

ACO-N



Дорогой покупатель!

Поздравляем Вас с этим удачным приобретением!

Теперь Вы владелец суперсовременного тренажера АСО-Nс новейшей технологией Q-deck! Эта технология позволит Вам тренироваться не перегружая суставы ног и позвоночник. А благодаря 5 встроенным программам и современному дизайну занятия будут приносить Вам только удовольствие.

Уверены, что данная модель удовлетворит всем Вашим запросам!

Прежде чем начать пользоваться тренажером, изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования.

Условия хранения

- Тренажер рекомендуется использовать только в помещении.
- Не допускается устанавливать тренажер во влажных, не отапливаемых или пыльных помещениях.
- При использовании тренажера в жилых секторах не лежащих в черте городов необходимо применять схему подключения тренажера к сети электропитания через стабилизатор напряжения эквивалентного мощности тренажера, невыполнение данного условия влечет за собой приостановления гарантийного обслуживания.
- Допустимый температурный режим от +10 до +35°.
- Допустимая влажность 5-57%.

Меры предосторожности

- Перед использованием тренажера проконсультируйтесь с Вашим врачом
- Тренажер не предназначен для коммерческого использования.
- Изготовитель не несет ответственности за любые повреждения или травмы, вызванные нецелевым использованием тренажера.
- Детям не рекомендуется тренироваться на данном тренажере.
- Тренажер разработан в соответствии с мировыми стандартами безопасности.
- Не используйте коррозионные и абразивные материалы для чистки изделия.
- Использование неисправного тренажера может привести к травмам, а также уменьшить срок его службы.
- Тренажер должен быть установлен на ровной поверхности.
- Не прикасайтесь к движущимся элементам тренажера.
- Тренажер предназначен для людей, чей вес не превышает 120 кг.
- Для увеличения срока службы тренажера рекомендуется смазывать беговое полотно каждые 50 км или 1-2 раза в месяц.
- Во избежание высоких нагрузок на двигатель, начиная тренировку, вставайте ногами на боковые панели бегового полотна, а не на само полотно. Выберите программу, нажмите СТАРТ и только после начала движения полотна вставайте на беговое полотно. Держитесь за поручни .
- Для тренировки используйте соответствующую спортивную одежду.
- Выбирайте программу тренировок, рекомендованную вашим врачом. Интенсивные тренировки могут нанести вред Вашему здоровью.

Этапы сборки	1-2
Функции панели управления	3-4
Управление	5-6
Техническое обслуживание	7-9
Устранение неисправностей	10-12
Схема соотношения пульса и комфорта	13
Изображение в разобранном виде	14-15
Комплектующие	16
Технические характеристики	17

ШАГ 1



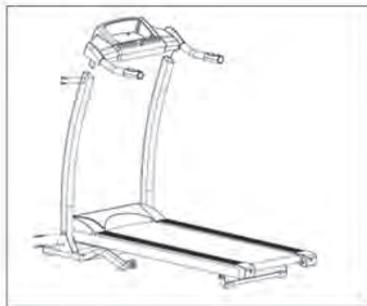
1. Пожалуйста, выньте основную раму из коробки.

ШАГ 2



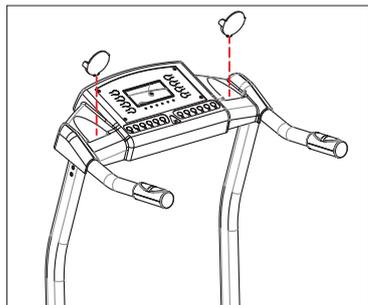
2. Установите стойки строго вертикально и закрепите их в таком положении, используя инструменты №3.

ШАГ 3



3. Осторожно соедините кабели панели управления с кабелями стоек. Закрепите панель управления на стойках при помощи инструмента №2 и №3. Будьте осторожны, Вы можете повредить кабель, если не установите стойки должным образом (как показано на рисунке).

