

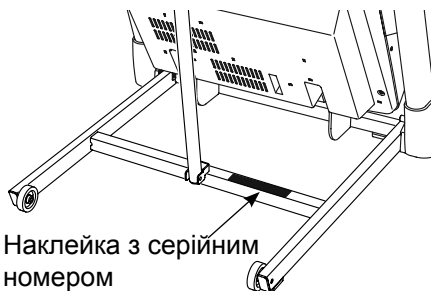
PRO-FORM[®]

730 ZLT

Модель № PETL79713.0

Серійний № _____

Запишіть серійний номер моделі даного тренажеру в рядку вище.



СЕРВІСНИЙ ЦЕНТР

Якщо у вас виникли запитання чи бракує певних деталей, будь-ласка, зателефонуйте до служби підтримки клієнтів

Контактні телефони:

м. Київ +38(044) 489-50-30
+38(044) 391-33-55

Веб- сайт:

www.prof.interatletika.com

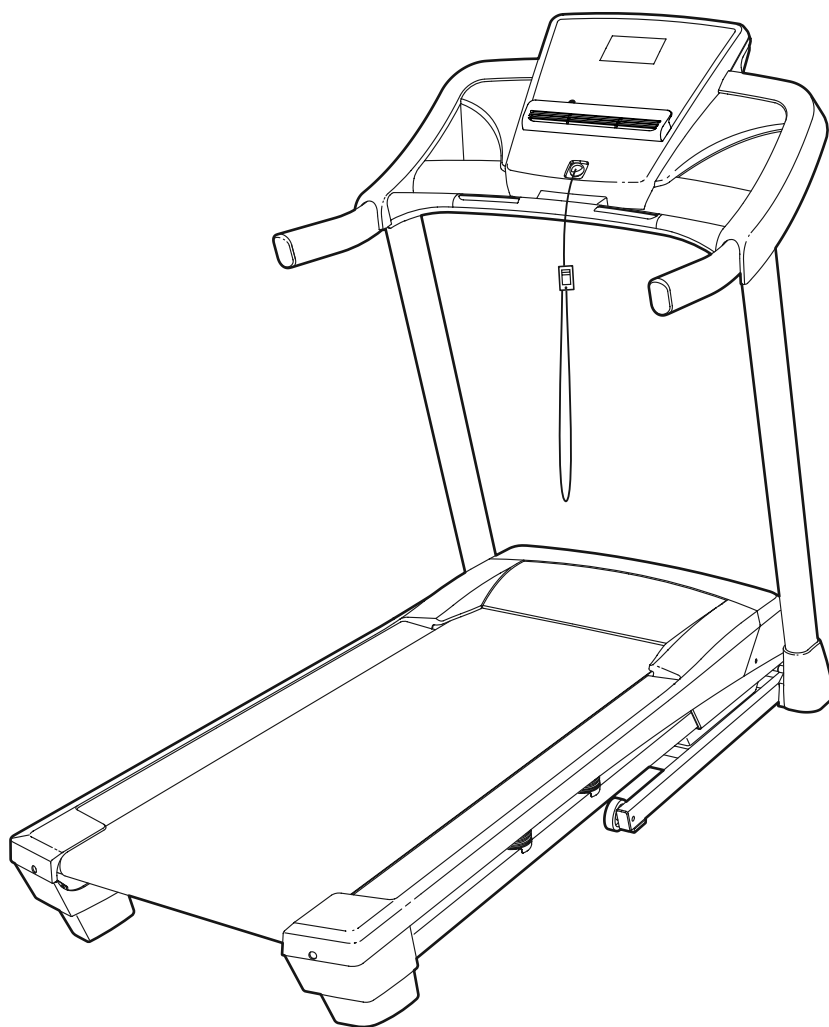
E-mail:

prof.service@interatletika.com

⚠ УВАГА

Прочитайте всі застереження в даній інструкції перед тим, як використовувати тренажер. Збережіть цю інструкцію для подальших звернень.

ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

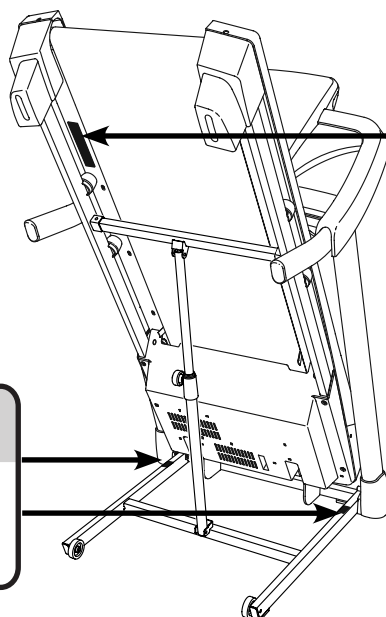
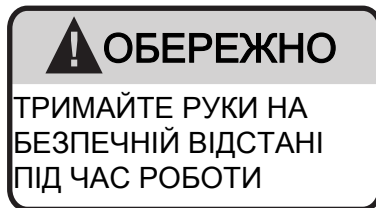


ЗМІСТ

Розміщення наклейок із застереженнями	2
Важливі правила безпеки	3
Вступ	5
Схема визначення деталей тренажера	6
Монтаж	7
Експлуатація та налаштування	14
Складання та пересування бігової доріжки	21
Усунення неполадок	22
Рекомендації щодо тренувань	25
Перелік частин	26
Схема монтажу	28
Замовлення запасних деталей	
Інформація про утилізацію	
Кінцева сторінка	
Кіцева сторінка	

РОЗМІЩЕННЯ НАКЛЕЙОК ІЗ ЗАСТЕРЕЖЕННЯМИ

На даному малюнку зображено розміщення на тренажері наклейок із застереженнями. **Якщо наклейка відсутня чи пошкоджена, дзвоніть за телефонним номером, який зазначено на першій сторінці даної інструкції, та вимагайте безкоштовної заміни наклейки.** Приклейте наклейку у вказаному місці. Примітка: Наклейка може бути зображена не в натуральну величину.



УВАГА
Захистіть себе та інших від можливих травм: уважно прочитайте ці попередження

- Вставляйте тільки на нерухомі частини або на полотно, яке повністю зупинилось.
- Збільшуйте швидкість поступово.
- Тримайтеся за поручні, щоб уникнути падіння та завжди надігніть захисну кліпсу.
- Зупинитися, якщо в нї відчуваєте запаморочення, нудоту та задику.
- При переміщенні та зберіганні тренажера не забувайте користуватися стопорною застібкою.
- Перед тим, як опустити доріжку, переконайтеся, що нахил виставлений на нульовий рівень.
- Не підпускайте дітей до тренажера.
- Виймайте ключ безпеки, коли бігова доріжка не використовується.
- Тримайте деталі одягу, пальці та волосся подалі від рухомих частин тренажера.
- Ніколи не наважуйтеся встановити або поправити ремінь під час руху.
- Завжди користуйтеся спортивним взуттям під час тренування.

ВАЖЛИВІ ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ

⚠ ЗАСТЕРЕЖЕННЯ: Щоб знизити ризик опіків, ударів електричним струмом або травм, прочитайте всі важливі запобіжні заходи та інструкції в цьому посібнику перед початком використання бігової доріжки. Компанія ICON не несе відповідальності за особисті ушкодження чи пошкодження майна, що спричинені самим тренажером чи отримані під час його використання.

1. Власник повинен переконатись, що всі користувачі даного тренажеру проінформовані про всі застереження та правила щодо експлуатації тренажеру.
2. Перед тим як розпочати тренування, проконсультуйтеся з лікарем. Це особливо важливо для людей віком від 35 років та людей, які мають проблеми зі здоров'ям.
3. Використовуйте тренажер тільки так, як зазначається в даній інструкції.
4. Бігова доріжка призначена тільки для використання в домашньому приміщенні. Не рекомендується використовувати даний тренажер в комерційних, орендних або інституційних установах.
5. Тримайте тренажер в приміщенні, подалі від вологи та пилу. Не розміщуйте тренажер в гаражі, у дворі з накриттям чи біля води.
6. Розмістіть тренажер на рівній поверхні, надаючи не менш як 2.4 м (8 футів) вільного місця за ним та по 0.6 м (2 футів) з інших його сторін. Не розміщуйте тренажер на будь-якій поверхні, яка блокує доступ повітря. Щоб вберегти підлогу чи килим від ушкоджень, помістіть під тренажер килимок.
7. Не займайтесь на тренажері в приміщеннях, де використовують аерозолі чи кисневі розпилювачі.
8. Слідкуйте, щоб діти віком до 12 років та домашні тварини знаходились подалі від тренажеру.
9. Максимальна вага користувача – до 136 кг.
10. Ніколи не дозволяйте займатись на тренажері більш ніж одній людині одночасно.
11. Завжди одягайте спеціальний спортивний одяг під час тренувань на тренажері. Не вдягайте занадто вільний одяг, який може потрапити на бігове полотно. Завжди одягайте спортивне взуття. Ніколи не займайтесь на тренажері без взуття, у капцях чи босоніжках.
12. Під час підключення кабелю живлення (див. сторінку 14), прослідкуйте, щоб розетка була заземлена. Ніякий інший пристрій не повинен бути підключений до цієї ж самої розетки. При заміні запобіжника в адаптері живлення струму, використовуйте запобіжник ASTA - BS1362, 13 ампер.
13. Якщо необхідний подовжувач кабелю, використовуйте тільки 3-провідниковий кабель, з поперечним перерізом 14 (1 мм²), не довший 1,5 м.
14. Тримайте кабель живлення та перехідник подалі від поверхонь, що нагріваються..
15. Ніколи не ходіть по біговому полотну, коли тренажер вимкнений. Не використовуйте тренажер, якщо кабель живлення пошкоджений або якщо тренажер належно не функціонує. (Дивіться розділ: УСУНЕННЯ НЕПОЛАДОК на сторінці 22, якщо тренажер не працює належним чином).
16. Прочитайте, зрозумійте та випробуйте процес аварійної зупинки до того, як розпочати тренування. (Див. розділ: ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО МЕРЕЖІ, на сторінці 16).
17. Ніколи не запускайте тренажер, коли стоїте на біговому полотні. Завжди тримайтеся за поручні, під час тренувань.
18. Тренажер може працювати на високих швидкостях. Змінюйте швидкість поступово, щоб уникнути раптових перепадів швидкості бігового полотна.
19. Пульсометр не є медичним пристроєм. Різні фактори, включаючи рухи користувача, можуть впливати на точність відображення даних серцевого ритму. Нагрудний пульсометр призначений тільки як допоміжний пристрій під час тренування, для простеження результатів рівня серцевого ритму користувача.
20. Ніколи не залишайте тренажер без нагляду, доки працює бігове полотно. Завжди виймайте ключ безпеки, ставте вимикач у положення «відключення» та відключайте кабель живлення, якщо тренажер не використовується. (Див. малюнок на стор. 5 з розташуванням вимикача).

21. Не намагайтесь переміщати тренажер, поки його монтаж не буде завершено. (Див. розділ: МОНТАЖ, на стор. 7 та розділ: СКЛАДАННЯ ТА ПЕРЕСУВАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ, на сторінці 21). Ви повинні бути в змозі підіймати вагу до 20 кг, щоб пересувати даний тренажер.
22. При складанні або переміщенні бігової доріжки переконайтеся, що фіксатор транспортування надійно тримає раму в положенні зберігання.
23. Не намагайтесь змінити нахил тренажеру, підставляючи будь-які предмети під тренажер.
24. Ніколи не вставляйте сторонні предмети в будь-які отвори на біговій доріжці
25. Регулярно перевіряйте та надійно затягуйте всі деталі тренажера.

26. **ЗАСТЕРЕЖЕННЯ:** Завжди відключайте кабель живлення одразу після використання тренажера, а також перед тим, коли збираєтесь чистити його або перед початком регулювання деталей тренажера. Ніколи не знімайте кришку двигуна, без дозволу на те представника сервісної служби. Будь-яке технічне обслуговування, що не описано в даній інструкції, повинно виконуватись лише авторизованим представником сервісної служби.
27. Надмірне виконання вправ може стати причиною серйозних ушкоджень і, навіть, смерті. Якщо ви відчуваєте слабкість чи біль під час тренування, негайно зупиніться і зробіть перерву.

