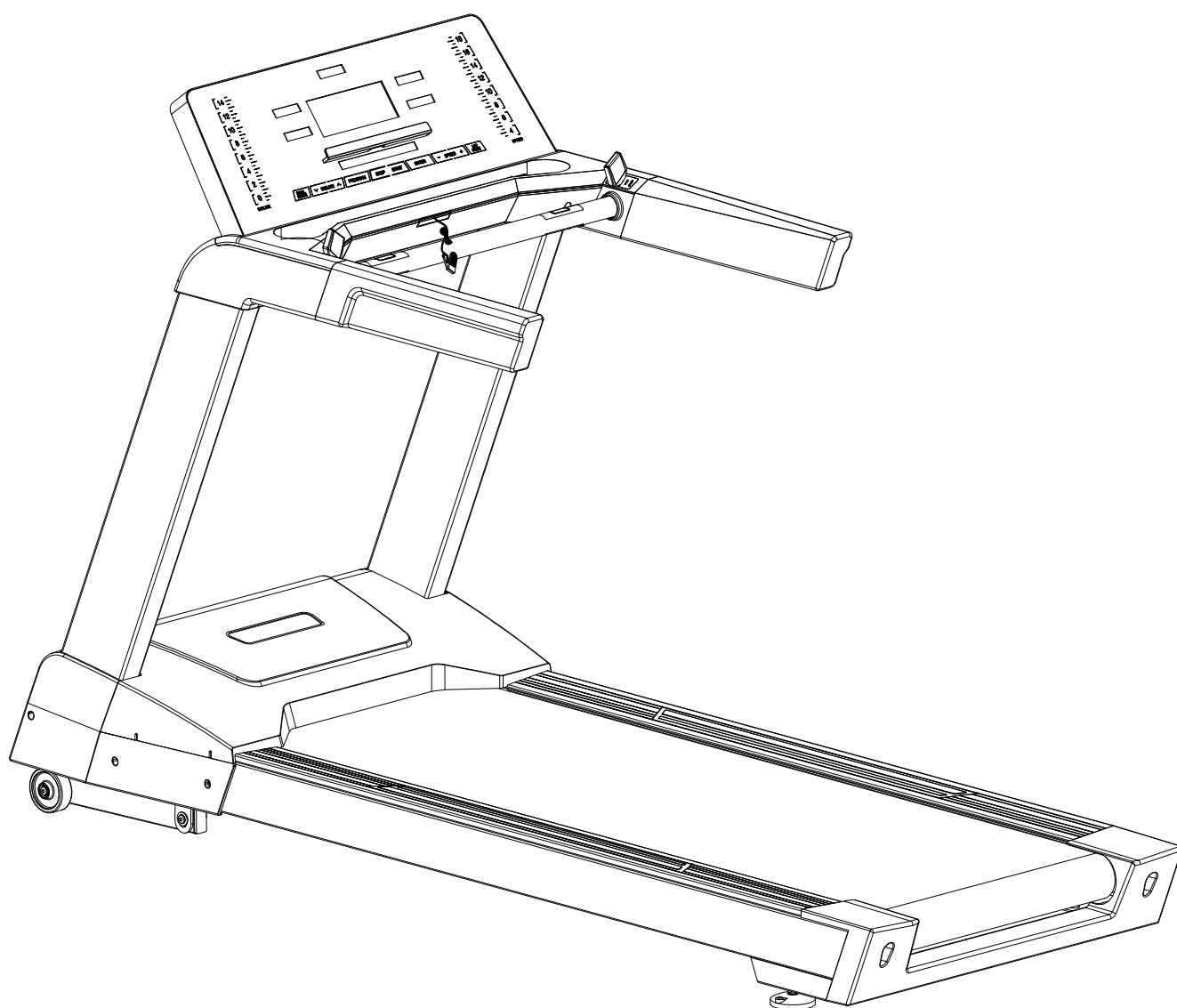
