

KETTLER

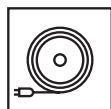
ESTABLISHED
IN GERMANY



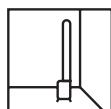
CHILD
PROTECTION FIELD



KETT
OIL REFUEL



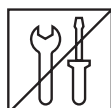
KETT
CORD STORAGE



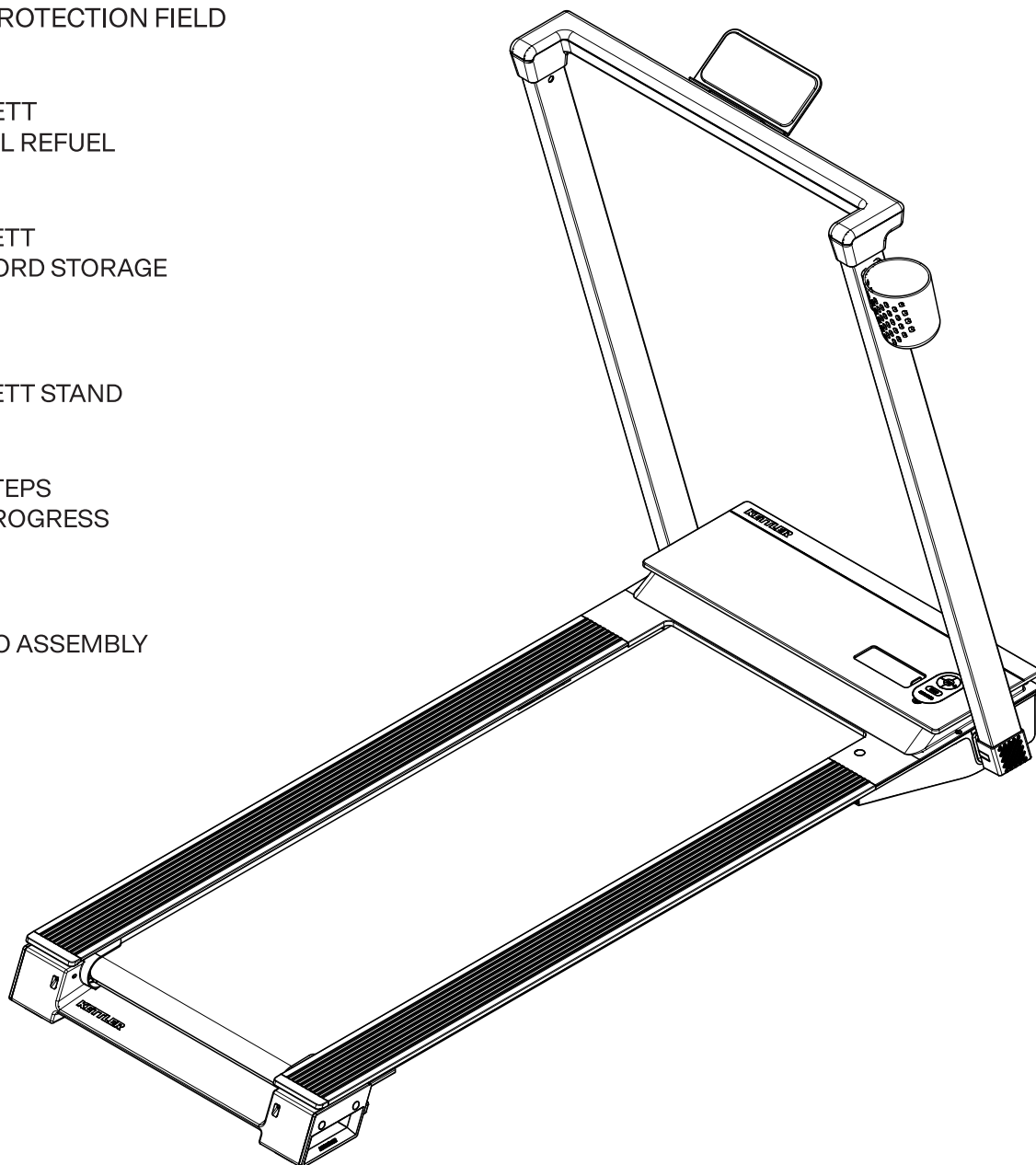
KETT STAND



STEPS
PROGRESS



NO ASSEMBLY



Smart WR

Treadmill

РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ И СБОРКЕ БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ТРЕНИРОВОК

ОГЛАВЛЕНИЕ

1	Меры предосторожности	4
2	Подготовка тренажера к использованию	6
2.1	Комплектация тренажера	6
2.2	Сборка тренажера	7
3	Обслуживание тренажера	11
3.1	Складывание и перемещение тренажера	11
3.2	Вертикальное хранение	11
3.3	Регулировка и центровка бегового полотна	12
3.4	Очистка бегового полотна	13
3.5	Смазка бегового полотна	13
3.6	Технология KETT ADJUSTABLE CUSHION	14
4	Рекомендации по проведению тренировок	16
4.1	Указания по технике безопасности	16
4.2	Планирование и управление тренировками	16
4.3	Указания по измерению пульса	16
4.4	Показатели для тренировки на выносливость, уровень нагрузки	17
4.5	Разминка и восстановление	18
4.6	Базовые упражнения	19
4.7	Описание тренировочного компьютера	23
4.8	Пульт ДУ	23
5	Неисправности и их устранение	25
6	Подetailная схема тренажера	26
7	Перечень комплектующих	27
8	Техническая информация	29

Благодарим Вас за покупку нашего тренажера. Беговая дорожка KETTLER SMART WR сочетает в себе современные технологии и эргономичный дизайн. Занятия на этом тренажере в комфортной домашней обстановке помогут Вам улучшить свою физическую форму и укрепить сердечно-сосудистую систему.

**ВНИМАНИЕ!**

Прежде чем начать пользоваться тренажером изучите настоящее Руководство и сохраните его для дальнейшего использования. Внимательное прочтение Руководства поможет Вам быстро настроить тренажер для занятий и использовать его правильно и безопасно.

Сохраните Руководство для последующих справок.

Этот значок  обозначает важные предупреждения.

** ВНИМАНИЮ РОДИТЕЛЕЙ И ОПЕКУНОВ!**

Исключите доступ к работающему тренажеру малолетних детей, лиц с ограниченными умственными или физическими способностями, и домашних животных.

Перед началом занятий на тренажере убедитесь в том, что малолетние дети, лица с ограниченными умственными или физическими способностями, или домашние животные во время Вашей тренировки будут находиться под постоянным присмотром, и не смогут получить доступ к работающему тренажеру.

Всегда выключайте тренажер, если в настоящее время Вы на нем не занимаетесь.

Нахождение рядом с работающим тренажером может привести к попаданию частей тела человека или животного во вращающиеся детали механизмов тренажера, что может стать причиной травмы или смерти.

Настоятельно рекомендуем Вам перед тем, как приступить к тренировкам, пройти полное медицинское обследование, особенно если Вы старше 35 лет, или если Вы длительное время не занимались спортом регулярно.

Людам пожилого возраста, а также людям, страдающим хроническими заболеваниями, находящимся на послеоперационном или реабилитационном периоде, прежде чем приступить к занятиям на тренажере необходимо обязательно проконсультироваться с врачом.

** ВНИМАНИЕ!**

Решение о возможности занятий на тренажере при наличии любого заболевания может принимать только врач.

Чтобы снизить риск получения серьезных травм, прочитайте раздел «меры предосторожности» и инструкции в этом Руководстве, а также информацию на стикерах размещенных на Вашем тренажере.

1 МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

⚠ ВНИМАНИЕ!

Этот тренажер был спроектирован и изготовлен максимально безопасным. Тем не менее, при использовании тренажера необходимо соблюдать определенные меры предосторожности. Перед сборкой и использованием тренажера, пожалуйста, прочитайте внимательно это Руководство.

Необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:

1. Тренажером могут пользоваться дети в возрасте от 8 лет и старше, а также лица с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями, или отсутствием опыта, при условии, что их действия контролируются владельцем тренажера, они проинструктированы относительно использования тренажера и осознают связанные с этим опасности;
2. Ответственность за то, чтобы все пользователи тренажера были надлежащим образом проинформированы обо всех мерах предосторожности, лежит на владельце тренажера;
3. Используйте тренажер только по его прямому назначению, в соответствии с настоящим Руководством;
4. Устанавливайте тренажер на прочную, ровную, гладкую поверхность. Установка тренажера на неровном полу или на ковровых покрытиях с длинным ворсом может привести к возникновению скрипов, ухудшению устойчивости тренажера во время тренировки и даже к его опрокидыванию;
5. Всегда оставляйте не менее 0,5 м свободного пространства вокруг тренажера;
6. Если тренажер имеет отверстия для вентиляции, следите, чтобы они не перекрывались при установке;
7. Для защиты покрытия пола от повреждения можно использовать специальный коврик, разместив его под тренажером;
8. Тренажер предназначен для использования только в домашних условиях (температура от +10 до +35 °C, относительная влажность до 75%);
9. Содержите тренажер в сухом помещении. Регулярно удаляйте пыль и другие загрязнения. Следите за тем, чтобы в помещении, где используется тренажер, была обеспечена хорошая вентиляция;
10. Не эксплуатируйте тренажер в пыльных, сырых, летних помещениях, гараже или около воды. Не эксплуатируйте тренажер в местах, где происходит распыление аэрозолей или горючих газов;
11. Для чистки тренажера пользуйтесь хлопчатобумажной салфеткой, смоченной в слабом растворе моющего средства. Не наносите моющее средство непосредственно на тренажер. Не используйте для очистки тренажера растворители и абразивные чистящие средства. Это может привести к повреждению защитных лакокрасочных покрытий элементов тренажера.
12. Не допускайте к тренажеру детей и домашних животных, не оставляйте их без присмотра в помещении, где находится тренажер;
13. Всегда выключайте тренажер, если в настоящее время вы на нем не занимаетесь;
14. На тренажере одновременно может заниматься только один человек;
15. Не используйте тренажер, если Ваш вес превышает максимально допустимый, указанный в разделе «Технические характеристики» данного Руководства;
16. Во время тренировки следите, чтобы свободно свисающие концы одежды, полотенца, шнурки и т. п. не задевали движущиеся части тренажера;
17. Не кладите на тренажер предметы, не предназначенные для занятий на тренажере, это может стать причиной поломки тренажера и/или порчи вашей вещи;
18. Во избежание получения травм не кладите руки на движущиеся части тренажера;
19. При занятиях на тренажере используйте спортивную одежду и обувь. Одежда не должна быть слишком свободной, чтобы не зацепиться за детали тренажера. Не тренируйтесь босиком. Не тренируйтесь в обуви, которая не позволяет надежно зафиксировать стопу на опорной поверхности (например, на опорной площадке, педали и т. п.), или подошва которой может повредить тренажер;
20. Не меняйте угол наклона тренажера подкладыванием под него посторонних предметов;
21. Надлежащий уровень безопасности оборудования можно поддерживать только в том случае, если производить его регулярный осмотр на предмет повреждений и износа деталей. Проверяйте и подтягивайте крепления узлов тренажера не реже, чем раз в месяц. Рекомендуем регулярно смазывать движущиеся и трущиеся узлы тренажера смазкой (приобретается отдельно);
22. При возникновении неисправностей (появлении нехарактерного звука, заедании или блокировке подвижных деталей и др.) немедленно прекратите эксплуатацию тренажера. Не производите ремонт самостоятельно. Для проведения квалифицированного ремонта, пожалуйста, обратитесь в сервисную службу продавца;

23. Следите за тем, чтобы внутрь тренажера ничего не попало. При попадании постороннего предмета внутрь, попытайтесь осторожно его извлечь, в случае отсутствия возможности достать предмет самостоятельно, обратитесь в сервисную службу продавца;
24. Внесение изменений в конструкцию тренажера, или использование аксессуаров и принадлежностей, не рекомендованных производителем или его авторизованным представителем, может стать причиной поломки оборудования, а также явиться основанием для отказа в гарантийном обслуживании;
25. После окончания срока службы тренажер подлежит утилизации. Срок службы данного тренажера – 7 лет, при условии соблюдения правил эксплуатации. Фактический срок эксплуатации может значительно превышать официально установленный. Элементы конструкции тренажера не относятся к бытовым отходам. Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания тренажера вместе с бытовыми отходами. Для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующей в Вашей стране системой возврата и сбора для утилизации. Надлежащий раздельный сбор разобранных приборов, которые в последствии отправятся на переработку или утилизацию, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство;
26. Производитель оставляет за собой право вносить изменения в комплектацию, дизайн, функциональные возможности изделий, в том числе в техническое и программное обеспечение, без предварительного уведомления потребителей.

