HORIZON FITNESS

ADVENTURE 4 PLUS

БЕГОВАЯ ДОРОЖКА

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн.

Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие–либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.

Меры безопасности

Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Тренажер предназначен для коммерческого использования. В целях обеспечения безопасности и надежной работы оборудования перед использованием тренажера ознакомьтесь с инструкцией.

При использовании тренажера следует соблюдать следующие базовые меры предосторожности:

- **ОСТОРОЖНО!** Во избежание удара током отключайте тренажер от сети после окончания использования и перед чисткой;
- **ВНИМАНИЕ!** Не следует оставлять включенный тренажер без присмотра во избежание удара током. Если тренажер не используется или производится его ремонт, установка или снятие комплектующих, отключите его от сети;
- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Во избежание получения травм используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем;
- Во избежание травм и удара током не вставляйте какие-либо предметы в отверстия на тренажере;
- Не снимайте кожухи консоли. Ремонт тренажера должен производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не используйте тренажер, если заблокированы вентиляционные отверстия. Поддерживайте их в чистоте, удаляйте скапливающуюся пыль, волосы и т.д.;
- Не используйте тренажер, если у него повреждены шнур питания или вилка, если он работает некоректно, был поврежден или побывал в воде. Доставьте тренажёр в сервисный центр для осмотра и ремонта;
- Не перемещайте тренажер за шнур питания и не используйте шнур как ручку;
- Шнуры питания не должны соприкасаться с нагревающимися поверхностями;
- Дети и лица с ограниченными возможностями могут находиться рядом с включенным тренажером или использовать его только под наблюдением;
- Тренажер не предназначен для использования вне помещения;
- Не пользуйтесь тренажером в местах, где распыляются аэрозоли или осуществляется подача

кислорода;

- Для отключения переведите тумблеры включения/выключения в положение «выкл.(OFF)», а затем отключите шнур питания из розетки;
- Подключайте тренажер только к заземленной розетке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера;
- Будьте осторожны при подходе к тренажеру и спуске с него.

ОСТОРОЖНО! Если вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно ПРЕКРАТИТЕ занятия на тренажере. Прежде чем возобновлять тренировки обратитесь за консультацией к врачу.

Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию

Транспортировка и эксплуатация тренажера:

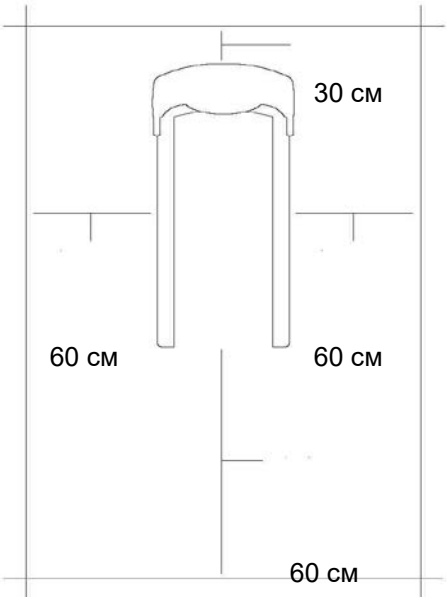
1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

Хранение тренажера:

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

1. температура + 10 - + 35 С;
2. влажность: 50 -75%;
3. Если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Настройка оборудования



Выбор места для тренажера

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности, так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным (свободное пространство должно быть не менее 60 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 60 см позади него).

Свободное пространство сзади тренажера обеспечит вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него

Если вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

Не размещайте тренажёр в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на электронные и другие компоненты тренажера. Рекомендуется устанавливать тренажер в комфортном помещении.

Инструкция по заземлению

Беговая дорожка должна быть заземлена. В случае сбоя или поломки заземление создает путь для электрического тока с минимальным сопротивлением, что снижает риск удара током. Тренажер оснащен шнуром с жилой для заземления и вилкой с ножкой заземления. Он должен подключаться к соответствующей розетке, установленной и заземленной с соблюдением действующих нормативов. Несоблюдение данных инструкций может привести к утрате гарантии.

ОСТОРОЖНО! Неправильное подключение может стать причиной удара током. Если у вас возникли сомнения в правильности заземления, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы. Не меняйте вилку тренажера. Если комплектуемая вилка не подходит к вашей розетке, обратитесь к электрику и установите нужную розетку.

Рекомендации по сборке

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к

инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все детали тренажёра, не до конца затянув гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.

Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт

Регулярное и своевременное техническое обслуживание продлевает срок службы тренажёра и сводит ваши обращения в сервисную службу до минимума. Для этого мы рекомендуем вам выполнять следующие профилактические процедуры.

Рекомендации по уходу

Перед любым обслуживанием обязательно отключайте тренажер от электрической сети. К обслуживанию можно приступать примерно через 60 секунд, когда произойдет полное обесточивание внутренних электрических цепей тренажера. Регулярно осматривайте Ваш тренажер на предмет отсутствия попадания посторонних предметов, пыли и грязи в тренажер.

Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера – ацетон, бензин, уайт-спирит, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей.

Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости ткань с последующей протиркой сухой тканью.

После каждой тренировки (ежедневно)

Почистите и осмотрите беговую дорожку, выполнив следующие действия:

•Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети.

•Протрите беговое полотно, корпус, кожух двигателя и консоль влажной тряпкой. Не используйте растворители, они могут повредить тренажер.

•Осмотрите шнур питания. Если он поврежден, обратитесь к представителям компании-продавца.

•Убедитесь, что шнур не попал под транспортировочные колёсики тренажера или в другое место, где он может оказаться защемлен или оборван.

•Проверьте натяжение и центровку бегового полотна. Убедитесь, что оно не повредит другие части тренажера из-за нарушения центровки.

•Убедитесь, что тренажёр находится на достаточном расстоянии от стен (не менее 50 см).

Еженедельно

Уборка от пыли и мусора поверхности под беговой дорожкой:

•Выключите тумблер беговой дорожки, затем отключите ее от сети.

•Сложите тренажер, убедившись в надежности его фиксации в вертикальном положении(для складных моделей).

•Переместите тренажер в другое место.

•Подметите или пропылесосьте пол, чтобы удалить пыль или другой мусор, который мог накопиться под беговой дорожкой.

