

**B0**



**Дорогой покупатель!**  
**Поздравляем Вас с этим удачным приобретением!**

Теперь Вы владелец суперсовременного тренажера ВО с новейшей технологией Q-deck! Эта технология позволит Вам тренироваться, не перегружая суставы ног и позвоночник. А благодаря простоте и удобству в эксплуатации, а так же современному дизайну занятия будут приносить Вам только удовольствие.

Уверены, что данная модель удовлетворит 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.
- Допустимый температурный режим от +10 до +35°.
- Допустимая влажность 5-57%.

## Меры предосторожности

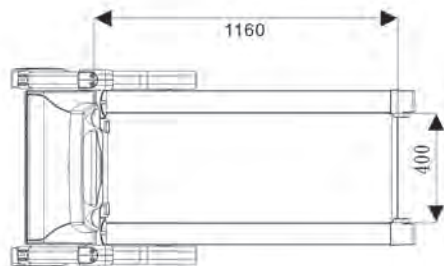
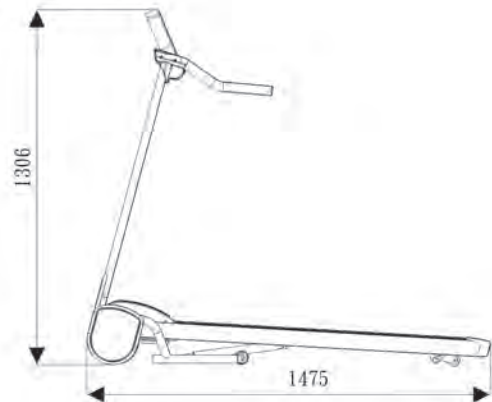
- Тренажер должен использоваться только по назначению, т.е. для физических тренировок взрослых людей.
- Тренажер не предназначен для коммерческого использования.
- Изготовитель не несет ответственности за любые повреждения или травмы, вызванные нецелевым использованием тренажера.
- Детям не рекомендуется 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.
- Для тренировки используйте соответствующую спортивную одежду.
- Выбирайте программу тренировок, рекомендованную вашим врачом. Интенсивные тренировки могут нанести вред Вашему здоровью.

Параметры	6
Этапы сборки	7
Функции панели управления	9
Управление	11
Техническое обслуживание	13
Устранение неисправностей	16
Схема соотношения пульса и комфорта	22
Изображение в разобранном виде	23

## **Перед началом тренировки**

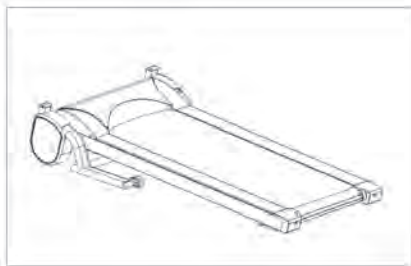
- Перед началом первых тренировок ознакомьтесь со всеми функциями и настройками тренажера.
- До начала тренировки прикрепите на одежду ключ безопасности.
- При проведении ремонта, чистке и уходе за тренажером отключайте его от сети.
- Не используйте электрические разветвители, тройники и переходники при подключении тренажера.
- Когда тренажер не используется, отключайте его от сети.
- После часа непрерывной работы дорожка должна быть выключена не менее чем на час.





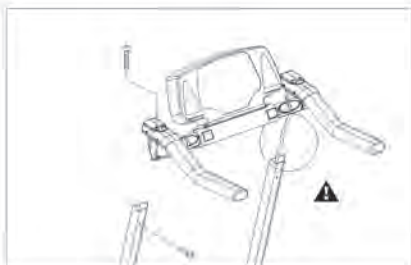
Дисплей: мультиоконный;  
с тремя режимами  
программирования

## ШАГ 1



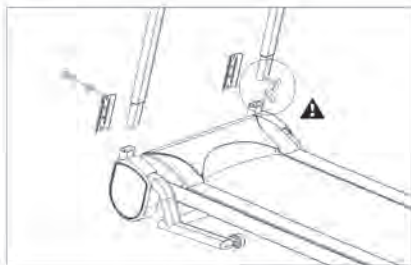
1. Пожалуйста, выньте беговую дорожку из упаковки.

