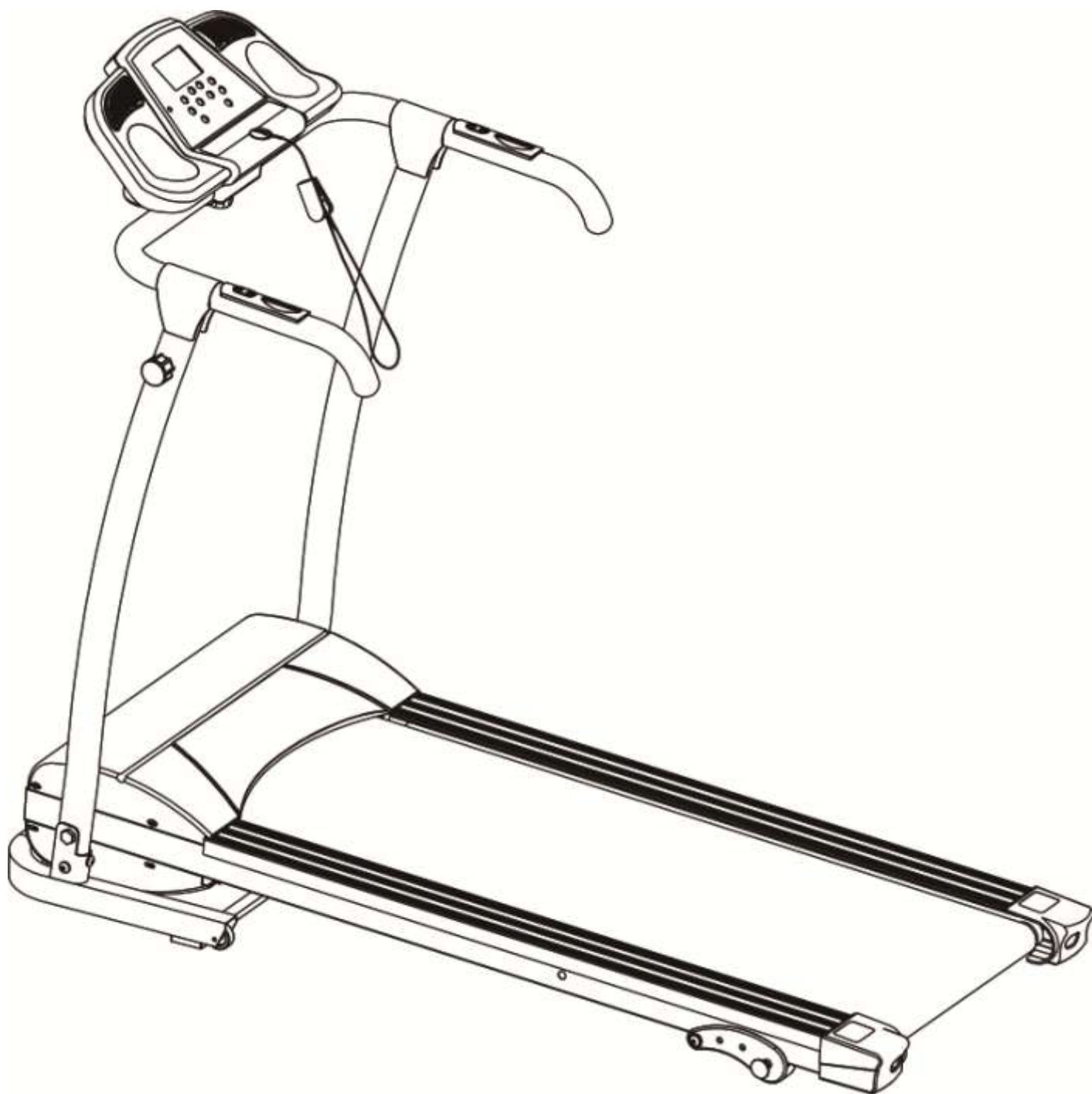


# БЕГОВАЯ ДОРОЖКА DFC

## T125 MONZA

электрическая

**EAC**



## РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Внимательно прочтите эти инструкции перед началом использования и храните инструкцию в надежном месте.

# **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ВНИМАНИЕ**
- 2. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ**
- 3. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ВО ВРЕМЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**
- 4. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ**
- 5. ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И СБОРОЧНЫЕ ЕДИНИЦЫ**
- 6. КОНСОЛЬ И ИНСТРУКЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ**
- 7. СКЛАДЫВАНИЕ И РАСКЛАДЫВАНИЕ**
- 8. НАКЛОН**
- 9. СМАЗКА РАБОЧЕГО МЕХАНИЗМА СИЛИКОНОВОЙ СМАЗКОЙ**
- 10. РЕГУЛИРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА**
- 11. ЕЖЕДНЕВНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ**
- 12. СПОСОБ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТРЕНАЖЕРА**

# 1. ВНИМАНИЕ

Чтобы предотвратить возможные травмы, внимательно прочтите эти инструкции.



