

SPIRIT



XT185.16 Беговая дорожка РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Перед тем, как приступить к работе с новой беговой дорожкой,
пожалуйста, внимательно прочитайте всю инструкцию

СОДЕРЖАНИЕ

<u>Важные инструкции по безопасности</u>	<u>2</u>
<u>Важная информация по электричеству</u>	<u>3</u>
<u>Важные инструкции по эксплуатации</u>	<u>4</u>
<u>Перечень набора для сборки</u>	<u>5</u>
<u>Инструкция по сборке</u>	<u>7</u>
<u>Инструкция по складыванию</u>	<u>11</u>
<u>ХТ185(Spirit) Управление беговой дорожкой</u>	<u>12</u>
<u>Общее техническое обслуживание</u>	<u>18</u>
<u>Сервисный контрольный список - Руководство по диагностике</u>	<u>21</u>
<u>ХТ185(Spirit) Схема</u>	<u>23</u>
<u>ХТ185(Spirit) Список деталей</u>	<u>24</u>

Важные инструкции по безопасности

ВНИМАНИЕ – Перед началом использования данного оборудования прочитайте все инструкции.

ОПАСНО – Во избежания риска поражения электрическим током, перед чисткой и / или обслуживанием, отсоединяйте беговую дорожку от электрической розетки.

ВНИМАНИЕ - Чтобы снизить риск ожогов, пожара, поражения электрическим током или получения травм, установите беговую дорожку на ровной поверхности с доступом к 15 Ампер заземленной розетке с напряжением переменного тока 120 В.

НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ переходник если он не имеет маркировки 14 AWG (American Wire Gauge System) — это американская система оценки кабелей. Переходник должен иметь только один выход, а беговая дорожка должна быть единственным прибором в электрической цепи. **НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ОТКЛЮЧИТЬ ЗАЗЕМЛЕННУЮ ЗАГЛУШКУ, ИСПОЛЬЗУЯ НЕПРАВИЛЬНЫЕ АДАПТЕРЫ, ИЛИ ВИДОИЗМЕНИТЬ ШНУР.** Серьезное поражение электрическим током может привести к сбоям в работе компьютера.

- Не занимайтесь на беговой дорожке, установленной на ковре с высоким ворсом, плюше или других ворсистых поверхностях. Это может привести к повреждению самого покрытия и беговой дорожки.
- Убедитесь, что пространство позади беговой дорожки свободно. Обеспечьте зазор не менее 1/2 фута между задней частью беговой дорожки и любым стационарным объектом.
- Не подпускайте детей к беговой дорожке. Оборудование имеет очевидные точки заземления и другие области, которые могут причинить вред ребенку.
- Держите руки подальше от любых движущихся частей.
- Никогда не тренируйтесь на беговой дорожке, если у нее поврежден шнур или вилка. Если беговая дорожка не работает должным образом, позвоните своему дилеру.
- Следите, чтобы шнур находился вдали от нагретых поверхностей.
- Не занимайтесь там, где используются аэрозольные спреи, или где повышенное содержание кислорода. Искры от двигателя могут воспламенить газообразную среду.
- Никогда не роняйте и не вставляйте какие-либо предметы в отверстия.
- Не используйте оборудование на открытом воздухе.
- Перед выключением верните все кнопки управления в положение выключения, отсоедините шнур, а затем выньте вилку из розетки.
- Не пытайтесь использовать беговую дорожку для каких-либо целей, кроме тех, для которых она предназначена.
- Датчики пульса не являются медицинскими приборами. На точность показаний пульса могут влиять различные факторы, в том числе движение пользователя. Датчики пульса являются только вспомогательным средством для определения тенденций сердечного ритма в целом.
- Используйте поручни, только в случае ощущения безопасности.
- Для занятий, обувайте соответствующую обувь. Высокие каблуки, туфли, сандалии или босые ноги не подходят для занятий на беговой дорожке. Чтобы избежать усталости ног рекомендуется качественная спортивная обувь.
- Беговая дорожка не является медицинским устройством.

Чтобы предотвратить несанкционированную работу беговой дорожки, отсоединяйте шнур безопасности после использования.

СОХРАНИТЕ ЭТИ ИНСТРУКЦИИ - ДУМАЙТЕ О СВОЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ!

Важная информация по электричеству

ВНИМАНИЕ!

НИКОГДА не используйте настенную розетку с защитой от замыкания на земле (GFCI) на этой беговой дорожке. Как и в случае любого устройства с большим двигателем, GFCI будет часто отключаться. Проложите шнур питания подальше от движущейся части беговой дорожки, включая механизм подъема и транспортные колеса.

НИКОГДА не снимайте крышку, не отключив питание переменного тока. Если напряжение в сети изменится на десять процентов (10%) или более, это может повлиять на производительность вашей беговой дорожки. **На такие условия гарантия не распространяется.** Если вы подозреваете, что напряжение сети низкое, обратитесь в местную электрическую компанию или к квалифицированному электрику для надлежащего тестирования.

НИКОГДА не подвергайте эту беговую дорожку воздействию дождя или влаги. Этот продукт **НЕ** предназначен для использования на открытом воздухе, рядом с бассейном или в СПА, а также в любой другой среде с высокой влажностью. Температурная характеристика - 40 градусов по Цельсию, с влажностью 95%, без конденсации (на поверхности не образуются капли воды).

Автоматические выключатели: Некоторые автоматические выключатели, используемые в домах, не рассчитаны на высокие пусковые токи, которые могут возникнуть при первом включении беговой дорожки или даже при нормальном ее использовании. Если ваша беговая дорожка отключает домашний предохранитель – автоматический выключатель (даже если это правильный номинальный ток), а автоматический выключатель на самой беговой дорожке не срабатывает, вам необходимо заменить домашний предохранитель на тип выключателя с большим броском тока. Это не гарантийный дефект. Это условие, которое мы, как производитель, не можем контролировать. Данный выключатель доступен в большинстве магазинов электротоваров. Примеры: Grainger, часть # 1D237, или в Интернете: www.squared.com, часть # QO120HM.

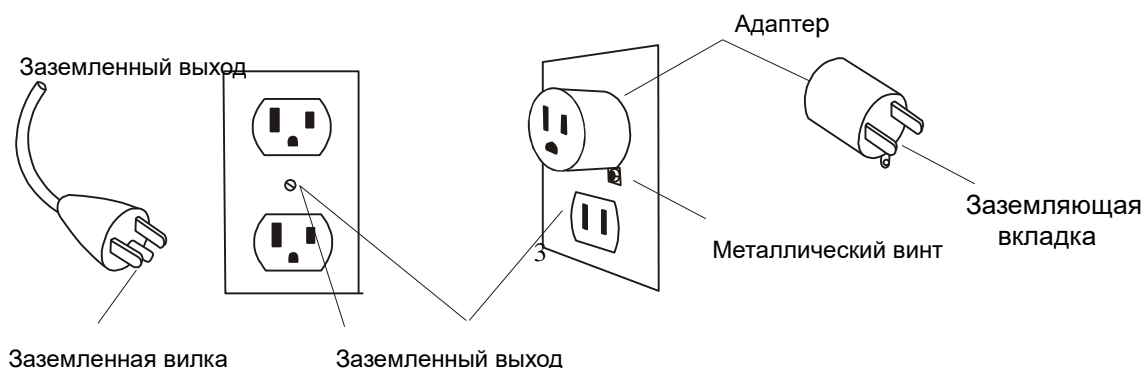
Инструкции по заземлению

Данное оборудование должно быть заземлено. Если электрическая система беговой дорожки работает со сбоями, то проба заземления обеспечит путь наименьшего сопротивления для электрического тока, и как следствие снизит риск поражения электрическим током.

Данное оборудование оснащено шнуром с заземляющим штекером. Вилка должна быть подключена к соответствующей розетке, которая правильно установлена и заземлена в соответствии со всеми местными нормами и правилами.

ОПАСНО - Неправильное подключение заземляющего провода может привести к поражению электрическим током. Если у вас есть сомнения относительно правильности заземления изделия проконсультируйтесь с квалифицированным электриком или специалистом по обслуживанию. Не видоизменяйте вилку, поставляемую с продуктом, если она не подходит к розетке; заранее проверьте наличие подходящей розетки, установленной квалифицированным электриком.

Этот продукт предназначен для использования в номинальной 120-вольтной цепи и имеет заземляющую вилку, которая выглядит как вилка, на рисунке ниже. Временный адаптер, который выглядит как адаптер, на рисунке, может использоваться для подключения данного штекера к 2-полюсной розетке, как показано ниже, если у вас нет правильно заземленной розетки. Временный адаптер должен использоваться только до тех пор, пока квалифицированный электрик не установит правильно заземленную розетку (см.рисунок). Заземляющая вкладка зеленого цвета, идущая от адаптера, должна быть подключена к постоянному заземлению, такому как правильно заземленная крышка выходной коробки. Сам адаптера, должен быть закреплен с помощью металлического винта.



Важные инструкции по эксплуатации

- **НИКОГДА** не используйте беговую дорожку, не прочитав и полностью не понимая результатов любых оперативных изменений, которые вы запрашиваете с компьютера.
- Вы должны понимать, что изменения скорости и наклона происходят не сразу. Установите желаемую скорость на консоли компьютера и отпустите кнопку регулировки. Компьютер будет подчиняться команде постепенно.
- **НИКОГДА** не используйте беговую дорожку во время грозы. В домашней сети могут возникнуть помехи, которые могут повредить компоненты беговой дорожки.
- Соблюдайте осторожность если во время ходьбы на беговой дорожке вы занимаетесь еще чем-либо, например, просмотром телевизора, чтением и т. д. Эти отвлекающие факторы могут привести к потере равновесия или отклонению от ходьбы по центру полотна, что может привести к серьезной травме.
- **НИКОГДА** не устанавливайте и не демонтируйте беговую дорожку во время движения полотна. Беговые дорожки запускаются с очень низкой скоростью, и нет необходимости насильно помогать движению полотна во время запуска. Вам следует просто стоять на полотне во время медленного ускорения. Первое время, при изменении управления дорожкой (изменение наклона, скорости и т. д.), всегда держитесь за поручень.