Правила эксплуатации электрических тренажеров, подключаемых к сети 230 В

Пожалуйста, соблюдайте все меры предосторожности, принятые при работе с электрическим оборудованием.

1. Подключайте тренажер к электрической сети, имеющей заземляющий контакт и рассчитанной на потребляемый ток не менее 10 А. Во время работы тренажера не подключайте к его розетке другие электроприборы. Если у Вас возникли сомнения в наличии или отсутствии оборудования заземления в электрической сети Вашего дома, пожалуйста, перед использованием тренажера, проконсультируйтесь с электриком или представителем сервисной службы;
2. Шнур электропитания не должен находиться вблизи нагретых поверхностей и отопительных приборов;
3. Никогда не оставляйте включенный тренажер без присмотра. После каждого занятия обязательно отключайте тренажер от электрической сети;
4. Отключайте тренажер от электрической сети каждый раз перед началом чистки или проведением профилактических, ремонтных или прочих работ, описанных в данном Руководстве. Все профилактические, ремонтные, и прочие работы, кроме описанных в данном Руководстве, должны проводиться только специалистами сервисной службы продавца;
5. Если входящая в комплект поставки тренажера вилка не подходит к выбранной Вами розетке, не пытайтесь поменять вилку кабеля питания тренажера. Замените кабель целиком на аналогичный с вилкой подходящей конструкции, или обратитесь к электрику и установите подходящую розетку;
6. Не применяйте дополнительные электрические удлинители, переходные адаптеры между электрической сетью и тренажером. Это может нарушить работу системы УЗО и увеличить риск поражения электрическим током, а также может явиться причиной для отказа в гарантийном обслуживании. Не размещайте кабель питания под ковровым покрытием и не ставьте на него предметы, способные его повредить;
7. При возникновении постороннего запаха или задымления во время занятий на тренажере, немедленно прекратите тренировку и отключите тренажер от электрической сети. Не пытайтесь провести диагностику и ремонт неисправного тренажера самостоятельно, обратитесь за помощью в сервисную службу продавца;

Перед каждым использованием

Осмотрите электрический кабель тренажера на предмет отсутствия его повреждений. Неправильное подключение может стать причиной удара током. Если у Вас возникли сомнения в наличии или отсутствии оборудования заземления в сети вашего дома, пожалуйста, обратитесь к электрику или представителю сервисной службы.

Условия хранения

Не допускается хранение тренажера в неотапливаемом помещении (например, в гараже, на складе, в летних строениях), а также в пыльных помещениях и помещениях с повышенным содержанием влаги.

Транспортировка тренажера

- Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке.
- Рекомендуем вам сохранить оригинальную упаковку в случае, если вам понадобится в дальнейшем перевозить тренажер.
- При получении тренажера убедитесь в том, упаковка не была нарушена во время транспортировки.
- В тренажере есть чувствительные электронные компоненты, поэтому во время транспортировки избегайте тряски и ударов.
- При перевозке тренажера, он должен быть защищен от дождя, влажности и других атмосферных воздействий.

2 ПОДГОТОВКА ТРЕНАЖЕРА К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ



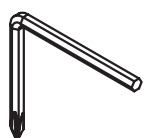
Технология CHILD PROTECTION FIELD — Технология безопасности, важная для семьи с детьми или домашними животными. При случайном запуске беговой дорожки дополнительная защитная платформа на задней части тренажера предотвратит засасывание предметов под беговое полотно, снижая риск получения травм.

2.1 Комплектация тренажера

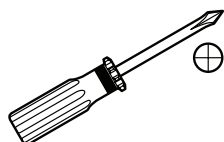
A	B	C20	C21
C42	E11	E17	C25

№	Описание	Кол-во
A	Беговая дорожка	1
B	Держатель для планшета	1
C20	Кожух стойки левый	1
C21	Кожух стойки правый	1
C42	Силиконовая смазка	1
E11	Ключ безопасности	1
E17	Пульт ДУ	1
C25	Держатель для бутылки	1

Необходимые инструменты



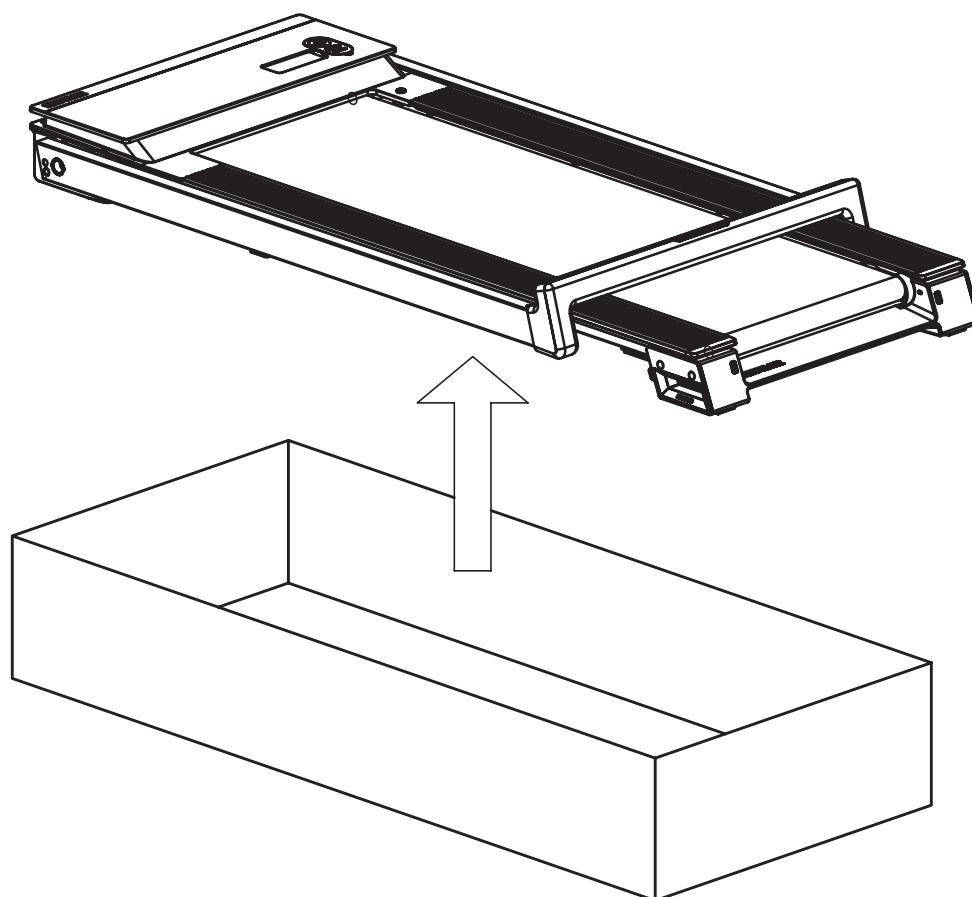
B14 S5 - 1 шт.



B15 Отвертка - 1 шт.

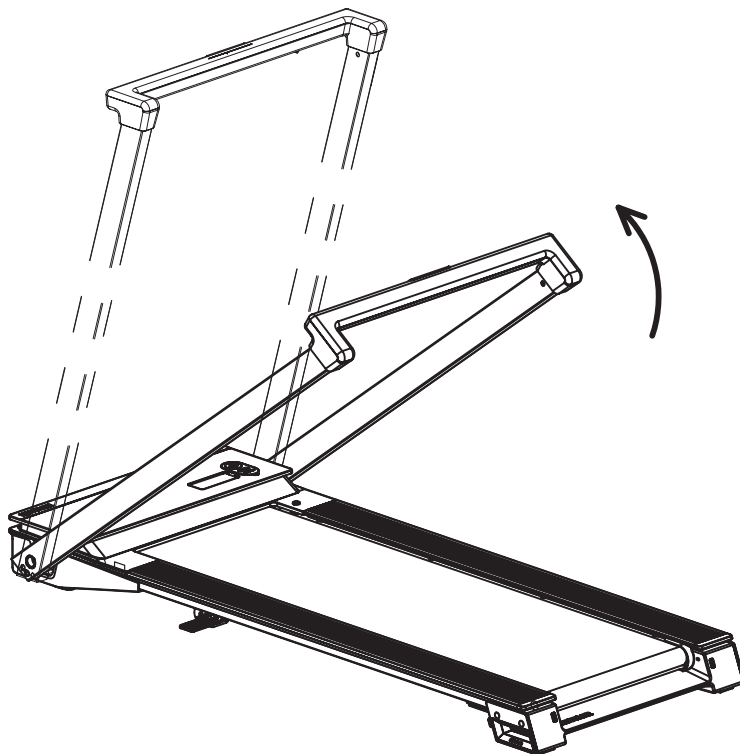
2.2 Сборка тренажера

Ваша беговая дорожка поставляется в собранном виде и требует минимальной распаковки.



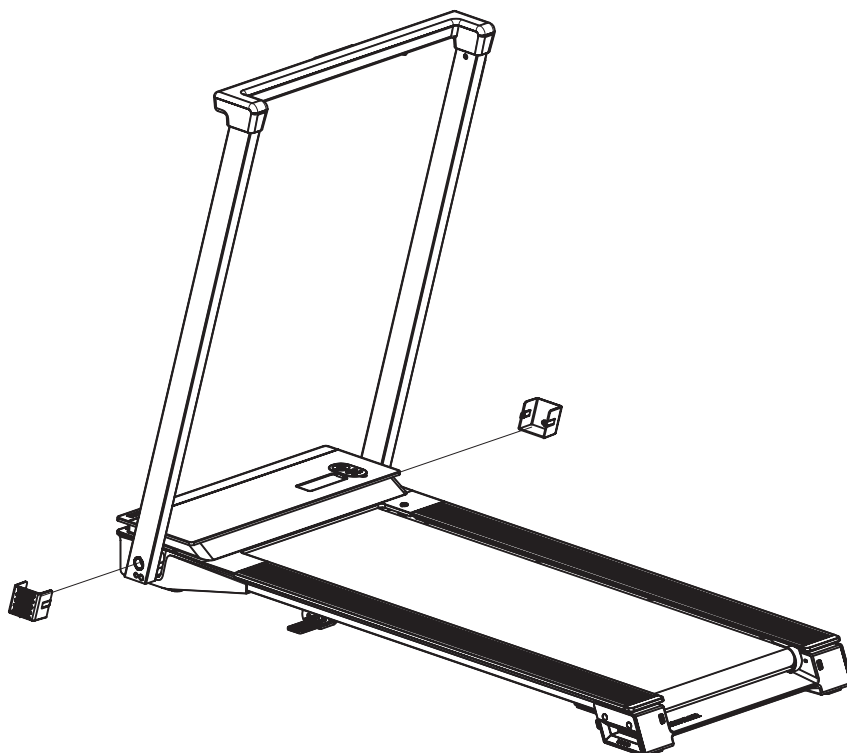
Шаг 1

Достаньте тренажер из коробки. Полностью разложите беговую дорожку по направлению стрелки.



