

NordicTrack T9.5 S

Модель № NETL14819.1

Серія №

Впишіть у верхнє поле серійний номер.



СЕРВІСНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

ВЕЛИКОБРИТАНІЯ

Тел.: 0330 123 1045

Ірландія

Тел.: 053 92 36102

Вебсайт: iconsupport.eu

E-mail: csuk@iconeurope.com

Адреса:

ICON Health & Fitness, Ltd. Unit 4,
Westgate Court Silkwood Park
OSSETT
WF5 9TT
ВЕЛИКОБРИТАНІЯ

АВСТРАЛІЯ

Тел.: 1800 993 770

E-mail: australiacc@iconfitness.com

Адреса:

ICON Health & Fitness
PO Box 635
WINSTON HILLS NSW 2153,

УВАГА

Перед використанням тренажера ознайомтесь з інструкціями та заходами безпеки, викладеними в цьому посібнику. Збережіть дану інструкцію.

ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

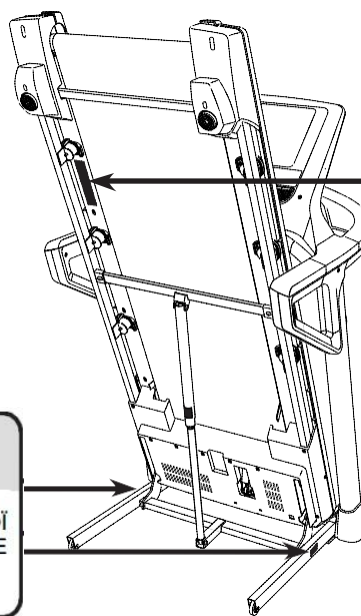
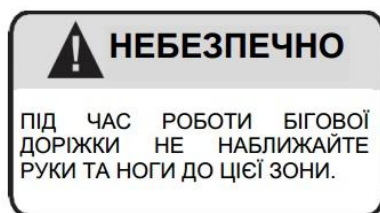


ЗМІСТ

РОЗМІЩЕННЯ ЕТИКЕТКИ ІЗ ЗАСТЕРЕЖЕННЯМ.....	2
ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ	3
ПЕРЕД ПОЧАТКОМ.....	5
СХЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ ТРЕНАЖЕРА.....	6
МОНТАЖ	7
ЯК КОРИСТУВАТИСЯ БІГОВОЮ ДОРІЖКОЮ	17
ЯК СКЛАСТИ ТА ПЕРЕМІСТИТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ	29
ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК	30
ПОСІБНИК З ВПРАВ.....	33
СПИСОК ДЕТАЛЕЙ.....	34
СХЕМА ДЕТАЛЕЙ	36
ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПАСНИХ ДЕТАЛЕЙ	Задня обкладинка
ІНФОРМАЦІЯ ПРО УТИЛІЗАЦІЮ	Задня обкладинка

РОЗМІЩЕННЯ ЕТИКЕТКИ ІЗ ЗАСТЕРЕЖЕННЯМ

На цьому малюнку показано розміщення етикетки із застереженням. Якщо вона відсутня або текст на ній нерозбірливий, зателефонуйте за номером телефону, що вказаний на передній обкладинці, щоб безкоштовно замовити нову наклейку. Розташуйте її в указаному на малюнку місці. Примітка: Розміри етикетки на малюнку можуть не співпадати з реальними розмірами.



NORDICTRACK та IFIT – зареєстровані торгові марки ICON Health & Fitness, Inc. Google Maps – зареєстрована торгова марка Google LLC. Текстовий знак і логотип BLUETOOTH® – зареєстровані торгові марки Bluetooth SIG, Inc., використовуються на умовах ліцензії. Wi-Fi – зареєстрована торгова марка Wi-Fi Alliance. WPA та WPA2 – зареєстровані торгові марки Wi-Fi Alliance.

ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ

⚠ УВАГА: Щоб зменшити ризик опіків, пожежі, враження електричним струмом чи травм, перед початком експлуатації тренажера прочитайте всі важливі заходи безпеки та інструкції в цьому посібнику, а також всі попередження на біговій доріжці. ICON не несе відповідальності за травми чи майнові збитки, заподіяні під час використання цього тренажера.

1. Всі користувачі бігової доріжки мають бути належним чином проінформовані про всі попередження та запобіжні заходи.
2. Перед початком тренувань проконсультуйтеся у свого лікаря. Це особливо важливо для осіб від 35 років або осіб, у яких раніше були проблеми зі здоров'ям.
3. Цей тренажер не призначено для використання особами з обмеженими фізичними, сенсорними або розумовими здібностями чи з недостатнім досвідом і знаннями, якщо вони не знаходяться під контролем чи не отримують вказівок про використання бігової доріжки від осіб, відповідальних за їх безпеку.
4. Використовуйте бігову доріжку лише за призначенням.
5. Цей тренажер призначений лише для домашнього використання. Забороняється використовувати бігову доріжку в комерційних цілях, здавати в оренду чи експлуатувати в державних установах.
6. Зберігайте тренажер у приміщенні, захищеному від вологи та пилу. Не розміщайте бігову доріжку в гаражі, на відкритій терасі або біля води.
7. Розміщуйте тренажер на рівній поверхні так, щоб спереду і позаду нього залишалось 2,4 м вільного простору, а також 0,6 м з кожного боку. Не розміщайте бігову доріжку на поверхні, яка закриває вентиляційні отвори. Щоб захистити підлогу чи килим від пошкодження, підстеліть під бігову доріжку килимок.
8. Не експлуатуйте бігову доріжку в місцях, де присутня аерозольна продукція або в місцях, де підвищений вміст кисню.
9. Не підпускайте дітей віком до 13 років і домашніх улюбленців до тренажера.
10. Біговою доріжкою можуть користуватися особи, вага котрих не перевищує 135 кг.
11. Ніколи не дозволяйте, щоб на тренажері одночасно тренувалися двоє чи більше осіб.
12. Одягайте на тренування відповідний одяг. Не одягайте надто вільного одягу, який може потрапити у рухомі деталі бігової доріжки. Як чоловікам, так і жінкам рекомендується одягати спеціальний спортивний одяг. *Завжди одягайте спортивне взуття. Ніколи не тренуйтеся на біговій доріжці босоніж, в шкарпетках чи сандаліях.*
13. Підключайте кабель живлення тренажера (див. ст. 17) лише до заземленої мережі. Не під'єднуйте жодного приладу до схеми живлення, до якої підключено тренажер. У випадку заміни запобіжника в кабелі живлення вставляйте у блок запобіжника відповідно до стандарту ASTA 13-амперний запобіжник BS1362.
14. У випадку необхідності використовуйте лише 3-жильний подовжувач, кабель 14 калібру (2 мм²), довжина котрого не перевищує 1,5 м.
15. Тримайте кабель живлення подалі від нагрітих поверхонь.
16. Ніколи не рухайте бігове полотно, якщо тренажер вимкнений. Не експлуатуйте бігову доріжку, якщо кабель живлення чи вилка пошкоджені або якщо тренажер неправильно функціонує (Якщо тренажер неправильно працює, див. розділ "УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК" на ст. 30.).
17. Перед початком тренувань прочитайте інформацію про процедуру аварійної зупинки, проаналізуйте її та відпрацюйте на практиці (див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 19). Під час тренування завжди прикріплюйте до одягу затискач.
18. Завжди ставайте на платформи для ніг, коли вмикаєте чи зупиняєте бігове полотно. Під час тренування завжди тримайтеся за поручні.
19. Рівень шуму бігової доріжки буде збільшуватися, коли на ній тренується людина.
20. Оберігайте пальці, волосся та одяг від рухомого бігового полотна.

21. Бігова доріжка здатна розвивати високі швидкості. Щоб уникнути різких стрибків швидкості, змінюйте швидкість поступово.
22. Пульсомір – це не медичний пристрій. На його точність можуть впливати різні фактори, включаючи рух користувача. Пульсомір лише допомагає оцінювати загальну тенденцію серцевого ритму під час тренування.
23. Якщо тренажер увімкнений, ніколи не залишайте його без нагляду. Завжди виймайте ключ, переводьте перемикач живлення у вимкнену позицію (див. малюнок на ст. 5, де показано розташування перемикача живлення) та відключайте кабель живлення, якщо бігова доріжка не використовується.
24. Не намагайтеся переміщати тренажер, поки він не складений належним чином (Див. розділи "СКЛАДАННЯ" на ст. 7 та "ЯК СКЛАДАТИ ТА ПЕРЕМІЩАТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ" на ст. 29.). Ви повинні бути у змозі легко підняти 20 кг, щоб перемістити бігову доріжку.
25. Перед складанням чи переміщенням бігової доріжки переконайтеся, що фіксатор

- для зберігання надійно утримує раму в положенні для зберігання. Не вмикайте складений тренажер.
26. Не змінюйте нахил тренажера, підкладаючи під нього якісь предмети.
 27. Ніколи не вставляйте жодних предметів у будь-які отвори на біговій доріжці.
 28. Регулярно перевіряйте і затягуйте всі деталі тренажера.
 29. **НЕБЕЗПЕЧНО:** Завжди відключайте кабель живлення відразу після завершення тренування, перед очищенням бігової доріжки та перед виконанням процедур технічного обслуговування та регулювання, описаних у цій інструкції. Ніколи не знімайте кришку двигуна, якщо цього не просить спеціаліст авторизованого сервісного центру. Будь-які інші види технічного обслуговування, не описані в цій інструкції, мають виконуватися кваліфікованими спеціалістами.
 30. Перевантаження під час тренувань можуть привести до серйозної травми або смерті. Якщо під час тренування Ви відчули слабкість чи біль, почали задихатися, негайно припиніть тренування та відпочиньте.

ЗБЕРЕЖІТЬ ЦІ ІНСТРУКЦІЇ

ПЕРЕД ПОЧАТКОМ

Дякуємо Вам за вибір нової бігової доріжки NORDICTRACK® T 9.5 S. Бігова доріжка T9.5 S забезпечує володіє вражаючим набором функцій, які зроблять Ваші тренування більш ефективними і приємними.

Задля Вашої безпеки рекомендуємо уважно прочитати цю інструкцію, перш ніж починати тренування. Якщо після того, як Ви її прочитаєте, у Вас виникнуть запитання, ознайомтеся із інформацією на

передній обкладинці цього посібника. Для ефективного обслуговування тренажера перед зверненням до сервісного центру випишіть номер моделі і серійний номер. Номер моделі і місце розташування етикетки із серійним номером показані на передній обкладинці цієї інструкції.

Перед тим, як продовжити читання посібника далі, рекомендуємо ознайомитися із деталями тренажера, відображеними на малюнку нижче.

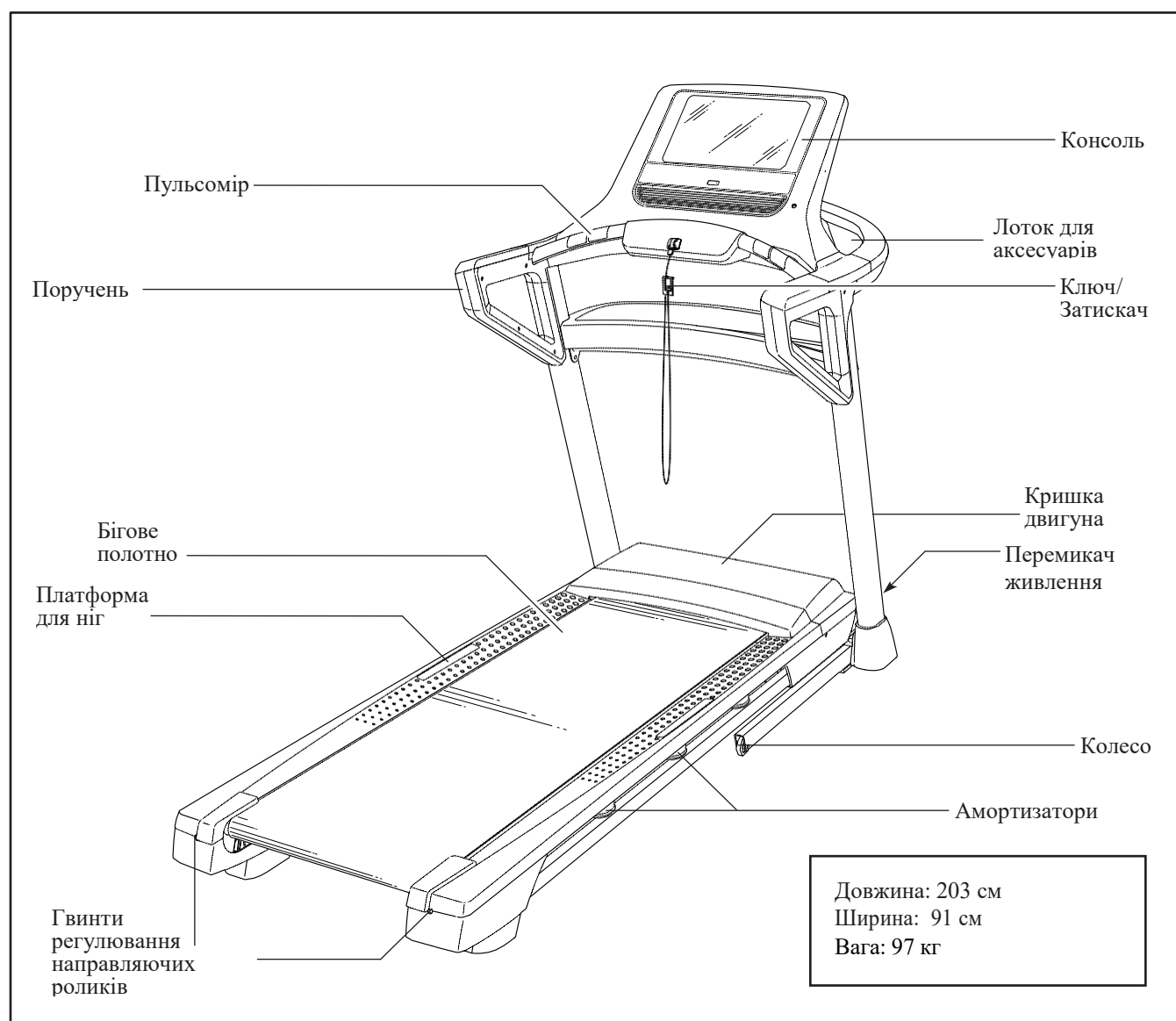
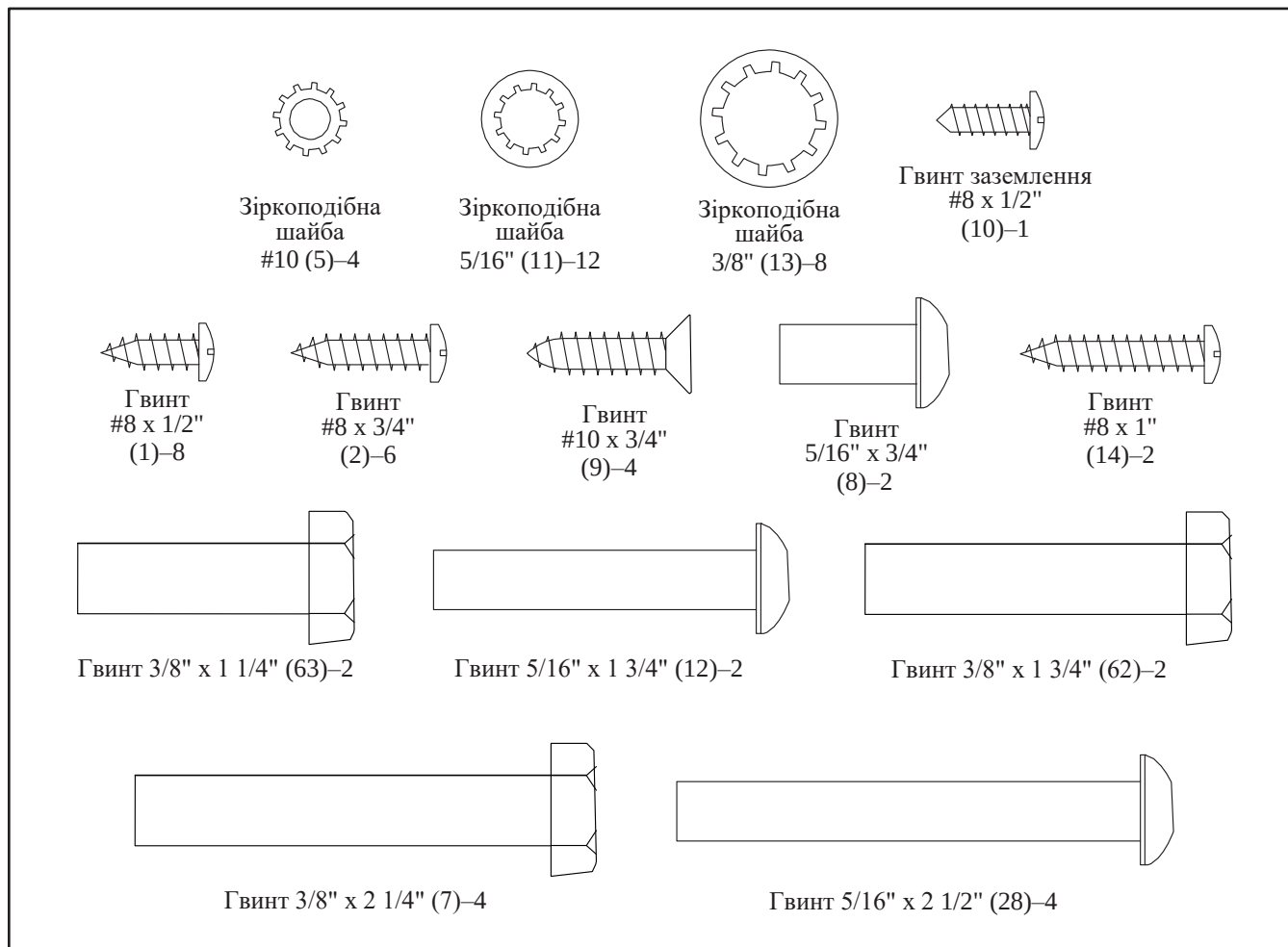


СХЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ ТРЕНАЖЕРА

Для визначення деталей тренажера використовуйте малюнки, що нижче. Цифра у дужках під кожним малюнком – це порядковий номер деталі в розділі "СПИСОК ДЕТАЛЕЙ" в кінці цієї інструкції. Цифра після дужок вказує на кількість деталей, потрібних для складання. **Примітка: Якщо деталь відсутня в комплекті, перевірте чи вона не встановлена на своєму місці на тренажері. В комплект можуть бути додані додаткові деталі.**



МОНТАЖ

- Складання тренажера мають виконувати дві особи.
- Розташуйте всі деталі тренажера на чистому місці і розпакуйте їх. Не викидайте пакувальні матеріали доти, доки не будуть виконані всі кроки з монтажу.
- Після доставки на поверхні бігової доріжки Ви можете помітити рештки мастила. Це нормально. Якщо на біговій доріжці є мастило, протріть її м'якою тканиною, змоченою в м'який неабразивний миючий засіб.