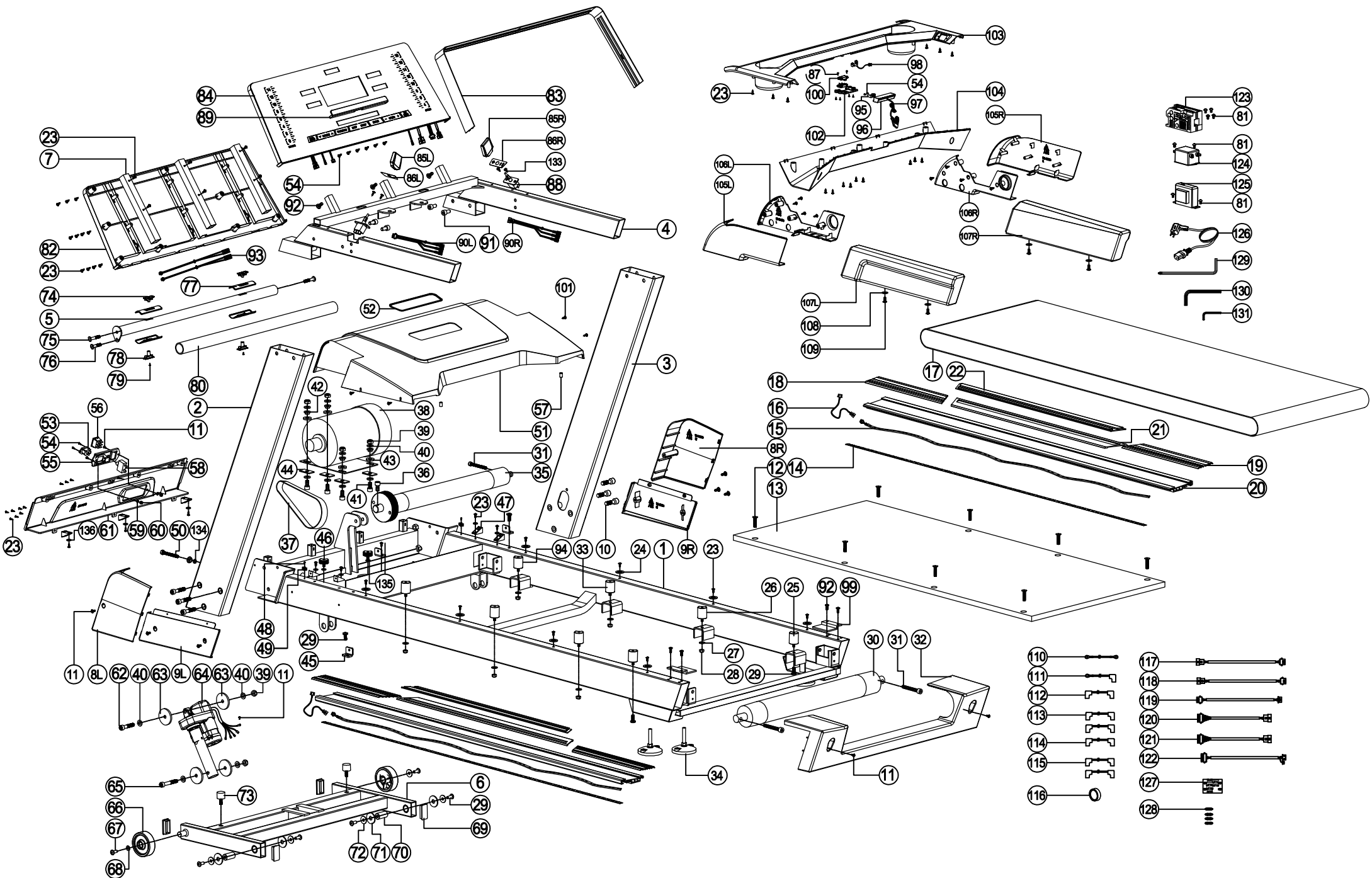




