

# Star Trac®

## 8-TRx/8-TR Беговые дорожки

Руководство  
пользователя



## ХАРАКТЕРИСТИКИ ОБОРУДОВАНИЯ

### 8-TRx

**Размеры:** 32"Ш x 81"Д x 60"В  
81 см x 209 см x 150 см

**Вес:** 471 фунтов/214 кг

### 8-TR

**Размеры:** 36"Ш x 85"Д x 63"В  
91 см x 216 см x 160 см

**Вес:** 576 фунтов/261 кг



## **ОПАСНО - чтобы снизить риск поражения электрическим током:**

1. Перед чисткой или обслуживанием всегда отключайте тренажер от сети.
2. Данное оборудование не предназначено для обслуживания пользователем, обращайтесь за помощью к квалифицированному специалисту.
3. Данный тренажер может быть подключен к сети с переменным током 120 В или 230 В. Тренажер оснащен вилкой и шнуром, необходимыми для подключения к сети. Убедитесь, что тренажер подключен к отдельной линии питания, имеющей такое же выходное отверстие, что и вилка тренажера.
4. Неправильное подключение заземляющего провода может привести к поражению электрическим током. Если у вас есть сомнения, обратитесь к квалифицированному специалисту, чтобы проверить правильность заземления. Не меняйте вилку, идущую в комплекте с тренажером. НЕ используйте адаптер. Если необходимо переключить тренажер на другую линию питания, обратитесь к квалифицированному электрику.
5. Если силовой кабель поврежден, производитель, сервисный специалист или иной квалифицированный электрик должен его заменить, чтобы избежать опасности.

## **ВНИМАНИЕ - чтобы избежать ожогов, пожаров, поражений электрическим током и травмирования:**

1. Данное оборудование предназначено для использования в коммерческих целях в тренажерных залах и клубах. Для полной уверенности, что оборудование используется безопасно, все пользователи должны прочитать данное руководство перед использованием тренажера. Данный тренажер может стать частью тренировочных программ вашего клуба при условии его безопасного использования. Кроме того, что все члены клуба должны быть проинструктированы о безопасном использовании беговой дорожки, перед началом тренировок должно быть выполнено полное медицинское обследование.
2. Данный тренажер не предназначен для использования детьми.

Тренажер не предназначен для использования лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями, а также для людей с недостатком или отсутствием опыта и знаний использования подобного оборудования. В таких случаях необходимо проведение инструктажа и осуществление контроля использования тренажера. Не оставляйте детей без присмотра рядом с тренажером.

3. Собирайте и используйте тренажер на ровной поверхности. Оставляйте минимум 20 дюймов (0.5 м) свободного пространства с каждой стороны, чтобы был доступ к тренажеру. Оставляйте 48 дюймов (1.25 м) свободного пространства позади тренажера. Это рекомендованные минимальные расстояния. Фактическое же пространство необходимое для доступа к тренажеру вы можете выбирать в соответствии с пространственными возможностями, а также с требованиями и регламентами вашего региона.
4. Держите силовую кабель подальше от горячих поверхностей. Отключайте оборудование от сети, когда оно не используется, а также перед выполнением профилактических мероприятий, очистки и обслуживания.
5. Убедитесь, что вы знаете, где расположена кнопка STOP на консоли. Если во время тренировки у вас возникнут сложности, нажатием кнопки STOP вы сможете остановить тренажер.
6. Не превышайте ограничения максимально допустимого веса 350 фунтов / 158 кг.
7. Внимательно становитесь и сходите с тренажера. Всегда используйте рукоятки. Не сходите с тренажера, когда он находится в движении. Нажмите кнопку STOP и дождитесь полной остановки бегового полотна.
8. Не переусердствуйте во время тренировки. Остановите тренировку, если вы почувствуете боль или тяжесть в груди, если вам не хватает воздуха или вы почувствуете головокружение. Если вы почувствуете боль или иные необычные симптомы, остановите тренировку и проконсультируйтесь с врачом.
9. Тренируйтесь только в подходящей для этого одежде и обуви. Не надевайте широкую одежду. Собирайте волосы в хвост. Следите, чтобы полотенце не попало в движущиеся детали тренажера. Все время смотрите вперед и не пытайтесь оглянуться назад во время движения бегового полотна.