- Деталі лівої сторони позначені: "L" або "Left", а праві сторони позначені: "R" або "Right".

- Крім інструментів, які входять в комплект, для складання знадобляться наступні інструменти:

шестигранні ключі



хрестоподібна викрутка



розвідний ключ



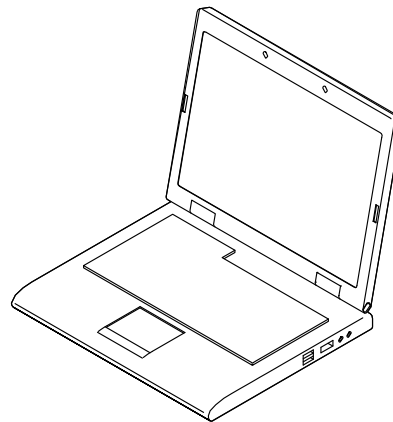
Щоб уникнути деталей, не використовуйте електроінструменти.

1. Для реєстрації цього продукту та активації гарантії в **Великобританії** перейдіть на вебсайт iconsupport.eu. Якщо у Вас немає доступу до мережі Інтернет, зателефонуйте в службу підтримки (див. передню обкладинку цієї інструкції).

Для реєстрації цього продукту та активації гарантії в **Австралії** надішліть на поштову адресу або електронну адресу, що вказані на передній обкладинці цієї інструкції, наступну інформацію:

- квитанцію (переконайтеся, що зробили копію);
- своє ім'я, адресу та номер телефону;
- номер моделі, серійний номер тренажера та найменування продукту (вказані на обкладинці даної інструкції).

1

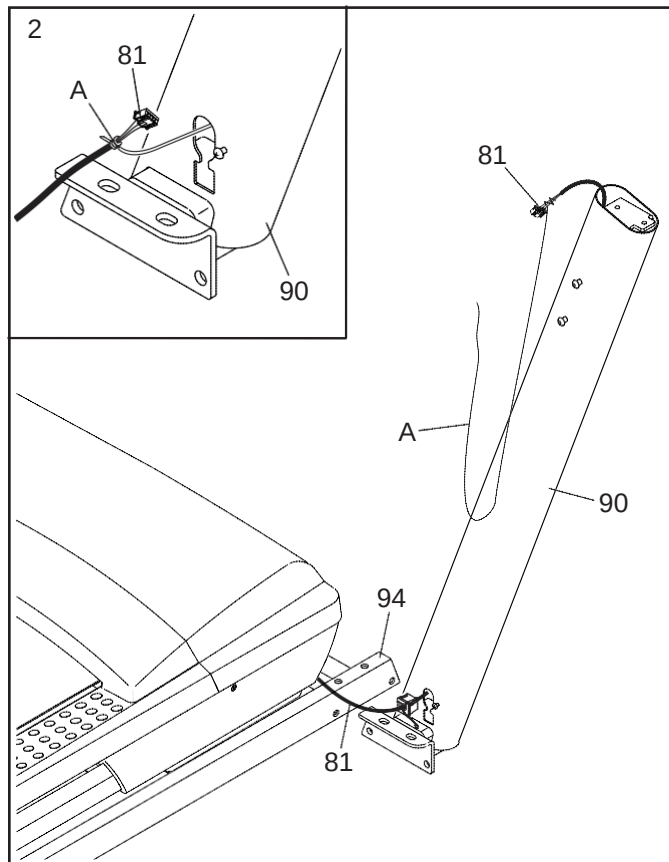


2. Переконайтеся, що кабель живлення від'єднано.

Зніміть кріплення проводу опорної стійки (81) на передній стороні основи (94).

Далі визначте праву опорну стійку (90). Нехай Ваш помічник притримує праву опорну стійку біля основи (94).

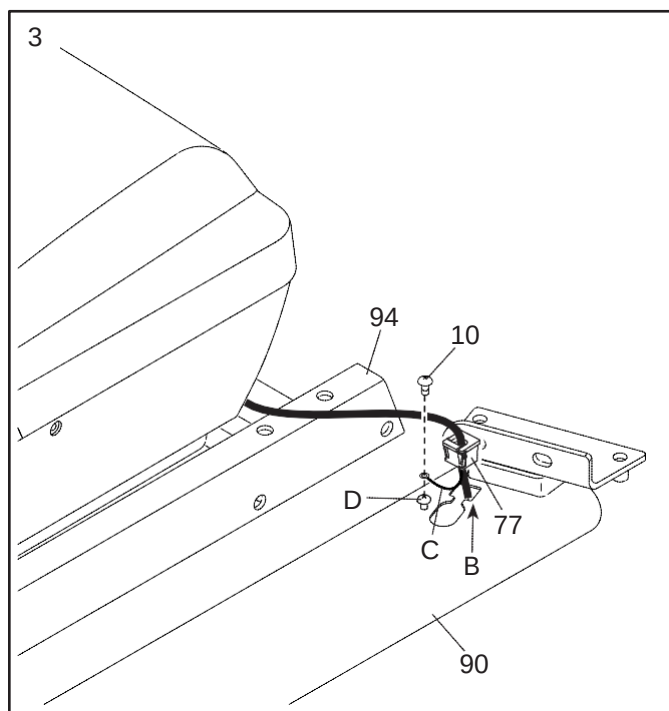
Див. вставку малюнку. Закріпіть міцно кріплення проводу (A) на правій опорній стійці (90), обтягнувши його навколо кінця проводу опорної стійки (81). Далі вставте провід опорної стійки в нижній кінець правої опорної стійки, протягуючи у той самий час інший кінець кріплення для проводів через праву опорну стійку.



3. Покладіть праву опорну стійку (90) біля основи (94). Вставте ізоляційну втулку (77) у квадратний отвір (B) у правій опорній стійці. **Переконайтеся, що провід заземлення (C) не перетиснуто.**

Якщо гвинт (D) уже загвинчений на правій опорній стійці (90), відгвинтіть та викиньте його.

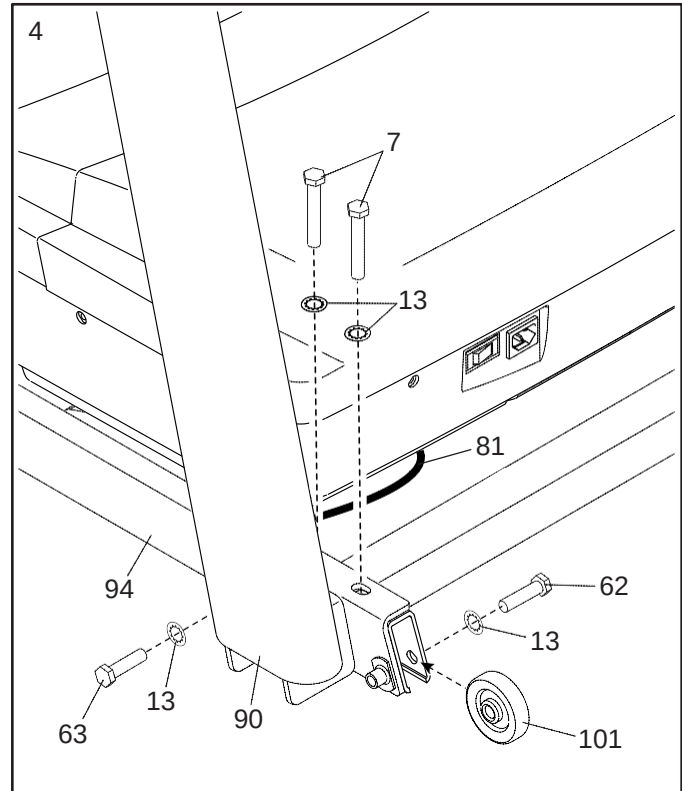
Закріпіть провід заземлення (C) на правій опорній стійці (90) за допомогою гвинта заземлення #8 x 1/2" (10).



4. Утримуйте праву опорну стійку (90) навпроти основи (94). **Переконайтеся, що провід опорної стійки (81) не перегиснуто.**

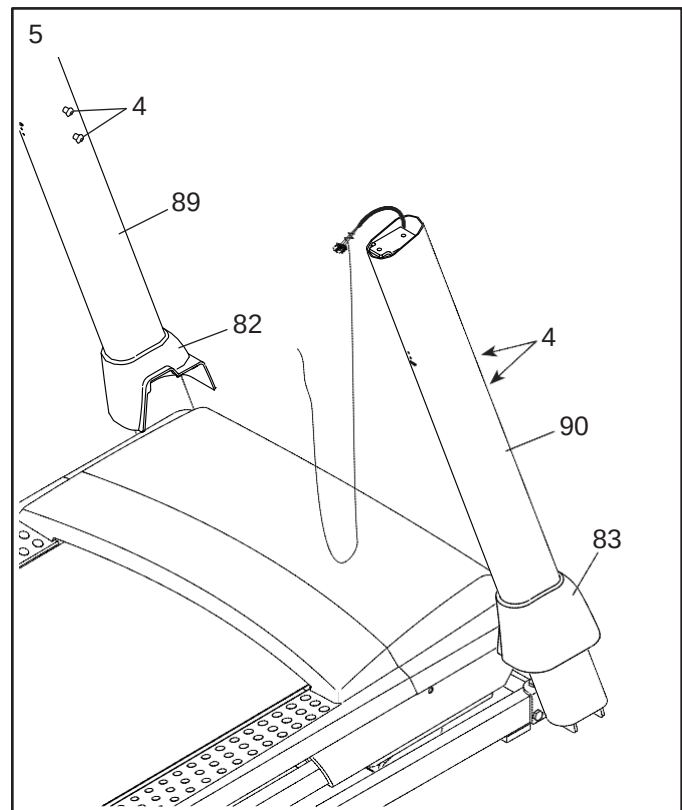
З'єднайте праву опорну стійку (90) та колесо (101) 2 гвинтами $3/8" \times 2 1/4"$ (7), гвинтом $3/8" \times 1 1/4"$ (63), гвинтом $3/8" \times 1 3/4"$ (62) та 4 зіркоподібними шайбами $3/8"$ (13), як показано на малюнку; **не затягуйте ці гвинти повністю.**

Аналогічним чином з'єднайте ліву опорну стійку (не показано) та інше колесо (не показано). Примітка: З лівої сторони проводка відсутня.



5. Відгвинтіть та збережіть 4 гвинти кріплення $5/16" \times 3/4"$ (4).

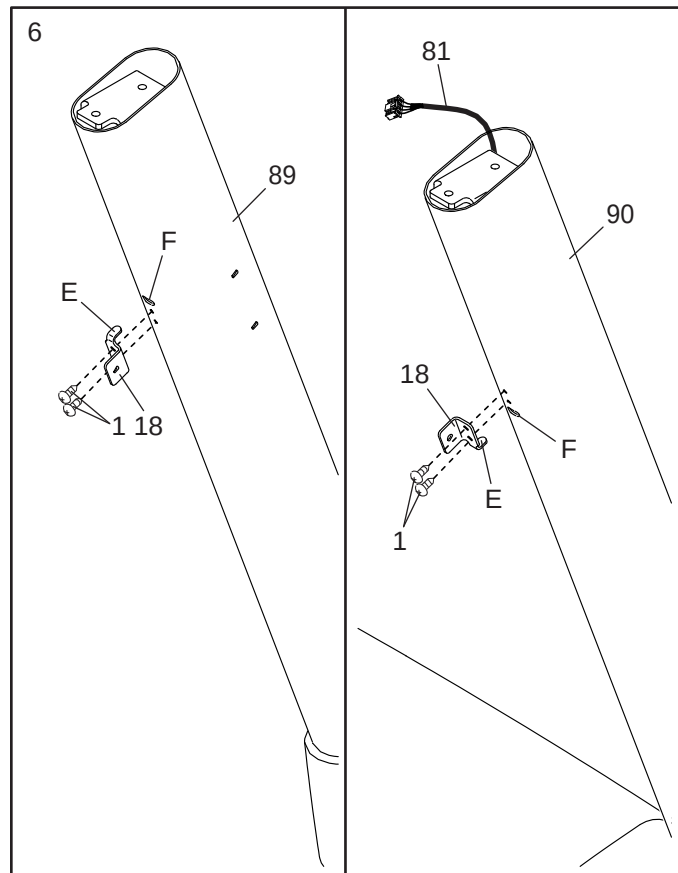
Визначте ліву та праву кришки основи (82, 83). Насуньте ліву кришку основи на ліву опорну стійку (89), а праву кришку основи – на праву опорну стійку (90). **Поки що не фіксуйте кришки основи до рами.**



6. Див. ліву вставку малюнку. Вставте наконечник (Е) на одному із кронштейнів кришки (18) у слот (F) на лівій опорній стійці (89) і закріпіть кронштейн кришки за допомогою 2 гвинтів #8 x 1/2" (1).

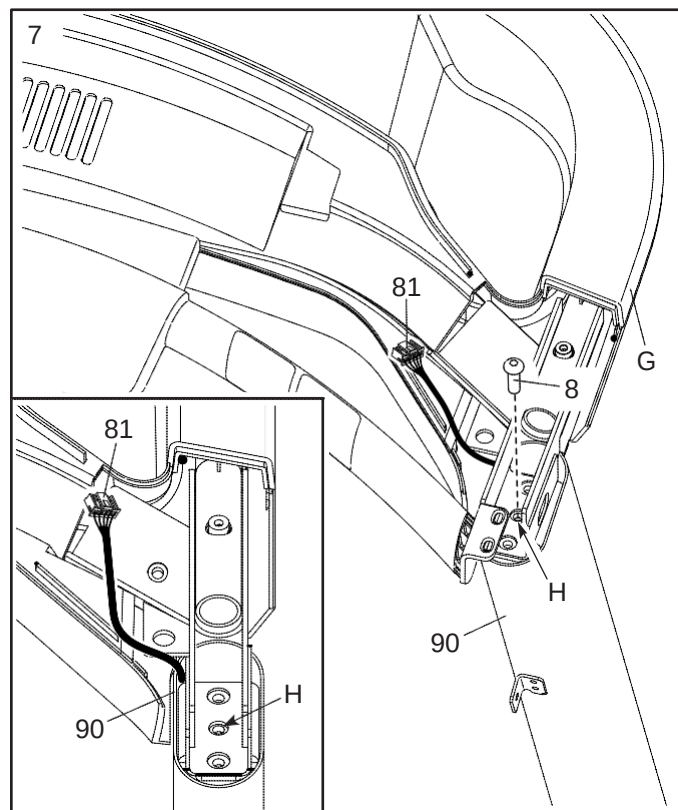
Див. праву вставку малюнку. Закріпіть інший кронштейн кришки (18) на праву опорну стійку (90), як описано вище. **Примітка:** На правій опорній стійці паз (F) розташований під 2 невеликими отворами. Кронштейн кришки слід повернути на 180° в порівнянні з кронштейном кришки з лівого боку.

Прокладіть провід опорної стійки (81) через ліву сторону правої опорної стійки (90), як показано на малюнку.



7. Разом із помічником встановіть зібрану основу консолі (G) на правій опорній стійці (90) і лівій опорній стійці (не показано). Див. вставку малюнку. Прокладіть провід опорної стійки (81) так, щоб він був розташований всередині правої опорної стійки, як показано на малюнку. **Не перетискайте провід опорної стійки.**

Дещо затягніть гвинт 5/16" x 3/4" (8) у центральному отворі (H) з кожного боку зібраної основи консолі (G) та у верхній частині правої опорної стійки (90) і лівої опорної стійки (не показано); не затягуйте гвинти повністю. **Примітка:** гвинти призначені для утримання на місці зібраної основи консолі під час складання тренажера.

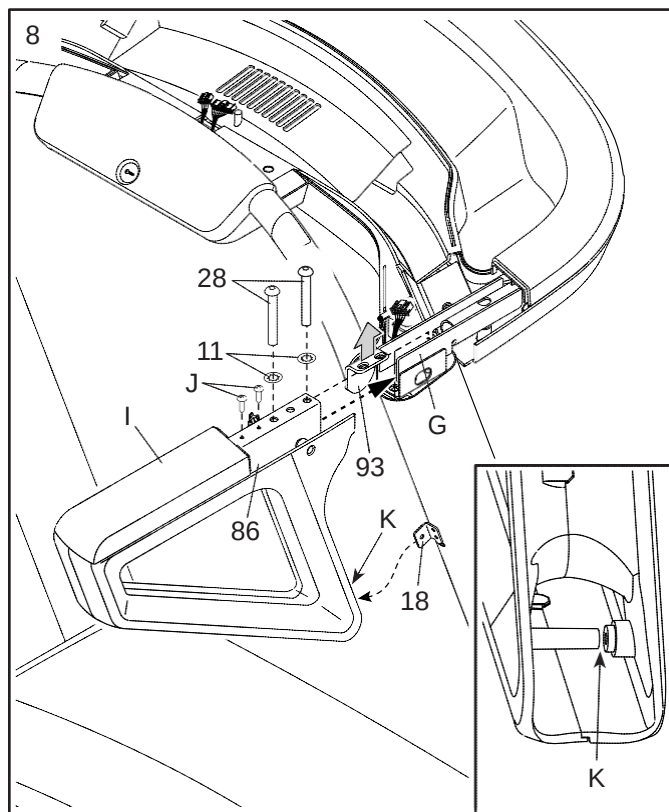


8. Віднайдіть зібраний правий поручень (І). Далі відгвинтіть і викиньте 2 вказані гвинти (J).

