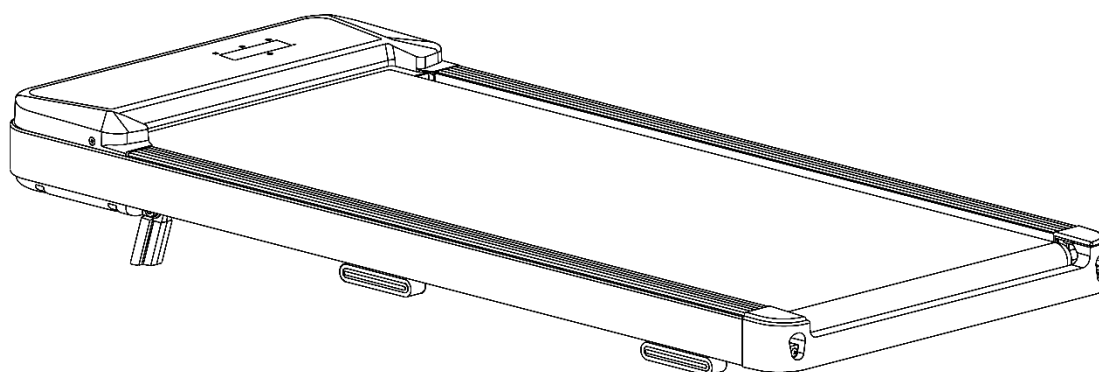


РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

Беговая дорожка электрическая ROYAL Fitness, арт. RF-14

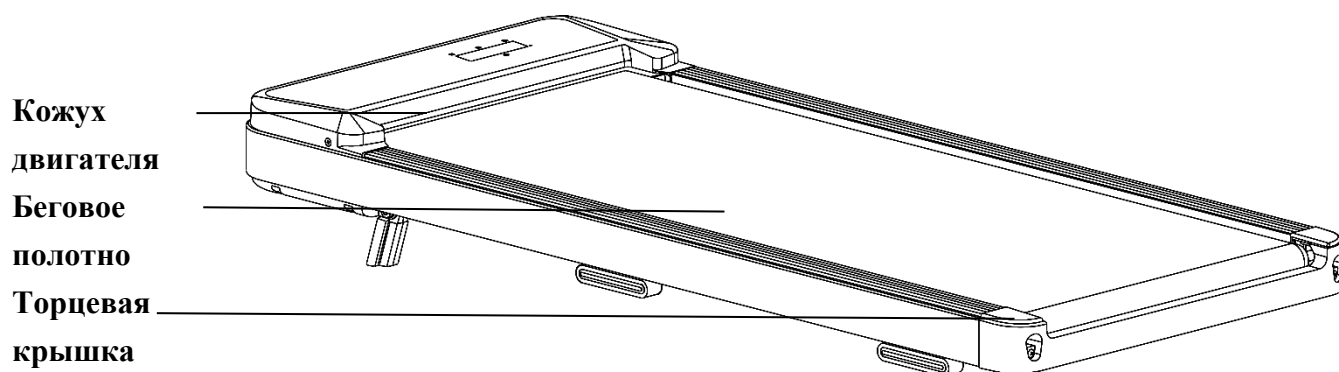


Примечание: Мы руководствуемся принципом устойчивого развития и, при необходимости, можем вносить изменения в наши изделия без уведомления покупателей. Ваше изделие может отличаться от описанного в инструкции.

СОДЕРЖАНИЕ

1. КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ИЗДЕЛИЯ.....	1
2. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ.....	2
3. ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ.....	4
4. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УПРАЖНЕНИЯМ (ЭРГОНОМИКА).....	5
5. ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ.....	7
6. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ.....	10
7. ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН.....	12

1. КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ИЗДЕЛИЯ



Основные параметры и перечень деталей								
№	Параметры	Описание			№	Параметры	Описание	
1	Входное напряжение	220-240 В			5	Макс. вес пользователя	90 кг	
2	Номинальная частота	50-60 Гц			6	Габариты	1120*485*100 мм	
3	Скорость	1,0-6 км/ч			7	Функции	Ходьба	
4	Беговое полотно	400*935 мм						
Упаковочный лист								
№	Наименование	Ед.	К-во		№	Наименование	Ед.	К-во
1	Тренажер в сборке	компл.	1		2	Упаковка с инструментом	компл.	1
Упаковка с инструментом								
№	Наименование	Ед.	К-во		№	Наименование	Ед.	К-во
1	Ключ под вн. шестигранник 5 мм	шт.	1		3	Пульт управления	шт.	1
2	Руководство пользователя	шт.	1		4	Смазка	бут.	1

2. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ



С целью обеспечения вашей безопасности и предотвращения несчастных случаев внимательно прочитайте инструкцию перед началом использования.

