

Инструкция по эксплуатации электрической беговой дорожки Protrain D1396S



Спасибо, что выбрали нашу электрическую беговую дорожку!

Данное руководство включает в себя инструкции по эксплуатации беговой дорожки и меры предосторожности.

Пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с данным руководством перед использованием оборудования! Неправильное использование может нанести вред Вашему здоровью!

Содержание

Важные меры предосторожности	2
Основные технические характеристики.....	3
Развернутое изображение	4
Инструкции по сборке	5
Описание дисплея.....	6
Регулировка	7
Руководство по эксплуатации	7
Ежедневное обслуживание	9
Распространенные проблемы и их решение	10
Инструкции по складыванию.....	12
Необходимое безопасное расстояние.....	14

Важные меры предосторожности



Предупреждение: во избежание каких-либо травм перед использованием данной беговой дорожки, пожалуйста, внимательно ознакомьтесь со всеми инструкциями и мерами предосторожности! Мы не несем ответственности за повреждения или травмы, вызванные неправильным использованием тренажера.

- 1 Пожалуйста, прежде, чем использовать данный тренажер, проконсультируйтесь с врачом, особенно это касается лиц старше 35 лет.
- 2 Пользователь сам несет ответственность за прочтение всех инструкций и мер предосторожности.
- 3 Пожалуйста, используйте эту данный тренажер в соответствии с руководством.
- 4 Установите тренажер на твердую, ровную, горизонтальную поверхность. Обеспечьте, по меньшей мере, 0,5 м свободного пространства с каждой стороны тренажера и 2 м сзади.
- 5 Данный тренажер предназначен только для использования в помещении. Избегайте излишнего попадания влаги на устройство.
- 6 Данная беговая дорожка предназначена для использования взрослыми. Детям (младше 12 лет) использовать ее не разрешается.
- 7 Данный тренажер не разрешается одновременно использовать двум или более лицам.
- 8 Максимальный выдерживаемый вес – 130 кг.
- 9 Надевайте подходящую для тренировок одежду и обувь.
- 10 Если потребуются больше кабеля, пожалуйста, используйте 3-жильный кабель, 1,5 кв. мм и не более 1,5 м.
- 11 Шнур питания следует держать вдали от любых источников тепла.
- 12 Запрещается останавливать тренажер вручную (намеренно) при выключении питания. Также запрещается использование устройства при повреждении кабеля или вилки.
- 13 Пожалуйста, ознакомьтесь и протестируйте программу аварийной остановки тренажера.
- 14 Запрещается запускать тренажер, стоя на беговом полотне. При каждом включении тренажера держитесь обеими руками за руль.
- 15 Скорость тренажера можно регулировать. Если нужно увеличить скорость, делайте это постепенно.
- 16 Используйте показатели датчика пульса лишь для справки, но никак не в медицинских целях.
- 17 Когда тренажер включен, он должен всегда находиться под наблюдением. Всегда выключайте питание, когда не пользуетесь данным тренажером.
- 18 Запрещается перемещать тренажер до тех пор, пока сборка не будет завершена.
- 19 Запрещается менять угол наклона беговой дорожки, подложив какой-либо предмет под ее основание.
- 20 Регулярно проверяйте детали тренажера.
- 21 Запрещается вставлять какие-либо предметы в детали тренажера.
- 22 Опасно: по завершению тренировки обязательно выключайте питание. При обслуживании беговой дорожки обязательно снимайте вилку. Кожух мотора разрешается открывать только в том случае, если это разрешено производителем.
- 23 Тренажер предназначен лишь для домашнего использования. Пожалуйста, не используйте

его в коммерческих целях.

24 Чрезмерные физические нагрузки могут нанести вред Вашему здоровью. Если вдруг Вы почувствуете боль или какой-либо дискомфорт, пожалуйста, незамедлительно прекратите тренировку.

25 Что касается какого-либо технического усовершенствования, наша компания оставляет за собой право окончательного толкования, если будут внесены какие-либо изменения.

26 Предупреждение: во избежание каких-либо повреждений, пожалуйста, не опирайтесь на поручень беговой дорожки в течение длительного времени.

27 Данная беговая дорожка может быть подключена к мобильному телефону с поддержкой Bluetooth и другим устройствам с Bluetooth, воспроизводить музыку. Однако из-за различий технических характеристик могут не поддерживаться отдельные устройства. В такой ситуации мы надеемся на Ваше понимание.

Основные технические характеристики

Входное напряжение: 220±15% (50Гц или 60Гц)

Длительная мощность: 2.0 л.с.

Температура при работе: 5°C-40°C

Диапазон скорости: 0.3-16 км/ч

Диапазон наклона: 0%-12%

Диапазон дисплея времени: 0:00-99:59

Диапазон расстояния: 0.000-9.999 км

Диапазон дисплея калорий: 0-999 калл

Диапазон дисплея пульса: 50-230 в мин.