Не давите сильно на кнопки консоли. Они точно настроены на правильное функционирование при нажатии пальца. Нажатие сильнее не заставит устройство двигаться быстрее или медленнее. Если вы чувствуете, что при обычном нажатии кнопки не работают должным образом, свяжитесь с вашим дилером.

Шнур безопасности

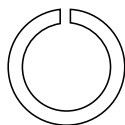
С этим устройством предоставляется шнур безопасности. Это простая магнитная конструкция, которая должна всегда использоваться. Это нужно для вашей безопасности, в случае если вы упадете или отодвинетесь слишком далеко на беговом полотне.

Вытягивание данного страховочного шнура остановит движение полотна.

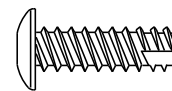
Как использовать:

1. Поместите магнит в положение на платформе на пульте управления. Без этого ваша беговая дорожка не запустится, и не будет работать
2. Надежно закрепите пластиковую клипсу на одежде, чтобы обеспечить хорошую удерживающую способность. **Примечание:** магнит обладает достаточной мощностью, чтобы минимизировать случайную или неожиданную остановку. Зажим должен быть надежно закреплен, чтобы он не оторвался. Ознакомьтесь с его функцией и ограничениями. Каждый раз, когда магнит будет отрываться от консоли, беговая дорожка будет останавливаться, в зависимости от текущей скорости, с шагом в один-два шага. При нормальной работе для остановки используйте красный переключатель Stop/Pause .

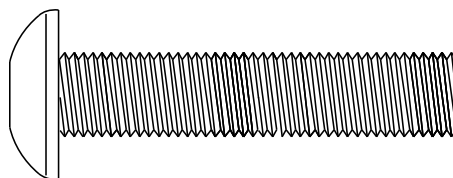
ПЕРЕЧЕНЬ НАБОРА ДЛЯ СБОРКИ



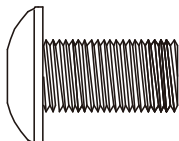
#82. $\text{Ø}10 \times 2.0\text{T}$
Шайба с расщелиной (4 шт)



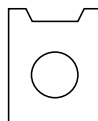
#88. $\text{Ø}5 \times 16\text{m/m}$
Самонарезной винт (6 шт)



#90. $3/8" \times 1-3/4"$
Болт с цилиндрической головкой (4 шт)



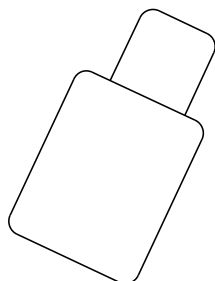
#93. $5/16" \times 15\text{m/m}$
Болт с цилиндрической головкой (8 шт)



#132. M5
Зажимная гайка (6 шт)

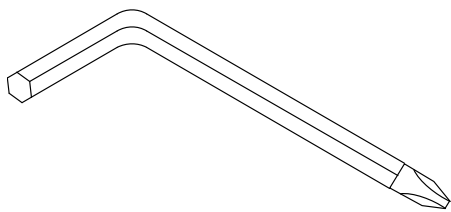


#142. $\text{Ø}3.5 \times 16\text{m/m}$
Винт (8 шт)

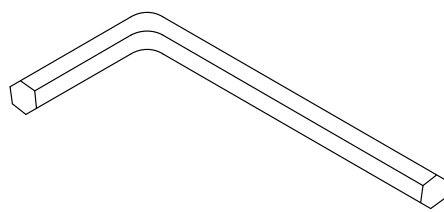


#58. Смазка

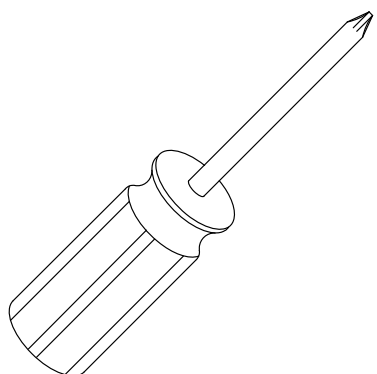
ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ СБОРКИ



#96. Комбинированный ключ М5
и крестовая отвертка



#97. М6 L Гаечный ключ

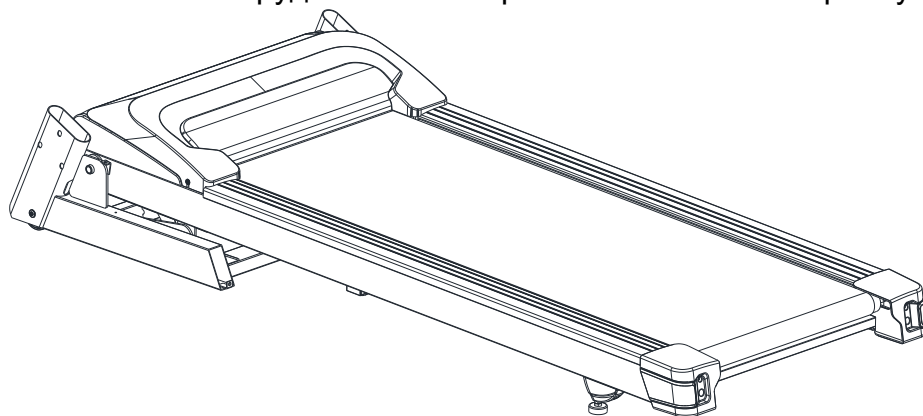


#122. Крестовая отвертка

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

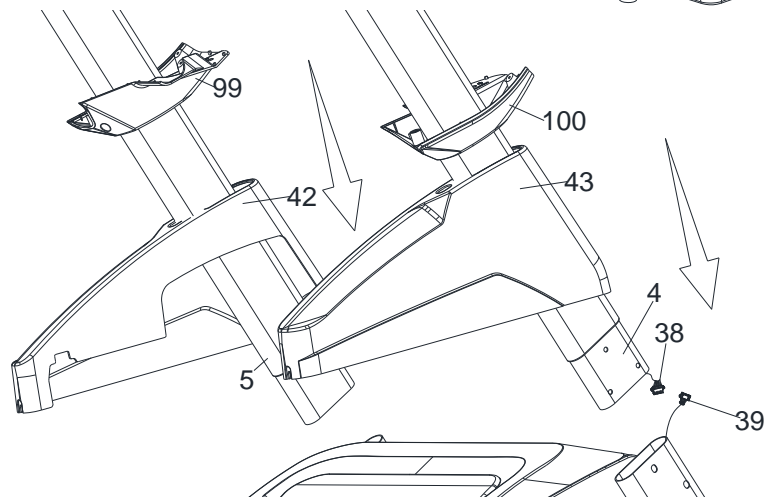
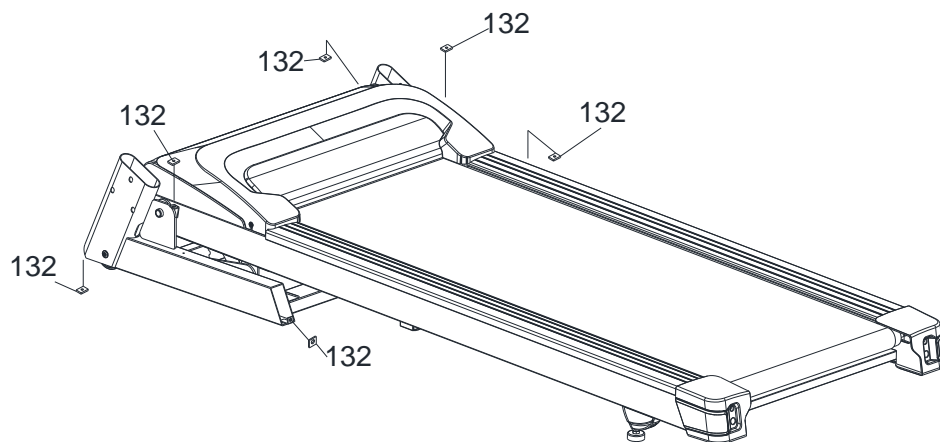
ШАГ 1

Извлеките оборудование из коробки и положите на ровную поверхность.



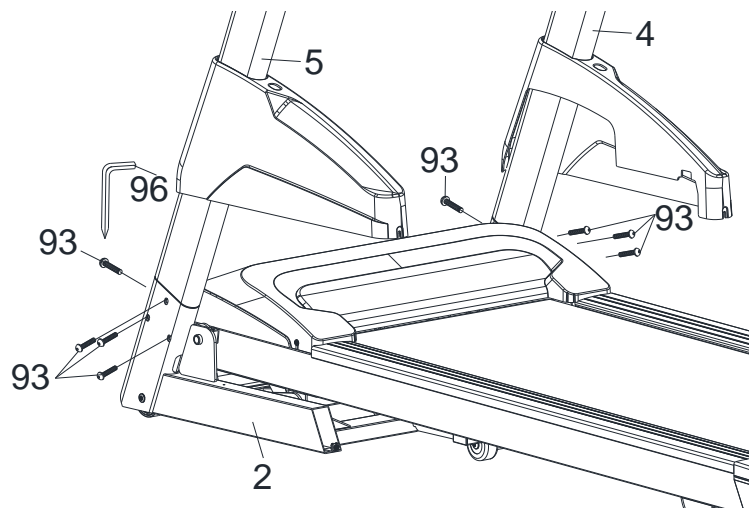
ШАГ 2

Найдите 6 штук зажимных гаек М5 (132), которые входят в комплект, на передней стороне и каждой из боковых сторонах устройства, как показано ниже. Установите правую и левую стойки (4, 5) через базовые крышки рам (L, R), (42, 43) и крышки мачты консоли (L, R) (99, 100) соответственно, как показано ниже. Подсоедините компьютерный кабель (средний) (38) к компьютерному кабелю (нижний)(39).



