



**РУКОВОДСТВО
ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**

БЕГОВАЯ ДОРОЖКА UNIX FIT ST-530M



ВАЖНО

Перед использованием устройства внимательно прочитайте инструкцию. Сохраните настоящее руководство для дальнейшего использования.

Характеристики продукта могут отличаться от представленных на фотографиях и могут быть изменены производителем без предварительного уведомления.



Рады приветствовать вас, пользователи продукции **UNIX Fit!**

Мы благодарны, что ваш выбор был остановлен на тренажёре нашего бренда. Для того чтобы обеспечить вашу максимальную сохранность, команда **UNIX Fit** просит вас с вниманием отнестись к изучению инструкции перед использованием тренажёра! В случае если инструкция в дальнейшем будет потеряна, её всегда можно найти на официальном сайте.

UNIX Fit заботится о своих покупателях и всегда готов ответить вам на все возникшие вопросы, в том числе и по эксплуатации товара. Для этого достаточно обратиться к продавцу или дилеру, у которого он был приобретен. Уверены, вы с удовольствием будете пользоваться товарами нашего бренда! Помните, что регулярные занятия спортом способствуют улучшению вашего физического состояния, а также влияют на выработку эндорфинов. С брендом **UNIX Fit** вы можете быть уверены, что ваше тело на долгие годы останется подтянутым и красивым.

Мы постоянно развиваемся и предлагаем нашим клиентам самые современные и лучшие технологии на рынке. Все тренажёры бренда **UNIX Fit** много лет пользуются популярностью не только у взрослых, но и у их детей. Для того, чтобы изучить полный ассортимент продукции, перейдите на наш официальный сайт, наведя камеру на QR-код.



UNIXFIT.RU



СОДЕРЖАНИЕ

Меры предосторожности	4
Описание устройства	5
Инструкция по сборке	9
Обслуживание устройства	10
Инструкция к консоли	12

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

ВНИМАНИЕ:

проконсультируйтесь со своим лечащим врачом или любым другим квалифицированным медицинским работником перед началом тренировки. Это особенно необходимо, если ваш возраст старше 35 лет или у вас когда-то были проблемы со здоровьем. Мы не несем ответственности за какие-либо проблемы или ущерб, понесенный в результате пренебрежения нашими требованиями. Перед подключением к источнику питания убедитесь, что беговая дорожка надлежащим образом собрана и защищена кожухом.

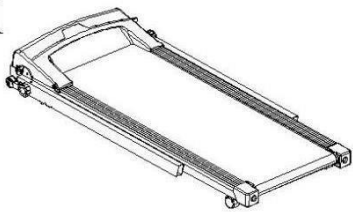
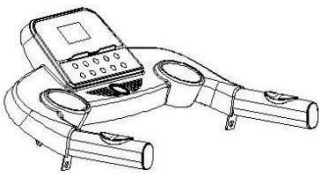



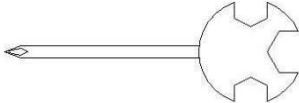
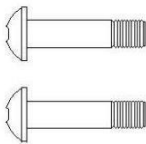
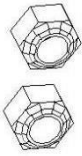

Техника безопасности:

- Перед началом тренировки убедитесь, что зажим ключа безопасности закреплен на вашей одежде.
- Не вставляйте никакие предметы в детали оборудования.
- Устанавливайте беговую дорожку на чистой, ровной поверхности. Не ставьте беговую дорожку на толстый ковер, так как это может нарушить работу системы вентиляции. Не размещайте беговую дорожку рядом с источником воды или на открытом воздухе. ■ Никогда не подключайте беговую дорожку к сети, стоя на беговой ленте. После включения питания и регулировки скорости до начала движения ленты может потребоваться пауза. Вставляйте на ножные рейки по бокам рамы и не меняйте положения, пока лента не начнет двигаться.
- Во время тренировок на беговой дорожке надевайте соответствующую одежду. Не носите длинную, свободную одежду, которая может застрять во внутренней части беговой дорожки. Всегда носите беговую или аэробную обувь с резиновой подошвой.
- Не подпускайте детей и домашних животных к беговой дорожке во время тренировки.
- Не тренируйтесь в течение 40 минут после приема пищи.
- Беговая дорожка предназначена для взрослых. Во время тренировки несовершеннолетние должны находиться под наблюдением взрослых.
- Во время первой тренировки держитесь за поручни до тех пор, пока не освоитесь на беговой дорожке.
- Во избежание повреждений беговая дорожка предназначена для использования внутри помещений. Проверяйте, чтобы место хранения устройства оставалось чистым, сухим и ровным. Пожалуйста, не используйте оборудование для иных целей, кроме тренировок.
- В случае, если скорость внезапно или непреднамеренно увеличивается из-за неисправности электроники, снимите ключ безопасности с консоли, чтобы остановить беговую дорожку.
- Не подсоединяйте другую линию к кабелю; не удлиняйте кабель и не меняйте вилку кабеля; не кладите тяжелые предметы на кабель и не кладите кабель рядом с источником тепла. Запрещается использовать для питания дорожки сетевые фильтры. Это может привести к пожару или поражению людей электрическим током.

