использовать и подкладывать под тренажер специальные резиновые коврики, также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.).



Если беговая дорожка не эксплуатировалась более 6 месяцев, то необходимо смазать деку силиконовой смазкой до возобновления тренировок, так как силиконовая смазка со временем высыхает, становится вязкой и теряет смазывающие свойства.

### **Регулировка бегового полотна**

Регулировка бегового полотна предполагает две основные функции – регулировку натяжения и центровку бегового полотна. Беговое полотно регулируется на фабрике производителем, но в связи с транспортировкой и перемещением беговой дорожки, беговое полотно может сдвинуться. Перед началом эксплуатации необходимо проверить регулировку натяжения и центровку бегового полотна, а также в течение первых недель, так как оно после нескольких использований может немного растянуться или сместиться в сторону.

Чтобы правильно отрегулировать беговое полотно, следуйте указаниям, приведенным ниже.

### **Регулировка натяжения бегового полотна**

Если во время занятия на беговой дорожке Вы чувствуете небольшое проскальзывание, то, вероятнее всего, беговое полотно нужно аккуратно подтянуть.

**ВНИМАНИЕ:** Во время регулировки бегового полотна оно не должно двигаться. Излишнее натяжение полотна приведет к его преждевременному износу, равно как и некоторых других компонентов дорожки. Никогда не натягиваете полотно слишком сильно!

Натяжение бегового полотна является обычной регулировочной операцией. Для устранения проскальзывания следует затянуть оба натяжных болта заднего ролика при помощи торцевого шестигранного ключа соответствующих размеров

- Используйте соответствующий шестигранный ключ для регулировки болтов натяжения бегового полотна;
- Шаг 1- Поверните левый болт ключом по часовой стрелке на ¼ оборота, для увеличения натяжения полотна;
- Шаг 2- Повторите такое же действие для правого болта. Необходимо повернуть болт на точно такое же количество оборотов;
- При необходимости повторите процедуру, но никогда не вращайте болты более чем на 1/4 оборота. Повторяйте шаги 1 и 2 до установления необходимого уровня натяжения и отсутствия проскальзывания;

***Для того чтобы уменьшить натяжение бегового полотна, необходимо поворачивать ключ против часовой стрелки согласно шагам, указанным выше.***

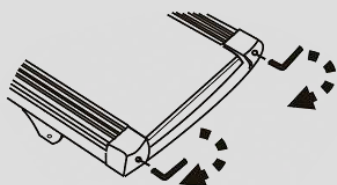
### **Центрирование бегового полотна**

Время от времени необходимо центрировать беговое полотно в связи с тем, что во время тренировки Вы отталкиваетесь с разным усилием на каждую ногу и полотно может смещаться в разные стороны. Центрирование полотна необходимо для предотвращения быстрого износа полотна и правильного функционирования.

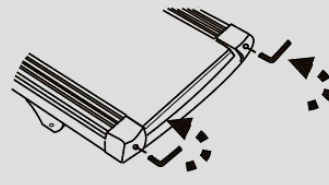
1. **ВНИМАНИЕ:** Для центрирования бегового полотна необходимо запустить беговое полотно со скоростью не более 0.5 мили в час. Соблюдайте технику безопасности, чтобы одежда или волосы не попали на задний вал. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно;
2. Если беговое полотно смещено вправо: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на 1/4 оборота по часовой стрелке. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру;
3. Если беговое полотно смещено влево: Запустите беговое полотно со скоростью 0.5 мили в час. При помощи входящего в комплект поставки торцевого гаечного ключа поверните правый задний болт на 1/4 оборота против часовой стрелке. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пройти один полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру;
4. После того, как беговое полотно двигается по центру, увеличьте скорость до 6 км/ч, чтобы проверить его положение в движении. При необходимости повторите вышеописанные шаги.

Если попытки центрировать беговое полотно безрезультатны, вероятно, нужно увеличить натяжение бегового полотна.

**Поворот по часовой стрелке увеличит** натяжение бегового полотна



**Поворот против часовой стрелки уменьшит** натяжение бегового полотна



## Выбор места для тренажера

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным.

Рекомендуемое пространство должно быть не менее 70 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 110 см позади него.

В случае неисправности или поломки необходимо обеспечить доступ к оборудованию для сервисного инженера.

Свободное пространство сзади тренажера обеспечит Вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него.

Если Вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений. Также это позволит избежать царапин, сколов и вмятин, если напольное покрытие в Вашем доме выполнено из деликатных материалов (паркетная доска, штучный паркет, натуральный линолеум, пробковое покрытие и т. п.)

Не размещайте тренажер в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на электронные и другие компоненты тренажера.

## Рекомендации по уходу и техническому обслуживанию беговых дорожек ПОРЯДОК ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

Организация регулярного технического обслуживания лежит на Пользователе



### Внимание!

Перед обслуживанием беговой дорожки выключите тренажер тумблером ВКЛ/ВЫКЛ (on/off) и выньте шнур питания из стенной розетки.

беговой дорожкой. Техническое обслуживание беговой дорожки выполняется как самим пользователем, так и в случае необходимости можно обратиться к специалистам сервисной службы на платной основе.

Поддержание чистоты в месте использования беговой дорожки, чистка и смазка самой дорожки позволяет избежать проблем в эксплуатации и сводит к минимуму необходимость вызова специалистов по ремонту. Изготовитель рекомендует выполнять следующие действия по профилактическому техническому обслуживанию.

### ПОСЛЕ КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКИ (ЕЖЕДНЕВНО)

Осмотрите беговую дорожку и выполните следующие действия:

- Протрите беговое полотно, боковые накладки, кожух двигателя и консоль влажной тряпкой. Не используйте растворители, они могут повредить тренажер. Используйте мыльный раствор и влажную тряпку;
- Убедитесь, что силовой шнур не попал под тренажер или в другое место, где он может оказаться защемлен или оборван;
- Проверьте натяжение и центровку бегового полотна. Убедитесь, что полотно не задевает и не повредит при движении другие части тренажера из-за нарушения центровки.

### ЕЖЕНЕДЕЛЬНО

Чистка поверхности под беговой дорожкой:

- Выключите тумблер беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Сложите тренажер, убедившись в надежности его фиксации в вертикальном положении;

- Переместите тренажер в другое место;
- Подметите или пропылесосьте пол, чтобы удалить пыль или другой мусор, который мог накопиться под беговой дорожкой;
- Поставьте тренажер обратно.

### **ЕЖЕМЕСЯЧНО – ВАЖНО!**

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Проверьте затяжку всех монтажных болтов тренажера;
- Снимите крышку моторного отсека двигателя. Дождитесь, пока все индикаторы светодиодов на платах погаснут;
- Почистите (пропылесосьте) моторный отсек и сам двигатель, чтобы удалить накопившийся пух и пыль. Невыполнение этой процедуры может привести к выходу из строя электронных блоков управления дорожкой;
- Пропылесосьте места прилегания бегового полотна к боковым накладкам и протрите беговое полотно влажной тряпкой;

Удалите с помощью пылесоса черные или белые частички, которые могут скопиться вокруг тренажера в результате трения полотна о деку. Их появление является результатом нормальной работы беговой дорожки.

### **Смазка деки силиконовой смазкой**

В процессе эксплуатации беговой дорожки, происходит стирание и высыхание смазывающего слоя силиконовой смазки, которая обеспечивает скольжение полотна по деке и возникает необходимость нанесения нового слоя смазки.

### **Типичные признаки необходимости смазки деки:**

- сильный нагрев бегового полотна, запах нагретой резины;
- перегрев электродвигателя, резкий запах пластмассы, горячая крышка моторного отсека;
- отключение электродвигателя во время занятий;
- появление текстовых (например: OIL, LUBE BELT и др.) или цифровых сообщений на дисплее консоли.