10. Не используйте тренажер, если кожух моторного отсека снят или если силовой кабель поврежден. Следите, чтобы все вентиляционные отверстия были очищены от пыли и инородных предметов, которые могут помешать циркуляции воздуха.
11. Безопасность и целостность тренажера могут поддерживаться только при условии, если оборудование регулярно проверяется на наличие повреждений, износа и необходимости ремонта. Ответственность за проведение регулярного профилактического обслуживания тренажера лежит на владельце. Изношенные или поврежденные детали должны быть заменены незамедлительно.

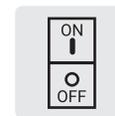
## **СОХРАНИТЕ ДАННЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**



**ВНИМАНИЕ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРА ВНИМАТЕЛЬНО ПРОЧИТАЙТЕ РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ.**



**ВНИМАНИЕ. ДВИЖУЩИЕСЯ ЧАСТИ - УБИРАЙТЕ РУКИ И НОГИ ИЗ-ПОД ТРЕНАЖЕРА ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ.**



**ВКЛ.  
ВЫКЛ.**



**ВНИМАНИЕ. ПЕРЕД ОЧИСТКОЙ ИЛИ ОБСЛУЖИВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРА ОТКЛЮЧИТЕ ЕГО ОТ ИСТОЧНИКА ПИТАНИЯ.**



**ОСТАНОВКА (РАБОТЫ)**

Настоящие примечания по технике безопасности предназначены для вас как для владельца тренажера. В целях безопасности вы отвечаете за подготовку персонала фитнес-зала и всех пользователей к соблюдению следующих инструкции по безопасности.

## ВЫПОЛНЯЙТЕ СЛЕДУЮЩЕЕ

- Поручите пользователям пройти медосмотр перед использованием любой программы тренировки. Если во время тренировки почувствуете слабость, головокружение или боль, прекратите тренировку и проконсультируйтесь с врачом.
- Перед использованием изучите, осознайте и неуклонно соблюдайте все предупреждения, инструкции и процедуры, содержащиеся в данном руководстве и на тренажере.
- Используйте этот тренажер только по назначению, как описано в данном руководстве.
- Установите тренажер на твердую и ровную поверхность.
- Перед использованием проверяйте тренажер на отсутствие неисправных, изношенных или ослабленных деталей, а при обнаружении замените или затяните их.
- Прекратите эксплуатацию тренажера, если вы почувствуете слабость, головокружение или истощение.
- Будьте внимательны при подъеме и спуске с тренажера, убедившись, что он полностью остановлен.
- Проводите регулярно плановое техническое обслуживание, как указано в данном руководстве.
- Не допускайте попадания пыли, волос и других загрязняющих компонентов в отверстия для воздуха.
- Следите за тем, чтобы движущееся полотно было чистым и сухим.
- Переместите педаль на стороне спуска или подъема в самое нижнее положение и полностью остановите тренажер, прежде чем пытаться влезть или слезть с него.
- Плавно регулируйте уменьшение скорости педали/кривошипа - устройство не оборудовано муфтой свободного хода.
- Перед использованием изучите, осознайте и проверьте процедуру экстренного останова.
- Держите шнур питания подальше от источников тепла и не подвергайте его избыточному нагреву.
- Перед техническим обслуживанием или чисткой отключите все источники питания.

## ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- Не разрешайте детям использовать тренажер. Контролируйте использование тренажера инвалидами или людьми с ограниченными возможностями.
- Не превышайте максимально разрешенный вес пользователя тренажера (350 футов или 159 кг).
- Не используйте тренажер без спортивной обуви.
- Не одевайте свободно болтающуюся или свисающую одежду, занимаясь на тренажере.
- Не ходите, не прыгайте и не слезайте с тренажера, пока он находится в движении.
- Не используйте тренажер в сырых и влажных помещениях.
- Никогда не вставляйте и не опускайте какие-либо предметы, руки или ноги в отверстия тренажера или под тренажер.
- Не помещайте бутылки или стаканы с водой на тренажер без использования специальных держателей.
- Не эксплуатируйте тренажер во время использования аэрозоля (разбрызгивания) или кислорода.
- Не используйте принадлежности или части, не рекомендованные производителем.
- Не используйте тренажер со снятым кожухом двигателя и не изменяйте его никаким способом.
- Не используйте тренажер с поврежденными шнуром питания или вилкой, если он работает неправильно, поврежден или опрокинулся, если на нем отображается код ошибки.

