

Мы предоставляем гарантию качества продукции на один год. В течение срока гарантии мы осуществляем БЕСПЛАТНУЮ замену вышедших из строя деталей. В случае неправильной сборки, неправильной эксплуатации или самостоятельной замены неисправных деталей наша компания снимает с себя всякую ответственность. Для получения гарантийного обслуживания вы обязаны предоставить серийный номер нашего продукта, фотографии или другую информацию, запрашиваемую компанией. Данная продукция предназначена для домашнего использования, если неисправность возникла в результате коммерческого использования продукта, компания не несет никакой ответственности.

Страна изготовления: Китай/China

Поставщик: ООО «Сан Планет СПб», 191167, г. Санкт-Петербург, наб. реки Монастырки, дом 5, Литер В, пом/ком 3-Н/4.

Производитель/manufactory: Чжэцзян Сифанг Импорт И Экспорт, Лтд / Zhejiang Sifang Import and Export Co., Ltd

Адрес/address: 7th Floor Jindian Tower, Wuhu Road, Hardware Center Yongkang, Zhejiang / 7-Й Этаж Башня Цзиньяна, Дорога Уху, Аппаратный Центр Ёнкан, Чжэцзян

Страна изготовителя: Китай/China

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза. Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «Сан Планет СПб» www.victoryfit.ru

Последнюю версию Руководства пользователя Вы можете найти на сайте поставщика ООО «Сан Планет СПб» www.victoryfit.ru

Любое улучшение функционала и технических характеристик продукта производится без дополнительного уведомления пользователя.

ГАРАНТИЯ

Мы предоставляем гарантию качества продукции на один год.



Беговая дорожка VictoryFit VF-320



ПЕРЕД СБОРКОЙ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ВНИМАТЕЛЬНО ПРОЧИТАЙТЕ ВСЕ ИНСТРУКЦИИ В РУКОВОДСТВЕ.

СОХРАНИТЕ ЭТО РУКОВОДСТВО ДЛЯ ДАЛЬНЕЙШЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ.

ИМЕЙТЕ В ВИДУ, ЧТО ВНЕШНИЙ ВИД, ЦВЕТ И РИСУНОК ПОВЕРХНОСТИ НАШИХ ПРОДУКТОВ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ОСНОВАНЫ НА ФАКТИЧЕСКИХ С ПОСТОЯННЫМ ОБНОВЛЕНИЕМ БЕЗ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОГО УВЕДОМЛЕНИЯ.

СОДЕРЖАНИЕ

I. КРАТКОЕ ВВЕДЕНИЕ	01-02
II. ВАЖНЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ	03- 05
III. ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ.....	06-07
IV. РУКОВОДСТВО ПО ТРЕНИРОВКАМ	08-09
V. ИНСТРУКЦИИ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ	10
VI. ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ.....	11-12

Это отклонение является нормальным; когда на беговом полотне никого нет, оно автоматически возвращается в центр. Если беговое полотно не возвращается в центр, вам нужно отрегулировать его соответствующим образом.

Запустите беговую дорожку без нагрузки, установите скорость на передачу 6, наблюдайте за состоянием отклонения бегового полотна:

- Если оно смещено влево, поверните левый винт на 1/4 по часовой стрелке с помощью шестигранника;
- При смещении вправо используйте шестигранник, чтобы повернуть правый винт на 1/4 по часовой стрелке;
- Если беговое полотно все еще не в центре, повторите описанные выше действия, пока беговая полотно не будет выровнено по центру.

После того как беговое полотно будет выровнено по центру, установите скорость на передачу 6 и следите за отклонением бегового полотна и плавностью хода. При наличии отклонений, повторите шаги по регулировке.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: ЗАПРЕЩАЕТСЯ СЛИШКОМ ТУГОЕ НАТЯЖЕНИЕ! ЭТО ПРИВЕДЕТ К СЕРЬЕЗНОМУ ПОВРЕЖДЕНИЮ ПОДШИПНИКОВ!

8. Смазка

Беговые дорожки смазываются на выходе с завода. Также необходимо часто проверять смазку беговых дорожек, чтобы увеличить их срок службы. Беговые дорожки необходимо смазывать через год использования или каждые 100 часов работы.

