



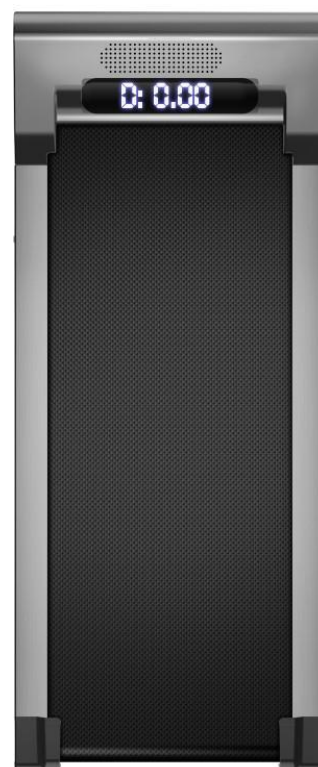
# KEZGA

## РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ



### ВНИМАНИЕ

Перед использованием этого оборудования ознакомьтесь со всеми мерами предосторожности и инструкциями, приведенными в данном руководстве. Сохраните это руководство для дальнейшего использования.



МОДЕЛЬ: Walkingpad Start

## Содержание

|       |  |      |
|-------|--|------|
| I.    | ВАЖНЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ.....        | (3)  |
| II.   | ОСНОВНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ..... | (5)  |
| III.  | СБОРКА.....                              | (6)  |
| IV.   | РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ТРЕНИРОВКАМ.....         | (7)  |
| V.    | УПРАВЛЕНИЕ БЕГОВОЙ ДОРОЖКОЙ.....         | (8)  |
| VI.   | ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ.....            | (9)  |
| VII.  | ИНФОРМАЦИЯ ОБ УТИЛИЗАЦИИ.....            | (12) |
| VIII. | РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ОШИБКИ.....             | (12) |
| IX.   | ГАРАНТИЯ.....                            | (13) |



## I. ВАЖНЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ



|   |                              |        |  |                              |       |
|---|------------------------------|--------|--|------------------------------|-------|
|  | МИН.<br>РОСТ<br>ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ | 140 см |  | МАКС.<br>ВЕС<br>ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ | 80 кг |
|---|------------------------------|--------|--|------------------------------|-------|



### ВНИМАНИЕ:

ПРАВИЛЬНАЯ СМАЗКА БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ СИЛИКОНОВЫМ ИЛИ ТЕФЛОНОВЫМ МАСЛОМ ОЧЕНЬ ВАЖНА. ОНА ДОЛЖНА ПРОВОДИТЬСЯ РЕГУЛЯРНО В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕНСИВНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ, ДАЖЕ ПЕРЕД ПЕРВЫМ ПРИМЕНЕНИЕМ.

ВЫ ДОЛЖНЫ СОХРАНИТЬ ОРИГИНАЛЬНУЮ УПАКОВКУ С ЕЕ ЗАЩИТОЙ, РУКОВОДСТВО И КОМПЛЕКТУЮЩИЕ В ТЕЧЕНИЕ ВСЕГО ГАРАНТИЙНОГО СРОКА.

Перед первым использованием беговой дорожки внимательно прочитайте все важные инструкции и предупреждения, чтобы снизить риск получения серьезных травм.

**Skyandfly Limited** не несет никакой ответственности за телесные повреждения или материальный ущерб, причиненный в результате использования данного оборудования.

1- Прежде чем начать любую программу тренировки, проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно для людей старше 35 лет, людей с проблемами со здоровьем и беременных женщин.

2 - Владелец дорожки должен убедиться, что все пользователи хорошо осведомлены о мерах предосторожности.

3 - Используйте оборудование, как описано в руководстве по эксплуатации.

**4 - Храните оборудование в закрытом помещении, вдали от пыли или влаги. Не храните его в гараже, на заднем дворе или рядом с водой. Влажность, пыль и вода могут привести к неисправности оборудования, аннулируя его гарантию.**

5 – Поставьте дорожку на ровную поверхность. Если поверхность неровная, это может привести к ненадлежащему функционированию. Некоторые модели снабжены выровнителями или выравнивающими нитями за ножками, помогающими выровнять конструкцию. Пожалуйста, прочтите руководство, чтобы убедиться, что ваше устройство оснащено одним из них.