Правила безопасности: Изделие спроектировано и изготовлено с учетом требований безопасности, тем не менее следует соблюдать приведенные ниже инструкции. Производитель не несет ответственность за последствия неправильного использования оборудования.

◆ Любые изменения, оказывающие влияние на движения пользователя, должны соответствовать предназначению и конструкции изделия. Сборка должна осуществляться на плоской, ровной поверхности. Устанавливайте беговую дорожку на ровную поверхность. Беговая дорожка предназначена только для использования в помещении. Берегите ее от сырости и попадания воды. Не подкладывайте посторонние предметы под беговую дорожку. Вокруг беговой дорожки должно оставаться свободное пространство: по 0,5 м (500 мм) перед беговой дорожкой и с обеих сторон и 1 м x 1 м (1000 мм*1000 мм) сзади беговой дорожки, чтобы, при необходимости, с нее можно было спрыгнуть. (Как спрыгнуть с беговой дорожки: держитесь обеими руками за поручни, встаньте на боковые рельсы и спрыгните с беговой дорожки на одну сторону).

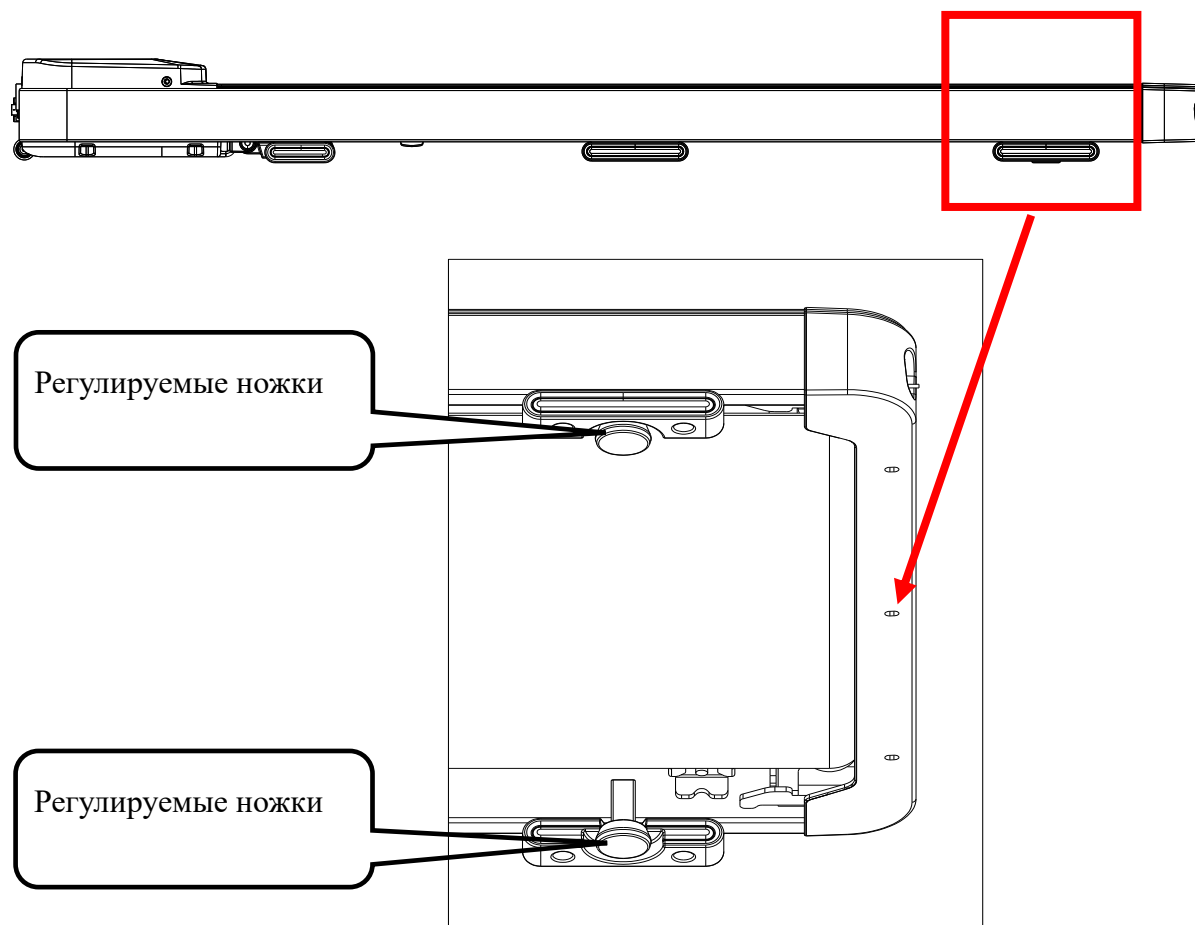
- ◆ Изделие представляет собой электрическую беговую дорожку. Предназначено для использования лицами от 12 до 60 лет, не имеющими проблем со здоровьем.
- ◆ Изделие не подходит для людей с ограниченными возможностями и детей. Люди с ограниченными умственными способностями могут использовать изделие только под присмотром человека, ответственного за их безопасность. ----При несоблюдении данных требований имеется риск получения травм.
- ◆ Храните смазку (при наличии) в упаковке с инструментом, берегите от детей. При проглатывании или попадании в глаза, промойте рот и глаза водой и обратитесь за медицинской помощью.
- ◆ Вилка питания должна быть заземлена. Для тренажера должна быть выделена отдельная электрическая розетка. Не включайте в нее другие электроприборы одновременно с беговой дорожкой.
- ◆ При повреждении кабеля питания обратитесь в службу поддержки производителя. Замена кабеля должна выполняться профессионалами.
- ◆ Не используйте беговую дорожку в пыльном помещении. Поддерживайте определенный уровень влажности в помещении во избежание образования статического электричества. Это может оказать негативное влияние на работу консоли и контроллера. Используйте оригинальные аксессуары. Строго запрещено заменять их на изделия других производителей.
- ◆ Не кладите руки между движущимися частями тренажера. Не кладите руки и не ставьте ноги под беговое полотно.