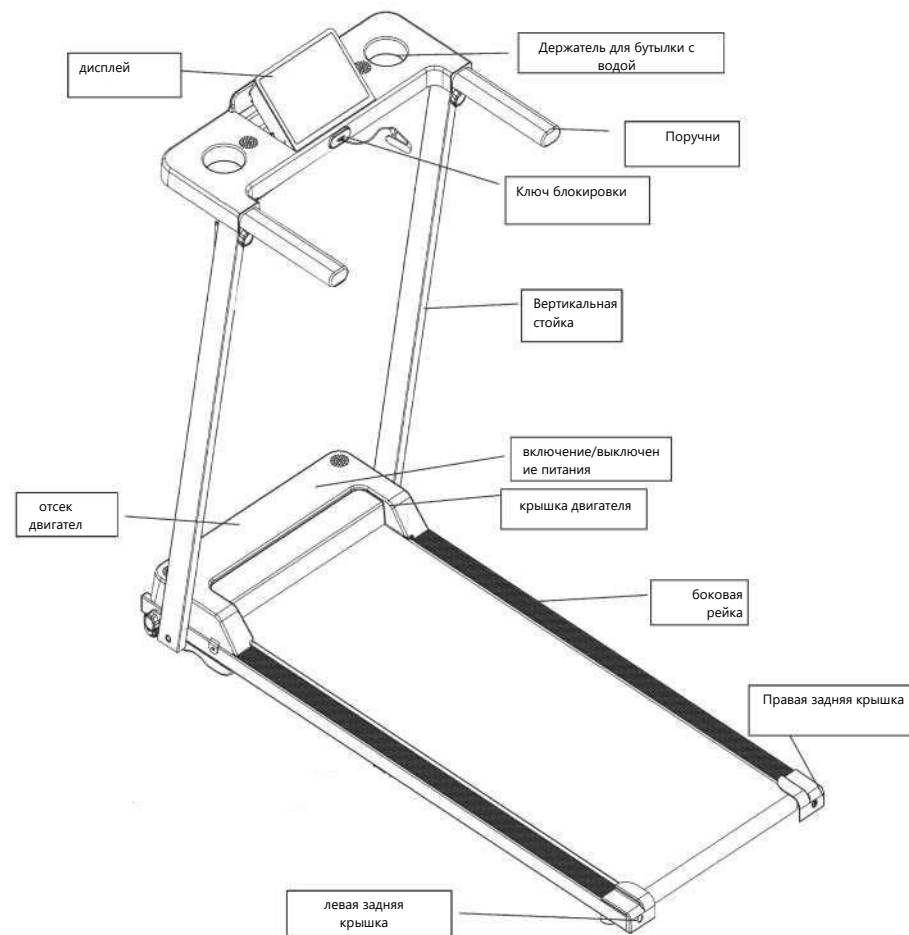
После каждых 30 часов или 30 дней использования беговой дорожки в неподвижном состоянии оттяните беговое от поверхности беговой платформы как можно дальше. Если смазочного масла достаточно, не нужно добавлять смазочное масло; если при касании поверхности возникает сильное ощущение сухости, следуйте приведенным ниже инструкциям по смазке. (Используйте смазочные материалы, не содержащие нефтепродуктов)

Как добавить смазочное масло? Действуйте, как показано на рисунке ниже. Оттяните беговое полотно с одной стороны, отрежьте кончик бутылки со смазочным маслом по размеру, как показано на рисунке ниже, с помощью ножниц или ножа, а затем добавьте масло, как показано на рисунке ниже.