## ШАГ 2



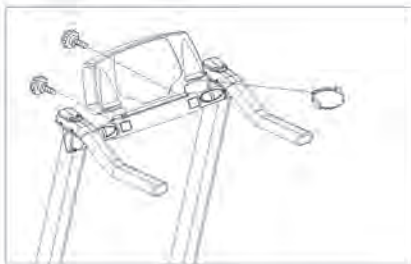
2. Убедитесь, что кабель располагается в стойках надлежащим образом. Установите панель управления между стойками с помощью болтов №1 и №2, а также инструмента №4 (как показано на схеме).

### ШАГ 3



3. Установите правую и левую стойки строго вертикально, как это показано на рисунке. Осторожно соедините кабели. Вставьте болт №1 и затяните его шестигранным ключом №4. Используйте крышку №6. Повторите то же самое с правой стойкой.

### ШАГ 4



4. Прикрепите левую ручку к вершине стойки с помощью болта №3 и №8, как это показано на рисунке. Повторите то же самое с правой ручкой.

**⚠** Внимание: Будьте осторожны, Вы можете повредить кабель, если не установите стойки должным образом.



## 1. Дисплей



- ⊙ **РАССТОЯНИЕ**  
Пройденное  
расстояние (км)



- ⊙ **ВРЕМЯ:**  
Время тренировки  
(мин, сек)



- ⊙ **СКОРОСТЬ:**  
Скорость движения  
полотна беговой  
дорожки (км/ч)



- ⊙ **КАЛОРИИ / ПУЛЬС:**  
**КАЛОРИИ:**  
Приблизительный расход  
калорий (ккал)  
**ПУЛЬС:**  
Количество ударов в минуту



**Совет:**  
Для того чтобы получить более точные  
показания пульса, советуем остановить  
беговую дорожку.

### Примечание:

Дисплей с показаниями потраченных  
калорий переключится на показания  
пульса автоматически, как только он  
обнаружится.

## 2. Описание кнопок



☉ ВКЛ:  
Включить или выключить



☉ СТАРТ/СТОП:  
Начать или остановить движение  
мотора и бегового полотна



☉ ПРОГРАММА:  
Выбор желаемого режима



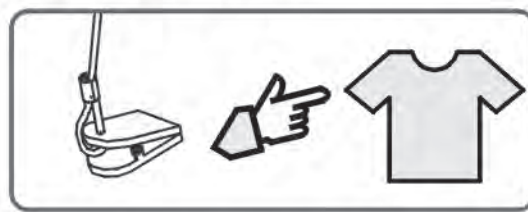
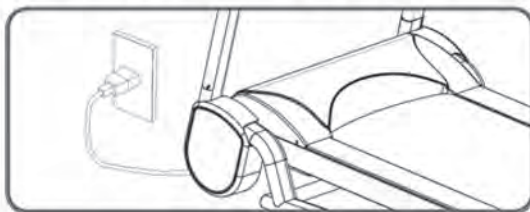
☉ “+” :  
Увеличить скорость



☉ “-” :  
Уменьшить скорость

## Подготовка

**ШАГ 1:** Вставьте вилку шнура электропитания в розетку и включите беговую дорожку.  
(Переключатель on/off находится рядом со шнуром)

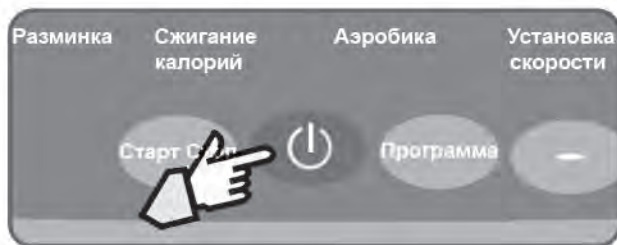



**ШАГ 2:** Прикрепите ключ безопасности к одежде для тренировки с помощью клипсы.  
(От этого зависит безопасность эксплуатации)

**ШАГ 3:** Поместите ключ безопасности в специальную ячейку на панели управления.  
(Дисплей "Расстояние" покажет "ON")



ШАГ 4: Нажмите кнопку . (Дисплей “Расстояние” покажет “SPU”, и зажгутся индикаторы работы мотора)



Примечание: Чтобы остановить мотор и движение беговой дорожки, достаточно нажатия кнопки  или удаления ключа безопасности из ячейки.