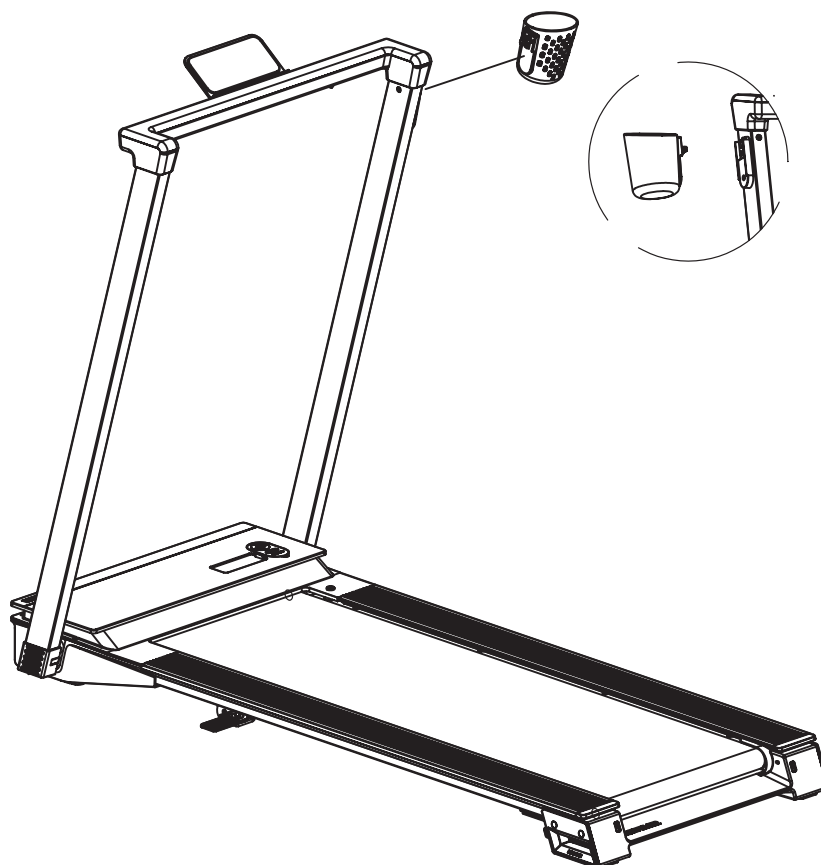
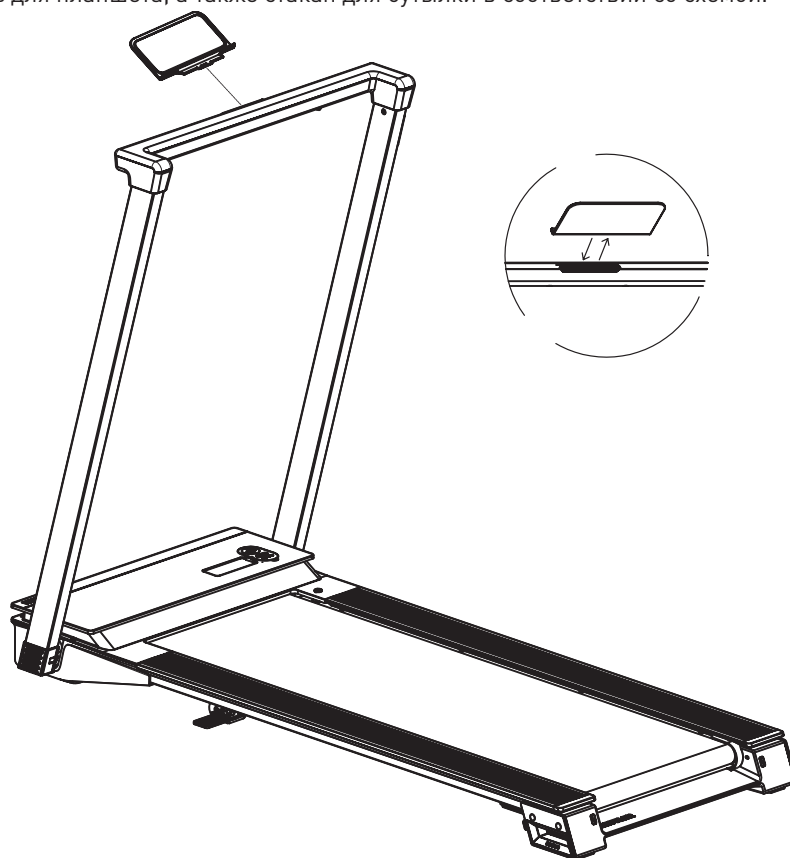
Шаг 2

Зафиксируйте поручень боковыми кожухами как показано на схеме.



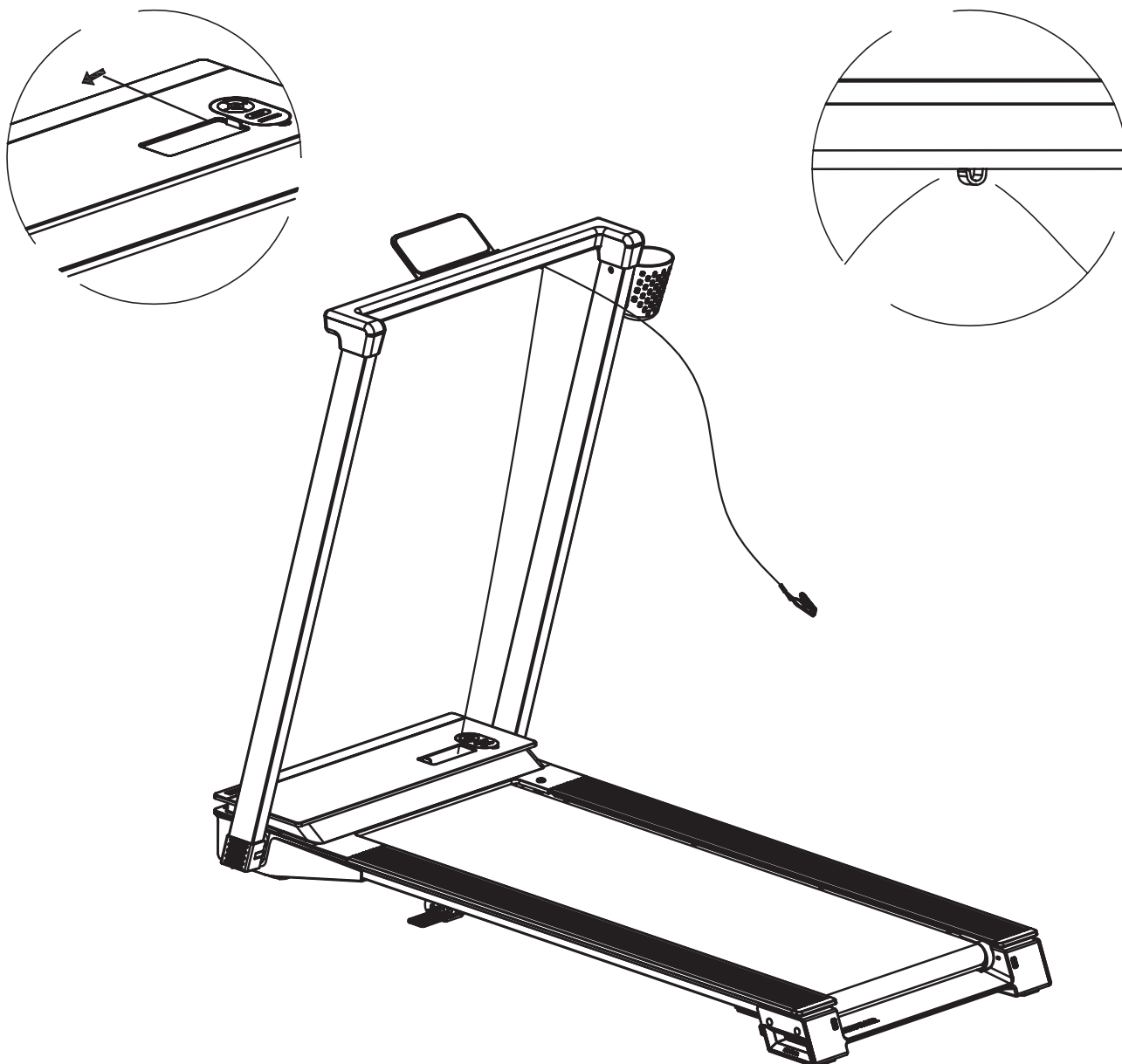
Шаг 3

Установите держатель для планшета, а также стакан для бутылки в соответствии со схемой.



Шаг 4

Перед началом тренировки необходимо установить ключ безопасности. Для этого сдвиньте крышку отсека хранения влево, достаньте ключ безопасности и установите его на беговую дорожку. Провод необходимо зафиксировать на поручне беговой дорожки.



Тренажер готов к работе.

Желаем вам отличных тренировок!

3 ОБСЛУЖИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА

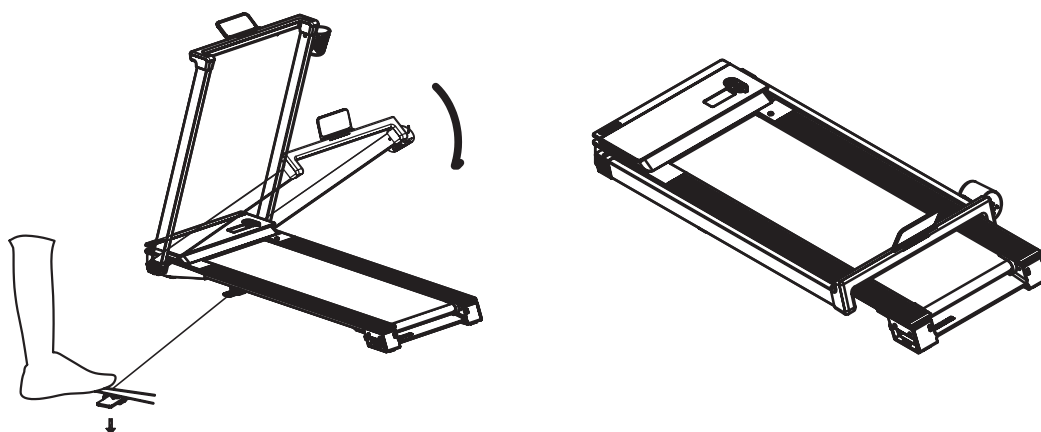
3.1 Складывание и перемещение тренажера

После тренировки тренажер легко складывается и перемещается в нужное место благодаря складному поручню и транспортировочным роликам. Плоская конструкция позволяет экономить место при хранении.

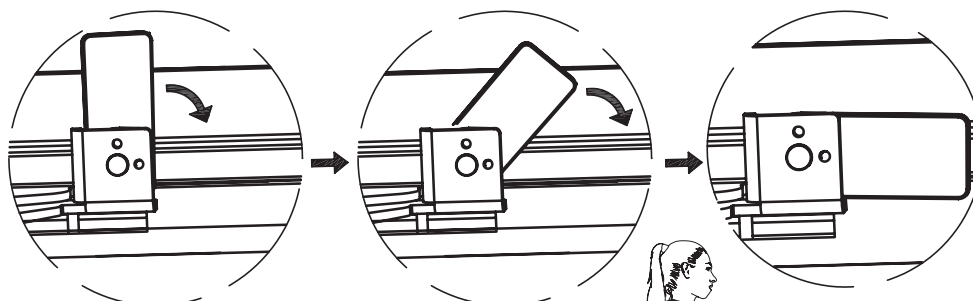
⚠ ВНИМАНИЕ: не перемещайте беговую дорожку по неровной поверхности – это может привести к повреждению роликов и самого тренажера.

Складывание:

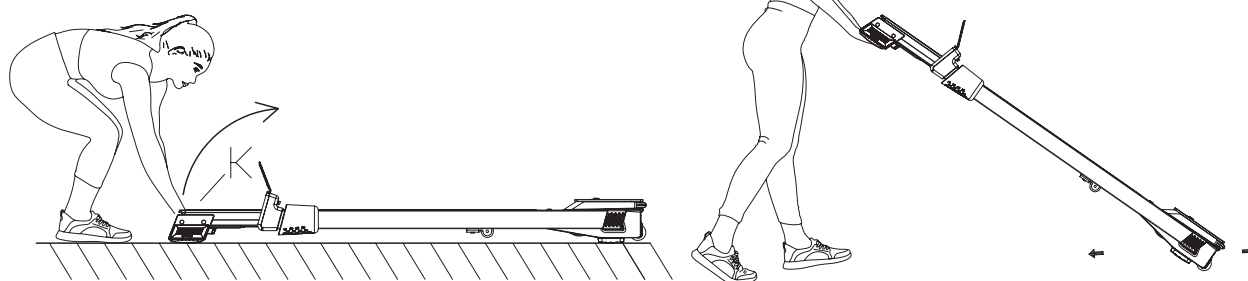
Надавите на педаль беговой дорожки, затем опустите поручень.