•Поставьте тренажер обратно.

•

ЕЖЕМЕСЯЧНО – ВАЖНО!

•Выключите тумблер питания беговой дорожки, затем отключите ее от сети.

•Проверьте затяжку всех монтажных болтов тренажера.

•Выключите беговую дорожку и подождите 1 минуту.

•Снимите кожух двигателя. Дождитесь, пока все огни индикаторов на платах погаснут.

•Пропылесосьте сам двигатель и весь моторный отсек , чтобы удалить накопившийся пух или пыль. Невыполнение этой процедуры может привести к преждевременному отказу электрических компонентов.

•Пропылесосьте и протрите беговое полотно влажной тряпкой. Удалите с помощью пылесоса черные или белые частички, которые могут скопиться вокруг тренажера. Их появление является результатом нормальной работы беговой дорожки.

Дека и беговое полотно – это детали тренажера, требующие особого внимания. Важно соблюдать требования эксплуатации во избежание преждевременного износа этих деталей. Периодически проверять и проводить центровку и подтягивание бегового полотна, а при необходимости и техническое обслуживание беговой дорожки.

Тренажёр предназначен для домашнего использования.

Условия гарантии и сервисного обслуживания указаны в Гарантийном талоне.
Убедитесь, что вы ознакомились с содержанием Гарантийного талона.
Не выбрасывайте гарантийный талон.

NEO TREN

Гарантийный талон сервисного обслуживания №_____
Гарантийный талон действителен при заполнении всех его граф

Модель тренажера: _____
Заводской (серийный) номер: _____
Дата продажи: "___" _____ 20__ года.
Гарантийный срок обслуживания: *см. на обороте*
Ф.И.О., подпись продавца: _____ / _____ /
(подпись)

М.П. торговой организации

С условиями гарантийных обязательств ознакомлен. Претензий по качеству, внешнему виду и комплектности оборудования не имею.

Ф.И.О. покупателя полностью: _____ / _____ /
(подпись)

*Сборку, установку и подключение оборудования произвел:**
Ф.И.О. мастера _____ / _____ /
(подпись)
Дата установки: "___" _____ 20__ года.
**По отдельному соглашению, услуга платная.*

Сведения о произведенных ремонтах: **Отметка сервисной службы:**

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

По вопросам сервисного обслуживания обращайтесь:
115201 г. Москва, Каширский пр-д, д. 17, строение 9, тел.: (495) 276-28-86 (доб.107), service@neotren.ru
Или к уполномоченному дилеру, у которого было приобретено оборудование.

Гарантийный талон действителен с 1 января 2016 года.

1. Условия гарантии устанавливаются изготовителем Товара и доводятся до Покупателя Продавцом в настоящем гарантийном талоне и Инструкции по эксплуатации Товара.
2. На все товары распространяется гарантия Продавца. Срок действия гарантии на Товар указан в гарантийном талоне, выданном при покупке Товара.
3. Покупатель обязан принять товар у Продавца по комплектации и внешнему виду, зафиксировав факт приёмка в соответствующем документе; проверить полноту заполнения гарантийного талона. Претензии по некомплекту и механическим повреждениям, обнаруженные после приёмки Товара у Продавца, не принимаются и будут устранены за счёт Покупателя.
4. Гарантия на Товар действует при условии соблюдения всех правил эксплуатации и при условии проведения регулярного технического обслуживания. Ответственность за регулярное и своевременное техническое обслуживание возлагается на владельца тренажёра.
5. **Срок службы на всю продукцию составляет 7 лет при условии соблюдения правил эксплуатации и рекомендуемого технического обслуживания.**
6. Гарантия не распространяется на:
   - неисправности и повреждение компонентов, вызванные внешними механическими и химическим воздействием (сколы, царапины, трещины, пятна и т.п.);
   - компоненты, подверженные естественному износу, необходимость ремонта или замены которых возникла вследствие их износа и старения в результате нормального использования: предохранители, приводные ремни, покрытие из пенорезины, элементы питания и батареи, наклейки, стекла, сиденья и валики из кожезаменителя (паронита, пенорезины), щётки и подшипники электродвигателя, многочасовые мембраны консоли и ручек управления;
   - проверочные работы и операции регулярного технического обслуживания, в том числе на перечисленные ниже операции, относящиеся к техническому обслуживанию: смазка приводов и движущихся частей, чистка и смазка рамы, чистка валов, чистка шкива и приводного ремня, центровка и натяжение бегового полотна и приводных ремней, замена щёток, подшипников и чистка коллектора электродвигателя, протяжка болтовых соединений тренажёра, калибровка (включая, но не ограничиваясь, так как периодичность и объём их выполнения зависит от условий эксплуатации тренажёра);
   - операции, которые должен выполнять Пользователь изделия: настройка компьютера консоли, центровка и натяжение бегового полотна, удаление пыли, чистка внешних поверхностей;
   - действия непреодолимой силы (пожар, несчастный случай, затопление, неисправность электрической сети и т.д.).
7. Гарантийный ремонт не производится в следующих случаях:
   - выход из строя электронных компонентов или повреждений каких либо других компонентов в ходе неквалифицированной сборки, подключения или ремонта изделия;
   - использование изделия в целях осуществления коммерческой деятельности: либо в связи с приобретением в целях удовлетворения потребностей предприятий, учреждений, организаций, если это не предусмотрено модельно изделия;
   - проникновение жидкости, пыли, насекомых и других посторонних предметов внутрь изделия (моторный отсек, консоль, дека);
   - отсутствие или неправильное заполнение гарантийного талона (отсутствует название модели, дата продажи, заводской номер изделия, штамп торговой организации), предъявление неоригинального гарантийного талона;
   - если повреждения вызваны несоответствием установленным параметров электрических сетей и другими внешними факторами (электричеством и иными);
   - если недостаток изделия явился следствием использования нестандартных или некачественных принадлежностей, аксессуаров, запасных частей, элементов питания, носителей информации различных типов или нестандартных форматов информации.
8. Для предъявления требования об обмене или возврате изделия необходимо соблюдение следующих условий:
   - комплектность изделия, включая упакованные принадлежности (коробка, элементы упаковки отдельных узлов и деталей, техническое описание и т.д.);
   - сохранение товарного вида изделия (отсутствие царапин, потертостей и т.д.);
   - наличие оригинала товарного чека, правильно заполненный гарантийный талон.
9. Работы по техническому обслуживанию производятся на платной основе, кроме случаев, обусловленных скрытыми дефектами оборудования. Данные виды работ выполняются за отдельную плату по утвержденному прейскуранту. Диагностика заявленной неисправности покрывается гарантией, только если подтверждается гарантийный характер заявленной неисправности.
10. Сборка, установка и подключение изделия, описанные в документации, прилагаемой к нему, могут быть выполнены как самим пользователем, так и специалистами уполномоченных сервисных центров соответствующего профиля на платной основе.
11. Если для проведения гарантийного ремонта в регионах РФ возникает необходимость транспортировки изделия или его частей в специализированный сервисный центр Продавца, или возникает необходимость командировки представителя технической службы Продавца, все транспортные расходы возлагаются на Покупателя.

