

HASTTINGS

FITNESS EQUIPMENT

Инструкция по эксплуатации беговая дорожка TR660



Руководство пользователя



Благодарим Вас!

Спасибо за то, что выбрали наш продукт. Беговая дорожка поможет Вам натренировать мышцы и улучшить Вашу физическую форму – и все это в знакомом, домашнем окружении.

Основные инструкции по технике безопасности

При изготовлении и разработке этого устройства большое внимание было уделено безопасности использования. Однако, очень важно, чтобы Вы строго придерживались данной инструкции по безопасности. Компания-производитель не несёт ответственности за несчастные случаи, которые были вызваны несоблюдением данных инструкций.

Для обеспечения Вашей безопасности и во избежание несчастных случаев, пожалуйста, полностью и внимательно прочитайте инструкцию по эксплуатации, перед тем, как Вы будете использовать беговую дорожку впервые.

- 1) Проконсультируйтесь с врачом прежде, чем начать тренироваться на этом устройстве. Для регулярных и интенсивных тренировок, желательно заключение Вашего лечащего врача. Особенно это относится к пользователям, имеющим проблемы со здоровьем.
- 2) Людям с ограниченными возможностями мы рекомендуем использовать устройство в присутствии лица, осуществляющего уход.
- 3) При занятиях на беговой дорожке, выбирайте удобную одежду и предпочтительно спортивную обувь. Избегайте занятий в свободной одежде, которая может попасть в движущиеся части устройства.
- 4) Сразу прекращайте тренировку, если вы почувствовали себя плохо или появилась боль в суставах или мышцах. В частности следите, как Ваше тело реагирует на программу тренировки. Головокружение – знак того, что Вы тренируетесь слишком интенсивно. Если у вас появились симптомы головокружения, прилягте до тех пор, пока Вы не почувствуете себя лучше.
- 5) Данное устройство не предназначено для использования лицами (включая детей) с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или с недостаточным опытом и знаниями, если они предварительно не были проинструктированы по вопросам использования лицом, ответственным за их безопасность. Следите за тем, чтобы дети не играли с тренажёром.
- 6) Убедитесь, что во время тренировки поблизости отсутствуют дети. Устройство должно находиться в месте, недоступном для детей или домашних животных.
- 7) Только один человек может заниматься на тренажёре одновременно в момент тренировки.
- 8) После того, как вы собрали и настроили устройство согласно инструкциям, удостоверьтесь, что все винты, болты и гайки надёжно закреплены. Используйте только поставляемые производителем элементы для сборки.
- 9) Не используйте устройство, если оно повреждено или неисправно.
- 10) Устанавливайте устройство на ровную, чистую и прочную поверхность. Никогда не используйте устройство рядом с источниками воды. В случае необходимости, постелите специальный коврик (не включён в комплект поставки), чтобы защитить Ваш пол под беговой дорожкой и обеспечьте свободное пространство, по крайней мере 0.5 м вокруг устройства.
- 11) Соблюдайте повышенную осторожность, когда Ваши ноги или руки находятся около движущихся частей. Остерегайтесь попадания посторонних предметов в элементы беговой дорожки.
- 12) Используйте устройство только в целях, описанных в данной инструкции. Используйте только рекомендованные и прилагаемые изготовителем элементы крепежа.

- 13) Рекомендуется проводить периодический контроль питающего напряжения электрической сети в помещении, где расположено спортивное оборудование.
- 14) Электрическая вилка оборудования должна быть доступна для быстрого отключения.

Особые Меры безопасности

Источник энергии:

- Для установки беговой дорожки выберите место рядом с электрической розеткой.
- Подключая устройство, используйте вилку и розетку с заземлением. Не подключайте к одной розетке другие устройства одновременно с беговой дорожкой. Не рекомендуется использовать удлинители.
- Неправильное заземление беговой дорожки может вызвать риск удара электрическим током. Проконсультируйтесь с квалифицированным электриком, чтобы он проверил гнездо розетки, если вы не уверены, правильно ли заземлена беговая дорожка. Не модифицируйте штепсель, идущий в комплекте с беговой дорожкой, если он не подходит к вашей электрической розетке. При необходимости замены штепселя или розетки, обратитесь к квалифицированному электрику.
- Скачки напряжения могут серьёзно повредить беговую дорожку. Изменения погоды или подключение и отключение других приборов могут вызвать скачки напряжения, перенапряжение или электрические помехи. Снизить опасность повреждения беговой дорожки поможет использование стабилизатора напряжения мощность которого соответствует мощности беговой дорожки, не менее 1,5 кВт (не включено в комплект поставки). В случае повреждения электронных частей, причиной которой стали скачки напряжения, гарантийный ремонт не обеспечивается.
- Этот прибор разработан для использования в электрических сетях с напряжением ~220 - ~229 В и частотой 50 Гц.
- Держите шнур питания вдали от роликовых механизмов. Не допускайте попадания шнура питания под беговое полотно.
- Отключите устройство прежде, чем произвести его чистку или обслуживание. Обслуживание должно производиться только уполномоченным сервисным техническим персоналом, если другое не заявлено изготовителем. Игнорирование этих инструкций автоматически лишает гарантии.
- Осматривайте беговую дорожку перед каждым использованием, чтобы удостовериться, что каждая её часть находится в рабочем состоянии.
- Не используйте беговую дорожку на открытом воздухе, в гараже или под любым видом навеса. Не используйте беговую дорожку в условиях высокой влажности или под прямыми солнечными лучами.
- Никогда не оставляйте включённую беговую дорожку без присмотра.
- Если шнур электрического питания повреждён, он должен быть заменён изготовителем, сервисным инженером или другим квалифицированным персоналом, во избежание опасности.
- Удостоверьтесь, что полотно беговой дорожки всегда натянуто. Запустите беговое полотно, прежде чем становиться на него.
- Электрический распределительный щит должен располагаться в доступном месте для возможности быстрого обесточивания оборудования. Розетки для подключения оборудования должны быть трёхпроводными, выдерживающие ток не менее 20А с защитным заземлением для обеспечения срабатывания системы УЗО.
- Питающее напряжение должно быть обеспечено в пределах 220В +10% -5%

- Перед каждым использованием осмотрите электрический соединительный шнур на отсутствие его повреждений. В необходимых случаях проконсультируйтесь с организацией, обслуживающей вашу внутриквартирную электропроводку и электрические розетки. Выполнение этих требований снизит риск поражения электрическим током.
- Не применяйте дополнительные электрические удлинители, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажёром. Это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также может явиться обоснованным отказом в гарантийном обслуживании.
- В составе электронной части оборудования встроены подавители импульсных помех, однако если рядом в соседних помещениях используется другое оборудование, являющееся источником мощных импульсных помех либо создающее мощные броски напряжения или кратковременные провалы напряжения, необходимо применение дополнительного оборудования – стабилизаторов, фильтров подавителей импульсной помехи, развязывающих трансформаторов и т. п. для защиты оборудования.

Важная информация по электробезопасности

НИКОГДА не используйте беговую дорожку с розетками, подключёнными к устройству защитного отключения. Как любые устройства с большим мотором, беговая дорожка может вызвать частое срабатывание УЗО. Располагайте шнур питания вдали от движущихся частей беговой дорожки, в том числе механизма подъёма и транспортных колёс.

НИКОГДА не снимайте любые детали, крышки без предварительного отключения питания. Если напряжение изменяется на десять процентов (10%) или больше, производительность вашего тренажёра может быть ухудшена. Использование тренажёра в таких условиях лишает гарантийного обслуживания. Если вы подозреваете, что подаётся низкое напряжение, свяжитесь с представителями вашей местной энергетической компании или обратитесь к профессиональному электрику для надлежащего тестирования электросети.

НИКОГДА не подвергайте беговую дорожку воздействию дождя или влаги. Этот тренажёр не предназначен для использования на открытом воздухе, рядом с бассейном или в спа-салоне или в любой другой среде с высокой влажностью. Спецификация рабочих температур составляет от +4 до +38 градусов по Цельсию, а влажность составляет 95% без конденсации (не должно образовываться никаких капель воды на поверхности).

Автоматические выключатели: Некоторые выключатели, используемые в домах, не рассчитаны на большие пусковые токи, которые могут возникнуть при первом включении или даже во время использования беговой дорожки. Если беговая дорожка вызывает срабатывания автоматического выключателя (даже если выключатель подходит по всем параметрам), вам нужно заменить автоматический выключатель на автомат с более высоким уровнем срабатывания. Данная особенность не является дефектом.

Это условие, которое нельзя контролировать в процессе производства тренажёра. Автоматические выключатели доступны в большинстве электрических магазинов.

Инструкция по заземлению

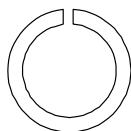
Тренажёр должен быть заземлён. Если происходит поломка или возникает неисправность беговой дорожки, заземление обеспечивает путь наименьшего сопротивления для электрического тока, что снижает риск поражения электрическим током. Это изделие оснащено кабелем с заземляющей вилкой. Вилку следует вставлять в сетевую розетку, смонтированную и заземлённую в соответствии со всеми местными нормативами и правилами.

ОПАСНОСТЬ - Неправильное подключение заземления может привести к поражению электрическим током. Обратитесь к квалифицированному электрику, если у вас есть сомнения относительно того, что тренажёр заземлён. Не переделывайте вилку поставляемую вместе с тренажёром, если она не будет соответствовать розетке, обратитесь к квалифицированному электрику для выполнения работ по подключению.

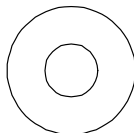
Тренажёр предназначен для использования при номинальном напряжении сети 230 вольт и вилки с заземлением. Если вилка не подходит к розетке, то можно использовать переходник. Желательно, чтобы переходник тоже имел заземление. Если используется переходник, обеспечивающий подключение к розетке без заземления, то необходимо, чтобы квалифицированный электрик обеспечил заземление тренажёра.



