Беговая дорожка

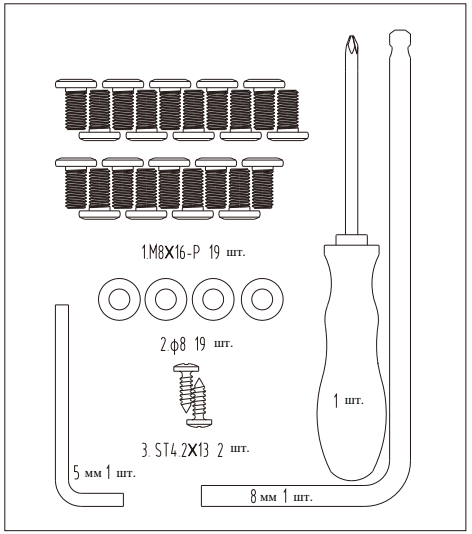
Руководство пользователя



PRO TRAIN

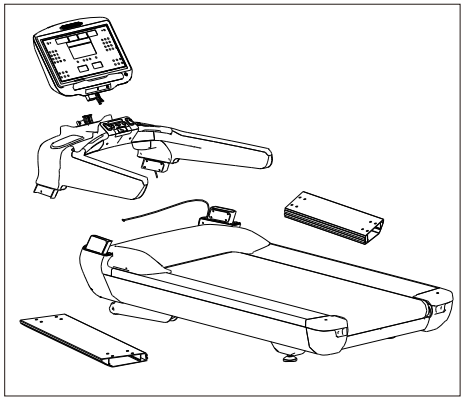
Руководство по сборке:

Примечание 1: для сборки беговой дорожки требуется два человек.
Примечание 2: из-за высокого качества масла для бегового полотна на упаковке после транспортировки могут оставаться небольшие масляные пятна.
Примечание 3: пожалуйста, используйте специальные инструменты и винты для сборки, как показано на рисунке ниже.



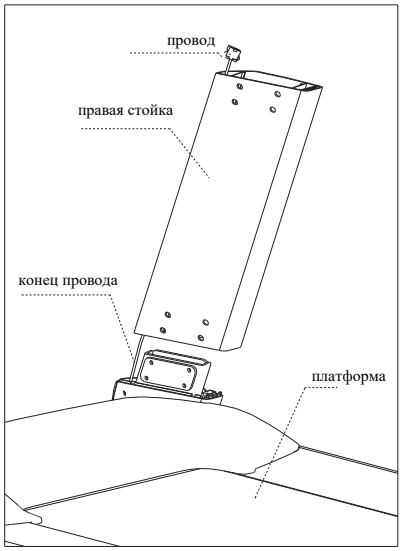
Шаг 1: Извлеките все детали из упаковки.

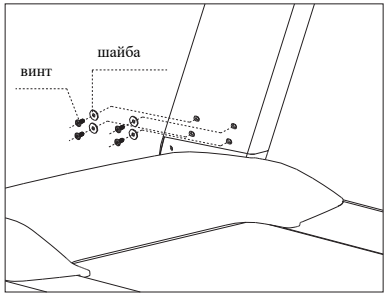
Обращайтесь с ним осторожно и не оставляйте без присмотра ни одной детали.

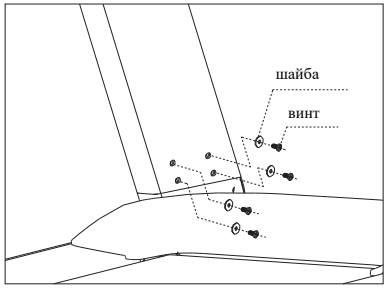


Шаг 2: Установка стоек.

Выньте платформу и обе стойки. Протяните провод через правую стойку. Затем с помощью инструмента затяните винты в нижней части стойки. Таким же образом зафиксируйте другую стойку.

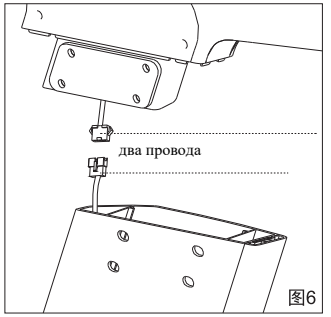


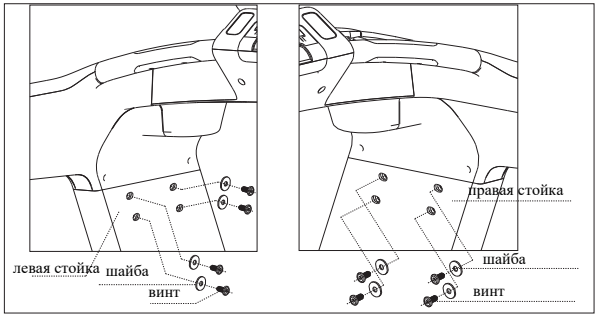




Шаг 3: Установка консоли.

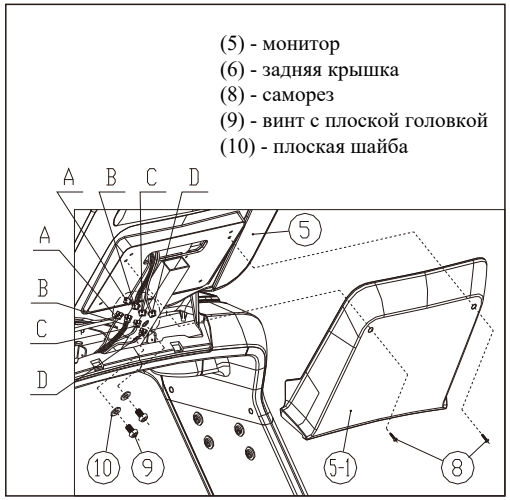
Поднимите консоль над стойками, соедините два провода, затем вставьте консоль в стойки (внимание: не зажмите провода) и закрепите винтами в верхней части стоек с помощью инструмента.

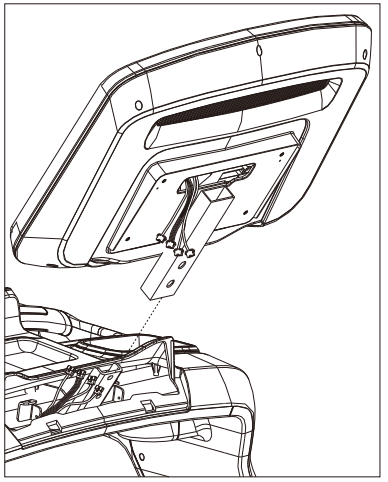


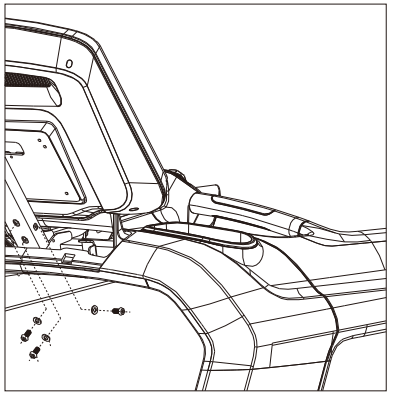


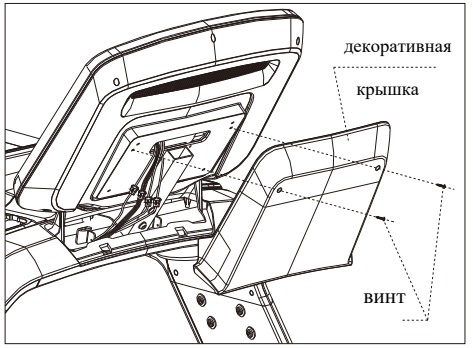
Шаг 4: Установка монитора.

1. Выньте монитор из упаковки. Отделите монитор от декоративной крышки, соедините провода монитора и консоли (провод A с проводом A, провод B с проводом B, провод C с проводом C, провод D с проводом D).
2. Вставьте монитор в верхнюю часть консоли и зафиксируйте винтами.
3. Убедитесь в исправности монитора, закрепите заднюю декоративную крышку с помощью соответствующих инструментов.



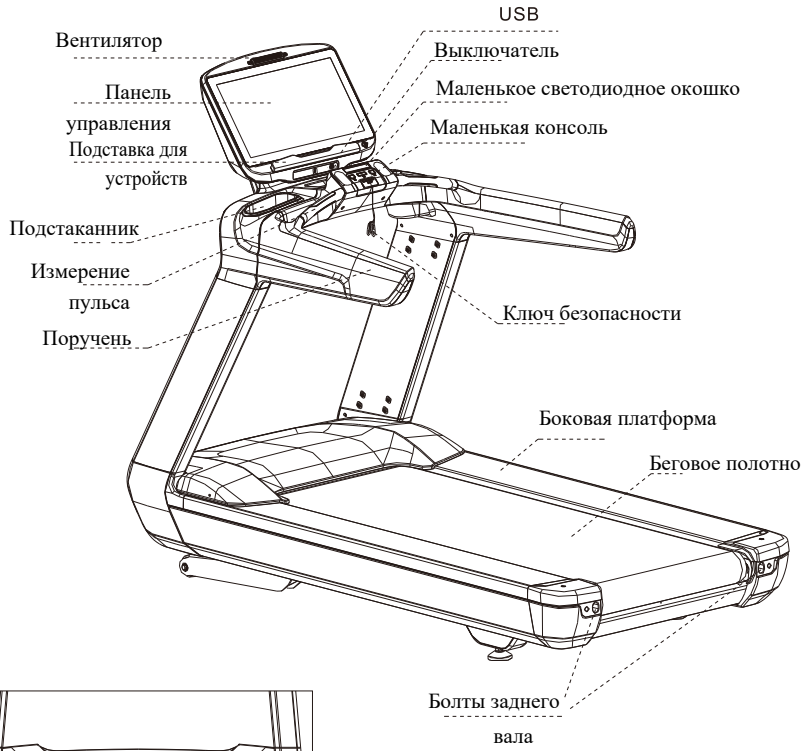


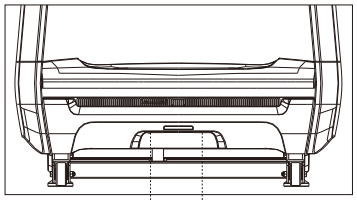




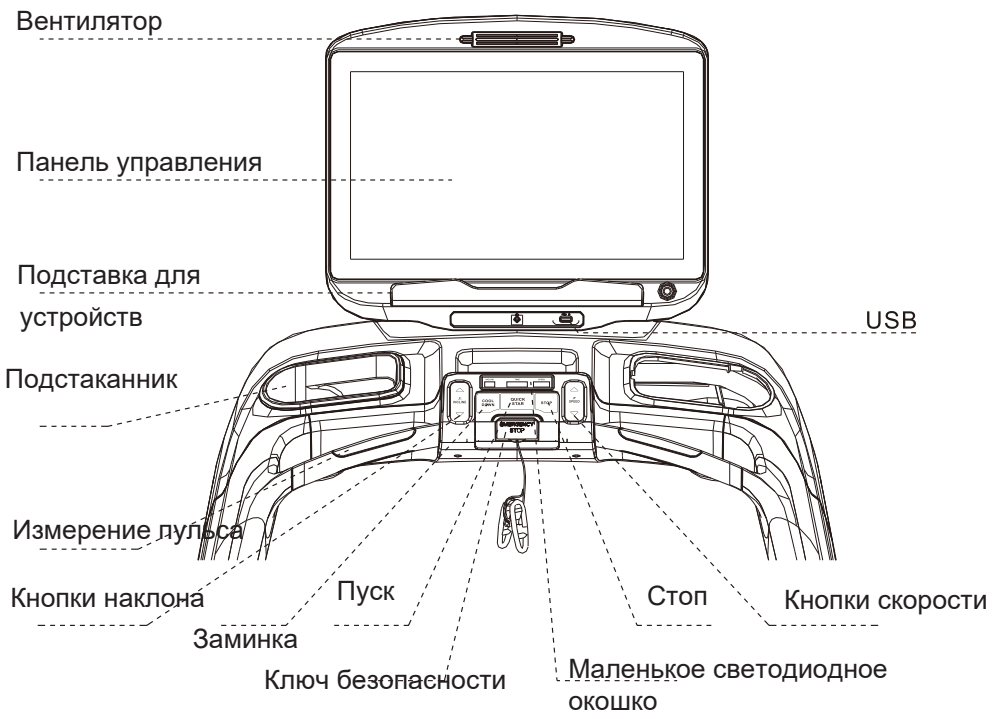
Знакомство с изделием

Регулярные занятия на беговой дорожке полезны для вашего здоровья. Для дыхательной системы: улучшает функцию миокарда, повышает сердечно-легочную активность после физической нагрузки.
Для нервной системы: освежает голову и улучшает настроение, оказывает положительное влияние на работу головного мозга.
Метаболизм: активизирует множество функций в организме и ускоряет рост костей после физических упражнений.
Иммунологическая функция: после физических нагрузок снижается кровяное давление, укрепляется иммунная система, улучшается иммунный отклик и сопротивляемость организма к болезням.



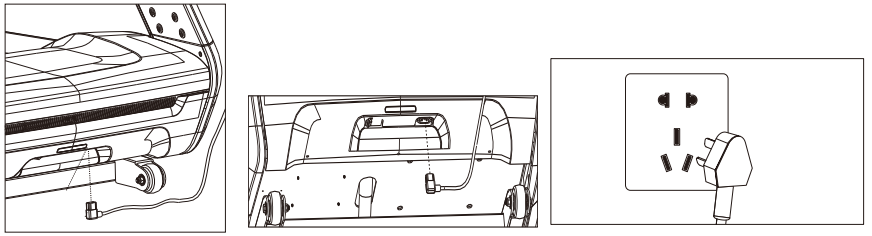


Ознакомьтесь с элементами консоли прежде чем читать дальше.

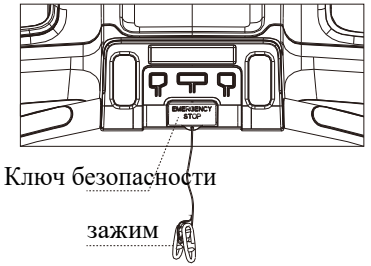


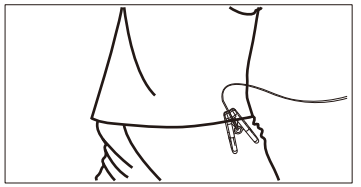
Запуск беговой дорожки:

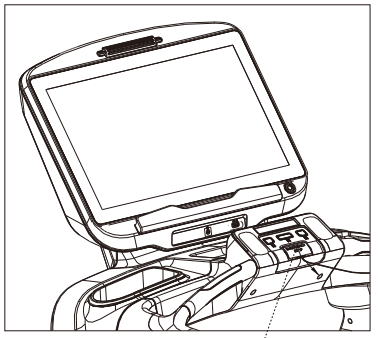
Вставьте шнур питания одной стороной в заднюю часть беговой дорожки, затем другой стороной подключите к источнику питания.



Перед началом упражнения убедитесь в том, что ключ безопасности установлен на консоли, другую его сторону закрепите его на одежде.

