

Беговая дорожка

BC0iS & BC0i



Дорогой покупатель!

Поздравляем Вас с этим удачным приобретением!

Теперь Вы владелец суперсовременного тренажера BC0i/BC0iS с новейшей технологией Q-deck! Эта технология позволит Вам тренироваться, не перегружая суставы ног и позвоночник. 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.

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию и комплектацию изделия с целью улучшения его характеристик и обновления дизайна без предварительного уведомления!

Условия хранения

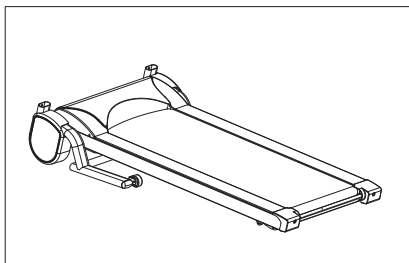
- Тренажер рекомендуется использовать только в помещении.
- Не допускается устанавливать тренажер во влажных, не отапливаемых или пыльных помещениях.
- При использовании тренажера в жилых секторах не лежащих в черте городов необходимо применять схему подключения тренажера к сети электропитания через 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 120 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, вставайте ногами на боковые панели бегового полотна, а не на само полотно. Выберите программу, нажмите СТАРТ и только после начала движения полотна вставайте 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.

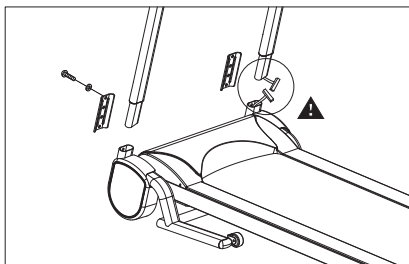
Этапы сборки	1~~2
Функции панели управления	3~~4
Управление	5~~8
Техническое обслуживание	9~~10
Устранение неисправностей	11~~13
Схема соотношения пульса и комфорта	14
Изображение в разобранном виде	15~~16
Комплектующие	17
Технические характеристики	18

ШАГ 1



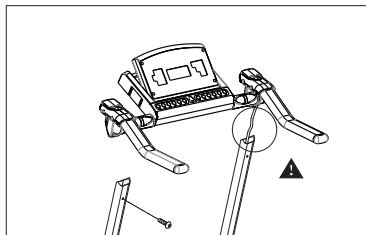
1. Выньте беговую дорожку из упаковки.

ШАГ 2



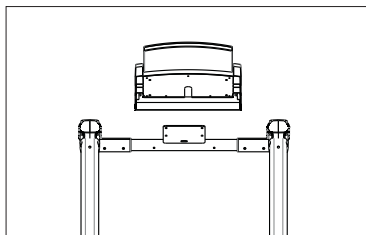
2. Установите левую стойку в левое отверстие на основной раме. Соедините провода, перед тем как устанавливать правую стойку в правое отверстие. Закрепите стойки, используя болт №2 и инструмент №3. Будьте внимательны – не пережмите кабели!

ШАГ 3



3. Перед установкой компьютера между стойками, Убедитесь, что провода подсоединены к стойке должным образом. Установите компьютер, используя болт №2 и инструмент №3 (как показано на рисунке).

ШАГ 4



4. Установите и закрепите ручки на верху стойки, используя болт №4. Закрепите ручки в середине стойки, используя болт №4 (как показано на рисунке).

Дисплей

TMR: показывает пройденное время после нажатия на кнопку “СТАРТ” (0-99:59 мин)

SPD: показывает скорость в км/ч. Значения скорости изменяются от 0,8 до 8, 13.0 и 16.0 (в соответствии с моделью Вашей беговой дорожки)

DST: показывает пройденную дистанцию в км. Максимальная дистанция 99.99 км.

CAL: показывает приблизительное количество потраченных калорий. Расчеты базируются на соотношении скорости, угла наклона и времени тренировки.