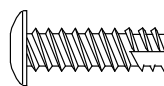
Комплект для сборки



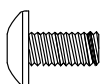
148. $\varnothing 8 \times 1.5T$
Разомкнутая шайба (4шт.)



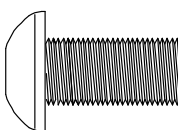
94. $\varnothing 8 \times \varnothing 19 \times 1.5T$
Изогнутая шайба (2шт.)



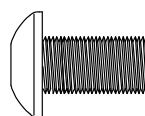
88. $\varnothing 5 \times 16L$
Саморез (4шт.)



95. $M5 \times P0.8 \times 10L$
Винт (2шт.)



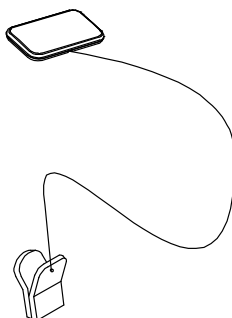
90. $5/16" \times UNC18 \times 3/4"$
Винт с (4шт.)



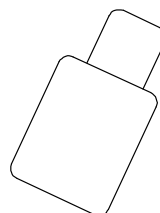
93. $5/16" \times UNC18 \times 15L$
Винт с шестигранным пазом (8шт.)



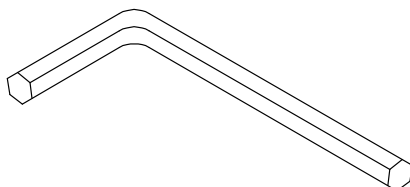
132. M5
Клипсовая гайка (4шт.)



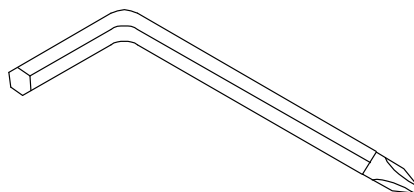
33. Ключ безопасности
(1шт.)



58. Смазка (1шт.)



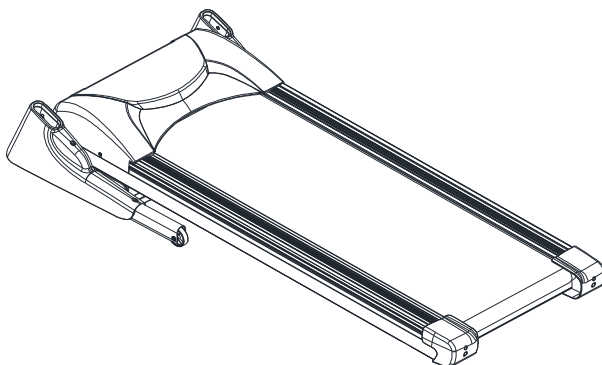
97. M6 (66 $\times$ 86)
Шестигранный ключ (1шт.)



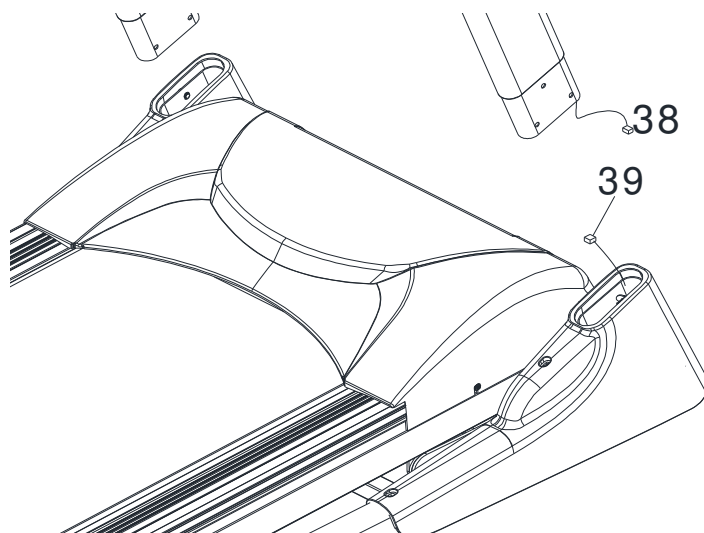
96. Комбинированный шестигранный
ключ и крестовая отвёртка (1шт.)

Инструкции по сборке

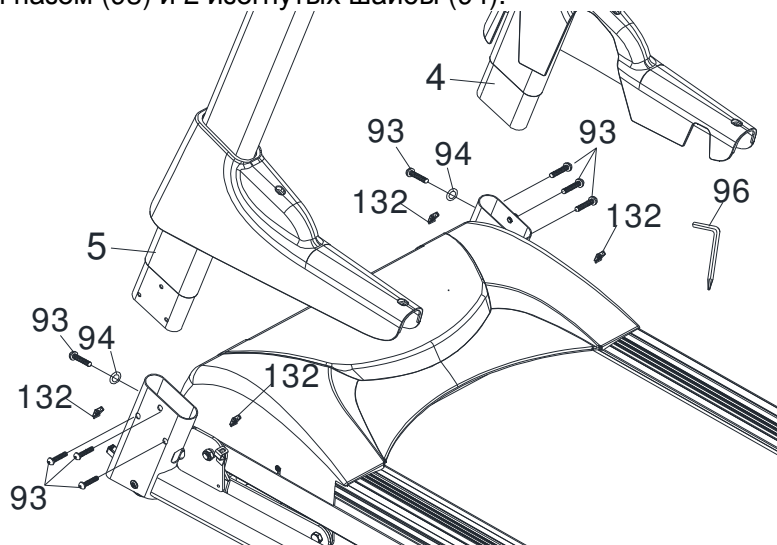
Шаг 1: Извлеките беговую дорожку из упаковки и разложите на ровной поверхности.



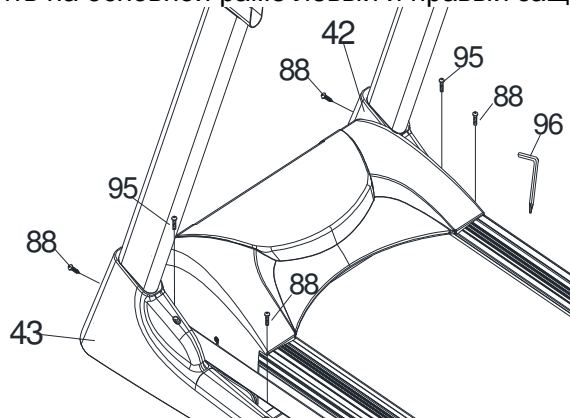
Шаг 2: Подсоедините кабель консоли (нижний) (39) к среднему кабелю (38).



Шаг 3: Установите левую (5) и правую (4) стойку в основание рамы (2) и закрепите с помощью 4 клипсовых гаек (132), так же воспользуйтесь комбинированным ключом (96) чтобы затянуть 8 болтов с шестигранным пазом (93) и 2 изогнутых шайбы (94).



Шаг 4. Воспользуйтесь комбинированным ключом (96) чтобы надёжно затянуть 4 самореза (88) и два винта (95), чтобы закрепить на основной раме левый и правый защитный кожух (42 ,43).

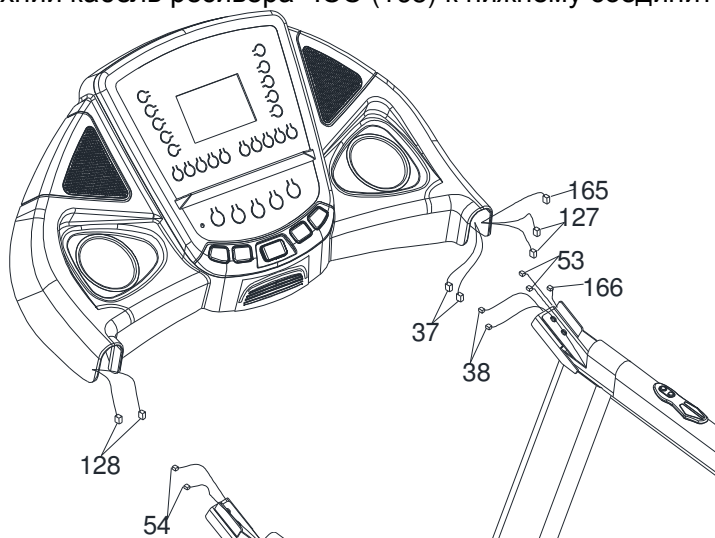


Шаг 5. Подключите кабель консоли (средний) (38) к верхнему кабелю (37).

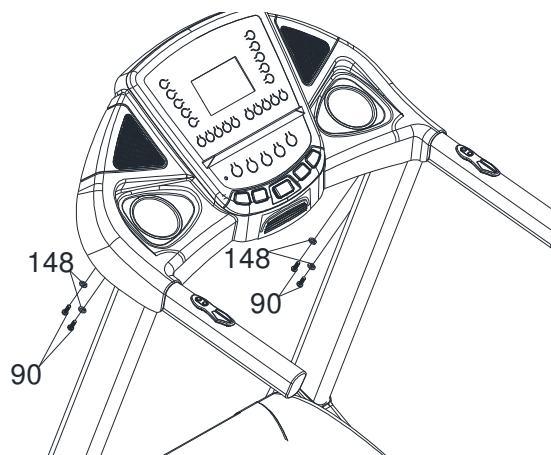
Подключите верхний кабель регулировки скорости (127) к комбинированному кабелю скорости и сенсорных датчиков(53).

Подключите верхний кабель регулировки уровня наклона (128) к комбинированному кабелю уровня наклона и сенсорных датчиков (54).

Так же подключите верхний кабель ресивера ЧСС (165) к нижнему соединительному кабелю (166).

