

NordicTrack[®] COMMERCIAL 2450

Модель № NTL17221-INT.0

Серія № _____

Впишіть серійний номер у
відведеному вище місці



Етикетка із
серійним
номером

СЕРВІСНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

ВЕЛИКОБРИТАНІЯ

Телефон: 0330 123 1045

3 Ірландії: 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
UNITED KINGDOM

АВСТРАЛІЯ

Телефон: 1800 993 770

E-mail: australiacc@iconfitness.com

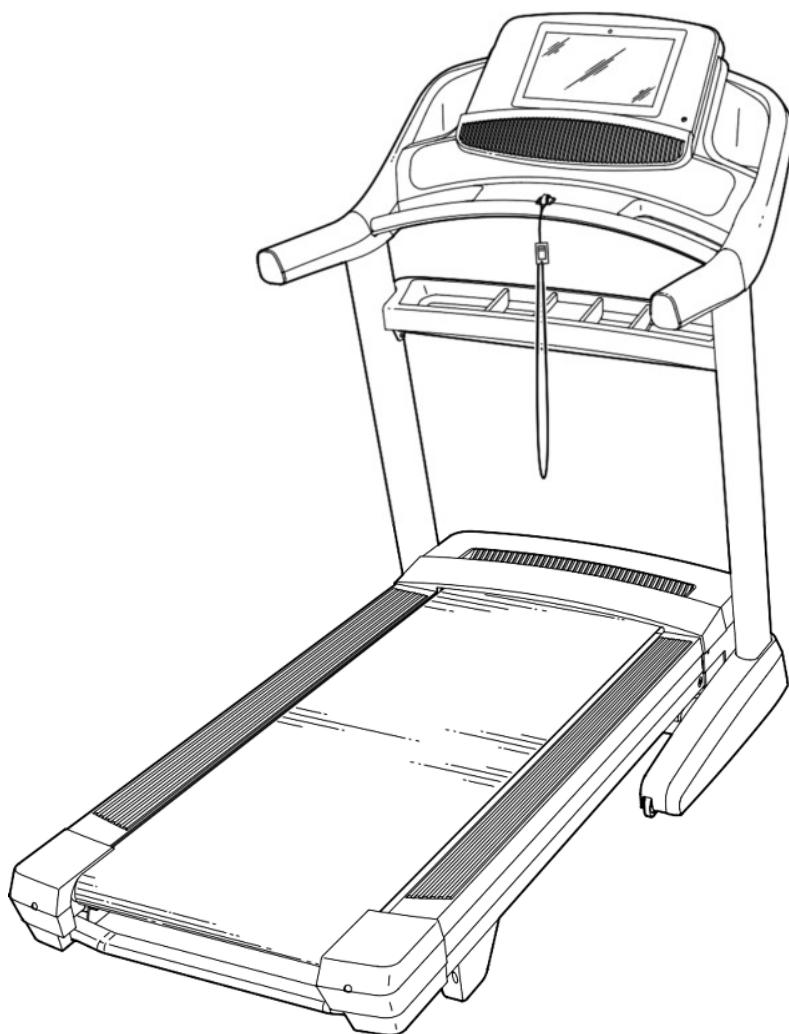
Адреса:

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

УВАГА

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

ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ



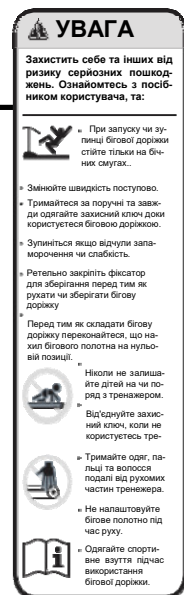
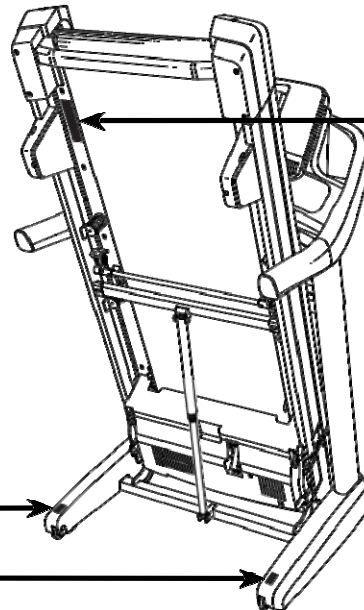
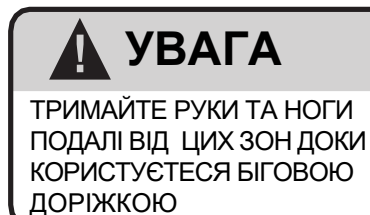
iconeurope.com

ЗМІСТ

РОЗМІЩЕННЯ ЕТИКЕТКИ ІЗ ЗАСТЕРЕЖЕННЯМ.....	2
ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ.....	3
ПЕРЕД ПОЧАТКОМ.....	5
СХЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ ТРЕНАЖЕРА.....	6
МОНТАЖ.....	7
ВИКОРИСТАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ.....	16
ЯК СКЛАДАТИ ТА ПЕРЕСУВАТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ.....	28
ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК.....	29
ПОСІБНИК З ВПРАВ.....	32
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, ознайомтеся із інформацією на передній обкладинці, щоб безкоштовно замовити нову наклейку. Розмістіть 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. Wi-Fi — зареєстрована торгова марка Wi-Fi Alliance. WPA та WPA2 — торгові марки Wi-Fi Alliance. Bluetooth® міжнародна марка логотип — зареєстровані торгові марки Bluetooth SIG, Inc. і використовуються на умовах ліцензії. Google Play та Google Maps — торгові марки Google LLC.

ВАЖЛИВІ ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ



УВАГА: Щоб зменшити ризик серйозних 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 запобіжні заходи.
2. Перед початком тренувань проконсультуйтеся у свого лікаря. Це особливо важливо для осіб від 35 років або осіб, які мають певні 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. Заборонено 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 розміщуйте бігову доріжку в гаражі, на відкритій терасі чи біля води.
7. Встановлюйте тренажер на рівній поверхні. Переконайтеся, що перед тренажером є принаймні 2,4м і по 0,6м з кожної сторони бігової доріжки. Не ставте бігову доріжку на будь-якій поверхні, яка перекриває отвори для повітря. Щоб захистити підлогу або килим від пошкоджень, підстеліть під бігову доріжку мат.
8. Не використовуйте бігову доріжку в приміщеннях де розпилювались аерозолі чи вживається чистий кисень.
9. Не підпускайте дітей віком до 16 років і домашніх улюбленців до тренажера.
10. Біговою доріжкою можуть користуватися особи, вага котрих не перевищує 136кг.
11. На біговій доріжці має знаходитися не більш одного користувача.
12. Під час тренування вдягайте відповідний одяг. Він не має бути надто вільним, оскільки може потрапити в рухомі частини тренажера. Спортивний одяг рекомендований як для чоловіків так і для жінок. Завжди тренуйтеся у спортивному взутті. *Ніколи не займайтеся на босу ногу, у шкарпетках або босоніжках.*
13. При підключенні кабелю живлення (стор. 16), підключіть його до заземленого джерела живлення. Більше нічого не має бути увімкнено до цього джерела. При заміні запобігача в адаптері кабелю живлення використовуйте сертифікований 13 амперний запобігач BS1362.
14. Якщо подовжувач необхідний, використовуйте кабель з поперечним перерізом не менше 1мм² та довжиною не більше 1,5м.
15. Тримайте кабель подалі від поверхонь, що нагріваються.
16. Ніколи не переміщуйте бігове полотно поки воно увімкнено. Також не використовуйте тренажер, якщо пошкоджено дрід або розетку або бігова доріжка не функціонує належним чином (дивіться стор. 29 розділ «ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК», якщо тренажер не функціонує належним чином).
17. Перед тим як використовувати бігову доріжку, уважно прочитайте, зрозумійте та перевірте опцію термінової зупинки (дивіться стор. 18 розділ «ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ»). Під час тренування завжди використовуйте кліпсу.
18. Завжди стійте на бічних смугах під час запуску чи зупинки бігового полотна. Завжди тримайтеся за поручні доки займаєтеся на тренажері.
19. Під час тренування на біговій доріжці, рівень шуму бігової доріжки буде збільшуватись.
20. Під час тренування тримайте пальці, волосся й одяг подалі від рухомих частин тренажера.

21. Бігова доріжка здатна розвивати значну швидкість. Щоб запобігти різких стрибків швидкості, змінійте її поступово.

22. Ніколи не залишайте увімкнену бігову доріжку без нагляду. Завжди від'єднуйте захисний ключ, переводьте перемикач живлення у положення «вимкнено» (дивіться малюнок на стор. 5) та від'єднуйте кабель живлення, коли тренажер не використовується.

23. Не намагайтеся пересувати тренажер доки він не зібраний (стор. 7 «МОНТАЖ», стор. 24 «ЯК СКЛАДАТИ ТА ПЕРЕСУВАТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ»). Для того щоб перемістити бігову доріжку ви повинні мати можливість підняти 20кг ваги. Переконайтеся, що таке навантаження безпечне для вашого здоров'я.

24. При збиранні чи пересуванні бігової доріжки, переконайтеся що фіксатор надійно тримає конструкцію в позиції для зберігання. Не використовуйте бігову доріжку, коли вона складена.

25. Не змінюйте нахил бігової доріжки, підкладаючи під неї предмети.

26. Ніколи не вставляйте будь-які предмети в будь-який отвір на біговій доріжці.

27. Регулярно перевіряйте та затягуйте усі деталі бігової доріжки.

28. НЕБЕЗПЕЧНО:

Завжди від'єднуйте кабель живлення одразу після використання, перед тим як мити бігову доріжку, перед тим як обслуговувати та налаштовувати тренажер згідно з інструкцією. Ніколи не знімайте кожух мотора, тільки якщо вам сказав це зробити офіційний представник сервісного центру. Сервісне обслуговування, не вказане у цій інструкції, має проводитися тільки у офіційному сервісному центрі.

29. Надмірно виснажливі тренування можуть призвести до серйозних травм чи, навіть, смерті. Якщо ви відчуваєте слабкість або біль, негайно зупиніть тренування та відпочиньте.

30. ВАЖЛИВО: Для того, щоб відповідати нормам захисту від опромінення, антена та передавач в консолі не повинні знаходитися поблизу, бути під'єднанні до будь-якої іншої антени чи передавача та мають бути на відстані не менш 20см від усіх людей.

ЗБЕРЕЖІТЬ ЦІ ПРАВИЛА

ПЕРЕД ПОЧАТКОМ

Дякуємо вам за вибір революційної бігової доріжки NORDICTRACK® COMMERCIAL 2450. Даний тренажер пропонує широкий набір функцій, спеціально розроблених для задоволення ваших потреб під час тренувань і для того, щоб зробити тренування вдома ефективнішими та приємнішими. Коли ви не тренуєтеся, цю унікальну бігову доріжку можна скласти та вона буде займати вдвічі менше місця на підлозі, ніж інші бігові доріжки.

Задля вашої безпеки рекомендуємо уважно прочитати цю інструкцію, перш ніж починати

тренування. Якщо після її прочитання у вас виникли запитання, ознайомтеся з інформацією на передній обкладинці цієї інструкції. Для ефективного обслуговування тренажера перед зверненням до сервісного центру випишіть номер моделі та серійний номер. Номер моделі та місце розташування етикетки із серійним номером показані на передній обкладинці цієї інструкції.

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

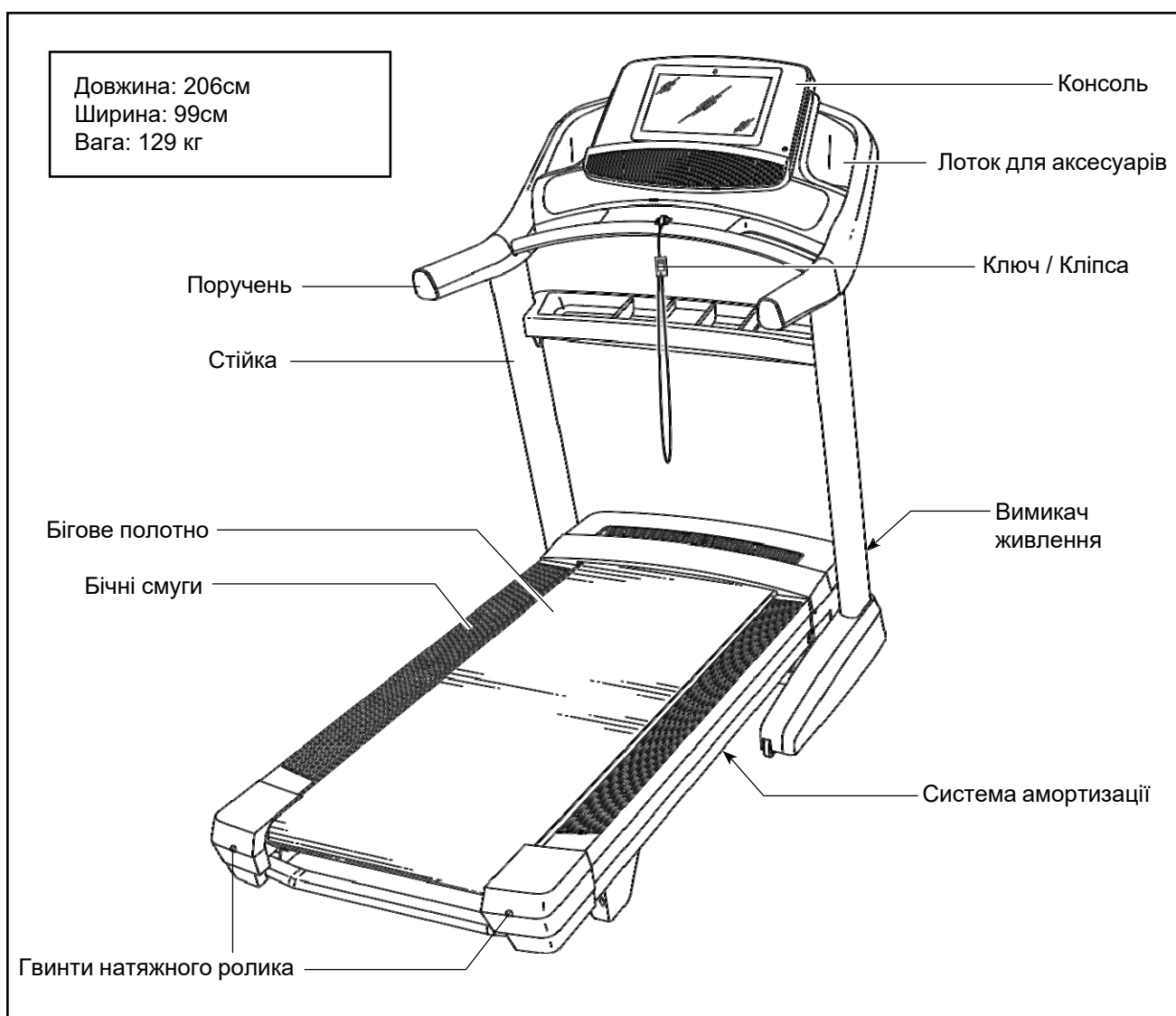
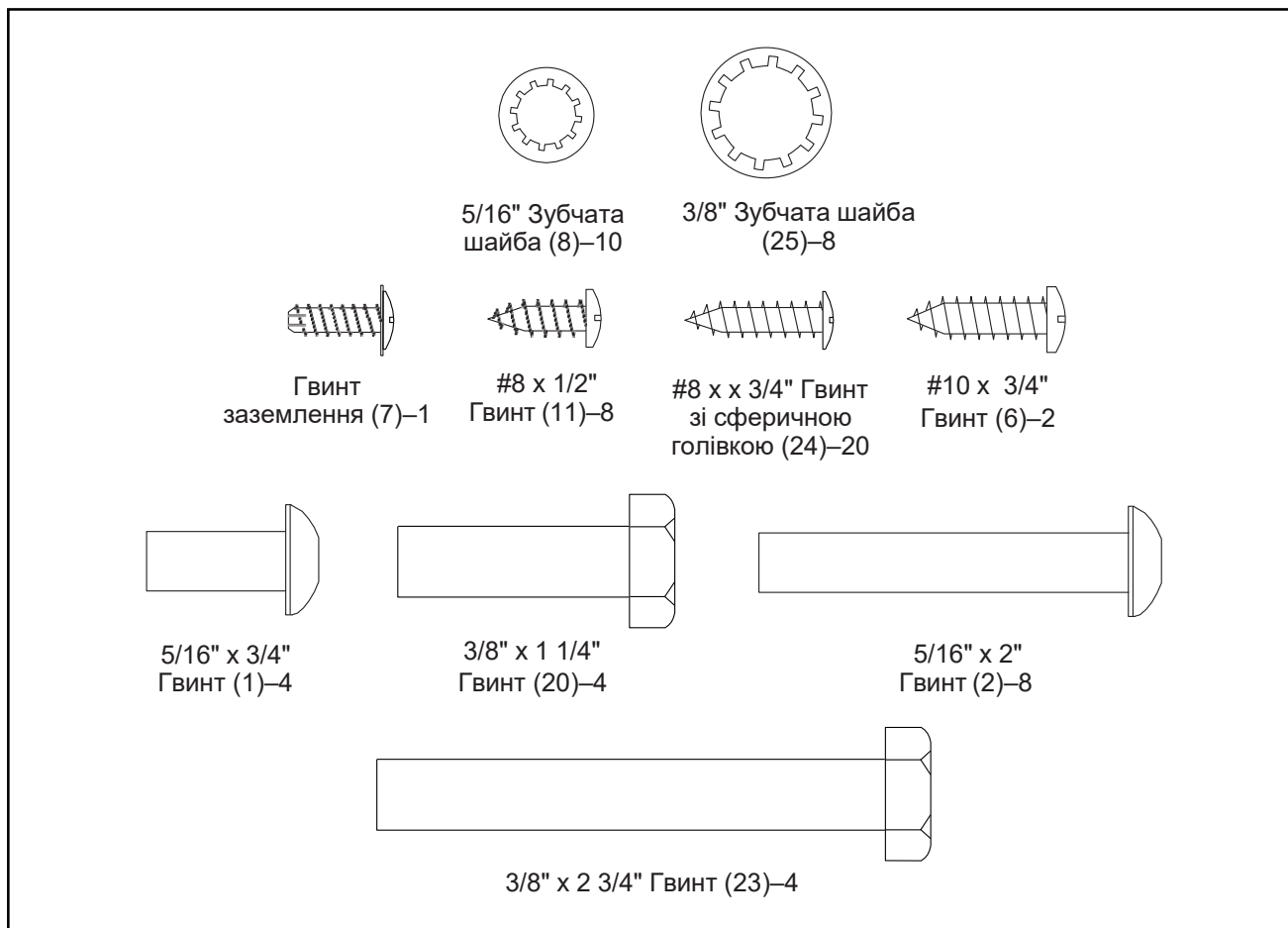


СХЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ ТРЕНАЖЕРА

Для визначення деталей тренажера використовуйте малюнок 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

- Монтаж тренажера мають виконувати 2 людини.
- Звільніть достатньо місця в кімнаті, розкладіть і розпакуйте всі деталі тренажера. Не викидайте пакувальні матеріали до завершення всіх етапів монтажу.
- Після відвантаження, можлива наявність масляної субстанції на зовнішній частині бігової доріжки. Це нормально. Якщо вона є на тренажері, витріть субстанцію м'якою тканиною та м'яким, неабразивним засобом для прибирання.
- Щоб визначити дрібні деталі, дивіться стор. 6.

- Деталі лівої сторони позначені "L" або "Left", а правої сторони — "R" або "Right".

- Для монтажу необхідні наступні інструменти:

шестигранний ключ



розвідний ключ



хрестова викрутка

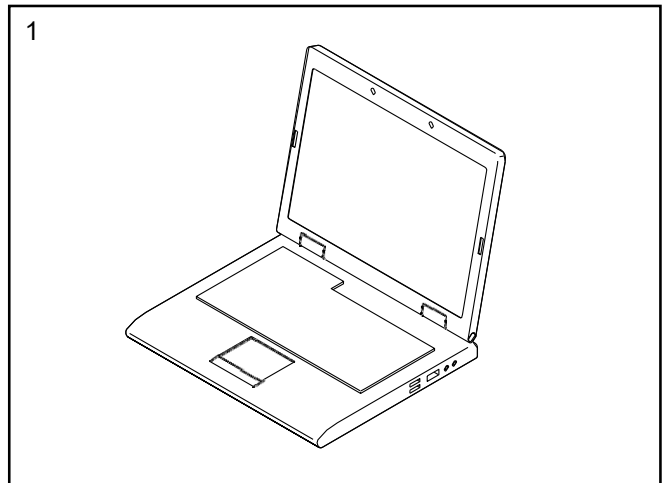


Щоб уникнути пошкодження деталей, не використовуйте електроінструменти.

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 (дивіться передню обкладинку цієї інструкції).

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

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

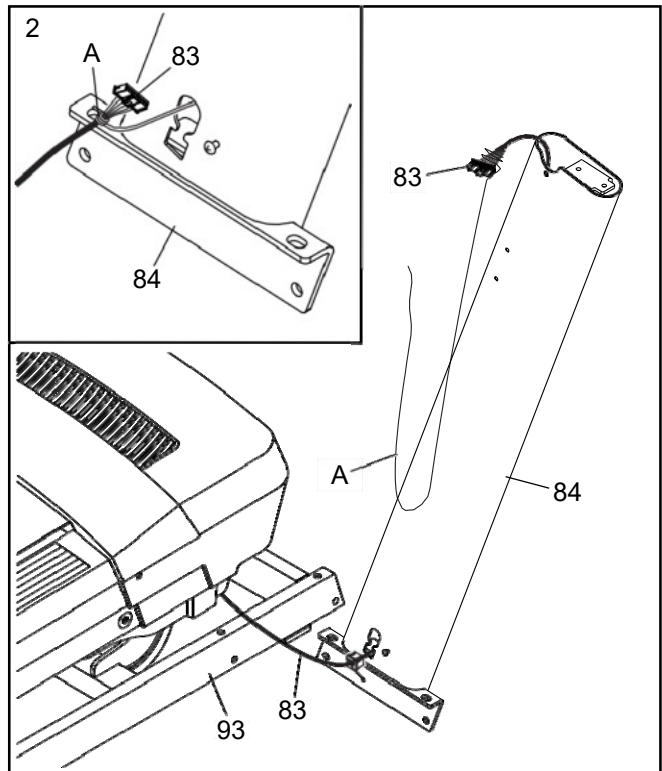


2. Переконайтеся, що кабель живлення витягнутий з розетки.

Видаліть стяжку, що прикріплює Кабель стійки (83) до передньої частини Основи (93).

Наступним кроком, визначте Праву стійку (84). Ваш помічник повинен тримати Праву стійку (84) біля Основи (93).

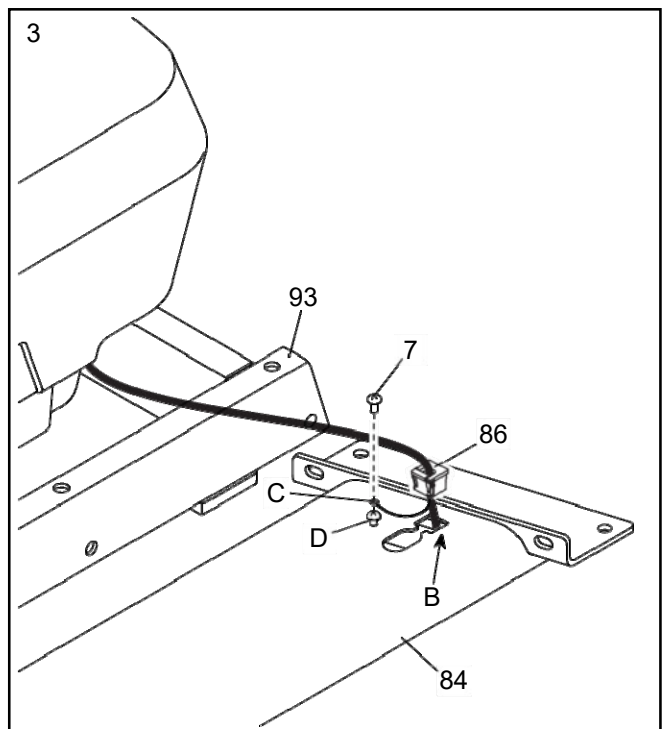
Дивіться ілюстрацію справа. Міцно обмотайте допоміжний дріт (А) у Правій стійці (84) навколо кінця Кабелю стійки (83). Потім, вставте Кабель стійки в нижню частину Правой стійки та потягніть інший кінець допоміжного дроту, доки Кабель стійки повністю не пройде через Праву стійку.



3. Розмістіть Праву стійку (84) біля Основи (93). Вставте Квадратну втулку (86) в квадратний отвір (В) в Правій стійці. Переконайтеся, що ви не перетиснули дріт заземлення (С).

Якщо в Правій стійці (84) вже встановлено гвинт (D), видаліть і викиньте його.

Потім, за допомогою Гвинта заземлення (7) прикрутіть дріт заземлення (С) до Правой стійки (84).

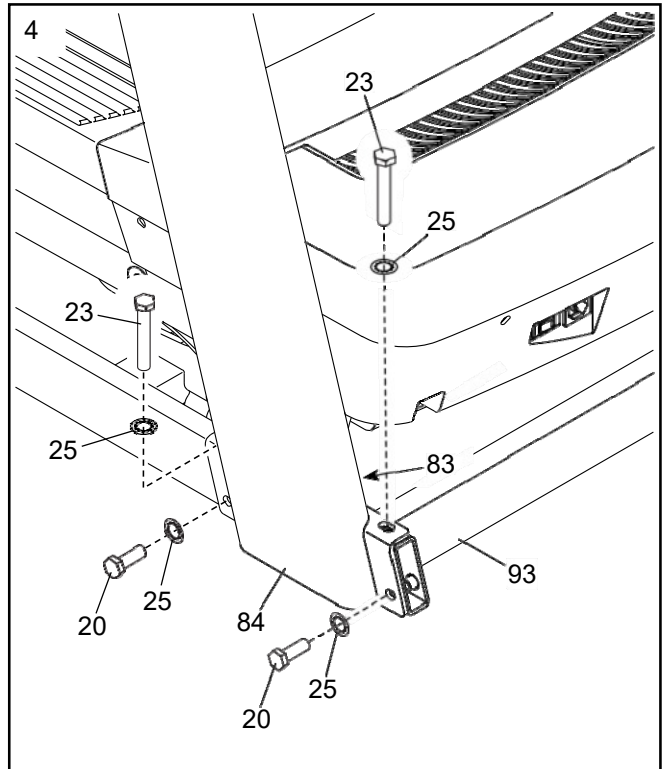


4. Притисніть Праву стійку (84) до Основи (93).
Переконайтеся, що ви не перетиснули Кабель стійки (83).

За допомогою двох 3/8" x 2 3/4" Гвинтів (23), двох 3/8" x 1 1/4" Гвинтів (20) та чотирьох 3/8" Зубчатих шайб (25) прикрутіть Праву стійку (84), як показано на малюнку.

Поки що не затискайте гвинти повністю.

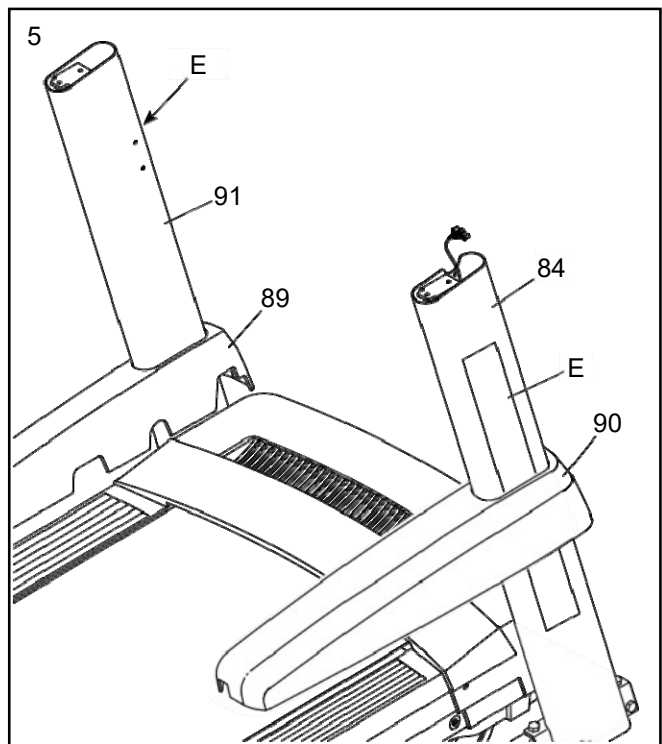
Прикрутіть Ліву стійку (не показано) таким же чином. Примітка: в Лівій стійці немає дротів.



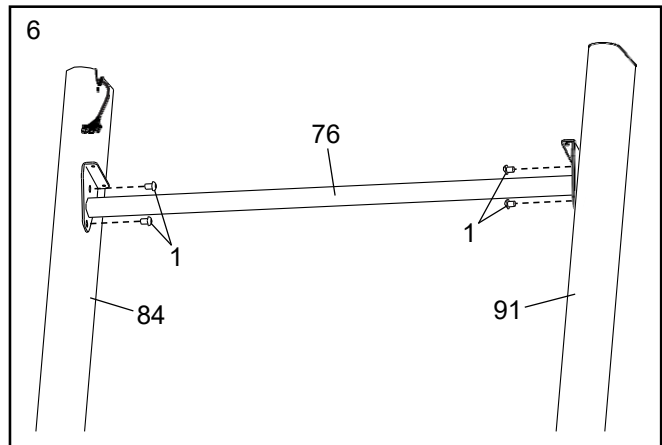
5. Визначте Праву та Ліву накладку основи (89, 90).

Протягніть Ліву накладку основи (89) по Лівій стійці (91) та Праву накладку основи (90) по Правій стійці (84). Натисніть на Накладки основи зверху, але **поки що не встановлюйте їх до кінця**.

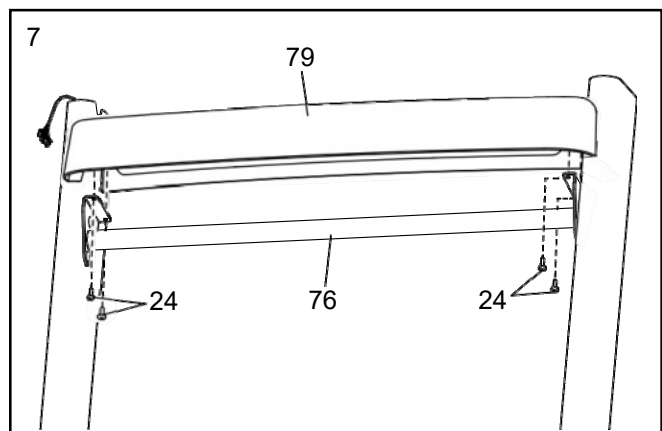
Якщо плівка (E) закриває наліпку на кожній Стійці (84, 91), обережно видаліть плівку.



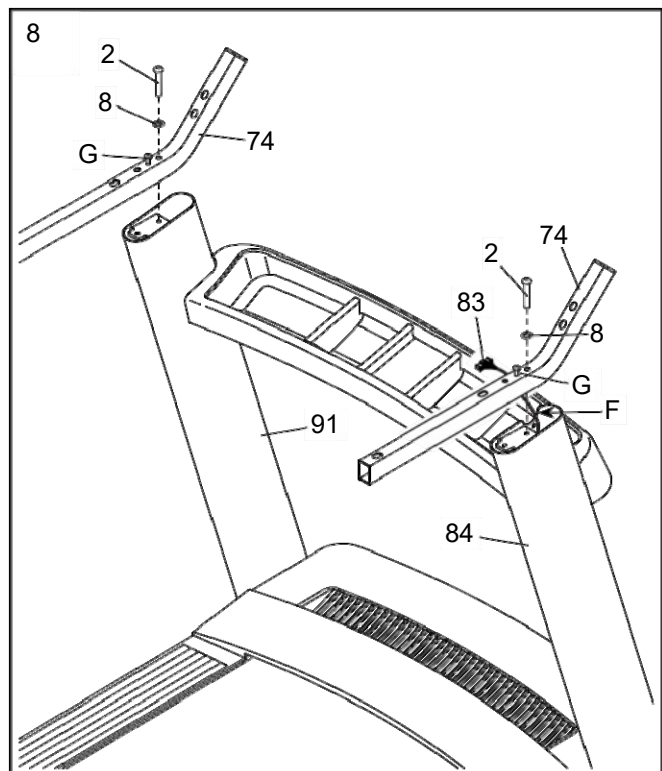
6. Обережно просуньте Розпірку стійок (76) між Правою та Лівою стійками (84, 91). Прикрутіть Розпірку стійок за допомогою чотирьох 5/16" x 3/4" Гвинтів (1). **Наживіть всі чотири гвинти, а потім затягніть їх.**



7. Прикрутіть Лоток (79) до Розпірки стійок (76) за допомогою чотирьох #8 x 3/4" Гвинтів зі сферичною голівкою (24). **Наживіть всі чотири гвинти, а потім затягніть їх.**



8. Прикрутіть два Поручня (64) до Правої та Лівої стійок (84, 91) за допомогою двох 5/16" x 2" Гвинтів (2) та двох 5/16" Зубчатих шайб (8). **Поки що не затягуйте Гвинти повністю. Виконуйте операцію обережно, щоб не затиснути Кабель стійки (83) по правій стороні. Розмістіть Кабель стійки (83) у виїмці (F), як показано на малюнку.**

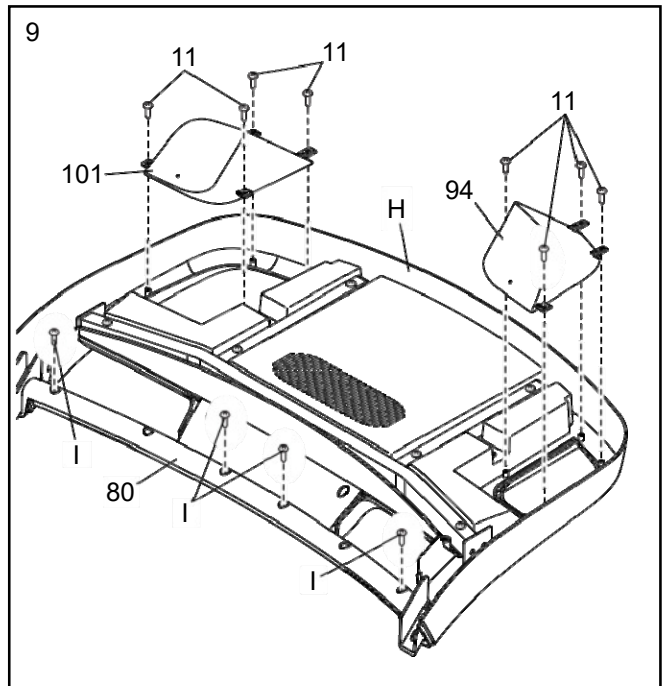


Потім, відгвинтіть і викиньте позначені гвинти (G).

