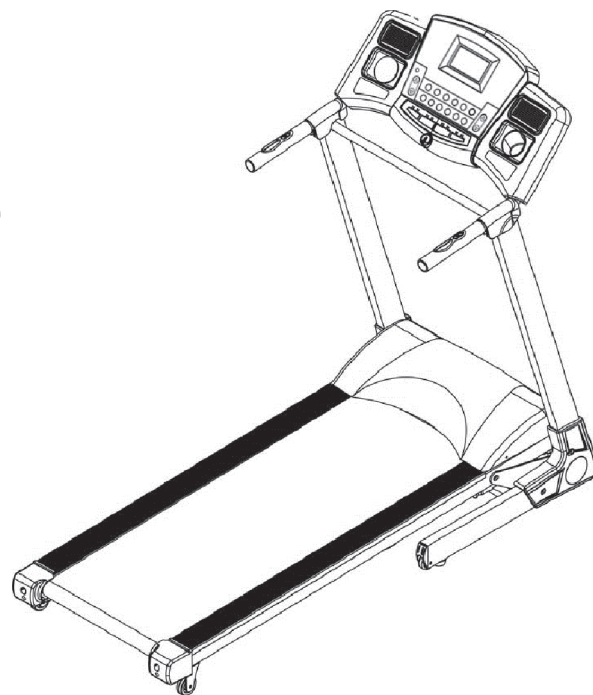


ИНСТРУКЦИЯ  
ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

Беговая дорожка  
**MASTERS**  
*KD946H*



**TATVERK**  
— UPGRADE YOURSELF —

## Инструкция по безопасности

**Данный тренажер разработан только для домашнего использования. Производитель и/или импортер снимают с себя все гарантийные обязательства в случае профессионального и коммерческого использования или использования в тренажерных залах.**

Прежде чем приступить к выполнению упражнений на тренажере, прочтите внимательно данные инструкции.

Сохраните данную инструкцию по эксплуатации как справочный материал на случай поломки или необходимости заказать комплектующие.

### ВНИМАНИЕ:

- Тренажер сделан только для домашнего использования.
- Обязательно соблюдайте инструкции по сборке.
- Используйте только оригинальные комплектующие, входящие в комплект поставки.
- Прежде чем приступить к сборке, проверьте комплектность поставки, сверяясь с приложенным списком комплектующих.
- В процессе сборки пользуйтесь только специализированным инструментом; в случае затруднений обратитесь за помощью.
- Поместите тренажер на ровную, нескользкую поверхность. Не рекомендуется пользоваться тренажером в местах с повышенным уровнем влажности по причине возможной коррозии.
- Перед первым занятием проверьте надежность крепления и состояние всех соединений. Проводите повторные проверки раз в 1-2 месяца.
- Неисправные детали следует немедленно заменить и/или прекратить использование тренажера, пока он не будет отремонтирован. Для ремонта используйте только оригинальные комплектующие.
- В случае необходимости ремонта обратитесь к продавцу тренажера.
- Не используйте для чистки чистящие средства, которые могут вызвать коррозию.
- Приступайте к занятиям только после надлежащей сборки и проверки.
- При индивидуальной настройке тренажера помните о том, что есть максимально допустимые параметры регулировки.
- Тренажер разработан для взрослых людей. Использование тренажера детьми допускается только под присмотром взрослых.
- Предупреждайте тренирующихся людей о потенциальном риске, например, связанном с подвижными элементами тренажера.
- Предупреждение: неправильные/чрезмерные тренировки могут причинить вред здоровью.
- Соблюдайте рекомендации по тренировкам, приведенные в соответствующем разделе.

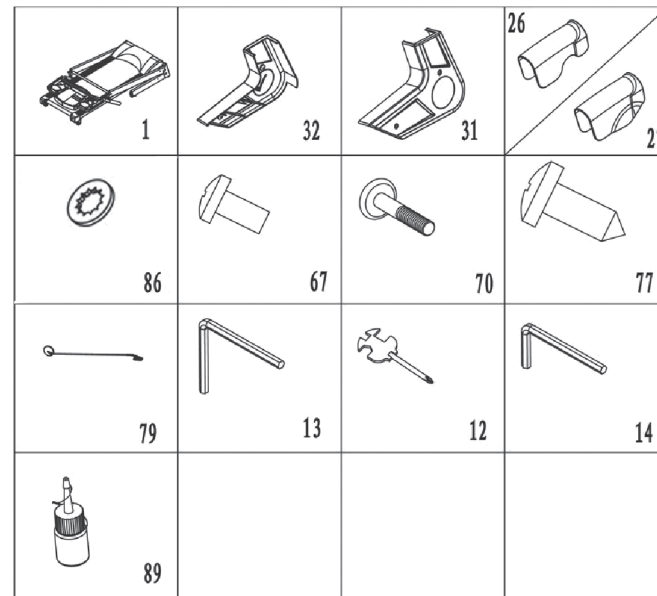
**Проконсультируйтесь у Вашего терапевта прежде, чем приступать к тренировкам. Спросите, какие упражнения следует делать и какой результат желателен.**

- Инструкция по эксплуатации предназначена только для использования покупателями.
- Поставщик не может гарантировать отсутствие ошибок перевода или неточностей в результате изменения спецификаций изделия.