Сроки гарантийного обслуживания (указано в годах):

Модель	Использование	Рама	Моторы	*Узлы движения и электронные блоки	**Детали износа	***Расходные материалы
Carbon Fitness	бытовое	1	1	0,5	0,5	нет
Oxygen (кроме беговых дорожек)	бытовое	2	нет	1	1	нет
Oxygen (беговые дорожки)	бытовое	5	5	**1	1	нет
Horizon, Vision	бытовое	3	2	2	1	нет
Johnson, LiveStrong, Bronze Gym (кардио)	бытовое/коммерческое	3	2	2	1	0,5
Vision	коммерческое	5	3	2	1	0,5
Johnson, Bronze Gym (силовые тренажеры)	коммерческое	3	нет	1	0,5	0,5
Body Solid	бытовое/коммерческое	3	нет	1	1	нет
Vision, Oxygen (массажные столы)	бытовое/коммерческое	1	1	1	1	нет
Johnson (массажные кресла)	бытовое	5	5	5	1	1
Oxygen (батуты)	бытовое	1	нет	нет	0,5	нет

* Узлы движения и электронные блоки - дека, валы бегового полотна, шкив с осью, нерегулируемый, консоль, электронные платы управления (CCB, PCB), пультсмеры, плата управления двигателем (MCB, инвертор), генератор, кабели, соединительные провода, шлейфы, мешкотара, приводы силовых тренажеров: шкив, подшипники, втулки, ролики, силовые блоки, грузовые стойки.

** Узлы движения и электронные блоки для беговых дорожек Oxygen. Гарантия 6 лет распространяется на электронные платы управления (CCB, PCB) и плату управления двигателем (MCB, инвертор).

*** Детали износа - беговое полотно, прижимной жгут, приводной ремень двигателя, многочасовые мембраны управления, пластиковые декоративные кожухи и заглушки, боковые накладки беговых дорожек, тросы и ремни силовых тренажеров, электромеры беговых дорожек, защитная сетка Батута.

**** Расходные материалы - предохранители, приводные ремни, элементы питания и батареи, наклейки, обивка из кожезаменителя, набивка сидений и валиков (паронита, пенорезины), щетки и подшипники электродвигателя, многочасовые мембраны консоли и ручек управления.

Указания по утилизации

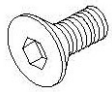
ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

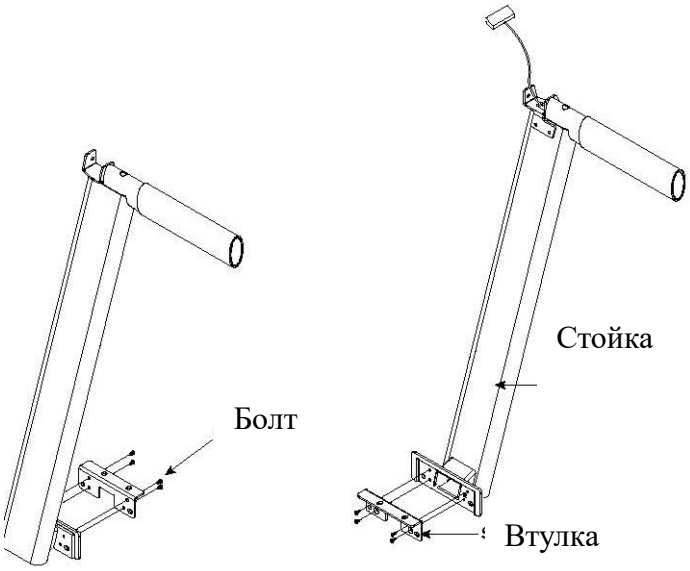
Данный тренажер не относится к бытовым отходам. Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации. Надлежащий раздельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.

СБОРКА ОБОРУДОВАНИЯ

ВНИМАНИЕ! Во время установки винтов и болтов не следует их сильно затягивать. Это необходимо сделать в самом конце сборки.

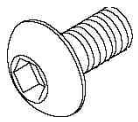
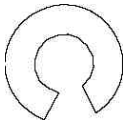
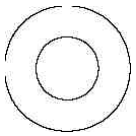
ШАГ 1

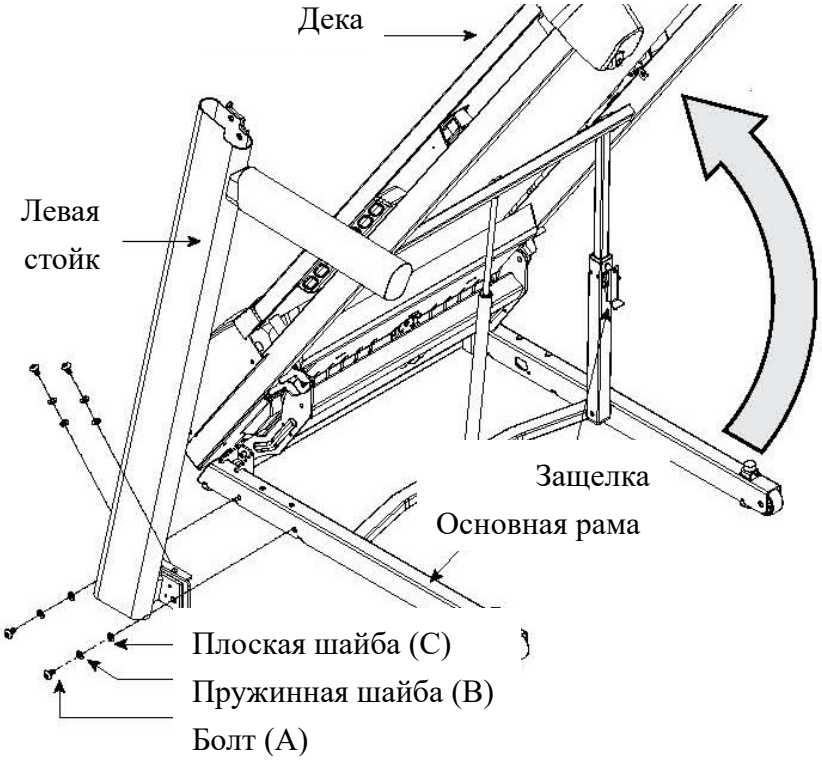
СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ № 1:	
	Болт 10 мм. Кол-во - 8