PULSE: показывает количество ударов в минуту.

SCAN: переключает автоматически на следующее показание дисплея через каждые 6 секунд.



Описание кнопок



⊙ **СТАРТ/СТОП:** начать или остановить движение бегового полотна

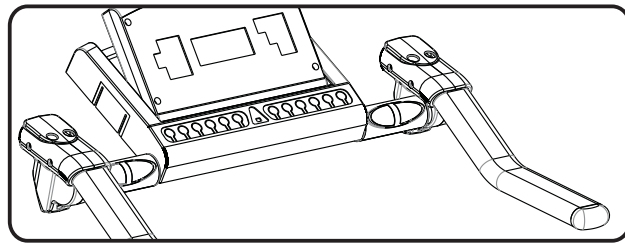
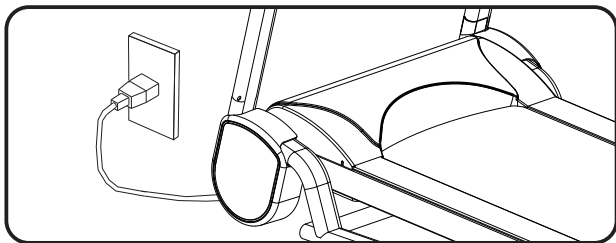


⊙ **ПОКАЗАТЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:** изменить показатели тренировки – калории, пульс, время, расстояние



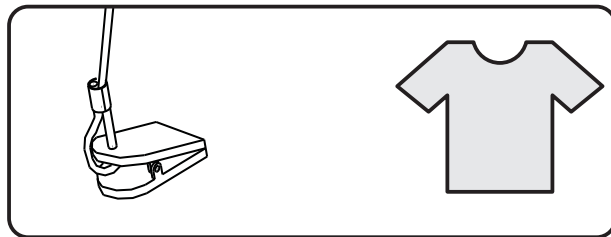
⊙ **СКОРОСТЬ +/СКОРОСТЬ - :** увеличить или уменьшить скорость движения бегового полотна

ШАГ 1. Подключите тренажёр к электрической сети и включите питание.



ШАГ 2. Закрепите ключ безопасности на одежде (для соблюдения безопасности).

ШАГ 3. Подключите ключ безопасности к компьютеру.



Чтобы завершить работу

Чтобы завершить работу, Вы можете:

Нажмите "СТОП", чтобы завершить работу.

Или извлеките ключ безопасности, чтобы завершить работу.



Важно:
Для более верных показаний
пульса измеряйте его после
окончания тренировки.

Ручная установка

ШАГ 1:

Включите электропитание. LCD-монитор будет мигать в течение 2 секунд, что будет также сопровождаться звуком. Затем компьютер автоматически перейдет в режим ручной настройки.

ШАГ 2:

Нажмите  , и беговое полотно начнет двигаться со скоростью 0,8 км/ч. После этого Вы сможете при помощи кнопок  и  увеличить или уменьшить скорость.

Советы:

1. Во время тренировки, нажав  , Вы увидите показания времени, скорости, расстояния и сгораемых калорий.
2. Вы можете очистить запрограммированные показания удерживанием кнопки “ ПОКАЗАТЕЛИ ” ТРЕНИРОВКИ в течение 3 секунд.

Регулировка наклона

Ручная регулировка наклона

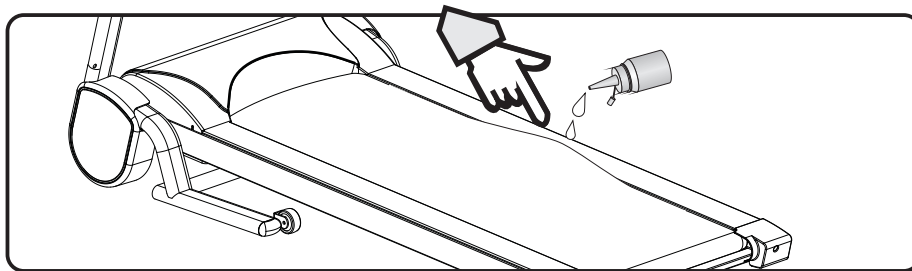
Установите рычаг в крайнее положение для уменьшения угла наклона бегового полотна.