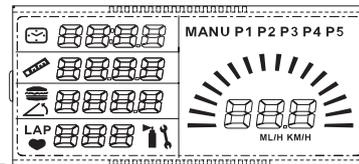
ШАГ 4



4. Установите детали №5 как указано на рисунке.

Экран дисплея

1. Скорость  : Заранее установленная скорость
2. Время  : Отображение рабочего времени
3. Расстояние  : Отображение пройденного расстояния
4. Калории  : Отображение израсходованных калорий
5. Наклон  : 0-12 уровней (для моделей с автонаклоном)
6. Частота сердечного пульса  : Отображает количество ударов в минуту



Описание клавиш

 ☉ Стоп/Старт: Начало работы и остановка тренажера.  ☉ Выбор режима/ Сброс

 ☉ Увеличение скорости  ☉ Уменьшение скорости

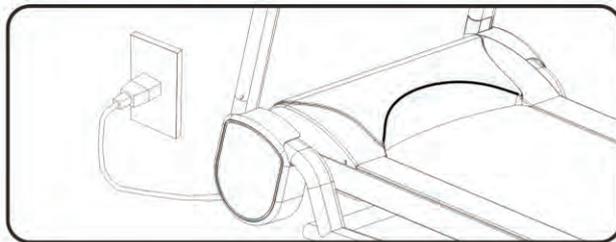
    ☉ Быстрые кнопки скорости

 ☉ Наклон вверх: Установите уровень наклона бегового полотна выше (для моделей с автонаклоном)

 ☉ Наклон вниз: Установите уровень наклона бегового полотна ниже (для моделей с автонаклоном)

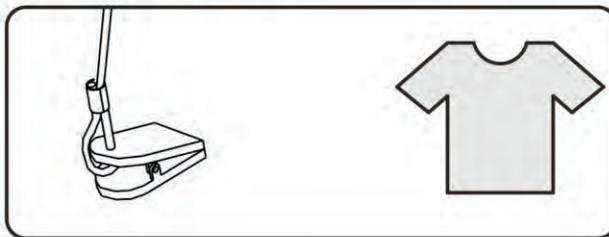
    ☉ Быстрые кнопки наклона (для моделей с автонаклоном)

ШАГ 1. Подключите тренажёр к электрической сети и включите питание.



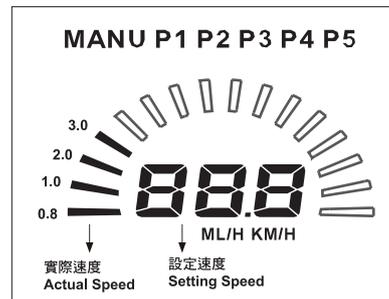
ШАГ 2. Закрепите ключ безопасности на одежде (для соблюдения безопасности).

ШАГ 3. Подключите ключ безопасности к компьютеру.



Шаг 4: Начало тренировки

А. Тренировку в Ручном режиме можно начать нажав кнопку START, компьютер отсчитает 3-2-1 и начнет движение полотна на скорости 0,8 км/ч. На дисплее реализована двойная система отображения скорости – графическое отображение (шкала скорости с шагом 1 км/ч) и числовое (с цифровым отображением скорости).



РУЧНОЙ РЕЖИМ

А. Нажмите «MODE», заморгает табло времени.

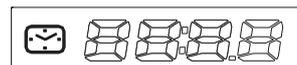
Б. Установите время тренировки от 10:00- 99:00 минут кнопками «+» или «-».

В. По умолчанию 30:00

Г. Нажмите INC «+» или «-» для изменения угла наклона полотна (Для тренажеров с автоматическим изменением угла наклона полотна)

Д. После нажатия кнопки «START» начнется обратный отсчет 3-2-1 и тренировка начнется со скоростью 0,8 км/ч

Е. За 5 секунд до завершения тренировки трижды раздастся предупреждающий сигнал.



