

**TREADLINE®
AMBITION**

Инструкция пользователя.



BREMSHEYU[®]
SPORT[®]

СОДЕРЖАНИЕ

СБОРКА	3
БЛОК УПРАВЛЕНИЯ.....	4
ОСНОВЫ УПРАЖНЕНИЙ	5
ДЕЙСТВИЕ	6
ОБСЛУЖИВАНИЕ	7
ПЕРЕМЕЩЕНИЕ И ХРАНЕНИЕ	9
ТЕХНИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ	9

ВАЖНО!

ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

Руководство пользователя – это существенная часть вашего тренировочного оборудования.

Ознакомьтесь со всеми указаниями из этого руководства прежде, чем начнёте пользоваться устройством. Вы всегда должны следовать следующим правилам:

ОСТОРОЖНО!

- Никогда не используйте удлинители. Максимальное потребление тока устройством составляет 10 А. Плавающее больше чем на 10 % напряжение может привести к беспорядочной работе или испортить электронику дорожки. Использование более высокого напряжения тока, чем указанное в этом руководстве, влечёт за собой недействительность гарантии.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ, во избежание любого риска для людей:

- Держите руки подальше от любых движущихся частей. Никогда не суйте руки, ноги или другие предметы в щели дорожки или под неё.
- Никогда не оставляйте дорожку оставленной без присмотра включённой. Выньте штепсель из розетки если не используете устройство, или перед установкой или снятием частей. Для отсоединения: установить все выключатели в положение «ВЫКЛ», затем выньте штепсель из розетки.
- Наблюдение необходимо, когда дорожка используется, или рядом с детьми, инвалидами.
- Используйте дорожку только по её прямому назначению, описанному в этом руководстве.
- Прежде, чем Вы начнёте использовать дорожку, удостоверьтесь, что она функционирует правильно во всех режимах. Не используйте неисправное устройство.
- Держите шнур далеко от нагретых поверхностей.
- TRAIL не должна использоваться на открытом воздухе. Допустимая t окружающей среды от $+10^{\circ}\text{C}$

до $+35^{\circ}\text{C}$. Влажность воздуха никогда не должна превышать 90 %.

- Не пытайтесь починить или отрегулировать то, что не указано в этом руководстве. Вы должны тщательно следовать данным инструкциям.
- Никогда не включайте дорожку, если поврежден провод или штепсель, или на них попала вода. Отвезите дорожку в сервис-центр.
- Никогда не используйте дорожку с заблокированными амортизаторами. Держите амортизаторы в чистоте (пыль, волосы, и т.п.).
- Не используйте устройство там, где распыляется аэрозоль или находится источник кислорода.
- TRAIL не должна использоваться людьми, чей вес превышает 150 кг (330 фунтов).
- TRAIL предназначена только для домашнего использования.
Гарантия 12 месяцев действует только для поломок при домашнем использовании.
Информация относительно гарантийных сроков Вы можете найти в гарантийном буклете с изделием.
СОХРАНИТЕ ЭТИ ИНСТРУКЦИИ!

СБОРКА

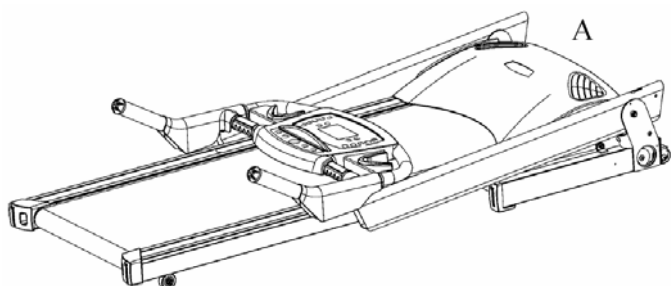
Что касается сборки дорожки, мы рекомендуем двух взрослых людей. Не вынимайте дорожку из коробки: используйте упаковочный материал, чтобы закрыть пол на месте сборки.

Перед сборкой устройства убедитесь, что все части присутствуют:

1. Рама.
2. Силовой шнур.
3. Сборочный комплект (содержание отмечено * в Списке запасных частей): храните инструменты для сборки, так как они могут понадобиться для регулировки оборудования.