**Вся приводимая информация имеет справочный характер и содержит приблизительные значения; она не может быть использована в каких-либо медицинских целях.**

## В коробке вы найдёте следующие запасные части:

№	ОПИСАНИЕ	Спецификация	Кол-во
1	Основная рама		1
26	Защитная крышка левого поручня		1
27	Защитная крышка правого поручня		1
31	Левая крышка основы		1
32	Правая крышка основы		1
13	Гаечный ключ	S=13\14\15мм	1
12	Гаечный ключ № 5	5мм	1
67	Болт	M8*20	2
70	Болт	M8*45	2
77	Винт	ST4.2*19	4
86	Шайба	8	4
79	Стоп-ключ		1
89	Смазка		1
14	Гаечный ключ №6	5мм	1



## КРЕПЕЖНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ:

Гаечный ключ №5, 5мм 1шт

Гаечный ключ №6, 6мм 1шт

Ключ S=13, 14, 15 1шт

**Примечание:** не затягивайте детали слишком сильно до тех пор, пока тренажер не будет окончательно собран

**Внимание:** Не подключайте к сети до полной сборки

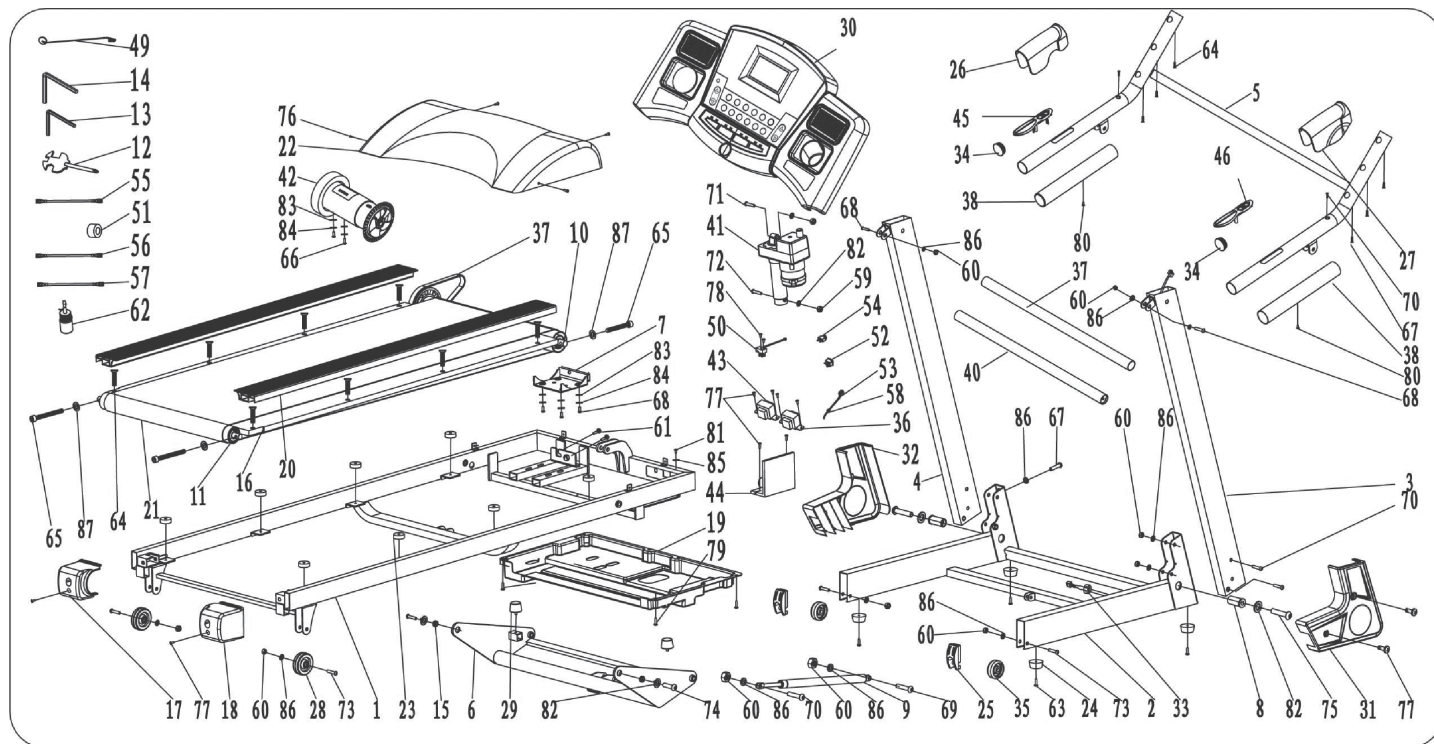
## Спецификация деталей

1	Основная рама	1	шт
2	Рама основы	1	шт
3	Правая стойка	1	шт
4	Левая стойка	1	шт
5	Скоба компьютера	1	шт
6	Наклонная скоба рамы	1	шт
7	Скоба мотора	1	шт
8	Вращающаяся труба	2	шт
9	Труба	1	шт
10	Передний ролик	1	шт
11	Задний ролик	1	шт
12	Ключ S=13, 14, 15	1	шт
13	Гаечный ключ №5 5 мм	1	шт
14	Гаечный ключ №6 6 мм	1	шт
15	Кожух	2	шт
16	Беговая платформа	1	шт
17	Левая задняя крышка	1	шт
18	Правая задняя крышка	1	шт
19	Нижняя крышка мотора	1	шт
20	Накладка	2	шт
21	Беговая лента	1	шт
22	Крышка мотора	1	шт
23	Резиновая подушка	8	шт
24	Резиновая прокладка	4	шт
25	Крышка ролика	2	шт
26	Левая крышка стойки	1	шт
27	Правая крышка стойки	1	шт
28	Регулировочное колесо	2	шт
29	Конусовидная прокладка	2	шт
30	Компьютер	1	шт

31	Правая заглушка основы	1	шт
32	Левая заглушка основы	1	шт
33	Кольцо-заглушка для кабеля	2	шт
34	Круглая заглушка	2	шт
35	Вращающийся ролик	2	шт
36	Трансформатор	1	шт
37	Клиновидный ремень	1	шт
38	Поролоновая прокладка	2	шт
39	Поролоновая прокладка	1	шт
40	Соединительная труба	1	шт
41	Мотор наклонный	1	шт
42	Мотор постоянного тока	1	шт
43	Датчик	1	шт
44	Панель управления	1	шт
45	Датчик пульса с кнопкой наклона	1	шт
46	Датчик пульса с кнопкой скорости	1	шт
47	Верхний провод компьютера	1	шт
48	Нижний провод компьютера	1	шт
49	Стоп-ключ	1	шт
50	Световой датчик	1	шт
51	Магнитное кольцо	1	шт
52	Включатель	1	шт
53	Стандартный шнур питания	1	шт
54	Устройство защиты от перегрузки	1	шт
55	Провод AC	1	шт
56	Голубой провод 8	1	шт
57	Коричневый провод	1	шт