## Ручной и запрограммированный режимы

У Вас есть две возможности начать тренировку:

Ручной режим:

- 1) Нажмите кнопку “ПРОГРАММА” и выберите ручной режим настройки;
- 2) Нажмите кнопку “+”, чтобы увеличить скорость движения беговой ленты; или же “-”, чтобы уменьшить её;
- 3) Нажмите кнопку “Старт/Стоп”, чтобы запустить мотор и беговую ленту.





Выбор режима:

- 1) Нажмите кнопку “ПРОГРАММА” и выберите желаемый режим (“Разминка”, “Сжигание калорий” или “Аэробика”)
- 2) Чтобы начать тренировку, нажмите кнопку “Старт/Стоп”.



### **РАЗМИНКА**

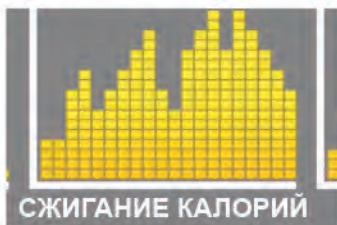
Данный режим разработан для пользователей, которые желают сжечь лишние жировые отложения или поддержать настоящий вес тела.

### **СЖИГАНИЕ КАЛОРИЙ**

Данный режим разработан для пользователей, которые желают улучшить работоспособность сердечно-сосудистой системы.

### **АЭРОБИКА**

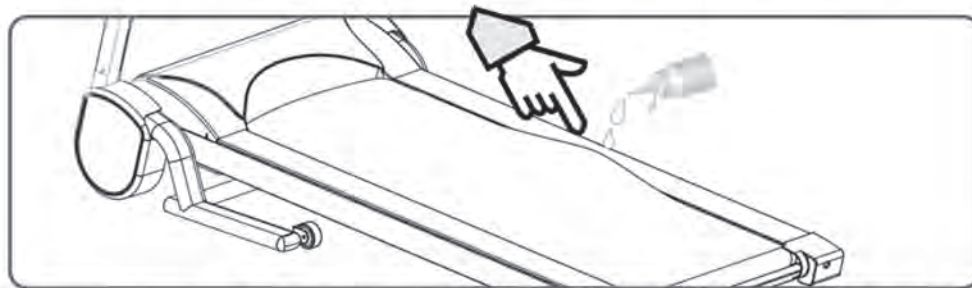
Данный режим разработан для пользователей, которые желают увеличить выносливость и улучшить работоспособность легких.



## 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.

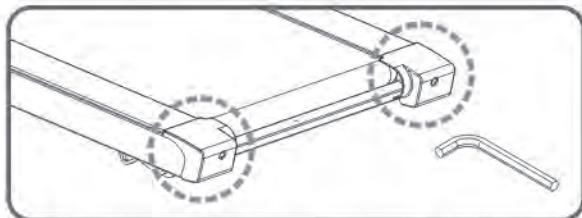
1. Остановите беговую дорожку.
2. Приподнимите ленту беговой дорожки.
3. Вспрысните силиконовую смазку в щель между лентой и полотном.



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

## Регулировка бегового полотна

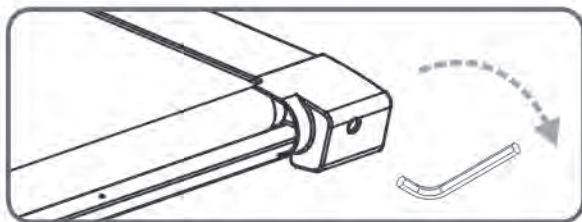
Беговое полотно должно располагаться строго по центру. Регулировочные болты располагаются в конце правой и левой боковых панелей, как это показано на рисунке.



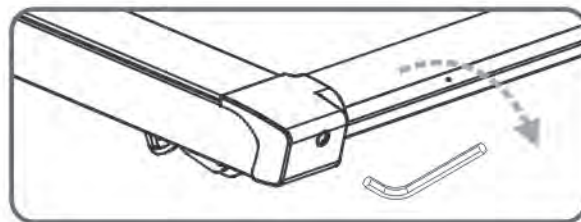
1) Поместите переключатель "on/off" в положение "on". Задайте скорость бегового полотна 3-5 км/ч.



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.