A. Откройте сборочный комплект №1.
B. Разрежьте желтые ленты.
C. Зафиксируйте левую втулку на левой стойке консоли с помощью 4 болтов.
D. Зафиксируйте правую втулку на правой сойке с помощью 4 болтов.

ШАГ 2

СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ № 2:					
	Болт (A) 20 мм. Кол-во - 4		Пружинная шайба (B) 15 мм Кол-во - 4		Плоская шайба (C) 15 мм Кол-во - 4

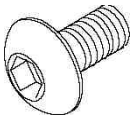
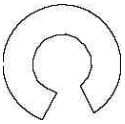
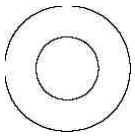


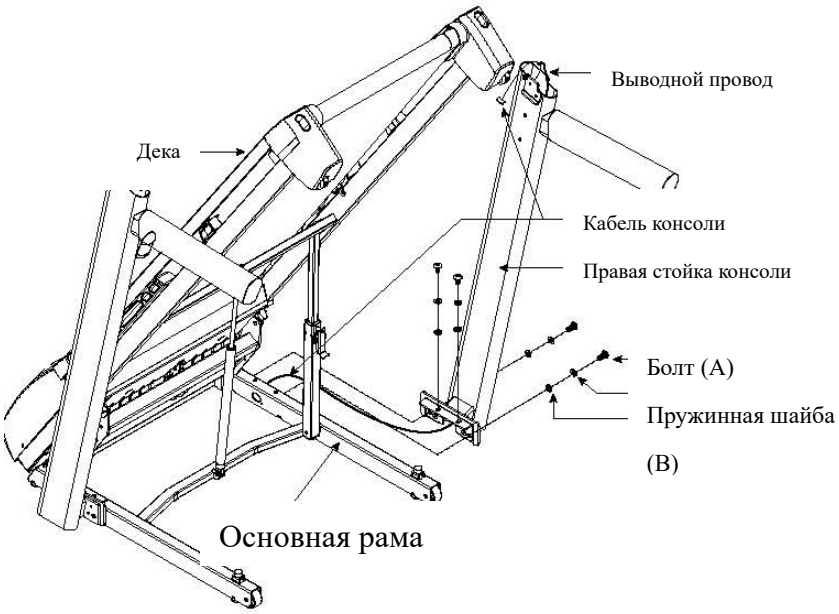
A. Поднимите деку и зафиксируйте ее замком. Удалите все лишние части, чтобы они не мешали вам во время сборки.

B. Откройте сборочный комплект №2.

C. Сохраняя деку в поднятом положении, установите левую стойку консоли на основу рамы, закрепив 4 болтами (a), 4 пружинными шайбами (b) и 4 плоскими шайбами (c)

ШАГ 3

СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ № 3:					
	Болт (A) 20 мм. Кол-во - 4		Пружинная шайба (B) 15 мм Кол-во - 4		Плоская шайба (C) 15 мм Кол-во - 4



A. Откройте сборочный комплект №3.

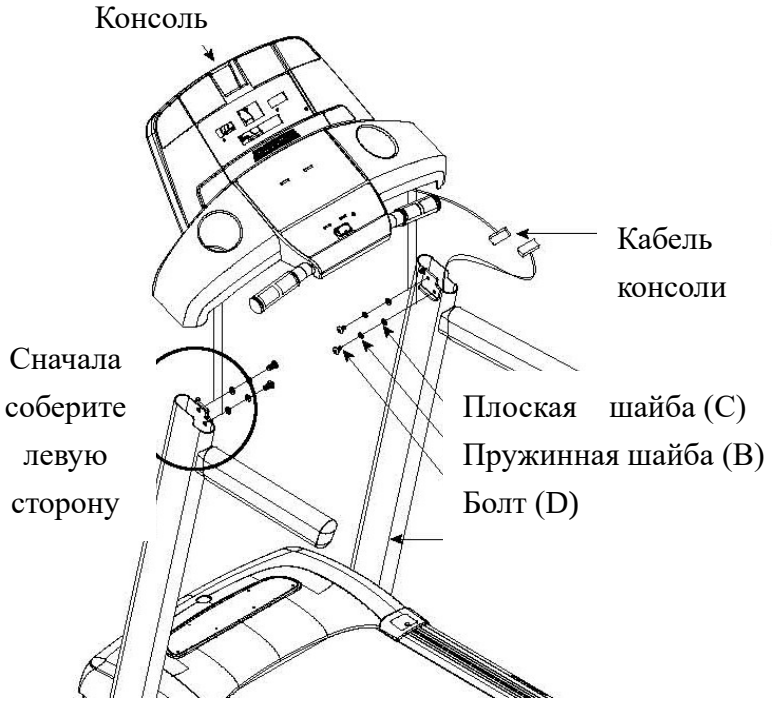
B. Проденьте выводной провод через правую стойку консоли. После того как выводной провод продет, консольный кабель должен быть расположен в верхней части стойки. Разъедините и удалите выводной провод.

C. Сохраняя деку в поднятом положении, установите правую стойку консоли на основу рамы, закрепив 4-мя болтами (a), 4-мя пружинными шайбами (b) и 4-мя плоскими шайбами (c).

ПРИМЕЧАНИЕ: Не пережмите провода во время установки правой стойки консоли.