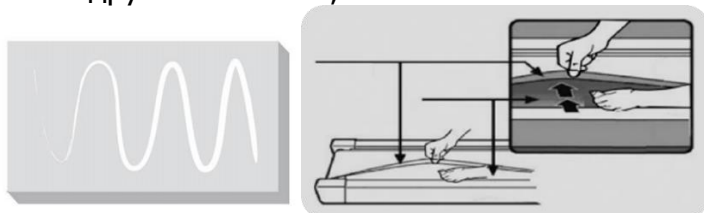
***Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки силиконовой смазкой приводит к повышенному трению и нагрузке на электродвигатель, что может привести к поломке электродвигателя и электронных плат управления дорожкой, повреждению и преждевременному износу деки и бегового полотна.***

Мы рекомендуем проводить техническое обслуживание по следующему графику:

- При занятиях менее 3 часов в неделю – ежегодно;
- При занятиях 3-5 часов в неделю - каждые шесть месяцев;
- При занятиях более 5 часов в неделю - каждые три месяца.

### **Процедура смазывания деки:**

- выключите тумблер питания и отключите дорожку от сети;
- ослабьте болты крепления заднего вала в задней части деки. *(Рекомендуем наклеить метки с обоих концов рамы, отметив таким образом положение вала);*
- возьмите бутылочку смазочного вещества в правую руку, левой рукой отогните край бегового полотна вверх, а правой нанесите смазывающее вещество на деку зигзагами или линиями, в направлении от начала к концу деки, от одной стороны к другой 10-15 мл;



- затяните болты заднего вала в соответствии с вашими метками (снова натяните полотно до прежнего состояния);
- подключите дорожку к сети, вставьте ключ безопасности и запустите дорожку на минимальной скорости и походите по полотну в течении 2 минут для равномерного распределения смазки.

**Рекомендуемый расход силиконовой смазки для разового обслуживания:**

- Домашние беговые дорожки - 10-15 мл.
- Полупрофессиональные беговые дорожки – 15-20 мл
- Профессиональные беговые дорожки – 20-30 мл

***Нанесение слишком большого количества смазки, приводит к проскальзыванию переднего вала и бегового полотна.***

***Перед нанесением нового слоя смазки, необходимо очистить деку от грязи и остатков старого слоя смазки используя мягкую ткань и средство для очистки.***

Некоторые модели тренажёров комплектуются бутылочкой с силиконовой смазкой (30 мл), рассчитанной на 2-3 применения. По вопросу её приобретения обращайтесь к Продавцу.

Все трущиеся и нагружаемые элементы дорожки снабжены специальными герметичными подшипниками, которые не требуют особого ухода и регулярной смазки.

В любом случае, даже при регулярном обслуживании необходимо контролировать и проверять состояние деки и бегового полотна, токовую нагрузку на электродвигатель и принимать решение в зависимости от их технического состояния. Регулярное техобслуживание не гарантирует нормальную работу комплектующих беговой дорожки (дека, полотно и т.п.), если пользователями нарушаются правила эксплуатации тренажёра.



Рекомендуем посмотреть наши видеоролики по уходу и обслуживанию беговой дорожки: <https://clck.ru/gjptV>

**Электробезопасность (для тренажеров с питанием от сети)**

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием. Тренажер должен подключаться только к заземленной розетке. Это снижает риск удара током при поломке или сбое в работе. Тренажер снабжен шнуром с жилой для заземления и вилкой с ножкой заземления. Вставьте вилку в соответствующую питающую розетку, установленную и заземленную с соблюдением действующих нормативов. Перед каждым использованием осмотрите электрический соединительный шнур на предмет отсутствия его повреждений.

Неправильное подключение может стать причиной удара током. Если у Вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы. Не меняйте вилку тренажера. Если комплектуемая вилка не подходит к Вашей розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку. Не применяйте дополнительные электрические удлинители, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером. Это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также явиться обоснованным отказом в гарантийном обслуживании. Не прячьте шнур питания под ковер и не ставьте на него предметы, способные пережать или повредить его. Не допускайте,



**Осторожно!**

Неправильное подключение заземляющего провода оборудования может привести к поражению электрическим током.

чтобы шнур питания касался нагретых поверхностей. В случае скачка напряжения в некоторых тренажерах предусмотрено автоматическое отключение.

## **Меры предосторожности**

Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера.

Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе 3 м.

**В целях вашей безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:**

- Сборку и эксплуатацию тренажера следует осуществлять на твердой ровной поверхности. Свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 1,2 м;
- При регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
- Не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов и жидкостей;
- Никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами — открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, с нехарактерными посторонними шумами и т. д. Это может привести к травмам или сокращению срока службы тренажера;
- Для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь в авторизованный сервисный центр или к уполномоченному дилеру, у которого вы приобрели тренажер;
- Обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера — это может привести к серьезным травмам и вреду для здоровья;
- Вес пользователя не должен превышать максимально заявленный;
- Во время занятий используйте соответствующую одежду и обувь. Не надевайте свободную одежду или обувь с кожаной подошвой или каблуками. Если у вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
- Не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок. Если вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу.

Прежде чем использовать электрическую беговую дорожку, изучите кнопки на панели управления: запуск, остановка, изменения скорости и другие. Встаньте на боковые накладки с обеих сторон бегового полотна и возьмитесь за поручни.

Удерживайте невысокую скорость — не более 3 км/ч. Затем встаньте на беговое полотно. После того как привыкнете к скорости, можно попробовать ходьбу или медленный бег, добавив скорость от 3 до 5 км/ч. Пройдите примерно 10 минут на этой скорости, затем остановите дорожку.

### **Полезные советы**

- Перед началом тренировки проконсультируйтесь с врачом или фитнес-тренером, который поможет вам составить подходящий график занятий в

соответствии с вашим возрастом и состоянием здоровья. Также он определит скорость движения и интенсивность выполнения упражнений;

- Можно добавить в свой план занятий аэробные упражнения — ходьбу, бег трусцой, плавание, танцы или езду на велосипеде. Постоянно контролируйте пульс. Если у вас нет электронного кардиодатчика, уточните у врача, как измерять пульс вручную на запястье или шее. Определите целевую ЧСС;
- Пейте достаточно воды во время тренировки, так как организм активно теряет влагу и важно восстанавливать водный баланс, чтобы избежать обезвоживания. Не пейте слишком много холодной воды и напитков, их температура должна быть комнатной;
- Немедленно прекратите тренировку, если чувствуете стеснение и боль в груди, учащенное сердцебиение, затрудненное дыхание, головокружение или другой дискомфорт;
- Возвращайтесь к тренировкам только после консультации с врачом. Занимайтесь с комфортной для вас скоростью!

### **Рекомендуемые параметры скорости в зависимости от физической подготовки:**

<b>Интенсивность</b>	<b>Скорость</b>
медленная ходьба	1,0-3,0 км/ч
неспешная ходьба	3,0-4,5 км/ч
нормальная ходьба	4,5-6,0 км/ч
быстрая ходьба	4,5-6,0 км/ч
бег трусцой	7,5-9,0 км/ч
средняя скорость бега	9,0-12,0 км/ч
интенсивный бег	12,0-14,5 м/ч
сверхинтенсивный бег	14,5-16,0 км/ч

***Для ходьбы лучше поддерживать скорость  $\leq 6$  км/ч. Для бега рекомендуемая скорость –  $\geq 8,0$  км/ч.***

## Гарантия

С условиями и сроками гарантии Вы можете ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/guarantee.pdf>

Гарантия наших брендов является твердым обязательством по обеспечению высокого качества оборудования.

Перед покупкой и эксплуатацией рекомендуем ознакомиться с содержанием гарантийного талона, размещенного по указанной выше ссылке.

