

# **NordicTrack** **ELITE 1500**

Модел № NETL19714.1

Сериен № \_\_\_\_\_

Запишете серийния номер на мястото по-горе за справка.



Сериен номер  
самозалепващ  
се етикет

## КЛИЕНТСКО ОБСЛУЖВАНЕ

За въпроси, липсващи части или повредени части, моля вижте приложената страница, озаглавена DECATHLON CUSTOMER SERVICE INFORMATION, или се свържете с магазина, от който сте закупили този продукт.

Уебсайт:

[www.iconsupport.eu](http://www.iconsupport.eu)

## ВНИМАНИЕ

Прочетете всички предпазни мерки и указания в това ръководство, преди да използвате оборудването. Запазете това ръководство за бъдещи справки.

## РЪКОВОДСТВО ЗА ПОТРЕБИТЕЛЯ



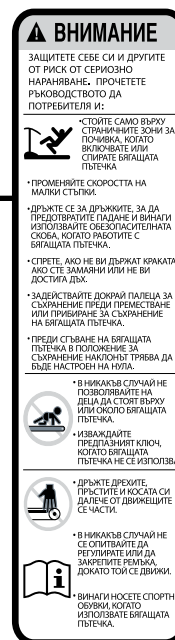
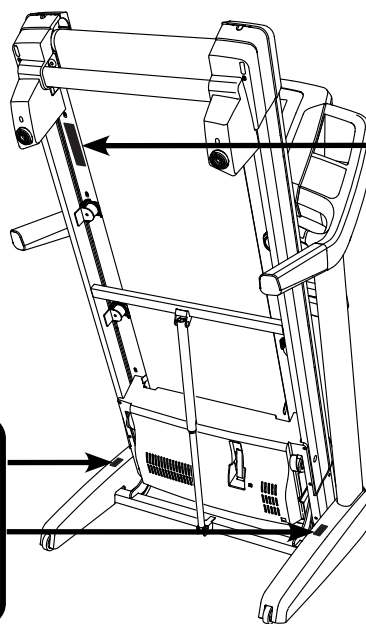
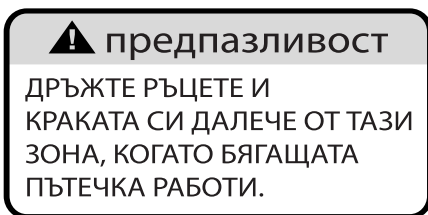
[www.iconeurope.com](http://www.iconeurope.com)

# СЪДЪРЖАНИЕ

|                                               |              |
|-----------------------------------------------|--------------|
| ПОСТАВЯНЕ НА ПРЕДУПРЕДИТЕЛНИТЕ СЕ ЕТИКЕТИ     | 2            |
| ВАЖНИ ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ                         | 3            |
| ПРЕДИ ДА ЗАПОЧНЕТЕ                            | 5            |
| СХЕМА ЗА ИДЕНТИФИКАЦИЯ НА ЧАСТИТЕ             | 6            |
| СГЛОБЯВАНЕ                                    | 7            |
| ПОСТАВЯН НА ГЪРДИТЕ МОНИТОР ЗА СЪРДЕЧЕН РИТЪМ | 15           |
| КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ БЯГАЩАТА ПЪТЕЧКА            | 16           |
| КАК ДА СГЪНЕТЕ И ПРЕМЕСТИТЕ БЯГАЩАТА ПЪТЕЧКА  | 26           |
| ОТСТРАНЯВАНЕ НА НЕИЗПРАВНОСТИ                 | 27           |
| НАСОКИ ЗА ТРЕНИРОВКИТЕ                        | 30           |
| СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ                             | 34           |
| АКСОНОМЕТРИЧЕН ЧЕРТЕЖ                         | 36           |
| ПОРЪЧКА НА РЕЗЕРВНИ ЧАСТИ                     | Задна корица |
| ИНФОРМАЦИЯ ЗА РЕЦИКЛИРАНЕ                     | Задна корица |

## ПОСТАВЯНЕ НА ПРЕДУПРЕДИТЕЛНИТЕ СЕ ЕТИКЕТИ

Предупредителният се етикети, показан тук са включен в комплекта на този продукт. Поставете предупредителния се етикети върху предупреждението, написано на английски на указаното местоположение. На тази фигура са показани местоположенията на предупредителния самозалепващ се етикети. **Ако някой само залепващ се етикет липсва или е нечетлив, вижте предната корица на това ръководство и поискайте безплатен етикет, за да го замените. Поставете лепенката на показаното място.** Забележка: Се етикети може да не е показан в действителен размер.



# ВАЖНИ ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ

**⚠ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** За да намалите риска от изгаряне, токов удар или физическо нараняване, прочетете всички важни предпазни мерки и указания в това ръководство и всички предупреждения върху бягащата пътечка, преди да я използвате. ICON не поема отговорност за физическо нараняване или повреда на имущество, възникнала поради или чрез употребата на този продукт.

1. Собственикът носи отговорност и трябва да се увери, че всички потребители на тази бягаща пътечка са подходящо информирани за всички предупреждения и предпазни мерки.
2. Преди да започнете програма за тренировки, се консултирайте с вашия лекар. Това е особено важно за лица на възраст над 35 г. или такива, които имат проблеми със здравето.
3. Използвайте елиптичния тренажор само съгласно описанието в това ръководство.
4. Съхранявайте бягащата пътечка на закрито далече от влага и прах. Не поставяйте бягащата пътечка в гараж или покрит вътрешен двор, или в близост до вода.
5. Поставете бягащата пътечка върху равна повърхност, като оставите луфт от поне 2,4 м отзад и по 0,6 м от всяка страна. Не поставяйте бягащата пътечка върху повърхност, която блокира отворите за въздух. За да предпазите пода или килима от повреда, поставете подходяща подложка под бягащата пътечка.
6. Не използвайте бягащата пътечка на места, на които се използват аерозолни продукти, или се подава кислород.
7. Винаги пазете децата под 12 години и домашните животни далеч от бягащата пътечка.
8. Бягащата пътечка трябва да се използва само от лица с тегло, равно или по-малко от 160 кг.
9. В никакъв случай не позволявайте няколко лица да използват бягащата пътечка едновременно.
10. При използване на бягащата пътечка използвайте подходящи тренировъчни екипи. Не носете широки дрехи, които могат да се захванат от бягащата пътечка. Препоръчва се използване на тренировъчни екипи за фитнес, както за мъже, така и за жени. *Винаги носете спортни обувки. В никакъв случай не използвайте бягащата пътечка с боси крака, по чорапи или със сандали.*
11. Свържете захранващия кабел (вижте стр. 16) към заземена електрическа инсталация. Не свързвайте друг уред към същата електрическата верига.
12. Ако ви е необходим удължител, използвайте само 3-проводен кабел, калибър 14 (1 mm<sup>2</sup>), не по-дълъг от 1,5 м.
13. Дръжте захранващия кабел далеч от горещи повърхности.
14. В никакъв случай не местете лентата за бягане, когато захранването е изключено. Не използвайте бягащата пътечка, ако захранващият кабел или щепселът са повредени, или ако тя не работи правилно. (Вижте ОТСТРАНЯВАНЕ НА НЕИЗПРАВНОСТИ на стр. 27, ако бягащата пътечка не работи правилно.)
15. Прочетете, разберете и изпробвайте процедурата за аварийно спиране, преди да използвате бягащата пътечка (вижте КАК ДА ВКЛЮЧИТЕ ЗАХРАНВАНЕТО на стр. 18). При използване на бягащата пътечка винаги носете щипката.
16. Винаги заставайте върху зоната за почивка на краката, когато стартирате или спирате лентата за бягане. При използване на бягащата пътечка винаги се дръжте за перилата.

17. Пазете пръстите, косата и дрехите си далеч от движещата се лента за бягане.
18. Бягащата пътечка може да развива високи скорости. Регулирайте скоростта на малки стъпки, за да избегнете резките ѝ промени.
19. Мониторът за пулс не е медицинско устройство. Върху точността на отчитането на сърдечния ритъм могат да повлияят различни фактори, включително движението на потребителя. Предназначението на монитора за измерване на пулса е да подпомага определянето на тенденциите в сърдечния ритъм при тренировките по принцип.
20. В никакъв случай не оставяйте бягащата пътечка без надзор, когато тя работи. Винаги махайте ключа, натиснете преключвателя на захранването в положение Off (изключено) (вижте рисунката на стр. 5 за местоположението на ключа) и изваждайте захранващия кабел, когато пътечката за бягане не е в употреба.
21. Не се опитвайте да местите пътечката за бягане, докато не е напълно сглобена. (Вижте СГЛОБЯВАНЕ на стр. 7 и КАК ДА СГЪНЕТЕ И ПРЕМЕСТИТЕ БЯГАЩАТА ПЪТЕЧКА на стр. 26.) Трябва да сте способни да повдигнете безопасно 20 кг, за да местите бягащата пътечка.
22. При сгъване или местене на бягащата пътечка се уверете, че обезопасителното резе придържа рамката надеждно в положение за съхранение.
23. Не променяйте наклона на бягащата пътечка, като поставяте предмети под нея.
24. В никакъв случай не пъхайте предмети в отвора на бягащата пътечка.
25. Редовно проверявайте и затягайте всички части на бягащата пътечка.
26. **ОПАСНОСТ:** Винаги изключвайте захранващия кабел веднага след използване, преди почистване на бягащата пътечка и преди извършване на процедурите за поддръжка и регулиране, описани в това ръководство. В никакъв случай не сваляйте капака на мотора, освен ако не сте инструктирани за това от упълномощен сервизен представител. Обслужването извън описаните в това ръководство процедури трябва да бъде извършвано само от упълномощен сервизен представител.
27. Твърде тежките тренировки могат да доведат до сериозно нараняване или смърт. Ако ви прилошее, ако не ви достига въздух или изпитате болка по време на тренировка, спрете веднага и се успокойте.

## ЗАПАЗЕТЕ ТЕЗИ УКАЗАНИЯ

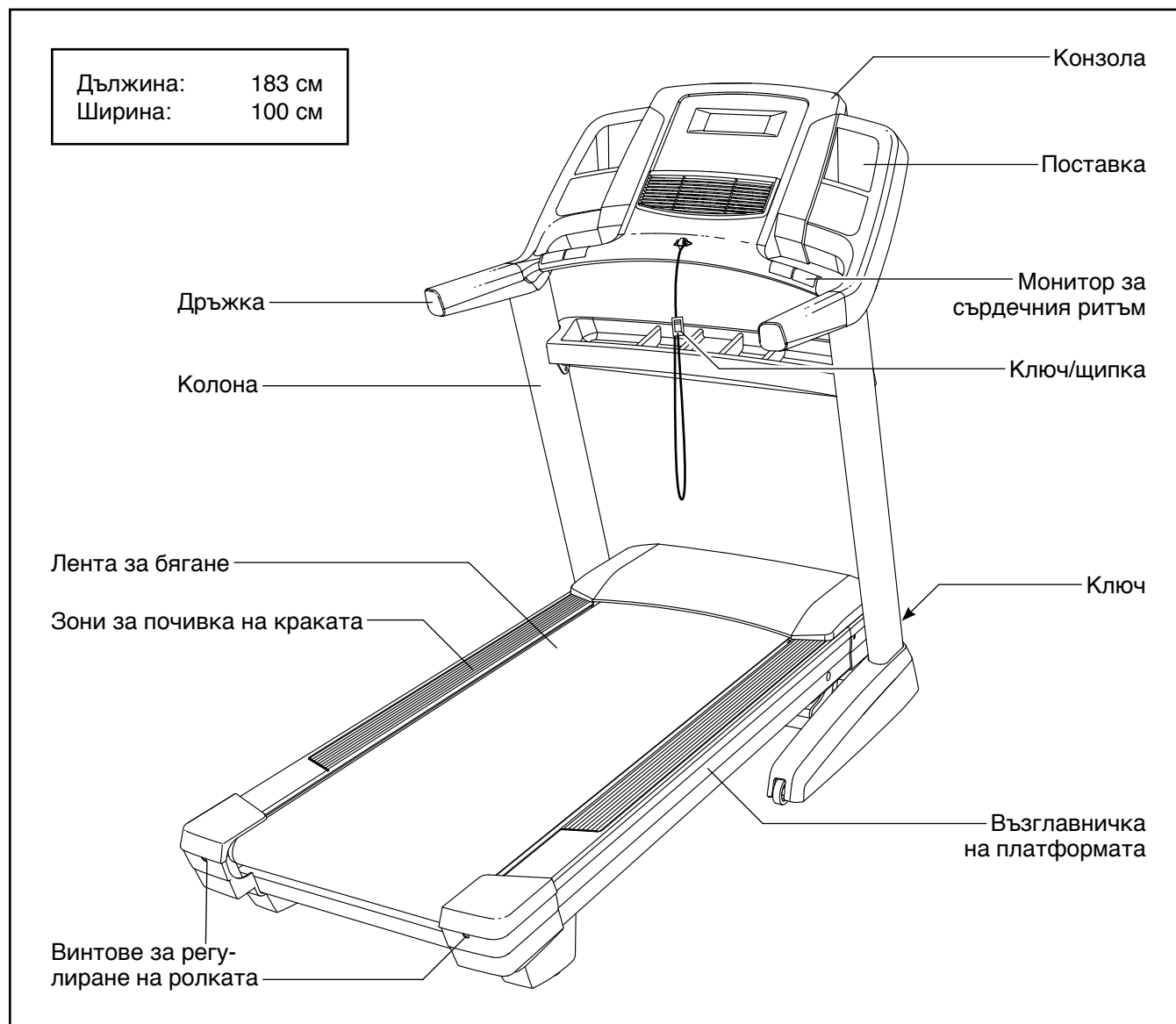
## ПРЕДИ ДА ЗАПОЧНЕТЕ

Благодарим ви, че избрахте революционната бягаща пътека NORDICTRACK® ELITE 1500. Конзолата на бягащата пътека ELITE 1500 предлага впечатляваща гама от функции, предназначени да направят тренировките ви по-ефективни и по-приятни. А когато не тренирате, можете да сгънете уникалната бягащата пътека и тя да заема на пода по-малко от половината място, необходимо за други бягащи пътечки.

**Полезно е да прочетете внимателно това ръководство, преди да използвате бягащата**

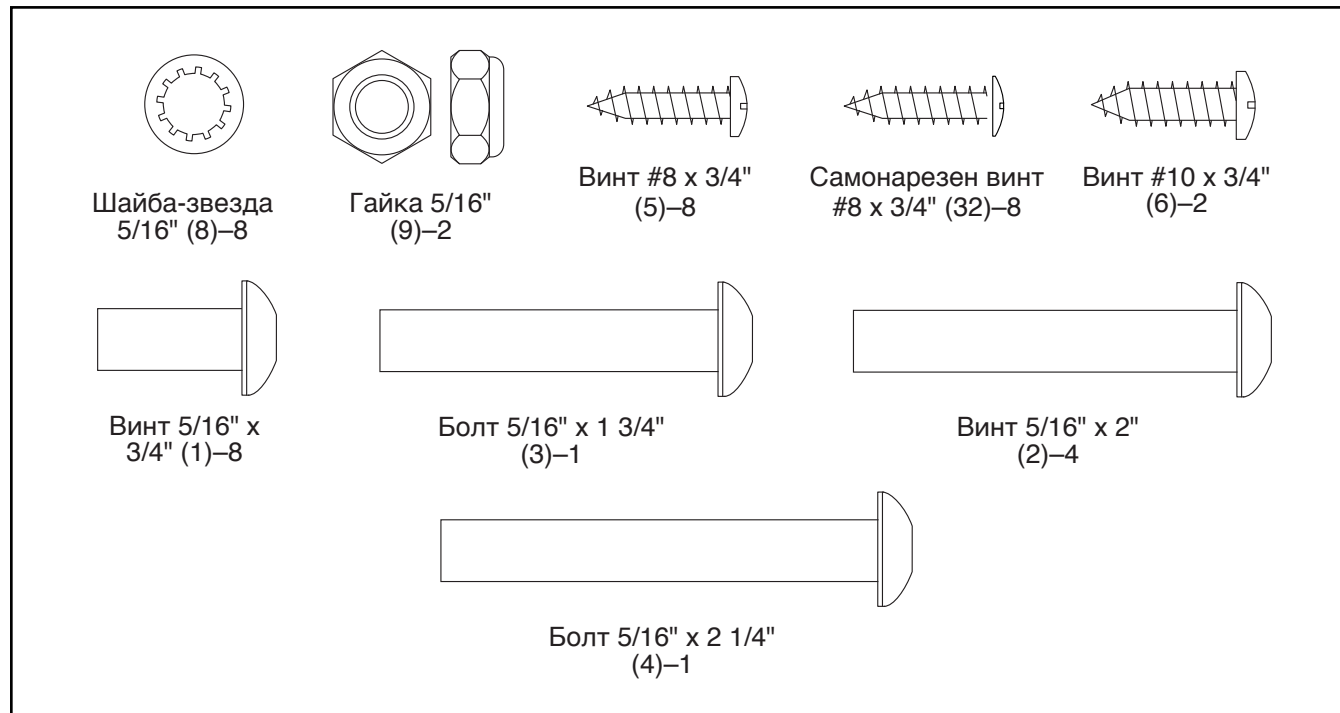
**пътека.** Ако имате въпроси, след като прочетете ръководството, моля, погледнете предната му корица. За да ни помогнете да Ви съдействаме, моля, запишете си номера на модела на продукта и серийния номер, преди да се свържете с нас. Номерът на модела и местоположението на лепенката със серийния номер са посочени на предната корица на това ръководство.