- ◆ Не оставляйте сетевой шнур возле горячих или движущихся объектов, не подвергайте воздействию сильной влажности и солнечных лучей.
- ◆ Отключите тренажер от сети перед тем, как перемещать. Неуполномоченным лицам запрещено разбирать беговую дорожку: это может привести к серьезным последствиям.
- ◆ Застегивайте пуговицы и молнии на одежде, не надевайте слишком свободную одежду во время занятий.
- ◆ Если ваше самочувствие ухудшилось во время занятий на беговой дорожке, прекратите тренировку и проконсультируйтесь с врачом.
- ◆ Не занимайтесь слишком долго. Чрезмерная нагрузка на оборудование может привести к перегреву электрических компонентов и отказу системы электропитания.
- ◆ Включайте сетевой шнур только в подходящие розетки. Если вилка сетевого шнура несовместима с розеткой, не пытайтесь заменить ее самостоятельно. Обратитесь к квалифицированному электрику.
- ◆ Оборудование предназначено для домашнего использования. Оно не подходит для профессиональных тренировок и тестов, а также не должно использоваться в медицинских целях.
- ◆ Не используйте тренажер при повреждении или выходе из строя корпуса (когда внутренние компоненты не защищены) или при отламывании сварных деталей.
- ◆ Не запрыгивайте на беговую дорожку и не спрыгивайте с нее во время движения бегового полотна. ---- Вы можете получить травму при падении.
- ◆ Не занимайтесь на беговой дорожке после еды или если чувствуете усталость. ---- Это может нанести вред вашему здоровью.
- ◆ Не используйте изделие, если на вилку попали металлические стружки, грязь или вода. ---- Это может привести к поражению электрическим током, короткому замыканию или пожару. Не трогайте изделие мокрыми руками!
- ◆ Когда беговая дорожка не используется, вынимайте сетевой шнур из розетки. ---- Пыль и влага могут повредить изоляцию, что, в свою очередь, может привести к пожару.
- ◆ Изделие должно быть заземлено. При сбоях в работе беговой дорожки заземление обеспечивает канал для отвода электрического тока, что снижает риск поражения током.
- ◆ Изделие обладает высокой мощностью. Если у вас возникли сомнения в правильности заземления изделия, обратитесь за консультацией к специалисту.
- ◆ Пользователи весом менее 70 кг могут использовать беговую дорожку непрерывно в течение 1 часа. Далее сделайте перерыв в течение 30 минут, прежде чем продолжить ее дальнейшее использование.
- ◆ Пользователи весом около 70-90 кг не должны использовать дорожку более 30 минут за раз. Далее тренажеру необходим перерыв в работе в течение 30 минут, прежде чем продолжить его использование.

3. ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

Сборка:

1. Выньте беговую дорожку из упаковки. Установите ее на плоскую, ровную поверхность. (сборка не требуется, достаточно просто достать тренажер из упаковки!)



Регулировка ножек:

Если между декой беговой дорожки и полом остается зазор, необходимо отрегулировать высоту задних ножек таким образом, чтобы и задние, и передние ножки устойчиво стояли на полу.

 (Примечание: Если между декой и полом остается зазор, беговая дорожка находится в неустойчивом положении!)

4. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УПРАЖНЕНИЯМ (ЭРГОНОМИКА)

Разминка и заминка

Эффективная тренировка состоит из трех частей: разминка, кардиотренировка и заминка.

Разминка очень важна. Ее необходимо выполнять перед каждой тренировкой.

Разминка позволяет разогреть и растянуть мышцы, подготовив их к более серьезной нагрузке.

Повторение упражнений разминки после тренировки позволяет уменьшить неприятные ощущения в мышцах.

Предлагаем следующие упражнения для разминки и заминки:

Наклоны головы

Наклоните голову к правому плечу, вытяните шею слева, выполняйте вращения головой по часовой и по часовой стрелке. Наклоните голову к левому плечу и выполняйте вращения головой по часовой и против часовой стрелки. Повторите несколько раз.



Движения плечами

Поднимите левое плечо и выполните вращательное движение. Повторите 5 раз. Затем поднимите правое плечо и выполните вращательное движение. Выполните по 5 подходов для каждого плеча.



Растяжка рук

Поднимите руки вверх, возьмитесь за правое запястье левой рукой и потянитесь вверх таким образом, чтобы полностью выпрямить правое запястье. Оставайтесь в этом положении в течение 5 секунд. Выполните упражнение для другой руки.



Растяжка квадрицепсов

Обопритесь правой рукой о стену, поднимите левую ногу и потянитесь пяткой к ягодицам. Оставайтесь в этом положении в течение 15 секунд. Затем выполните упражнение для другой ноги.



Растяжка внутренней поверхности бедра

Сядьте на пол, соединив ступни друг с другом. Обхватите ступни руками и потяните их на себя. Медленно опустите пятки на пол и оставайтесь в таком положении в течение 15 секунд.



Растяжка мышц стопы

Сядьте на пол, выпрямите правую ногу, согните левую ногу в колене, возьмитесь за лодыжку левой рукой и потяните ее к себе таким образом, чтобы ступня находилась максимально близко к внутренней поверхности бедра. Затем наклонитесь вперед и постарайтесь дотянуться рукой до пальцев ног. Чем сильнее натяжение, тем лучше. Оставайтесь в этом положении в течение 15 минут.



Повторите упражнение для другой ноги.

Растяжка задней поверхности бедра

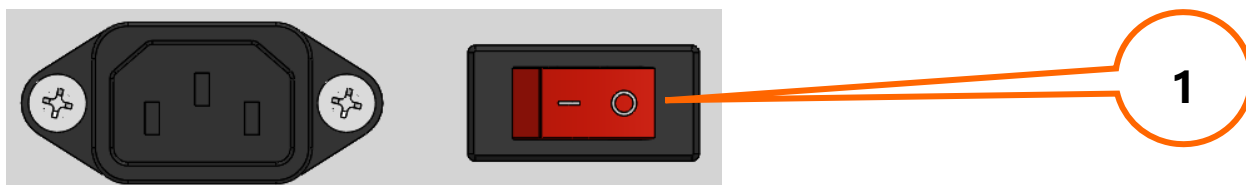
Обопритесь о стену обеими руками, туловище должно располагаться под углом 45 градусов к поверхности пола. Поочередно растягивайте правую и левую ногу, шагая вперед и назад.



5. ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

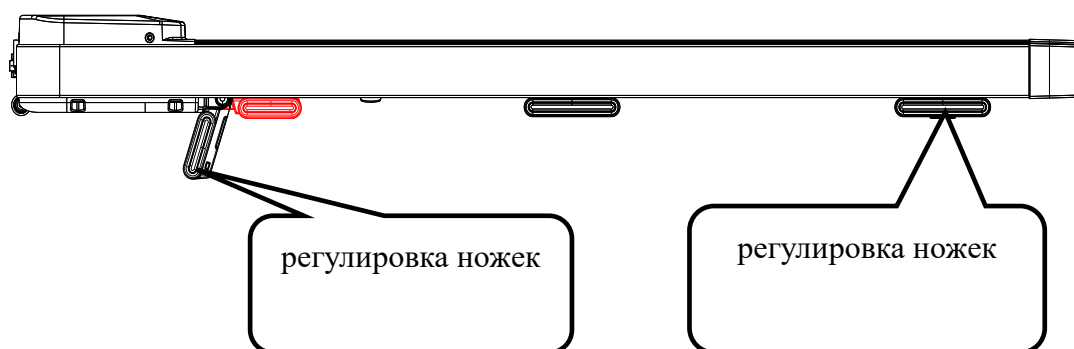
1. Эксплуатация беговой дорожки:

Вставьте вилку в электрическую розетку и нажмите на переключатель питания (1) (он должен загореться красным). При включении питания прозвучит звуковой сигнал и загорится дисплей.



2. Регулировка угла наклона:

Угол наклона бегового полотна можно изменить вручную при помощи регулируемых ножек, расположенных в передней части беговой дорожки (высота левой и правой ножек регулируется одновременно). После завершения регулировки можно также отрегулировать высоту ножек в задней части беговой дорожки, чтобы беговая дорожка находилась в устойчивом положении. Удостоверьтесь, что все ножки стоят на полу. В противном случае во время тренировки могут возникать посторонние шумы и эксплуатация беговой дорожки становится опасной для пользователя.



2. Пульт управления: соединение между пультом дистанционного управления и беговой дорожкой устанавливается на фабрике. Если пульт не работает, необходимо установить соединение самостоятельно. **Установка соединения:** После включения питания нажмите и удерживайте кнопку «Start» («Старт») на пульте управления в течение 7 секунд, чтобы установить соединение между пультом управления и беговой дорожкой (при установке соединения вы услышите длинный звуковой сигнал. Если сигнал отсутствует, соединение не установлено). После установки соединения можно использовать пульт управления для дистанционного управления беговой дорожкой. Устанавливать соединение повторно не требуется. На пульте дистанционного управления имеются следующие кнопки: «Start/Pause» («Старт/Пауза»), «Stop» («Стоп»), «Mode» («Режим»), «Speed+» («Скорость+») и «Speed-» («Скорость-»).

Функции дисплея

Секция дисплея «Время»: Если дисплей активен, на нем отображается время тренировки.

Секция дисплея «Скорость»: Если дисплей активен, на нем отображается текущее значение скорости.

Секция дисплея «Расстояние»: Если дисплей активен, на нем отображается общее пройденное расстояние.

Секция дисплея «Калории»: Если дисплей активен, на нем отображается общее количество сожженных калорий.

Секция дисплея «Шаги»: Если дисплей активен, на нем отображается количество пройденных шагов.

Кнопки:

Кнопка «Start/Pause» («Старт/Пауза»): Нажмите на кнопку «Start/Pause», чтобы запустить беговую дорожку. Если нажать на эту кнопку во время работы беговой дорожки, она перейдет в режим паузы. Нажмите на кнопку еще раз, чтобы снова запустить беговую дорожку.

«Stop» («Стоп»): Если нажать на кнопку «Stop» во время работы беговой дорожки, она остановится и перейдет в режим ручной настройки, а все данные тренировки будут сброшены.

«Speed+» («Скорость+»): Используйте эту кнопку, чтобы увеличить значение скорости во время тренировки.

«Speed-» («Скорость-»): Используйте эту кнопку, чтобы уменьшить значение скорости во время тренировки.