Используйте только розетки в заземленных контурах.

- Когда оборудование не используется, отключайте питание, вытащив вилку из розетки. При этом не тяните провод, иначе возможно повреждение питающего кабеля. В случае такого разрыва, пожалуйста, приобретите новый у нашего официального дистрибьютора или напрямую у нашей компании. Не используйте провода, не предназначенные для данной беговой дорожки.
- Данная беговая дорожка предназначена только для домашнего использования.

ОПИСАНИЕ УСТРОЙСТВА

1		2		3	
4		5		6	
7		8		9	

№	Описание	Спец. отметки	Количество
1	Стальная рама		1 комплект
2	Консоль		1 комплект
3	Ключ безопасности		1 шт
4	Силиконовое масло	30 мл	1 шт
5	Угловой ключ S5	5	1 шт
6	Отвертка	13/14/15	1 шт
7	Винты	M8*35	2 шт
8	Нейлоновая гайка	M8	2 шт

9	Ручки	M8*15	2 шт
---	-------	-------	------

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Габариты устройства	1355x545x1215мм	Двигатель	DC 2.0 л.с.
Номинальное напряжение	200V-220В	Частота	50-60Гц
Размеры беговой ленты	1130x410мм	Диапазон скоростей	0.8-12км/ч
Вес устройства	35 кг		
Функции 3.5” LCD дисплея	Скорость, Время, Дистанция, Калории		