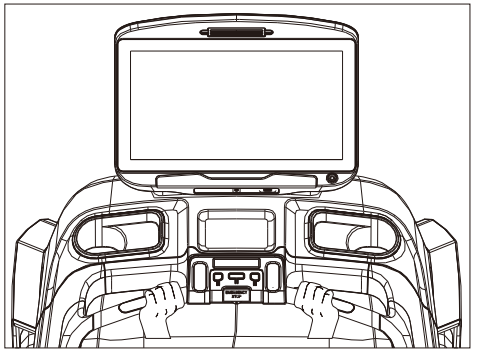




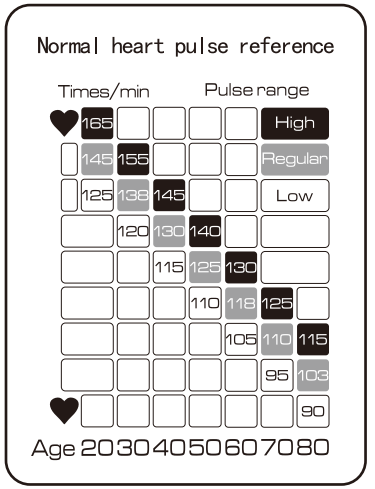


Если во время тренировки Вы почувствуете дискомфорт, потяните за ключ безопасности. Затем обратитесь за медицинской помощью.

Руководство по измерению частоты сердечных сокращений:



Положите обе руки на сенсорный датчик, который измеряет ЧСС.

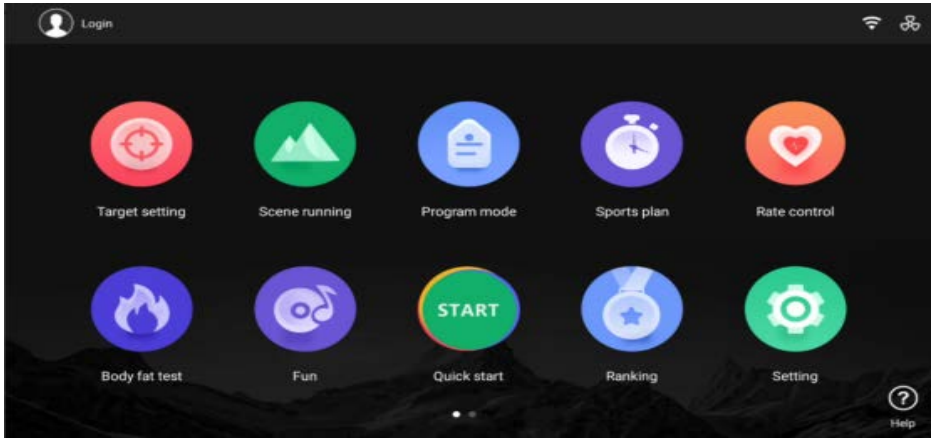


Максимальная ЧСС при физической нагрузке = 220-возраст.

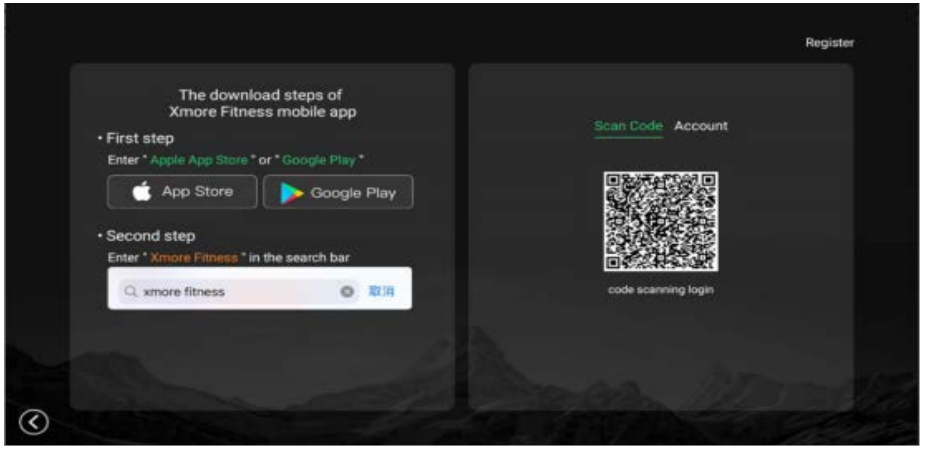
Сжигание жира: (от 60% до 80%)* Максимальная ЧСС.
Улучшение работы сердца и легких: (70%-80%)*Максимальная ЧСС.

Примечание: длительность упражнения должна составлять более 30 минут.

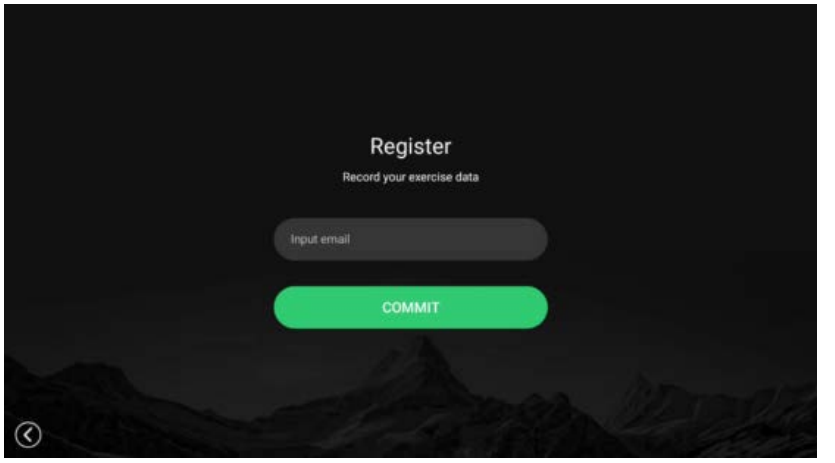
Вход в систему
Для входа в систему сначала укажите способ входа: через логин, электронную почту или приложение XMore Fitness (QR-код). Чтобы подключиться к сети, нажмите на значок Wi-Fi в правом верхнем углу главного интерфейса, а для входа в систему нажмите на значок в левом верхнем углу интерфейса. С помощью QR-кода пользователь сможет войти в систему с помощью XMoreAPP. Пользователи, у которых нет учетной записи, могут бесплатно зарегистрироваться после подтверждения электронной почты.
Как скачать XMore:
1.Для IOS: найдите XMore Fitness в APP Store и загрузите его.
2.Для Android: найдите через строку поиска и загрузите напрямую программное обеспечение из магазина приложений.
3.XMore Fitness в настоящее время также доступно для загрузки в Google Store.
4.Перейдите на сайт http://www.xmorefitness.com для прямой загрузки.



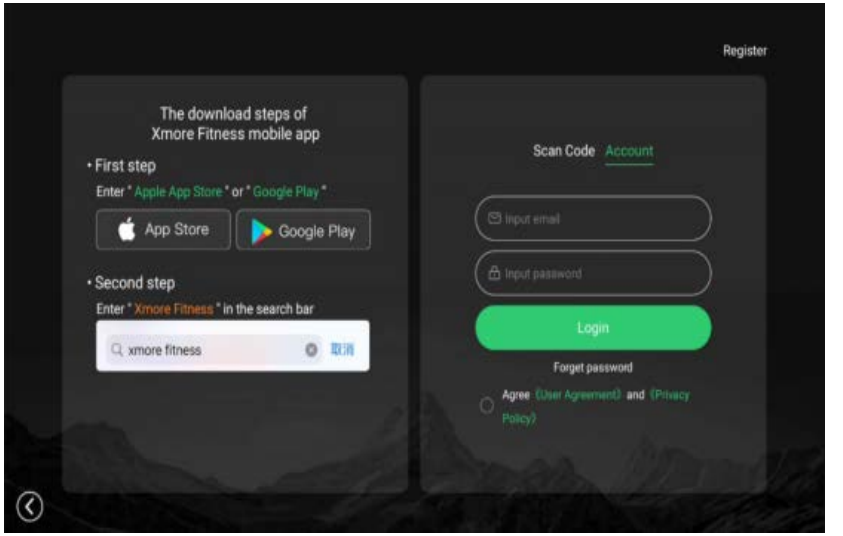
Интерфейс главной страницы



Регистрация

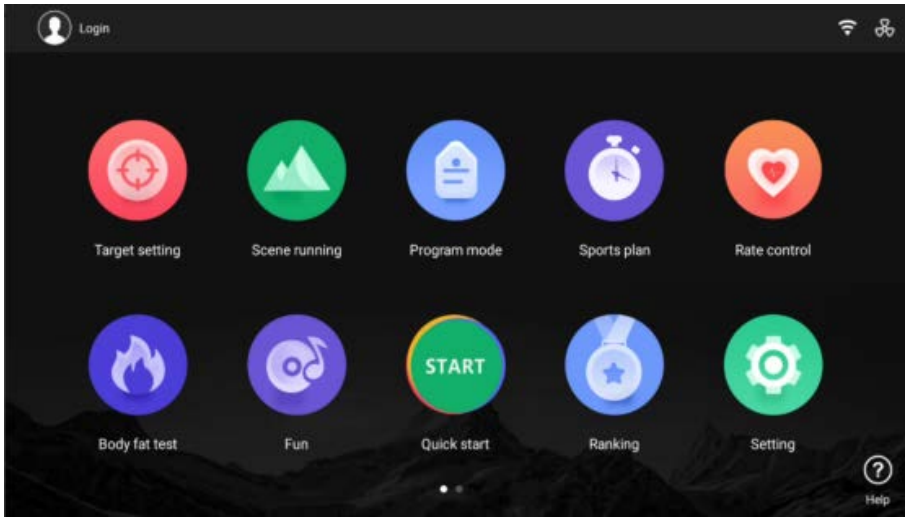


Регистрация аккаунта (через электронную почту)

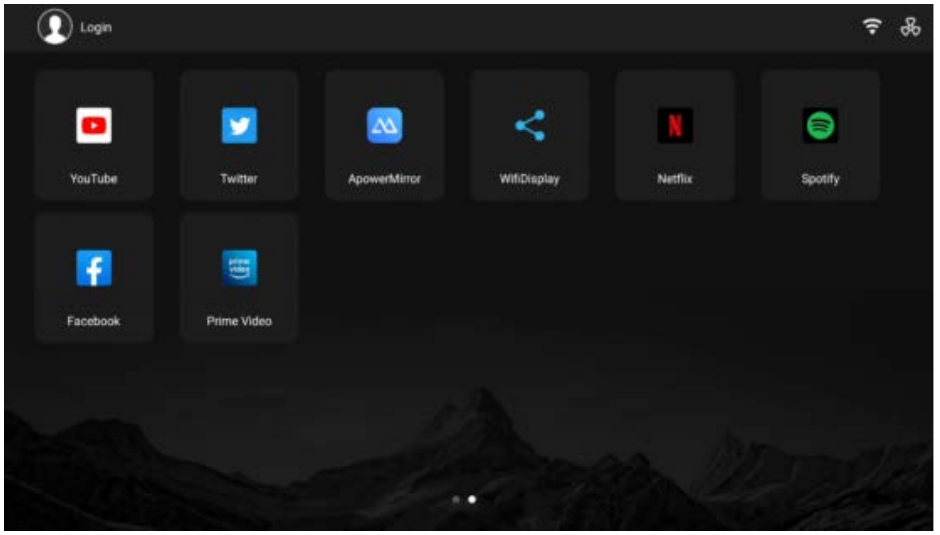


Регистрация аккаунта

Главная страница и описание кнопок
Начальный экран. На начальном экране отображаются следующие функции:



Home page



APP

Главная страница

Установка цели: Вы можете установить цель тренировки, выбрав в качестве целевого показателя время, расстояние или калории. Быстрый старт: нажмите кнопку быстрого запуска, чтобы начать работу.

Реальный забег: Вы можете выбрать различные сцены для бега (режим трека, парк, гора и т.д.).

Режим программы: упражнения в соответствии с заданным режимом (быстрая ходьба, фитнес, сжигание жира для похудения, укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной систем и еще 12 режимов). Существуют также три настраиваемых пользовательских режима.

План упражнений: Вы можете составить план упражнений в соответствии со своей ситуацией. Тренировка с контролем ЧСС: подключите Bluetooth-браслет для измерения частоты сердечных сокращений и выполняйте тренировку в соответствии с текущей ЧСС.

Тест на содержание жира в организме: определение процентного содержания жира в организме в зависимости от пола пользователя, возраста, роста и веса.

Развлечения: для использования этой функции (прослушивание музыки, просмотр видео, работа в браузере) требуется подключение к сети. Можно также воспроизводить скаченные файлы: видео, аудио и картинки.

Таблица лидеров: Вы можете видеть свой текущий рейтинг и сегмент в зависимости от пройденной дистанции.

Настройки: системные настройки, включая настройки сети, Bluetooth, общие настройки, управление вентилятором и информацию об устройстве, переключение языков и т.д.

Справка: на что следует обратить внимание в процессе использования беговой дорожки.

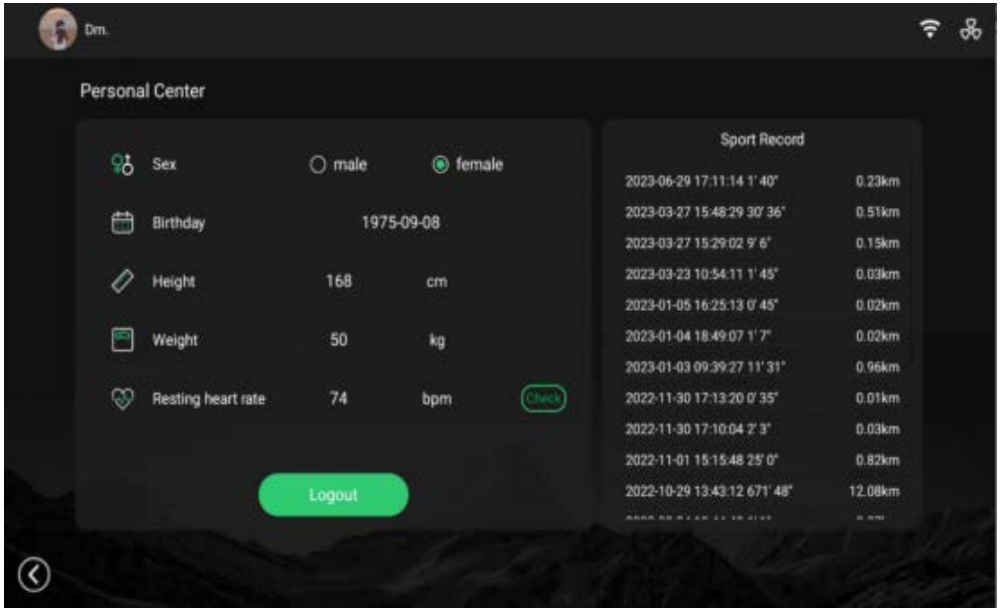
Персональные данные

1.Нажмите на фотографию профиля в левом верхнем углу, чтобы войти в интерфейс персональных данных, в котором отображаются данные пользователя, включая пол, возраст, рост, вес, частоту сердечных сокращений в состоянии покоя и данные о физических нагрузках.

2.Нажмите кнопку "Выйти", чтобы выйти из системы текущего пользователя и вернуться на страницу входа в систему.

3.Нажмите на нужный пункт (пол, дату рождения, рост, вес, частоту сердечных сокращений в состоянии покоя и пр.), чтобы изменить данные.

4.Для измерение частоты сердечных сокращений, нажмите "Измерение", чтобы войти в соответствующий интерфейс. Нажмите на значок подключения Bluetooth в правом верхнем углу, чтобы подключить устройство измерения частоты сердечных сокращений. Когда устройство измерения частоты сердечных сокращений отобразится как подключенное, нажмите "Начать измерение". Измеряйте ЧСС более одной минуты, т.о. Вы получите среднее значение ЧСС. Вернитесь к интерфейсу персональных данных, чтобы сохранить полученное значение.