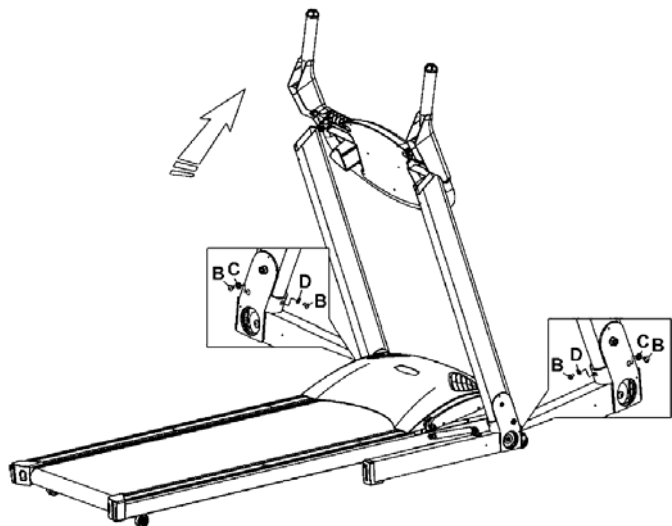
В случае проблем свяжитесь с вашим дилером Bremshey.. Во избежании ущерба, Вы должны сложить беговое полотно для подъема дорожки из коробки.

Расположите упаковку с аппаратурой и частями, которые внесены в список ниже:

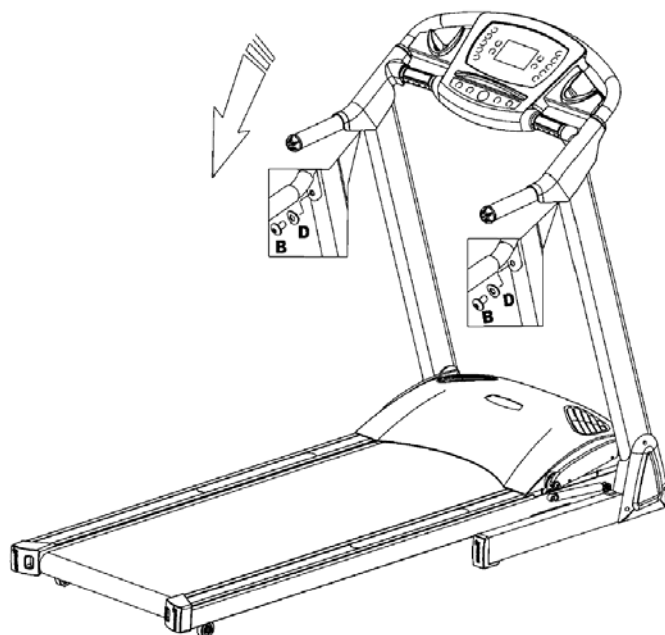


Часть	Описание	Кол-во
A	Главная рама и компьютер	1
B	Передняя панель	1
C	Винт (C10)	6
D	Шайба (C11)	4
E	Шайба (C30)	2
F	Винт (C03)	4
G	Винт (C32)	2
H	Шестигранник	1
I	Отвертка	1
J	Ключ Безопасности	1

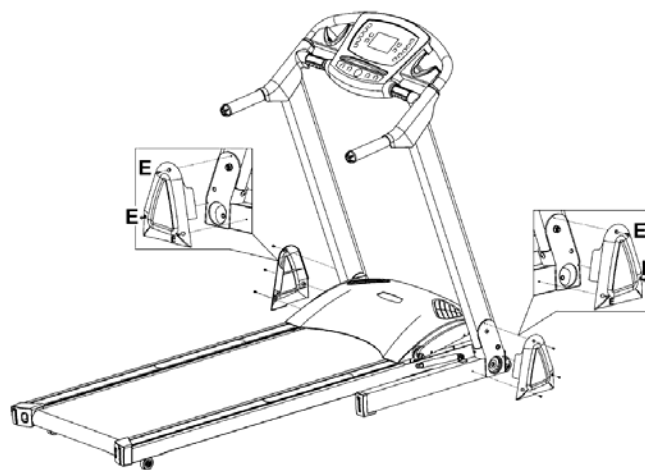
Поднимите стойки вертикально вверх, затем вставьте винты (C) и шайбы (D,E) в отверстия у основания стоек. Затяните их хорошо.



Поставьте компьютер в правильное положение. Завинтите винты (C) с шайбами (D) в отверстия в верхней части стоек.



Привинтите переднюю панель (B) винтами (F,G) в основании стоек.



