



**OXYGEN**  
F I T N E S S

# **QUANTA II AL HRC**

## **БЕГОВАЯ ДОРОЖКА**



**РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**

## **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 использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, 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, у которого Вы приобрели тренажер.

## Меры безопасности

### 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.

Тренажер предназначен для домашнего использования. В целях обеспечения безопасности и надежной работы оборудования перед использованием тренажера ознакомьтесь с инструкцией.

При использовании тренажера следует соблюдать следующие базовые меры предосторожности:

- **ОСТОРОЖНО!** Во избежание удара током отключайте тренажер от сети после окончания использования и перед чисткой;
- **ВНИМАНИЕ!** Не следует оставлять включенный тренажер без присмотра во избежание удара током. Если тренажер не используется или производится его ремонт, установка или снятие комплектующих, отключите его от сети;
- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Во избежание получения травм используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем;
- Во избежание травм и удара током не вставляйте какие-либо предметы в отверстия на тренажере;
- Не снимайте кожухи консоли. Ремонт тренажера должен производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не используйте тренажер, если заблокированы вентиляционные отверстия. Поддерживайте их в чистоте, удаляйте скапливающуюся пыль, волосы и т.д.;
- Не используйте тренажер, если у него повреждены шнур питания или вилка, если он работает некорректно, был поврежден или побывал в воде. Доставьте тренажер в сервисный центр для осмотра и ремонта;
- Не перемещайте тренажер за шнур питания и не используйте шнур как ручку;
- Шнуры питания не должны соприкасаться с нагревающимися поверхностями;
- Дети и лица с ограниченными возможностями могут находиться рядом с включенным тренажером или использовать его только под наблюдением;
- Тренажер не предназначен для использования вне помещения;
- Не пользуйтесь тренажером в местах, где распыляются аэрозоли или осуществляется подача кислорода;
- Для отключения переведите тумблеры включения/выключения в положение «выкл.(OFF)», а затем отключите шнур питания из розетки;
- Подключайте тренажер только к заземленной розетке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера;
- Будьте осторожны при заходе на тренажер и спуске с него;

- **ОСТОРОЖНО!** Если вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно ПРЕКРАТИТЕ занятия на тренажере. Прежде чем возобновлять тренировки обратитесь за консультацией к врачу.

## Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию

### Транспортировка и эксплуатация тренажера:

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

### Хранение тренажера

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

1. температура + 10 - + 35 С;
2. влажность: 50 -75%;
3. если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

## Настройка оборудования

### 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 (свободное пространство должно быть не менее 60 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 60 см позади него).

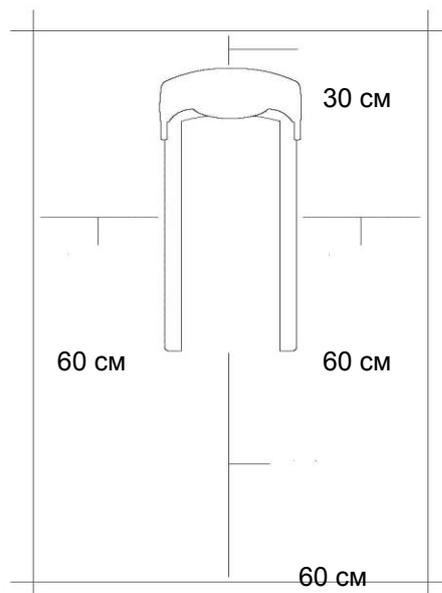
Свободное пространство сзади тренажера обеспечит вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него

Если вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердой резины или пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

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. Рекомендуется устанавливать тренажер в комфортном помещении.

### Инструкция по заземлению

Беговая дорожка должна быть заземлена. В случае сбоя или поломки заземление создает путь для электрического тока с минимальным сопротивлением, что снижает риск удара током. Тренажер оснащен шнуром с жилой для заземления и вилкой с клеммой заземления. Он должен подключаться к



соответствующей розетке, установленной и заземленной с соблюдением действующих нормативов. Несоблюдение данных инструкций может привести к утрате гарантии.

**ОСТОРОЖНО!** Неправильное подключение может стать причиной удара током. Если у вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы. Не меняйте самостоятельно вилку тренажера. Если комплектуемая вилка не подходит к вашей розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку.

### **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 они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все детали тренажера, не до конца затянув гайки и Болты, и только убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.

### **Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт**

*Регулярное и своевременное техническое обслуживание продлевает срок службы тренажера и сводит обращения в сервисную службу до минимума. Для этого рекомендуется выполнять следующие профилактические процедуры.*

#### **Рекомендации по уходу**

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети. К обслуживанию можно приступать примерно через 60 секунд, когда произойдет полное обесточивание внутренних электрических цепей тренажера. Регулярно осматривайте Ваш тренажер на предмет отсутствия попадания посторонних предметов, пыли и грязи в тренажер.

Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера – ацетон, бензин, уайт-спирит, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей.

Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости ткань с последующей протиркой сухой тканью.

#### **ЕЖЕДНЕВНО (после каждой тренировки)**

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Протрите беговое полотно, корпус, кожух двигателя и консоль влажной тряпкой. Не используйте растворители, они могут повредить тренажер;
- Осмотрите шнур питания. Если он поврежден, обратитесь к представителям компании-продавца;
- Убедитесь, что шнур не попал под транспортировочные колёсики тренажера или в другое место, где он может оказаться защемлен или оборван;
- Убедитесь, что тренажёр находится на достаточном расстоянии от стен ( не менее 50 см).