# РАСПОЛОЖЕНИЕ ВАЖНЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ НАКЛЕЕК



**⚠ WARNING**

**ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПРОЧИТИТЕ РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**  
НЕПРАВИЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБОРУДОВАНИЯ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ТРАВМИРОВАНИЮ

1. Проконсультируйтесь с доктором перед началом любой тренировки, а также остановите тренировку, если почувствуете слабость и головокружение.
2. Тренажер следует использовать только под наблюдением.
3. Перед использованием проверяйте тренажер на наличие повреждений, износа и неисправностей, требующих ремонта.
4. Всегда занимайтесь под контролем. Будьте внимательны при начале тренировки, т.к. педали и беговое полотно начинают движение при контакте.
5. Следите, чтобы части тела и одежда не попали в движущиеся детали.
6. Всегда тренируйтесь в спортивной обуви с закрытым носом.
7. Не пускайте детей на тренажер.
8. Замените данную наклейку, если она повреждена.

050-2215 B

<p>Core Health &amp; Fitness, LLC 4400 NE 77th Avenue, Suite 300 Vancouver, WA 98662 USA 1-888-678-2476</p>	SKU	
	SERIAL	
<p><b>⚠ WARNING</b></p> <p><b>⚡ SHOCK HAZARD</b> Do not open cover. Refer servicing to qualified Personnel only. Disconnect from power source before servicing.</p>	DATE	MAX USER WEIGHT
	CYCLES	WATTS
	VOLT AMPS	PHASE
	CERTIFICATIONS	
<p>Patents: <a href="http://www.corehealthandfitness.com/patents">www.corehealthandfitness.com/patents</a></p>	<p>Class SA Fitness Equipment for commercial use only <b>DESIGNED IN THE USA</b> <b>MADE IN CHINA</b></p>	

P/N: 050-3456 Rev. A

# УПРАВЛЕНИЕ КОНСОЛЬЮ С ЖК ЭКРАНОМ OPENHUB

## КНОПКИ УПРАВЛЕНИЯ НА РУКОЯТКЕ

На рукоятке тренажера следующие кнопки для управления и контроля:

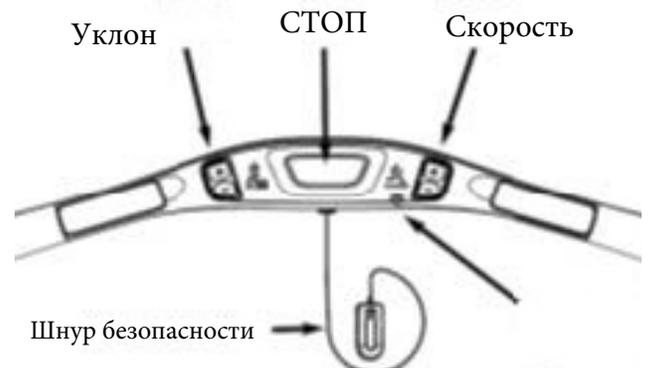
Кнопка Скорость/ Уклон (только для 8-TRX ) Нажмите "+", чтобы увеличить скорость. Нажмите "-", чтобы снизить скорость.

Кнопка Stop: Нажмите на красную кнопку Stop, чтобы остановить беговую дорожку или для сброса после того, как был извлечен шнур безопасности.

Шнур безопасности: Прикрепите клипсу шнура безопасности к своей одежде. Груз на шнуре приведет в действие аварийный выключатель и беговая дорожка остановится. Нажмите на красную кнопку Stop, чтобы перезагрузить тренажер.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Шнур безопасности необходимо использовать каждый раз во время тренировки.

Разъем для наушников (дополнительно): используйте 1/8" кабель наушников для того, чтобы слушать музыку или программы.



## ЕДИНИЦЫ ИЗМЕРЕНИЯ ОТОБРАЖАЕМЫЕ НА ЭКРАНЕ



**(СКОРОСТЬ)** Отображается текущая скорость в миль/ч или в км/ч



**(УКЛОН)** Отображается текущий уровень уклона в процентах



**(ККАЛ)** Отображается общее количество сожженных калорий



**(Вт/ METS)** Поочередно отображается информация о Вт и METS пользователя

**ПРОФИЛЬ ТРЕНИРОВКИ** Отображается профиль прошлых и будущих уровней скорости по отношению друг у другу.

**ТАЙМЕР СЕГМЕНТА** Ниже профиля тренировки расположен таймер сегмента, который ведет отсчет времени текущего сегмента.

## ОКНА НА ВЕРХНЕМ ЭКРАНЕ КОНСОЛИ

Среди окон на верхнем экране консоли имеются:

TIME	Текущее общее время тренировки
HEART RATE	Величина пульса в ударах в минуту, если доступно
PACE	Текущий темп в мин/миль или км
LAPS COMPLETED	Общее количество завершенных кругов
VERTICAL DISTANCE	Общее расстояние в футах или метрах

## ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КНОПКИ КОНСОЛИ



**Bluetooth Device Pairing:** Нажатие данной кнопки переведет консоль в режим доступа. Консоль будет доступна для сопряжения с другими устройствами в течение 60 секунд. Для сопряжения необходимо соответствующее приложение. Кнопка будет подсвечиваться во время сопряжения, а на экране появится уникальный код консоли. Как только устройство будет сопряжено с консолью, мерцание прекратится, и кнопка будет подсвечиваться постоянно для подтверждения соединения.



**QUICK START Key (Кнопка быстрого запуска):** Дает возможность ручного управления при установленных по умолчанию параметров веса, скорости и длительности.  
**ПРИМЕЧАНИЕ:** Установленные по умолчанию параметры можно менять в Режиме Обслуживания.



**Цифровая клавиатура:** Используйте для введения конкретных величин параметров во время настройки программы. Во время выполнения программы цифровая клавиатура может использоваться для того, чтобы изменить уровень.



**Кнопка вентилятора:** Переключайте вентилятор в трех режимах: Высокий, Низкий и ВЫКЛ.



**Кнопки +/-:** Используйте для перехода между имеющимися значениями параметров во время настройки, корректируйте уклон и скорость во время выполнения тренировки.

## КНОПКИ БЫСТРОГО ДОСТУПА (ТОЛЬКО ДЛЯ 8TRX )



**Кнопки быстрого доступа-Уклон:** позволят выбрать один из 8 различных уровней уклона путем одного нажатия.



**Кнопки быстрого доступа-Скорость:** позволят выбрать одну из 12 различных скоростей путем одного нажатия.

## КНОПКИ ВЫБОРА ПРОГРАММЫ И ОПИСАНИЕ ПРОГРАММ



**Ручной Режим:** Похож на функцию Быстрого старта, но позволяет пользователю ввести значение длительности и веса для более точного подсчета калорий.



**5k Виток:** Данная программа сходна с программой быстрого старта, но величина расстояния устанавливается заранее.



**Фитнес тесты:** Вам будет предоставлен доступ к меню, в котором вы сможете выбрать одну из 7 программ фитнес тестов:

### 1. Fitness Test (Фитнес Тесты)

Программа Фитнес Тест - это модифицированная версия Balke and Ware protocol для определения показателя вашей физической формы и уровня беговой подготовки. В оригинале Balke-Ware protocol - это 20-минутный тест с максимальным уклоном 20%, этот тест был изменен и теперь последние 12 минут теста проходят с уклоном 12%. Этот протокол подходит для всех пользователей, однако предпочтительно его использовать при тестировании людей более старшего возраста, а также пациентов. Во время фитнес теста скорость беговой дорожки остается постоянной 3.4 миль/ч (5,4 км/ч). На первой минуте уровень уклона равен 0%, затем он увеличивается до 2% в течение второй минуты и далее увеличивается на 1% каждую следующую минуту до окончания теста. Во время теста вы не сможете регулировать скорость и уклон беговой дорожки, также вы не можете прервать программу. Если частота вашего пульса превышает 150 уд/мин, тест прекратится автоматически. Уровень вашего пульса сравнивается с данными в соответствии с возрастом и полом. Результаты теста включают подсчитанный показатель вашей физической формы и уровня беговой подготовки. Показатель VO2 max характеризует вашу способность поглощать и усваивать кислород воздуха. Для более подробной информации смотрите раздел "Подсчет VO2 Max".