P5 КАРДИОПРОГРАММА

- А. Нажмите «Mode» и выберите табло AGE (30 по умолчанию)
- Б. Нажмите «Speed + -» для ввода вашего возраста
- В. Нажмите «Mode» и выберите табло Pulse
- Г. Нажмите «Speed + -» для ввода вашего пульса
- Д. Нажмите «Mode» и выберите табло Maximum Speed
- Е. Нажмите «Speed + -» для ввода максимальной скорости
- Ж. Нажмите «Mode» и выберите табло TIME (30 по умолчанию)
- З. Нажмите «Speed + -» для ввода времени тренировки
- И. Нажмите «Start» для начала тренировки. Компьютер выберет оптимальный для вас пульс и будет поддерживать его во время тренировки с помощью увеличения/уменьшения скорости тренировки.

При снятии ключа безопасности из ячейки все данные тренировки сбрасываются.
При повторной установке ключа в ячейку все данные равны 0.

ШАГ 5.

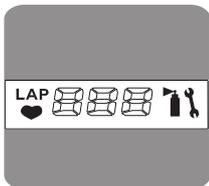
ОСТАНОВКА ТРЕНИРОВКИ

Для остановки тренировки нажмите кнопку «Start/Stop» (плавная остановка) или выньте ключ безопасности (экстренная остановка).

ПУЛЬСОМЕТРЫ



1. Удерживайте оба пульсометра ладонями более 1 минуты для отображения пульса на дисплее. Для более точных данных пульса рекомендуется остановить тренировки и замерить пульс.

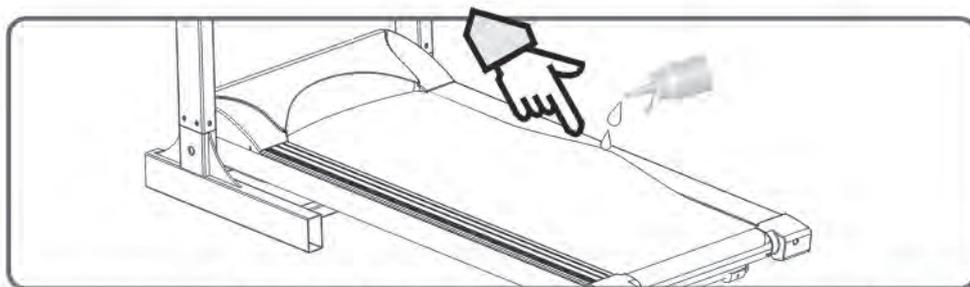


2. Удерживайте кнопку «Reset» в течение 3 секунд для сброса всех значений тренировки.

Смазка бегового полотна

Смазка является основным моментом при эксплуатации беговой дорожки. Беговое полотно необходимо смазывать каждые 50 км пробега или через месяц-два использования. Следствием недостаточной смазки может быть изнашивание ремня, а в последствии и его поломка. Чрезмерная же смазка может привести к проскальзыванию ленты беговой дорожки.

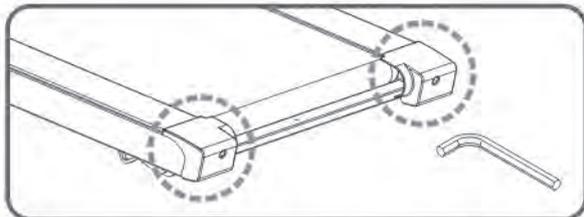
1. Остановите беговую дорожку.
2. Приподнимите ленту беговой дорожки.
3. Вспрысните силиконовую смазку в щель между лентой и полотном.



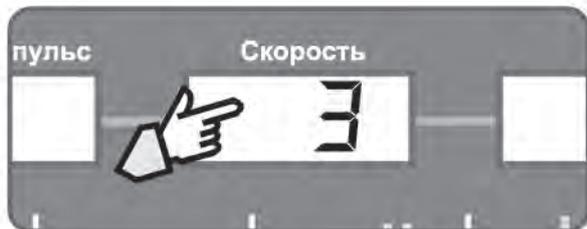
Примечание: используйте данный способ смазки ленты беговой дорожки силиконовой смазкой.

