



**РУКОВОДСТВО
ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**

БЕГОВАЯ ДОРОЖКА UNIX FIT MX-520R



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!

Спасибо, что выбрали продукцию нашего бренда. В целях вашей безопасности мы просим вас внимательно изучить инструкцию перед использованием. Если инструкция будет утеряна, вы всегда можете её скачать на официальном сайте **unixfit.ru**

UNIX заботится о своих покупателях, поэтому мы всегда готовы ответить вам на все возникающие вопросы по эксплуатации товара. Для этого обратитесь к своему продавцу или дилеру.

Мы постоянно развиваемся и предлагаем нашим клиентам лучшие и самые современные решения на рынке. Тренажёры и товары для активного отдыха **UNIX** уже более 10 лет пользуются популярностью. Полный ассортимент вы можете изучить на официальном сайте. Для этого наведите камеру на QR-код ниже.



UNIXFIT.RU



Меры предосторожности	4
Установка	6
Инструкция по использованию	7
Обслуживание устройства	13

ОПИСАНИЕ УСТРОЙСТВА БЕГОВАЯ ДОРОЖКА UNIXFIT MX-520R

Функциональная беговая дорожка для домашнего использования



Список основных характеристик и деталей					
Основные технические характеристики					
№	Наименование характеристики		Описание		
1	Входное напряжение		AC220-240В(50~60Гц)		
2	Мощность мотора		2.0 л.с.		
3	Скорость		0.8- 14.8 км/ч		
4	Размеры беговой поверхности		1200*420 мм		
5	Максимальный вес		135 кг		
Комплект поставки					
№	Наименование		Единицы	Количество	
1	Основной корпус		Набор	1	
2	Комплект для скручиваний/Гантели/Массажер (Опционально)		Набор	1	
3	Набор аксессуаров		Шт	1	
4	Многофункциональная рама (Опционально)		Шт	1	
5	Трубка массажера(Опционально)		Набор	2	
Список аксессуаров					
№	Наименование	Кол-во	№	Наименование	Кол-во
1	Гаечный ключ с шестигранной головкой 6 мм	1	7	Аудио-кабель	1
2	Гаечный ключ с шестигранной головкой 5 мм	1	8	Винты М8*22	4
3	Комбинированный ключ	1	9	Винты М8*45	2
4	Ключ безопасности	1	10	Шайба диам.8	2
5	Силиконовое масло	1	11	Гайка М8	2
6	Руководство пользователя	1	12	Винты М8*25	2

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

ВНИМАНИЕ:

Перед использованием внимательно прочитайте инструкцию

- Беговая дорожка предназначена для использования в помещении. Не рекомендуется размещать товар во влажных и сырых помещениях.

Не допускайте попадания воды на устройство, не размещайте на него какие-либо посторонние предметы

- Перед тренировкой, пожалуйста, наденьте подходящую одежду и кроссовки
- Запрещается заниматься на беговой дорожке босиком и без предварительной разминки
- Кабель питания должен быть заземлен, розетка должна иметь специальную цепь
- Избегайте совместного использования с другим электрооборудованием
- Не подпускайте детей к устройству, чтобы избежать несчастных случаев
- Избегайте длительной непрерывной работы устройства. Это может привести к перегреву и повреждению двигателя, контроллера и ускоренному износу подшипника, беговых плат
- Не допускайте попадания внутрь устройства пыли, поддерживайте чистоту и порядок.
- После занятия отключите устройство от питания
- Во время работы устройства следите за хорошей вентиляцией помещения
- Если вы чувствуете, что не справляетесь с нагрузкой, или резко ощутили недомогание, прекратите тренировку и обратитесь к врачу
- Силиконовое масло, после его использования, должно храниться в надежных от детей местах
- Если кабель питания поврежден, пожалуйста, обратитесь в сервисный центр для ремонта, не пытайтесь производить ремонт самостоятельно

ЗАПРЕЩЕНО:

- Не используйте устройство, если оно сломано, или его корпус поврежден (в т.ч. внутренние элементы), или в случае, если нарушена целостность сварки элементов. В противном случае может произойти несчастный случай, или травма
- Не прыгайте в процессе бега, или любого движения. Последствием может быть травма, вызванная падением. Не используйте и не храните устройство в ванной комнате, или в/рядом с влажным помещением.
- Не размещайте устройство под прямыми солнечными лучами и рядом с местами высокой температуры. Запрещено размещать товара вблизи отопительных приборов
- Запрещено размещать устройство на ковровые покрытия, тем самым нарушая процесс циркуляции воздуха
- Не используйте устройство, если кабель питания поврежден. В противном случае это может привести к порче, повреждению элемента, короткому замыканию или пожару
- Не производите никаких механических воздействий на кабель
- Не размещайте на устройстве тяжелые предметы, не пережимайте линию питания, иначе это может привести к пожару, удару током
- Не допускается использование устройства двумя и более человек

- Не приближайтесь к окружающим вас людям в процессе использования - это может вызвать несчастный случай или травму из-за падения .
- Не допускается использование устройства людьми без сознания, или в состоянии, при котором они не контролируют свои действия. Это может привести к несчастному случаю, или травме

ВНИМАНИЕ:

- Избегайте попадания на устройство воды, или других жидкостей

ЗАПРЕЩЕНО:

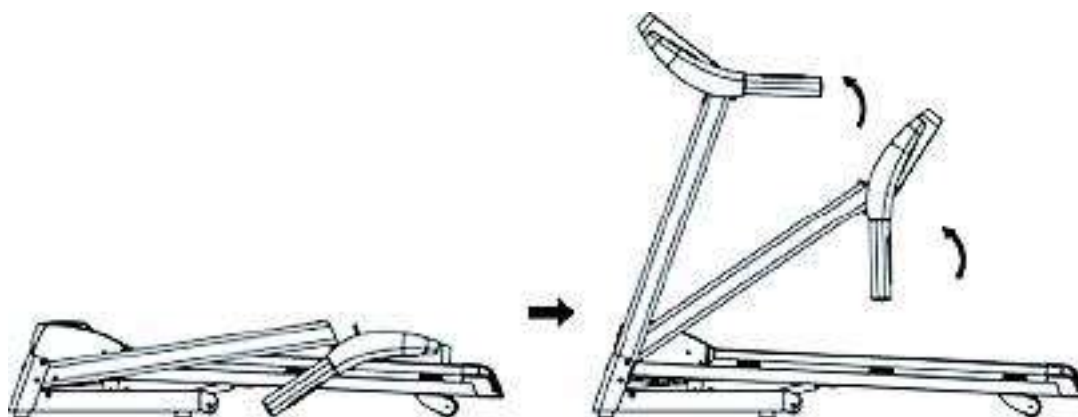
- Проходить тренировки без специальной разминки и подготовки Тренироваться после
- принятия пищи, или в случае усталости.
- Тренироваться при плохом самочувствии. Это может привести к непоправимым последствиям для организма
- Не рекомендуется заниматься на тренажере во время диеты, совмещать физические нагрузки
- Использовать устройство будучи в алкогольном опьянении. Это может привести к несчастному случаю, или травме
- Запрещено тренироваться с посторонними предметами в руках, это может привести к несчастному случаю, или травме
- Устройство подходит для семейного использования, но не должно размещаться в школах, гимназиях и любых подобных местах
- В момент неиспользования тренажером рекомендуется вытаскивать вилок из розетки
- Устройство оснащено заземляющим проводником и заземленной штепсельной вилкой

Если присоединенное заземляющее оборудование функционирует некорректно и небезопасно, это может привести к удару электрическим током. В случае сомнений относительно состояния вашего устройства, просьба обратиться к специалисту-электрику. Также, если вилка и розетка, прилагаемые к изделию, не совпадают, пожалуйста, обратитесь к специалисту для замены вилки

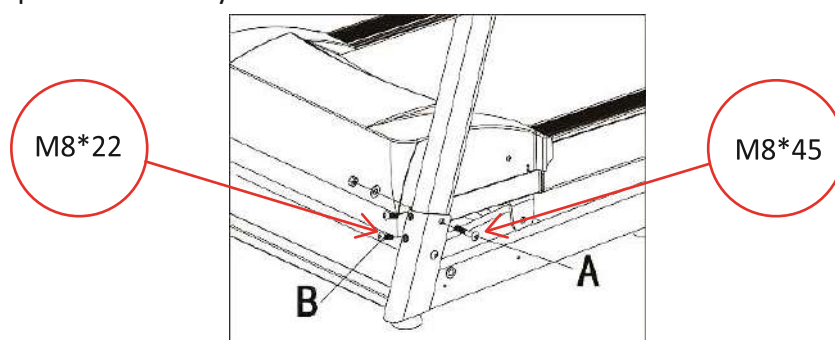
- Если устройство заземлено правильно, пожалуйста, проверьте, что вилка имеет ту же форму, что и розетка. Не рекомендуется использование адаптера, или переходник.