## 2. Firefighter Test (Пожарный тест)

Пожарный тест, который имеется в серии E беговых дорожек Star Trac основывается на Gerkin Protocol, разработанном Dr. Richard Gerkin из пожарной части Phoenix (Arizona). Это тест с окологредельным уровнем уклона, который используется многими пожарными частями США для оценки уровня физической подготовки пожарных. Программа действует следующим образом:

<b>Разминка</b>	Во время разминки скорость беговой дорожки 3.0 миль/ч (4.8 км/ч), уклон 0% в теч. 3 мин.
<b>Этап 1</b>	На 3-ей мин, скорость увеличивается до 4.5 миль/ч (7.2 км/ч). Тест начинается на скорости 4.5 миль/ч (7.2 км/ч). Во время теста ЧСС постоянно контролируется.
<b>Этап 2</b>	После 1 мин уровень уклона увеличивается до 2%.
<b>Этап 3</b>	После 1 мин скорость беговой дорожки увеличивается до 5.0 миль/ч (8.0 км/ч).
<b>Этапы 4 через 11</b>	Каждую следующую минуту уровень уклона беговой дорожки увеличивается на 2%. Каждую четную минуту скорость беговой дорожки увеличивается на 0.5 миль/ч (0.8 км/ч). Как только пульс пользователя превышает величину целевого пульса (85% от максимального значения), человек продолжает тест при данном уровне уклона еще в течение дополнительных 15 секунд. В течение этих 15 секунд уровень подъема остается на уровне, на котором было превышение значения пульса, скорость остается неизменной. Если пульс не восстанавливается до значения целевого или не становится ниже, подъем прекращается и записывается последний этап подъема. Если же пульс восстанавливается, программа продолжается с того момента, пока не производилась стабилизация в течение 15 секунд.
<b>Завершение Теста:</b>	Тест завершается, когда пульс пользователя превышает значение целевого пульса в течение более, чем 15 сек, или когда пользователь пройдет все 11 этапов. Беговая дорожка запустит режим Отдыха, состоящий из 3-минутного бега со скоростью 3.0 миль/ч (4.8 км/ч), с уклоном 0%.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Обязательно необходимо использовать ремень контроля ЧСС во время Пожарного теста.

3. USMC 3-мильный Бег - Цель - завершить тест, как можно быстрее.
4. US Army 2-мильный Бег - Цель - завершить тест, как можно быстрее. (требуется ремень контроля ЧСС)
5. US Navy 1.5-мильный Бег - Цель - завершить тест, как можно быстрее.
6. USAF 1.5-мильный Бег - Цель - завершить тест, как можно быстрее.
7. 2.4KM Фитнес тест - Цель - завершить тест, как можно быстрее.



**Беспорядочные Холмы :** Подъем, интервальные тренировки, состоящие из 250 различных ландшафтов, что придает разнообразие тренировкам.



**Альпийская тропа:** Подъем, интервальные тренировки с постоянно увеличивающимся уровнем интенсивности.



**Инструменты для тренировки:** Две программы с контролем ЧСС (требуется ремень контроля ЧСС):

1. Динамическая

Динамическая программа с контролем ЧСС разработана с постоянным повышением уровня пульса до верхней границы выбранного диапазона тренировки, затем постепенным снижением пульса до нижней границы. Средствами регуляции пульса являются скорость и уклон. Во время тренировки данный цикл будет повторяться несколько раз, создавая тренировочный эффект, выбранный пользователем.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Во время настройки программы между нижней и верхней границами пульса должно быть не менее 18 уд/мин, чтобы обеспечить интервальность тренировки.

2. Постоянная

Данная функция разработана для того, чтобы поддерживать пульс на постоянном уровне при помощи регуляции уклона беговой дорожки. Заметьте, что ваш пульс будет находиться либо ниже, либо выше установленного целевого значения.

## УПРАВЛЕНИЕ КОНСОЛЬЮ С СЕНСОРНЫМ ЭКРАНОМ OPENHUB 15"

### ОТОБРАЖАЕМАЯ НА ЭКРАНЕ ИНФОРМАЦИЯ

Time (Время)	Общее время текущей тренировки
Speed (Скорость)	Текущая скорость
Pace (Темп)	Текущий темп
Vehicle Distance (Расстояние)	Пройденное расстояние
Incline (Уклон)	Текущий уровень уклона
Calories (Калории)	Общее кол-во сожженных калорий
Cal/Hour (Кал/час)	Текущая скорость сжигания калорий
WATTS (Вт)	Текущая мощность
METS (Метаболический эквивалент)	Текущий метабол.эквивалент пользователя
Heart Rate (ЧСС)	Текущая ЧСС в уд/мин, если доступна

### ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ КНОПКИ КОНСОЛИ



**Bluetooth:** Нажатие данной кнопки переведет консоль в режим доступа. Консоль будет доступна для сопряжения с другими устройствами в течение 60 секунд. Для сопряжения необходимо соответствующее приложение. Кнопка будет подсвечиваться во время сопряжения, а на экране появится уникальный код консоли. Как только устройство будет сопряжено с консолью, мерцание прекратится, и кнопка будет подсвечиваться постоянно для подтверждения соединения.