Обережно підніміть поперечку пульсоміра (93) настільки, щоб встановити поручень (86) на зібраній основі консолі (G). Див. вставку малюнку. Кронштейн кришки (18) має вставлятися в указане місце (K) в зібраному поручні.

Закріпіть правий зібраний поручень (І) за допомогою 2 гвинтів 5/16" x 2 1/2" (28) та 2 зіркоподібних шайб 5/16" (11); не затягуйте повністю гвинти. Порада: Щоб правильно вирівняти гвинти, можливо, Вам знадобиться відрегулювати положення правого зібраного поручня.

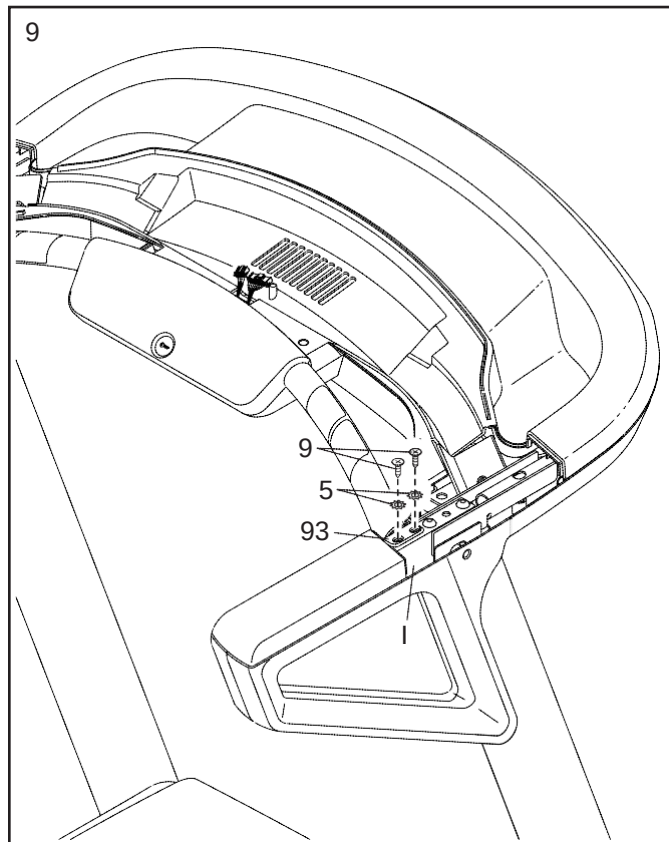
Аналогічно закріпіть лівий зібраний поручень (не показано) з лівої сторони, як показано вище.



9. **ВАЖЛИВО:** Щоб уникнути пошкодження поперечки пульсоміра (93), не використовуйте електроінструменти та не затягуйте гвинти #10 x 3/4" надто сильно (9).

Закріпіть поперечку пульсоміра (93) на зібраному правому поручні (І) та на зібраному лівому поручні (не показано) за допомогою 4 гвинтів #10 x 3/4" (9)

та 4 зіркоподібних шайб #10 (5) (показана лише одна сторона); **наживіть всі гвинти, а потім затягніть їх.**

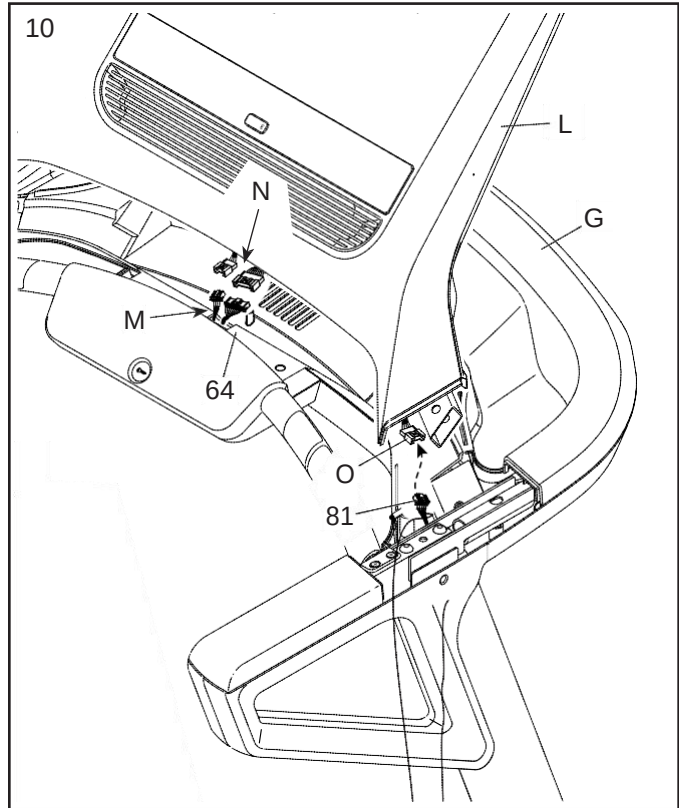


10. Попросіть помічника утримувати зібрану консоль (L) біля зібраної основи консолі (G).

З'єднайте проводи (M) на зібраній основі консолі (G) та проводи (N) на зібраній основі (L). З'єднувачі мають легко з'єднуватися і фіксуватися. Якщо це не так, поверніть один з'єднувач та спробуйте знову.

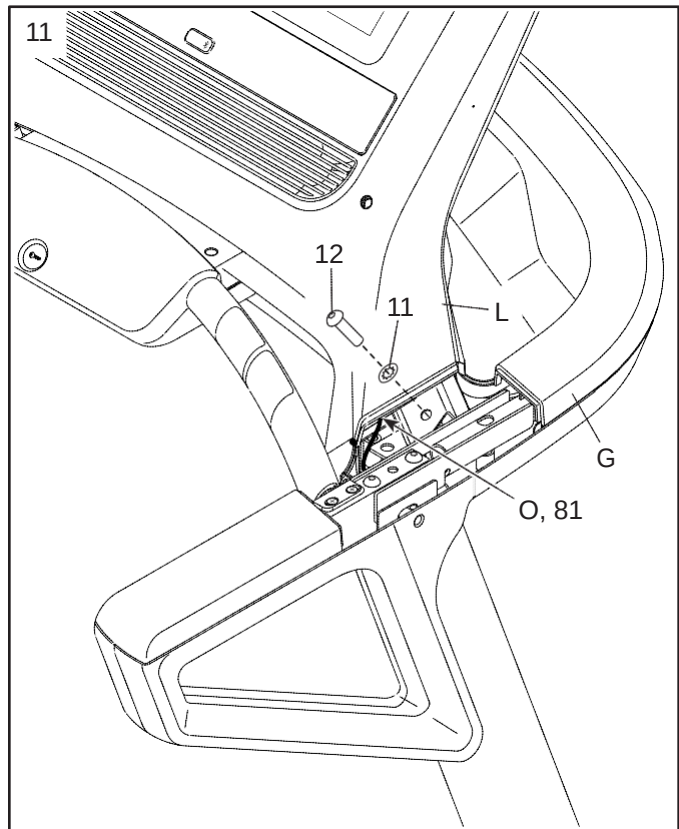
Розташуйте провід консолі (O) у зібраній консолі (L). З'єднайте провід консолі та провід опорної стійки (81).

Протягніть проводи (M, N) через отвір в основі консолі (64). Протягніть проводи (O, 81) через зібрану консоль і розташуйте їх на наклейці.

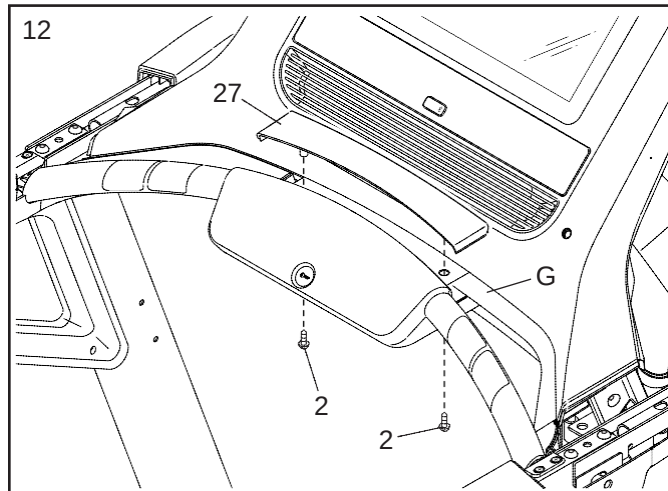


11. Встановіть зібрану консоль (L) на кронштейнах зібраної основи консолі (G). **Не перетискуйте жодних проводів.** Переконайтеся, що проводи (O, 81) прокладені через зібрану консоль.

Закріпіть зібрану консоль (L) за допомогою 2 гвинтів 5/16" x 1 3/4" (12) і 2 зіркоподібних шайб 5/16" (11); **наживіть всі гвинти, а потім затягніть їх.** Примітка: Показана лише одна сторона.

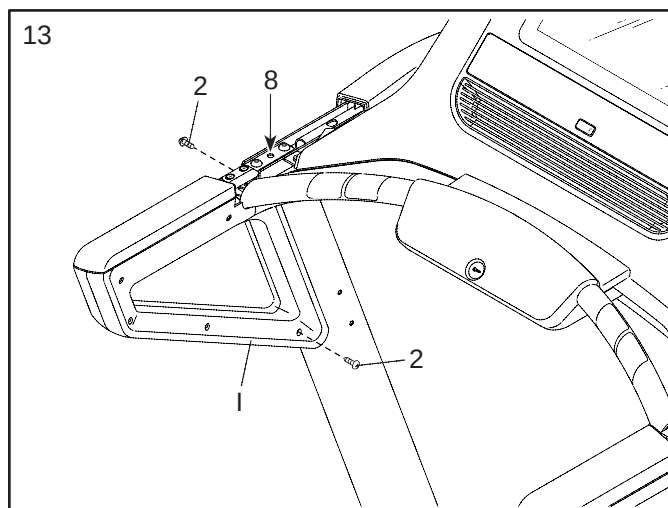


12. Закріпіть маленьку кришку консолі (27) за допомогою 2 гвинтів #8 x 3/4" (2); **не затягуйте гвинти надто сильно. Примітка: скористайтеся 2 зовнішніми отворами в нижній частині зібраної основи консолі (G).**



13. Загвинтіть 2 гвинти 5/16" x 3/4" (8) (показана лише одна сторона).

Потім загвинтіть 4 гвинти #8 x 3/4" (2) на зібраних поручнях (I) в зазначених місцях (показана лише одна сторона); **не затягуйте гвинти надто міцно.**

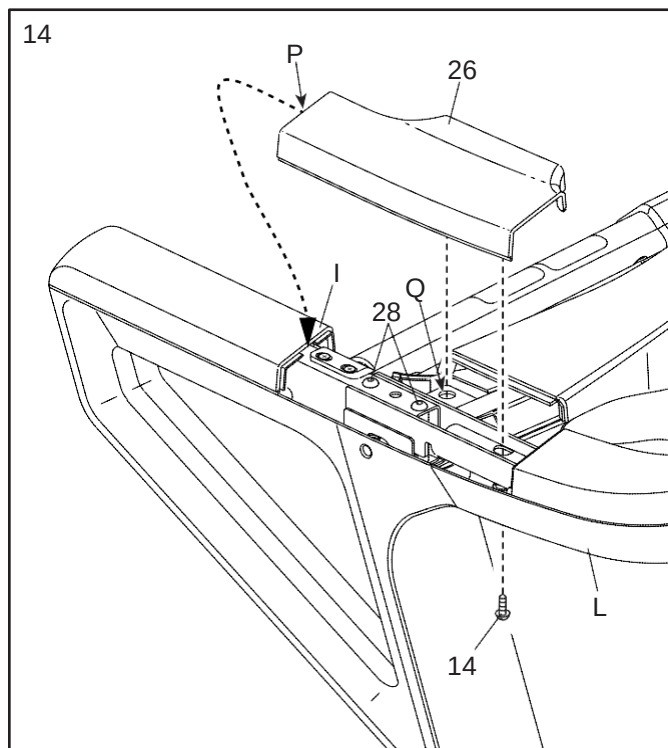


14. Щільно затягніть 2 гвинти 5/16" x 2 1/2" (28) з кожної сторони зібраного поручня.

Визначте праву кришку поручня (26). Вставте наконечник (P) на правій кришці поручня у правий зібраний поручень (I) в зазначеному місці. Потім зафіксуйте праву кришку поручня на зібраній консолі (L). Права кришка поручня має зафіксуватися в зазначеному отворі (Q).

Далі закріпіть праву кришку поручня (26) за допомогою гвинта #8 x 1" (14); **не затягуйте гвинт надто міцно.**

Аналогічно закріпіть ліву кришку поручня (не показано), як описано вище.

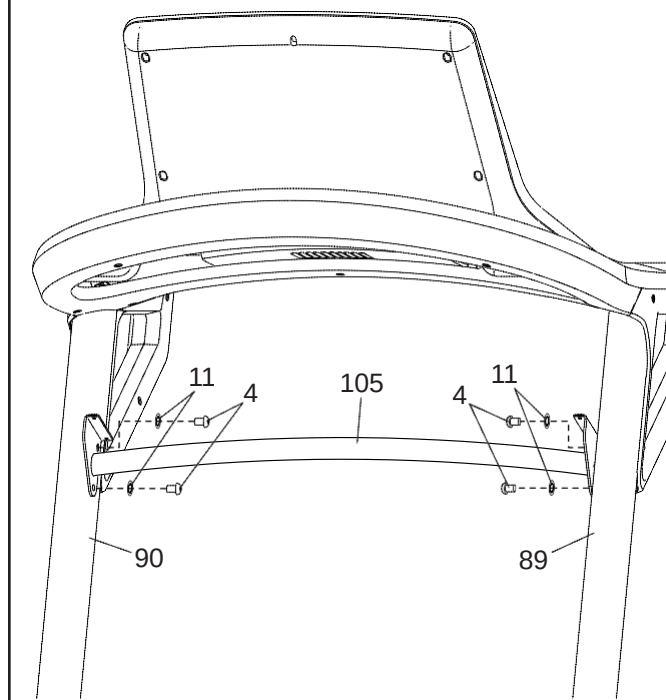


15. Розташуйте поперечку опорної стійки (105), як показано на малюнку.

Обережно перемістіть поперечку опорної стійки (105) між лівою та правою опорні стійки (89, 90).

Закріпіть поперечку опорної стійки (105) за допомогою 4 гвинтів кріплення (4), які були відгвинчені під час виконання кроку 5, та 4 зіркоподібних шайб 5/16" (11); **наживіть всі 4 гвинти кріплення, а потім затягніть їх.**

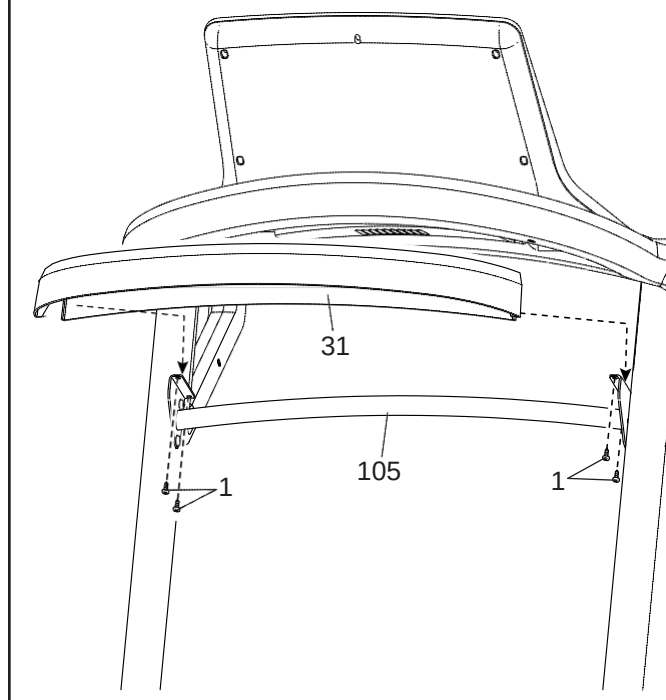
15



16. Встановіть лоток (31) попереду бігової доріжки і на поперечку опорної стійки (105), як показано на малюнку.

Закріпіть лоток (31) 4 гвинтами #8 x 1/2"(1); **наживіть всі гвинти, а потім затягніть їх.**

16

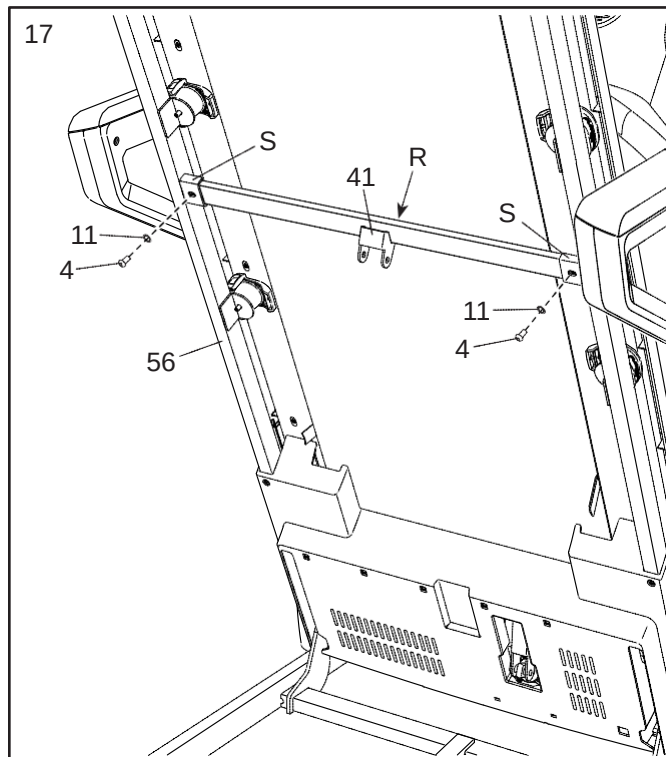


17. Примітка: Якщо бігова доріжка збирається на гладкій поверхні, вона може переміститися вперед на цьому кроці.