Сложите педаль по направлению стрелки, как показано на схеме ниже.



Тренажер готов к транспортировке.



3.2 Вертикальное хранение

Отключите тренажер и выньте вилку из розетки питания, сложите шнур в специальный отсек для хранения, который расположен на передней части беговой дорожки. Расположите беговую дорожку вертикально и прислоните её к стене.

⚠ ВНИМАНИЕ!

Обращаем внимание, что хранить дорожку без опоры не безопасно.

3.3 Регулировка и центровка бегового полотна

Беговое полотно вашего тренажера предварительно отрегулировано на заводе. Однако, в процессе эксплуатации может потребоваться смазка, регулировка и центровка бегового полотна. В этом случае требуется выполнить нижеуказанные операции.

Если беговое полотно недостаточно натянуто, то пользователь может почувствовать, что оно вибрирует во время тренировки. В данном случае, сначала требуется произвести смазку бегового полотна в соответствии пунктом 3.4.

Регулировка натяжения бегового полотна осуществляется с помощью шестигранного ключа 6 мм (входит в комплект) следующим образом:

Чтобы натянуть беговое полотно, вращайте правый и левый регулировочные винты по часовой стрелке на 1/4 оборота. Вращение правого и левого регулировочных винтов должно осуществляться на одну и ту же величину. Затем включите беговую дорожку и проверьте, чтобы полотно не сползало. Удостоверьтесь, что задний вал остается перпендикулярным раме тренажера. Если проблема остается, то повторите вышеуказанные действия до тех пор, пока беговое полотно не будет надлежаще натянуто. Не поворачивайте регулировочные винты более чем на 2 полных оборота.

Чтобы ослабить беговое полотно, вращайте правый и левый регулировочные винты против часовой стрелки.

⚠ ВНИМАНИЕ: слишком сильное натяжение бегового полотна может привести к излишнему трению, повышенному износу бегового полотна, мотора и электроники.

Обратите внимание, что вращение обоих регулировочных винтов должно осуществляться на одну и ту же величину. Рекомендуется поворачивать регулировочные винты только на 1/4 оборота каждый раз во избежание перетяжки бегового полотна, т.к. перетянутое полотно может вызвать повреждение деки.

Если полотно беговой дорожки смещается из центрального положения, отрегулируйте его положение с помощью шестигранного ключа 6 мм следующим образом:

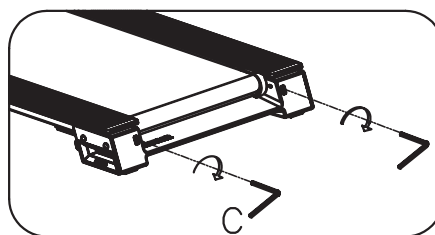
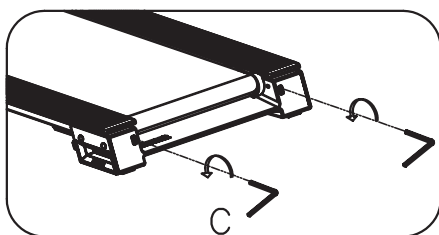
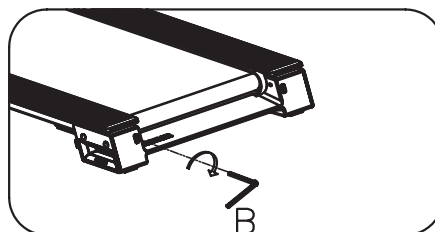
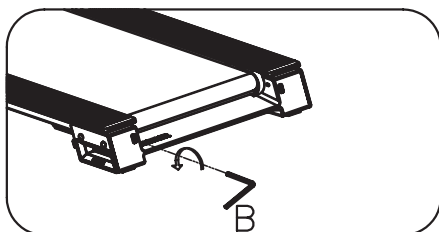
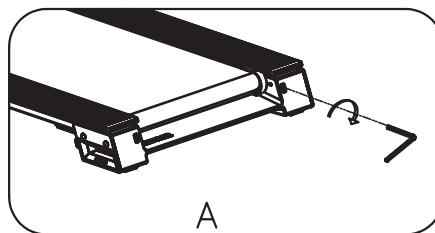
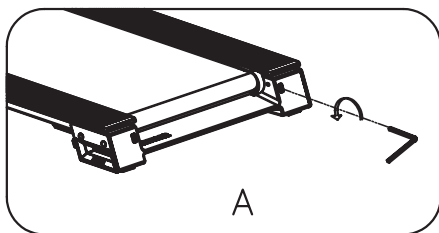
Если полотно смещается влево, поверните левый регулировочный винт на 1/4 оборота по часовой стрелке, а правый – на 1/4 оборота против часовой стрелки.

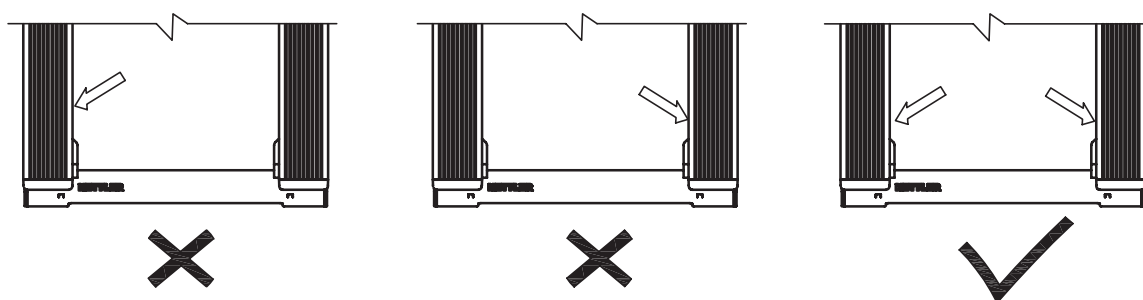
После этого включите дорожку и убедитесь, что полотно не смещается при движении. При необходимости повторите процедуру.

Если вышеуказанные процедуры не приносят результата, то нужно сначала натянуть беговое полотно (см. выше).

Если полотно смещается вправо, поверните левый регулировочный винт на 1/4 оборота против часовой стрелки, а правый – на 1/4 оборота по часовой стрелке. После этого включите дорожку и убедитесь, что полотно не смещается при движении.

При эксплуатации дорожки полотно не обязательно должно находиться строго по центру, важно, чтобы оно не смещалось из занимаемого положения, поскольку в противном случае может произойти повреждение, как полотна, так и других частей дорожки.





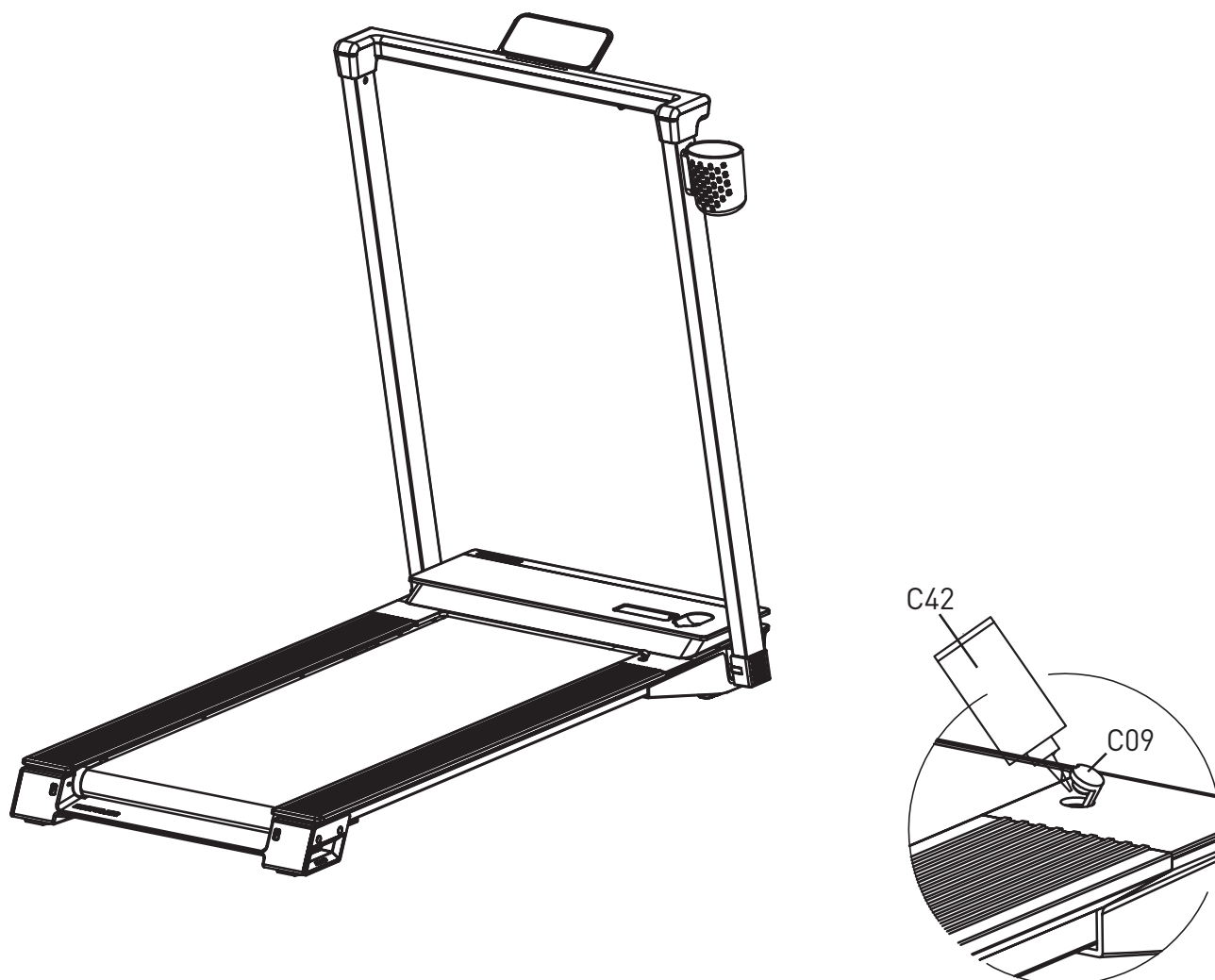
3.4 Очистка бегового полотна

Генеральная уборка поможет продлить срок службы и производительность вашей беговой дорожки. Держите устройство в чистоте и поддерживайте его в рабочем состоянии, регулярно вытирая пыль с компонентов. Очистите обе стороны бегового полотна, чтобы предотвратить накопление пыли под ним.

3.5 Смазка бегового полотна

Для снижения нагрузки на электромотор беговой дорожки и более плавного движения полотна его необходимо периодически смазывать 100% силиконовой смазкой. В зависимости от интенсивности использования, периодичность смазывания может изменяться. В среднем, рекомендуется наносить новую смазку не реже, чем через каждые 300 км или 30 часов пробега полотна. Когда придет время смазки, беговая дорожка оповестит вас звуковыми сигналами каждые 10 секунд работы и надписью на дисплее «OIL». Даже если беговая дорожка не использовалась, она все равно нуждается в смазке, т.к. беговое полотно высыхает.

Для того, чтобы смазать беговое полотно откройте масляный колпачок, залейте 20 мл силиконового масла в отверстие, закройте колпачок. После этого необходимо запустить беговую дорожку. Не наносите смазку на беговую поверхность.



3.6 Технология KETT ADJUSTABLE CUSHION

Индивидуальное регулирование жёсткости бегового полотна на беговой дорожке.