**Кнопка быстрого запуска:** Дает возможность ручного управления при установленных по умолчанию параметров веса, скорости и длительности.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Установленные по умолчанию параметры можно менять в Режиме Обслуживания.



**Вентилятор:** Переключайте вентилятор в трех режимах: Высокий, Низкий и ВЫКЛ.

## КНОПКИ ВЫБОРА ТРЕНИРОВКИ И ОПИСАНИЕ ПРОГРАММ

На основном экране есть несколько вариантов на выбор:

### Выбрать

**Тренировку** Пользователь выбирает тренировку из ряда загруженных тренировок:

Разминка

Сжигание калорий

Улучшение состояния сердечно-сосудистой системы (Программы с контролем ЧСС)

Поезд, последовательность (Скорость, Сила, Выносливость, 5км Испытание на время)

Поднять уровень физ.подготовки (Фитнес тест, Пожарный тест, Военный тест - смотрите на ЖК экран и следуйте инструкциям)

### Создать

**Тренировку** Пользователь создает тренировку после выбора цели (время или расстояние)

**Тренер** Программа встроенного тренера будет вести пользователя во время тренировки, будто реальный инструктор. Для пользователя доступны более 1,000,000 комбинаций.

## ДОСТУПНЫЕ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВКИ ФУНКЦИИ

**Видимые экраны** Во время тренировки пользователь может выбирать один из четырех экранов, находящихся в левом верхнем углу, и делать его главным:

**Progress (Прогресс)** Статистика тренировки плюс графическое представление сегментов тренировки.

**Simple (Простой)** Ключевые данные тренировки большим шрифтом, который легко читать.

**Heart Rate (ЧСС)** Статистика тренировки плюс графическое представление ЧСС и зон

**Quick (Быстрый)** Статистика тренировки плюс кнопки для выбора различных уровней уклона и скорости одним нажатием.

## Изменение Скорости и Уклона

Используйте кнопки +/- на экране или на рукоятке, чтобы увеличить или уменьшить уровень уклона или скорость.

### Перевод тренировки в режим паузы

Нажмите кнопку STOP, чтобы поставить тренировку на паузу. Тренировка будет приостановлена, а таймер начнет отсчет времени от 2 минут. Чтобы возобновить тренировку, необходимо нажать зеленую кнопку Start. Чтобы закончить тренировку, необходимо снова нажать кнопку STOP.

### Окончание тренировки

Когда цель программы достигнута или вы нажали кнопку STOP в режиме паузы, тренировка считается оконченной. На экране 2 раза будут появляться общие статистические данные вашей тренировки. А затем данные будут очищены. Нажмите кнопку STOP, чтобы незамедлительно очистить результаты.

## ИНСТРУМЕНТЫ

Для обслуживания данного оборудования необходим стандартный набор инструментов. Однако, в зависимости от обслуживания могут понадобиться специальные инструменты.

Инструмент	
Мультиметр	Набор отверток, Phillips
Набор торцевых головок, SAE	Набор отверток, Плоские
Набор торцевых головок, Metric	Рулетка
Шуруповерт со сменными головками	Фигурный молоток
Рожковые ключи, SAE	Резиновый молоток
Рожковые ключи, Metric	USB - Флэш-носитель
Набор шестигранных торцевых головок, SAE	Ремни, регулируемые
Набор шестигранных торцевых головок, Metric	Жидкий фиксатор резьбовых соединений 680
Разводной ключ	1' соединительный кабель с зажимом крокодил
Стопорные кольца	Связки различных размеров
Гаечный ключ	

Данное оборудование оснащено деталями, которые характеризуются долговечностью и надежностью и требуют минимального обслуживания. Для поддержания их в хорошем состоянии регулярно осуществляйте профилактическое обслуживание по расписанию, представленному ниже.

Надежность и целостность данного тренажера может быть гарантирована только в том случае, когда вы регулярно осуществляете проверку на повреждения, износ и необходимость ремонта. Вся ответственность за проведение обслуживания тренажера лежит на его владельце. Изношенные и поврежденные детали должны быть незамедлительно заменены.