- **НИКОГДА** не пытайтесь монтировать беговую дорожку, если беговое полотно движется.
- **НИКОГДА** не сходите с беговой дорожки, если беговое полотно движется.
- **НИКОГДА** не пользуйтесь тренажером, если он поврежден или некорректно работает.
- **НЕ** переутомляйтесь и не тренируйтесь через силу. Если вы чувствуете боль или нетипичные симптомы, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
- **НЕ** запускайте беговую дорожку, если она сложена.
- **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ** беговую дорожку вблизи воды или источников тепла и не размещайте беговую дорожку на толстом ковре.
- **НЕ** используйте вне помещений. Этот продукт создан только для домашнего использования.
- **НЕ** располагайте предметы на беговом полотне или непосредственно на беговой дорожке.
- **НИКОГДА** не присоединяйте шнур питания к включенной беговой дорожке. Перед подключением шнура к тренажеру выключите питание с помощью переключателя ON/OFF на задней панели устройства. После безопасного подключения вы можете включить питание, а затем перевести переключатель ON/OFF в положение ON на задней панели устройства. Подключение шнура питания к включенной беговой дорожке может привести к повреждению электрических компонентов.
- Хранение беговой дорожки в холодной влажной комнате, например в гараже (невентилируемое, без поддержки температуры) увеличит риск повреждения электрических компонентов. Мы рекомендуем хранить тренажер в сухом помещении с постоянной температурой.

## 2. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

- Этот тренажер не предназначен для детей младше 14 лет.
- Используйте тренажер только так, как описано в руководстве.
- Детям, пожилым, беременным **запрещено** использовать тренажер.
- Соберите и используйте беговую дорожку на твердой ровной поверхности. Расположите тренажер на расстоянии нескольких метров от стен или мебели. Перед каждым использованием убедитесь в том, что все крепежи надежно затянуты. Всегда поддерживайте беговую дорожку в хорошем рабочем состоянии.
- При нестабильном питании могут возникнуть проблемы. **Не подключайте** тренажер в ту же розетку, что и компьютер, кондиционер и т.д.
- Рекомендуется использовать спортивную обувь и одежду при использовании тренажера.
- Будьте осторожны при складывании и раскладывании беговой дорожки до и после использования.
- **НЕ пытайтесь** самостоятельно обслуживать беговую дорожку, за исключением тех случаев, которые описаны в этом руководстве. Беговая дорожка не содержит узлов, которые необходимо обслуживать самостоятельно, поэтому ее разборка не только аннулирует вашу гарантию, но и может привести к серьезной травме.

**Держите тренажер и шнур питания вдали от нагреваемых поверхностей.**

## 3. МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ВО ВРЕМЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

- Удостоверьтесь, что во время тренировки вы надели спортивную одежду и обувь не свободного кроя. Завяжите длинные волосы. Держите полотенце подальше от рабочей поверхности. Беговое полотно не сразу остановится, если что-нибудь попадет в область полотна/роликов.
- Если вы плохо себя почувствуете во время тренировки, немедленно прекратите её и проконсультируйтесь с вашим врачом или персональным тренером, прежде чем продолжить.
- Будьте осторожны, когда регулируете скорость, увеличивайте/уменьшайте её плавно.
- Перед началом тренировки ключ безопасности должен быть прикреплен на талии. Шнурок соединяет клипсу с желтой кнопкой на консоли. Если вы столкнулись с какой-либо трудностью

при использовании беговой дорожки, сильный рывок шнура безопасности или быстрое нажатие на красную кнопку ON/OFF остановит беговое полотно.

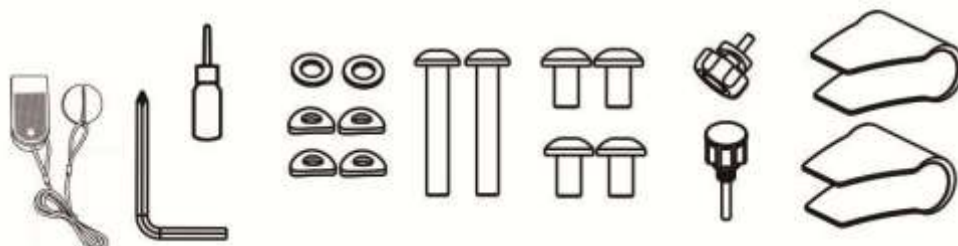
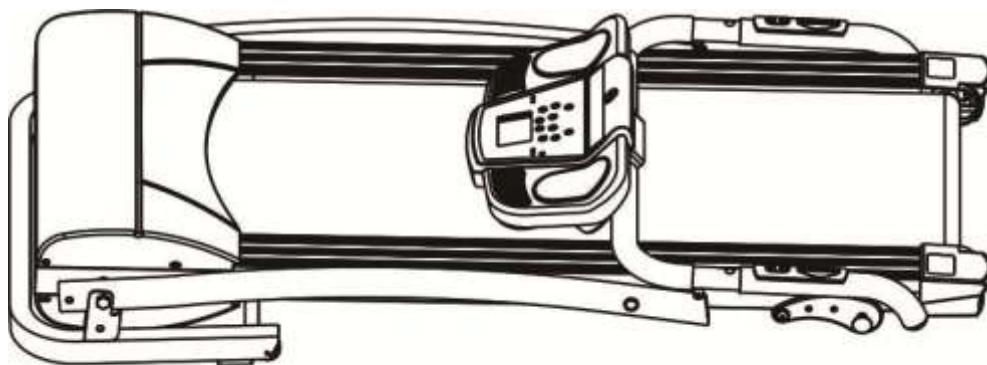
- Убедитесь, что беговое полотно натянуто перед тем, как начать тренировку.
- **НЕ** регулируйте беговое полотно, если дорожка включена и используется.
- Отключите все функции и обесточьте тренажер.