УСТАНОВКА

При установке просто закрепите сначала все винты, а затем затяните их, когда установка рамы завершена. Положите устройство на ровную поверхность.

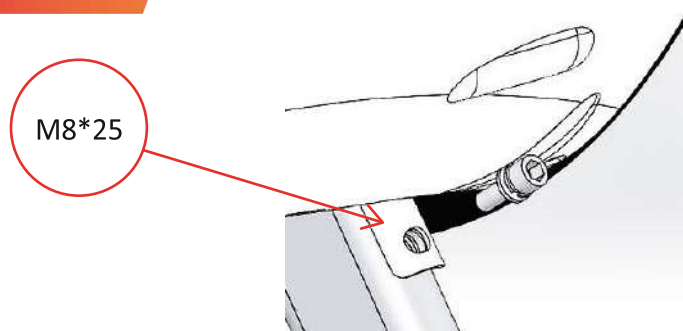


- 1** Используйте 5мм шестигранный ключ и винты M8 * 45 и M8 * 22, чтобы зафиксировать шайбу и гайку и закрепить колонку на основании.



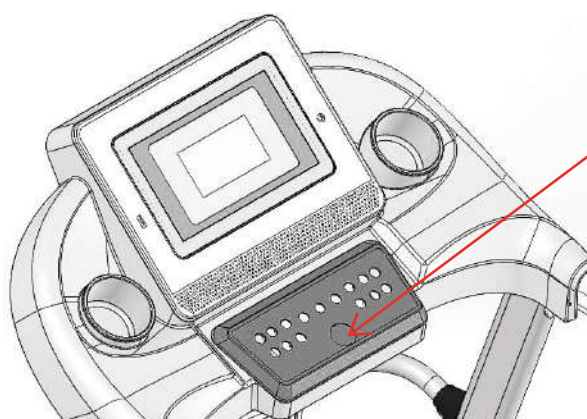
- 2** Придерживая обе колонки, используйте 5мм шестигранный ключ и винт M8 * 25, чтобы закрепить консоль на колонках.

ВНИМАНИЕ:



Выше даны инструкции по сборке модели с одной функцией.

- 3** Для запуска беговой дорожки поместите ключ безопасности на предназначенное место.



Ключ

Ключ безопасности красного цвета. Вы найдете его в комплекте аксессуаров

Прежде чем включить устройство, пожалуйста, убедитесь, что все вышеуказанные требования унифицировали все винты после установки, а также, что не осталось никаких лишних деталей.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

- 1** Вставьте шнур питания и включите переключатель (красного цвета). Далее раздастся звук "Di", а затем загорится экран.



- 2** Пожалуйста, держите ключ безопасности подальше от детей, когда беговая дорожка не используется. Пожалуйста, храните бутылку с силиконовым маслом в месте, недоступном детям. Если его употребили внутрь или оно попало в глаза по ошибке, промойте водой и немедленно обратитесь к врачу.