#### **ЕЖЕНЕДЕЛЬНО**

- Выключите тумблер беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Сложите тренажер, убедившись в надежности его фиксации в вертикальном положении( для складных моделей);
- Подметите или пропылесосьте пол, чтобы удалить пыль или другой мусор, который мог накопиться под беговой дорожкой;

### **ЕЖЕМЕСЯЧНО – ВАЖНО!**

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Проверьте затяжку всех монтажных болтов тренажера;
- Снимите кожух двигателя. Дождитесь, пока все огни индикаторов на платах погаснут;
- Пропылесосьте сам двигатель и весь моторный отсек , чтобы удалить накопившийся пух или пыль в моторном отсеке. Невыполнение этой процедуры может привести к короткому замыкание и преждевременному отказу электронных компонентов;
- Протрите беговое полотно влажной тряпкой;
- Проверьте и отрегулируйте в случае необходимости натяжение и центровку бегового полотна.

Дека и беговое полотно – это детали тренажера, требующие особого внимания. Важно соблюдать правила эксплуатации во избежание преждевременного износа этих деталей. Периодически проверять и проводить центровку и натяжение бегового полотна, а при необходимости и проводить техническое обслуживание беговой дорожки.

### **Рекомендации по техническому обслуживанию домашних беговых дорожек**

В процессе эксплуатации беговой дорожки происходит стирание и высыхание фрикционного слоя 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, запах дыма, резкий запах пластмассы, нагрев крышки моторного отсека;
- остановка дорожки и отключение электродвигателя во время занятий;
- появление текстовых или цифровых сообщений на дисплее консоли и остановка дорожки;
- токовая нагрузка на электродвигатель более 9 Ампер (DC) (измеряется тестером и только специалистом).

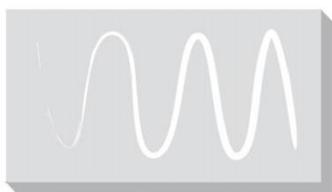
Обращаем Ваше внимание, что несвоевременная смазка деки приводит к повышенному трению и нагрузке на электродвигатель, что может привести к поломке электродвигателя и электронных плат управления дорожкой, повреждению и преждевременному износу деки и бегового полотна. В любом случае, даже при регулярном 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.

Для выполнения работ по техническому обслуживанию и ремонту тренажёра рекомендуем обращаться к специалистам сервисного центра.

### **Нанесение силиконовой смазки**

Выключите тумблер питания беговой дорожки и отключите ее от сети. Ослабьте болты заднего вала в задней части деки для того, чтобы ослабить натяжение бегового полотна и иметь доступ руки для чистки и смазки деки. (Рекомендуем наклеить или нанести метки с обоих концов рамы, отметив таким образом изначальное положение заднего вала). После этого возьмите бутылочку смазочного средства и нанесите его на поверхность деки линиями или змейкой - по центру и по бокам деки.



Затяните оба болта крепления заднего вала (в соответствии с вашими метками), включите и запустите дорожку, отцентрируйте и натяните полотно.

Пройдите пешим шагом по полотну беговой дорожки на минимальной скорости в течение трёх минут для равномерного распределения смазки.

Если у вас возникли вопросы по поводу смазывания беговой дорожки, обращайтесь к представителям компании-продавца.

Примечание: в случае перегрузки системы привода беговой дорожки и вероятности выхода его из строя сработает предохранитель и беговая дорожка выключится. Отключите дорожку от электросети и замените предохранитель. Предохранитель находится в нижней передней части тренажёра рядом с тумблером включения.

## Центрирование бегового полотна

**Операции по центровке и натяжению бегового полотна выполняются Пользователем беговой дорожки по мере необходимости.**

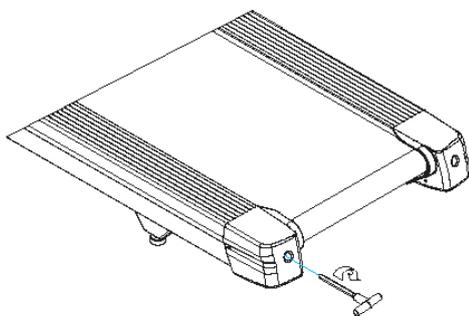
При ходьбе или беге вы можете работать одной ногой сильнее, чем другой, что приводит к смещению бегового полотна дорожки в процессе эксплуатации. Чтобы его отцентрировать, необходимо прилагаемым в комплекте гаечным ключом отрегулировать положение заднего вала. **ВНИМАНИЕ:** выполните все указания по центрированию бегового полотна, описанные ниже.

1. Не надевайте свободную одежду или украшения, когда Вы будете выполнять процедуру центрирования.
2. Никогда не поворачивайте болты за один раз более, чем на  $\frac{1}{4}$  оборота.
3. Всегда затягивайте болты с одной стороны и освобождайте с другой для предотвращения перетяжки или провисания дорожки.
4. Нажмите кнопку СТАРТ (QUICK START). Отрегулируйте скорость дорожки кнопками на консоли до 4 км/ч.

После регулировки пройдите по дорожке в течение 5 мин. Если необходимо, повторите действия до полного центрирования бегового полотна.

**Если беговое полотно смещено вправо:** запустите беговое полотно со скоростью до 5 км в час. При помощи входящего в комплект поставки гаечного ключа поверните правый задний болт на  $\frac{1}{4}$  оборота **по часовой стрелке**. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пойти полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру.

**Если беговое полотно смещено влево:** запустите беговое полотно со скоростью до 5 км в час. При помощи входящего в комплект поставки гаечного ключа поверните левый задний болт на  $\frac{1}{4}$  оборота **по часовой стрелке**. Проверьте положение полотна. Беговое полотно должно пойти полный оборот, после этого можно сделать вывод о том, насколько оно отцентрировано. При необходимости повторите процедуру.



Беговое полотно при движении не должно касаться боковых накладок.