Размер бегового полотна: 2770x450 мм

Занимаемая площадь: 1750x700 мм

Размер упаковки основного корпуса: 1780x740x280 мм

Размер упаковки монитора: 770x740x240 мм

Основные функции: голубой ЖК-дисплей с регулируемой яркостью, беспроводное подключение Bluetooth, прямой выбор скорости, контроль пульса, плавная остановка и сохранение общего расстояния, складывание тренажера с помощью амортизатора, высококачественный стерео-динамик, встроенный MP3.

Мотор: сервомотор постоянного тока

Контроллер: контроллер системы патентов Гонконга

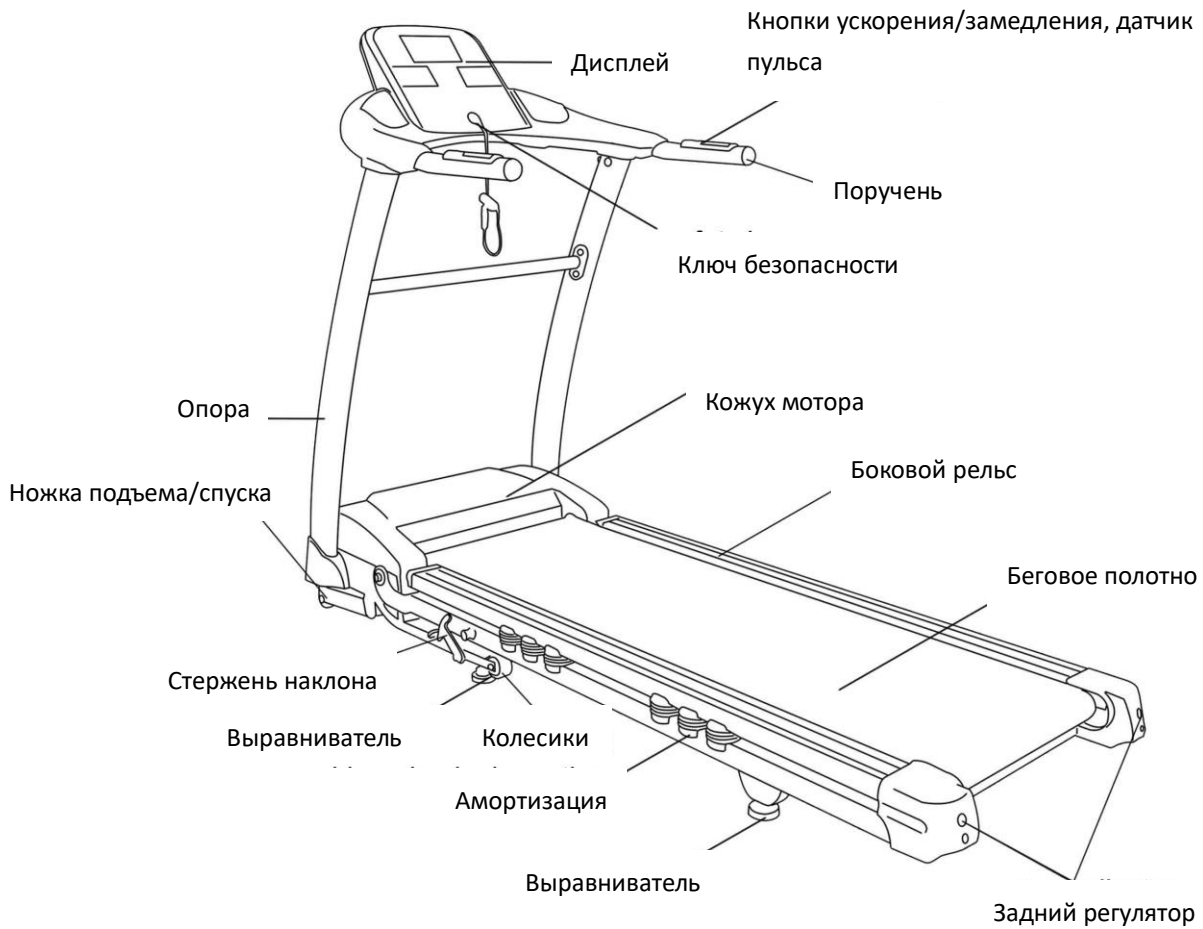
Вес нетто: 65 кг (коробка основного корпуса), 4 кг (коробка монитора)

Масса брутто: 73 кг (коробка основного корпуса), 8 кг (коробка монитора)