I. КРАТКОЕ ВВЕДЕНИЕ

(все детали указаны на рисунке)








ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Напряжение	220В
Скорость	0-6 км/ч
Зона бега	380*1000 мм
Весовая нагрузка	120 кг
Модель	VF-320

УПАКОВОЧНЫЙ ЛИСТ:

Описание	Единица	Кол-во
Беговая дорожка	шт	1
Монтажные комплекты	комплект	1

СБОРОЧНЫЕ КОМПЛЕКТЫ

№	Описание	Единица	Кол-во	Изображение
1	Винты для сборки	шт	4	
2	Предохранительный ключ	шт	1	
3	Универсальный гаечный ключ М5	шт	1	
4	Бутылка со смазочным маслом	шт	1	
5	Руководство пользователя	шт	1	

Внимание:

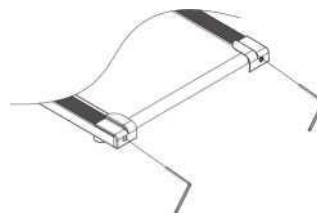
- 1 Если что-то пошло не так во время процесса сборки, пожалуйста, свяжитесь с продавцом или дистрибьютером;
2. Помните, что возврат беговой дорожки невозможен в случае поломки изделия из-за неправильной или принудительной сборки!
- 3 При обоснованном возврате основной товар и аксессуары должны быть в оригинальной упаковке.
4. В целях обеспечения вашей безопасности, не переносите и не перемещайте беговую дорожку во время ее работы, чтобы не повредить пальцы или тело. Мы не несем ответственности за травмы или несчастные случаи, связанные с неправильным использованием.

VI Инструкция по техническому обслуживанию

Правильное техническое обслуживание позволит вам всегда поддерживать беговую дорожку в идеальном состоянии, но неправильное техническое обслуживание может навредить или сократить срок службы беговой дорожки.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Перед чисткой или обслуживанием изделия обязательно выньте вилку беговой дорожки из электрической розетки.

1. Регулярно протирайте беговую дорожку от пыли.
2. После каждого использования беговой дорожки протрите компьютер и другие детали чистым полотенцем или тканью, чтобы вода не попала на электрические компоненты и беговое полотно.
3. Убедитесь, что ваша беговая дорожка хранится в чистом, сухом месте, и отключите питание, выньте вилку из розетки.
4. Для облегчения передвижения беговая дорожка оснащена колесиками. Перед перемещением убедитесь, что вы отключили электропитание.
5. Регулярно проверяйте и фиксируйте все детали беговой дорожки; поврежденные детали следует немедленно заменить.
6. Чтобы лучше сохранить и продлить срок службы беговой дорожки, после 30 минут непрерывного использования рекомендуется не использовать ее в течение 10 минут.
7. Беговое полотно уже отрегулировано на заводе, но после использования беговое полотно растягивается, смещается от центра, что приводит к повреждению фрикционной ленты бегового полотна и задней крышки. Это нормальное явление, когда беговое полотно растягивается в процессе эксплуатации. Если после некоторого времени использования бегового полотна ремень проскальзывает или вращается с рывками, вы можете отрегулировать натяжение бегового полотна.



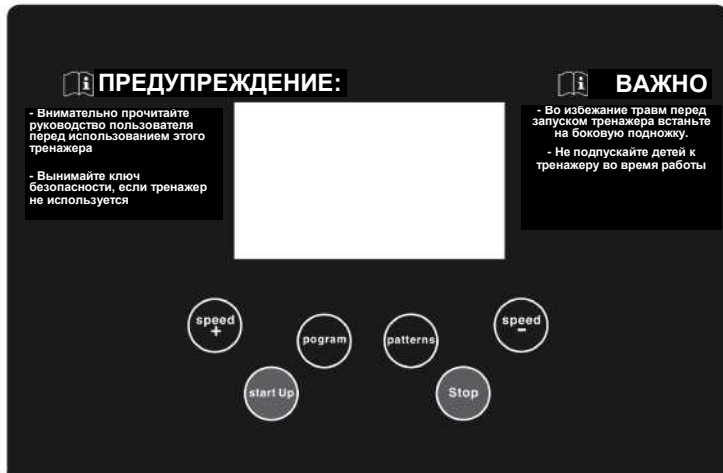
А. Регулировка бегового полотна:

Если беговое полотно слишком ослаблено, вставьте шестигранный ключ в регулировочное отверстие левого ножного кожуха беговой дорожки, поверните его на 1/4 оборота по часовой стрелке, а затем поверните регулировку правого ножного кожуха на 1/4 влево по часовой стрелке. Обратите внимание, что регулировку влево и вправо следует выполнять синхронно, чтобы натянуть беговое полотно, не отклонившись от центральной точки. Если беговое полотно слишком туго натянуто, выполните синхронную регулировку влево и вправо против часовой стрелки.
Примечание: не натягивайте беговое полотно слишком сильно, так как это приведет к повреждению полотна, увеличению давления на передний/задний ролик, нанесет вред подшипнику ролика, вызовет ненормальный звук или другие проблемы. Выполните регулировку бегового полотна таким образом, чтобы оно не проскальзывало.