9. Розмістіть зібрану консоль (Н) дисплеєм до-
низу на м'якій поверхні, щоб уникнути по-
дряпання консолі.

Відгвинтіть і викиньте 4 зазначені гвинти (І).
Потім, зніміть Поперечну дугу (80).

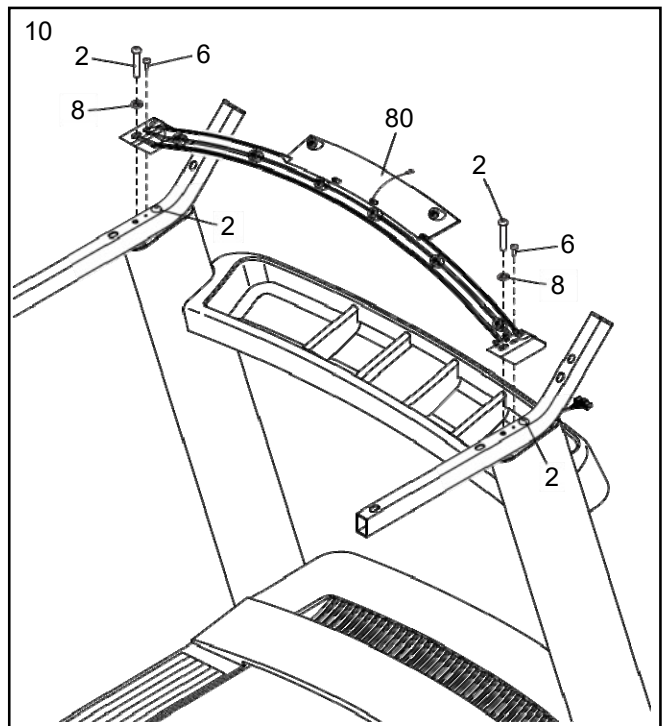
Наступним кроком, визначте Правий і Лівий
лотки (94, 101). Пригвинтіть лотки до зібра-
ної консолі (Н) за допомогою восьми #8 x
1/2" Гвинтів (11). **Не перезатягуйте Гвинти.**



10. **ВАЖЛИВО:** Щоб запобігти пошкодженню
Поперечної дуги (80), не використовуйте
електроінструменти та не перезатягуйте
#10 x 3/4" Гвинти (6) та 5/16" x 2" Гвинти
(2).

Поверніть Поперечну дугу (80), як показано
на малюнку. Пригвинтіть Поперечну дугу за
допомогою двох 5/16" x 2" Гвинтів (2), двох
5/16" Зубчатих шайб (8) і двох #10 x 3/4"
Гвинтів (6). **Наживіть всі чотири гвинти, а
потім затягніть їх.**

Наступним кроком, затягніть інші два
5/16" x 2" Гвинти (2).

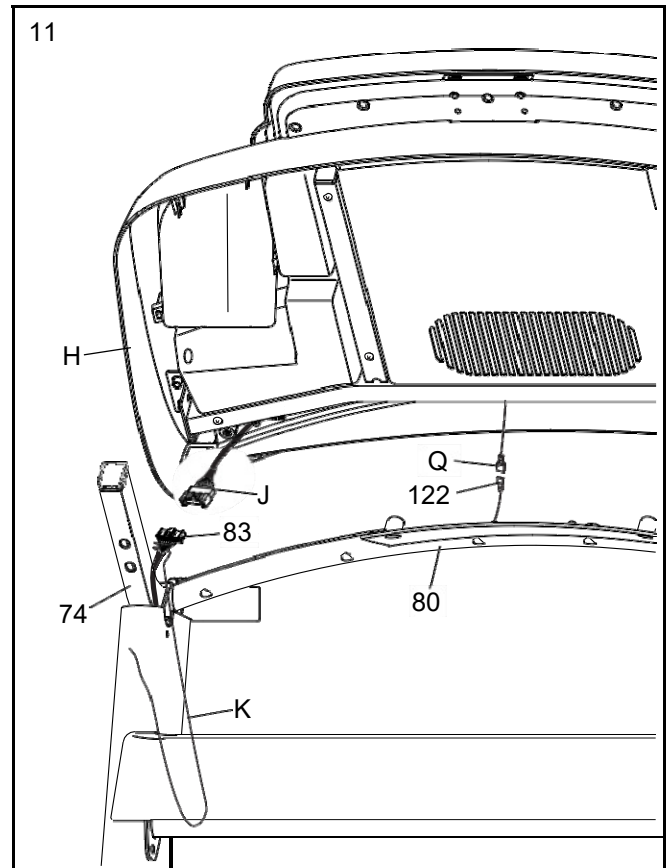


11. Разом із помічником, розмістіть зібрану консоль (Н) біля Поручнів (74).

З'єднайте дрід заземлення (Q) зібраної консолі (Н) та Дрід заземлення консолі (122) на Поперечній дузі (80).

Потім, з'єднайте Кабель стійки (83) з кабелем консолі (J). **Конектори повинні легко увійти один в один та зафіксуватись.** Якщо цього не відбулося, поверніть один конектор і спробуйте ще раз.

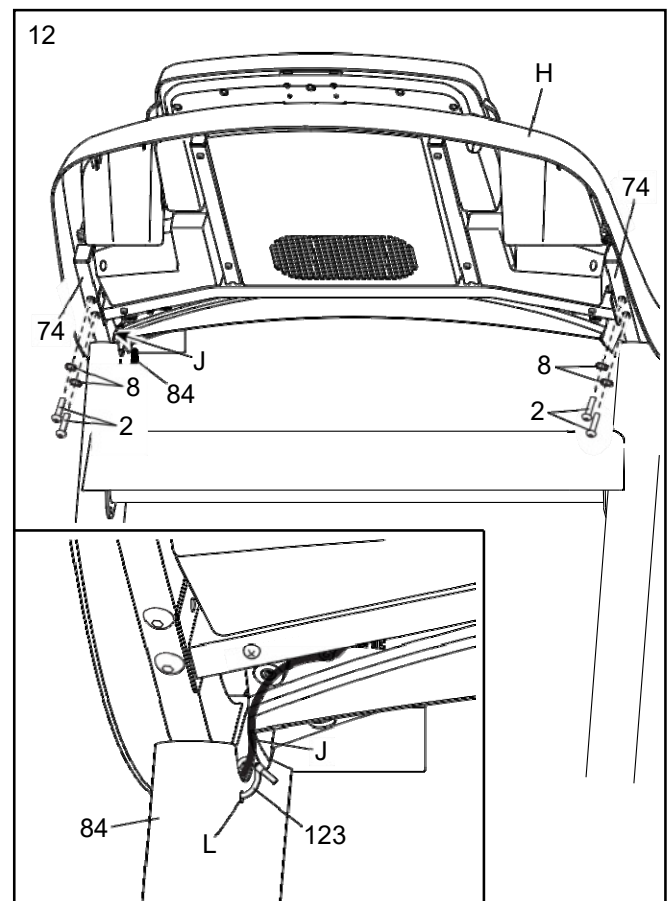
Наступним кроком, відв'яжіть допоміжний дрід (K) від Кабелю стійки (83).



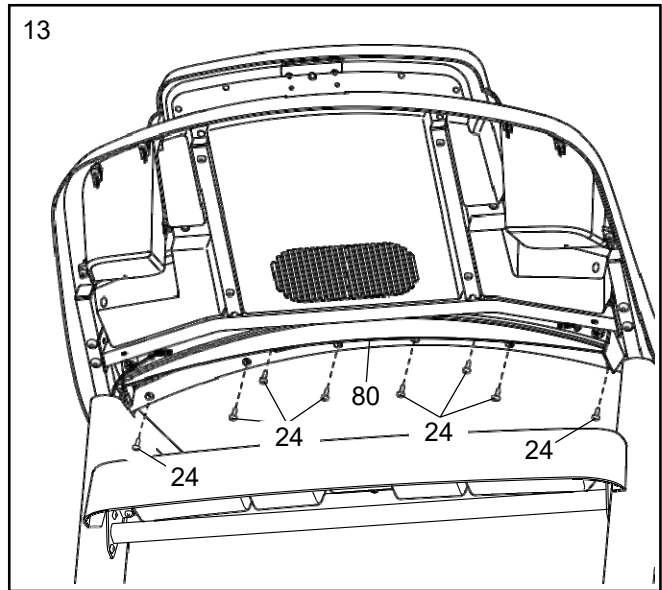
12. Пригвинтіть зібрану консоль (Н) до Поручнів (74) за допомогою чотирьох 5/16" x 2" Гвинтів (2) та чотирьох 5/16" Зубчатих шайб (8). **Наживіть всі чотири гвинти, а потім затягніть їх. Виконуйте операцію обережно, щоб не затиснути дроти (J).**

Дивіться ілюстрацію внизу малюнку. Розмістіть дроти (J) у верхній частині Правой стійки (84).

Потім, визначте Стяжку дроту (123), що входить до комплекту тренажера. Протягніть Стяжку дроту (123) через маленький отвір (L) збоку Правой стійки (84). Наступним кроком, затягніть Стяжку дроту навколо дротів (J) та відріжте кінець Стяжки дроту.



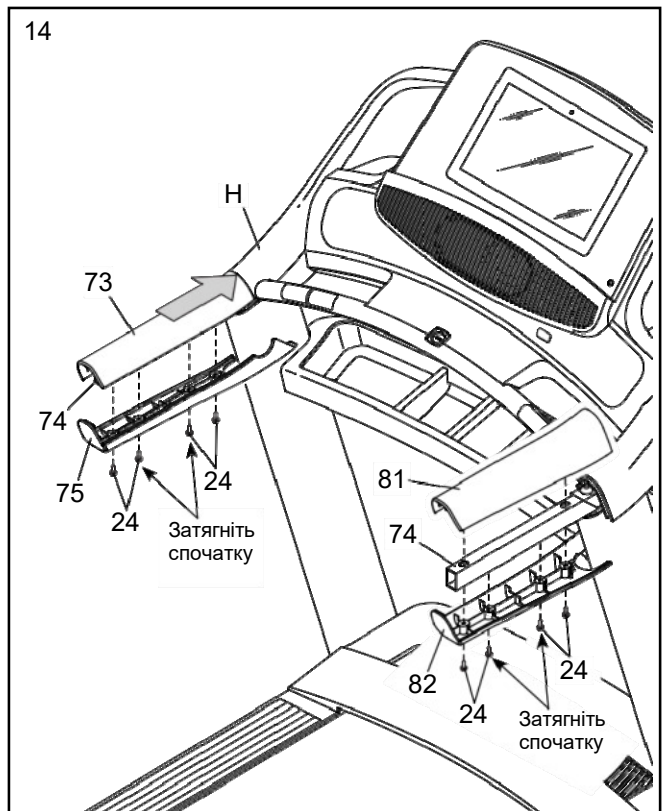
13. Наживіть вісім #8 x 3/4" Гвинтів зі сферичною голівкою (24) на Поперечній дузі (80), а потім затягніть їх. **Не перезатягуйте Гвинти зі сферичною голівкою.**



14. Розмістіть Верхню накладку лівого поручня (73) на лівому Поручні (74). Потім, наживіть чотири #8 x 3/4" Гвинти зі сферичною голівкою крізь Нижню накладку лівого поручня (75), лівий Поручень і Верхню накладку лівого поручня.

Потім, насуньте Верхню та Нижню накладки лівого поручня (73, 75) на зібрану консоль (Н), як показано на малюнку. Затягніть спочатку два #8 x 3/4" Гвинти зі сферичною голівкою (24) всередині. Потім, затягніть інші два Гвинти зі сферичною голівкою.

Зафіксуйте Верхню та Нижню накладки правого поручня (81, 82) на правому Поручні (74) таким же чином.

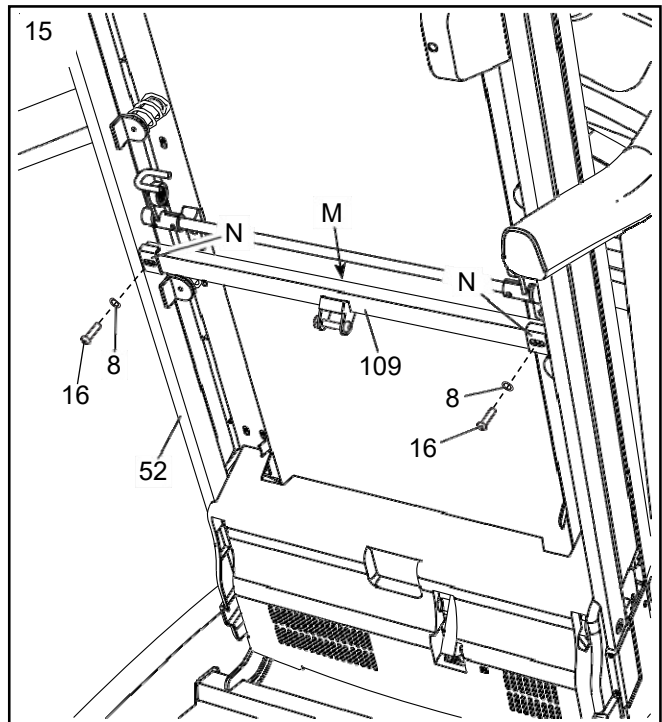


15. Підніміть Раму (52) до вертикального положення. **Ваш помічник повинен тримати Раму, доки ви не закінчите Крок 17.**

Видаліть два 5/16" x 1 1/4" Гвинти (16) з Фіксуєючої планки (109).

Встановіть Фіксуєючу планку (109), як показано на малюнку. **Переконайтеся, що наліпка "This side toward belt" (Цією стороною до полотна) розміщена зі сторони бігового полотна.**

Прикрутіть Фіксуєючу планку (109) до петель (N) на Рамі (52) за допомогою двох 5/16" x 1 1/4" Гвинтів (16) і двох 5/16" Зубчатих шайб (8).

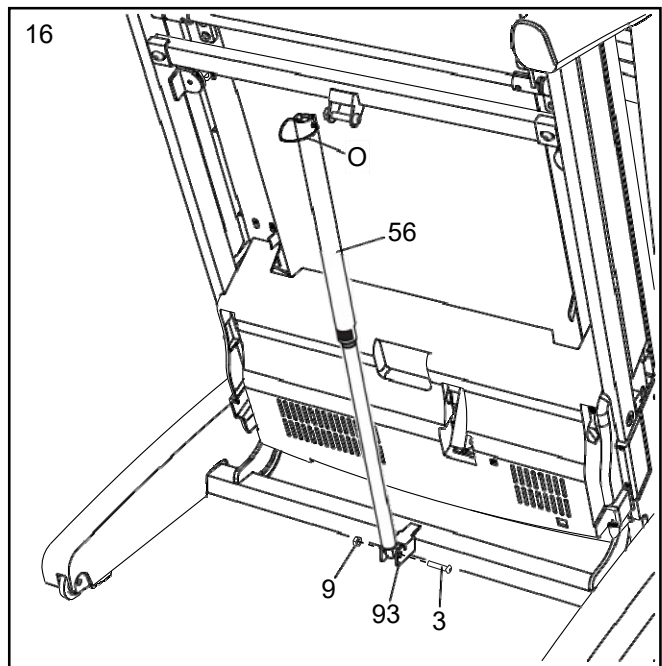


16. Відкрутіть 5/16" Гайку (9) та 5/16" x 1 3/4" Болт (3) з петлі на Основі (93).