Повторите все эти действия до полного центрирования бегового полотна.

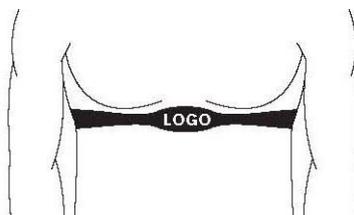
## Натяжение бегового полотна

Если при движении ощущается проскальзывание бегового полотна, необходимо его натянуть. В большинстве случаев беговое полотно в процессе работы растягивается, что и вызывает проскальзывание. Натяжение бегового полотна является обычной регулировочной операцией, которую должен выполнять пользователь дорожки. Для устранения проскальзывания следует затянуть оба натяжных болта заднего вала при помощи торцевого ключа соответствующих размеров (входит в комплект дорожки), повернув их на 1/4 ОБОРОТА, как показано на рисунке. Проверить снова беговую дорожку на проскальзывание. Повторить натяжение при необходимости, но НИКОГДА НЕ ПОВОРАЧИВАТЬ натяжные болты больше, чем на 1/4 оборота за один раз. Натяжение бегового полотна отрегулировано правильно, когда движущаяся лента находится на расстоянии около 1 сантиметра от крышки моторного отсека.

## Пульсозависимая программа

### Контактные датчики пульса (если имеются)

Обхватите руками поручни. Ладони должны находиться на датчиках пульса. В течение 15-20 секунд датчик измерит последние 5 ударов пульса. Не сжимайте датчики плотно, так как в этом случае может повыситься артериальное давление. Убедитесь, что ладони расположены на пластинах пульсомера, а не на поручнях, во избежание получения неправильных данных.



### Телеметрический датчик пульса

Вы можете измерять уровень пульса с помощью беспроводного датчика пульса, значение которого будет отображено на дисплее консоли.

Прежде чем закрепить датчик на груди, увлажните области ремня, где проходят электроды.

Затяните ремень вокруг груди и отрегулируйте ремень так, чтобы он сидел плотно.

Примечание: датчик должен быть плотно и правильно закреплен на груди для того, чтобы считывать более точный и правильные данные. Если датчик расположен неправильно. Вы может получить некорректную информацию.

### Измерение пульса

**ВНИМАНИЕ!** Для измерения пульса необходимо постоянное удержание рук на сенсорных датчиках пульса. Важно знать, что сенсорные датчики пульса не являются медицинским оборудованием и определяемые значения могут значительно отличаться от фактических.

## **Назначение**

OXYGEN FITNESS™ QUANTA II AL HRC - премиальная домашняя беговая дорожка с максимальным весом пользователя 150 кг. В основе конструкции - особопрочная двойная рама, проверенный временем двигатель японской Fuji Electric мощностью 3 л.с. в режиме постоянной нагрузки (или 5.4 л.с. пиковой мощности) и парафинированная дека толщиной 20 мм. Большое комфортное беговое полотно площадью 140\*46 см. обеспечивает полную свободу движений на любых скоростях. Динамические параметры выкручены на максимум в своем классе - скорость до 18 км./ч. и угол наклона до 18%. Высокопрочное многослойное полимерное полотно сложного плетения Nabasit NVT-256 толщиной 1.6 мм. относится к классу коммерческих и рассчитано на напряженную многолетнюю эксплуатацию. Амортизация является традиционным преимуществом беговых дорожек OXYGEN FITNESS™. В случае с QUANTA II AL HRC она представлена великолепной связкой демфирующих элементов: динамическими подушками dualFLEX™ и цилиндрическими эластомерами с пружинами Natural™ Springs. Это сбалансированная система настроена на средне-мягкий уровень жесткости, позволяет тренироваться пользователям с проблемными суставами и гарантирует устойчивость рамы беговой дорожки на любых скоростях.

Тренировочный компьютер оснащен цветным дисплеем диагональю 6.5 дюйма (16.5 см.) с отображением программных профилей. В число самих программ входят 24 режима, направленных на решение самого широкого спектра задач – от развития силы и выносливости до снижения веса и улучшения сердечно-сосудистой системы. Помимо предустановленных программ, можно воспользоваться самостоятельно регулируемым ручным режимом, а также создать собственную программу в одном из 4-ех пользовательских режимов. Есть здесь и 2 пульсозависимые программы с предустановленными значениями 65% либо 85% от целевого максимального пульса. Для точного определения пульса и просто комфортной тренировки в компьютер встроен высокоточный беспроводной приемник. К другим особенностям дорожки относятся гидравлическая система складывания easyFOLD™, которая существенно облегчает складывание дорожки, а при раскладывании обеспечивает медленное опускание полотна в последней фазе, гарантируя легкость и безопасность. Мультимедийная компонента представлена динамиками 5 Ватт, входами USB и Audio IN (AUX) для проигрывания музыки с MP3-плеера, смартфона либо USB накопителя. USB вход также выполняет функцию зарядки мобильных устройств. Перемещение дорожки происходит за счет 2-ух транспортировочных роликов. Выровнять положение тренажера относительно поверхности можно за счет компенсаторов неровностей пола.

**Тренажёр предназначен для домашнего использования.**

**Условия гарантии и сервисного обслуживания указаны в Гарантийном талоне.**

**Убедитесь, что вы ознакомились с содержанием Гарантийного талона.**

**Не выбрасывайте гарантийный талон.**



## Указания по утилизации

### Информация для пользователя

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.