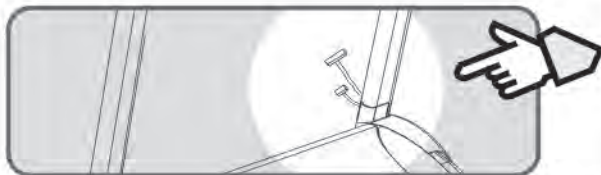
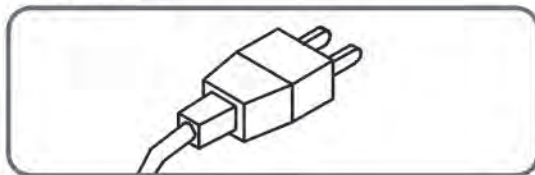


**ПРИМЕЧАНИЕ** Прежде чем подключить кабель, убедитесь, что вилка шнура электропитания вынута из розетки электросети.

**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.

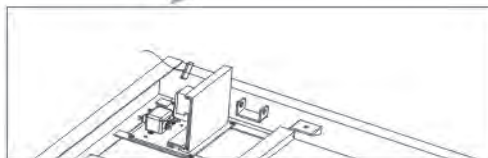
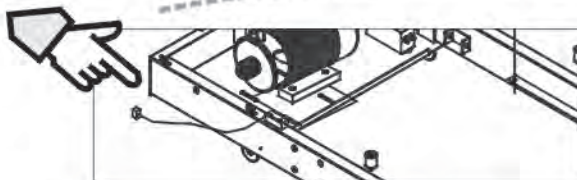
Беговая дорожка выключается спустя 3 секунды.

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

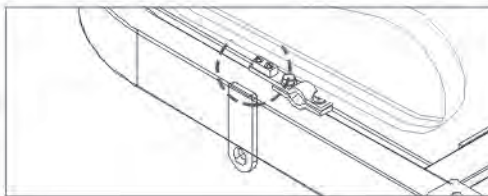


**ПРИЧИНА/РЕШЕНИЕ:**

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:**

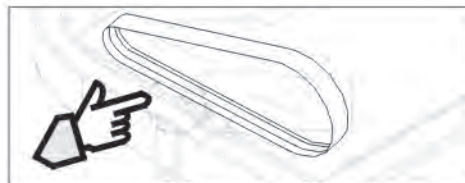
Вернитесь в раздел “Техническое обслуживание”.

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.