Потім, встановіть Фіксатор для зберігання (56), як показано на малюнку.

Прикрутіть нижній кінець Фіксатора для зберігання (56) до петлі на Основі (93) за допомогою 5/16" x 1 3/4" Болта (3) та 5/16" Гайки (9).

Наступним кроком, підніміть Фіксатор для зберігання (56) у вертикальне положення та зніміть стяжку (O).

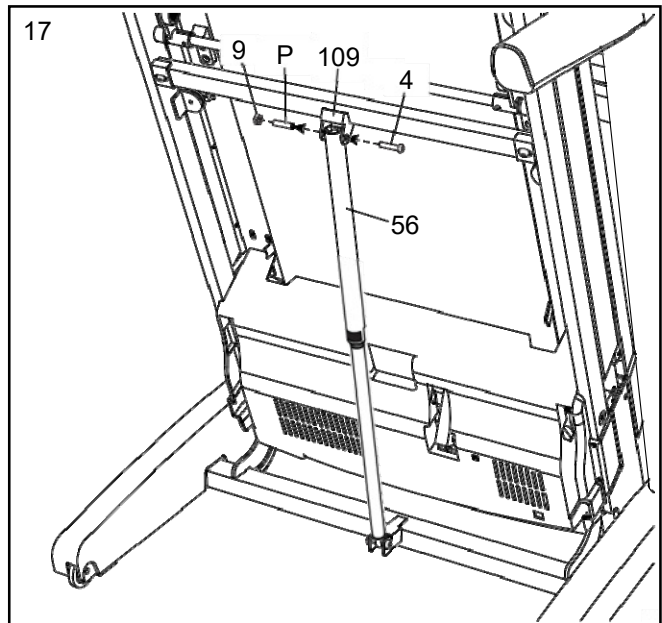


17. Відкрутіть 5/16" Гайку (9) та 5/16" x 2 1/4" Болт (4) з петлі на Фіксуєчій планці (109).

Потім, розмістіть верхній кінець Фіксатора для зберігання (56) у петлі на Фіксуєчій планці (109) та вставте 5/16" x 2 1/4" Болт (4) у петлю та проведіть його наскрізь через отвір у Фіксаторі для зберігання. **Це виштовхне заглушку (Р) з Фіксатора для зберігання. Викиньте заглушку.**

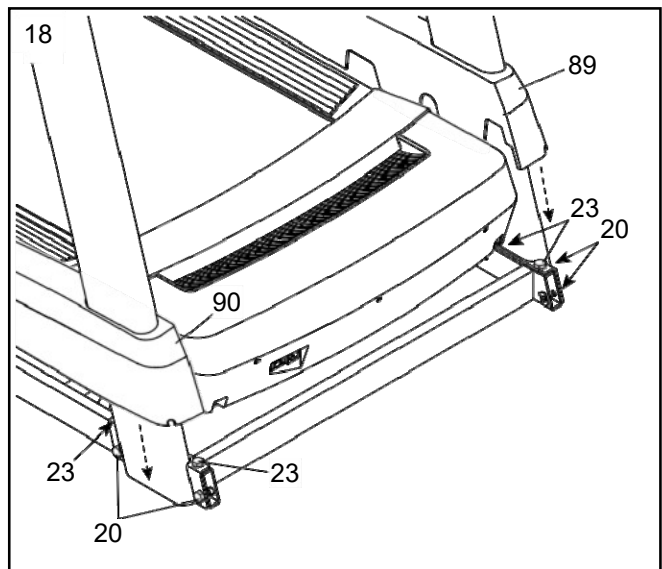
Наступним кроком, затягніть 5/16" Гайку (9) та 5/16" x 2 1/4" Болт (4). **Не перезатягуйте Гайку. Фіксатор для зберігання повинен мати можливість рухатись.**

Потім, опустіть Раму (52) (дивіться розділ «РОЗКЛАДАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ» на стор. 28).



18. Надійно затягніть чотири 3/8" x 2 3/4" Гвинти (23) та чотири 3/8" x 1 1/4" Гвинти (20).

Потім, протягніть Ліву та Праву накладки основи (89, 90) донизу, доки вони не зафіксуються на своєму місці.



19. **Перед використанням бігової доріжки необхідно переконаватися, що всі деталі надійно закріплені.** Якщо є пластикові плівки на наліпках, зніміть плівки. Щоб захистити підлогу чи килим, підкладіть мат під бігову доріжку. Для запобігання пошкодження консолі, тримайте бігову доріжку подалі від прямих сонячних променів. Тримайте шестигранні ключі з комплекту у надійному місці. Один із цих ключів використовується для регулювання бігового полотна (дивіться стор. 30). Примітка: Може комплектуватися додатковими деталями.

ВИКОРИСТАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ

Цей тренажер повинен бути заземлений. При несправності чи поломці, заземлення забезпечує шлях відводу електричного струму для зменшення ризику ураження електричним струмом. Бігова доріжка має кабель із заземлювальним провідником і вилкою, які мають контакт для заземлення.

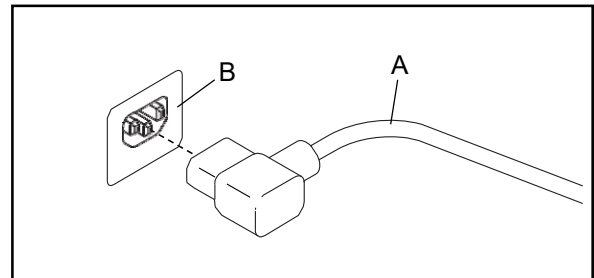
ВАЖЛИВО: Якщо кабель живлення пошкоджено, замініть його на інший, рекомендований виробником.



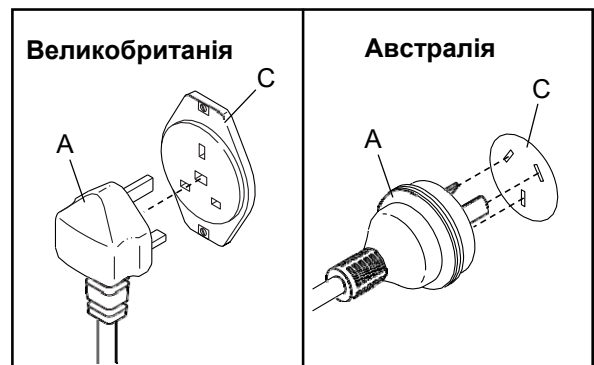
НЕБЕЗПЕЧНО: Неправильне підключення заземлюючого провідника може призвести до виникнення ризику ураження електричним струмом. Проконсультуйтеся з кваліфікованим електриком або людиною, що займається обслуговуванням електрообладнання, якщо у вас є сумніви щодо того, що продукт правильно заземлений. Не змінюйте електричну вилку, що поставляється у комплекті з тренажером, якщо вона не входить у електричну розетку, то вам потрібно знайти відповідну розетку чи перехідник.

Виконайте наступні дії, щоб підключити кабель живлення.

1. Увімкніть вказаний кінець кабелю живлення (A) в роз'єм (B) на біговій доріжці.



2. Підключіть інший кінець кабелю живлення (A) у відповідну розетку (C), яка правильно встановлена та заземлена відповідно до всіх місцевих норм і правил.



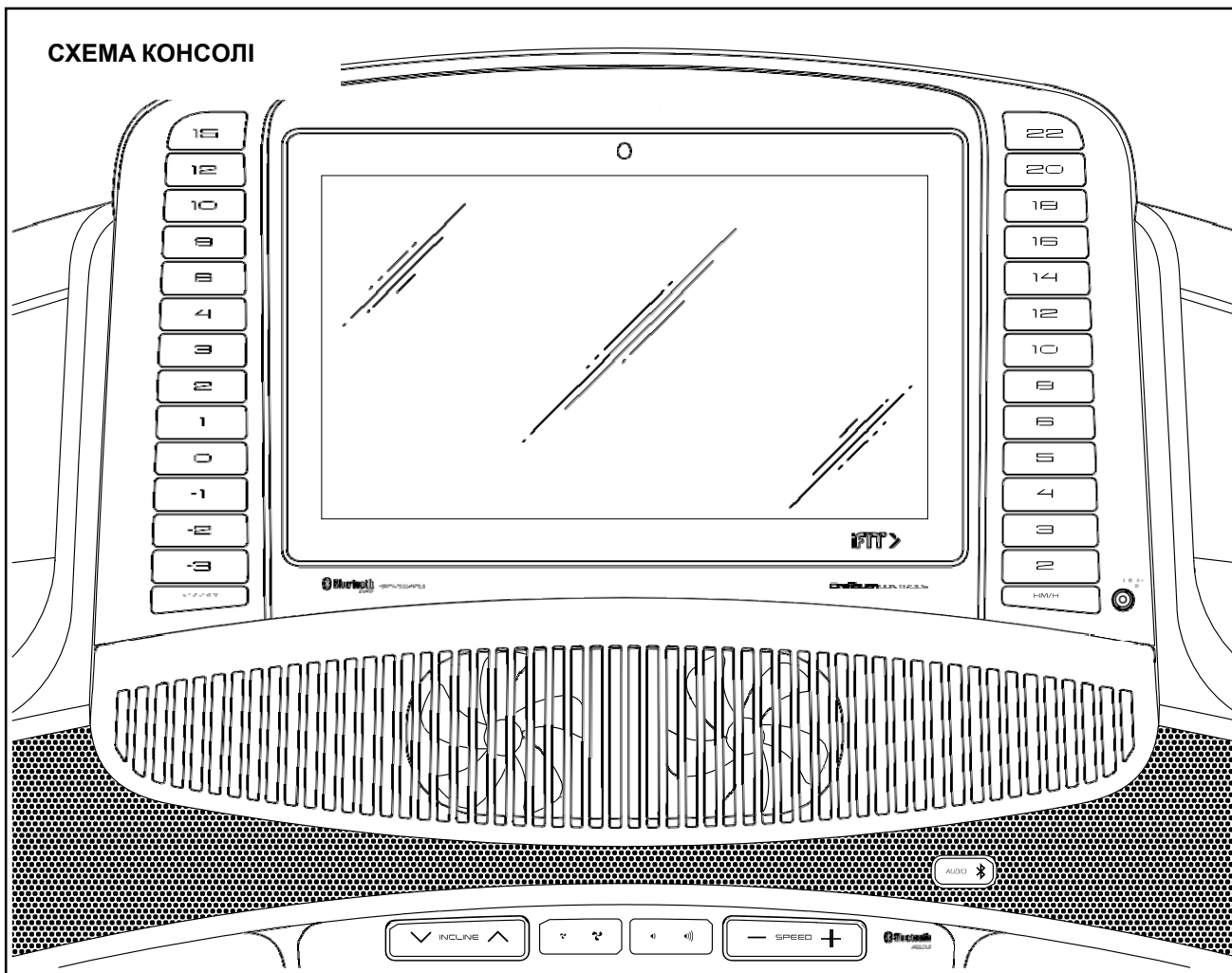


СХЕМА КОНСОЛІ

ХАРАКТЕРИСТИКИ КОНСОЛІ

Удосконалена консоль бігової доріжки пропонує безліч функцій, покликаних зробити ваші тренування більш ефективними та приємними.

Консоль має бездротову технологію, яка дозволяє консолі підключатися до iFit. З iFit ви можете отримати доступ до великої та різноманітної бібліотеки тренувань, створювати власні тренування, відстежувати результати своїх тренувань і отримати доступ до багатьох інших функцій.

При використанні ручного режиму, ви можете змінювати швидкість і нахил бігової доріжки лише одним натисканням кнопки. Під час тренувань консоль миттєво відображає актуальну інформацію. Також ви можете виміряти свій пульс за допомогою сумісного пульсометра. **Для того, щоб більше дізнатися про використання бездротового нагрудного кардіопоясу, дивіться стор. 27.**

Також на консолі є вибір тренувань. Кожне тренування автоматично контролює швидкість і нахил бігової доріжки, оскільки це робить ваше заняття ще більш ефективним.

Крім того, під час заняття ви можете прослуховувати улюблену музику чи аудіокниги.

Як увімкнути живлення — дивіться стор. 18.

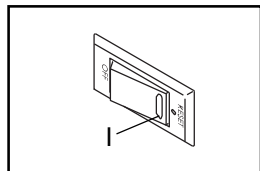
Як користуватися сенсорним екраном — дивіться стор. 18.

Як налаштувати консоль — дивіться стор. 19.

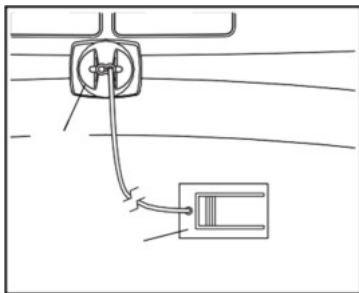
ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ

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 (стор. 16). Потім знайдіть кнопку живлення на рамі бігової доріжки, що знаходиться поруч з кабелем живлення. Переключіть перемикач живлення в нульову позицію (I).



Потім встаньте на бічні смуги бігової доріжки. Знайдіть кліпсу (J), прикріплену до ключа (K), та закріпіть кліпсу на одязі. Потім вставте ключ до консолі.



Примітка: Може знадобитися деякий час, перш ніж консоль буде готова до використання.

ВАЖЛИВО: У разі надзвичайної ситуації ключ зміститься зі свого місця на консолі, в результаті чого, бігове полотно сповільниться до повної зупинки. Перевірте кліпсу, обережно зробивши кілька кроків назад; якщо ключ залишається на своєму місці, відрегулюйте її положення.

Примітка: Консоль може відображати швидкість і відстань у милях або кілометрах. Щоб дізнатись, яку одиницю виміру вибрано, дивіться розділ «ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ» на стор. 24.

ВИКОРИСТАННЯ СЕНСОРНОГО ЕКРАНА

Консоль має повнокольоровий сенсорний екран. Наведена нижче інформація допоможе вам ознайомитися з його новітньою технологією:

- Консоль працює так само, як інші планшети. Ви можете переміщати чи проводити пальцем по екрану, щоб перемістити певні зображення (дивіться крок 5 на стор. 20). Однак ви не можете збільшувати чи зменшувати масштаб, ковзаючи пальцями по екрану.
- Екран не чутливий до тиску. Не потрібно сильно на нього давити.
- Торкніться текстового поля, щоб ввести інформацію. Щоб використовувати цифри чи інші символи, торкніться на клавіатурі кнопки «?123». Щоб переглянути більше символів, торкніться кнопки «~[<». Торкніться кнопки «?123» ще раз, щоб повернутися до цифрової клавіатури. Щоб повернутися до літерної клавіатури, торкніться кнопки «ABC». Щоб зробити велику літеру, торкніться кнопки зі стрілкою вгору. Щоб використати кілька великих літер, натисніть і утримуйте кнопку зі стрілкою. Щоб повернутися до маленьких літер, знову торкніться кнопки зі стрілкою. Щоб видалити останній символ, торкніться кнопки зі стрілкою, спрямованою назад і символу «X».

НАЛАШТУВАННЯ КОНСОЛІ

Перед тим як вперше використовувати бігову доріжку, необхідно налаштувати консоль.

1. Підключіться до бездротової мережі.

Щоб отримати доступ до Інтернету, завантажити тренування iFit і використовувати деякі інші функції консолі, тренажер повинен бути підключен до бездротової мережі. Дотримуйтеся підказок на екрані, щоб підключити консоль.

2. Налаштування параметрів.

Для того, щоб консоль показувала необхідну одиницю вимірювання та ваш часовий пояс, необхідно заповнити форму на екрані.

Примітка: Якщо пізніше вам буде потрібно змінити ці налаштування, дивіться розділ «ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ» на стор. 24.

3. Увійдіть або створіть обліковий запис iFit.

Введіть свою адресу електронної пошти та дотримуйтеся підказок на екрані, щоб зареєструватися або увійти в обліковий запис iFit.

4. Знайомство з консоллю.

Коли ви вперше вмикаєте бігову доріжку, діалогові вікна на екрані допоможуть вам ознайомитися з функціями консолі.

5. Перевірте наявність оновлень прошивки.

Спочатку торкніться свого імені чи напису "Hello" (Привіт) на екрані, а потім натисніть "Settings" (Налаштування). Далі виберіть необхідний розділ. Потім торкніться "Update" (Оновити), щоб перевірити наявність оновлень за допомогою бездротової мережі. Для отримання додаткової інформації дивіться крок 5 на стор. 24.