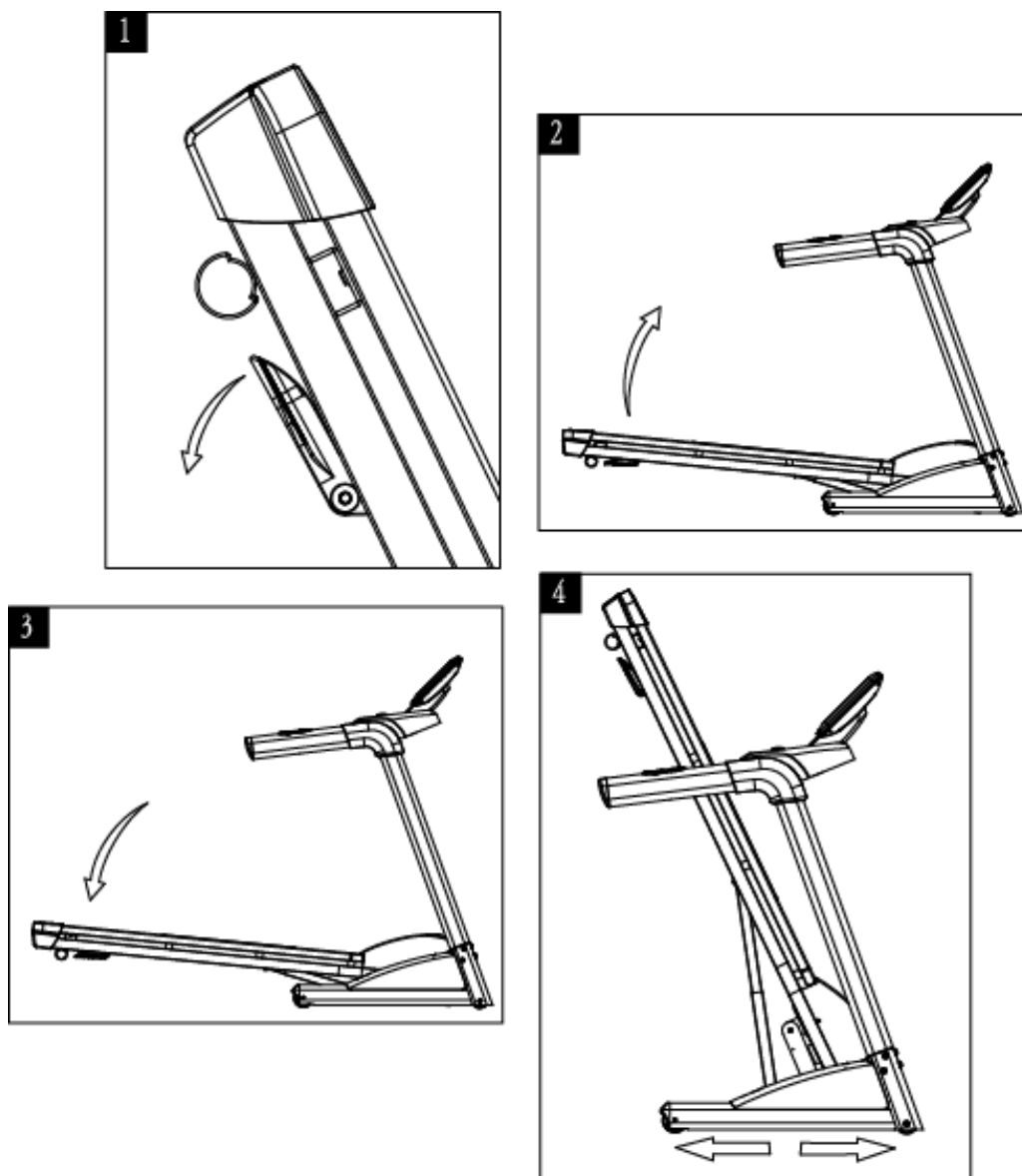


Шаг 6. Воспользуйтесь 4 винтами (90) и 4 разомкнутыми шайбами (148) чтобы надёжно закрепить консоль на стойках.



Примечание: Пожалуйста, надёжно протяните все крепления после установки всех деталей

Инструкция по складыванию



Не пытайтесь перемещать тренажёр, пока он не переведён в сложенное и зафиксированное положение. Убедитесь, что шнур питания надёжно закреплён, для исключения возможности повреждения. Используйте оба поручня для перемещения беговой дорожки.

- **Раскладывание беговой дорожки:**

Слегка надавите* одной рукой на беговое полотно. Потяните за фиксатор блокировки и медленно опустите беговое полотно на пол. Беговое полотно самостоятельно примет горизонтальное положение, когда вы его разложите до уровня примерно по пояс. (Рис. 1 и рис. 2)

В области задних роликов, чтобы уменьшить давление на фиксатор.

- **Складывание беговой дорожки:**

Убедитесь, что на беговой дорожке выставлен минимальный уклон. Поднимите беговое полотно, пока не сработает фиксатор на телескопической трубке по центру задней части основной рамы. (Рис. 3)

Консоль управления



Начало использования:

Подключите тренажёр к питанию и переключите выключатель, расположенный в передней части тренажёра, в рабочее положение. Перед началом убедитесь, что ключ безопасности на месте, т.к. без него дорожка не будет работать.

После включения питания на экране консоли будет отражена версия программного обеспечения. Затем будет выведено кратковременное сообщение о показаниях одометра в окнах времени и дистанции. В окне время будет отражена информация о том, как долго дорожка использовалась, а в окне дистанции какое расстояние в общей сложности было пройдено (метрическую систему можно задать по желанию). После дорожка перейдёт в режим ожидания, что можно считать отправной точкой начала тренировок.

Программа быстрого старта

1. Поместите ключ безопасности в разъем чтобы «разбудить» консоль (если только ранее он не был уже установлен).
2. Нажмите клавишу старт для запуска бегового полотна. Чтобы разогнать тренажёр до желаемой скорости воспользуйтесь клавишами ▲/▼ (на консоли или поручне). Также можно воспользоваться клавишами заданной скорости.
3. Чтобы остановить дорожку нажмите клавишу СТОП или удалите ключ безопасности.

Пауза/Стоп/Сброс

- Когда беговая дорожка работает, а вы хотите приостановить тренировку, достаточно один раз нажать на клавишу стоп. В результате беговое полотно постепенно снизит скорость и остановится. Уровень наклона полотна вернётся в исходное положение. Показатели Времени, Дистанции и потраченных Калорий будет сохранено, все время пока тренировка находится на паузе. По истечении 5 минут дисплей будет перезапущен и вернётся к стартовому меню. Для возобновления тренировки нажмите клавишу старт. Скорость и уровень наклона полотна вернутся к положению, на котором вы остановились.
- Повторное нажатие клавиши стоп завершит тренировку и на дисплее будут отражены итоговые результаты занятия. Третье нажатие на клавишу стоп не только остановит тренировку, но и вернёт вас в меню ожидания.

- Зажатие клавиши в течение 3 секунд перезагрузит консоль.

Наклон бегового полотна

- Угол наклона может быть изменён в любой момент тренировки после запуска бегового полотна.
- Нажмите и удерживайте клавишу ▲/▼ с левой стороны (консоли или поручня) чтобы выставить желаемое положение бегового полотна. Так же можно воспользоваться клавишами с заданным уровнем наклона.
- Информацию о значении уровня наклона всегда можно найти на консоли.

Программный профиль

Профиль программы состоит из 18 колонок и 8 ячеек в высоту. Каждая ячейка отражает приблизительное значение скорости/угла наклона. Они не обязательно отражают точное значение интенсивности тренировки. Данная матрица помогает визуально отразить то, как будет изменяться нагрузка и наклон полотна в определённый момент тренировки. Когда на экране появится надпись «Speed» будет отражён профиль изменения скорости, когда будет написано «Incline», Вы увидите профиль изменения угла наклона.

Вы можете менять профиль по своему усмотрению, нажав на клавишу «DISPLAY». По очереди будут отражены 3 профиля программы: наклон, скорость, наклон + скорость, каждый из режимов будет отражён на протяжении 5 секунд.

Отрезок в 0.4 км

Вокруг матрицы программы, вы увидите бегунок, отражающий 0.4 км отрезок. Как только Вы преодолеете данное расстояние, отсчёт пойдёт снова.

Частота Сердечных Сокращений

На экране «Pulse» отобразит Вашу частоту сердечных сокращений (ЧСС) во время тренировки. Важно! Для корректного отражения данных необходимо держаться за сенсорные датчики на обоих поручнях или воспользоваться кардиопоясом. Сенсорные датчики – не медицинский прибор, может быть погрешность в показаниях.

Калории

Отражают значение калорий израсходованных в ходе тренировки.

Выключение беговой дорожки.

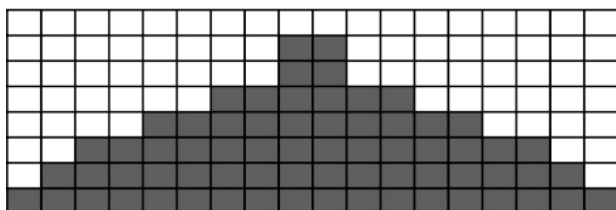
1. Консоль автоматически перейдёт в режим сна после 30 минут бездействия. Дорожка потребляет минимальное количество электроэнергии в данном режиме (примерно столько же, сколько выключенный телевизор).
2. Удалите ключ безопасности из разъёма.
3. Переключите выключатель в передней части тренажёра.

Примечание

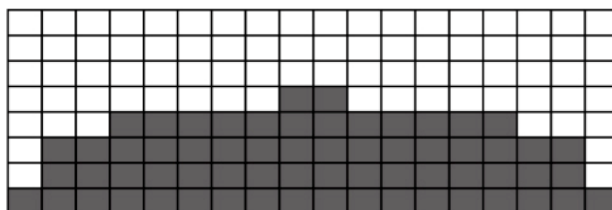
Новая консоль идёт с встроенным режимом "Display Mode, в котором консоль будет находиться в рабочем состоянии пока не отключат питание. Чтобы выйти из этого режима нажмите и удержите в течение 5 секунд клавиши Stop + Enter + Display. На экране появится надпись Display mode - On. Воспользуйтесь клавишами регулировки наклон полотна или скорости, чтобы сменить режим на Off, подтвердите ввод клавишей Enter.

Предустановленные программы. Профиль.

