

SOLE

FITNESS



БЕГОВАЯ ДОРОЖКА F60

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

**ВНИМАТЕЛЬНО ПРОЧТИТЕ НАСТОЯЩЕЕ РУКОВОДСТВО
ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЭКСПЛУАТАЦИИ ТРЕНАЖЕРА!**

**ДАННАЯ БЕГОВАЯ ДОРОЖКА ПРЕДНАЗНАЧЕНА ТОЛЬКО ДЛЯ
ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ.**

ЛЮБОЕ ИНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АННУЛИРУЕТ ГАРАНТИЮ

СОДЕРЖАНИЕ

<u>Важно! Техника безопасности</u>	3
<u>Важно! Электробезопасность</u>	4
<u>Важно! Безопасность эксплуатации</u>	5
<u>Важно! Безопасность распаковки</u>	6
<u>Сборка тренажера</u>	7
<u>Складывание тренажера</u>	11
<u>Транспортировка тренажера</u>	11
<u>Эксплуатация беговой дорожки</u>	12
<u>Предустановленные программы</u>	16
<u>Основное техническое обслуживание</u>	23
<u>Сервисный лист – Руководство по диагностике</u>	25
<u>Взрыв-схема тренажера – детали и комплектующие</u>	26
<u>Перечень деталей и комплектующих</u>	27

ВАЖНО! ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

ВНИМАНИЕ! Перед началом эксплуатации данного оборудования ознакомьтесь с инструкцией в полном объеме.

ОПАСНОСТЬ! Во избежание поражения электрическим током перед чисткой и/или техническим обслуживанием отсоединяйте беговую дорожку SOLE от электрической сети.

ВНИМАНИЕ! Во избежание ожогов, возгорания, поражения электрическим током или травм устанавливайте беговую дорожку на плоскую ровную поверхность. Используйте заземленную розетку 220 В (230 В) 10 А, к которой должна быть подключена только беговая дорожка.

В СЛУЧАЕ НЕОБХОДИМОСТИ ИСПОЛЬЗУЙТЕ УДЛИНИТЕЛЬ С ОДНОЙ РОЗЕТКОЙ С ЗАЗЕМЛЯЮЩИМ КОНТАКТОМ С МЕДНЫМИ ЖИЛАМИ СЕЧЕНИЕМ НЕ МЕНЕЕ 2,5 КВ.ММ. ПРОКЛАДКА ЗАЗЕМЛЕНИЯ ОТДЕЛЬНЫМ ПРОВОДОМ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ. ЗАПРЕЩАЕТСЯ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПЕРЕХОДНИКИ ИЛИ ВНОСИТЬ КАКИЕ-ЛИБО ИЗМЕНЕНИЯ В КОНСТРУКЦИЮ УДЛИНИТЕЛЯ.

Это может привести к серьезной опасности удара током или пожара, а также к выходу из строя блока управления. См. Инструкции по заземлению, стр. 4.

- Запрещается эксплуатация беговой дорожки на мягком, ворсистом или махровом покрытии. Это может привести к повреждению покрытия и тренажера.
- Запрещается перекрывать доступ к задней части беговой дорожки. Между задней частью тренажера и ближайшим неподвижным предметом необходимо обеспечить минимальное расстояние в 1 метр.
- Запрещается нахождение возле тренажера детей младше 13 лет. Устройство имеет множество мест заземления и движущихся частей, способных нанести ребенку травму.
- Не прикасайтесь к движущимся частям.
- Запрещается эксплуатация тренажера с поврежденным кабелем или вилок. При некорректной работе тренажера обратитесь к дилеру.
- Не допускайте воздействия на кабель питания высоких температур.
- Запрещается эксплуатация тренажера в местах распыления аэрозольных спреев или подачи кислорода. Искры, образующиеся в результате работы двигателя, могут привести к воспламенению газов.
- Запрещается помещать посторонние предметы в отверстия тренажера.
- Запрещается эксплуатация на открытом воздухе.
- Для отключения устройства переведите все переключатели в положение «выключено» и выньте вилку из розетки сети питания.
- Запрещается использование тренажера не по прямому назначению.
- Датчики пульса не являются официальными медицинскими устройствами. На точность показаний частоты сердечных сокращений (ЧСС) влияют различные факторы, включая двигательную активность пользователя. Датчики пульса предназначены только для ориентировочного определения ЧСС в процессе тренировок.
- Держитесь за поручни или рукоятки – они предназначены для вашей безопасности.
- Используйте подходящую обувь. Для тренировок не подходят туфли на высоком каблуке, классические туфли, сандалии, также запрещается тренировка без обуви. Во избежание чрезмерной усталости ног рекомендуется носить качественную спортивную обувь.
- Данное устройство не предназначено для использования лицами со сниженными физическими, сенсорными или умственными способностями, а также с недостатком опыта и знаний по эксплуатации данного оборудования кроме как под наблюдением лица, ответственного за их безопасность с предоставлением инструкции по эксплуатации.

Во избежание использования беговой дорожки посторонними лицами, уберите шнур ключа безопасности в надежное место.

СОХРАНИТЕ ДАННУЮ ИНСТРУКЦИЮ – ПОЗАБОТЬТЕСЬ О БЕЗОПАСНОСТИ!

ВАЖНО! ЭЛЕКТРОБЕЗОПАСНОСТЬ

ВНИМАНИЕ!

ЗАПРЕЩАЕТСЯ использовать с данным оборудованием устройство защитного отключения УЗО (амер. – размыкатель тока утечки на землю GFCI). УЗО будет часто отключать тренажер, как и любое другое устройство с мощным двигателем. Размещайте силовую кабель в стороне от всех подвижных частей беговой дорожки, включая механизм подъема и транспортировочные колеса.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ снимать крышку мотора без отключения от источника питания.

Изменение напряжения в сети питания на десять процентов (10%) и более может оказать влияние на производительность беговой дорожки. Гарантийные обязательства не распространяются на данные условия. Если вы предполагаете низкое напряжение в сети питания, свяжитесь с местной энергоснабжающей компанией или лицензированным электриком для проведения испытания.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ подвергать беговую дорожку воздействию дождя или влаги. Данное изделие НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНО для использования на открытом воздухе, вблизи бассейна или гидромассажной ванны, а также в других помещениях с высокой влажностью. Максимальная температура окружающей среды не должна превышать 40°C, влажность – 95% без образования конденсата (капли воды на поверхностях).

АВТОМАТЫ ЗАЩИТЫ ЦЕПИ (ПРЕРЫВАТЕЛИ ЦЕПИ). Некоторые прерыватели цепи, используемые в домашних условиях, не предназначены для высоких скачков пускового тока, которые могут произойти во время первого включения беговой дорожки или в процессе эксплуатации. Если ваш тренажер приводит к отключению центрального прерывателя цепи, но при этом прерыватель самого тренажера не отключается, то вам необходимо заменить первичное устройство на модель, предназначенную для большего пускового тока. Данный дефект не покрывается гарантийными обязательствами. Подобную ситуацию невозможно предусмотреть во время производства устройства. Такие устройства можно приобрести в большинстве магазинов электротоваров.

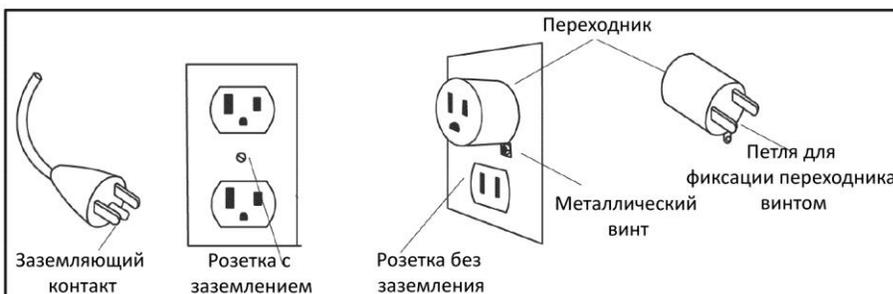
ИНСТРУКЦИЯ ПО ЗАЗЕМЛЕНИЮ

Данное устройство должно быть заземлено. При поломке или неверной работе беговой дорожки контур заземления обеспечивает отвод напряжения, снижая тем самым риск поражения электрическим током. Данное устройство оснащено кабелем с заземляющей вилкой. Вилка должна включаться в соответствующую розетку, установленную и заземленную в соответствии с действующими нормами и правилам.

ОПАСНОСТЬ! Неправильное подключение проводника заземления может привести к поражению электрическим током. В случае возникновения сомнений относительно выполненного заземления свяжитесь с квалифицированным электриком или специалистом отдела обслуживания для проведения проверки. Запрещается изменять конструкцию вилки, поставляемой с устройством, если она не подходит к используемой розетке; обратитесь к квалифицированному электрику для выполнения установки необходимой розетки.

