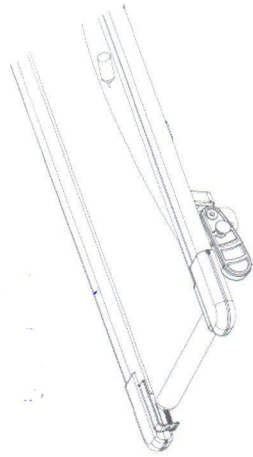


14. Рекомендации по использованию

Данный прибор – это механическая многофункциональная станция. Функции включаются вручную: бег, твистер, степпер и эластичная лента. Пользователь может сам выбрать подходящую ему тренировку.

1. Способ использования твистера: Приведите платформу степпера в верхнее положение, крепко возьмитесь за поручень спереди, затем встаньте на твистер. Поворачиваясь в стороны можно привести в тонус мышцы живота.
2. Способ использования степпера: Крепко возьмитесь спереди за поручень, встаньте на платформу степпера для выполнения упражнений.
3. Натяните руками эластичную ленту, это улучшит тонус мышц рук.
4. Бег: Крепко держитесь за поручни во время бега.
5. Отрегулируйте угол наклона для тренировки.

После нескольких использований необходимо добавлять силиконовое масло.



15. Регулировка бегового полотна

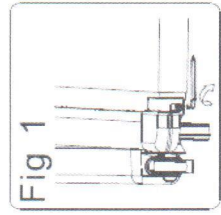


Рисунок 1

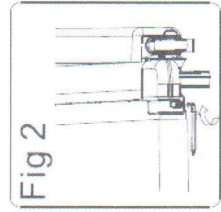


Рисунок 2

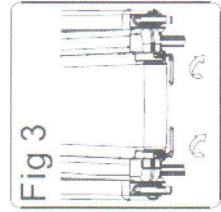


Рисунок 3

1. Беговое полотно отклоняется влево. При отклонении бегового полотна влево, с помощью шестигранного торцового ключа поверните болт с левой стороны внизу платформы на $\frac{1}{4}$ оборота по часовой стрелке (рисунок 1).
2. Беговое полотно отклоняется вправо. При отклонении бегового полотна вправо, с помощью шестигранного торцового ключа поверните болт с правой стороны внизу платформы на $\frac{1}{4}$ оборота по часовой стрелке (рисунок 2). Если полотно не встало посередине, повторяйте, пока полотно не займет место по центру.
3. Проскальзывание бегового полотна. В состоянии останова, поверните болты с обеих сторон на $\frac{1}{2}$ оборота в том же направлении (см. рисунок 3), пока не устранится неисправность.

16. Ежедневный уход

1. Пожалуйста, всегда очищайте консоль, беговое полотно, твистер, степпер и поручни, чтобы исключить попадание пыли и других предметов, что может привести к поломке оборудования.
2. После пробежки с помощью мягкой ткани очистите тренажер, для очистки запрещено использовать химические вещества.
3. Очищайте беговое полотно каждую неделю.
4. Пожалуйста, периодически затягивайте все болты.
5. Пожалуйста, не вешайте ничего на тренажер.
6. Рекомендуется использовать тренажер 1 час ежедневно. Если тренажер используется редко, осматривайте его каждые 30 дней.
7. Через какое-то время использования, пожалуйста, добавьте некоторое количество силиконового масла на беговую платформу. Это поможет увеличить срок службы беговой дорожки.

17. Схема оборудования