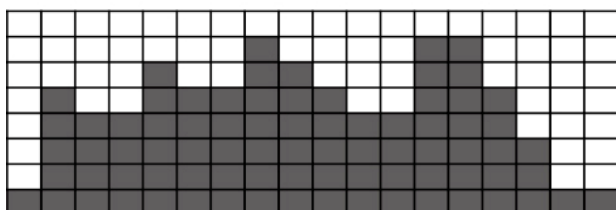
Восхождение. Нагрузка



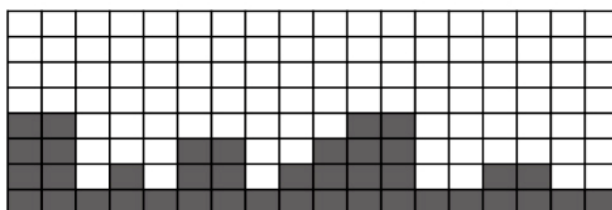
Восхождение. Уровень наклона



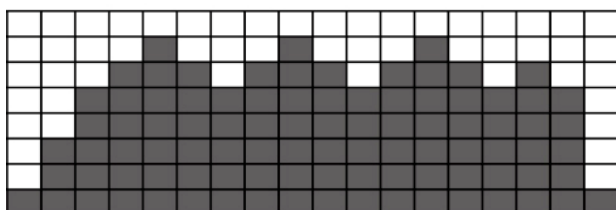
Выносливость. Нагрузка



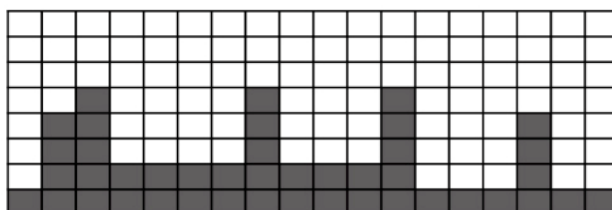
Выносливость. Уровень наклона



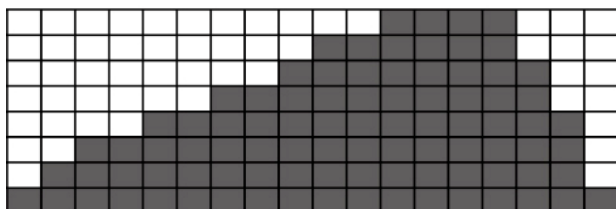
Приключение. Нагрузка



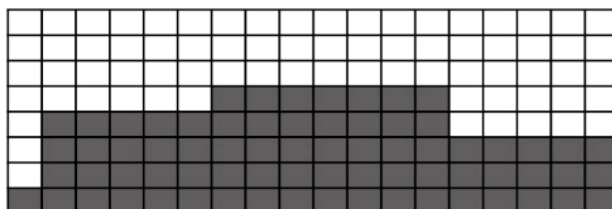
Приключение. Уровень наклона



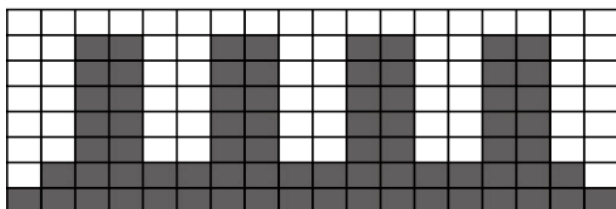
Экстрим. Нагрузка



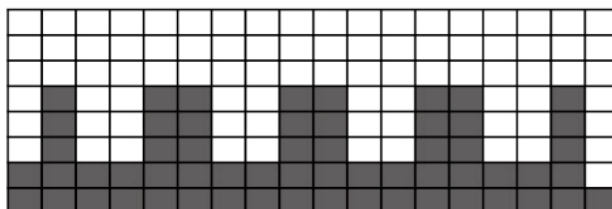
Экстрим. Уровень наклона



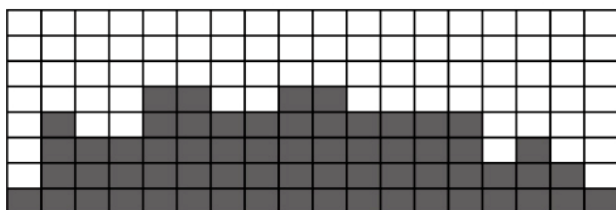
Интервалы. Нагрузка



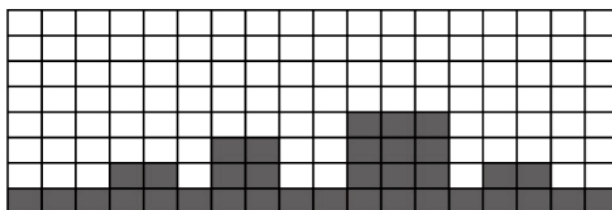
Интервалы. Уровень наклона



Неизвестная страна. Нагрузка



Неизвестная страна. Уровень наклона



Предустановленные программы. Описание.

Предустановленная программа тренировки.

Описание: В данной программе система автоматически выбирает скорость тренировки и изменение наклона в ходе занятия. Пользователь также сможет внести свои индивидуальные изменения в параметры.

Использование программы: выберите любую программу из тех, что расположены по обе стороны от экрана консоли нажмите на клавишу ВВОД для задания дополнительных настроек тренировки. Клавишей СТАРТ подтвердите ввод и начните тренировку.

(Дополнительные параметры: возраст, вес, время тренировки, максимальная скорость, максимальный уровень наклона. Для настройки значений используйте клавиши скорости/наклона ▲▼, клавиша ВВОД для подтверждения. Клавишей СТАРТ подтвердите ввод и начните тренировку. Клавиша СТОП поможет вернуться в настройку предыдущего параметра)

Пользовательский режим тренировки.

Описание: В данном тренажёре есть возможность создания персональных профилей тренировок (USER1 и USER2).

Использование программы: В разделе выбора программ выберите пользовательский режим (USER). Клавишей ВВОД подтвердите выбор и перейдите в настройку своего профиля. Программа автоматически выберет свободную ячейку для записи нового профиля. Если все профили будут заняты, тогда один из них будет перезаписан. Максимум 7 символов в имени пользователя. С помощью клавиши скорости ▲▼ переключайте буквы от A~Z. Нажмите на клавишу стоп для перехода вводу следующего параметра.

(Дополнительные параметры: возраст, вес, время тренировки, профиль изменения скорости тренировки, профиль изменения наклона полотна. Для настройки значений используйте клавиши скорости/наклона ▲▼, клавиша ВВОД для подтверждения. Клавишей СТАРТ подтвердите ввод и начните тренировку. Клавиша СТОП поможет вернуться в настройку предыдущего параметра)

Клавишей СТАРТ завершите задание параметров тренировки.

Фитнесс программа.

Описание: Данная тренировка поможет привести все тело в тонус. Для наибольшей эффективности, вам понадобится использовать гантели. Данная тренировка состоит из чередований кардио тренировок и тренировок на выносливость.

Использование программы: Нажмите на иконку программы с правой стороны от экрана. Клавишей ВВОД подтвердите выбор и перейдите в настройку своего профиля. После настройки профиля Вам необходимо выбрать режим тренировки (3 м/ч или 5 км/ч), количество интервалов в тренировке (по умолчанию 10, на выбор 10,20,30) и их продолжительность (по умолчанию 1:00, запомните, что чем продолжительнее интервал, тем медленнее будет скорость полотна и меньший вес гантели используйте)

(Дополнительные параметры: возраст, вес, время тренировки, максимальный угол наклона полотна. Для настройки значений используйте клавиши скорости/наклона ▲▼, клавиша ВВОД для подтверждения.) Клавишей СТАРТ подтвердите ввод и начните тренировку. Клавиша СТОП поможет вернуться в настройку предыдущего параметра

✧ Убедительно просим, при составлении программы ориентируйтесь на свои физические возможности, при необходимости проконсультируйтесь со специалистом.

Программа контроля сердечного ритма

Несколько слов о сердечном ритме:

Старый девиз "нет боли, нет победы", это миф, который был развеян с появлением тренажеров для комфортных тренировок. Во многом этот успех был достигнут за счет использования мониторов сердечного ритма. Большинство людей считают, что выбранная ими интенсивность упражнений была либо слишком высокой или слишком низкой. Физические упражнения становятся гораздо более приятным, если при их выполнении сохранять частоту сердечных сокращений в нужном диапазоне.

Чтобы определить, оптимальный диапазон, в котором вы хотите тренироваться, необходимо сначала определить вашу максимальную частоту сердечных сокращений. Это можно сделать по следующей формуле: 220 минус ваш возраст. Это даст вам максимальный пульс (MHR) для вашего возраста. Чтобы определить эффективный диапазон сердечного ритма для конкретных целей, нужно просто посчитать ваш MHR. Сердечный ритм зоны тренировок от 50% до 90% от вашей максимальной частоты сердечных сокращений. Значение в 60% от вашего MHR это зона, нахождение в которой приводит к сжиганию жира, в то время как 80% значение обеспечивает укрепление сердечно-сосудистой системы. Соответственно от 60% до 80% это зона максимальной пользы.

Например, рассчитаем целевую зону сердечного ритма для пользователя 40 лет:

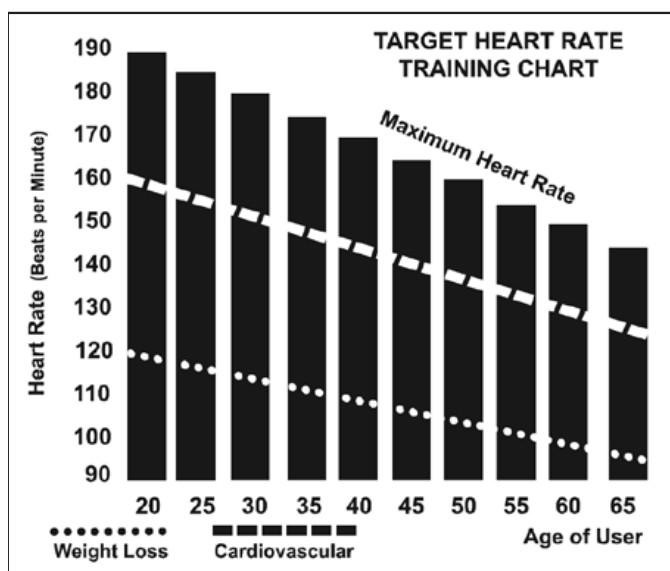
$220 - 40 = 180$ (максимальный ритм)

$180 \times 0.6 = 108$ ударов в минуту (60% от максимального ритма)

$180 \times 0.8 = 144$ ударов в минуту (80% от максимального ритма)

Следовательно, для 40 летнего пользователя оптимальный пульс во время тренировки от 108 до 144 ударов в минуту.