58	Питающий провод	1	шт
59	Шестигранные гайки, тип исп. – 1 M10	2	шт
60	Шестигранные гайки, тип исп. – 1 M8	12	шт

61	Шестигранный гаечный ключ M8*30	2	шт
62	Смазка	1	шт
63	Винт M6*16	4	шт
64	Винт M6*30	8	шт
65	Болт M8*55	3	шт
66	Болт M8*12	2	шт
67	Болт M8*20	14	шт
68	Болт M8*30	6	шт
69	Болт M8*25	1	шт
70	Болт M8*45	6	шт
71	Болт M10*42	1	шт
72	Болт M10*55	1	шт
73	Болт M8*40	4	шт
74	Болт M10*20	2	шт
75	Болт M10*60	2	шт
76	Винт M8*8	4	шт
77	Винт ST4.2*19	10	шт
78	Винт ST2.9*6.5	2	шт
79	Винт ST4.2*12	6	шт
80	Винт ST4.2*28	2	шт
81	Винт ST4.2*12	3	шт
82	Шайба 10	6	шт
83	Плоская шайба 8	6	шт
84	Шайба 8	6	шт
85	Шайба 5	3	шт
86	Шайба 8	25	шт
87	Шайба 6	2	шт
88	Запорная гайка M6	8	шт

# Инструкция по сборке



## РУКОВОДСТВО ПО УСТРАНЕНИЮ НЕИСПРАВНОСТЕЙ

НЕИСПРАВНОСТЬ	ВОЗМОЖНАЯ ПРИЧИНА	СПОСОБ ПРОВЕРКИ	СПОСОБ УСТРАНЕНИЯ
Нет изображения на дисплее	1.дефектный провод	1.разорванный провод	Замените провод
	2.дефектный трансформатор	2. неправильно подсоединенный или дефектный трансформатор	Замените трансформатор
	3. дефектная консоль	3.для пробы замените консоль	Замените консоль
	4.неправильно подсоединенный провод	4.проверьте провод	Переподсоедините провод
На дисплее узкие полосы или тусклое изображение	1.панель управления неправильно собрана	Разберите панель и проверьте, имеется ли неплотно прилегающий элемент	Соберите правильно
	2.проводящая резина плохо прикреплена	Отдельно от основы проверьте, как собрана конструкция	Хорошо закрутите
E01	1.плохая коммуникация между панелью управления и электронными деталями	Проверка электроники	Правильно прикрепите провод.
	2.управляющая ИС была неправильно соединена	Проверьте и правильно установите контрольную панель	Правильно вставьте интегральную схему.
	3.дефектный трансформатор	Нет напряжения в трансформаторе	Замените трансформатор
E02	1. проверьте поступление электропитания.	Проверьте вольтамперметром	Замените лампу или панель управления
	3. неправильно подключен провод мотора	Подключен или нет провод мотора	Правильно подключите провод
E03	Неправильно подключен провод к датчику скорости	Проверьте, правильно ли подсоединен провод	Правильно подсоедините провод
		Проверьте, вставлен ли датчик в магнит цилиндра	Датчик в магните цилиндра
E05	Перегрузка	Проверьте, остановилась ли дорожка	Отрегулируйте и перезапустите беговую дорожку
E10	Неправильно установлено наклонное полотно	Проверьте, имеется ли сигнал о наклоне или нет	Правильно подсоедините провод