Устройство предназначено для эксплуатации в сети 220 В (230 В) и оснащено вилкой, аналогичной изображенной на рисунке. Для подключения к 2-полюсной розетке, не

подходящей к поставляемой с устройством вилке, возможно использование временного переходника, аналогичного приведенному на рисунке. Временный переходник может быть использован до тех пор, пока квалифицированный электрик не выполнит установку розетки, заземленной надлежащим образом. При использовании переходника его необходимо за-



ВАЖНО! БЕЗОПАСНОСТЬ ЭКСПЛУАТАЦИИ

- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** эксплуатировать тренажер без понимания результатов изменения рабочих режимов на панели управления устройства.
- Помните, что скорость и наклон беговой дорожки изменяются медленно. Установите желаемую скорость на панели управления и отпустите кнопку регулировки. Тренажер постепенно выполнит команду.
- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** эксплуатация тренажера во время грозы. В электрической сети возможны скачки напряжения, способные вывести из строя узлы тренажера. Во время грозы необходимо отключить тренажер от сети питания.
- Соблюдайте осторожность при выполнении других действий во время упражнения на беговой дорожке: просмотр телевизора, чтение и т.д. Подобные отвлекающие факторы могут привести к травме.
- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** заходить и сходить с беговой дорожки во время движения бегового полотна. Беговые дорожки SOLE начинают движение на очень низкой скорости, поэтому нет необходимости стоять на боковых направляющих во время начала движения. Просто становитесь на полотно на начальном этапе ускорения, после того как научитесь пользоваться тренажером.
- Во время изменения настроек (угол наклона, скорость и т.д.) держитесь за рукоятку или поручень.
- Не прикладывайте чрезмерное усилие на кнопки управления. Для срабатывания достаточно легкого касания пальцем. Если кнопки не реагируют на нормальное прикосновение, обратитесь к представителю компании SOLE.

ВАЖНО! ШНУР КЛЮЧА БЕЗОПАСНОСТИ

С данным устройством поставляется шнур ключа безопасности, который должен использоваться постоянно. Он необходим для обеспечения вашей безопасности на тот случай, если вы упадете или переместитесь к крайней задней точке бегового полотна. Натяжение шнура ключа безопасности остановит движение полотна.

Правила эксплуатации

1. Установите ключ безопасности на панель управления. Без выполнения данного действия беговая дорожка работать не будет. Отсутствие ключа безопасности также предотвращает использование беговой дорожки посторонними лицами.
2. Надежно закрепите пластиковую клипсу на Вашей одежде для обеспечения необходимого натяжения.
Примечание. Крепление клипсы должно быть выполнено таким образом, чтобы не допустить ее падения. Ознакомьтесь с функциями и ограничениями устройства. При удалении ключ безопасности с панели управления беговая дорожка останавливается через один-два шага в зависимости от скорости. Для выключения устройства в штатном режиме используйте красный выключатель **STOP** (Стоп).
3. Если на дисплее панели управления появляются символы E0, верните ключ безопасности на место для продолжения эксплуатации беговой дорожки.

ВАЖНО! БЕЗОПАСНАЯ РАСПАКОВКА

ПРОЧТИТЕ ПЕРЕД РАСПАКОВКОЙ СКЛАДНОЙ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ

В случае неправильной распаковки сложенной беговой дорожки, вы можете получить серьезные травмы.

На время транспортировки беговая дорожка фиксируется от случайного раскладывания ремнем на застежке «липучка». Если данный ремень будет снят неправильно, беговая дорожка может неожиданно открыться, тем самым причинив травмы находящимся рядом лицам.

Для обеспечения собственной безопасности при снятии фиксирующего ремня, пожалуйста, убедитесь, что беговая дорожка стоит прямо на плоской поверхности, в положении, готовом к использованию. Не включайте беговую дорожку, пока не снимите фиксирующий ремень. Это может привести к запуску механизма раскладывания беговой дорожки. Если конец ремня (вам нужно его захватить для снятия ремня) оказался под беговой дорожкой, попытайтесь достать его, не наклоняя беговую дорожку.

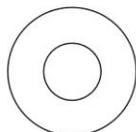
ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Уборка пылесосом под крышкой двигателя и проверка электропроводки (раз в 2 месяца)	Чистка и проверка бегового полотна на смазку (раз в 2 месяца)	Смазка бегового полотна (каждые 90 часов эксплуатации или ранее при необходимости)	Проверка натяжения полотна (ежемесячно). Регулировка при необходимости	Дата

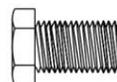
СБОРКА ТРЕНАЖЕРА

Комплектующие для сборки беговой дорожки SOLE F60

2 Комплектующие для 2-го шага сборки



#100 Шайба плоская
Ø5/16"хØ18х1,5 – 8 шт.

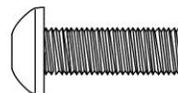


#99 Болт с шестигранной головкой
5/16"х18х1/2" – 8 шт.

3 Комплектующие для 3-го шага сборки

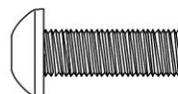


#80 Шайба разрезная
Ø8х16 – 4 шт.



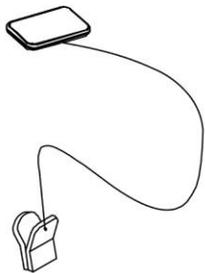
#125 5/16"х3/4" Винт с полукруглой
головкой и крестообразным шлицем – 4 шт.

4 Комплектующие для 4-го шага сборки



#125 5/16"х3/4" Винт с полукруглой
головкой и крестообразным шлицем – 4 шт.

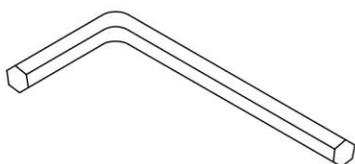
ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ СБОРКИ



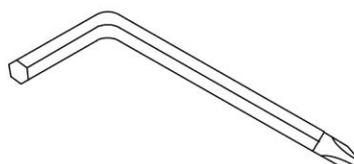
#44. Ключ безопасности



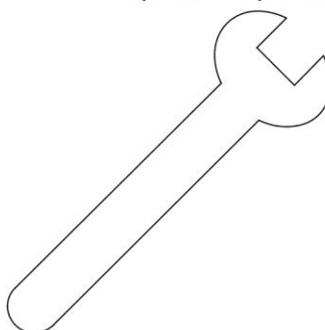
#104. Смазка



#103 Шестигранный ключ М6



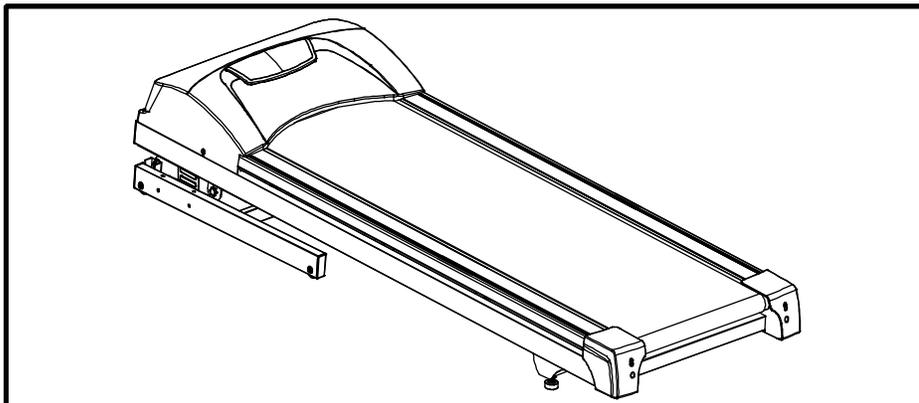
#102 Ключ универсальный:
ключ шестигранный(М5)
- крестообразная отвертка(Phillips)



#90 Гаечный ключ 13 мм

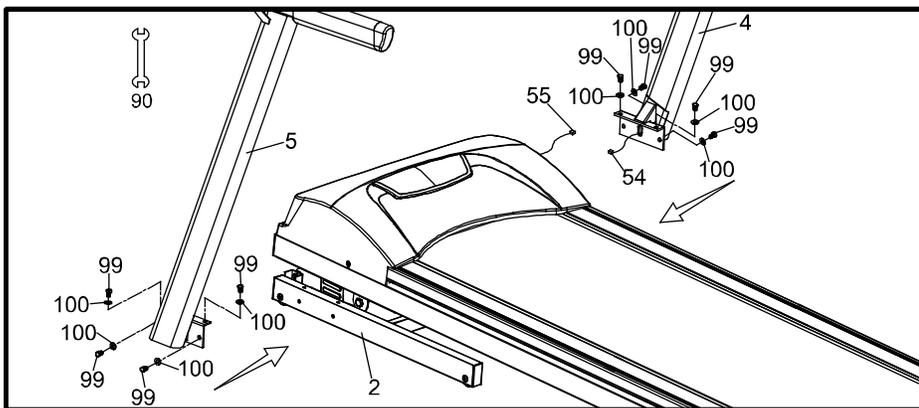
ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

1 ШАГ 1



1. Достаньте беговую дорожку из коробки и положите ее на ровный пол. Задняя часть должна быть не менее чем в 1 метре от стены. Снимите пластиковую упаковку и пенопласт с нижней части тренажера **перед** удалением фиксирующего ремня с застежкой «липучка». **Наклон тренажера в сторону после удаления ремня может привести к раскладыванию и резкому поднятию тренажера вверх. Это создает опасность серьезных травм.**

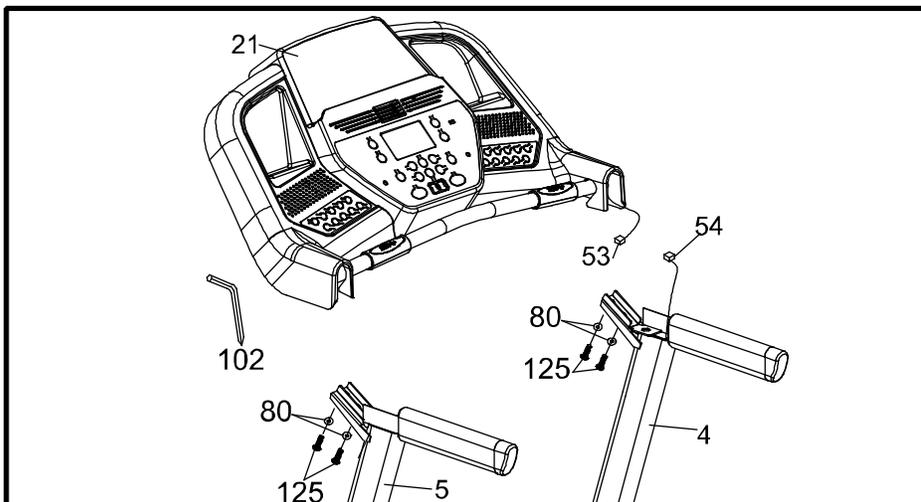
2 ШАГ 2



2. Подсоедините кабель управления (54) из правой стойки (4) к кабелю, выходящему из рамы основания тренажера (55). Затем состыкуйте правую (4) и левую (5) стойки с рамой основания тренажера и закрепите их 8 шт. болтами с шестигранной головкой с помощью гаечного ключа 13 мм. Используйте вместе с болтами плоские шайбы 8 шт. Совет: избегайте защемления проводов.