Відгвинтіть 2 гвинти кріплення 5/16" х 3/4" (4) на поперечці фіксатора (41).

Підніміть раму (56) у вертикальне положення. **Попросіть помічника утримувати раму доти, доки крок 19 не буде виконаний.**

Розташуйте поперечку фіксатора (41), як показано на малюнку. **Переконайтеся, що наклейка "This side toward belt" (Цією стороною до бігового полотна) (R) повернена до бігової доріжки.** Закріпіть поперечку фіксатора на кронштейнах (S) рами (56) 2 гвинтами кріплення 5/16" х 3/4" (4), які були щойно відгвинчені, та 2 зіркоподібними шайбами 5/16" (11).

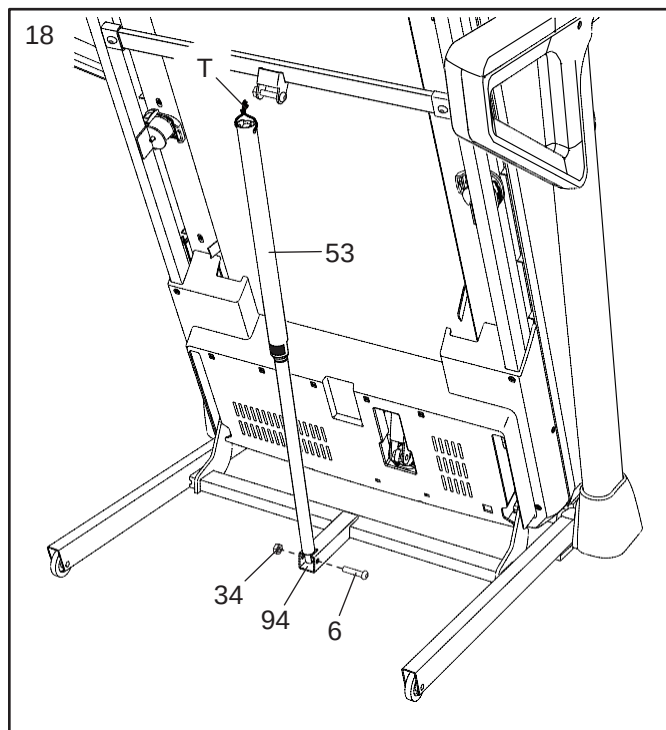


18. Відгвинтіть гайку 5/16" (34) та болт 5/16" х 1 3/4" (6) на кронштейні основи (94).

Розташуйте фіксатор для зберігання (53), як показано на малюнку.

Закріпіть нижній кінець фіксатора для зберігання (53) на кронштейні основи (94) болтом 5/16" х 1 3/4" (6) та гайкою 5/16" (34), як показано на малюнку.

Далі підніміть фіксатор для зберігання (53) у вертикальне положення та зніміть кріплення (Т).

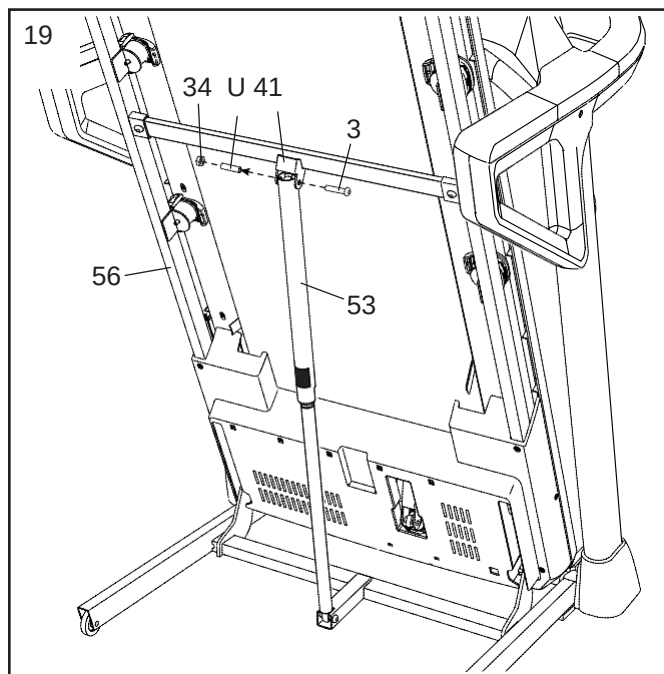


19. Відгвинтіть гайку 5/16" (34) та болт 5/16" x 2 1/4" (3) на кронштейні поперечки фіксатора (41).

З'єднайте верхній кінець фіксатора для зберігання (53) з кронштейном на поперечці фіксатора (41) та вставте болт 5/16" x 2 1/4" (3) в отвір на кронштейні і фіксаторі для зберігання. **Таким чином, прокладка (U) випаде із фіксатора для зберігання; викиньте прокладку.**

Далі затягніть гайку 5/16" (34) на болті 5/16" x 2 1/4" (3). **Не затягуйте гайку надто міцно; фіксатор для зберігання (53) має вільно повертатися.**

Потім опустіть раму (56) (див. розділ "ВСТАНОВЛЕННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ" на ст. 29).

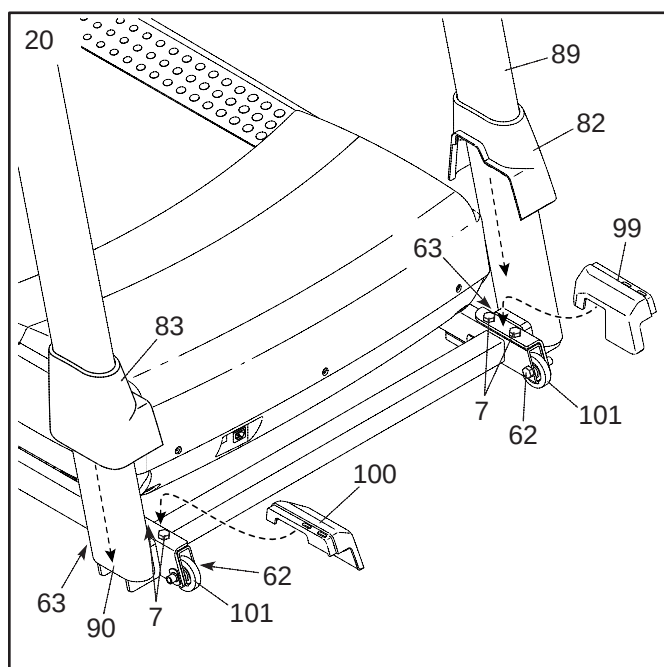


20. Далі міцно затягніть 4 гвинти 3/8" x 2 1/4" (7) і 2 гвинти 3/8" x 1 1/4" (63).

Далі затягніть 2 гвинти 3/8" x 1 3/4" (62); колеса (101) мають вільно обертатися.

Встановіть ліву внутрішню накладку основи (99) на нижній кінець лівої опорної стійки (89). Далі посуньте ліву накладку основи (82) вниз та притисніть її до лівої внутрішньої накладки основи.

Встановіть праву внутрішню накладку основи (100) на нижній кінець правої опорної стійки (90). Далі посуньте праву накладку основи (83) вниз та притисніть її до правої внутрішньої накладки основи.



21. **Перед початком тренувань переконайтеся, що всі кріплення надійно затягнуті.** Якщо на дисплеї бігової доріжки наклеєна захисна плівка, зніміть її. Щоб захистити підлогу чи килим, підстеліть під тренажер килимок. Аби уникнути пошкодження консолі, оберігайте її від прямих сонячних променів. Зберігайте шестигранний ключ, що йде в комплекті, у безпечному місці; шестигранний ключ використовується для регулювання бігового полотна (див. ст. 32). Примітка: В комплект можуть бути додані додаткові деталі.

ЯК КОРИСТУВАТИСЯ БІГОВОЮ ДОРІЖКОЮ

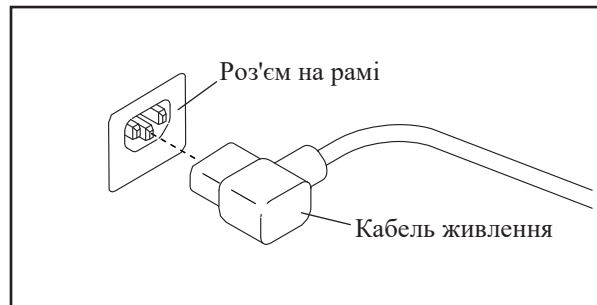
ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ

Цей виріб має бути заземленим. У випадку несправності чи поломки заземлення забезпечує шлях найменшого опору для електричного струму, що зменшує ймовірність ураження електричним струмом. Кабель живлення тренажера включає в себе заземлений провід з роз'ємом. **ВАЖЛИВО:** Якщо кабель живлення пошкоджений, його слід замінити іншим кабелем, рекомендованим виробником.

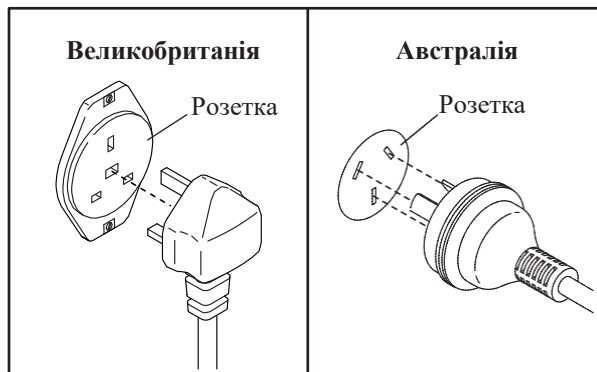
⚠ НЕБЕЗПЕЧНО: Неправильне підключення заземленого кабелю підвищує ризик враження електричним струмом. Якщо Ви сумніваєтесь у правильності заземлення, попросіть кваліфікованого спеціаліста перевірити це. Не намагайтесь замінювати вилку, встановлену виробником. Якщо вилка не підходить до Вашої розетки, попросіть кваліфікованого спеціаліста замінити її.

Для підключення кабелю живлення виконайте наступні кроки.

1. Вставте вказаний кінець кабелю живлення в роз'єм на рамі.



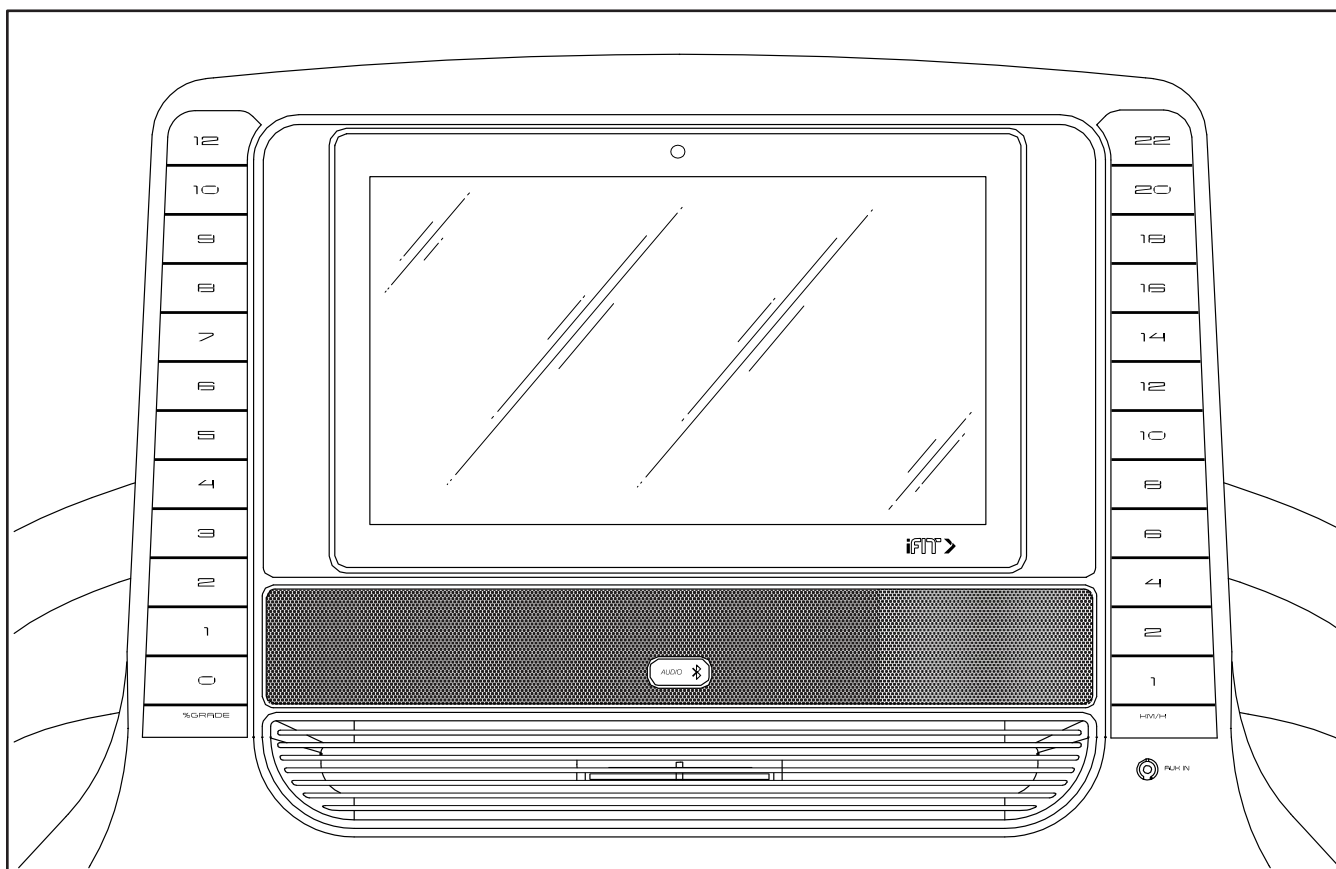
2. Вилку кабелю живлення вставте в розетку, встановлену і заземлену згідно з нормами місцевого законодавства.



Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдинг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

СХЕМА КОНСОЛІ

Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com



ХАРАКТЕРИСТИКИ КОНСОЛІ

Удосконалена консоль бігової доріжки пропонує безліч функцій, покликаних зробити Ваші тренування більш ефективними і приємними.

Консоль підтримує бездротову технологію, яка дозволяє підключатися до сервісу iFit. Сервіс iFit надає доступ до великої та різноманітної бібліотеки програм тренування, а також дозволяє створювати власні програми тренування, відстежувати результати тренувань та отримати доступ до багатьох інших функцій.

Ручний режим дозволяє змінювати швидкість та нахил бігової доріжки одним натисканням клавіші. Під час тренувань консоль буде показувати Ваші результати на даний момент. Ви також можете виміряти пульс за

виміряти пульс за допомогою пульсоміра, встановленого на тренажері. **Більше інформації про покупку нагрудного пульсоміра Ви знайдете на ст. 28.**

Крім того, консоль пропонує серію програм тренування. Кожна програма тренування автоматично встановлює швидкість та нахил тренажера, визначаючи ефективний режим тренування.

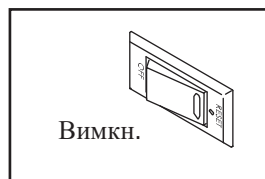
Під час тренувань користувач може слухати улюблену музику чи аудіокниги через вмонтовану звукову систему.

Увімкнення живлення – див. ст. 19. **Використання сенсорного екрану** – див. ст. 19. **Налаштування консолі** – див. ст. 20.

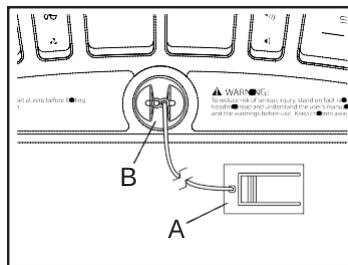
УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ

ВАЖЛИВО: Якщо тренажер довгий період часу перебував на холоді, необхідно, щоб він спочатку нагрівся до кімнатної температури. Лише після цього можна вмикати адаптер живлення. Ігнорування цієї рекомендації може привести до пошкодження дисплею консолі чи інших електронних деталей.

Підключіть кабель живлення (див. ст. 17). Віднайдіть перемикач живлення на тренажері біля кабелю живлення. Перемістіть перемикач живлення у вимкнене положення.



Далі станьте на платформи для ніг. Віднайдіть затискач (A), прикріплений до ключа (B), і закріпіть його на поясі свого одягу. Далі вставте ключ в консоль.



Примітка: Підготовка

консолі до тренування може зайняти якийсь час.

ВАЖЛИВО: В екстреній ситуації ключ має витягуватися з консолі, внаслідок чого бігова доріжка сповільнить рух і зупиниться. Перевірте затискач, обережно зробивши декілька кроків назад; якщо ключ не витягується з консолі, положення затискача потрібно відрегулювати.

Примітка: Консоль може відображати швидкість та відстань або в милях, або в кілометрах. Щоб дізнатися обрану одиницю вимірювання швидкості, ознайомтеся з інформацією в розділі "ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ НАЛАШТУВАННЯ ОБЛАДНАННЯ" на ст. 25. Для зручності всі рекомендації в цьому розділі подані в кілометрах.

ВИКОРИСТАННЯ СЕНСОРНОГО ЕКРАНУ

Планшет консолі оснащений кольоровим сенсорним екраном. Ознайомитися з роботою цього пристрою допоможе наступна інформація:

- Консоль працює подібно до інших планшетів. Ковзаючи чи проводячи пальцем по дисплеї, Ви зможете переміщати зображення на екрані, наприклад, дисплеї в програмі тренування (див. крок 5 на ст. 21).
- Екран не чутливий до натискання. Це означає, що надто сильно давити на нього не потрібно.
- Для введення тексту доторкніться до поля введення. Після цього з'явиться клавіатура. Щоб ввести цифри чи інші символи, натисніть кнопку ?123. Натисніть клавішу ~{<, якщо необхідно збільшити вибір символів. Для повернення цифрової клавіатури натисніть знову клавішу ?123. Щоб повернутися до алфавітної клавіатури, натисніть кнопку ABC. Для введення великих літер натисніть кнопку зі стрілкою вгору. Щоб ввести декілька великих літер підряд, натисніть та утримуйте клавішу зі стрілкою. Для введення маленьких літер натисніть цю клавішу знову. Щоб видалити останній знак, доторкніться до клавіші зі стрілкою назад та X.