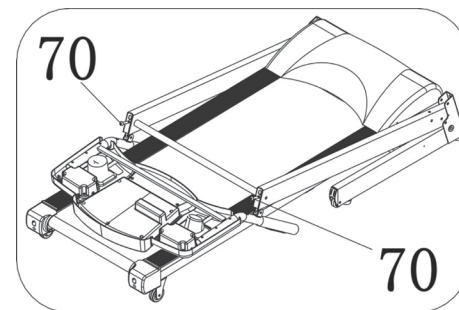
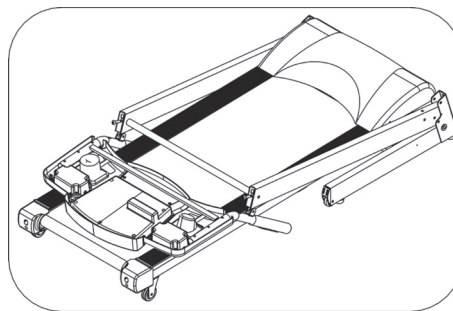
### Инструкция по сборке

#### ШАГ 1:

Откройте коробку, выньте лежащий сверху материал и комплектующие, поместите основную раму на ровную поверхность.

#### ШАГ 2:

С помощью гаечного ключа №5 (12) ослабьте болт M8\*45 (70) и выньте из левой и правой стоек.

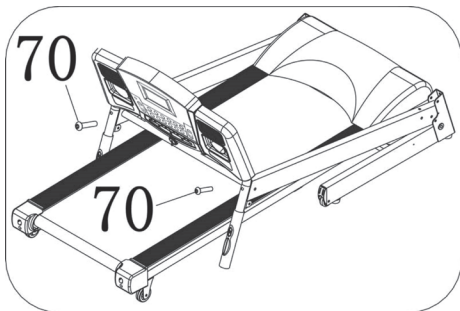


## Инструкция по сборке

### ШАГ 3:

Поднимите вверх консоль и левую и правую стойки, с помощью гаечного ключа №5 (12) болтом М8\*45 (70) закрепите конструкцию консоли на правой и левой стойках.

**Примечание:** Когда вы будете поднимать их вверх, убедитесь, что стойки не перерезают провода. Придерживайте стойки и раму консоли рукой, чтобы избежать их падения.



### ВНИМАНИЕ!

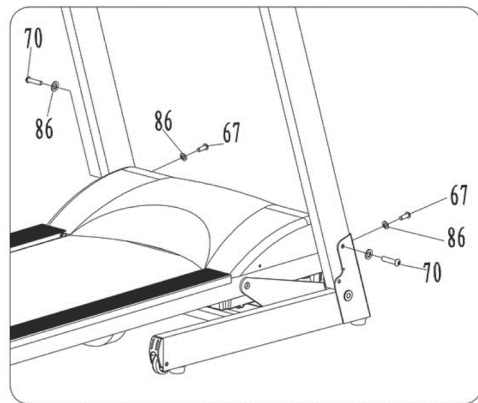
Пожалуйста, убедитесь в полной сборке беговой дорожки, как описано выше и зафиксируйте болт. Убедитесь, что все сделано правильно. Перед использованием беговой дорожки внимательно прочитайте инструкцию.

### ШАГ 4:

С помощью гаечного ключа №5 (12) вставьте болт М8\*45 (70) с шайбой (86) в основу и правую стойку и закрепите его в основе.

С помощью гаечного ключа (12) вставьте болт М8\*20 (67) с шайбой (86) в основу и правую стойку. Сборка левой части конструкции такая же, как и правой.

**Примечание:** Во время крепления придерживайте стойку рукой, чтобы избежать ее падения и ушибов.

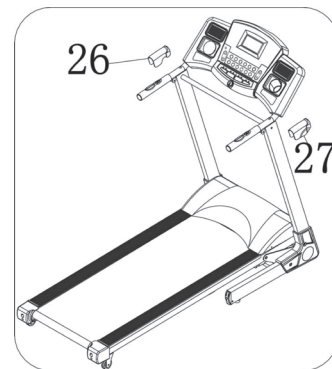
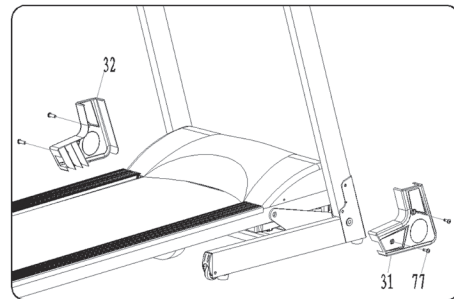


### ШАГ 6:

Поместите левую защитную крышку поручня (26) на раму консоли. Поместите правую защитную крышку поручня (27) на раму консоли.