Преди да продължите да четете по-нататък, моля, прегледайте чертежа по-долу и се запознайте добре с обозначените части.



## СХЕМА ЗА ИДЕНТИФИКАЦИЯ НА ЧАСТИТЕ

Използвайте чертежите по-долу, за да идентифицирате малките части, използвани за монтаж. Числото в скоби под всеки чертеж е номерът на частта от Списъка с частите в края на това ръководство. Числото след номера на частта е количеството, използвано за монтажа. **Забележка: Ако някоя част липсва в комплекта, проверете дали не е предварително монтирана. В комплекта може да са включени и допълнителни части.**



# СГЛОБЯВАНЕ

- За сглобяването са необходими двама души.
- Поставете всички части на свободно място и отстранете опаковъчните материали. Не изхвърляйте опаковъчните материали, докато не приключите с всички стъпки от сглобяването.
- След натоварването може да има масло по външната част на бягащата пътечка. Това е нормално. Ако има масло на пътечката за бягане, избършете го с мека кърпа и мек, не абразивен почистващ препарат.
- Левите части са маркирани с „L“ или „Ляво“, а десните с „R“ или „Дясно.“

- За да определите малките части, вижте страница 6.
- За сглобяването са необходими следните инструменти:

включеният шестограмен ключ



един регулируем гаечен ключ



една отвертка Phillips



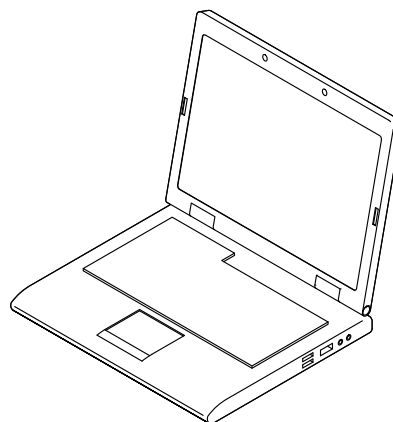
За да избегнете повреждане на частите, не използвайте механизирани инструменти.

## 1. Посетете [www.iconsupport.eu](http://www.iconsupport.eu) на вашия компютър и регистрирайте продукта.

- активира вашата гаранция
- спестява времето ви, ако се наложи да се свържете с Клиентско Обслужване
- позволява ни да ви уведомим за актуализации и предложения

Забележка: Ако нямате достъп до интернет, обадете се на Клиентско Обслужване (вижте предната корица на това ръководство), за да регистрирате вашия продукт.

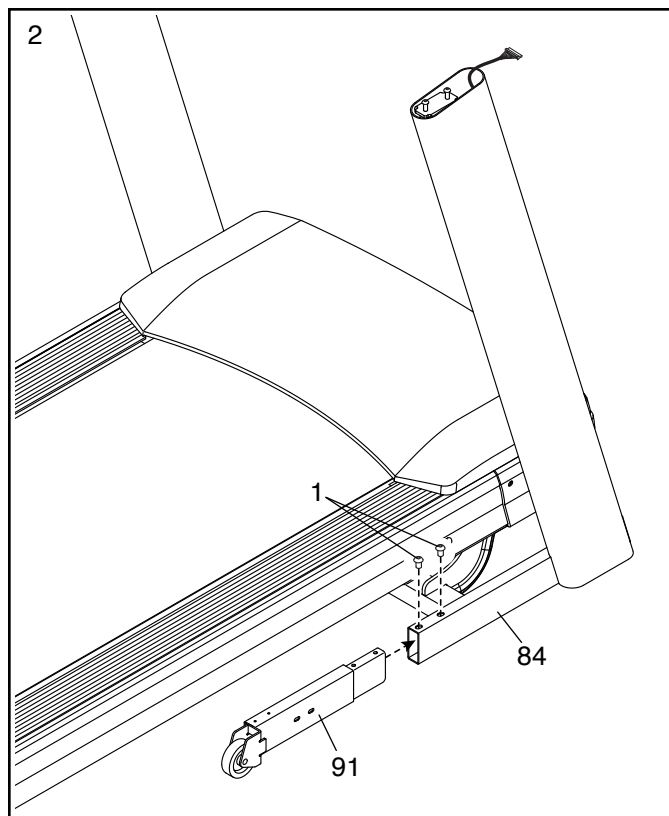
1



2. Уверете се, че захранващият кабел е изключен.

Намерете десния удължителен крак (91). Прикрепете десния удължителен крак към дясната колона (84) с два винта 5/16" x 3/4" (1). **Завийте двата болта и след това ги затегнете.**

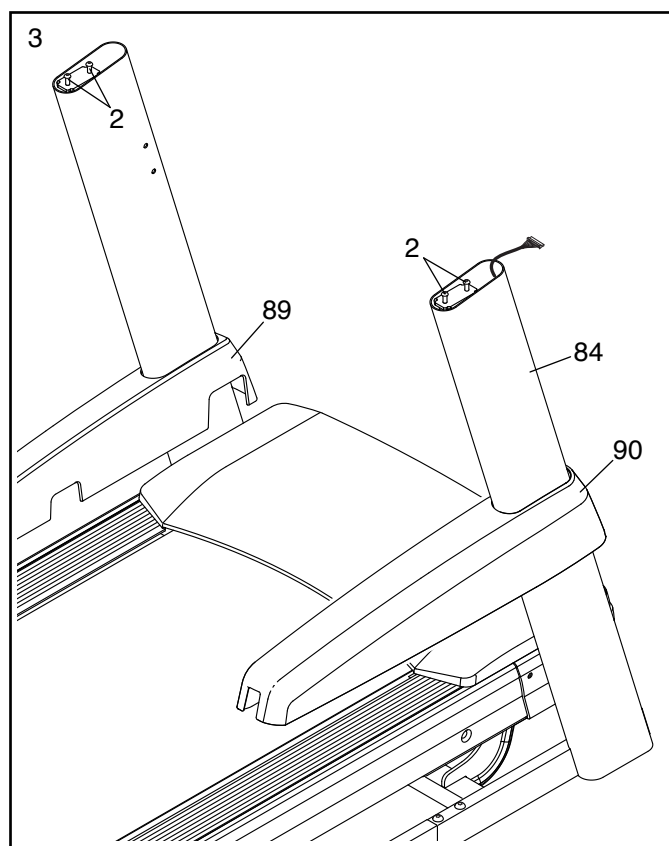
**Прикрепете левия удължителен крак (не е показан) към лявата колона (84) по същия начин.**



3. Намерете левия и десен капак на колоната (89, 90).

Плъзнете десния капак на колоната (90) върху дясната колона (84) и плъзнете левия капак на колоната (89) върху лявата колона. След това, натиснете капаците на колоните надолу, докато щракнат на място.

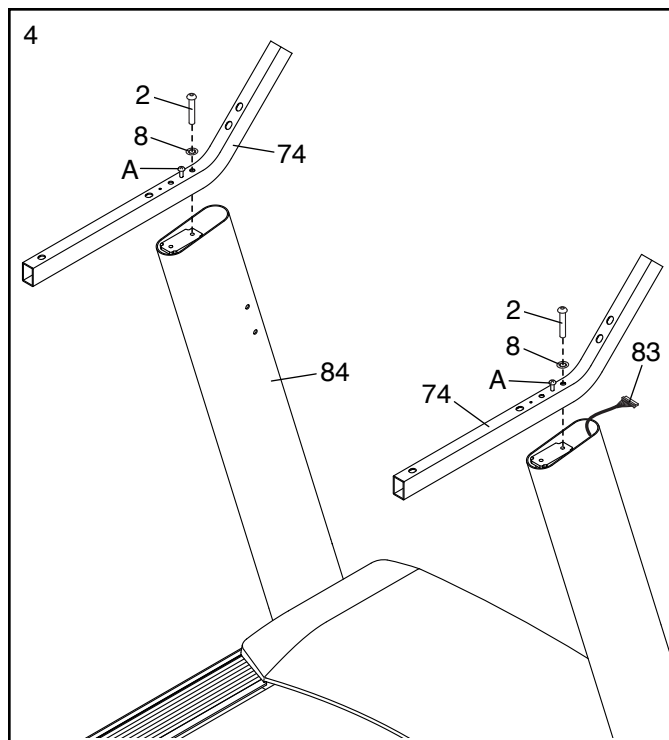
Извадете четирите обозначени винта 5/16" x 2" (2). Забележка: Винтовете ще се използват на по-късен етап.





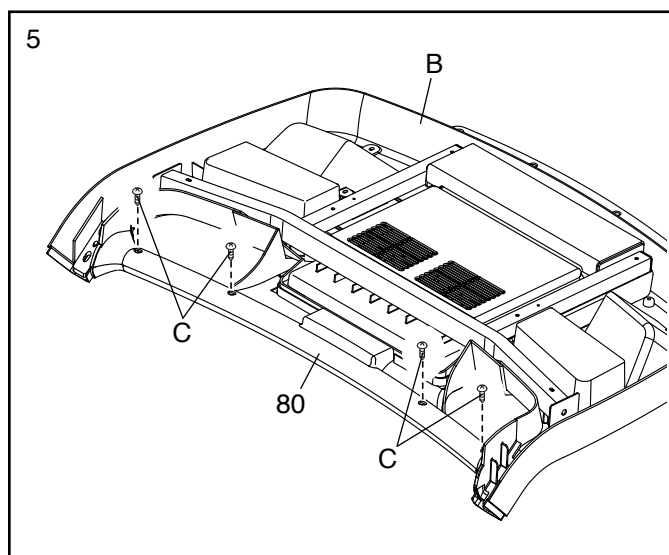
4. Прикрепете двете дръжки (74) към колоните (84) с двата винта 5/16" x 2" (2), които извадихте при стъпка 3 и двете шайби-звезди 5/16" (8). **Все още не затягайте винтовете докрай. Внимавайте да не пробие кабела на колоната (83) от дясната страна.**

След това отстранете и изхвърлете двата посочени винта (А).



5. Поставете блока на конзолата (В) с лицето надолу върху мека повърхност, за да избегнете надраскването ѝ.

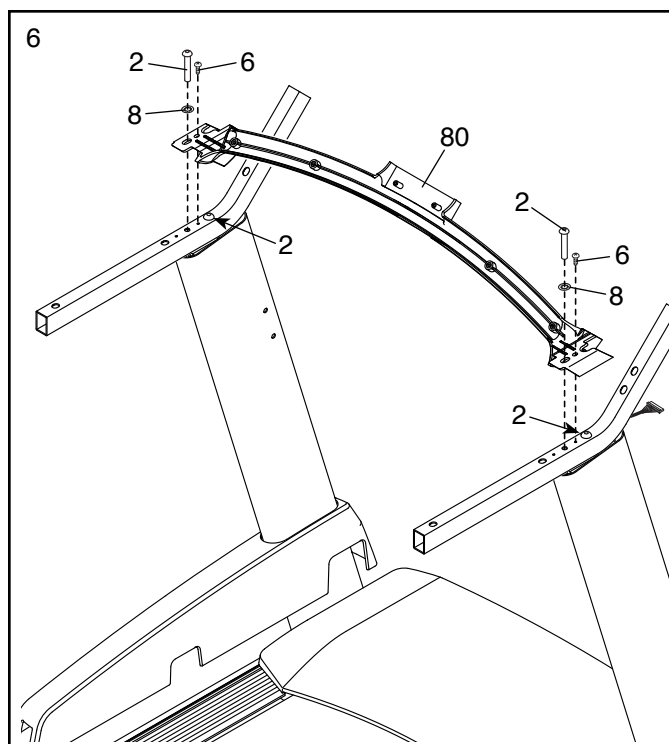
Извадете и изхвърлете четирите посочени винта (С). След това отстранете рамката за измерване на пулса (80).



6. **ВАЖНО:** За да предотвратите увреждане на рамката за измерване на пулса (80), не използвайте електрически инструменти и не затягайте прекалено винтовете #10 x 3/4" (6) или винтовете 5/16" x 2" (2).

Ориентирайте рамката за измерване на пулса (80), както е показано. Прикрепете рамката за измерване на пулса с два винта 5/16" x 2" (2), които извадихте при стъпка 3, две шайби-звезди 5/16" (8) и два винта #10 x 3/4" (6). **Завивайте едновременно и четирите винта и след това ги затегнете.**

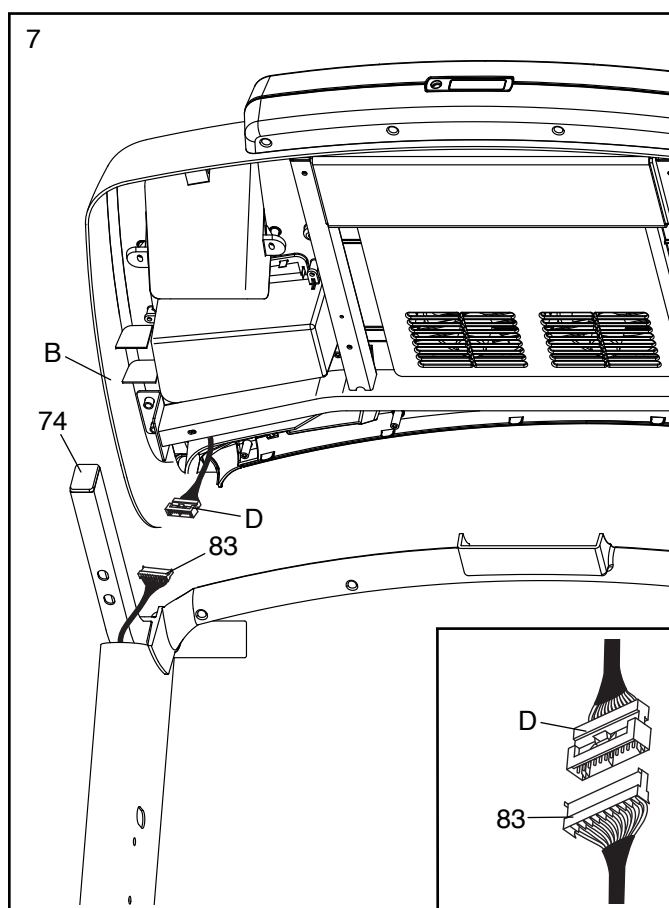
**След това, затегнете другите два винта 5/16" x 2" (2).**



7. С помощта на втори човек задръжте блока на конзолата (B) близо до дръжките (74).

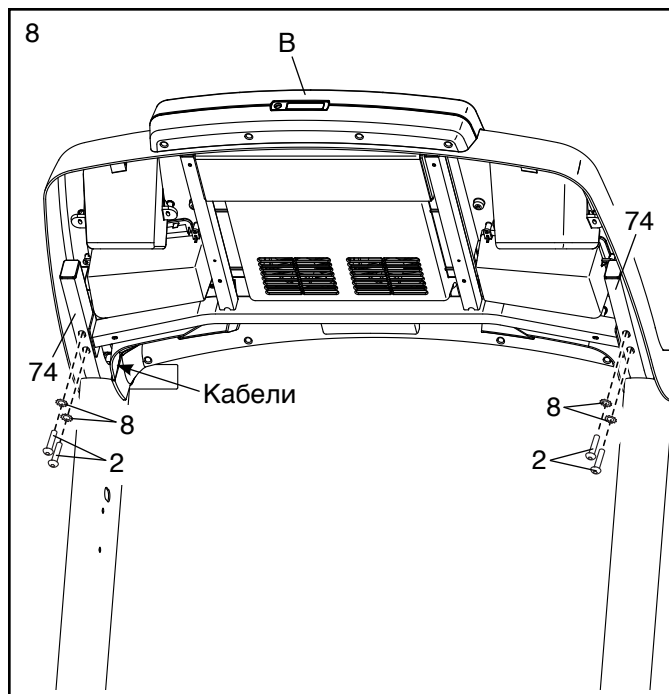
**Вижте чертежа в карето.** Свържете кабела на колоната (83) към кабела на конзолата (D). **Конекторите трябва лесно да се плъзгат заедно и да щракнат на мястото си.**

Ако това не стане, завъртете единия конектор и опитайте отново. **АКО НЕ СВЪРЖЕТЕ КОНЕКТОРИТЕ ПРАВИЛНО, КОНЗОЛАТА МОЖЕ ДА СЕ ПОВРЕДИ, КОГАТО ВКЛЮЧИТЕ ЗАХРАНВАНЕТО.** След това свалете кабелните връзки от кабела на колоната.