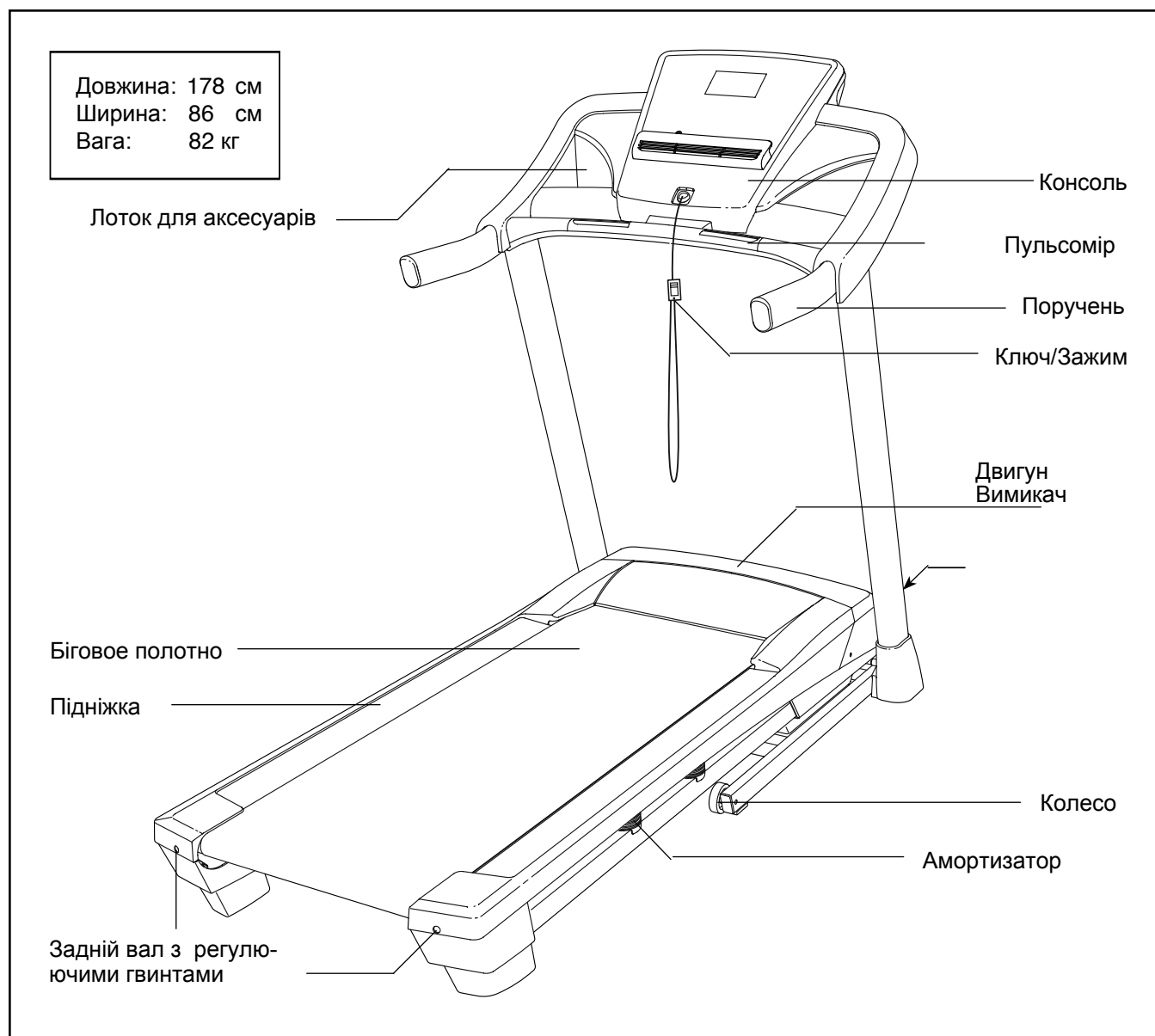
ЗБЕРЕЖІТЬ ДАНІ ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ

ВСТУП

Дякуємо вам за придбання нової бігової доріжки PROFORM® 730 ZLT. Модель 730 ZLT пропонує великий вибір функцій, які розроблені для того, щоб зробити ваші тренування вдома більш приємними та ефективними.

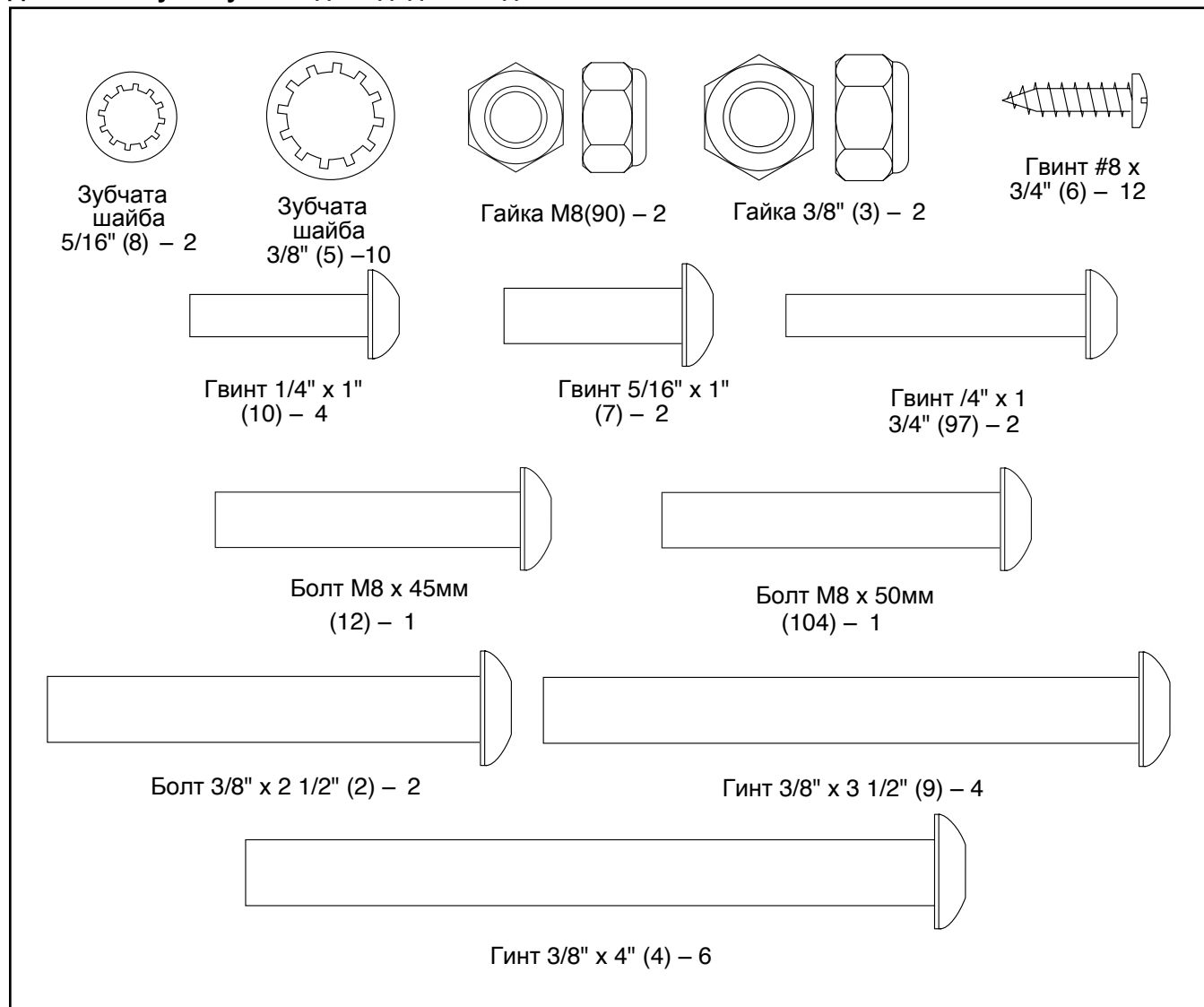
Заради зручності та безпеки, уважно прочитайте цей посібник перед початком використання тренажера. Якщо у вас виникли запитання, після ознайомлення з даною інструкцією, будь-ласка,

див. обкладинку цієї інструкції, для пошуку наших контактів. Щоб скоротити час очікування нашої допомоги, будь-ласка, знайдіть номер моделі та серійний номер вашого тренажера до того, як зв'язатись з нами. Номер моделі та серійний номер зазначено на обкладинці даної інструкції. Перед тим як читати інструкцію далі, будь-ласка, роздивіться малюнок, поданий нижче та ознайомтесь із позначеними деталями.



ВИЗНАЧЕННЯ ДЕТАЛЕЙ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

Роздивіться малюнок нижче, щоб визначити дрібні деталі, які потрібні для монтажу тренажера. Число в дужках – це основний номер деталі з розділу: ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ, в кінці інструкції. Наступне число, що слідує за основним номером – це кількість деталей, потрібних для монтажу даного тренажера. **Примітка:** Якщо деталь відсутня у наборі, перевірте, може вона вже приєднана до інших деталей тренажера. До комплекту можуть входити додаткові деталі.



МОНТАЖ

- Монтаж даної бігової доріжки потребує участі 2-х людей.
- Розмістіть усі деталі на чистій поверхні і зніміть увесь пакувальний матеріал. Не викидайте упаковку поки не завершите монтаж тренажеру.
- Під час доставки тренажеру, невелика частина мастила може потрапити на верхню частину бігового полотна чи коробки. Це нормально. Якщо на біговій доріжці є мастило, витріть його м'якою ганчіркою і мильним розчином.
- Деталі лівої частини тренажеру позначені "L" або "Left", а для правої частини - позначені "R" або "Right."
- Для визначення малих деталей див. сторінку 6.

- Монтаж потребує наступних інструментів: (входять до комплекту) :

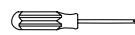
Набір шестигранних ключів



розвідний ключ



одна хрестова викрутка Phillips



Ножиці



Острогубці



Щоб уникнути пошкодження деталей, не використовуйте електричні інструменти.

1. Зайдіть на сайт www.prof.interatletika.com на своєму комп'ютері та зареєструйте свій тренажер для того, щоб:

- активувати гарантію вашого тренажеру;
- зберегти ваш час, при необхідності звернення в службу підтримки клієнтів;
- інформувати вас про вигідні пропозиції та модернізацію.

Примітка: Якщо у вас немає доступу до Інтернету, тоді зателефонуйте в службу підтримки (контакти див. на обкладинці даного посібника) і зареєструйте свій тренажер.

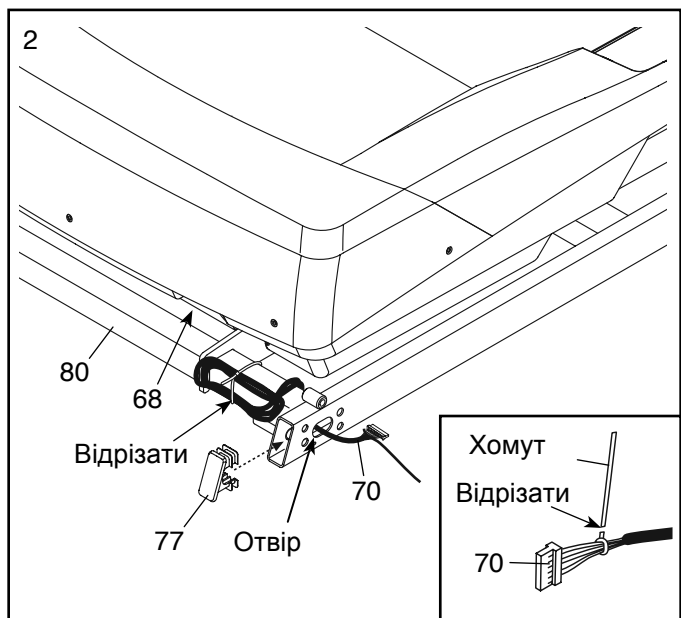
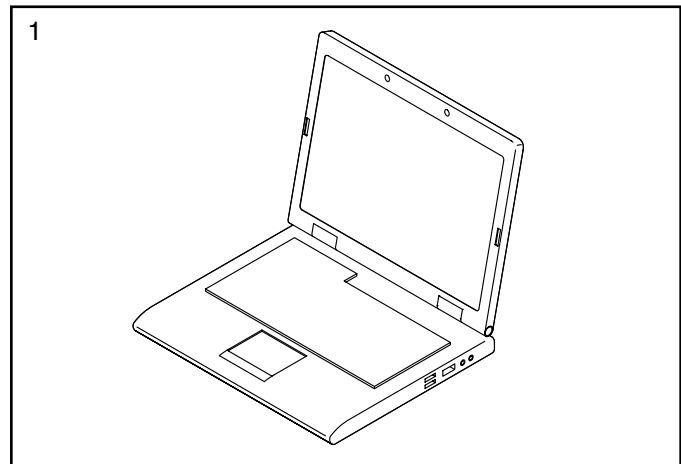
2. **Переконайтесь, що кабель живлення від'єднано.**

Знайдіть провід стійки (70) на основі (80). Розріжте пластикову стяжку на проводі стійки. Потім протягніть провід стійки через вказаний отвір в основі. Вставте захисні ковпачки (77) з кожної сторони основи (80).

Див. вставку на малюноку. Розріжте пластикову стяжку на проводі стійки (70). Будьте обережні, щоб не пошкодити провід.

Вставте захисні ковпачки (77) з кожної сторони основи (80).

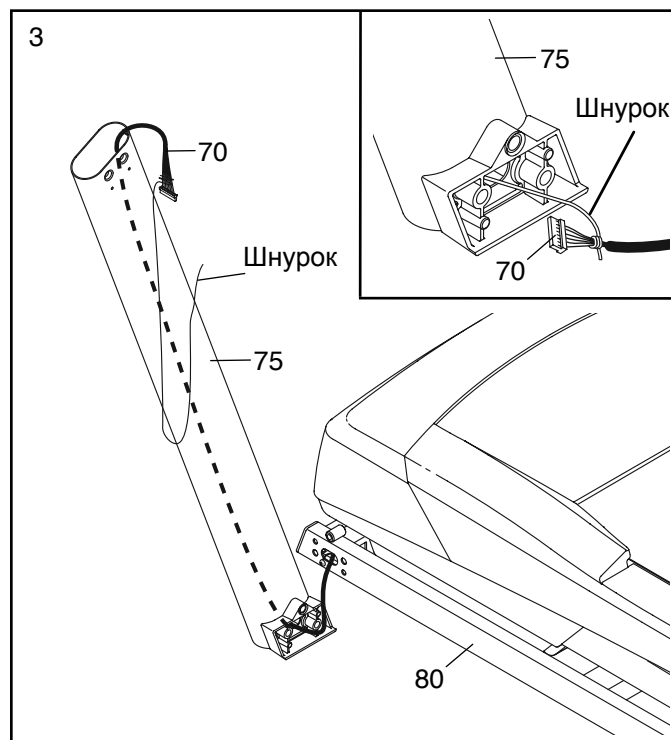
Див. вставку на малюноку. Розріжте пластикову стяжку на проводі стійки (70). **Будьте обережні, щоб не пошкодити провід.**



3. Знайдіть серед деталей ліву стійку (75). Інша людина тримає ліву стійку поруч з основою (80), як вказано на малюнку.

Див. вставку на малюнку: Надійно зав'яжіть провід лівої стійки (75) навколо кінця проводу стійки (70).

Потім вставте провід стійки в ліву стійку, в нижній її частині, та протягніть його за пластикову стяжку через всю ліву стійку доверху.