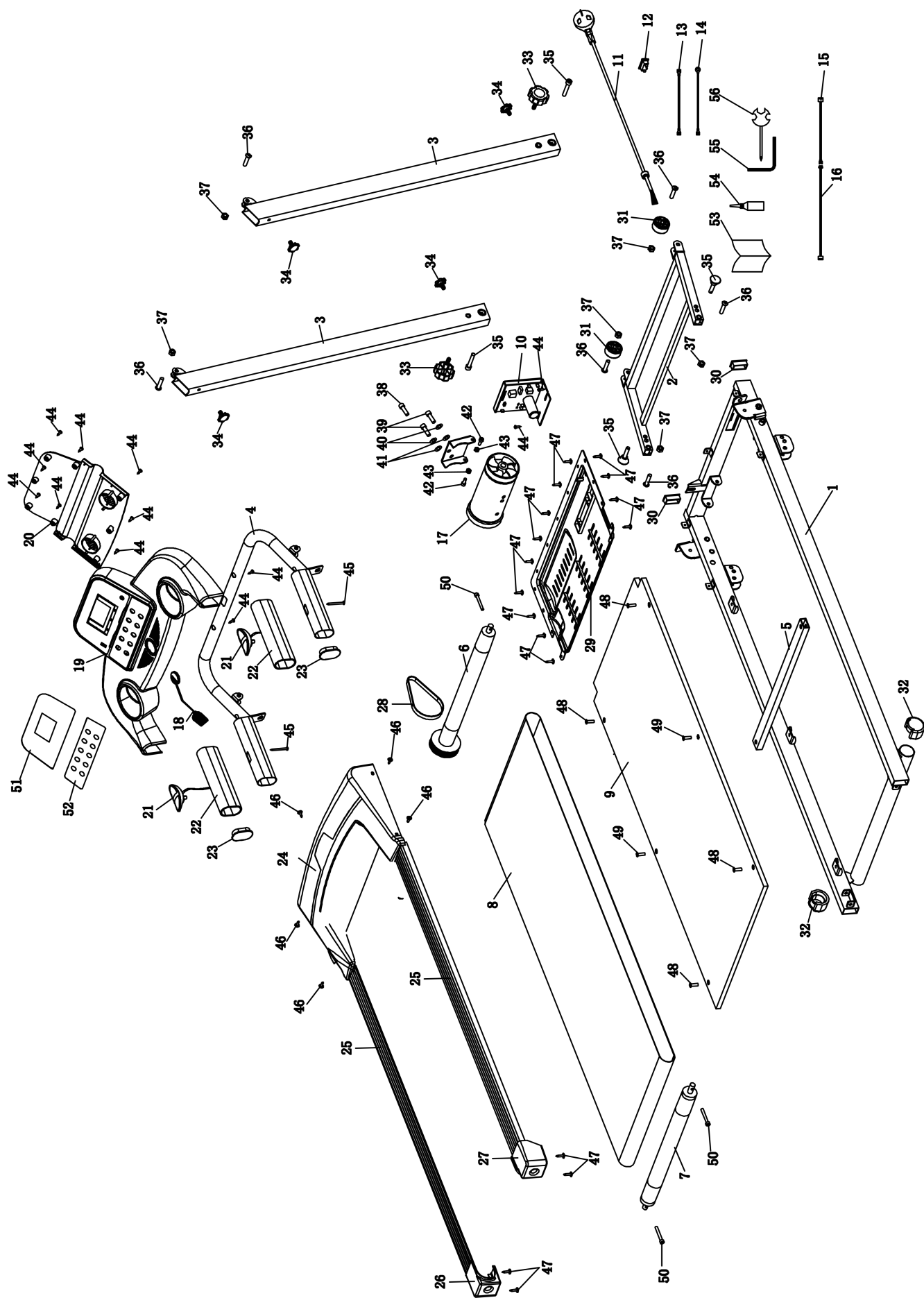
ЗАЗЕМЛЕНИЕ

Данное устройство должно быть заземлено. В случае неисправности или поломки заземление обеспечивает путь наименьшего сопротивления для электрического тока, чтобы снизить риск поражения электрическим током пользователя. Данное изделие оснащено кабелем с проводником заземления и вилкой заземления. Вилка должна быть подключена к розетке, которая была надлежащим образом установлена и заземлена в соответствии со всеми местными правилами и нормативными актами.

ОПАСНО:

Неправильное подключение провода заземления оборудования может привести к поражению электрическим током. В случае возникновения сомнений обратитесь к квалифицированному электрику. Не осуществляйте замену вилки, поставляемой в комплекте с устройством. Если она не подходит к вашей розетке, обратитесь к квалифицированному электрику для установки соответствующей розетки. Данное изделие предназначено для использования в сети с номинальным напряжением 220 В и имеет заземленную вилку, показанную на рисунке А. Убедитесь, что устройство подключено к розетке с той же конфигурацией, что и вилка. С данным устройством нельзя использовать сетевые фильтры и адаптеры.

СХЕМА ДЕТАЛЕЙ



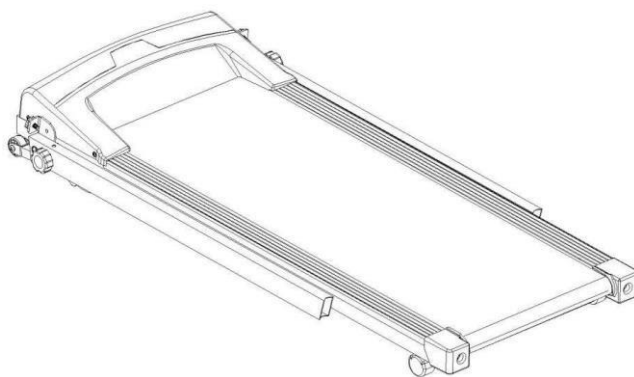
СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

№	ОПИСАНИЕ	К-во	№	ОПИСАНИЕ	К-во
1	Стальная рама	1	32	Задние колеса	2
2	Нижняя опора	1	33	Винты (большие)	2
3	Опоры	2	34	Винты (малые)	4
4	Верхняя панель консоли	1	35	Винты М8*50	2
5	Стальная опора беговой ленты	1	36	Шестигранный винт М8*35	6
6	Передний роллер	1	37	Нейлоновая гайка М8	6
7	Задний роллер	1	38	Цилиндрический винт М8*350	1
8	Беговая лента	1	39	Цилиндрический винт М8*25	2
9	Беговая площадка	1	40	Пружинная накладка D8	2
10	Печатная плата	1	41	Плоская прокладка D8	2
11	Кабель	1	42	Цилиндрический винт М6*15	2
12	Переключатель	1	43	Нейлоновая гайка М6	2
13	Провод соединения к сети	1	44	Крестообразный винт ST4.2*15	12
14	Провод заземления	1	45	Крестообразный винт ST4.2*45	2
15	Верхний провод консоли	1	46	Крестообразный винт ST4.2*19	5
16	Нижний провод консоли	1	47	Крестообразный винт ST4.2*16	17
17	DC-двигатель 0.75 л.с.	1	48	Шестигранный винт М6*25	4
18	Ключ безопасности	1	49	Шестигранный винт М6*40	2
19	Верхний кожух консоли	1	50	Цилиндрический винт М6*45	3
20	Нижний кожух консоли	1	51	Наклейка на консоль	1
21	Датчик сердцебиения	2	52	Мембранная кнопка	1
22	Накладка на поручень	2	53	Руководство пользователя	1
23	Стоппер	2	54	Силиконовое масло	1
24	Верхний кожух двигателя	1	55	Шестигранный ключ S5	1
25	Кожух беговой площадки	2	56	Отвертка 13# 14# 15#	1
26	Левый задний кожух	1			
27	Правый задний кожух	1			
28	Ремень двигателя	1			
29	Нижний кожух двигателя	1			
30	Стоппер стальной рамы	2			
31	Колеса для транспортировки	2			