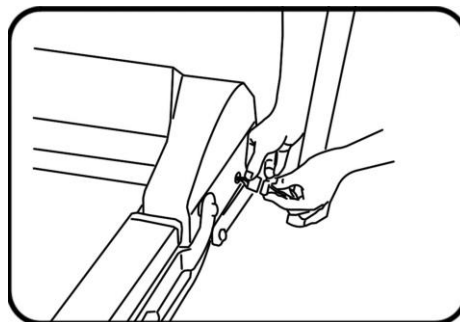
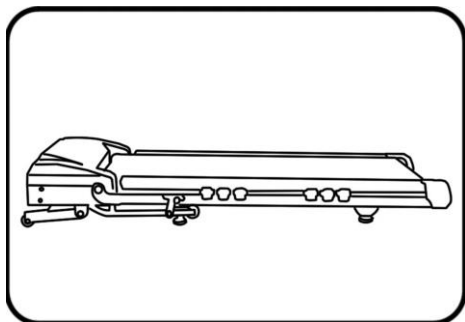
Максимальная нагрузка: 130 кг

Развернутое изображение

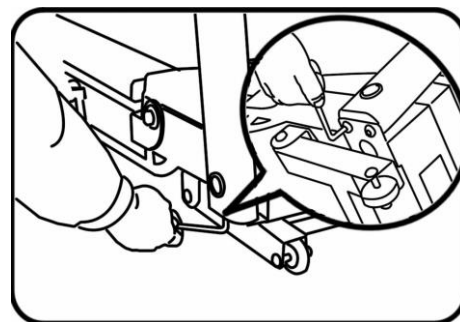
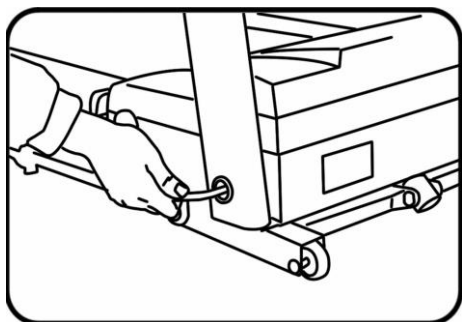
Пожалуйста, ознакомьтесь со следующими деталями:



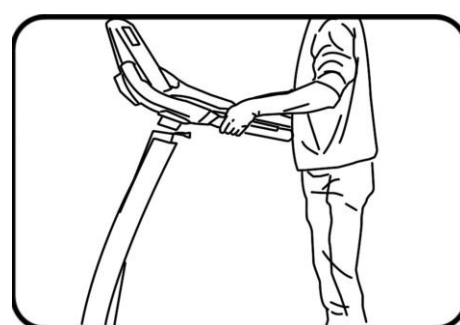
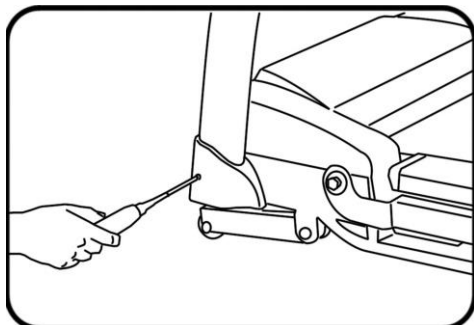
Инструкции по сборке



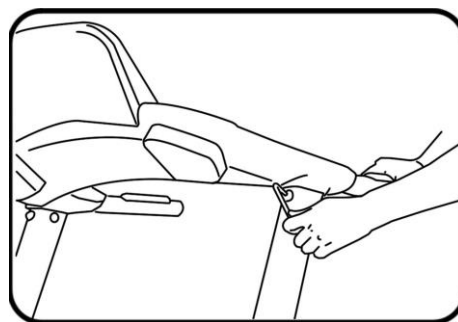
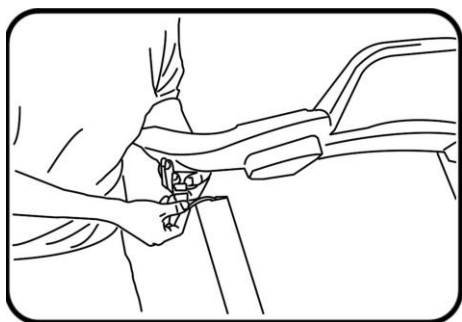
1. Распакуйте беговую дорожку и снимите пластиковый пакет, затем положите устройство на ровную поверхность.
2. Подключите кабель от основного корпуса к опоре.



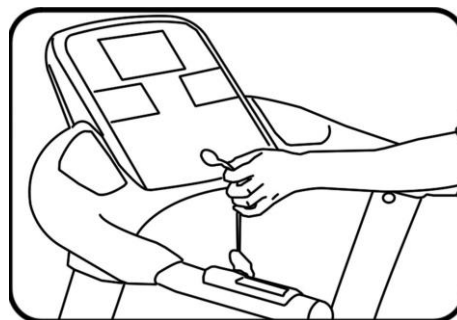
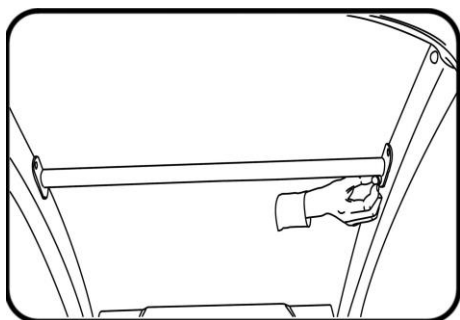
3. Зафиксируйте опорные трубки.
4. Закрепите два болта на нижней стороне опоры.