Перед сборкой стоек с рамой основания тренажера, убедитесь, что кабели, которые вы только что подключили, не будут зажаты между стальными деталями. Иначе это может привести к неправильной работе тренажера.

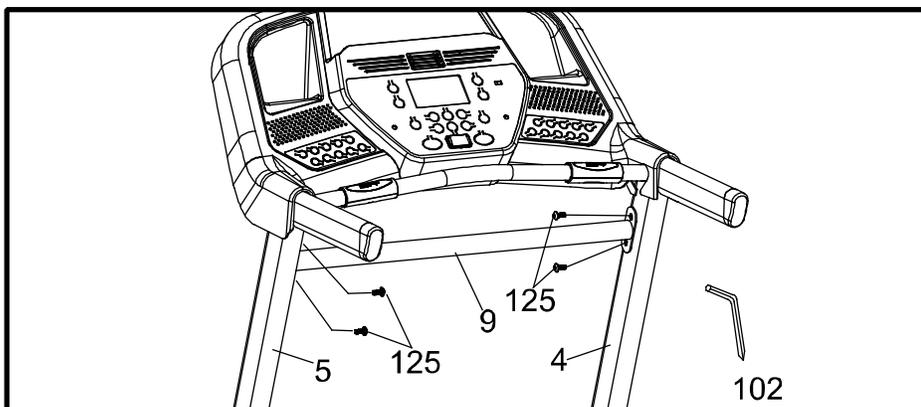
3 ШАГ 3



1. Соедините кабель управления, выходящий из верха правой стойки (54) с кабелем консоли управления (53).
2. Наденьте консоль управления (21) на направляющие левой (5) и правой (4) стоек и закрепите её 4-мя винтами с полукруглой головкой и крестообразным шлицем с помощью ключа универсального. Используйте вместе с винтами шайбы разрезные 4 шт. Совет: избегайте защемления проводов.

Перед сборкой деталей на 3 шаге, убедитесь, что кабели, которые вы только что подключили, не будут зажаты между стальными частями. Иначе это может привести к неправильной работе тренажера.

4 ШАГ 4



1. Вставьте поддерживающий поручень (9) между правой (4) и левой (5) стойками и закрепите его оставшимися 4-мя винтами с полукруглой головкой и крестообразным шлицем с помощью ключа универсального.

СКЛАДЫВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА

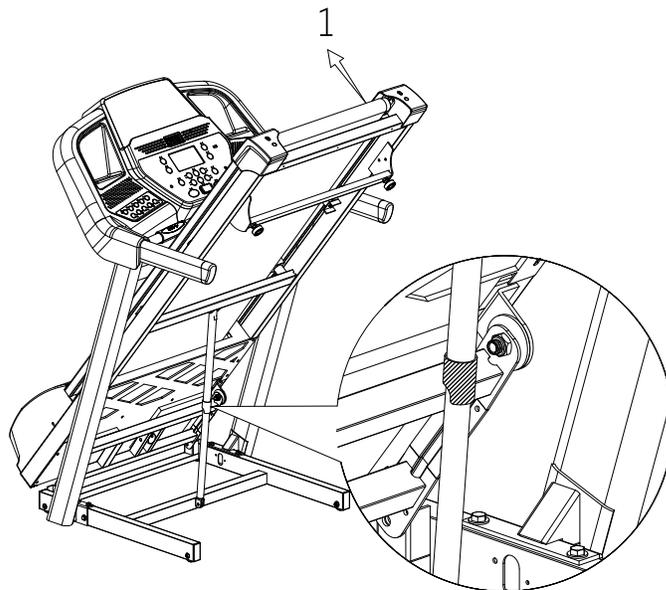
Не пытайтесь перемещать тренажер, если он предварительно не был сложен и заблокирован. Во избежание случайного повреждения отключите силовой кабель от передней части устройства. Для перемещения тренажера в требуемое положение используйте обе рукоятки.

■ ЧТОБЫ СЛОЖИТЬ БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ

Поднимайте деку беговой дорожки до тех пор, пока не сработает защелка фиксатора гидравлической подпорки.

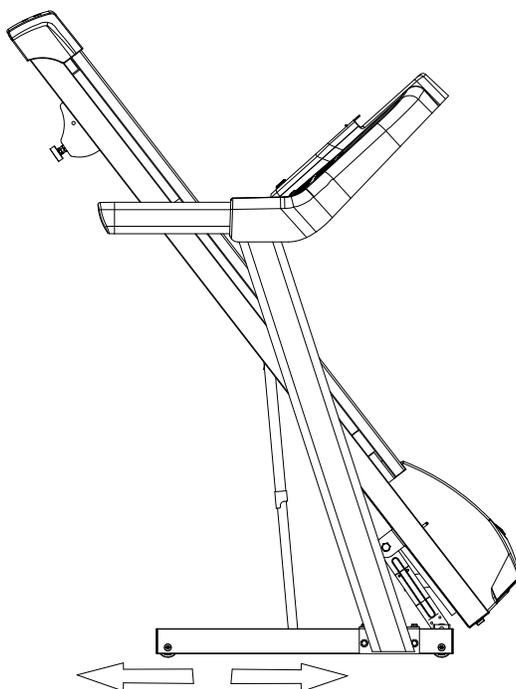
■ ЧТОБЫ РАЗЛОЖИТЬ БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ

Нажмите ногой на желтую педаль в середине гидравлической подпорки чтобы освободить фиксатор. См. рисунок справа.



ТРАНСПОРТИРОВКА ТРЕНАЖЕРА

Беговая дорожка оборудована транспортировочными колесиками, которые доступны, когда дорожка находится в сложенном состоянии. Просто катите тренажер в сложенном состоянии.



ЭКСПЛУАТАЦИЯ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ

Ознакомьтесь с консолью управления

КОНСОЛЬ УПРАВЛЕНИЯ



НАЧАЛО РАБОТЫ

Подключите питание беговой дорожки, подсоединив её в подходящую розетку, затем нажмите кнопку питания, расположенную на передней части тренажера, на нижней части корпус двигателя. Убедитесь, что **ключ безопасности** установлен на свое место, т.к. без него тренажер не будет работать.



Сообщение **LUBE** (Смазка)

Если на дисплее появляется сообщение Lube (Смазка), проверьте состояние смазки под декой тренажера (проведение смазки каждые 90 часов эксплуатации). Нажмите и удерживайте кнопку PROGRAMM чтобы сбросить сообщение.

СООБЩЕНИЯ НА ДИСПЛЕЕ

- Speed:** Текущая скорость, от стартовой 1 км/ч до 18 км/ч.
- Time:** Таймер оставшегося времени тренировки в минутах от 99:59. Отсчитывается с уменьшением от установленного Вами времени тренировки до 00:00.
- Distance:** Пройденное расстояние в километрах.
- Calories:** Текущее израсходованное во время тренировки количество калорий.
- Note:** Используется для сравнения различных видов физической нагрузки. Значения приблизительные, не могут применяться в медицинских целях.
- Pulse:** Текущая частота сердечных сокращений (ЧСС) в минуту. Чтобы отображалось данное сообщение, Вы должны держаться за оба датчика.
- Incline:** Степень наклона беговой дорожки от 0 до 12..
- Program:** Выбранная программа: Manual (Ручной режим), P1-P24, Fatburn-P9, Cardio-P12, Strength-P17, HIIT-P22 (предварительно встроенные программы), HR1, HR2 (целевые пульсозависимые программы), User1 or User2 (настраиваемые пользователем программы).
- Fan:** Встроенный в консоль управления вентилятор для обдува во время тренировки.
- Audio System:** Аудиовход 3,5 мм (Jack 3.5) для встроенных динамиков. Возможно подключение любого низкоуровневого источника аудиосигнала: MP3-плеера, iPod, тюнера, CD-плеера, телевизора или компьютера.

Тренажер оснащен Bluetooth-ресивером – возможностью воспроизведения музыки с мобильного телефона или планшета через Bluetooth-соединение. Тренажер будет определяться в списке устройств как «BT-Speaker».

Функция зарядки через USB-порт:

Заряжайте свои устройства во время тренировки с помощью встроенного в беговую дорожку USB-порта. Перед зарядкой вашего мобильного устройства убедитесь, что тренажер включен.