## РАСПИСАНИЕ ОБСЛУЖИВАНИЯ

	Ежедневно	Еженедельно	Ежемесячно	Два раза в год
<b>Общее обслуживание</b>				
Проверка расположения бегового полотна по центру		X		
Проверка состояния силового кабеля				
Проверка и очистка нижней части бегового полотна			X	
Проверка натяжения бегового полотна			X	
Проверка натяжения бегового полотна и его регулировка (при необходимости)			X	
Проверка настроек и работоспособности клавиатуры			X	
Калибровка подъема и скорости				X
Проверка состояния бегового полотна и деки и их замена (при необходимости)				X
Отключение тренажера и проверка всех проводных соединений, включая датчик скорости				X
<b>Очистка</b>				
Очистка всех поверхностей	X			
Очистка бегового полотна сухой тряпкой	X			
Поднятие тренажера и очистка поверхности под ним при помощи пылесоса	X	X		
Очистка поверхности под кожухом. Будьте внимательны вблизи электрических соединений				X

## ПРОВЕРКА

При ежедневной очистке тренажера проверяйте раму на наличие ржавчины, а также повреждений краски. Соль от пота может повреждать неокрашенные поверхности тренажера.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Чтобы предотвратить возможные повреждения IEC соединения при перемещении тренажера, мы рекомендуем установить уклон в 5% перед перемещением.

**Режим обслуживания позволяет получить доступ к сервисной и диагностической информации, также как и изменить параметры программ, которые установлены по умолчанию. Для входа в Режим обслуживания:**

1. Нажать и держать **0** , **2** и **OK** .
2. Вы услышите звуковой сигнал, а на экране появится информационное окно "MAINTENANCE MODE" ("Режим Обслуживания").
3. Отпустите все кнопки. В информационном окне появится "SERIAL NO ####" ("Серийный номер").

### Кнопки доступные в Режиме обслуживания:



**Кнопки увеличения и уменьшения уровня:** Корректируют значение отображаемого параметра, увеличивая или уменьшая его соответственно с шагов в 1 единицу. Данные кнопки не сохраняют новое значение параметра - смотрите описание кнопки ОК ниже.



**Цифровая клавиатура:** Позволяет вводить конкретные значения параметров. Данные кнопки не сохраняют новое значение параметра - смотрите описание кнопки ОК ниже.



**Кнопка ОК:** Обновляет (сохраняет) значения всех параметров в памяти и выходит из Режима обслуживания.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Для выхода из Режима обслуживания без сохранения значений и настроек нажмите кнопку QUICK START (Быстрого запуска).

### Полный список параметров, которые вы можете видеть и изменять в Режиме Обслуживания:

Наименование	Мин	Макс	По умолчанию	Примечание
Vx.xx Sum	нет	нет	V958 6C92FBD4	
Update Software	нет	нет		Обновление программного обеспечения через USB
contrast	0	100	100	Отображает настройки контрастности
backlight	10	200	200	Отображает настройки подсветки
WD	нет	нет	вкл/выкл	
pd time (Время)	нет	нет	вкл/выкл	Проверяет человек
Burn in mode (Запись в режиме)			нет	(Только производитель)

Elev calibration				Функция калибровки подъема
motor calibration				Функция калибровки двигателя
cal values				Возврат консоли к заводским настройкам
error list				Лист последних ошибок
error stats	нет	нет		Счетчик ошибок
serial # port tests	нет	нет		Доступ к функции тестирования порта
heartrate test	нет	нет		Доступ к функции тестирования системы контроля ЧСС
keypad test	нет	нет		Доступ к тестированию цифровой клавиатуры
display test	нет	нет		Доступ к тестированию ЖК экрана
program stats	нет	нет		Доступ к счетчика использования программ
last belt	0	65,535	0	Кол-во миль пройденных с момента последней замены бегового полотна
last deck	0	65,535	0	Кол-во миль пройденных с момента последней замены деки
model	нет	нет	1 или 2	Настройка консоли в беговой дорожке
deccel time	0	60	25	
accel time	25	60	30	
max speed	5.0/5.0	15.0/24.0 (12.5/20.0 для 8-TR)	12.5/20	Максимальная скорость (миль/ч/км/ч)
min speed	0.5/0.8	2.0/3.2	0.5/0.8	Минимальная скорость (миль/ч/км/ч)
lockout ID	1	999	999	ID блокировки беговой дорожки
Lockout EN	-	-	ВЫКЛ	Вкл/откл блокировки беговой дорожки
Csafe	-	-	ВЫКЛ	Управление функцией CSAFE
Elevation	-	-	ВКЛ	Вкл/выкл функции подъема
Ant +	-	-	ВЫКЛ	Вкл/выкл функции ANT PLUS
Auto fan	-	-	ВКЛ	Вкл/выкл функции автовентилятора (AUTO FAN)
Pause time	30	120	45	Длительность паузы во время программы, в секундах