Значения кодов ошибок:

Код ошибки	Описание неисправности	Устранение неисправности
E1	Соединение отсутствует	Возможные причины: отсутствует соединение между контроллером и консолью. Проверьте все соединения между контроллером и консолью, удостоверьтесь, что все кабели хорошо соединены. Проверьте исправность кабелей. Замените поврежденный кабель.
E2	Нет сигнала от двигателя	Возможная причина: Проверьте подключение кабеля двигателя. Выполните подключение заново. Проверьте состояние кабеля двигателя. При повреждении кабеля или возникновении запаха горелой проводки, замените двигатель.
E5	Токовая защита	Возможные причины: Повышенная токовая нагрузка приводит к остановке системы. К остановке двигателя также может привести застревание какой-либо детали. В этом случае из-за чрезмерной нагрузки повышается токовая нагрузка и срабатывает предохранитель. Выполните перенастройку беговой дорожки и запустите ее. Проверьте наличие утечек или запаха горелой проводки во время работы двигателя. При их обнаружении, замените двигатель или контроллер. Проверьте напряжение в сети. Если оно не соответствует техническим требованиям, установите необходимый уровень напряжения и попробуйте перезапустить беговую дорожку.
E6	Защита от взрыва	Возможная причина: Если уровень напряжения на 50% ниже нормы, установите требуемый уровень напряжения и перезапустите тренажер. Проверьте не исходит ли запах горелой проводки от контроллера. При обнаружении запаха, замените контролер. Проверьте правильность подключения кабеля двигателя. Выполните подключение заново.

6. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Выполняйте очистку двигателя под кожухом, по крайней мере, 2 раза в год. Выполнение тщательной очистки продлит срок службы вашей беговой дорожки. Протирайте беговое полотно с обеих сторон, чтобы предотвратить накопление грязи. Надевайте чистую обувь во время тренировок, чтобы предотвратить загрязнение бегового полотна и рельс. Беговое полотно необходимо протирать влажной тканью с мылом. Следите за тем, чтобы не намочить электрические компоненты и беговое полотно. **(Внимание: Удостоверьтесь, что вы отключили кабель питания перед выполнением очистки или обслуживания изделия, а также перед перемещением беговой дорожки).**

Регулировка положения бегового полотна:

Установите беговую дорожку на плоскую поверхность. Запустите беговую дорожку со скоростью 3-5 км/ч.

Если беговое полотно смещается влево: поверните левый регулировочный болт на 1/2 оборота в направлении по часовой стрелке, затем поверните правый регулировочный болт на 1/2 оборота в направлении против часовой стрелки. (Рисунок А)

Если беговое полотно смещается вправо: поверните правый регулировочный болт на 1/2 оборота в направлении по часовой стрелке, затем поверните левый регулировочный болт на 1/2 оборота в направлении против часовой стрелки. (Рисунок В)



Рисунок А: Полотно смещается влево

Рисунок В: Полотно смещается вправо

Смазка бегового полотна:

Трение, возникающее между беговым полотном и декой, оказывает огромное влияние на срок службы и работу тренажера.

Беговая дорожка первоначально смазывается на фабрике. Но перед первым запуском беговой дорожки, необходимо смазать беговое полотно.

Также, в процессе эксплуатации беговой дорожки рекомендуется смазывать дорожку раз в 15-20 часов работы. Добавляя не менее 15 грамм смазки, согласно ниже приведенной инструкции по смазке.

Пользователям с небольшим весом или при занятиях менее 3 часов в неделю смазку следует наносить каждые 10 месяцев. Пользователям с большим весом или при занятиях более 7 часов в неделю смазку следует наносить каждые 5 месяцев.

Инструкции по нанесению силиконовой смазки:

Шаг 1: Поднимите беговое полотно.

Шаг 2: Откройте бутылку с силиконовой смазкой. Выдавите смазку на край бегового полотна, как показано на рисунке.