6 - Устройство должно быть размещено в проветриваемом помещении. Не используйте его в местах с распылителями или с диспенсером кислорода. В противном случае вдыхаемый воздух может привести к несчастному случаю.

7 – Не подпускайте детей младше 12 лет и домашних животных близко к оборудованию. Соблюдайте безопасную дистанцию.

**8 - Проверьте в руководстве максимальный вес, который может выдержать ваше оборудование. Чрезмерная нагрузка может привести к сбою в работе операционной системы, на которую гарантия не распространяется.**

9 - Наденьте подходящую одежду и обувь. Не тренируйтесь в свободной одежде, так как она может зацепиться за дорожку.

10 - Если ваше оборудование работает от источника питания: убедитесь, что шнур питания и вилка находятся в исправном состоянии. Выполняйте подключение только в том случае, если цепь заземлена, иначе это может привести к повреждениям оборудования или имущества, на которые гарантия не распространяется. Шнуры питания должны находиться вдали от горячих поверхностей.

11 - Если это устройство с питанием от батарей: проверьте и убедитесь, что оно достаточно заряжено для полноценной работы дисплея.

12 - Если ваше оборудование снабжено ключом безопасности, пожалуйста, ознакомьтесь с продуктом перед его использованием. Ключ безопасности имеет магнит, который необходимо вставить в дисплей. На конце шнура имеется зажим, который следует прикрепить к одежде. Беговая дорожка начнет работать только в том случае, если ключ будет вставлен в дисплей. **ЭТО ОЧЕНЬ ВАЖНО.**

13 - Если ваше устройство работает от источника питания: не включайте его в работу, пока стоите на беговом полотне. В этом случае двигатель будет излишне нагружен. Верным будет встать двумя ногами на боковые планки и начать движение по беговой дорожке только после того, как беговое полотно начнет двигаться.

14 - Если ваше устройство работает от источника питания: проверьте скорость, которую оно может развить, для обеспечения безопасности. Лучше постепенно увеличивать скорость, чтобы избежать ее резких изменений.

**15 - Если ваше устройство работает от источника питания: никогда не оставляйте его во время работы без присмотра. Снимите ключ безопасности, поверните кнопку “вкл.” в положение “выкл.” и отсоедините шнур питания.**

16 - Если ваше оборудование оснащено датчиком пульса, вы должны знать, что это не медицинский прибор. Он разработан как подспорье для тренировки и определяет тенденции сердечного ритма. Существуют некоторые факторы, влияющие на точность интерпретации частоты сердечных сокращений, например, движения пользователя.

**17 - Регулярно проверяйте и затягивайте все винты, так как винты и гайки имеют тенденцию ослабевать из-за вибрации. Гарантия не распространяется на повреждения, вызванные отсутствием технического обслуживания.**

**18 - Правильная смазка беговой дорожки силиконовым или тефлоновым маслом ОЧЕНЬ ВАЖНА.** Она должна проводиться регулярно в зависимости от интенсивности использования, даже перед первым применением. Смазку необходимо производить следующим образом: отключите оборудование от электросети (если таковое у вас имеется), одной рукой приподнимите беговое полотно сбоку и смажьте полотно маслом. Повторите эту процедуру с другой боковой стороны. Подключите оборудование к источнику питания (если он у вас есть) и поверните кнопку “вкл” (красная кнопка) в правильное положение (I), вставьте ключ безопасности и дайте беговой дорожке поработать несколько минут без каких-либо нагрузок. Проводите смазку регулярно.

19 - Не допускайте попадания предметов в бороздки.

20 - Если устройство работает от шнура питания: всегда отключайте его перед чисткой, после тренировки и перед выполнением любых работ по техническому обслуживанию.

21 - Это устройство предназначено для домашнего использования внутри помещения, не эксплуатируйте его в коммерческих целях или на открытом воздухе.

22 - Выполняйте тренировку с растяжками до и после занятий, это поможет вам избежать травм.

23 - Пейте воду до, во время и после тренировки.