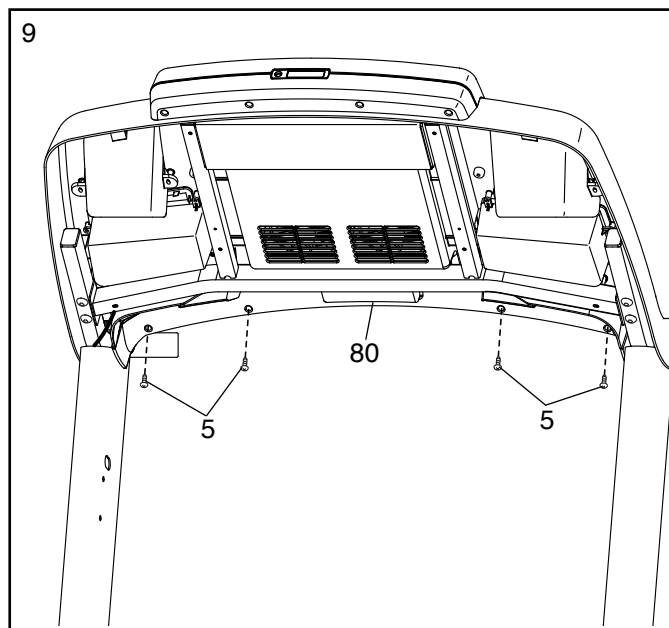
8. Прикрепете блока на конзолата (В) към дръжките (74) с четири винта 5/16" x 2" (2) и четири шайби-звезди 5/16" (8). **Завивайте едновременно и четирите винта и след това ги затегнете. Внимавайте да не прищипете кабелите.**

Поставете кабелите нагоре в блока на конзолата (В).



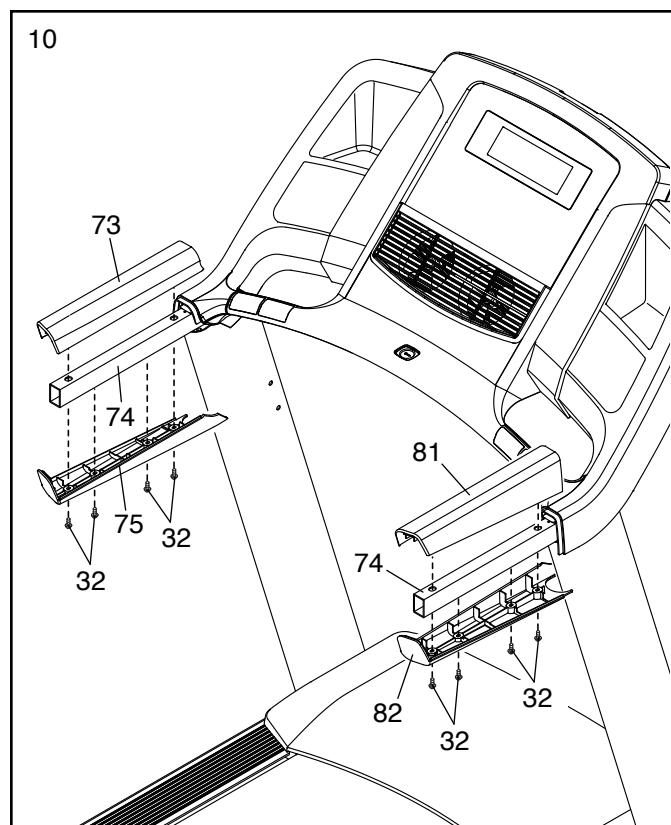
9. Затегнете винтовете #8 x 3/4" (5). **ВАЖНО: Не бъркайте винтовете #8 x 3/4" с #8 x 3/4" с винтовете с плоска глава (32). Винтовете с плоска глава #8 x 3/4" имат по-големи и по-плоски глави.**

Поставете четири винта #8 x 3/4" (5) в рамката за измерване на пулса (80), след което ги затегнете. **Внимавайте да не затегнете винтовете твърде силно.**

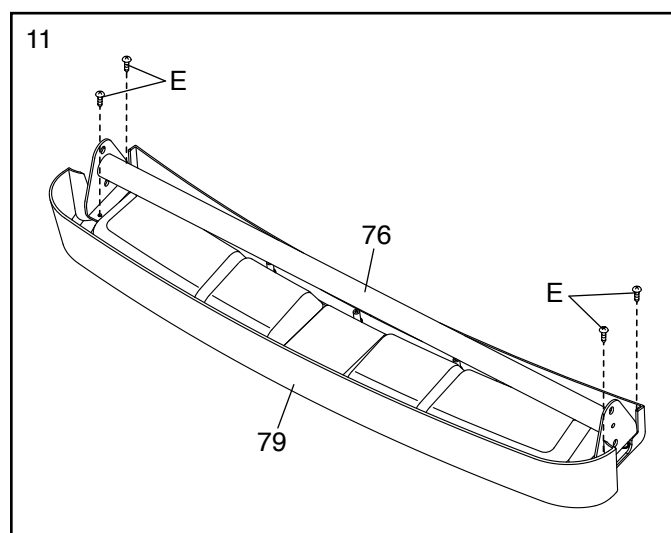


10. Поставете горния капак на дясната дръжка (81) върху дясната дръжка (74). Прикрепете долния капак на дясната дръжка (82) към дръжката и към горния капак на дясната дръжка с четири винта #8 x 3/4" (32). **ВАЖНО: Не бъркайте винтовете с плоски глави #8 x 3/4" с винтовете #8 x 3/4" (5). Винтовете с плоска глава #8 x 3/4" имат по-големи и по-плоски глави. Завивайте едновременно и четирите винта и след това ги затегнете.**

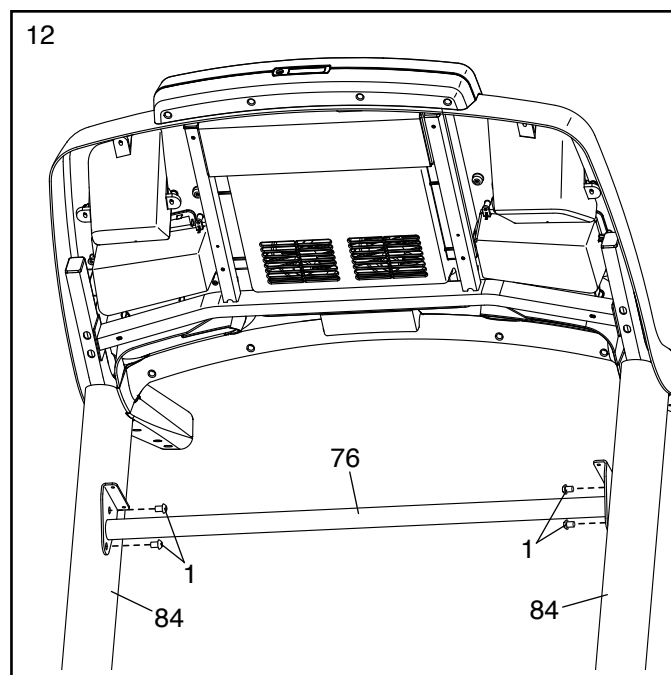
Прикрепете горните и долните капаци на лявата дръжка (73, 75) към дръжката (74), както е описано по-горе



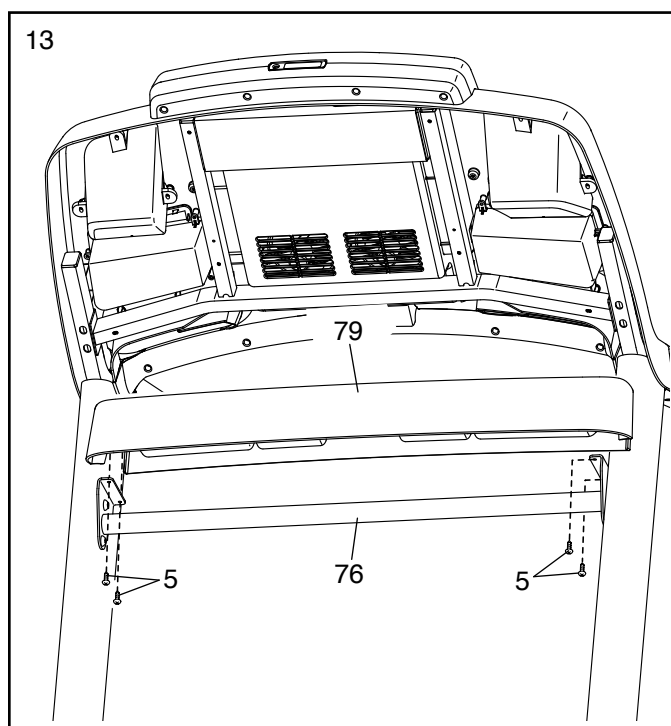
11. Извадете и изхвърлете четирите посочени винта (E). Свалете поставката (79) от рамката на колоната (76).



12. Внимателно плъзнете рамката за колоните (76) между колоните (84). Прикрепете рамката на колоната с четири винта 5/16" x 3/4" (1). **Завивайте едновременно и четирите винта и след това ги затегнете.**



13. Прикрепете поставката (79) към рамката на колоната (76) с четири винта #8 x 3/4" (5). **Завивайте едновременно и четирите винта и след това ги затегнете.**

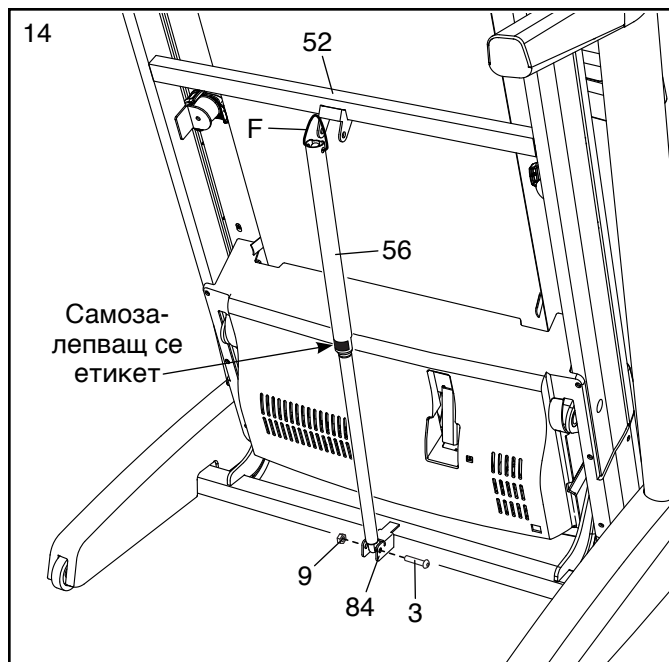


14. Изправете рамката (52) до показаната позиция. **Помолете втори човек да държи рамката, докато изпълните стъпка 15.**

Насочете палеца за съхранение (56) така, че табелката да сочи встрани от пътеката, както е показано.

Закрепете долния край на палеца за съхранение (56) към скобата на основата (84) с помощта на болт 5/16" x 1 3/4" (3) и гайка 5/16" (9).

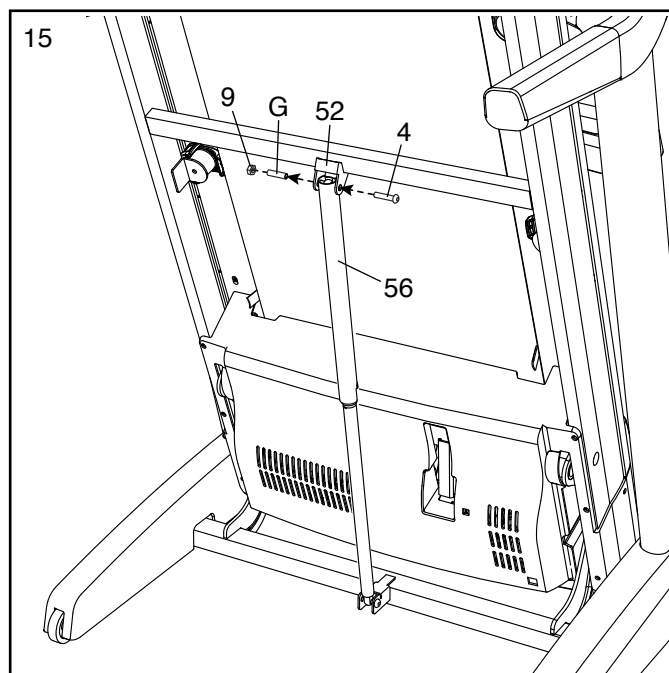
Повдигнете палеца за съхранение (56) до вертикална позиция. След това отстранете и изхвърлете връзката (F).



15. Изравнете горния край на палеца за съхранение (56) със скобата върху рамката (52). Поставете болт 5/16" x 2 1/4" (4) през скобата. Това трябва да избуца разделителния елемент (G) от другия край. Изхвърлете разделителния елемент.

Прикачете палеца за съхранение (56) с болт 5/16" x 2 1/4" (4) и гайка 5/16" (9).

Спуснете рамката (52) (вижте КАК ДА СПУСНЕТЕ БЯГАЩАТА ПЪТЕЧКА, ЗА ДА Я ИЗПОЛЗВАТЕ на стр. 26.)



16. **Уверете се, че всички части са добре затегнати, преди да използвате бягащата пътека.** Ако върху лепенките на бягащата пътека има найлонов слой, свалете го. За да предпазите пода или килима, поставете подходяща подложка под бягащата пътека. За да избегнете повреда по конзолата, дръжте бягащата пътека далеч от пряка слънчева светлина. Съхранявайте включените в комплекта шестограмни ключове на сигурно място; един от тях се използва за регулиране на лентата за бягане (вижте страници 28 и 29). Забележка: В комплекта може да са включени и допълнителни части.

# ПОСТАВЯН НА ГЪРДИТЕ МОНИТОР ЗА СЪРДЕЧЕН РИТЪМ

## УКАЗАНИЯ ЗА ПОСТАВЯНЕ НА МОНИТОРА ЗА СЪРДЕЧЕН РИТЪМ

Мониторът за сърдечен ритъм се състои от лента за гърдите и сензор. Вкарайте пластинката, която е в един от краищата на лентата за гърдите, в един от краищата на сензора, както е показано. След това натиснете края на сензора под закопчалката на лентата за гърдите. Закопчалката трябва да бъде на нивото на предната част на сензора.

Мониторът за сърдечен ритъм трябва да се носи под дрехите, плътно долепен до кожата. Увийте монитора за сърдечен ритъм около гърдите си на посоченото място. Убедете се, че логото насочено нагоре. След това закрепете другия край на лентата за гърдите към сензора. Регулирайте дължината на лентата за гърдите, ако е необходимо.

Издърпайте сензора на няколко инча разстояние от тялото си и намерете двата електрода, покрити с тънки ивици. Намокрете електродите със солен разтвор, като слюнка или разтвор за контактни лещи. След това върнете отново сензора върху гърдите си.

## ГРИЖИ И ПОДДРЪЖКА

- Внимателно подсушавайте сензора с мека кърпа след всяка употреба. Възможно е влагата да задържи сензора активиран, което ще съкрати срока на годност на батерията.
- Съхранявайте монитора за сърдечен ритъм на топло и сухо място. Не го съхранявайте в пластмасова торбичка или друг контейнер, който може да задържа влагата.



- Не излагайте монитора за сърдечен ритъм на пряка слънчева светлина за продължителни периоди от време, не го излагайте на температури над 50° C или под -10° C.
- Не огъвайте и не разтягайте прекалено сензора, когато използвате или съхранявате монитора за сърдечен ритъм.
- За да почистите сензора, използвайте суха кърпа и малко количество мек сапун. След това избършете сензора с влажна кърпа и го подсушете с мека кърпа. Никога не използвайте спирт, абразивни вещества или химикали при почистване на сензора. Измийте ръчно и подсушете лентата за гърдите.

## ОТСТРАНЯВАНЕ НА НЕИЗПРАВНОСТИ

Ако мониторът за сърдечен ритъм не функционира правилно, пробвайте стъпките по-долу.

- Убедете се, че сте поставили монитора за сърдечен ритъм, както е описано отляво. Ако мониторът за сърдечен ритъм не функционира, когато е поставен според описанието, леко го преместете по-нагоре или по-надолу върху гърдите си.
- Ако не се появи отчитане на сърдечния ритъм, когато започнете да се изпотявате, намокрете отново електродите.
- За да може конзолата да покаже резултатите за сърдечния ритъм, трябва да бъдете на една ръка разстояние от конзолата.
- Ако има капак върху батериите на задната част на сензора, заменете батерията с нова батерия от същия вид.
- Мониторът за сърдечен ритъм е предназначен да работи при хора, които имат нормален сърдечен ритъм. Проблеми с отчитането на сърдечния ритъм могат да бъдат причинени от състояния на здравето, като камерни екстрасистолы (PVCs), пристъпи на тахикардия и аритмия.
- Работата на монитора за сърдечен ритъм може да бъде засегната от магнитни влияния от високоволтови електрически кабели или от други източници. Ако се съмнявате че магнитното влияние може да причини проблем, опитайте се да преместите фитнес оборудването.

# КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ БЯГАЩАТА ПЪТЕЧКА

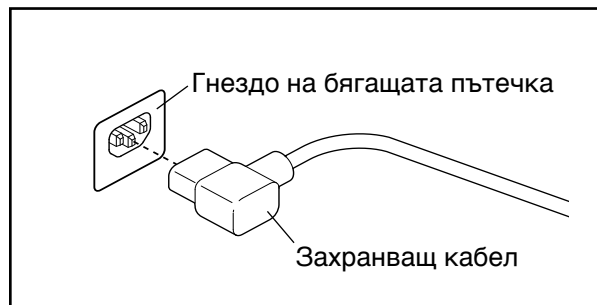
## КАК ДА ВКЛЮЧИТЕ ЗАХРАНВАЩИЯ КАБЕЛ

Този продукт трябва да бъде заземен. Ако той функционира неправилно или се повреди, заземяването осигурява път с по-малко съпротивление за електрически ток, за да се намали риска от електрически удар. Захранващият кабел на този продукт има проводник за заземяване на оборудването и заземяващ щепсел. **ВАЖНО: Ако захранващият кабел е повреден, той трябва да бъде сменен с друг, препоръчан от производителя.**

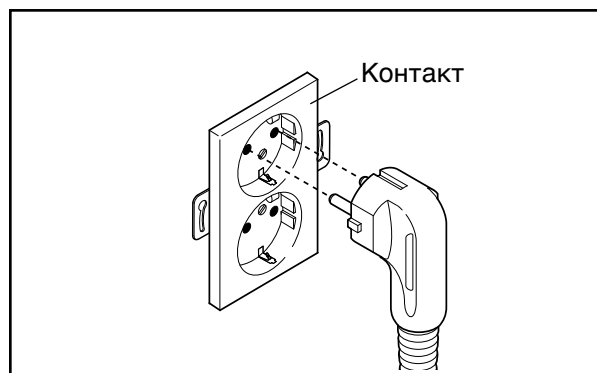
**▲ ОПАСНОСТ:** Неправилното свързване на проводника за заземяване на оборудването може да увеличи риска от електрически удар. Консултирайте се с квалифициран електротехник или служител на сервиза, ако имате съмнения относно правилното заземяване на продукта. Не правете промени в щепсела, с който е снабден продукта, ако неа е съвместим с контакта, накарайте квалифициран електротехник да ви монтира подходящ контакт.

Следвайте стъпките по-долу, за да включите захранващия кабел.

1. Включете указания край на захранващия кабел в гнездото на бягащата пътечка.

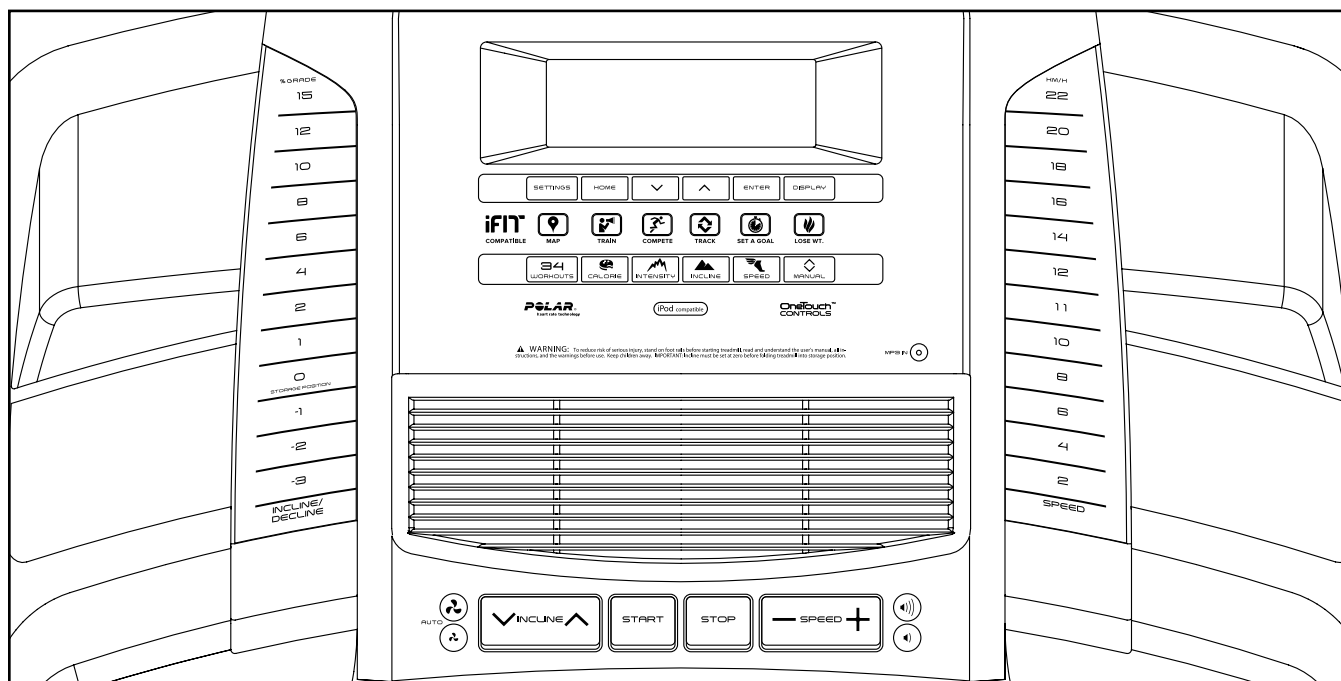


2. Включете захранващия кабел в подходящ контакт, който е правилно монтиран и заземен в съответствие с всички местни правилници и разпоредби.





## СХЕМА НА КОНЗОЛАТА



### ПОСТАВЯНЕ НА ПРЕДУПРЕДИТЕЛНИЯ САМОЗАЛЕПВАЩ СЕ ЕТИКЕТ

Намерете предупрежденията върху конзолата, написани на английски език. Същите предупреждения на други езици можете да намерите върху включения в комплекта лист със самозалепващи се етикети. Поставете върху конзолата предупредителния самозалепващ се етикет, написан на български.

### ФУНКЦИИ НА КОНЗОЛАТА

Конзолата на бягащата пътека предлага впечатляваща гама от функции, предназначени да направят тренировките ви по-ефективни и приятни. Когато използвате ръчния режим, можете да промените скоростта и да наклоняте бягащата пътека с докосване на бутон. Докато тренирате, на конзолата ще се показват моментните резултати от тренировката. Можете дори да измервате сърдечния си ритъм, като използвате поставяния на китката монитор за сърдечен ритъм или поставяния на гърдите монитор за сърдечен ритъм.

В допълнение конзолата разполага с избор от вградени тренировки. Всяка тренировъчна програма контролира автоматично скоростта и наклона на бягащата пътека, докато ви дава указания за ефективна тренировка.

Конзолата е снабдена и с iFit режим, който позволява връзка между бягащата пътека и безжичната мрежа чрез опционален iFit модул. Посредством режима iFit можете да изтеглите персонализирани тренировъчни програми, да създадете свои собствени, да проследите резултатите от своите

тренировки, да се състезавате с други бегачи и да получите достъп до много други функции. **За да закупите по всяко време модула iFit, посетете [www.iFit.com](http://www.iFit.com) или се обадете на телефонния номер, посочен на предната корица на това ръководство.**

Докато тренирате, можете дори да слушате любимата си музика или аудио книги с помощта на озвучителната система на конзолата.

**За да включите захранването, вижте страница 18. За да използвате ръчния режим, вижте страница 18. За да използвате вградена тренировъчна програма, вижте страница 20. За да използвате тренировъчна програма със зададена цел, вижте страница 21. За да използвате тренировъчна програма за пулс, вижте страница 22. За да използвате тренировъчна програма iFit, вижте страница 23. За да използвате озвучителната система, вижте страница 24. За да използвате режима за настройка, вижте страница 24.**

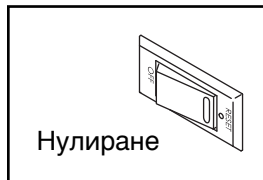
Забележка: Конзолата може да показва скорост и разстояние в мили или километри. За разберете коя измервателната единица е избрана, вижте РЕЖИМИ ЗА НАСТРОЙКА на стр. 24. За простота всички указания в този раздел използват измервания в километри.

**ВАЖНО:** Ако върху конзолата има найлонов слой, свалете го. За да предотвратите повреда на платформата за бягане, носете чисти спортни обувки, когато използвате бягащата пътека. При първото използване на бягащата пътека проверете подравняването на лентата за бягане и я центрирайте, ако е необходимо (вижте стр. 29).

## КАК ДА ВКЛЮЧИТЕ ЗАХРАНВАНЕТО

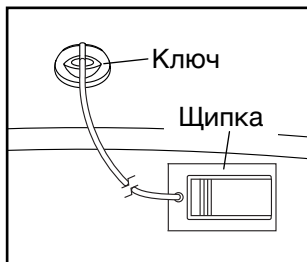
**ВАЖНО:** Ако бягащата пътека е била изложена на ниски температури, оставете я да се затопли до стайна температура, преди да включите захранването. Ако не го направите, могат да се повредят дисплеите или други електрически компоненти на конзолата.

Включете захранващия кабел (вижте стр. 16). След това намерете превключвателя на захранването, разположен на рамката на бягащата пътека близо до захранващия кабел. Натиснете превключвателя в положение за нулиране.



**ВАЖНО:** Конзолата е снабдена с демонстрационен режим на показване на екрана, предназначен за използване при излагане на бягащата пътека в магазин. Ако дисплеите светнат веднага щом включите захранващия кабел и натиснете превключвателя на захранването в положението за нулиране, това означава, че е включен демонстрационният режим. За да го изключите, задръжте натиснат бутона Stop (Стоп) за няколко секунди. Ако дисплеите продължат да светят, вижте РЕЖИМИ ЗА НАСТРОЙКА на стр. 24, за да изключите демонстрационния режим.

След това стъпете върху зоните за почивка на краката на бягащата пътека. Намерете щипката, закачена за ключа, и я захванете за колана на дрехите си. След това поставете ключа в конзолата. След няколко секунди дисплеите ще светнат. **ВАЖНО:** При аварийни ситуации ключът може да бъде издърпан от конзолата, което да доведе до намаляване на скоростта и спиране на лентата за бягане. Изпробвайте щипката, като направите внимателно няколко крачки назад. Ако ключът не се извади от конзолата, регулирайте позицията на щипката.



## КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ РЪЧНИЯ РЕЖИМ

### 1. Поставете ключа в конзолата.

Вижте КАК ДА ВКЛЮЧИТЕ ЗАХРАНВАНЕТО вляво.

### 2. Изберете ръчния режим.

Ако ръчния режим не е избран, натиснете бутона Manual (Ръчен) на конзолата.

### 3. Включете лентата за бягане.

За да включите лентата за бягане, натиснете бутона Start (Старт), бутона за увеличаване на скоростта или един от бутоните за скоростта с номера от 2 до 22.

Ако натиснете бутона Start или бутона за увеличаване на скоростта, лентата за бягане ще започне да се движи с 2 км/ч. Докато тренирате, можете да променяте скоростта на лентата за бягане, като натискате бутоните за увеличаване или намаляване на скоростта. При всяко натискане на един от тези бутони настройката на скоростта се променя с 0,1 км/ч; ако задържите бутона натиснат, настройката на скоростта се променя по-бързо. Забележка: След като натиснете бутона, може да е необходимо малко време, за да може лентата за бягане да достигне избраната настройка на скоростта.

Ако натиснете един от номерираните бутони за скоростта, лентата за бягане ще промени скоростта си постепенно, докато достигне избраната настройка на скоростта.

За да спрете лентата за бягане, натиснете бутона Stop (Стоп). Времето ще започне да мига на дисплея. За да включите отново лентата за бягане, натиснете бутона Start или бутона за увеличаване на скоростта.

### 4. Променете наклона на бягащата пътека според желанието си.

За да промените наклона на бягащата пътека, натиснете бутона за увеличаване или намаляване на наклона или един от номерираните бутони за наклона. При всяко натискане на един от бутоните бягащата пътека ще се регулира постепенно, докато достигне избраната настройка за наклона.

## 5. Следете напредъка си на дисплеите.

Докато вървите или тичате по бягащата пътека, дисплеят може да показва следната информация за тренировката:

- Изминалото време
- Разстоянието, което сте изминали
- Лентата за интензивността на тренировката
- Приблизителният брой калории, които сте изгорили
- Нивото на наклон на бягащата пътека
- Броят вертикални метри, които сте изкачили
- Скоростта на лентата за бягане
- Сърдечният ви ритъм (вижте стъпка 6)
- Шаблонът

Шаблонът предлага няколко раздела за показване. Натиснете бутона за увеличаване или намаляване, който се намира до бутона Enter (Въвеждане), докато се появи желаният раздел.

Разделът Incline (Наклон) ще покаже профил на настройките на наклона на тренировъчната програма. В края на всяка минута ще се появява нов сегмент. Разделът Speed (Скорост) ще покаже профил на настройките на скоростта на тренировъчната програма.

Разделът My Trail (Моят опитен полигон) ще покаже писта с дължина 400 m (1/4 миля). Докато се упражнявате, мигащият правоъгълник ще показва напредъка ви. Разделът My Trail (Моят опитен полигон) ще показва и броя обиколки, които сте направили.

Разделът Calorie (Калории) ще показва приблизителното количество калории, които сте изгорили. Височината на всеки сегмент представлява количеството калории, които сте изгорили по време на този сегмент. Когато изберете раздел Calorie, дисплеят за калориите ще покаже приблизителния брой калории, изгорени за един час.

Докато се упражнявате, лентата за нивото на интензивност на тренировката ще показва приблизителното ниво на интензивност на Вашата тренировка.



Натиснете бутона Home (Начало), за да се върнете към менюто по подразбиране (вижте РЕЖИМИ ЗА НАСТРОЙКА на страница 24, за да настроите това меню). Ако е необходимо, натиснете отново бутона Home.

Когато безжичният iFit модул е свързан, символът за безжична връзка в горната част на дисплея ще покаже силата на безжичния сигнал. Четири дъги указват пълна сила на сигнала.

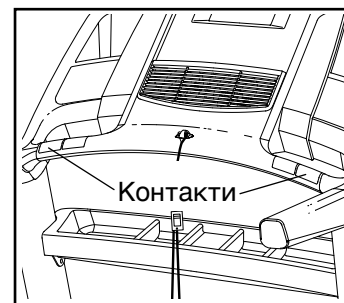


За да нулирате дисплеите, натиснете бутона Stop, извадете ключа и след това го поставете отново.

## 6. Измерете сърдечния си ритъм, ако желаете.

**Забележка: Ако използвате едновременно поставяния на китката монитор за пулса и поставян на гърдите монитор за пулса, конзолата няма да покаже правилно сърдечния ви ритъм.** За информация относно монитор за пулса, поставян на гърдите, виж страница 15.

Преди да използвате поставяния на китката монитор за пулса, свалете найлона от металните контакти на детектора на пулса. Освен това се уверете, че ръцете ви са чисти.

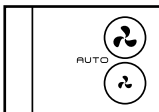


За да измерите сърдечния си ритъм, **стъпете върху зоните за почивка на краката** и хванете детектора на пулса така, че китките ви да са върху металните контакти, **като избягвате да движите ръцете си**. След засичане на пулса ви при всеки удар на сърцето на дисплея за калории ще мига символ на сърце, ще се покажат едно или две тирета и след това ще се покаже стойността на сърдечния ви ритъм. **За да го отчетете възможно най-точно, продължете да държите контактите в продължение на около 15 секунди.**

## 7. По желание може да включите вентилатора.

Вентилаторът включва няколко настройки за скорост и автоматичен режим. Когато е избран автоматичният режим, скоростта на вентилатора ще се увеличи и намали автоматично, докато скоростта на лентата за бягане се увеличава или намалява.

Натиснете бутона за малкия вентилатор, за да изберете скорост на вентилатора или за да го изключите. Натиснете бутона за голям вентилатор, за да изберете скорост на вентилатора или автоматичния режим.



## 8. Когато приключите тренировката, извадете ключа от конзолата.

Когато приключите да използвате бягащата пътека, стъпете върху зоните за почивка на краката, натиснете бутона Stop и **настройте наклона на бягащата пътека на нула.**

**Наклонът трябва да е на нула, за да не повредите бягащата пътека, когато я сгъвате в положение за съхранение.** След това извадете ключа от конзолата и го приберете на сигурно място.

След това натиснете превключвателя в положение Изкл. и изключете захранващия кабел.

**ВАЖНО: Ако не го направите, електрическите компоненти на бягащата пътека може да се износят преждевременно.**

## КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ВГРАДЕНА ТРЕНИРОВЪЧНА ПРОГРАМА

### 1. Поставете ключа в конзолата.

Вижте КАК ДА ВКЛЮЧИТЕ ЗАХРАНВАНЕТО на стр. 18.