НАЛАШТУВАННЯ КОНСОЛІ

Перед першим використанням бігової доріжки слід виконати налаштування консолі.

1. Підключіться до бездротової мережі.

Щоб мати змогу користуватися Інтернетом, завантажувати програми тренувань iFit та використовувати інші функції консолі, необхідно підключитися до бездротової мережі.

Користуйтеся підказками на екрані, щоб підключити консоль до бездротової мережі.

2. Користувацькі налаштування.

Заповніть форму на екрані, щоб налаштувати консоль для відображення потрібної одиниці вимірювання та Вашого часового поясу. Примітка: Якщо Ви бажаєте налаштувати ці параметри пізніше, див. розділ "ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ НАЛАШТУВАННЯ ОБЛАДНАННЯ" на ст. 25.

3. Увійдіть або створіть обліковий запис iFit.

Введіть свою електронну адресу та дотримуйтесь підказок на екрані, щоб увійти або створити обліковий запис iFit.

4. Ознайомлення з роботою консолі.

Після першого увімкнення тренажера на екрані з'являться діалогові вікна, які допоможуть Вам ознайомитися з особливостями консолі.

5. Перевіряйте наявність ПЗ.

Спершу натисніть на екрані на своє ім'я, а потім натисніть клавішу перемикачання. Далі виберіть розділ Maintenance (Обслуговування). Доторкніться до клавіші Update (Оновити), щоб перевірити наявність нової версії ПЗ. Більше інформації про це Ви можете дізнатися у розділі "ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ ОБСЛУГОВУВАННЯ" на ст. 26.

6. Виконайте калібрування системи.

Спершу натисніть на екрані на своє ім'я. Далі виберіть Settings main menu (Налаштування головного меню). Потім виберіть розділ Maintenance (Обслуговування). Натисніть клавішу Calibrate Incline (Калібрування нахилу), а потім натисніть клавішу Begin (Почати), щоб відкалібрувати систему нахилу. Більше інформації див. у кроці 4 на ст. 26.

Тепер консоль готова до тренування. Далі будуть описані різні програми тренування та інші функції, які підтримує консоль.

Використання ручного режиму – див. ст. 21. **Використання карти тренування** – див. ст. 23. **Створення власної карти тренування** – див. ст. 23. **Використання програми відстані або часу** – див. ст. 24.

Використання режиму налаштування програми тренування – див. ст. 25. **Використання режиму налаштування тренажера** – див. ст. 25. **Використання режиму технічного обслуговування** – див. ст. 26. **Використання режиму бездротової мережі** – див. ст. 26. **Використання звукової системи з Bluetooth®-пристроями** – див. ст. 27. **Використання звукової системи з аудіокабелем** – див. ст. 27. **Регулювання системи амортизаторів** – див. ст. 28.

ВАЖЛИВО: Якщо на дисплеї наклеєна захисна плівка, зніміть її. Щоб не пошкодити бігового полотна, одягайте на тренування чисте спортивне взуття. Під час першого використання бігової доріжки спостерігайте за розміщенням бігового полотна і при потребі відцентруйте його (див. ст. 32).

ВИКОРИСТАННЯ РУЧНОГО РЕЖИМУ

1. Вставте ключ в консоль.

Див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 19.

Примітка: Підготовка консолі до тренування може зайняти певний час.

2. Виберіть головне меню.

Після увімкнення живлення на консолі відкриється головне меню. Під час тренування або після переходу до меню налаштувань натисніть стрілку назад або X на екрані, щоб повернутися до головного меню.

Примітка: Якщо Ви плануєте під час тренування використовувати нагрудний пульсомір, **одягніть його перед запуском бігового полотна.** Перед запуском бігового полотна на початку кожного тренування протягом 30 секунд консоль буде виконувати автоматичний пошук нагрудного пульсоміра.

3. Запустіть бігове полотно та налаштуйте швидкість.

Щоб запустити бігове полотно, натисніть на екрані клавішу Manual Start (Ручний старт) чи натисніть клавішу Start (Старт) на консолі. Бігове полотно почне рухатися на найменшій швидкості. Під час тренування Ви можете змінити швидкість бігового полотна, натиснувши клавіші Speed increase/decrease (Збільш./Зменш. швидкості). Після кожного натиснення однієї із клавіш значення швидкості буде поступово змінюватися; якщо клавішу затиснути, значення швидкості буде змінюватися швидше.

Якщо Ви натиснете одну із пронумерованих клавіш швидкості, бігове полотно буде поступово змінювати значення швидкості доти, доки не буде досягнуто вибраного значення швидкості.

Щоб зупинити рух бігового полотна, натисніть по середині екрану клавішу Stop (Стоп). Для відновлення роботи полотна натисніть клавішу Start (Старт).

4. При потребі змініть нахил бігової доріжки.

Щоб змінити кут нахилу бігової доріжки, натискайте клавіші Incline increase/decrease (Збільш./Зменш. кута нахилу) або одну з пронумерованих клавіш нахилу. Після кожного натискання однієї із цих кнопок значення кута нахилу буде змінюватися доти, доки не буде досягнуто вибраного значення.

ВАЖЛИВО: Під час першого використання тренажера потрібно відкалібрувати систему нахилу (див. крок 4 на ст. 26).

5. Ваш прогрес буде відображатися на дисплеї.

Консоль пропонує кілька режимів відображення. Від вибраного режиму відображення залежить, яка інформація про тренування буде відображатися. Для вибору потрібного режиму відображення чи перегляду статистики та графіків перетягніть курсор по екрану вниз. Для перегляду графіків і статистики Ви можете також натиснути на екрані клавішу +.

Під час тренування на екрані бігової доріжки можуть відображатися такі показники:

- Кут нахилу бігової доріжки;
- Значення вертикального підвищення;
- Значення вертикального опущення;
- Потрачений час;
- Приблизна кількість спалених калорій;
- Приблизна кількість спалених калорій за годину;
- Пульс користувача (див. крок 6);
- Середнє значення пульсу;
- Відстань, яку Ви пройшли чи пробігли;

- Темп;
- Швидкість бігового полотна;
- Середня швидкість бігового полотна;
- Трек, довжина котрого становить 400 м (1/4 милі).

При потребі можна змінити рівень гучності, натискаючи на консолі клавіші Volume (Гучність).

Щоб зупинити тренування, доторкніться екрану чи натисніть на консолі клавішу Stop (Стоп). Для відновлення тренування натисніть кнопку Resume (Відновити) чи кнопку Start (Старт). Щоб завершити сеанс тренування, натисніть клавішу Finish (Кінець).

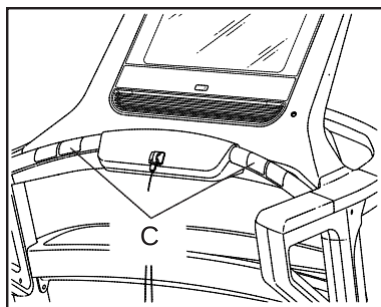
6. При потребі виміряйте серцевий ритм.

У випадку використання нагрудного пульсоміра одягайте його перед запуском бігового полотна. Перед запуском бігового полотна на початку кожного тренування протягом 30 секунд консоль буде виконувати автоматичний пошук нагрудного пульсоміра.

Примітка: Якщо одночасно використовувати пульсомір на тренажері та нагрудний пульсомір, нагрудний пульсомір буде пріоритетним.

Більше інформації про покупку нагрудного пульсоміра дивіться на ст. 28. Примітка: Консоль тренажера сумісна з пульсомірами BLUETOOTH® Smart.

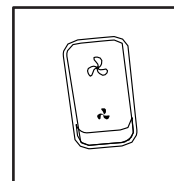
Перед використанням пульсоміра зніміть захисну плівку з металевих контактів (C). Крім того, переконайтеся, що Ваші руки є чистими.



Щоб виміряти пульс, станьте на платформи для ніг та візьміться руками за металеві контактні поверхні на поручнях; **потримайте руки нерухомо приблизно десять секунд.** Після того, як Ваш серцевий ритм буде виміряно, його значення з'явиться на дисплеї. **Щоб результат був більш точним, тримайте руки на контактах принаймні 15 секунд.**

7. При потребі увімкніть вентилятор.

Вентилятор підтримує кілька режимів швидкості. Натисніть клавіші вентилятора, щоб вибрати швидкість вентилятора або увімкнути/вимкнути його.



8. Після закінчення тренування витягніть ключ із консолі.

Станьте на платформу для ніг і натисніть на консолі клавішу Stop (Стоп) чи доторкніться екрану. Далі натисніть клавішу End (Кінець). Результат тренування буде відображатися на екрані. Якщо Ви бажаєте зберегти програму тренування для майбутнього використання, додайте її до переліку улюблених, натиснувши на екрані клавішу із зображенням серця. Користувач може також зберегти чи опублікувати ці результати, вибравши одну із функцій на екрані. Після закінчення тренування витягніть ключ із консолі та покладіть його у безпечне місце.

Далі переведіть перемикач живлення у вимкнене положення та відключіть кабель живлення. **ВАЖЛИВО:** Ігнорування цієї вимоги приведе до передчасного пошкодження електричних компонентів бігової доріжки.

ВИКОРИСТАННЯ КАРТИ ТРЕНУВАННЯ

Примітка: Для використання карти тренування консоль повинна мати доступ до бездротової мережі (див. розділ "ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ БЕЗДРОТОВОЇ МЕРЕЖІ" на ст. 26).

1. Вставте ключ в консоль.

Див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 19.

2. Оберіть головне меню чи бібліотеку програм тренування.

Натисніть клавішу Home (Додому) чи Browse (Перегляд), щоб обрати головне меню чи бібліотеку програм тренування.

3. Виберіть програму тренування.

Для вибору програми тренування натисніть потрібну клавішу на екрані. Примітка: Періодично перелік рекомендованих карт тренувань на консолі буде змінюватися. Якщо Ви бажаєте зберегти програму тренування для майбутнього використання, додайте її до переліку улюблених, натиснувши на екрані клавішу із зображенням серця. При потребі Ви можете зберегти чи опублікувати свої результати, скориставшись однією з опцій на екрані. Більше інформації про створення власної карти тренування див. на цій сторінці.

На дисплеї відображатиметься тривалість тренування, дистанція, яку потрібно подолати, і приблизна кількість калорій, які Ви витратите під час тренування.

4. Розпочніть тренування.

Щоб запустити програму тренування, натисніть клавішу Start (Старт). У момент натискання клавіші бігове полотно почне рухатися. Тримайтеся за поручні та починайте іти.

Під час тренування на карті буде відображатися Ваш прогрес.

Тренування відбувається аналогічно до тренування в режимі ручного керування (див. ст. 21-22).

Коли програма тренування буде завершена, бігове полотно повільно зупиниться. На екрані з'являться результати тренування. Після перегляду результату натисніть клавішу Finish (Кінець), щоб повернутися до головного меню. Користувач може також зберегти чи опублікувати ці результати, вибравши одну із функцій на екрані.

5. Ваш прогрес буде відображатися на дисплеї.

Див. крок 5 на ст. 21.

6. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Див. крок 6 на ст. 22.

7. При потребі увімкніть вентилятор.

Див. крок 7 на ст. 22.

8. Після закінчення тренування витягніть ключ із консолі.

Див. крок 8 на ст. 22.

СТВОРЕННЯ ВЛАСНОЇ КАРТИ ТРЕНУВАННЯ

Примітка: Для створення власної карти тренування в консоль повинна мати доступ до бездротової мережі (див. "ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ БЕЗДРОТОВОЇ МЕРЕЖІ" на ст. 26).

1. Вставте ключ в консоль.

Див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 19.

2. Оберіть Draw your own map workout (Створення власної карти тренування).

Для створення власної карти тренування натисніть на екрані потрібну клавішу.

3. Створіть власну карту.

Перейдіть до зони карти, де можна створити власну карту тренування, провівши пальцями по екрані. Доторкніться екрану, щоб додати початкову точку тренування. Потім доторкніться екрану, щоб обрати кінцеву точку тренування. Примітка: Якщо Ви бажаєте почати та закінчити тренування в одній точці, скористайтеся клавішами Loop (Коло) чи Out & Back (Вкінець/Назад) з лівої сторони екрану. Ви також можете вибрати, чи бажаєте своє тренування прив'язувати до дороги.

У разі допущення помилки скористайтесь клавішею Undo (Скасувати) з лівої сторони екрану.

На екрані буде відображатися статистика значень висоти та відстані тренування. При потребі Ви можете змінити значення швидкості за замовчуванням.

4. Збережіть свою програму тренування.

Натисніть на екрані клавішу Save New Workout (Зберегти нову програму тренування). При потребі Ви можете змінити назву програми тренування чи додати її опис. Далі натисніть на екрані символ >.

5. Розпочніть тренування.

Для початку програми тренування натисніть на екрані клавішу Start (Старт). У момент натискання клавіші бігове полотно почне рухатися. Тримайтеся за поручні та починайте йти. Більше інформації див. у кроці 4 на ст. 23.

6. Ваш прогрес буде відображатися на дисплеї.

Див. крок 5 на ст. 21.

7. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Див. крок 6 на ст. 22.

8. При потребі увімкніть вентилятор.

Див. крок 7 на ст. 22.

9. Після закінчення тренування витягніть ключ із консолі.

Див. крок 8 на ст. 22.

ВИКОРИСТАННЯ ПРОГРАМИ ВІДСТАНІ АБО ЧАСУ

Примітка: Для використання програми відстані або часу консоль повинна мати доступ до бездротової мережі (див. "ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ БЕЗДРОВОЇ МЕРЕЖІ" на ст. 26). Знадобиться також обліковий запис iFit.

1. Додавайте програму тренування до графіку на вебсайті iFit.com.

На своєму комп'ютері, смартфоні, планшеті або іншому пристрої з доступом в Інтернет відкрийте браузер, перейдіть на вебсайт iFit.com та авторизуйтеся.

Далі оберіть Menu > Library (Меню > Бібліотека). Перегляньте у бібліотеці програми тренувань та додайте потрібні програми тренування.

Після цього оберіть Menu > Schedule (Меню > Графік), щоб переглянути свій графік. Всі тренування, які Ви додали, будуть показані у Вашому графіку; при потребі Ви можете класифікувати або видаляти програми тренування із графіку.

Виділіть час, щоб ознайомитися із вебсайтом iFit.com перш, ніж покинути його.

2. Вставте ключ в консоль.

Див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 19.

3. Виберіть головне меню.

Див. крок 2 на ст. 21.

4. Увійдіть до свого облікового запису iFit.

Якщо Ви цього ще не зробили, натисніть клавішу Login (Увійти), щоб увійти до свого облікового запису iFit. У полях, що з'являться на екрані, необхідно ввести ім'я користувача та пароль до вебсайту iFit.com. Введіть ці дані та доторкніться до клавіші Submit (Підтвердити). Натисніть клавішу Cancel (Скасувати), щоб вийти зі сторінки входу.

5. Ви можете обрати ту програму відстані чи часу, яка раніше була додана до розкладу на вебсайті iFit.com.

Щоб додати цю програму тренування до розкладу, торкніться іконки календаря.

Примітка: Перед завантаженням програм тренування необхідно додати їх до розкладу на вебсайті iFit.com.

Після вибору програми тренування відстані чи часу на екрані буде показано її назву, приблизну тривалість та дистанцію.

6. Розпочніть тренування.

Щоб запустити програму тренування, натисніть клавішу Start (Старт). У момент натискання клавіші бігове полотно почне рухатися. Тримайтесь за поручні та починайте йти.

Коли програма тренування буде завершена, бігове полотно повільно зупиниться. На екрані з'являться результати тренування. Після перегляду результату натисніть клавішу Finish (Кінець), щоб повернутися до головного меню. Користувач може також зберегти чи опублікувати ці результати, вибравши одну із функцій на екрані.

7. Ваш прогрес буде відображатися на дисплеї.

Див. крок 5 на ст. 21. На екрані буде відображатися пройдена відстань або затрачений час, а також значення відстані або часу, що залишилися до завершення програми тренування.

8. При потребі виміряйте серцевий ритм.

Див. крок 6 на ст. 22.

9. При потребі увімкніть вентилятор.

Див. крок 7 на ст. 22.

10. Після закінчення тренування витягніть ключ із консолі.

Див. крок 8 на ст. 22.

Більше інформації про iFit Ви знайдете на вебсайті iFit.com.

ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ НАЛАШТУВАННЯ ПРОГРАМИ ТРЕНУВАННЯ

1. Виберіть Settings main menu (Налаштування головного меню).

Вставте ключ в консоль (див. розділ "УВІМКНЕННЯ ЖИВЛЕННЯ" на ст. 19). Далі виберіть головне меню (див. крок 2 на ст. 21). Натисніть на екрані на своє ім'я, а потім натисніть клавішу передач, щоб обрати налаштування головного меню.

2. Оберіть розділ Workout (Програма тренування).

В налаштуваннях головного меню прокрутіть до розділу Workout (Програма тренування).

3. Користувацькі налаштування.

Для виконання користувацьких налаштувань торкніться потрібної категорії, далі користуйтеся перемикачами збоку назви категорії.

4. Вихід із режиму тренування.

Щоб вийти із режиму тренування, доторкніться на екрані до клавіші Back (Назад).

ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ НАЛАШТУВАННЯ ОБЛАДНАННЯ

1. Виберіть Settings main menu (Налаштування головного меню).

Див. крок 1, що описаний вище.

2. Виберіть режим налаштування обладнання.