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

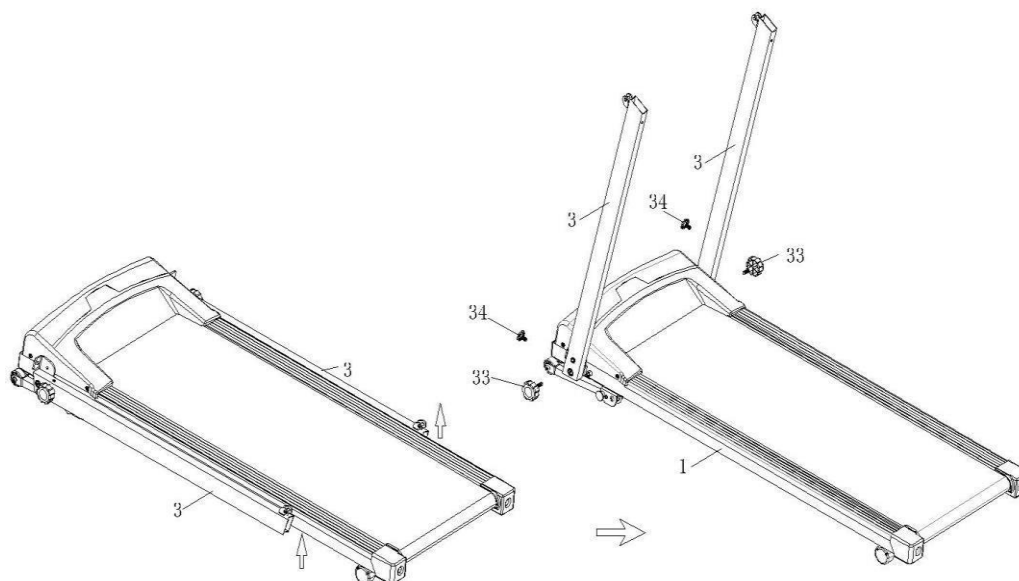
Шаг 1

- Достаньте беговую дорожку из коробки



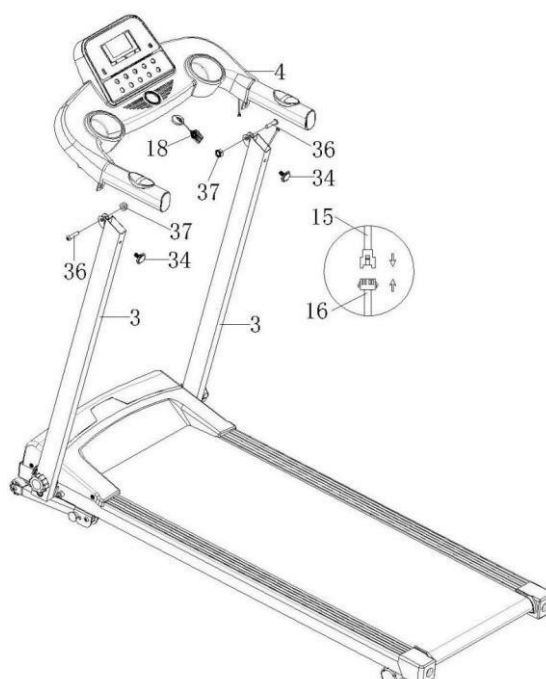
Шаг 2

- Возьмите обе опоры рамы (№ 3) и установите в положении, показанном на рисунке ниже.
- Обе опоры рамы (№ 3) крепятся к стальной раме (№ 1) с помощью больших (№ 33) и малых винтов (№ 34).



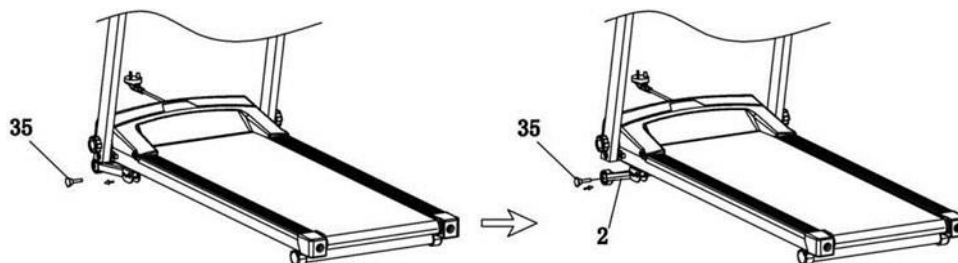
Шаг 3

- Разместите консоль на верхней панели и закрепите ее с помощью винтов (№ 36) и гаек (№ 37). Подключите провода консоли (№ 15) и (№ 16), затем закрепите консоль с верхней панелью на опорах (№3) с помощью винтов (№ 34).
- Установите ключ безопасности (№ 18) на место, отмеченное желтым цветом на консоли (На этом сборка завершена).