Технология формирует индивидуальную жёсткость бегового полотна при помощи регулирования задних демпферов в системе амортизации бегового полотна.

Регулировка привязана к весу пользователя для разных концептов бега: мягкая, средняя, жёсткая амортизация. Это позволяет обеспечивать вариативность в беге в зависимости от предпочтений пользователя: бег по асфальту или другим жёстким поверхностям, ощущение бега как «по песку».

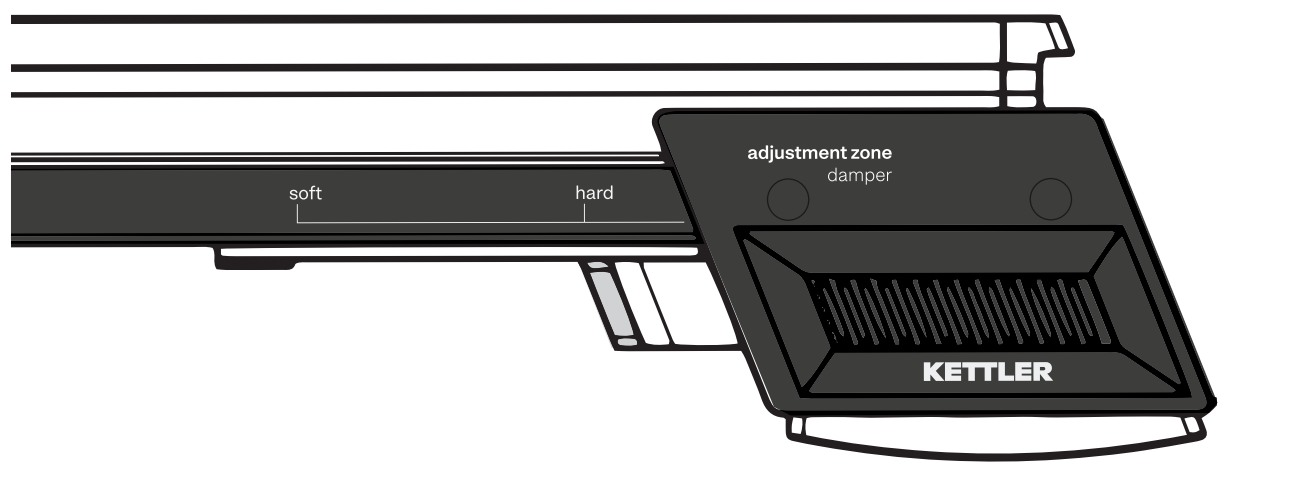
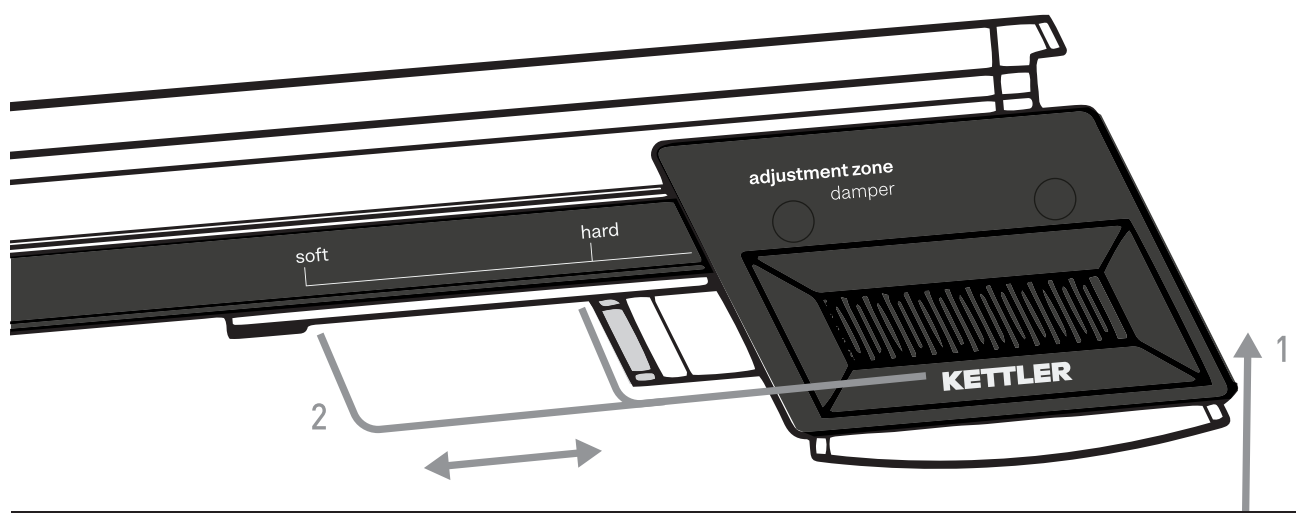
Данная функция отлично подойдет для семей, где несколько человек регулярно тренируются на одном тренажере: каждый пользователь может отрегулировать жёсткость бега под личные предпочтения, а также в соответствии со своим весом.

Инструкция по регулированию демпферов.

Подготовьте дорожку для регулирования демпферов. Выключите тренажер из сети, установите на ровную поверхность. Чуть приподняв дорожку за заднюю часть, потяните бегунок сторону значений «hard» или «soft», в зависимости от необходимой настройки, где:

hard – максимальная жёсткость

soft – максимальная мягкость



**Таблица уровней жёсткости бегового полотна во время бега,
в зависимости от максимального веса пользователя**

Максимальный вес пользователя, кг	Hard	Middle	Soft
40	Опция недоступна	Опция недоступна	Имитация жёсткого покрытия для бега (асфальт, бетон)
60	Опция недоступна	Имитация жёсткого покрытия для бега (асфальт, бетон)	Имитация покрытия средней жёсткости для бега (стадионное покрытие)
80	Имитация жёсткого покрытия для бега (асфальт, бетон)	Имитация покрытия средней жёсткости для бега (стадионное покрытие)	Имитация мягкого покрытия для бега (грунт)
100	Имитация жёсткого покрытия для бега (асфальт, бетон)	Имитация покрытия средней жёсткости для бега (стадионное покрытие)	Имитация мягкого покрытия для бега (грунт)
120	Имитация покрытия средней жёсткости для бега (стадионное покрытие)	Имитация мягкого покрытия для бега (грунт)	Опция недоступна

4 РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ТРЕНИРОВОК

⚠ ВНИМАНИЕ!

Перед началом занятий проконсультируйтесь с Вашим лечащим врачом. Особенно это важно для лиц старше 35 лет или лиц, имеющих проблемы со здоровьем. Прежде чем начинать занятия, прочитайте Руководство целиком.

⚠ ВНИМАНИЕ!

Не начинайте занятие на тренажере если чувствуете усталость, недомогание или боль.

Категорически запрещается заниматься на тренажере в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

Если во время занятий вы почувствуете недомогание, головокружение или боль, немедленно прекратите занятие и по возможности сразу обратитесь к врачу.

4.1 Указания по технике безопасности

⚠ ОПАСНОСТЬ! Дети, домашние животные не должны допускаться к тренажеру ни во время его эксплуатации, ни после использования, это не безопасно!

⚠ ОПАСНОСТЬ! Обязательно выключайте блок питания тренажера, вытаскивайте шнур из розетки, чтобы заблокировать доступ детей или домашних животных в отсутствие взрослого человека.

Для обеспечения своей собственной безопасности соблюдайте следующие указания:

- Тренажер следует установить на подходящем для установки, прочном основании.
- Перед первым вводом в эксплуатацию следует проверить прочность соединений. Проверку следует повторить примерно через 6 дней эксплуатации.
- Во избежание травм вследствие неправильной нагрузки или перегрузки тренажер следует использовать только в соответствии с руководством.
- Установка устройства во влажных помещениях на длительное время не рекомендуется из-за опасности образования ржавчины.
- Регулярно проверяйте исправность тренажера и его надлежащее состояние.
- Проведение проверок по технике безопасности относится к обязанностям пользователя. Такие проверки следует проводить регулярно и надлежащим образом.
- Замену дефектных или поврежденных компонентов следует выполнять немедленно с помощью сервисной службы продавца.
- До приведения в исправное состояние устройством пользоваться запрещено.
- Сохранить устройство в постоянной безопасности можно только путем регулярного проведения проверок на наличие повреждений и износа.

Для вашей собственной безопасности:

Перед началом тренировок проконсультируйтесь у врача, чтобы быть уверенными в том, что вам можно использовать это устройство для тренировок. Решение врача должно быть основанием для составления вашей программы тренировок. Неправильная тренировка или чрезмерная нагрузка могут привести к причинению вреда здоровью.

4.2 Планирование и управление тренировками

Основой для составления плана тренировок является ваше текущее физическое состояние. С помощью пробного испытания нагрузкой ваш врач может определить ваше физическое состояние, на которое станет основой для планирования тренировок. Если вы не проходили пробное испытание нагрузкой, следует избегать высоких нагрузок или перегрузок во время тренировки. Необходимо учитывать следующий основной принцип планирования: тренировка на выносливость регулируется как объемом нагрузки, так и значением/интенсивностью нагрузки.

4.3 Указания по измерению пульса

Датчики пульса на запястьях, позволяют измерять пульс без использования нагрудного кардиопояса. Для этого нужно обхватить контактные поверхности обеими руками и спокойно удерживать руки в таком положении. Будьте осторожны, чтобы не пережать и не натереть руки о контактные поверхности. Даже минимальное напряжение, создаваемое при сокращении сердца, фиксируется датчиками и обрабатывается электроникой. Пульс отображается на дисплее.

Для более точного и комфортного измерения пульса ваш тренажер оснащен системой беспроводного измерения пульса. Для того, чтобы использовать эту систему, вам необходимо надеть совместимый нагрудный кардиодатчик (передатчик).

4.4 Показатели для тренировки на выносливость, уровень нагрузки

Начните программу упражнений постепенно, то есть один блок упражнений каждые 2 дня. Увеличивайте объем упражнений неделя за неделей. Начните с коротких периодов, а затем увеличивайте их непрерывно. Не ставьте себе невыполнимых целей, избегайте чрезмерных нагрузок, они могут неблагоприятно отразиться на Вашем здоровье. В дополнение к основным упражнениям, применяйте другие виды кардио-нагрузок (езда на велосипеде, танцы, бег на улице и др.). Не тренируйтесь под ярким солнечным или искусственным (неоновым, галогеновым) светом. Всегда разминайтесь перед тренировкой. Для этого выполняйте не менее пяти минут упражнения на растяжку или гимнастику, чтобы избежать растяжений мышц и травм.

Регулярно проверяйте свой пульс. Если у вас нет прибора для измерения пульса (ЧСС), спросите своего терапевта, как вы можете эффективно измерить пульс. С помощью врача, определите оптимальный для вашего возраста и уровня физической подготовки диапазон ЧСС для достижения оптимального успеха тренировок на тренажере.

Во время занятий измеряйте пульс трижды:

1. Перед началом тренировки (пульс покоя);
2. Через 10 минут после начала тренировки (пульс нагрузки или стрессовый пульс);
3. Через 1 минуту по окончании тренировки (пульс восстановления).

Приведенная ниже таблица поможет Вам определить оптимальную ЧСС пульса для упражнений.

Возраст	50-65%	65-75%	75-85%	65-92%	80-92%
20-23	100-128	130-148	150-167	130-181	160-181
24-27	98-125	127-145	147-164	127-178	157-178
28-31	96-123	125-142	144-161	125-174	154-174
32-35	94-120	122-139	141-157	122-170	150-170
36-39	92-118	120-136	138-154	120-167	147-167
40-43	90-115	117-133	135-150	117-163	144-163
44-47	88-112	114-130	132-147	114-159	141-159
48-51	86-110	112-127	129-144	112-155	138-155
52-55	84-107	109-124	126-140	109-152	134-152
56-59	82-105	107-121	123-137	107-148	131-148
60-63	80-102	104-118	120-133	104-144	128-144
64-67	78-99	101-115	117-130	101-141	125-141
68-70	76-98	99-113	114-128	99-138	122-138

Частота сердечных сокращений зависит от возраста, состояния здоровья и уровня физической подготовки конкретного человека. Для каждого возраста существует свой научно обоснованный допустимый диапазон ЧСС, ограниченный верхним и нижним предельными значениями. Зона между верхней и нижней границами пульса называется «аэробной зоной». Вы можете самостоятельно определить верхнюю границу ЧСС, соответствующую значению Вашего возраста используя следующие формулы:

Для мужчин:

220 минус возраст (пример: мужчине 44 года, соответственно максимальная ЧСС не должна превышать $220 - 44 = 176$ ударов в минуту).