В. Регулировка и выравнивание бегового полотна

При использовании беговой дорожки давление на беговое полотно неравномерно из-за неравномерного усилия между двумя ногами во время бега, что приводит к смещению бегового полотна от центра.

V. Инструкция по эксплуатации системы



КОД ОШИБКИ И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ

Код	Описание неисправности	Решения
E1	Неисправен верхний и нижний кабели управления	Проверьте, хорошо ли соприкасаются верхний и нижний кабели управления. Если нет, вставьте кабели в застёжку. Проверьте, не перекручен ли кабель и не сломан ли он. Если это происходит, замените кабель
E2	Отсоединение кабеля двигателя или поврежденный двигатель	Проверьте надежность контакта кабеля двигателя. Если все в порядке, проверьте, нет ли от двигателя специфического запаха или запаха гари. Если такая проблема существует, двигатель необходимо заменить
E5	Неисправность при перегрузке по току	Выключите питание, снова запустите беговую дорожку
E6	Защита от перегрузки	Замените предохранитель на контроллере
E7	Предохранительная блокировка не работает	1. Магнит замка безопасности не установлен; установите магнит замка безопасности; 2. Магнит замка безопасности помещен в зону замка безопасности, но ошибка все равно есть. Проверьте надежность контакта проводов, соединяющих модуль замка безопасности и плату управления. Если он выключен, пожалуйста, вставьте его правильно

11. ВАЖНЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

Внимание: ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ВНИМАТЕЛЬНО ПРОЧИТАЙТЕ ИНСТРУКЦИЮ И ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ НА МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ, ПРИВЕДЕННЫЕ НИЖЕ.

- 1 Эта беговая дорожка предназначена только для домашнего использования и ее не следует подвергать воздействию влаги. Не разбрызгивайте воду и не ставьте на беговую дорожку тяжелые предметы.
- 2 Наденьте подходящую спортивную одежду и спортивную обувь. Никогда не занимайтесь на беговой дорожке босыми ногами и не растягивайтесь на ней во весь рост.
- 3 Вилка должна быть надежно заземлена, а розетка должна быть изолирована от других электроприборов.
- 4 Во избежание случайных травм не подпускайте детей к тренажеру.
- 5 Воздержитесь от чрезмерного использования в течение длительного времени при большой нагрузке, иначе это приведет к повреждению двигателя и контроллера, а также ускорит износ и старение подшипника, бегового полотна и беговой пластины. Проводите регулярное техническое обслуживание.
- 6 Уменьшите количество пыли, поддерживайте определенную влажность воздуха в помещении и избегайте сильного статического электричества, иначе это может нарушить работу компьютера и контроллера.
- 7 Выключайте питание после использования.
- 8 При использовании беговой дорожки обеспечьте достаточную вентиляцию.
- 9 Немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу, если вы плохо себя чувствуете или происходит что-то необычное.
- 10 После использования силиконовое масло следует хранить в недоступном для детей месте.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: ВО ИЗБЕЖАНИЕ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ И ТРАВМ СОБЛЮДАЙТЕ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА.

- 11 Перед использованием беговой дорожки проверьте, застегнута ли ваша одежда.
- 12 Надевайте подходящую одежду, которая не будет легко зацепляться или задевать за беговую дорожку.
- 13 Убедитесь, что шнур питания находится вдали от горячих предметов.
- 14 Не подпускайте детей и домашних животных к беговой дорожке во время работы.
- 15 Разместите беговую дорожку на чистом, ровном полу, а не на наклонной поверхности. Не ставьте беговую дорожку на толстый ковер, так как он может помешать нормальной вентиляции. Также не устанавливайте беговую дорожку на открытом воздухе или вблизи воды.
- 16 Перед перемещением или транспортировкой отключите питание.
- 17 Никому не разрешается разбирать беговую дорожку без разрешения, поскольку это может привести к серьезным последствиям. Если что-то пойдет не так, обращайтесь к специалистам.
- 18 Эта беговая дорожка адаптирована только к цепям 220 В.
- 19 Беговая дорожка предназначена только для одного человека.
10. Если во время занятий у вас закружилась голова, появилась боль в груди, тошнота или одышка, немедленно прекратите занятия и своевременно обратитесь к инструктору по фитнесу или к врачу.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: ОБЯЗАТЕЛЬНО!