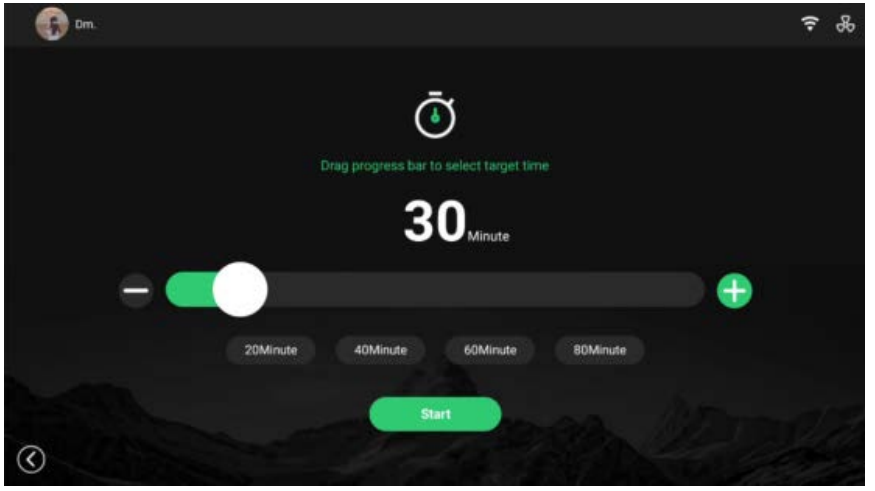
Персональные данные



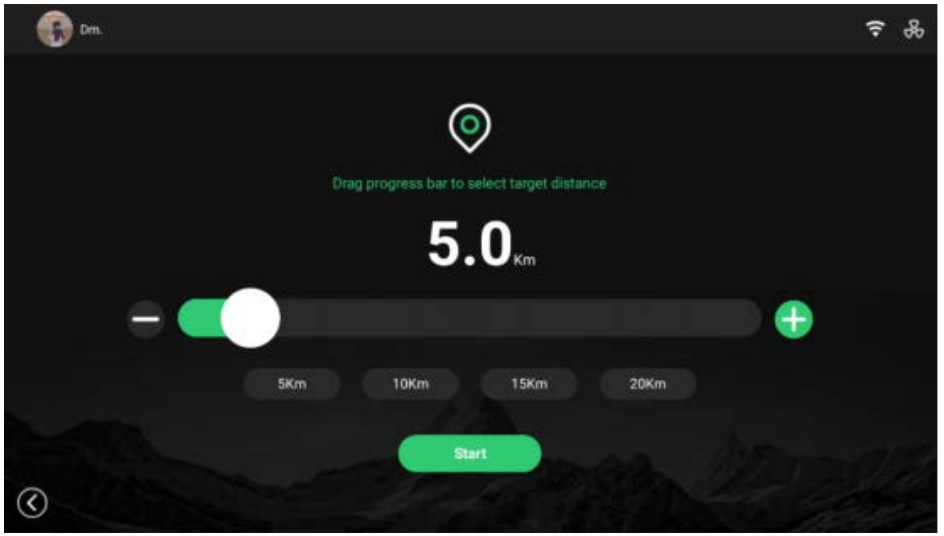
Запись тренировки

Установка цели

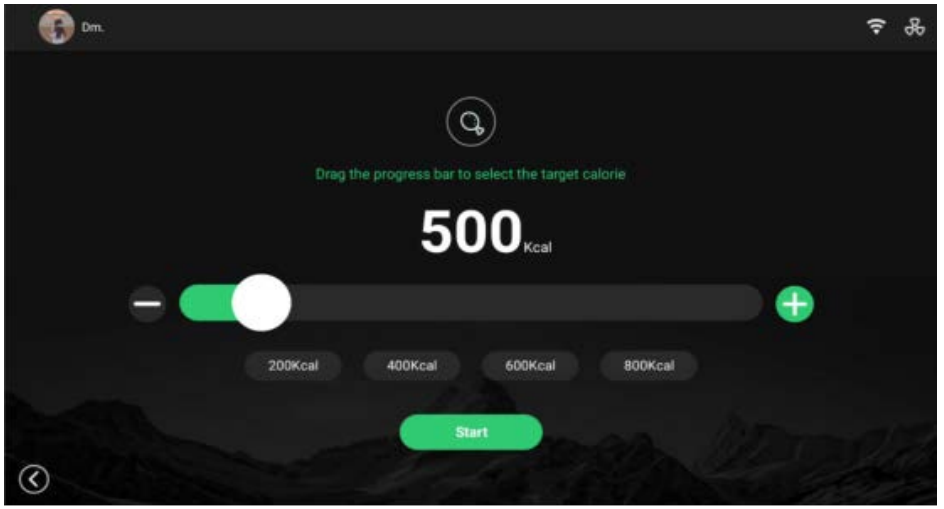
Нажмите на значок целевых программ на главной странице, выберите режим тренировки в зависимости от необходимого целевого показателя: время, расстояние и калории. Сдвиньте зеленую полосу, чтобы задать данные, или используйте для этого кнопки +/ -. После нажатия кнопки "Начать бег" Вы можете приступать к упражнениям.



Установка целевого времени



Установка целевого расстояния



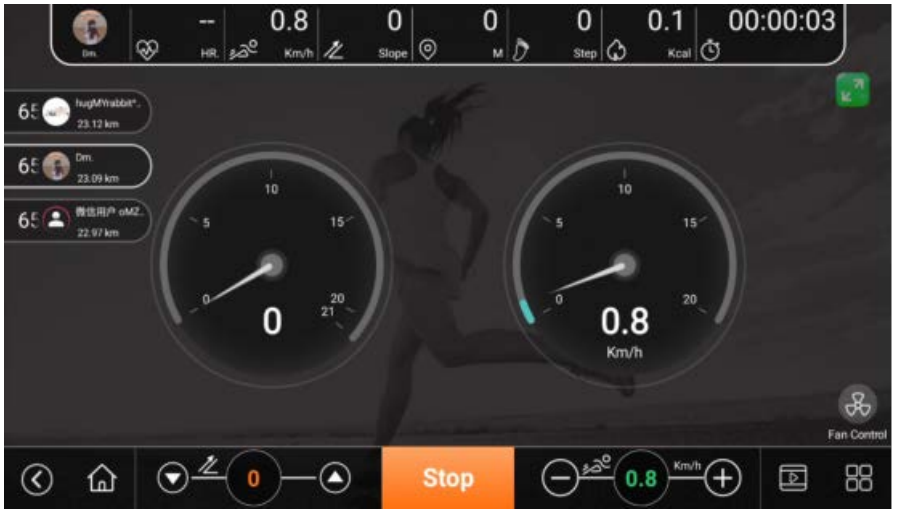
Установка целевых калорий

Быстрый старт

Нажмите на значок "Быстрый старт" на домашней странице, чтобы войти в интерфейс тренировки. После запуска начнется обратный отсчет "3, 2, 1, и Начали!" и беговая дорожка перейдет в фазу тренировки.

Управление вентилятором: нажмите на значок вентилятора. Когда вентилятор вращается, это означает, что он работает. Нажмите на значок вентилятора еще раз, чтобы остановить его.

.



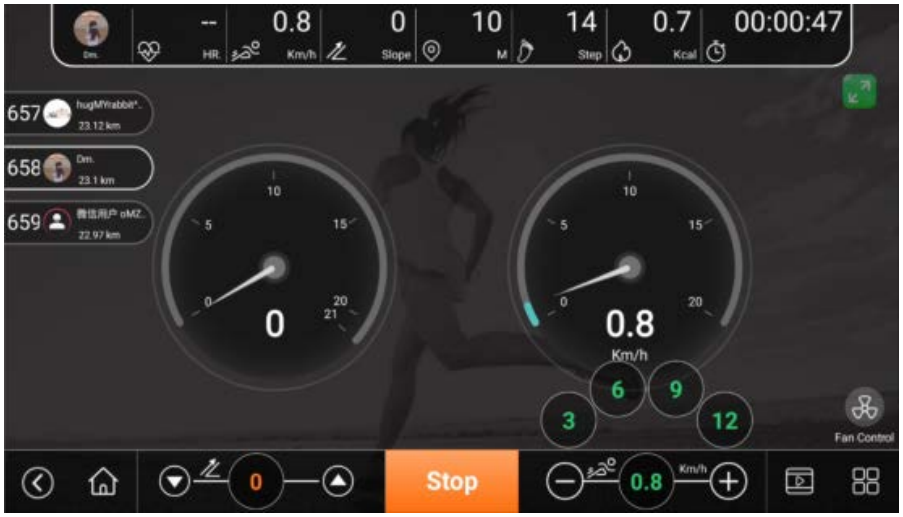
Интерфейс тренировки

Регулировка наклона и скорости

Когда беговая дорожка работает, нажатием клавиш в левом нижнем углу можно регулировать наклон, с помощью клавиш +/- в правом нижнем углу настраивается скорость, или используйте значки горячих клавиш скорости и наклона, чтобы установить нужное значение одним нажатием.



Горячие клавиши наклона



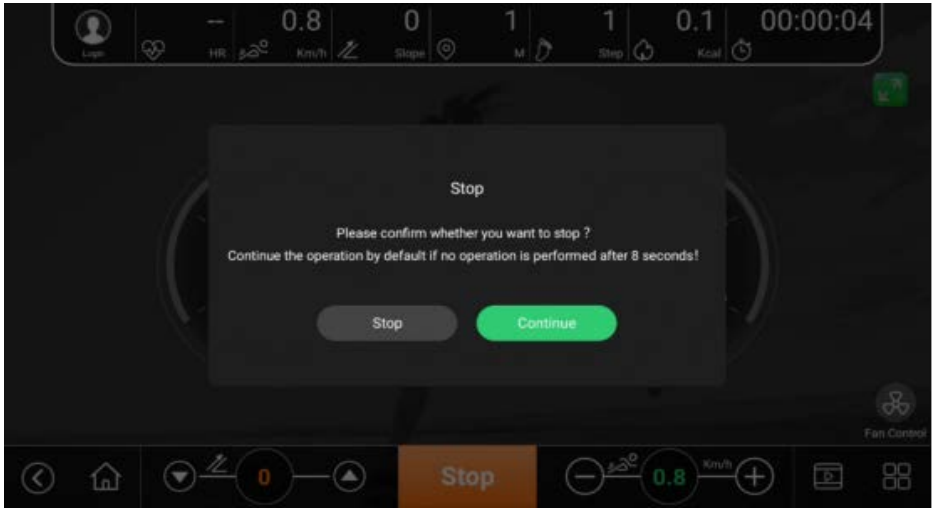
Горячие клавиши скорости

Остановка беговой дорожки
Войдите в основной интерфейс тренировки, нажмите кнопку "Стоп", беговая дорожка остановится, на экране появятся данные о времени тренировки, расстоянии, количестве сожженных калорий, наклоне и скорость, а также кривая изменения частоты сердечных сокращений. Для завершения текущей тренировки нажмите "Завершить бег"; чтобы продолжить упражнение, нажмите кнопку "Продолжить бег".



После завершения

Интерфейс тренировки и прочие клавиши
Клавиша "Главная/Назад": после окончания тренировки на экране появится окно с сообщением, нажмите клавишу и Вы вернетесь на главный экран. Если Вы ничего не нажмете, тренировка продолжится, а всплывающее окно исчезнет через 10 секунд.



Экран после нажатия клавиши "Главная/Назад"
Клавиша "Развлечения": после нажатия этой клавиши появится экран развлечений.



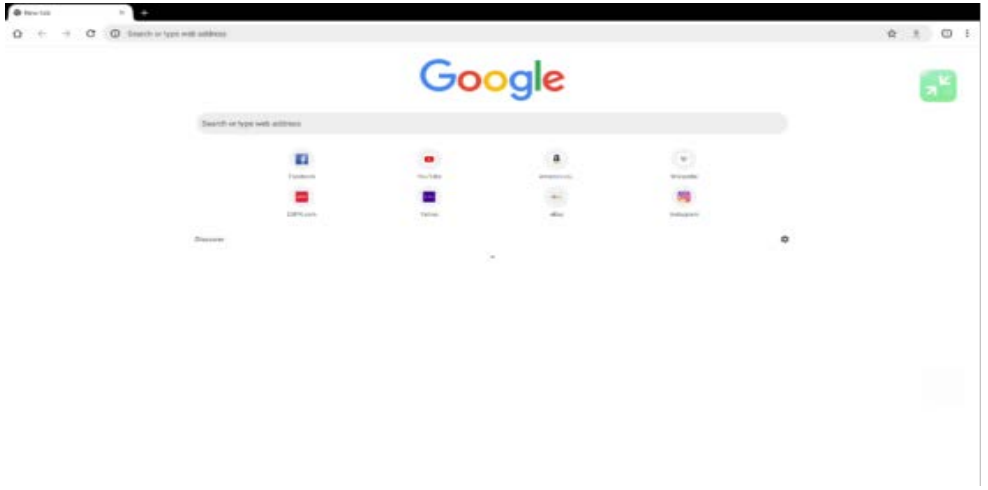
Экран после нажатия клавиши "Развлечения"

Клавиша настроек: после нажатия отображается экран общих настроек.



Экран настроек

"Спрятать" клавиши управления: нажатие этой клавиши убирает элементы управления, повторное нажатие возвращает их.

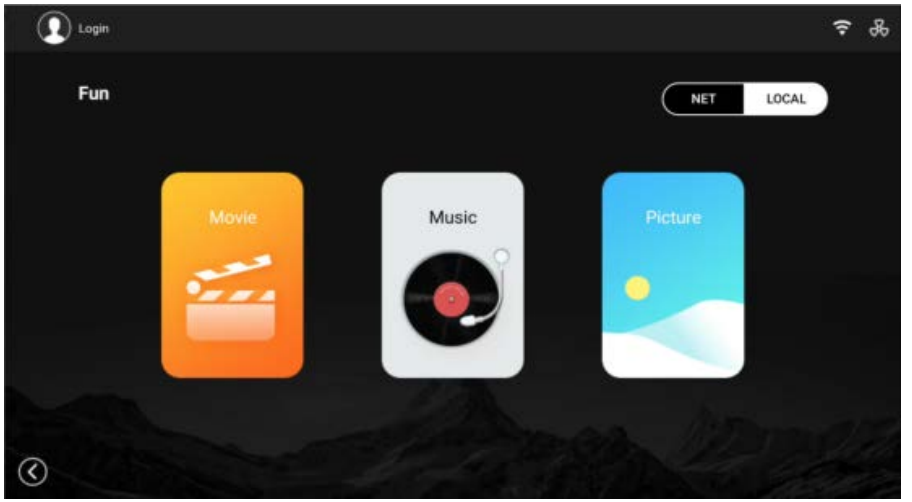


Стороннее программное обеспечение - Восстановление скрытых клавиш

Чтобы войти в интерфейс развлечений, нажмите на значок "Развлечения" на главной странице, или на значок "Развлечения" в правом нижнем углу во время тренировки.

Развлечения - Скаченные

Вы можете запустить файл с флешки: видео, музыка, картинки.