В налаштуваннях головного меню прокрутіть до розділу Equipment Settings (Налаштування обладнання). Примітка: Ковзаючи чи проводячи пальцем по дисплеї, Ви зможете переміщати перелік опцій вгору або вниз.

3. Налаштуйте одиницю вимірювання та інші параметри.

Для налаштування одиниці вимірювання, часового поясу та інших параметрів торкніться потрібної категорії, далі користуйтеся перемикачами збоку назви категорії.

4. Перегляньте технічну інформацію.

Для перегляду технічної інформації про тренажер натисніть клавішу Machine Info (Тех. інформація). Переглянувши технічну інформацію, натисніть на екрані клавішу Back (Назад).

5. Вихід із режиму налаштування обладнання.

Щоб вийти із режиму налаштування обладнання, натисніть на екрані клавішу Back (Назад).

ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ ОБСЛУГОВУВАННЯ

1. Виберіть Settings main menu (Налаштування головного меню).

Див. крок 1 на ст. 25.

2. Виберіть режим обслуговування.

В налаштуваннях головного меню прокрутіть до розділу Maintenance (Техн. обслуговування).

3. Оновіть ПЗ консолі.

Для досягнення найкращих результатів регулярно перевіряйте наявність нової версії ПЗ.

Натисніть клавішу Update (Оновити), щоб перевірити наявність нової версії ПЗ. Оновлення розпочнеться в автоматичному режимі.

ВАЖЛИВО: До завершення оновлення не відключайте кабель живлення та не витягуйте ключ, адже це може привести до пошкодження тренажера.

На екрані буде відображатися прогрес оновлення. Після завершення оновлення тренажер має перезавантажитися. Якщо цього не сталося, переведіть перемикач у вимкнене положення, зачекайте декілька секунд, а потім переведіть перемикач в увімкнене положення. Примітка: Підготовка консолі до тренування може зайняти декілька хвилин.

Примітка: Іноді після встановлення нової версії ПЗ консоль починає функціонувати дещо інакше. Такі оновлення спрямовані на поліпшення ефективності тренування.

4. Відкалібруйте систему нахилу тренажера.

Натисніть клавішу Calibrate Incline (Калібрування нахилу). Далі натисніть клавішу Begin (Почати), щоб відкалібрувати систему нахилу. Кут нахилу бігової доріжки збільшиться до максимального рівня, зменшиться до мінімального рівня, а потім повернеться в початкове положення. Так система нахилу буде відкалібрована. Натисніть клавішу Cancel (Скасувати), щоб повернутися до режиму технічного обслуговування. Коли система нахилу відкалібрується, натисніть клавішу Finish (Кінець).

ВАЖЛИВО: Під час калібрування системи нахилу тримайте подалі від тренажера домашніх тварин, ноги та не вставляйте в нього інші предмети. Щоб перервати калібрування нахилу у разі надзвичайної ситуації, витягніть із консолі ключ.

5. Вихід із режиму обслуговування.

Щоб вийти із режиму обслуговування, натисніть на екрані клавішу Back (Назад).

ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ БЕЗДРОТОВОЇ МЕРЕЖІ

Консоль підтримує режим бездротової мережі, що дозволяє налаштувати підключення до бездротової мережі.

1. Виберіть головне меню.

Див. крок 2 на ст. 23.

2. Виберіть режим бездротової мережі.

Щоб перейти до режиму бездротової мережі, спочатку натисніть на екрані на своє ім'я, а потім доторкніться до символу Wi-Fi®.

3. Увімкніть функцію Wi-Fi.

Переконайтеся, що функція Wi-Fi є активованою. Якщо ця функція деактивована, переведіть перемикач Wi-Fi в увімкнене положення.

4. Налаштування та керування підключенням до бездротової мережі.

Коли функцію Wi-Fi буде активовано, на екрані з'явиться перелік доступних мереж. Примітка: Відображення переліку бездротових мереж може зайняти декілька секунд.

Примітка: Вам необхідно мати доступ до бездротової мережі з маршрутизатором, що підтримує стандарти 802.11b/g/. Трансляція SSID має бути ввімкнена, приховані мережі не підтримуються.

Коли перелік буде доступний, оберіть необхідну бездротову мережу. Примітка: Вам необхідно знати назву мережі (SSID), а також пароль, якщо мережа захищена.

Інформаційне вікно запитає, чи Ви хочете підключитися до бездротової мережі. Натисніть клавішу Connect (З'єднання) для підключення до мережі або натисніть клавішу Cancel (Скасувати), щоб повернутися до переліку мереж. Якщо мережа захищена паролем, натисніть на поле введення паролю. На екрані з'явиться клавіатура. Для перегляду паролю під час введення, доторкніться до віконця Show Password (Показати пароль).

Щоб дізнатися, як користуватися клавіатурою, ознайомтеся із інформацією в розділі "ВИКОРИСТАННЯ СЕНСОРНОГО ЕКРАНУ" на ст. 19.

Після підключення консолі до бездротової мережі біля назви бездротової мережі з'явиться прапорець. Далі натисніть на екрані клавішу Back (Назад), щоб повернутися до режиму бездротової мережі.

Для відключення від бездротової мережі виберіть необхідну мережу та натисніть клавішу Forget Network (Видалити мережу).

Якщо у Вас виникли проблеми з підключенням до захищеної мережі, переконайтеся, що Ви правильно ввели пароль. Примітка: Паролі є чутливими до регістру.

Примітка: Консоль підтримує незахищене та захищене (WEP, WPA™ та WPA2™) шифрування. Рекомендовано широкосмугове підключення: якість роботи залежить від швидкості з'єднання.

Примітка: Якщо у Вас залишилися запитання після виконання цих інструкцій, перейдіть на вебсайт support.iFit.com.

5. Вихід із режиму бездротової мережі.

Щоб вийти із режиму бездротової мережі, доторкніться на екрані до клавіші Back (Назад).

ВИКОРИСТАННЯ ЗВУКОВОЇ СИСТЕМИ З BLUETOOTH®-ПРИСТРОЯМИ

1. Розмістіть чи утримуйте біля консолі сумісний з BLUETOOTH пристрій.
2. Увімкніть на цьому пристрої режим Bluetooth.
3. Підключіть пристрій до консолі.

Натисніть та утримуйте на сітці динаміка консолі протягом 3 секунд клавішу Bluetooth. На динаміках Bluetooth активується режим підключення. Після підключення Вашого пристрою до консолі аудіофайли на Вашому пристрої будуть відтворюватися через динаміки консолі.

Примітка: У своїй пам'яті консоль може зберігати до 8 пристроїв. Якщо раніше Ваш пристрій уже підключався до консолі, то для його повторного підключення до консолі достатньо натиснути клавішу Bluetooth.

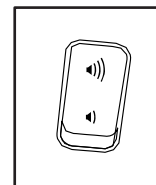
4. При потребі Ви можете видалити пристрій з пам'яті консолі.

Щоб видалити всі Bluetooth-пристрої, що збережені у пам'яті консолі, натисніть та утримуйте клавішу Bluetooth протягом 10 секунд.

ВИКОРИСТАННЯ ЗВУКОВОЇ СИСТЕМИ З АУДИОКАБЕЛЕМ

Для відтворення музики чи аудіокниг через звукову систему консолі під час тренування підключіть аудіокабель з роз'ємами на кінцях (не входить в комплект) в гніздо на консолі та в гніздо на аудіоплеєрі чи CD-плеєрі; **переконайтесь, що аудіокабель повністю вставлений в гнізда.** Примітка: Придбати аудіокабель можна в місцевому магазині електроніки.

Далі натисніть на своєму аудіоплеєрі клавішу Play (Відтворити). Щоб відрегулювати рівень гучності, скористайтесь клавішами Збільш./Зменш. (Increase/Decrease) або регулятором гучності на плеєрі.



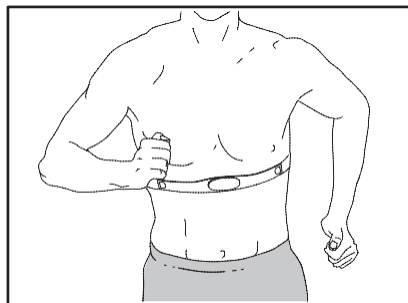
Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдінг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 17б
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

НАГРУДНИЙ ПУЛЬСОМІР

Якщо Вашою метою є втрата ваги чи зміцнення серцево-судинної системи, тоді обирайте відповідну складність програми для того, щоб досягти бажаних

результатів. Нагрудний пульсомір дозволяє безперервно відстежувати ритм свого пульсу під час тренування, допомагаючи Вам досягати власних цілей у фітнесі. Більше інформації про покупку нагрудного пульсоміра можна знайти на передній обкладинці цієї інструкції.

Примітка: Консоль тренажера сумісна з пульсомірами BLUETOOTH Smart.



Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com

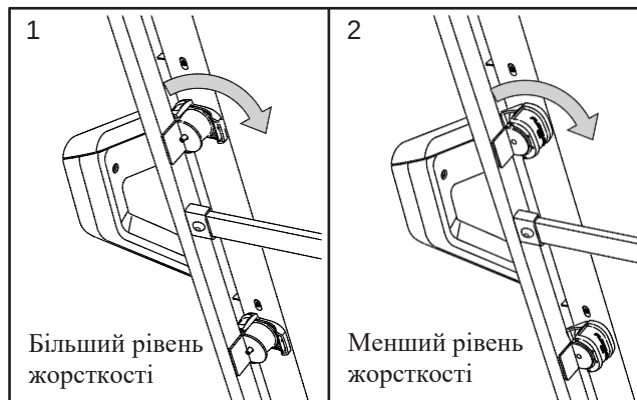
РЕГУЛЮВАННЯ АМОРТИЗАТОРІВ

На біговій доріжці підтримується система амортизаторів, яка зменшує навантаження під час ходьби або бігу.

Щоб відрегулювати амортизатори, витягніть ключ із консолі та відключіть кабель живлення. Далі складіть тренажер (див. розділ "ЯК СКЛАСТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ" на ст. 29).

Для збільшення рівня жорсткості бігової платформи поверніть амортизатор у положення, показане на малюнку 1; для зменшення жорсткості бігової платформи поверніть амортизатор у положення, показане на малюнку 2. Аналогічно відрегулюйте інші амортизатори.

ВАЖЛИВО: Переконайтеся, що на амортизаторах з лівої та правої сторін бігової доріжки відрегульовано однаковий рівень жорсткості. Чим швидше Ви біжите на тренажері або чим вища Ваша вага, тим вищим має бути рівень жорсткості бігової платформи.

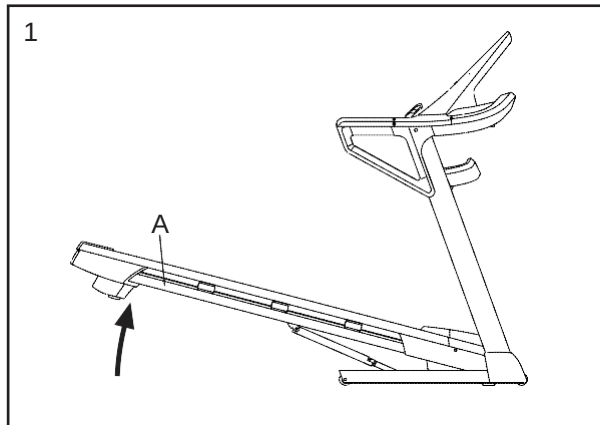


ЯК СКЛАСТИ ТА ПЕРЕМІСТИТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ

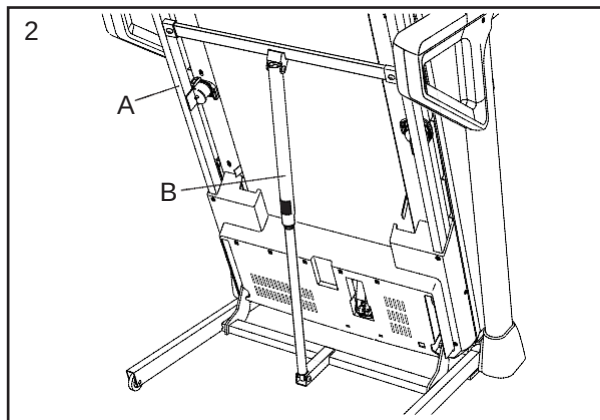
ЯК СКЛАСТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ

Щоб уникнути пошкодження бігової доріжки, встановіть нульове значення нахилу перед її складанням. Витягніть ключ та кабель живлення. **УВАГА:** Ви повинні бути у змозі легко піднімати 20 кг, щоб піднімати, опускати або переміщати бігову доріжку.

1. Захопіть металеву раму (А) в місті, показаному стрілкою нижче. **УВАГА:** Не тримайте раму за пластикові платформи для ніг. Зігніть ноги в колінах та тримайте спину рівно.



2. Піднімайте раму (А) доти, доки фіксатор для збереження (В) не заблокується в положенні для зберігання. **УВАГА:** Переконайтеся, що фіксатор для збереження заблокувався.

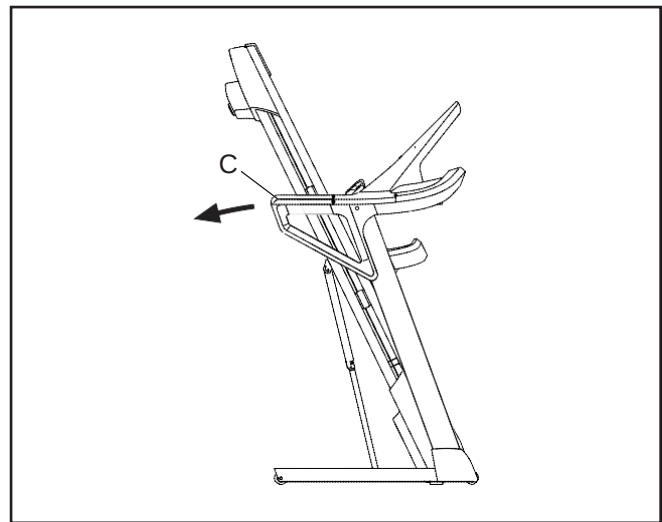


Щоб захистити підлогу чи килим, підстеліть під тренажер килимок. Оберігайте бігову доріжку від прямих сонячних променів. Не залишайте тренажер у положенні для зберігання при температурі вище 30°C.

ПЕРЕМІЩЕННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

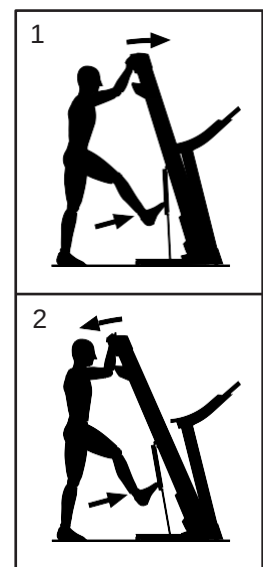
Перед переміщенням бігової доріжки, складіть її так, як описано зліва. **УВАГА:** Переконайтеся, що фіксатор заблокувався у положенні для зберігання. Переміщати бігову доріжку мають 2 особи.

Візьміться за поручні (С) обома руками та обережно перемістіть бігову доріжку у потрібне місце. **УВАГА:** Не тягніть тренажер за раму та не переміщуйте тренажер по нерівній поверхні.



ВСТАНОВЛЕННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ

1. Штовхніть верхній кінець рами вперед і у той же час обережно натисніть ногою на верхню деталь фіксатора для зберігання.
2. Натиснувши ногою на фіксатор для зберігання, потягніть верхній кінець рами до себе.
3. Відійдіть назад і зачекайте, поки рама опуститься на підлогу.



ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК

ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

Регулярне обслуговування відіграє важливе значення для оптимальної продуктивності та зменшує рівень зношення деталей. Регулярно перевіряйте і затягуйте всі деталі тренажера. Відразу замінійте зношені деталі.

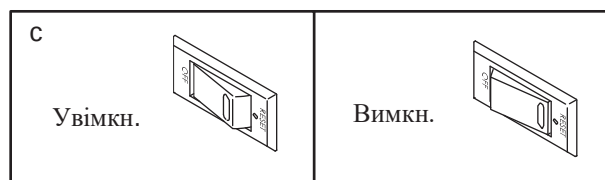
Регулярно виконуйте очищення бігової доріжки та тримайте бігове полотно чистим і сухим. Спершу **переведіть перемикач живлення у вимкнене положення та відключіть кабель живлення**. Протріть зовнішні деталі тренажера ганчіркою, змоченою в мильний розчин. **ВАЖЛИВО: Не розпилюйте рідини безпосередньо на бігову доріжку. Щоб уникнути пошкодження консолі, оберігайте її від контакту з рідинами.** Протріть насухо бігову доріжку м'яким рушником.

УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК

Більшість неполадок бігової доріжки можуть бути вирішені за допомогою простих порад, наведених нижче. Знайдіть відповідну проблему і виконайте рекомендовані дії. Якщо проблему не вдалося усунути, зверніться за телефоном або адресою, які зазначені на передній обкладинці цього посібника.

ПРОБЛЕМА: Не вмикається живлення.

- Переконайтеся, що кабель живлення підключено належним чином до заземленої розетки (див. ст. 17). Для подовження використовуйте лише 3-жильний подовжувач, кабель 14 калібру (2 мм²), довжина котрого не перевищує 1,5 м.
- Після підключення кабелю живлення переконайтеся, що ключ вставлений у консоль.
- Перевірте перемикач живлення на рамі бігової доріжки біля кабелю живлення. Якщо перемикач виступає, як показано на малюнку, це означає, що він спрацював. Щоб перевести перемикач у вимкнене положення, зачекайте 5 хвилин, а тоді натисніть на нього.



ПРОБЛЕМА: Живлення вимикається під час користування тренажером.

- Перевірте вимикач живлення (дивіться малюнок С зліва). Якщо перемикач вимкнений, зачекайте 5 хвилин, а тоді натисніть на нього.
- Переконайтеся, що кабель живлення підключено. Якщо кабель живлення підключений, відключіть його, зачекайте 5 хвилин, а тоді підключіть його знову.
- Витягніть ключ із консолі та вставте його знову.
- Якщо бігова доріжка і далі функціонує неправильно, ознайомтесь з інформацією на передній обкладинці цієї інструкції.