5. Установите полюсный щит.
6. Закрепите монитор на вертикальной стойке.



7. Соедините вертикальную стойку и линию управления монитором.
8. Соедините монитор с опорой и зафиксируйте их.

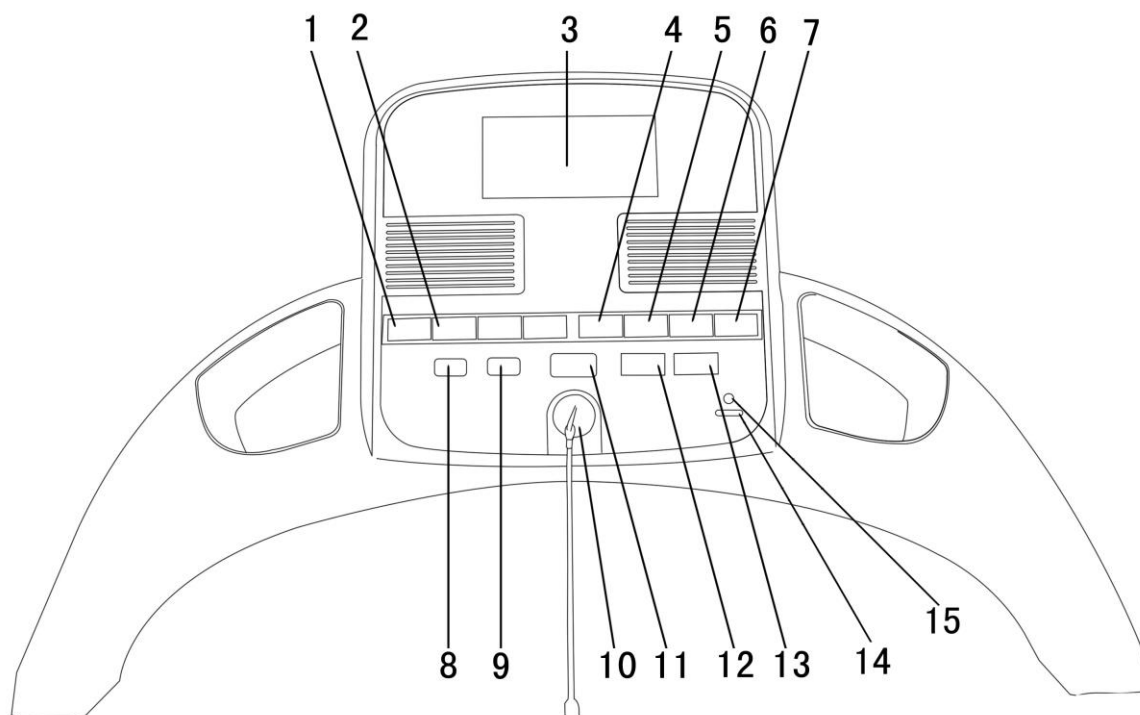


9. Закрепите перекладину на опоре.

10. Установите ключ безопасности.

Прежде чем закрепить винты, убедитесь, что все детали находятся на нужных местах.

Описание дисплея



- 1. Увеличение наклона
- 2. Уменьшение наклона
- 3. ЖК-дисплей
- 4. Программы
- 5. Звук -/Последний

- 6. Звук +/Следующий
- 7. Воспроизведение/Пауза
- 8. Стоп
- 9. Старт
- 10. Безопасность