**24 - Если вы почувствуете боль или головокружение во время тренировки: НЕМЕДЛЕННО ПРЕКРАТИТЕ ЕЕ.**

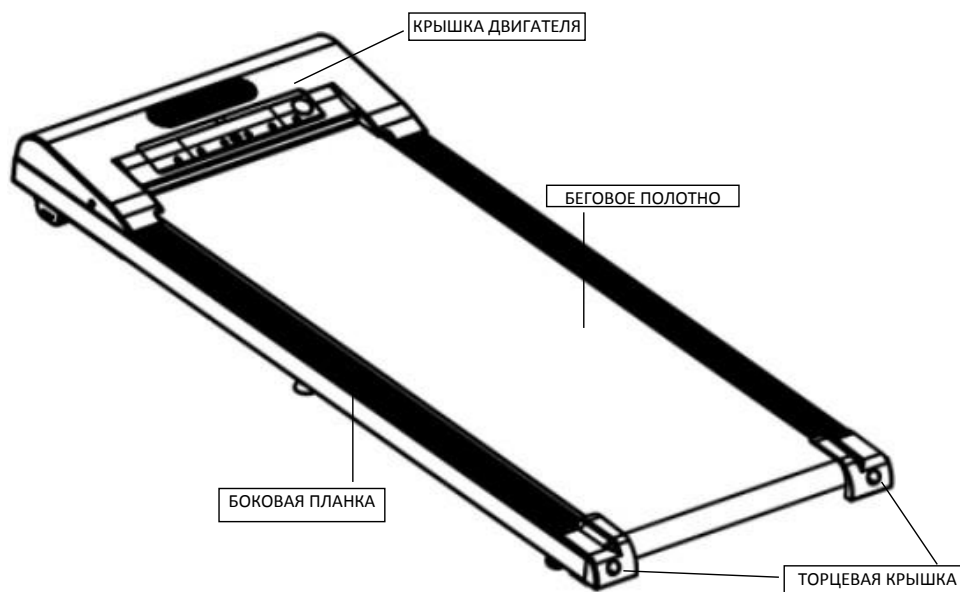
**25 - ВЫ ДОЛЖНЫ СОХРАНИТЬ ОРИГИНАЛЬНУЮ УПАКОВКУ С ЗАЩИТОЙ, РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ И КОМПЛЕКТУЮЩИЕ В ТЕЧЕНИЕ ВСЕГО ГАРАНТИЙНОГО СРОКА.**

26 - Аксессуары могут отличаться от других моделей.

27 – Это оборудование ни при каких обстоятельствах нельзя выбрасывать в баки с бытовыми отходами. В целях сохранения окружающей среды данный продукт должен быть переработан согласно законодательству вашей страны. Пожалуйста, свяжитесь с вашими местными органами власти, чтобы узнать больше об этой процедуре.

28 - Если вам понадобится техническая помощь или консультация по установке деталей, Вы можете связаться с нами.

## II. ОСНОВНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ







|                               |  |
|-------------------------------|--|
| Входное напряжение            | 220В±10%   |
| Частота                       | 50/60 Гц   |
| Размер полотна                | 1000X380 мм  |
| Функции                       | Пульт дистанционного управления, приложение Bluetooth, Bluetooth динамик |
| Диапазон скоростей            | 0.5-6.0 км/ч   |
| Максимальный вес пользователя | 80 кг  |
| Мощность                      | 1.5 л.с.   |

