



# Руководство по эксплуатации беговой дорожки KINGSMITH WalkingPad

Внимательно прочитайте настоящее руководство перед использованием и сохраняйте его надлежащим образом.



Изготовитель: Beijing KINGSMITH Technology Co., Ltd

Адрес: 410, внутренний 4 этаж, 101, 1-15 этаж, строение 25, зона 18,  
западная дорога южной четвертой кольцевой автодороги, район  
Фэнтай, Пекин

E-mail по послепродажному обслуживанию: [support@walkingpad.com](mailto:support@walkingpad.com)

СДЕЛАНО В КИТАЕ

Model No. : *TRK12F Pro*



## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

1. Данный прибор может использоваться детьми в возрасте от 8 лет и старше, а также лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями и людьми, не имеющими достаточных опыта и знаний, если они находятся под наблюдением или инструктировали относительно безопасного использования прибора и понимали опасность. Дети не должны играть с прибором. Очистка и обслуживание прибора не должны выполняться детьми без присмотра.
2. Правильная утилизация прибора. На маркировке указывается, что прибор не должен

утилизироваться вместе с другими бытовыми отходами не всей территорией ЕС. Чтобы предотвратить возможный вред окружающей среде или здоровью людей от неконтролируемой утилизации отходов, утилизируйте прибор в установленном порядке для повторного использования материальных ресурсов. Чтобы вернуть использованное устройство, воспользуйтесь системами возврата и сбора или обратитесь к продавцу, у которого был приобретен продукт. Они могут взять этот продукт для экологически безопасной переработки.

Данный прибор не предназначен для использования людьми с ограниченными физическими, сенсорными или умственными возможностями (включая детей), а также людьми, не имеющими достаточных знаний и опыта работы, если за ними не присматривают и не дают указания по безопасной эксплуатации лицами, ответственными за их безопасность.

Следует следить за детьми, чтобы они не играли с прибором.

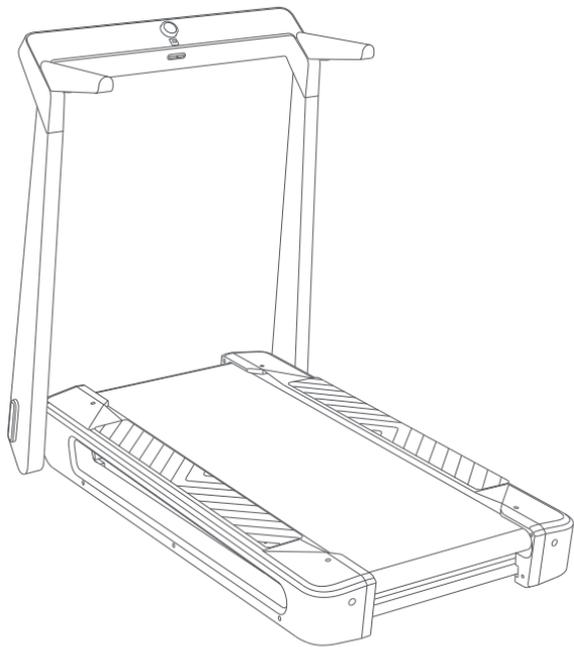
**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Держите маленьких детей подальше от этой машины. Контакт с движущейся поверхностью может привести к серьезным фрикционным ожогам.

## Содержание

1. Технические характеристики и комплектация	02
2. Описание изделия и его функции	03
3. Инструкция по установке	06
4. Первое использование беговой дорожки	08
5. Разминка	09
6. Правила техники безопасности	10
7. Обслуживание	13
8. Замена и утилизация	14
9. Торговая марка и юридическая информация	15

## Приветствие

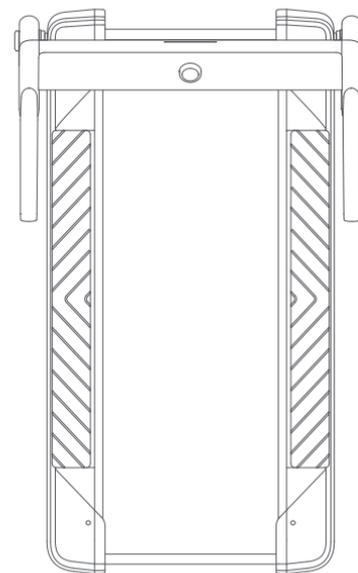
Благодарим за выбор беговой дорожки KINGSMITH WalkingPad (далее - беговая дорожка).. Он имеет гениальный, простой и инновационный общий дизайн, так что вы можете наслаждаться качественной тренировкой, занимаясь спортом дома.