Обратите внимание, что сроки гарантии отличаются для тренажеров с разным уровнем использования: домашним, полупрофессиональным и коммерческим.

Авторизованные сервисные центры представлены по всей России. Наши профессионалы гарантируют качественное обслуживание и ремонт, следуя стандартам бренда.

Сохраняйте стикеры с уникальным серийным номером. Они являются залогом оказания гарантийного ремонта. При наличии стикера гарантийный талон не требуется.

С контактами сервисных центров можно ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/>

## Указания по утилизации



Данный тренажер не относится к бытовым отходам. **Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами**, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации.

Надлежащий отдельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.



### Внимание

Тренажер предназначен для коммерческого использования.

## Предварительное знакомство с тренажером



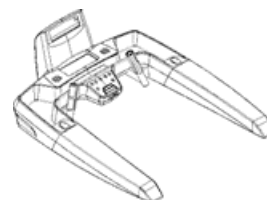
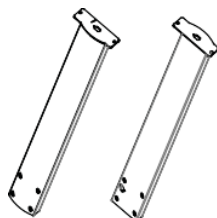
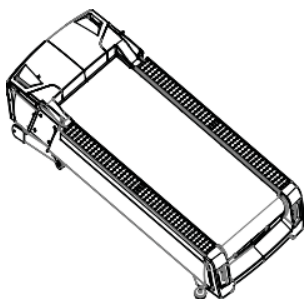
## Подготовка к сборке и основные части

Откройте коробку, убедитесь, что все комплектующие части на месте.

Стойки консоли  
левая и правая

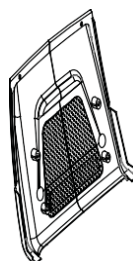
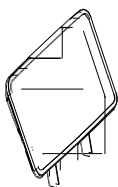
Основная рама

Консоль



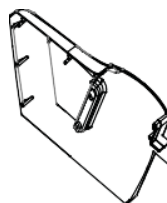
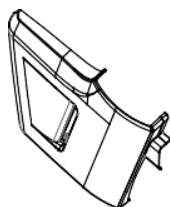
Дисплей

Задняя крышка  
консоли



Крышка стойки  
консоли левая

Крышка стойки  
консоли правая

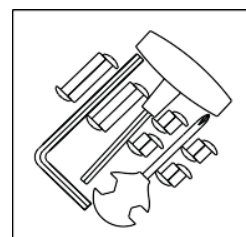
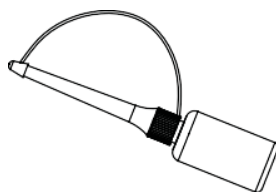


Руководство  
пользователя

Силиконовая  
смазка

Сборочный  
комплект

Инструкция



## Комплект крепежа



Винт (ST4×16) 10 шт.



Винт (ST4×16) 4 шт.



Винт (M8\*20) 4 шт.



Винт (M8×15) 4 шт.



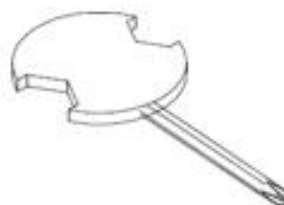
Винт (M8×80) 8 шт.



Т-образный  
ключ 1 шт.



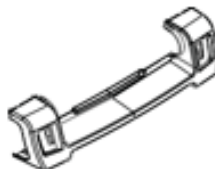
Л-образный  
ключ 1 шт.



Крестообразная отвертка 1 шт.



Крышка мотора



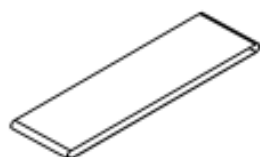
Задняя крышка



Ремень мотора



Мотор



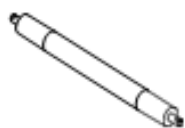
Беговое полотно



Дека



Мотор наклона



Задний вал



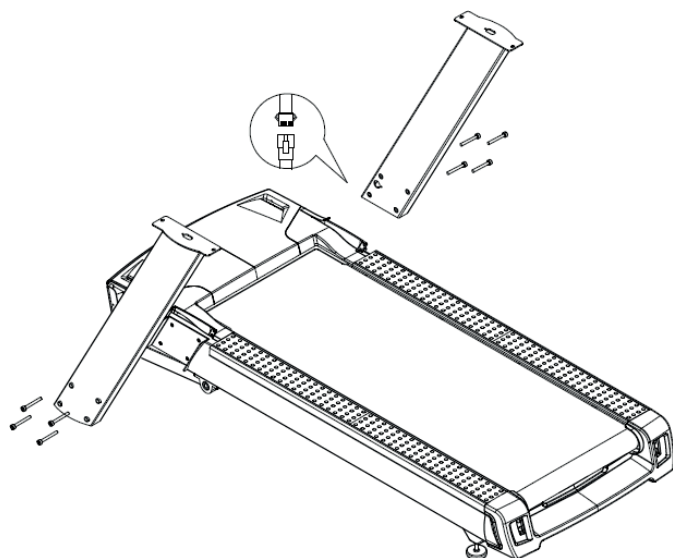
Передний вал



Боковая накладка

## Этапы сборки

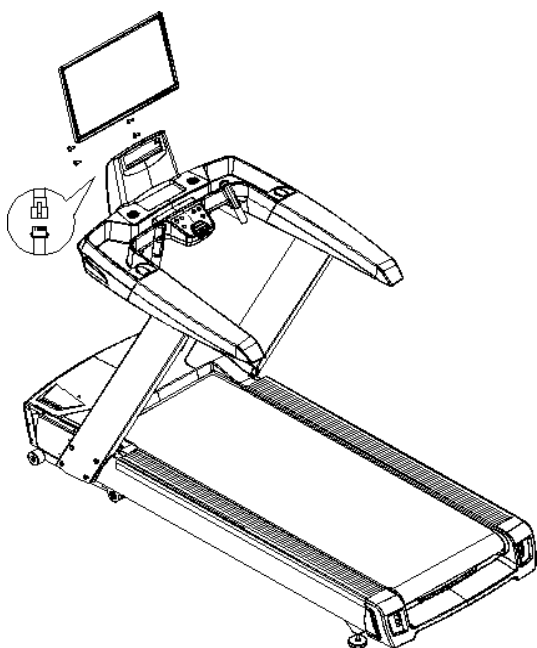
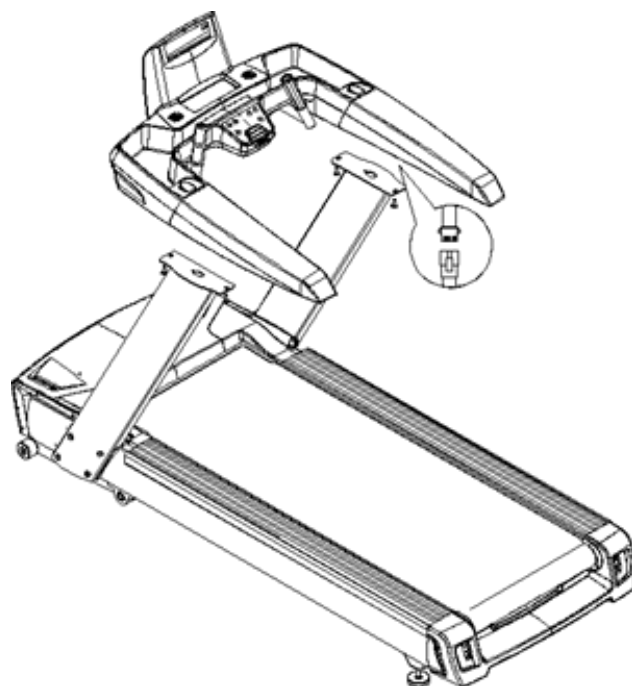
### ШАГ 1:



Достаньте тренажер из коробки и поставьте на ровный пол. (Как показано на рисунке) Подсоедините сигнальный провод перед установкой правой стойки. Установите стойки на основную раму и закрепите их 4 винтами М8×80 с каждой стороны.