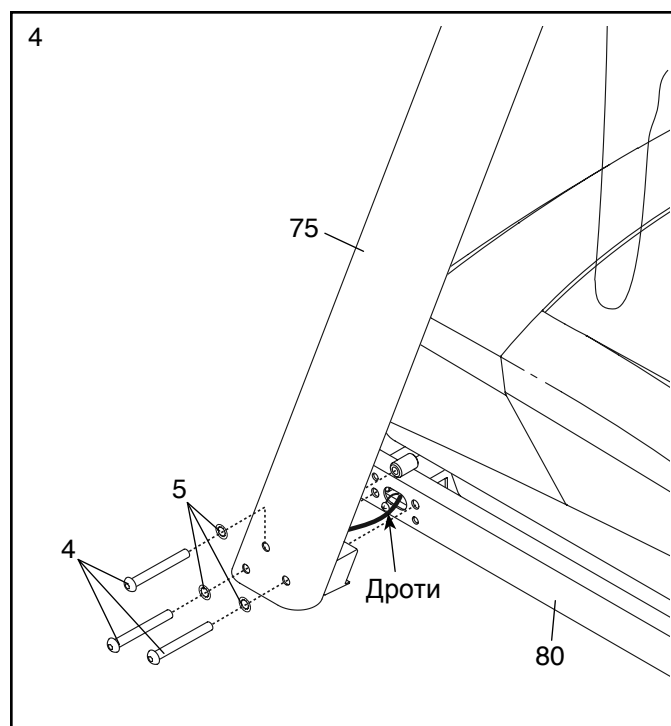


4. За допомогою другої людини, утримуйте ліву стійку (75) напроти основи (80).

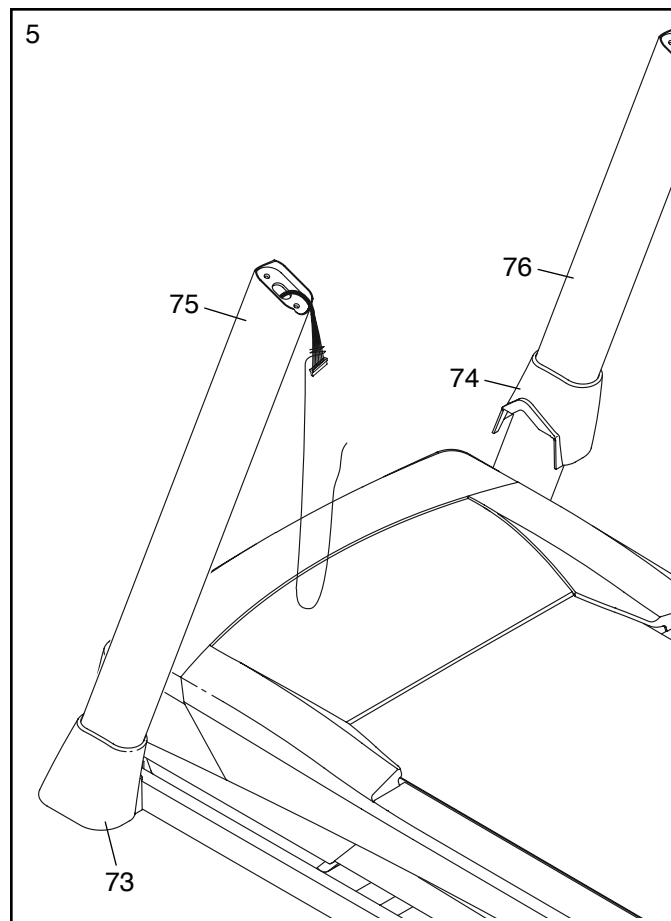
Будьте обережні, щоб не перетиснути проводи.

Частково затягніть три 3/8 "x 4" гвинта (4) трьома 3/8 " зубчастими шайбами (5) на лівій стійці (75) та основі (80); **не затягуйте гвинти повністю.**

Прикріпіть праву стійку (не показана) таким же чином. Примітка: На правій стороні немає проводу.

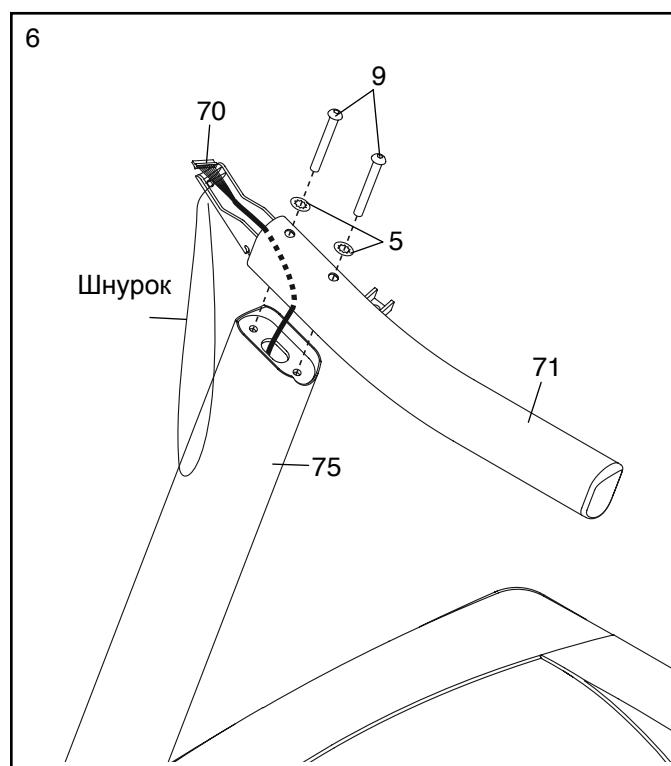


5. Знайдіть ліву та праву накладки основи (73, 74). Одягніть ліву та праву накладки основи відповідно на ліву та праву стійки (75, 76), як показано на малюнку.

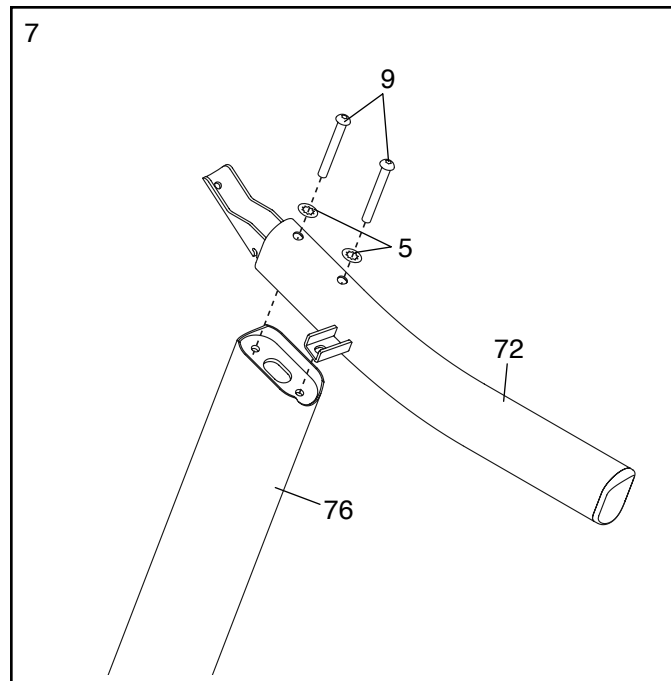


6. Встановіть поручень (71) на лівій стійці (75). Вставте шнур кабелю стійки (70) в нижню частину лівого поручня, як показано. Потім простягніть кабель через лівий поручень. Переконайтеся, що кабель стійки (70) не затиснуто.

Прикріпіть поручень (71) за допомогою двох 5/16 "x 2 1/4" гвинтів (7) та двох 5/16 " зубчастих шайб (8). **Вставте обидва гвинта, та поки що не затягуйте їх.**

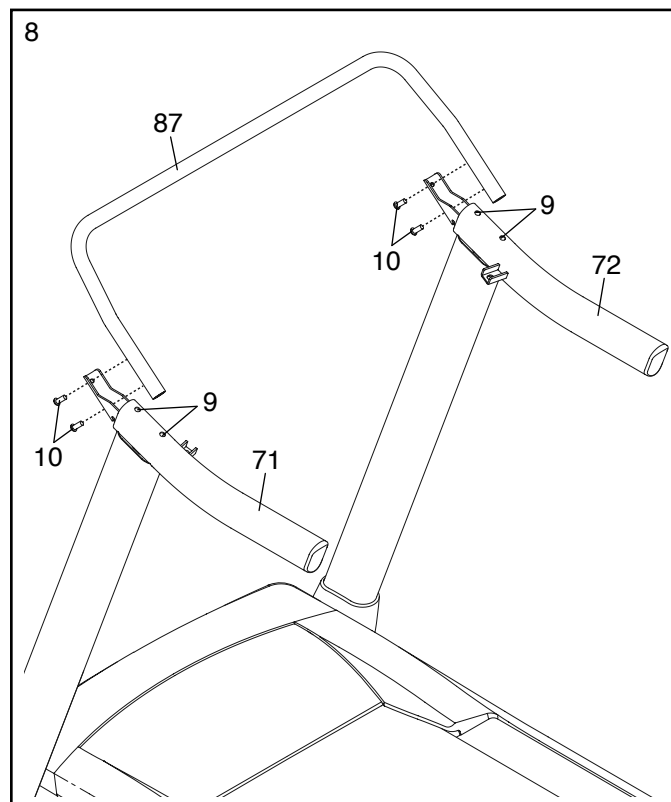


7. Прикріпіть правий поручень (72) до правої стійки (76) за допомогою двох гвинтів $3/8$ " x $3\ 1/2$ " (9) і двох зубчастих шайб $3/8$ " (5). **Наживіть обидва гвинта, але поки не затягуйте їх.**



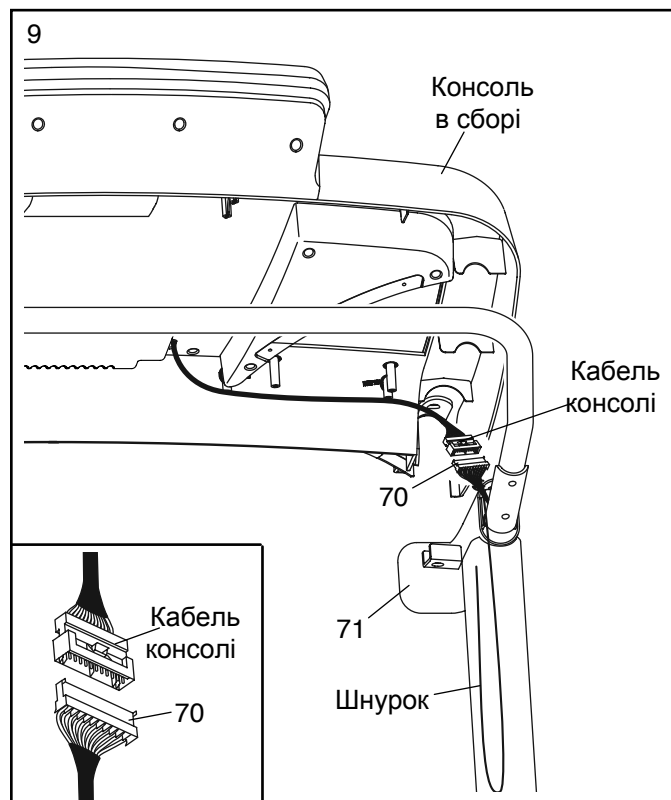
8. Встановіть основу консолі (87). Закріпіть основу консолі за допомогою чотирьох гвинтів $1/4$ " x 1 " (10). **Наживіть всі чотири гвинта, а потім затягніть їх.** Будьте уважні і не пережміть кабель стійки (не показано).

Після цього затягніть чотири гвинти $3/8$ " x $3\ 1/2$ " (9).



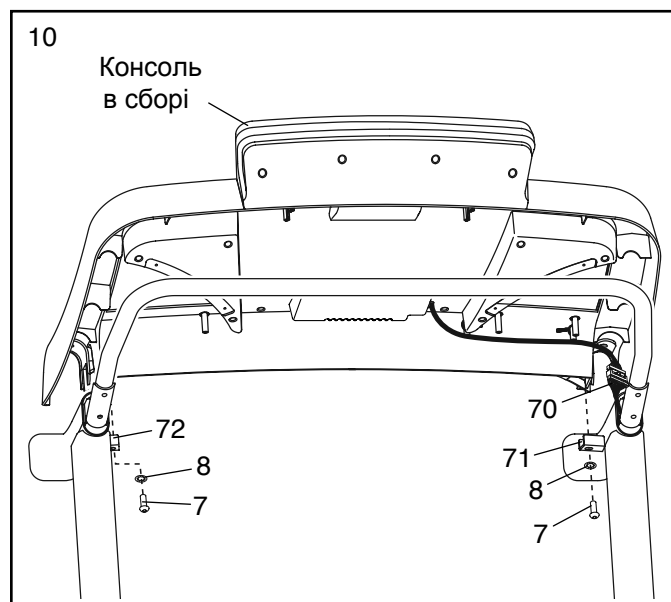
9. Попросіть вашого помічника утримувати зібрану консоль біля лівого поручня (71) і правого поручня (не показано).

З'єднайте кабель стійки (70) з кабелем консолі. **Див.вставку на малюнку.** Роз'єми повинні легко з'єднатися і стати на місце. Якщо цього не відбувається, то переверніть роз'єм і спробуйте знову їх з'єднати. **Якщо ви неправильно з'єднаєте роз'єми кабелів, консоль може пошкодитись при підключенні до мережі.** Потім зніміть стяжку з кабелю стійки.