ШАГ 4

СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ № 4:					
	Болт (D) 20 мм. Кол-во - 4		Пружинная шайба (B) 15 мм Кол-во - 4		Плоская шайба (C) 15 мм Кол-во - 4

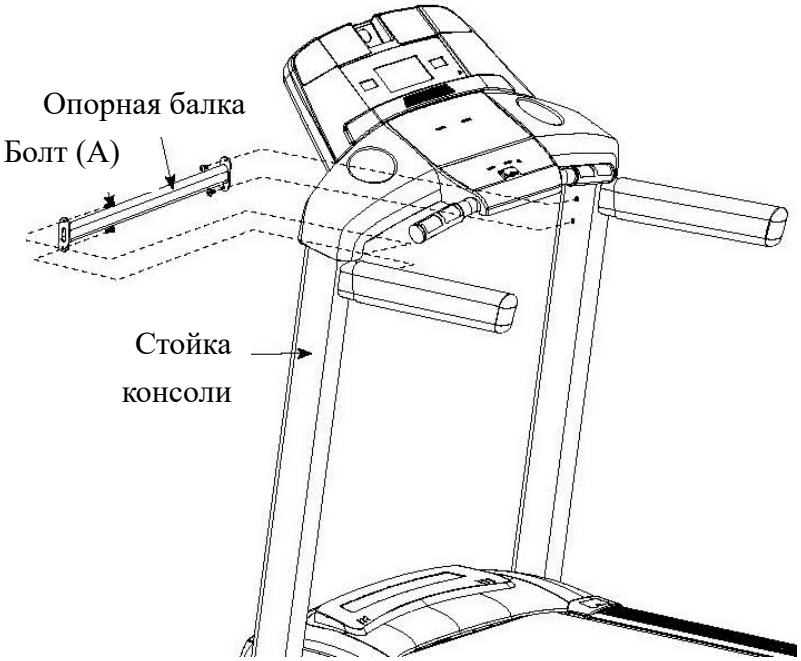


A. Опустите деку, нажав на ножную защелку.
B. Откройте пакет с деталями № 4.
C. Аккуратно установите консоль на стойки консоли. Закрепите левую часть с помощью 2-ух болтов (d), 2-ух пружинных шайб (b) и 2-ух плоских шайб (c).
D. Соедините консольные кабели и поместите внутрь стойки во избежание возможных повреждений.
E. Закрепите правую часть с помощью 2-ух болтов (d), 2-ух пружинных шайб (b) и 2-ух плоских шайб (c).

ПРИМЕЧАНИЕ: Не пережмите провода во время установки стоек.

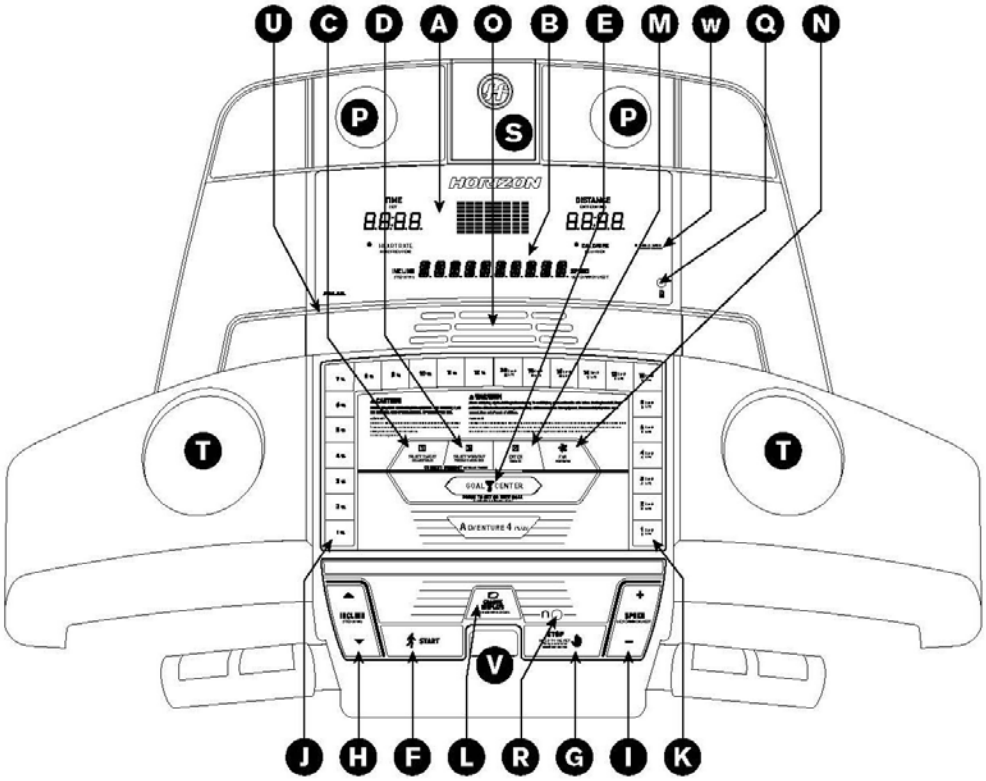
ШАГ 5

СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ № 5:	
	Болт (A) 15 мм. Кол-во - 4



A. Откройте пакет с деталями № 5.
B. Установите опорную балку в пазы стоек консоли.
C. Вставьте болты (a) во все 4 отверстия опорной балки.
D. Затяните полностью все болты.

РАБОТА С КОНСОЛЬЮ



УПРАВЛЕНИЕ КОНСОЛЬЮ БЕГОВЫХ ДОРОЖЕК

Примечание: Перед первым использованием необходимо снять пленку, защищающую экран консоли.

A. ОКНА ДИСПЛЕЯ: Время (time), дистанция (distance), калории (calories), сердечный ритм (heart rate), скорость (speed), угол наклона (incline) и профили тренировки (workout profiles).