3 Ключ безопасности

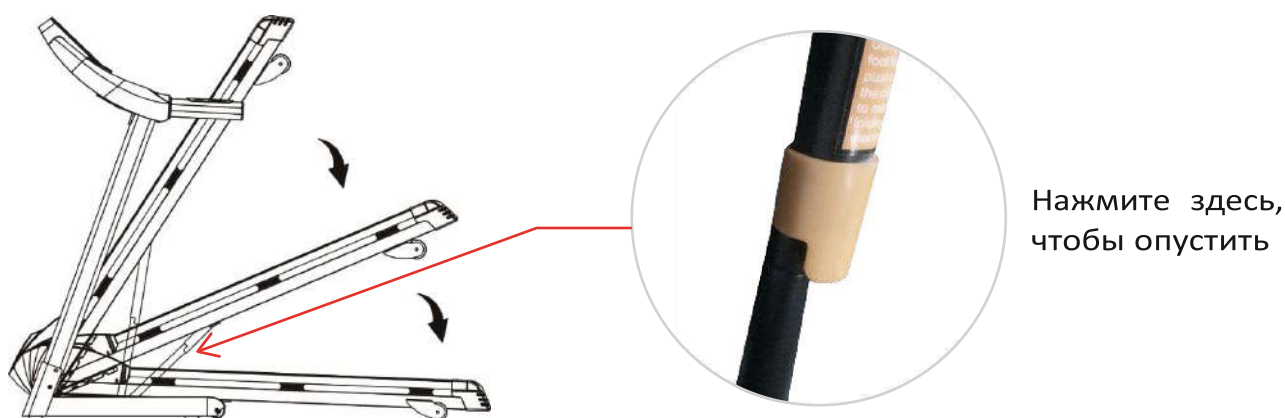
Беговая дорожка может запускаться только тогда, когда ключ безопасности помещен в желтую область консоли. Закрепите ключ безопасности на одежде при использовании беговой дорожки, чтобы предотвратить несчастные случаи.

4 Инструкция по складыванию

Чтобы сложить беговую дорожку: (Так она будет занимать меньше места). Пожалуйста, выключите устройство и вытащите вилку питания перед складыванием. Поднимайте беговую поверхность до тех пор, пока она не зафиксируется в вертикальном положении.

Чтобы разложить беговую дорожку:

Нажмите на стержень, придерживая беговую поверхность, а затем медленно опустите ее.



5 Инструкция консоли

Наклейка с наклоном



Наклейка без наклона



Запуск

Устройство обычно запускается спустя 5 секунд обратного отсчета.

■ **Количество программ.** 3 ручные программы, 12 автоматических программ, 1 FAT-программа. ■

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, кнопка Stop:** Когда устройство включено, нажмите кнопку Start, чтобы запустить беговую дорожку. На экране отобразится скорость 1 км/ч, и дорожка начнет движение.

■ **Кнопка Program.** В режиме ожидания нажатие этой кнопки позволяет циклически переключать параметры из ручного режима в автоматические программы. Режим работы по умолчанию - ручной.

- **Кнопка Mode.** В режиме ожидания нажмите эту кнопку, чтобы запрограммировать опции 3-х различных режимов работы обратного отсчета: режим работы обратного отсчета времени, режим работы отсчета расстояния и режим обратного отсчета калорий. **Кнопки Speed ±.** Используйте эти кнопки для регулировки скорости беговой дорожки: нажмите «+», чтобы увеличить скорость и «-», чтобы уменьшить скорость.

- **Быстрые кнопки Speed shortcut:** Используйте эти кнопки для изменения скорости во время работы дорожки.

- **Кнопки управления музыкой.** Кнопки Previous, Next, Volume up, Volume down. Используйте эти кнопки, чтобы настроить музыку при подключенном аудиооборудовании.

- **Кнопки Incline + -:** Может использоваться для установки значений параметров и наклона. Значение наклона увеличивается или уменьшается на один уровень при каждом нажатии, и если зажать кнопку более 2 секунд, наклон будет меняться непрерывно.

Функции дисплея

- **Speed** Отображает текущее значение скорости бега.
- **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. Отображает обратный отсчет расстояния в автоматическом режиме. **Calorie** Отображает общее число калорий в ручном режиме и программах. Отображает обратный отсчет числа калорий в автоматическом режиме.
- **Heart rate** При обнаружении сигнала будет отображаться значение сердечного ритма. **Диапазон значений дисплея**

ВРЕМЯ : 5:00 – 99:59(мин)

ДИСТАНЦИЯ: 1.0 – 99.9(км)

КАЛОРИИ: 20.0 – 999 (кал)

ПУЛЬС: 50 – 199 (ударов в минуту)

Функция измерения сердечного ритма. Когда беговая дорожка включена, удерживайте датчик сердечного ритма в течение некоторого времени. Информация предназначена только для справки, и ее нельзя рассматривать как медицинские данные. **Автоматические программы.** Каждая программа разделена на 10 сегментов, и время, уделяемое каждому сегменту распределено по ним равномерно. Ниже показаны схемы 12 программ.