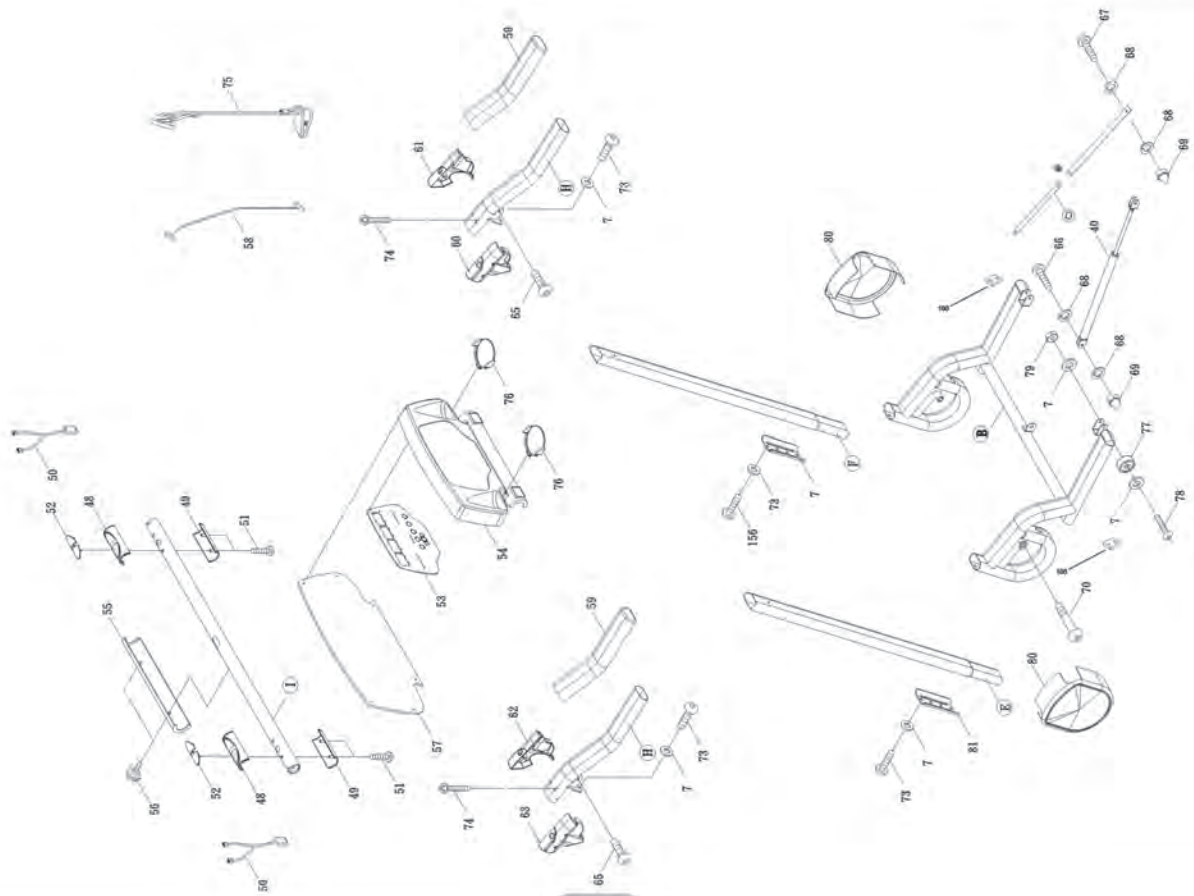


**ПРИМЕЧАНИЕ:** Пожалуйста, обратитесь к дилеру, если Вы не можете решить проблему способами, описанными выше.

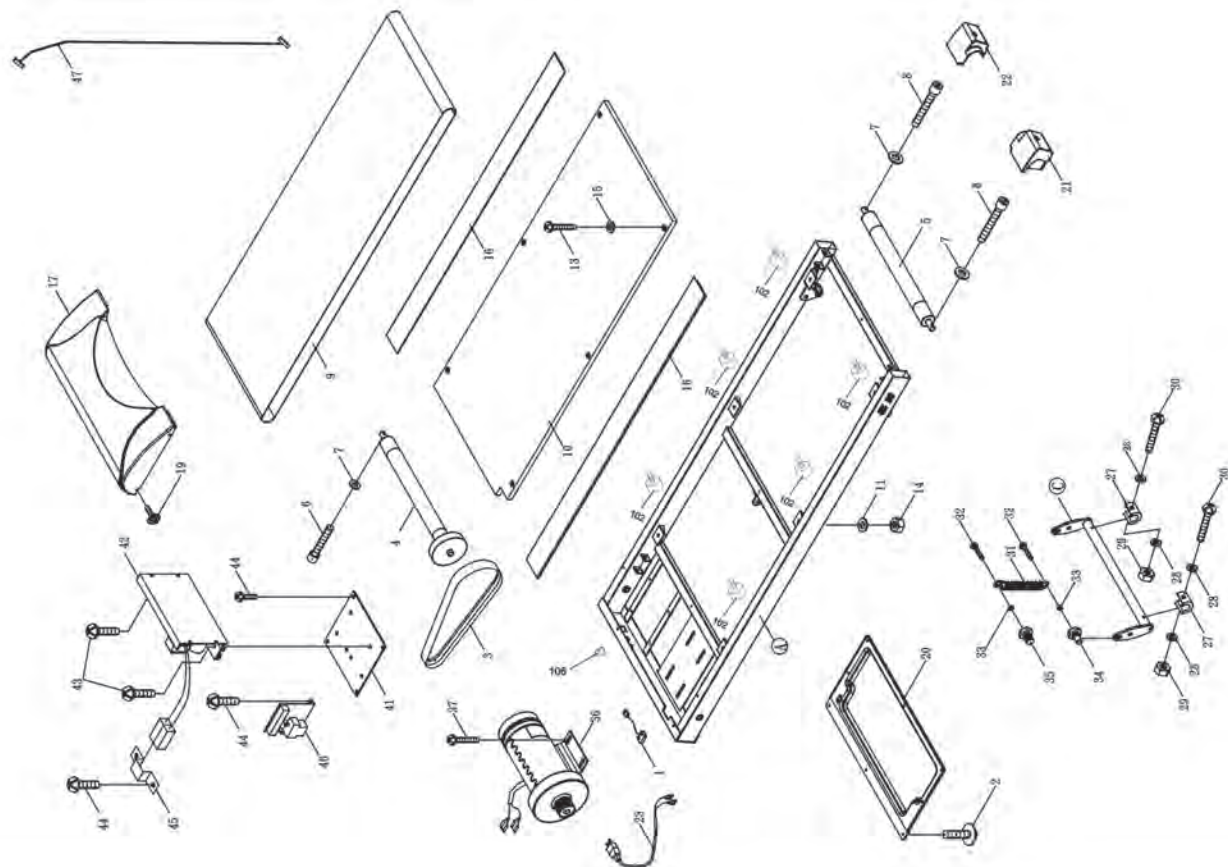
Тренировка	Кульминация тренировки	Процесс тренировки	Начало тренировки	Разминка	
Возраст	Пульс	Пульс	Пульс	Пульс	
10 лет	198	166	140	113	87
20 лет	189	161	136	110	85
30 лет	179	155	131	108	84
40 лет	172	150	127	105	82
Комфорт во время тренировки	Вы чувствуете себя очень устало	Вы чувствуете себя усталым,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