### ШАГ 5:

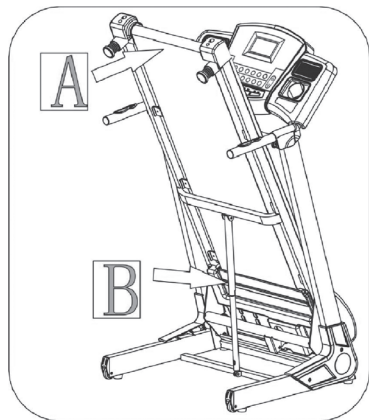
С помощью винта ST4.2\*19 (77) закрепите правую крышку основы (31) на правой стойке и основе. С помощью винта ST4.2\*19 (77) закрепите левую крышку основы (32) на левой стойке и основе.



## Инструкция по установке

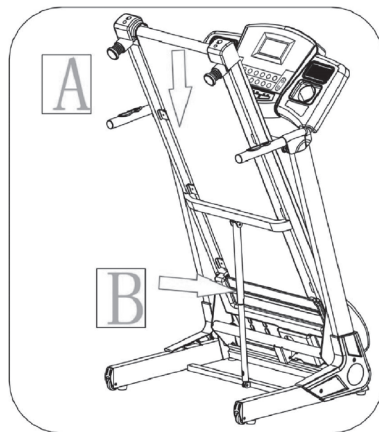
### Раскладывание:

Держите основную раму (А), поднимайте до тех пор, пока не услышите характерного звука, сигнализирующего о том, что цилиндр В закрепился в круглой трубе.



### Складывание:

Держитесь за край рамы основы, толкните трубу, затем рама основы упадет автоматически. (Пожалуйста, при опускании тренажера держите все остальные вещи вдали от него)



## Способы заземления

Данное изделие должно быть заземлено. В случае неправильной работы или поломки заземление обеспечивает возможность, по меньшей мере, сопротивления электрическому току и снижает риск удара током. Данное изделие оборудовано проводом с заземляющим проводником и заземляющей вилкой. Вилка должна быть вставлена в соответствующий разъем, который правильно установлен, заземлен и соответствует всем отечественным приборам.

**ОПАСНО:** Неправильное подсоединение заземляющего провода может привести к удару током. Проконсультируйтесь с квалифицированным электриком или специалистом по ремонту, если у вас имеются сомнения по поводу правильности сделанного заземления. Не изменяйте вилку, входящую в комплект с изделием. Если она не входит в разъем, обратитесь к квалифицированному электрику для установки соответствующего разъема.

## Технические параметры

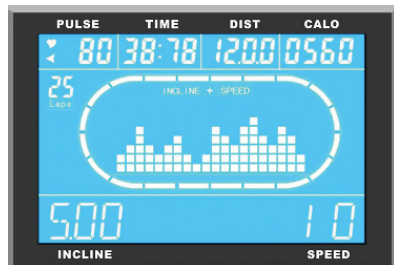
Размер в разобранном состоянии (мм)	1658*754*1395 мм	Мощность	Указано на этикетке
Размер в собранном состоянии (мм)	88*54*1565 мм	Максимальная выходная мощность	Указано на этикетке
Размер беговой дорожки (мм)	460*1220 мм	Скоростной диапазон	1-14км/ч
Вес нетто	65 КГ	Максимальный вес пользователя	120 кг
1 ЖКД с синей подсветкой	Speed\Скорость, Time\Время, Distance\Расстояние, Calories\Калории, Pulse\Пульс		

Данное изделие предназначено для использования с сетью 220 В и имеет заземляющую вилку, которая выглядит как вилка, показанная ниже на рис. А. Изделие подсоединяется к разъему, имеющему такую же конфигурацию, что и вилка. Адаптер с данным изделием не используется.



# Руководство по эксплуатации

## 1. ЖИДКОКРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ ДИСПЛЕЙ:



## 2. КНОПКИ

'PROG': Кнопка выбора программы. Порядок: Ручной выбор режим—P1-P2-----P15

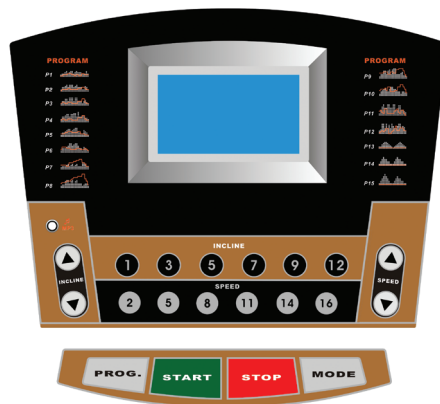
'MODE': Кнопка выбора режима. Порядок: Ручной режим-Время-Расстояние-Калории

'START': Нажмите кнопку, беговая дорожка начнет движение на самой низкой или заданной по умолчанию скорости через 3 секунды.

'STOP': Нажмите эту кнопку, и тренажер плавно остановится.