Шаг 1: Вставьте USB-кабель (не идет в комплекте) в USB-порт и ваше устройство.

Шаг 2: Проверьте, заряжается ли ваше устройство.

ПРИМЕЧАНИЕ

* USB-кабель для зарядки не поставляется в комплекте. Убедитесь, что используете совместимый USB-кабель для зарядки.

** Индикатор “зарядка” на вашем устройстве может не показывать процесс. В зависимости от силы тока, требуемой для каждого конкретного устройства, индикатор может не отображать процесс зарядки, но он все же может происходить с низкой скоростью.

***USB-порт на консоли предназначен для зарядки USB-устройства. Он обеспечивает совместимость с USB 2.0. С помощью этого порта вы не сможете сохранить данные тренировки на свое устройство; он используется только для зарядки.

BUTTON FUNCTION

SPEED ▲ (FAST) – СКОРОСТЬ ВЫШЕ. Нажатие на эту кнопку увеличивает скорость на 0,1 км/ч. Нажатие и удерживание этой кнопки в течение 3 сек приводит к быстрому увеличению скорости. Во время программирования кнопка служит для увеличения устанавливаемого значения.

SPEED ▼ (SLOW) – СКОРОСТЬ НИЖЕ. Нажатие на эту кнопку снижает скорость на 0,1 км/ч. Нажатие и удерживание этой кнопки в течение 3 сек приводит к быстрому снижению скорости. Во время программирования кнопка служит для уменьшения устанавливаемого значения.

INCLINE ▲ (UP) – НАКЛОН ВВЕРХ. Нажатие этой кнопки увеличивает наклон на 1 уровень. Нажатие и удерживание этой кнопки в течение 3 сек приводит к быстрому увеличению наклона. Во время программирования кнопка служит для увеличения устанавливаемого значения.

INCLINE ▼ (DOWN) – НАКЛОН ВНИЗ. Нажатие этой кнопки уменьшает наклон на 1 уровень. Нажатие и удерживание этой кнопки в течение 3 сек приводит к быстрому уменьшению наклона. Во время программирования кнопка служит для уменьшения устанавливаемого значения.

ENTER – ВВОД. Нажмите эту кнопку для установки времени, пройденного расстояния, калорий и других программируемых значений.

PROGRAM – ПРОГРАММЫ. Нажмите эту кнопку для выбора программы тренировки. MANUAL – ручные настройки, P1-P24 – предустановленные производителем программы, в том числе: FATBURN- P9 – для увеличения скорости сжигания жира, CARDIO- P12 – для тренировки сердечно-сосудистой функции, STRENGTH- P17 – силовая тренировка, HIIT- P22 – интервальная программа с чередованием уровня нагрузки, USER1-USER2 – программируемые пользователем программы, HR1-HR2 – целевые пульсозависимые программы.

START – СТАРТ. Нажмите эту кнопку для запуска беговой дорожки с начальной скоростью 1,0 км/ч.

STOP – СТОП. Нажатие этой кнопки во время тренировки переводит тренажер в режим паузы, постепенного уменьшения скорости и полной остановки. Последующее нажатие кнопки START возобновляет тренировку с восстановлением значений скорости и наклона на момент вхождения в режим паузы.

FAN – ВЕНТИЛЯТОР. Нажмите эту кнопку, чтобы включить вентилятор.

QUICK SPEED & INCLINE BUTTONS – КНОПКИ БЫСТРОГО ВЫБОРА СКОРОСТИ И НАКЛОНА. Speed shortcut key 1-10. Нажмите кнопки от 1 до 10, чтобы быстро установить требуемую скорость.

Incline shortcut key 1-10: Нажмите кнопки от 1 до 10, чтобы быстро установить требуемый наклон.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА

БЫСТРЫЙ СТАРТ

После включения питания и подсоединения ключа безопасности нажмите START. Беговая дорожка запустится на минимальной скорости 1,0 км/ч. Отчет времени начнется от нуля, и все остальные показатели будут считываться с накоплением. Вы можете установить скорость вручную с помощью кнопок FAST и SLOW, а наклон кнопками UP и DOWN.

ПРОГРАММЫ

ШАГ 1: Нажимайте кнопку PROGRAM, чтобы выбрать предустановленную программу из прокручивающегося списка. Выбор осуществляется кнопкой ENTER

ШАГ 2: Предустановленное время исполнения для всех программ 30 минут. Нажимайте кнопки SPEED ▲ / ▼, чтобы изменить время.

ШАГ 3 Нажмите START, чтобы начать тренировку.

ШАГ 4: Во время выполнения программы вы можете изменять скорость и наклон с помощью кнопок SPEED ▲ / ▼ и INCLINE ▲ / ▼ или сразу выбрать необходимые значения кнопками быстрой установки.

ШАГ 5: Нажмите STOP, чтобы установить тренировку, или выньте ключ безопасности, чтобы выключить консоль управления.

НАСТРАИВАЕМЫЕ РЕЖИМЫ С ОБРАТНЫМ ОТЧЕТОМ

1. Режим с обратным отчетом времени (режим таймера).

В режиме ожидания (тренажер включен, но не работает и не находится в режиме паузы) нажмите ENTER и войдите в режим настройки, при котором будет мигать дисплей отчета времени, начальное значение 30:00. Кнопками SPEED ▲ / ▼ установите необходимое значение из интервала 5-99 минут. Нажмите START, чтобы начать тренировку на начальной скорости 1,0 км/ч. В дальнейшем скорость можно изменить кнопками SPEED ▲ / ▼. По истечении заданного времени тренировка автоматически закончится.

2. Режим с обратным отчетом расстояния.

В режиме ожидания (тренажер включен, но не работает и не находится в режиме паузы) дважды нажмите ENTER и войдите в режим настройки, при котором будет мигать дисплей отчета расстояния, начальное значение 5,0 км. Кнопками SPEED ▲ / ▼ установите необходимое значение из интервала 1,0-9,0 км. Нажмите START, чтобы начать тренировку на начальной скорости 1,0 км/ч. В дальнейшем скорость можно изменить кнопками SPEED ▲ / ▼. По прохождении заданного расстояния тренировка автоматически закончится.

3. Режим с обратным отчетом израсходованных калорий.

В режиме ожидания (тренажер включен, но не работает и не находится в режиме па-

узы) три раза нажмите ENTER и войдите в режим настройки, при котором будет мигать дисплей отчета израсходованных калорий, начальное значение 50 CAL. Кнопками SPEED ▲ / ▼ установите необходимое значение из интервала 10-990 калорий. Нажмите START, чтобы начать тренировку на начальной скорости 1,0 км/ч. В дальнейшем скорость можно изменить кнопками SPEED ▲ / ▼. Тренировка автоматически закончится при достижении счетчика израсходованных калорий значения 0.

ПРОГРАММЫ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

ШАГ 1: Нажимайте кнопку PROGRAM, чтобы выбрать из прокручивающегося списка программы USER1 или USER2. Выбор осуществляется кнопкой ENTER. Нажмите ENTER.

ШАГ 2: Предустановленное время исполнения для всех программ 30 минут. В случае необходимости изменить время тренировки нажмите кнопки SPEED ▲ / ▼. Нажмите ENTER.

ШАГ 3: Кнопками SPEED ▲ / ▼ и INCLINE ▲ / ▼ выберите необходимую скорость и наклон. Нажмите ENTER, чтобы задать выбранные значения на первом сегменте программы. **Программы состоят из одинаковых по времени 20 сегментов, для каждого из них можно запрограммировать свою скорость и степень наклона.** Повторите указанные в данном пункте действия для задания значений скорости и наклона во всех сегментах программы.

ШАГ 4: Нажмите START, чтобы начать тренировку.

ЦЕЛЕВЫЕ ПУЛЬСОЗАВИСИМЫЕ ПРОГРАММЫ HRC1 И HRC2

СТЕП 1: Нажимайте кнопку PROGRAM, чтобы выбрать из прокручивающегося списка программы HR1 или HR2. Выбор программы осуществляется кнопкой ENTER. Программа HRC1 автоматически подстраивает значение скорости для достижения целевого значения ЧСС. Предустановленная формула для вычисления целевого значения ЧСС:

$(220 - \text{возраст}) * 60\%$.

Программа HRC2 автоматически подстраивает значение наклона для достижения целевого значения ЧСС. Предустановленная формула для вычисления целевого значения ЧСС:

$(220 - \text{возраст}) * 80\%$.

СТЕП 2: Кнопками SPEED ▲ / ▼ введите значение возраста и нажмите ENTER.

СТЕП 3: Затем кнопками SPEED ▲ / ▼ выберите необходимое целевое значение ЧСС и нажмите ENTER.

СТЕП 4: Предустановленное время исполнения для программ 30 минут. Нажимайте кнопки SPEED ▲ / ▼, чтобы установить время из интервала 5:00-99:00 минут.

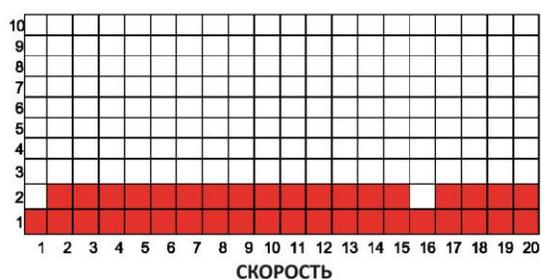
СТЕП 5: Нажмите START, чтобы начать тренировку.