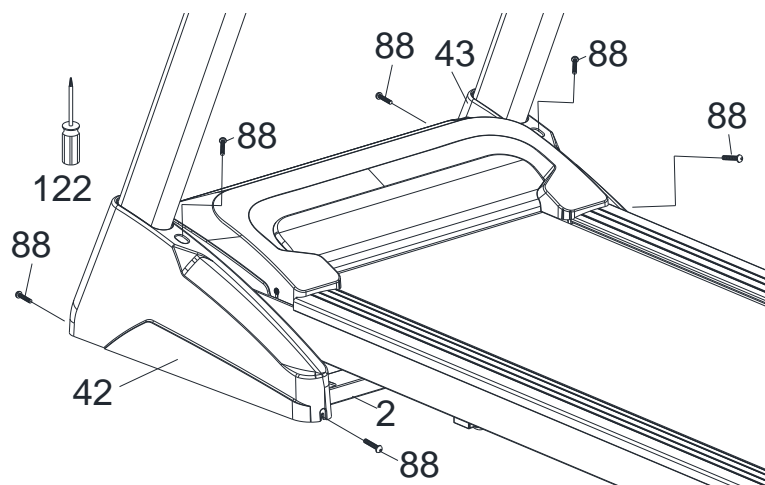
ШАГ 3

Вставьте правую и левую стойки (4) и (5) в основание рамы (2). Используйте комбинированный гаечный ключ М5 (96), чтобы затянуть 8 шт. болтов под ключ 5/16 "× 15 м / м. (93).



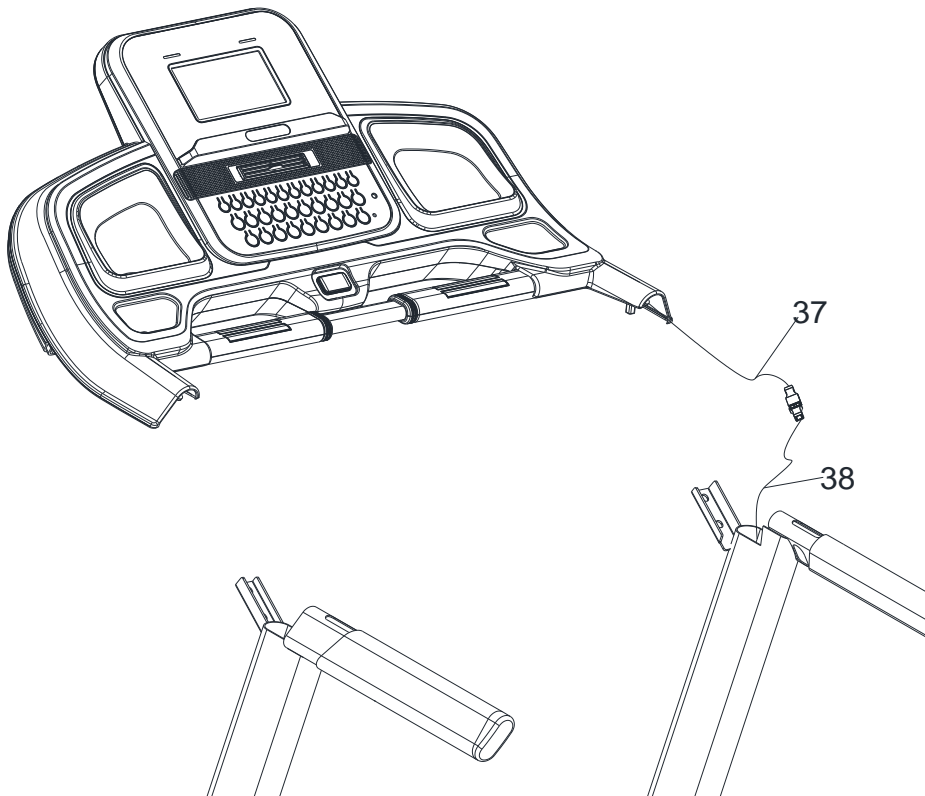
ШАГ 4

Установите крышки основания рамы (L) и (R), (42) и (33) на основание рамы (2) и закрепите их 6 винтами Ø5 × 16 м / м_ (88) используя крестообразную отвертку (122).



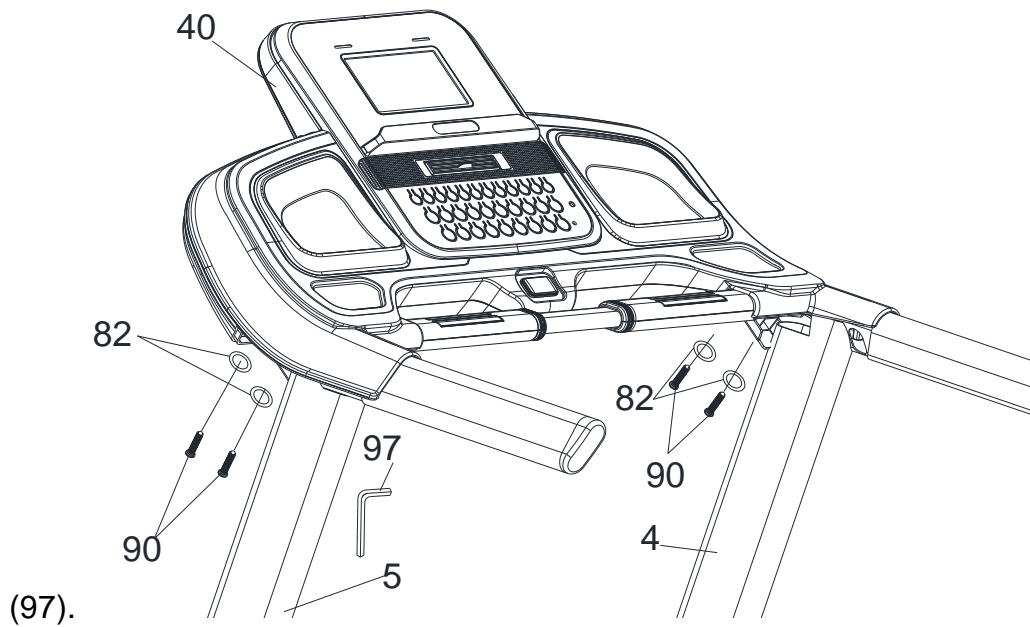
ШАГ 5

Соедините средний (38) и верхний (37) компьютерные кабеля.



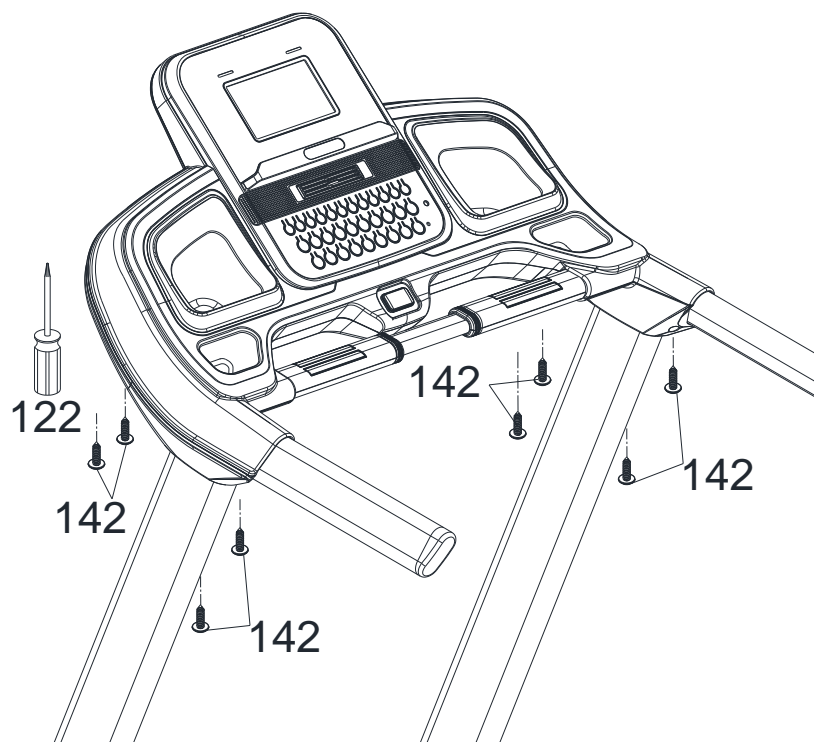
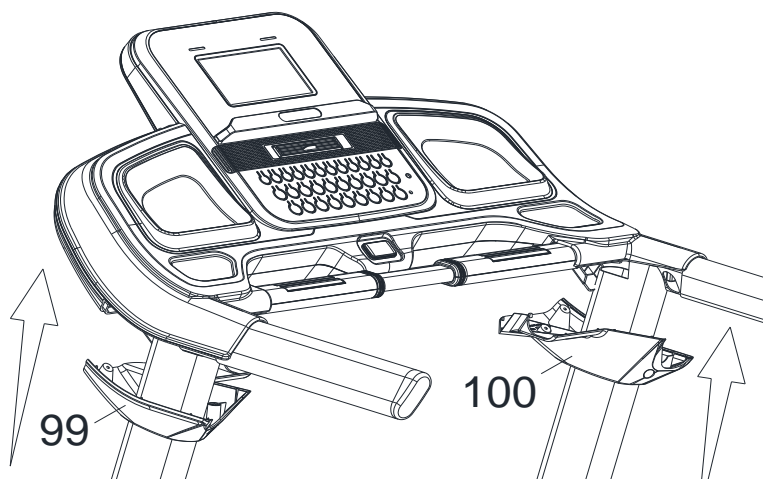
ШАГ 6

Вставьте консоль в сборе (40) на правую и левую стойки (4) и (5) и закрепите с помощью 4 шт. болтов с цилиндрической головкой 3/8 "× 1-3 / 4" (90) и 4 шт. Ø10 × 2,0Т шайб (82) с помощью универсального гаечного ключа М6_Л



ШАГ 7

Установите левую (L) (99) и правую (R) (100) крышки мачты консоли на правой и левой стойках (4,5). Закрепите их с помощью 8 шт. винтов $\text{Ø}3,5 \times 16 \text{ м / м}$ (142) используя крестовую отвертку (122).