### ШАГ 2:

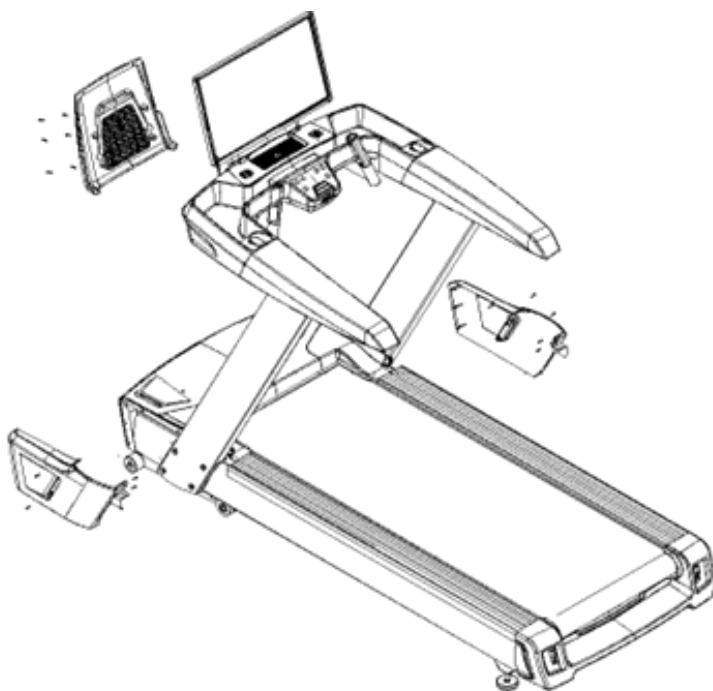
Соедините сигнальный провод правой стойки с соответствующим проводом консоли. Установите и закрепите консоль на стойках 4 винтами М8×20.



### ШАГ 3:

Соедините сигнальный провод дисплея с провод основания консоли и закрепите дисплей на основании, используя 4 винта (М8×20).

#### ШАГ 4:

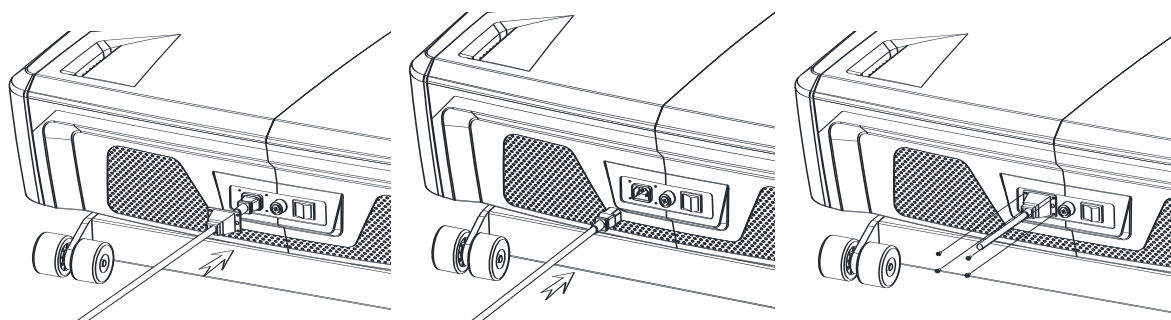


Установите и прикрепите кожухи стоек к основной раме 2 винтами (M4×15), а затем прикрепите их к кожуху моторного отсека с помощью 2 винтов ST4×15 с правой и левой стороны тренажера.

Прикрепите заднюю крышку консоли 4 винтами ST4×15.

#### ШАГ 5:

1. Подключите шнур питания к розетке на передней панели корпуса беговой дорожки.
2. Вставьте фиксатор шнура питания в шнур питания, а затем прижмите фиксатор шнура питания к вилке так, чтобы он прилегал к железной части основной рамы.
3. С помощью 4 винтов с плоской головкой M3\*10 зафиксируйте крепления сетевого шнура на корпусе.

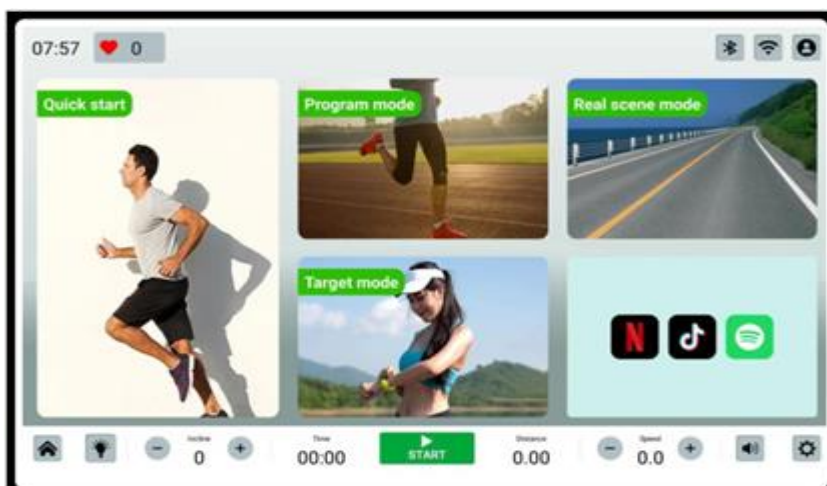


#### Сборка закончена!

Рекомендуем проверить затяжку всех крепежных соединений тренажера перед его использованием и регулярно следить за их состоянием.

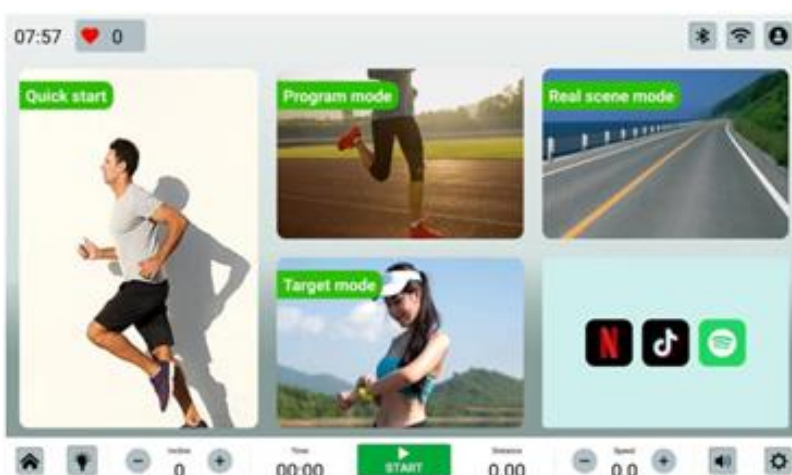
# Работа с консолью

## 1. Описание








- P1-P36 - предустановленные программы, 4 целевых программ и режим ИМТ;
- 23.8 дюймовый TFT дисплей;
- Функция преобразования метры - дюймы;
- Диапазон скоростей: 1.0~25.0 КМ/Ч;
- Диапазон наклона: 0~15%;