Регулировка наклона беговой дорожки

1. Поднимите переднюю часть тренажера и выньте винт (№35) в направлении, показанном на первом рисунке ниже. Данное действие необходимо произвести с левой и правой стороны устройства.
2. С усилием приподнимите переднюю часть тренажера, потяните вниз опору (№ 2) у основания корпуса. Убедитесь, что положение вас устраивает и вставьте винт (№ 35) обратно в соответствующее отверстие в направлении, показанном на следующем рисунке. Повторите шаг с другой стороны корпуса устройства.



ОБСЛУЖИВАНИЕ УСТРОЙСТВА

Всегда отключайте устройство от питания, прежде чем выполнять любые манипуляции по чистке или ремонту.

Регулярная уборка значительно продлит срок службы беговой дорожки.

ВАЖНО:

Поддерживайте беговую дорожку в чистоте, регулярно вытирая пыль. Обязательно протирайте открытую часть беговой площадки, а также боковые рейки. Следите за чистотой обуви для тренировок, чтобы избежать попадания посторонних предметов во внутренние части устройства.

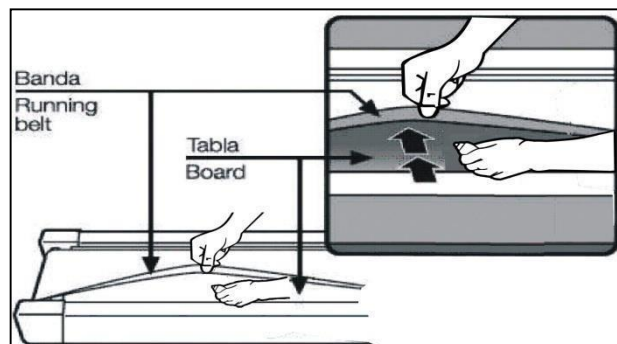
Всегда отключайте устройство от питания, прежде чем снимать кожух двигателя.

ВАЖНО:

Снимайте кожух и протирайте двигатель один раз в год.

Смазка беговой ленты

Трение между бегущей лентой и бегущей дорожкой сильно влияет на срок службы и производительность устройства, поэтому детали должны подвергаться регулярной смазке. Мы рекомендуем регулярно проверять состояние устройства. Если поверхность корпуса повреждена, обратитесь в центр обслуживания клиентов.



Мы рекомендуем смазывать детали по следующему графику:

- Легкая нагрузка (менее 3 часов в неделю) - 1 раз в год.
- Средняя нагрузка (3-5 часов в неделю) - 1 раз в полгода.
- Тяжелая нагрузка (более 5 часов в неделю) - раз в 3 месяца.

Мы рекомендуем покупать смазку у нашего официального дистрибьютора или напрямую у нашей компании.

ВАЖНО:

Все манипуляции по ремонту устройства должны выполняться только опытным техником-специалистом.

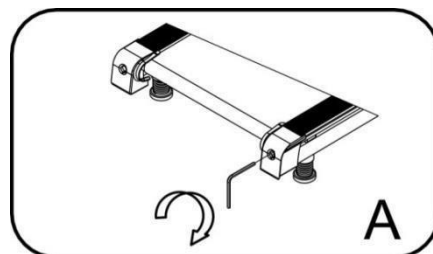
Настройка положения ленты

Мы рекомендуем отключать питание на 10 минут каждые 1,5 часа тренировки, чтобы поддерживать беговую дорожку в рабочем состоянии.

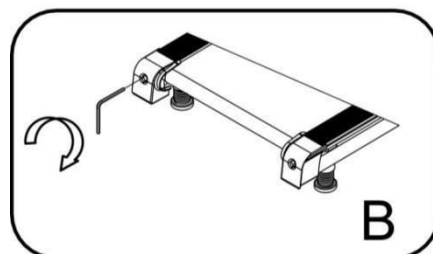
Если лента слишком слабо натянута, она будет проскальзывать во время использования. Обратная ситуация повлияет на работу двигателя и увеличит износ роликов и ленты. Если лента натянута слишком сильно, попробуйте ослабить ее примерно на 50 - 75 мм.