Примечание: После завершения сборки всех компонентов, пожалуйста, затяните все винты.

ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ: Не пытайтесь перемещать устройство, если оно не находится в сложенном и заблокированном положении. Удалите шнур питания с передней стороны устройства, чтобы избежать возможного его повреждения. Для перемещения устройства в нужное место используйте обе ручки.

Инструкция по складыванию

■ КАК СЛОЖИТЬ БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ

Поднимите основание дорожки до щелчка.

■ КАК РАЗЛОЖИТЬ БЕГОВУЮ ДОРОЖКУ

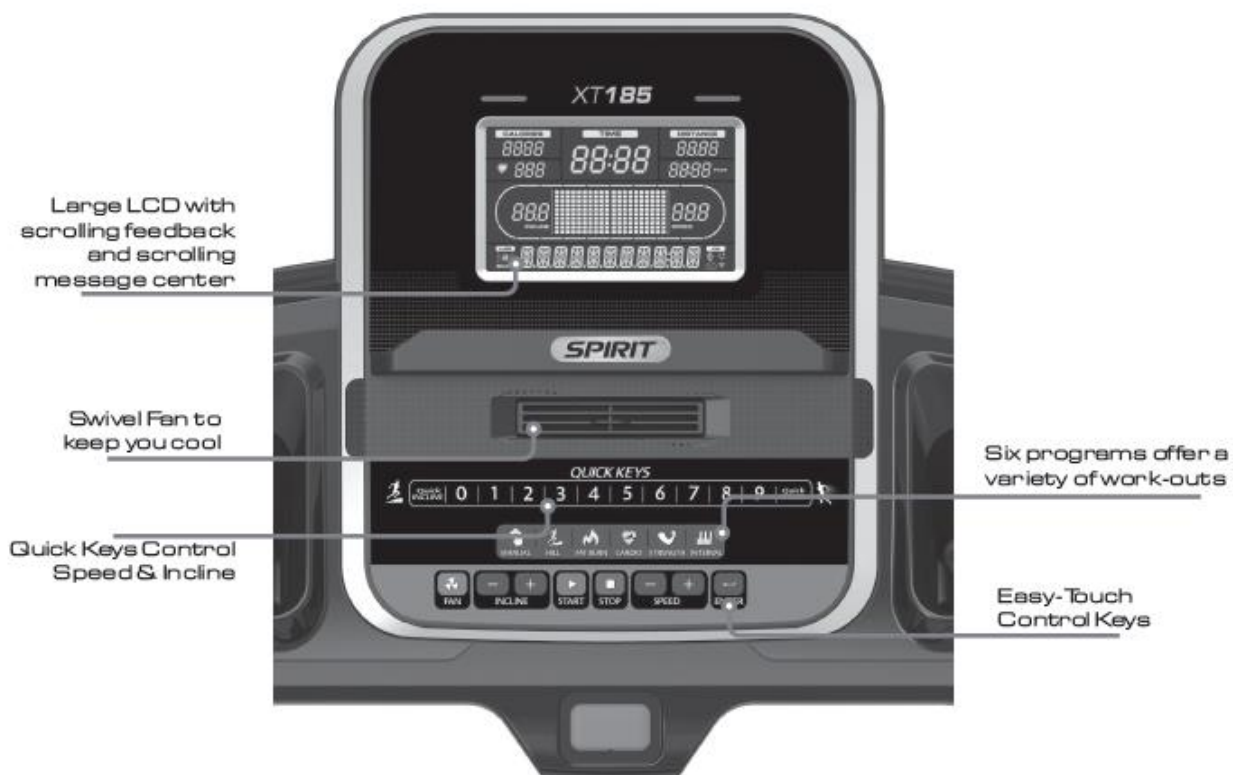
Нажмите ногой на рычаг с желтой наклейкой, чтобы открыть защелку.

Ищите наклейку справа.

Инструкции по перемещению

Беговая дорожка имеет четыре транспортировочных колесика. После складывания просто откатите беговую дорожку на нужное место.

Управление беговой дорожкой



Кнопки Quick Speed/Быстрый старт и Incline/Наклон

Используя «быстрые» кнопки на консоли вы можете быстро настроить скорость и наклон. Просто нажмите Speed или Incline, затем выберите 2 цифры, и нажмите Enter. Беговая дорожка автоматически подстроится под это значение. Это достаточно экономит время, потому что вам не нужно нажимать или удерживать кнопку, пока не достигнете желаемого значения. Максимальное значение, которое вы можете ввести для скорости, составляет 9,9 миль / ч или км/ч и уровень наклона 9,5. Значения скорости можно вводить с шагом 0,1 мили /ч, а наклона - с шагом 0,5.

Примеры:

Нажмите кнопку Quick Incline, затем выберите 1, 0. Это будет = уровню наклона 1,0.
Нажмите кнопку Quick Incline, затем 3, 5. Это будет = уровню наклона 3,5
Нажмите кнопку Quick Speed, затем выберите 8, 0. Это будет соответствовать 8,0 миль/ч или км/ч.
Нажмите кнопку Quick Speed, затем 0, 8. Это будет соответствовать 0,8 миль/ч или км/ч.

Консоль

На консоли будет отображаться темп, сожженные калории, время (прошедшее или его обратный отсчет), пройденное расстояние, пульс, скорость, наклон, имя программы, количество пройденных треков (кругов) и время сегмента. Существует также график профиля скорости и наклона, который позволяет увидеть, насколько усердно вы работали и насколько сложными будут предстоящие сегменты.

Начало

Включите беговую дорожку, вставив ее шнур в соответствующую настенную розетку,

затем включите выключатель питания

расположенный в передней части беговой дорожки под крышкой двигателя. Убедитесь, что вставили ключ безопасности, т.к. беговая дорожка без него не включится.

Когда питание включено, все индикаторы на дисплее засветятся в течение короткого времени, после чего в окнах Time/Время и Distance/Расстояние будут отображаться показания одометра в течение короткого времени. В окне Time/Время будет показано, сколько часов беговая дорожка использовалась, а окно Distance/Расстояние покажет, сколько миль (или километров, если на беговой дорожке установлены данные метрические показания) беговая дорожка прошла. Затем в Центре сообщений будет прокручиваться сообщение, показывающее текущую версию программного обеспечения. После этого беговая дорожка перейдет в режим ожидания, который является отправной точкой для работы.

Quick Start (Быстрый старт)/Ручное управление

1. Нажмите и отпустите кнопку Start, чтобы разбудить дисплей (если он еще не включен).

Примечание: Установка ключа безопасности также разбудит консоль.

2. Нажмите и отпустите клавишу Start, чтобы начать движение полотна со скоростью 0,5 мили/ч, а затем отрегулируйте желаемую скорость с помощью кнопок Speed + / - или Fast / Slow (на консоли или на поручне). Вы также можете использовать клавишу Quick Speed и задать значение от 0 до 9.

3. Чтобы отрегулировать скорость, нажмите и удерживайте клавиши Speed Up / Down (на консоли или на поручне) для достижения желаемой скорости. Вы также можете настроить желаемую скорость, используя кнопку Quick Speed, от 0 до 9.

4. Чтобы отрегулировать уровень наклона, нажмите и удерживайте кнопку Incline Up / Down (на консоли или на поручне) для достижения желаемого угла наклона. Вы также можете настроить желаемый наклон, нажав клавишу Quick Incline, а затем выбрать значение от 0 до 9.

5. Для остановки полотна нажмите и отпустите кнопку Stop.

Pause/пауза Stop/остановка Preset/предустановка

1. Когда беговая дорожка работает, можно использовать функцию паузы, один раз нажав красную кнопку Stop.

Беговая дорожка начнет медленно замедлять ход до полной остановки. Угол наклона опустится до нуля. Пока дорожка будет находиться в режиме паузы показания времени, расстояния и калорий будут сохраняться. Через 5 минут дисплей перестанет отображать информацию и вернется к начальному экрану.

2. Чтобы, в режиме паузы, возобновить тренировку, нажмите кнопку Start. Скорость и наклон вернуться к своим прежним настройкам.

- Команда пауза выполняется, когда кнопка Stop нажата один раз. Если кнопка Stop будет нажата повторно, программа завершится и дисплей отобразит сводку тренировки. Если нажать кнопку Stop в третий раз, консоль вернется к экрану ожидания (запуска). Если кнопка Stop удерживается более 3 секунд, консоль сбросит результаты.

Incline/Наклон

1. Наклон можно отрегулировать в любое время после начала движения полотна.

2. Нажмите и удерживайте кнопку Incline Up / Down для достижения желаемого угла наклона. Вы также можете выбрать более быстрое увеличение / уменьшение угла, нажав

кнопку Quick Incline, и выбрав значение от 0 до 9.

- На дисплее будет отображаться процент наклона с шагом 0,5 во время настройки.

- Угол наклона дорожки вернется к исходному положению, кроме случаев, когда угол наклона находится на высоком уровне, но пользователь отключил основное питание оборудования или высунул защитный ключ.

Точечный матричный дисплей

Двадцать столбцов (высотой 10) обозначают каждый сегмент тренировки. Данные столбцы отображают только приблизительный уровень (сопротивление) нагрузки. Они не обязательно указывают конкретное значение - только приблизительный процент для сравнения уровней интенсивности тренировки. В ручном режиме окно дисплея будет создавать «изображение» профиля при изменении значений во время тренировки.

Трек в 1/4 Милью

1/4-мильная дорожка (один круг) будет отображаться вокруг окна точечной матрицы. Мигающий сегмент показывает ваш прогресс во время тренировки. Как только 1/4-миля (Метрика - 0.4k) завершена, эта функция начнется сначала. Трек круга будет двигаться против часовой стрелки. Для контроля, пройденного вами расстояния в окне сообщений есть счетчик треков (кругов).

Особенности импульсных датчиков

В окне Pulse (Heart Rate/частота сердечных сокращений) будет отображаться текущая частота сердечных сокращений в ударах в минуту во время тренировки. Вы должны использовать оба датчика из нержавеющей стали на стационарных поручнях или использовать нагрудный датчик пульсометра для отображения вашего пульса. Значение импульса отображается каждый раз, когда верхний дисплей получает импульсный сигнал.