Регулировка бегового полотна

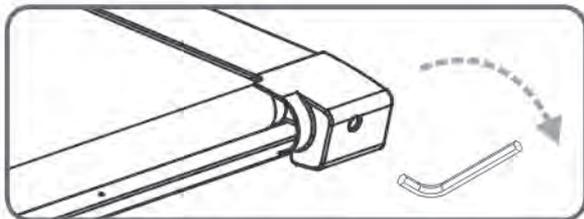
Беговое полотно должно располагаться строго по центру. Регулировочные болты располагаются в конце правой и левой боковых панелей, как это показано на рисунке.



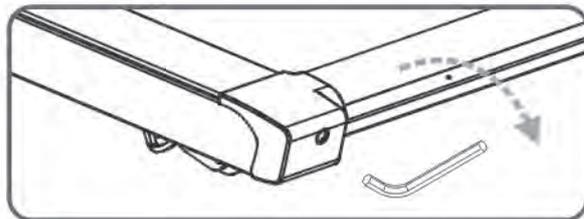
- 1) **Включите беговую дорожку** . Задайте скорость бегового полотна 3-5 км/ч.



2) Поворачивайте правый регулировочный болт по часовой стрелке, если хотите сдвинуть полотно влево.



3) Поворачивайте левый регулировочный болт по часовой стрелке, если хотите сдвинуть полотно вправо.



4) В случае если Вы проделали перечисленные шаги, а беговое полотно не регулируется, возможно оно уже повреждено. Пожалуйста, свяжитесь с дилером.

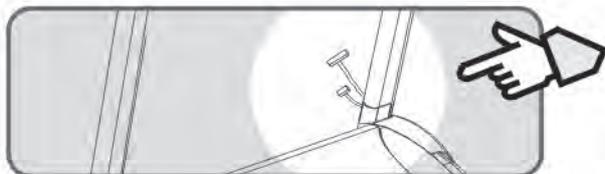
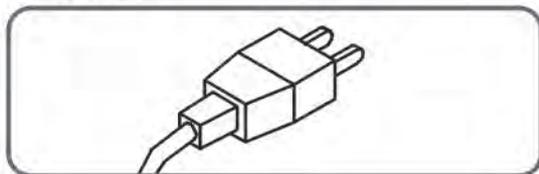
Примечание: Не натягивайте беговое полотно слишком сильно.

ПРИМЕЧАНИЕ Прежде чем подключить кабель, убедитесь, что вилка шнура электропитания вынута из розетки электросети.

ПРОБЛЕМА: На дисплее не загорается свет

ПРИЧИНА/РЕШЕНИЕ:

- 1) Вилка шнура электропитания не вставлена в розетку. Вставьте вилку в розетку.
- 2) Ключ безопасности не вложен в ячейку.



- 3) Отсоединился кабель у правой стойки. Подсоедините кабель.

ПРОБЛЕМА: Беговое полотно не движется.

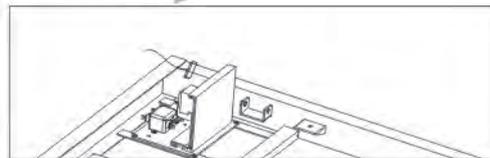
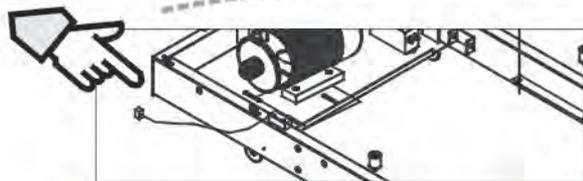
Беговая дорожка выключается спустя 3 секунды.

Дисплей “Расстояние” показывает сообщение “E-01”.

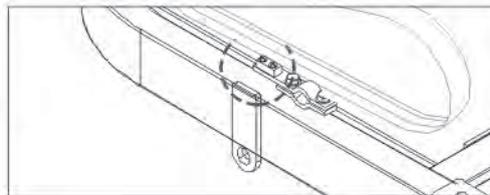


ПРИЧИНА/РЕШЕНИЕ:

1) Скоростной сенсор в верхней части бегового полотна не подключен к плате контроллера. Подсоедините сенсор к плате контроллера.