### III. СБОРКА

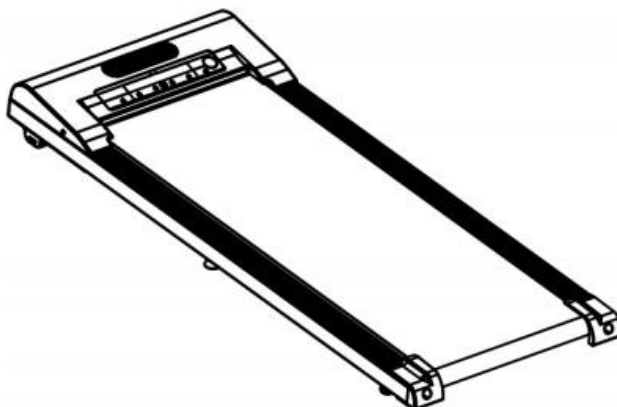


**ПРИМЕЧАНИЕ: ДЛЯ СБОРКИ ТРЕБУЕТСЯ ДВА ЧЕЛОВЕКА**

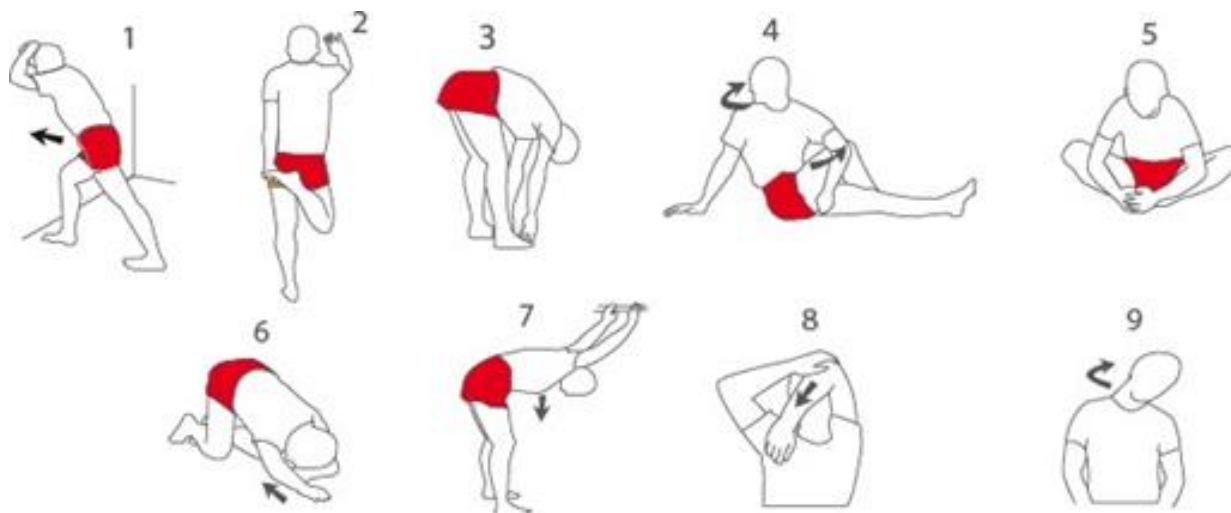
| №. | Комплектующие  | Количество |
|----|--|------------|
| 1  | Пульт дистанционного управления  | 1          |
| 2  | Силиконовое масло   | 1          |
| 3  | Гаечный ключ 5 мм   | 1          |
| 4  | Гаечный ключ 6 мм   | 1          |
| 5  | Универсальный ключ  | 1          |

#### ШАГ 1

1. Достаньте беговую дорожку из упаковки вдвоем и аккуратно поставьте ее на ровный пол, остальные комплектующие положите рядом.
2. Подключите питание и включите выключатель. Нажмите клавиши "Пуск" и "Стоп" на контроллере, чтобы проверить, хорошо ли работает дорожка.



## IV. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ТРЕНИРОВКАМ



**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ:** Прежде чем начать использовать эту или любые другие программы упражнений, проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно для людей старше 35 лет или людей с проблемами со здоровьем.

Если ваше оборудование оснащено датчиком пульса, вы должны знать, что это не медицинский прибор. Некоторые факторы могут повлиять на точность интерпретации частоты сердечных сокращений. Датчик пульса — это только подспорье для тренировки, определяющее тенденции сердечного ритма.