Тренировка	Кульминация тренировки	Процесс тренировки	Начало тренировки	Разминка	
Возраст	Пульс	Пульс	Пульс	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 продолжать тренировку	Вы чувствуете себя бодро	Вы разогрелись	Наиболее комфортный этап тренировки









1



1: Болт  
M8-16L – 10 шт.

2



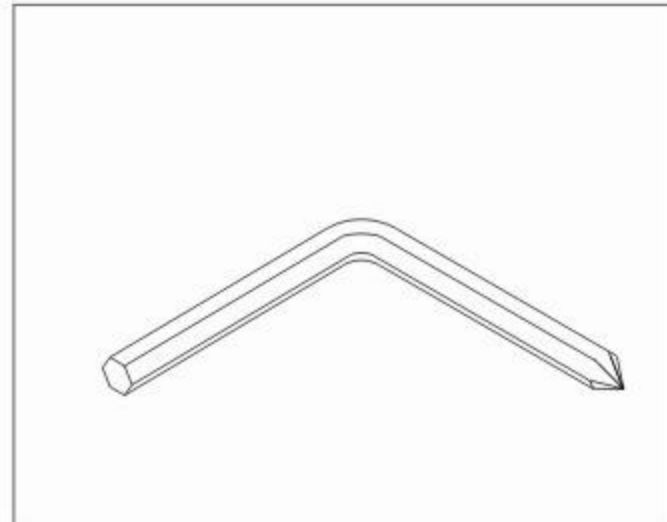
2: Болт  
M8-55L – 4 шт.

3



3: Держатель для  
бутылки – 2 шт.

4



4: Ключ  
5 мм – 1 шт.

5




5: Ключ безопасности  
– 1 шт.

6



6: Держатели стоек  
– 2 шт.

7



7: Бутылочка с  
силиконовым  
маслом – 1 шт.

8



8: Болт – 2 шт.

## Технические характеристики

Двигатель, л.с.....	1,25
Скорость, км/ч.....	0-12
Большой ж/к экран.....	есть
Ручная настройка угла наклона бегового полотна.....	есть
Измерение пульса.....	датчики на поручнях
Размер бегового полотна, см.....	40*116
Размеры тренажера (ш*д*в), см.....	150*72*128
Вес, кг.....	55
Максимальный вес пользователя, кг.....	120
Складываемое полотно.....	есть
Газовые доводчики опускания бегового полотна.....	есть
Беговое полотно Q-deck.....	есть
Ключ безопасности.....	есть
Транспортировочные ролики.....	есть



## ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

American Motion Fitness – бренд, которому Вы можете доверять.

Наименование		Компания	
Номер модели		Телефон	
Серийный номер		Адрес	
Дата покупки:			

Печать дистрибьютора	Печать продавца

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 неполадках 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 повреждения, 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

### Сведения о ремонте:

Дата приема	Дата выдачи	Описание неисправности	Мастер	Работу принял (подпись заказчика)

С условиями гарантии ознакомлен.  
Изделие получено исправным.  
К внешнему виду и комплектации претензий не имею \_\_\_\_\_





CE I