## 4. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

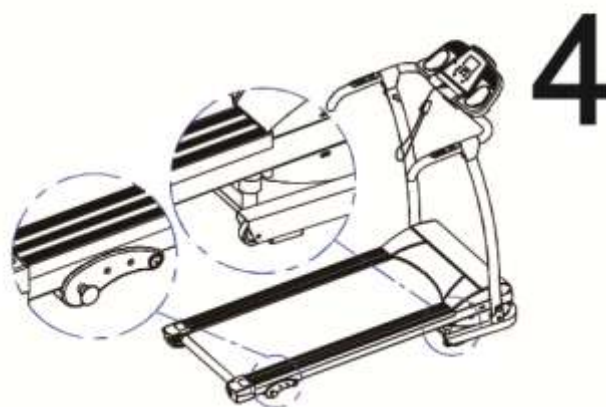
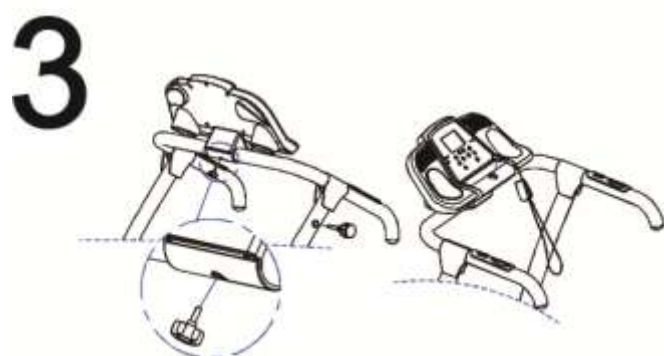
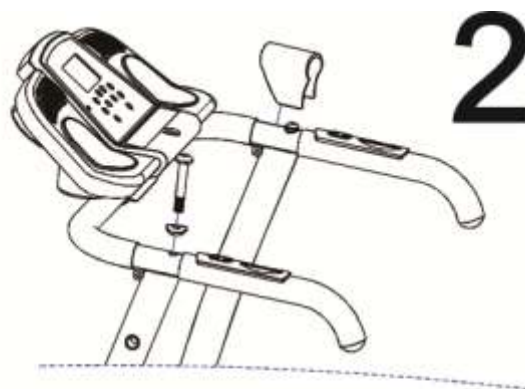
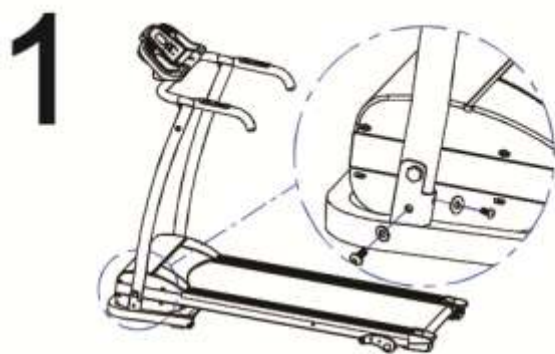
Наименование	Беговая дорожка DFC
Модель	T125 MONZA
Мощность	1.25HP (л.с.)
Напряжение	220V / 220В
Частота	50Hz
Диапазон скорости	1-12 км/ч
Максимальный вес пользователя	120 кг

## 5. ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И СБОРОЧНЫЕ ЕДИНИЦЫ

Перед сборкой проверьте наличие всех деталей и крепежей:



### Инструкция по сборке, шаги 1-4 :



1. Вытащите 4 коротких винта и прокладки из упаковки с крепежом, закрепите левую и правую стойки на основной раме с помощью винтов. Не затягивайте винты до окончания сборки.

2. Вытащите 2 длинных винта и прокладки, закрепите панель на стойках с помощью винтов. Затем затяните винты, указанные выше. Затем установите накладку поручней. Перед тем, как затянуть винты убедитесь, что провода в стойке не пережимаются винтами.

3. Закрепите панель под необходимым углом с помощью ручки М6 и пластиковой прокладки, зафиксируйте ручку М16 в левой стойке. Затем вставьте ключ безопасности в консоль.