- 11. Настройка
- 12. Замедление
- 13. Ускорение
- 14. USB
- 15. Аудио вход

Регулировка

1. После завершения сборки беговой дорожки установите ключ безопасности.
2. Перед включением беговой дорожки, пожалуйста, проверьте в порядке ли напряжение и заземление. Вручную сверните беговое полотно и проверьте, есть ли шум.
3. Включите питание, Вы услышите звуковой сигнал с монитора, и все показатели на дисплее будут равны нулю. Нажмите СТАРТ, мотор заработает со скоростью 1,0 км/ч. Затем проверьте, нормально ли работают мотор и монитор.
4. Нажмите кнопки УСКОРЕНИЯ и ЗАМЕДЛЕНИЯ, чтобы проверить их работу.
5. Нажмите кнопку СТОП, чтобы проверить ее работу.
6. **Аудио инструкция по Bluetooth:**
После запуска тренажера встроенный Bluetooth заработает. Вы можете включить функцию Bluetooth на своем телефоне: просто нажмите "Поиск устройства" и найдите «PRO TRAIN», затем нажмите на него, чтобы подключиться. После подключения консоль издаст звуковой сигнал, загорится красный свет. Затем Вы можете открыть на телефоне музыкальный проигрыватель и нажать «воспроизведение», после чего динамик консоли начнет воспроизводить музыку. Поместите флешку с музыкой формата MP3 в разъем USB, загорится зеленый свет, после чего начнется воспроизведение музыки. Вы можете выбирать переключать композиции, нажав кнопку «воспроизведение/пауза», длительное нажатие - это регулировка громкости. Если Ваше устройство не может подключиться к тренажеру, пожалуйста, используйте USB-флешку или входное отверстие для аудио кабеля для воспроизведения музыки.

Руководство по эксплуатации

1. Включите питание

Вставьте трехжильный штекер в розетку (примечание: он должен иметь надежное заземление); затем вставьте ключ безопасности в монитор и включите питание. Монитор издаст звуковой сигнал, похожий на звуковой сигнал, и все показатели на дисплее будут равны нулю. После этого беговая дорожка будет находиться в режиме ожидания (далее - режим ожидания).

2. Начните работу беговой дорожки

Нажмите СТАРТ, пока беговая дорожка находится в режиме ожидания, все показатели на дисплее будут равны нулю. После этого беговая дорожка заработает на самой низкой скорости; нажмите УСКОРЕНИЕ, чтобы увеличить скорость, или ЗАМЕДЛЕНИЕ, чтобы ее уменьшить.

3. Настройка для запуска

Нажмите кнопку НАСТРОЙКА, когда беговая дорожка находится в режиме ожидания, все показатели на дисплее (кроме калорий/веса) будут равны нулю. Если Вы хотите настроить какой-либо параметр, непрерывно нажимайте кнопку НАСТРОЙКА, пока нужный Вам параметр не мигает, затем нажмите УСКОРЕНИЕ или ЗАМЕДЛЕНИЕ, чтобы его изменить; если нажать СТОП, настройка параметра прекратится. После настройки нажмите СТАРТ, все измененные параметры будут сохранены, и беговая дорожка будет работать в соответствии с настроенными параметрами. Если время и расстояние настроены, то после запуска тренажера начнется их обратный, а затем будут снова добавлены в сопровождении звукового сигнала. Примечание: нажмите кнопку НАСТРОЙКА непрерывно более четырех раз, и программа будет изменена в меню программа контроля пульса.

4. Программа контроля пульса

Нажмите кнопку НАСТРОЙКА пять раз, пока беговая дорожка находится в режиме ожидания, все показатели на дисплее (кроме калорий/веса) будут равны нулю. Значение целевого пульса отобразится на экране. Нажмите УСКОРЕНИЕ или ЗАМЕДЛЕНИЕ, чтобы изменить это значение. Если в то же время Вы нажмете СТОП, то процесс настройки будет прекращен; непрерывно нажимайте кнопку НАСТРОЙКА. Значения скорости и расстояния можно настроить таким же образом. После завершения настройки, возьмите датчики пульса и нажмите СТАРТ, беговая дорожка будет работать с заданной скоростью и автоматически меняться в соответствии с пульсом пользователя, тем самым сохраняя пульс пользователя равным целевой ЧСС или около того. Внимание: есть много факторов, которые могут повлиять на точность данных частоты сердечных сокращений, поэтому данные показатели можно использовать только для справочной информации. Максимальная скорость данного режима составляет 6 км/ч. Предполагается, что заданная скорость составляет не более 3 км/ч, а целевой диапазон сердечных сокращений - 50-160 в/мин.

5. Пауза и стоп

Когда в процессе работы беговой дорожки Вы нажмете СТОП, тренажер остановится и все данные о тренировке будут сохранены. При нажатии СТАРТа тренажер будет работать в соответствии с ранее полученными данными. При повторном нажатии кнопки СТОП все данные станут равны нулю.

6. Отображение общего расстояния

Когда беговая дорожка находится в режиме ожидания и все данные на мониторе равны нулю, нажмите кнопку НАСТРОЙКА, после чего на экране появятся настроенные данные. Нажмите и удерживайте кнопку НАСТРОЙКА примерно 3 секунды, затем значения скорости и расстояния объединятся, чтобы отобразилось общее расстояние.

7. Прямой выбор скорости

В процессе работы беговой дорожки в области значения скорости на мониторе есть 3 кнопки. Выберите и нажмите одну из них, скорость бега изменится на основании Вашего выбора (№ 5 означает 5 км/ч ... № 8 - 8 км/ч).

8. Настройка скорости вручную

Кнопки УСКОРЕНИЯ и ЗАМЕДЛЕНИЯ расположены в нижней правой части экрана. Нажимайте их, чтобы самостоятельно изменить значение скорости.