Выравнивание беговой ленты

Разместите дорожку на ровной поверхности и запустите ее на скорости 6-8 км/ч, позволяющей оценить оптимальность положения ленты. Если лента смещена вправо, снимите крышку и поверните правый регулировочный болт на 1/4 оборота по часовой стрелке. Затем попробуйте пробежаться. Если лента все еще смещена, продолжайте настройку. **Рисунок А**

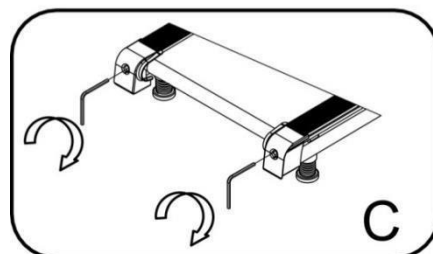


Если лента смещена влево, снимите крышку и поверните левый регулировочный болт на 1/4 оборота по часовой стрелке. Затем попробуйте пробежаться. Если лента все еще смещена, продолжайте настройку. **Рисунок В**



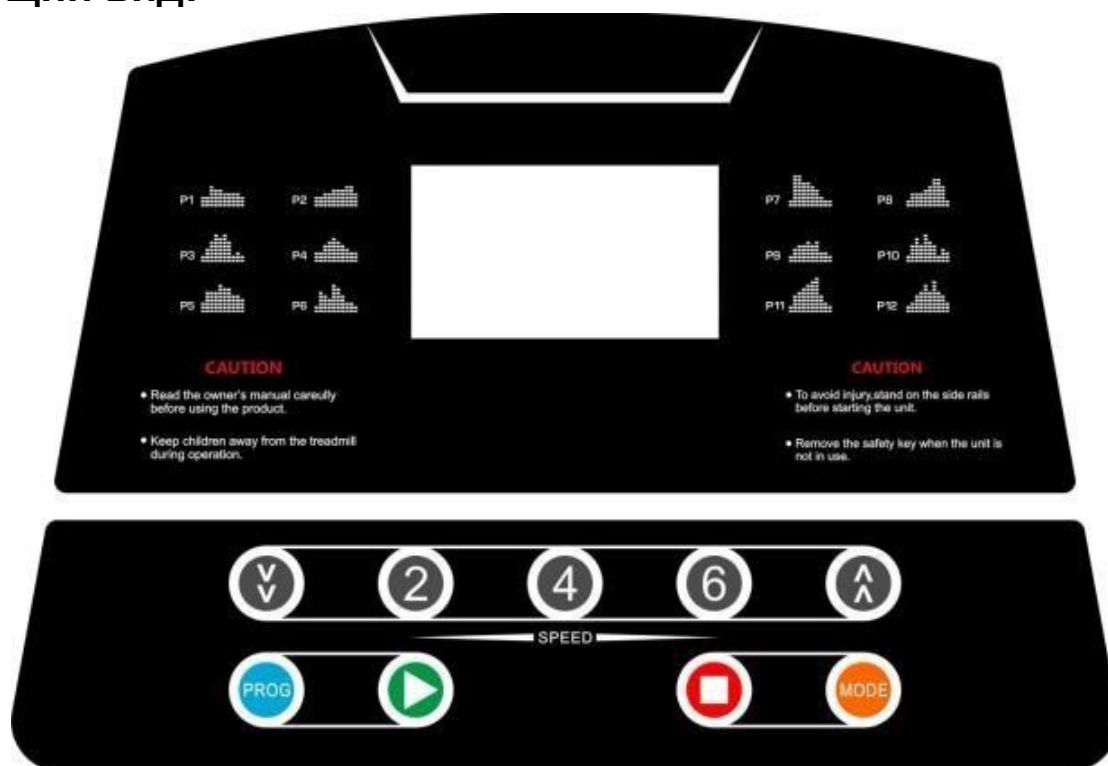
Регулярно настраивайте оптимальное натяжение беговой ленты.

Снимите крышку и поверните левый и правый регулировочный болт на 1/4 оборота по часовой стрелке. Затем попробуйте пробежаться. Если лента все еще слишком слабо натянута, продолжайте настройку. **Рисунок С**



ИНСТРУКЦИЯ К КОНСОЛИ

Общий вид:



Запуск

Дорожка должна начать движение в течение 5 секунд после нажатия кнопки Start.

Программы

12 автоматических программ (P1~P12)

Функция ключа безопасности

Снимите ключ безопасности, отобразится код ошибки E7. Дорожка немедленно остановится, и вы услышите звуковой сигнал. Прикрепите ключ безопасности обратно. Все данные восстановятся через 2 секунды

Функции кнопок

Кнопка START/STOP:

«START» - это кнопка запуска. Нажмите «START», когда беговая дорожка находится в состоянии покоя. Устройство начнет движение со скоростью, отображаемой как «0,8». «STOP» - это кнопка остановки. Нажмите «STOP», когда беговая дорожка находится в движении. При этом все данные будут сброшены, система вернется в ручной режим после полной остановки беговой дорожки. Обе кнопки расположены на поручне.

Кнопка Program:

«PROGAM» - это кнопка выбора программы. В режиме ожидания нажмите PROGRAM для выбора ручного режима или автоматических программ P1 - P12. Ручной режим является режимом по умолчанию, при котором начальная скорость составляет 0,8 км/ч, а максимальная - 12 км/ч.