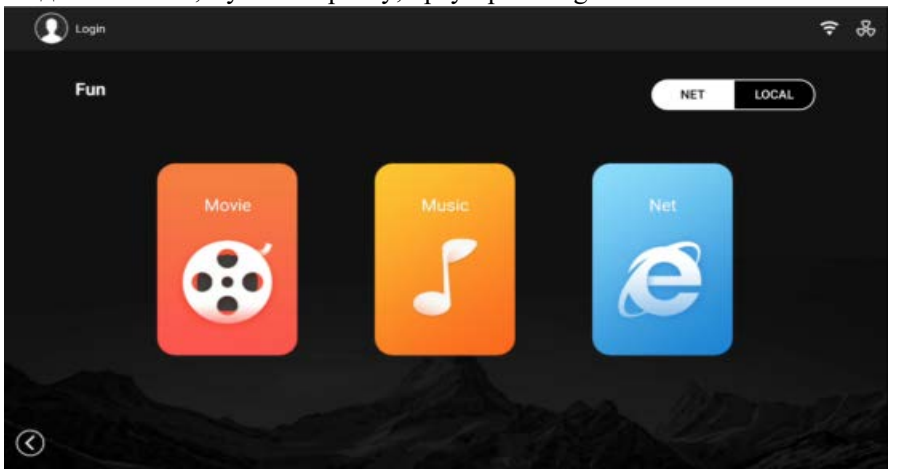
Развлечения - Скаченные

Развлечения - Онлайн

Выбор сети: Вам необходимо подключиться к сети, чтобы получить доступ к видео, музыка, браузеру и т.д.

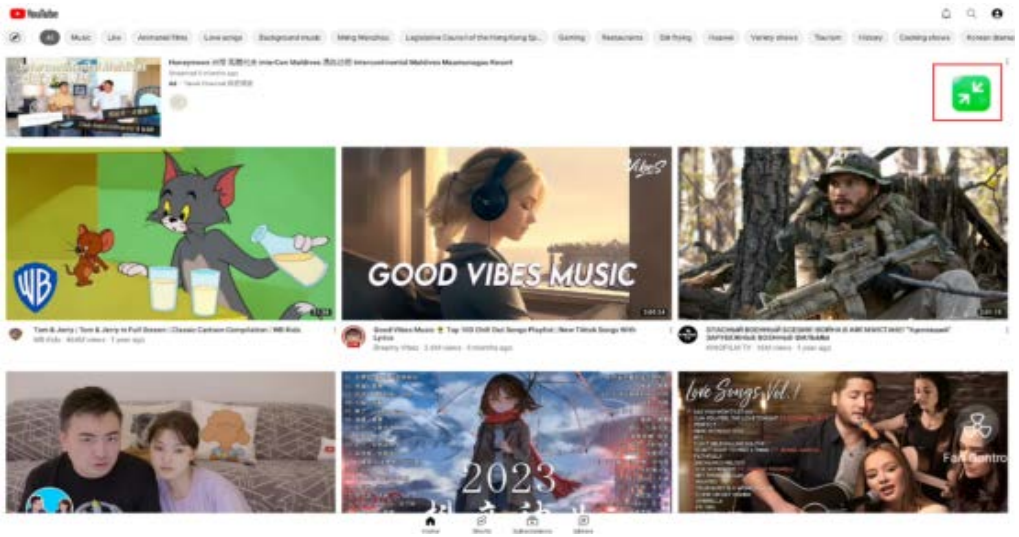
Развлечения онлайн:

Видео -Youtube; музыка -Spotify; браузер - Google Chrome:



Развлечения - Онлайн

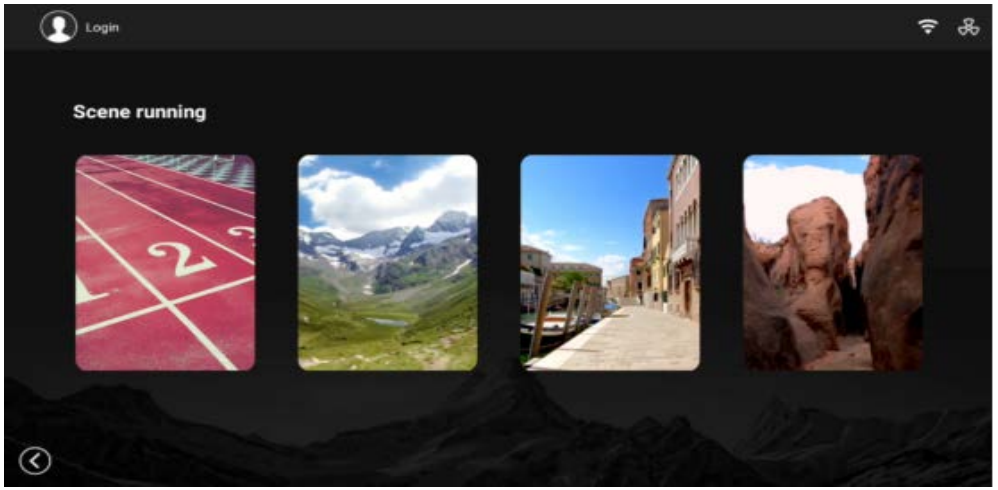
Чтобы отобразить развлечения на весь экран, нажмите оранжевую клавишу "Спрятать", и интерфейс тренировки "спрячется". Нажмите клавишу снова, и интерфейс с клавишами управления вернется.



Открытая на весь экран страница развлечения - Клавиши управления спрятаны.

Реальные сценарии бега

Нажмите на значок "Реальный бег" на домашней странице, чтобы войти в интерфейс тренировки в реальном сценарии. В режиме реального сценария во время тренировки на экране воспроизводится видео, чтобы у пользователей было ощущение погружения. Выберите предпочитаемый сценарий из предложенных, среди которых есть режим трека.



Сценарии для бега

Выберите любой вариант, чтобы перейти в интерфейс запуска видео. Интерфейс режима трека представляет собой имитацию карты стадиона. Введите начальную точку и установите конечную точку на 2D-карте. В режиме сценария скорость воспроизведения видео регулируется в соответствии с текущей скоростью и заданным наклоном.

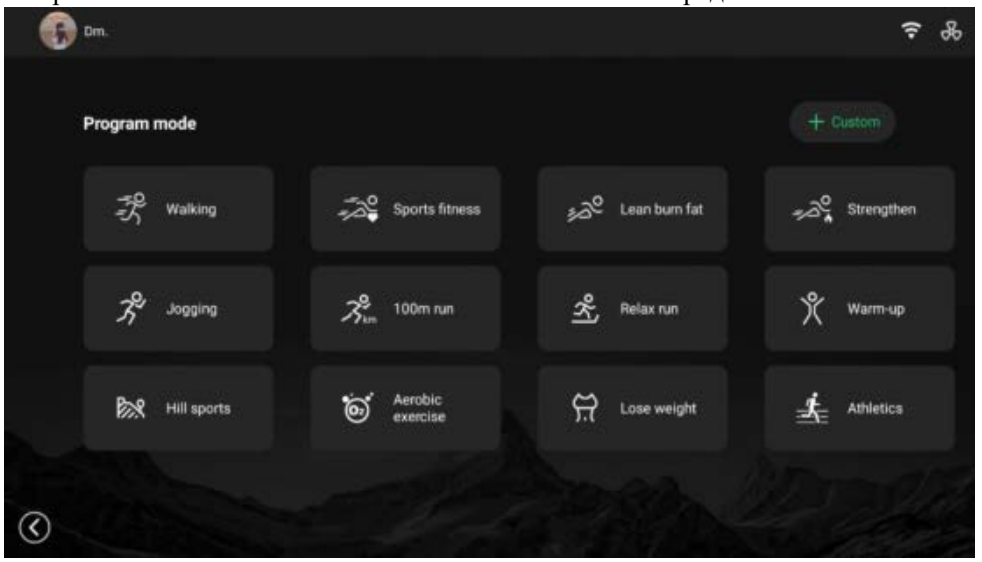


Режим трека



Видеорежим

Режим программы
Нажмите "Режим программы", чтобы войти в интерфейс запуска программы, система предлагает 12 режимов упражнений: быстрая ходьба, фитнес, сжигание жира, укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной систем, бег трусцой и т.д. Если Вы хотите самостоятельно настроить тренировку, нажмите "Пользовательский режим". Вы сможете установить время тренировки, скорость и наклон в соответствии со своими личными предпочтениями.



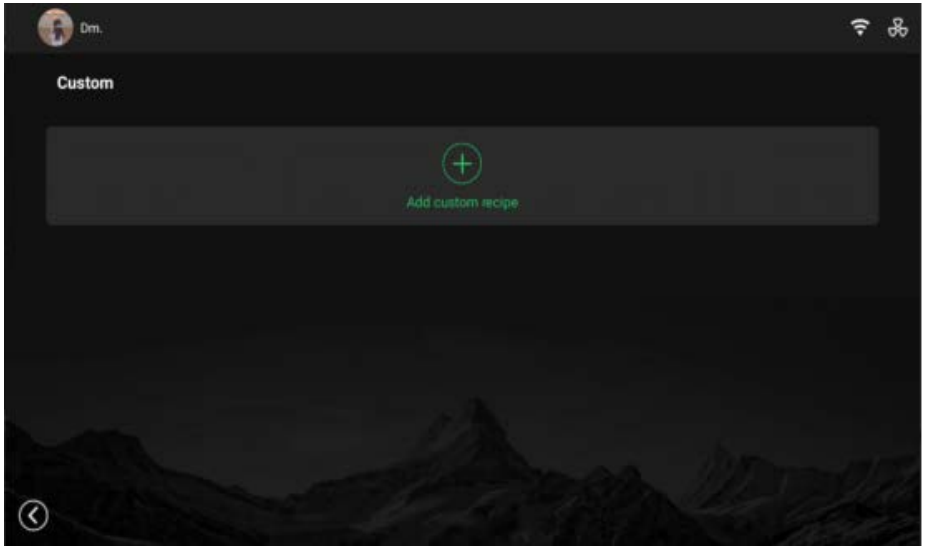
Режим программы

Программа разработанная системой:
После выбора программы Вы можете просмотреть подробные данные о ней: время, расстояние, калории, наклон и скорость в каждом сегменте.

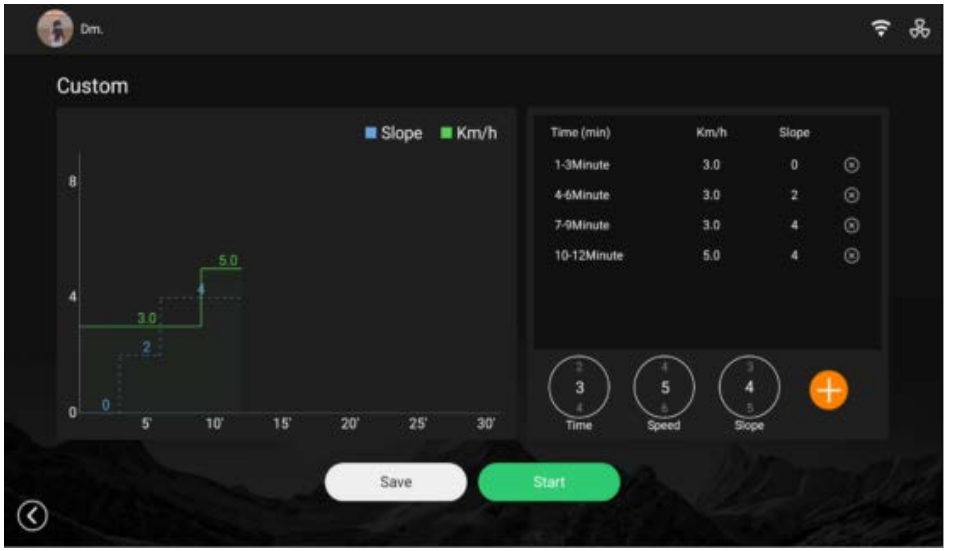


Смоделированная системой программа

Пользовательский режим:
1.Нажмите "Пользовательский режим", установите время, скорость и наклон в соответствии с личными привычками, а затем нажмите кнопку "Добавить", чтобы добавить выбранные значения. Программа может состоять из нескольких сегментов. С помощью клавиши "Удалить", Вы можете удалить значение времени текущего сегмента.
2.Нажмите кнопку "Начать тренировку", чтобы начать выполнение программы с заданными значениями.

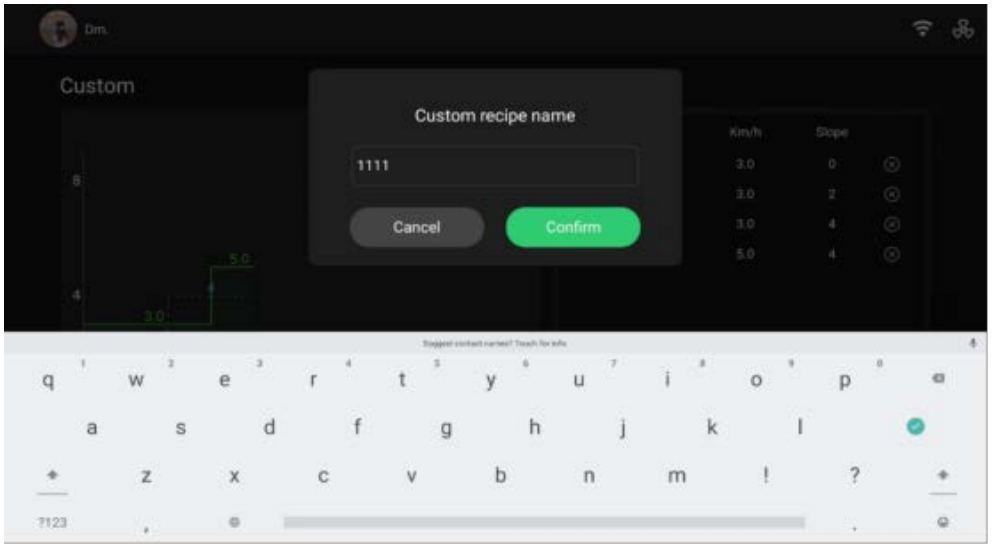


Добавление пользовательского режима



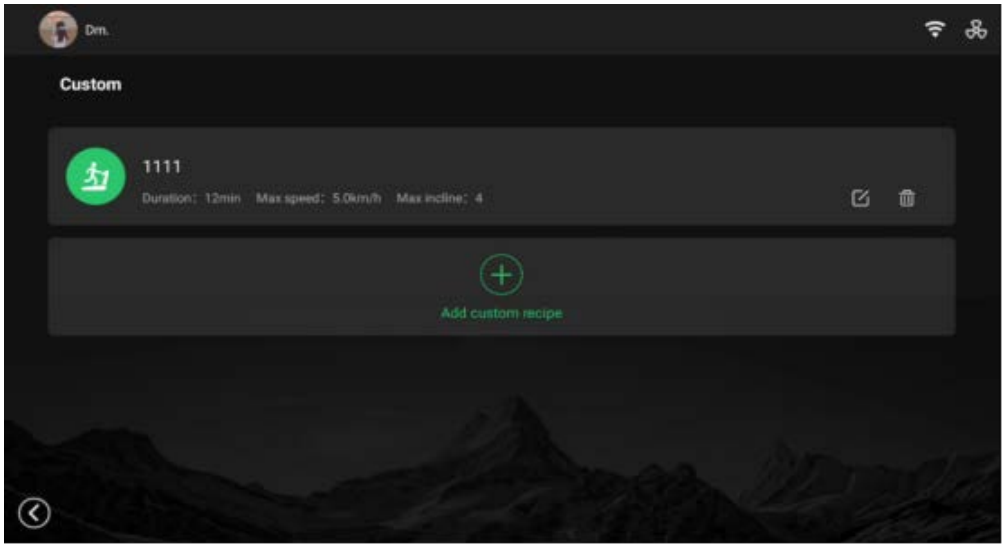
Дополнительная настройка

1. Нажмите кнопку "Сохранить", дайте название и сохраните текущую программу.