BE1862



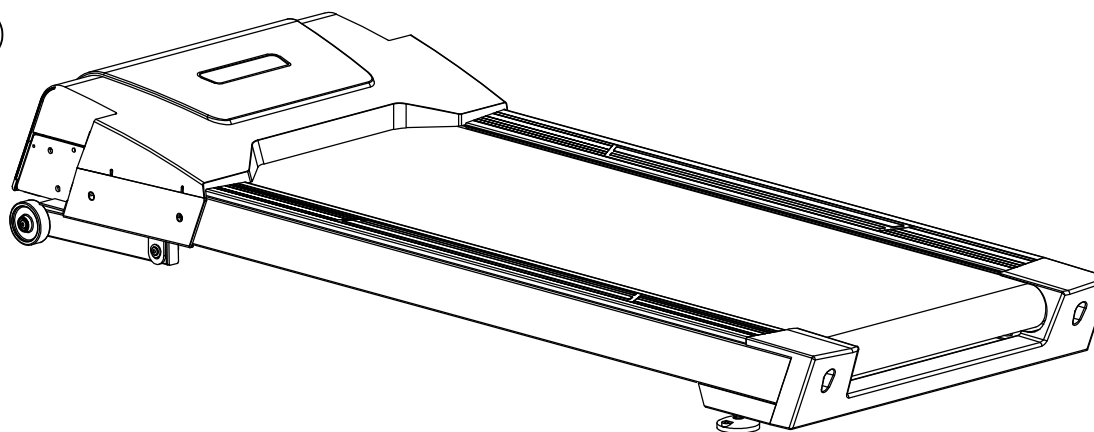
11. Manual instruction **EN**
16. Instrukcja obsługi **PL**
21. Návod k obsluze **CZ**
26. Manuel instruktion **DA**
31. Gebrauchsanweisung **DE**
36. Manual de instrucciones **ES**
41. Käsijuhend **ET**
46. Manuel d'instruction **FR**
51. Kézi utasítás **HU**
56. Manuale di istruzioni **IT**
61. Naudojimo instrukcijos **LT**
66. Rokasgrāmatas instrukcija **LV**
71. Handmatige instructie **NL**
76. Manual de instruções **PT**
81. Instrucțiuni manuale **RO**
86. Návod na obsluhu **SK**
91. Navodila za uporabo **SL**
96. Instruktionsbok **SV**
101. Інструкція з експлуатації **UK**



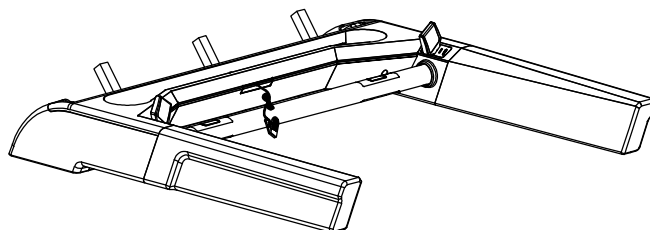
- | | | | |
|-----|---|-----|---|
| 110 | — | 117 | — |
| 111 | — | 118 | — |
| 112 | — | 119 | — |
| 113 | — | 120 | — |
| 114 | — | 121 | — |
| 115 | — | 122 | — |
| 116 | — | 127 | — |
| | | 128 | — |