Кнопка Mode:

«MODE» - это кнопка выбора режима. В режиме ожидания нажмите MODE, чтобы выбрать один из 3 видов режима обратного отсчета от H- 1 до H-3. H-1 - режим обратного отсчета времени; H-2 - режим обратного отсчета расстояния; H-3 - режим обратного отсчета калорий. Используйте кнопки SPEED + и SPEED- для установки соответствующего значения обратного отсчета. После завершения настройки нажмите START, чтобы запустить беговую дорожку.

Кнопки Speed:

«SPEED +» и «SPEED-» - это кнопки ускорения и замедления. Их также можно использовать для настройки параметров беговой дорожки. Когда беговая дорожка находится в движении, они используются для регулировки скорости с шагом 0,1 км/ч. При длительном нажатии в течение более 2 секунд будет осуществляться автоматическое непрерывное ускорение и замедление. Обе кнопки расположены на поручне.

Функции дисплея

Speed. Отображает текущую скорость движения.

Time

Отображает время с момента запуска в ручном режиме и обратный отсчет в автоматических режимах и программах.

Distance

Отображает общее расстояние в ручном режиме и программах. В автоматическом режиме отображает обратный отсчет расстояния.

Calorie

Отображает общее число калорий в ручном режиме и программах. В автоматическом режиме отображает обратный отсчет числа калорий.

Heart rate

При обнаружении сигнала на экране будет отображаться значение сердечного ритма и мигающий значок в виде сердечка.

Диапазон и единицы измерения:

TIME: 0:00 – 99.59(мин)

DISTANCE: 0.00 – 99.0(км)

CALORIES: 0.0 – 990 (ккал)

SPEED: 0.8 – 10.0 (км/ч) PULSE:

50 – 200 (удары/мин)

Функция измерения сердечного ритма

Подключите устройство к источнику питания. Удерживайте датчик измерения пульса в течение 5 секунд, и текущее значение частоты сердцебиения отобразится на экране. Данное значение представляет собой фактически измеренную частоту сердечных сокращений, и его диапазон составляет: 50-200 ударов в минуту. В процессе измерения сердцебиения будет мигать значок в форме сердечка. Отображаемая частота приводится только для справки и не может использоваться как медицинские данные.

Автоматические программы

Длительность программ по умолчанию составляет 10 минут. Установите нужное вам общее время тренировки после выбора программы. Каждая программа разделена на 10 секторов; общее время тренировки будет равномерно разделено на 10 промежутков. Ниже приведена схема выполнения программы по каждому сектору.

Встроенные параметры:

<div>Время</div> <div>Программа</div>		Уст. время / 10 = время на каждый раздел									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	СКОРОСТЬ	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	СКОРОСТЬ	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	СКОРОСТЬ	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	СКОРОСТЬ	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	СКОРОСТЬ	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	СКОРОСТЬ	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	СКОРОСТЬ	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	СКОРОСТЬ	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	СКОРОСТЬ	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	СКОРОСТЬ	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	СКОРОСТЬ	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	СКОРОСТЬ	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

Параметры для режимов обратного отсчета.

Для параметра времени обратного отсчета начальное значение составляет 10:00 минут, диапазон - от 5:00 до 99:00 минут, шаг - 1: 00 минута.

Для параметра калорий обратного отсчета начальное значение составляет 50 ккал, диапазон составляет от 20 до 990 ккал, шаг - 10 ккал. Для параметра обратного отсчета дистанции начальное значение составляет 1,0 км, диапазон составляет от 1,0 до 99,0 км, шаг - 1,0 км. Порядок переключения режимов: ручной, время, дистанция, калории.

Подсчет индекса массы тела (программа BODY FAT)

В режиме ожидания несколько раз нажмите кнопку PROGRAM, пока в окошке скорости не отобразится «FAT». Нажмите кнопку MODE, чтобы выбрать один из настраиваемых параметров «F1-SEX (Пол) / F2-AGE (Возраст) / F3-HEIGHT (Рост) / F4-WEIGHT (Вес)». Используйте кнопки SPEED+ и SPEED-, чтобы ввести свои данные. После в окошке отобразится F5. Возьмитесь за датчик измерения пульса двумя руками, и компьютер покажет вам, соответствуют ли ваши параметры норме. FAT (ИМТ) - это параметр, показывающий взаимосвязь между ростом и весом человека. Он не учитывает пропорции тела. ИМТ является важным параметром, который, наряду с другими показателями состояния здоровья, может использоваться для корректировки веса пациента. Идеальный ИМТ составляет от 20 до 25.

Значение меньше

19 означает недостаток веса. Значение между 25 и 29 означает избыточный вес, а значение выше 30 означает ожирение. Данные приводятся только для справки и не могут использоваться как медицинские данные).