Сохранение пользовательской схемы

1. После успешного добавления (можно сохранить до трех программ) эта программа будет отображена в списке пользовательских программ, которые можно редактировать в любое время. Нажмите непосредственно на эту программу, чтобы начать тренировку.

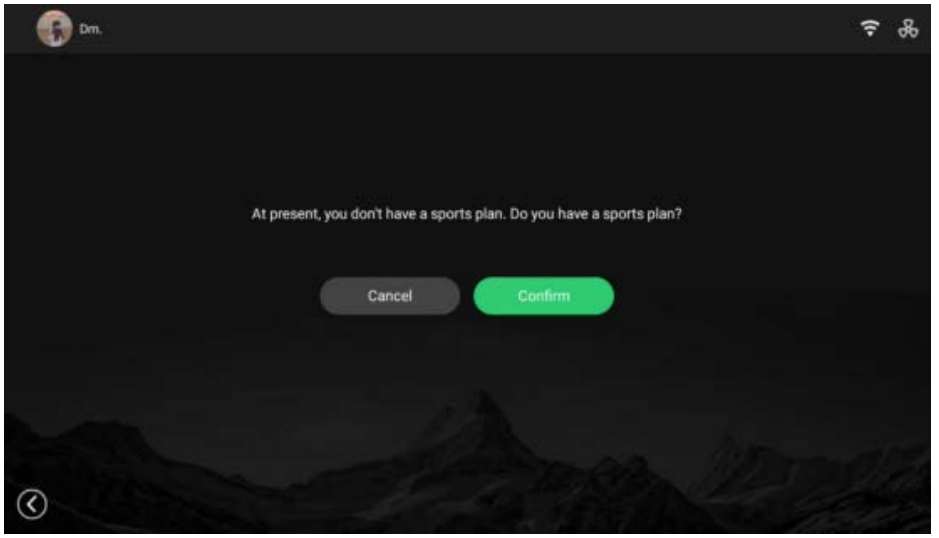


Список пользовательских программ

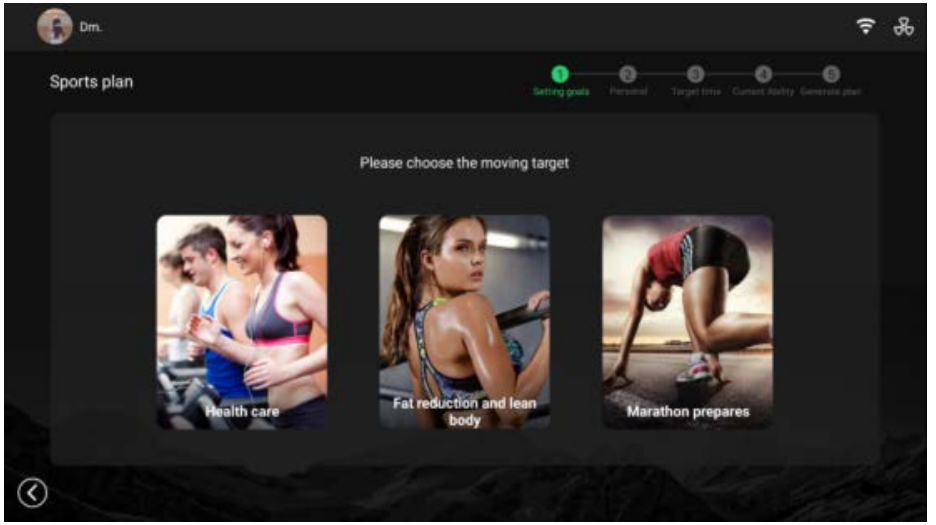
План тренировок

Нажмите на "План тренировок", чтобы войти в соответствующий интерфейс и составить план тренировки исходя из собственных предпочтений. Система сформирует план тренировок и отдыха в зависимости от данных, предоставленных пользователем. Вы можете приостановить план или отменить его в любой момент.

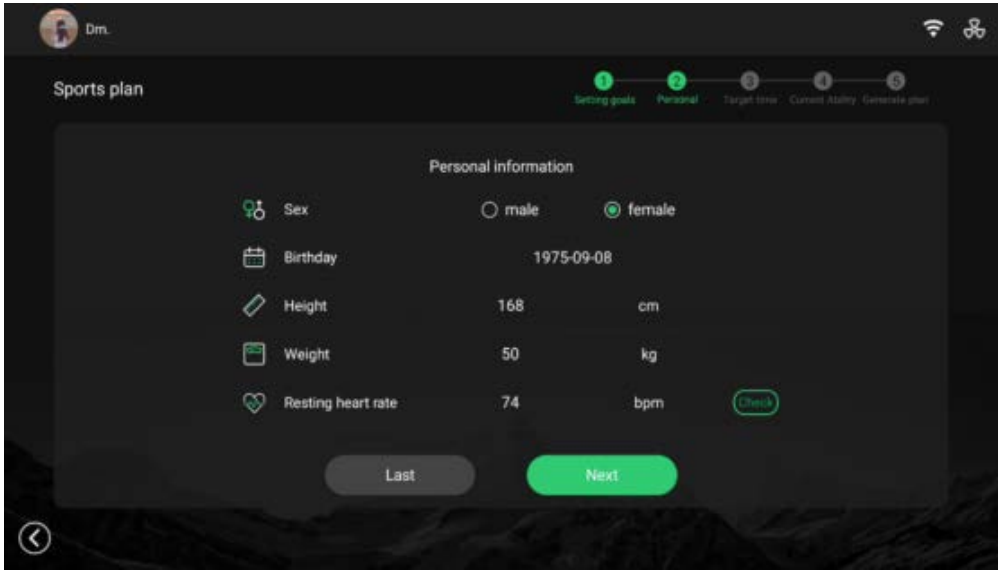
1.Чтобы создать план, на главной странице нажмите "План тренировок", затем нажмите "Да".



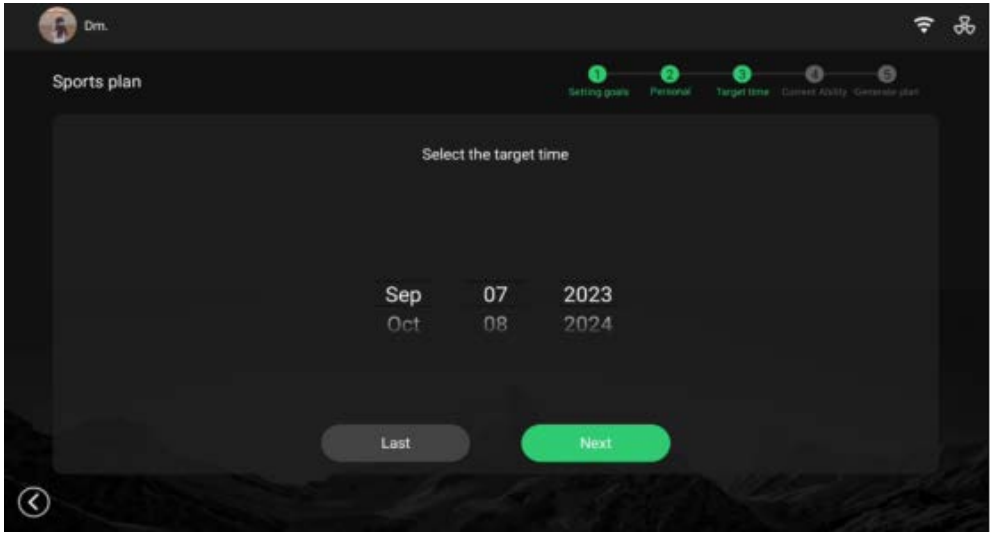
2.Выберите цель:



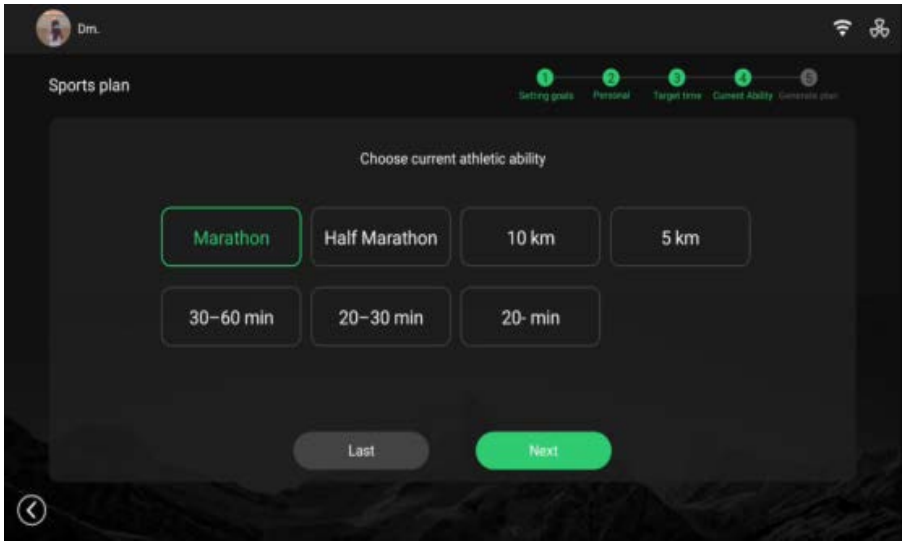
3. После изменения личной информации нажмите "Далее" ：



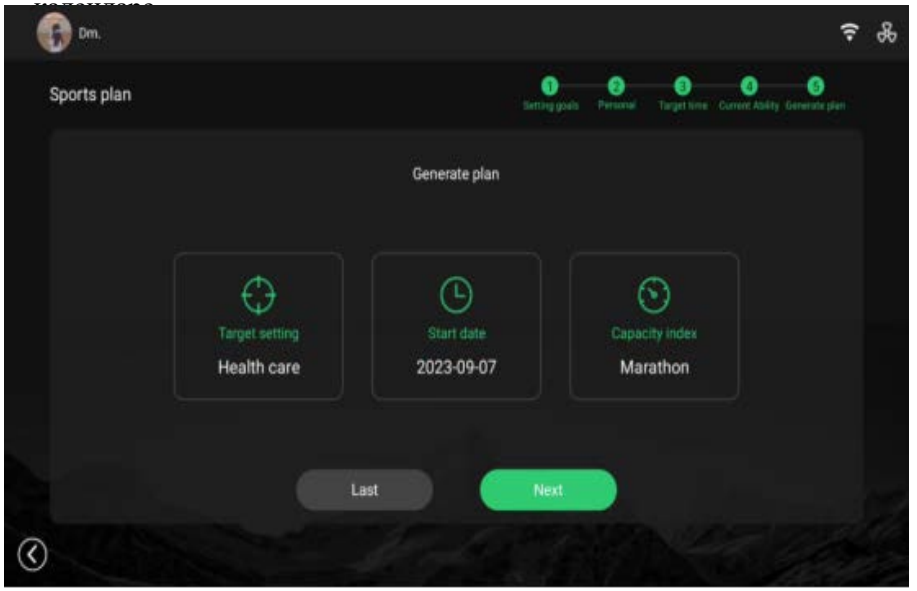
4. Выберите время и нажмите "Далее" ：

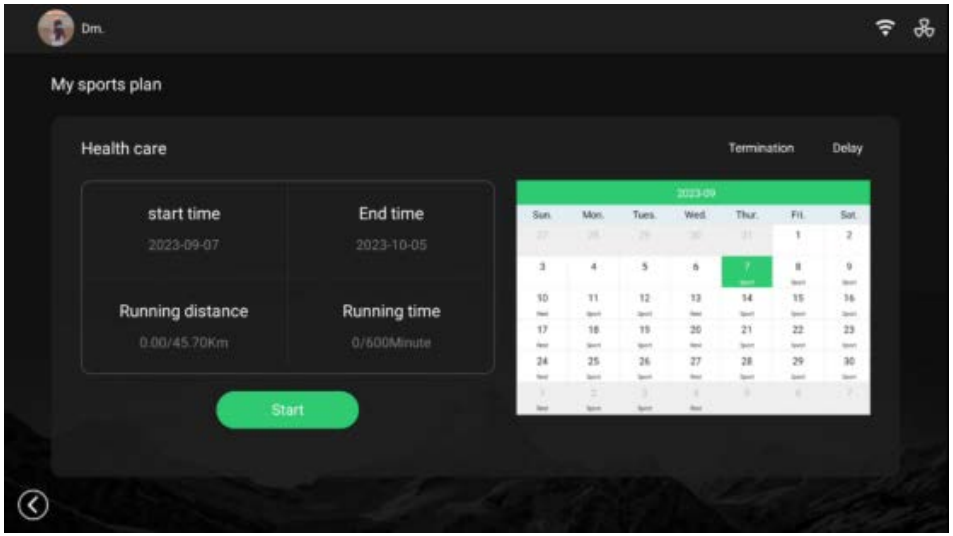


5. Выберите свой текущий уровень физической подготовки и нажмите "Далее" ：



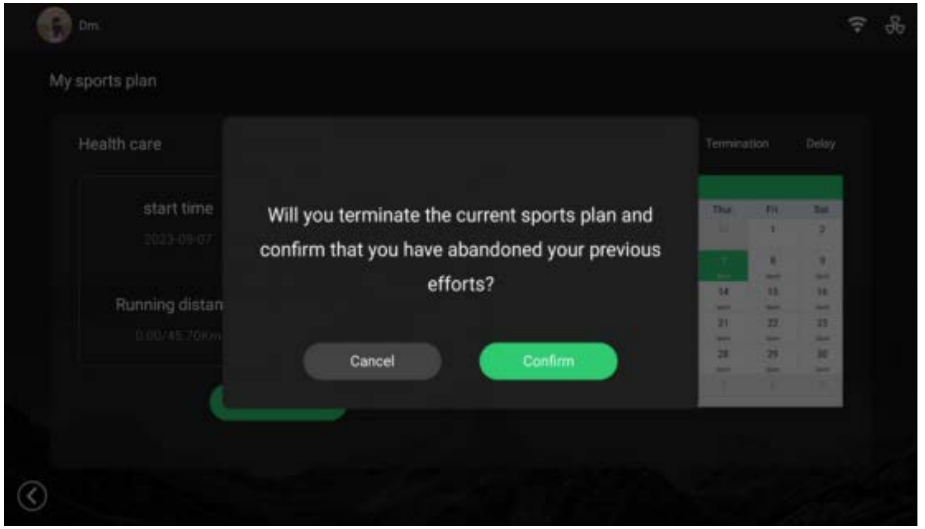
6.Нажмите "Далее" для создания плана упражнений, после того как план будет создан, Вы можете просмотреть время тренировок и отдыха в



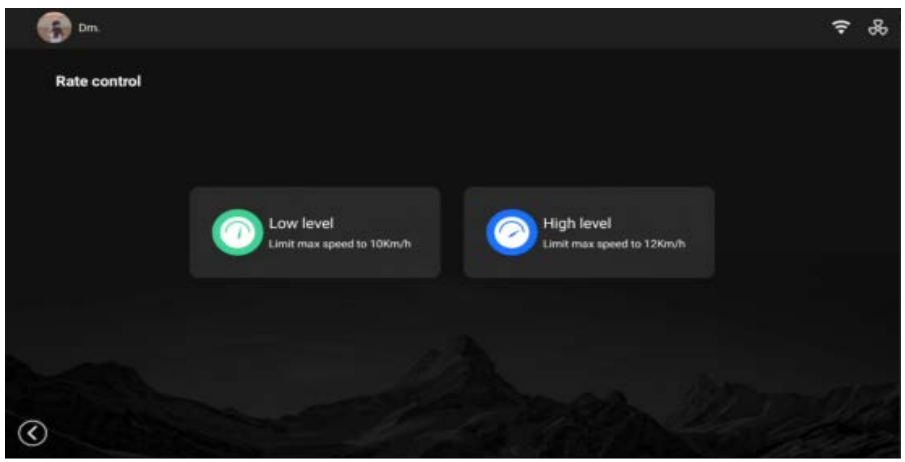


7. После создания плана упражнений при следующем входе в систему Вы можете напрямую войти в интерфейс плана упражнений нажав "Мой план упражнений", там можно завершить предыдущий план и отложить выполнение текущего. Чтобы удалить план и создать его заново, нажмите "Прекратить план". Чтобы отложить выполнение плана и отодвинуть дату его выполнения на более поздний срок, нажмите "Выбрать план".