Примечание: См. основные инструкции по технике безопасности (стр. 4), касающиеся работы с импульсными датчиками.

Дисплей калорий

Отображает накопленные калории, сожженные в любой момент времени во время тренировки.

Примечание: Это только приблизительные данные, используемые для сравнения результатов различных упражнений, и их нельзя использовать в медицинских целях.

Выключение беговой дорожки

1. Дисплей автоматически отключится (перейдет в спящий режим) через 30 минут (в случае бездействия кнопок консоли). В этом режиме беговая дорожка будет потреблять очень мало тока (примерно столько же, сколько ваш экран, когда он выключен).
2. Извлеките ключ безопасности.
3. Выключите основной выключатель на передней части беговой дорожки, под крышкой мотора.

Программные кнопки

Для предварительного просмотра каждой программы используйте программные кнопки. При первом включении консоли вы можете нажать каждую кнопку программы, чтобы просмотреть, как выглядит сам профиль программы. Если вы решили, что хотите попробовать программу, нажмите соответствующую программную кнопку, а затем нажмите Enter, чтобы выбрать программу и войти в режим настройки данных.

Беговая дорожка имеет встроенную систему контроля сердечного ритма. Просто взявшись за датчики пульса на стационарных поручнях или надев датчик сердечного ритма (см. раздел «Использование датчика сердечного ритма»), начнет мигать значок сердечного ритма (это может занять несколько секунд), а в окне индикации пульса будет отображаться ваш пульс или значение пульса в ударах в минуту.

В консоль встроен вентилятор, который создает комфортное условие для занятий. Чтобы включить вентилятор, нажмите клавишу на левой стороне консоли.

Программирование консоли

Каждая из программ может быть настроена в соответствии с вашей личной информацией и изменена по вашему желанию. Некоторая информация необходима для обеспечения правильности показаний. Вас спросят о вашем возрасте и весе. Ввод показателя возраста необходим во время программ контроля пульса, чтобы обеспечить правильную прогнозируемую целевую зону пульса. Введенное значение вашего веса помогает в расчете более правильного чтения калорий. Хотя мы не можем предоставить точное количество калорий, мы хотим быть как можно более точны с результатом.

ПРИМЕЧАНИЕ по калориям: Показания калорий, будь то в тренажерном зале или дома, являются лишь приблизительными и могут широко варьироваться. Они предназначены только в качестве руководства для мониторинга вашего прогресса от тренировки до тренировки.

Ввод программы и изменение настроек

Когда вы войдете в программу, нажав соответствующую кнопку программы, а затем клавишу Enter, вы можете ввести свои личные настройки. Если вы хотите тренироваться без ввода новых настроек, просто нажмите кнопку Start. Это обойдет программирование данных и приведет вас непосредственно к началу тренировки. Если вы хотите изменить личные настройки, просто следуйте инструкциям в Центре сообщений. Если вы запустите программу без изменения настроек, будут использованы настройки по умолчанию или ранее сохраненные настройки.

ПРИМЕЧАНИЕ: Настройки возраста и веса по умолчанию изменяются при вводе нового значения. Таким образом, последний введенный возраст и вес будут сохранены в качестве новых настроек по умолчанию. Если вы ввели свой возраст и вес в первый раз, вначале использования беговой дорожки, вам не нужно будет вводить их каждый раз, перед тренировкой, если только ваш возраст или вес не изменились, или кто-то другой не ввел свой возраст и вес.

Каждая предустановленная программа имеет максимальный уровень скорости и наклона, который отображается при выборе желаемой тренировки. Максимальная скорость и уклон, достигнутые конкретной программой, будут отображаться в Центре сообщений.

Выбор и запуск предустановленной программы

1. Нажмите кнопку выбранной программы (**Hill, Fat Burn, Cardio, Strength** или **Interval**). Нажмите Enter, чтобы войти в программу. Дисплей предложит вам выполнить программирование, или же вы можете просто нажать Start, чтобы запустить программу со значениями по умолчанию.

2. Если нажать Enter, Центр сообщений будет мигать значением, указывающим ваш возраст (по умолчанию будет стоять 35 лет). Ввод корректного возраста влияет на

отображение гистограммы пульса и программы пульса. Используйте кнопки + / - для настройки вашего значения, а затем нажмите Enter. Введенный возраст определяет ваш рекомендуемый максимальный пульс. Поскольку функции отображения гистограммы и частоты сердечных сокращений основаны на процентах от максимальной частоты сердечных сокращений, важно правильно указать возраст для более точной работы этих функций.

3. Центр сообщений теперь будет мигать значением, указывающим ваш вес тела (по умолчанию будет стоять значение 150 фунтов). Ввод правильного веса тела повлияет на расчет количество калорий. Используйте кнопки + / - для настройки вашего значения веса, а затем нажмите Enter.

Примечание о показателях калорий: ни один тренажер не может дать вам точный расчет количество калорий, потому что существует большое количество факторов, которые определяют расход калорий для конкретного человека. Даже если у кого-то такой же вес, возраст и рост, сжигание калорий может сильно отличаться от вашего. Дисплей калорий следует использовать только для справки, чтобы отслеживать улучшение результата от тренировки к тренировке.

4. Центр сообщений будет мигать значением, указывающим время (значение по умолчанию составляет 20 минут). Вы можете использовать любую из кнопок + / - для настройки времени. После настройки или для принятия значения по умолчанию нажмите Enter. (Примечание: вы можете нажать Start в любое время во время программирования, чтобы запустить программу).

5. Центр сообщений теперь будет мигать со значением предустановленной максимальной скорости выбранной программы (3,0 миль в час). Используйте клавиши регулировки скорости + / - для настройки, затем нажмите Enter. В каждой программе есть различные изменения скорости, что позволяет ограничить максимальную скорость, которую может достичь программа.

6. Центр сообщений будет мигать с заданным значением верхнего наклона выбранной программы. Используйте клавиши Incline + / - для регулировки, а затем нажмите Enter.

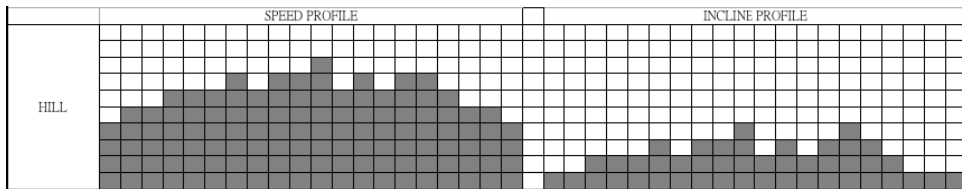
Теперь вы закончили программирование данных и можете нажать Start, чтобы начать тренировку, или Enter, чтобы вернуться на один уровень назад, и изменить данные, введенные на этапе программирования.

Предустановленные программы

Беговая дорожка имеет пять различных программ, которые были разработаны для различных тренировок. Эти пять программ имеют заводские предустановленные профили рабочего уровня для достижения различных целей.

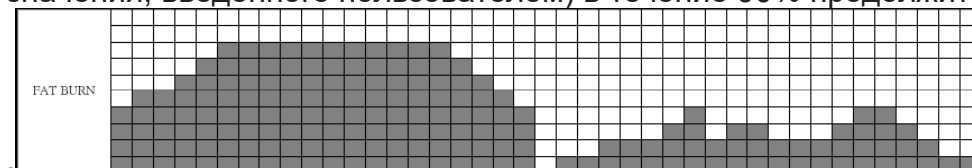
HILL/ВОЗВЫШЕННОСТЬ

Эта программа следует постепенной нагрузке по типу треугольника или пирамиды начиная приблизительно 10% от максимального усилия (уровень, который вы выбрали до запуска этой программы) до максимального усилия, которое длится в течение 10% от общего времени тренировки, после чего начнется постепенная регрессия. Сопротивление будет обратным, до 10% от максимального усилия. Наклон: подъем деки является более постепенным и устойчивым. Максимальная высота наклона находится в середине тренировки и длится 10% времени от всей продолжительности занятия.



FAT BURN/ЖИРОСЖИГАНИЕ

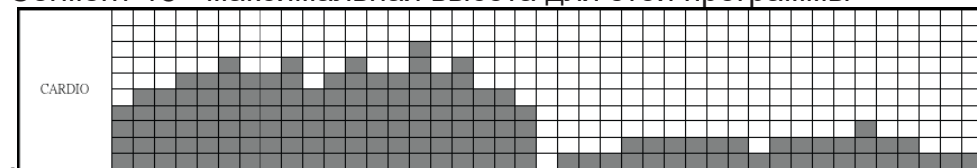
Эта программа следует быстрой прогрессии до максимального уровня сопротивления (по умолчанию, или до уровня, введенного пользователем), который поддерживается в течение 2/3 тренировки. Эта программа бросит вызов вашей способности поддерживать выработку энергии в течение длительного периода времени. Наклон: высота деки - это быстрый и устойчивый подъем до максимального значения (по умолчанию или до значения, введенного пользователем) в течение 90% продолжительности тренировки.



CARDIO/КАРДИО

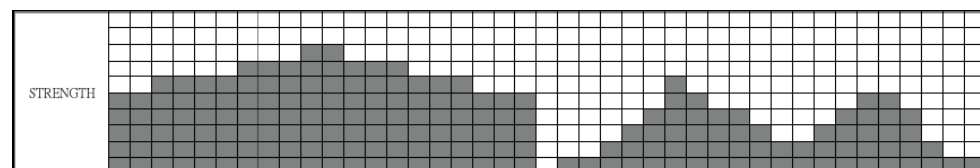
Эта программа представляет быструю прогрессию почти до максимального уровня сопротивления (уровень по умолчанию или до уровня, введенного пользователем). Он имеет небольшие колебания вверх и вниз, чтобы позволить вашему сердцебиению усилиться, а затем восстановиться, прежде чем начать быстрое охлаждение. Данная тренировка нарастит сердечную мышцу и увеличит кровоток и емкость легких. Наклон: повышение угла деки в этой программе умеренное. В разных точках тренировки есть несколько пиков высоты.