## 2. Функции TFT дисплея

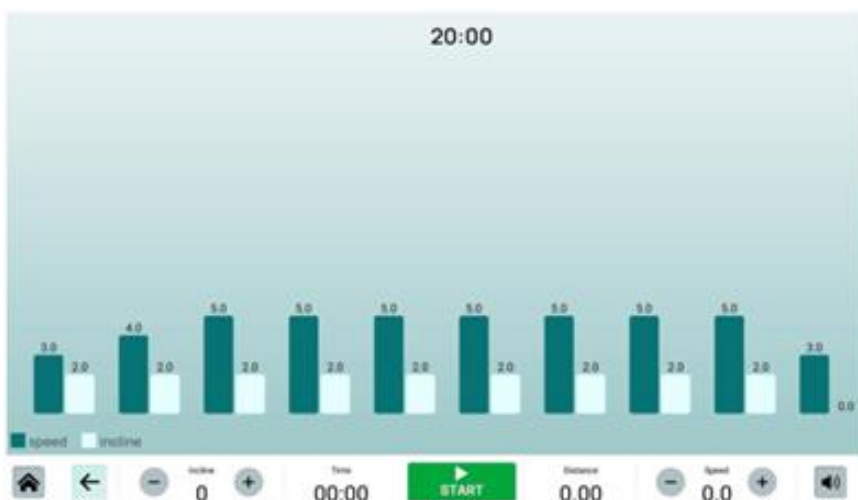
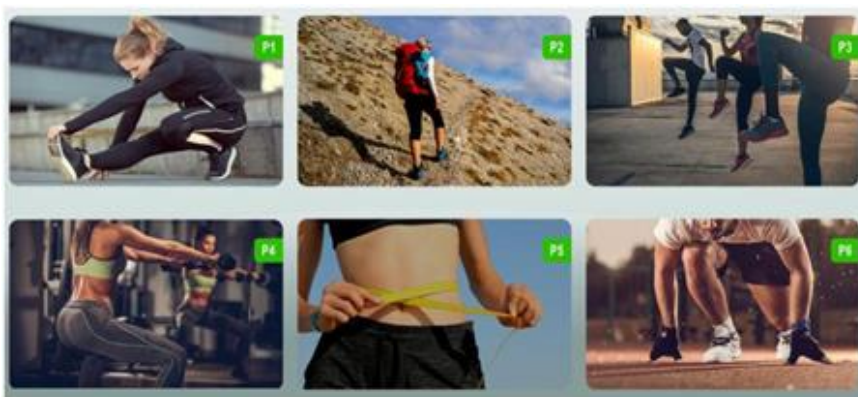


- Окно "TIME" (ВРЕМЯ): Отображение числового значения времени.
- Окно "DISTANCE" (ДИСТАНЦИЯ): Отображение числового значения расстояния.
- Окно "INCLINE" (НАКЛОН): Отображение числового значения наклона.
- Окно "SPEED" (СКОРОСТЬ): Отображение числового значения скорости.
- 🏠 : Вернуться на главную страницу
- 💡 : Регулировка яркости
- 🔊 : Регулировка громкости

-  : Настройки
-  : Подключение по Bluetooth устройства для измерения сердечного ритма
-  : Подключение устройства по Bluetooth
-  : Подключение к сети Wi-Fi
-  : Вход в учетную запись пользователя

### 3.Режим Программы

Режим "Программы" содержат P1-P36 программ, которые тренируются только в режиме обратного отсчета, с фиксированным временем для каждого тренировочного режима, а значения скорости и наклона можно регулировать нажатием кнопки «-» и «+» во время тренировки.



### 4.Целевые Режимы

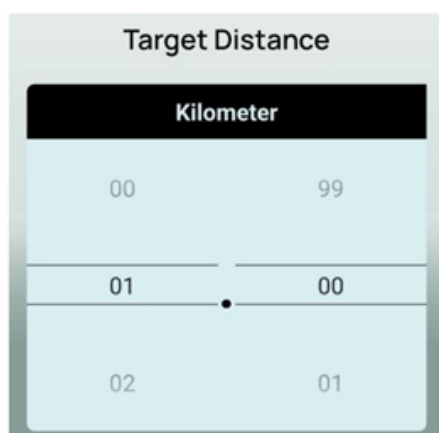
"Целевой режим" включает в себя четыре режима тренировки, а именно: целевое время, целевая дистанция, целевые калории, целевой пульс и ИМТ режим. Скорость и наклон во время тренировки могут быть установлены пользователем. Значения по умолчанию для всех целевых режимов следующие: скорость 1,0км/ч, наклон 0%.

## Целевое ВРЕМЯ



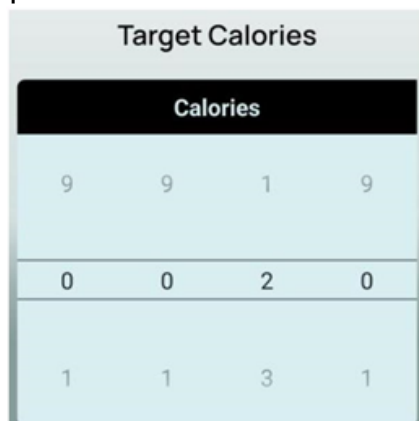
Диапазон настройки целевого времени: 5-99 минут, значение по умолчанию: 00:05; (пожалуйста, установите параметры в соответствии с диапазоном подсказок в нижней строке, он не запустится за пределами диапазона, вам необходимо сбросить диапазон параметров).

## Целевая ДИСТАНЦИЯ



Диапазон настройки целевой дистанции: 01-99 км, значение по умолчанию: 1,00 км; (пожалуйста, установите параметр в соответствии с диапазоном подсказок в следующей строке, за пределами диапазона запуск не начнется, необходимо сбросить диапазон параметров).

## Целевые КАЛОРИИ



Диапазон настройки целевых калорий: 0020-9990 ККАЛ, значение по умолчанию 0020 ККАЛ; (пожалуйста, установите параметры в соответствии с диапазоном подсказок в следующей строке, вне диапазона не запустится, необходимо сбросить диапазон параметров).

## Целевой ПУЛЬС

Настройка параметров:

Heart rate control								
AGE		Heart Rate			Time			
1	4	0	0	6	2	9		
2	5	1	1	7	3	0		
3	6	2	2	8	4	1		

А: Диапазон настройки возраста: 15-80 лет, по умолчанию 25 лет;

В: Целевой пульс по умолчанию (ЧСС):  $(220 - \text{Возраст}) * 0,6$ , целевой пульс может быть изменен, диапазон изменения: 80-180;

С: Время установки по умолчанию 30 минут, диапазон изменения: 5-99 минут

Зависимость изменения скорости:

А: Частота изменения, система ЧСС определяет пульс каждые 30 секунд (ЧСС отображается всегда).

В: Если пульс пользователя ниже заданной на 30 ударов в минуту, то скорость увеличивается на 2,0 км/ч.

С: Пульс пользователя на 6-29 ударов в минуту ниже целевой ЧСС, скорость увеличена на 1,0 км/ч.

Д: Пульс пользователя превышает целевую ЧСС на 30 ударов в минуту, тогда скорость снижается на 2,0 км/ч.

Е: Если пульс пользователя превышает целевую ЧСС на 6-29 ударов в минуту, то скорость снижается на 1,0 км/ч.

Г: Пульс пользователя на 0-5 ударов в минуту выше или ниже заданной ЧСС, скорость остается неизменной.

2) Снизьте скорость до минимальной в течение 20 секунд, затем бегите с минимальной скоростью в течение 15 секунд, а затем остановитесь и подавайте звуковой сигнал один раз в секунду при выполнении следующих условий:

А: Когда ЧСС определяется каждые 30 секунд, а ЧСС не определяется два раза подряд.

В: 1 км/ч (0,6 миль/ч), если частота сердечных сокращений вызывает замедление.

С: При пульсе выше  $(220 - \text{установленный возраст})$ .

3) При скорости выше 51 км/ч (0,6 миль/ч) замедление не может быть ниже 1 км/ч (0,6 миль/ч), например, минимальная скорость беговой дорожки составляет 1 км/ч (0,6 миль/ч), а при скорости 1,6 км/ч (1,0 миль/ч) пульс увеличивается, скорость приводит к замедлению на 1,0 (2,0) км/ч, затем - до 1 км/ч (0,6 миль/ч).