### **ПРОГРАММА С РАЗМИНОЧНЫМИ ТРЕНИРОВКАМИ:**

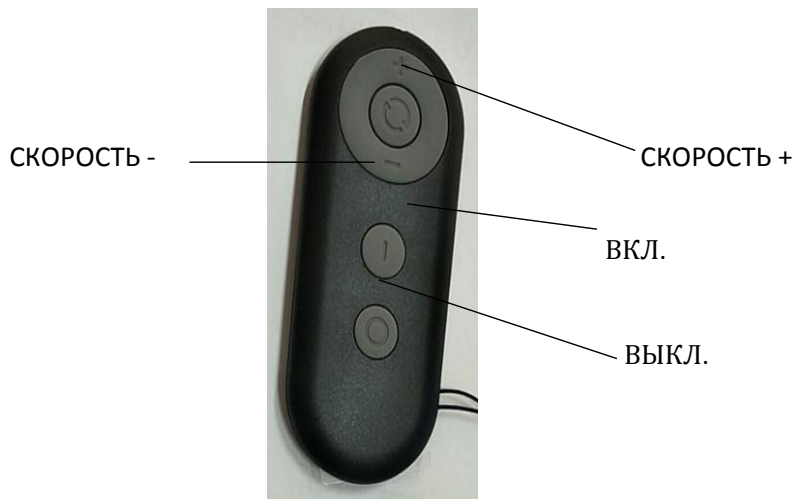
**РАЗМИНКА:** Начните растягиваться и немного разогрейте мышцы в течение 5-10 минут. Разминка повысит температуру вашего тела, увеличит частоту сердечных сокращений и кровотока, что подготовит вас к тренировке.

- **ОСНОВНАЯ ТРЕНИРОВКА:** Выполняйте упражнения в течение 20-30 минут в удобном для вас сердечном ритме (не давайте себе кардио нагрузку более 20 минут в течение первых недель программы упражнений). Дышите глубоко во время тренировки (никогда не задерживайте дыхание).
- **ОСТЫНЬТЕ:** Завершите тренировку упражнениями на растяжку в течение 5-10 минут. Растяжка повышает гибкость ваших мышц и помогает избежать травм после тренировок.

**ЧАСТОТА ТРЕНИРОВОК:** Чтобы быть в форме или улучшить свою фигуру, выполняйте три тренировки в неделю, чередуя день отдыха с днем тренировки. После нескольких месяцев регулярных тренировок вы сможете выполнять до пяти тренировок в неделю.

## V. УПРАВЛЕНИЕ БЕГОВОЙ ДОРОЖКОЙ

### ПУЛЬТ ДИСТАНЦИОННОГО УПРАВЛЕНИЯ



1. Светодиодный дисплей: Скоростной диапазон 0,5 км - 6 км.
2. Нажмите клавишу "Скорость +", скорость увеличится на 0,5 км.
3. Нажмите клавишу "Скорость -", скорость уменьшится на 0,5 км.

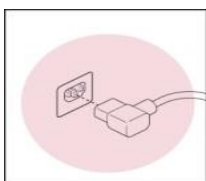
### ПРИЛОЖЕНИЕ GFIT



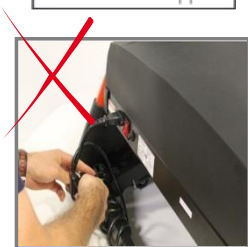
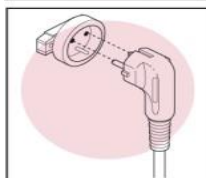




## VI. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ



Этот прибор должен быть заземлен. Если шнур питания поврежден, его необходимо заменить на шнур питания, рекомендованный производителем.



**НЕ ДОПУСКАЙТЕ СКРУЧИВАНИЯ ШНУРА ПИТАНИЯ**

### РЕГУЛЯРНОЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ

- **ХРАНЕНИЕ:** Храните оборудование в закрытом помещении, вдали от пыли или влаги. Не храните его в гараже, на заднем дворе или рядом с водой. Влажность, пыль и вода могут вывести его из строя или повлиять на его работу.
- **ЭЛЕКТРИЧЕСКИЙ КАБЕЛЬ:** Убедитесь, что кабель и вилка находятся в исправном состоянии. Электрические кабели должны находиться вдали от горячих поверхностей.
- **ВИНТЫ И СОЕДИНИТЕЛЬНЫЕ КАБЕЛИ:** Регулярно контролируйте и затягивайте винты, так как винты и гайки имеют тенденцию ослабевать из-за вибрации.

**СМАЗКА:** После работы в течение определенного периода времени беговая дорожка должна быть обработана специальным кремнийорганическим силиконовым маслом для смазки.

|               |                    |          |
|---------------|--------------------|----------|
| Рекомендация: | < 3 часа в неделю  | 2 месяца |
|               | 4–7 часов в неделю | 1 месяц  |
|               | > 8 часов в неделю | 15 дней  |

Не смазывайте больше, чем необходимо. Помните: регулярная и разумная смазка увеличивает срок службы вашей беговой дорожки.