Сегмент 15 - максимальная высота для этой программы



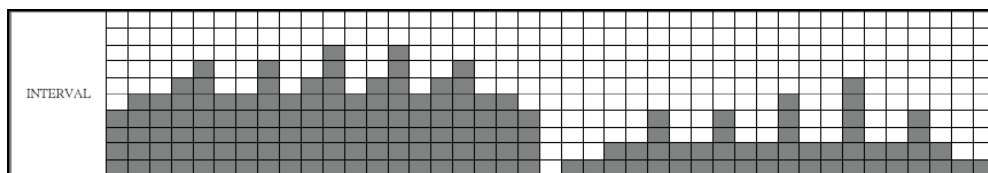
STRENGTH/ВЫНОСЛИВОСТЬ

Данная программа имеет постепенное развитие сопротивления до 100% от максимального усилия, которое поддерживается в течение 25% времени продолжительности тренировки. Это поможет построить силу и мышечную выносливость в нижней части тела и ягодицах. Программа имеет короткие этапы охлаждения. Наклон: есть быстрый подъем к умеренной, устойчивой высоте, которая длится большую часть тренировки.



INTERVAL/ИНТЕРВАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА

Эта программа проходит через высокие уровни интенсивности бега, а затем переходит в периоды восстановления - низкой интенсивности. Программа использует и развивает ваши мышцы «Fast Twitch», которые используются при выполнении интенсивных и коротких по продолжительности задач. Они снижают уровень кислорода и повышают частоту сердечных сокращений, после чего наступают периоды восстановления и снижения частоты сердечных сокращений для пополнения кислорода. Данная тренировка программирует вашу сердечно-сосудистую систему на более эффективное использование кислорода. Наклон: эта программа будет иметь пик, подобный профилю скорости, но в разных сегментах (столбцах). Это означает, что все ваши мышцы ног будут одинаково нагружены в течение всей этой программы. Уклон деки колеблется между 25 и 65% от максимальной высоты.



ОБЩЕЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

ПОЛОТНО И ДЕКА

На данной беговой дорожке используется очень высокоэффективная дека с низким коэффициентом трения. Производительность максимальна, когда дека поддерживается в максимально чистом состоянии. Используя мягкую влажную ткань или бумажное полотенце, протрите край полотна и область между краем полотна и рамой. Также дотянитесь, насколько это возможно, непосредственно под край полотна. Это следует делать раз в месяц, чтобы продлить срок службы полотна и деки. Мягкий мыльный и водный раствор вместе с нейлоновой щеткой для очистки очистит верхнюю часть текстурированного полотна. Перед началом использования, дайте высохнуть.

ПЫЛЬ ОТ ПОЛОТНА

Это происходит во время нормальной обкатки или до тех пор, пока полотно не стабилизируется. Иногда появляющаяся черная пыль от полотна на полу позади беговой дорожки, это нормально.

ГЕНЕРАЛЬНАЯ УБОРКА

Грязь, пыль и шерсть домашних животных могут блокировать воздухозаборники и скапливаться на беговом полотне. Пожалуйста, ежемесячно пылесосьте под вашей беговой дорожкой, чтобы предотвратить чрезмерное накопление грязи, которая может всасываться и проникать во внутреннюю работу под крышкой двигателя. Раз в год вы должны снимать черный кожух двигателя и удалять грязь, которая может накапливаться. **ПЕРЕД НАЧАЛОМ УБОРКИ ОТКЛЮЧИТЕ ЭЛЕКТРОПИТАНИЕ.**

РЕГУЛИРОВКА ПОЛОТНА

Регулировка натяжения полотна - не является критичным для большинства пользователей, хотя и является важным аспектом для плавного и устойчивого бега/ходьбы. Такая регулировка должна производиться на заднем ролике с помощью шестигранного гаечного ключа на 6 мм (132), входящего в комплект поставки. Как показано на рисунке ниже регулировочные болты расположены на конце направляющих. Примечание: регулировка осуществляется через

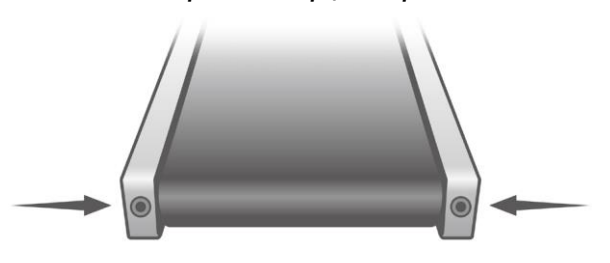
небольшое отверстие в торцевой крышке.

Затяните задний ролик настолько, чтобы предотвратить соскальзывание с переднего ролика. Поверните регулировочные болты натяжения полотна на 1/4 оборота каждый и проверьте правильность натяжения, пройдя вниманием по движению полотна и

следуя за тем, чтобы оно не скользило и не колебалось с каждым шагом. Когда производится регулировка натяжения полотна, вы должны

обязательно равномерно поворачивать болты с обеих сторон, иначе полотно может начать движение в одну сторону вместо того, чтобы двигаться по центру деки. НЕ ПЕРЕКРУЧИВАЙТЕ - чрезмерное затягивание приведет к повреждению полотна и преждевременному выходу из строя подшипника. Если вы сильно натягиваете полотно, а оно все еще проскальзывает, проблема может заключаться в приводном ремне, расположенном под крышкой двигателя - который соединяет двигатель с передним валом. Если этот ремень ослаблен, то кажется, что движущееся полотно ослаблено. Натяжение ремня должно выполняться обученным специалистом.

ПРИМЕЧАНИЕ: Регулировка осуществляется через небольшое отверстие в торцевой крышке.



РЕГУЛИРОВКА НАТЯЖЕНИЯ ПОЛОТНА

Беговая дорожка спроектирована таким образом, что во время использования беговое полотно остается в центре. Во время использования некоторые полотна могут дрейфовать от одной стороны к другой стороне, в зависимости от походки пользователя и от того какая нога пользователя является ведущей. Но если во время работы полотно продолжает смещаться в одну сторону, необходимо выполнить регулировку.

НАСТРОЙКА ПОЛОТНА

Для данной регулировки предусмотрен

шестигранный гаечный ключ на 6 мм (132). Произведите регулировку полотна на левом боковом болте. Установите скорость движения полотна на 3 мили в час. Имейте в виду, что небольшая настройка может привести к значительным изменениям, которые могут быть неочевидны сразу.

Если ремень находится слишком близко к левой стороне, поверните болт только на 1/4 оборота вправо (по часовой стрелке) и подождите несколько минут, пока ремень не отрегулируется.

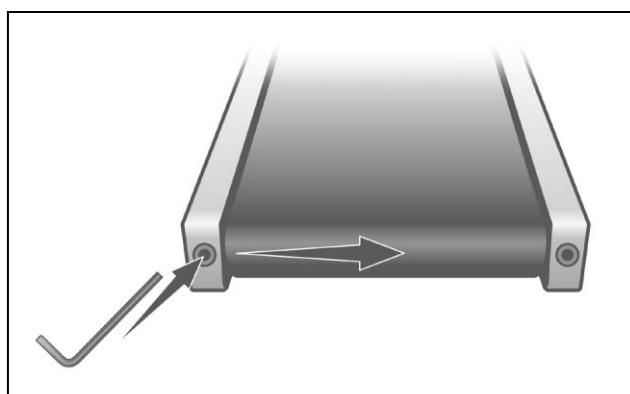
Продолжайте делать по 1/4 оборота, пока ремень не стабилизируется в центре беговой площадки.

Если ремень находится слишком близко к правой стороне, поверните болт против часовой стрелки.

Полотно может потребовать периодической регулировки траектории в зависимости от использования и характеристик ходьбы / бега. Некоторые пользователи могут по-разному влиять на смещение полотна. Вносите корректировки по мере необходимости. При надлежащей регулировке полотна вам придется меньше заботиться о техническом обслуживании. Надлежащее отслеживание центровки полотна является обязанностью владельца, и характерна для всех беговых дорожек.

ВНИМАНИЕ:

ПОВРЕЖДЕНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА В СЛЕДСТВИИ НЕКОРРЕКТНОЙ НАТЯЖКИ / ЦЕНТРОВКИ НЕ ПОПАДАЕТ ПОД ГАРАНТИЙНЫЕ УСЛОВИЯ.



ПРОЦЕДУРА СМАЗКИ ПОЛОТНА/ДЕКИ

Первое: проведите чистку между полотном и декой, чтобы удалить любые остатки, которые могут мешать во время смазки. Используйте чистую неосыпающуюся тряпку, футболку или легкое полотенце. Посередине между концом беговой дорожки и крышкой мотора протолкните тряпку под полотно до тех пор, чтобы вы могли легко схватить ее с обеих сторон полотна. Перетащите тряпку по всей длине полотна 1-2 раза. Вытяните тряпку.

Не смазывайте оборудование ничем, кроме смазки, одобренной FUEL Fitness.

ВАША БЕГОВАЯ ДОРОЖКА ПОСТАВЛЯЕТСЯ С ОДНИМ ФЛАКОНОМ СМАЗКИ, БОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО СМАЗКИ ЗАКАЗЫВАЕТСЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНО

Поддержание смазки деки в рекомендуемых обслуживанием интервалах времени обеспечивает максимальный срок службы вашей беговой дорожки. Если смазка высыхает, трение между полотном и декой возрастает и создает чрезмерное напряжение на приводном двигателе, приводном ремне и электронной плате управления двигателем, что может привести к катастрофическому выходу из строя этих дорогих компонентов. Невыполнение регулярной смазки деки может привести к аннулированию гарантии.