Угол наклона не зависит от ЧСС и может регулироваться вручную. В течение первой 1 минуты бега беговая дорожка не регулируется по ЧСС, и только после 1 минуты бега она начинает работать в соответствии со встроенной формулой.

Режим ИМТ (Жироанализатор)

BMI								
AGE		Height			Weight			
1	4	0	6	9	9	6	9	
2	5	1	7	0	0	7	0	
3	6	2	8	1	1	8	1	

В режиме ИМТ измеряется следующим образом

Возраст: диапазон заданных параметров: 1-99 лет, значение по умолчанию: 25 лет

Рост: диапазон заданных параметров: 100-220, значение по умолчанию: 170

Вес: диапазон установленных параметров: 20-150, значение по умолчанию: 70;

## 5. Виртуальный ландшафт

Нажмите Режим Виртуальный ландшафт на главном интерфейсе, чтобы перейти в режим тренировки виртуального ландшафта, выберите и нажмите на изображение, чтобы перейти к тренировке.



## 6. Мультимедиа приложения




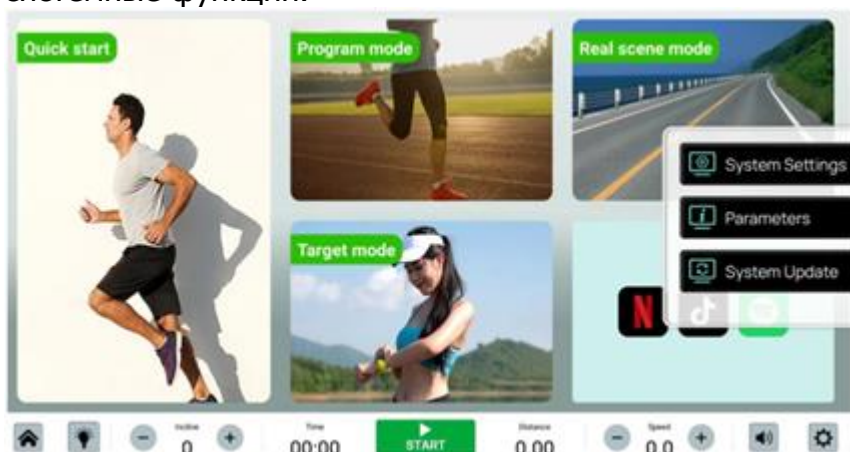
Нажмите "Приложения" в главном интерфейсе, чтобы перейти к встроенным приложениям, вы можете использовать установленные приложения.

На следующем рисунке представлена английская версия предустановленного приложения (приложение KINOMAP является

дополнительным приложением).

## 7.Настройки

Нажмите на значок настроек  в главном интерфейсе, чтобы настроить системные функции.



Уровень Программы		Уровень									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Скорость	3.0	4.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	3.0
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P2	Скорость	3.5	4.5	5.5	5.5	5.5	5.5	5.5	5.5	5.5	3.5
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P3	Скорость	4.0	5.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	4.0
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P4	Скорость	4.5	5.5	6.5	6.5	6.5	6.5	6.5	6.5	6.5	4.5
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P5	Скорость	5.0	6.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	5.0
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P6	Скорость	5.5	6.0	6.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	5.5
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P7	Скорость	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Наклон	3	4	5	4	5	4	5	4	5	2
P8	Скорость	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Наклон	4	5	6	5	6	5	6	5	6	3
P9	Скорость	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Наклон	5	6	7	6	7	6	7	6	7	4
P10	Скорость	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Наклон	6	7	8	7	8	7	8	7	8	5
P11	Скорость	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Наклон	7	8	9	8	9	8	9	8	9	6
P12	Скорость	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Наклон	8	9	10	9	10	9	10	9	10	7
P13	Скорость	6.0	8.0	9.0	8.0	9.0	8.0	9.0	8.0	9.0	3.0
	Наклон	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P14	Скорость	7.0	9.0	10.0	9.0	10.0	9.0	10.0	9.0	10.0	4.0
	Наклон	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P15	Скорость	8.0	10.0	11.0	10.0	11.0	10.0	11.0	10.0	11.0	5.0
	Наклон	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P16	Скорость	9.0	11.0	12.0	11.0	12.0	11.0	12.0	11.0	12.0	6.0
	Наклон	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P17	Скорость	10.0	12.0	13.0	12.0	13.0	12.0	13.0	12.0	13.0	7.0
	Наклон	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P18	Скорость	11.0	13.0	14.0	13.0	14.0	13.0	14.0	13.0	14.0	8.0
	Наклон	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P19	Скорость	3.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	6.0	3.0