Особое внимание: пока используется кнопка программы, другие кнопки, кроме кнопки СТОП, работать не будут.

Удерживайте кнопку СТОП до тех пор, пока все данные не станут равны 0 и не заработают корректно.

Запрещается использовать кнопку программы как детям, так и взрослым.

9. Метод подсчета калорий: люди с нормальным весом при беге на 16 метров расходуют до 1-ой калории.

10. Настройка эвердьюпойс

При включении питания, значение калорий загорится, после чего Вы можете выбрать такое же число, как Ваш эвердьюпойс, нажимая кнопки УСКОРЕНИЯ и ЗАМЕДЛЕНИЯ. Затем нажмите СТАРТ, и тренажер заработает. Данная настройка может сделать число, отображаемое в окне калорий, гораздо более актуальным.

11. Регулировка яркости экрана

В режиме ожидания нажмите кнопку СТАРТ, а затем быстро нажмите кнопку СТОП, окно отображения скорости замигает, в этот момент Вы можете настроить яркость экрана с помощью

кнопки УСКОРЕНИЯ/ЗАМЕДЛЕНИЯ. После завершения регулировки яркости нажмите СТОП, чтобы сохранить изменения.

Ежедневное обслуживание

1. Беговое полотно и дека

■ Краткие инструкции

Беговое полотно изготовлено из композитного хлопчатобумажного волокна и специальной технологии с более низким коэффициентом трения и более высокой устойчивостью к растяжению. Дека имеет двойную амортизирующую систему, поверхность подножки имеет специальное покрытие, устойчивое к истиранию, что делает тренировки еще более комфортными и эффективными.

■ Чистка

Чистка может продлить срок службы беговой дорожки, поэтому необходимо периодически чистить подножку и боковые подставки для ног. Пожалуйста, не забывайте прочищать беговое полотно мягкой тканью, смоченной водой. Но не допускайте попадание воды под беговое полотно.

2. Смазка

Спустя какое-то время использования беговой дорожки беговое полотно и дека нуждаются в смазке:

Меньше 3-х часов использования в неделю: раз в полгода

3-6 часов в неделю: раз в 3 месяца

Более 6 часов в неделю: раз в месяц

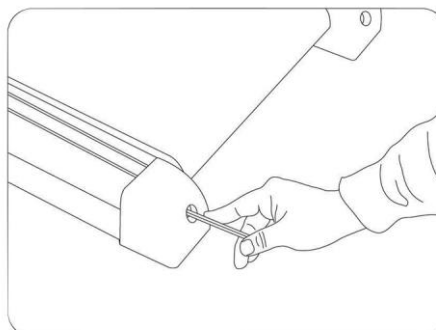
Подходящая смазка продлит срок службы беговой дорожки.

3. Оценка трения

Трение между беговым полотном и декой увеличивается из-за грязи или недостаточного количества смазки. Это может нанести вред мотору и контроллеру. Признаки высокого трения: После выключения питания беговое полотно невозможно сдвинуть или его трудно перемещать ногами; если вытащить ключ безопасности, когда беговая дорожка работает на средней скорости, беговое полотно немедленно останавливается. Высокое трение может привести к повреждению мотора или контроллера. Это может привести к изнашиванию выключателя или предохранителя.

4. Регулировка полотна

- 1) Беговое полотно регулируется еще на заводе во время производства. Но через некоторое время использования беговой дорожки натяжение полотна ослабевает. В гарантийное обслуживание это не входит, поэтому отрегулировать натяжение полотна Вы должны самостоятельно. Если натяжение слишком слабое, то полотно будет скользить, если же полотно натянуто слишком сильно, это может повредить мотор и ролик. В среднем расстояние между полотном и декой должно быть 5-6 см. Как оценить натяжение бегового полотна: настройте скорость беговой дорожки на 1,5 км/ч, крепко держитесь за поручни и остановите беговое полотно ногами. Если беговое полотно



остановится, а передний ролик все еще будет в движении и продолжит двигаться после того, как Вы уберете ноги, значит, натяжение бегового полотна слишком слабое. В этом случае срок службы ремня мотора будет уменьшаться, поэтому так важно вовремя отрегулировать натяжение бегового полотна.

2) Регулировка слабого натяжения бегового полотна

После использования в течение некоторого времени Вы испытать ощущение паузы во время бега; это происходит из-за ослабленного бегового полотна. Решение: отрегулируйте обе стороны регулировочных болтов по часовой стрелке шестигранным ключом на 1–ин оборот, пока ощущение паузы полностью не исчезнет. И помните, что натяжение бегового полотна не должно быть слишком сильным. Отрегулируйте его так, чтобы Вам было комфортно бегать по нему. Слишком сильное натяжение сократит срок службы бегового полотна.