Mets	-	-	ВЫКЛ	Вкл/выкл экрана отображения METS
Lang	-	-	АНГЛ	Язык английский (ENGL), немецкий (GERM), испанский (SPAN), голландский (DUCT), португальский (PORT), французский (FREN), итальянский (ITAL), шведский (SWED), катакана (KATA) или русский (RUS).
Weight	50	500/226	155/70	Для подсчета калорий используйте вес пользователя, установленный по умолчанию, если не введено иное значение (фунты/кг)
Max time	5	99	99	Максимальная длительность тренировки
units	-	-	АНГЛ	Англ = фунты, футы; Метр = кг, метры
distance	0	65,535	0	Общее расстояние (в милях) с момента последнего сброса
Op hours	0	65,535	0	Общее кол-во часов использования с момента последнего сброса
serial #	-	-		

## РЕЖИМ ОБСЛУЖИВАНИЯ - СЕНСОРНЫЙ ЭКРАН

Для входа в режим обслуживания на сенсорном экране 15", одновременно нажмите кнопки Vol UP, Channel UP и цифру 3 на клавиатуре.

Для входа в режим обслуживания на сенсорном экране 10", последовательно нажмите на верхний левый угол экране, затем на правый верхний угол, а затем на ярлык StairMaster.

Меню режима обслуживания на сенсорных экранах сходны и содержат такие же опции, как и ЖК экраны. Но есть несколько дополнительных опций, характерных только для сенсорных экранов, такие как калибровка сенсорного экрана и опция загрузки фоновых изображений. Обратитесь, пожалуйста, к руководству по сенсорным экранам для более подробной информации.

Данный раздел содержит нормативную информацию и информацию о безопасности, имеющую отношение к данному продукту

## **Одобрение Федеральной комиссии по коммуникациям США (FCC) и другие внутренние нормативы**

Данное оборудование было протестировано и признано соответствующим Классу А цифрового устройства, согласно Части 15 Правил FCC. Согласно директивам FCC:

1. Данное оборудование не может нанести вред и
2. Данное устройство принимать любые помехи, включая те, которые могут повлечь за собой сбои в работе.

**Оборудование генерирует и использует радиочастотную энергию. Если оно установлено и используется не в соответствии с инструкциями, приведенными в руководстве пользователя, это может привести к помехам в радиосвязи. Также, если используются аксессуары, которые не рекомендованы производителем, это может привести к помехам. Целью ограничений для оборудования Класса А является обеспечение защиты от вредного влияния в коммерческих установках. Однако, нет гарантии, что помех не будет в конкретном оборудовании. В случае возникновения помех, отключите оборудование и проверьте источник. Если помехи прекратились при отключении оборудования, попробуйте следующие меры:**

- Поверните или передвиньте тренажер.
- Поверните или переместите антенну телевизора, радио или VCR.
- При использовании настенной розетки, попробуйте включить тренажер в другую розетку.
- Свяжитесь с сервисной службой, продавцом или квалифицированным специалистом в области аудио/телекоммуникаций. Данное оборудование было также протестировано на соответствие следующим стандартам:
- Стандарты безопасности UL 1647 (1997) Motor Operated Massage and Exercise Machines.

## **Документы Канады и иные нормативы**

Класс А цифрового оборудования соответствует всем требованиям Канадских нормативов оборудования, создающего помехи. Данное оборудование было также протестировано на соответствие следующим стандартам:

- CSA C22.2 No 0-M91 General Requirements
- CSA C22.2 No. 68-92 Motor Operated Appliances

## **Европейские нормативы**

Данное оборудование было также протестировано на соответствие следующим стандартам:

EN 60335-1:

1995 Safety of household and similar electrical appliances Part 1: General requirements

EN 61000-6-1:  
2001

EMC Generic standards - Immunity for residential, commercial and light-industrial environments

EN 61000-6-3:  
2001

EMC Generic standards - Emissions standard for residential, commercial and light-industrial environments

EN 957-1

Safety of Machinery

EN 957-8

Stationary Training Equipment - Part 8: Steppers, Stairclimbers and Climbers- Additional Specific tion safety requirements and test methods

## **Иные**

ASTM 2776-10 Standard Specification for fitness Equipment