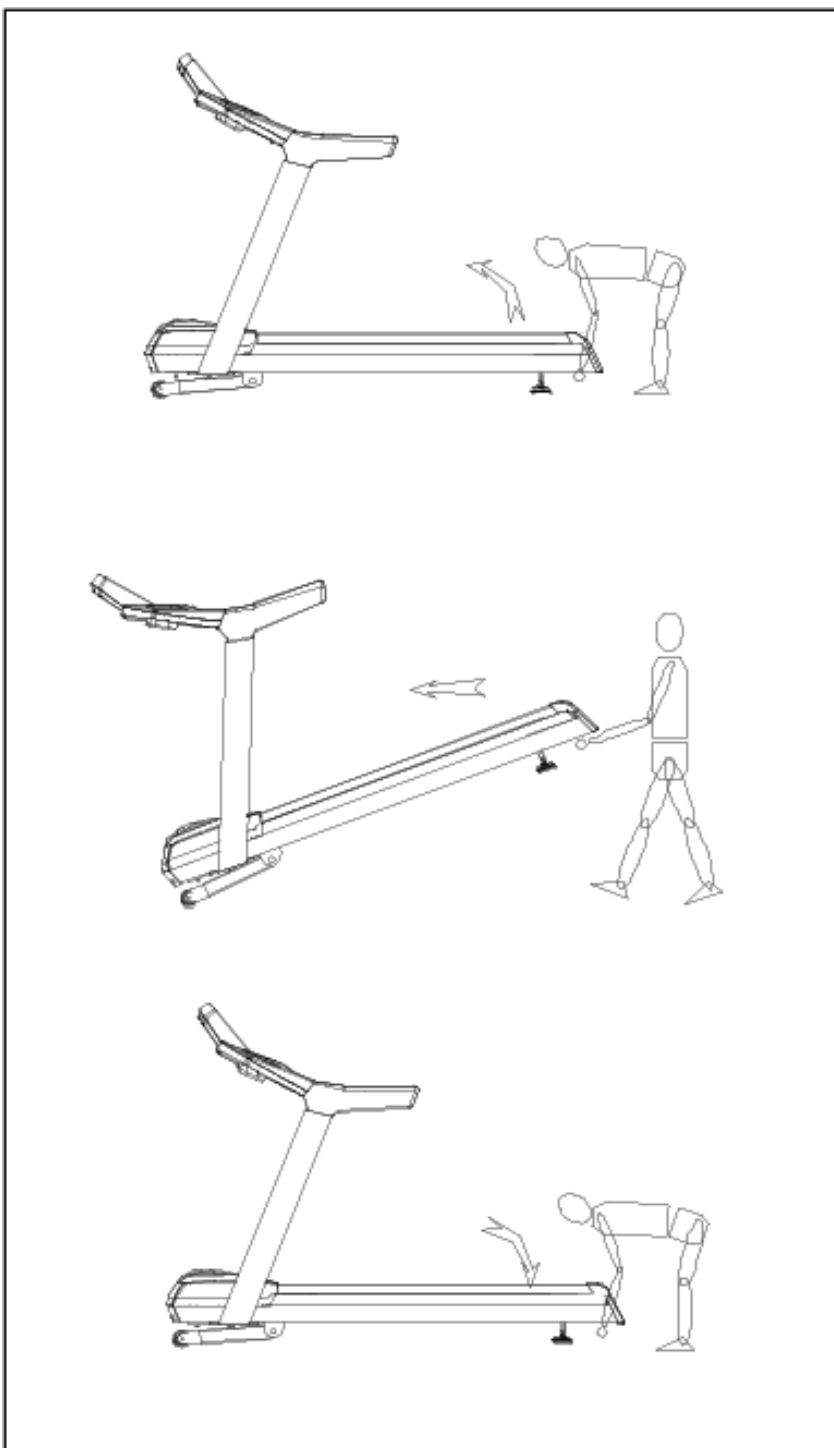
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P20	Скорость	4.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	7.0	4.0
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P21	Скорость	5.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	8.0	5.0
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P22	Скорость	6.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	9.0	6.0
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P42 3	Скорость	7.0	11.0	11.0	11.0	11.0	11.0	11.0	11.0	10.0	7.0
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P24	Скорость	8.0	12.0	12.0	12.0	12.0	12.0	12.0	12.0	11.0	8.0
	Наклон	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P25	Скорость	4.0	7.0	5.0	7.0	5.0	7.0	5.0	7.0	5.0	3.0
	Наклон	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P26	Скорость	4.5	7.5	5.5	7.5	5.5	7.5	5.5	7.5	5.5	3.5
	Наклон	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P27	Скорость	5.0	8.0	6.0	8.0	6.0	8.0	6.0	8.0	6.0	4.0
	Наклон	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P28	Скорость	5.5	8.5	6.5	8.5	6.5	8.5	6.5	8.5	6.5	4.5
	Наклон	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P29	Скорость	6.0	9.0	7.0	9.0	7.0	9.0	7.0	9.0	7.0	5.0
	Наклон	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P30	Скорость	6.5	9.5	7.5	9.5	7.5	9.5	7.5	9.5	7.5	5.5
	Наклон	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P31	Скорость	8.0	12.0	10.0	12.0	10.0	12.0	10.0	12.0	10.0	5.0
	Наклон	3	6	3	6	3	6	3	6	3	0
P32	Скорость	9.0	13.0	11.0	13.0	11.0	13.0	11.0	13.0	11.0	6.0
	Наклон	4	7	4	7	4	7	4	7	4	1
P33	Скорость	10.0	14.0	12.0	14.0	12.0	14.0	12.0	14.0	12.0	7.0
	Наклон	5	8	5	8	5	8	5	8	5	2
P34	Скорость	11.0	15.0	13.0	15.0	13.0	15.0	13.0	15.0	13.0	8.0
	Наклон	6	9	6	9	6	9	6	9	6	3
P35	Скорость	12.0	17.0	14.0	17.0	14.0	17.0	14.0	17.0	14.0	9.0
	Наклон	7	10	7	10	7	10	7	10	7	4
P36	Скорость	13.0	16.0	14.0	16.0	14.0	16.0	14.0	16.0	14.0	9.0
	Наклон	8	11	8	11	8	11	8	11	8	5

## Руководство по устранению неполадок

Проблема	Проверка	Решение
Беговая дорожка не работает	Источник питания не подключен	Подключите источник питания
	Ключ безопасности не вставлен	Поставьте ключ безопасности в правильное положение
	Трансформатор не исправлен	Правильно установите трансформатор или замените
	Прерывание электрической цепи	Проверьте провод соединения, клемму и правильно соедините
Беговая дорожка останавливается	Ключ безопасности выпадает	Правильно установите ключ безопасности
	Проблема электронной сети	Запросите техническое обслуживание
Ключ неисправен	Ключ поврежден	Замените ключ
	Ключ не работает	Замените клавиатуру и провод; замените печатную плату; замените консоль

	Провод двигателя и контроллер не соединены	Проверьте подключение или замените контроллер
E07	Консоль не может проверить сигнал ключа безопасности	Проверьте ключ безопасности и правильно установите
Пульса нет	Пульсовый провод плохо соединен или поврежден	Правильно соедините провод или замените
	Консольная схема испортилась	Замените консоль
Дисплей не работает	Винт на печатной плате расшатан	Плотно затяните винт
	Консоль неисправна	Замените консоль
E01	Отключение инвертора при низком напряжении	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E02	Тепловой датчик неисправен	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E04	Защита выходного отверстия инвертора от перегрузки током	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E06	Защита выходного отверстия инвертора от перенапряжения	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E08	Аварийная посадка	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E09	Защита инвертора от перегрева	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E21	Проблема флэш-программы	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E22	Проблема prog	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E23	Низкое напряжение	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E25	Аварийная остановка	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E0A	Защита двигателя от перегрузки	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E0B	Защита инвертора от перегрузки	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса
E0C	Аварийная перегрузка системы	Замените инвертор или свяжитесь со службой сервиса