СИЛОВОЙ ШНУР И ИНСТРУКЦИИ ПО ЗАЗЕМЛЕНИЮ

Вставьте провод в дорожку в левом переднем углу. Перед подсоединением устройства к источнику питания, удостоверьтесь, что напряжение соответствует 110 V или 230 V.

Эта дорожка должна быть заземлена. Если произойдет сбой или поломка, путём наименьшего сопротивления для электрического тока будет заземление, это сделано того, чтобы уменьшить риск электрического удара. Это изделие оборудовано проводом с заземлением. Штепсель должен быть включен в заземленную розетку. Не используйте удлинители.

ОПАСНОСТЬ! Неправильно заземлённое оборудование может вызвать удар электрическим током. Если Вы находитесь в сомнении относительно того, как должно быть заземлено изделие вызовите квалифицированного электрика или сотрудника сервисного центра. Не изменяйте конструкцию штепселя.

КЛЮЧ БЕЗОПАСНОСТИ

Дорожка не может использоваться, если ключ безопасности должным образом не установлен на пульте; если ключ убрать из положения ON, дорожка будет немедленно остановлена. Поместите ключ безопасности в положение ON на пульте и прикрепите его к своей одежде. Убедитесь, что при натяжении шнура, соединяющего ключ и прищепку, и последующем отсоединении ключа от пульта, прищепка надёжно держится на вашей одежде.

КОМПЬЮТЕР



ФУНКЦИИ КЛАВИШ

A. КЛЮЧ БЕЗОПАСНОСТИ (SAFETY KEY):

Монитор и дорожка могут использоваться только если ключ находится в положении SAFETY KEY ON. Если убрать ключ из этого положения, дорожка остановится. Когда вы не занимаетесь, пожалуйста поместите КЛЮЧ БЕЗОПАСНОСТИ, в положение OFF.

B. ГЛАВНЫЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КЛАВИШИ:

1. INCLINE+(угол наклона+):

a. Угол подъёма полотна увеличивается в диапазоне от 0 % до 12 % ,отображается на дисплее Pulse / Incline. Нажав единожды, вы увеличиваете угол на 1 %, а нажав и удерживая эту кнопку 2 секунды ускоряете увеличение угла.

b. Нажимайте эту клавишу для выбора программ.

2. INCLINE - (угол наклона-):

a. Угол подъёма полотна уменьшается в диапазоне от 0 % до 12 % ,отображается на дисплее Pulse / Incline. Нажав единожды, вы увеличиваете угол на 1 %, а нажав и удерживая эту кнопку 2 секунды ускоряете увеличение угла.

b. Нажимайте эту клавишу для выбора программ.

3. POWER (НАПРЯЖЕНИЕ): Нажмите эту кнопку, чтобы включить или выключить напряжение.

4. START/STOP(НАЧАТЬ/ОСТАНОВИТЬ): Начинает или останавливает программу.

5. SELECT: (ВЫБОР):

Для выбора программы или просмотра угла подъёма и пульса.

6. ENTER/RESET(ВВОД/СБРОС):

a. Нажмите эту кнопку для получения желаемой программы или установки значений.

b. Держите нажатой эту клавишу в течении 2 секунд для сброса установленных значений.

7. SPEED +(СКОРОСТЬ +):

a. В течение упражнения, увеличивается скорость в диапазоне от 0.8 до 16.0 КМ/ЧАС, отображается на дисплее SPEED(СКОРОСТЬ). Нажав единожды, вы увеличиваете скорость на 0.1 КМ/ЧАС. Нажав, и удерживая эту кнопку 2 секунды, вы увеличите ускорение.

b. Нажимайте эту клавишу для выбора программ.

8. SPEED - (СКОРОСТЬ -):

a. В течение упражнения, уменьшается скорость в диапазоне от 0.8 до 16.0 КМ/ЧАС, отображается на дисплее SPEED(СКОРОСТЬ). Нажав единожды, вы уменьшаете скорость на 0.1 КМ/ЧАС. Нажав, и удерживая эту кнопку 2 секунды, вы уменьшаете ускорение.

b. Нажимайте эту клавишу для выбора программ.

C. БЫСТРЫЕ КЛАВИШИ ИЗМЕНЕНИЯ СКОРОСТИ:

6 быстрых клавиш: 4, 6, 8, 10, 12 и 14КМ/ЧАС. Например: скорость поднимется или опускается до 8КМ/ЧАС при нажатии быстрой клавиши скорости «8».