Беговая дорожка является спортивным оборудованием, требующим регулярного обслуживания. Рекомендуется выполнять следующие мероприятия по обслуживанию:

- 1. Регулярно проверять беговую дорожку на предмет износа или повреждения деталей. После обслуживания или профессионального ремонта поврежденных деталей (двигателя, электрических компонентов, кабеля питания, бегового полотна), уровень безопасности использования беговой дорожки соответствует требованиям к новому изделию.**
- 2. Немедленно заменяйте поврежденные детали и компоненты (например, кабель питания). Не используйте оборудование до завершения ремонта.**
- 3. Обращайте особое внимание на компоненты, наиболее подверженные износу (например, беговое полотно).**

ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

<i>Заполняется продавцом</i> Модель _____ Артикул _____ Серийный номер _____ Дата продажи _____ Гарантийный срок _____ Печать и подпись продавца _____ _____	<i>Заполняется мастером при обслуживании</i> Модель _____ Серийный номер _____ Неисправность _____ _____ Проведенные работы _____ _____ Ф.И.О. и подпись мастера _____ Дата ремонта _____
<i>Заполняется мастером при обслуживании</i> Модель _____ Серийный номер _____ Неисправность _____ _____ Проведенные работы _____ _____ Ф.И.О. и подпись мастера _____ Дата ремонта _____	<i>Заполняется мастером при обслуживании</i> Модель _____ Серийный номер _____ Неисправность _____ _____ Проведенные работы _____ _____ Ф.И.О. и подпись мастера _____ Дата ремонта _____

1. Производитель гарантирует:

- 1.1. Исправность изделия при продаже и безопасность в эксплуатации;
- 1.2. Восстановление функциональности изделия в течение указанного гарантийного периода с момента приобретения (посредством ремонта, а в случае его невозможности посредством замен).

2. Условия гарантийного обслуживания:

- 2.1. Обслуживание производится только в сертифицированных сервисных центрах, адреса которых указаны на сайте производителя.
- 2.2. Прием изделия в обслуживание сервисным центром осуществляется только при наличии данного гарантийного талона, оформленного надлежащим образом и документов, подтверждающих факт покупки (товарный чек, кассовый чек). Неисправное изделие должно быть сдано в сервисный центр в полной комплектации, с технической документацией.
- 2.3. Срок гарантийного ремонта определяется степенью неисправности изделия.
- 2.4. Под неисправностью подразумевается потеря работоспособности изделия, которая может быть продемонстрирована сотруднику сервисного центра.
- 2.5. При необоснованном обращении в сервисный центр покупателю может быть выставлен счет за диагностику неисправности. Необоснованным считается обращение по поводу устранения неисправностей в работе изделия, не потребовавших замены или ремонта комплектующих, а также, если при диагностике выяснено, что неисправности как таковой нет, а обращение явилось следствием неправильного подключения или эксплуатации. Счет также выставляется в случаях, признанных уполномоченным сервисным центром не гарантийными.

3. Ограничение гарантийных обязательств:

- 3.1. Претензии по комплектации и внешнему виду изделия принимаются только при его покупке.
- 3.2. Гарантийные обязательства не распространяются на расходные материалы (включая батареи, аккумуляторы и т.д.)
- 3.3. Гарантия не распространяется на ущерб, причиненный другому оборудованию, работающему в сопряжении с данным изделием.
- 3.4. Гарантийные обязательства не распространяются на изделие в следующих случаях:
 - выход изделия из строя по вине покупателя (нарушения им правил эксплуатации, работа в недокументированных режимах, неправильная установка и подключение, превышение допустимой рабочей температуры, перегрев и т.п.)
 - наличие внешних и/или внутренних механических повреждений (замятых контактов, трещин, следов удара, сколов и т.п.), полученных в результате неправильной эксплуатации установки или транспортировки, воздействий на изделие чрезмерной силы, химически агрессивных веществ;
 - наличие признаков ремонта неуполномоченными лицами;
 - наличие повреждений, полученных в результате аварий, воздействия на изделие огня, влаги, попадания внутрь корпуса насекомых, пыли, посторонних предметов и т.п.
 - наличие повреждений, полученных в результате неправильного подключения изделия в электросеть и/или эксплуатации изделия при нестабильном напряжении в электросети (отклонение напряжения более 10%, а также отсутствия (или выполненного с отклонениями от стандарта) заземления)

С условиями гарантии покупатель ознакомлен надлежащим образом, к внешнему виду и комплектации претензий нет, все возникшие у покупателя вопросы ему полностью разъяснены, покупатель, не имеет как-либо заблуждений относительно содержания условий гарантии на изделие.

Подпись покупателя _____