5. Регулировка смещения бегового полотна

Спустя какое-то время использования беговой дорожки может произойти смещение бегового полотна. Это может произойти по ряду причин:

- 1) Корпус беговой дорожки стоит некорректно.
- 2) Во время бега стопы пользователя находятся не по центру бегового полотна.
- 3) Силы 2-х стоп неравны.
- 4) Если смещение полотна произошло по вине пользователя, отрегулировать достаточно просто. Нужно лишь оставить работающим тренажер без нагрузки на пару минут. Если смещение произошло не по вине пользователя, то нужно отрегулировать болт по или против часовой стрелки. Если полотно сместилось влево, отрегулируйте левый болт по часовой стрелке или правый – против часовой стрелки. Если полотно сместилось вправо – отрегулируйте болты наоборот. Смещение бегового полотна не входит в гарантию, поэтому Вам нужно будет отрегулировать полотно самостоятельно. Смещение бегового полотна может его повредить, поэтому важно вовремя его отрегулировать.

6. Регулирование моторного ремня

- 1) Все моторные ремни регулируются еще на производстве. Однако спустя какое-то время использования тренажера мотор может остановиться по причине ослабления моторного ремня.
- 2) Как понять, ослаблен моторный ремень или нет
Поставьте беговую дорожку на скорость 1,5 км/ч, крепко держитесь за поручни и попытайтесь остановить ногами беговое полотно. Если беговое полотно остановится, а передний ролик все еще будет в движении и продолжит двигаться после того, как Вы уберете ноги, значит, натяжение моторного ремня слишком слабое. При этом у Вас появится ощущение паузы. Как можно скорее отрегулируйте его, потому что это может привести к сокращению срока службы моторного ремня.
- 3) Решение: отрегулируйте болт мотора по часовой стрелке до тех пор, пока ощущение паузы окончательно не исчезнет.

Натяжение не должно быть слишком сильным. Чересчур сильное или слабое натяжение может сократить срок службы приводного ремня.

Распространенные проблемы и их решение

1. Неисправность дисплея

- 1) После включения питания цифровой транзистор не отображается, а зуммер продолжает звонить. Решение: поменяйте монитор.
- 2) После включения питания тренажер будет работать в привычном режиме и все дисплеи

будут в норме, но кнопки УСКОРЕНИЯ и ЗАМЕДЛЕНИЯ не будут работать. Решение: поменяйте монитор.

- 3) После включения питания каждый цифровой транзистор отображает одни и те же штрихи, зуммер не имеет звука, и все клавиши не работают. Решение: поменяйте монитор.
- 4) После включения питания без нажатия кнопки СТАРТ, беговая дорожка запускается с меньшей скоростью, кнопки УСКОРЕНИЯ и ЗАМЕДЛЕНИЯ не работают. Решение: поменяйте монитор.
- 5) Кнопки СТАРТ и СТОП работают нормально, можно увеличить скорость, но не замедлить. Кнопки были повреждены или же сигнальный кабель стал быстрой, но не может стать медленной, ключи были повреждены или сигнальный кабель плохо подсоединен. Решение: поменяйте монитор.
- 6) Цифровой транзистор не может отображать или отображает лишь наполовину числа, цифровой транзистор был поврежден, но беговая дорожка может работать нормально. Решение: поменяйте монитор.
- 7) После нажатия СТАРТа беговая дорожка работает на начальной скорости, но останавливается через 5 секунд. Решение: поменяйте монитор.
- 8) После запуска беговой дорожки скорость не меняется после нажатия УСКОРЕНИЯ и ЗАМЕДЛЕНИЯ; Решение: поменяйте монитор.
- 9) После включения питания цифровой транзистор регулярно мигает. Убедитесь, что ключ безопасности находится в правильном положении. Если цифровой транзистор все еще регулярно мигает, пожалуйста, поменяйте монитор.
- 10) Без ключа безопасности и включения питания цифровой транзистор не мигает, после нажатия кнопки СТАРТ, беговая дорожка работает нормально. Решение: поменяйте монитор.

2. Неисправность контроллера

- 1) После включения питания и нажатия кнопки СТАРТ беговая дорожка работает на высокой скорости и не может остановиться.
- 2) После включения питания дисплей и зуммер работают; нажмите СТАРТ, запись времени длится 5 секунд, а затем зуммер снова звонит, но беговая дорожка не работает.
- 3) Дисплей монитора и зуммер в норме, но беговое полотно не двигается после запуска тренажера.
- 4) После включения питания монитор работает нормально; реле не может закрыться после настройки и полотно немного смещается, а вскоре останавливается.
- 5) После включения питания монитор работает нормально, реле не может закрыться и нажать кнопку СТАРТ, а беговая дорожка не работает.
- 6) После включения питания предохранитель ломается.

Решение: для решения 6 вышеописанных проблем, пожалуйста, замените контроллер.