Показатель:	Подробные параметры:
Рабочий размер	1340x820x1120 мм
Размер в сложенном виде	1350x820x300 мм
Беговое полотно	1220x440 мм
Вес в упаковке	58 кг
Вес без упаковки	52 кг
Вес пользователя	110 кг
Возраст пользователя	14 ~ 60 лет
Рост пользователя	Любой
Минимальная скорость	0.8 km/h
Максимальная скорость	12 km/h
Мощность	746 W
Частота	50/60 Hz
Напряжение	220-240 V ~
Режимы	Режим бега/ режим ходьбы

## 01 Технические характеристики и аксессуары

Пожалуйста, внимательно проверьте, цела ли беговая дорожка. Если есть царапины или повреждения, обратитесь к продавцу.



Основной продукт

### Аксессуары



Шнур питания



Ключ безопасности



Шестигранный ключ



Силиконовое масло



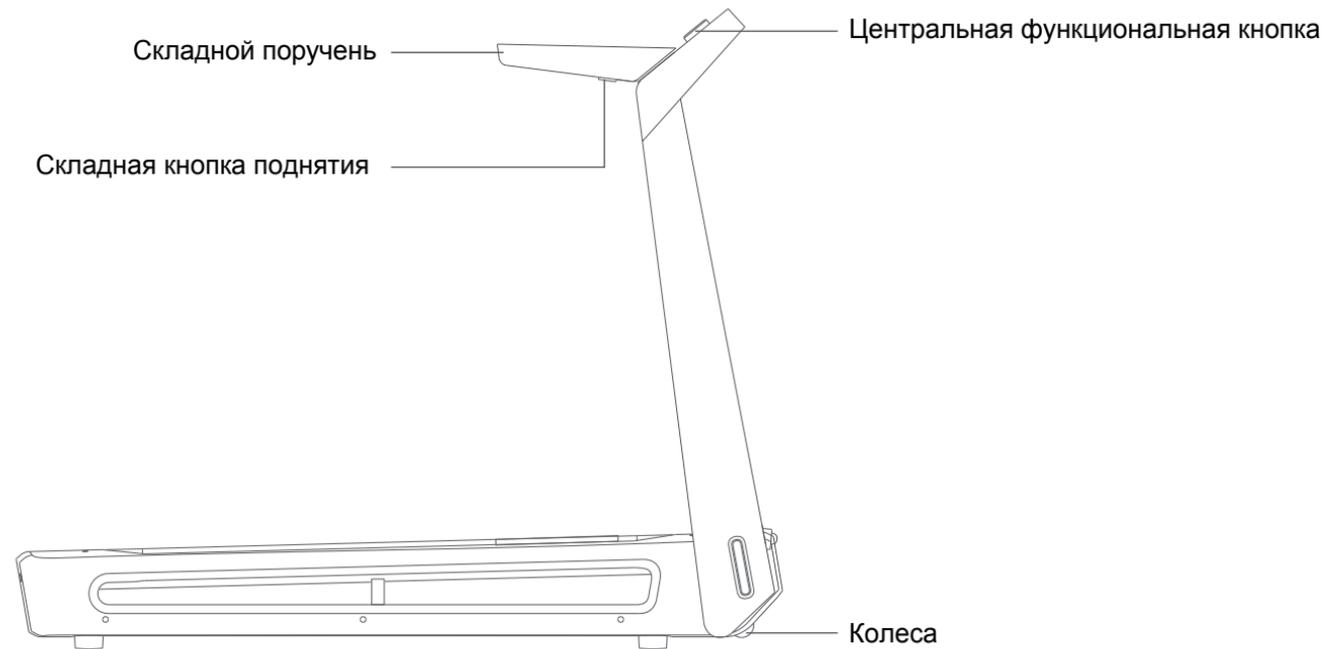
Подставка для телефона



Инструкция

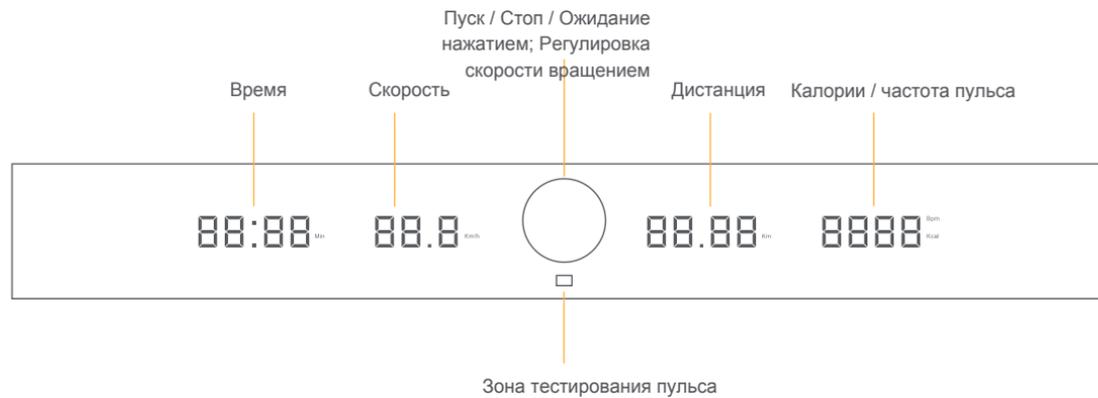
## 02 Описание изделия и его функции

### 1. Корпус беговой дорожки



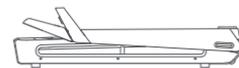
## 02 Описание изделия и его функции

### 2. Представление экрана дисплея

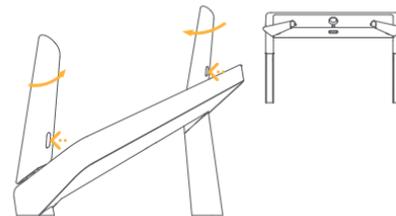


## 03 Инструкция по установке

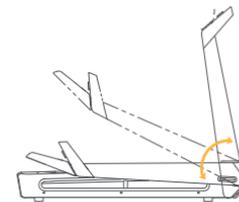
Пожалуйста, внимательно изучите свое физическое состояние, когда начнете использовать этот продукт для тренировок. Продолжайте тренироваться правильно и регулярно, чтобы убедиться, что у вас достаточно физической силы для тренировок. Неправильные или чрезмерные тренировки не принесут пользы вашему здоровью.



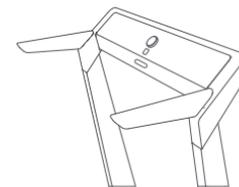
1. Вытащите устройство из упаковки и поставьте её на ровную поверхность.



3. Поверните поручень в направлении стрелок, удерживая кнопку блокировки под поручнем

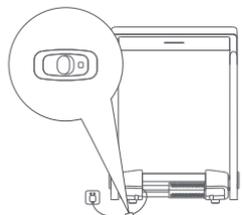


2. Поднимите поручень дорожки не вставая на неё



4. Проверьте, зафиксирован ли поручень.