При необходимости смазки убедитесь, что дорожка выключена и отключено электричество.

Поднимите беговое полотно, проверьте, не осталось ли силикона на беговой доске, которая находится под беговым полотном. Если она сухая, то вам нужно нанести смазку.



Смазка бегового полотна выполняется следующим образом (см. рисунок выше):

- а) Остановите беговое полотно I.
- б) Оттяните беговое полотно. Вставьте емкость со смазкой как можно дальше к середине бегового полотна. Нанесите смазку на внутреннюю сторону бегового полотна.

После завершения смазки запустите дорожку со скоростью 1 км/ч, чтобы позволить беговому полотну равномерно распределить силикон по всей доске.

#### • **ВЫРОВНИТЕ И ЗАТЯНИТЕ ПОЛОТНО БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ**



Левый болт      Правый болт

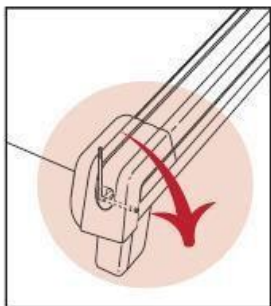
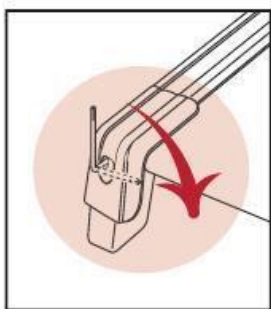
- **ВЫРОВНИТЕ ПОЛОТНО:** В процессе использования полотно может смещаться от центра. Если полотно сдвинулось влево, запустите беговую дорожку и увеличьте скорость до 3 миль в час. Используйте гаечный ключ 5 мм для поворота левого болта по часовой стрелке или правого болта против часовой стрелки. Не затягивайте полотно слишком туго, чтобы иметь возможность ходить. Повторяйте эту процедуру до тех пор, пока полотно не будет правильно выровнено.



При отклонении влево отрегулируйте винт с левой стороны по часовой стрелке или винт с правой стороны против часовой стрелки.



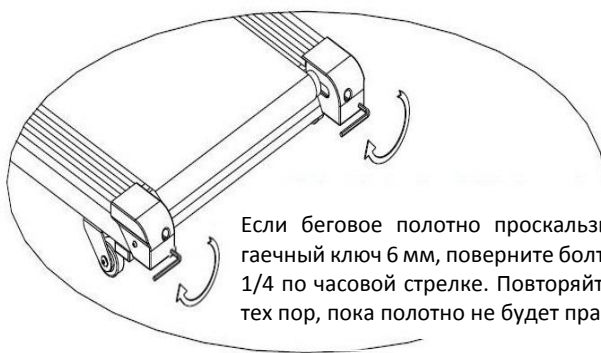
При отклонении вправо отрегулируйте винт справа по часовой стрелке или винт слева против часовой стрелки.



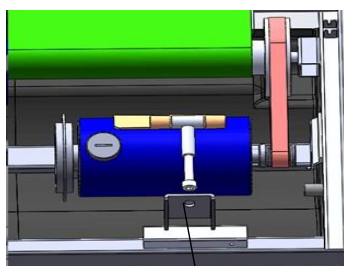
Левый  
болт

Правый  
болт

- **ЗАТЯНИТЕ ПОЛОТНО:** (если полотно проскальзывает на беговой дорожке при ходьбе). Запустите беговую дорожку и увеличьте скорость до 3 миль в час. Используя гаечный ключ 5 мм, поверните оба болта на 1/4 по часовой стрелке. Если полотно достаточно хорошо натянуто, вы должны быть в состоянии приподнять каждую сторону полотна на 5-7 см от платформы. Будьте осторожны и следите за тем, чтобы полотно было выровнено. Повторяйте эту процедуру до тех пор, пока полотно не будет правильно затянуто.



Если беговое полотно проскальзывает, используйте гаечный ключ 6 мм, поверните болты с обеих сторон на 1/4 по часовой стрелке. Повторяйте эту процедуру до тех пор, пока полотно не будет правильно затянуто.