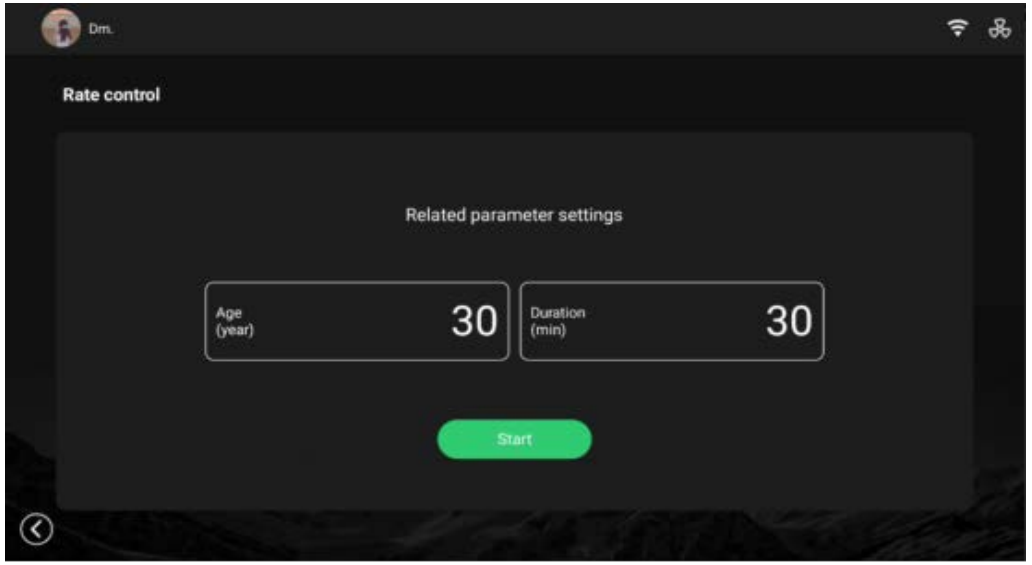




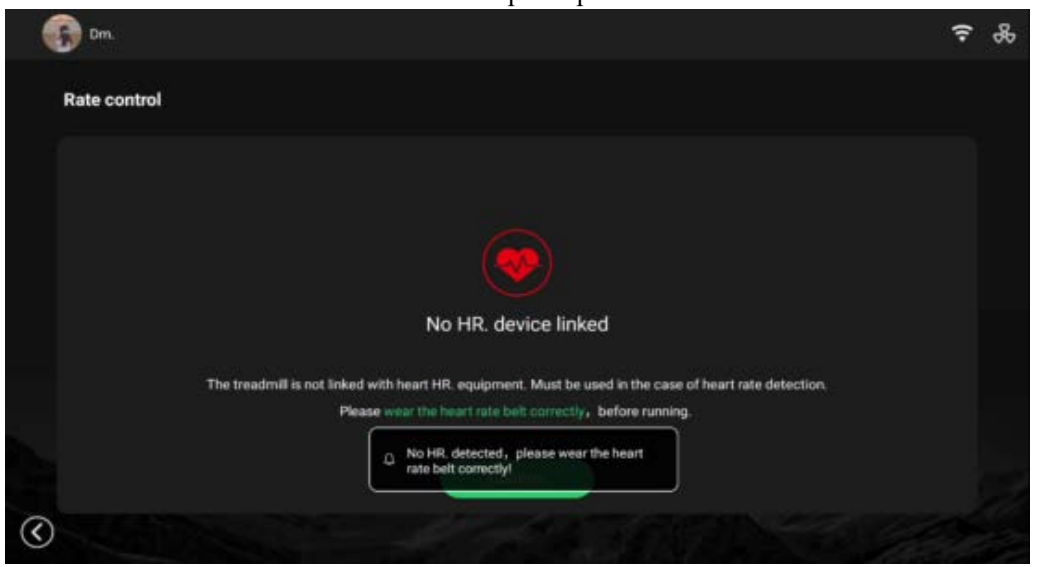
Контроль частоты сердечных сокращений
Нажмите "Тренировка с контролем ЧСС" на главной странице, чтобы перейти на страницу интерфейса данной программы. Тренировки с контролем ЧСС делятся на высокоуровневую и низкоуровневую, пользователь вводит возраст и время тренировки (более 30 минут), в процессе бега в соответствии с изменениями ЧСС пользователя меняется скорость бега. Если частота сердечных сокращений меньше определенного значения, скорость будет сохраняться. Если частота сердечных сокращений превышает определенное значение, скорость будет снижаться. Скорость на высоком уровне может автоматически увеличится до 12 км/ч, а максимальная скорость на низком уровне - до 10 км/ч.
Примечание.
1.Перед началом процедуры контроля частоты сердечных сокращений убедитесь, что браслет для измерения ЧСС надет надлежащим образом.
2.В целях обеспечения безопасности пользователей, если значение частоты сердечных сокращений не определяется в течение 3 минут во время тренировки, дорожка будет работать с минимальной скоростью и постепенно завершит упражнение после обратного отсчета времени.



Классификация тренировок с контролем ЧСС



Установка параметров

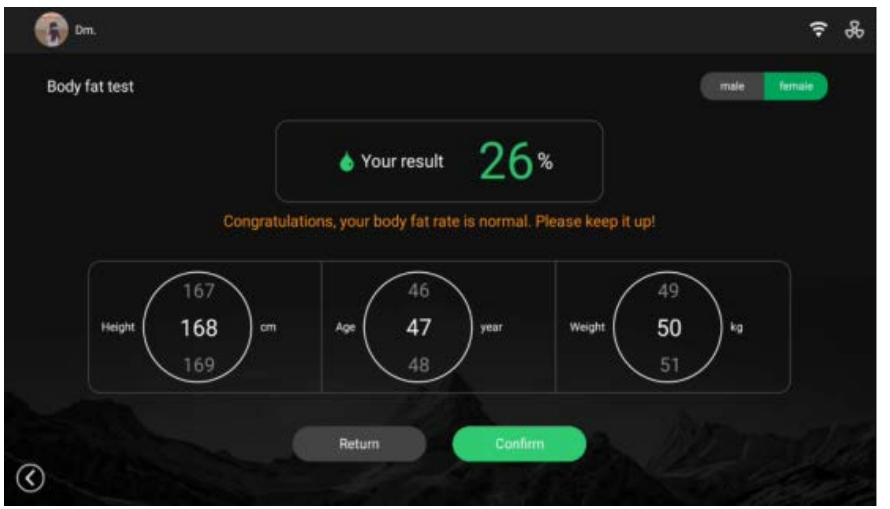


Подключение браслета для измерения частоты сердечных сокращений



Контроль ЧСС включен

Определение количества жировых отложений
Процентное содержание жира в организме пользователя определяется в зависимости от его пола, роста, возраста и веса. Установите значение роста, веса, возраста и пол. Нажмите кнопку "Да", чтобы отобразилось процентное содержание жира в организме. Для повторного тестирования нажмите "Назад".



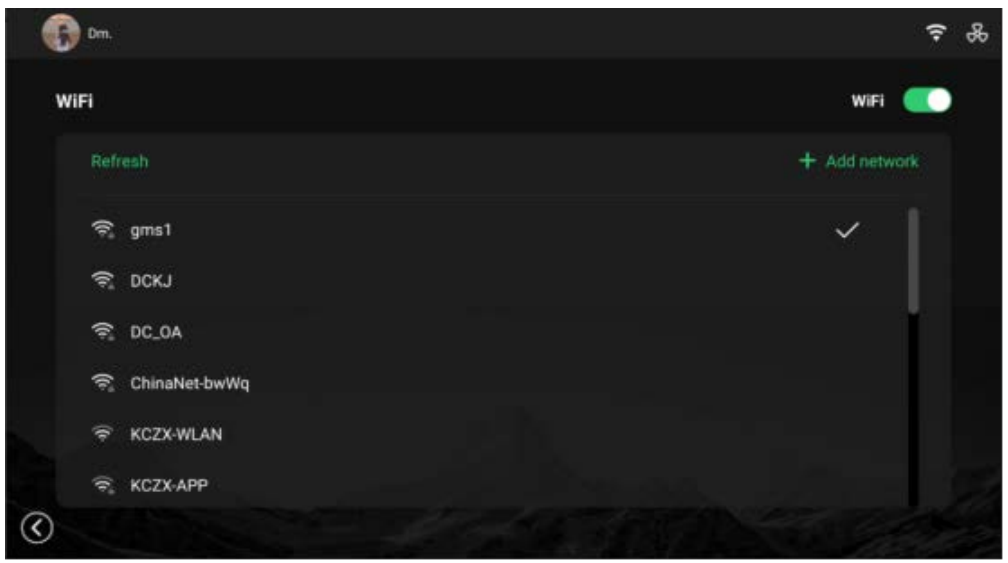
Интерфейс с результатами анализа жировых отложений

Настройки
Нажмите "Настройки", чтобы войти в интерфейс настройек, включая настройки Wi-Fi, Bluetooth, общие настройки и т.д.



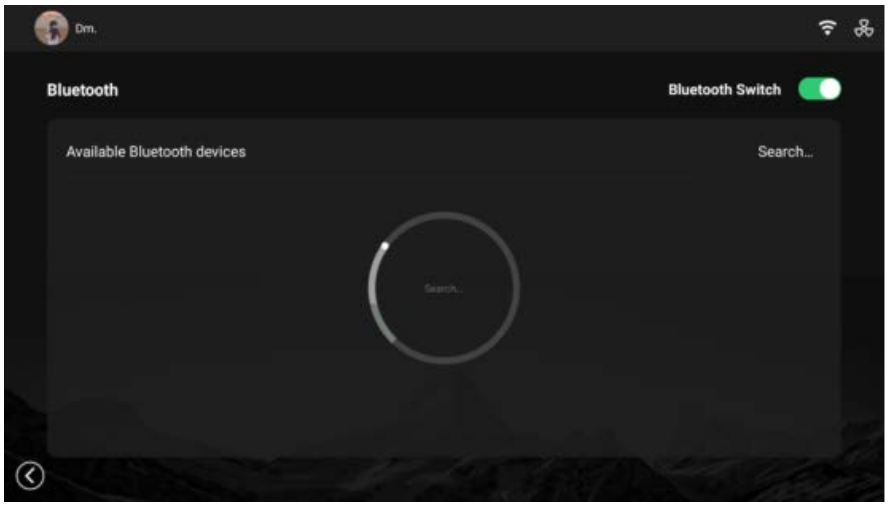
Интерфейс настроек

Настройки Wi-FI
Нажмите кнопку "Wi-Fi" и войдите в настройки Wi-Fi, выберите точку Wi-Fi, к которой можно подключиться, введите пароль, система автоматически подключится к сети и сообщит об успешном подключении. На экране отображается информация о включении и выключении Wi-Fi, а также о добавлении новой сети. Зеленая полоска включает и выключает Wi-Fi.

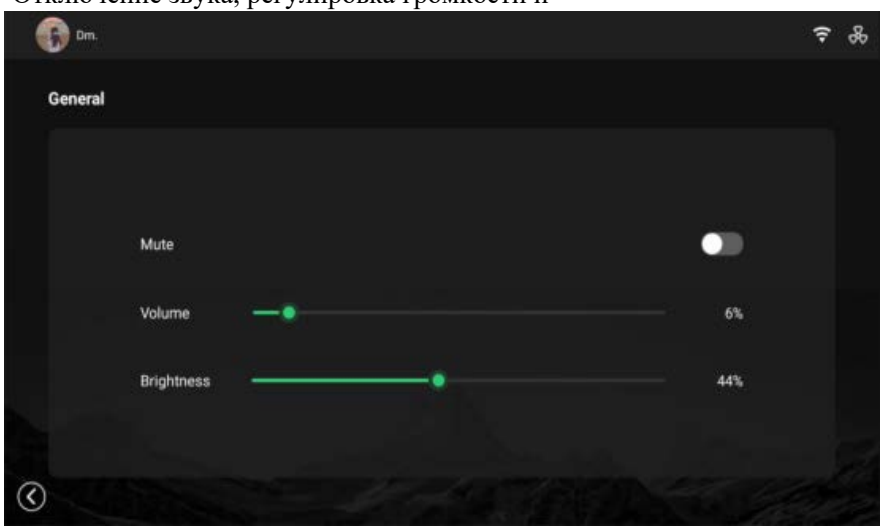


Интерфейс настроек Wi-Fi

Bluetooth
Нажмите кнопку "Bluetooth" в верхней части экрана, чтобы войти в настройки Bluetooth. Чтобы включить Bluetooth нажмите "переключатель", выберите тип подключаемого устройства. Система поддерживает как устройства ввода (мобильный телефон или планшет), так и устройства вывода информации (Bluetooth-гарнитура, стерео и т.д.).
Нажмите "Поиск Bluetooth-устройства", чтобы выполнить поиск близлежащих устройств.