### 2. Изберете вградена тренировъчна програма.

За да изберете вградена тренировъчна програма, натиснете неколккратно бутона Calories (Калории), бутона Incline (Наклон), бутона Intensity (Интензивност ) или бутона Speed (Скорост), докато на дисплея се покаже желаната програма.

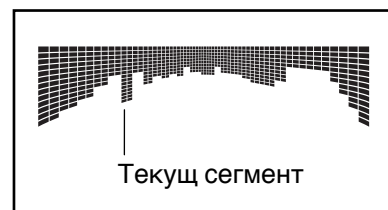
Когато избирате вградена тренировъчна програма, дисплеят ще покаже продължителността и името на тренировъчната програма. В допълнение, в матрицата ще се появи профил на настройките на скоростта на тренировъчната програма. Ако изберете тренировъчна програма за калории, приблизителният брой калории, които ще изгорите, ще се появи в името ѝ.

### 3. Включете тренировъчната програма.

За да включите тренировъчната програма, натиснете бутона Start (Старт) или бутона за увеличаване на скоростта. Секунди след натискането на бутона, бягащата пътека ще се регулира автоматично до първите настройки за скоростта и наклона за тренировъчната програма. Хванете дръжките и започнете да ходите.

Всяка тренировъчна програма е разделена на сегменти.

За всеки сегмент са програмирани една настройка на скоростта и една настройка на наклона. Забележка: За последователни сегменти можете да програмирате една и съща настройка на скоростта и/или на наклона.



По време на тренировъчната програма профила върху разделите за скорост и наклон ще показват напредъка ви. Мигащият сегмент на профила представлява текущият сегмент на тренировъчната програма. Височината на мигащия сегмент показва настройката на скоростта или на наклона за текущия сегмент. В края на всеки сегмент ще чуете серия от сигнали и следващият сегмент от профила ще започне да мига. Ако за следващия сегмент е програмирана различна настройка на скоростта/наклона, настройката на този параметър ще мига на дисплея, за да ви предупреди, че бягащата пътека ще се регулира автоматично до новата настройка на скоростта/наклона.

Тренировъчната програма ще продължи по този начин, докато последният сегмент от профила започне да мига в дисплея и докато свърши. Тогава лентата за бягане ще намали скоростта си и ще спре.

**Забележка:** Целта по отношение на калориите представлява прогноза за калориите, които ще изгорите по време на тренировъчната програма. Действителният брой изгорени калории ще зависи от различни фактори, като например вашето тегло. В допълнение, ако ръчно промените скоростта или наклона на бягащата пътека по време на тренировъчната програма, ще се промени и броят калории, които изгаряте.

Ако настройката на скоростта или наклонът са твърде високи или твърде ниски по време на тренировъчната програма, можете да я промените ръчно, като натиснете бутоните Speed (Скорост) или Incline (Наклон); **когато обаче започне следващият сегмент от тренировъчната програма, бягащата пътека ще се регулира автоматично до настройките за скоростта и наклона на този следващ сегмент.**

За да спрете тренировъчната програма по всяко време, натиснете бутона Stop (Стоп). Времето ще започне да мига на дисплея. За да включите отново тренировъчната програма, натиснете бутона Start или бутона за увеличаване на скоростта. Лентата за бягане ще започне да се движи с 2 км/ч. Когато започне следващият сегмент на тренировъчната програма, бягащата пътека автоматично ще регулира настройката на скоростта и наклона за следващия сегмент.

#### **4. Следете напредъка си на дисплеите.**

Вижте стъпка 5 на стр. 19. Ако изберете вградена тренировъчна програма, дисплеят ще покаже времето, което остава, вместо отминалото време.

#### **5. Измерете сърдечния си ритъм, ако желаете.**

Вижте стъпка 6 на стр. 19.

#### **6. По желание може да включите вентилатора.**

Вижте стъпка 7 на стр. 20.

#### **7. Когато приключите тренировката, извадете ключа от конзолата.**

Вижте стъпка 8 на стр. 20.

## **КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ТРЕНИРОВЪЧНА ПРОГРАМА СЪС ЗАДАДЕНА ЦЕЛ**

### **1. Поставете ключа в конзолата.**

Вижте КАК ДА ВКЛЮЧИТЕ ЗАХРАНВАНЕТО на стр. 18.

### **2. Изберете тренировъчна програма със зададена цел**

За да изберете тренировъчна програма със зададена цел, натиснете бутона Set A Goal (Задаване на цел).

Натиснете бутона Set A Goal неколkokратно, за да изберете цел за калории, време или разстояние. След това натиснете бутоните за увеличаване или намаляване, които се намират до бутона Enter, за да зададете цел. Натиснете бутоните Speed (Скорост) и Incline (Наклон), за да изберете скоростта и наклона за тренировъчната програма. На екрана ще се покажат продължителността и разстоянието на тренировъчната програма, както и приблизителният брой калории, които ще изгорите по време на тренировката.

### **3. Включете тренировъчната програма.**

Натиснете бутона Start (Старт), за да стартирате тренировъчната програма. В момента, когато натиснете бутона, лентата за бягане ще започне да се движи. Хванете дръжките и започнете да ходите.

Тренировъчната програма ще функционира по същия начин като ръчния режим (вижте стр. 18). Тренировъчната програма ще продължи, докато не достигнете зададената цел. Тогава лентата за бягане ще намали скоростта си и ще спре.

**Забележка:** Целта по отношение на калориите представлява прогноза за калориите, които ще изгорите по време на тренировъчната програма. Действителният брой изгорени калории ще зависи от различни фактори, като например вашето тегло.

### **4. Следете напредъка си на дисплеите.**

Вижте стъпка 5 на стр. 19.

**5. Измерете сърдечния си ритъм, ако желаете.**

Вижте стъпка 6 на стр. 19.

**6. По желание може да включите вентилатора.**

Вижте стъпка 7 на стр. 20.

**7. Когато приключите тренировката, извадете ключа от конзолата.**

Вижте стъпка 8 на стр. 20.

**КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ТРЕНИРОВЪЧНА ПРОГРАМА ЗА ПУЛС**

Тренировъчните програми за пулс автоматично управляват скоростта и наклона на бягащата пътечка, за да поддържат сърдечния ви ритъм близо до целево ниво, докато тренирате. Забележка: Трябва да носите гръден монитор за сърдечен ритъм, за да можете да използвате тренировъчна програма за пулс.

**1. Поставете включения в комплекта гръден монитор за сърдечен ритъм.**

За информация относно монитор за пулса, поставян на гърдите, виж страница 15.

**2. Поставете ключа в конзолата.**

Вижте КАК ДА ВКЛЮЧИТЕ ЗАХРАНВАНЕТО на стр. 18.

**3. Изберете тренировъчна програма за пулс.**

За да изберете тренировъчна програма за пулс, натиснете бутона Set A Goal (Задаване на цел) на конзолата.

За да изберете загуба на тегло или тренировъчна програма за резултати, натиснете бутоните за увеличаване или намаляване до бутона Enter и след това натиснете бутона Enter.

**4. Въвеждане на време за тренировъчна програма**

Използвайте бутоните за увеличаване и намаляване, които се намират до бутона Enter, за да изберете времетраенето на тренировката, след което натиснете бутона Enter.

**5. Въведете максималния си сърдечен ритъм.**

Използвайте бутоните за увеличаване или намаляване, които се намират до бутона Enter, за да въведете максималния си сърдечен ритъм. Забележка: За да определите максималния си сърдечен ритъм, консултирайте се с вашия лекар или с източник, препоръчан от лекар.

**6. Включете тренировъчната програма.**

Натиснете бутона Start (Старт), за да стартирате тренировъчната програма. В момента, когато натиснете бутона, лентата за бягане ще започне да се движи. Хванете дръжките и започнете да ходите.

**7. Въвеждане на скорост за загаряване**

Тренировъчната програма ще започне с двуминутен период на загаряване. Скоростта за загаряване по подразбиране е 3 км/ч. За да изберете различна скорост за периода на загаряване, натиснете бутоните за увеличаване или намаляване на скоростта или номерираните бутони за скорост. Забележка: Скоростта на тренировъчната програма ще се увеличи в съответствие с избраната от вас скорост за загаряване.

**8. Следете напредъка си на дисплеите.**

Вижте стъпка 5 на стр. 19.

**9. По желание може да включите вентилатора.**

Вижте стъпка 7 на стр. 20.

**10. Задаване на скорост за успокояване**

Тренировъчната програма ще приключи с двуминутен период на успокояване. Скоростта за успокояване по подразбиране е 3 км/ч. За да изберете различна скорост за периода на успокояване, натиснете бутоните за увеличаване или намаляване на скоростта или номерираните бутони за скорост.

**11. Когато приключите тренировката, извадете ключа от конзолата.**

Вижте стъпка 8 на стр. 20.

## КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ТРЕНИРОВЪЧНА ПРОГРАМА iFit

Забележка: За да използвате тренировъчна програма iFit, трябва да имате опционален iFit модул. **За да закупите по всяко време модула iFit, посетете [www.iFit.com](http://www.iFit.com) или се обадете на телефонния номер, посочен на предната корица на това ръководство.** Трябва също да имате достъп до компютър с USB порт и интернет връзка. В допълнение трябва да имате достъп до безжична мрежа, включваща 802.11b/g/n рутер, с активирано SSID излъчване (не се поддържат скрити мрежи). Изисква се също членство в iFit.com.

### 1. Поставете ключа в конзолата.

Вижте КАК ДА ВКЛЮЧИТЕ ЗАХРАНВАНЕТО на стр. 18.

### 2. Поставете модула iFit в конзолата.

За поставяне на iFit модул вижте инструкциите, включени към iFit модула.

**ВАЖНО:** За да спазите изискванията за съвместимост по отношение на експозицията, антената и предавателното устройство в модула iFit трябва да бъдат на разстояние най-малко 20 см от хората и не трябва да бъдат в близост или да са свързани с друга антена или предавателно устройство.

### 3. Изберете потребител.

Ако е регистриран повече от един потребител, можете да смените потребителя в основния екран на iFit. Натиснете бутоните за увеличаване или намаляване, които се намират до бутона Enter, за да изберете потребител.

### 4. Избиране на iFit тренировка.

За да изберете iFit тренировка, натиснете един от iFit бутоните. Преди изтеглянето на някои тренировъчни програми трябва да ги прибавите към графика си в [www.iFit.com](http://www.iFit.com).

Натиснете бутона iFit, за да изтеглите следващата тренировъчна програма в графика си. Натиснете бутона Map (Карта), бутона Train (Тренировка) или бутона Lose Wt. (Сваляне на тегло), за да изтеглите следващата тренировъчна програма от този вид в графика си. Натиснете бутона Compete (Състезание), за да се състезавате в предварително насрочено от Вас състезание. Натиснете бутона Track (Писта), за да пуснете отново последната

тренировъчна програма. **За повече информация относно тренировъчните програми iFit, моля, посетете [www.iFit.com](http://www.iFit.com).** Забележка: Ако няма тренировъчни програми от избора в графика Ви вид, ще бъде изтеглена следващата тренировъчна програма от Вашия график.

Когато изберете тренировъчна програма iFit, дисплеят ще покаже продължителността ѝ, разстоянието което ще изминете, и приблизителния брой калории, които ще изгорите. Дисплеят може да покаже също така и името на тренировъчната програма. Ако изберете състезателна тренировъчна програма, дисплеят ще извърши обратно броене до началото на състезанието.

Забележка: Всеки iFit бутон може също да стартира две демонстрационни тренировъчни програми. За да използвате демонстрационните тренировъчни програми, извадете модула iFit от конзолата и натиснете един от бутоните iFit.

### 5. Включете тренировъчната програма.

Вижте стъпка 3 на стр. 20.

По време на някои тренировъчни програми съществува опция за указания от аудио треньор. Вие можете да изберете аудио настройка за аудио треньора (вижте РЕЖИМА ЗА НАСТРОЙКИ на страница 24).

За да спрете тренировъчната програма по всяко време, натиснете бутона Stop (Стоп). Времето ще започне да мига на дисплея. За да включите отново тренировъчната програма, натиснете бутона Start (Старт) или бутона за увеличаване на Speed (скоростта). Лентата за бягане ще започне да се движи според настройките за скорост, зададени за първия сегмент на тренировъчната програма. Когато започне следващия сегмент на тренировъчната програма, бягащата пътечка автоматично ще регулира настройката на скоростта и наклона за следващия сегмент.

### 6. Следете напредъка си на дисплеите.

Вижте стъпка 5 на стр. 19.

Разделът My Trail (Моят опитен полигон) ще покаже карта на полигона, по който се движите или бягате, или ще покаже писта и броя обиколки, които сте извършили.

По време на състезателната тренировъчна програма, разделът Competition (Състезание) ще показва напредъка ви в състезанието. Докато се състезавате, горният ред на матрицата ще показва каква част от състезанието сте изминали. Другите редове ще показват четирите от най-силните ви конкуренти. Краят на матрицата представлява края на състезанието.

**7. Измерете сърдечния си ритъм, ако желаете.**

Вижте стъпка 6 на стр. 19.

**8. По желание може да включите вентилатора.**

Вижте стъпка 7 на стр. 20.

**9. Когато приключите тренировката, извадете ключа от конзолата.**

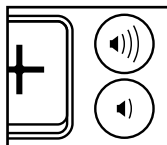
Вижте стъпка 8 на стр. 20.

**За повече информация относно тренировъчните програми iFit, моля, посетете [www.iFit.com](http://www.iFit.com).**

## КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ СТЕРЕОУРЕДБАТА

За да възпроизвеждате музика или аудио книги чрез озвучителната система на конзолата, докато тренирате, включете 3,5 мм жак в 3,5 мм аудио кабел (не е предоставен) в жака на конзолата и в жака на вашия MP3 плеър, CD плеър или друг персонален аудио плеър; **уверете се, че аудио кабелът е вмъкнат докрай. Забележка: За да закупите аудио кабел, посетете местния си магазин за електроника.**

След това натиснете бутона Възпроизвеждане на персоналният си аудио плеър. Регулирайте силата на звука, като използвате бутоните за увеличаване и намаляване на звука на конзолата или бутона за управление на звука на персоналния си аудио плеър.



Ако използвате персонален CD плеър и компактдискът „прескача“, поставете CD плеъра на пода или на друга плоска повърхност вместо на конзолата.

## РЕЖИМ ЗА НАСТРОЙКИ

Конзолата е снабдена с режим за настройки, който следи информацията за бягащата пътечка и ви позволява да персонализирате настройките на конзолата.

**1. Изберете режима за настройки.**

За да изберете режима за настройки, натиснете бутона Settings (Настройки). Когато е избран режимът за настройки, дисплеят ще показва общият брой часове, които са използвани от бягащата пътечка и общият брой километри или мили, които са изминати от бягащата пътечка.

**2. Избор на избираеми екрани.**

Докато е избран режимът за настройки, матрицата ще показва няколко екрана по избор. Натиснете бутона за намаляване, намиращ се до бутона Enter, за да изберете всеки от следните екрани:

**ЕДИНИЦИ**— За да смените измервателните единици, натиснете бутона Enter. За да видите разстоянието в мили, изберете ENGLISH (английски). За да видите разстоянието в километри, изберете METRIC (метрични).

**ДЕМО**— Конзолата е снабдена с демонстрационен режим на показване на екрана, предназначен за използване при излагане на бягащата пътечка в магазин. Докато е включен демонстрационният режим, конзолата ще функционира нормално, когато включите захранващия кабел, натиснете превключвателя на захранването в положението за нулиране и поставите ключа в конзолата. Когато обаче извадите ключа, дисплеите ще продължат да светят, въпреки че бутоните няма да функционират. Ако е включен демонстрационният режим, думата On (Вкл.) ще се появи на матрицата. За да включите или изключите демонстрационния режим, натиснете бутона Enter.



**КОНТРАСТ**—Натиснете бутоните за увеличаване и намаляване на Incline (наклона), за да регулирате нивото на контраст на дисплея.

**Ако е включен модул, можете също да избере следния екран:**

**ГЛАС НА ТРЕНЬОРА**—За да включите или изключите аудио тренъора, натиснете бутона Enter.

**МЕНЮ ПО ПОДРАЗБИРАНЕ**—Менюто по подразбиране ще се появи, когато поставите ключа в конзолата или натиснете бутона Home (Начало). Натиснете няколко пъти бутона Enter, за да изберете ръчно главния екран на iFit като меню по подразбиране.

**ПРОВЕРКА НА СЪСТОЯНИЕТО НА WIFI**—Натиснете бутона Enter, за да проверите състоянието на вашия iFit модул. Долният дисплей ще покаже номера на версията на софтуера, SSID на мрежата, вида на кодирката в нея, състоянието на връзката, силата на безжичния сигнал, IP адреса на модула, броя регистрирани потребители и техните имена, резултатите от търсенето на DNS и състоянието на iFit сървъра.

**ИЗПРАЩАНЕ/ПОЛУЧАВАНЕ НА ДАННИ**—За да изпращате и получавате тренировки, тренировъчни дневници и актуализации, натиснете бутона Enter. При приключване на процеса, на дисплея ще се появят думите TRANSFERS DONE (извършено прехвърляне).