Полотно и дека предварительно смазаны. Их последующее смазывание должно выполняться каждые 90 часов использования или если вы заметили, что дека сухая. Через месяц рекомендуется проверить рукой между полотном и декой, на наличие смазки. Если вы проверили и смазки нет, следуйте приведенной ниже инструкции, даже если индикатор «Lube / Смазка» не высветилось на консоли. В ином случае смазывайте, когда увидите засветившиеся напоминание о смазке на консоли через каждые 90 часов использования. Используйте следующие шаги для нанесения силиконовой смазки:

1. Выключите выключатель питания и отсоедините шнур питания от розетки.
2. Отмерьте 18 дюймов от края крышки двигателя; опуститесь на колени и дотянитесь рукой под ремнем примерно на 4-6 дюймов от одного края. Сделайте смазку шириной около 1/8 дюйма и длиной 15 дюймов в форме буквы «S», перпендикулярной крышке двигателя.
3. Повторите процесс на противоположной стороне.
4. Вставьте электрический шнур обратно в розетку и включите выключатель питания.
5. Чтобы равномерно распределить силиконовую смазку, начните ходьбу по полотну с умеренной скоростью в течение пяти минут.

Примечание. Если на консоли появляется сообщение «Lube», выполните следующую процедуру для сброса сообщения:

- Чтобы войти в меню Engineering Mode/Инженерный режим, нажмите и удерживайте клавиши Start, Stop и Enter, а затем одновременно вставьте ключ безопасности. Продолжайте удерживать клавиши, пока дисплей не отобразит «Engineering Mode». Нажмите кнопку Enter.
- Нажимайте кнопку Speed + (или кнопку Speed - для перехода назад), пока не появится «Functions». Нажмите Enter
- Нажмите кнопку Speed + пока не отобразится «Maintenance»; Нажмите Enter
- Нажмите Stop для выхода из инженерного меню и возобновите использование беговой дорожки

СЕРВИС Контрольный список Руководство по диагностике

Прежде чем обратиться к вашему дилеру за помощью, ознакомьтесь со следующей информацией. Это может сэкономить вам время и деньги. Данный список включает в себя общие проблемы, которые не могут быть покрыты гарантией беговой дорожки.

ПРОБЛЕММА

РЕШЕНИЕ / ПРИЧИНА

Не светится дисплей	<ol style="list-style-type: none"> 1. Не вставлен ключ безопасности. 2. Сработал автоматический выключатель спереди оборудования. Повторно включите автоматический выключатель до его полной фиксации. 3. Отключена вилка. Убедитесь, что вилка надежно вставлена в розетку переменного тока. 4. Может быть отключен автоматический выключатель панели выключателя. 5. Дефект беговой дорожки. Свяжитесь с вашим дилером.
Полотно не расположено в центре Полотно беговой дорожки смещается при ходьбе / беге	Пользователь передвигается по полотну, с различной нагрузкой, увеличивая вес на левую или правую ногу. Если такая ходьба естественна для пользователя, отрегулируйте полотно с небольшим смещением в сторону, противоположную движению полотна. См. раздел « Общее обслуживание » в разделе «Регулировка натяжения ремня безопасности».
После запуска двигатель не реагирует	<ol style="list-style-type: none"> 1. Если полотно движется, но останавливается через короткое время, а на дисплее отображается «E1», выполните калибровку. 2. Если вы нажмете Start, но полотно не двигается, а на дисплее отображается «E1», обратитесь в сервисную службу.
Беговая дорожка работает со скоростью около 7 миль в час, но на дисплее отображается более высокое значение скорости	Это указывает на то, что двигатель должен получать достаточное питание для его работы. Если на беговой дорожке низкое переменное напряжение - не используйте удлинитель. Если требуется удлинитель, он должен быть как можно короче и выдерживать нагрузку не менее 16 А. Низкое бытовое напряжение - обратитесь к электрику или вашему дилеру. Для корректной работы требуется не менее 230 В переменного тока.
Когда шнур безопасности натягивается, полотно останавливается быстро / внезапно	Высокое трение полотна / деки. Смотрите общее обслуживание раздел о чистке деки. Если чистка не предотвращает повторное возникновение явления, проверьте, нет ли значительного износа деки. Если это так, переверните деку, если она находится на своей первоначальной стороне.
Беговая дорожка отключается при нагрузке в сети 15 А	Высокое трение полотна / деки. Смотрите общее техническое обслуживание . Если очистка не помогла и возникает повторное явление, проверьте тягу усилителя двигателя. Если она высока и у оборудования имеются признаки значительного износа деки – переверните деку на другую сторону, если она находится на своей первоначальной стороне.
Компьютер выключается при прикосновении к консоли (в холодный день) во время ходьбы / бега	Беговая дорожка не заземлена. Статическое электричество «сбивает» компьютер. Обратитесь к инструкции по заземлению.
Выбивает домашний предохранитель, но выключатель беговой дорожки не выбивает	Необходимо заменить домашний предохранитель на выключатель типа с более высоким пусковым током (подробности см. на стр. 5)

Процедура калибровки

1. Выньте ключ безопасности.
2. Нажмите и удерживайте кнопки Start и Speed и одновременно вставьте ключ безопасности. Продолжайте удерживать кнопки Start и Speed, пока в окне не отобразится «Factory settings/Заводские настройки», а затем нажмите Enter.
3. Теперь вы сможете настроить дисплей для отображения метрических или английских настроек (мили или километры). Для этого нажмите клавишу Incline Up/ Down, чтобы задать нужные данные, а затем нажмите Enter (максимальное значение скорости отображается в окне скорости, а максимальное значение высоты отображается в окне наклона.)
4. Grade return/Возврат уклона – On/Вкл. (Это позволяет наклону возвращаться к нулю при нажатии кнопки Stop. Для продажи оборудования в Европе стандарты ЕС требуют, чтобы эта функция была выключена).
5. Нажмите кнопку Start, чтобы начать калибровку. Этот процесс автоматический, скорость включится без предупреждения, поэтому не стойте на беговом полотне.

Регулировка датчика скорости

Если калибровка не получилась, вам может потребоваться настройка датчика скорости.

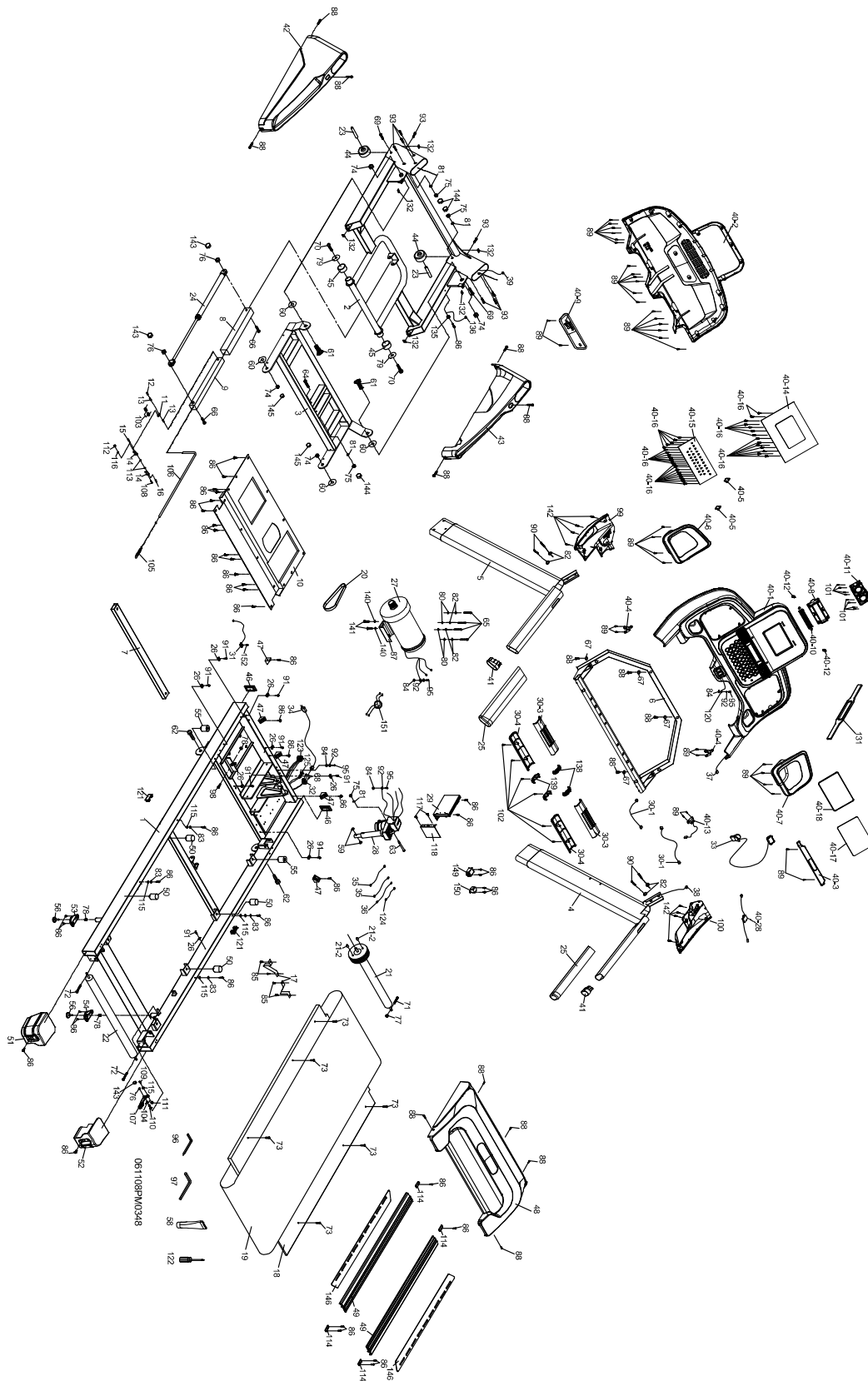
1. Снимите крышку моторного отсека, ослабьте 4 винта, которые удерживают ее на месте (не нужно снимать их полностью).
2. Датчик скорости расположен с левой стороны рамы, прямо рядом с передним валом (ременная передача с маховика на двигатель). Датчик скорости маленький и черный, с подключенным к нему проводом.
3. Убедитесь, что датчик находится как можно ближе к валу, и не касается его. На лицевой стороне вала вы увидите магнит; убедитесь, что датчик выровнен с магнитом. Чтобы отрегулировать датчик нужно ослабить винт, который удерживает датчик на месте. Когда закончите затяните винт.