F1 Пол 01 муж 02 жен

F2 Возраст 10 99

F3 Рост 100 200

F4 Вес 20 150

F5 **FAT ≤19** Недостаток веса

FAT = (20---25) Нормальный вес

FAT = (25---29) Избыточный вес

FAT ≥30 Ожирение

Другое

- После завершения программы обратного отсчета на экране отобразится надпись END. Система будет подавать сигналы по 0,5 секунд с интервалом в 2 секунды, пока не произойдет полная остановка беговой дорожки. Затем система вернется в ручной режим.
- Для настройки параметров поддерживается циклическая настройка. Например, если диапазон установки времени составляет 5:00—99:00, вы можете нажать SPEED+ при текущем значении 99:00, чтобы сразу перейти на значение 5:00. В этом случае кнопки SPEED+ и SPEED- могут использоваться для увеличения и уменьшения настраиваемых параметров.
- Режим обратного отсчета может быть установлен только для одного из параметров (время, дистанция, калории). Каждый раз последнее установленное значение будет сохраняться. Выбранный параметр будет отсчитываться в обратном направлении, тогда как остальные будут отсчитываться в прямом.
- Стандартный расход калорий составляет 30 ккал/км.
- Ускорение и замедление осуществляется с шагом 0,5 км/ч.

Значения кодов ошибок

Код	Описание проблемы	Решение
-----	-------------------	---------

E1	Нестабильное соединение: при включенном питании соединение между нижним контроллером и консолью является нестабильным.	Контроллер остановлен и переведен в состояние отказа оборудования. Устройство не запускается. Вы увидите соответствующий код ошибки и услышите звуковой сигнал 3 раза. Возможные причины: связь между контроллером и электронным датчиком повреждена; проверьте целостность каждого из проводов, соединяющих электронный датчик и контроллер, и убедитесь, что все провода подключены правильно. В случае необходимости, замените поврежденный провод.
----	--	---

E2	Контроллер не может определить напряжение двигателя: Нет сигнала от датчика скорости	<p>1. Проверьте, правильно ли подключен провод от двигателя к контроллеру.</p> <p>2. Контроллер остановлен и переведен в состояние отказа оборудования. Вы услышите звуковой сигнал 9 раз и увидите соответствующий код ошибки на экране. Больше на экране ничего не отобразится. Нормальный запуск можно осуществить после полной остановки устройства и возвращения в режим ожидания, примерно спустя 10 секунд. Возможные причины: если сигнал от датчика скорости не поступает в течение более чем 3 секунд, проверьте, хорошо ли подключен провод от датчика. В случае необходимости подключите или замените датчик.</p> <p>3. Контроллер остановлен и переведен в состояние отказа оборудования. Вы услышите звуковой сигнал 9 раз и увидите соответствующий код ошибки на экране. Больше на экране ничего не отобразится. Нормальный запуск можно осуществить после полной остановки устройства и возвращения в режим ожидания. Возможные причины: Проверьте кабель, идущий к двигателю, на предмет правильного подключения. Подсоедините кабель повторно, если требуется. Проверьте кабель, идущий к двигателю и замените его, если он поврежден или имеет запах гари.</p>
----	--	--

E5	Защита от избытка тока: Во включенном состоянии нижний контроллер обнаруживает, что ток превышает 6А в течение более чем 3 секунд.	<p>1. Проверьте наличие смазки между беговой лентой и площадкой. В случае необходимости добавьте 15 мл смазочного масла.</p> <p>2. Возможно, одна из деталей беговой дорожки застряла, из-за чего двигатель не может запуститься.</p> <p>3. Проверьте, не исходит ли запах гари от двигателя. В случае необходимости замените его.</p> <p>4. Проверьте, не исходит ли запах гари от консоли. В случае необходимости замените ее.</p>
E6	Взрывозащита: ненормальное напряжение или неисправный двигатель вызывают неполадки в электроцепи, под контролем которой находится двигатель.	<p>Контроллер остановлен и переведен в состояние отказа оборудования. Вы услышите звуковой сигнал 9 раз и увидите соответствующий код ошибки на экране. Больше на экране ничего не отобразится. Нормальный запуск можно осуществить после полной остановки устройства и возвращения в режим ожидания.</p> <p>Возможная причина: Проверьте, чтобы входное напряжение было не более чем на 50% ниже нормального. Подайте на</p>
		<p>вход требуемое напряжение и снова проверьте работу тренажера. Проверьте, не перегорел ли контроллер, и, если нужно, замените контроллер. Проверьте, надежно ли подсоединен ли кабель двигателя, и, если нужно, подключите кабель двигателя повторно.</p>
E7	Ключ безопасности не найден	<p>Разместите ключ безопасности на указанном месте; Замените ключ безопасности и разместите на указанном месте</p>

**Тренируйтесь
вместе с *UNIX* *FIT***