Чтобы увеличить угол наклона переместите рычаг в положение ближе к беговому полотну.



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 вспырните силиконовую смазку в щель между лентой и полотном.

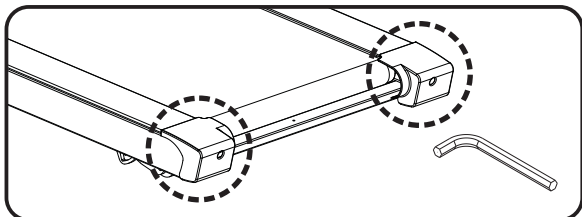
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

Не используйте беговую дорожку, если она в неисправном состоянии, или свяжитесь с сервисным центром, если беговое полотно повреждено.

2. Регулировка бегового полотна:

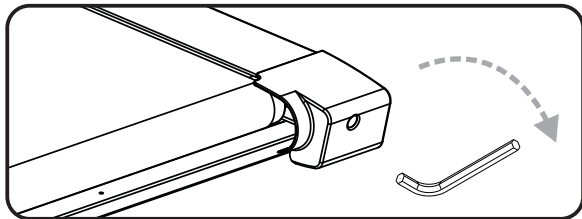
Беговое полотно должно располагаться строго по центру. Следуйте инструкции:

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

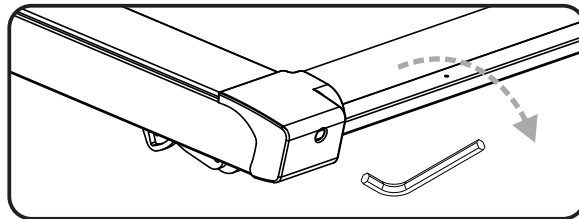


(2). Найдите отверстия с резьбой на конце беговой дорожки. Используя шестигранный ключ, Вы можете регулировать натяжение беговой дорожки.

(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.

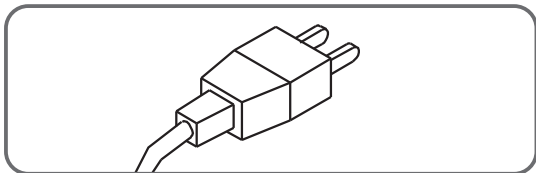


(5). В случае, если Вы проделали перечисленные шаги, а беговое полотно не отрегулировано, возможно, оно повреждено. Пожалуйста, свяжитесь с сервисным центром.

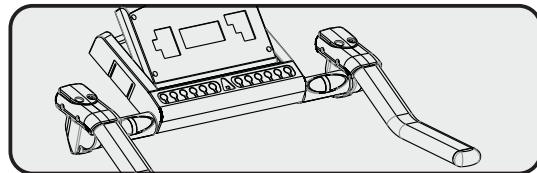
ВНИМАНИЕ! Перед тем, как разбирать монтажную панель, убедитесь, что беговая дорожка отключена от питания.

1. На дисплее не загорается свет.

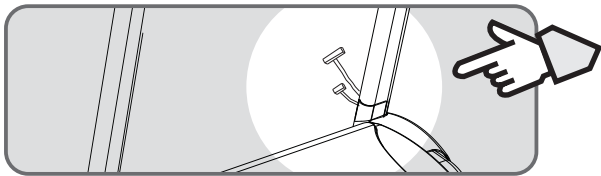
(1). Проверьте соединение с источником питания.