B. БУКВЕННО_ЦИФРОВОЙ ДИСПЛЕЙ: Отображает информацию о целях и режимах тренировки.

C. ВЫБОР ЦЕЛЕЙ: Нажмите для выбора цели тренировки.

D. ВЫБОР РЕЖИМА: Нажмите для выбора тренировочного режима.

E. ЦЕНТР УПРАВЛЕНИЯ ЦЕЛЯМИ (GOAL CENTER™): Нажмите чтобы установить или посмотреть достижение.

F. START (СТАРТ): Нажмите клавишу для начала тренировки или возврата к ней после режима паузы.

G. STOP (СТОП): Нажмите для паузы/окончания тренировки. Удерживайте в течение 3 секунд для перезагрузки.

H. КЛАВИШИ ИЗМЕНЕНИЯ НАКЛОНА (INCLINE +/-): Клавиши используются для более точного изменения угла наклона (шаг 0.5%).

I. КЛАВИШИ ИЗМЕНЕНИЯ СКОРОСТИ (SPEED + / -): Используются для более точного

изменения скорости (шаг 0.1 миля или 0,1 км.)

J. КЛАВИШИ БЫСТРОГО ИЗМЕНЕНИЯ НАКЛОНА (INCLINE QUICK KEYS): Используются для быстрого доступа к изменению угла наклона .

K. КЛАВИШИ БЫСТРОГО ИЗМЕНЕНИЯ СКОРОСТИ (SPEED QUICK KEYS): Используются для быстрого изменения скорости.

L. ИЗМЕНЕНИЕ ДИСПЛЕЯ: В процессе тренировки нажатие этой клавиши меняет параметры отображения тренировочных данных.

M. ВВОД (ENTER): Используется для выбора цели тренировки и тренировочного режима.

N. КЛАВИША ВЕНТИЛЯТОРА (FAN): Нажмите для включения или выключения вентилятора.

O. ВЕНТИЛЯТОР: Персональный вентилятор.

P. ДИНАМИКИ: Воспроизведение музыки через подключенные CD/MP3.

Q. АУДИО ВХОД: АУДИО ВХОД для подсоединения CD/MP3 посредством входящего в комплект кабеля.

R. АУДИО ВЫХОД / ВХОД ДЛЯ НАУШНИКОВ: Подключите Ваши наушники для прослушивания музыки.

Примечание: Когда Ваши наушники присоединены к консольному выходу, динамики не активны.

S. ДЕРЖАТЕЛЬ ДЛЯ MP3: Используется для хранения Вашего MP3 плеера.

T. ДЕРЖАТЕЛИ ДЛЯ БУТЫЛКИ: Используются для хранения емкостей с водой и личных пещей.

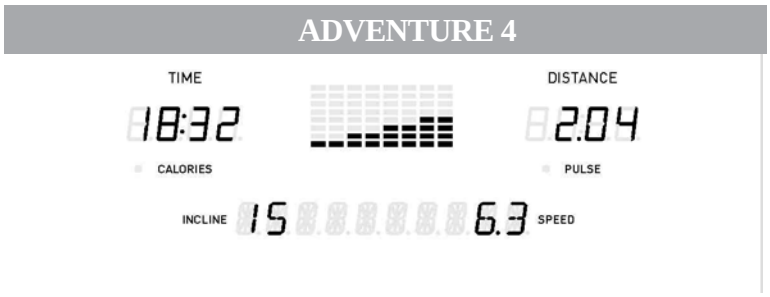
U. ПОДСТАВКА ДЛЯ КНИГ: Используется для поддержки книг и журналов.

V. КЛЮЧ БЕЗОПАСНОСТИ: Дорожка работает только при установленном ключе безопасности.

W. КОНТРОЛЬ ЭНЕРГИИ: Через 10 минут нахождения в режиме ожидания, автоматически включается режим сохранения энергии.

ОКНА ДИСПЛЕЯ:

- **ВРЕМЯ (TIME):** Выражено в Минутах:Секундах. Данный параметр показывает сколько времени прошло с момента начала тренировки.
- **ДИСТАНЦИЯ (DISTANCE):** Выражена в милях. Показывает пройденную или оставшуюся дистанцию тренировки.
- **СКОРОСТЬ (SPEED):** Выражена в милях или километрах в час. Показывает с какой скоростью Вы двигаетесь.
- **НАКЛОН (INCLINE):** Выражен в процентах. Показывает угол наклона деки.
- **КАЛОРИИ (CALORIES):** Показывает количество затраченных калорий или сколько еще необходимо потратить в рамках выбранного тренировочного режима.
- **СЕРДЕЧНЫЙ РИТМ (HEART RATE):** Выражен в количестве ударов за минуту. Показывает Ваш сердечный ритм (когда ладони находятся на сенсорных датчиках пульса).
- **ПРОГРАММНЫЕ ПРОФИЛИ:** Показывает выбранный программный тренировочный режим.
- **ЦЕЛИ (TARGETS) и РЕЖИМЫ (WORKOUTS):**
  Adventure 4, Adventure 5: цель/режим отображаются в светодиодном окне.



ПРИСТУПАЯ К ТРЕНИРОВКЕ

1) Убедитесь, что никакие предметы не мешают Вашему движению и движению полотна.
2) Подсоедините шнур питания и включите дорожку.
3) Встаньте на боковые направляющие дорожки.
4) Прикрепите клипсу ключа безопасности к одежде.
5) Вставьте ключ безопасности в соответствующее гнездо консоли.
6) У Вас есть два варианта начала тренировки.

A) БЫСТРЫЙ СТАРТ

Просто нажмите ВПЕРЕД/СТАРТ (GO/START) для начала тренировки. Время, дистанция и калории начнут отсчитываться с нуля. Или же...

B) Выберите Цель или Тренировочный режим

1) Выберите ЦЕЛЬ (TARGET), используя клавишу ВЫБОРА ЦЕЛЕЙ (SELECT TARGET).
2) Настройте цель с помощью клавиш со стрелками.
3) Нажмите ВВОД (ENTER) для подтверждения.
4) Выберите ПРОГРАММУ ТРЕНИРОВОЧНОГО РЕЖИМА (WORKOUT), используя клавишу ВЫБОРА РЕЖИМОВ (SELECT WORKOUT).
5) Нажмите ВПЕРЕД/СТАРТ (GO/START) для старта.

ПРИМЕЧАНИЕ: Если цель или тренировочный режим не выбраны, тренировка начнется в ручном режиме. При этом скорость и наклон регулируются пользователем вручную.

ИЗМЕНЕНИЕ ЦЕЛИ В ПРОЦЕССЕ ТРЕНИРОВКИ

Вы можете изменить цель в процессе тренировки без потери статистических данных.