Программа \ Время		Уст. время/ 10=время каждого сегмента									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Скорость	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
	Наклон	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P2	Скорость	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
	Наклон	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2
P3	Скорость	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	Наклон	3	5	4	4	3	4	4	3	4	2
P4	Скорость	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
	Наклон	0	3	3	2	2	5	5	3	3	2
P5	Скорость	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
	Наклон	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P6	Скорость	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	Наклон	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P7	Скорость	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
	Наклон	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P8	Скорость	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
	Наклон	1	1	4	4	4	5	5	4	3	2
P9	Скорость	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	Наклон	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	Скорость	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
	Наклон	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P11	Скорость	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
	Наклон	3	5	6	8	6	5	8	7	5	2
P12	Скорость	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3
	Наклон	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2

Настройка 3 параметров.

Установите начальный период времени до 30:00 минут, диапазон настройки - 5:00 ----- 99:00 минут, шаг 1:00 минута. Начальное значение числа калорий составляет 50 ккал, диапазон настройки - 20 - - 990 ккал, шаг 10 ккал. Начальная настройка дистанции составляет 1 км,

диапазон настройки 1 - 99 км с шагом 1 км. Переключение режима, времени, расстояния и калорий осуществляется циклично. **Тест на уровень физической подготовки (FAT)**

В режиме ожидания нажмите клавишу Program, чтобы вывести окно расчета индекса массы тела человека (FAT). Нажмите кнопку Settings, чтобы выбрать параметры, которые необходимо установить (F1 - пол, F2-возраст, F3-рост, F4-вес), используйте кнопки Speed+ и Speed-, чтобы установить пол и нажмите кнопку Mode, чтобы установить следующие параметры. Когда настройка выполнена, удерживайте ручной датчик пульса, чтобы войти в режим физического исследования. Индекс массы тела (FAT) представляет собой измерение отношения роста и веса человека, но не учитывает пропорции тела. FAT подходит для мужчин и женщин. Наряду с другими показателями здоровья, он предназначен для того, чтобы люди могли оценивать свой текущий вес. Идеальный FAT должен быть между 20-25, меньше 19 означает недостаток веса, диапазон между 25 и 29 - избыточный вес, а если вы превысите 30, это считается ожирением. Диапазон параметров следующий: (информация приводится только для справки и не может рассматриваться как медицинские данные).

01 Пол 01 мужской 02 женский

02 Возраст 10-----99

03 Рост 100----200

04 Вес 20-----150

05 FAT ≤ 19 Недостаток веса

FAT = (20---25) Нормальный вес

FAT = (25---29) Избыточный вес

FAT ≥ 30 Ожирение

Другое

1. Когда обратный отсчет завершен, на экране отобразится надпись End, и каждые 2 секунды будет издаваться предупреждающий сигнал продолжительностью 0,5 секунды. Сигнал прекращается, когда беговая дорожка полностью остановится, а экран вернется в ручной режим.
2. Значения параметров можно изменять циклически. Например, диапазон установки времени составляет 5:00-99: 00, когда значение достигает 99:00, нажмите кнопку «+», и время вернется к 5:00. Используйте «+» и «-» для выбора конкретного значения.
3. Беговая дорожка работает только с одним режимом обратного отсчета за раз, а остальные параметры считает прямым способом.
4. Стандартный расход калорий составляет 30 ккал/км.
5. Значение ускорения и торможения составляет 0,5 км/сек.