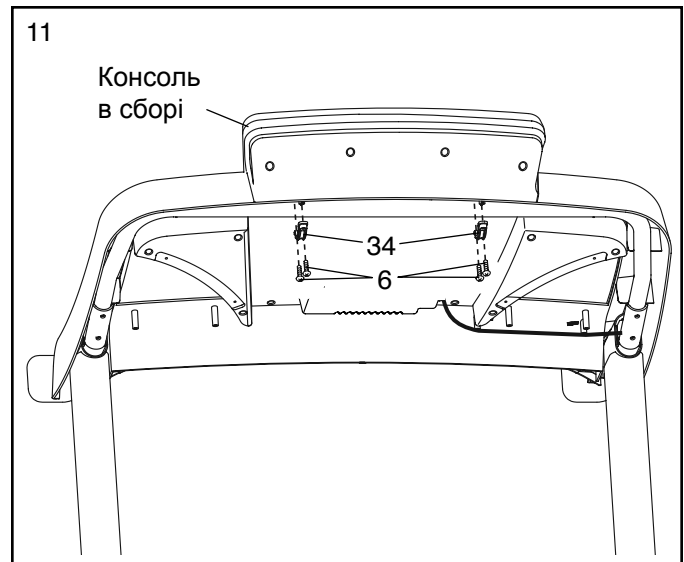
10. Встановіть консоль на лівий і правий поручні (71,72). Слідкуйте, щоб не затиснути проводи. Вставте надлишки проводу стійки (70) в лівий поручень.

Прикріпіть консоль до виступів на поручнях (71, 72) за допомогою двох гвинтів 5/16 "x 1" (7) і двох зубчастих шайб 5/16 "(8). **Спочатку наживіть обидва гвинта, а потім закрутіть їх.**

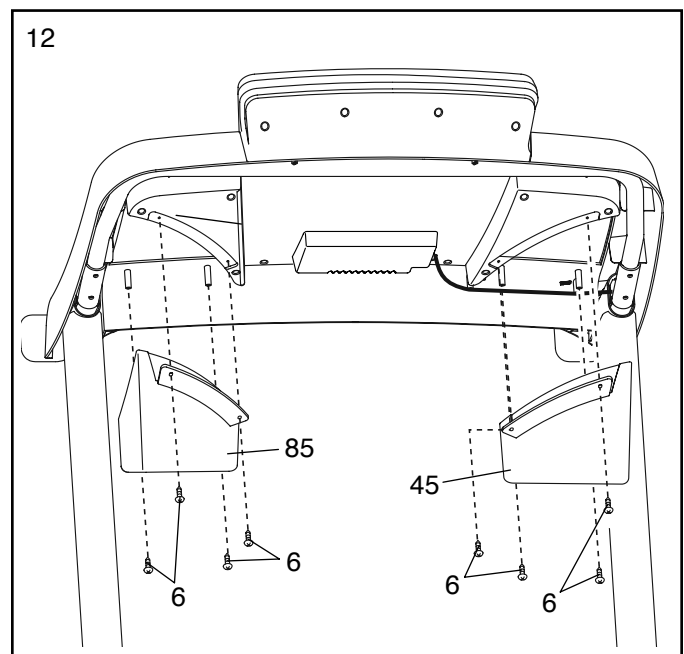


11. Прикріпіть фіксатори консолі (34) до консолі за допомогою чотирьох гвинтів # 8 x 3/4 "(6).

Див. пункт 4. Затягніть всі шість гвинтів 3/8" x 4" (4).

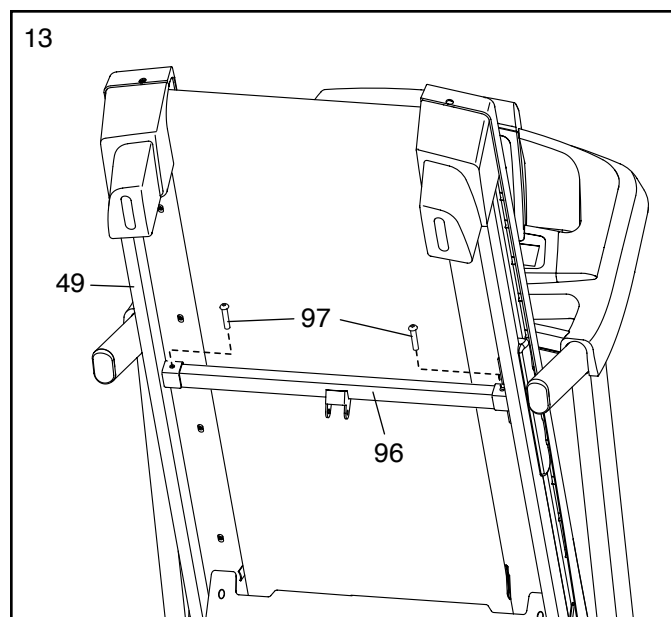


12. Знайдіть лівий і правий лотки (45, 85). Розташуйте лотки, як показано, і прикріпіть кожен лоток за допомогою чотирьох гвинтів # 8 x 3/4 "(6). **Спочатку вставте всі гвинти перед тим, як закручувати їх. Будьте уважні, щоб не перетягнути гвинти.**



13. Підніміть раму (49) в таке положення, як зображено на малюнку. Друга людина повинна утримувати раму до тих пір, поки крок 15 не буде завершено.

Закріпіть перекладину фіксатора (96) до рами (49) двома 1/4 "x 1 3/4" гвинтами (97).



14. Розташуйте транспортний фіксатор (51) так, щоб його широка частина та ручка фіксатора стали в такому положенні, як зображено на малюнку.

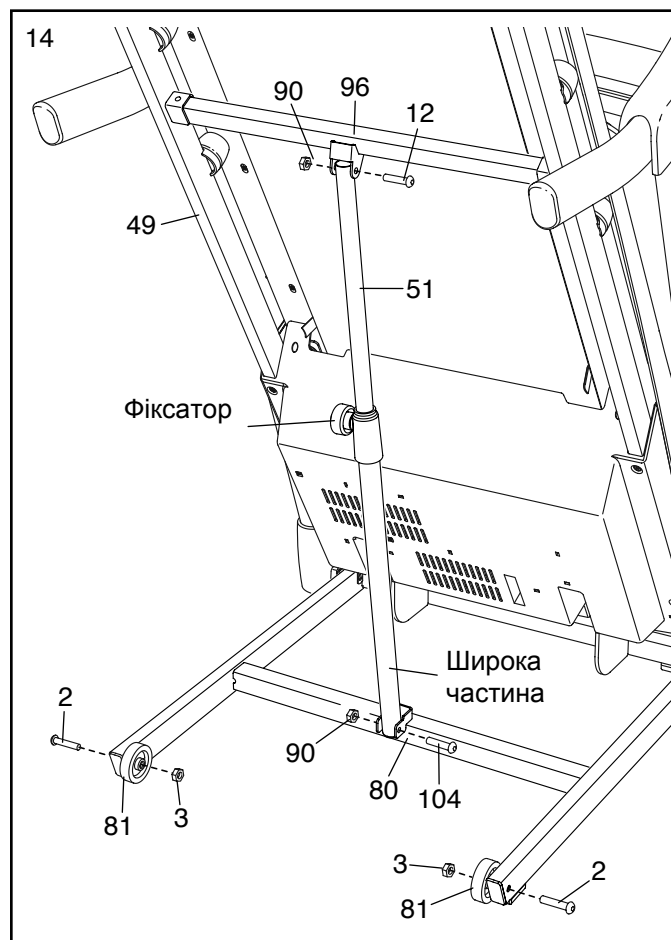
Прикріпіть нижній кінець транспортного фіксатора (51) до основи (80) за допомогою болта M8 x 50 мм (104) та гайки M8 (90).

Прикріпіть нижній кінець транспортного фіксатора (51) до основи (80) за допомогою болта M8 x 50 мм (104) та гайки M8 (90).

Прикріпіть верхній кінець транспортного фіксатора (51) до перекладини фіксатора (96) за допомогою M8 x 45 мм болта (12) та гайки M8 (90).

Прикріпіть колесо (81) до основи (80) за допомогою 3/8 x 2 1/2" болта (2) та 3/8" гайки (3). **Не закручуйте гайку занадто сильно; колесо повинно вільно прокручуватись.**

Опустіть раму (49) (див. розділ: ЯК ОПУСТИТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ, на сторінці 21)



15. **Переконайтесь, що всі деталі надійно закріплені перед тим, як проводити тренування на біговій доріжці.** Якщо на наклейках із застереженнями, розміщених на тренажері, залишилися пластикові захисні листи, зніміть їх. Щоб захистити підлогу чи килим, підкладіть коврик під тренажер. Примітка: До комплекту деталей тренажера можуть входити додаткові деталі. Тримайте шестигранні ключі у безпечному місці, один із ключів використовується для регулювання бігового полотна (дивіться сторінки 23 та 24).

ВИКОРИСТАННЯ ТА НАЛАШТУВАННЯ

ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО МЕРЕЖІ

Даний тренажер повинен бути заземлений. При несправності або поломці тренажеру, заземлення знизить ризик ураження електричним струмом. Мережевий кабель живлення даного тренажера має провід заземлення та вилку з відповідним контактом. **ВАЖЛИВО:** Якщо кабель живлення пошкоджений, його потрібно замінити новим, рекомендованим виробником.

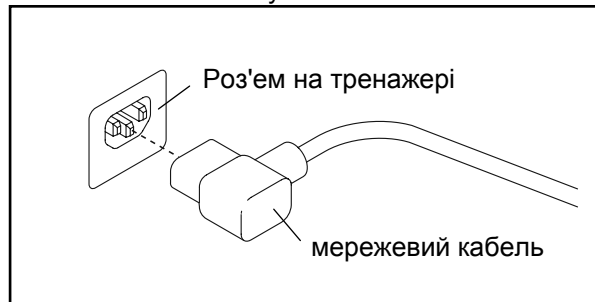


НЕБЕЗПЕЧНО: Неправильне

під'єднання кабелю заземлення може призвести до підвищеного ризику ураження електричним струмом. Проконсультуйтеся з кваліфікованим електриком або фахівцем з обслуговування, якщо ви сумніваєтеся в правильності заземлення вашого тренажеру. Не змінюйте вилку кабелю, надану виробником, якщо вона не підходить до розетки, встановіть відповідну розетку за допомогою кваліфікованого електрика.

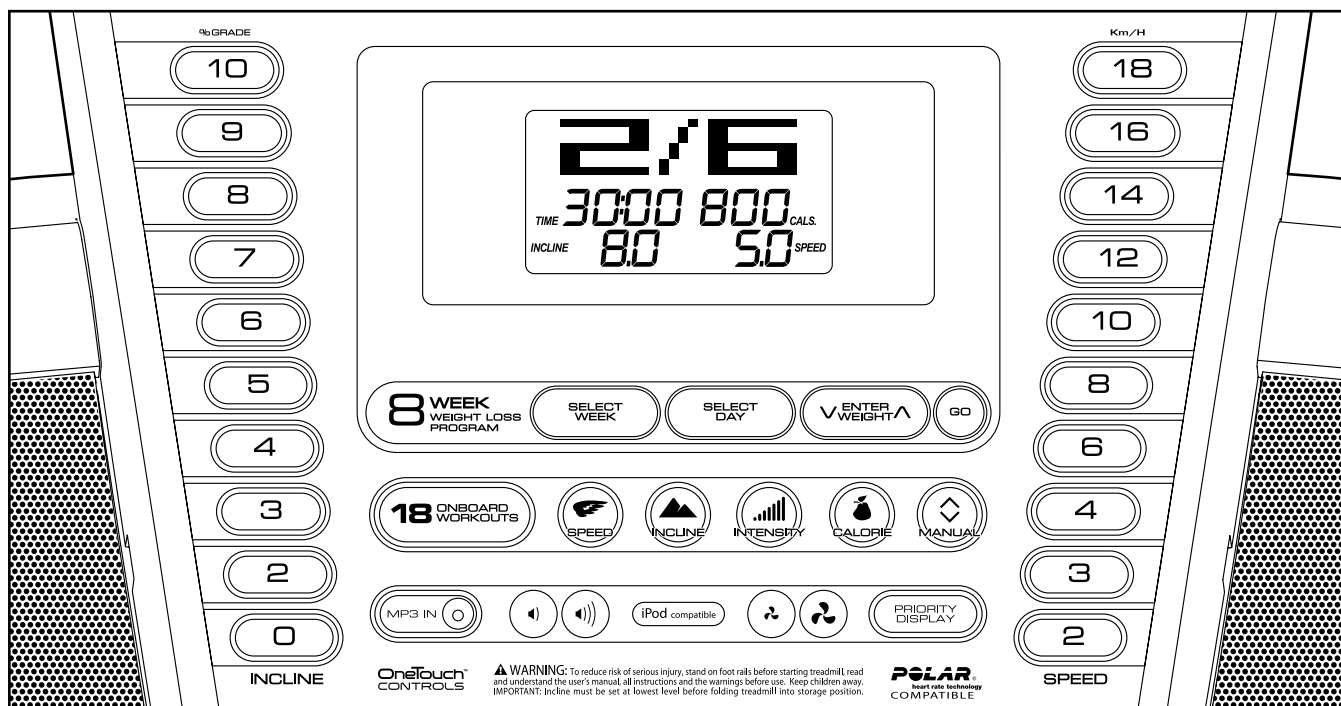
Виконайте наступні дії, щоб підключити кабель живлення:

1. Підключіть вказаний кінець мережевого кабелю до відповідної розетки на біговій доріжці, як показано на малюнку нижче.



2. Підключіть кабель живлення у відповідну розетку, яка правильно встановлена і заземлена, у відповідності з усіма місцевими нормативами та правилами.

КОНСОЛЬ



ФУНКЦІЇ КОНСОЛІ

Консоль даної бігової доріжки пропонує вражаюче різноманіття функцій, що розроблені для того, щоб зробити ваші тренування більш ефективними та приємними. При використанні ручного режиму управління, можна змінити швидкість і нахил бігової доріжки одним натисканням клавіші.

Під час тренувань, консоль буде відображати миттєві результати тренування. Ви маєте змогу, також, виміряти частоту серцевих скорочень за допомогою пульсометру.

Крім того, консоль має особливість вибору onboard (запрограмованих) тренувань. Кожне тренування автоматично регулює швидкість і нахил бігової доріжки, що дає змогу зробити ваші тренування більш ефективними.

Втрачайте небажані кілограми з новою 8-тижневою програмою втрати ваги. Кожне тренування в програмі контролює швидкість і нахил бігової доріжки, що робить ваші заняття більш ефективними та допомагає вам досягти бажаних результатів.