Меню инженерного режима

Консоль имеет встроенное программное обеспечение для обслуживания и диагностики.

Программное обеспечение позволяет вам менять настройки консоли с английской на метрическую и отключить звуковой сигнал динамика при нажатии клавиши. Чтобы войти в инженерный режим, нажмите и удерживайте клавиши Start, Stop и Enter. Удерживайте клавиши в течение 5 секунд, в Центре сообщений появится меню инженерного режима. Нажмите клавишу Enter, чтобы получить доступ к меню ниже:

1. Key Test /Тест кнопки (позволит вам проверить все кнопки, чтобы убедиться, что они работают)
2. Display Test/Тест дисплея (Проверяет все функции дисплея)
3. Functions/Функции (Нажмите Enter, чтобы получить доступ к настройкам; для прокрутки используйте клавиши Speed Up и Down)
 - I. Display Mode/Режим дисплея (отключите, чтобы консоль автоматически отключалась после 30 минут бездействия)
 - II. Pause Mode/Режим паузы (включите, чтобы сделать 5-минутную паузу; выключите, чтобы консоль остановилась на неопределенное время)
 - III. Maintenance/Обслуживание (Сброс сообщения смазки и показаний одометра)
 - IV. Units/Единицы (Устанавливает показания дисплея на английские или метрические измерения дисплея)
 - V. Key Tone/Кнопка звука (Отключение динамика, чтобы не было слышно звукового сигнала)
4. Security/ Безопасность (Позволяет заблокировать клавиатуру, чтобы не допустить несанкционированного использования оборудования. Когда включена блокировка от детей, консоль не разрешит клавиатуре работать, пока вы не нажмете и не будете удерживать кнопки Start и Enter в течение 3 секунд, для разблокировки.)
5. Exit/Выход.



СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

№ детали	Описание	К-во ед.
1	Главная рама	1
2	Основание рамы	1
3	Наклонный кронштейн	1
4	Правая стойка	1
5	Левая стойка	1
6	Опора консоли	1
7	Подпорка деки	1
8	Внешний слайдер	1
9	Внутренний слайдер	1
10	Нижняя крышка мотора	1
11	Соединение	1
12	Связующая ось	1
13	Втулка вала	2
14	Кронштейн крепления	2
15	Штифт	1
16	Втулка крепления	1
17	Направляющий ремень	2
18	Беговая дека	1
19	Беговое полотно	1
20	Приводной ремень	1
21	Передний вал	1
21~2	Магнит	2
22	Задний вал	1
23	Втулка колеса	2
24	Цилиндр	1
25	ПВХ накладка поручня	2
26	Связка проводов	8
27	Двигатель	1
28	Мотор наклона	1
29	Контроллер мотора	1
30~1	1000m/m_Шнур поручня	2
30~3	Сенсор поручня (без шнура)	2
30~4	Нижняя крышка поручня	2
31	1200m/m_Сенсор с кабелем	1
32	Розетка	1
33	Ключ безопасности	1
34	Шнур питания	1
35	200m/m_Соединяющий провод (Белый)	2
36	200m/m_Соединяющий провод (Черный)	1
37	800m/m_Компьютерный кабель (Верхний)	1
38	1300m/m_Компьютерный кабель (Средний)	1
39	1200m/m_Компьютерный кабель (Нижний)	1
40	Консоль в сборе	1
40~1	Верхняя крышка консоли	1

№ детали	Описание	К-во ед.
40~2	Крышка основания консоли	1
40~3	Подставка для книг	1
40~4	Крепеж	2
40~5	Квадратная магнитная стопорная пластина	2
40~6	Держатель для напитков (L)	1
40~7	Держатель для напитков (R)	1
40~8	Воздуховод	1
40~9	Крышка основания консоли	1
40~10	Решетка вентилятора	1
40~11	500m/m_Вентилятор в сборе	1
40~12	Крепеж вентилятора	2
40~13	400m/m_Модуль переключателя безопасности с кабелем	1
40~14	Платформа дисплея консоли	1
40~15	Кнопочная платформа	1
40~16	2.3 × 6m/m_ Винт из листового металла	35
40~17	Прозрачная крышка LCD	1
40~18	Влагозащитная прокладка	1
40~28	НР с ресивером (дополнительно)	1
41	Заглушка поручня	2
42	Крышка основания рамы (L)	1
43	Крышка основания рамы (R)	1
44	Транспортировочное колесико(A)	2
45	Траспортировочное колесико(B)	2
46	30 × 80m/m_Квадратная заглушка	2
47	Крепеж крышки мотора(D)	5
48	Крышка мотора	1
49	Подножка	2
50	M8 × Ø40 × 25.5m/m_ Упругая подушка	4
51	Задняя регулировка (L)	1
52	Задняя регулировка (R)	1
53	Крышка регулируемой прокладки для ног	1
54	Крышка регулируемой прокладки для ног	1
55	M8 × Ø40 × 25m/m_ Упругая подушка	2
56	Регулируемая прокладка для ног	2
58	Смазка	1
59	Ø24 × Ø10 × 3T_Нейлоновая шайба (A)	2
60	Ø50 × Ø13 × 3T_Нейлоновая шайба (B)	4
61	1/2" × UNC12 × 1-1/4" _Кареточный болт	2
62	1/2" × UNC12 × 1" Болт с шестигранной головкой	2
63	3/8" × UNC16 × 4" Болт с шестигранной головкой	1
64	3/8" × UNC16 × 92L_ Болт с шестигранной головкой	1
65	3/8" × UNC16 × 3/4" Болт с шестигранной головкой	4
66	5/16" × UNC18 × 2-3/4" Болт с цилиндрической головкой	2
67	Ø1/4" × 19 × 1.5T_Плоская шайба	4
68	3 × 10m/m_ Винт из листового металла	2
69	3/8" × 2" Болт с плоской головкой	2
70	5/16" × 1" Болт с цилиндрической головкой	2

№ детали	Описание	К-во ед.
71	M8 × 60m/m_ Болт с шестигранной головкой	1
72	M8 × 80m/m_ Болт с цилиндрической головкой (легированная сталь)	2
73	M8 × 30m/m_ Болт со скрытой головкой	6
74	1/2" × 8T_ Нейлоновая гайка	4
75	3/8" × 7T_ Нейлоновая гайка	4
76	5/16" × 6T_ Нейлоновая гайка	3
77	M8 × 7T_ Нейлоновая гайка	1
78	3/8" × 7T_ Гайка	3
79	Ø5/16" × Ø35 × 1.5T_ Плоская шайба	2
80	Ø3/8" × Ø25 × 2.0T_ Плоская шайба	4
81	Ø3/8" × Ø19 × 1.5T_ Плоская шайба	4
82	Ø10 × 2.0T_ Шайба с расщелиной	8
83	Ø25 × Ø20 × Ø16 × Ø5 × 4.5H × 1.1T_ Вогнутая шайба	4
84	M5_ Шайба звездочка	4
85	4 × 12m/m_ Винт из листового металла	4
86	Ø5 × 16L_ Самонарезной винт	42
87	Кронштейн мотора	1
88	5 × 16m/m_ Самонарезной винт	15
89	3.5 × 12m/m_ Винт из листового металла	36
90	3/8" × 1-3/4" _ Болт с цилиндрической головкой	4
91	3.5 × 16m/m_ Самонарезной винт	8
92	Ø5 × 1.5T_ Шайба с расщелиной	4
93	5/16" × UNC18 × 15L_ Болт с цилиндрической головкой	8
95	M5 × 10m/m_ Крестовой винт	4
96	Комбинированный гаечный ключ M5 и крестообразная отвертка	1
97	M6_L_ Гаечный ключ	1
98	3/8" × 2" _ Болт с шестигранной головкой	1
99	Крышка мачты консоли (L)	1
100	Крышка мачты консоли (R)	1
101	3.5 × 40m/m_ Винт из листового металла	8
102	3 × 12m/m_ Самонарезной винт	6
103	Двойная торсионная пружина	1
104	ChenChin торсионная пружина	1
105	Пружина растяжения стального троса	1
106	775m/m_ стальной трос	1
107	Рычаг	1
108	M3 × 10m/m_ Крестовой винт	1
109	M5 × 20m/m_ Крестовой винт	1
110	5/16" × 2" Болт с шестигранной головкой	1
111	M5 × 5T_ Нейлоновая гайка	1
112	M3 × 2.5T_ Гайка	1
113	Ø5 × Ø10 × 1.0T_ Плоская шайба	2
114	Ø5.5 × 27 × 60 × 1T × 2.5H_ Вогнутая шайба	4
115	Ø5 × Ø13 × 1.0T_ Плоская шайба	5
116	M3_ Шайба	1
117	3 × 10m/m_ Винт из листового металла	2
118	Задняя панель контроллера	1

№ детали	Описание	К-во ед.
120	400m/m_Провод заземления консоли	1
121	20 × 40m/m_Квадратная заглушка	2
122	Крестовая отвертка	1
123	Выключатель	1
124	100m/m_Соединительный провод (черный)	1
125	Отсекатель	1
131	Нагрудный ремень (дополнительно)	1
132	M5_Зажимная гайка	6
135	Зажим провода	1
136	1000m/m_Заземляющий провод	1
138	Верхняя торцевая крышка датчиков пульса	2
139	Нижняя торцевая крышка датчиков пульса	2
140	Ø8 × 1.5T_Шайба	2
141	M8 × 12m/m_Болт с шестигранной головкой	2
142	Ø3.5 × 16L_Винт	8
143	Ø13m/m_Крышка болта	3
144	Ø14m/m_Крышка болта	3
145	Ø19m/m_Крышка болта	2
146	Противоскользящее покрытие	2
149	Фильтр	1
150	Дроссель	1
151	650m/m_Соединительный кабель мотора	1
152	Ø5 × 19L_Самонарезной винт	1