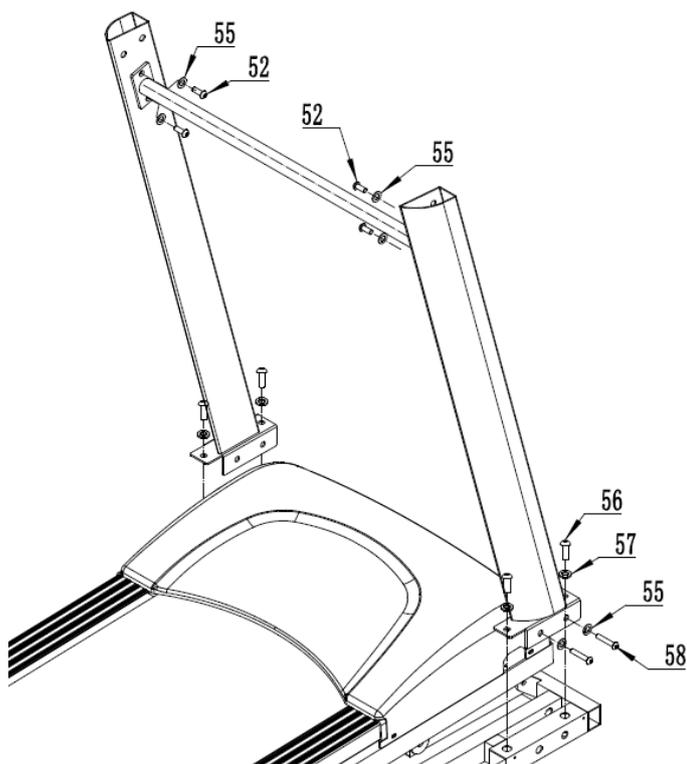
## Сборка оборудования

Страховочная пластиковая лента (жёлтого или белого цвета, на рисунке выделена красным цветом), фиксирующая раму подъёма беговой дорожки, удаляется только после полной сборки дорожки, иначе можно получить травму пальцев.



**ВНИМАНИЕ!** Во время установки различных винтов и болтов не следует их сильно затягивать. Это необходимо сделать в самом конце сборки.

## Шаг 1

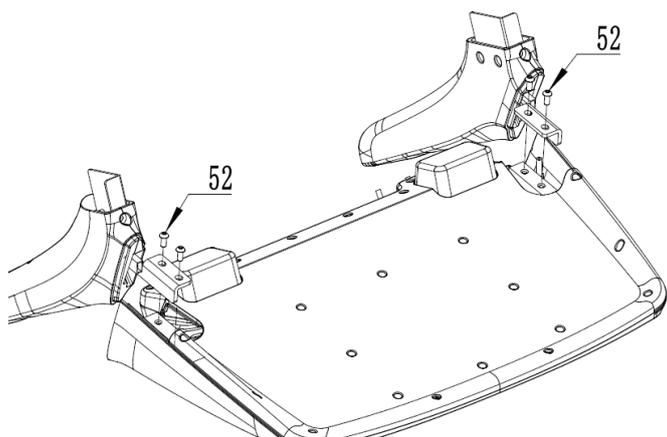


Закрепите стойки консоли с помощью шайб  $\phi 8$  (55), болтов M10\*20 (56), шайба  $\phi 10$  (57) и болт M8\*60 (58).

Установите поперечину на стойки консоли с помощью болтов M8\*10 (52) и шайб  $\phi 8$  (55).

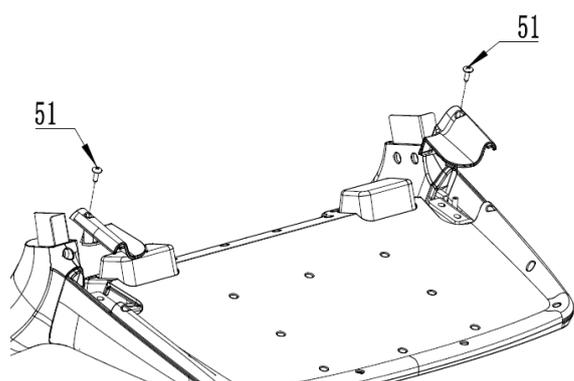
**Внимание! Кабели компьютера необходимо правильно соединить. Входные штыри коннектора (PINs) должны быть прямыми, иначе компьютер может не работать или работать неверно.**

## Шаг 2



Установите ручки на консоль с помощью болтов М8\*20 (52).

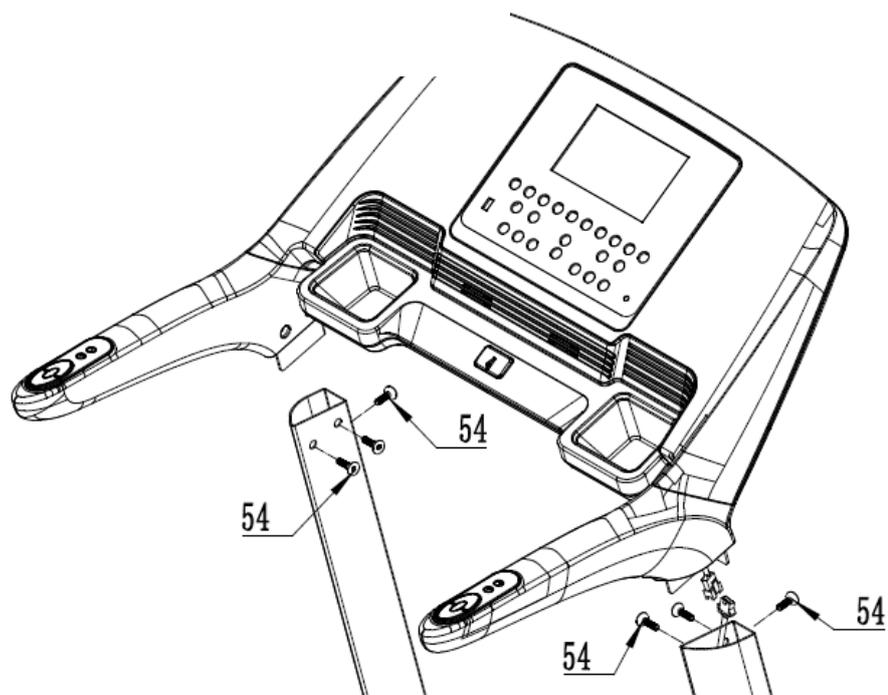
## Шаг 3



Установите маленькие кожухи внизу консоли с помощью винтов ST4.2\*20 (51).