Значение кодов ошибок

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

E1	Отсутствие сигнала: при отключении питания и электронных коммуникаций.	Возможная причина: электрическая и электронная связь заблокирована, проверьте каждую секцию электронной таблицы для управления коммуникационным соединением, убедитесь, что каждое ядро полностью подключено. Проверьте, не повреждены ли соединительный кабель счетчика и контроллера, если требуется, замените соединительный кабель.
E2	Отсутствие сигнала: при отключении питания и электронных коммуникаций. Отсутствие сигнала датчика скорости: выходное управляющее напряжение на двигатель постоянного тока при последовательном приеме имеет задержку более 3 секунд обратной связи по скорости двигателя.	
E3	Защита от перегрузки: двигатель работает от сети с постоянным током больше номинального тока, что наблюдается в течение 6 секунд.	Возможная причина: проверьте, правильно ли подключен кабель двигателя, и повторно подключите кабель двигателя. Проверьте кабель двигателя на наличие повреждений и замените двигатель. Убедитесь, что датчик скорости установлен и не поврежден.
E6	Защита от взрыва: отсутствие или повреждение кабелей питания делают опасной работу двигателя.	Возможная причина: нагрузка выше номинальной, включена система самозащиты, деталь застряла в беговой дорожке, вызвав сдвиг двигателя. Настройте питание беговой дорожки. Проведите проверку на наличие жидкости внутри устройства или на присутствие запаха гари и замените двигатель. Убедитесь, что запах исходит от контроллер и замените его. Проверьте, что напряжение питания соответствует спецификациям с использованием правильного метода тестирования напряжения.
E7	Не вставлен ключ безопасности	Вставьте ключ безопасности

ОБСЛУЖИВАНИЕ УСТРОЙСТВА

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

Перед чисткой или техническим обслуживанием, пожалуйста, убедитесь, что беговая дорожка отключена от сети питания.

Очистка: Полная очистка продлевает срок службы электрической беговой дорожки.

Периодически удаляйте пыль, чтобы обеспечить чистоту деталей. Обязательно очищайте обе стороны открытой части беговой дорожки, что уменьшит скопление грязи. Удостоверьтесь, что носите чистые кроссовки, чтобы не допустить попадание инородного тела внутрь корпуса устройства. Ленту беговой дорожки можно мыть влажной тряпочкой.

Пожалуйста, обратите внимание, чтобы не плеснуть воду на электрические компоненты.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

Перед тем, как снять передний щит, убедитесь, что устройство отключено от сети питания. Открывайте корпус для очистки пылесосом, по крайней мере, 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 (использование менее 3 часов в неделю) - один раз в 5 месяцев;

Средняя нагрузка (4-7 часов в неделю) - один раз в 2 месяца; Тяжелая

нагрузка (более 7 часов в неделю) - раз в месяц.

1. Для лучшей защиты электрической беговой дорожки и продления срока службы устройства рекомендуется не использовать устройство дольше чем в течение двух часов без отключения от электропитания хотя бы на 10 минут.

2. Если лента беговой дорожки слабо натянута, будет заметно снижена эффективность бега. Слишком плотное натяжение может снизить характеристики двигателя, заставляя его работать с повышенным износом. Руки лучше держать с обеих сторон беговой дорожки на расстоянии от пульта в 50 - 75 мм. Чтобы повысить эффект использования беговой дорожки и улучшить ее работу, вам лучше настроить ее оптимальное состояние.

Выравнивание и настройка натяжения

Чтобы улучшить работу беговой дорожки, вам необходимо настроить наиболее удачное положение беговой ленты.

Выравнивание и настройка натяжения

Чтобы улучшить работу беговой дорожки, вам необходимо настроить наиболее удачное положение беговой ленты.

Выравнивание беговой ленты

- Поместите электрическую беговую дорожку на ровную поверхность.
- Запустите беговую дорожку со скоростью около 6-8 км/час.
- Если лента слишком смещена вправо, поверните правый регулировочный болт по часовой стрелке на 1/2 оборота (при необходимости повторите действие) (Рисунок А)
- Если лента слишком смещена влево, поверните левый регулировочный болт по часовой стрелке на 1/2 оборота, (при необходимости повторите действие) (Рисунок В)



рис. В



рис. А

Если полотно недостаточно натянуто (оно должно немного пружинить), следует подтянуть его.

Для подтягивания бегового полотна поочередно закручивайте правый и левый регулировочный болт на 1/2 оборота по часовой стрелке, до тех пор, пока беговое полотно не натянется.

(!) При вращении регулировочного болта по часовой стрелке – натяжение бегового полотна усиливается.

При вращении регулировочного болта против часовой стрелки – натяжение бегового полотна ослабевает.

Использование силиконового масла

Шаг 1: Сначала поднимите ленту беговой дорожки

Шаг 2: Откройте бутылку из силиконового масла, введите силиконовое масло со стороны бокового борта, как показано на рисунке ниже:



**Тренируйтесь
вместе с *UNIX***