Если вы ввели ваш возраст в процессе программирования, то консоль выполнит эти вычисления автоматически. Ввод вашего возраста используется для программы контроля сердечного ритма. После расчета максимальной частоты пульса Вы можете решить, какую цель вы хотите достигнуть во время занятия.



Две наиболее популярные цели физических упражнений, это упражнения, направленных на развитие здоровья сердечно-сосудистой системы (тренинг для сердца и легких) и контроль веса. Черные столбцы на графике выше, представляют собой максимальный пульс для человека, чей возраст указан в нижней части каждой колонки. Уровни сердечного ритма, для развития сердечно-сосудистой системы или потери веса, представляют две различные линии, идущие по диагонали на графике. Определение цели линий находится в левом нижнем углу графика. Если ваша цель состоит в тренировке сердечно-сосудистой системы или, если это потеря веса, это может быть достигнуто путем поддержания пульса на уровне 80% или 60%, соответственно, от вашего максимального пульса, утвержденного врачом. Проконсультируйтесь с вашим врачом прежде, чем заниматься по любой программе упражнений. Для контроля сердечного ритма вы можете использовать любой тренажер, оснащенный датчиком пульса, без использования функции контроля сердечного ритма. Эта функция может быть использована при ручном режиме или во время любой из девяти различных программ. Программа управления пульсом автоматически регулирует наклон тренажера, в то время как вы контролируете скорость.

Уровень воспринимаемых усилий

Частота сердечных сокращений играет важную роль, но также необходимо прислушиваться к своему телу. Есть несколько вариантов того, какую интенсивность тренировки выбрать в зависимости от частоты сердечных сокращений. Ваш уровень стрессоустойчивости, физическое здоровье, эмоциональное здоровье, температура, влажность, время дня, когда в последний раз вы ели и что вы ели, все это влияет на интенсивность, с которой вы должны тренироваться. Если прислушиваться к своему организму, он сам даст ответы. Скорость воспринимаемой нагрузки (СВН), также известная как шкала Борга, была разработана шведским физиологом Боргом. Эта шкала уровней интенсивности упражнений от 6 до 20 в зависимости от того, как вы себя чувствуете, или воспринимаете ваши усилия.

Осуществляется по следующей шкале:

Рейтинг восприятия усилий

- 6 минимальный
- 7 очень, очень низкий
- 8 очень, очень низкий +
- 9 Очень низкий
- 10 Очень низкий +
- 11 Довольно низкий
- 12 Комфортный
- 13 Немного тяжеловатый
- 14 Немного тяжеловатый +
- 15 Тяжелый
- 16 Тяжелый +
- 17 Очень тяжелый
- 18 Очень тяжелый +
- 19 Очень, очень тяжелый
- 20 Максимальный

Вы можете получить приблизительный уровень сердечного ритма для каждого уровня шкалы, просто добавив ноль к значению каждого рейтинга. Например, рейтинг 12 соответствует сердечному ритму примерно в 120 ударов в минуту. Ваша СВН будет варьироваться в зависимости от факторов, названных ранее. Это основное преимущество этого вида тренировок. Если ваше тело сильное и отдохнувшее, вы будете чувствовать себя сильным и темп тренировки будет легче переноситься. Когда ваше тело находится в таком состоянии, вы сможете нормально тренироваться и СВН будет соответствовать состоянию тела. Если вы чувствуете себя уставшим и вялым, значит, ваше тело нуждается в отдыхе. В этом состоянии, Ваш темп тренировки будет переноситься уже хуже. Опять же, это отразится на вашем СВН и вы будете тренироваться на соответствующем уровне в такой день.

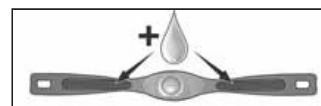
Использование кардиодатчика пульса (опционально)

Как носить беспроводной нагрудный кардиодатчик:

Прикрепите кардиодатчик эластичным ремешком с помощью застёжек.

Отрегулируйте ремень как можно плотнее, но не слишком плотно, чтобы было удобно заниматься.

Расположите кардиодатчик по центру грудной клетки логотипом наружу (некоторым будет удобнее поставить передатчик чуть слева от центра груди). Отрегулируйте удобное положение датчика и окончательно закрепите его на теле.



Расположите кардиодатчик непосредственно под грудной мышцей.

Пот является лучшим проводником при измерении электрических сигналов сердцебиения. Тем не менее, можно использовать обычную воду для предварительного смачивания электродов (2 ребристые овальные области на обратной стороне ремня и обе стороны передатчика). Также рекомендуется одевать передатчик ремнем за несколько минут до начала тренировки. Для некоторых пользователей, из-за химической особенности тела, может потребоваться больше времени для достижения сильного, устойчивого сигнала в начале тренировки. После "разогрева", это время уменьшается. Так же следует отметить, что ношение одежды поверх передатчика не влияет на производительность.

Ваша тренировка должна происходить в пределах досягаемости (расстояние между кардиодатчиком / приемником) – для получения устойчивого сигнала. Длина диапазона может несколько изменяться, но в целом следует находиться достаточно близко к консоли для поддержания хорошего, сильного, надежного приема сигнала. Ношение датчика на голом теле гарантирует вам нормальную работу. Если вы хотите, вы можете носить кардиодатчик на рубашке. Для этого смочите область рубашки, для обеспечения контакта с электродами.

Примечание: кардиодатчик активируется автоматически при обнаружении сердечного ритма пользователя. Кроме того, он автоматически отключается, когда он не получает сигналов о сердцебиении. Хотя передатчик является водонепроницаемым, влага может вызвать появление ложных сигналов, поэтому необходимо принимать меры предосторожности, дать передатчику полностью высохнуть после использования, чтобы продлить срок службы батареи (расчетный срок службы батареи передатчика составляет 2500 часов). Запасной аккумулятор Panasonic CR2032.

Возможные проблемы

Внимание! Не используйте тренажер для мониторинга сердечного ритма, если на экране отображаются не стабильные данные. Слишком высокие, заведомо неправильные, случайные числа значения сердечного ритма указывают на проблему с консолью. Проблемы могут возникнуть, если рядом с тренажером располагаются:

Микроволновые печи, телевизоры, мелкая бытовая техника и т.д.

Флуоресцентные лампы.

Некоторые элементы систем безопасности.

Периметр ограждения для домашних животных.

У некоторых людей могут быть проблемы плохого приема сигнала. Если у вас возникли проблемы, попробуйте носить кардиодатчик обратной стороной. Обычно датчик располагается логотипом наружу.

Антенна, которая принимает ваш пульс, очень чувствительна. Если есть внешний источник шума, разверните его на 90 градусов. Возможно, потребуется настройка оборудования.

Незакрепленные детали тренажера.

Программы контроля сердечного ритма (КСР)

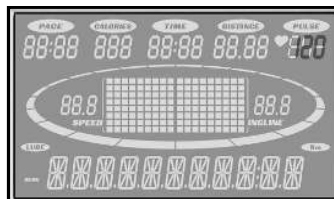
Примечание: Следует надеть кардиодатчик сердечного ритма для этих программ

Обе программы работают одинаково, с той лишь разницей, что HR1 настроена на нагрузку в 60% и HR2 в 80% от максимального уровня сердечного ритма. В остальном программы работают одинаково.

Для старта программы КСР следуйте инструкциям ниже или просто выберете одну из программ HR1 или HR2 и нажмите ВВОД. Далее следуйте указаниям в центре сообщений.

После указания целевого значения сердечного ритма, программа будет пытаться поддерживать ваш ритм в заданном значении (плюс, минус 3 - 5 ударов сердца в минуту от этого значения). Следуйте инструкциям в центре сообщений для поддержания вашего выбранного значения частоты сердечных сокращений.

1. Нажмите клавишу HR 1 (60% от максимального сердечного ритма по умолчанию) или HR-2 (80% от максимального сердечного ритма по умолчанию), затем нажмите клавишу ввод.



2. Центр сообщений попросит вас ввести свой возраст. Вы можете ввести ваш возраст, используя клавиши Скорость верх или Скорость Вниз, затем нажмите клавишу ВВОД, чтобы принять новое значение и перейти к следующему экрану.

3. Затем введите свой вес, используя клавиши Скорость Вверх или Скорость Вниз, затем нажмите клавишу ВВОД, чтобы принять новое значение и продолжить настройку программы.

4. Далее таким же способом задайте время тренировки.

5. Теперь необходимо настроить целевое значение пульса. Это то значение частоты сердечного ритма, к поддержанию которого вы будете стремиться в ходе программы. Введите значение, используя клавиши + или - , затем нажмите ВВОД.

Примечание: частота сердечных сокращений основывается на % от значения, принятого в шаге 1. Если вы будете изменять это значение, то оно будет менять значение % выбранное в первом шаге.

6. На этом редактирование параметров закончено и можно приступить к тренировке, нажав клавишу Старт. Вы можете также вернуться назад и изменить настройки, нажав клавишу Стоп.

Примечание: В любое время редактирования данных можно нажать клавишу Стоп, чтобы вернуться на предыдущий экран.

7. Если вы хотите увеличить или уменьшить рабочую нагрузку в любое время в течение выполнения программы, нажмите клавиши Скорость Вверх или Скорость Вниз на консоли или клавиши на правой рукоятке. Это позволит вам изменить вашу целевую частоту сердечных сокращений в любое время в течение программы.