D. БЫСТРЫЕ КЛАВИШИ ИЗМЕНЕНИЯ ПОДЪЁМА:

6 быстрых клавиш: 0, 2, 4, 6, 8 и 10%. Например: угол подъёма полотна составит 4% при нажатии быстрой клавиши подъёма «4».

ИНДИКАТОРЫ И ДИАПАЗОНЫ ИХ ДЕЙСТВИЯ.

ДИСПЛЕЙ ПРОГРАММЫ (PROGRAM DISPLAY):

Дисплей показывает информацию о программах.

ДИСПЛЕЙ ВРЕМЕНИ (TIME DISPLAY): Отсчет времени упражнения может идти как вверх, так и вниз. Это можно выбрать перед упражнением, нажать ENTER и затем

нажать «+»или «-». Интервал времени от 00:00 до 99:59. Если отсчёт идёт в обратную сторону, то при достижении 00:00мин, звуковой сигнал прозвучит 12 раз и дорожка будет остановлена.

ДИСПЛЕЙ СКОРОСТИ (SPEED DISPLAY): Можете выбрать кнопками “SPEED+” и “SPEED- “ от 0.8 к 18 КМ/ЧАС.

ДИСПЛЕЙ РАССТОЯНИЯ(DISTANCE DISPLAY): Показывает расстояние от 0 до 999 км и обратно. Если отсчёт идёт в обратную сторону, то при достижении 0км, звуковой сигнал прозвучит 12 раз и дорожка будет остановлена.

ДИСПЛЕЙ КИЛОКАЛОРИИ (KCAL DISPLAY): Показывает килокалории от 0 до 999 и от 999 до 0. Если отсчёт идёт в обратную сторону, то при достижении 0ккал, звуковой сигнал прозвучит 12 раз и дорожка будет остановлена.

ПУЛЬС / УГОЛ ПОДЪЁМА ПОЛОТНА (P / INCLINE): показывает сердцебиение в ударах в минуту либо угол подъёма полотна в % в зависимости от того, какой индикатор горит.

ОСНОВЫ УПРАЖНЕНИЙ

О ВАШЕМ ЗДОРОВЬЕ

- Прежде, чем Вы начнёте тренировки, проконсультируйтесь с врачом и проверьте состояние вашего здоровья.
- если Вы испытываете тошноту, головокружение или другие неприятные ощущения при тренировках, прекратите занятия, и сразу проконсультируйтесь с врачом.
- чтобы избежать боли в мышцах и напряжения, начинайте и заканчивайте каждую тренировку постепенно.

ОБ УСЛОВИЯХ УПРАЖНЕНИЙ

- Удостоверьтесь, что помещение для упражнений имеет хорошую вентиляцию, но будьте осторожны, чтобы не простудиться.
- Расположить дорожку надо так, чтобы сзади оставалось минимум 120см, а по бокам 60см.
- Мы рекомендуем, чтобы оборудование было установлено на защитном покрытии.

ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ОБОРУДОВАНИЯ

- Всегда отключайте дорожку от электропитания после каждой тренировки.
- Только один человек может использовать оборудование одновременно.
- Удостоверьтесь, что ваши шнурки - должным образом завязаны. Во избежание повреждений вашей одежды, убедитесь, что ваша обувь не повреждена.

НАЧАЛО УПРАЖНЕНИЙ

- Чтобы избежать боли в мышцах и растяжений, начинайте и заканчивайте каждую тренировку постепенно.
- Не стойте на полотне, а стойте на боковинах.

• Всегда держитесь за поручни для поддержки при включении и при изменении скорости в течение упражнения. Не спрыгивайте с полотна, пока оно не остановится!

ЗАВЕРШЕНИЕ УПРАЖНЕНИЯ

- Никогда не оставляйте ключ безопасности на дорожке.
- Используйте главный выключатель, чтобы выключить напряжение.
- Отсоедините электрический шнур от розетки и от дорожки.
- Если необходимо очистить дорожку от пота, используйте влажную ткань. Не используйте растворители.
- Храните электрический шнур, в недоступном для детей месте.

КАК МОТИВИРОВАТЬ СЕБЯ, ЧТОБЫ ПРОДОЛЖАТЬ ТРЕНИРОВКИ

Для достижения своих целей, Вы должны установить для себя, конечную цель: здоровье и новое качество жизни.

- Установите самостоятельно реальные цели.
- Продвигайтесь постепенно, согласно вашему графику.
- Заведите дневник и записывайте ваши результаты продвижения.
- Изменяйте пройденный путь время от времени.
- Используйте ваше воображение.
- Изучайте самодисциплину.