Для женщин:

226 минус возраст (пример: женщины 44 года, соответственно максимальная ЧСС не должна превышать $226 - 44 = 182$ удара в минуту).

⚠ ВНИМАНИЕ!

Безопасные значения частоты сердечных сокращений, соответствующие Вашему возрасту, состоянию здоровья и уровню физической подготовки может определить только Ваш лечащий врач.

Обратитесь к врачу перед началом проведения тренировок, определите оптимальный для себя диапазон ЧСС для повышения безопасности и увеличения эффективности занятий.

Наиболее интенсивное сжигание калорий происходит в так называемой «аэробной зоне», которая находится в пределах 65–75% от максимального стрессового пульса.

Например, для 40-летнего мужчины:

Максимальное значение пульса составляет $220 - 40 = 180$

Верхняя граница «аэробной зоны» — $180 \times 75\% = 135$

Нижняя граница «аэробной зоны» — $180 \times 65\% = 117$

Следует помнить, что значения ЧСС не являются единственным показателем состояния здоровья, поэтому при проведении тренировок необходимо внимательно следить за своим самочувствием.

Общим показателем подготовленности организма является восстановление нормальной частоты пульса после тренировки. В идеальном состоянии через 1–1,5 минуты после окончания тренировки пульс должен возвращаться к значению покоя. Оптимальный режим тренировок, обеспечивающий наиболее эффективное сжигание жиров, составляет не менее 3–4 раз в неделю по 40–50 минут каждая. При более интенсивных занятиях необходимо оставлять хотя бы один день полного отдыха.

Тренировка на выносливость регулируется как объемом нагрузки, так и значением/интенсивностью нагрузки. Интенсивность тренировки контролируется в основном измерением частоты вашего пульса.

⚠ ВНИМАНИЕ!

Системы контроля сердечного ритма могут работать с искажениями и предоставлять неточные данные. Показания тренажера, связанные с измерением пульса, необходимо воспринимать, как справочную информацию, а не как медицинские указания! Чрезмерные физические нагрузки могут привести к серьезным травмам или смерти. Если вы чувствуете боль или слабость во время тренировки, немедленно прекратите занятие и обратитесь к врачу!

Потребляйте больше жидкости во время тренировки. Учтите, что рекомендуемая потребность человека в жидкости - 2–3 литра в день. Но эта потребность заметно увеличивается при физической нагрузке. Жидкость, которую вы пьете, должна быть комнатной температуры.

4.5 Разминка и восстановление

Разминка перед тренировкой позволяет вашему организму плавно войти в тренировочный режим и существенно снизит риск получения травмы. Обычно разминка включает в себя общефизические упражнения на подвижность суставов и разогрев мускулатуры.

Многие упражнения, используемые для разминки, можно включать в тренировочную программу и выполнять уже в ходе основной тренировки с более высокой интенсивностью или нагрузкой для развития выносливости и скоростно-силовых показателей.

Часто разминка включает в себя и элементы растяжки, они важны для сохранения общей подвижности, и способствуют увеличению силовых показателей в интенсивных тренировочных программах. Разминку с элементами растяжки следует выполнять перед тренировкой в течение примерно 10 минут, без резких движений. Вы можете составить свой собственный комплекс таких упражнений, и немного изменять его каждые несколько месяцев.

Если Вы очень устали за день, и не чувствуете в себе сил на запланированную тренировку, выполните короткий комплекс разминки и растяжки, это будет ваш разгрузочный день. К следующей тренировке Ваш организм восстановится гораздо лучше.

Не менее важно правильно завершить тренировку, выполнив несколько упражнений для восстановления. Чаще всего это дыхательные упражнения (в том числе наклоны, подъем и разведение рук), упражнения на растяжку. Это поможет Вашей мускулатуре расслабиться и быстрее начать восстановление, а сердцу — быстрее перейти в состояние покоя. Эти же упражнения можно выполнять после работы или учебы, в те дни, когда у Вас не запланирована тренировка. Так Вы снимите стресс и расслабите уставшую за день мускулатуру. Если у Вас «сидячая» работа, такие упражнения полезны для профилактики заболеваний позвоночника.

⚠ ВНИМАНИЕ!

Постарайтесь не выполнять перед тренировкой упражнения для статической растяжки: эти упражнения предназначены для выполнения после занятий, когда мышцы всего тела хорошо разогреты. Если выполнять такие упражнения без разогрева, возрастает риск получения травмы. Кроме того, этот вид растягивания подразумевает расслабление, поэтому эффективность последующих занятий при растянутых мышцах снижается на 15–20 %.

- Базовые упражнения перед тренировкой для умеренного растягивания мышц
- Шейно-плечевой отдел
В положении стоя сделайте несколько (пять–шесть) наклонов головы вперед и назад, вправо и влево, сделайте круговые движения в одну и в другую стороны;
Поднимите и опустите плечи, вращайте ими по кругу синхронно и вразнобой;

- **Руки**
Сделайте плавные махи руками, поочередно поднимите руки в верх, и разведите их в стороны, слегка отводя их назад. Разведенными в стороны руками сделайте медленные круговые движения в плечевом, а затем локтевом суставе; Вытянув руки вперед несколько раз подряд сожмите и разожмите кулаки, затем сжав кулаки поворачивайте ими в одно и потом в другую стороны;
- **Грудной отдел**
Растяните мышцы груди и спины – наклоняясь вперед округлите спину, затем выпрямитесь и отведите плечи назад, раскрывая грудную клетку;
- **Поясничный отдел**
Сделайте несколько (пять-шесть) наклонов вперед, назад и в стороны, сделайте несколько поворотов тазом, медленные повороты корпуса в стороны;
- **Ноги**
Сделайте несколько выпадов с умеренной амплитудой;
Походите на месте высоко поднимая бедра;
Повращайте стопами;
Медленно наклонитесь вперед, стараясь коснуться пальцами руки кончиков пальцев ног при этом сохраняя ноги прямыми.

Перед началом растяжки:

Дождитесь, когда восстановятся дыхание и ЧСС.

Сделайте глоток воды.

Оборудуйте себе место: постелите гимнастический коврик, найдите опору (например, шведскую стенку), постарайтесь найти зону, где будете видеть себя в зеркало.

Приготовьте эластичную ленту – она поможет выполнять захваты в тех позах, в которых у вас есть проблемы с мобильностью.

Во время растяжки:

работайте с теми мышечными группами, которые были активно задействованы на тренировке;

делайте все движения плавно и постепенно – не надо пружинить или работать рывками;

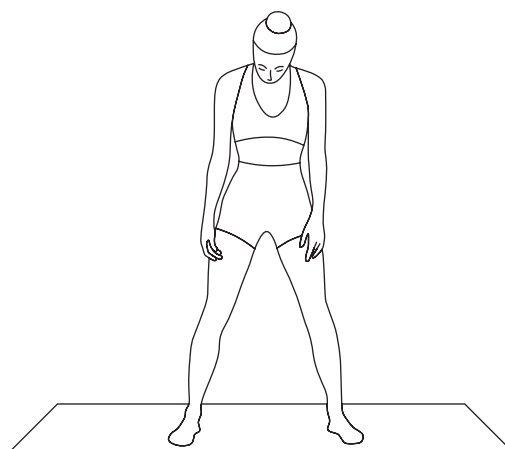
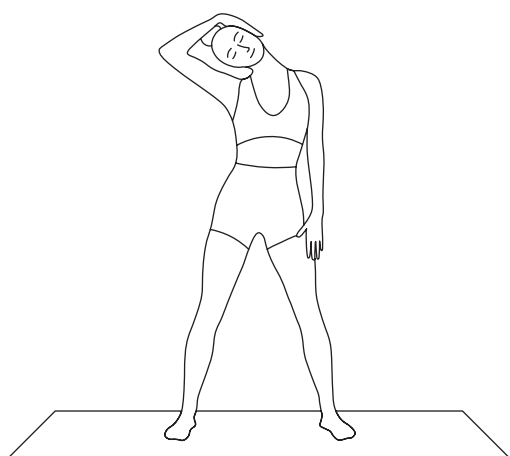
расслабьте мышцу, прежде чем растянуть ее;

следите за ощущениями – чувство натяжения и приятная боль допустимы, резкие болевые ощущения и жжение – недопустимы;

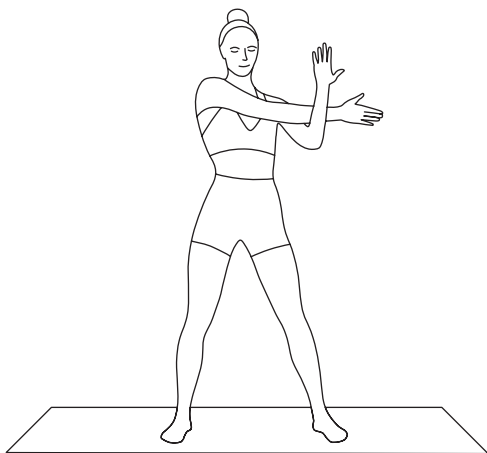
не выполняйте упражнения в паре – другой человек не чувствует то, что чувствуете вы, поэтому может надавить или потянуть сильнее, чем нужно;

дышите нормально, не задерживайте дыхание;

оставайтесь в каждом положении не более 30 секунд.

4.6 Базовые упражнения**Шея**

Плавно наклоняйте голову в стороны и вперед, мягко усиливая давление ладонью.



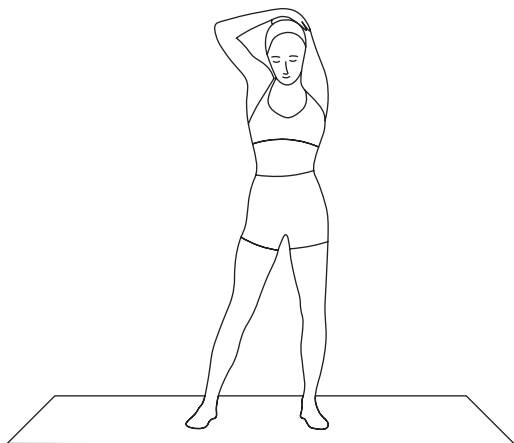
Плечи

Вытяните руку параллельно полу (правую – влево, левую – вправо), другой рукой мягко надавливайте на область локтя.



Бицепс

Вытяните руку вперед, разверните ее ладонью вверх. Другой рукой нажимайте на пальцы, оттягивая их вниз.



Трицепс

Согните руку в локте и заведите ее за спину. Тянитесь пальцами вниз вдоль позвоночника, другой рукой слегка давите на плечо.



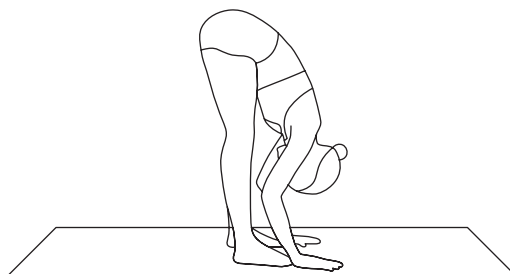
Грудной отдел

Уберите руки назад, переплетите пальцы, тянитесь вверх.



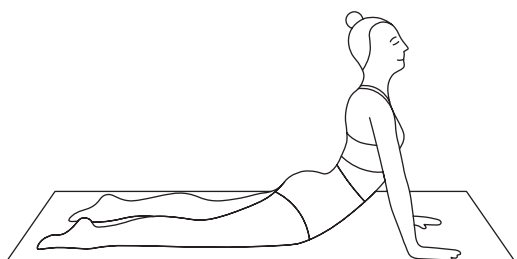
Мышцы живота

Поднимите правую руку, наклоните корпус влево, тянитесь влево. Повторите с другой рукой.