3. Неисправность мотора

- 1) Кнопки СТАРТ, СТОП, УСКОРЕНИЕ И ЗАМЕДЛЕНИЕ работают нормально, однако беговая дорожка работает только без нагрузки, с нагрузкой она перестает работать.
Причина: мотор потерял свой магнетизм.
Решение: поменяйте мотор.
- 2) Монитор работает, но после запуска беговой дорожки никаких действий не происходит.
Причина: угольная щетка находится не в правильном положении или была заблокирована.
Решение: переустановите или замените электронную щетку.
- 3) После запуска беговой дорожки скорость изначально достаточно быстрая, а беговое полотно

останавливается спустя 0.5-3 круга, или скорость является неустойчивой.

Причина: угольная щетка истерлась.

Решение: смените угольную щетку.

4) после запуска беговой дорожки мотор издает шумы.

Причина: мотор был поврежден.

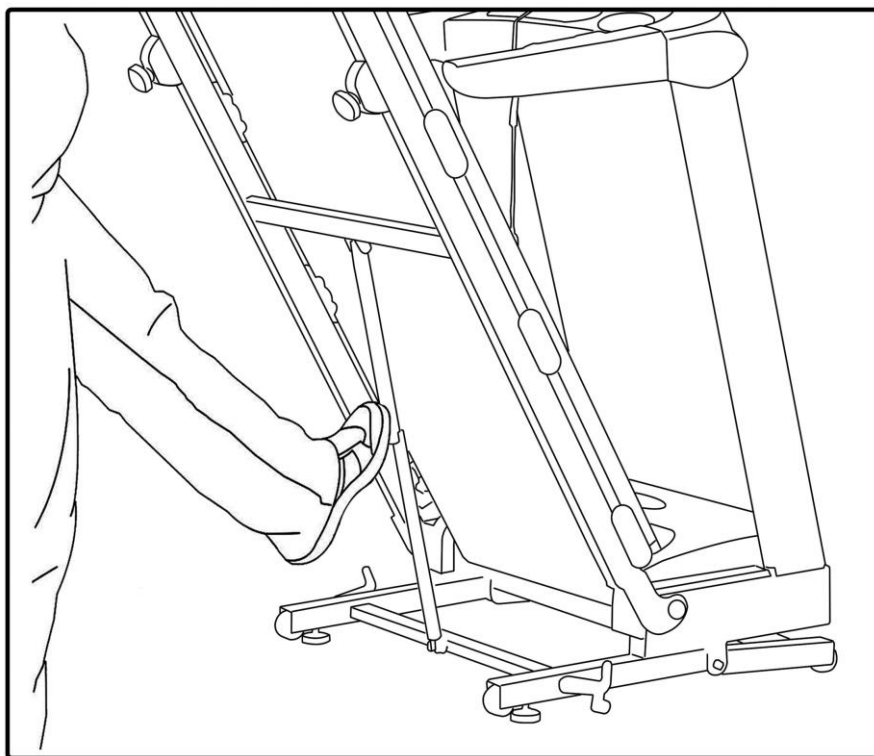
Решение: техническое обслуживание или замена мотора.

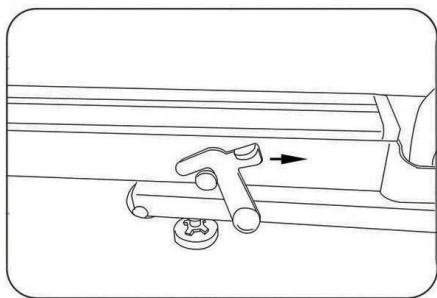
5) После включения питания протектор утечки размыкает цепь и мотор работает не совсем исправно.

Решение: замените мотор.

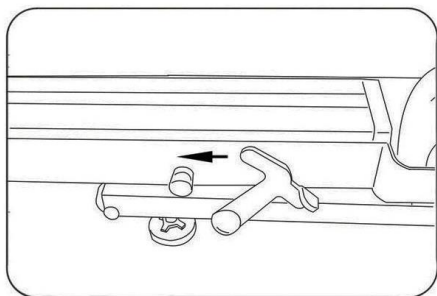
Инструкции по складыванию

Сложив верхний цилиндр легким ударом ноги, осторожно опустите корпус вниз. Складная беговая дорожка должна обеспечить блокировку цилиндра. После этого оставьте беговую дорожку в таком положении или перенесите ее в нужное место.





Инструкция по использованию стержня наклона.
Перед тем, как складывать беговую дорожку необходимо сначала открыть стержень наклона, в противном случае, тренажер нельзя будет сложить.



Закрытый стержень наклона прочно соединяет части мотора и деки, обеспечивает устойчивость при беге. После того, как беговая дорожка будет сложена, стержень наклона должен быть закрыт.

Необходимое безопасное расстояние