6. Налаштуйте систему нахилу.

Спочатку торкніться свого імені чи напису "Hello" (Привіт) на екрані. Потім виберіть налаштування головного меню. Далі виберіть розділ технічного обслуговування, натисніть "Calibrate Incline" (Калібрувати нахил). Потім натисніть "Begin" (Почати), щоб налаштувати систему нахилу. Для отримання додаткової інформації дивіться крок 6 на стор. 25.

Тепер консоль готова до використання. На наступних сторінках пояснюються різні тренування та інші функції, які пропонує бігова доріжка.

Щоб скористатися ручним режимом, дивіться стор. 20.

Щоб скористатися мапою тренувань, дивіться стор. 21.

Щоб створити власну мапу тренування, дивіться стор. 22.

Щоб скористатися тренуванням на відстань або час, дивіться стор. 23.

Щоб переглянути чи змінити налаштування консолі, дивіться стор. 24.

Щоб підключитися до бездротової мережі, дивіться стор. 25.

Щоб скористатися аудіосистемою, дивіться стор. 26.

ВАЖЛИВО: Якщо на консолі є пластикові листи, зніміть їх. Щоб запобігти пошкодженню платформи бігової доріжки, під час тренування носіть чисте спортивне взуття. Коли ви вперше користуєтеся тренажером, стежте за вирівнюванням бігового полотна та, якщо необхідно, відцентруйте його (дивіться стор. 30).

ВИКОРИСТАННЯ РУЧНОГО РЕЖИМУ

1. Вставте ключ у консоль.

Дивіться розділ «ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ» на стор.18. **Примітка: Може знадобитися деякий час, перш ніж консоль буде готова до використання.**

2. Виберіть головне меню.

Коли ви увімкнете живлення, після завантаження консолі з'явиться головне меню. Якщо ви знаходитесь у режимі тренування чи в меню налаштувань, торкніться стрілки назад або символу «X» на екрані, щоб повернутися до головного меню.

Примітка: Якщо ви плануєте використовувати з консоллю бездротовий нагрудний кардіопояс, треба надягнути пульсометр, **перш ніж запускати бігове полотно**. На початку кожного тренування, консоль автоматично шукатиме пульсометр протягом 30 секунд. **Для того, щоб більше дізнатися про використання бездротового нагрудного кардіопоясу, дивіться стор. 27.**

3. Запустіть бігове полотно та відрегулюйте швидкість.

Торкніться на екрані "Manual Start" (Ручний запуск) або натисніть "Start" (Пуск) на консолі, щоб запустити бігове полотно. Воно почне рухатися з низькою швидкістю. Під час тренування, за бажанням, змінюйте швидкість, натискаючи кнопки збільшення та зменшення. Кожного разу, коли ви натискаєте одну з кнопок, налаштування швидкості змінюватиметься поступово; якщо ви утримуватимете кнопку, швидкість зміниться скоріше.

Якщо натиснути одну з пронумерованих кнопок швидкості, бігове полотно буде поступово змінювати швидкість, доки не досягне вибраного значення.

Щоб зупинити бігове полотно, натисніть "Stop" (Стоп) або торкніться середини екрана. Щоб перезапустити бігове полотно, натисніть "Start" (Пуск).

4. При потребі змініть кут нахилу бігової доріжки.

Щоб змінити нахил бігової доріжки, натискайте кнопки збільшення чи зменшення кута нахилу, чи одну з пронумерованих кнопок.

Кожен раз, коли ви натискаєте одну з кнопок, бігова доріжка буде поступово змінювати кут нахилу до обраного.

ВАЖЛИВО: Під час першого використання бігової доріжки необхідно відкалібрувати систему нахилу (дивіться крок 6 на стор. 25).

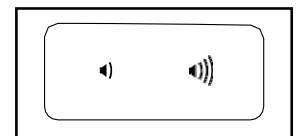
5. Контролюйте свої досягнення за допомогою дисплея.

Упродовж тренування на дисплеї бігової доріжки може відображатися наступна інформація:

- кут нахилу бігової доріжки;
- час, що минув;
- приблизна кількість калорій яку ви спалили;
- відстань, яку ви пройшли чи пробігли;
- швидкість бігового полотна.

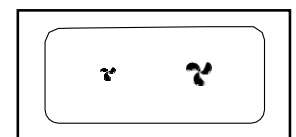
Також доступна додаткова інформація. Щоб переглянути чи знайти додаткову статистику та діаграми, проведіть пальцем униз зверху екрана. Ще можна натиснути «+» на екрані для отримання цієї інформації. **Примітка: Для перегляду інформації щодо частоти серцевих скорочень необхідно використовувати сумісний монітор серцевого ритму (дивіться стор. 27).**

При бажанні відрегулюйте гучність, натискаючи відповідні кнопки на консолі.



6. При потребі увімкніть вентилятор.

Вентилятор має кілька режимів швидкості. Натисніть кнопки вентилятора кілька разів, щоб обрати швидкість обертання чи вимкнути його.



7. Після завершення тренування, вийміть ключ із панелі управління.

Стоячи на бічних смугах, натисніть "Stop" (Стоп) або торкніться екрана. Потім торкніться значка зупинки на екрані чи знову натисніть "Stop" (Стоп). На екрані з'явиться підсумок тренування. Якщо ви хочете зберегти своє тренування для подальшого використання, можна додати його до обраного, торкнувшись на екрані значка серця. За допомогою однієї з опцій на екрані, ви також можете зберегти або опублікувати результати. Натисніть "Finish" (Готово), щоб повернутися до головного меню. Потім вийміть ключ із консолі та покладіть його в надійне місце.

Коли ви закінчили користуватися біговою доріжкою, знеструмте прилад, перевівши перемикач живлення в положення «вимкнено» та відключіть кабель живлення.

ВАЖЛИВО: Якщо цього не зробити, електричні компоненти бігової доріжки можуть пошкодитись.

ВИКОРИСТАННЯ МАПИ ТРЕНУВАННЯ

Примітка: Щоб використовувати тренування на карті, консоль має бути підключена до бездротової мережі (дивіться розділ «ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО БЕЗДРОВОЇ МЕРЕЖІ» на стор. 25).

1. Вставте ключ у панель управління.

Дивіться розділ «ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ» на стор.18.

2. Виберіть головне меню або бібліотеку тренувань.

Натисніть на екрані "Home" (Головне меню) чи "Browse" (Браузер), щоб відповідно вибрати головне меню чи бібліотеку тренувань.

3. Виберіть мапу тренування.

Щоб обрати тренування на карті, торкніться потрібної опції на екрані. Примітка: Вибрані мапи тренування на консолі періодично змінюватимуться. Якщо ви хочете зберегти одне з запропонованих тренувань для подальшого використання, треба додати його як улюблене, торкнувшись значка серця на екрані. Як створити власну мапу тренування, дивіться на стор. 22.

На екрані буде показано тривалість і відстань тренування, а також приблизну кількість калорій, які ви спалите під час тренування.

4. Почніть тренування.

Натисніть "Start" (Пуск), щоб почати тренування. Через мить після того, як ви це зробите, бігове полотно почне рухатися. Візьміться за поручні та почніть рухатись.

Під час тренування карта на екрані буде показувати ваш прогрес.

Коли ви закінчите тренування, бігове полотно сповільниться до зупинки, а на екрані з'явиться підсумок тренування. Переглянувши його, натисніть "Finish" (Готово), щоб повернутися до головного меню. За допомогою однієї з опцій на екрані, ви також можете зберегти чи опублікувати результати тренування.

5. Слідкуйте за своїми досягненнями за допомогою режимів відображення.

Дивіться крок 5 на стор. 20.

6. При потребі увімкніть вентилятор.

Дивіться крок 6 на стор. 20.

7. Після завершення тренування вийміть ключ із консолі.

Дивіться крок 7 зліва.

СТВОРЕННЯ ВЛАСНОЇ МАПИ ТРЕНУВАННЯ

Примітка: Щоб створити власну мапу тренування, консоль має бути підключена до бездротової мережі (дивіться розділ «ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО БЕЗДРОВОЇ МЕРЕЖІ» на стор. 25).

1. Вставте ключ у панель управління.

Дивіться розділ «ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ» на стор.18.

2. Виберіть створення власної мапи тренування.

Натисніть "Create" (Створити), щоб зробити на карті власне тренування.

3. Створіть мапу.

Ковзаючи пальцями по екрану, перейдіть до області на карті, де ви хочете зробити своє тренування. Торкніться екрана, щоб додати точку початку тренування. Потім торкніться екрана, щоб додати кінцеву точку тренування. Примітка: Якщо ви хочете почати та закінчити тренування в одній точці, скористайтесь параметрами "Loop" (Замкнуте коло) або "Out & Back" (Початок і повернення). Ви також можете вибрати, чи хочете ви, щоб тренування прив'язувалося до дороги.

Якщо ви зробили помилку, натисніть "Undo" (Скасувати).

На екрані з'являться дані щодо висоти та відстані вашого тренування. При бажанні можна змінити швидкість, що встановлена за замовчуванням.

4. Збережіть тренування.

Натисніть на екрані "Save New Workout" (Зберегти нове тренування). За бажанням змініть назву тренування чи додайте опис, а потім натисніть символ «>» на екрані.

5. Почніть тренування.

Щоб почати тренування натисніть на екрані "Start" (Пуск). Через мить після того, як ви це зробите, бігове полотно почне рухатися. Візьміться за поручні та почніть рухатись. Для більш детальної інформації дивіться крок 4 на стор. 21.

6. Слідкуйте за своїми досягненнями за допомогою режимів відображення.

Дивіться крок 5 на стор. 20.

7. При потребі увімкніть вентилятор.

Дивіться крок 6 на стор. 20.

8. Після завершення тренування вийміть ключ із консолі.

Дивіться крок 7 на попередній сторінці.

ТРЕНУВАННЯ НА ЧАС АБО ВІДСТАНЬ

Примітка: Щоб створити тренування на час або відстань, консоль має бути підключена до бездротової мережі (дивіться розділ «ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО БЕЗДРОТОВОЇ МЕРЕЖІ» на стор. 25). Також у вас має бути обліковий запис iFit.

1. Додайте тренування до свого розкладу на iFit.com.

Відкрийте інтернет-браузер на комп'ютері, смартфоні, планшеті чи іншому пристрої та перейдіть на iFit.com. Увійдіть у свій обліковий запис.

Далі на сайті перейдіть до "Menu" (Меню) > "Library" (Бібліотека). Перегляньте програми тренувань у бібліотеці та виберіть бажане тренування.

Потім, перейдіть до "Menu" (Меню) > "Schedule" (Розклад), щоб переглянути свій розклад тренувань. Усі тренування, до яких ви приєдналися, з'являться у вашому розкладі; за бажанням, можна впорядкувати чи видалити тренування зі свого розкладу. Перш ніж вийти з облікового запису, будь ласка, ознайомтеся з веб-сайтом iFit.com.

2. Вставте ключ у панель управління.

Дивіться розділ «ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ» на стор. 18.

3. Виберіть головне меню.

Дивіться крок 2 на стор. 20.

4. Увійдіть у свій обліковий запис.

Якщо ви ще цього не зробили, натисніть "Login to" (Увійти), щоб увійти у свій обліковий запис iFit. На екрані буде запитано ім'я користувача та пароль iFit.com. Введіть їх і торкніться "Submit" (Надіслати). Натисніть "Cancel" (Скасувати), щоб вийти з екрана входу.

5. Виберіть відстань або час тренування, які ви раніше додали до свого розкладу на iFit.com.

Натисніть значок календаря, щоб завантажити зі свого розкладу відстань або час тренування.

Примітка: Перш ніж тренування будуть завантажені, ви повинні додати їх до свого розкладу на iFit.com.

Коли ви виберете відстань або час тренування, на екрані відобразиться назва, приблизна тривалість і відстань тренування.

6. Почніть тренування.

Дивіться крок 4 на стор. 21.

Примітка: Під час тренування на відстань або час, на дисплеї не відображатиметься мапа.

7. Слідкуйте за своїми досягненнями за допомогою режимів відображення.

Дивіться крок 5 на стор. 20.

На екрані буде показано відстань або час, що пройшли, та відстань або час, що залишились.

8. При потребі увімкніть вентилятор.

Дивіться крок 6 на стор. 20.

9. Після завершення тренування вийміть ключ із консолі.

Дивіться крок 7 на стор. 21.

Для отримання додаткової інформації про iFit перейдіть на iFit.com.

ЗМІНА НАЛАШТУВАНЬ КОНСОЛІ

ВАЖЛИВО: Деякі налаштування та функції можуть бути неактивними. Іноді оновлення програмного забезпечення може спричинити зміни в роботі консолі.

1. Виберіть головне меню налаштувань.

Спочатку увімкніть живлення та вставте ключ у консоль (дивіться розділ «ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ» на стор.18). Примітка: Може знадобитися деякий час, перш ніж консоль буде готова до використання.

Далі виберіть головне меню. Коли ви увімкнете консоль, після її завантаження, на екрані з'явиться головне меню. Якщо ви знаходитесь у режимі тренування, торкніться екрана, натисніть "Pause" (Пауза), натисніть "End" (Завершити), а потім натисніть "Finish" (Готово), щоб повернутися до головного меню. Потім натисніть на екрані на своє ім'я чи напис "Hello" (Привіт), далі натисніть "Settings" (Налаштування). На екрані з'явиться меню налаштувань.

2. При потребі переміщайтеся по меню та змінюйте налаштування.

Проведіть по екрану чи гортайте його, якщо необхідно, прокрутити вгору чи вниз. Щоб переглянути меню налаштувань, просто торкніться назви меню. Щоб повернутися назад, торкніться кнопки «Назад» (символ стрілки). Ви можете переглянути та змінити налаштування у наступних розділах:

Account (Обліковий запис)

- My Profile (Особистий профіль)
- In Workout (Тренування)
- Manage Accounts (Керування обліковими записами)

Equipment (Обладнання)

- Equipment Info (Інформація)
- Equipment Settings (Налаштування)
- Maintenance (Технічне обслуговування)
- Wi-Fi

About (Про нас)

- Legal (Юридична інформація)

3. Налаштуйте одиницю вимірювання та інші параметри.

Щоб настроїти одиницю вимірювання, часовий пояс або інші налаштування, торкніться "Equipment Settings" (Налаштування обладнання), а потім виберіть потрібні налаштування.

Консоль може відображати швидкість і відстань у стандартних або метричних одиницях вимірювання.

4. Ознайомтеся з інформацією про тренажер.

Щоб переглянути інформацію про бігову доріжку, натисніть "Equipment Info" (Інформація про обладнання), потім натисніть "Machine Info" (Інформація про тренажер).

5. Оновіть програмне забезпечення консолі.

Для досягнення найкращих результатів регулярно перевіряйте наявність оновлень програмного забезпечення. Щоб перевірити наявність оновлень за допомогою бездротової мережі, натисніть "Maintenance" (Обслуговування), а потім – "Update" (Оновити). Оновлення розпочнеться автоматично.

ВАЖЛИВО: Щоб уникнути пошкодження консолі, не вимикайте та не від'єднуйте кабель живлення бігової доріжки під час оновлення програм.

На екрані буде відображатися процес оновлення. Після завершення бігова доріжка вимкнеться, а потім знову увімкнеться. Якщо цього не сталося, скористайтеся перемикачем живлення (дивіться розділ «ПІДКЛЮЧЕННЯ КАБЕЛЮ ЖИВЛЕННЯ» на стор.18). Вимкніть бігову доріжку, зачекайте кілька секунд, а потім увімкніть її знову. Примітка: Може знадобитися деякий час, перш ніж консоль буде готова до використання.

Примітка: Іноді оновлення програмного забезпечення може спричинити зміни в роботі консолі. Ці оновлення завжди призначені для покращення вашого досвіду тренувань.

6. Калібрування системи нахилу.

Для калібрування системи нахилу натисніть "Calibrate Incline" (Калібрувати нахил), далі натисніть "Begin" (Почати). Бігова доріжка автоматично підніметься до максимального рівня нахилу, а потім повернеться до початкового положення. Це відкалібрує систему нахилу. Натисніть "Cancel" (Скасувати), щоб повернутися до розділу технічного обслуговування. Коли система нахилу буде налаштована, натисніть "Finish" (Готово).

ВАЖЛИВО: Під час калібрування системи нахилу, тримайте домашніх тварин та інші предмети подалі від бігової доріжки, будьте обережні з ногами. В екстремній ситуації витягніть ключ з консолі, щоб зупинити калібрування нахилу.

7. Вихід з меню налаштувань.

Якщо ви знаходитесь у меню налаштувань, натисніть стрілку повернення. Потім натисніть кнопку закриття (символ «X»), щоб повернутися до головного меню.

ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО БЕЗДРОТОВОЇ МЕРЕЖІ

Щоб підключитися до бездротової мережі на консолі треба увімкнути Wi-Fi.

1. Виберіть головне меню.

Дивіться крок 2 на стор. 20.

2. Виберіть меню бездротової мережі.

Торкніться свого імені або напису "Hello" (Привіт) на екрані. Далі, щоб увійти до меню бездротової мережі, натисніть символ Wi-Fi®.

3. Увімкніть Wi-Fi.

Переконайтеся, що Wi-Fi увімкнено. Якщо це не так, торкніться перемикача, щоб увімкнути бездротове з'єднання.

4. Налаштуйте та керуйте бездротовим підключенням до мережі.

Коли Wi-Fi буде увімкнено, на екрані з'явиться список доступних мереж. Примітка: Може знадобитися кілька секунд, перш ніж список бездротових мереж з'явиться.

Примітка: У вас повинні бути роутер, що підтримує стандарти 802.11b/g/n і налаштована бездротова мережа. Широкомовлення SSID повинно бути увімкнено в роутері, адже скриті мережі не підтримуються програмним забезпеченням.

Коли з'явиться список мереж, виберіть потрібну мережу. Примітка: Вам потрібно знати назву своєї мережі (SSID). Якщо у мережі є пароль, вам також потрібно знати його.

Інформаційне вікно запитає, чи бажаєте ви підключитися до бездротової мережі. Натисніть "Connect" (Підключитися), щоб приєднатися до мережі, чи "Cancel" (Скасувати), щоб повернутися до списку мереж. Якщо в мережі є пароль, торкніться строки введення пароля. На екрані з'явиться клавіатура. Щоб переглянути пароль під час його введення, торкніться прапорця "Show Password" (Показати пароль).

Щоб дізнатись як користуватися клавіатурою, дивіться розділ «КОРИСТУВАННЯ СЕНСОРНИМ ЕКРАНОМ» на стор. 18.

Коли консоль підключена до вашої бездротової мережі, біля її назви з'явиться галочка. Щоб повернутися до меню бездротової мережі, натисніть на екрані стрілку назад.

Щоб від'єднатися від бездротової мережі, натисніть і утримуйте назву мережі, далі натисніть "Forget Network" (Забути мережу).

Якщо у вас виникли проблеми з підключенням до зашифрованої мережі, переконайтеся, що пароль правильний. Примітка: Паролі чутливі до регістру символів.

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

Примітка: Якщо у вас виникли запитання після виконання цих інструкцій, зверніться за допомогою до support.iFit.com.

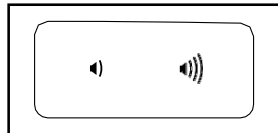
5. Вийдіть з меню бездротової мережі.

Щоб вийти з меню, натисніть на екрані стрілку назад.

ВИКОРИСТАННЯ АУДІОСИСТЕМИ

Для відтворення музики чи аудіокниг через консоль під час тренування, ви можете підключити свій особистий аудіопристрій за допомогою аудіокабелю; якщо ваш пристрій підтримує Bluetooth, можна підключитися бездротовим способом.

Налаштувати рівень гучності можна за допомогою кнопок збільшення/зменшення гучності на консолі чи на вашому аудіопристрої.



Як використовувати аудіокабель

Підключіть 3,5мм аудіокабель (не входить у комплект) в гніздо на консолі та в гніздо вашого особистого аудіопристрою; переконайтеся, що аудіокабель повністю підключений. Примітка: Для покупки аудіокабелю, зверніться до свого місцевого магазину електроніки.

Як використовувати Bluetooth

1. **Переконайтеся, що Bluetooth на вашому пристрої ввімкнено. Покладіть або утримуйте пристрій біля консолі.**
2. **Натисніть і утримуйте протягом 3 секунд кнопку "Bluetooth Audio" на решітці динаміка консолі**

Пролунає звуковий сигнал, а кнопка Bluetooth почне блимати, що вказує на те, що консоль перейшла в режим сполучення.

3. **Підключіть ваш аудіопристрій до консолі.**

Коли ваш пристрій і консоль успішно з'єднаються, аудіо з вашого пристрою відтворюватиметься через динаміки консолі.

Примітка: Консоль може зберігати вісім пристроїв у своїй пам'яті. Якщо ви раніше підключали свій пристрій до консолі, ви можете лише натиснути кнопку "Bluetooth Audio", щоб підключити пристрій до консолі

4. **При потребі очистіть пам'ять консолі.**

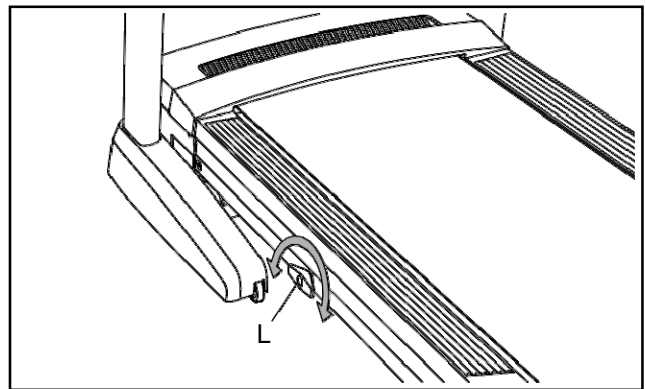
Якщо вам потрібно видалити всі пристрої з підтримкою Bluetooth, збережені в пам'яті консолі, натисніть і утримуйте кнопку "Bluetooth Audio" протягом 10 секунд.

РЕГУЛЮВАННЯ СИСТЕМИ АМОРТИЗАЦІЇ

Бігова доріжка має систему амортизації, що зменшує поштовхи під час тренувань.

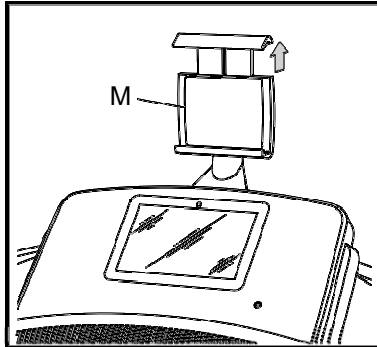
Вийміть ключ із консолі та від'єднайте кабель живлення.

Для більш твердої амортизації бігової платформи поверніть регульовальну ручку (L) на півоберта проти годинникової стрілки, поки не відчуєте, як вона фіксується на місці. **Для менш твердої амортизації** поверніть ручку на півоберта за годинниковою стрілкою до тих пір, поки не відчуваєте, як вона фіксується на місці. **Примітка: Чим швидше ви біжите на біговій доріжці, або чим більше ви важите, тим твердіше має бути амортизація бігової платформи.**



ДОДАТКОВИЙ ТРИМАЧ ДЛЯ ПЛАНШЕТА

Додатковий тримач для планшета (М) надійно тримає ваш планшет на місці та дозволяє використовувати планшет під час тренування. Він може утримувати більшість повнорозмірних планшетів. **Щоб дізнатися де можна придбати додатковий тримач для планшета, будь ласка, подивіться, передню обкладинку цього посібника.**

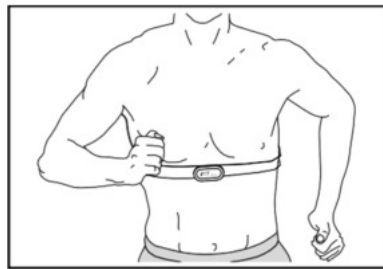


ДОДАТКОВИЙ НАГРУДНИЙ ПУЛЬСОМЕТР

Неважливо чи ваша мета полягає в тому, щоб спалювати калорії або в тому, щоб зміцнювати серцево-судинну систему, ключем досягнення найкращих результатів є належне рахування серцевих скорочень під час тренування. Додатковий нагрудний пульсометр дозволяє безперервно контролювати частоту серцевих скорочень, в той час, як ви тренуєтесь, допомагаючи досягти особистих фітнес-цілей. **Щоб дізнатися де можна придбати додатковий нагрудний пульсометр, будь ласка, подивіться, передню обкладинку цього посібника.**

Примітка: Консоль сумісна з усіма пульсометрами BluetoothSmart.

Щоб підключити додатковий нагрудний пульсометр до консолі, спочатку надіньте його відповідно до вказівок у інструкції. Потім почніть тренування чи запустіть бігове полотно в ручному режимі. Консоль шукатиме додатковий нагрудний пульсометр протягом 30 секунд і підключиться автоматично.

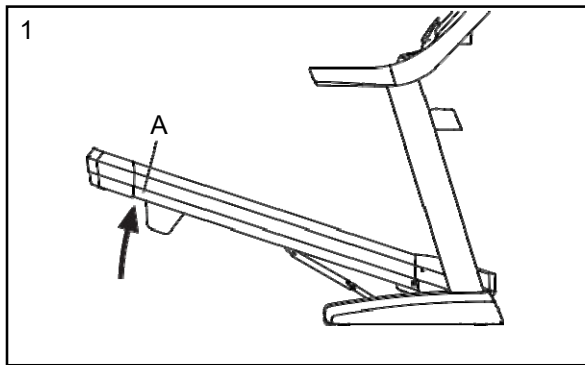


ЯК СКЛАДАТИ ТА ПЕРЕСУВАТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ

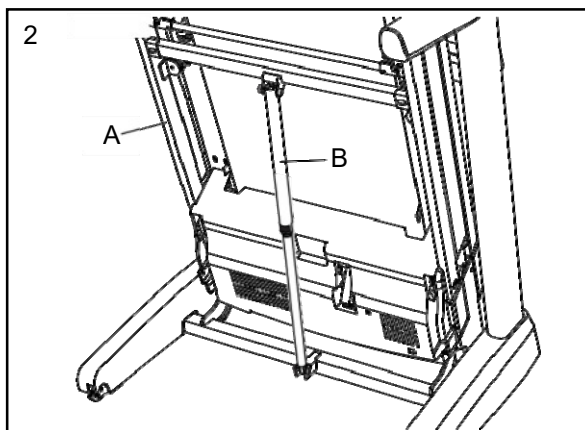
СКЛАДАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

Щоб запобігти пошкодженню бігової доріжки, перед складанням завжди опускайте полотно до нульового нахилу. Вийміть ключ і від'єднайте кабель живлення. **УВАГА:** Щоб підняти, опустити чи пересунути бігову доріжку, ви повинні мати можливість безпечно підняти 20кг ваги.

1. Міцно візьміться за металеву раму (А) в місці, вказаному стрілкою на малюнку нижче. **УВАГА:** Не підіймайте раму за пластмасові бічні смуги. Підіймаючи раму від підлоги зігніть коліна та тримайте спину рівно.



2. Підніміть раму (А) так, щоб фіксатор для зберігання (В) зафіксувався в положенні для зберігання. **УВАГА!** Переконайтеся, що опора для зберігання дійсно зафіксована.

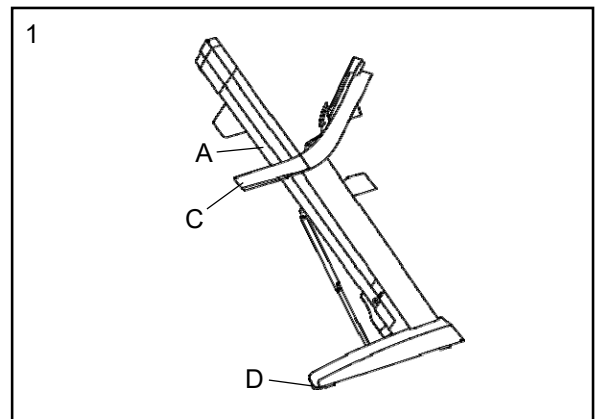


Щоб вберегти підлогу чи килим, підкладіть під бігову доріжку мат. Не залишайте тренажер під прямим сонячним промінням. А також не залишайте бігову доріжку в положенні для зберігання, якщо температура повітря перевищує 30°C.

ПЕРЕСУВАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

Перед пересуванням бігову доріжку потрібно скласти, як описано ліворуч. **УВАГА:** Переконайтеся, що фіксатор заблокував опору в положенні для зберігання. Для пересування бігової доріжки вам може знадобитися помічник.

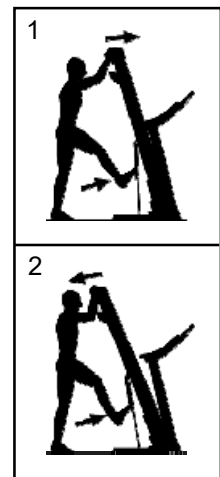
1. Візьміться руками за раму (А) та один з поручнів (С) і поставте одну ногу на колесо (D).



2. Потягніть за поручень назад, поки бігова доріжка не встане на колеса. Обережно перемістіть її в обране місце. **УВАГА:** Не пересувайте бігову доріжку не нахиливши її назад, не тягніть за раму та також не переміщуйте її по нерівній поверхні.
3. Поставте одну ногу на колесо та обережно опустіть бігову доріжку

РОЗКЛАДАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

1. Натисніть руками на верхній край рами, а ногою в цей час натисніть на фіксатор для зберігання в місці, вказаному стрілкою.
2. При натисканні ногою на фіксатор для зберігання, потягніть верхній кінець рами
3. ... до себе.
4. Зробіть крок назад і дайте рамі опуститися нижче, до підлоги.



ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК

ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

Регулярне технічне обслуговування дуже важливо для забезпечення оптимальної роботи та зменшення зносу. Перевіряйте та ретельно закріплюйте всі деталі кожного разу, коли використовується бігова доріжка. негайно замініть будь-яку зношену деталь. Використовуйте лише запчастини надані виробником.

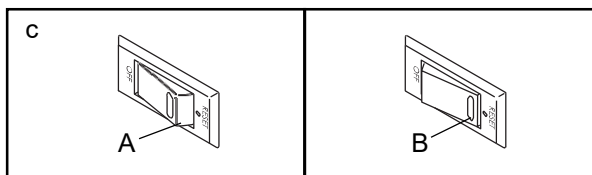
Регулярно чистіть бігову доріжку та підтримуйте бігове полотно в чистоті та сухості. Насамперед, **переведіть перемикач живлення на біговій доріжці в положення «вимкнено» та від'єднайте кабель живлення від розетки.** Для миття зовнішніх деталей бігової доріжки використовуйте вологу ганчірку та невелику кількість слабого мильного розчину. **ВАЖЛИВО: Не розбризкуйте рідину безпосередньо на бігову доріжку. Щоб запобігти пошкодженню консолі, оберігайте її від потрапляння рідини.** Після миття ретельно витріть бігову доріжку насухо м'яким рушником.

УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК

Більшість проблем із тренажером можна розв'язати, виконуючи вказівки, надані нижче. Знайдіть ознаку та виконайте рекомендовані дії. Якщо проблема не вирішена, зверніться за контактами на першій сторінці цього посібника.

НЕПОЛАДКА: Не вмикається живлення

- Якщо потрібен подовжувальний кабель, використовуйте лише 3-жильний кабель калібру 14 (2мм²), не довший за 1,5м.
- Вставте ключ у гніздо на консолі після того, як кабель живлення було під'єднано до розетки.
- Перевірте перемикач живлення, що розташований біля кабелю живлення. Якщо перемикач виступає, як зображено на малюнку (А), то його деактивовано. Щоб активувати перемикач, зачекайте 5 хвилин та натисніть на нього, щоб він повернувся на своє місце (В).



НЕПОЛАДКА: Під час користування вмикається живлення

- Перевірте перемикач живлення (дивіться малюнок зліва). Далі знову натисніть перемикач.
- Переконайтеся, що кабель живлення під'єднано. Якщо так, від'єднайте його, почекайте 5 хвилин і під'єднайте знову.
- Від'єднайте ключ від панелі управління та вставте його знову.
- Якщо бігова доріжка й далі не працює, зверніться за контактами на першій сторінці цього посібника.

НЕПОЛАДКА: Нахил бігового полотна змінюється некоректно

- Відкалібруйте систему нахилу (дивіться крок 6 на стор. 25).

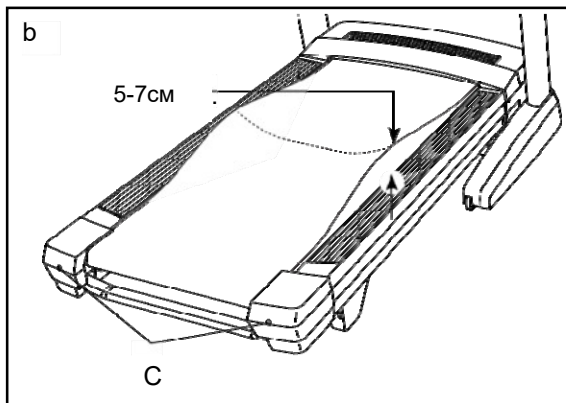
НЕПОЛАДКА: Бігова доріжка не під'єднується до бездротової мережі

- Переконайтеся, що налаштування бездротової мережі на консолі правильні (дивіться стор. 25).
- Переконайтеся, що налаштування вашої бездротової мережі правильні.
- Якщо у вас залишилися запитання, зверніться за контактами на першій сторінці цього посібника.