СТЕП 6: Нажмите STOP, чтобы установить тренировку, или выньте ключ безопасности, чтобы выключить консоль управления.

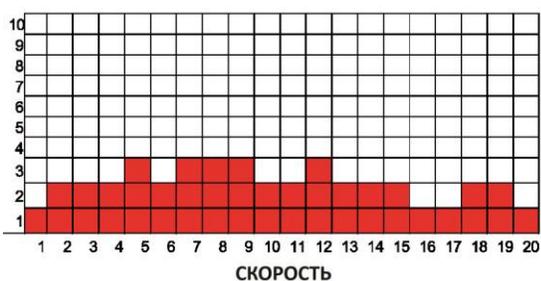
Примечание. Для выполнения программы необходимо постоянное измерение ЧСС через датчики, встроенные в обе рукоятки тренажера. Если пульс не будет считываться датчиками, то программа остановится. Если измеряемое значение ЧСС ниже введенного целевого, то скорость или наклон будут увеличиваться. При достижении целевого значения ЧСС изменения скорости или наклона прекратятся. При превышении измеренного датчиками значения ЧСС введенного целевого значения скорость или наклон будут снижаться.

ПРЕДУСТАНОВЛЕННЫЕ ПРОГРАММЫ

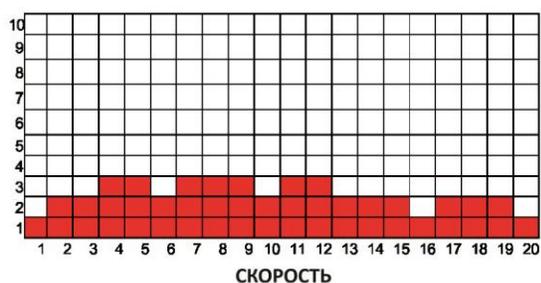
В память беговой дорожки производителем предварительно внесены 24 программы для различных режимов тренировок. Общее время выполнения каждой программы (может быть задано вручну) разделено 20 одинаковых временных сегментов. В каждом сегменте могут быть свои скорость и уровень наклона.



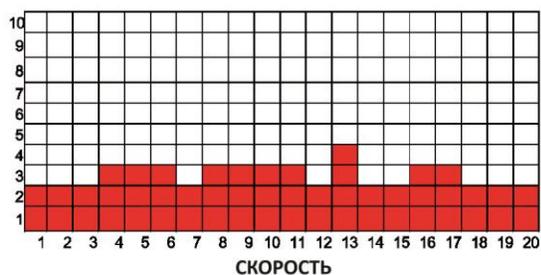
P1



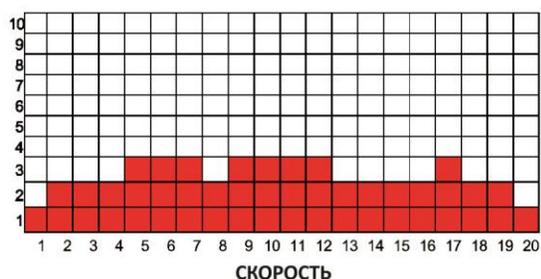
P2



P3

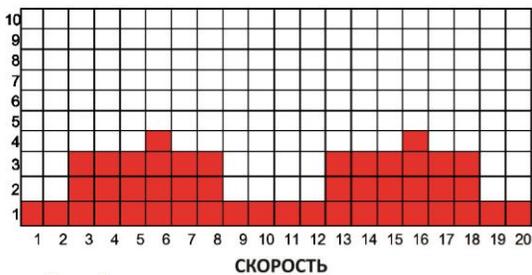
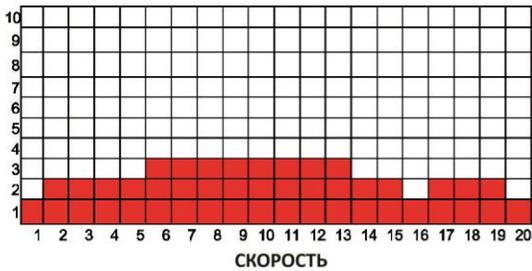
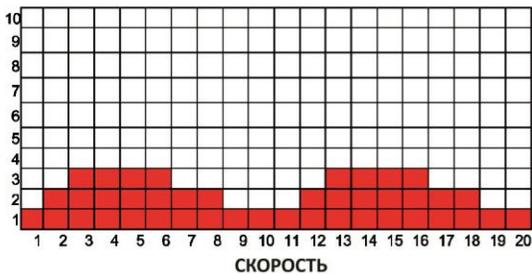
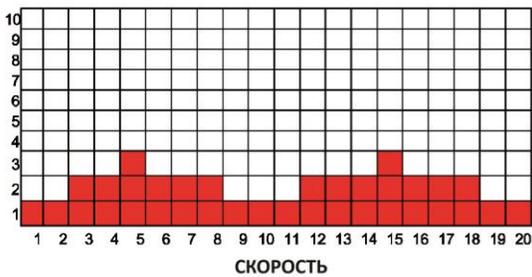
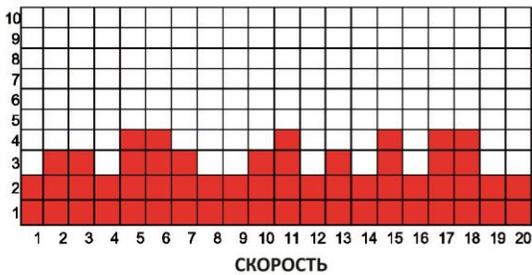
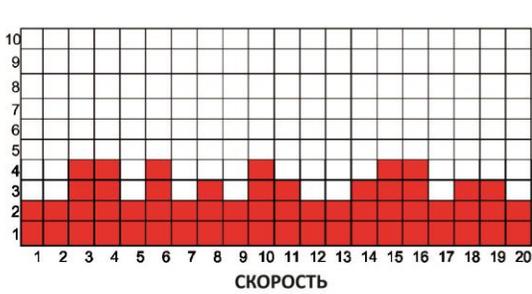


P4



P5





P18



P19



P20



P21

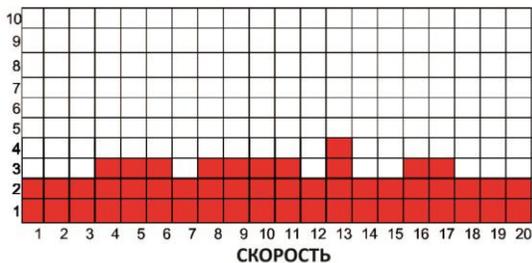


P22



P23





P24



Сегменты		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P-01	Скорость	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P-02	Скорость	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
P-03	Скорость	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P-04	Скорость	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
P-05	Скорость	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P-06	Скорость	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
P-07	Скорость	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P-08	Скорость	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P-09	Скорость	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P-10	Скорость	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P-11	скорость	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
	уров. накл.	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	5	2	0
P-12	скорость	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
	уров. накл.	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3
P-13	скорость	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
	уров. накл.	3	3	5	6	5	3	3	7	5	3	2	0	0	5	5	3	2	3	2	1
P-14	скорость	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
	уров. накл.	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P-15	скорость	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2
	уров. накл.	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2
P-16	скорость	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
	уров. накл.	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	1
P-17	скорость	2	2	6	6	8	10	6	6	2	2	2	2	6	6	8	10	6	6	2	2
	уров. накл.	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	12	12	8	6	3
P-18	скорость	2	3	4	5	2	3	4	5	3	2	2	3	4	5	2	3	4	5	3	2
	уров. накл.	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	3	2
P-19	скорость	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2
	уров. накл.	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2
P-20	скорость	1	3	4	5	6	5	4	3	2	1	1	3	4	5	6	5	4	3	2	1
	уров. накл.	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2
P-21	скорость	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
	уров. накл.	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2
P-22	скорость	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
	уров. накл.	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2
P-23	скорость	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	уров. накл.	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P-24	скорость	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	уров. накл.	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2

ПУЛЬСОЗАВИСИМЫЕ ПРОГРАММЫ

Несколько слов о частоте сердечных сокращений

Старая поговорка культуристов «no pain, no gain» – «нет боли, нет и результатов» уже перешла в разряд преданий благодаря методике современных щадящих тренировок. Наибольший успех в этом принесло использование мониторов сердечного ритма. Правильное использование монитора сердечного ритма позволило многим людям осознать, что выбираемый ранее уровень интенсивности тренировки был слишком низким или слишком высоким, благодаря чему тренировка стала более комфортной при поддержании частоты сердечных сокращений (ЧСС) в желаемом диапазоне.

Для определения желаемую ЧСС целевого диапазона для Вашей тренировки необходимо сначала определить максимальную частоту сердечных сокращений. Это можно сделать при помощи следующей формулы: 220 минус Ваш возраст. Это значение соответствует максимальной частоте сердечных сокращений (МЧСС) для человека вашего возраста.