Люди, находящиеся на лечении или имеющие один из следующих симптомов, должны проконсультироваться со своими лечащими врачами перед использованием беговой дорожки!

- (1) Люди, страдающие от боли в пояснице или с травмами ног, поясницы или шеи в анамнезе; онемение ног, поясницы, шеи и рук (при постоянных проблемах, таких как грыжа диска, протрузия позвоночника, грыжа шейного отдела и т.д.)
- (2) Деформируемый артрит, ревматизм, подагра
- (3) Остеопороз
- (4) Нарушения кровообращения (болезни сердца, сосудистые заболевания, гипертония и т.д.)
- (5) Респираторные заболевания
- (6) Использование искусственных регуляторов сердечного ритма и имплантируемой медицинской электроники
- (7) Злокачественное новообразование
- (8) Используется при таких симптомах, как нарушение кровообращения или различные кожные инфекции, например, тромб или тяжелая аневризма, острая гематома и т.д.
- (9) Нарушение чувствительности, вызванное нарушениями периферического кровообращения, например, диабетом
- (10) Травма кожи
- (11) Высокая температура из-за болезни и т.д. (38° или выше)
- (12) Аномальная спинная кость или искривленная спинная кость
- (13) Беременность или вероятность беременности, менструальный цикл
- (14) Ненормальное физическое состояние и потребность в отдыхе.
- (15) Плохое состояние здоровья.
- (16) В целях реабилитации
- (17) В дополнение к вышесказанному, люди в ненормальной физической форме (несчастные случаи или плохие физические условия)
- (18) Если во время занятий вы почувствуете боль в области талии, онемение ног, головокружение, сердцебиение и любые другие аномальные боли или нарушение координации, немедленно прекратите занятия и обратитесь к врачу.
- (19) Если дети занимаются на беговой дорожке, они должны находиться под присмотром взрослых. В противном случае существует риск получения травмы.
- (20) Не забывайте проверять наличие или отсутствие людей и домашних животных (сзади, снизу, спереди) во время работы, а также при загрузке и извлечении изделия.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- (21) Не используйте тренажер в случае повреждения его корпуса (внутренняя протечка) или отсоединения сварочных деталей, поскольку это может привести к травме в результате несчастного случая.
- (22) Не прыгайте вверх-вниз во время движения бегового полотна, поскольку это может привести к спотыканию и травмам. Не используйте и не храните этот тренажер в местах с повышенной влажностью, рядом с ванной или в помещениях с конденсатом.
- (23) Не подвергайте изделие воздействию прямых солнечных лучей и держите его подальше от объектов с высокой температурой, таких как печи и электрические нагревательные ковры, поскольку такое воздействие может привести к утечке электричества или пожару.
- (24) Не используйте беговую дорожку, если шнур питания или вилка повреждены, или гнездо ослаблено, поскольку это может привести к поражению электрическим током, короткому замыканию и пожару.
- (25) Не повреждайте, не перегибайте и не скручивайте шнур питания, не кладите на него тяжелые предметы и не зацепляйте шнур, поскольку это повышает риск поражения электрическим током или возгорания.
- (26) Не подходит для использования двумя и более людьми одновременно и не позволяйте другим подходить к тренажеру, поскольку они могут споткнуться и получить травму.
- (27) не для людей, у которых есть проблемы с самовыражением или с тренажером.

4. Растяжка квадрицепсов

Сохраняя равновесие, левой рукой держитесь за стену или стол, затем медленно тянитесь правой пяткой к ягодицам, пока не почувствуете сильное напряжение в передней части бедра. Задержитесь на 10-15 секунд и расслабьтесь. Повторите 3 раза для каждой ноги (рисунок 4).