## 6. КОНСОЛЬ И ИНСТРУКЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

4. Ручка в нижней части рамы может поворачиваться в зависимости от положения регулятора. Проследите за тем, что ручка способна удерживать основание и достаточно устойчива. Затем завершите сборку.



1. Убедитесь, что красный выключатель питания на задней панели консоли выключен.
2. Шнур питания должен быть вынут из розетки на стене, затем вставьте его в розетку и в

разъем на задней панели тренажера.

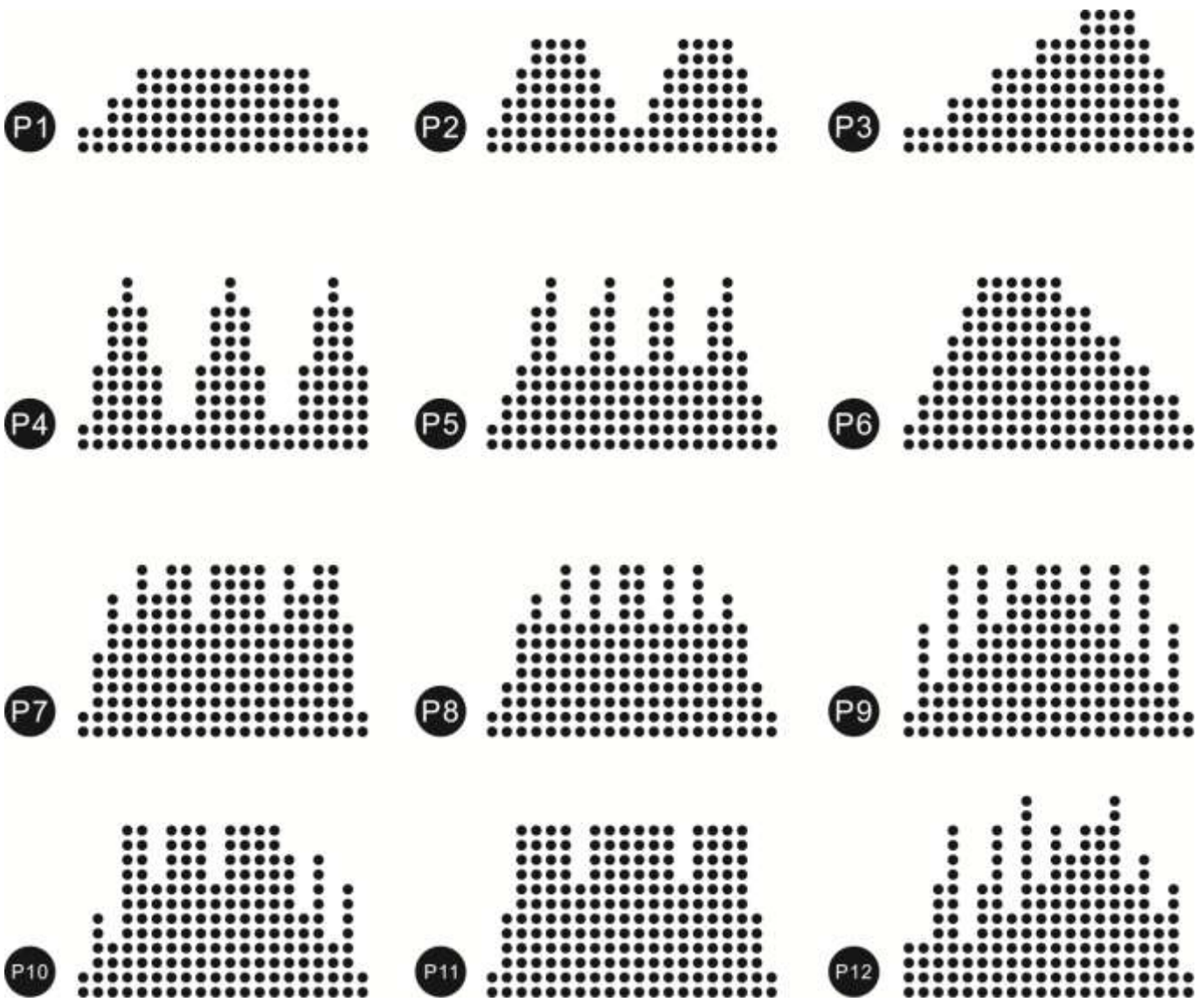
3. Включите красный выключатель питания на задней панели тренажера.
4. Расположите ключ немедленной остановки в передней части консоли. Зафиксируйте другой конец ключа безопасности на вашей одежде и встаньте на беговое полотно лицом к консоли.
5. Нажмите кнопку "START", тренажер начнет работать со скоростью 1.0 км/ч через 3 секунды.
6. Нажмите кнопку "▲", чтобы увеличить скорость, и кнопку "▼", чтобы уменьшить скорость. Наибольшая скорость – 12 км/ч, наименьшая - 1.0 км/ч.
7. Нажмите кнопку "MODE", на экране появится расстояние, время, калории.
8. Консоль предлагает 12 встроенных программ P1-P12. Когда вы остановитесь на пункте PROG, нажмите кнопку "PROG", чтобы установить программу, затем нажмите кнопку "START", чтобы начать тренировку.
9. Удерживайте датчики пульсометра, на экране появится частота ваших сердечных сокращений.
10. На левом поручне есть кнопки быстрой регулировки громкости "+" и "-". На левом поручне есть кнопки быстрой регулировки скорости "+" и "-".
11. В случае возникновения чрезвычайной ситуации вытащите ключ безопасности. Тренажер начнет медленно останавливаться.
12. Чтобы остановить тренажер, вам нужно всего лишь нажать кнопку "STOP".