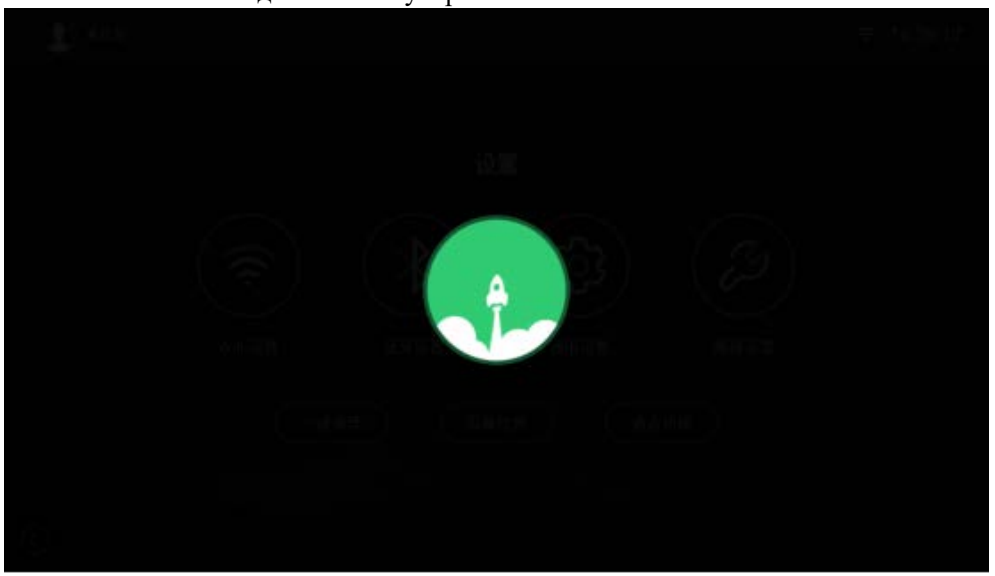


Общие настройки
Отключение звука, регулировка громкости и



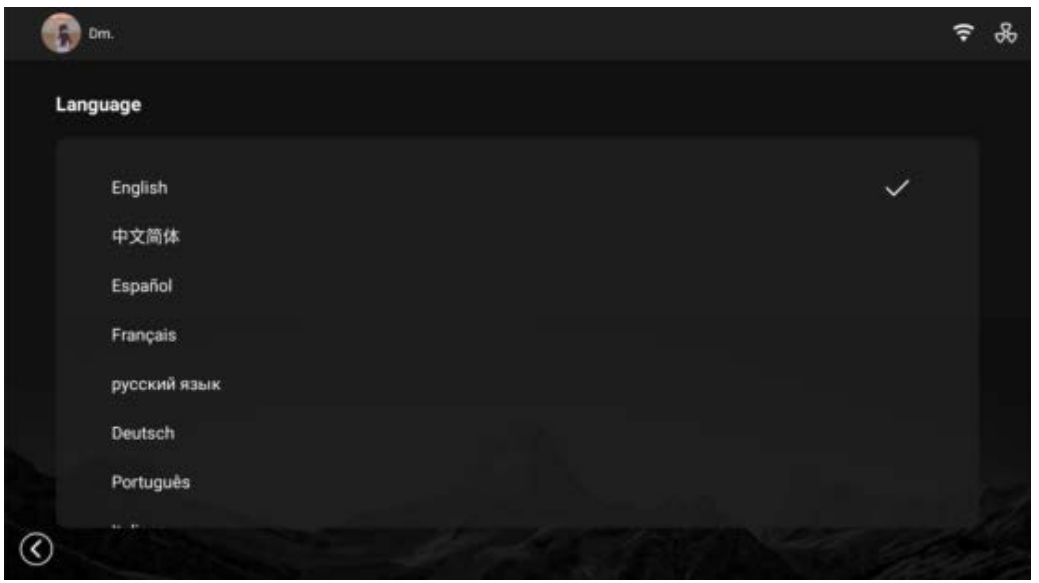
Общие настройки

Очистка в один клик
Очистка системных данных от мусора.

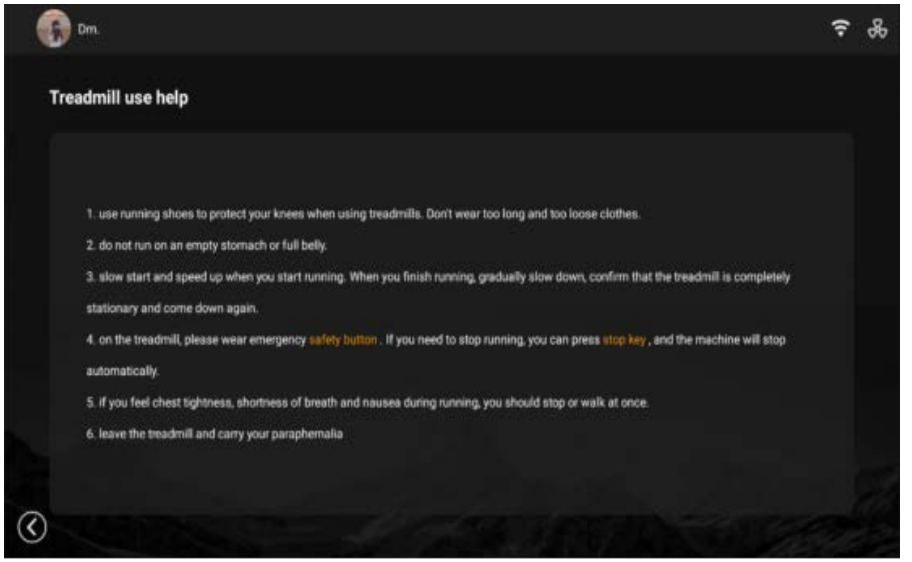


Очистка одним щелчком

Язык
Система поддерживает следующие языки: китайский, турецкий, французский, испанский, итальянский, английский, немецкий, русский и португальский.



Справка
Нажмите на значок "Справка" на домашней странице, чтобы посмотреть, на что следует обратить внимание в процессе использования беговой дорожки.



Интерфейс справки

Ежедневное обслуживание:

Из-за изменения окружающей среды или длительного использования беговое полотно может отклоняться, поэтому его необходимо регулировать вручную.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! При регулировке бегового полотна запрещается прикасаться к нему, когда полотно находится во вращающемся состоянии!

Как изменить натяжение бегового полотна:

Если во время использования беговой дорожки она внезапно останавливается, немедленно прекратите ее использование, это означает, что беговое полотно слишком туго натянуто.

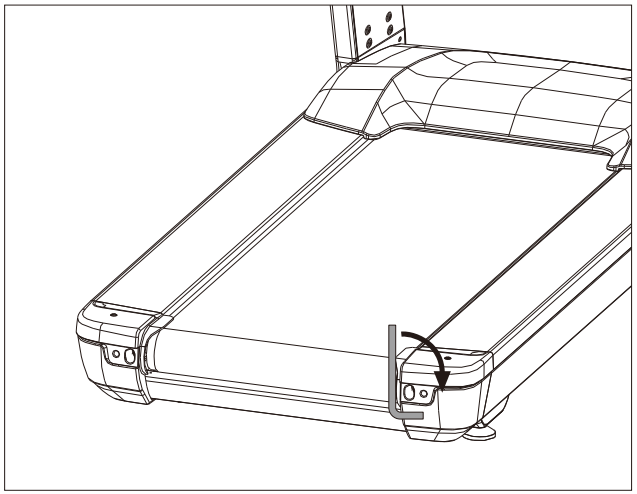
Установите скорость 2 км/ч, встаньте на беговую дорожку, удерживайте ногами беговое полотно с максимальной силой.

Прислушайтесь, не доносится ли звук от переднего вала.

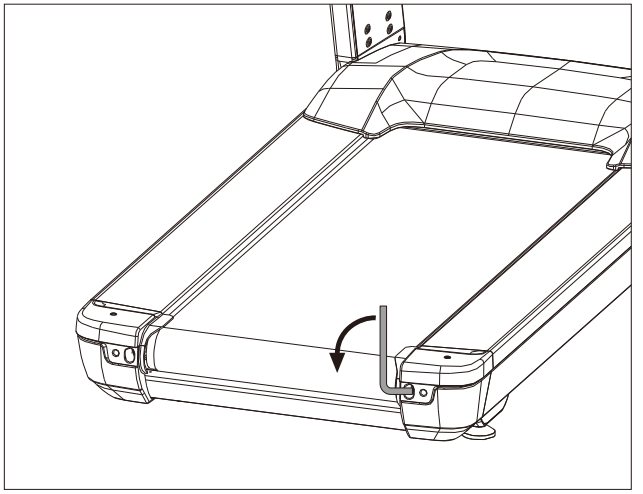
Если передний вал продолжает вращаться, но с большим шумом, это означает, что беговое полотно слишком ослаблено.

Если с небольшим шумом передний вал перестает вращаться, это означает, что полотно слишком натянуто.

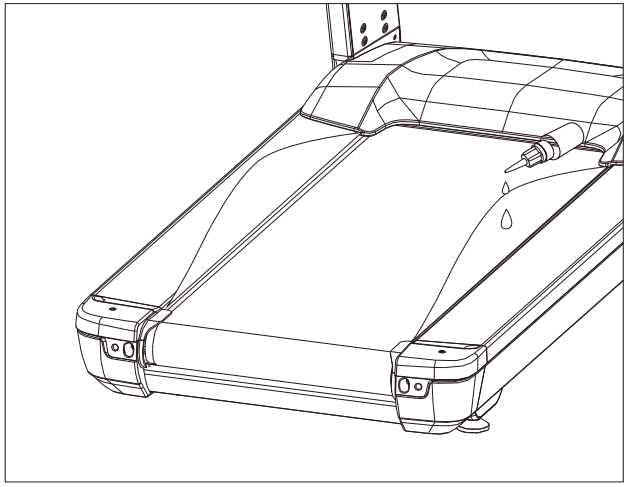
1. Натяжение бегового полотна



2.Ослабление бегового полотна.



Как чистить дорожку и поддерживать рабочий режим:



1. Встаньте у торца машины, приподнимите беговое полотно и протрите платформу сухой тканью.
2. Настоятельно рекомендуем очищать платформу каждые 6 месяцев.

Обнаружение и устранение неисправностей

НЕИСПРАВНОСТЬ		ПРИЧИНА	РЕШЕНИЕ
Дисплей	Ключ безопасности отключен	A) Ключ безопасности отключен	Вставьте ключ безопасности
		B) Неисправность магнитного датчика	Установите магнит в нужное положение
		A) Сигнальный кабель не подключен	Подключите кабель заново
	E01 - проблема с сигналом (Нет сигнала для привода) E02 - проблема с сигналом (нет сигнала для дисплея)	B) Сигнальный кабель поврежден	Замените кабель
		C) Сигнальный кабель дисплея неисправен	Замените дисплей
		D) Поврежден сигнальный кабель привода	Замените привод
	E07 - защита от перенапряжения	A) Нестабильное напряжение	Перезапустите тренажер
		B) Слишком высокое напряжение	Используйте стабилизатор напряжения
	E04 - неисправность двигателя системы наклона	Кабель двигателя не подключен	Проверьте кабель двигателя и снова подключите его
		B) Двигатель системы наклона неисправен	Замените двигатель системы наклона
		C) Проблема с приводом	Замените привод
	E12- перегрузка по току	A) Перегрузка	Перезапустите беговую дорожку
		B) Дорожку заклинило	Отрегулируйте деталь или добавьте масло
		C) Короткое замыкание двигателя	Замените двигатель
		D) Сгорел привод	Замените привод
	Проблема с двигателем или инвертором	A) Кабель двигателя не подключен	Снова подсоедините кабель
		B) Двигатель неисправен	Замените на новый двигатель
		C) Двигатель работает на холостом ходу	Слишком низкое напряжение
		D) Проблема с инвертором	Замените на новый инвертор
	E13/E14 - перегрузка двигателя	A) Слишком большая сила скручивания	Отрегулируйте компоненты силы скручивания
		B) Проблемы с двигателем	Замените на новый двигатель
		C) Дорожку заклинило	Отрегулируйте деталь или добавьте масло

Примеры упражнений для разминки:

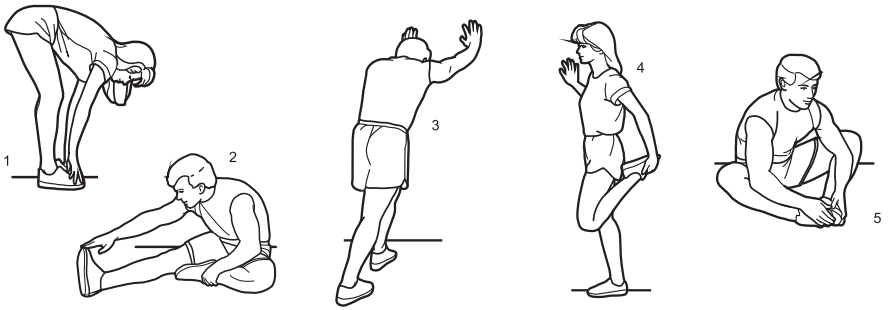
Пожалуйста, выполните разминочные упражнения перед бегом.
Обратитесь к следующему методу разминки.

1. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ШЕИ
Наклоните голову вправо и почувствуйте напряжение в шее. Медленно опустите голову полукругом на грудь, а затем поверните ее влево. Вы снова почувствуете приятное напряжение в шее. Повторите это упражнение в разные стороны поочередно несколько раз.

2. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА
Поднимайте левое и правое плечо поочередно или поднимайте оба плеча одновременно.

3. УПРАЖНЕНИЕ НА РАСТЯЖКУ РУК
Вытягивайте левую и правую руку поочередно к потолку. Вы должны почувствовать напряжение в левом и правом боку. Повторите это упражнение несколько раз.

4. КАСАНИЕ ПАЛЬЦЕВ НОГ
Медленно наклоните туловище вперед и постарайтесь коснуться ступней руками. Опустите руки как можно ниже к носкам ног. Сохраняйте это положение в течение 20-30 секунд (по возможности).



5. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ КОЛЕНЕЙ
Сядьте на пол и вытяните правую ногу. Согните левую ногу и упритесь ступней во внутреннюю сторону правого бедра. Теперь попытайтесь дотянуться правой рукой до своей правой ступни. Сохраняйте это положение в течение 30-40 секунд (по возможности).

6. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ИКР/АХИЛЛОВА СУХОЖИЛИЯ
Положите обе руки на стену и перенесите на нее весь вес своего тела. Затем отведите левую ногу назад и чередуйте ее с правой ногой. Это упражнение растягивает заднюю поверхность ноги. Сохраняйте это положение в течение 30-40 секунд (по возможности).

7. УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ВЕРХНЕЙ ЧАСТИ БЕДРА
Поддерживайте себя, положив одну руку на стену, вторую заведите ее за спину и поднимите соответствующую ногу как можно ближе к ягодицам. Почувствуйте комфортное напряжение в передней верхней части бедра.
Сохраняйте это положение в течение 30 секунд, если это возможно, и повторите упражнение 2 раза для каждой ноги.

8. ВНУТРЕННЯЯ СТОРОНА БЕДРА
Сядьте на пол и расположите ноги таким образом, чтобы колени были направлены наружу. Подтяните ступни как можно ближе к паху. Теперь осторожно опустите колени вниз. Сохраняйте это положение в течение 30-40 секунд (по возможности).