Важный аспект вашего обучения - многосторонность. Варьируйте упражнения на различные группы мышц, и это поможет поднять мотивацию.

СЕРДЕЧНЫЙ РИТМ

Независимо от вашей цели, Вы получите лучшие результаты, тренируясь с нормальным для вас уровнем нагрузки. Лучший показатель вашей тренировки – ваш пульс. Перед началом тренировок определите ваш максимальный пульс.

Если Вы не знаете его, используйте следующую формулу:

Женщины: $(226 - (\text{возраст в годах})) = \text{макс. пульс}$
Мужчины: $(220 - (\text{возраст в годах})) = \text{макс. пульс}$

Это средние величины, и максимум изменяется от человека человеку. Максимальный пульс уменьшается в среднем на одну единицу в год. Если Вы принадлежите одной из групп риска (сердечно-сосудистые заболевания, легочные заболевания, гипертония и т.д.), обязательно проконсультируйтесь с врачом о возможности для тренировок.

Внимание! Если у вас есть какое-либо заболевание и перед началом тренировок Вы не получили разрешение у врача на тренировки, производитель и дилер не несут никакой ответственности за возможный вред, который Вы получите, используя беговую дорожку. Мы определили три различных зоны пульса:

Начинающие: 50-60 % от максимального пульса

Подходит для контроля веса и для тех, кто не тренировался в течение долгого времени. Рекомендуется тренироваться три раза в неделю по 30 минут.

Тренирующиеся: 60-70 % максимального пульса
Идеально для поддержания формы. Рекомендуется тренироваться не менее, чем три раза в неделю по 30 минут. Для улучшения результатов, увеличьте длительность тренировок или их количество, но не одновременно.

Активные тренирующиеся: 70-80 % максимального пульса
Рекомендуется только для подготовленных людей и предполагает длительные тренировки на выносливость.

Существует два способа измерения пульса. Первый, использование сенсоров для рук. Второй, использование телеметрического нательного датчика.

ТЕЛЕМЕТРИЧЕСКОЕ ИЗМЕРЕНИЕ ПУЛЬСА

Это оборудование оснащено приемником, который является совместимым с телеметрическим передатчиком пульса Bremshey Pro Check.

Если Вы хотите измерить свой пульс в течение разминки, увлажните электроды на поясе передатчика. Закрепите передатчик чуть ниже груди, достаточно крепко, так, чтобы электроды оставались в контакте с кожей во время тренировки, но не слишком туго, чтобы обеспечить нормальное дыхание.

ЗАМЕЧАНИЯ ПО ТЕЛЕМЕТРИЧЕСКОМУ ИЗМЕРЕНИЮ

Если поверхности электрода - не увлажнены, показания пульса не будут появляться на дисплее.

Пожалуйста, обратите внимание, что мобильный телефон, телевидение и другие электрические приборы формируют электромагнитное поле, которое может вызвать проблемы с измерением пульса.

Также статическое электричество от одежды может влиять на работу датчика.

ДЕЙСТВИЕ И ПРОГРАММЫ

1. Поместите ключ безопасности в положение ON
2. Включите напряжение. Монитор включится.
3. Выберите программу клавишей SELECT.
4. В программе PRO1 (программа устанавливается вручную), окно программы покажет представление пути. В программе PRO2 (заданная программа), окно программы покажет представление профиля. В программе HRC, окно программы покажет символ сердца. Нажмите ENTER / RESET, чтобы подтвердить выбор программы.

5. В программах PRO1 и PRO2, нажмите клавиши +/-, чтобы установить желаемое время тренировки. Нажмите ENTER / RESET, чтобы подтвердить установки. Нажмите START, чтобы начать. В программе PRO1, установите вручную угол подъема и скорость. В PRO2, угол подъема и скорости изменяется автоматически. Вы можете регулировать вручную скорость и угол подъема во время тренировки.

6. В программе HRC, окно программы сначала покажет AGE(ВОЗРАСТ). Нажмите клавиши +/- для ввода возраста и нажмите ENTER / RESET, чтобы подтвердить. Окно программы покажет HP, нажмите клавиши +/-, чтобы ввести значение максимального пульса, а затем нажмите ENTER / RESET, чтобы подтвердить. Нажмите клавиши +/-, чтобы установить желаемое время тренировки, а затем нажмите ENTER / RESET, чтобы подтвердить. Нажмите START, чтобы начать упражнение. Управление сердечным ритмом основано на изменении угла наклона полотна. В этом режиме Вы можете отрегулировать скорость, используя клавиши SPEED + / -.