- 2) Магнит, находящийся перед роллером, сместился или выпал.
- 3) Магнит и сенсор находятся либо на очень большом, либо на очень маленьком расстоянии.



ПРОБЛЕМА: Беговая лента соскальзывает во время тренировки.

ПРИЧИНА/РЕШЕНИЕ:

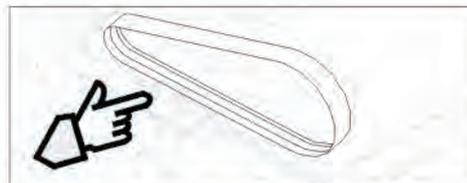
Вернитесь в раздел “Техническое обслуживание”

Отрегулируйте беговое полотно по инструкции, если это необходимо.

ПРОБЛЕМА: Беговая дорожка издает необычные звуки.

ПРИЧИНА/РЕШЕНИЕ:

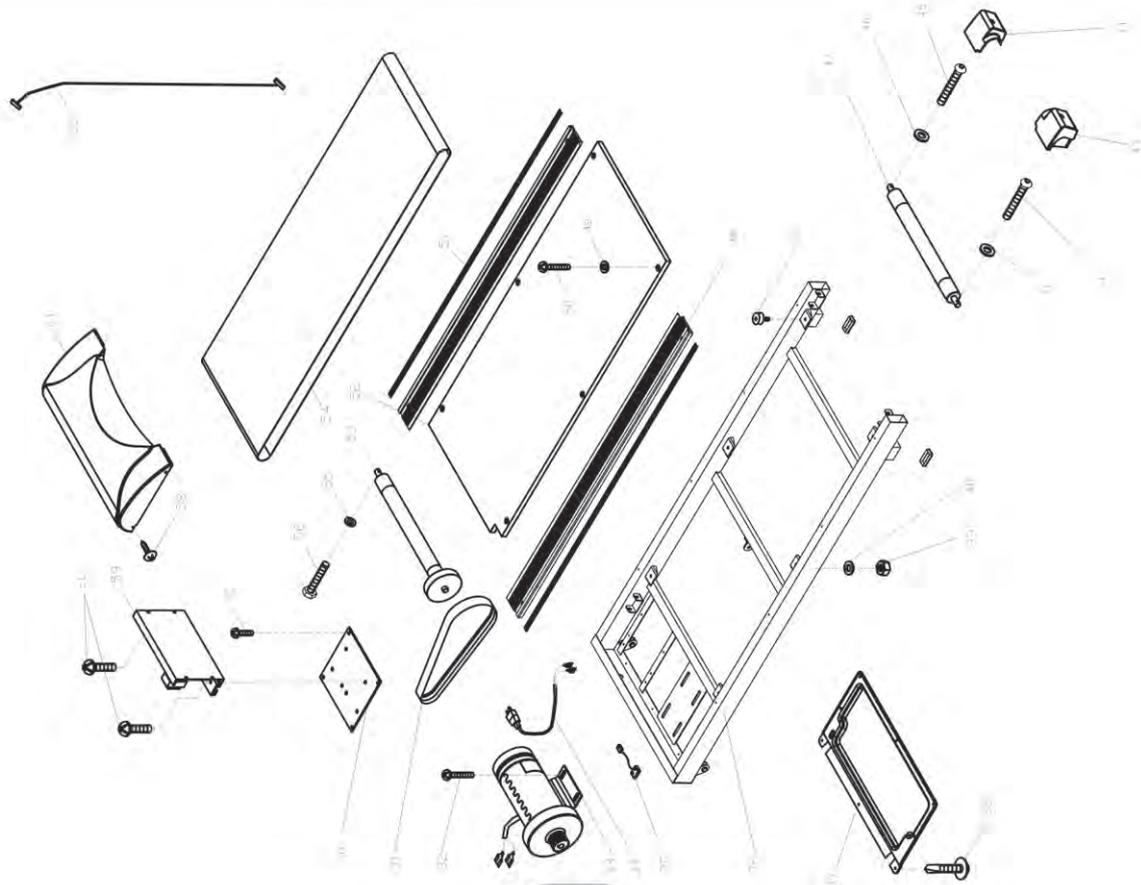
- 1) Болты в беговой дорожке ослаблены.
Подкрутите все болты.
- 2) Соскочил ремень мотора.
- 3) Соскочило беговое полотно.