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

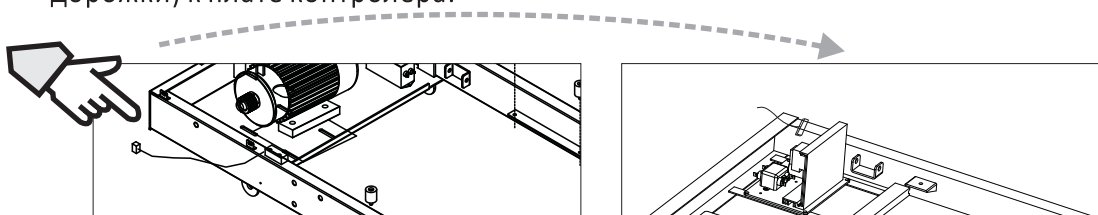


(3). Проверьте, соединены ли провода в узлах соединения тренажёра.



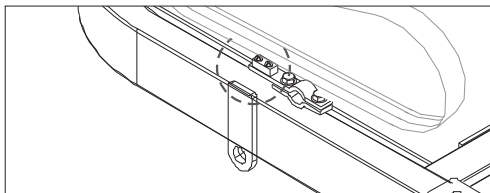
2. Беговое полотно не движется, или беговая дорожка выключается спустя 3 секунды.

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



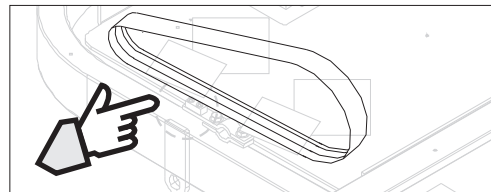
(2). Пожалуйста, проверьте, что расстояние между магнитом и датчиком установлено верно.

(3). Проверьте, что магнит на переднем валике не выпал



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.

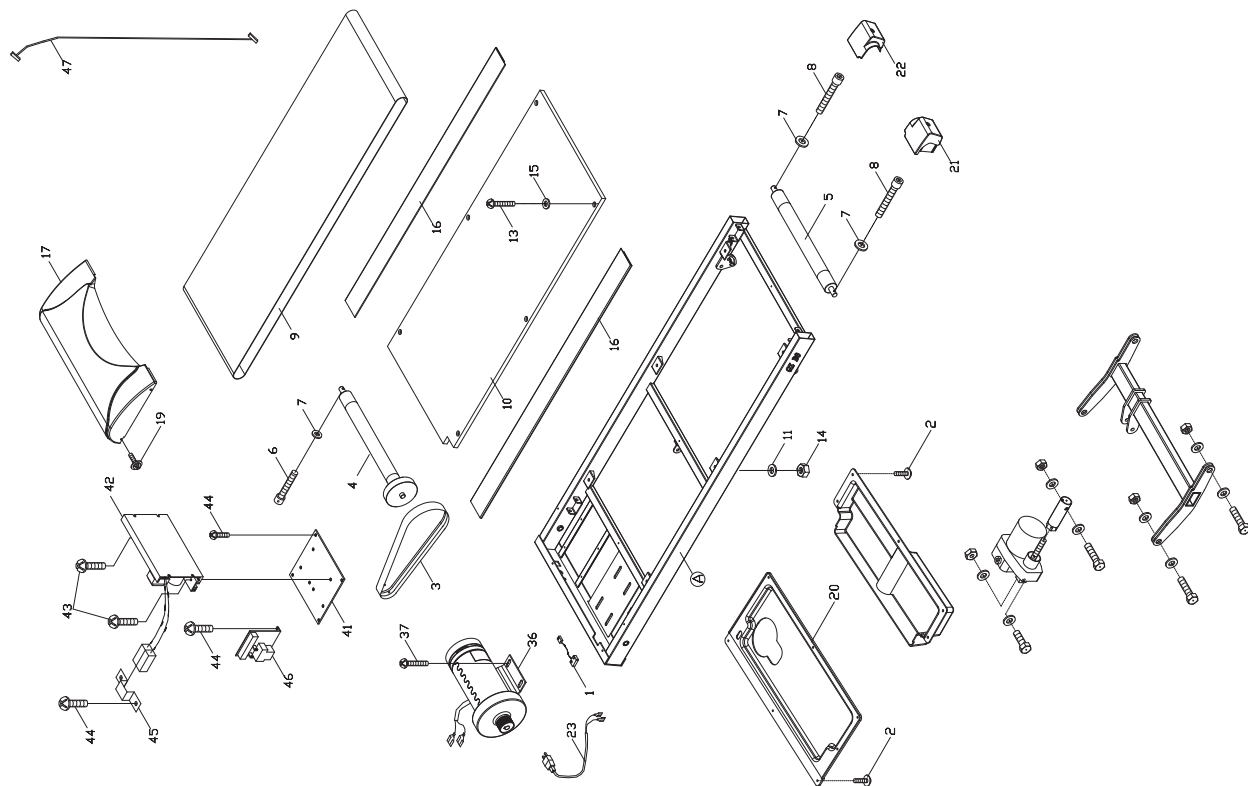
✖Примечание:

Если Вы не можете самостоятельно решить проблему, обратитесь к дилеру для устранения неполадок

Тренировка					
Возраст	Пульс	Кульминация тренировки	Процесс тренировки	Начало тренировки	Разминка
		 	 	 	 
 10 лет	 198	 166	 140	 113	 87
 20 лет	 189	 161	 136	 110	 85
 30 лет	 179	 155	 131	 108	 84
 40 лет	 172	 150	 127	 105	 82
 Комфорт во время тренировки	Вы чувствуете себя очень устало	Вы чувствуете себя усталым, но еще можете продолжать тренировку	Вы чувствуете себя бодро	Вы разогрелись	Наиболее комфортный этап тренировки

Тренировка					
Возраст	Пульс	Кульминация тренировки	Процесс тренировки	Начало тренировки	Разминка
		 ■■■■■■■■	 ■■■■■■■■	 ■■■■■■■■	 ■■■■■■■■
 50 лет	 165	 144	 123	 102	 81
 60 лет	 158	 138	 119	 99	 80
 70 лет	 151	 133	 115	 98	 78
 Комфорт во время тренировки	Вы чувствуете себя очень устало	Вы чувствуете себя усталым, но еще можете продолжать тренировку	Вы чувствуете себя бодро	Вы разогрелись	Наиболее комфортный этап тренировки





1



1: Болт
M8-16L – 10 шт.

2



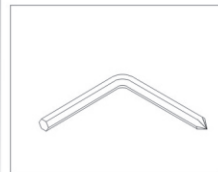
2: Болт
M8-60L – 4 шт.

3



3: Держатель для
бутылки – 2 шт.

4



4: Ключ
5 мм – 1 шт.

5



5: Ключ безопасности
– 1 шт.

6



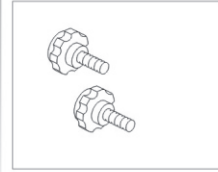
6: Держатели стоек
– 2 шт.

7



7: Бутылочка с
силиконовым
маслом – 1 шт.

8



8: Болт – 2 шт.

Технические характеристики модели BC0i/BC0iS

Электродвигатель.....	220-240 Вт/50 Гц
Мощность двигателя, л.с (Средняя).....	1, 25
Скорость, км/ч.....	0-12
Угол наклона бегового полотна...3 положения (ручная настройка)/Автоматическая	
Измерение пульса.....	датчики на поручнях
Размер бегового полотна, см.....	116*40
Размеры тренажера (ш*д*в), см.....	72*150*128
Вес нетто, кг.....	55
Максимальный вес пользователя, кг.....	120
Тренировочный компьютер.....	есть
Складываемое полотно.....	есть
Беговое полотно Q-deck.....	есть
Ключ безопасности.....	есть
Транспортировочные ролики.....	есть