Спина и позвоночник

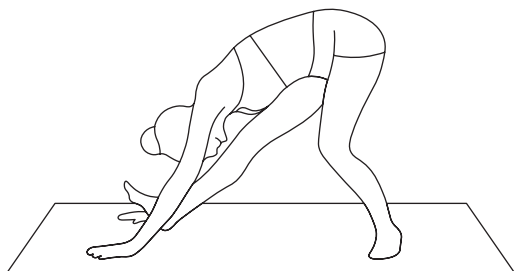
Ноги поставьте на ширину плеч, слегка согните их, наклонитесь вниз и обхватите бедра. Тянитесь корпусом вниз. Потянитесь руками к пальцам ног, стараясь коснуться их.

**Пресс**

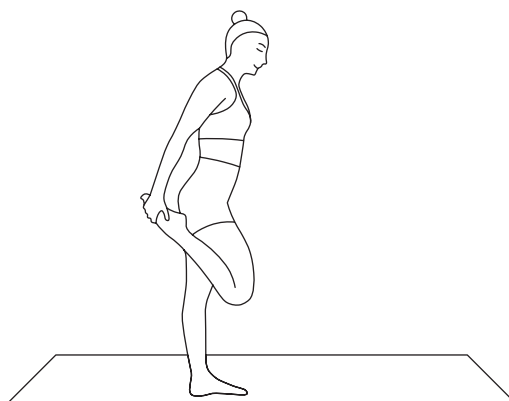
Лягте на коврик на живот, упритесь руками перед собой и поднимите тело вверх, растягивая пресс. Голову держите ровно.

**Ноги**

Сделайте выпад вперед, наклоните корпус к колену опорной ноги, чтобы растянуть икроножные и подколенные мышцы другой ноги.



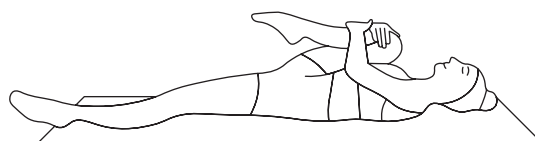
Сделайте шаг вперед и поставьте ногу на пятку. Вес перенесите на вторую ногу, слегка согните ее. Положите руки на колено и наклоняйтесь вниз, растягивая бицепс бедра и подколенные сухожилия.



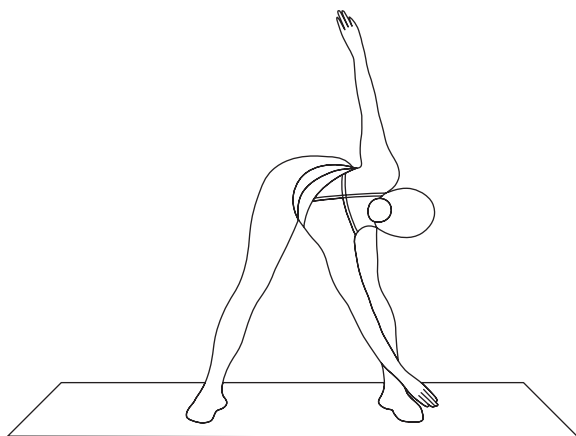
Согните ногу в колене, отведите ее назад и руками возьмитесь за стопу. Прижимайте стопу к ягодице, чтобы потянуть квадрицепс.



Сделайте глубокий выпад, руки поднимите вверх и потяните мышцы паха.

**Бедра и ягодицы**

Согните ногу в колене, поднимите ее и прижмите бедро к животу. Руками надавливайте на голень, чтобы потянуть бицепс бедра и ягодичные мышцы.

**Для всего тела**

Мельница – классическое упражнение для растяжки всего тела после интенсивной тренировки. Расставьте ноги шире плеч, руки разведите в стороны, наклонитесь вперед и поочередно касайтесь стопы пальцами рук – или тянитесь к ним, если пока не можете прикоснуться.

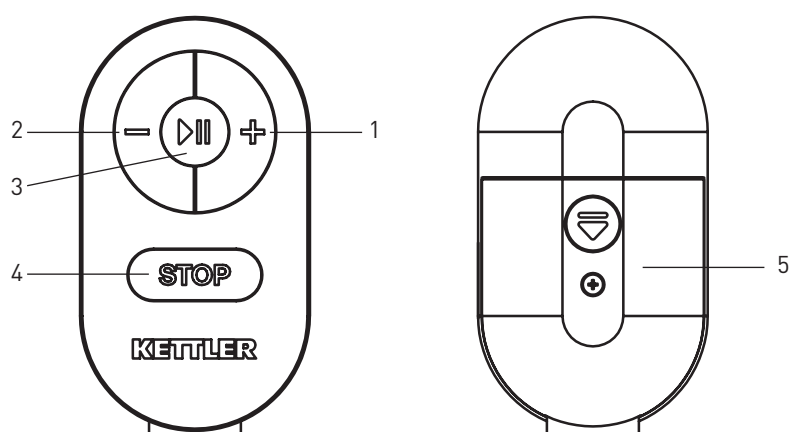
4.7 Описание тренировочного компьютера

Дисплей одновременно демонстрирует все показатели тренировки.



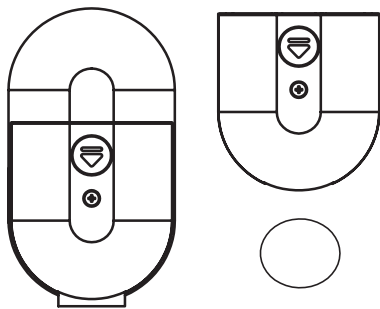
Надпись на дисплее	Параметр	Диапазон значений
TIME	Время тренировки	0:00 – 99:59
SPD	Скорость, км/ч	0.8 – 12.0
KM	Пройденная дистанция, км	0.00 – 99.99
CALORIES	Сожжённые калории, ккал	0 – 999
STEP	Количество шагов	0 – 99999

4.8 Пульт ДУ



1	Кнопка « + »: Для увеличения скорости беговой дорожки.
2	Кнопка « - »: Для уменьшения скорости беговой дорожки.
3	Кнопка «СТАРТ/ПАУЗА»: Для начала или временной приостановки тренировки.
4	Кнопка «СТОП»: Для остановки тренировки.
5	Крышка отсека для батареек. Батарейка CR2032 1 шт.

Установка и замена батареек в пульте ДУ



Установка батареек:

1. С помощью крестовой отвертки сначала отвинтите крышку батарейного отсека, затем снимите ее с пульта дистанционного управления.
2. Достаньте батарейку, которая входит в комплект поставки пульта дистанционного управления.
3. Установите новую батарейку в держатель, соблюдая полярность.
4. Установите крышку батарейного отсека обратно на держатель батарейного отсека и завинтите ее с помощью крестовой отвертки.

Установка завершена!

Замена батареи:

1. С помощью крестовой отвертки отвинтите крышку батарейного отсека, снимите ее с пульта дистанционного управления.
2. Извлеките старую батарейку и установите новую батарейку в держатель, соблюдая полярность.
3. Установите крышку батарейного отсека обратно на держатель батарейного отсека и завинтите ее с помощью крестовой отвертки.

Установка завершена!

Перед использованием пульта дистанционного управления снимите изолирующую пленку.

⚠ ВНИМАНИЕ!

При отсутствии связи между пультом ДУ и беговой дорожкой вам необходимо повторно подключить беговую дорожку и пульт дистанционного управления.

Повторно подключите пульт дистанционного управления к беговой дорожке следующим образом:

Способ 1

Беговая дорожка выключена. Нажмите и удерживайте кнопку «ПУСК/ПАУЗА» на пульте дистанционного управления в течение 5 секунд, одновременно нажмите выключатель на беговой дорожке, чтобы включить беговую дорожку; затем снова нажмите кнопку «ПУСК», чтобы начать бег. Если беговая дорожка запустилась, соединение прошло успешно. Если беговая дорожка не включилась, повторите все действия сначала.

Способ 2

Беговая дорожка включена. Извлеките ключ безопасности. Нажмите и удерживайте кнопку «ПУСК/ПАУЗА» на пульте дистанционного управления в течение 5 секунд, одновременно вставьте ключ безопасности в беговую дорожку. Затем снова нажмите кнопку «ПУСК», беговая дорожка включится, это означает, что соединение прошло успешно. Если беговая дорожка не включилась, повторите все действия сначала.

Ключ безопасности

Ключ безопасности предназначен для экстренного прерывания тренировки в случае падения или другого непредвиденного происшествия. Во время тренировки всегда закрепляйте клипсу ключа безопасности на одежде с таким расчетом, чтобы длина шнура позволяла вам тренироваться, но шнур не висел слишком свободно. В случае падения или другой непредвиденной ситуации во время тренировки магнитный ключ отделится от консоли и дорожка немедленно остановится. Если ключ безопасности не установлен на место, тренировка будет невозможна. Если ключ безопасности удалить с консоли во время тренировки полотно остановится.

⚠ ВНИМАНИЕ!

При занятиях на беговой дорожке всегда закрепляйте свободный конец шнура на одежде с помощью клипсы.

⚠ ВНИМАНИЕ!

Во время нажатия клавиши (СТАРТ), стойте на антискользящих подставках для ног с правой и левой стороны от бегового полотна, широко расставив ноги. Только после начала движения бегового полотна, встаньте на беговую поверхность и начните движение по ней.

Напоминание о смазке

Ваша беговая дорожка нуждается в смазке каждые 300 км. Система будет издавать звуковой сигнал каждые 10 секунд и отображать значок "OIL" на вашем дисплее, чтобы напомнить вам, когда пришло время. Пожалуйста, прочтите раздел СМАЗКА БЕГОВОГО ПОЛОТНА, чтобы узнать, как правильно смазывать ваш тренажер. Нанесите смазочное масло на середину ходовой палубы с обеих сторон. После нанесения нажмите и удерживайте кнопку СТОП в течение 3 секунд, чтобы очистить напоминание.