ПРОБЛЕМА: Рівень нахилу бігової доріжки змінюється неправильно.

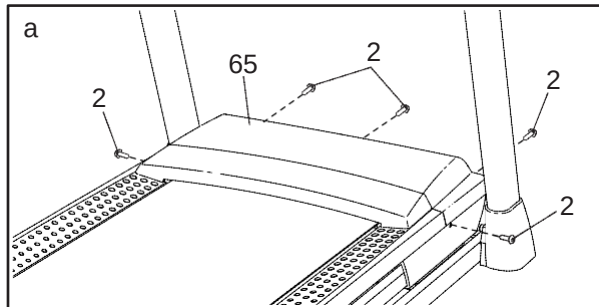
- Виконайте калібрування системи нахилу бігової доріжки (див. крок 4 на ст. 26). Після завершення калібрування витягніть ключ із консолі.

ПРОБЛЕМА: Тренажер не підключається до бездротової мережі.

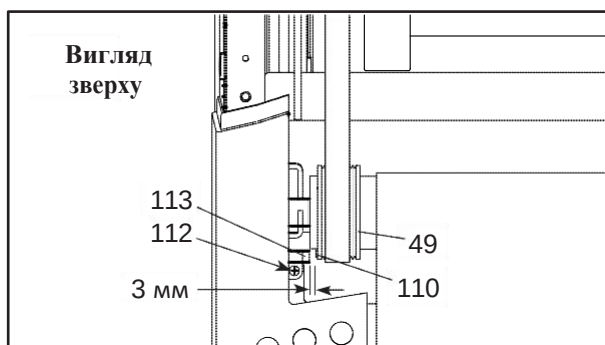
- Переконайтеся, що параметри бездротової мережі на консолі налаштовані правильно (див. ст. 26).
- Переконайтеся, що параметри бездротової мережі налаштовані правильно.
- Якщо у Вас виникли запитання, перейдіть на вебсайт support.iFit.com, щоб знайти відповіді на них.

ПРОБЛЕМА: Дисплей консолі функціонує неправильно.

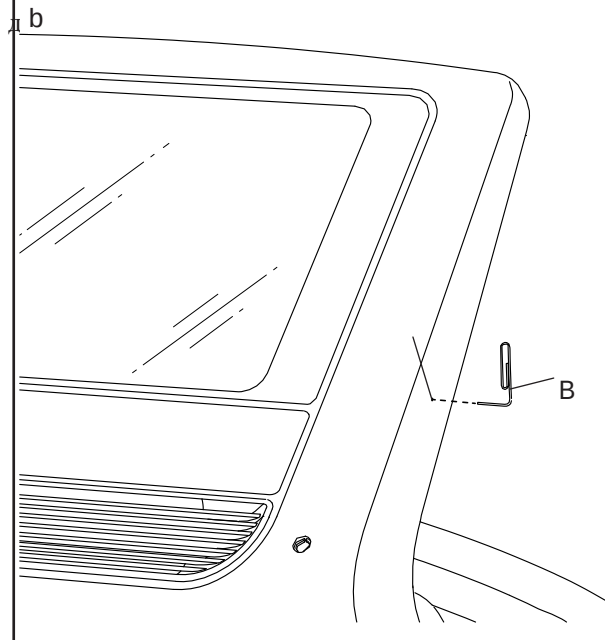
- а. Витягніть ключ із консолі та **ВІДКЛЮЧІТЬ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. Далі відгвинтіть 5 гвинтів #8 x 3/4" (2) та обережно поверніть кришку двигуна (65).



Віднайдіть герконовий перемикач (113) та магніт (110) з лівої сторони шків (49). Повертайте шків доти, доки магніт не зрівняється із герконовим перемикачем. **Переконайтеся, що відстань між магнітом та герконовим перемикачем складає близько 3 мм.** При потребі ослабте гвинт зі сферичною голівкою #8 x 3/4" (112), трохи перемістіть герконовий перемикач, а потім затягніть гвинт знову. Встановіть назад кришку двигуна (див. вище), а потім увімкніть бігову доріжку на кілька хвилин, щоб перевірити коректність визначення швидкості.

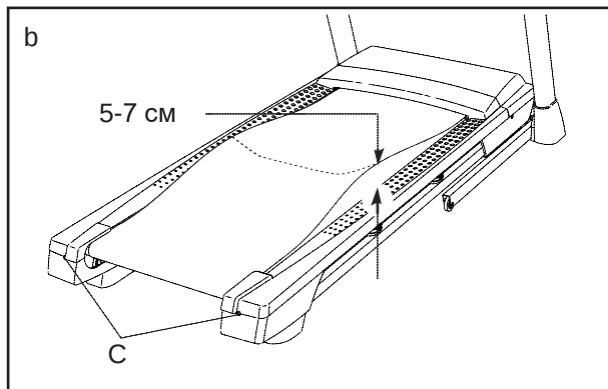


- б. Якщо консоль неправильно завантажується, зависає та не відповідає, виконайте її скидання до заводських налаштувань. **ВАЖЛИВО: В результаті цього всі налаштування амортизаторів, встановлені на консолі, будуть видалені.** Процедуру переналаштування консолі мають виконувати 2 особи. Спершу переведіть перемикач живлення у вимкнене положення. Далі віднайдіть невеликий отвір скидання (А) з правої сторони консолі. За допомогою вигнутої скріпки (В) натисніть та утримуйте клавішу Reset (Скидання) в середині отвору, а помічник нехай переведе перемикач живлення в увімкнене положення. Продовжуйте утримувати клавішу Reset (Скидання) доти, доки консоль не буде увімкнена. Після завершення процедури скидання тренажер має перезавантажитися. Якщо бігова доріжка не перезавантажилась, переведіть перемикач живлення у вимкнене положення, а потім в увімкнене положення. Після увімкнення консолі перевірте оновлення ПЗ (див. розділ "ВИКОРИСТАННЯ РЕЖИМУ ОБСЛУГОВУВАННЯ" на ст. 26). Примітка: Підготовка консолі до тренування може зайняти



ПРОБЛЕМА: Бігове полотно уповільнюється при ходьбі.

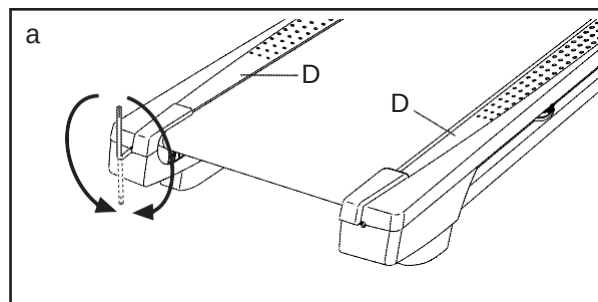
- a. Для подовження використовуйте лише 3-жильний подовжувач, кабель 14 калібру (2 мм²), довжина котрого не перевищує 1,5 м.
- b. Якщо бігове полотно натягнуто надто сильно, робота бігової доріжки може погіршитися і полотно може зазнати пошкоджень. Витягніть ключ та **ВІДКЛЮЧІТЬ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. За допомогою шестигранного ключа поверніть обидва гвинти регулювання ролика вільного ходу (С) проти годинникової стрілки на 1/4 обороту. Якщо бігове полотно натягнуто належним чином, необхідно підняти бігове полотно з кожного краю на 5-7 см над біговою платформою. Намагайтеся не порушити центрування бігового полотна. Під'єднайте кабель живлення, вставте ключ і обережно походить по біговій доріжці кілька хвилин. Повторяйте процедуру до досягнення належного натягу бігового полотна.



- c. Поверхня полотна Вашої бігової доріжки покрита високопродуктивним мастилом. **ВАЖЛИВО:** Ніколи не наносьте силіконовий спрей чи інші речовини на бігове полотно чи бігову платформу без вказівки спеціаліста авторизованого сервісу. Такі речовини можуть пошкодити бігове полотно і пришвидшити його знос. Якщо Вам здається, що бігове полотно слід змастити, ознайомтеся із інформацією на передній обкладинці цієї інструкції.
- d. Якщо бігове полотно і далі сповільнюється під час бігу, ознайомтеся з інформацією на передній обкладинці цієї інструкції.

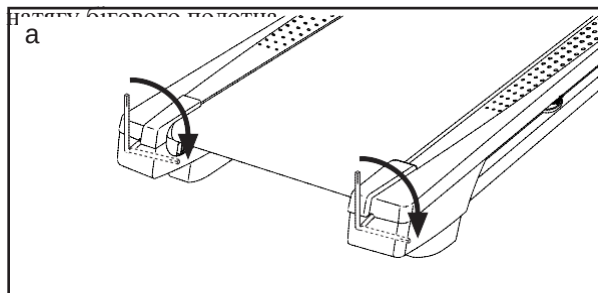
ПРОБЛЕМА: Бігове полотно не відцентроване між платформами для ніг.

- a. **ВАЖЛИВО:** Якщо бігове полотно зачіпає платформи для ніг (D), це може привести до його пошкодження. Спершу витягніть ключ та **ВІДКЛЮЧІТЬ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. Якщо бігове полотно змістилось уліво, то за допомогою шестигранного ключа поверніть лівий гвинт регулювання ролика вільного ходу за годинниковою стрілкою на 1/2 обороти; **якщо бігове полотно змістилось управо**, поверніть лівий гвинт регулювання ролика вільного ходу проти годинникової стрілки на 1/2 обороти. Намагайтеся надто не натягувати бігове полотно. Під'єднайте кабель живлення, вставте ключ і обережно походить по біговій доріжці кілька хвилин. Повторяйте процедуру до досягнення належного центрування бігового полотна.



ПРОБЛЕМА: Бігове полотно просковзує під час ходьби

- a. Спершу витягніть ключ та **ВІДКЛЮЧІТЬ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. За допомогою шестигранного ключа поверніть обидва гвинти регулювання ролика вільного ходу за годинниковою стрілкою на 1/4 обороту. Якщо бігове полотно натягнуто належним чином, необхідно підняти бігове полотно з кожного краю на 5-7 см над біговою платформою. Намагайтеся не порушити центрування бігового полотна. Під'єднайте кабель живлення, вставте ключ і обережно походить по біговій доріжці кілька хвилин. Повторяйте процедуру до досягнення належного



ПОСІБНИК З ВПРАВ

⚠ УВАГА: Перед початком занять проконсультуйтеся з лікарем. Це особливо важливо для осіб від 35 років або осіб, у яких раніше були проблеми зі здоров'ям.

Пульсомір – це не медичний пристрій. Різні чинники можуть вплинути на точність вимірювання пульсу. Пульсомір лише допомагає оцінювати загальну тенденцію серцевого ритму під час тренування.

Дані рекомендації допоможуть Вам спланувати програму своїх тренувань. Для отримання більш детальної інформації про тренування придбайте спеціальний довідник або проконсультуйтеся з лікарем. Пам'ятайте, що для успішних результатів Ваших тренувань, необхідно дотримуватись правильного харчування та достатньо відпочивати.

ІНТЕНСИВНІСТЬ ТРЕНУВАННЯ

Якщо Вашою метою є втрата ваги чи зміцнення серцево-судинної системи, тоді обирайте відповідну складність програми для того, щоб досягти бажаних результатів. Ви можете використати свій рівень серцевого ритму для вибору оптимального рівня складності програми тренування. Наведена нижче таблиця показує рекомендовані частоти пульсу для програми зниження ваги та рекомендовані фізичні вправи.

165	155	145	140	130	125	115	♥♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

Щоб знайти відповідний рівень інтенсивності, знайдіть свій вік у нижній частині таблиці (вік заокруглений до найближчих десяти років). Три числа, що знаходяться над ризикою, визначають програму Вашого тренування. Найнижча цифра, що знаходиться над цифрою Вашого віку, вказує на рекомендований рівень серцебиття для програми зниження ваги, середня цифра – на рекомендований рівень серцебиття для програми інтенсивного зниження ваги, найвища цифра – на рекомендований рівень серцебиття для програми фізичних вправ.

Програма зниження ваги – для ефективного результату втрати ваги, Вам потрібно займатися на найнижчому рівні складності, але довгий період часу. Під час перших хвилин тренування Ваш організм витрачає вуглеводи. Тільки через декілька хвилин Ваш організм почне витрачати накопичені калорії. Якщо ж Вашою ціллю є зниження ваги, тоді продовжуйте тренування, доки Ваш пульс не досягне найнижчого значення, що знаходиться у Вашій зоні навантаження. Для досягнення максимального результату серцевий ритм під час тренування має бути рівним середньому значенню у Вашій зоні навантаження.

Програма фізичних вправ – якщо Вашою ціллю є зміцнення серцево-судинної системи, тоді Вам потрібно виконувати фізичні вправи, оскільки вони потребують багато кисню. Для виконання фізичних вправ рівень Вашого пульсу має знаходитися в межах найвищої цифри, яка зазначена в таблиці напроти у Вашій зоні навантаження.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ТРЕНУВАНЬ

Вправи для розминки – починайте тренування з 5-10 хвилинної розминки. Вправи для розминки підвищують температуру тіла, пульс, а також покращують циркуляцію крові.

Тренування – тренуйтеся 20-30 хвилин, враховуючи рівень свого пульсу (Під час перших декількох тижнів не утримуйте пульс відповідно до верхньої цифри таблиці довше, ніж 20 хвилин.). Дихайте під тренування регулярно і глибоко, не затримуйте дихання.

Кінцева розминка – закінчуйте тренування з 5-10 хвилинної розминки. Розминка підвищує еластичність м'язів і допомагає запобігти неприємним наслідкам тренувань.

ПЕРІОДИЧНІСТЬ ТРЕНУВАНЬ

Для підтримання чи покращення своєї фізичної форми проводьте три повні тренування щотижня, роблячи принаймні односторонній перерив між ними. Через декілька місяців Ви можете збільшити кількість тренувань до 5 раз у тиждень. Пам'ятайте: для досягнення успіху тренування мають стати регулярним і приємним заняттям у Вашому повсякденному житті.

СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

Модель № NETL14819.1 R0819A

№	Кіл.	Назва	№	Кіл.	Назва
1	25	Гвинт #8 x 1/2"	51	2	Пластикові втулки 9/32"
2	61	Гвинт #8 x 3/4"	52	4	Пластикові втулки 3/8"
3	1	Болт 5/16" x 2 1/4"	53	1	Фіксатор для зберігання
4	6	Гвинт кріплення 5/16" x 3/4"	54	1	Приводний двигун
5	4	Зіркоподібна шайба #10	55	1	Ремінь приводу двигуна
6	5	Болт 5/16" x 1 3/4"	56	1	Рама
7	4	Гвинт 3/8" x 2 1/4"	57	1	Ліва задня опора
8	2	Гвинт 5/16" x 3/4"	58	4	Заземлений провід консолі
9	4	Гвинт #10 x 3/4"	59	4	Гумовий амортизатор
10	7	Гвинт заземлення #8 x 1/2"	60	1	Права платформа для ніг
11	12	Зіркоподібна шайба 5/16"	61	1	Направляючий ролик
12	2	Гвинт 5/16" x 1 3/4"	62	2	Гвинт 3/8" x 1 3/4"
13	8	Зіркоподібна шайба 3/8"	63	2	Гвинт 3/8" x 1 1/4"
14	2	Гвинт #8 x 1"	64	1	Основа консолі
15	3	Гвинт 1/4" x 2 1/2"	65	1	Кришка двигуна
16	1	Болт 3/8" x 1 1/2"	66	1	Декоративна накладка
17	2	Болт кріплення колеса 3/8" x 1 1/2"	67	2	Прокладка рами нахилу
18	2	Кронштейн кришки	68	5	Затискач
19	4	Гвинт #8 x 7/16"	69	1	Двигун нахилу
20	2	Гвинт двигуна 5/16"	70	1	Рама нахилу
21	2	Штифт 3/8"	71	2	Втулка рами
22	2	Болт 3/8" x 1 1/8"	72	1	Контролер
23	2	Шайба 3/8"	73	1	Пластина контролера
24	4	Зіркоподібна шайба #8	74	1	Розетка
25	1	Кришка лівого поручня	75	1	Перемикач живлення
26	1	Кришка правого поручня	76	1	Кабель живлення
27	1	Маленька кришка консолі	77	1	Ізоляційна втулка
28	4	Гвинт 5/16" x 2 1/2"	78	1	Нижній захисний щит
29	1	Болт із шест. голівкою 3/8" x 1 3/4"	79	1	Задня кришка лівого поручня
30	4	Плоска шайба 5/16"	80	1	Консоль
31	1	Лоток	81	1	Провід опорної стійки
32	1	Рамка консолі	82	1	Ліва кришка основи
33	6	Контргайка 3/8"	83	1	Права кришка основи
34	6	Гайка 5/16"	84	1	Фіксатор контролера
35	13	Гайка 1/4"	85	1	Задня кришка правого поручня
36	1	Кришка основи консолі	86	2	Поручень
37	8	Гвинт #8 x 5/8"	87	1	Зовнішня кришка лівого поручня
38	1	Кришка консолі	88	1	Внутрішня кришка лівого поручня
39	6	Ізолятор	89	1	Ліва опорна стійка
40	2	Права опора	90	1	Права опорна стійка
41	1	Поперечка фіксатора	91	2	Етикетка із попередженням
42	1	Ліва платформа для ніг	92	1	Вентилятор
43	1	Етикетка із застереженням	93	1	Пульсомір
44	1	Бігова платформа	94	1	Основа
45	1	Бігове полотно	95	1	Внутрішня кришка правого поручня
46	2	Фіксатор ременю	96	1	Зовнішня кришка правого поручня
47	1	Права задня опора	97	2	Підставка основи
48	4	Кріплення для кабелю	98	4	Гвинт #3 x 1/2"
49	1	Ведучий ролик/шків	99	1	Ліва внутрішня накладка основи
50	2	Гвинт 1/4" x 1 1/4"	100	1	Права внутрішня накладка основи

Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдинг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com

№	Кіл.	Назва	№	Кіл.	Назва
101	4	Колесо	111	1	Затискач
102	1	Ключ/Затискач	112	5	Гвинт зі сфер. гол. #8 x 3/4"
103	1	Рама основи консолі	113	1	Герконовий перемикач
104	3	Кріплення для кабелю	114	2	Втулка двигуна
105	1	Поперечка опорної стійки	115	2	Гайка #8
106	2	Прокладка двигуна нахилу	116	2	Гвинт кріплення #8 x 1/2"
107	1	Кришка пульсоміра	117	1	Фільтр
108	8	Шайба 1/4"	118	1	Роз'єднувач амортизатора
109	2	Пластмасовий фіксатор	119	1	Ферітовий затискач
110	1	Магніт	*	—	Інструкція з експлуатації

Примітка: Технічні характеристики можуть бути змінені без попереднього повідомлення. Для отримання інформації про замовлення запасних деталей див. задню обкладинку цього посібника. Позначка (*) означає, що деталі не показані на малюнку.