НЕПОЛАДКА: Бігове полотно сповільнюється під навантаженням

- Якщо потрібен подовжувальний кабель, використовуйте лише 3-жильний кабель калібру 14 (2мм²), не довший за 1,5м.

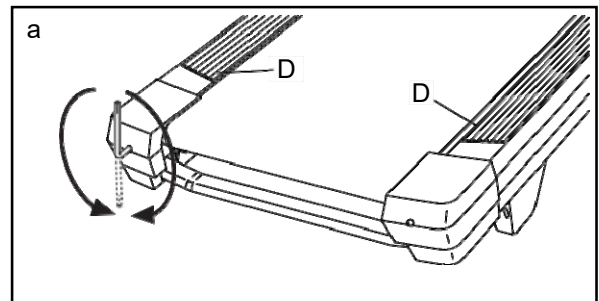
- b. Якщо бігове полотно натягнуто надто сильно, робота бігової доріжки може погіршитися та полотно може зазнати пошкодження. Від'єднайте ключ і **ВІД'ЄДНАЙТЕ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. За допомогою шестигранного ключа поверніть обидва гвинти напрямних ролика (C) проти годинникової стрілки на 1/4 оберту. Коли бігове полотно натягнуто належним чином, обидва краї полотна можна припідняти приблизно на 5-7см над платформою бігової доріжки. Будьте обережні, щоб не порушити центрування бігового полотна. Під'єднайте кабель живлення, вставте ключ і увімкніть бігову доріжку на кілька хвилин. Повторіть процедуру до досягнення належного натягу бігового полотна.



- c. Полотно бігової доріжки вкрито високоефективною змащувальною речовиною. **ВАЖЛИВО: Ніколи не покривайте бігове полотно чи платформу бігової доріжки силіконовими аерозолями чи іншими речовинами, окрім випадку, коли представник уповноваженого сервісного центру попросить вас це зробити. Подібні речовини можуть погіршити роботу бігового полотна та спричинити його сильне зношення. Також вони можуть зіпсувати бігове полотно та викликати надмірний знос. Якщо ви вважаєте, що полотно потребує додаткового змащування, зверніться за контактами на першій сторінці цього посібника.**
- d. Якщо бігове полотно під час тренування все ще сповільнюється, зверніться за контактами на першій сторінці цього посібника.

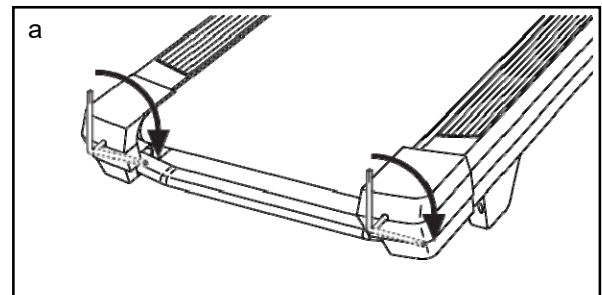
НЕПОЛАДКА: Бігове полотно не відцентроване

- a. **ВАЖЛИВО: Якщо бігове полотно чіпляється за бічні смуги (D), воно може пошкодитися.** По-перше, від'єднайте ключ і **ВІД'ЄДНАЙТЕ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. Якщо полотно зсунуто ліворуч, візьміть шестигранний ключ і поверніть лівий гвинт натяжного ролику на 1/2 оберту за годинниковою стрілкою; **якщо полотно зсунуто праворуч, поверніть лівий гвинт натяжного ролику на 1/2 оберту проти годинникової стрілки.** Будьте обережні, щоб не натягнути бігове полотно надто сильно. Під'єднайте кабель живлення, вставте ключ і увімкніть бігову доріжку на кілька хвилин. Повторіть процедуру до досягнення належного центрування бігового полотна.



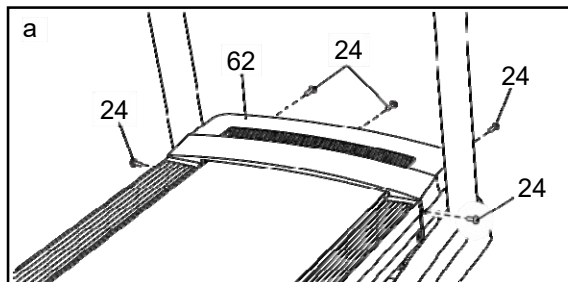
НЕПОЛАДКА: Бігове полотно проковзує під навантаженням

- a. Від'єднайте ключ і **ВІД'ЄДНАЙТЕ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. За допомогою шестигранного ключа поверніть обидва гвинти натяжного ролику за годинниковою стрілкою на 1/4 оберту. Коли бігове полотно натягнуто належним чином, обидва краї полотна можна припідняти приблизно на 5-7см над платформою бігової доріжки. Будьте обережні, щоб не порушити центрування бігового полотна. Під'єднайте кабель живлення, вставте ключ і обережно випробуйте бігову доріжку протягом кількох хвилин. Повторіть процедуру до досягнення належного натягу бігового полотна.

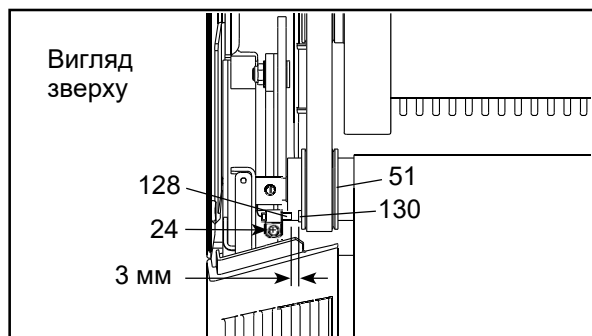


НЕПОЛАДКА: Дисплей на консолі відображає неточні дані

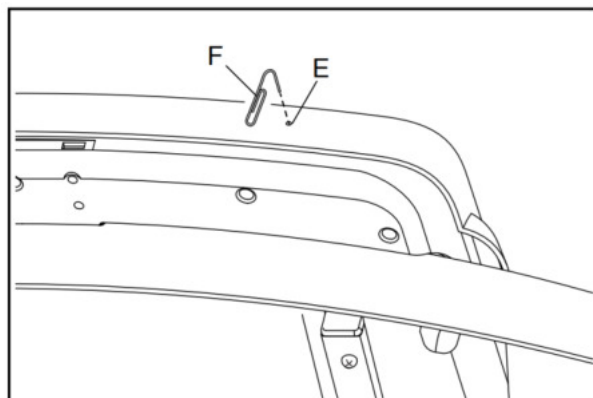
- а. Від'єднайте ключ від панелі управління та **ВІД'ЄДНАЙТЕ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. Викрутіть п'ять #8 x 3/4" Гвинтів зі сферичною голівкою (24) та обережно відкрийте Кожух мотора (62).



Знайдіть Геркон (128) і Магніт (130) на лівій стороні Шків (51). Прокрутіть Шків таким чином, щоб магніт опинився точно навпроти Геркона. **Переконайтеся, що відстань між Магнітом і Герконом становить приблизно 3мм.** Якщо необхідно, послабте #8 x 3/4" Гвинт зі сферичною голівкою (24), трохи посуňte Геркон і знову затягніть гвинт. Прикріпіть на місце Кожух мотора (дивіться вище) та увімкніть бігову доріжку на кілька хвилин, щоб перевірити правильність відображення швидкості.



Якщо консоль не завантажується належним чином або якщо консоль зависає та не відповідає, скиньте налаштування консолі до заводських. **ВАЖЛИВО: Це призведе до видалення всіх налаштувань користувача, які ви зробили на консолі.** Для переналаштування консолі потрібні дві людини. Спочатку переведіть перемикач живлення у положення «вимкнено». Далі знайдіть невеликий отвір для скидання налаштувань (E) на задній частині консолі. Використовуючи зігнуту скріпку (F), натисніть і утримуйте кнопку скидання всередині отвору. Тим часом інша людина має увімкнути (скинути) перемикач живлення. Продовжуйте утримувати кнопку скидання (E) поки консоль не ввімкнеться. Після завершення операції скидання налаштувань, консоль вимкнеться, а потім знову ввімкнеться. Якщо цього не сталося, скористайтеся перемикачем живлення, щоб вимкнути та знову увімкнути бігову доріжку. Коли консоль ввімкнеться, перевірте наявність оновлення програмного забезпечення (дивіться крок 5 на стор. 24). Примітка: Може знадобитися кілька хвилин, перш ніж консоль буде готова для використання.



ПОСІБНИК З ВПРАВ

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

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 дотримуватися 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. У наведеній нижче таблиці показані рекомендовані частоти пульсу для програми зниження ваги та фізичних вправ.

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	

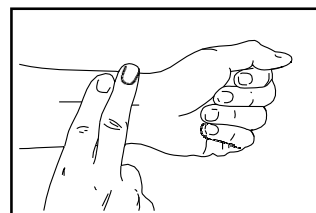
Щоб знайти відповідний рівень інтенсивності, знайдіть свій вік у нижній частині таблиці (вік заокруглений до найближчих десяти років). Три числа, що знаходяться над ризикою, визначають програму вашого тренування. Найнижча цифра, що знаходиться над цифрою вашого віку, вказує на рекомендований рівень серцебиття 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 організм почне витрачати накопичені калорії. Якщо ж вашою ціллю є зниження ваги, тоді продовжуйте тренування доти, 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 ціллю є зміцнення серцево-судинної системи, тоді вам потрібно виконувати фізичні вправи, оскільки вони потребують багато кисню. Для виконання фізичних вправ ваш пульс має знаходитися в межах найвищої цифри у вашій зоні навантаження.

ВИМІРЮВАННЯ СЕРЦЕВОГО РИТМУ

Перед вимірюванням пульсу потренуйтеся мінімум 4 хвилини. Потім припиніть тренування та прикладіть 2 пальця до зап'ястя, як вказано на малюнку. Підрахуйте кількість ударів за 6 секунд і помножьте результат на 10. Отримане значення й буде частотою вашого пульсу. Наприклад, якщо за 6 секунд ви нарахували 14 ударів, то частота пульсу становить 140 ударів на хвилину.



РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ТРЕНУВАНЬ

Вправи для розминки. Починайте тренування з 5-10 хвилинної розминки. Вправи для розминки підвищують температуру тіла та пульс, а також циркуляцію крові.

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

Кінцева заминка. Закінчуйте тренування з 5-10 хвилинної заминки. Вона 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 одноденний перерив між ними. Через декілька місяців ви можете збільшити кількість тренувань до 5 раз на тиждень. Пам'ятайте, що для досягнення успіху, тренування мають стати регулярним і приємним заняттям у вашому повсякденному житті.

РЕКОМЕНДОВАНА РОЗМИНКА

На малюнку нижче вказано декілька основних вправ на розминку. Поки ви розтягуєтеся рухайтеся наскільки можливо повільно; ніколи не робіть різкі рухи.

1. Доторкаємося до пальців ніг.

Стоячи, трохи зігніть коліна та повільно нахилийтеся вперед, починаючи від стегон. Дозвольте спині та плечам розслабитися після того як ви дотягнетесь до пальців ніг наскільки це можливо. Затримайтеся на 15 рахунків, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази.

Розтяжка: підколінні сухожилля, задня частина колін і спина.

2. Розтягуємо підколінне сухожилля.

Сядьте витягнувши одну ногу. Підтягніть стопу іншої ноги до себе та залиште її напроти внутрішньої поверхні стегна витягнутої ноги. Дотягніться до пальців ніг наскільки це можливо. Затримайтеся на 15 рахунків, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази на кожную ногу.

Розтяжка: підколінні сухожилля, поперек і пахова частина тіла.

3. Розтягуємо ахіллове сухожилля та ікри.

Одна нога стоїть перед іншою. Потягніться вперед і упріться руками в стіну. Тримайте спину прямо, а задню ногу повністю опустіть на підлогу. Зігніть передню ногу, нахиліться вперед і перемістіть стегна до стіни. Затримайтеся на 15 рахунків, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази на кожную ногу. Для розминки ахіллового сухожилля зігніть ногу, що знаходиться ззаду.

Розтяжка: ікри, ахіллове сухожилля та щиколотки.

4. Розтягуємо чотириголовий м'яз.

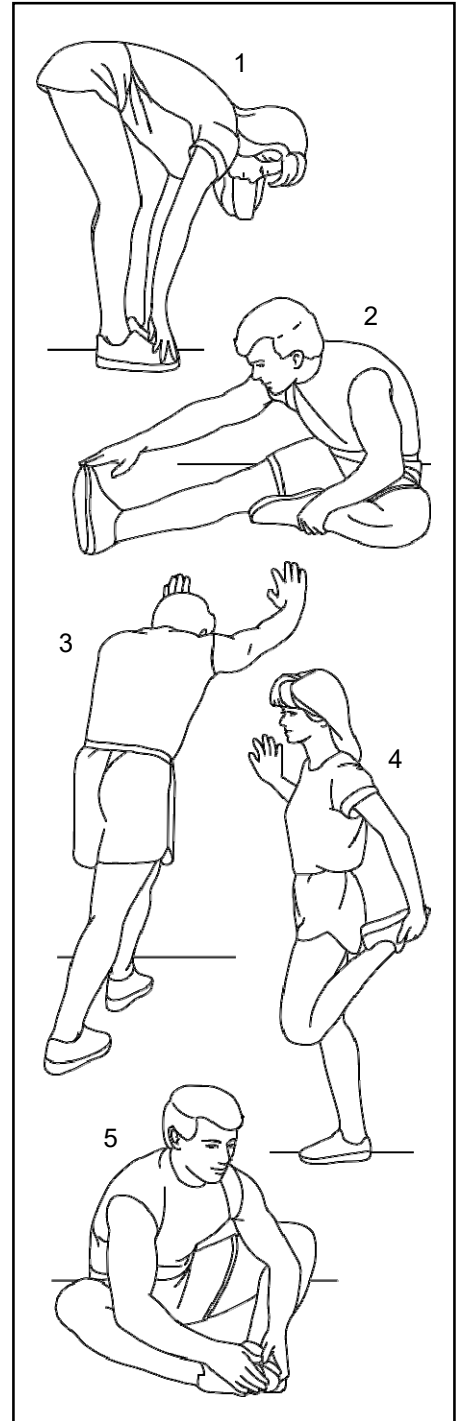
Обіпріться однією рукою до стіни для балансу. Потягніться назад і захватіть ступню іншою рукою. Підтягніть п'ятку якомога ближче до сидниці. Затримайтеся на 15 рахунків, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази на кожную ногу.

Розтяжка: чотириголові м'язи стегна та бокові м'язи.

5. Розтягуємо внутрішню частину стегна.

Сядьте на підлогу, зведіть разом ступні, а коліна розведіть. Підтягніть ноги до області паху наскільки це можливо. Затримайтеся на 15 рахунків, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази.

Розтяжка: чотириголові м'язи та внутрішня частина стегна.



СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

Модель № NTL17221-INT.0 R0421A

№	Кіл-сть	Опис	№	Кіл-сть	Опис
1	4	5/16" x 3/4" Гвинт	51	1	Провідний ролик / Шків
2	8	5/16" x 2" Гвинт	52	1	Рама
3	5	5/16" x 1 3/4" Болт	53	4	Стяжка
4	1	5/16" x 2 1/4" Болт	54	1	Тяговий двигун
5	50	#8 x 3/4" Гвинт	55	1	Ремінь двигуна
6	2	#10 x 3/4" Гвинт	56	1	Фіксатор для зберігання
7	1	Гвинт заземлення	57	1	Права кришка рами
8	10	5/16" Зубчата шайба	58	4	Пружний диск
9	6	5/16" Гайка	59	1	Натяжний ролик
10	20	#8 x 3/4" Гвинт з буром (текс)	60	1	Ліва задня кришка
11	30	#8 x 1/2" Гвинт	61	1	Права задня кришка
12	3	1/4" x 2 1/2" Гвинт	62	1	Кожух мотора
13	12	#8 x 1/2" Гвинт з пресшайбою	63	2	Втулка рами нахилу
14	1	3/8" x 1 1/2" Болт	64	2	Втулка рами
15	1	3/8" x 1 3/4" Болт	65	1	Рама нахилу
16	2	5/16" x 1 1/4" Гвинт	66	1	Двигун нахилу
17	14	M10 Шайба	67	2	Втулка двигуна нахилу
18	4	#8 Напрямний гвинт полотна	68	2	Кріплення кожуха
19	2	5/16" Болт двигуна	69	1	Дріт живлення
20	4	3/8" x 1 1/4" Гвинт	70	1	Приймач
21	4	1/4" x 1 1/4" Гвинт	71	1	Перемикач живлення
22	2	3/8" x 1 3/4" Болт	72	1	Нижня кришка двигуна
23	4	3/8" x 2 3/4" Гвинт	73	1	Верхня накладка лівого поручня
24	30	#8 x 3/4" Гвинт зі сферичною голівкою	74	2	Поручень
25	8	3/8" Зубчата шайба	75	1	Нижня накладка лівого поручня
26	2	1/2" x 2 5/8" Болт	76	1	Розпірка стійок
27	2	1/4" x 1/2" Гвинт	77	2	Заглушка рами консолі
28	2	3/8" x 1" Гвинт	78	4	Гумова прокладка
29	4	M3 x 12мм Гвинт	79	1	Лоток
30	3	1/4" Гайка	80	1	Поперечна дуга
31	4	5/16" Стропова шайба	81	1	Верхня накладка правого поручня
32	1	Дріт заземлення консолі	82	1	Нижня накладка правого поручня
33	4	1/4" x 3/4" Гвинт	83	1	Кабель стійки
34	2	1/2" Гайка	84	1	Права стійка
35	6	3/8" Гайка	85	2	Наліпка із попередженням
36	5	Кліпса кожуха	86	2	Квадратна втулка
37	4	Подушка	87	4	Амортизаційна пружина
38	1	Наліпка із застереженням	88	1	Куточок (кутник) зупинки нахилу
39	1	Бігова платформа	89	1	Ліва накладка основи
40	1	Бігове полотно	90	1	Права накладка основи
41	1	Ліва опорна полоса	91	1	Ліва стійка
42	1	Права опорна полоса	92	2	Заднє колесо
43	2	Напрямна полотна	93	1	Основа
44	1	Ліва кришка рами	94	1	Лівий лоток
45	4	3/8" Пластикова втулка	95	2	Вентилятор
46	2	1/2" Пластикова втулка	96	1	Консоль
47	2	1/2" Упорна шайба	97	2	Задня ніжка
48	1	Контролер плати	98	1	Гумова втулка
49	2	#8 Зубчата шайба	99	1	Блок живлення
50	1	Кронштейн контролера	100	1	База консолі

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

Виставковий центр: 04119, Україна, м. Київ, вул. Ілленка, 48
тел./факс: +38 (044) 483-1367
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com info@interatletika.com

№	Кіл-сть	Опис	№	Кіл-сть	Опис
101	1	Правий лоток	120	2	Амортизаційне колесо
102	1	Накладка на кожух	121	2	3/8" Стропова шайба
103	1	Решітка кожуха	122	1	Дріт заземлення консолі
104	1	Ключ / Кліпса	123	1	Стяжка дроту
105	2	Заглушка рами консолі	124	1	Пластина кріплення контролера системи нахилу
106	1	Рама консолі	125	4	Стійка для плати
107	4	Стяжка для кабелю	126	1	Контролер системи нахилу
108	2	1/4" x 1 1/2" Болт	127	1	Пластина блоку живлення
109	1	Фіксуюча планка	128	1	Геркон
110	1	Амортизаційна трубка	129	1	Кліпса
111	2	3/8" Упорна шайба	130	1	Магніт
112	4	Ніжка основи	131	2	Втулка
113	1	Заглушка ручки	132	1	Фільтр
114	1	1/4" x 5/8" Гвинт	133	3	#8 Гайка
115	1	Ручка регулятора	134	3	#8 x 1/2" Дрібний гвинт
116	2	Втулка амортизатора	135	1	Затискач плати
117	2	Кронштейн амортизатора зі втулкою	136	1	Ізоляція мотора
118	2	Стопор амортизаційного колеса	*	—	Інструкція з експлуатації
119	2	M10 Шайба стопорна			

Інформацію про порядок замовлення запасних частин дивіться на останній сторінці обкладинки цього посібника.

* Ці деталі не зображені на схемі.

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. Ілленка, 48
тел./факс: +38 (044) 483-1367
www.interatletika.com
e-mail: prof@interatletika.com info@interatletika.com

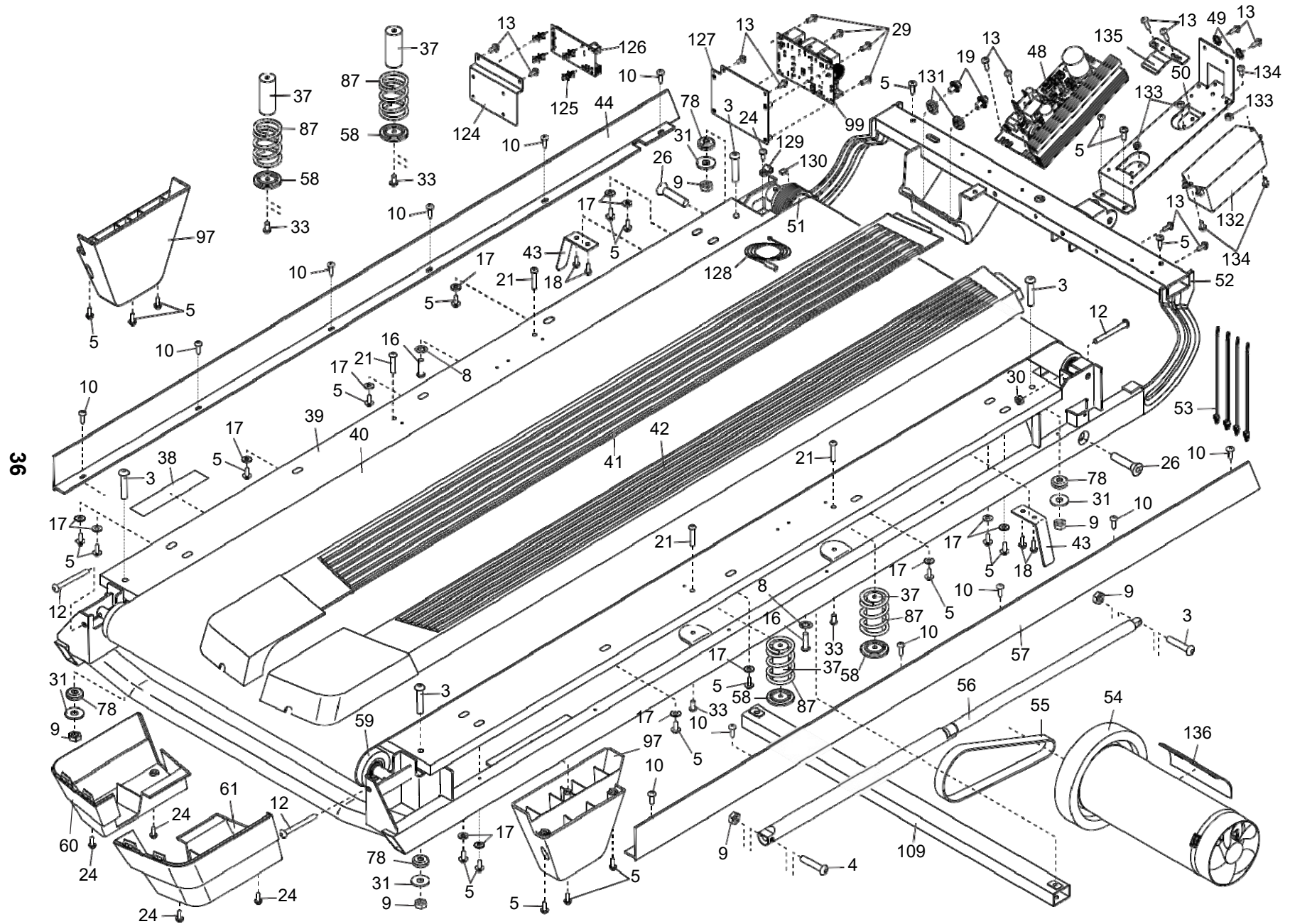
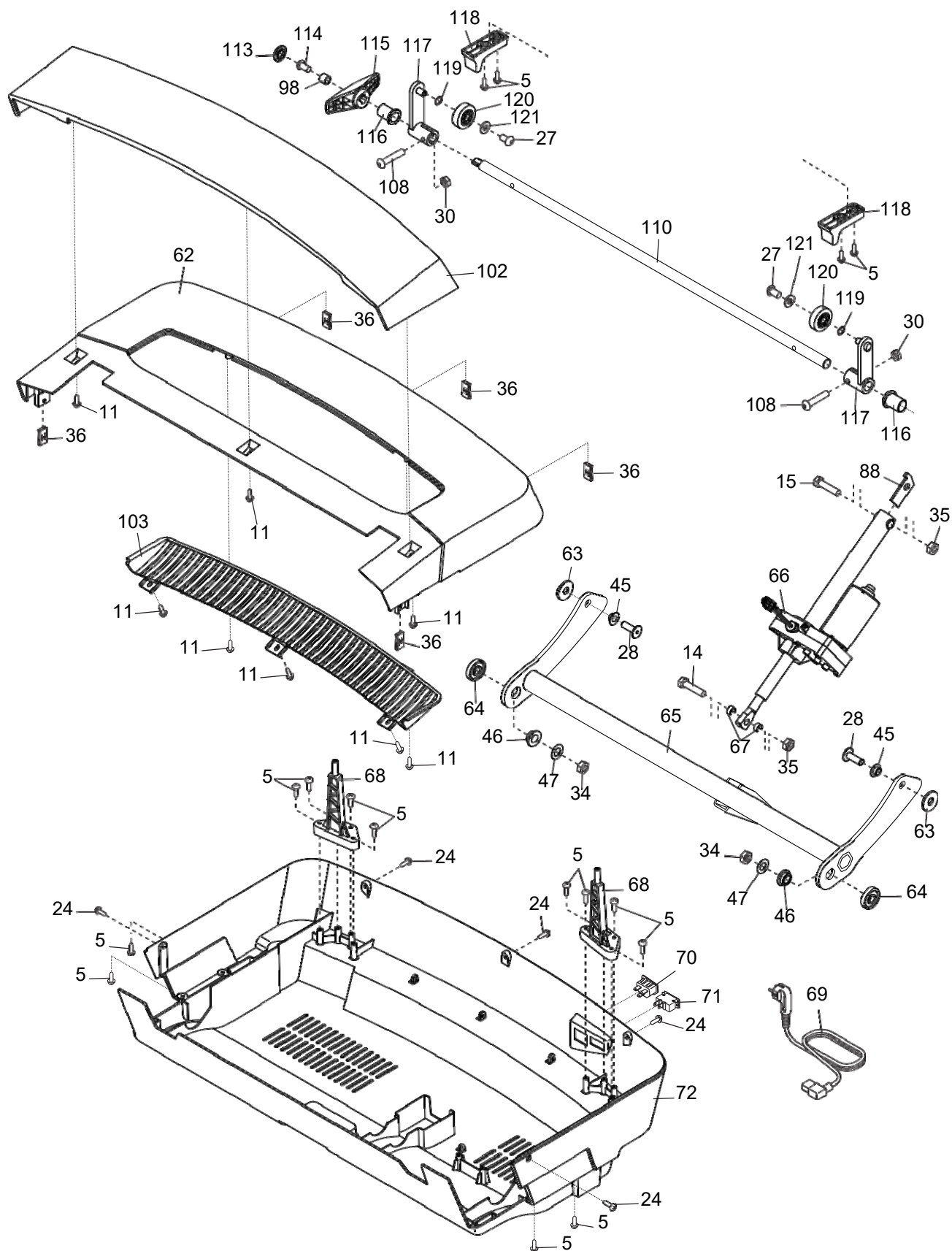


СХЕМА ДЕТАЛЕЙ А

Модель № NTL17221-INT.0 R0421A

СХЕМА ДЕТАЛЕЙ В

Модель № NTL17221-INT.0 R0421A



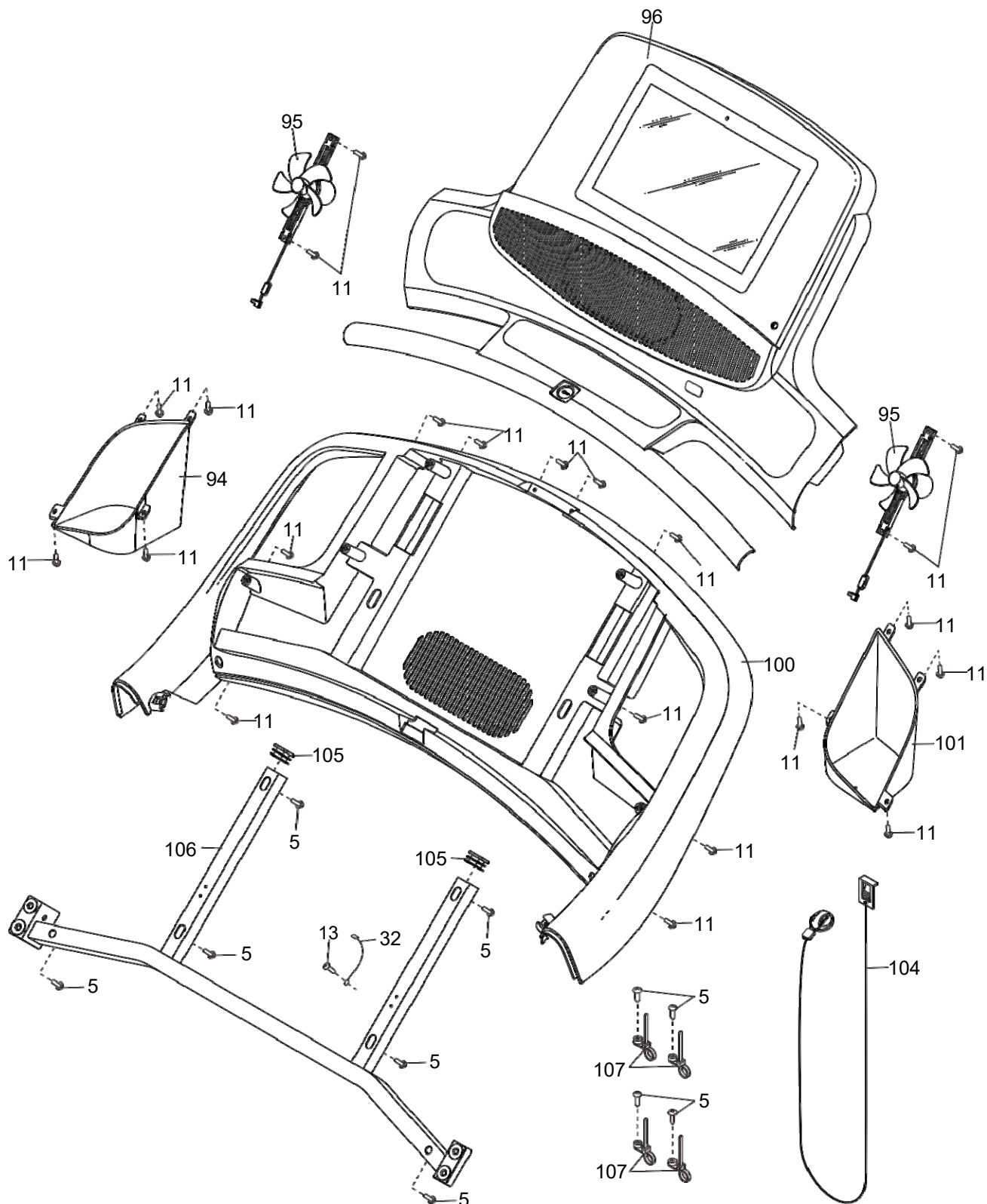
Виставковий центр: 04119, Україна, м. Київ, вул. Ілленка, 48
 тел./факс: +38 (044) 483-1367
www.interatletika.com
 e-mail: prof@interatletika.com info@interatletika.com

Модель № NTL17221-INT.0 R0421A



СХЕМА ДЕТАЛЕЙ D

Модель № NTL17221-INT.0 R0421A



ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПАСНИХ ДЕТАЛЕЙ

Для замовлення запасних деталей ознайомтеся з інформацією на передній 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 передній обкладинці даної інструкції);
- назву тренажера (дивіться передню обкладинку даної інструкції);
- номер і опис деталей, які необхідно замінити (дивіться розділи «СПИСОК 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 відповідно до місцевих законів про утилізацію.

Будь ласка, зверніться до авторизованих служб утилізації даного типу сміття у вашому регіоні. Будь ласка, використовуйте авторизовані засоби для утилізації. Виконуючи дані вказівки, ви допоможете зберегти національні ресурси та покращити Європейські стандарти захисту навколишнього середовища. Якщо ви потребуєте більше інформації щодо методів утилізації, будь ласка, зв'яжіться з місцевим офісом або організацією, де ви придбали цей тренажер.