ТЕХНИЧЕСКИЙ РЕЖИМ

1. Когда дорожка включена(состояние ON), сначала нажмите кнопку SELECT затем кнопку ENTER и держите их вместе для входа в Технический Режим.
2. Окно Подъема показывает версию программного обеспечения- VER и номер модели, окно Дистанции показывает версию программного обеспечения, окно Времени показывает время, окно Скорости показывает диаметр роликов.
3. Нажмите ENTER, окно показывает LDU версию. Это - версия программного обеспечения.
4. Нажмите ENTER, выберите КМ или МИЛИ, 1 -> КМ, 0 -> МИЛИ. Нажмите ELEVATION + - или SPEED+ - кнопки и выберите КМ или МИЛИ.
5. Нажмите ENTER, окно показывает всю пройденную дистанцию.
6. Нажмите ENTER, окно показывает всё время.
7. Нажмите ENTER для возврата в состояние ON. Нажмите SELECT на 5 секунд, чтобы стереть значение скорости.

ОБСЛУЖИВАНИЕ:

Проверьте плотность затяжки всех болтов и гаек один раз в год. Не затягивайте слишком сильно.

СМАЗКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Смазка - наиболее важная часть обслуживания дорожки. Она необходима, если заметно увеличивается трение беговой ленты или двигатель начинает нагреваться. Увеличенное трение характеризуется неравномерным движением беговой ленты. Недостаточная смазка вызовет ускоренный износ трущихся частей или их поломку, а так же может привести к поломке двигателя. Производитель смазывает доску воском, что значительно снижает необходимость дополнительного смазывания. Потребность

в дополнительной смазке зависит от условий эксплуатации: стиля бега и веса пользователя. Мы рекомендуем, чтобы Вы проводили смазывание после каждых 300 часов использования. Используйте смазку T-lube, чтобы смазать беговую дорожку. Войдите в контакт с вашим местным дилером Tunturi для приобретения T-lube.

Для смазки необходимо сделать следующее:

1. Выключите дорожку, если она работает и поднимите беговое полотно.
2. Наденьте распылитель на баллончик со смазкой.
3. Вставьте распылитель между беговой лентой и полотном на 20 см в глубь перпендикулярно боковой поверхности.
4. Продольно с двух сторон распылите смазку от передней части дорожки к задней, по возможности, ближе к центру. Баллончик рассчитан на 2 смазки.

На заметку: После того как смазка произведена, опустите полотно и включите дорожку на 5 минут.

Используйте только смазку T-lube.

ЧИСТКА ДОРОЖКИ

Вытрите поверхности дорожки, особенно поручни и компьютер влажной тканью или полотенцем. Не используйте растворители!. Очистите все видимые поверхности и пазы пылесосом. Для очистки нижней части дорожки осторожно положите ее набок.

ВЫРАВНИВАНИЕ БЕГОВОЙ ЛЕНТЫ

Поскольку в процессе эксплуатации беговая лента деформируется, что приводит к тому, что лента уходит от нормального положения. Нормальное положение ленты – по центру.

Для выравнивания беговой ленты:

1. Включите дорожку и запустите ленту со скоростью 5 км/час.

Если лента уходит влево, поверните левый винт на 1/8 оборота по часовой стрелке и правый винт на 1/8 оборота против часовой стрелки. Не поворачивайте за 1 раз более чем на 1/8 оборота, так как, уже небольшое регулирование производит выравнивание.

2. Если лента уходит вправо, поверните правый винт на 1/8 оборота по часовой стрелке и левый винт на 1/8 оборота против часовой стрелки.

3. Если лента остается на месте – регулировка произведена правильно. В противном случае продолжайте регулировку до получения положительного результата.

Если беговая лента одной стороной контактировала с боковым ограничителем длительное время, ее края могут быть повреждены. Запрещается использовать дорожку с любыми повреждениями беговой ленты.

НАСТРОЙКА НАТЯЖЕНИЯ БЕГОВОЙ ЛЕНТЫ

Беговая лента должна быть натянута, если она начинает проскальзывать на роликах. Однако излишнее натяжение может привести к повреждению дорожки. Для регулировки

натяжения используйте те же винты, что и для выравнивания ленты.