5. Растяжка портняжных мышц

Сядьте так, чтобы ступни были обращены друг к другу, а колени - наружу. Потяните стопы к паху. Удерживайте 10-15 секунд и расслабьтесь. Повторите три раза (см. Рисунок 5)



IV. РУКОВОДСТВО ПО ТРЕНИРОВКАМ

РАЗМИНКА

Перед занятиями на беговой дорожке требуется 5-10 минут разминки.

ДЫХАНИЕ

Не задерживайте дыхание во время тренировки. Как правило, мы рекомендуем вдыхать носом, а выдыхать ртом в такт вашим движениям. Немедленно прекратите упражнение, если вам стало не хватать воздуха.

ЧАСТОТА

Одной и той же части мышц необходим как минимум 48-часовой отдых, а значит, тренироваться следует через день.

ТРЕНИРОВОЧНАЯ НАГРУЗКА

Начальная тренировочная нагрузка зависит от начального состояния человека. Вы можете повышать ее в соответствии с принципом прогрессивной тренировки. Болезненность мышц может быть нормальным явлением в начале тренировочного цикла, которое будет постепенно исчезать по мере выполнения упражнений.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ

Чтобы защитить пищеварительную систему, выполняйте упражнения через час после еды и не ешьте по крайней мере через полчаса после тренировки. В это время лучше пить как можно меньше воды, чтобы не увеличивать нагрузку на сердце и почки.

РАЗМИНОЧНОЕ УПРАЖНЕНИЕ

Разминка необходима для придания мышцам гибкости и эластичности. Пройдите 5-10 минут пешком, независимо от скорости, на которой вы хотите бежать. Затем остановитесь и сделайте упражнение на растяжку 5 раз, как показано ниже, по 10 секунд или больше для каждой ноги по очереди. Повторите разминку также после тренировки.

1. НАКЛОНЫ ВНИЗ Колени слегка согнуты, корпус медленно наклоняется вперед, спина и плечи расслаблены, старайтесь коснуться пальцев ног. Задержитесь на 10-15 секунд и расслабьтесь. Повторите три раза (см. Рисунок 1)
2. Растяжка подколенных сухожилий Сидя на чистой подушке, поставьте одну ногу прямо, другую - внутрь и вплотную к внутренней стороне прямой ноги. Постарайтесь коснуться руками пальцев ног. Задержитесь на 10-15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите 3 раза для каждой ноги (рисунок 2).
3. Растяжка икроножных и пяточных сухожилий В положении стоя, держитесь двумя руками за стену или дерево, отведите одну ногу назад. Держа ноги прямыми, а пятки на земле, наклонитесь к стене или дереву. Задержитесь на 10-15 секунд и расслабьтесь. Повторите 3 раза для каждой ноги (рисунок 3).



9 Всегда держите вдали от воды!

10 Не мочите основную часть или пульт управления водой или другими жидкостями.

11 Людям, которые обычно не занимаются спортом, не стоит резко прибегать к интенсивным физическим нагрузкам.

12 Никогда не занимайтесь спортом сразу после еды или когда вы чувствуете усталость, в ненормальном физическом состоянии, поскольку это может нанести вред вашему здоровью.

13 Данный тренажер предназначен для бытового использования, но не для мест большого скопления людей, таких как школы, спортивные залы и т.д.

14 Не используйте тренажер во время приема пищи или занимаясь другими делами.

15 Держите вилку питания в чистоте и не вставляйте и не вытаскивайте вилку мокрыми руками.

16 Когда не пользуетесь тренажером, вынимайте вилку шнура питания из розетки - пыль и влага ухудшают изоляцию, что может привести к утечке электричества или возгоранию.

17 Не используйте беговую дорожку после употребления алкоголя и потери сознания.

18 Не занимайтесь спортом с твердыми предметами в кармане брюк.

СПОСОБЫ ЗАЗЕМЛЕНИЯ

Это изделие должно быть заземлено. В случае неисправности или поломки заземление обеспечивает путь наименьшего сопротивления для электрического тока, что снижает риск поражения электрическим током.