## 03 Инструкция по установке

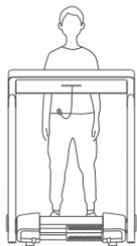


5. Подключите питание и нажмите кнопку включения

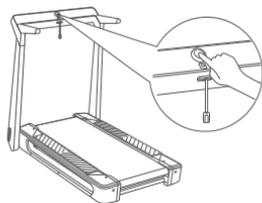


8. Откройте приложение и пройдите регистрацию

Подключите приложение к беговой дорожке.



6. Вставьте ключ безопасности в гнездо на беговой дорожке, закрепите другой конец на своей одежде.



9. Нажмите "Старт" для запуска беговой дорожки.



7. Загрузите приложение «KS Fit» и завершите установку.

Уровень шума 75 дБ (А).  
Беговая дорожка оснащена механизмом аварийной остановки для вашей безопасности. Перед началом тренировки прикрепите ключ безопасности к своей одежде. Если беговая дорожка была выключена из-за вынутаго ключа безопасности, вставьте его снова. Непрерывная лента снова не запускается автоматически. В экстренной ситуации крепко возьмитесь за поручни обеими руками и сойдите с ремня на боковые поверхности боковых площадок. Включите механизм аварийной остановки (предохранительное отключение).  
Примечания:  
Слегка коснитесь, чтобы проверить частоту пульса, через 16 секунд результат отобразится на панели консоли.

## 04 Первое использование беговой дорожки

### 1. Инструкция по эксплуатации



После включения нажмите центральную функциональную клавишу, чтобы сразу начать тренировку. Затем машина медленно разгоняется до минимальной пусковой скорости (0,8 км / ч). В это время войдите в соответствующий режим движения, выбрав значок. После нажатия клавиши быстрого доступа отрегулируйте скорость этого движения, вращая центральную функциональную клавишу (скорость изменяется на 0,1 км / ч каждая отметка), а затем снова нажмите центральную функциональную клавишу, чтобы войти в состояние паузы. С помощью сочетания клавиш скорости вы можете определить значение скорости через приложение и отправить его на беговую дорожку.