Список деталей

1	РАМА БЕГОВОЙ ПЛАТФОРМЫ	38	КРОНШТЕЙН Д/ УСТ. ПЕРЕДНЕЙ КРЫШКИ	75	ВИНТ ST3. 5X9. 5
2	НОЖКА	39	ПЕРЕДНЯЯ КРЫШКА	76	ЛЕВАЯ ТОРЦЕВАЯ КРЫШКА
3	РАМА НАТЯЖЕНИЯ	40	ЗАГЛУШКА ПЕРЕДНЕЙ КРЫШКИ	77	ПРАВАЯ ТОРЦЕВАЯ КРЫШКА
4	НАТЯЖНОЙ ВИНТ	41	ГРУППА ДЕТАЛЕЙ ПЕРЕДНЕЙ КРЫШКИ	78	ЛЕВАЯ СОЕДИНИТЕЛЬНАЯ ТОРЦЕВАЯ КРЫШКА
5	НАТЯЖНОЙ ПОДШИПНИК ВАЛА	42	ПРОТИВОУДАРНОЕ КОЛЬЦО	79	ПРАВАЯ СОЕД. ТОРЦЕВАЯ КРЫШКА
6	ПРУЖИНА	43	ПРОТИВОУД. КОЛЬЦО	80	ВИНТ M8X50
7	ПОДШИПНИК	44	ВИНТ 116X20	81	НАКЛОННАЯ РАМА
8	ОПОРНОЕ КОЛЬЦО 20	45	ОПОРНОЕ КОЛЬЦО 6	82	НАКЛОННАЯ РАМА
9	КОЛЬЦО ПОДШИПНИКА - A 20	46	ЗАД. КРОНШТ. Д/ УСТ. ПЛАТФОРМЫ	83	КОЛЕСО
10	ВИНТ M10x55	47	БЕГОВОЕ ПОЛОТНО	84	ВИНТ 1110X65
11	ОПОРНОЕ КОЛЬЦО 10	48	ПЕРЕДНИЙ ВАЛ	85	ЛЕВАЯ СТОЙКА
12	ВИНТ 10	49	ВИНТ 1110X35	86	ПРАВАЯ СТОЙКА
13	КРОНШТЕЙНЫ ДЛЯ ФИКСАЦ. ПЛАТФОРМЫ	50	ЗАДНИЙ ВАЛ	87	ВИНТ 118x16
14	ВРАЩАЮЩ. ВТУЛКА	51	ВИНТ 1110X90	88	ОПОРНОЕ КОЛЬЦО 8
15	ВИНТ M8*40	52	БЕГОВАЯ ПЛАТФОРМА	89	РАМА ДИСП. (КОНСОЛЬ)
16	ОПОРНОЕ КОЛЬЦО 8	53	ЛЕВАЯ БОКОВАЯ РЕЙКА	90	ВЕРХ. КРЫШКА ДИСПЛЕЯ
17	ВИНТ M8	54	ПРАВАЯ БОКОВАЯ РЕЙКА	91	ВИНТ ST3. 5•13
18	ВИНТ M10*50	55	ЛЕВАЯ РАМА	92	ЛЕВЫЙ ПОДСТАКАННИК
19	КАБЕЛЬ ПИТАНИЯ	56	ПРАВАЯ РАМА	93	ПРАВЫЙ ПОДСТАКАННИК
20	ВЫКЛЮЧАТЕЛЬ	57	ШАЙБА	94	НАРУЖНАЯ КРЫШКА ЛЕВОГО ПОРУЧНЯ
21	ВИНТ M4X10	58	ДВИГАТЕЛЬ СИСТЕМЫ НАКЛОНА (31511490)	95	НАРУЖНАЯ КРЫШКА ПРАВОГО ПОРУЧНЯ
22	ОПОРНОЕ КОЛЬЦО 4	59	ВИНТ M10 X 50	96	ВНУТРЕННЯЯ КРЫШКА ЛЕВОГО ПОРУЧЕНЯ
23	ТЯГОВОЙ ДВИГАТЕЛЬ	60	ВИНТ M10X70	97	ВИНТ ST4. 2•13
24	РАМА КРЕПЛЕНИЯ ДВИГАТЕЛЯ	61	РЕМЕНЬ ДВИГАТЕЛЯ	98	ВНУТРЕННЯЯ КРЫШКА ПРАВОГО ПОРУЧНЯ
25	ВИНТ M10X30	62	ТОРЦ. ЗАЩИТ. КРЫШКА	99	ЛЕВ. ПОРУЧЕНЬ, ЧАСТЬ 1
26	ВИНТ M10 X 20	63	ВИНТ ST4. 2 X 13	100	ПРА. ПОРУЧЕНЬ, ЧАСТЬ 1
27	ОПОРНОЕ КОЛЬЦО 10	64	УНИВЕРСАЛЬНАЯ КРЫШКА КОЛЕСА	101	ЛЕВ. ПОРУЧЕНЬ, ЧАСТЬ 2
28	БУТЫЛКА ДЛЯ МАСЛА	65	ВИНТ ST4. 2X9. 5	102	ПРАВ. ПОРУЧЕНЬ, ЧАСТЬ 2
29	ВИНТ M5X12	66	КРЫШКА ДВИГАТЕЛЯ	103	ЛЕВ. ПОРУЧЕНЬ, ЧАСТЬ 3
30	ОПОРНОЕ КОЛЬЦО 5	67	ВИНТ M5 X 20	104	ПРАВ. ПОРУЧЕНЬ, ЧАСТЬ 3
31	ТРУБКА ДЛЯ МАСЛА	68	КРЫШКА ЛЕВОЙ СТОЙКИ	105	КРОНШТЕЙНА ДЛЯ УСТАНОВКИ РАМЫ
32	ВИНТ ST4. 8X13	69	КРЫШКА ПРАВ. СТОЙКИ	106	ДАТЧИК ЧСС 1
33	РАМА ПЕРЕКЛЮЧАТЕЛЯ ПИТАНИЯ	70	КРЕПЛЕНИЕ КРЫШКИ СТОЙКИ	107	ДАТЧИК ЧСС 2
34	ПЕРЕКЛЮЧАТЕЛЬ ПИТАНИЯ	71	НИЖНЯЯ КРЫШКА ЛЕВОЙ СТОЙКИ	108	ЛЕВЫЙ ДАТЧИК ЧСС
35	ВИНТ M3X40	72	НИЖНЯЯ КРЫШКА ПРАВОЙ СТОЙКИ	109	ПРАВЫЙ ДАТЧИК ЧСС
36	ВИНТ M4X10	73	НИЖ. СОЕД. КРЫШКА ЛЕВОЙ СТОЙКИ	110	ВЕРХНЯЯ ЛЕВАЯ КРЫШКА ДАТЧИКА
37	ОПОРНОЕ КОЛЬЦО 4	74	НИЖ. СОЕД. КРЫШКА ПРАВОЙ СТОЙКИ	111	ВЕРХНЯЯ ПРАВАЯ КРЫШКА ДАТЧИКА

112	НИЖНЯЯ ЛЕВАЯ КРЫШКА ДАТЧИКА	121	КНОПКИ СКОРОСТИ	130	МОНИТОР
113	НИЖ. ПРАВАЯ КРЫШКА ДАТЧИКА	122	КЛАВИАТУРА	131	КРОНШТЕЙНА Д/УСТАНОВКИ РАМЫ
114	ВИНТ M8*12	123	РАМА КЛАВИАТУРЫ	132	ОКНО ВЕНТИЛЯТОРА
115	ПРУЖИННЫЙ ВИНТ 8	124	ВИНТ ST2.9*13	133	РАМА USB
116	ВЕРХ. КРЫШКА РАМЫ ДИСПЛЕЯ 2	125	КЛЮЧ БЕЗОПАСНОСТИ	134	ПРОКЛАДКА РАМЫ
117	ЛЕВАЯ КРЫШКА РАМЫ ДИСПЛЕЯ	126	РАМА УСТАНОВКИ ДИСПЛЕЯ	135	
118	НИЖ. ПРАВАЯ КРЫШКА ДИСПЛЕЯ	127	ЗАДНЯЯ КРЫШКА ДИСПЛЕЯ	136	ВИНТ M5*12
119	НИЖНЯЯ КРЫШКА ДИСПЛЕЯ	128	ОКНО ВЕНТИЛЯТОРА 1		
120	КНОПКИ НАКЛОНА	129	ОКНО ВЕНТИЛЯТОРА 2		

СХЕМА 1

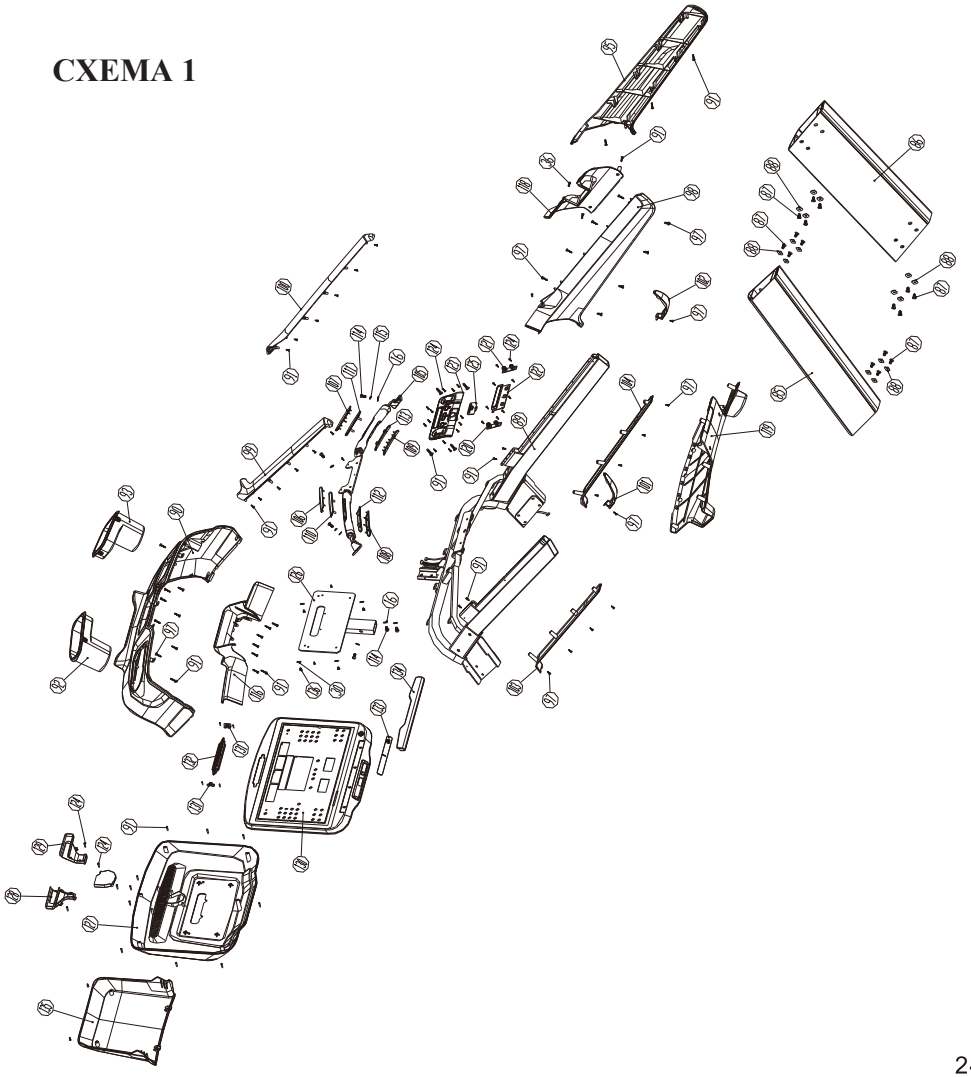


СХЕМА 2

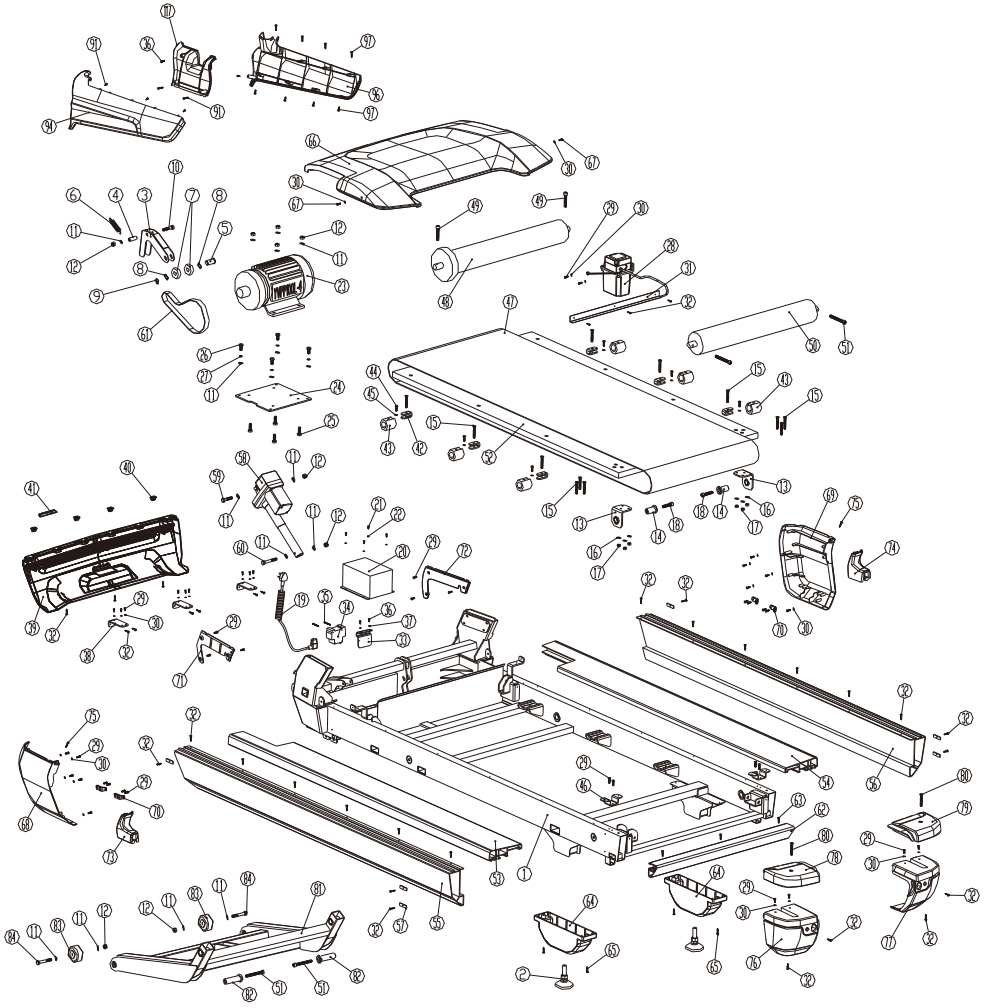
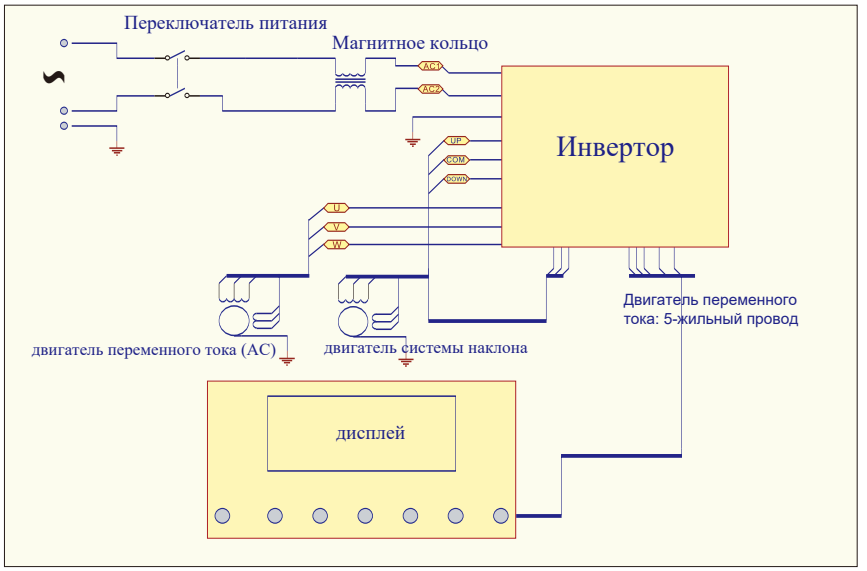


Схема электрических соединений



Технические характеристики

Рабочее напряжение	Напряжение±10% (50 Гц)	Окно расстояния	0.1-99.9 км
Вес пользователя	⩽ 1 8 0 кг	Окно калорий	00-999 ккал
Габариты	2210 ×1030×1680 мм	ЧСС	40-250 уд./мин
Размер бегового полотна	1630x600 мм	Диапазон скорости	0.8-22 км/ч
Вес тренажера	225 кг	Наклон	3%-18%
Размер упаковки (ДхШхВ)	2290x1090x515 мм 1200x1100x470 мм	Тем-ра окр. среды	0℃-40℃
		Безопасность	Множественная защита
Мощность двигателя	220 В перемен. ток	Макс. мощность	7.0 Л.С
Диапазон времени	00:00-99:59 (мин:сек)	Привод	220 В перн. ток, 10 А
Дисплей консоли	Скорость, время, расстояние, калории, ЧСС, программы, наклон и т.д.		