### 3. Излезте от режима за настройки.

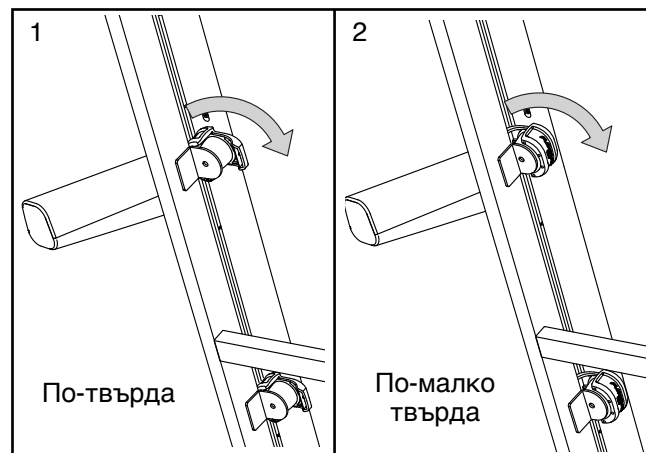
За да излезете от режима за настройки, извадете ключа от конзолата.

## КАК ДА РЕГУЛИРАТЕ ОМЕКОТЯВАЩАТА СИСТЕМА

Бягащата пътека включва омекотяваща система, която намалява напрежението, докато вървите или бягате върху пътеката.

**Извадете ключа от конзолата и изключете захранващия кабел.** За да регулирате възглавничките може да се наложи да поставите бягащата пътека в позицията за съхранение (вижте КАК ДА СГЪНЕТЕ БЯГАЩАТА ПЪТЕЧКА на стр. 26).

За повече твърдост завъртете възглавничката в позицията, посочена на фиг. 1; за по-малко твърдост завъртете възглавничката на позицията, посочена на фиг. 2. Регулирайте останалите възглавнички по същия начин. **Забележка:** Уверете се, че възглавничките от лявата и от дясната страна на бягащата пътека са настроени на еднакво ниво на твърдост. Колкото по-бързо бягате на пътеката или колкото повече тежите, толкова по-твърда трябва да бъде платформата за бягане.

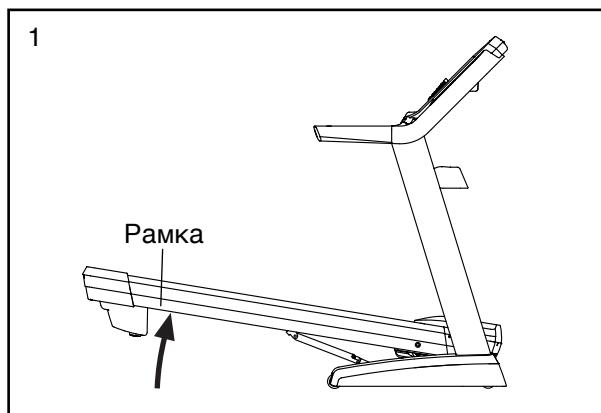


# КАК ДА СГЪНЕТЕ И ПРЕМЕСТИТЕ БЯГАЩАТА ПЪТЕЧКА

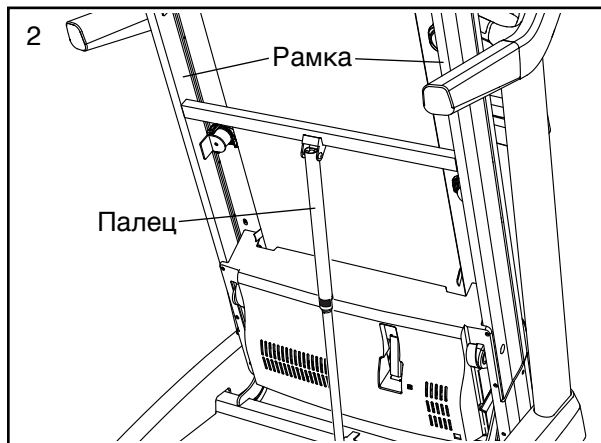
## КАК ДА СГЪНЕТЕ БЯГАЩАТА ПЪТЕЧКА

За да избегнете повреди на бягащата пътечка, преди да я сгънете, регулирайте наклона до нула. След това извадете ключа и изключете захранващия кабел. **ВНИМАНИЕ:** Трябва да сте способни да повдигнете безопасно 20 кг, за да повдигате, да спускате или да премествате бягащата пътечка.

1. Хванете здраво металната рамка на мястото, показано по-долу със стрелка. **ВНИМАНИЕ:** Не хващайте рамката за пластмасовите зони за почивка на краката. Сгънете коленете си и дръжте гърба си прав.



2. Изправете рамката, докато палецът за съхранение щракне в позицията за съхранение. **ВНИМАНИЕ:** Уверете се, че бутонът на палеца за съхранение се заключва.

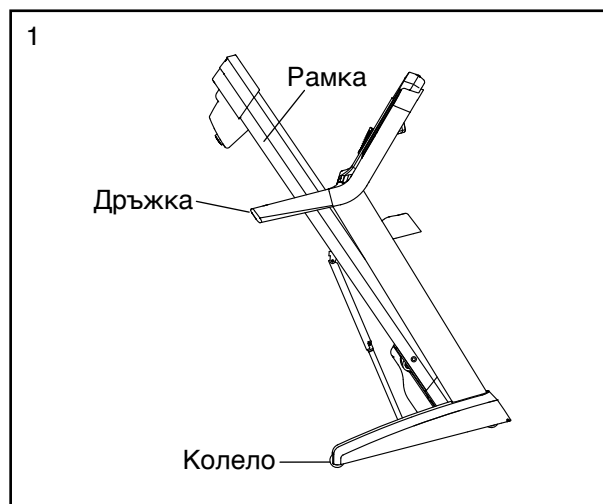


За да предпазите пода или килима, поставете подходяща подложка под бягащата пътечка. Съхранявайте бягащата пътечка далеч от директна слънчева светлина. Не оставяйте бягащата пътечка в позиция за съхранение при температури над 30° C.

## КАК ДА ПРЕМЕСТИТЕ БЯГАЩАТА ПЪТЕЧКА

Преди да преместите бягащата пътечка, сгънете я, както е описано вляво. **ВНИМАНИЕ:** Уверете се, че палецът за съхранение е заключен в позицията за съхранение. Преместването на бягащата пътечка може да изисква участие на двама човека.

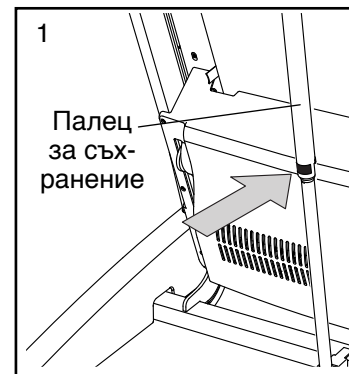
1. Хванете рамката и една от дръжките и поставете единия си крак до едното колело.



2. Издърпайте дръжката назад, докато бягащата пътечка се претърколи върху колелата си, и внимателно я преместете до желаното място. **ВНИМАНИЕ:** Не местете бягащата пътечка, без да сте я търкулнали назад, не дърпайте рамката и не местете бягащата пътечка върху неравна повърхност.
3. Поставете единия си крак до едното колело и внимателно спуснете бягащата пътечка.

## КАК ДА СПУСНЕТЕ БЯГАЩАТА ПЪТЕЧКА, ЗА ДА Я ИЗПОЛЗВАТЕ

1. Натиснете горния край на бягащата пътечка с ръце, натиснете палеца за съхранение с крак на посоченото място и след това оставете рамката да се спусне до пода.



# ОТСТРАНЯВАНЕ НА НЕИЗПРАВНОСТИ

## ПОДДРЪЖКА

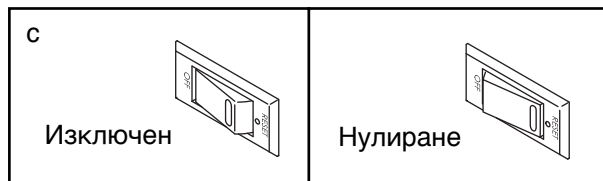
Редовно почиствайте пътекката и поддържайте лентата за бягане чиста и суха. Първо **поставете превключвателя на захранването в положение „Изкл.“ и изключете захранващия кабел.** Използвайте влажна кърпа и малко количество мек сапун за почистване на външните части на бягащата пътечка. **ВАЖНО: Не пръскайте пътечката с течности директно. За да избегнете повреди по конзолата, дръжте течностите далеч от нея.** След това старателно подсушете бягащата пътечка с мека кърпа.

## ОТСТРАНЯВАНЕ НА НЕИЗПРАВНОСТИ

Повечето проблеми с бягащата пътечка могат да се решат, като следвате лесните стъпки по-долу. Намерете симптома, който е приложим и следвайте изброените стъпки. Ако имате нужда от допълнително съдействие, погледнете предната корица на това ръководство.

### СИМПТОМ: Захранването не се включва

- Уверете се, че захранващият кабел е включен в правилно заземен контакт (вижте стр. 16). Ако ви е необходим удължител, използвайте само 3-проводен кабел, калибър 14 (1 mm<sup>2</sup>), не по-дълъг от 5 фута 1,5 м.
- След като захранващият кабел е включен, уверете се, че ключът е поставен в конзолата.
- Проверете положението на превключвателя, разположен на рамката на бягащата пътечка, близо до захранващия кабел. Ако ключът е издаден, както е показано, той се е изключил. За да го нулирате, изчакайте пет минути и след това го натиснете.



### СИМПТОМ: Захранването се изключва по време на употреба

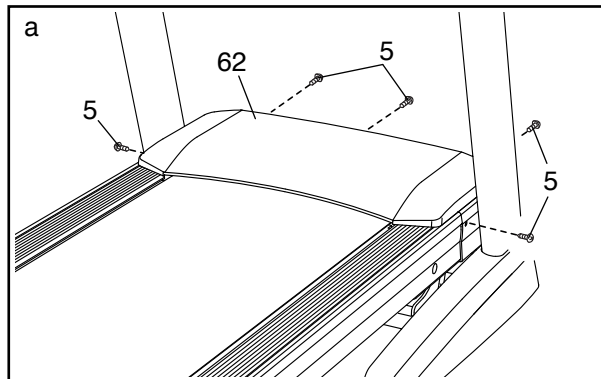
- Проверете превключвателя (вижте чертеж с отляво). Ако превключвателят се е изключил, изчакайте пет минути и след това го натиснете.
- Уверете се, че захранващият кабел е включен. Ако това е така, изключете го, изчакайте пет минути и след това го включете отново.
- Извадете ключа от конзолата и след това го вкарайте отново.
- Ако бягащата пътечка продължава да не работи, моля, погледнете предната корица на това ръководство.

### СИМПТОМ: Дисплеите на конзолата продължават да светят, когато извадите ключа от конзолата

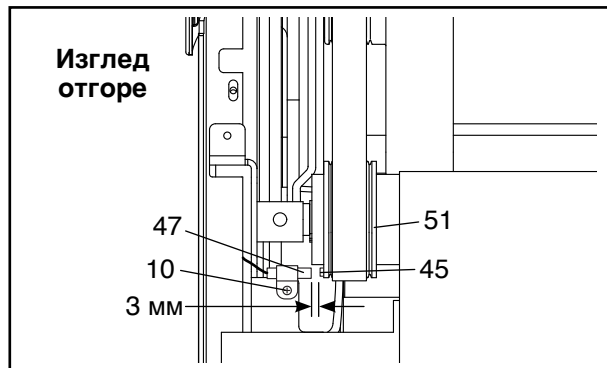
- Конзолата е снабдена с демонстрационен режим на показване на екрана, предназначен за използване при излагане на бягащата пътечка в магазин. Ако дисплеите на конзолата продължават да светят, когато извадите ключа, това означава, че е включен демонстрационният режим. За да го изключите, задръжте натиснат бутона Stop (Стоп) за няколко секунди. Ако дисплеите продължат да светят, вижте РЕЖИМА ЗА НАСТРОЙКИ на стр. 24, където е описано как да изключите демонстрационния режим.

### СИМПТОМ: Дисплеите на конзолата не функционират правилно

- Извадете ключа от конзолата и **ИЗКЛУЧЕТЕ ЗАХРАНВАЩИЯ КАБЕЛ.** Извадете петте винта #8 x 3/4" (5). Внимателно завъртете нагоре капака на мотора (62).



Намерете магнитния контакт (47) и магнитна (45) от лявата страна на бобината (51). Завъртете бобината, докато магнитът се подравни с магнитния контакт. **Уверете се, че луфтът между магнита и магнитния контакт е около 3 мм.** Ако е необходимо, разхлабете винта Тек #8 x 3/4" (10), преместете леко магнитния контакт и след това затегнете отново винта. Закрепете отново капака на мотора (не е показан) с пет винта #8 x 3/4" (не са показани) и включете бягащата пътечка за няколко минути за да проверите дали скоростта се отчита правилно.



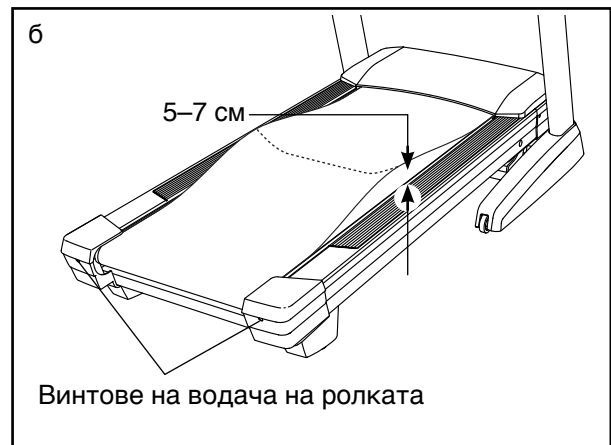
**СИМПТОМ: Наклонът на бягащата пътечка не се променя правилно**

- Задръжте натиснати бутона Stop (Стоп) и бутона Speed (скоростта) Увеличаване, поставете ключа в конзолата и след това отпуснете бутона Stop и бутона Speed Увеличаване. След това натиснете бутона Stop, а след това - бутона за увеличаване или намаляване на наклона. Бягащата пътечка ще се вдигне автоматично до максималното ниво на наклона и след това ще се върне на минималното ниво. Така ще калибрирате отново системата за накланяне. Ако системата за накланяне не започне да се калибрира, натиснете отново бутона Stop и след това натиснете отново бутона за увеличаване или намаляване на Incline (наклона). Когато системата за наклон е калибрирана, извадете ключа от конзолата.

**СИМПТОМ: Лентата за бягане намалява скоростта си, когато бягате по нея**

- Ако се наложи да използвате удължител, използвайте само 3-проводен кабел, калибър 14 (1 mm<sup>2</sup>) не по-дълъг от 1,5 м.

- Ако лентата за бягане е обтегната твърде много, характеристиките на бягащата пътечка може да се влошат и лентата за бягане може да се повреди. Извадете ключа и **ИЗКЛЮЧЕТЕ ЗАХРАНВАЩИЯ КАБЕЛ.** С помощта на шестограмен ключ завъртете и двата винта за регулиране на ролката обратно на часовниковата стрелка с 1/4 оборот. Когато лентата за бягане е правилно обтегната, трябва да можете да повдигнете всеки от краищата ѝ на 5 до 7 см спрямо платформата за тичане. Поддържайте центрирана лентата за бягане. След това включете захранващия кабел, поставете ключа и пуснете бягащата пътечка за няколко минути. Повтаряйте до постигане на правилно обтягане на лентата за бягане.

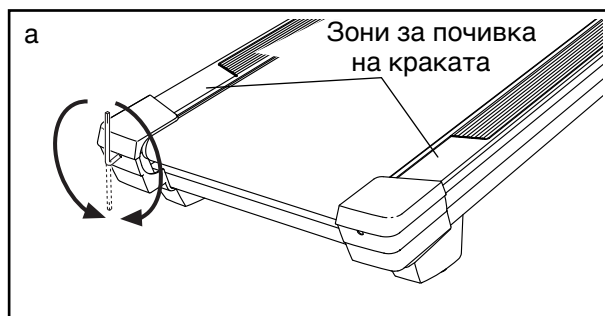


- Вашата бягаща пътечка разполага с лента за бягане, покрита с висококачествена смазка. **ВАЖНО: В никакъв случай не нанасяйте силиконов спрей или други вещества върху лентата за бягане или върху платформата за бягане освен ако нямате дадени такива инструкции от упълномощен сервизен представител. Подобни вещества могат да повредят лентата за бягане и ще доведат до силно износване.** Ако подозирате, че лентата за бягане се нуждае от повече смазка, вижте предната корица на това ръководство.
- Ако лентата за бягане продължава да забавя скоростта си, когато бягате по нея, погледнете предната корица на това ръководство.