Регулировочный болт

- **ЗАТЯНИТЕ ПРИВОДНОЙ РЕМЕНЬ:** если приводной ремень ослабнет после использования в течение определенного периода времени, вам необходимо:

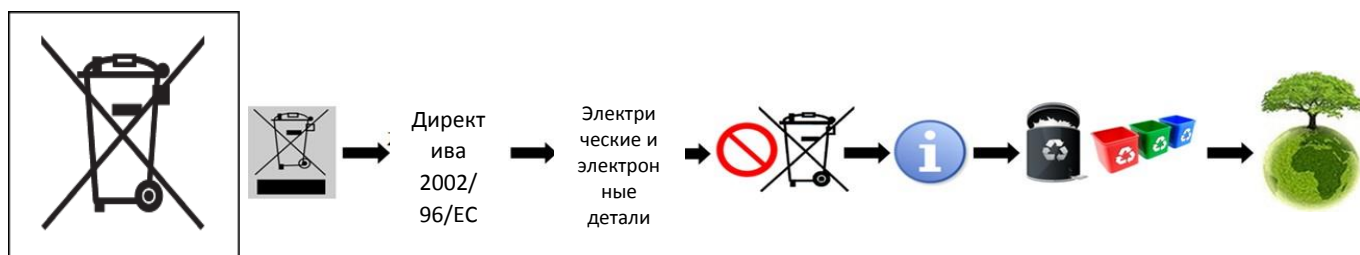
(1) открыть крышку двигателя,

(2) с помощью гаечного ключа 5 мм повернуть регулировочный болт по часовой стрелке.

Повторяйте эту процедуру до тех пор, пока приводной ремень не перестанет проскальзывать.

- **ОЧИСТКА:** Не используйте абразивные средства. Для чистки достаточно влажной тряпки.
- **ВЫРАВНИВАНИЕ:** Если ваше устройство оснащено выравнивающими колесами, пожалуйста, отрегулируйте их, чтобы избежать вибрации и, как следствие, сбоя.
- **В ДАЛЬНЕЙШЕМ СЛЕДУЙТЕ ДАННЫМ РЕКОМЕНДАЦИЯМ ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБСЛУЖИВАНИЮ**

## VII. ИНФОРМАЦИЯ ОБ УТИЛИЗАЦИИ



Не выбрасывайте этот электронный прибор в бытовые отходы. Для сохранения окружающей среды, этот продукт должен быть переработан после срока его службы согласно законодательству.

## VIII. РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ОШИБКИ

Если после включения питания не отобразился дисплей, возможно, кабель печатной платы плохо подключен или сломан трансформатор. Проверьте соединение кабеля или замените на новый трансформатор.

Если при включении двигатель не работает, проверьте соединительный провод двигателя или изолирующую трубку кабеля печатной платы и IGBT-транзистор на целостность. Замените IGBT-транзистор или печатную плату, если они сломаны.

---: ключ безопасности выключен

E01: сбой сигнала драйвера

E02: предупреждение о превышении тока

E03: защита от перегрузки

E04: защита от внезапных перегрузок по току

E05: защита от воспламенения

E06: неисправность обрыва провода двигателя



**Правильная смазка беговой дорожки силиконовым или тефлоновым маслом ОЧЕНЬ ВАЖНА. Она ДОЛЖНА ПРОВОДИТЬСЯ РЕГУЛЯРНО В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕНСИВНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ, ДАЖЕ ПЕРЕД ПЕРВЫМ ПРИМЕНЕНИЕМ.**

**ВЫ ДОЛЖНЫ СОХРАНИТЬ ОРИГИНАЛЬНУЮ УПАКОВКУ С ЕЕ ЗАЩИТОЙ, РУКОВОДСТВО И КОМПЛЕКТУЮЩИЕ В ТЕЧЕНИЕ ВСЕГО ГАРАНТИЙНОГО СРОКА.**

## **IX. ГАРАНТИЯ**

Мы даем гарантию качества на продукцию сроком на один год. В течение гарантийного срока мы предоставляем бесплатный ремонт устройства. Наша компания не несет никакой ответственности за неправильную сборку, неправильное использование или самостоятельную замену деталей. Перед получением гарантии Вы должны предоставить соответствующие фотографии и информацию.