Для этого, в любой момент тренировки, нажмите клавишу ВЫБОРА ЦЕЛЕЙ (SELECT TARGET) и выберите новую цель.

Используйте клавиши со стрелками или +/- для изменения значений, затем нажмите ВВОД (ENTER). Все накопленные данные по прошлой целевой тренировке переместятся в новую.

ПРИМЕЧАНИЕ: Если Вы случайно нажали клавишу ВЫБОРА ЦЕЛЕЙ во время тренировки – подождите 5 секунд, компьютер вернется к прежнему режиму тренировки.

ИЗМЕНЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО РЕЖИМА В ПРОЦЕССЕ ТРЕНИРОВКИ

Вы можете изменить тренировочный режим во время выполнения тренировки.

Для этого, в любой момент тренировки, нажмите клавишу ВЫБОРА РЕЖИМОВ (SELECT WORKOUT) и выберите новый режим цель. Нажмите ВВОД (ENTER).

Новый тренировочный режим будет доступен после завершения текущего сегмента тренировки со сохранением статистики.

ПРИМЕЧАНИЕ: Пульсозависимый режим недоступен для изменения. Если Вы случайно нажали клавишу ВЫБОРА РЕЖИМОВ во время тренировки – подождите 5 секунд, компьютер вернется к прежнему режиму тренировки.

ЦЕЛЕВЫЕ ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ПРОФИЛИ

1. **ВРЕМЯ (TARGET 1 – TIME)**: Позволяет пользователю установить время тренировки. Время можно указать в диапазоне 15:00 - 99:00 мин. с отсчетом по убыванию Дистанция и калории отсчитываются в сторону увеличения.

2. **ДИСТАНИЯ (TARGET 2 – DISTANCE)**: Позволяет пользователю установить дистанцию тренировки. Дистанцию можно указать в диапазоне 0.25 – 26.25 миль или 0.4 – 42 км. с отсчетом по убыванию. Время и калории отсчитываются в сторону увеличения.

3. **КАЛОРИИ (TARGET 3 – CALORIES)**: Позволяет пользователю установить количество потраченных калорий. Калории можно установить в диапазоне от 20 до 980. Отсчет калорий идет по убывающей. Время и дистанция отсчитываются в сторону увеличения.

4. **НЕТ ЦЕЛИ (NO TARGET)**: Позволяет пользователю выбрать профиль без указания целей времени, дистанции или калорий. Время, дистанция и калории начнут отсчитываться с нуля.

ПРОФИЛИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ РЕЖИМОВ (ПРОГРАММЫ)

1) РУЧНОЙ РЕЖИМ (MANUAL) : Позволяет на ходу изменять скорость и угол наклона.

2) ИНТЕРВАЛЫ (INTERVALS): Улучшает Вашу силу, скорость и выносливость за счет изменения скоростного режима и воздействуя на сердце и различные мышцы.

Сегмент	Разминка		1	2	Сегменты 1 и 2 овторяются пока цель не достигнута
Время	2:00	2:00	1:30	0:30	
Скорость	1	1.5	2	4	
Наклон	1	1.5	0.5	1.5	

3) ХОЛМЫ (HILLS): Имитирует бег вверх и вниз по холмам для улучшения сопротивляемости.

Сегмент	Разминка	1	2	3	4	5	6	7	8	Сегменты 1–8 повторяются пока тренировка не будет завершена until target
Время	4:00	0:30	0:30	0:30	0:30	0:30	0:30	0:30	0:30	
Уровень 1 наклон	1 1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	

4) СНИЖЕНИЕ ВЕСА (WEIGHT LOSS): Эффективно снижает вес за счет изменения скоростной нагрузки.

Сегмент		Разминка		1	2	3	4	5	6	7	8	Сегменты 1–8 повторяются пока тренировка не будет завершена
Время		4:00		0:30	0:30	0:30	0:30	0:30	0:30	0:30	0:30	
Ур. 1	Наклон	0	0.5	1.5	1.5	1	0.5	0.5	0.5	1	1.5	
	Сокрость	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	

5) **ПУЛЬСОЗАВИСИМАЯ ПРОГРАММА (HRC):** После выбора пульсозависимой программы нажмите ВВОД (ENTER). Для регулировки целевого сердечного ритма используйте о клавиши изменения наклона.

Ваш целевой сердечный ритм должен быть установлен на том уровне, на котором Вы можете провести большую часть тренировки. После его указания нажмите клавишу СТАРТ (START). осле 4-ех минутной разминки уровень наклона постепенно увеличится с тем, чтобы пользователь смог войти в целевую сердечную зону. Угол наклона будет сохраняться на текущем уровне, если отклонения в ту или иную сторону составляют не более пяти ударов в минуту. Если же отклонение сторону увеличения составит 25 ударов и более, в целях безопасности Вашего здоровья дорожка остановится.

Примечание:Для выполнения пульсозависимой программы рекомендуется использовать нагрудный телеметричесий передатчик, для данной программы вы можете установить только цель «время».

ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИЕ ПРОГРАММЫ (ТОЛЬКО ДЛЯ ADVENTURE 5+)

1) Нажмите клавишу CUSTOM 1 или 2 для выбора программы.

2) Нажмите ВЫБОР ЦЕЛИ (SELECT TARGET) для выбора целевого показателя. Нажмите ENTER для подтверждения выбора.

3) Задайте скорость с помощью клавиш ▲ / ▼ или + / -. Нажмите ENTER. Повторите эту процедуру для всех 15 профайлов.

4) Задайте наклон с помощью клавиш ▲ / ▼ или + / -. Нажмите ENTER. Повторите эту процедуру для всех 15 профайлов.

5) Нажмите кнопку START (СТАРТ).

ЦЕНТР УПРАВЛЕНИЯ ЦЕЛЯМИ™ (GOAL CENTER™) (ADVENTURE 4, ADVENTURE 5)

Исследования показывают, что те пользователи, кто записывает результаты своих тренировок в дневник, достигают гораздо лучших результатов по сравнению с теми, кто не ведет записей. Поскольку Ваша новая беговая дорожка Horizon имеет специальную функцию *GOAL CENTER™*, теперь результаты тренировок станут гораздо эффективнее. GOAL CENTER™ является инновационным решением, интегрированным в консоль Вашей беговой дорожки и позволяет записывать Ваши достижения в память дорожки, а не дневник. Далее ознакомьтесь в деталях как работает эта функция.