## **ВСТРОЕННЫЕ ПРОГРАММЫ x 12**

Скорость и время во встроенных тренировках фиксированная и не может изменяться.

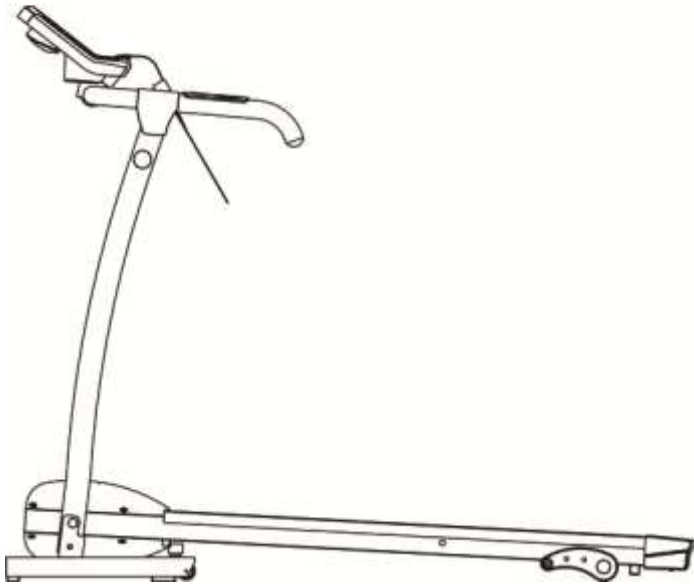
Время по-умолчанию во встроенных тренировках 30 минут.





## 7. СКЛАДЫВАНИЕ И РАСКЛАДЫВАНИЕ





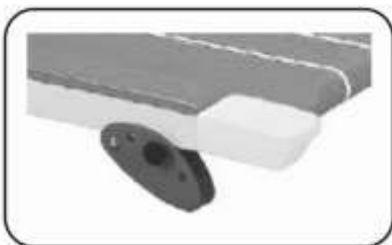
## **СКЛАДЫВАЕМ ТРЕНАЖЕР:**

Убедитесь, что выключатель в положении 'OFF' и шнур питания вынут из розетки. Поднимите беговую платформу, чтобы сложить тренажер. Потяните ручку натяжения, по направлению от платформы, затем отпустите ручку, чтобы зафиксировать машину. Теперь вы можете переместить тренажер для хранения.

## **РАСКЛАДЫВАЕМ ТРЕНАЖЕР:**

Потяните ручку натяжения, а затем опустите беговую платформу. Теперь вы можете следовать граве "6. КОНСОЛЬ И ИНСТРУКЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ", чтобы начать тренировку.

## **8. НАКЛОН**



На беговой дорожке имеется три различных угла наклона, устанавливаемых вручную.

## ПРАВИЛА УХОДА И ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

Регулярное и своевременное техническое обслуживание продлевает срок службы тренажера. Мы рекомендуем Вам выполнять следующие профилактические процедуры.

### Общие рекомендации по уходу

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети. К обслуживанию можно приступать примерно через 1 минуту, после полного обесточивания внутренних электрических цепей тренажера. Регулярно осматривайте Ваш тренажер на предмет отсутствия посторонних предметов, пыли и грязи в тренажере.

Не применяйте абразивные составы, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера – ацетон, бензин, бензол и их производные, во избежание повреждения лакокрасочного покрытия и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости ткань. После протрите сухой тканью.

### Ежедневные или после каждой тренировки проверки.

Почистите и осмотрите беговую дорожку, выполнив следующие действия:

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Протрите беговое полотно, корпус, кожух двигателя и консоль влажной тряпкой.
- Не используйте растворители, они могут повредить тренажер;
- Осмотрите шнур питания. Если он поврежден, обратитесь к представителям компании-продавца или уполномоченный сервисный центр для его замены, использование тренажера с поврежденным шнуром питания запрещено;
- Убедитесь, что шнур не попал под транспортировочные колесики тренажера или в другое место, где он может оказаться защемлен или оборван, и не слишком натянут на максимальном уровне наклона беговой дорожки;
- Проверьте натяжение и центровку бегового полотна. Убедитесь, что оно не повредит другие части тренажера из-за нарушения центровки;
- Убедитесь, что тренажер находится на достаточном расстоянии от стен (не менее 50 см);
- Проверьте наличие и целостность зажима и ключа аварийной остановки дорожки.