'SPEED FAST/DOWN' : Нажмите кнопку для регулировки скорости, увеличение на 0,1 км.

'SPEED (2, 5, 8, 11, 14, 16)': Нажмите кнопку для быстрой установки скорости.



'INCLINE UP/DOWN': Нажмите кнопку для регулировки наклона.

'INCLINE (1, 3, 5, 7, 9, 12)': Нажмите кнопку для быстрой регулировки наклона.

Кнопка на поручне слева: Регулировка наклона.  
Кнопка на поручне справа: Регулировка скорости.

## 3. ОСНОВНАЯ ФУНКЦИЯ:

Нажмите пуск, дисплей загорится в течение 2 секунд. Затем включите ручной режим.

## 4. БЫСТРЫЙ ПУСК (РУЧНОЙ):

Включите питание и снимите дорожку с блокировки стоп-ключом. Дисплей показывает 70 (70 является весом, в кг). Пользователь устанавливает скорость и наклон в соответствии с его весом с помощью кнопок регулировки

наклона и скорости. После установки веса нажмите кнопку подтверждения для перехода к следующему действию. Нажмите PROGRAM, программа может выбрать установку по циклам: P1->P2->P3->P4->P5->P6->P7->P8->P9->P10->P11->P12-----P15. (всего 15 формул). Нажмите кнопку Start, дисплей покажет 3-2-1. Беговая дорожка начинает работать с самой низкой скорости, для регулировки скорости и наклона нажимайте кнопки SPEED и INCLINE плюс и минус вверх и вниз, вы также можете использовать кнопку быстрой регулировки. Для остановки нажмите кнопку STOP или просто выньте стоп-ключ.

## 5. РЕЖИМ ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА

Нажмите кнопку MODE для включения следующих опций: отсчет времени, отсчет расстояния, подсчет калорий. Установленное по умолчанию значение показывается на мерцающем дисплее. Затем нажмите кнопку SPEED плюс или минус для установки желаемого значения. Нажмите START, через 3 секунды беговая дорожка начнет работать с самой низкой скорости, для регулировки скорости и наклона нажимайте кнопки SPEED и INCLINE. Когда на дисплее появится цифра 0, дорожка замедлится и остановится. Конечно, вы можете нажать непосредственно кнопку STOP или вынуть стоп-ключ.

## Руководство по эксплуатации

### 6. УСТАНОВЛЕННЫЕ ПРОГРАММЫ:

Нажмите кнопку выбора программы, выберите от P1 до P15, любая из них будет уже имеющейся в памяти тренажера программой, в этом случае дисплей показывает установленное по умолчанию значение времени и мигает, нажмите кнопку SPEED для установки требуемого времени. Встроенная программа разделена на 20 сегментов, каждый раз время бега / 20. Нажмите кнопку START, беговая дорожка начнет работать на первой скорости и с заданным наклоном через 3 секунды. Когда закончится сегмент, автоматически введется следующий рабочий сегмент и одновременно будут установлены скорость и наклон. Все сегменты закончили работу. Программа завершила замедление до полной остановки дорожки, наклон возвращается в позицию 0. Во время работы тренажера скорость и наклон могут быть увеличены или уменьшены. Но в следующем цикле они будут автоматически установленными значениями по умолчанию. Движение может быть остановлено непосредственно кнопкой STOP, или выньте стоп-ключ для остановки работы. Предустановленные данные приведены в Таблице.

	Начальное значение	Установленное начальное значение	Устанавливаемый диапазон	Показываемый диапазон
Время (мин:сек)	0:00	30:00	10:00-99:00	0:00 – 99:59
Скорость (км/ч)	0.0	нет	Нет	1.0 – 16.0
Расстояние (км)	0.00	1.0	0.5 – 99.00	0.00 – 99.99
Пульс (раз/мин)	P	нет	Нет	40 – 200
Калории	0	50	10 – 999	0 – 999

### 7. УПРАВЛЕНИЕ ПО ВРЕМЯ РАБОТЫ ТРЕНАЖЕРА:

- A: Снижение скорости: для замедления скорости работы дорожки.
- B: Увеличение скорости: для увеличения скорости работы дорожки.
- C: Уменьшение наклона: для уменьшения наклона при беге.
- D: Увеличение наклона: для увеличения наклона при беге.

- E: Если вы прижмете руки к датчику пульса на 5 секунд, отобразится ваш пульс
- F: Кнопка остановки: для остановки беговой дорожки.

### 8. ПУЛЬС:

Если вы прижмете обе руки к датчику пульса, через 5 секунд ваш пульс будет показан на дисплее. Чтобы получить точное значение, пожалуйста, сделайте тест, когда дорожка остановится, и подержите руки на панели более 30 секунд. Данные вашего пульса носят справочный характер и не являются медицинскими показателями.

### 9. ФУНКЦИЯ БЕЗОПАСНОСТИ:

Если вы выньте стоп-ключ, на дисплее отобразится "SAFEKEY", вы услышите 3 звуковых сигнала "бз—бз—бз". Пожалуйста, не включайте в это время дорожку. Вставьте стоп-ключ, дисплей покажет вес, установленный последний раз, и будет ждать команд.