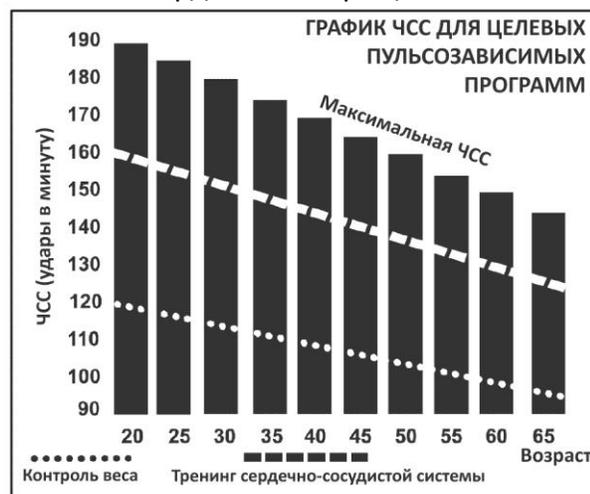
Для определения эффективного диапазона ЧСС для конкретных целей необходимо просто вычислить процентное значение от вашей МЧСС. Диапазон для тренировок составляет от 50% до 90% от максимальной частоты сердечных сокращений. 60% от вашей МЧСС представляет оптимальный диапазон сжигания жира, в то время как 80% – тренинг сердечно-сосудистой системы. Диапазон от 60% до 80% – для максимальной эффективности тренировок.

Для людей в возрасте 40 лет целевой диапазон сердечных сокращений рассчитывается следующим образом:
 $220 - 40 = 180$ (максимальная частота сердечных сокращений),
 $180 \times 0,6 = 108$ ударов в минуту (60% от максимального значения),
 $180 \times 0,8 = 144$ ударов в минуту (80% от максимального значения).

Таким образом, для 40-летнего человека оптимальный диапазон ЧСС для тренировок будет составлять от 108 до 144 ударов в минуту.

После ввода значения Вашего возраста во время программирования консоль управления выполнит такой расчет автоматически. Ввод Вашего возраста используется в программах с контролем ЧСС – пульсозависимых программах. После расчета Вашей максимальной частоты сердечных сокращений вы можете выбрать цель ваших тренировок.

Двумя наиболее популярными причинами для тренировок или их целями является развитие сердечно-сосудистой системы (тренировка сердца и легких) и контроль веса. Черные столбцы на приведенном выше графике представляют собой максимальную частоту сердечных сокращений для указанного у основания столбца возраста. Значения ЧСС, необходимые для тренинга сердечно-сосудистой системы или снижения веса, приведены в виде двух прерывистых линий, пересекающих столбцы графика. Обозначение каждой линии приведено в нижнем левом углу графика. Если вы ставите перед собой цели тренировки сердечно-сосудистой системы или снижение веса, то они могут быть достигнуты при значениях ЧСС 80% или 60% соответственно от максимальной ЧСС при согласовании с Вашим врачом. Перед началом любой программы тренировок проконсультируйтесь с Вашим врачом.



ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ НАГРУЗКИ

ЧСС является одним из решающих показателей, но самостоятельная оценка Вашего самочувствия также немаловажна. Помимо величины пульса интенсивность нагрузок на Вашей тренировке должна определяться еще многими факторами. Ваш уровень стресса, физическое и эмоциональное состояние, температура и влажность окружающей среды, время суток, время последнего приема пищи и сама пища – все это оказывает влияние на интенсивность вашей тренировки. Прислушайтесь к своему телу, и оно подскажет Вам все это.

Шкала индивидуального восприятия нагрузки (*англ.* оценка воспринимаемого напряжения, Ratings of Perceived Exertion – RPE), также известная как шкала Борга, была разработана шведским физиологом Г.А.В.Боргом. Данная шкала определяет интенсивность тренировки в диапазоне значений от 6 до 20 в зависимости от Вашей реакции на нагрузку.

Шкала имеет следующий вид:

Значение Уровень восприятия нагрузки

6	Минимальный
7	Очень-очень легкий
8	Очень-очень легкий +
9	Очень легкий
10	Очень легкий +
11	Довольно легкий
12	Комфортный
13	Немного тяжелый
14	Немного тяжелый +
15	Тяжелый
16	Тяжелый +
17	Очень тяжелый
18	Очень тяжелый +
19	Очень-очень тяжелый
20	Максимальный

Приблизительно оценить ЧСС для каждого значения шкалы вы можете путем добавления нуля к каждому значению уровня. Например, значение 12 получается при ЧСС около 120 ударов в минуту. Ваш RPE также зависит от описанных выше факторов. Это основное преимущество такой методики организации тренировок. Если мышцы Вашего тела сильные и отдохнувшие, то Вы будете ощущать себя сильным, и ритм занятий будет даваться легко. В таком состоянии Вы сможете тренироваться более интенсивно, и Ваш RPE поможет в этом. Если Вы чувствуете себя уставшим и вялым, то Вашему телу необходим отдых. В таком состоянии необходимый темп будет даваться тяжело. И снова Вы увидите это по вашему уровню RPE, и в этот день будете тренироваться на соответствующем уровне.

ОСНОВНОЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

ПОЛОТНО И ДЕКА

В беговой дорожке используется высокоэффективная дека с низким коэффициентом трения. Эксплуатационные характеристики деки дольше сохраняться, если ее содержать в чистоте. При помощи мягкой, сухой ткани или бумажного полотенца протрите кромку полотна и область между кромкой полотна и рамой. Постарайтесь произвести очистку как можно дальше под кромкой полотна. Для увеличения срока службы полотна и деки данную операцию рекомендуется производить ежемесячно. Верхнюю поверхность полотна можно протирать мыльным водным раствором и нейлоновой щеткой. **Перед использованием дайте поверхностям высохнуть.**

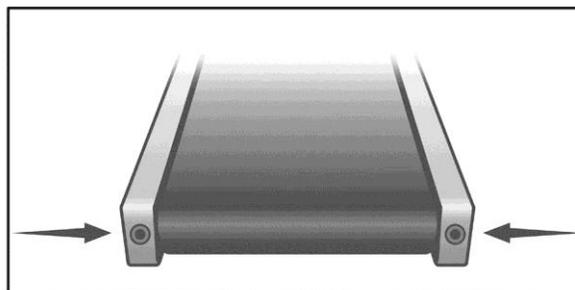
КРОШЕНИЕ ПОЛОТНА

Данное явление происходит во время обкатки или регулировки натяжения полотна. Иногда на полу за тренажером появляется черная крошка с полотна – это нормально.

ОБЩАЯ ЧИСТКА (Используйте таблицу на стр. 5 для записи проведения технического обслуживания) Грязь, пыль и шерсть могут блокировать отверстия для воздуха и накапливаться на беговом полотне. Во избежание чрезмерного скопления мусора и его проникновения во внутренние механизмы и под крышку двигателя рекомендуется производить ежемесячную уборку под беговой дорожкой при помощи пылесоса. Каждые два месяца необходимо снимать черную крышку двигателя и удалять скопившийся мусор при помощи пылесоса. **ПЕРЕД ВЫПОЛНЕНИЕМ ДАННОЙ ОПЕРАЦИИ НЕОБХОДИМО ОТКЛЮЧИТЬ СЕТЕВОЙ ШНУР.**

РЕГУЛИРОВКА НАТЯЖЕНИЯ ПОЛОТНА

Регулировка натяжения полотна беговой дорожки – натяжение полотна не является критическим показателем для большинства пользователей. Однако, данный параметр очень важен для спортсменов, занимающихся бегом трусцой или бегунов, так как позволяет получить ровную, устойчивую поверхность. Регулировка выполняется со стороны заднего вала при помощи входящего в комплект поставки шестигранного ключа М6 (#103). Регулировочные болты расположены в конце беговой дорожки по ее сторонам, как показано на рисунке ниже. *Примечание: регулировка выполняется через небольшое отверстие в торцевых заглушках (см.рисунок).* Подтяните задний вал до прекращения проскальзывания переднего вала. Поверните регулировочные болты еще на 1/4 оборота каждый и проверьте степень натяжения, пройдясь по полотну, убедитесь, что при каждом шаге не происходит его смещения или вибрирования. После выполнения регулировки необходимо убедиться, что все болты затянуты, иначе полотно будет смещаться в одну сторону, вместо того чтобы идти по центру деки.



НЕ ДОПУСКАЙТЕ ПЕРЕТЯГИВАНИЯ ПОЛОТНА – это может стать причиной его повреждения или быстрого износа подшипников. Если вы сильно натянули полотно, но оно продолжает соскальзывать, то проблема может заключаться в приводном ремне, расположенном под крышкой двигателя и соединяющем двигатель с передним валом. Ослабление натяжения данного ремня может стать причиной ослабления полотна. Регулировка приводного ремня должна выполняться подготовленным специалистом.

РЕГУЛИРОВКА СМЕЩЕНИЯ ПОЛОТНА

Беговая дорожка сконструирована таким образом, что в процессе использования беговое полотно остается по центру деки. Нормальным является смещение полотна с одной стороны в результате особенностей походки пользователя или большей опоры на одну из ног. Однако если в процессе эксплуатации полотно постоянно сдвигается в одну сторону, то необходимо его отрегулировать его центровку

КАК ОТРЕГУЛИРОВАТЬ СМЕЩЕНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Для выполнения такой регулировки используется 6 мм шестигранный ключ (#103). Произведите устранение смещения с помощью болта слева. Установите скорость полотна 5 км/час. Помните, что даже небольшие изменения в настройках могут привести к значительным результатам, которые не будут заметны сразу.

Если полотно сдвинуто **слишком близко к левому краю**, поверните болт на $\frac{1}{4}$ оборота вправо (по часовой стрелке) и подождите несколько минут пока полотно не изменит свое положение.

Продолжайте поворачивать болт на $\frac{1}{4}$ оборота до тех пор, пока полотно не займет среднее положение на деке.