### 2. Коды ошибок

После выхода из строя беговой дорожки, электронный счетчик отображает код ошибки в информационном окне скорости. К неисправностям относятся:

E01: Привод не получает сигнал электронного счетчика (ошибка связи);  
E02: Защита от опрокидывания;  
E03: Ошибка определения скорости;  
E05: Защита от перегрузки по току;  
E06: Обрыв цепи двигателя;  
E10: Короткое замыкание на выходе;  
E13: Электронный счетчик не получает сигнал привода (сбой связи).

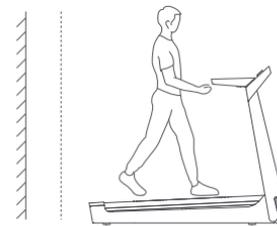
## 05 Разминка

Разогревающимися пользователям будет легче предотвратить спортивные травмы. Поэтому перед тренировкой рекомендуется разминаться за 5-10 минут. Рекомендуется выполнять упражнение на растяжку следующим образом и повторять его после бега или ходьбы.

1. Растяжка вниз: держите колени слегка согнутыми, а тело медленно согните вперед, расслабьте спину и плечи, максимально коснитесь пальцами ног руками и удерживайте в течение 10-15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите 3 раза.
2. Растяжка сухожилий стопы: сядьте на чистую подушку сиденья, выпрямите одну ногу и держите другую ногу внутрь, чтобы она соответствовала внутренней стороне прямой ноги. Постарайтесь коснуться пальцев ног руками в течение 10–15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите по 3 раза для каждой ноги.
3. Растяните икры и ахиллово сухожилие: встаньте у стены, положив руки на нее, поставив одну ногу позади, держите заднюю ногу прямо, пятки касаются земли, наклонитесь к стене и удерживайте в течение 10-15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите по 3 раза для каждой ноги.
4. Растяните квадрицепсы: сбалансируйте, удерживая левой рукой стену или стол, затем вытяните правую руку назад, возьмитесь за правую пятку и медленно потяните ее к ягодицам, пока не почувствуете напряжение мышц передней части бедер. Держите 10-15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите по 3 раза для каждой ноги.
5. Растяните портняжную мышцу (мышца внутри бедра): держите подошвы напротив и сядьте коленями наружу. Обхватите ступни руками и потяните в направлении паха, удерживайте 10-15 секунд, затем расслабьтесь. Повторите 3 раза.

\* При любом отклонении от нормы, возникающем во время использования беговой дорожки, подтяните тело, взявшись за поручень, и держите ступни вне бегового полотна, и сойдите с беговой дорожки на пол.

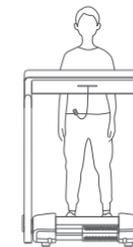
## 06 Правила техники безопасности



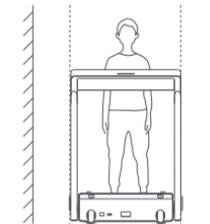
⚠ Сохраняйте расстояние 2000 мм × 1000 мм между беговой дорожкой и задним пространством.



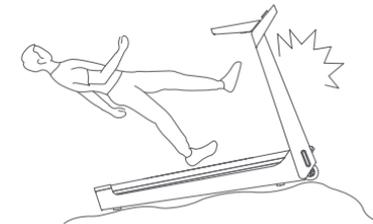
⚠ Пожалуйста, используйте только спортивную обувь.



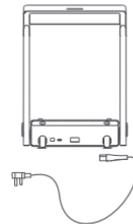
⚠ При использовании прикрепляйте зажим предохранителя к одежде. (Снимите предохранитель, чтобы немедленно остановить двигатель, если возникнет непредвиденная ситуация.)



⚠ Расстояние между беговой дорожкой и двумя сторонами должно быть не более 500 мм.

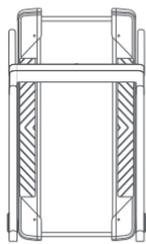


⊗ Не используйте устройство на неровной поверхности



⚠ Отключайте шнур питания, когда беговая дорожка не используется.

## 06 Правила техники безопасности



⊗ Не храните беговую дорожку в вертикальном положении..