**СИМПТОМ:** Лентата за бягане не е центрирана между зоните за почивка на краката

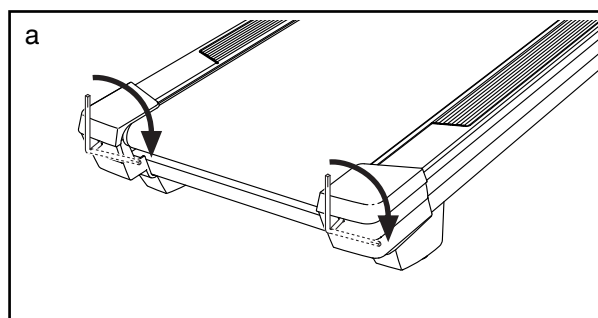
**ВАЖНО:** Ако лентата за бягане се търка в зоната за почиване на краката, тя може да се повреди.

- а. Първо извадете ключа и **ИЗВАДЕТЕ ЗАХРАНВАЩИЯ КАБЕЛ**. Ако лентата за бягане е изместена наляво, използвайте шестограмния ключ, за да завъртите левия винт за регулиране на ролката по часовниковата стрелка с 1/2 оборот; **ако е изместена надясно**, завъртете винта на ролката обратно на часовниковата стрелка с 1/2 оборот. Внимавайте да не затегнете винтовете на лентата за бягане твърде силно. След това включете захранващия кабел, поставете ключа и пуснете наклонената бягаща пътека за няколко минути. Повтаряйте до постигане на правилно центриране на лентата за бягане.



**СИМПТОМ:** Лентата за бягане се плъзга, когато бягате по нея

- а. Първо, издърпайте ключа и **ИЗВАДЕТЕ ЗАХРАНВАЩИЯ КАБЕЛ**. С помощта на шестограмен ключ завъртете винтовете за регулиране на ролката обратно на часовниковата стрелка с 1/4 оборот. Когато лентата за бягане е правилно обтегната, трябва да можете да повдигнете всеки от краищата ѝ на 8 до 10 см спрямо платформата за тичане. Поддържайте центрирана лентата за бягане. След това включете захранващия кабел, поставете ключа и внимателно тичайте по наклонената бягаща пътека няколко минути. Повтаряйте до постигане на правилно обтягане на лентата за бягане.



**СИМПТОМ:** По дисплея на конзолата се появяват бягащи линии

- а. Ако по дисплея на конзолата се появяват линии, вижте РЕЖИМА ЗА НАСТРОЙКИ на страница 24 и регулирайте нивото на контраста на дисплея.

# НАСОКИ ЗА ТРЕНИРОВКИТЕ

## ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:

Преди за започнете тази програма за тренировки или която и да е друга, посъветвайте се с Вашия лекар. Това е особено важно за лица на възраст над 35 г. или такива, които имат проблеми със здравето.

Мониторът за пулс не е медицинско устройство. Върху точността на отчитането на сърдечния ритъм може да повлияят различни фактори. Предназначението на монитора за измерване на пулса е да подпомага определянето на тенденциите в сърдечния ритъм при тренировките по принцип.

Тези насоки ще Ви помогнат да планирате програмата си за тренировки. За подробна информация относно тренировките снабдете се с получила признание книга или се посъветвайте с Вашия лекар. Не забравяйте, че правилното хранене и подходящата почивка са важни за постигане на успешни резултати.

## ИНТЕНЗИВНОСТ НА ТРЕНИРОВКИТЕ

Независимо от това дали целта Ви е изгаряне на мазнини или укрепване на сърдечносъдовата система, тренировките с подходяща интензивност са ключът към постигането на резултати. Можете да използвате сърдечния си ритъм като указание за намиране на правилното ниво на интензивност. На диаграмата по-долу са показани препоръчителните стойности на сърдечния ритъм за изгаряне на мазнини и за аеробна тренировка.

|     |     |     |     |     |     |     |                                                                                     |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 165 | 155 | 145 | 140 | 130 | 125 | 115 |  |
| 145 | 138 | 130 | 125 | 118 | 110 | 103 |  |
| 125 | 120 | 115 | 110 | 105 | 95  | 90  |  |
| 20  | 30  | 40  | 50  | 60  | 70  | 80  |                                                                                     |

За да установите кое е правилното ниво на интензивност, намерете възрастта си в долната част на диаграмата (възрастите са закръглени до най-близките десет години) Трите числа, посочени над възрастта Ви, определят Вашата „зона на тренинг“. Най-малкото число е сърдечният ритъм за изгаряне на мазнини, средното е сърдечният ритъм за максимално изгаряне на мазнини, а най-голямото — сърдечният ритъм за аеробна тренировка.

**Изгаряне на мазнини**—За ефективно изгаряне на мазнини трябва да тренирате дълъг период от време при ниско ниво на интензивност. По време на първите няколко минути от тренировката тялото Ви използва калориите от въглехидратите, за да си набави енергия. Едва след първите няколко минути от тренировката то започва да използва калориите от складираните мазнини, за да си набави енергия. Ако целта Ви е изгаряне на мазнини, регулирайте интензивността на тренировките така, че сърдечният Ви ритъм да е близо до най-малкото число в зоната Ви на тренинг. За максимално изгаряне на мазнини тренирайте така, че сърдечният Ви ритъм да е близо до средното число в зоната Ви на тренинг.

**Аеробна тренировка**—Ако целта Ви е да укрепите сърдечносъдовата си система, трябва да правите аеробни тренировки — дейност, която изисква големи количества кислород за продължителни периоди от време. При аеробни тренировки регулирайте интензивността на тренировките така, че сърдечният Ви ритъм да е близо до най-голямото число в зоната Ви на тренинг.

## НАСОКИ ЗА ТРЕНИРОВЪЧНИТЕ ПРОГРАМИ

**Загряване**—Започнете с 5 до 10 минути разтягане и леки упражнения. Загряването увеличава температурата на тялото Ви и сърдечния ритъм, като кръвообращението се подготвя за тренировката.

**Упражнения в зоната на тренинг**—Тренирайте в продължение 20 до 30 минути така, че сърдечният Ви ритъм да е в зоната Ви на тренинг. (По време на първите няколко седмици от програмата си за тренировки, не поддържайте сърдечния си ритъм в зоната за тренинг за повече от 20 минути.) Докато тренирате, дишайте ритмично и дълбоко — никога не задържайте дишането.

**Охлаждане**—Завършете с 5 до 10 минути разтягане. Разтягането увеличава гъвкавостта на мускулите ви и спомага за предотвратяване на проблемите след тренировка.

## ЧЕСТОТА НА ТРЕНИРОВКИТЕ

За да поддържате или подобрите кондицията си, правете три тренировки всяка седмица с поне един ден почивка между тях. След няколко месеца редовни тренировки, можете да тренирате до пет пъти седмично, ако желаете. Не забравяйте, че ключът към успеха е да превърнете тренировките в редовна и приятна част от ежедневието си живот.



## ПРЕПОРЪЧВАНИ УПРАЖНЕНИЯ ЗА РАЗТЯГАНЕ

Правилното положение за няколко основни упражнения за разтягане е показано вдясно. Движете се бавно, докато се разтягате – никога не подскачайте.

### 1. Разтягане с докосване на пръстите на краката

Застанете с леко сгънати колене и бавно се наведете напред от кръста. Оставете гърба и раменете си да почиват, докато протягате ръце възможно най-далече към пръстите на краката си. Пребройте до 15 и се отпуснете. Повторете 3 пъти. Разтягания: Бедра, задната част на коленете и гръб.

### 2. Разтягане на бедрата

Седнете, като опънете единия си крак. Придърпайте стъпалото на другия крак към себе си и го поставете от вътрешната страна на бедрото на протегнатия крак. Протегнете се, доколкото е възможно и се опитайте да докоснете пръстите на протегнатия крак. Пребройте до 15 и се отпуснете. Повторете 3 пъти за всеки крак. Разтягания: Бедра, долна част на гърба и ханш.

### 3. Разтягане на прасците/ахилесовите сухожилия

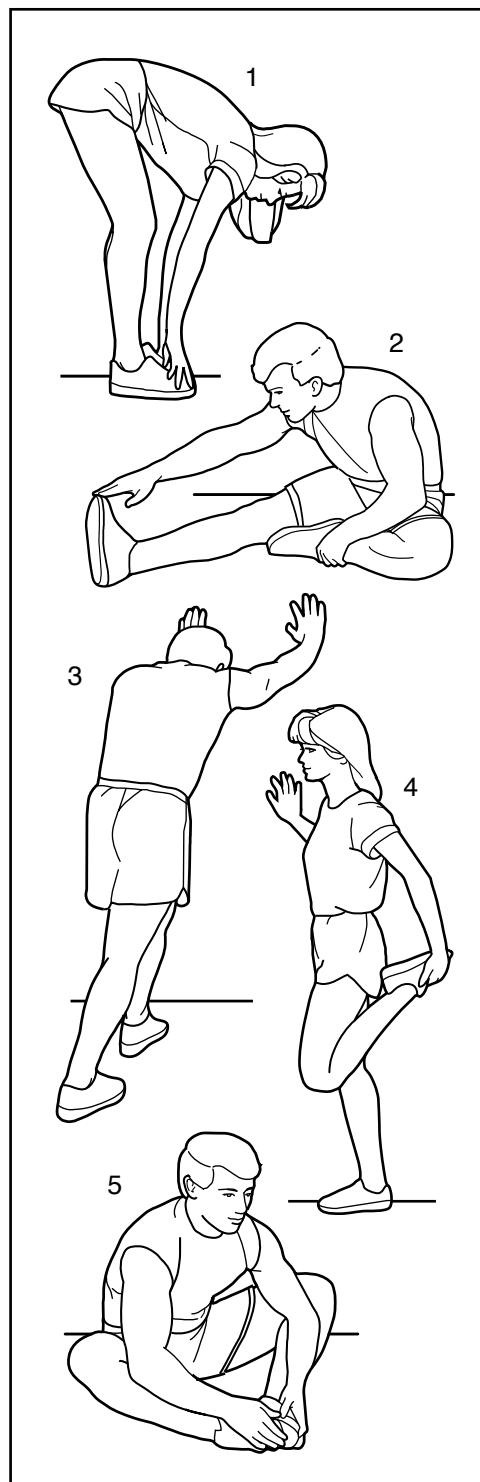
Поставете единия си крак пред другия, наведете се напред и опрете ръцете си на стената. Дръжте гърба си прав и задния крак опънат, със стъпало изцяло на пода. Сгънете предния крак, наведете се напред и избутайте ханша към стената. Пребройте до 15 и се отпуснете. Повторете 3 пъти за всеки крак. За по-нататъшно разтягане на ахилесовите сухожилия сгънете и задния крак. Разтягания: Прасци, ахилесови сухожилия и глезени.

### 4. Разтягане на четириглавите мускули

Поставете едната си ръка на стената, за да запазите равновесие, и хванете с другата едноименния крак отзад. Избутайте ръката колкото се може по-близо до ханша. Пребройте до 15 и се отпуснете. Повторете 3 пъти за всеки крак. Разтягания: Четириглави мускули и мускули на ханша.

### 5. Разтягане на вътрешната част на бедрото

Седнете така, че стъпалата Ви да са събрани, а коленете Ви да сочат навън. Придърпайте краката към ханша, доколкото е възможно. Пребройте до 15 и се отпуснете. Повторете 3 пъти. Разтягания: Четириглави мускули и мускули на ханша.









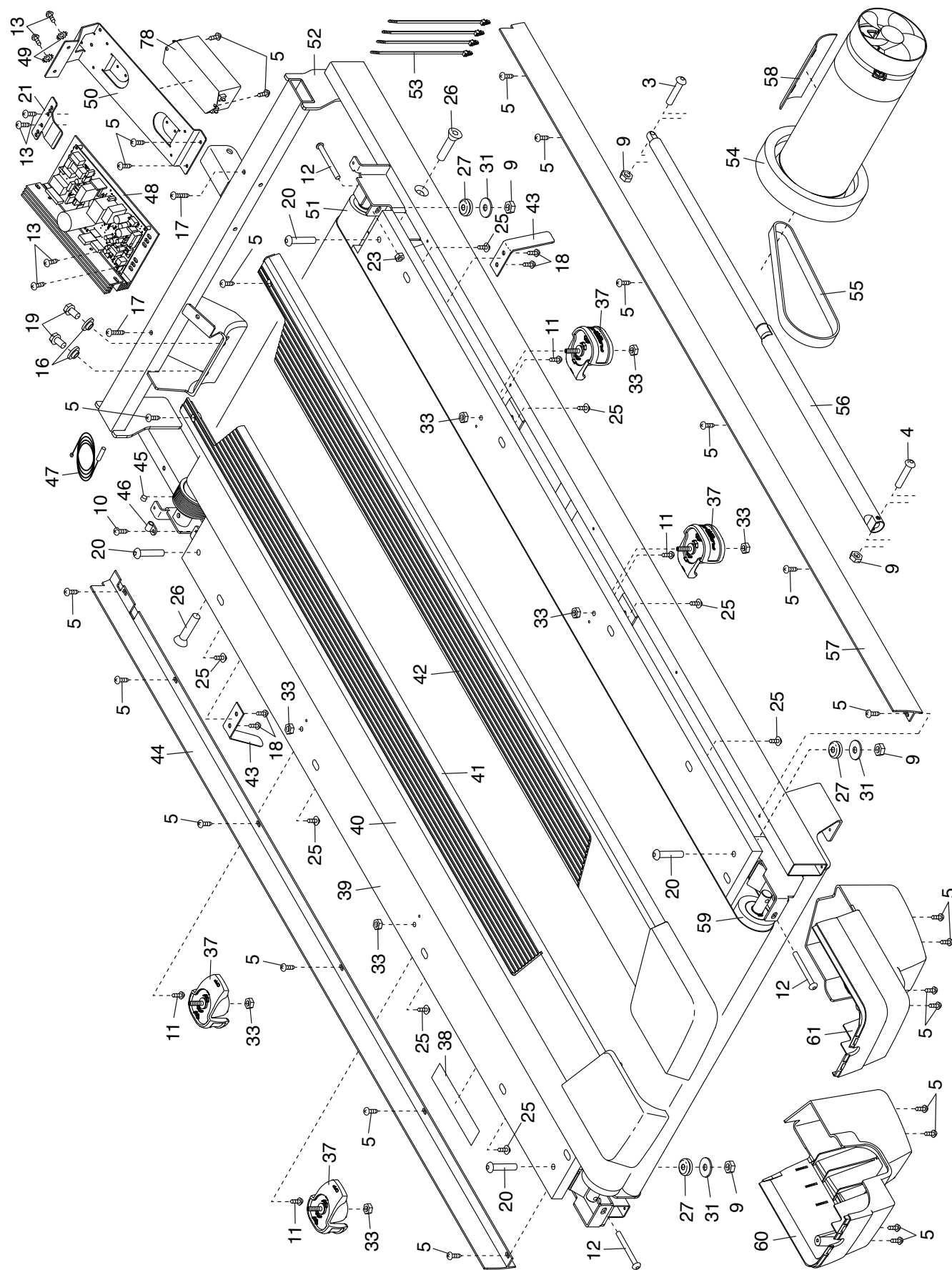
# СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ

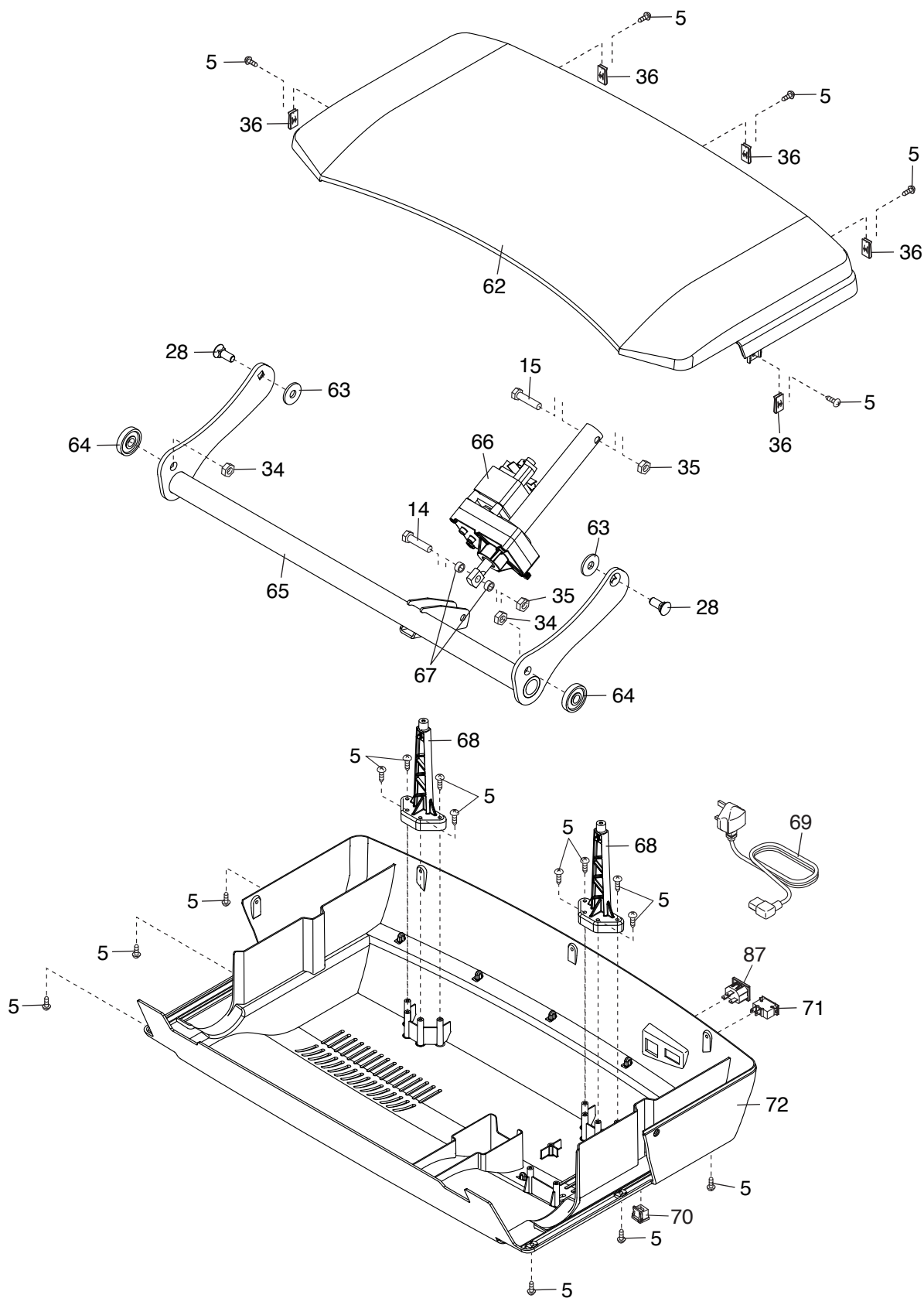
Модел № NETL19714.1 R1014A

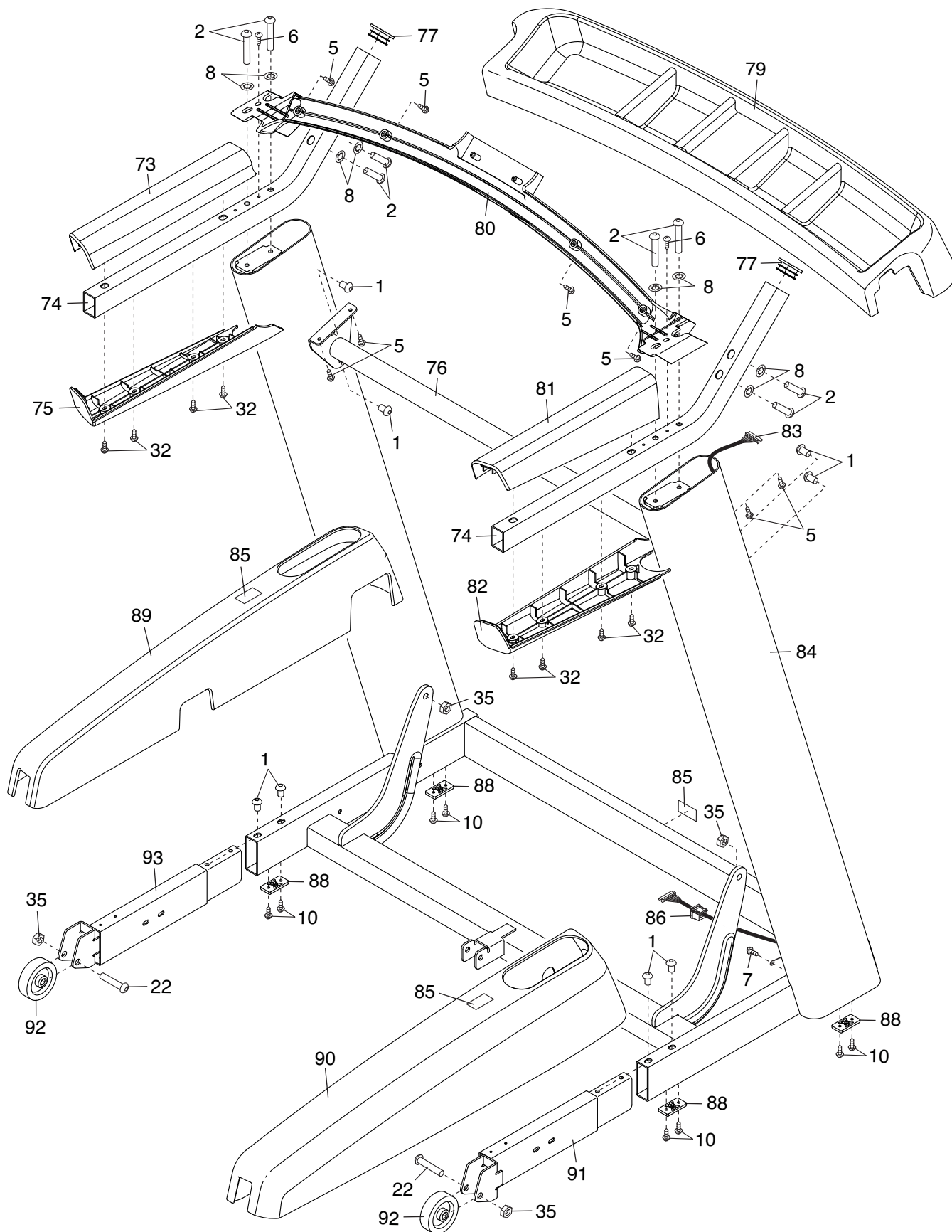
| Номер | К-во | Описание                               | Номер | К-во | Описание                                       |
|-------|------|----------------------------------------|-------|------|------------------------------------------------|
| 1     | 8    | Винт 5/16" x 3/4"                      | 47    | 1    | Магнитен контакт                               |
| 2     | 8    | Винт 5/16" x 2"                        | 48    | 1    | Контролер                                      |
| 3     | 1    | Болт 5/16" x 1 3/4"                    | 49    | 2    | Шайба-звезда #8                                |
| 4     | 1    | Болт 5/16" x 2 1/4"                    | 50    | 1    | Скоба на контролера                            |
| 5     | 62   | Винт #8 x 3/4"                         | 51    | 1    | Задвижваща ролка/бобина                        |
| 6     | 2    | Винт #10 x 3/4"                        | 52    | 1    | Рамка                                          |
| 7     | 1    | Сребрист винт #8 x 1/2"                | 53    | 4    | Връзка                                         |
| 8     | 8    | Шайба-звезда 5/16"                     | 54    | 1    | Задвижващ мотор                                |
| 9     | 6    | Гайка 5/16"                            | 55    | 1    | Ремък на мотора                                |
| 10    | 9    | Самонарезен винт #8 x 3/4"             | 56    | 1    | Палец за съхранение                            |
| 11    | 32   | Винт #8 x 1/2"                         | 57    | 1    | Капак на дясната рамка                         |
| 12    | 3    | Винт 1/4" x 2 1/2"                     | 58    | 1    | Изолатор на мотора                             |
| 13    | 6    | Машинен винт #8 x 1/2"                 | 59    | 1    | Водач на ролката                               |
| 14    | 1    | Болт 3/8" x 1 1/2"                     | 60    | 1    | Лява задна капачка                             |
| 15    | 1    | Болт 3/8" x 2"                         | 61    | 1    | Дясна задна капачка                            |
| 16    | 2    | Изолатор на мотора                     | 62    | 1    | Капак на мотора                                |
| 17    | 2    | Винт #8 x 1 3/4"                       | 63    | 2    | Раздалечителен елемент на рамката за накланяне |
| 18    | 4    | #8 Винт на водача на лентата           | 64    | 2    | Раздалечителен елемент за рамката              |
| 19    | 2    | Болт за мотора 5/16"                   | 65    | 1    | Рамка за накланяне                             |
| 20    | 4    | Винт 5/16" x 1 3/4"                    | 66    | 1    | Мотор за накланяне                             |
| 21    | 1    | Скоба на контролера                    | 67    | 2    | Раздалечителен елемент на мотора за накланяне  |
| 22    | 2    | Болт 3/8" x 1 3/4"                     | 68    | 2    | Монтаж на капака                               |
| 23    | 1    | Гайка 1/4"                             | 69    | 1    | Захранващ кабел                                |
| 24    | 1    | Ремък за пулса                         | 70    | 1    | Изолираща шайба                                |
| 25    | 8    | Винт #8 x 5/8"                         | 71    | 1    | Превключвател                                  |
| 26    | 2    | Болт 1/2" x 2"                         | 72    | 1    | Долна част на вътрешната тава                  |
| 27    | 4    | Гумена възглавница                     | 73    | 1    | Горен капак на лявата дръжка                   |
| 28    | 2    | Винт 3/8" x 1"                         | 74    | 2    | Дръжка                                         |
| 29    | 8    | Винт #6 x 1/2"                         | 75    | 1    | Долен капак на лявата дръжка                   |
| 30    | 1    | Сензор за пулс                         | 76    | 1    | Рамка на колона                                |
| 31    | 4    | Плоска шайба 5/16"                     | 77    | 2    | Капачка на рамката на конзолата                |
| 32    | 8    | Самонарезен винт #8 x 3/4"             | 78    | 1    | Филтър                                         |
| 33    | 8    | Гайка 1/4"                             | 79    | 1    | Поставка                                       |
| 34    | 2    | Гайка 1/2"                             | 80    | 1    | Рамка за измерване на пулс                     |
| 35    | 6    | Гайка 3/8"                             | 81    | 1    | Горен капак на дясната дръжка                  |
| 36    | 5    | Щипка на капака                        | 82    | 1    | Долен капак на дясната дръжка                  |
| 37    | 4    | Регулируема възглавница                | 83    | 1    | Кабел на колона                                |
| 38    | 1    | Предупредителен самозалепващ се етикет | 84    | 1    | Колона                                         |
| 39    | 1    | Платформа за бягане                    | 85    | 3    | Лепенка за повишено внимание                   |
| 40    | 1    | Лента за бягане                        | 86    | 1    | Изолираща шайба на колона                      |
| 41    | 1    | Лява зона за почивка на краката        | 87    | 1    | Гнездо                                         |
| 42    | 1    | Дясна зона за почивка на краката       | 88    | 4    | Поставка за основата                           |
| 43    | 2    | Водач на лентата                       | 89    | 1    | Капаче на лявата колона                        |
| 44    | 1    | Капаче на лявата рамка                 | 90    | 1    | Капак на дясна колона                          |
| 45    | 1    | Магнит                                 |       |      |                                                |
| 46    | 1    | Щипка                                  |       |      |                                                |

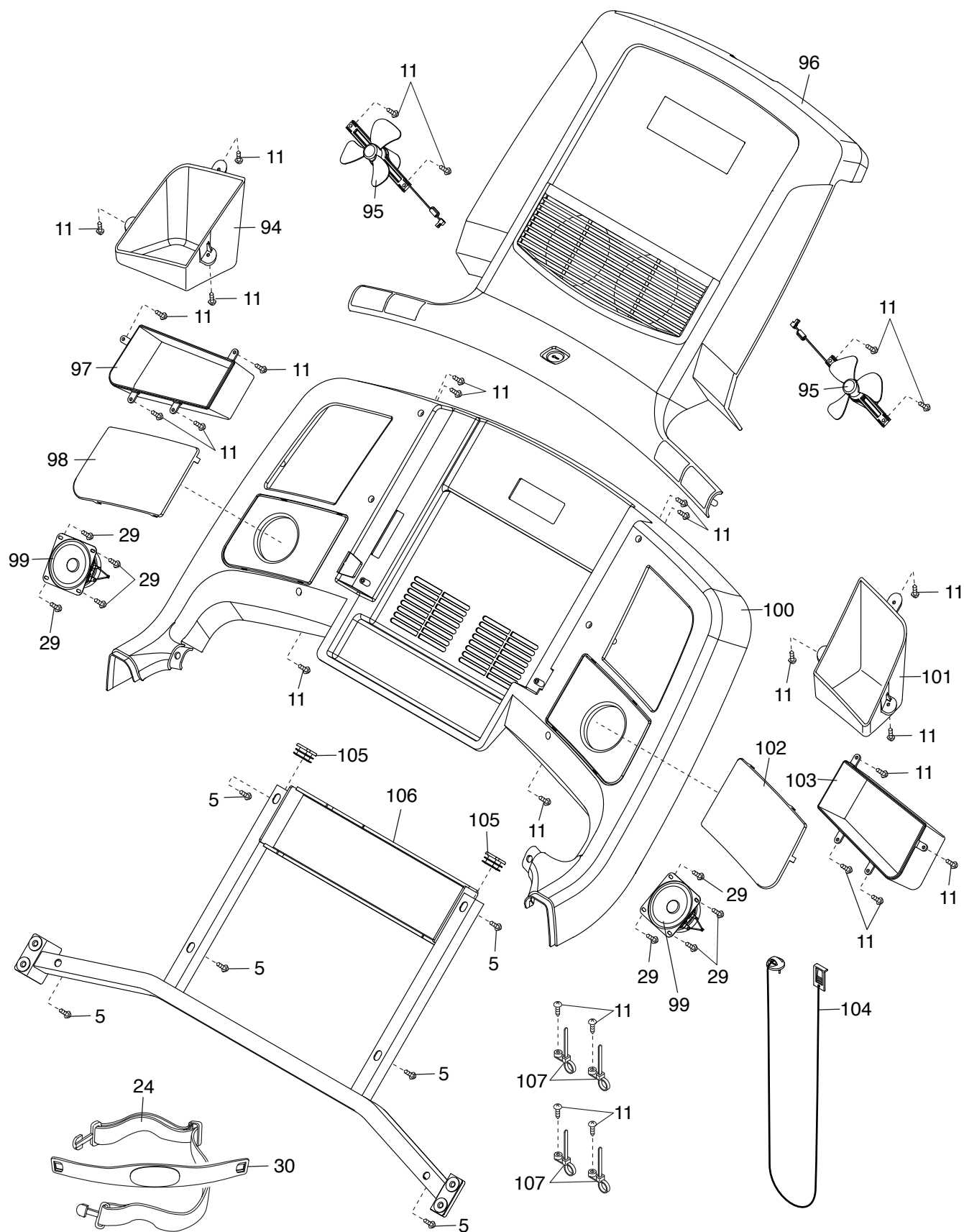
| Номер | К-во | Описание                  | Номер | К-во | Описание                        |
|-------|------|---------------------------|-------|------|---------------------------------|
| 91    | 1    | Десен удължителен крак    | 101   | 1    | Дясна поставка                  |
| 92    | 2    | Задно колело              | 102   | 1    | Решетка на дясна тонколона      |
| 93    | 1    | Ляв удължителен крак      | 103   | 1    | Капак на дясна тонколона        |
| 94    | 1    | Лява поставка             | 104   | 1    | Ключ/щипка                      |
| 95    | 2    | Вентилатор                | 105   | 2    | Капачка на рамката на конзолата |
| 96    | 1    | Конзола                   | 106   | 1    | Рамка на конзолата              |
| 97    | 1    | Капак на лява тонколона   | 107   | 4    | Кабелна връзка                  |
| 98    | 1    | Решетка на лява тонколона | *     | —    | Ръководство за потребителя      |
| 99    | 2    | Тонколона                 |       |      |                                 |
| 100   | 1    | Основа на конзолата       |       |      |                                 |

Забележка: Характеристиките може да бъдат променяни без предупреждение За информация относно поръчката на резервни части, моля, погледнете задната корица на това ръководство. \*Тези части не са показани на илюстрациите.









---

# ПОРЪЧКА НА РЕЗЕРВНИ ЧАСТИ

За поръчка на резервни части, погледнете задната корица на това ръководство. За да ни помогнете да Ви съдействаме, подгответе се да предоставите следната информация, когато се свързвате с нас:

- номерът на модела и серийният номер на продукта (вижте предната корица на това ръководство)
- името на продукта (вижте предната корица на това ръководство)
- номерът и описанието на резервната част(и) (вижте СПИСЪКА НА ЧАСТИТЕ и АКСОНОМЕТРИЧНИЯ ЧЕРТЕЖ в края на това ръководство)

---

## ИНФОРМАЦИЯ ЗА РЕЦИКЛИРАНЕ

**Този електронен продукт не трябва да се изхвърля заедно с домакинските отпадъци. С цел опазване на околната среда този продукт трябва да бъде рециклиран след края на полезния му живот, както се изисква от закона.**

Моля, използвайте инсталациите за рециклиране, които са упълномощени да събират този тип отпадъци във Вашия регион. По този начин ще спомогнете за опазване на природните ресурси и за усъвършенстване на европейските стандарти за защита на околната среда. Ако се нуждаете от повече информация относно безопасните и правилни методи за унищожаване на отпадъци, моля, свържете се с местната служба по сметосъбиране или с организацията, от която сте закупили този продукт.