## Перемещение беговой дорожки

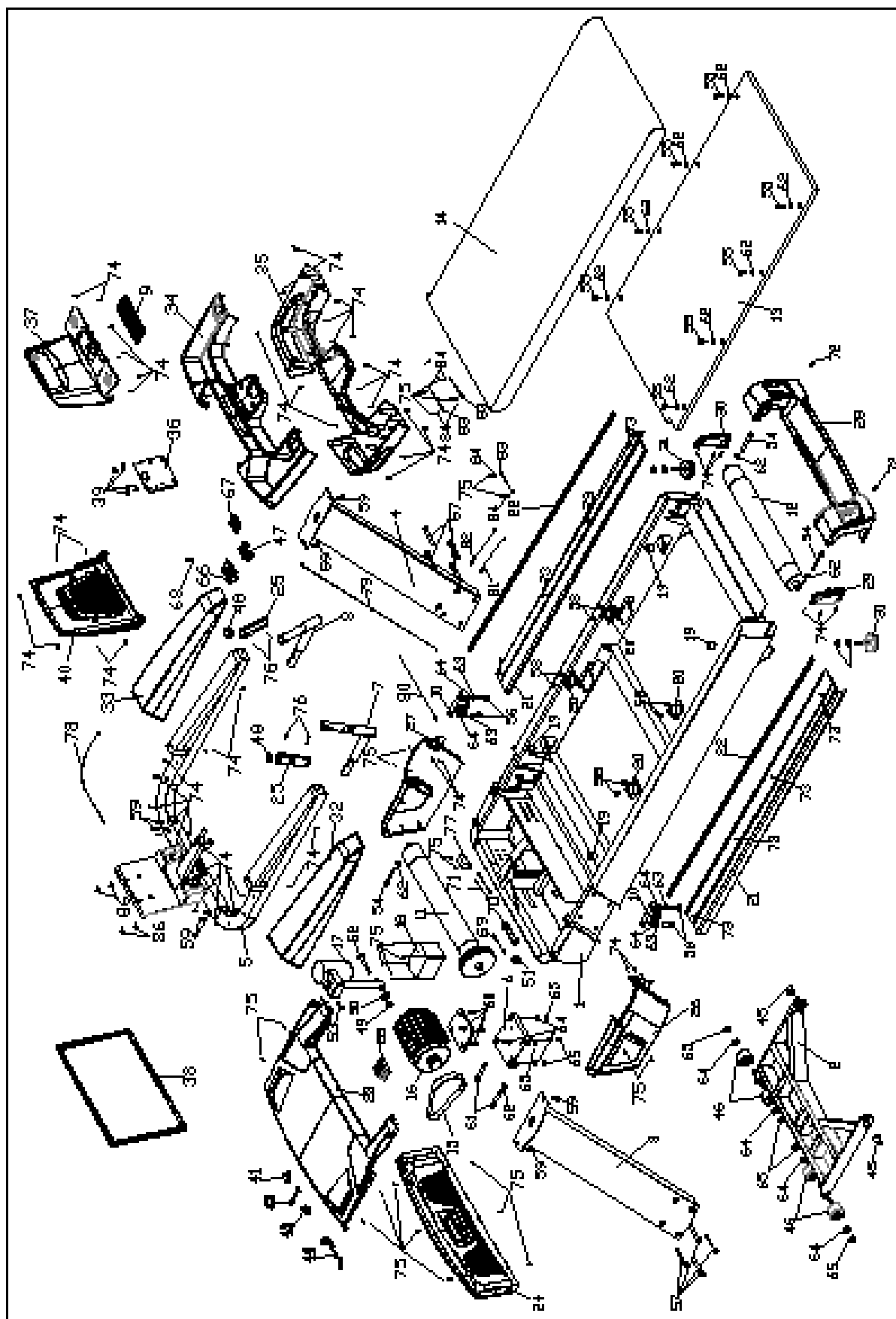


Прежде чем перемещать беговую дорожку, необходимо убедиться, что основная рама находится внизу (установлен нулевой угол наклона беговой поверхности), выключить беговую дорожку и вынуть вилку из розетки.

Затем поднимите конец беговой дорожки двумя руками и передвиньте вперед или назад в нужное место. Желательно участие двух человек.

Затем медленно опустите беговую дорожку на пол.

## Схема тренажёра в разобранном виде:



## Список комплектующих частей:

№.	Наименование	Спецификация	Кол-во
1	Основная рама		1
2	Рама наклона		1
3	Левая стойка консоли		1
4	Правая стойка консоли		1
5	Рама консоли		1
6	Рама дисплея		1
7	Кронштейн мотора		1
8	Левая рама пульсометров		1
9	Правая рама пульсометров		1
10	Крепление	t25×91×51	2
11	Передний вал	Ø150×Ø85×Ø25×715	1
12	Задний вал	Ø85×Ø25×638×705	1
13	Дека	1410×680×25	1
14	Беговое полотно	3460×580×t3.2	1
15	Приводной ремень	270J10	1
16	Мотор		1
17	Мотор наклона		1
18	Инвертер		1
19	Эластомер	φ30×30×M8×8	4
20	Эластомер	80×54×40 (Красный)	4
21	Алюминиевая боковая накладка	128×49×1400	2
22	Резиновая накладка	100×8×700	2
23	Верхний кожух моторного отсека	810×595×68	1
24	Передний кожух моторного отсека	810×114×192	1
25	Поручень для пульсометров	cylinder length 133(hand pulse bracket included)	2
26	Кожух левой стойки консоли		1
27	Кожух правой стойки консоли		1
28	Задняя заглушка	855×163×195	1
29	Левое крепление задней заглушки	78×34×155	1
30	Правое крепление задней заглушки	78×34×155	1
31	Ножка	Ø74×86×M12	2
32	Левый поручень		1
33	Правый поручень		1
34	Верхний кожух консоли	924×403×117	1
35	Нижний кожух консоли	926×377×129	1
36	Соединительная плата консоли	5×131×168	1
37	Посадочное место консоли	432×208×227	1
38	Консоль		1
39	Винт	M8×25	4
40	Задний кожух консоли	5550EA/408×123×316	1
41	Разъем питания	Red L-60/Black L-150/Y&G L-320	1
42	Предохранитель с кабелем	FP-ZHY-8(6.35×30)/15A	1
43	Выключатель	30A	1

№.	Наименование	Спецификация	Кол-во
44	Кабель питания	3×1.5mm2×2000	1
45	Втулка	Ø35×Ø30×Ø20×27	2
46	Колесо	Ф59×Ф15.5×t40	4
47	Ключ безопасности	83.5×42.7×33.2	1
48	Втулка		2
49	Гайка	M12	1
50	Шайба	Ø12	1
51	Магнитное кольцо	Ф35×Ф22×t15	1
52	Болт	M12×70×20	1
53	Болт	M10×40×20	1
54	Болт	M8×75	3
55	Болт	M8×30	8
56	Болт	M10×35	4
57	Болт	M8×80	8
58	Болт	M8×10	8
59	Болт	M8×20	8
60	Болт	M8×15	4
61	Болт	M8×55	2
62	Шайба	Ø8	16
63	Пружинная шайба	Ø10	4
64	Шайба	Ø10	12
65	Гайка	M10	8
66	Крепление датчика ключа безопасности	106×54×24	1
67	Ключ безопасности	60.5×42×12	1
68	Пружина	φ11.8×φ0.8×24	1
69	Кабель заземления	L-150mm/ 1.5mm2	1
70	Кабель	L-450mm (red)	2
71	Кабель	L-450mm (black)	1
72	Винт	M5×15	2
73	Винт	ST4×20	8
74	Винт	ST4×16	58
75	Винт	M4×16	26
76	Винт	ST3×25	4
77	Фильтр	10A	1
78	Кабель консоли	5552EA/L-900mm	1
79	Кабель консоли	5552EA/L-1200mm	1
80	Кабель консоли	5552EA/L-800mm	1
81	Кабель	L-800mm/1.5mm2/ red	1
82	Кабель	L-800mm/1.5mm2/b lack	1
83	Кабель	L-200mm/1.5mm2	3
84	Шайба	Ø5	6
85	Импульсный источник питания		1
86	Винт с шестигранной головкой	M8×20	4

## Технические характеристики

<b>Тип беговой дорожки:</b>	электрическая
<b>Двигатель:</b>	6 л.с. AC
<b>Скорость, км/ч:</b>	1-25
<b>Беговое полотно:</b>	2.5 мм ортопедическое профессиональное
<b>Размеры бегового полотна, см:</b>	162x60
<b>Толщина деки:</b>	25 мм
<b>Количество уровней наклона:</b>	15
<b>Тип консоли :</b>	23,8 дюймовый сенсорный TFT дисплей
<b>Язык интерфейса:</b>	Русский, Английский
<b>Показания консоли:</b>	программный профиль, время, скорость, дистанция, калории, пульс, угол наклона
<b>Общее количество программ:</b>	44
<b>Спецификация программ:</b>	4 целевые программы, 36 предустановленных программ, 3 виртуальный ландшафт, ИМТ
<b>Дополнительные функции:</b>	встроенные мультимедийные приложения, беспроводная зарядка телефона
<b>Интернет:</b>	есть
<b>Измерение пульса:</b>	есть
<b>Подставка под планшет/смартфон:</b>	да
<b>Компенсаторы неровностей пола:</b>	да
<b>Транспортировочные ролики:</b>	да
<b>Энергосбережение:</b>	да
<b>Отсеки для аксессуаров:</b>	да
<b>Дополнительные особенности тренажера:</b>	дополнительные эргономичные поручни с датчиками пульса, боковые направляющие из алюминиевого сплава, система заводской смазки бегового полотна (сервисный интервал 1000 часов), двухсторонняя дека
<b>Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В), см:</b>	215x93x168
<b>Максимальный вес пользователя, кг:</b>	180
<b>Вес нетто, кг:</b>	198
<b>Подключение к сети:</b>	220 В
<b>Максимальный вес пользователя:</b>	180
<b>Производитель:</b>	Fitathlon Group (подразделение в Германии)
<b>Страна происхождения:</b>	КНР
<b>Бренд</b>	Bronze Gym

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

\*Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «ФИТАТЛОН»: [www.fitathlon.ru](http://www.fitathlon.ru)

Последнюю версию Руководства пользователя можно найти на сайте поставщика ООО «ФИТАТЛОН»: [www.fitathlon.ru](http://www.fitathlon.ru)



### Внимание

Тренажер предназначен для коммерческого использования.