### Еженедельные проверки

Уборка от пыли и мусора поверхности под беговой дорожкой:

- Выключите тумблер беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Сложите тренажер, убедившись в надежности его фиксации в вертикальном положении (для складных моделей);
- Переместите тренажер в другое место, чтобы удалить пыль или другой мусор, который мог накопиться под беговой дорожкой;
- Поставьте тренажер обратно.

### Ежемесячные проверки – ВАЖНО!

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Проверьте затяжку всех монтажных болтов тренажера;
- Внимательно осмотрите все пластиковые элементы дорожки (подставки для ног, кожух моторного отсека, корпус дисплея и пр.). Они не должны иметь повреждений, если таковые имеются, обратитесь к представителям компании-продавца или уполномоченный сервисный центр для их замены;
- Снимите кожух моторного отсека, дождитесь, пока все индикаторы на платах погаснут;
- Аккуратно удалите пыль и прочие загрязнения с поверхности электродвигателя и из моторного отсека с помощью пылесоса. Невыполнение этой процедуры может привести к преждевременному отказу электрических компонентов;
- Убедитесь, что дека тренажера смазана. При необходимости добавьте силиконовую смазку на ее поверхность, уделяя особое внимание центральной части;
- Протрите беговое полотно влажной тряпкой.

### Ежеквартальные проверки – ОЧЕНЬ ВАЖНО!!!

- Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети;
- Используя шестигранный ключ поставляющийся в комплекте, ослабьте левый и правый регулировочные болты натяжения так, чтобы иметь возможность приподнять полотно и получить визуальный доступ к беговой деке тренажера;
- Проверьте состояния деки. Поверхность не должна иметь царапин и потертостей и прочих повреждений. При их наличии обратитесь к представителям компании-продавца или уполномоченный сервисный центр для их замены;
- Проверьте состояние полотна. Внутренняя поверхность не должна иметь признаков истончения и отслоения материала, а также порванных и лопнувших участков;
- Протрите сухой чистой тканью всю поверхность деки и внутреннюю поверхность полотна;
- Нанесите силиконовую смазку на поверхность деки беговой дорожки;
- Проверьте состояние износа приводного ремня основного двигателя и правильности его положения;
- Снимите передний и задний валы и удалите наслоение пыли и грязи с их поверхностей;
- Убедитесь в отсутствии посторонних шумов во время движения беговой дорожки.

**Дека и беговое полотно** – это детали тренажера, требующие особого внимания. Важно соблюдать требования эксплуатации во избежание преждевременного износа этих деталей, периодически проверять и проводить центровку и подтягивание бегового полотна, а при необходимости и техническое обслуживание беговой дорожки.

## РЕГУЛИРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Регулировка бегового полотна производится по двум параметрам - натяжение и центровка бегового полотна. Первоначальная регулировка бегового полотна производится на заводе изготовителе, но в связи с транспортировкой и перемещением беговой дорожки, беговое полотно может сдвинуться и перед началом эксплуатации необходимо произвести повторный контроль положения и натяжения полотна, и при необходимости провести регулировку.

Чтобы правильно отрегулировать беговое полотно, следуйте указаниям, приведенным ниже. Если во время занятия на беговой дорожке происходит небольшое проскальзывание, то вероятнее всего, беговое полотно необходимо отрегулировать.

### Увеличение натяжения:

- Используйте шестигранный ключ, идущий в комплекте к дорожке для регулировки левого болта натяжения;

- Поверните ключ по часовой стрелке на ¼ оборота, для увеличения натяжения ремня;
- Повторите шаг 1 для правого болта. Необходимо повернуть болт на точно такое же количество оборотов;
- Повторяйте шаги 1 и 2 до установления необходимого уровня натяжения;
- Будьте внимательны, не перетяните полотно, чтобы избежать повреждения подшипников переднего и заднего валов.

**Для того чтобы уменьшить натяжение бегового полотна, необходимо поворачивать ключ против часовой стрелки согласно шагам, указанным выше.**

#### **Центрирование бегового полотна**

Время от времени необходимо центрировать беговое полотно в связи с тем, что во время тренировки Вы отталкиваетесь с разным усилием на каждую ногу.

Приведите беговую дорожку в режим движения полотна. Нажимая кнопку увеличения скорости, установите скорость движения полотна равной 4 км/ч. Обратите внимание, в какую сторону отклоняется беговое полотно.

- Если оно отклоняется в левую сторону, поверните ключом левый болт по часовой стрелке на ¼ оборота, затем правый болт - против часовой стрелки;
- Если в правую, то поверните ключом правый болт на ¼ оборота по часовой стрелке, а левый - против;
- Если беговое полотно все еще не выровнено, повторите действия снова.