8. Во время выполнения программ HR1 или HR2 вы можете просмотреть данные о программе в Центре Сообщений, нажав клавишу ВВОД.

9. Когда программа завершится, вы можете нажать Пуск, чтобы повторить ту же программу еще раз или Стоп для выхода из программы. Так же вы можете сохранить эту программу в качестве пользовательской, нажав клавишу User и следуя инструкциям в Центре сообщений.

Общее техническое обслуживание

Беговое полотно

Беговая дорожка оснащена высокоэффективным механизмом с низким коэффициентом трения. Максимальная производительность достигается тогда, когда беговое полотно является максимально чистым. Используя мягкую, влажную ткань или бумажное полотенце, протрите края бегового полотна и области между краями бегового полотна и рамы. Так же протрите поверхность по краям непосредственно под беговым полотном. Очистку следует производить 1 раз в месяц, чтобы продлить срок службы тренажёра. Поверхность бегового полотна следует очищать с помощью мягкого мыла, растворенного в воде и нейлоновой кисти. Перед использованием дайте поверхности высохнуть.

Иногда пыль с беговой дорожки может попадать на пол рядом. Это может происходить во время остановки дорожки или пока беговое полотно не стабилизировано. Это нормальное явление.

Очистка тренажера

Грязь, пыль и шерсть домашних животных могут блокировать воздухозаборные отверстия и накапливаться на беговом полотне. Следует пылесосить поверхность дорожки раз в месяц, чтобы предотвратить накопление грязи, которая может проникнуть внутрь тренажёра под крышку двигателя. Один раз в год следует снимать крышку мотора и удалять грязь, которая скопилась под крышкой. Перед выполнением очистки тренажёр следует отключить из розетки.

Для чистки тренажёра используйте мягкую ткань. НЕ используйте бумагу для чистки поверхностей беговой дорожки. НЕ используйте аммиак или кислотосодержащие растворы. НЕ используйте шлифовальные материалы. Чистящие средства используйте только на внешней поверхности тренажёра.

Протирайте консоль и боковые поручни после каждой тренировки.

Каждый месяц, отключив тренажёр из сети питания и сняв крышку двигателя. Проверяйте моторный отсек на наличие каких-либо посторонних предметов, пыли. Чистку проводите с помощью мягкой ткани или пылесоса.

ВНИМАНИЕ: Не подключайте тренажёр к сети пока крышка мотора не закреплена.

Примечание: В связи с тем, что тренажёр достаточно тяжёлый, не перемещайте его без сторонней помощи

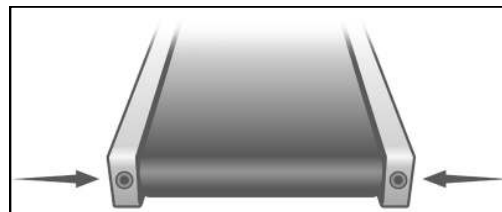
Регулировка бегового полотна

Регулировка натяжения бегового полотна – натяжение бегового полотна не критично для большинства пользователей. Хотя это очень важно для обеспечения гладкой, устойчивой рабочей поверхности. Регулировка производится со стороны задних роликов с помощью 6 мм шестигранного ключа, идущего в комплекте. Регулировочные болты расположены сзади по краям беговой дорожке, как показано на изображении ниже.

Затяните задние ролики настолько, чтобы предотвратить соскальзывание полотна с передних роликов. Поверните болт регулировки натяжения на 1/4 и проверьте натяжение полотна, пройдя по нему несколько шагов и убедившись, что полотно не проскальзывает.

Когда регулировка натяжения полотна выполнена, нужно убедиться, что болты с обеих сторон выровнены равномерно, иначе полотно будет смещаться в сторону.

НЕ ПЕРЕТЯНИТЕ БОЛТЫ – Слишком сильное затягивание может привести к повреждению полотна и подшипников. Если вы сильно натянули полотно, а оно все равно проскальзывает, проблема может быть в приводном ремне



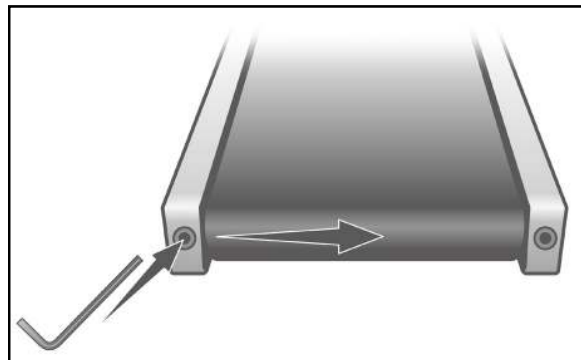
(соединяющим мотор с передним роликом, расположенном под крышкой двигателя). Натяжение приводного ремня осуществляется сервисным специалистом.

Наклейки

Не удаляйте наклейки и ярлыки с оборудования. Они содержат важную информацию, если данная информация нечитаема или отсутствует, обратитесь в дилерский центр.

Регулировка смещённого бегового полотна

Беговая дорожка разработана таким образом, что беговое полотно должно быть точно отцентрировано для нормального использования. Нормальной ситуацией является небольшое смещение полотна к одной из сторон. Это может зависеть от походки пользователя. Но если беговое полотно постоянно смещается в одну из сторон, то требуется регулировка.



Для регулировки потребуется шестигранный ключ 6 мм. Начните регулировку с болта, находящегося с левой стороны. Запустите дорожку со скоростью 3 мили (5 км) в час. Имейте ввиду, что даже небольшая корректировка может привести к результатам, однако они могут быть заметны не сразу. Если полотно смещено к левой стороне, поверните болт на ¼ вправо (по часовой стрелке) и подождите несколько минут, пока полотно не выровняется.

Продолжайте регулировать болт, вращая его на ¼ пока беговое полотно не стабилизируется по центру беговой дорожки. Если беговое полотно смещено вправо, поворачивайте регулировочный болт против часовой стрелки. Полотну может потребоваться периодическая корректировка, в зависимости от характеристик бега/ходьбы. Различные пользователи по-разному влияют на смещение полотна. Будьте готовы периодически вносить коррективы для отцентровки полотна.

Регулировка бегового полотна станет небольшой частью общего обслуживания беговой дорожки. Обязанности по обслуживанию беговой дорожки лежат на владельце.

ВНИМАНИЕ: НА ПОВРЕЖДЕНИЯ, ВЫЗВАННЫЕ НЕПРАВИЛЬНОЙ РЕГУЛИРОВКОЙ БЕГОВОГО ПОЛОТНА, ГАРАНТИЯ НЕ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ.

Смазывание беговой дорожки

Смазывание следует производить только подходящими смазками. С вашей беговой дорожкой идет один тюбик смазки. Дополнительную смазку вы можете заказать у вашего поставщика. На рынке есть много видов различных смазок. Для данной беговой дорожки одобрена смазка Lube-N-Walk.

Эта смазка поставляется вместе со специальной палочкой, которая облегчает процесс смазывания.

Комплект для смазки можно приобрести непосредственно у производителя (интернет-адрес <http://www.hastings.ru>). Смазка должна быть силиконовой. Парафиновые смазки не подходят.



Содержание механизмов беговой поверхности в смазанном состоянии продлевает срок службы тренажёра. Когда смазка высыхает, трение между полотном и механизмами увеличивается, соответственно увеличивается нагрузка на двигатель, приводной

ремень и компоненты электронного управления, которые в дальнейшем могут выйти из строя. Отсутствие регулярного смазывания может привести к потере гарантии.

Беговое полотно и механизмы поставляются в уже смазанном состоянии. Последующее смазывание следует производить через каждые 180 часов использования. Консоль имеет встроенные функции напоминания и будет напоминать вам о необходимости смазывания через каждые 180 часов использования.

Используйте смазку для смазывания поверхности под беговым полотном.

Необходимо промазывать поверхность под полотном примерно по 15 см с каждой стороны. Отключите шнур питания, нанесите смазку на поверхность. Повторите процедуру с другой стороны. Подсоедините шнур питания, запустите дорожку и пройдите по ней в течение 5-и минут со средней скоростью, чтобы смазка равномерно распределилась.

Если произвести вышеописанную процедуру невозможно, тогда необходимо ослабить натяжение бегового полотна. С помощью входящего в комплект шестигранного ключа 6 мм ослабьте 2 регулировочных болта задних роликов, расположенных в заглушках в задней части тренажера, чтобы можно было беговое полотно взять в руки (5-10 поворотов). Убедитесь, что оба болта ослаблены одинаково. Запомните количество оборотов, на которое вы повернули регулировочные болты, чтобы после окончания процедуры затянуть их обратно на такое же количество оборотов.