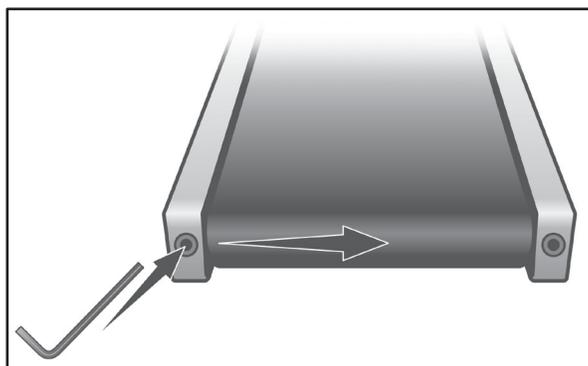
Если полотно **смещено вправо**, поверните болт против часовой стрелки. Полотно может потребовать периодической настройки в зависимости от условий эксплуатации и характеристик ходьбы/бега. У разных пользователей по-разному сдвигается полотно. Центровку следует выполнять по мере необходимости. По мере использования полотна частота его регулировки уменьшается. Регулировка полотна всех беговых дорожек является обязанностью владельца.

ВНИМАНИЕ!

ГАРАНТИЯ НЕ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ НА ПОВРЕЖДЕНИЯ, ВЫЗВАННЫЕ НЕВЕРНОЙ РЕГУЛИРОВКОЙ/НАТЯЖЕНИЕМ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Режим настроек (инженерный режим)

Чтобы войти в режим настроек, выньте ключ безопасности и заново вставьте его, нажмите и удерживайте кнопку PROGRAM в течение 3 секунд. Нажимайте кнопку ENTER для выбора единиц измерения скорости (0 для миль/час, 1 для км/ч), диаметра вала (60), значения скорости (от 1,0 км/ч до 18 км/ч) и степени наклона (12). Кнопками SPEED ▲ / ▼ измените выбранное значение. По окончании нажмите кнопку ENTER. После нажатия кнопки START запустится процесс автокалибровки беговой дорожки и будет произведен выход из режима настроек.

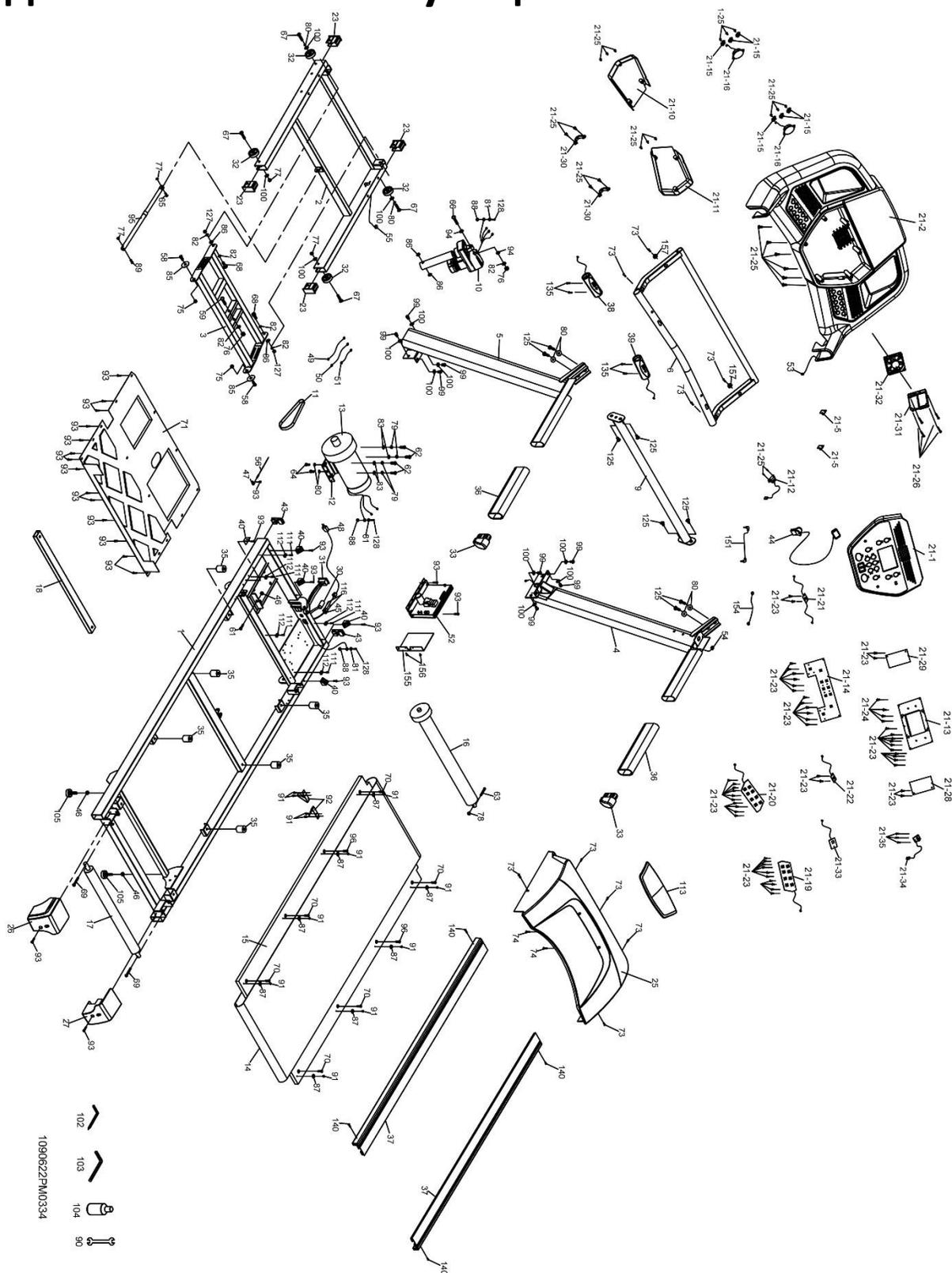


СЕРВИСНЫЙ ЛИСТ – РУКОВОДСТВО ПО ДИАГНОСТИКЕ

Перед обращением к дилеру воспользуйтесь следующей информацией. Это позволит вам сохранить не только время, но и деньги. Данный список содержит общие неисправности, на которые распространяется действие гарантии.

ПРОБЛЕМА	РЕШЕНИЕ/ПРИЧИНА
Не включается дисплей	<ol style="list-style-type: none"> 1. Не подключен шнур ключа безопасности. 2. Сработал прерыватель цепи на передней панели. Нажмите клавишу прерывателя для взведения. 3. Вилка отключена. Убедитесь, что вилка надежно установлена в розетку сети питания переменного тока. 4. Сработал прерыватель домашней сети питания. 5. Беговая дорожка неисправна. Свяжитесь с дилером.
Полотно беговой дорожки не отцентрировано Колебания полотна беговой дорожки при ходьбе/беге	Движение пользователя по полотну может выполняться в привычной ему манере или оказываемое одной из ног давление больше. Если такая походка является нормальной, то необходимо установить полотно в положение, немного смещенное от центра. См. раздел Общее техническое обслуживание , пункт Регулировка смещения полотна .
Двигатель не включается после нажатия клавиши START	Если вы нажимаете Start (Пуск), а полотно не двигается, свяжитесь с авторизованным сервисным центром.
Беговая дорожка достигает скорости около 12 км/ч, а на экране отображается более высокое значение	Это означает, что двигатель не получает необходимого для работы напряжения. Низкое напряжение в сети переменного тока. Не используйте удлинитель. При необходимости использования удлинителя его длина должна быть минимальной, а используемый провод многожильный медный минимального сечения 2,5 кв. мм. Низкое напряжение в сети питания. Свяжитесь с электриком или вашим дилером SOLE . Минимальное необходимое напряжение составляет 220 (230) В переменного тока.
При натяжении страховочного шнура беговое полотно резко/быстро останавливается	Высокий коэффициент трения между полотном и декой. Процедуру очистки см. в разделе «Общее техническое обслуживание» .
Беговая дорожка останавливается при силе тока в цепи 10 А и 220 В	Высокий коэффициент трения между полотном и декой. См. раздел «Общее техническое обслуживание» .
При касании к консоли во время бега/ходьбы (в холодный день) тренажер отключается	Беговая дорожка не заземлена. Блок управления отключается под воздействием статического электричества. См. раздел «Инструкция по заземлению» на странице 4.
Включается прерыватель цепи основной сети, а не тренажера	Необходимо заменить прерыватель цепи на модель с более высоким пусковым током. (см. страницу 4).