НАСТРОЙКА GOAL CENTER™

1) Выберите пользователя (USER 1 или USER 2) с помощью клавиш ▲ / ▼ или + / -. Нажмите ВВОД (ENTER).

2) Нажмите клавишу GOAL CENTER™ и удерживайте ее нажатой в течение пяти секунд.

3) Нажмите SELECT TARGET дл выбора целевого показателя.

4) С помощью клавиш ▲ / ▼ или + / - установите значение целевого показателя и нажмите ENTER.

5) С помощью клавиш ▲ / ▼ или + / - задайте тот срок (в днях, NUMBER OF DAYS), за который вы хотите добиться этой цели.

6) Нажмите ENTER еще раз для выхода из режима настроек.

ПРИМЕЧАНИЕ: Удаление предыдущей цели и определение новой выполняется таким же образом.

ПРОСМОТР ДОСТИГНУТЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Загрузив свои настройки пользователя, вы можете посмотреть, каких результатов добились. Нажмите клавишу GOAL CENTER™, при этом на консоли отобразится значение выбранного целевого показателя (остающееся время, расстояние или количество калорий), а затем срок, который у вас есть для его достижения.

ПРИМЕЧАНИЕ: Для учета результатов НЕОБХОДИМО всегда указывать соответствующего пользователя перед началом тренировки.

ДЛЯ ПЕРЕЗАГРУЗКИ КОНСОЛИ

в течение 3 секунд удерживайте нажатой клавишу STOP.

ЗАВЕРШЕНИЕ ТРЕНИРОВКИ

По окончании выполнения программы на дисплее появится надпись “FINISHED” («ВЫПОЛНЕНИЕ ПРОГРАММЫ ЗАВЕРШЕНО») и раздастся звуковой сигнал. Информация о тренировке отображается на консоли в течение 30-45 секунд, затем происходит перезагрузка консоли.

ОТМЕНА ВЫБОРА

Для отказа от выполнения текущей программы или отмены выбора индикации в течение 3-5 секунд удерживайте нажатой клавишу STOP.

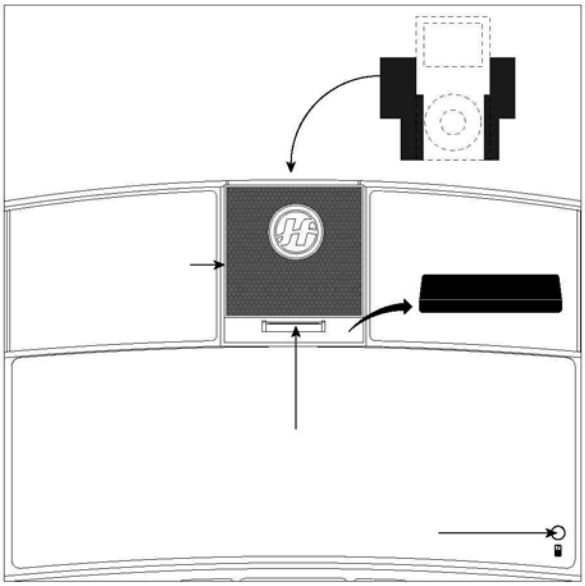
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ CD / MP3-ПЛЕЕРА

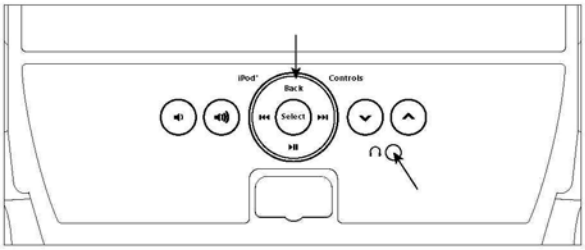
1) Подключите прилагаемый АУДИО КАБЕЛЬ к АУДИО ВХОДУ с правой стороны консоли и выходу на CD / MP3-плеере.

2) С помощью кнопок на CD / MP3-плеере задайте воспроизводимые композиции.

3) Отключайте АУДИО КАБЕЛЬ, если вы его не используете.

4) Если вы не хотите использовать ДИНАМИКИ, можно подключить наушники к АУДИО ВЫХОДУ на основании консоли.





ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ

Назначение	домашнее
Тип	электрическая
Скорость	0.8 - 20 км./ч.
Двигатель	2.5 л.с.
Пиковая мощность двигателя	4.0 л.с.
Беговое полотно	1.6 мм.
Размер бегового полотна	140*51 см.
Регулировка угла наклона	электрическая
Наклон бегового полотна	0 - 12%
Дека	18 мм. парафинированная
Система амортизации	изменяемые эластомеры VCS™ + высокоплотные эластомеры PerfectFLEX™ Plus
Измерение пульса	сенсорные датчики, Polar приемник
Консоль	точечный LED дисплей + 3-ех оконный буквенно-цифровой LED дисплей
Показания консоли	профиль, время, скорость, дистанция, калории, пульс, цели, угол наклона
Кол-во программ	8 (в т.ч. пульсозависимая)
Спецификации программ	ручной режим, интервалы, холмы, снижение веса, 3 целевые, 1 пульсозависимая
Специальные программные возможности	дата-центр Goal Center™ с персональной памятью тренировок
Мультимедиа	вход для MP3/CD, встроенные динамики (3 Ватта)
Вентилятор	трехфазный
Складывание	есть (ControlledDrop™)
Размер в сложенном виде (Д*Ш*В)	115*86*156 см.
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	178*86*147 см.
Вес нетто	85 кг.
Макс. вес пользователя	148 кг.
Питание	сеть 220 Вольт
Гарантия	3 года

Поставщик: ООО «Неотрен», 115201 Россия, Москва, Каширский проезд, д.17 стр.9,
Дата изготовления указана на упаковке тренажера.
**Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра. Пример: С160122, где 16 – год изготовления, 01 –месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.*
Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

*Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «Неотрен» www.neotren.ru

Последнюю версию Руководства пользователя Вы можете найти на сайте поставщика ООО «Неотрен» www.neotren.ru

ВНИМАНИЕ!

ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