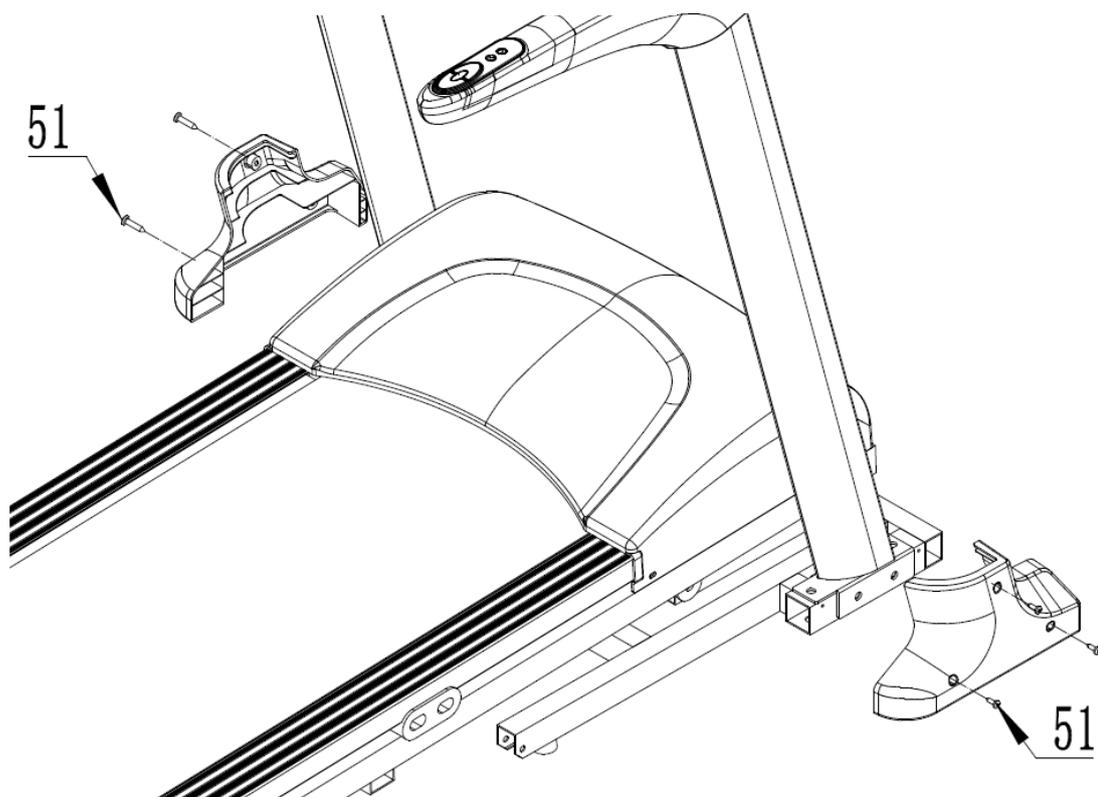
#### Шаг 4

Закрепите консоль на стойках консоли болтами М8\*20 (54).



## Шаг 5

Закрепите винтами ST4.2\*20 (51)  
кожухи стойки консоли на стойках  
консоли.