СХЕМА ДЕТАЛЕЙ А

Модель № NETL14819.1 R0819A

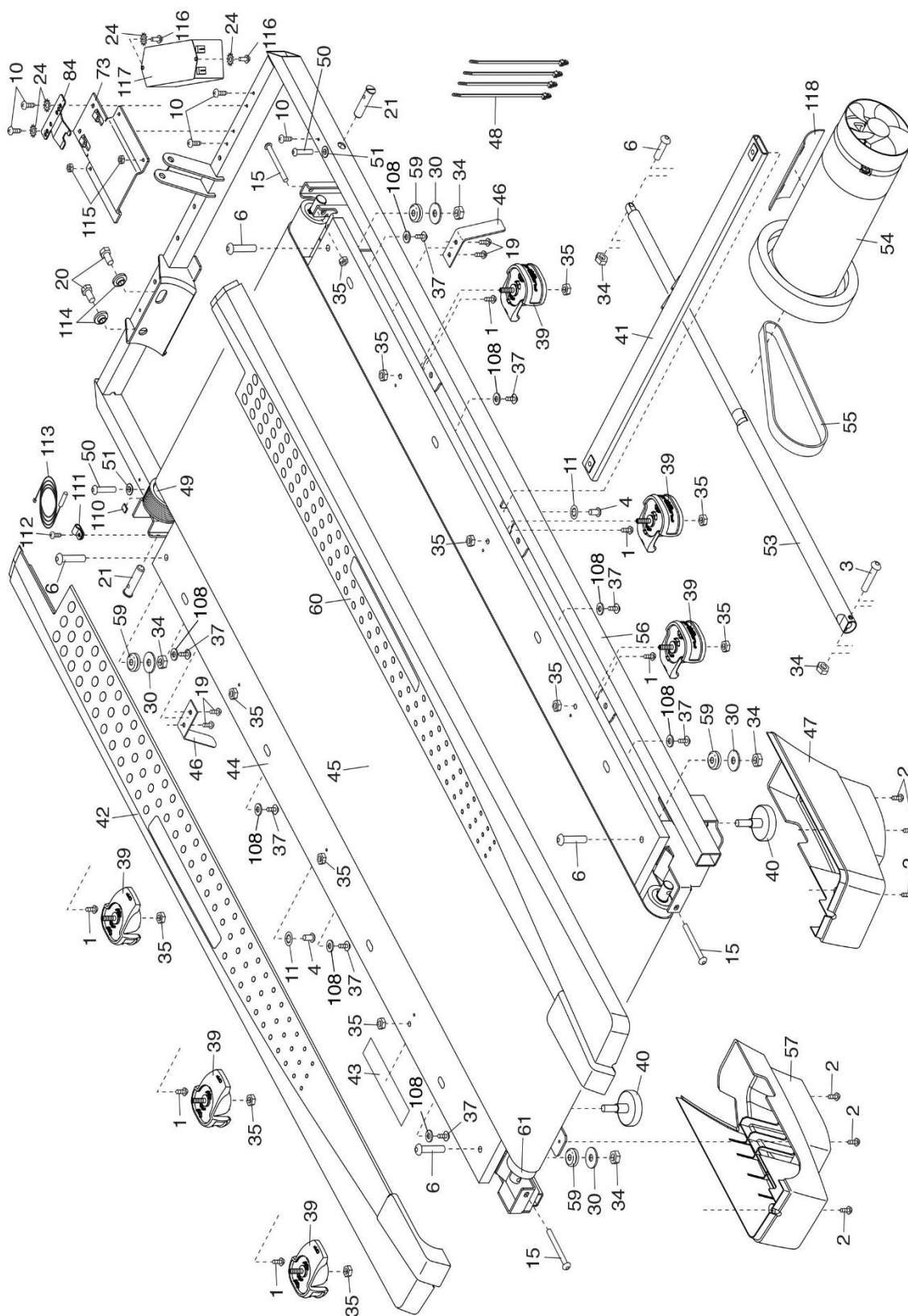


СХЕМА ДЕТАЛЕЙ Б

Модель № NETL14819.1 R0819A

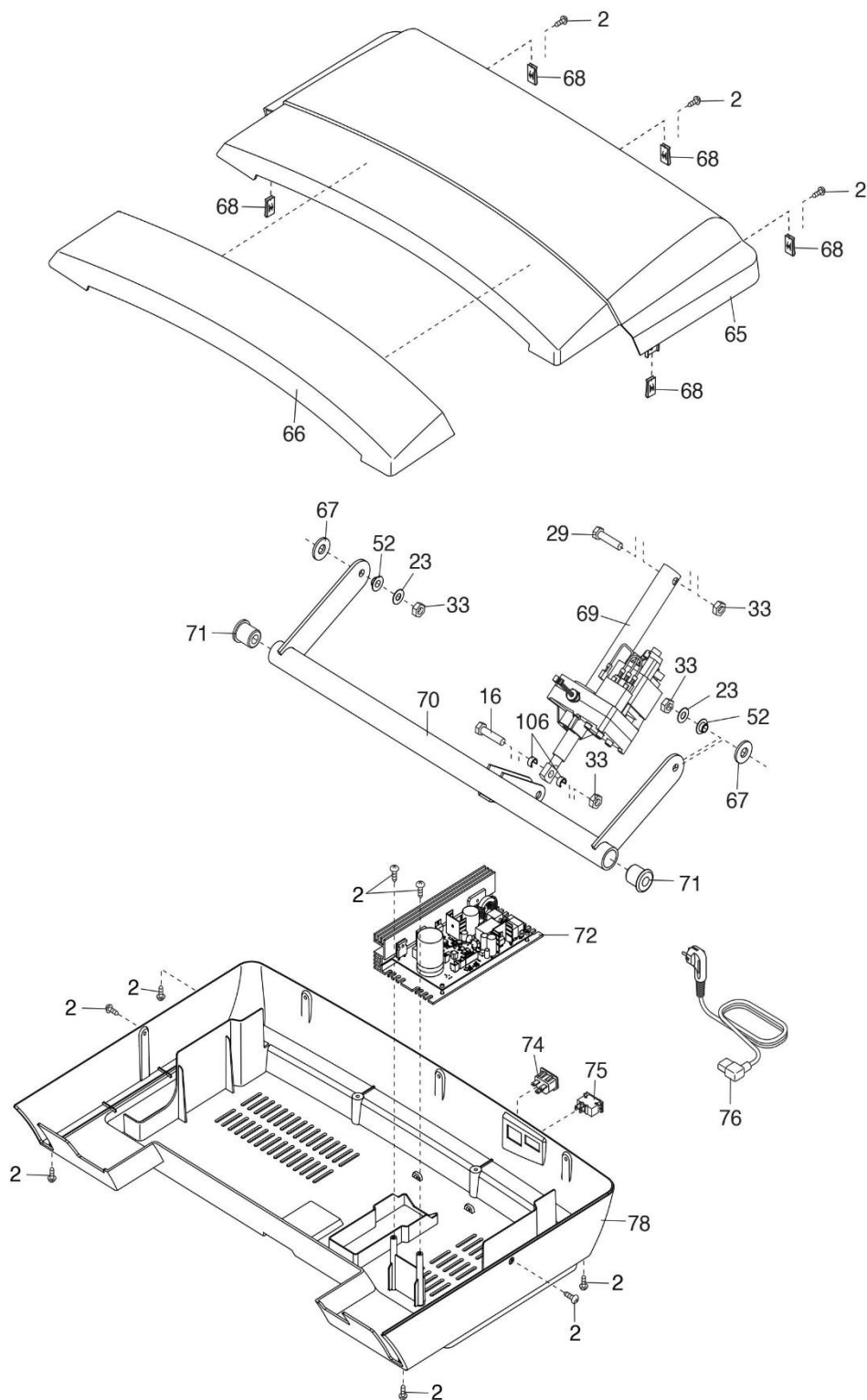


СХЕМА ДЕТАЛЕЙ В

Модель № NETL14819.1 R0819A

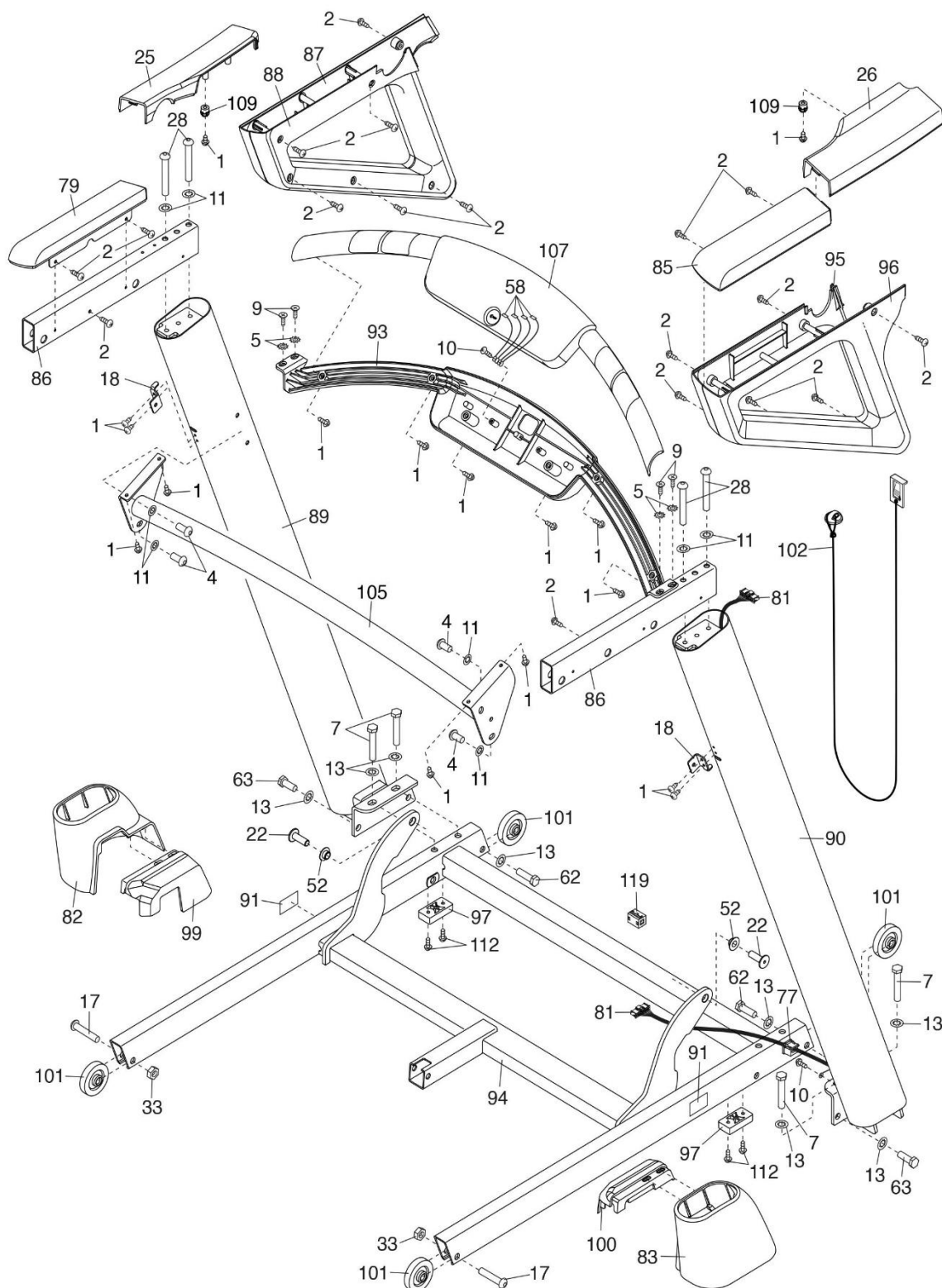
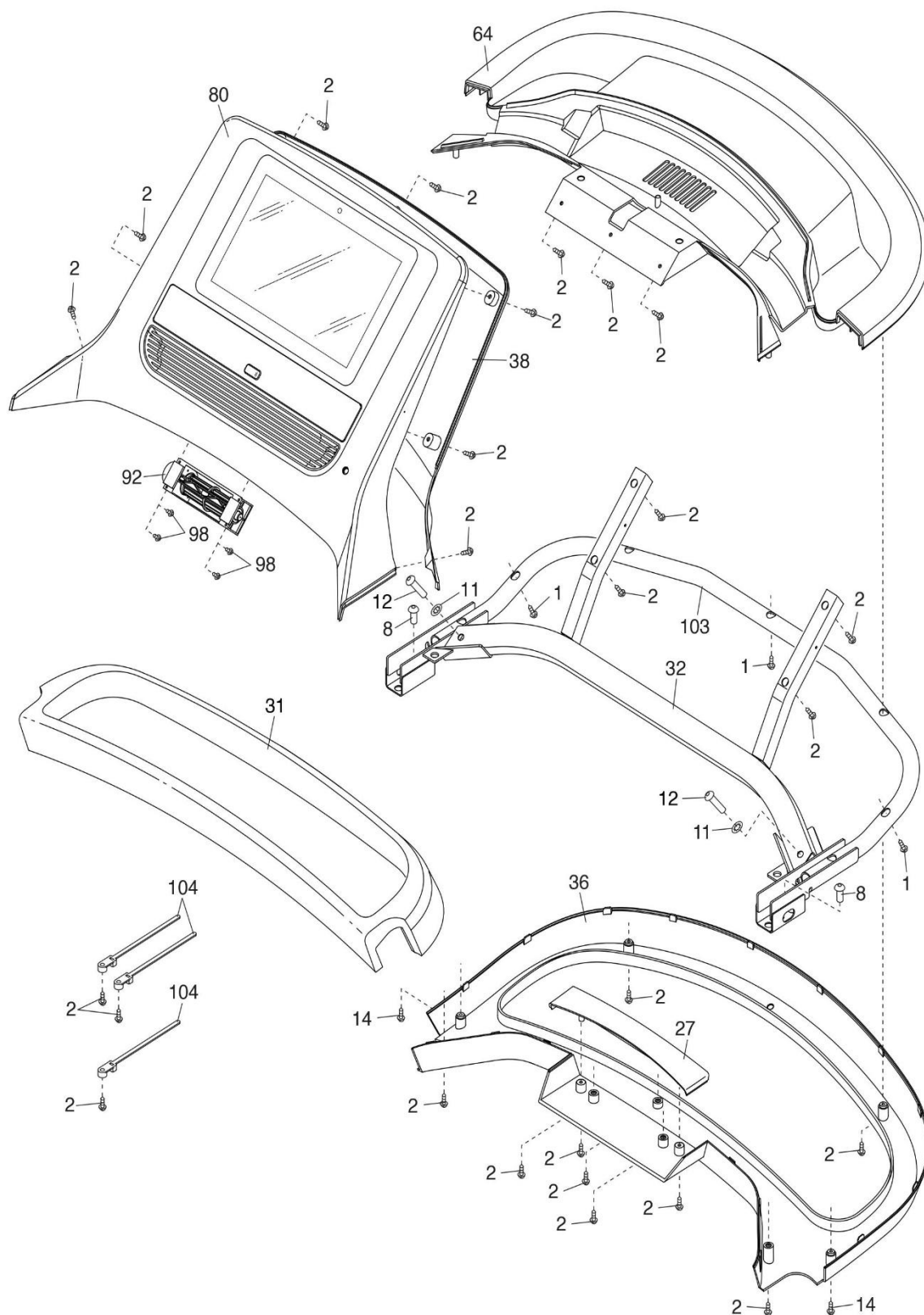


СХЕМА ДЕТАЛЕЙ Г

Модель № NETL14819.1 R0819A



Ексклюзивний представник в Україні:
Група Компаній «Інтер Атлетика»
ТОВ «Фітнес Трейдинг»
Центральний офіс:
08292, Україна, м. Буча, вул. Інститутська, 176
тел./факс: +38 (044) 391-3355, 391-3121

Виставковий центр:
04119, Україна, м. Київ, вул. Мельникова, 48
тел./факс: +38 (044) 592-0033
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com
info@interatletika.com

ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПАСНИХ ДЕТАЛЕЙ

Щоб замовити запасні деталі, див. інформацію на обкладинці даної інструкції. Щоб ми змогли допомогти Вам, будь-ласка, будьте готові надати наступну інформацію, коли будете зв'язуватись з нами:

- номер моделі і серійний номер тренажера (вказані на обкладинці даної інструкції);
- назва тренажера (див. обкладинку даної інструкції);
- номер і опис деталей, які необхідно замінити (див. розділи "ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ" і "СХЕМА ДЕТАЛЕЙ" в кінці даної інструкції).

ІНФОРМАЦІЯ ПРО УТИЛІЗАЦІЮ

Даний тренажер не повинен викидатися разом з іншими побутовими відходами. Щоб зберегти навколишнє середовище, даний прилад після його використання повинен бути утилізований згідно місцевих законів про утилізацію.

Будь ласка, використовуйте авторизовані засоби для утилізації. Виконуючи дані вказівки, Ви допоможете зберегти національні ресурси і покращити Європейські стандарти захисту навколишнього середовища. Якщо Ви потребуєте більше інформації щодо методів утилізації, будь ласка, зв'яжіться з місцевим офісом чи організацією, де Ви придбали цей тренажер.