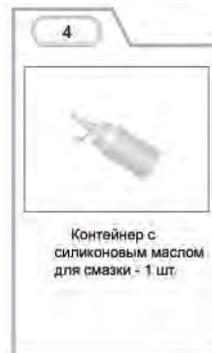


ПРИМЕЧАНИЕ: Пожалуйста, обратитесь к дилеру, если Вы не можете решить проблему способами, описанными выше.

Тренировка	Кульминация тренировки	Процесс тренировки	Начало тренировки	Разминка	
Возраст	Пульс				
10 лет	198	166	140	113	87
20 лет	189	161	136	110	85
30 лет	179	155	131	108	84
40 лет	172	150	127	105	82
Комфорт во время тренировки	Вы чувствуете себя очень устало	Вы чувствуете себя усталым, но еще можете продолжить тренировку	Вы чувствуете себя бодро	Вы разогрелись	Наиболее комфортный этап тренировки

Тренировка	Кульминация тренировки	Процесс тренировки	Начало тренировки	Разминка	
Возраст	Пульс				
50 лет	165	144	123	102	81
60 лет	158	138	119	99	80
70 лет	151	133	115	98	78
Комфорт во время тренировки	Вы чувствуете себя очень устало	Вы чувствуете себя усталым, но еще можете продолжить тренировку	Вы чувствуете себя бодро	Вы разогрелись	Наиболее комфортный этап тренировки





Технические характеристики модели АСО-N

Электродвигатель.....	220-240 Вт / 50 Гц
Мощность двигателя, л.с (Средняя).....	1,5
Скорость, км/ч.....	0-12
Измерение пульса.....	датчики на поручнях
Размер бегового полотна, см.....	120*40
Размеры тренажера (ш*д*в), см.....	69*160*128
Вес нетто, кг.....	52
Максимальный вес пользователя, кг.....	120
Тренировочный компьютер.....	есть
Складываемое полотно.....	есть
Беговое полотно Q-deck.....	есть
Ключ безопасности.....	есть
Транспортировочные ролики.....	есть



ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

American Motion Fitness – бренд, которому Вы можете доверять.

Наименование	Беговая дорожка	Компания	
Номер модели	AC0-N	Телефон	
Серийный номер		Адрес	
Дата покупки:			



Гарантия на двигатель составляет 6 лет, на остальные элементы тренажера - 1 год.

Внимание!!! Важная информация для потребителей.

- Данный товар предназначен исключительно для домашнего использования;
- Использование данного товара в целях, отличных от вышеуказанных, является нарушением правил эксплуатации товара;
- Для подтверждения факта покупки товара при гарантийном ремонте, убедительно просим Вас сохранять сопроводительные документы (чек, квитанция, гарантийный талон). Рекомендуем проследить правильность и четкость заполнения всех граф в гарантийном талоне;
- Соблюдение рекомендаций и указаний, содержащихся в инструкции по эксплуатации, поможет избежать проблем при использовании тренажера;
- В случае поломки или неполадок в работе тренажера замена неисправных деталей, а так же устранение неполадок в гарантийный срок производится бесплатно.

Товар не подлежит гарантийному ремонту в случае:

- 1.Отсутствия печати на гарантийном талоне;
- 2.Несоответствия серийного номера изделия номера модели номерам, указанным на гарантийном талоне;
- 3.Наличия повреждений, вызванного установкой компонентов, не соответствующих техническим требованиям производителя, а так же нарушения правил эксплуатации изделия;
- 4.Причинения повреждений во время перевозки или перемещения изделия покупателем;
- 5.Истечения срока гарантийного обслуживания;

Офис в России: 192241, г. Санкт-Петербург, Софийская ул, 66, лит. А, тел/факс: (812) 309-45-51