Ви навіть можете слухати свою улюблену музику або аудіо книги під час своїх тренувань.

Ви навіть можете слухати свою улюблену музику або аудіо книги під час своїх тренувань.

Підключення до мережі – див. сторінку 16.

Використання ручного режиму керування – див. сторінку 16.

onboard тренування – див. сторінку 18.

Скористатися 8-тижневою програмою втрати ваги, див. стор. 19.

Використання звукової системи – див. сторінку 20.

Інформаційний режим – див. сторінку 20.

Примітка: Консоль може відображати швидкість і відстань в милях або кілометрах. Щоб дізнатись, як обрати потрібні одиниці вимірювання, зверніться до розділу: ІНФОРМАЦІЙНИЙ РЕЖИМ, на сторінці 23. Для спрощення, в даному розділі одиниці вимірювання зазначено в кілометрах.

ВАЖЛИВО: Якщо на консолі є захисні пластикові наклейки, зніміть їх. Щоб запобігти пошкодженню бігового полотна, одягайте чисте спортивне взуття під час використання бігової доріжки. Спочатку, перед використанням бігової доріжки, перевірте розташування бігового полотна; вирівняйте бігове полотно по центру, якщо це необхідно (див. сторінку 24).

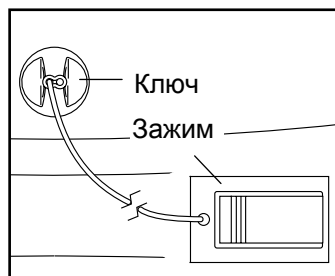
ПІДКЛЮЧЕННЯ ДО МЕРЕЖІ

ВАЖЛИВО: Якщо тренажер довгий час знаходився під впливом низьких температур (на холодному повітрі), дайте йому нагрітись до кімнатної температури, перед тим як підключати до мережі. Якщо цього не зробити, то можна пошкодити дисплей консолі або інші електричні компоненти тренажеру.

Підключіть кабель живлення (див. сторінку 14). Потім знайдіть перемикач живлення на рамі бігової доріжки, поруч з кабелем живлення, та натисніть його в положення «reset».



Потім встаньте на опорні полоси для ніг по обидві сторони бігової доріжки. Знайдіть зажим, прикріплений до ключа безпеки, та пристегніть його на поясі вашого одягу.



Вставте ключ безпеки в консоль. Через деякий час дисплеї консолі увімкнуться. **ВАЖЛИВО:** У разі надзвичайної ситуації, ключ можна вийняти з консолі, що сповільнить рух бігового полотна до зупинки. Перевірте зажим, обережно зробивши кілька кроків назад. Якщо ключ не виймається з консолі, відрегулюйте положення зажиму.

ВИКОРИСТАННЯ РУЧНОГО РЕЖИМУ КЕРУВАННЯ

1. Вставте ключ безпеки в консоль.

Див. розділ: Підключення до мережі, зліва.

2. Виберіть Ручний режим керування.

Натисніть клавішу Manual (Ручний режим) на консолі. Якщо у вас не підключений iFit модуль, ручний режим буде обрано автоматично.

3. Запуск бігового полотна.

Для запуску бігового полотна натисніть клавішу - Start (Пуск), клавішу - Speed increase (збільшення швидкості) або одну з клавіш Speed, пронумерованих від 2 до 18.

Коли ви натиснете клавішу - Start або клавішу - Speed increase (збільшення швидкості), бігове полотно почне рухатися зі швидкістю 2 км /год. Щоб змінити швидкість руху бігового полотна під час тренування, натискайте клавіші збільшення та зниження швидкості. Щоразу, при натисканні на одну з клавіш, швидкість змінюється на 0,1 км /год. Утримуючи клавішу, швидкість змінюється з кроком на 0,5 км /год. Примітка: після того як ви натискаєте клавішу вибору, має пройти деякий час, для налаштування бігового полотна до значення обраної швидкості. Якщо ви натиснете одну з пронумерованих клавіш швидкості – Speed, тоді бігове полотно буде плавно змінювати швидкість, поки не досягне заданого значення. Щоб зупинити бігове полотно, натисніть клавішу – Stop.

На дисплеї почне висвічуватися час. Щоб запустити бігове полотно знову, натисніть клавішу - Start (Пуск) або клавішу збільшення швидкості - Speed increase.

4. Зміна нахилу бігової доріжки, за бажанням.

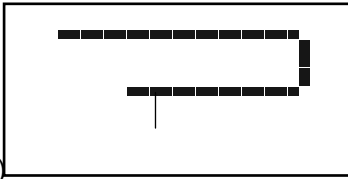
Щоб змінити нахил бігової доріжки, натисніть клавішу збільшення/зменшення нахилу (Incline) або одну з пронумерованих клавіш нахилу – Incline. Щоразу, при натисканні однієї з клавіш, бігова доріжка буде поступово налаштовуватись на обрану величину нахилу.

5. Слідкуйте за результатами тренування на дисплеях

Головний екран –

При виборі ручного режиму керування, головний екран буде відображати бігову доріжку (трек)

, яка представляє довжину 400 м (1/4 милі). Під час тренування, індикатори на доріжці (треку) будуть послідовно з'являтися до тих пір, поки не з'явиться вся бігова доріжка. Потім доріжка зникне, а індикатори знову почнуть з'являтися послідовно.



Екран Time/Incline -

показує час з початку тренування, дистанцію, яку ви пройшли або пробігли, швидкість бігового полотна, приблизну кількість витрачених калорій, та нахил бігової доріжки. Натисніть кнопку Priority Display кілька разів, поки необхідна інформація про тренування не з'явиться на екрані.



Екран Pulse/Speed -

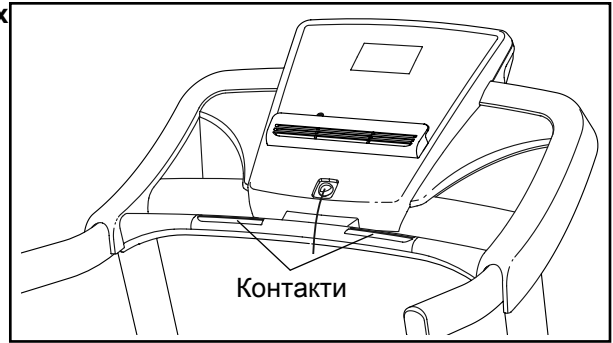
відображає минулий час, дистанцію, яку ви пройшли, або пробігли і нахил бігової доріжки. Примітка: коли обрано запрограмовані тренування, на екрані відобразиться час, що залишився до кінця тренування, замість минулого часу. У нижньому правому кутку екрану відобразяться приблизна кількість витрачених вами калорій, швидкість бігового полотна і ваш темп. З правого боку екрану також відображається ваш пульс, якщо ви використовуєте контакти ручного пульсометру.



Щоб перезавантажити дисплей, натисніть кнопку Стоп (Stop). Потім витягніть ключ безпеки та вставте його в консоль знову.

6. Вимір серцевого ритму, за бажанням.

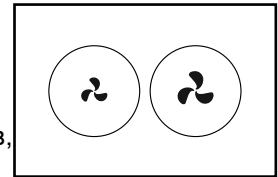
Перед використанням монітору серцевого ритму на поручні, видаліть листи пластику з металевих контактів. Крім того, переконайтеся, що ваші руки чисті.



Для вимірювання частоти серцевих скорочень, **встаньте на опорні полоси для ніг і утримуйте свої долоні на металевих контактах; не переміщайте руки.** Коли ваш пульс буде виявлено, з'явиться кілька штрихів, а потім висвітяться показники вашого пульсу. **Для найбільш точного визначення частоти пульсу, продовжуйте утримувати контакти руками близько 15 секунд.**

7. Включення вентилятора, за бажанням.

Вентилятор має кілька параметрів швидкості. Натискайте клавіші збільшеного та зменшеного вентилятора декілька разів, відповідно для вибору швидкості обертання вентилятора, або вимкніть вентилятор. Примітка: Якщо вентилятор залишається включеним, коли бігове полотно зупиняється, він автоматично вимкнеться через декілька хвилин.



8. Коли тренування закінчено, вийміть ключ безпеки з консолі.

Встаньте на опорні полоси для ніг, натисніть клавішу Stop та виставте кут нахилу бігової доріжки до нуля. Рівень нахилу необхідно встановити на нуль, щоб не пошкодити бігову доріжку, коли ви будете складати тренажер в положення зберігання. Далі, вийміть ключ безпеки з консолі і покладіть його в безпечному місці.

Якщо тренування закінчені, натисніть перемикач живлення в положення «off» (вимкнено) та відключіть кабель живлення.

ВАЖЛИВО: Якщо не виконувати даних вказівок, електричні компоненти бігової доріжки можуть передчасно вийти з ладу.

ВИКОРИСТАННЯ ЗАПРОГРАМОВАНИХ ТРЕНУВАНЬ

1. Вставте ключ в консоль.

Див. розділ: Підключення до мережі, на сторінці 16.

2. Вибір функції: Onboard workout (запрограмовані тренування).

Для вибору запрограмованих тренувань, натискайте клавіші Speed (швидкість), Incline (нахил), Intensity (інтенсивність) чи клавішу Calorie (калорії) до тих пір, поки потрібний вам вид тренування не з'явиться на екрані.

При виборі бажаного onboard тренування, на екранах буде відображатись максимальний нахил, тривалість, відстань, максимальна швидкість та назва тренування. Крім того, профіль налаштувань швидкості тренування з'явиться на головному екрані. При виборі функції тренування - Calorie (калорії), на екрані з'явиться приблизна кількість витрачених вами калорій.

3. Початок тренування.

Щоб розпочати тренування, натисніть клавішу Start або Speed increase (збільшення швидкості). Через деякий час, після натискання клавіші, бігова доріжка автоматично виставить початкову швидкість і нахил налаштувань тренування. Тримайтеся за поручні, розпочніть ходьбу.

Кожне тренування ділиться на сегменти. Відповідні швидкість і нахил запрограмовані для кожного сегменту. Примітка: для послідовних сегментів можуть бути запрограмовані такі ж самі швидкість та нахил.

Під час тренування профіль буде показувати ваші результати. Мигаючий сегмент



ментпрофілю представляє поточний сегмент тренування. Висота мигаючого сегмента вказує на налаштування швидкості для поточного сегменту. В кінці кожного сегменту, буде звучати серія звукових сигналів і почне блимати наступний сегмент. Якщо нова швидкість та /або нахил запрограмовані для наступного сегмента, тоді нове значення швидкості та /або нахилу з'явиться на екранах протягом декількох секунд, і бігова доріжка автоматично налаштується на нову швидкість та /або нахил. Тренування будуть продовжуватися в подібному вигляді до закінчення останнього мигаючого сегменту на дисплеї.

Тренування будуть продовжуватися в подібному вигляді до закінчення останнього мигаючого сегменту на дисплеї. Потім бігове полотно плавно зупиниться.

Примітка: Метою програми Calorie є визначення кількості витрачених вами калорій під час тренування. Фактична кількість витрачених калорій буде залежати від різних факторів, наприклад таких як вага. Крім того, якщо ви будете змінювати швидкість або нахил в ручному режимі під час тренування, то показники кількості витрачених калорій будуть порушені.

Если скорость и наклон установленные для данного сегмента слишком высокие или слишком низкие, то можно вручную отключить настройку, нажав на кнопки Speed (Скорость) и Incline (Наклон); **однако когда начнется следующий сегмент тренировки, тренажер автоматически определит уровень скорости и наклона для следующего сегмента.**

Якщо нахил або швидкість встановлені дуже високо (швидко) або дуже низько (повільно) протягом будь-якого часу тренування, ви можете змінити налаштування в ручному режимі керування, натискаючи на кнопки Speed (швидкість) або Incline (нахил); Однак, коли починається наступний сегмент тренування, бігова доріжка автоматично встановлює швидкість і нахил для наступного сегмента.

Щоб зупинити тренування в будь-який момент, натисніть кнопку Stop. На дисплеї почне висвічуватися час. Для відновлення тренування, натисніть кнопку Start (пуск) або кнопку Speed increase (збільшення швидкості). Бігове полотно почне рухатися зі швидкістю 2 км /год. З початком наступного сегменту тренування, бігова доріжка автоматично встановлює швидкість і нахил для наступного сегменту.

4. Слідкуйте за результатами тренування на дисплеях

Див. крок 5 на сторінці 17.

Екран Time/Pulse буде відображати час, що залишився до кінця тренування замість часу, що минув.

5. Вимірювання пульсу, за бажанням.

Див. крок 6 на сторінці 17.

6. Включення вентилятору, за бажанням.

Див. крок 7 на сторінці 17.

7. Коли тренування завершено, вийміть ключ безпеки з консолі.

Див. крок 8 на сторінці 17.

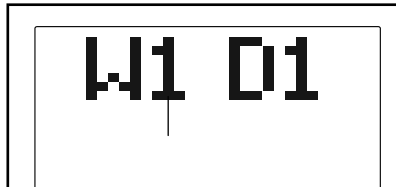
ВИКОРИСТАННЯ 8-ТИЖНЕВОГО ТРЕНУВАННЯ НА ВТРАТУ ВАГИ

1. Вставте ключ в консоль.

Див. розділ: Підключення до мережі, на сторінці 16.

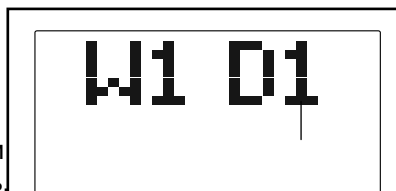
2. Виберіть необхідний тиждень програми.

Щоб вибрати необхідний тиждень програми, натисніть кнопку Select кілька разів, поки номер потрібного тижня не з'явиться у верхній лівій частині екрану.



3. Виберіть необхідний день програми.

Для кожного тижня тренувань відведено три тренувальні дні. Щоб вибрати необхідний день, натисніть кнопку Select Day кілька разів, поки номер потрібного дня не з'явиться у верхній лівій частині екрану.