1. Включите дорожку и запустите ленту со скоростью 3 мил/час(5 км/час).
2. Поверните оба регулировочных винта по часовой стрелке на 1/8 оборота.
3. Попробуйте затормозить беговую ленту, держась за перила, так как если бы Вы спускались вниз. Если лента проскальзывает на роликах, вернитесь к п.2 и попробуйте затормозить ленту еще раз. Добейтесь, чтобы лента не проскальзывала на роликах при торможении.

РЕМОНТ

Запрещается самостоятельно ремонтировать дорожку. В случае какой-либо неисправности обращайтесь к вашему дилеру или сервис-центр Tunturi.

СБОИ

ПРИМЕЧАНИЕ! Несмотря на непрерывный качественный контроль, некоторые компоненты оборудования могут давать сбои. В большинстве не нужно ремонтировать целое устройство, поскольку достаточно заменить дефектную часть. Вы должны знать модель, серийный номер вашего оборудования и в случае сбоев также условия использования, причину сбоя и код ошибки. Когда Вы сталкиваетесь с необычным поведением дорожки, просто выключите питание, подождите 1 минуту и включите, чтобы переустановить дорожку. Это должно очистить непредвиденные ошибки и подготовить дорожку для нормального действия. Если после включения неисправность не исчезла, войдите в контакт с вашим местным дилером для обслуживания.

Если Вам потребуются запасные части, всегда будьте готовы сообщить модель, серийный номер вашего оборудования и запасной части, в которой Вы нуждаетесь. Список запасных частей указан в конце этого руководства. Используйте только запасные части упомянутые в списке запасных частей.

КОДЫ ОШИБОК

Пользовательский интерфейс покажет информацию об ошибках, возникших при эксплуатации.

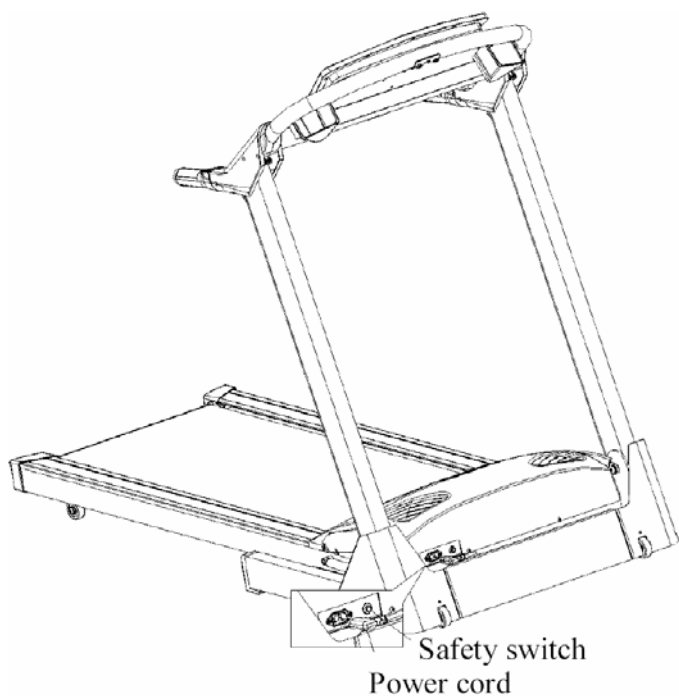
E1: ошибка датчика Скорости. Выключите электрический шнур из розетки и от дорожки, подождите 1 минуту и включите питание. Если дорожка вернулась к нормальной работе, Вы можете продолжить использование дорожки. Иначе, звоните дилеру для обслуживания.

E6, E7: Ошибка поднимающего мотора. Выключите электрический шнур из розетки и от дорожки, подождите 1 минуту и включите питание. Если дорожка вернулась к нормальной работе, Вы можете продолжить использование дорожки. Иначе, звоните дилеру для обслуживания.

