|  |  |
| --- | --- |
| Оригинал | Перевод |
|  |  |
| IMPORTANT SAFETY PRECAUSTION1. Plug the power cord of the treadmill directly into a dedicated grounded circuit. This product must be grounded. If it has breakdown, grounding provides a path of least resistance for electric current to reduce the risk of electric shock.2. Position the treadmill on a clear, level surface. Do not place the treadmill on thick carpet as it may interfere with proper ventilation. Do not place the treadmill near water or outdoors.3. Position treadmill so that the wall plug is visible and accessible.4. Never start the treadmill while you are standing on the walking belt. After turning the power on and adjusting the speed control, there may be a pause before the walking belt begins to move, always stand on the foot rails on the sides of the frame until the belt is moving.5. Wear appropriate clothing when exercising on the treadmill. Do not wear long, loose fitting clothing that may be caught in the treadmill. Always wear running or aerobic shoes with rubber soles.6. Make sure the power supply is connected and the safety lock is effective before using the treadmill. Fit one side of the safety lock on the treadmill and clip the other side on your clothes or belt, which will enable you to pull off the safety lock promptly in an emergency. | ВАЖНЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТАРОЖНОСТИ1. Подключите шнур питания беговой дорожки непосредственно к соответствующей заземленной цепи. Тренажер должен быть заземлен. В случае поломки заземление – это путь наименьшего сопротивления электрического тока для снижения риска удара током.2. Размещайте тренажер на чистой и ровной поверхности. Для обеспечения нормальной вентиляции не размещайте беговую дорожку на грубый ковер. Не размещайте тренажер возле воды или на улице.3. Размещайте беговую дорожку так, чтобы настенная розетка была видимой и доступной. 4. Не запускайте тренажер, если вы стоите на беговом полотне. После подключения к электрической сети и настройки контроля скорости тренажер может перейти в режим паузы, а после этого начнет двигаться беговое полотно. Пока беговое полотно не начнет двигаться ставайте на подножки по бокам рамы. 5. На занятия на тренажере одевайте соответствующую одежду. Не одевайте длинную и свободную одежду, которою может затянуть в беговую дорожку. Всегда носите кроссовки или обувь для аэроробики с резиновой подошвой.6. Перед началом тренировки убедитесь, что блок питания подключен, а ключ безопасности работает. Установите одну сторону ключа безопасности на беговой дорожке, а другую сторону прикрепите к одежде или ремню, что позволит быстро снять его в экстренной ситуации. |