4. Введіть ваш вагу.

Для того, щоб розрахувати кількість калорій, яке вам необхідно спалювати кожне тренування, натисніть кнопку збільшення або зменшення Enter Weight, щоб ввести ваш вагу. Консоль відрегулює інтенсивність тренування залежно від ваги користувача.

5. Розпочніть тренування.

Натисніть кнопку Go, потім - кнопку Start, щоб розпочати тренування.

Тренування буде відбуватися точно так само, як запрограмовані тренування (див. пункт 3 на стор. 18).

6. Слідкуйте за результатами тренування на дисплеях

Див. крок 5 на сторінці 17.

Екран Time/Pulse буде відображати час, що залишився до кінця тренування замість часу, що минув.

7. Вимірювання пульсу, за бажанням.

Див. крок 6 на сторінці 17.

8. Включення вентилятору, за бажанням.

Див. крок 7 на сторінці 17

9. Коли тренування завершено, вийміть ключ безпеки з консолі.

Див. крок 8 на сторінці 17.

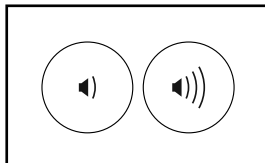
ВИКОРИСТАННЯ ЗВУКОВОЇ СИСТЕМИ

Для прослуховування музики або аудіо книг через звукову систему консолі під час тренувань, підключіть 3.5 мм аудіо кабель (не входить до комплекту) у вихід консолі та у вихід вашого MP3 плеєра, CD плеєра або іншого програвача; **переконайтесь, що аудіо кабель підключено правильно.**

Примітка: Придбати аудіо кабель ви можете в місцевому магазині електроніки.

Далі, натисніть клавішу Play на вашому програвачі. Відрегулюйте рівень гучності, використовуючи клавіші збільшення або зменшення гучності на консолі або на вашому аудіо плеєрі. Якщо ви використовуєте CD плеєр і відбуваються пропуски запису, тоді встановіть CD плеєр на підлозі чи іншій рівній поверхні, але не на консолі.

Якщо ви використовуєте CD плеєр і відбуваються пропуски запису, тоді встановіть CD плеєр на підлозі чи іншій рівній поверхні, але не на консолі.



ІНФОРМАЦІЙНИЙ РЕЖИМ

Консоль має інформаційний режим, який відстежує тренування на біговій доріжці та дозволяє вам встановлювати особисті налаштування на консолі.

Інформаційний режим також дозволяє вибрати милі або кілометри в якості одиниці вимірювання, а також включити або відключити демо-режим. Для вибору інформаційного режиму, натисніть та утримуйте клавішу Stop, поки вставляєте ключ безпеки в консоль, потім відпустіть клавішу Stop. При виборі інформаційного режиму, буде відображатися наступна інформація:

- кількість годин, яку використовував



- загальну кількість км (або миль), яку пройшло бігове полотно;

- символ E для англійських миль або символ M для метричних кілометрів. Щоб змінити одиниці виміру, натисніть кнопку зменшення швидкості;

- символи "On", "Off" або "Auto" для налаштувань підсвічування. Щоб змінити налаштування підсвічування, натисніть кнопку збільшення швидкості.

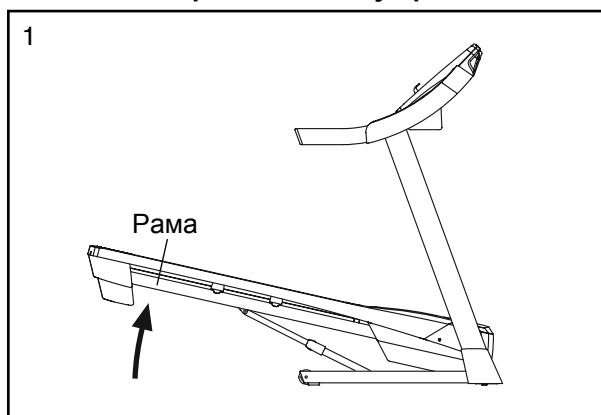
Щоб вийти з інформаційного режиму, вийміть ключ безпеки з консолі.

СКЛАДАННЯ ТА ПЕРЕСУВАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

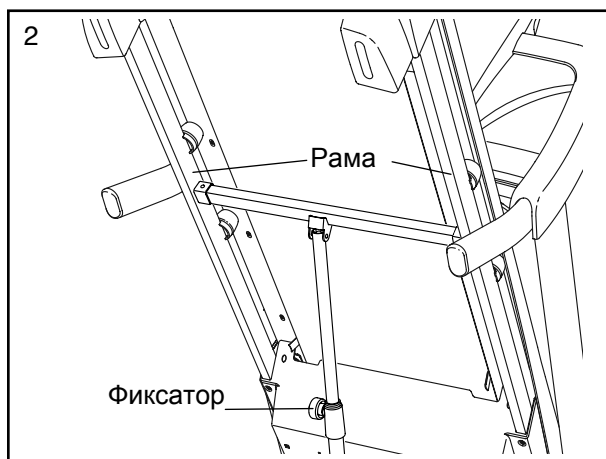
ЯК СКЛАСТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ

Щоб уникнути пошкодження бігової доріжки, зменшіть нахил до нуля, перш ніж скласти бігову доріжку. Потім видаліть ключ безпеки та від'єднайте шнур живлення. **УВАГА: Ви повинні бути в змозі вільно піднімати 20 кг, щоб підняти, опустити або перемістити даний тренажер.**

1. Утримуйте металеву раму там, де показано стрілкою на малюнку. **УВАГА: Не тримайте раму за пластикові опорні полоси для ніг. Зігніть ноги і тримайте спину прямо.**



2. Піднімайте раму до тих пір, поки фіксатор не стане в положення зберігання. **УВАГА: Переконайтеся, що фіксатор транспортування зафіксовано.**



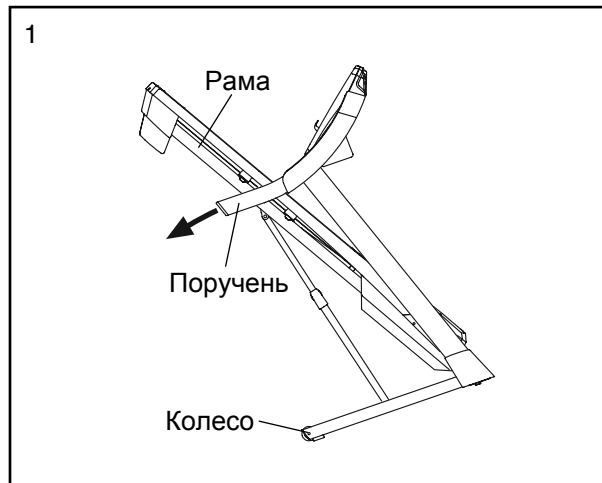
Щоб захистити підлогу або килим, покладіть килимок під бігову доріжку. Оберегайте бігову доріжку від прямих сонячних променів. Не зберігайте тренажер при температурі вище 85 ° = F (30 ° C).

ЯК ПЕРЕМІЩАТИ БІГОВУ ДОРІЖКУ

Перед тим як переміщати бігову доріжку, складіть її, як описано зліва.

УВАГА: Переконайтеся, що ручку фіксатора встановлено в положенні зберігання. Для переміщення доріжки можуть знадобитися дві людини.

1. Утримуйте раму та один з поручнів, поставте одну ногу на одне з коліс.



2. Потягніть за поручень, поки бігова доріжка не поїде на колесах, потім обережно перемістіть тренажер в потрібне місце. **УВАГА: Не переміщайте бігову доріжку, не нахиливши її назад, не тягніть за раму та не пересувайте тренажер по нерівній поверхні.**

3. Поставте одну ногу на одне з коліс і обережно опустіть бігову доріжку.

ВСТАНОВЛЕННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ

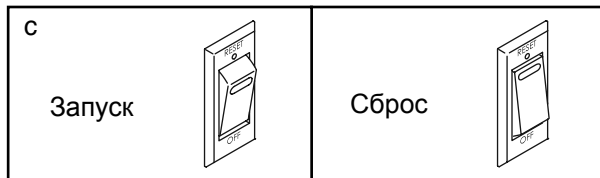
1. Див. малюнок 2. Візьміться за верхній кінець рами бігової доріжки правою рукою. Потім потягніть ручку фіксатора вліво. **ВАЖЛИВО:** Не крутіть ручку фіксатора. Якщо необхідно, натисніть раму трохи вперед. Проверніть раму вниз на кілька сантиметрів та відпустіть ручку фіксатора.
2. Див. малюнок 1, зліва. Міцно тримайте металеву раму обома руками, потім опустіть тренажер на підлогу. **УВАГА: Не тримайте раму за пластикові опорні полоси та не кидайте раму.** Зігніть ноги і тримайте спину прямо.

УСУНЕННЯ НЕСПРАВНОСТЕЙ

Більшість несправностей бігової доріжки можуть бути вирішені за допомогою простих порад, наведених нижче. Знайдіть несправність, яка виникла та дотримуйтесь інструкцій, наведених нижче. Якщо необхідна подальша допомога, зверніться за телефоном, вказаним на першій сторінці обкладинки даного посібника.

Проблема: Не вдається підключитись до мережі

- Переконайтеся, що кабель живлення вставлений в правильно заземлену розетку (див. сторінку 15). Якщо необхідний подовжувач, використовуйте тільки 3-жильний кабель, з поперечним перерізом 14 (1 mm²), довжиною не більше 1.5м.
- Коли кабель живлення буде приєднано, переконайтеся, що ключ безпеки вставлений у консоль.
- Перевірте вимикач живлення, розташований на рамі бігової доріжки поруч з мережевим кабелем. Якщо вимикач знаходиться в положенні, як показано - перемикач вимкнено. Для повторного включення перемикача, почекайте п'ять хвилин і потім знову увімкніть перемикач.



Причина: Відключення від мережі під час тренування

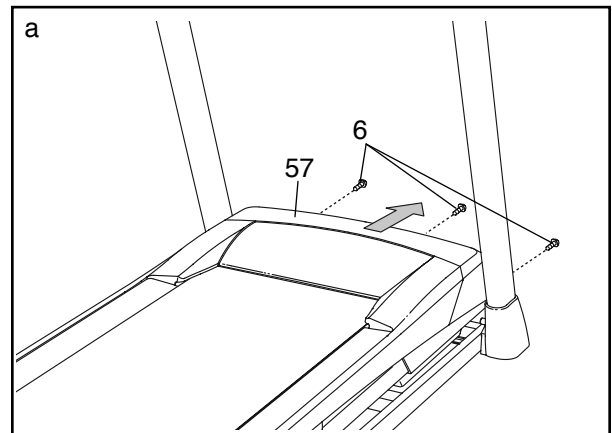
- Перевірте перемикач (дивіться малюнок вище). Якщо він знаходиться у положенні «відключено», зачекайте п'ять хвилин та увімкніть його знову.
- Переконайтесь, що кабель живлення увімкнений. Якщо кабель живлення підключено, відключіть його, зачекайте п'ять хвилин і увімкніть його знову.
- Вийміть ключ безпеки з консолі, а потім вставте його заново.
- Якщо бігова доріжка не підключається, зверніться за телефоном, зазначеним на обкладинці даного посібника, в службу підтримки.

Причина: Дисплеї залишаються включеними, коли ви виймаєте ключ безпеки з консолі.

- Консоль має функцію - демонстраційний режим, розраховану на використання її для показу бігової доріжки в магазині. Якщо дисплеї продовжують горіти, коли ви вийняли ключ, то демо-режим залишився включеним. Щоб виключити demo режим, утримуйте клавішу Stop протягом декількох секунд. Якщо дисплеї і після цього залишаються ввімкненими, див. розділ: Інформаційний режим, на сторінці 20, щоб вимкнути demo режим.

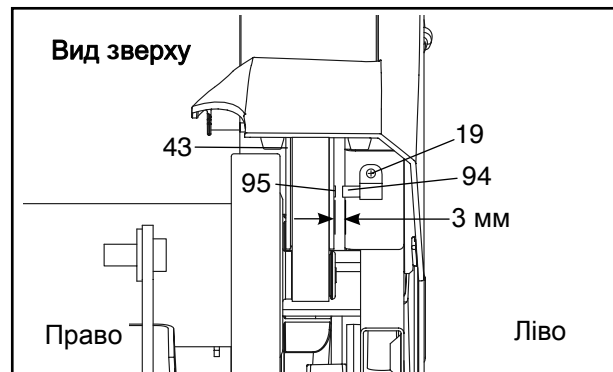
Причина: Дисплеї консолі не працюють належним чином

- Вийміть ключ безпеки з консолі та **ВІДКЛЮЧІТЬ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. Потім зніміть п'ять # 8 x 3/4 " гвинтів (6). Акуратно зніміть кожух двигуна (57).



Найдіть геркон (94) і магніт (95) з лівой сторони от маховика (43). Поворачивайте шкив, пока магніт не вирівняється с герконом.

Убедитесь, что зазор между магнитом и герконом примерно 3 мм. Для регулировки необходимо выкрутить винт #8 x 3/4" (19), немного передвинуть геркон, а затем закрутить обратно винт. Снова прикрепите кожух мотора (не показан) с помощью пяти винтов #8 x 3/4" (не показаны) и запустите беговую дорожку на несколько минут, чтобы проверить корректность показаний.