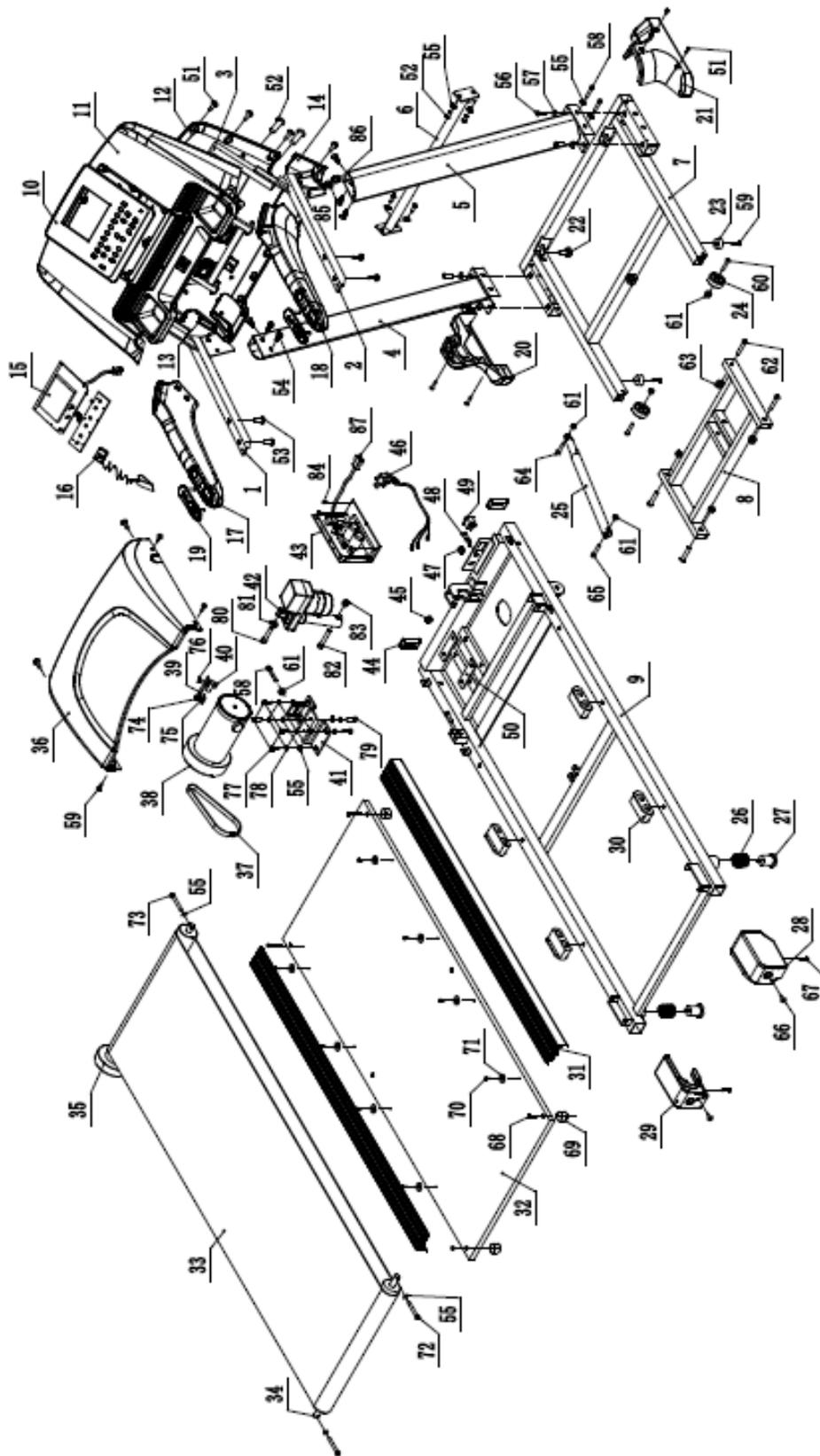
## Список комплектующих частей

Номер	Наименование	Количество
1	Левая рама поручня	1
2	Правая рама поручня	1
3	Рама консоли	1
4	Левая стойка консоли	1
5	Правая стойка консоли	1
6	U-образная труба	1
7	Опорная рама	1
8	Рама наклона	1
9	Основная рама	1
10	Панель консоли	1
11	Основной кожух консоли	1
12	Основной кожух рамы	1
13	Левый кожух консоли	1
14	Правый кожух консоли	1
15	Плата управления консоли	1
16	Ключ безопасности	1
17	Левый поручень	1
18	Правый поручень	1
19	Быстрые клавиши	2
20	Кожух стойки консоли	1
21	Кожух стойки консоли	1
22	Ножка	2
23	Резиновая ножка	2
24	Колесо	2
25	Газовый доводчик	1
26	Платформа	2
27	Ножка	2
28	Правая заглушка	1
29	Левая заглушка	1
30	Демпфер	4
31	Боковая накладка	2
32	Дека	1
33	Беговое полотно	1
34	Задний вал	1

35	Передний вал	1
36	Кожух моторного отсека	1
37	Приводной ремень	1
38	Основной двигатель	1
39	Кронштейн датчика скорости	1
40	Датчик скорости	1
41	Крепление основного мотора	1
42	Мотор наклона	1
43	Плата управления двигателем	1
44	40*410 вставка	2
45	φ24 вставка	1
46	Кабель питания	1
47	Вставка	1
48	Токовая защита	1
49	Выключатель	1
50	Проклада	1
51	ST4.2*15 Винт	1
52	M8*20 Болт	1
53	ST4.2*20 Винт	1
54	M8*20 Болт	1
55	φ8 Шайба	1
56	M10*20 Болт	1
57	φ10 Шайба	1
58	M8*60 Болт	1
59	ST4.8*15 Винт	1
60	M8*40 Болт	1
61	M8 Гайка φ8 Шайба	1
62	M10*45 Болт	1
63	M10 Гайка	2
64	M8*35 Болт	1
65	M8*45 Болт	1
66	ST4.2*20 Винт	2
67	ST4.2*15 Винт	2
68	M8*65 Болт	2
69	Шайба	1
70	ST4.2*15 Винт	2
71	Крепление	2

72	М8*85 Болт	1
73	М8*50 Болт	1
74	φ4 Шайба	4
75	М4*10 Болт	2
76	ST2.9*6 Винт	1
77	М8*20 Болт	1
78	φ8 Пружинная шайба	1
79	М8*12 Болт	1
80	М10*50 Болт	1
81	φ12 Шайба	1
82	М10*60 Болт	1
83	М10 Гайка	1
84	ST4.2*12 Винт	1
85	Кабель	1
86	Кабель	1
87	Кабель	1

# Схема тренажера в разобранном виде



## Работа с консолью



### ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КЛАВИШИ УПРАВЛЕНИЯ

#### ➤ СТАРТ (START)

Нажатие этой клавиши приведет к старту тренировки, по истечении 5 секунд.

#### ➤ СТОП (STOP)

Нажатие этой клавиши приведет к окончанию тренировки. Скорость постепенно снизится до 0 км./ч.

#### ➤ РЕЖИМ (MODE)

В положении стоп клавиша РЕЖИМ (MODE) активна, в положении паузы – неактивна.

Выводит на окна дисплея такие параметры как: Рабочий режим → TIME MODE (Время) → DISTANCE MODE (Расстояние) → CALORIES MODE (Калории) → P1 → P24 → U1 → U2 → U3 → U4 → HP1...HP2.

#### ➤ СКОРОСТЬ+ (SPEED+):

Во время движения каждое нажатие этой клавиши приведет к увеличению скорости на 0.1 км./ч. При удержании клавиши увеличение скорости произойдет быстрее.