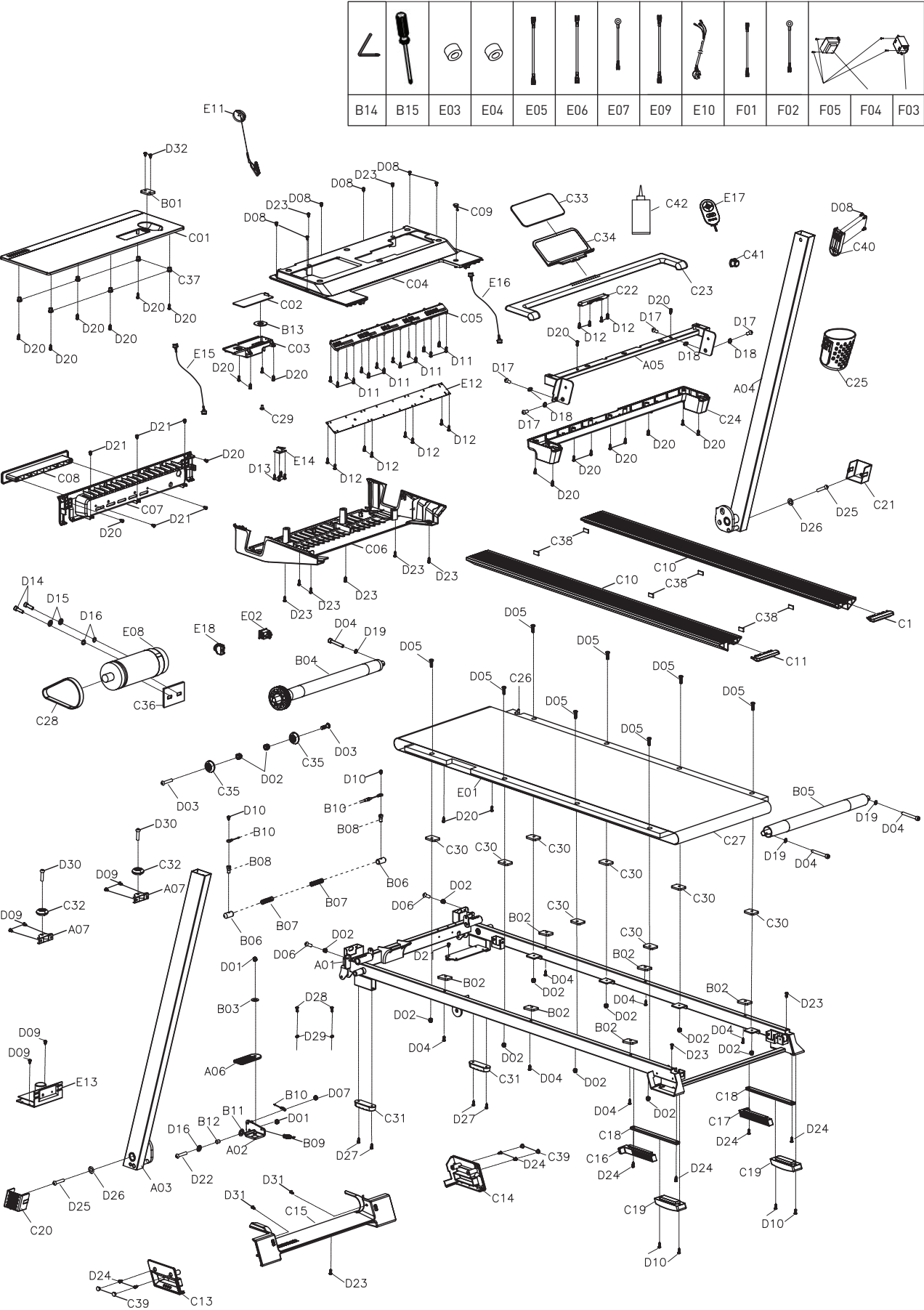
Функция энергосбережения

Когда беговая дорожка простаивает в течение 10 минут, она переходит в режим энергосбережения. Пока беговая дорожка находится в этом режиме, оконный дисплей компьютера будет выключен. Чтобы снова включить его, нажмите любую кнопку.

5 НЕИСПРАВНОСТИ И ИХ УСТРАНЕНИЕ

Проблема	Возможная неисправность	Рекомендуемое решение
Беговая дорожка не включается	Дорожка не включена в сеть	Подсоедините сетевой шнур в розетку питания
	Ключ безопасности не вставлен	Вставьте ключ безопасности
Беговое полотно не отцентрировано	Неправильная регулировка болтов натяжения полотна слева или справа	Отцентрируйте полотно с помощью регулировочных болтов согласно инструкции
Дисплей не работает	Соединительные провода между дисплеем и блоком управления	Проверить соединительные провода и разъемы между дисплеем и блоком управления
	Сетевой адаптер поврежден	Если сетевой адаптер поврежден и не работает, обратитесь в сервисную службу
Ошибка 0001: Ошибка соединения	Провода между дисплеем и блоком управления не соединены	Проверить соединительные провода и разъемы между дисплеем и блоком управления. Если они повреждены, их необходимо заменить. Если проблема не исчезла, необходимо заменить блок управления.
Ошибка 0002: Нет питания	Напряжение в сети менее 50% от необходимого.	Проверьте, что напряжение в сети соответствует рабочему напряжению дорожки
Ошибка 0005: Защита от короткого замыкания	Напряжение в сети слишком низкое/высокое. Поврежден блок управления	Перезапустите беговую дорожку. Проверьте корректность напряжения в сети. Проверьте блок управления. Если он поврежден – его необходимо заменить.
	Подвижные части беговой дорожки заклинило и поэтому мотор не может работать корректно.	Проверьте подвижные части беговой дорожки, корректно ли они работают. Прислушайтесь к работе мотора – нет ли посторонних шумов в его работе или постороннего запаха. Если необходимо, замените мотор.
Ошибка 0006: Неисправность мотора	Провода питания мотора или сам мотор повреждены.	Проверьте провода питания мотора на правильность подключения. Если провода повреждены – их необходимо заменить. Если проблема не решена, возможно, необходимо заменить мотор.
Ошибка 0008: Неисправность блока управления	Блок управления не подключен.	Проверьте верхний и средний провод блока управления, чтобы убедиться, что питание есть. Если провода повреждены, их необходимо заменить. Если проблема не решена, возможно, необходимо заменить блок управления.
Ошибка 0009: Неправильное положение дорожки	Дорожка установлена неправильно или не горизонтально	Поставьте беговую дорожку на ровную горизонтальную поверхность.
		Провода питания блока управления не подключены, блок питания неисправен.

6 ПОДЕТАЛЬНАЯ СХЕМА ТРЕНАЖЕРА



7 ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЛЕКТУЮЩИХ

№	Описание	Кол-во
A01	Основная рама	1
A02	Опора в сборе	1
A03	Левая стойка поручня	1
A04	Правая стойка поручня	1
A05	Рама поручня	1
A06	Ось	1
A07	Фиксатор транспортировочного ролика	2
B01	Платформа ключа безопасности	1
B02	Фиксатор бокового кожуха	6
B03	Противовращательная прокладка	1
B04	Передний ролик	1
B05	Задний ролик	1
B06	Вал выдвижного штифта	2
B07	Пружина	2
B08	Фиксирующий вал стального троса	2
B09	Пружина поручня	1
B10	Двойная линия настройки	1
B11	Подшипник игольчатый	1
B12	Втулка	1
B13	Пластина ключа безопасности	1
B14	Ключ шестигранный	1
B15	Отвертка крестовая	1
C01	Кожух мотора верхний	1
C02	Платформа ключа безопасности	1
C03	Ниша ключа безопасности	1
C04	Кожух мотора средний	1
C05	Решетка индикации подсветки	1
C06	Кожух мотора нижний	1
C07	Кожух мотора передний	1
C08	Ниша сигнального провода	1
C09	Заглушка для силиконовой смазки	1
C10	Боковой кожух	2
C11	Подпятник левый	1
C12	Подпятник правый	1
C13	Левый декоративный кожух задний	1

№	Описание	Кол-во
C14	Правый декоративный кожух задний	1
C15	Задний кожух	1
C16	Левый регулируемый блок	1
C17	Правый регулируемый блок	1
C18	Направляющая	2
C19	Задняя опора	2
C20	Кожух стойки левый	1
C21	Кожух стойки правый	1
C22	Держатель планшета	1
C23	Кожух консоли верхний	1
C24	Кожух консоли нижний	1
C25	Держатель для бутылки	1
C26	Гибкая труба	1
C27	Беговое полотно	1
C28	Ремень приводной	1
C29	Держатель ключа безопасности	1
C30	Подушка	8
C31	Передняя опора	2
C32	Транспортировочный ролик 1	2
C33	Опорная поверхность для планшета	1
C34	Держатель планшета	1
C35	Транспортировочный ролик 2	2
C36	Подушка	1
C37	Фиксатор	6
C38	Подушка	6
C39	Блок отверстий под винты	4
C40	Фиксатор держателя для бутылки	1
C41	Фиксатор провода	1
C42	Силиконовая смазка	1
D01	Гайка М8	2
D02	Гайка М6	12
D03	Болт М6×38	2
D04	Болт М6×45	9
D05	Болт М6×30	8
D06	Болт М6×20	2

№	Описание	Кол-во
D07	Болт М5	1
D08	Винт ST4.2×12	9
D09	Болт М5×8	6
D10	Болт М5×12	6
D11	Саморез ST2.9×6.0	16
D12	Саморез ST2.9×8	12
D13	Саморез ST2.5×6	4
D14	Болт М8×12	2
D15	Шайба пружинная 8	2
D16	Шайба 8	3
D17	Болт М8×12	4
D18	Шайба стопорная 8	4
D19	Шайба стопорная 6	3
D20	Саморез ST4.2×12	25
D21	Саморез ST4.2×12	6
D22	Болт М8×30	1
D23	Саморез ST4.2×12	11
D24	Саморез ST4.2×12	8
D25	Болт М10×90	2
D26	Шайба 10	2
D27	Саморез ST4.2×20	4
D28	Болт М5×12	2
D29	Шайба пружинная 5/65Мп	2
D30	Болт зажимной Ø5×24	2
D31	Саморез ST4.2×12	2
D32	Саморез ST2.9×8	2
E01	Дека	1
E02	Выключатель	1
E03	Магнитное кольцо	1
E04	Магнитный сердечник	1
E05	Провод	1
E06	Провод	1
E07	Провод заземления	1
E08	Электромотор	1
E09	Провод сигнальный	1
E10	Провод питания	1
E11	Ключ безопасности	1

№	Описание	Кол-во
E12	Дисплей	1
E13	Контрольная панель	1
E14	Предохранитель	1
E15	Провод сигнальный	1
E16	Соединительный провод предохранителя	1
E17	Пульт ДУ	1
E18	Предохранитель	1

8 ТЕХНИЧЕСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Питание тренажера	Сеть 220 В
Мощность двигателя	1 ЛС
Потребляемая мощность	850 Вт
Размеры в разложенном виде	157×81.5×124 см
Размеры бегового полотна	120×42 см
Вес брутто	46 кг
Вес нетто	40 кг
Максимальный вес пользователя	120 кг
Рекомендуемый рост пользователя	Ограничений нет
Минимальная скорость бега	0,8 км/ч
Максимальная скорость бега	12 км/ч
Гарантийный срок на изделие	3 года на тренажер 7 лет на раму тренажера

[illegible]



KETTLER — РОДОМ ИЗ ГЕРМАНИИ

История бренда KETTLER начинается 15 января 1949 года в городе Энзе на западе Германии. Хайнц Кеттлер основал Металлургическую фабрику Хайнца Кеттлера и занялся изготовлением алюминиевой посуды. Со временем ассортимент выпускаемой продукции расширился, появлялось все больше новых товаров. И уже 25 октября 1966 года была впервые зарегистрирована торговая марка KETTLER. А в 1968 году KETTLER запустил производство домашних тренажеров, благодаря которым бренд стал одним из узнаваемых на рынке спортивного инвентаря и не раз был номинирован на престижные международные премии.

На премии Plus X Award® KETTLER трижды (с 2009 по 2011 год) получал специальную награду от организаторов, судей и амбассадоров — The Most Innovative Brand Award («Самый инновационный бренд») — в категории «Тренажеры». При вручении награды учитывался вклад компании Heinz Kettler GmbH & Co. KG в развитие спортивной индустрии.

В 2013 году на премии ISPO® тренажер Racer S от Heinz Kettler GmbH & Co. KG стал лидером в номинации Award Gold Winner («Золотой победитель») среди товаров для здоровья и фитнеса.

В 2017 году компания Heinz Kettler GmbH & Co. KG была удостоена премии German Design Award Special® в номинации Excellent Product Design («Превосходный дизайн модели»). Наградой был отмечен тренажер ERGO C10, дизайн которого разрабатывали York Stuttgarten и Ansgar Honkomp.

Название KETTLER многим знакомо с детства. За время своего существования бренд стал синонимом здорового образа жизни. Благодаря продукции KETTLER у нескольких поколений людей получилось превратить регулярные тренировки в полезную привычку. И сегодня компания продолжает вдохновлять людей заниматься спортом, чтобы спорт стал не просто увлечением, а важной составляющей жизни.

Торговая марка: KETTLER

Модель: SMART WR 07888-700

Сделано в Китае

Дата производства (месяц, год) указана на изделии.

Импортер и Уполномоченная изготовителем организация ООО Спортмастер

Юр. адрес: 117437, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, д. 18, корпус 2, ком. 102

Справочная служба: 8 495 777-777-1

Данный товар реализуется в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации.

Для подтверждения даты покупки товара при гарантийном ремонте или предъявлении иных предусмотренных законом требований, убедительно просим вас сохранять сопроводительные документы (чек, квитанцию, иные документы, подтверждающие дату и место покупки).

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в комплектацию, дизайн, функциональные возможности изделий, в том числе техническое и программное обеспечение, без предварительного уведомления потребителей.