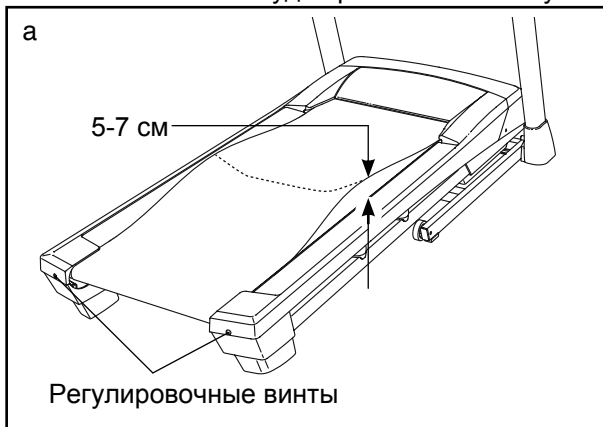


Причина: Нахил бігової доріжки змінюється неправильно

- а. Натисніть і утримуйте клавішу Stop та клавішу Speed increase (збільшення швидкості), вставте ключ безпеки в консоль, потім відпустіть клавішу Stop і клавішу Speed increase. Натисніть клавішу Stop, потім клавішу Incline increase/decrease (збільшення або зменшення нахилу). Бігова доріжка автоматично підніметься до максимального рівня нахилу, а потім знизиться до мінімального рівня. Це відрегулює систему нахилу. Якщо регулювання нахилу не розпочнеться, тоді натисніть ті ж самі клавіші знову. Коли нахил буде відрегульовано, вийміть ключ безпеки з консолі.

Причина: Бігове полотно сповільнює свій рух при ходьбі по ньому

- а. Якщо бігове полотно занадто натягнуте, рух бігової доріжки може погіршитися, а бігове полотно може пошкодитися. Вийміть ключ безпеки та **ВІДКЛЮЧІТЬ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. Використовуючи шестигранний ключ, поверніть обидва гвинти направляючого ролика проти годинникової стрілки на 1/4 оберту. Якщо бігове полотно правильно натягнуте, його можна відтягнути з кожного краю на 5 – 7 см (2-3 in) від платформи. Слідкуйте за тим, щоб бігове полотно було відцентроване. Потім приєднайте кабель живлення та запустіть бігове полотно на декілька хвилин. Повторюйте ці дії до тих пір, поки бігове полотно буде правильно натягнуте.

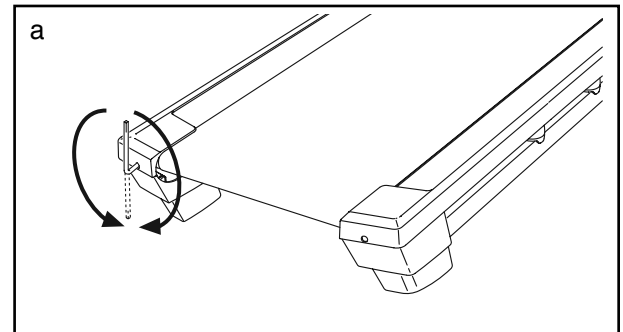


- б. Особливість бігового полотна даного тренажеру в тому, що воно змащене вискоєфективним мастилом. **ВАЖЛИВО: Ніколи не наносьте силіконовий спрей або інші речовини на нього. Такі речовини можуть зіпсувати бігове полотно, що стане результатом його передчасного зносу.** Якщо ви підозрюєте, що бігове полотно потрібно більше змастити, зверніться до порад на першій сторінці даного посібника.

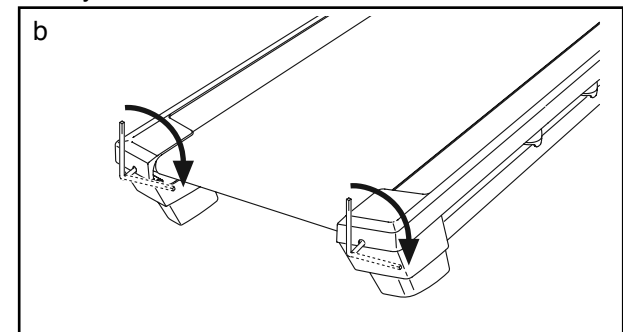
- с. Якщо бігове полотно все ще сповільнює свій рух під час бігу, зверніться до сервісного центру підтримки за контактами, вказаними на обкладинці даної інструкції.

Причина: Бігове полотно зміщене з центру або зміщується під час ходьби по ньому

- а. По-перше, видаліть ключ безпеки та і **ВІДКЛЮЧІТЬ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. Якщо бігове полотно змістилося вліво, використайте шестигранний ключ, щоб повернути гвинт лівого направляючого ролика за годинниковою стрілкою на 1/2 оберту; якщо бігове полотно змістилося вправо, поверніть гвинт лівого направляючого ролика проти годинникової стрілки на 1/2 оберту. Будьте обережні, щоб не перетягнути бігове полотно. Потім підключіть кабель живлення, вставте ключ безпеки та запустіть рух бігової доріжки протягом декількох хвилин. Повторюйте цю дію, поки бігове полотно не стане по центру.



- б. Якщо бігове полотно зміщується під час ходьби по ньому, по-перше, видаліть ключ безпеки та і **ВІДКЛЮЧІТЬ КАБЕЛЬ ЖИВЛЕННЯ**. Використовуючи шестигранний ключ, поверніть обидва гвинти направляючого ролика за годинниковою стрілкою на 1/4 оберту. Якщо бігове полотно правильно натягнуте, його можна відтягнути з кожного краю на 5 – 7 см від платформи. Слідкуйте за тим, щоб бігове полотно було відцентрованим. Потім приєднайте кабель живлення та запустіть бігове полотно на декілька хвилин. Повторюйте цю дію, поки бігове полотно не досягне правильного натягу.



ПОСІБНИК З ВПРАВ



УВАГА: : Перед вибором будь-якої програми тренування, проконсультуйтеся, будь-ласка, з вашим лікарем. Це особливо важливо для людей віком від 35 років чи людей з певними вадами здоров'я.

Монітор виміру серцевого ритму не є медичним пристроєм. Різні чинники можуть вплинути на точність вимірювання частоти серцевих скорочень. Монітор серцевого ритму призначений тільки для допомоги у визначенні серцевого ритму в цілому.

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 правильне харчування і достатній відпочинок необхідні для успішних результатів ваших тренувань.

ІНТЕНСИВНІСТЬ ТРЕНУВАННЯ

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

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

Щоб знайти відповідний рівень інтенсивності, знайдіть свій вік у нижній частині таблиці (вік заокруглений до найближчих десяти років). Три числа, що знаходяться над ризикою, визначають програму вашого тренування. Найнижча цифра, що знаходиться над цифрою вашого віку - це рекомендований рівень серцебиття для програми зниження ваги, середня цифра - рекомендований рівень серцебиття для програми інтенсивного зниження ваги, найвища цифра - 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 втрачає вуглеводи. Тільки через декілька хвилин ваш організм почне втрачати накопичені калорії. Якщо ж вашою ціллю є зниження ваги, тоді продовжуйте тренування, доки ваш пульс не досягне найнижчого значення, що знаходиться над цифрою вашого віку. Максимальне зниження ваги досягається, коли ваш пульс досягає середньої цифри таблиці.

Програма фізичних вправ - Якщо вашою ціллю є зміцнення серцево-судинної системи, тоді вам потрібно виконувати фізичні вправи, оскільки вони потребують багато кисню. Для виконання фізичних вправ, рівень вашого пульсу має знаходитися в межах найвищої цифри, яка зазначена в таблиці напроти цифри вашого віку.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ТРЕНУВАНЬ

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

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

Вправи на розслаблення м'язів - закінчуйте тренування 5-10 хвилинним виконанням вправ на розслаблення м'язів. Такі вправи дозволять підвищити еластичність ваших м'язів та попередити ризик травм після тренування.

ЧАСТОТА ТРЕНУВАНЬ

Щоб підтримати або покращити вашу фізичну норму, намагайтеся тренуватися тричі на тиждень, з одним днем відпочинку між тренуваннями. Через декілька місяців регулярних тренувань, ви можете почати тренуватися 5 днів на тиждень. Пам'ятайте, що досягти бажаних результатів можна лише регулярними тренуваннями та отриманням задоволення від їх виконання.

ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ

Модель № PETL79713.0 R0513A

№	кільк	Назва	№	кільк	Назва
1	2	Гвинт заземлення #8 x 1/2"	51	1	Амортизатор підйому
2	2	Болт 3/8" x 2 1/2"	52	1	Права задня підніжка
3	2	Гайка 3/8"	53	1	Ліва задня підніжка
4	6	Гвинт 3/8" x 4"	54	1	Гвинт с шестигр. гол. #8 x 1/2"
5	10	Зубчата шайба 3/8"	55	4	Гвинт контролеру #8 x 1/2"
6	41	Гвинт #8 x 3/4"	56	1	Направляючий ролик
7	2	Гвинт 5/16" x 1"	57	1	Кожух двигуна
8	2	Зубчата шайба 5/16"	58	2	Прокладка рами підйому
9	4	Гвинт 3/8" x 3 1/2"	59	1	Рама підйому
10	4	Гвинт 1/4" x 1"	60	1	Механізм підйому
11	10	Гвинт #3 x 1/4"	61	1	Роз'єм кабелю
12	1	Болт M8 x 45мм	62	1	Контроллер
13	2	Динамвк	63	3	Стяжка
14	2	Гвинт 1/4" x 2 1/2"	64	1	Кришка нижнього кожуху
15	2	Болт 3/8" x 1 3/8"	65	1	Вимикач
16	2	Болт 1/2" x 2 1/4"	66	1	Сетевой кабель
17	2	Гайка 1/2"	67	1	Направляющая кабеля Нижний
18	3	Зажим кожуху	68	1	кожух
19	19	Гвинт #8 x 3/4"	69	2	Заглушка поручня
20	2	Болт 3/8" x 1 3/4"	70	1	Кабель стійки
21	4	Контрагайка 3/8"	71	1	Левий поручень
22	2	Втулка механізму нахилу	72	1	Правий поручень
23	2	Гвинт 1/4" x 3/8"	73	1	Лівий кожух основи
24	4	Гвинт #8 x 1/2"	74	1	Правий кожух основи
25	2	Болт 5/16" x 1 1/4"	75	1	Ліва стійка
26	1	Ліва накладка динаміка	76	1	Права стійка
27	2	Болт 5/16" x 1 3/4"	77	4	Заглушки основи
28	2	Шайба 5/16"	78	2	Попереджувальний ярлик
29	4	Гайка 5/16"	79	4	Ніжки основи
30	1	Права накладка динаміка	80	1	Основа
31	1	Поперечина пульсоміра	81	2	Колесо
32	1	Гвинт 1/4" x 2"	82	1	Ключ/Зажим
33	8	Гвинт #8 x 1"	83	1	Основа консолі
34	2	Зажим консолі	84	1	Фільтр
35	2	Опора основи	85	1	Правий лоток
36	4	Амортизатор	86	1	Консоль
37	1	Ліва підніжка	87	1	Каркас консолі
38	1	Попереджувальний ярлик	88	4	Опора амортизатору
39	1	Бігова платформа	89	1	Кабель заземлення консолі
40	1	Бігове полотно	90	2	Гайка M8
41	2	Направляючі полотна	91	2	Шнурок кабеля консолі
42	2	Резинова прокладка	92	1	Решітка правого динаміку
43	1	Передній вал/шків	93	1	Зажим геркона
44	1	Решітка лівого динаміку	94	1	Геркон
45	1	Лівий лоток	95	1	Магніт
46	1	Привідний ремінь	96	1	Поперечина
47	1	Двигун	97	2	Гвинт 1/4" x 1 3/4"
48	2	Прокладка рами	98	2	Втулка двигуна
49	1	Рама	99	1	Изоляция двигателя
50	1	Права підніжка	100	7	Гвинт #8 x 1/2"

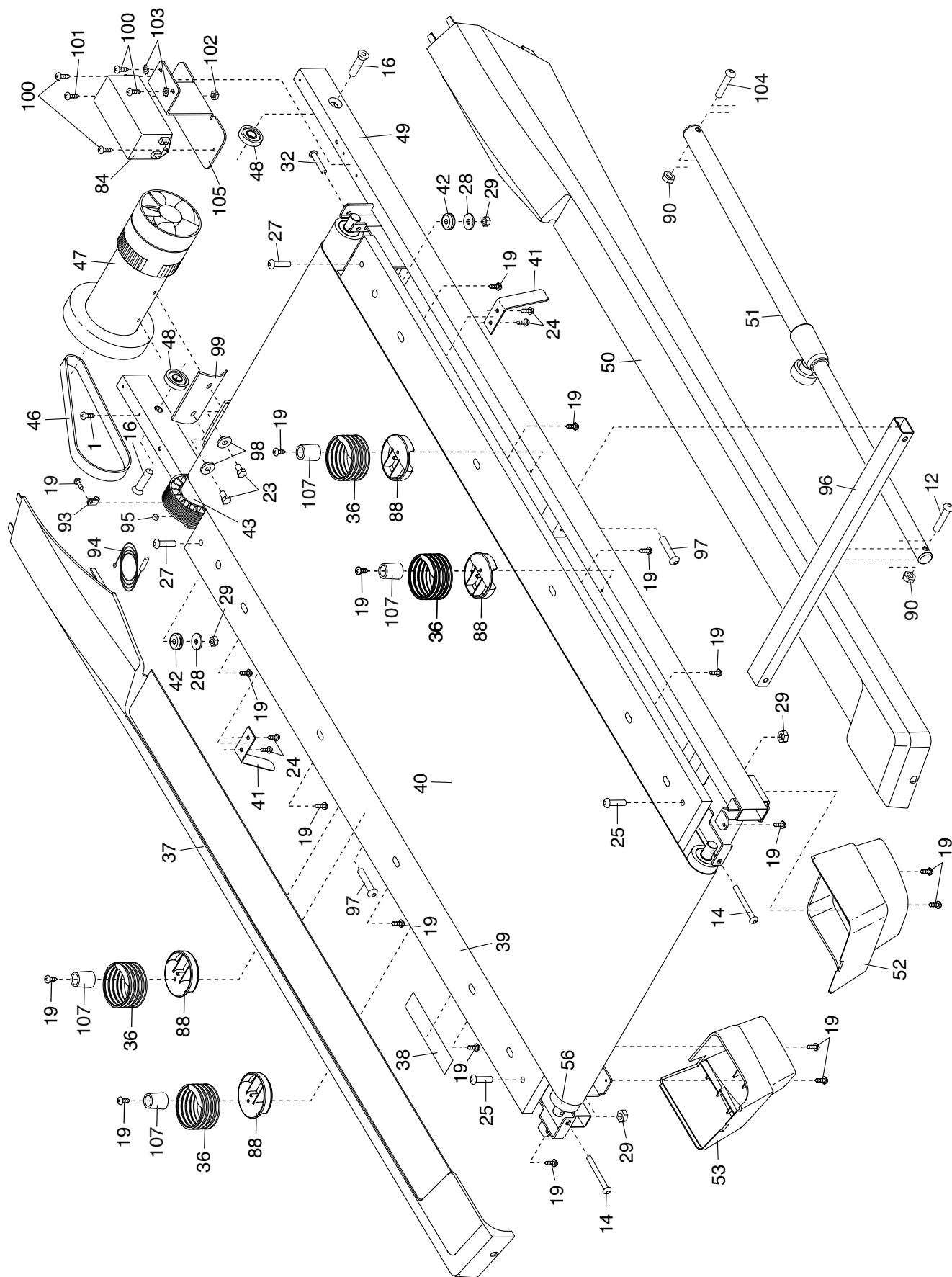
№	кільк	Назва
101	1	Болт #8 x 3/4"
102	1	Гайка #8
103	5	Зубчата шайба #8
104	1	Болт M8 x 50мм