В положении стоп также можно увеличивать это значение. При удержании клавиши увеличение

скорости произойдет быстрее.

➤ **СКОРОСТЬ- (SPEED-):**

Во время движения каждое нажатие этой клавиши приведет к уменьшению скорости на 0.1 км./ч.

При удержании клавиши уменьшение скорости произойдет быстрее.

В положении стоп также можно уменьшать это значение. При удержании клавиши уменьшение скорости произойдет быстрее.

➤ **ВВОД (ENTER):** кнопка подтверждения для Жироанализатора и режима Пользователь.

➤ **НАКЛОН+ (INCLINE+):**

Во время движения каждое нажатие клавиши означает увеличение наклона на 1%.

В режиме ожидания используйте кнопку для выбора уровня (Level) программ.

➤ **НАКЛОН- (INCLINE-):**

Во время движения каждое нажатие клавиши означает уменьшение наклона на 1%.

В режиме ожидания используйте кнопку для выбора уровня (Level) программ.

**Кнопки быстрого изменения скорости: 3, 6, 9, 12,15.**

**Кнопки быстрого изменения угла наклона: 3, 6, 9, 12,15.**

➤ **АУДИО (AUDIO):** Вкл./Выкл. Аудио.

## ПРОГРАММЫ

Последовательно нажимайте клавишу MODE до появления программы P1, выберете одну из предустановленных программ (всего 24)

Секция Программа		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		1	2	2	3	3	3	3	2	2	1
P1	Скорость	1	2	2	3	3	3	3	2	2	1
	Наклон	0	0	1	1	2	2	1	1	0	0
P2	Скорость	1	2	2	3	4	4	3	2	2	1
	Наклон	0	0	2	3	4	4	3	2	0	0
P3	Скорость	1	2	2	3	4	4	3	2	2	1
	Наклон	0	0	3	7	4	4	7	3	0	0
P4	Скорость	1	2	2	3	3	3	3	2	2	1
	Наклон	0	0	3	7	4	4	7	2	0	0
P5	Скорость	1	2	2	3	4	4	3	2	2	1
	Наклон	0	0	2	4	6	8	4	2	0	0
P6	Скорость	1	2	2	4	4	6	4	2	2	1
	Наклон	0	0	3	4	5	7	7	3	0	0
P7	Скорость	2	3	4	6	6	9	6	4	4	2
	Наклон	0	0	2	4	4	6	4	2	0	0
P8	Скорость	1	2	2	4	4	9	9	9	8	4
	Наклон	0	0	2	4	8	9	9	2	0	0

P9	Скорость	2	3	3	6	6	9	6	3	3	2
	Наклон	0	0	9	9	8	4	3	3	0	0
P10	Скорость	1	2	2	4	4	4	4	6	4	3
	Наклон	0	0	2	2	4	9	9	9	0	0
P11	Скорость	2	4	4	6	6	6	6	9	4	1
	Наклон	0	0	9	9	9	3	4	3	0	0
P12	Скорость	1	3	3	6	9	6	9	9	6	4
	Наклон	0	0	9	9	9	9	9	8	0	0
P13	Скорость	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
	Наклон	0	0	4	8	9	8	9	9	0	0
P14	Скорость	2	3	3	6	9	6	9	9	6	3
	Наклон	0	0	4	8	9	8	9	9	0	0
P15	Скорость	4	6	9	9	9	9	9	6	4	2
	Наклон	0	0	2	3	4	4	3	2	0	0
P16	Скорость	2	4	4	9	4	9	4	9	4	9
	Наклон	0	0	2	4	5	4	5	6	0	0
P17	Скорость	2	2	2	4	6	9	6	2	2	2
	Наклон	0	0	2	4	6	6	4	2	0	0
P18	Скорость	3	6	3	6	6	6	6	2	2	2
	Наклон	0	0	2	6	8	6	8	2	0	0
P19	Скорость	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
	Наклон	0	0	9	8	6	8	6	4	0	0
P20	Скорость	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
	Наклон	0	0	9	8	2	8	2	2	0	0
P21	Скорость	2	6	2	6	9	6	9	2	6	2
	Наклон	0	0	9	8	2	8	2	2	0	0
P22	Скорость	4	6	9	6	2	6	2	2	4	2
	Наклон	0	0	2	4	9	8	9	2	0	0
P23	Скорость	4	6	9	6	6	6	6	2	2	2
	Наклон	0	0	2	3	4	9	9	2	0	0
P24	Скорость	4	6	9	6	4	6	4	2	4	2
	Наклон	0	0	4	4	5	9	9	2	0	0

## ПУЛЬСОЗАВИСИМЫЕ ПРОГРАММЫ (HRC)

Последовательно нажимайте клавишу MODE до появления программы HP1 (65%) либо HP2 (85%).

- Установите возраст пользователя кнопками SPEED+/SPEED- 10-70 лет.
- Установите целевое значение пульса 60-200 уд/мин.
- Нажмите кнопку START и начинайте тренировку (через 3 секунды после нажатия).