ЗАЩИТНЫЙ МЕХАНИЗМ

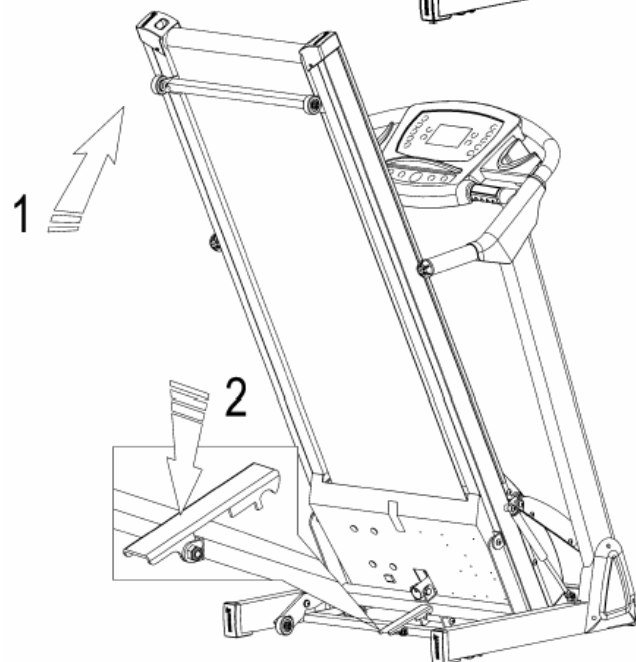
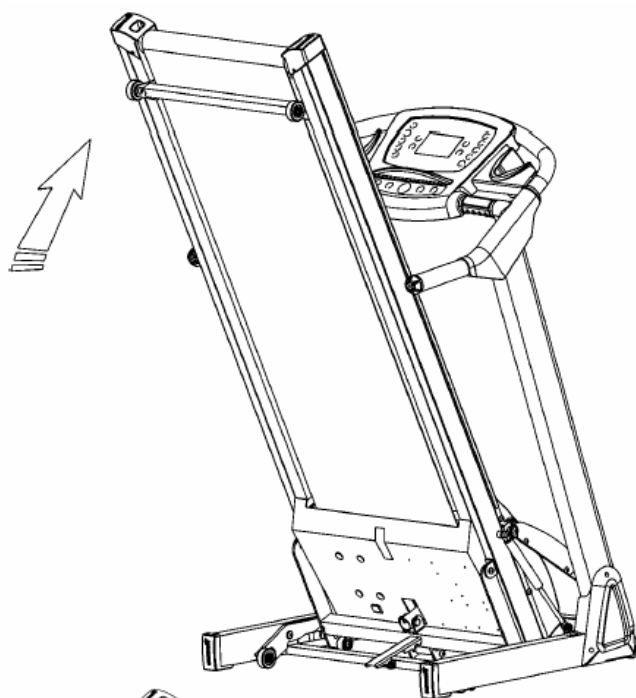
Дорожка остановится, если допустимая нагрузка превысила норму. Для продолжения работы пожалуйста следуйте следующим пунктам:

- A. Отключить шнур питания(Power cord) от дорожки.
- B. Нажмите выключатель безопасности(safety switch).
- C. Подключить шнур питания к дорожке.



ПРИМЕЧАНИЕ! НЕ НАЖИМАЙТЕ БЕЗОПАСНЫЙ ВЫКЛЮЧАТЕЛЬ ПОКА НЕ ОТКЛЮЧИТЕ ШНУР ПИТАНИЯ!

Если Вы оставляете дорожку, включенной в сеть более шести часов, она автоматически выключается. Для продолжения работы пожалуйста следуйте следующим пунктам:
А. Отключить шнур питания(Power cord) от дорожки.
В. Подключить шнур питания к дорожке и включите её.



ПЕРЕМЕЩЕНИЕ И ХРАНЕНИЕ

Перед перемещением убедитесь, что шнур питания отключен от дорожки и сети. Поднимите дорожку за заднюю часть на угол приблизительно 30 град. и катите на колесиках в нужное место. Затем аккуратно опустите дорожку.

Вы можете поднять беговую поверхность дорожки T20 для экономии места. Для этого отключите беговую дорожку от сети и поднимите беговую поверхность вертикально вверх за заднюю часть до щелчка. Рукоятка, освобождающая замок, находится слева на раме. Что бы привести дорожку в рабочее положение, потяните рукоятку замка левой рукой, одновременно правой придерживая беговую поверхность. После освобождения замка плавно опустите беговую поверхность на пол.

Внимание! Перед складыванием дорожки убедитесь, что угол наклона бегового полотна – 0!

ТЕХНИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ

Длина (положение хранения)	190 см(82 см)
Высота (положение хранения)	144 см(186 см)
Ширина	86 см
Вес	101 кг
Беговая поверхность	51x141 см
Скорость	0.8 – 16.0 км/час
Угол подъема	0-12%
Двигатель	2.5 л/с
Максимальный вес пользователя	150 кг