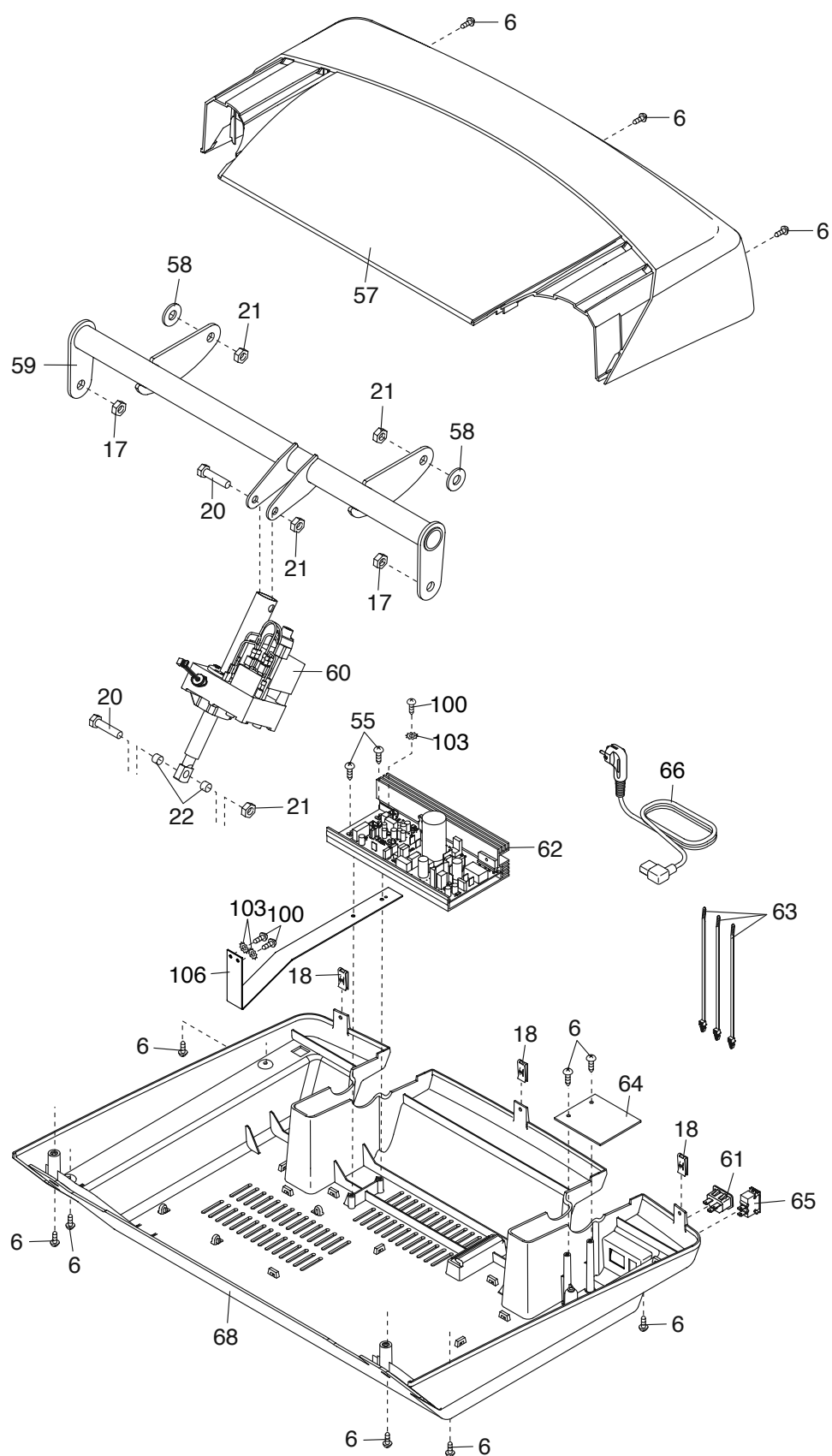
№	кільк	Назва
105	1	Корпус фільтру
106	1	Заземляючий кронштейн
107	4	кріплення амортизатору
*	—	Керівництво користувача

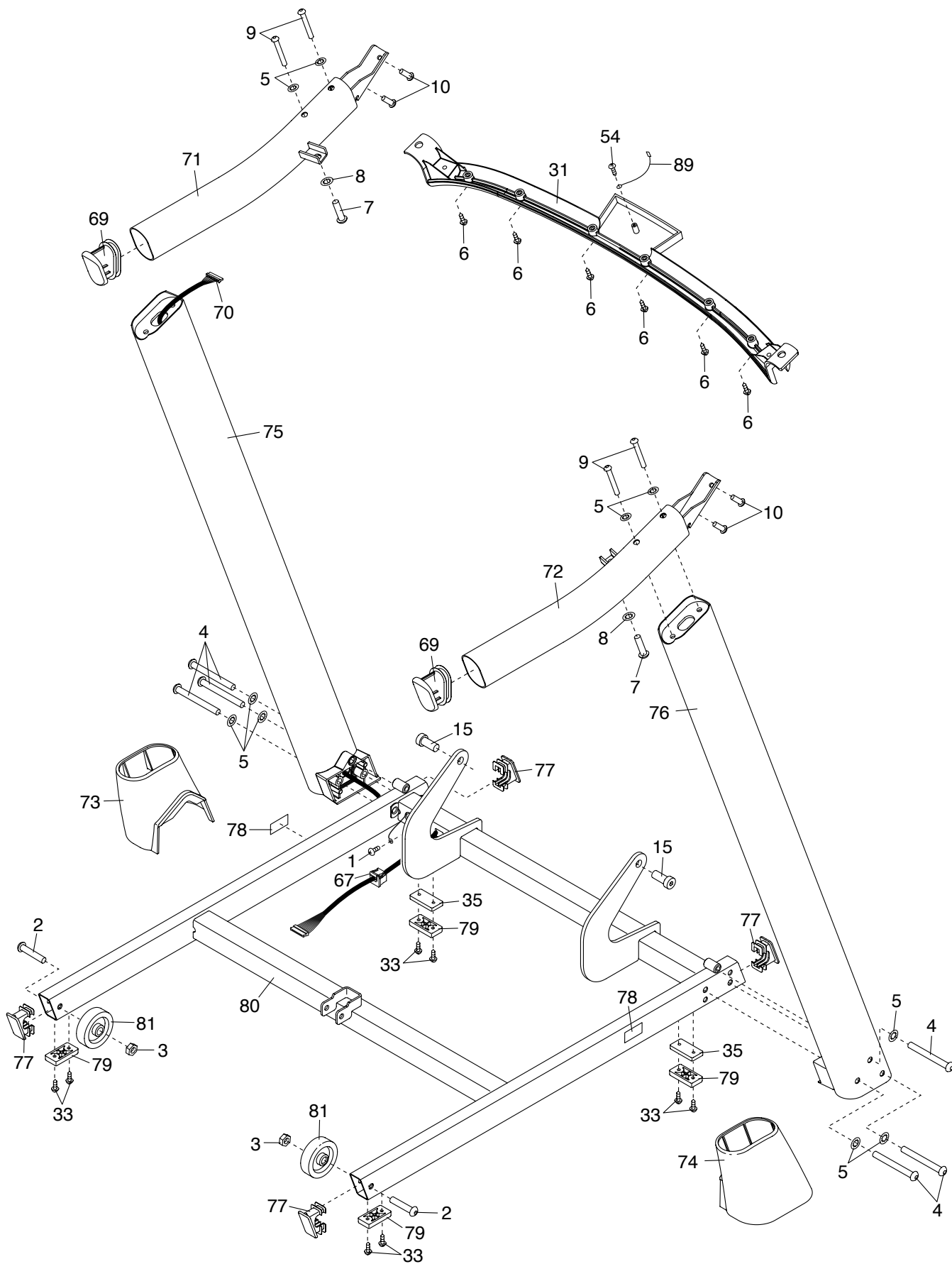
Примітка: Специфікація може змінюватись без попередження. Для отримання інформації про замовлення запасних частин, дивіться на звороті обкладинки даного посібника. Позначені зірочкою (*) частини тренажеру - не зображені на малюнках.

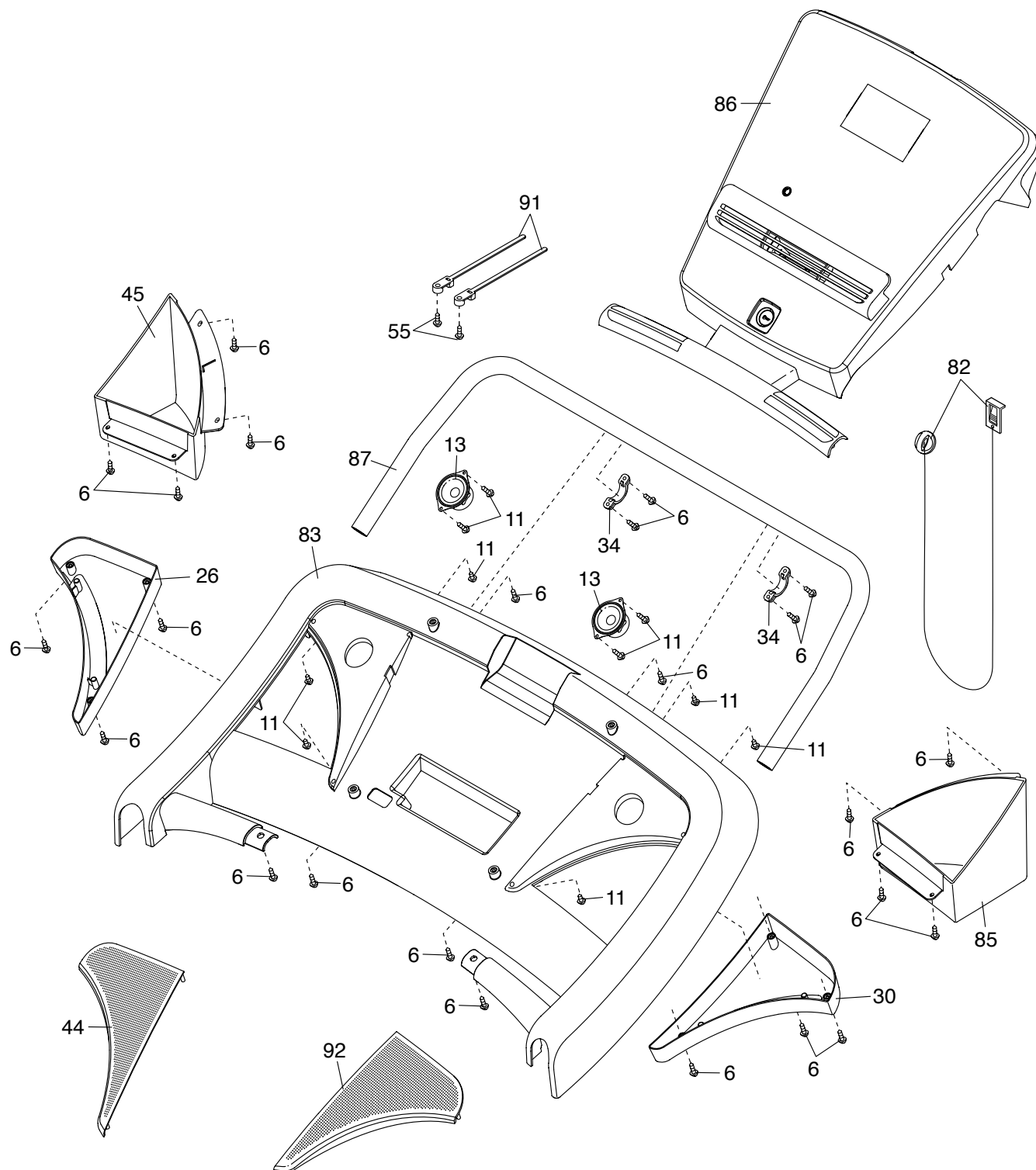
СХЕМА ДЕТАЛЕЙ А

Модель № PETL79713.0 R0513A









ЗАМОВЛЕННЯ ЗАПАСНИХ ДЕТАЛЕЙ

Щоб замовити запасні деталі, див. інформацію на обкладинці даної інструкції. Щоб ми змогли

допомогти вам, будь- ласка, будьте готові надати наступну інформацію,

- номер моделі і серійний номер тренажеру (вказані на обкладинці даної інструкції)
- назва тренажеру (див. обкладинку даної інструкції)
- номер і опис частин, які необхідно замінити (див. розділ: ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ і СХЕМУ ДЕТАЛЕЙ, в кінці даної інструкції).

ІНФОРМАЦІЯ ПРО УТИЛІЗАЦІЮ

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

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