⊗ Не наступайте на крышку двигателя беговой дорожки.



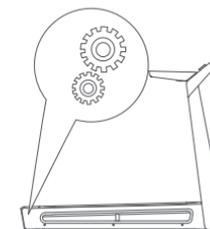
⊗ Размещение домашних животных строго запрещено.



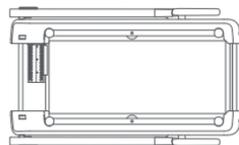
⚠ Держите взгляд горизонтально, чтобы избежать зрительного головокружения



⊗ Дорожка предназначена только для одного пользователя.



⚠ Следите за тем, чтобы в устройство не попадали посторонние предметы.



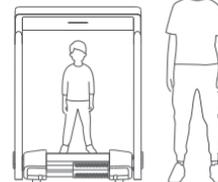
⊗ Не храните беговую дорожку ребром.



⚠ Пожалуйста, используйте устройство с осторожностью для пожилых людей и беременных женщин..



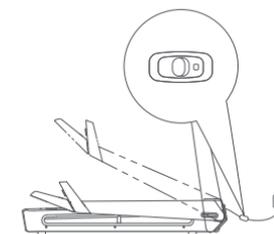
⊗ Не ходите спиной



⚠ Прибор не рекомендован к использованию детям до 12 лет (дети старше 12 лет должны использовать прибор только в присутствии взрослых).



⊗ Не ходите боком.



⊗ Предупреждение: пожалуйста, убедитесь, что беговая дорожка полностью остановилась перед складыванием. Не складывайте при включенном питании. Не используйте сложенную беговую дорожку.

## 07 Обслуживание

### 1. ЧИСТКА И УХОД



- Выключите и отключите питание беговой дорожки.
- Сотрите пыль и пятна с основной рамы и двигателя тканью из 100% хлопка, смоченной небольшим количеством мягкого моющего средства. Не распыляйте очиститель непосредственно на беговое полотно и не используйте кислотные и коррозионные чистящие средства при очистке поверхности бегового полотна. Не протирайте под беговым полотном. Это нормально, что на задней поверхности земли могут оставаться пыль и пятна после того, как продукт используется в течение определенного периода времени. Удалите пыль и пятна.

### 2. КАЛИБРОВКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА



- Беговое полотно смещено влево: поверните левый регулировочный винт на 1/4 оборота по часовой стрелке.
- Беговое полотно смещено вправо: поверните правый регулировочный винт на 1/4 оборота по часовой стрелке.
- Скольжение бегового полотна: поверните левый и правый регулировочные винты по часовой стрелке одновременно на полукруга, чтобы беговое полотно проскальзывало в течение определенного периода времени (1 ~ 2 минуты) для наблюдения за ситуацией центрирования. При необходимости отрегулируйте его еще раз.

### 3. СМАЗКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА



- Выключите и вытащите шнур питания беговой дорожки.
- Поднимите край бегового полотна и нанесите силиконовое масло на внутреннюю поверхность. Снова включите беговую дорожку, чтобы беговое полотно бежало со скоростью 4 км / ч в течение 10-20 секунд.
- Для однократной смазки необходимо 5-10 мл силиконового масла. Если смазка применяется слишком много, ремень будет проскальзывать и нарушит нормальную работу.
- Добавляйте силиконовое масло каждые 3 месяца.

## 08 Замена и утилизация



Устройства, отмеченные этим символом, необходимо утилизировать отдельно от бытовых отходов, поскольку они содержат ценные материалы, которые можно переработать. Правильная утилизация защищает окружающую среду и здоровье человека. Ваш местный орган власти или продавец может предоставить информацию по этому поводу.

## 09 Торговая марка и юридическая информация

---

Компания Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd имеет ряд патентов на серию складных беговых дорожек KINGSMITH Smart.

Авторское право на это руководство принадлежит KINGSMITH, Inc. Ни одна организация или частное лицо не может копировать или распространять все или любую часть этого руководства без письменного разрешения KINGSMITH или использовать эти патенты без разрешения.

Это руководство содержит как можно больше описаний функций и инструкций по использованию при печати. Тем не менее, он может по-прежнему не соответствовать приобретенному вами продукту из-за постоянного улучшения функций продукта, изменений дизайна и т.д. Описание в этом руководстве может отличаться от реального продукта по цвету и внешнему виду из-за обновлений продукта.

Применимый стандарт продукта:  
EN ISO 20957-1: 2013  
EN 957-6: 2010+A1:2014