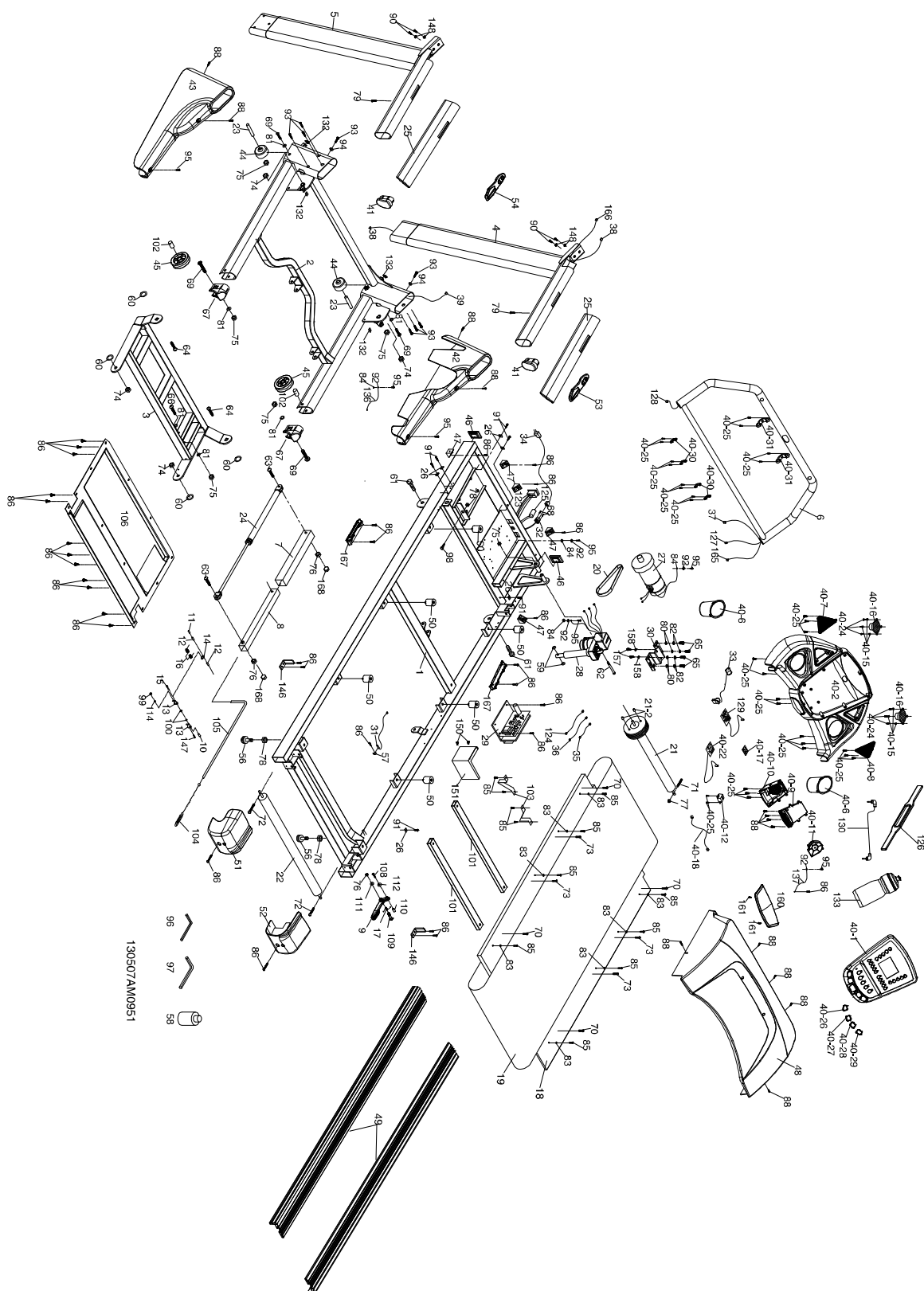
Как только ремень будет ослаблен, протрите беговую деку чистой тряпкой, чтобы удалить грязь. Нанесите смазку на поверхность беговой деки (примерно 45 см) начиная от крышки мотора. Выдавите содержимое тюбика вдоль деки (параллельно крышке мотора) примерно на 30 см, как будто наносите зубную пасту на щётку. Линия смазки должна проходить посередине деки на одинаковых расстояниях от краёв ремня. Нанесите смазку на те места, где ваши ноги соприкасаются с полотном во время ходьбы. Это будет примерно на 45 см от крышки двигателя. Вы можете встать на беговое полотно, чтобы посмотреть где примерно вы располагаетесь во время занятия на тренажёре. Если вы чаще используете беговую дорожку для бега, эти места могут отличаться от тех мест, которые используются при ходьбе. После того, как вы нанесёте смазку, затяните болты задних роликов на такое же количество оборотов, на которое они были ослаблены. Запустите беговую дорожку со скоростью примерно в 5 км/ч, и пусть она поработает в холостом режиме несколько минут, чтобы убедиться, что беговое полотно остаётся отцентрированным. Если полотно смещается в одну из сторон, отрегулируйте его согласно инструкции. После того, как дорожка была смазана, по ней можно идти, но не бежать как минимум 5 минут, чтобы дать смазке равномерно распределиться. Если вы приобрели силиконовую смазку Lube-N-Walk, следуйте инструкциям, идущим вместе с комплектом для смазывания.

Исправление возможных проблем

Прежде чем обращаться к поставщику за помощью, пожалуйста, ознакомьтесь со следующими сведениями. Это может сэкономить вам время и расходы. Этот список включает в себя общие проблемы и методы их исправления.

<i>Проблема</i>	<i>Решение</i>
<i>Дисплей не включается</i>	1. Не установлен шнур безопасности 2. Сработал автоматический выключатель. Нажмите на выключатель до фиксации 3. Вилка не воткнута в розетку. Убедитесь, что штекер надежно воткнут в розетку. 4. Автоматический выключатель домашней сети может быть отключен. 5. Тренажер неисправен. Обратитесь к поставщику.
<i>Беговое полотно не остаётся по центру беговой дорожке и смещается при беге/ходьбе</i>	1. Возможно, пользователь при ходьбе переносит больший вес на ведущую ногу. Это естественно, что при такой походке происходит смещение полотна. 2. Обратитесь к разделу «Общее обслуживание». При необходимости выполните регулировку.
<i>Двигатель не реагирует на нажатие кнопки СТАРТ</i>	1. Если беговое полотно запускается и останавливается, а на экране появляется код «LS», запустите калибровку. 2. Если беговое полотно не запускается, а на экране появляется код «LS», обратитесь в сервис.
<i>Беговая дорожка достигает скорости 12 км/ч (7 миль/ч), но на экране отображается более высокая скорость</i>	Двигателю не хватает мощности. Беговая дорожка получает слишком низкое напряжение питания. Не используйте удлинитель, либо используйте максимально короткий. Возможно пониженное напряжение в домашней сети. Обратитесь к электрику. Напряжение должно быть не меньше 230В.
<i>Беговое полотно неожиданно останавливается при натяжении шнура безопасности</i>	Сильное трение между беговым полотном и механизмами. Обратитесь к главе «Общее обслуживание», раздел «Смазка»
<i>Компьютер выключается при нажатии на консоль (в холодный день) во время бега/ходьбы</i>	Возможно, беговая дорожка не заземлена. Статическое напряжение может приводить к сбою компьютера. Обратитесь к разделу «Заземление»
<i>Выключается автоматический выключатель домашней сети</i>	Необходимо заменить автоматический выключатель на выключатель с более высокими значениями пускового тока.

Взрыв схема



130507AM0951

Список запчастей

№	Наименование	Кол-во
1	Рама основная	1
2	Рама	1
3	Кронштейн	1
4	Стойка правая	1
5	Стойка левая	1
6	Рама консоли	1
7	Кулиса внешняя	1
8	Кулиса внутренняя	1
9	Ручка фиксатора	1
10	Втулка	1
11	Стержень	1
12	Втулка	2
13	Кронштейн крепежный	2
14	Прокладка	1
15	Втулка крепежная	1
16	Пружина торсионная двойная	1
17	Пружина ручки фиксатора	1
18	Дека	1
19	Полотно беговое	1
20	Ремень приводной	1
21	Вал передний со шкивом	1
21~2	Магнит	2
22	Вал задний	1
23	Ось транспортировочного колесика	2
24	Доводчик газовый	1
25	Накладка рукояти из пеноматериала	2
26	Кабель	6
27	Электродвигатель	1
28	Электромотор подъема	1
29	Плата управления	1
30	Кронштейн электродвигателя	1
31	Датчик скорости с кабелем	1
32	Разъем питания	1
33	Ключ безопасности	1
34	Кабель питания	1
35	Кабель соединительный 300 мм (Белый)	1
36	Кабель соединительный 300 мм (Черный)	1
37	Кабель консоли 1200 мм (Верхний)	1
38	Кабель консоли 1150 мм (Средний)	1
39	Кабель консоли 1200 мм (Нижний)	1
40	Консоль	1
40~1	Верхняя крышка консоли	1

№	Наименование	Кол-во
40~2	Нижняя крышка консоли	1
40~6	Держатель емкости для питья	2
40~7	Решетка динамика (Л)	1
40~8	Решетка динамика (П)	1
40~9	Крышка вентилятора верхняя (опционально)	1
40~10	Нижняя крышка вентилятора (опционально)	1
40~11	Вентилятор (опционально)	1
40~12	Реле безопасности с кабелем	1
40~15	Крепеж динамиков (опционально)	6
40~16	Динамик с кабелем)опционально)	2
40~17	Усилитель 0.5W (опционально)	1
40~18	Кабель усилителя 500 мм (опционально)	1
40~22	Плата звуковая с кабелем	1
40~24	Саморез Ø3.0 × 10L	6
40~25	Саморез Ø3.5 × 12L	30
40~26	Кнопка FAN	1
40~27	Кнопка STOP	1
40~28	Кнопка START	1
40~29	Кнопка ENTER	1
40~30	Петля крепления консоли Ø22.2	4
40~31	Петля крепления консоли Ø32	2
41	Заглушка рукояти	2
42	Накладка стойки (П)	1
43	Накладка стойки (Л)	1
44	Колесико транспортировочное (А)	2
45	Колесико транспортировочное заднее	2
46	Заглушка 30 × 60 мм	2
47	Крепление кожуха мотора	5
48	Кожух мотора	1
49	Накладка алюминиевая	2
50	Аортизатор	6
51	Заглушка торцевая задняя (Л)	1
52	Заглушка торцевая задняя (П)	1
53	Переключатель скорости с датчиком пульсометра	1
54	Переключетель наклона с датчиком пульсометра	1
56	Ножка регулируемая	2
57	Кронштейн датчика скорости	1
58	Смазка	1
59	Шайба Ø24 × Ø10 × 3Т (А)	3
60	Шайба Ø50 × Ø13 × 3Т (В)	4
61	Болт 1/2" × UNC12 × 1"	2
62	Болт 3/8" × UNC16 × 92L	1
63	Болт 5/16" × UNC18 × 2-3/4"	2
64	Болт 1/2" × UNC12 × 1-1/4"	2
65	Болт 3/8" × UNC16 × 3/4"	4
66	Болт 3/8" × UNC16 × 4-1/2" _	1