### 10. РЕЖИМ ОЖИДАНИЯ:

- A. Прекратите тренировку на более чем 10 минут, и система перейдет в режим ожидания.
- B. Нажмите любую кнопку, чтобы активировать консоль, находящуюся в режиме ожидания.

### ВНИМАНИЕ:

1. Проверьте потребление энергии. Нажмите "Start", убедитесь, в подключении ключа защиты.
2. Вы можете отсоединить тяговой канат, если во время упражнений возникла опасность. Беговая дорожка немедленно остановится; Прикрепите магнит тягового каната к компьютеру, программа запустится сначала.
3. Свяжитесь с дистрибьютером, если возникли неполадки. Никогда не пытайтесь отремонтировать оборудование самостоятельно.



## Инструкции к упражнениям

### РАЗМИНКА:

Если вам больше 35 лет или вы не совсем здоровы, а также если это ваша первая тренировка, пожалуйста, проконсультируйтесь с вашим врачом или специалистом по спорту.

Перед использованием беговой дорожки, пожалуйста, научитесь работать с тренажером, как правильно его включать, выключать, регулировать скорость и т.д. В это время не стойте на дорожке. После этого вы можете пользоваться тренажером. Встаньте на нескользящий коврик и держитесь за поручни обеими руками. Сохраняйте скорость дорожки около 1,6–3,2 км/ч, затем попробуйте, как работает тренажер одной ногой, привыкните к скорости. После этого вы можете бежать на дорожке и увеличивать скорость от 3 до 5 км/ч. Сохраняйте скорость около 10 минут, затем остановите дорожку.

### ТРЕНИРОВКА:

Научитесь регулировать скорость и наклон дорожки перед ее использованием. Пройдите около 1 км при постоянной скорости и запишите время, это займет у вас около 15–25 мин. Если идти при скорости 4,8 км/ч, это займет у вас около 12 минут на 1 км. Если вы чувствуете себя комфортно при постоянной скорости, вы можете прибавить скорость и увеличить наклон после 30 минут, вы можете хорошо потренироваться. На данной стадии вы не можете одновременно повысить скорость или увеличить наклон слишком сильно, что помогает чувствовать себя комфортно.

### ИНТЕНСИВНОСТЬ ТРЕНИРОВОК:

Разомнитесь при скорости 4,8 км/ч в течение 2 минут, затем увеличьте скорость до 5,3 км/ч и продолжайте идти 2 минуты, затем прибавьте скорость до 5,8 км/ч и идите 2 минуты. После этого прибавляйте по 0,3 км/ч каждые 2 минуты, до тех пор, пока ваше дыхание не участится, но при этом вы будете чувствовать себя комфортно. Сжигание калорий: самый эффективный способ Разминка 5 минут при скорости 4–4,8 км/ч, затем медленно увеличивайте скорость на 0,3 км/ч каждые 2 мин до постоянной скорости, при которой вы чувствуете себя комфортно, в течение 45 мин. Для интенсивности движения вы можете поддерживать скорость в течение 1 ч телепрограммы, затем увеличивайте скорость на 0,3 км/ч во время каждого перерыва на рекламу, потом вернитесь обратно к первоначальной скорости. Вы можете добиться наибольшего эффекта сжигания калорий во время рекламы, когда будет увеличиваться частота сердцебиений. В конце вы должны постепенно замедлять скорость в течение 4 минут.

### ЧАСТОТА ТРЕНИРОВОК:

Курс: 3–5 раз в неделю, 15–60 мин/раз. Составьте расписание тренировок, чтобы они были не просто вашим хобби.

Вы можете контролировать интенсивность бега путем регулировки скорости и наклона дорожки. Мы рекомендуем, чтобы сначала вы не устанавливали наклон; установка наклона является эффективным

способом увеличения интенсивности тренировок. Перед началом тренировок проконсультируйтесь с вашим терапевтом или другим профессиональным врачом. Профессионалы могут помочь составить подходящее вам расписание тренировок в соответствии с вашим возрастом и состоянием здоровья, определить скорость и интенсивность тренировок. Пожалуйста, сразу же прекратите занятия, если вы чувствуете сдавленность или боль в груди, нарушение частоты сердцебиения, затруднение дыхания, тошноту или другие проявления дискомфорта на тренировках. Вы должны проконсультироваться с вашим терапевтом или другим профессиональным врачом о ходе занятий. Вы можете выбрать нормальную скорость как при ходьбе или как при разминочной пробежке, если вы всегда тренируетесь на беговой дорожке. Если у вас нет достаточного опыта, вы можете следовать инструкциям:

Скорость 1–3,0 км/ч — Плохая физическая форма  
Скорость 3,0–4,5 км/ч — Мало движения и тренировок