Взрыв схема тренажера – детали и комплектующие



Перечень деталей и комплектующих

Part Number	Part Description	Qty per unit
Номер детали	Название детали	Кол-во
1	Main Frame. Основная рама	1
2	Frame Base. Опорная рама.	1
3	Incline Bracket. Наклонный кронштейн	1
4	Right Upright. Правая стойка	1
5	Left Upright. Левая стойка	1
6	Console Support. Основание консоли управления	1
9	Handrail Support. Поддерживающий поручень	1
10	Incline Motor. Двигатель наклона деки	1
11	Drive Belt. Ремень двигателя полотна	1
12	Motor Bracket. Кронштейн двигателя полотна	1
13	Drive Motor. Двигатель полотна	1
14	Running Belt. Беговое полотно	1
15	Running Deck. Дека	1
16	Front Roller W/Pulley. Передний вал со шкивом	1
17	Rear Roller. Задний вал	1
18	Deck Cross Brace. Поперечная распорка деки	1
21	Console Assembly. Консоль управления в сборе	1
21-01	Console Inner Cover. Верхняя крышка консоли управления	1
21-02	Console Outer Cover. Корпус консоли управления	1
21-05	Square Magnet Stop Plate. Магнитная пластина платы останова	2
21-10	Speaker Cover (L). Крышка левого динамика	1
21-11	Speaker Cover (R). Крышка правого динамика	1
21-12	300m/m_Safety Switch Module W/ Cable. Модуль ключа безопасности с кабелем 300 мм	1
21-13	Console Display Board. Плата дисплея	1
21-14	Key Board. Плата клавиатуры	1
21-15	Speaker Grill Anchor. Решетчатая прокладка под динамик	6
21-16	600m/m_Speaker W/Cable. Динамик с кабелем 600 мм	2
21-19	Quick Speed Board. Плата быстрого выбора скорости	1
21-20	Quick Incline Board. Плата быстрого выбора уровня наклона	1
21-21	Sound Board (L). Левая звуковая плата	1
21-22	Sound Board (R). Правая звуковая плата	1
21-23	2.3 × 6m/m_Sheet Metal Screw. Винт металлический 2,3x6 мм	50
21-24	3 × 8m/m_Tapping Screw. Саморез по металлу 3x8 мм	4
21-25	3.5 × 12m/m_Sheet Metal Screw. Винт металлический 3,5x12 мм	24
21-26	3.5 × 50m/m_Sheet Metal Screw. Винт металлический 3,5x50 мм	4
21-28	Speed + / - Board. Плата изменения скорости	1
21-29	Incline + / - Board. Плата изменения уровня наклона	1
21-30	Beverage Holder Anchor. Держатель	2
21-31	Wind Duct. Воздуховод	1
21-32	Fan Assembly. Вентилятор в сборе	1
21-33	Bluetooth. Модуль Bluetooth	1
21-34	USB charging module. USB-порт (только для зарядки)	1
21-35	3 × 10m/m_Sheet Metal Screw. Винт металлический 3x10 мм	3
23	End Cap. Торцевая заглушка опорной рамы	4

25	Motor Top Cover. Верхняя крышка двигателя	1
26	Adjustment Base (L). Левая заглушка с отверстием для регулировки/выравнивая полотна	1
27	Adjustment Base (R). Правая заглушка с отверстием для регулировки/выравнивая полотна	1
30	Breaker. Прерыватель	1
31	AC Electronic Module. Блок питания	1
32	Transportation Wheel. Транспортировочное колесико	4
33	Square End Cap. Торцевая заглушка	2
35	Cushion. Демпфер	6
36	Handgrip Foam. Мягкая рукоятка	2
37	Foot Rail. Рельс	2
38	1200m/m_Handpulse W/Cable Assembly (White). Датчик пульса в сборе с кабелем 1200 мм (белый)	1
39	1200m/m_Handpulse W/Cable Assembly(Red). Датчик пульса в сборе с кабелем 1200 мм (красный)	1
40	Motor Cover Anchor(D). Крепление крышки двигателя	5
43	Square End Cap. Передняя торцевая заглушка	2
44	Square Safety Key. Ключ безопасности со шнуром	1
45	Power Socket. Разъем питания	1
46	3/8" × 7T_Nut. Гайка 3/8"x7	3
47	Sensor Rack. Рейка датчика	1
48	Power Cord. Кабель питания	1
49	300m/m_Connecting Wire (White). Провод 300 мм (белый)	1
50	300m/m_Connecting Wire (Black). Провод 300 мм (черный)	1
51	100m/m_Connecting Wire (Black). Провод 100 мм (черный)	1
52	Motor Controller. Контроллер двигателя	1
53	1000m/m_Computer Cable (Upper). Провод блока управления 1000 мм (верхний)	1
54	1250m/m_Computer Cable (Middle). Провод блока управления 1250 мм (средний)	1
55	1200m/m_Computer Cable (Lower). Провод блока управления 1000 мм (нижний)	1
56	1000m/m_Sensor W/Cable. Датчик с кабелем 1000 мм	1
58	1/2" × 1" _Hex Head Bolt. Болт с шестигранной головкой 1/2"x1"	2
59	3/8"xUNC16x3-1/4" _Hex Head Bolt. Болт с шестигранной головкой 3/8"x16x3-1/4"	1
61	3/8"x1-1/2" _Hex Head Bol. Болт с шестигранной головкой 3/8"x1-1/2"	1
62	3/8" × 3/4" _Hex Head Bolt. Болт с шестигранной головкой 3/8"x3/4"	4
63	M8 × 60m/m _Hex Head Bolt. Болт с шестигранной головкой M8x60 мм	1
64	M8 × P1.25 × 12m/m _Hex Head Bolt. Болт с шестигранной головкой M8xP1,25x12 мм	2
65	5/16" × 1" _Button Head Socket Bolt. Болт с внутренним шестигранником 5/16"x1"	1
66	3/8" × UNC16 × 1-3/4" _Hex Head Bolt. Болт с шестигранной головкой 3/8"x16x3-1/4"	1
67	5/16" × 1-1/2" _Flat Head Socket Bolt. Болт с потайной головкой 5/16"x1-1/2"	4
68	M10 × 25m/m _Socket Head Cap Bolt. Винт M10x25 мм	2
69	M8 × 80m/m _Socket Head Cap Bolt. Винт M8x80 мм	2
70	M8 × 25m/m _Flat Head Countersink Bolt. Болт с потайной головкой M8x25 мм	6

71	Motor Bottom Cover. Нижняя крышка двигателя	1
73	5 × 16m/m_Tapping Screw. Саморез 5x16 мм	9
74	3.5 × 12m/m_Sheet Metal Screw. Винт металлический 3,5x12 мм	2
75	1/2" × 8T_Nylon Nut. Пластиковая гайка 1/2"x8	2
76	3/8" × 7T_Nylon Nut/ Пластиковая гайка 3/8"x7	2
77	5/16" × 7T_Nylon Nut/ Пластиковая гайка 5/16"x7	4
78	M8 × 7T_Nylon Nut/ Пластиковая гайка M8x7	1
79	∅10 × 2.0T_Split Washer. Шайба разрезная ∅10x2,0	4
80	∅8 × 1.5T_Split Washer Шайба разрезная ∅8x1,5	8
81	∅5 × 1.5T_Split Washer. Шайба разрезная ∅5x1,5	3
82	∅3/8" × ∅19 × 1.5T_Flat Washer. Шайба плоская ∅3/8"×∅19x1,5	6
83	∅3/8" × ∅25 × 2.0T_Flat Washer. Шайба плоская ∅3/8"×∅25x2,0	4
85	∅50×∅13×3T_Nylon Washer (B). Шайба пластиковая ∅50×∅13×3	2
86	∅24 × ∅10 × 3T_Nylon Washer (A). Шайба пластиковая ∅24×∅10×3	4
87	∅25 × ∅20 × ∅16 × ∅5 × 4.5H × 1.1T_Concave Washer. Шайба изогнутая ∅25 × ∅20 × ∅16 × ∅5 × 4.5H × 1.1	8
88	M5_Star Washer Шайба-звездочка M5	3
89	5/16" × 1-3/4" _Button Head Socket Bolt. Болт 5/16" × 1-3/4"	1
90	13m/m_Wrench Ключ гаечный 13 мм	1
91	4 × 12m/m_Sheet Metal Screw. Винт 4x12 мм	12
92	Belt Guide. Направляющая	2
93	∅5 × 16m/m_Tapping Screw. Винт ∅5 × 16 мм	24
94	∅10×∅25×0.8T_Nylon Washer. Шайба пластиковая ∅10×∅25×0,8	2
95	Cylinder Цилиндр	1
96	M8 × 50m/m_Flat Head Countersink Bolt. Болт с потайной головкой M8x25 мм	2
99	5/16" × UNC18 × 1/2" _Hex Head Bolt. Болт с шестигранной головкой 5/16"x18x1/2"	8
100	∅5/16" × ∅18 × 1.5T_Flat Washer Шайба плоская 5/16"x18x1,5	12
102	M5_Allen Wrench Head Screw Wrench. Ключ универсальный	1
103	M6_L Allen Wrench. Ключ шестигранный	1
104	Lubricant. Смазка	1
105	Adjustment Foot Pad. Регулировочный упор	2
111	3.5 × 16m/m_Tapping Screw. Саморез 3,5 × 16 мм	5
112	Wire Tie Mount. Крепление для стяжки	5
113	Top Motor Cover Plate Верхняя крышка двигателя	1
116	3 × 10m/m_Sheet Metal Screw. Винт 3x10 мм	2
125	5/16" × 3/4" _Button Head Socket Bolt. Болт 5/16"x3/4"	8
127	M10 × 8T_Nylon Nut. Пластиковая шайба M10x8	2
128	M5 × 10m/m_Phillips Head Screw. Винт с крестообразным шлицем M5×10 мм	3
135	3 × 20m/m_Tapping Screw. Саморез 3x20 мм	4
140	∅4 × 19m/m_Sheet Metal Screw. Винт ∅4x19 мм	4
151	400m/m_Audio Cable. Аудиокабель 400 мм	1
154	1000m/m_Ground Wire. Провод заземления 1000 мм	1
155	Controller Back Plate. Пластина крепления контроллера двигателя	1
156	3 × 8m/m_Sheet Metal Screw. Винт 3x8 мм	2
157	∅1/4" × 19 × 1.5T_Flat Washer. Шайба плоская ∅1/4"×19x1,5	2