№	Наименование	Кол-во
67	Кожух колеса	2
68	Винт Ø3 × 10L	2
69	Болт 3/8" × UNC16 × 2"	4
70	Болт M8 × P1.25 × 45L	4
71	Болт M8 × P1.25 × 60L	1
72	Болт M8 × P1.25 × 80L	2
73	Болт M8 × P1.25 × 25L	4
74	Гайка 1/2" × UNC12 × 8.0T	4
75	Гайка 3/8" × UNC16 × 7.0T	6
76	Гайка 5/16" × UNC18 × 7T	3
77	Гайка M8 × P1.25 × 7.0T	1
78	Гайка 3/8" × UNC16 × 7.0T	3
79	Саморез Ø3 × 75L	2
80	Шайба Ø10 × Ø25 × 2.0T	4
81	Шайба Ø10 × Ø19 × 1.5T	8
82	Шайба Ø10 × 2.0T	4
83	Шайба Ø25 × Ø20 × Ø16 × Ø5 × 4.5H × 1.1T	8
84	Шайба M5	4
85	Саморез Ø4 × 12L	12
86	Винт Ø5 × 16L	31
88	Винт Ø5 × 16L	13
90	Болт 5/16" × UNC18 × 3/4"	4
91	Винт Ø3.5 × 16L	6
92	Шайба Ø5 × 1.5T	5
93	Болт 5/16" × UNC18 × 15L	8
94	Болт Ø8 × Ø19 × 1.5T	2
95	Винт M5 × P0.8 × 10L	7
96	Комбинированная отвертка и ключ	1
97	Ключ M6 (66 × 86)	1
98	Болт 3/8" × UNC16 × 1-1/2"	1
99	Гайка M3 × P0.5 × 2.5T	1
100	Шайба Ø5 × Ø10 × 1.0T	2
101	Поперечина	2
102	Втулка транспортировочного колесика	2
103	Направляющая бегового полотна	2
104	Пружина фиксатора	1
105	Тросик стальной	1
106	Кожух электродвигателя нижний	1
108	Винт с крестообразным шлицем M5 × P0.8 × 20L	1
109	Болт 5/16" × UNC18 × 2"	1
110	Гайка M5 × P0.8 × 5.0T	1
111	Шайба Ø8 × Ø18 × 1.5T	1
112	Шайба Ø5 × Ø13 × 1.0T	1
114	Шайба пружинная Ø3 × 1.0T	1
123	Выключатель	1
124	Кабель соединительный 100 мм черный	1

№	Наименование	Кол-во
125	Предохранитель	1
126	Датчик пульса нагрудный (опционально)	1
127	Кабель переключателя скорости 1000 мм верхний	1
128	Кабель переключателя нагрузки 1000 мм верхний	1
129	Приемник HR (опционально)	1
130	Кабель аудио 400 мм (опционально)	1
132	Вставка под саморез M5	4
133	Емкость для напитков (опционально)	1
136	Кабель заземления 1000 мм	1
137	Кабель заземления консоли 400 мм	1
146	Пластина защитная	2
148	Шайба пружинная Ø8 × 1.5T	4
150	Саморез Ø3 × 8L	2
151	Пластина защитная	1
157	Болт M8 × P1.25 × 12L	2
158	Шайба пружинная M8	2
159	Заглушка 21.4 × 25.4m/m	1
160	Накладка кожуха электродвигателя	1
161	Саморез Ø3.5 × 12L	2
165	Кабель соединительный 1000 мм верхний	1
166	Кабель соединительный 500 мм нижний	1
167	Ножка резиновая	2

ГАРАНТИЙНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА

Настоящие Гарантийные обязательства составлены в соответствии с положениями Закона Российской Федерации "О защите прав потребителей" и гарантийными обязательствами фирм-изготовителей.

Срок службы на всю продукцию, поставляемую компанией «Hasttings», составляет 7 лет при условии соблюдения правил эксплуатации и рекомендуемого технического обслуживания. Фактический срок эксплуатации может значительно превышать официально установленный.

Пожалуйста, внимательно изучите условия действия гарантии.

Гарантийные условия:

- 1) Вся официальная продукция выпускаемая под торговыми марками Hasttings и Spirit Fitness защищена гарантией производителя.
- 2) Производитель устанавливает гарантийный срок - период, в течение которого в случае обнаружения в продукции недостатка изготовитель (исполнитель), продавец, уполномоченная организация или уполномоченный индивидуальный предприниматель, импортер обязаны удовлетворить требования потребителя, установленные статьями 18 и 29 закона "О защите прав потребителей".
- 3) Гарантийный срок исчисляется с даты продажи оборудования конечному пользователю.
- 4) Гарантийное и послегарантийное сервисное обслуживание производится только в Авторизованных Сервисных Центрах производителя.
- 5) Гарантия не распространяется:
 - на комплектующие или изделия, имеющие следы механических, термических и электрических повреждений (в т.ч. и скрытые), интенсивного износа или небрежной эксплуатации, нарушение пломб производителя или иные признаки несанкционированного ремонта и вскрытия;
 - на комплектующие и изделия, поврежденные или вышедшие из строя в результате использования не в соответствии с инструкциями пользователя; нарушения правил и условий эксплуатации, транспортировки или хранения, действия непреодолимой силы (пожар, несчастный случай, неисправность электрической сети и т.д.), использования изделия не по назначению;
 - на повреждения комплектующих и изделий, вызванные несоответствием Государственным стандартам параметров питающих, телекоммуникационных, кабельных сетей и другими внешними факторами (климатическими и иными);
 - на повреждения комплектующих или изделий, вызванные использованием нестандартных и (или) некачественных запасных частей, принадлежностей, аксессуаров, элементов питания, носителей информации различных типов или нестандартных форматов информации, расходных и чистящих материалов;
 - на недостатки изделия возникшие в результате неквалифицированной сборки, установки и подключения;
 - на изделия используемые в целях осуществления коммерческой деятельности либо приобретенными в целях удовлетворения потребностей предприятий, учреждений, организаций, если это не предусмотрено моделью изделия;
 - при проникновении жидкости, пыли, насекомых и других посторонних предметов внутрь изделия;Работы по техническому обслуживанию изделий (чистка и смазка приводов, деки, движущихся частей, замена расходных материалов и принадлежностей, дополнительная регулировка, калибровка и т.д.) производятся по утвержденному прейскуранту.

Сборка, установка и подключение изделия, в соответствии с прилагаемой документацией, могут быть выполнены как самим пользователем, так и специалистами уполномоченных сервисных центров соответствующего профиля.

Внимание! Производитель не несет ответственности за возникшие дефекты оборудования, вызванные перепадами напряжения или сбоем в электрической сети. Во избежание возникновения перепадов напряжения и сбоев, рекомендуется использовать стабилизатор, мощностью, не менее максимальной мощности используемого оборудования.

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажёра, не ухудшающие его основные технические характеристики.

В случае возникновения каких-либо технических проблем, первоначально проконсультируйтесь с квалифицированным представителем сервисной службы компании *Hasttings*, большинство возникших ситуаций разрешается на месте и исключает доставку тренажера в адрес сервисного центра.

Порядок и правила обращения в Сервисный Центр

1. Общие положения

Сервисный центр компании выполняет техническое обслуживание и ремонт спортивного оборудования Торговых Марок «*Hasttings*» и «*Spirit Fitness*».

2. Обращение в Сервисный центр

Обращение в сервисную службу компании возможны по телефонам:

8 (800) 200-67-75 доб. 103

+7 (495) 723-49-91

и по электронной почте на адрес:

service@hasttings.ru,

с понедельника до пятницы включительно с 10:00 до 18:00 (за исключением официальных праздников Российской Федерации).

Краткое руководство при обращении в сервисную службу.

При обращении в сервисную службу компании для более качественной и быстрой обработки Вашей заявки подготовьте информацией следующего содержания:

- ФИО контактного лица;
- телефон контактного лица;
- город, где находится оборудование;
- наименование и модель оборудования;
- наличие гарантийного талона;
- дата продажи оборудования;
- описание неисправности;

Обращения по телефону и электронной почте заявки на техническую поддержку регистрируются. Техническую консультацию пользователь может получить как по телефону, так и по электронной почте.

При обращении за консультацией по телефону, диспетчер соединяет пользователя с инженером сервисного центра.

Если после выполнения рекомендаций инженера неисправность устранить не удалось, оформляется заявка на выездное обслуживание оборудования. При невозможности провести полноценную диагностику неисправности и ремонт тренажера или его части, доставка в сервисный центр осуществляется за счет продавца.

Доставка неисправного оборудования не находящегося на гарантии осуществляется за счёт заявителя в полном объеме.

3. Приоритеты и сроки обслуживания

Обслуживание в сервисной службе предусматривает очередность выполнения работ — по мере поступления заявок на техническую поддержку оборудования или ремонт. Правом на приоритетное обслуживание (вне очереди) обладают заказчики, оборудование которых находится на гарантийном, либо договорном техническом обслуживании.

Для каждой конкретной единицы оборудования и вида работ могут быть оговорены сроки обслуживания, отличные от принятых в Сервисном центре (стандартных): «срок реагирования», «срок прибытия инженера на место установки», «срок восстановления», «время обслуживания».

Срок реагирования

Это время между обращением заказчика в Сервисный центр и консультацией инженера. Такая консультация представляет собой первый шаг к решению проблемы (устранению неисправности). Максимальный срок — в течение дня;

Срок прибытия инженера на место установки оборудования

Это время между регистрацией запроса в Сервисном центре и прибытием инженера Сервисного центра на территорию заказчика (то есть на место установки оборудования). Максимальный срок — в течение 3-х рабочих дней;

Срок восстановления

Это время между поступлением оборудования в сервисный центр и ремонтом оборудования (приведением неисправного оборудования в рабочее состояние). Максимальный срок — в течение 20 дней;

4. Порядок выполнения и стоимость работ

Работы по техническому обслуживанию или ремонту выполняются путем регулировки или замены отдельных узлов (блоков), восстановления монтажных соединений, и тому подобных работ.