Скорость 4,5–6,0 км/ч — Обычная ходьба

Скорость 6,0–7,5 км/ч — Быстрая ходьба

Скорость 7,5–9,0 км/ч — Бег трусцой

Скорость 9,0–12,0 км/ч — Ходьба при средней скорости

Скорость 12,0–14,5 км/ч — Большой опыт бега

Скорость 14,5–16,0 км/ч — Отличный бегун

**Внимание:** Скорость движения  $\leq 8,0$  км/ч - нормальная ходьба; Скорость движения  $\geq 8,0$  км/ч - бег.

## Инструкции к упражнениям

15 секунд каждую руку



25 секунд



30 секунд



20 секунд



20 секунд каждую ногу



20 секунд



20 секунд



25 секунд каждую ногу



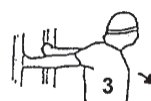
3 раза по 5 секунд



5 раз



20 секунд



20 секунд



30 секунд



20 секунд



15 секунд



## Регулирование бегового полотна

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: ВСЕГДА ОТКЛЮЧАЙТЕ БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ ОТ СЕТИ ПЕРЕД ЧИСТКОЙ ИЛИ ТЕХНИЧЕСКИМ ОСМОТРОМ!**

### Чистка:

Обычная чистка значительно продлит срок службы дорожки.

Регулярно очищайте дорожку от пыли. Также осуществляйте чистку беговой платформы по бокам полотна, а также боковых планок. Чистая спортивная обувь рекомендуется для того, чтобы меньше инородных тел скапливалось под полотном беговой дорожки.

**Предупреждение:** Всегда отключайте беговую дорожку от сети перед тем, как открыть моторный отсек. Проверяйте мотора как минимум один раз в год.

### БЕГОВОЕ ПОЛОТНО И СМАЗКА ПЛАТФОРМЫ

Платформа беговой дорожки предварительно смазана. Трение полотна/ платформы может играть важную роль в функционировании и сроке службе оборудования, поэтому необходима периодическая смазка. Рекомендуется периодическая проверка платформы. Обратитесь в сервисный центр, если на платформе имеются повреждения.

Смазывание платформы рекомендуется согласно следующему графику:

- Вы пользуетесь дорожкой редко (менее 3 часов в неделю) — ежегодно
- Вы пользуетесь дорожкой относительно часто (3-5 часов в неделю) — каждые шесть

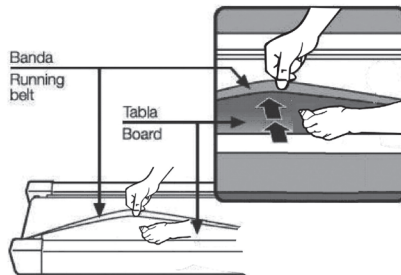
месяцев

- Вы пользуетесь дорожкой очень часто (более 5 часов в неделю) — каждые три месяца

Рекомендуется приобретать смазку у нашего дистрибьютора или непосредственно в нашей компании.

**Внимание:** Любой ремонт должен осуществлять профессионал.

1. Рекомендуется отключать тренажер от питания на 10 минут после 2 часов работы, так как это продлевает его срок службы.
2. Полотно не должно быть слишком ослаблено, чтобы не поскользнуться во время бега. Полотно не должно быть слишком натянуто, чтобы избежать повышенного истирания между вращающимся элементом и полотном и поддерживать тренажер в хорошем состоянии. Вы можете регулировать расстояние между платформой и полотном, полотно должно быть по обеим сторонам на расстоянии 50-75 мм от



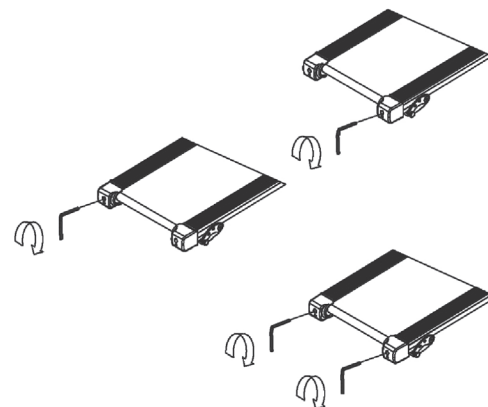
## Центрирование бегового полотна:

Поместите беговую дорожку на ровную поверхность. Запустите дорожку со скоростью примерно 6-8 км/ч, проверяя ее рабочее состояние.

Если полотно сместилось вправо, поверните правый регулировочный болт на 1/4 поворота по часовой стрелке, затем запустите дорожку, чтобы полотно выровнялось по центру.

Если полотно сместилось влево, поверните левый регулировочный болт на 1/4 поворота по часовой стрелке, затем запустите дорожку, чтобы полотно выровнялось по центру.

Вовремя устанавливайте натяжение полотна, если необходимо, поворачивайте левый и правый болты на 1/4 поворота по часовой стрелке, затем перезапускайте дорожку. Регулируйте натяжение до тех пор, пока не установите полотно правильно.



*СЖИГАЙ СОМНЕНИЯ —  
УЛУЧШАЙСЯ!*

**B** [www.vk.com/tatverk](http://www.vk.com/tatverk)

**f** [www.facebook.com/tatverk](http://www.facebook.com/tatverk)



[www.tatverk.com](http://www.tatverk.com)