Возраст	BPM/PPM			
	Max	default		Min
		HP1	HP2	
13	200	121	158	50
14	200	120	158	50
15	200	120	157	50
16	200	119	156	50
17	200	118	155	50
18	200	118	154	50
19	200	117	153	50
20	200	117	153	50
21	200	116	152	50
22	200	115	151	50
23	200	115	150	50
24	200	114	149	50
25	200	113	148	50
26	200	113	147	50
27	200	112	147	50
28	200	111	146	50
29	200	111	145	50
30	200	110	144	50
31	200	109	143	50
32	200	109	142	50
33	200	108	141	50
34	200	107	141	50
35	200	107	140	50
36	200	106	139	50

Возраст т	BPM/PPM			
	Max	default		Min
		HP1	HP2	
47	200	99	130	50
48	200	98	129	50
49	200	98	128	50
50	200	97	127	50
51	200	96	126	50
52	200	96	125	50
53	200	95	124	50
54	200	94	124	50
55	200	94	123	50
56	200	93	122	50
57	200	92	121	50
58	200	92	120	50
59	200	91	119	50
60	200	91	119	50
61	200	90	118	50
62	200	89	117	50
63	200	89	116	50
64	200	88	115	50
65	200	87	114	50
66	200	87	113	50
67	200	86	113	50
68	200	85	112	50
69	200	85	111	50
70	200	84	110	50

37	200	105	138	50		71	200	83	109	50
38	200	105	137	50		72	200	83	108	50
39	200	104	136	50		73	200	82	107	50
40	200	104	136	50		74	200	81	107	50
41	200	103	135	50		75	200	81	106	50
42	200	102	134	50		76	200	80	105	50
43	200	102	133	50		77	200	79	104	50
44	200	101	132	50		78	200	79	103	50
45	200	100	131	50		79	200	78	102	50
46	200	100	130	50		80	200	78	102	50

### **ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИЕ ПРОГРАММЫ (Пользователь 1-4/U 1-4)**

Последовательно нажимайте клавишу MODE до появления первой программы U1. Всего программ - 4: U1, U2, U3 и U4. Выберите одну из указанных программ, подтвердите выбор нажатием ENTER.

- Время по умолчанию – 30 минут.
- Кнопками SPEED+/SPEED- отрегулируйте время 10:00-99:00 мин.
- Используйте кнопку ENTER в для подтверждения.
- Установите уровень каждого интервала кнопками SPEED+/SPEED-, используйте ENTER для подтверждения.
- Нажмите кнопку START и начинайте тренировку (через 3 секунды после нажатия).

### **ЖИРОАНАЛИЗАТОР (BODY FAT)**

Последовательно нажимайте клавишу MODE до появления программы FAT для запуска жиросанализатора.

- Кнопками SPEED+/SPEED- установите пол пользователя (F1), где 1 – М, 2 – Ж. Нажмите ENTER для подтверждения.
- Кнопками SPEED+/SPEED- установите возраст пользователя (F2). Нажмите ENTER для подтверждения.
- Кнопками SPEED+/SPEED- установите рост пользователя (F3). Нажмите ENTER для подтверждения.
- Кнопками SPEED+/SPEED- установите вес пользователя (F4). Нажмите ENTER для подтверждения.

Если окно ввода параметра не активно и на дисплее появилось сообщение «.....», необходимо положить ладони на пульсометры.

- $FAT \leq 19$  -- Пониженный вес
- $19 < FAT \leq 25$  -- Норма
- $25 < FAT \leq 29$  -- Перевес

➤  $FAT \geq 30$  -- Ожирение

## Технические спецификации

Назначение	домашнее
Тип	электрическая
Рама	двойная, особопрочная
Скорость	1 - 18 км./ч.
Двигатель	3.0 л.с. Fuji Electric (постоянный ток)
Пиковая мощность двигателя	5.4 л.с.
Беговое полотно	1.6 мм. многослойное коммерческое Habasit NVT-256
Размер бегового полотна	140*46 см.
Регулировка угла наклона	электрическая
Наклон бегового полотна	0 - 18%
Дека	20 мм., парафинированная (специальные сертификаты технических и экологических директив EO/ROHS (EC) и 4 STAR GRADE F (Япония))
Система амортизации	4 динамические подушки (dualFLEX™) + 2 цилиндрических эластомера с пружинами (Natural™ Springs)
Измерение пульса	сенсорные датчики, беспроводной Polar™ приемник
Консоль	6.5 дюймовый (16.5 см.) цветной многофункциональный LCD дисплей
Показания консоли	профиль программы тренировки, время, угол наклона, скорость, дистанция, калории, пульс, жиранализатор Body Fat
Кол-во программ	31 (в т.ч. пульсозависимые)
Спецификации программ	ручной режим, интервалы 1 и 2, "качели" 1 и 2, снижение веса 1 и 2, сжигание жира 1-3, аэробная, энергетик, фартлек, выносливость, финишер, заминка, подъем, холм, гора, двойная вершина, склон, спуск, пересеченная местность, долина, лощина, 4 пользовательских и 2 пульсозависимых режима
Статистика тренировок	нет
Мультимедиа	воспроизведение аудио файлов, встроенные динамики
Разъемы	AUX (аудио), USB (зарядка мобильных устройств)
Интернет	нет
Язык(и) интерфейса	английский
Вентилятор	нет
Подставка под планшет	нет
Зарядка мобильного устройства	есть
Транспортировочные ролики	есть
Компенсаторы неровностей пола	есть

Складывание	двухфазная гидравлика (easyFOLD™)
Размер в сложенном виде (Д*Ш*В)	112*80*158 см.
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	186*80*136 см.
Размер в упаковке (Д*Ш*В)	190*82*135 см.
Вес нетто	74 кг.
Вес брутто	81 кг.
Макс. вес пользователя	150 кг.
Питание	сеть 220 Вольт
Энергосбережение	есть
Гарантия	5 лет
Производитель	Neotren GmbH, Германия
Страна изготовления	КНР

Поставщик: ООО «Неотрен», 115201 Россия, Москва, Каширский проезд, д.17 стр.9,

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

*Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра. Пример: C190122, где 19 – год изготовления, 01 – месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.*

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 «Неотрен» [www.neotren.ru](http://www.neotren.ru)

Последнюю версию Руководства пользователя Вы можете найти на сайте поставщика ООО «Неотрен» [www.neotren.ru](http://www.neotren.ru)

**ВНИМАНИЕ!**

**ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**