После того, как беговое полотно движется по центру, увеличьте скорость до 6 км/ч, чтобы проверить его положение в движении. При необходимости повторите выше описанные шаги.

Если попытки центрировать беговое полотно безрезультатны, вероятно, нужно увеличить натяжение бегового полотна.

#### **Смазка деки и полотна**

Производитель уже смазал необходимые детали и узлы во время производства беговой дорожки. Тем не менее, необходимо регулярно проверять наличие смазки во избежание поломок. Мы рекомендуем ежемесячно проверять беговое полотно на наличие смазки, и, если поверхность сухая, ее необходимо смазать. Вы можете использовать как силиконовый состав в баллончике, так и силиконовую смазку в тубике. Используйте продукцию уже хорошо зарекомендовавших себя брендов: DFC, Efele.

- Приподнимите беговое полотно с правой и левой стороны поочередно;
- Нанесите на деку смазку от края и как можно ближе к центру бегового полотна;
- Включите дорожку на минимальной скорости и в течение 5 минут ходите, смещая шаг справа налево и в обратном направлении относительно ширины деки так, чтобы смазка как можно равномернее распределилась по всей ее поверхности.

#### **Электробезопасность**

Соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием. Тренажер должен подключаться только к заземленной розетке, это снижает риск удара током при поломке или сбое в работе. Тренажер снабжен сетевым шнуром и вилкой с заземлением. Вставьте вилку в соответствующую питающую розетку, установленную и заземленную с соблюдением действующих нормативов. Перед каждым использованием осмотрите электрический соединительный шнур на предмет отсутствия его повреждений. Неправильное подключение может стать причиной поражения пользователя электрическим током. Если у Вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к специалисту для проверки и устранения неисправности. Не применяйте дополнительные электрические удлинители, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером, это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также явиться причиной нарушения работоспособности тренажера с последующим обоснованным отказом в гарантийном обслуживании. Не прячьте шнур питания под ковер и не ставьте на него предметы, способные пережать или повредить его. Не допускайте, чтобы шнур питания касался нагретых поверхностей.

#### **Меры предосторожности**

Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера. Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе, чем на 2 м.

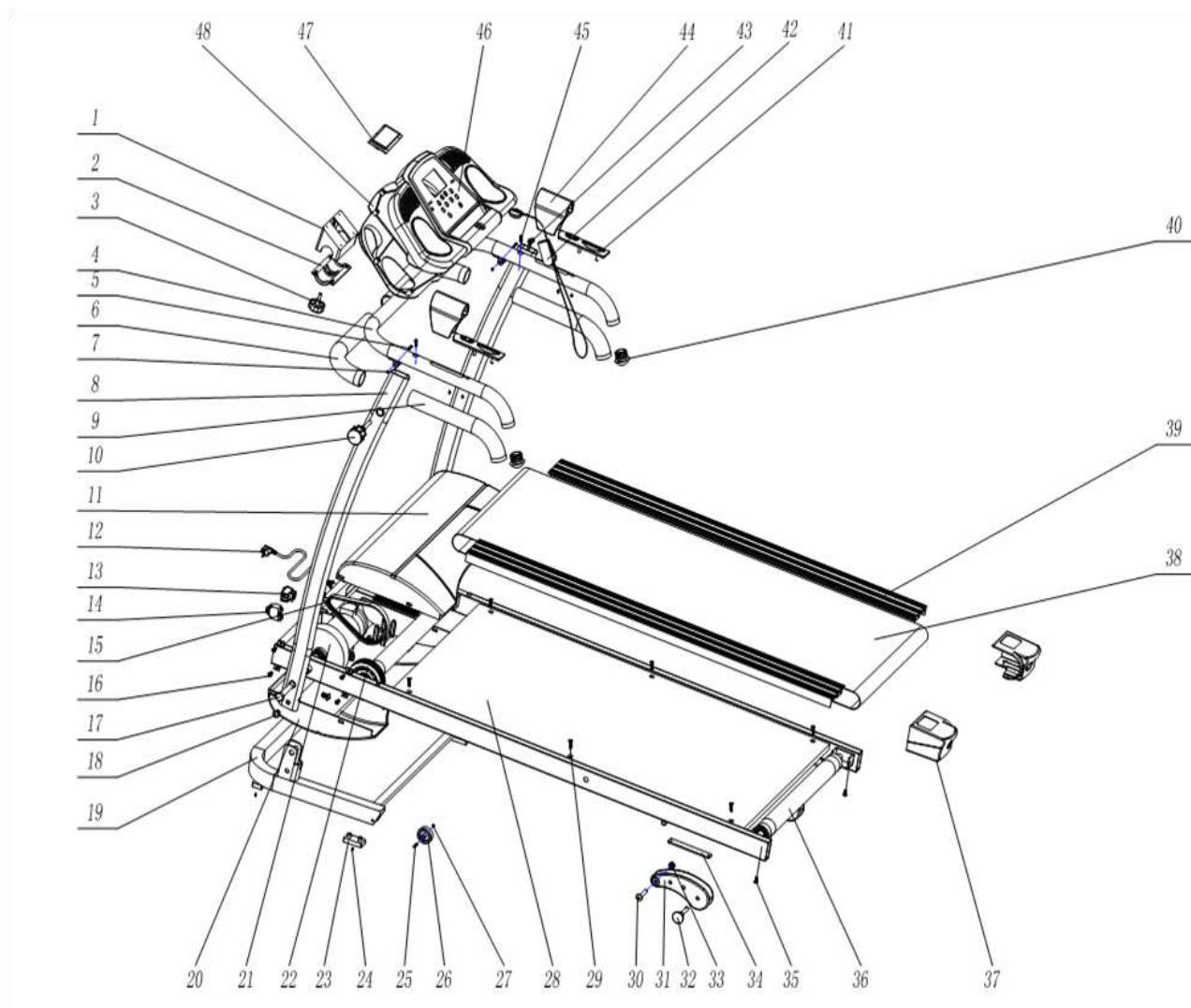
#### **В целях Вашей безопасности рекомендуем соблюдать следующие правила:**