Эта беговая дорожка оснащена шнуром с заземляющим проводником и заземляющей вилкой. Вилка должна быть подключена к соответствующей розетке, установленной надлежащим образом и заземленной в соответствии со всеми местными нормами и правилами.

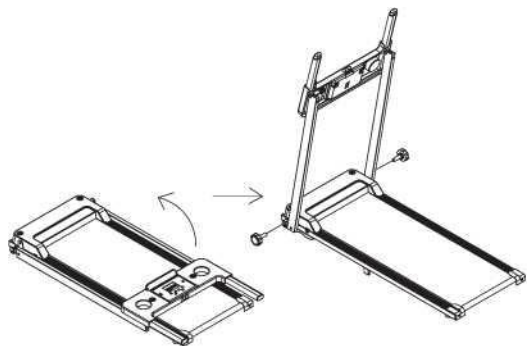
ОПАСНОСТЬ - Неправильное подключение заземляющего проводника оборудования может привести к риску поражения электрическим током. Если вы сомневаетесь в том, что изделие правильно заземлено, обратитесь к квалифицированному электрику или специалисту по обслуживанию. Не заменяйте вилку, поставляемую с изделием, если она не подходит к розетке, найдите подходящую розетку, установленную квалифицированным электриком. Убедитесь, что изделие подключено к розетке, имеющей ту же форму и конфигурацию, что и вилка. Не допускается использование сменного переходного гнезда.

III. ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

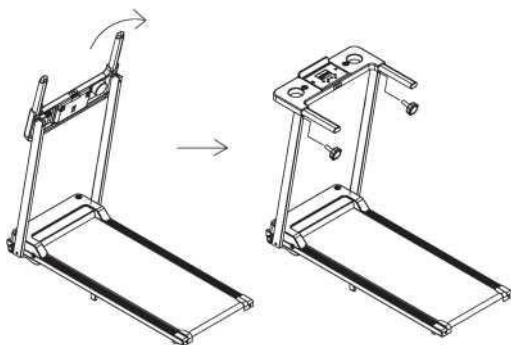
- 1) Откройте упаковочную коробку, достаньте все запасные части и положите основную раму беговой дорожки на пол.



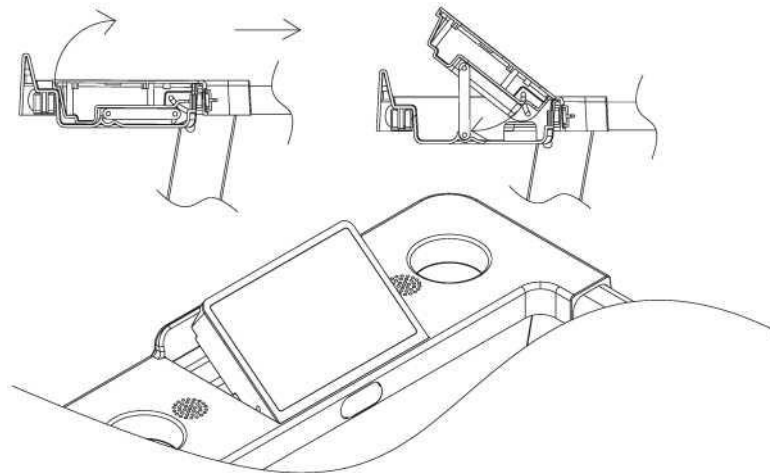
- 2) Откиньте стойку и закрепите колонну на раме с помощью 2 ручек; при фиксации ручки вставляйте их горизонтально. Не закрепляйте по диагонали во избежание повреждения резьбы. Не затягивайте две ручки слишком сильно, пока рама не будет хорошо закреплена.



- 3) Закрепите держатель компьютера и трубку стойки с помощью 2 рукояток; положение рукоятки крепления держателя счетчика см. на рисунке, затяните рукоятку.



- 4) Возьмите электронный дисплей одной рукой, другой откройте опору на задней части дисплея и вставьте ее в паз на нижней части компьютера.



- 5) 4. Установите ключ безопасности в правильное положение, как показано на рисунке. Еще раз проверьте и затяните все элементы крепления. Беговую дорожку можно подключить к электрической сети