1. Сборку и эксплуатацию тренажера следует осуществлять на твердой, ровной поверхности. Свободное пространство вокруг тренажера должно составлять не менее 1,2 м;
2. При регулярной эксплуатации проверяйте затяжку резьбовых соединений каждые 1-2 месяца;
3. Не допускайте попадания внутрь тренажера посторонних предметов, грязи, шерсти домашних животных, жидкостей и т.п.;
4. Никогда не эксплуатируйте тренажер с явными дефектами – открученными элементами крепления, незакрепленными узлами, с нехарактерными посторонними шумами и т. д. Это может привести к травмам и уменьшению срока службы тренажера;
5. Для осмотра и устранения возникших дефектов обратитесь к представителям компании-продавца или уполномоченный сервисный центр;
6. Для ремонта необходимо использовать только оригинальные запасные части;
7. Обслуживание тренажера, за исключением процедур, описанных в данном руководстве, должно производиться только сотрудниками уполномоченного сервисного центра;
8. Не допускается какое-либо изменение конструкции или узлов и деталей тренажера, это может привести к серьезным травмам и потере здоровья;
9. Вес пользователя не должен превышать максимально допустимый, при запуске беговой дорожки не стойте на беговом полотне.
10. Во время занятий используйте соответствующую одежду и обувь. Не надевайте свободную одежду или обувь с кожаными подошвами или каблуками. Если у Вас длинные волосы, соберите их в хвост или пучок на затылке;
11. Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера;
12. Не подвергайте себя чрезмерным нагрузкам во время тренировок. Если Вы почувствовали боль или недомогание, немедленно прекратите занятия и обратитесь за консультацией к врачу.

**ВНИМАНИЕ!**

**ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ!**

## Сборочный чертеж



№.	Наименование	Количество	Ед. измерения
1	Опорный кожух консоли	1	шт
2	Нижняя накладка опорного кожуха	1	шт
3	Фиксатор консоли	1	шт
4	Поручень	2	шт
5	Винт М6*25	2	шт
6	Накладка на поручни	2	шт
7	Самоконтрящаяся гайка М6	2	шт
8	Стойки	2	набор
9	Накладка на поручни	2	шт

10	Ручка натяжения	1	шт
11	Верхний кожух мотора	1	шт
12	Провода	1	шт
13	Переключатель	1	шт
14	Выключатель питания	1	шт
15	Приводной ремень	1	шт
16	Саморез	10	шт
17	Винт М12*70	2	шт
18	Винт М8*15	4	шт
19	Основная опорная рама	1	шт
20	Нижний кожух мотора	1	шт
21	Мотор	1	шт
22	Передний ролик	1	шт
23	Подножка	4	шт
24	Винт 4*12	4	шт
25	Винт М5*35	2	шт
26	Колесо	2	шт
27	Самоконтрящийся винт М5	2	шт
28	Беговая платформа	1	шт
29	Винт М6*25	6	шт
30	Винт М8*40	2	шт
31	Ручной фиксатор наклона	2	шт
32	Болт	2	шт
33	Самоконтрящийся винт М8	2	шт
34	Прямоугольная прокладка	2	шт
35	Винт 4*12	2	шт
36	Задний ролик	1	шт

37	Заглушка	2	набор
38	Беговое полотно	1	шт
39	Боковая направляющая	2	шт
40	Заглушка трубы	2	шт
41	Датчик пульсометра	2	шт
42	Ключ безопасности	1	шт
43	Соединительные провода	1	шт
44	Накладка поручня	2	шт
45	Винт 8*50	2	шт
46	Верхняя панель консоли	1	шт
47	Каркас консоли	1	шт
48	Нижняя панель консоль	1	шт