1

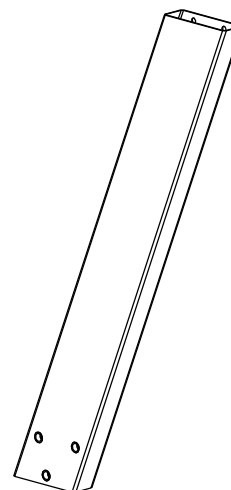


4



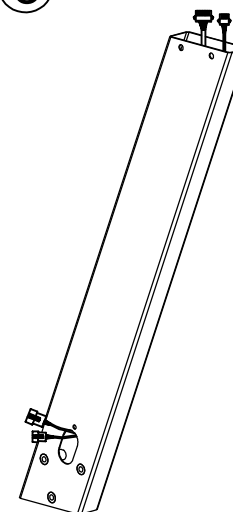
x1

2



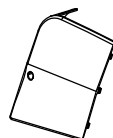
x1

3



x1

8L



x1

8R

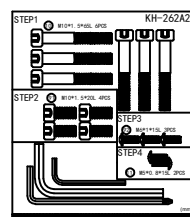


x1

126

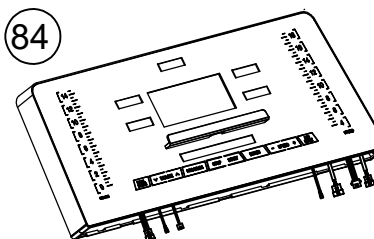


x1



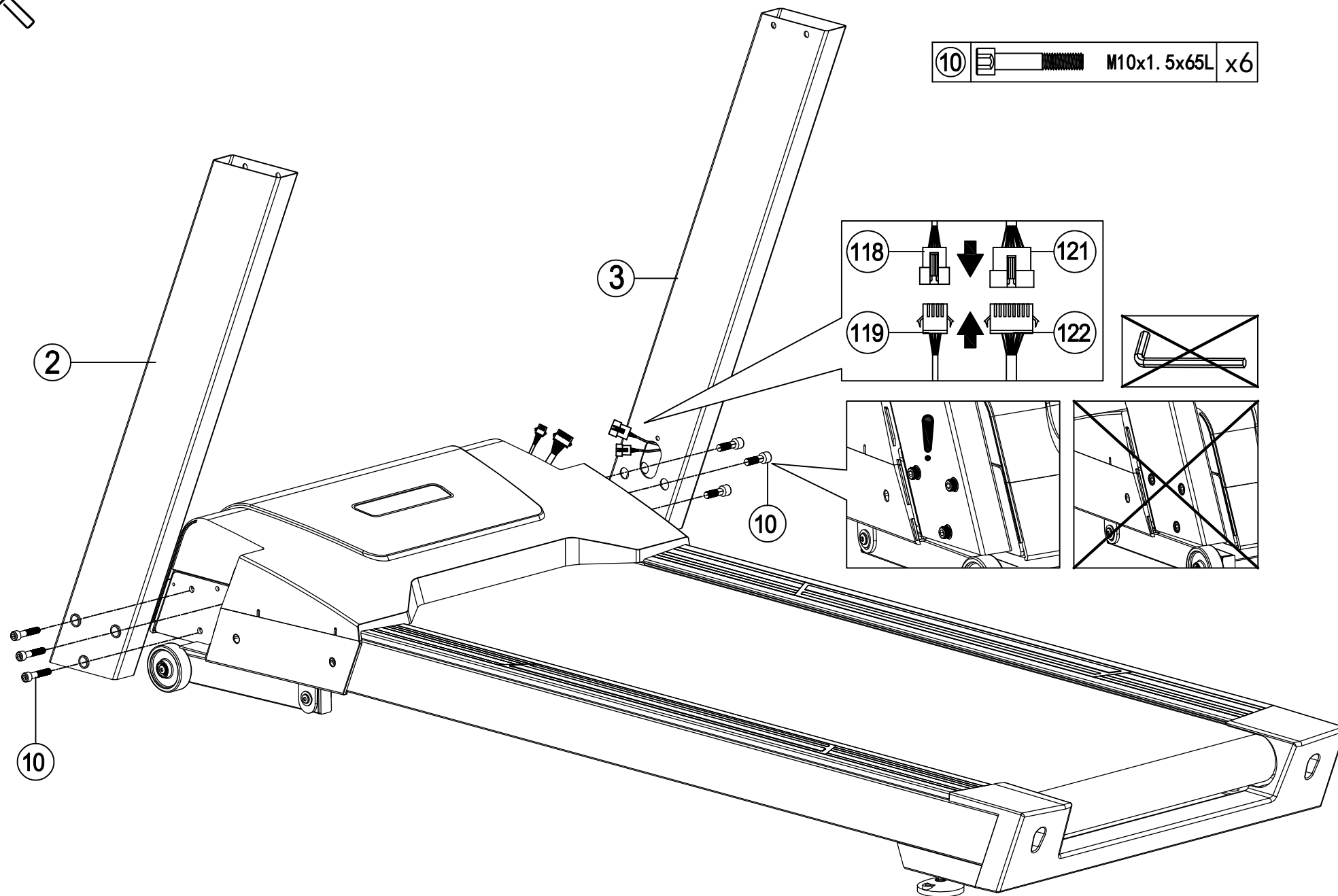
x1

84

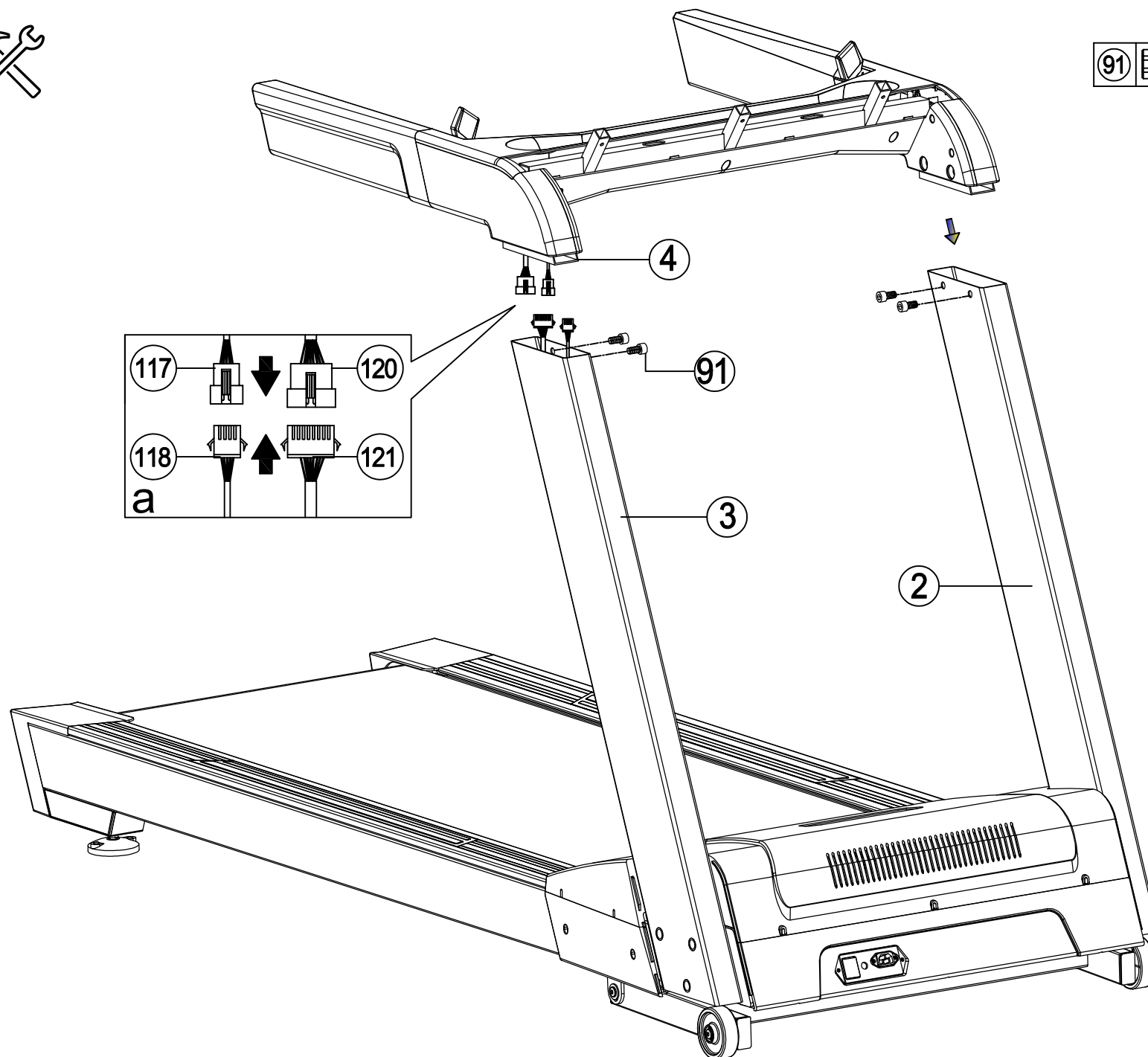
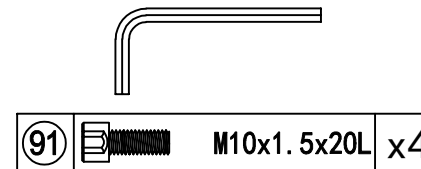


1 

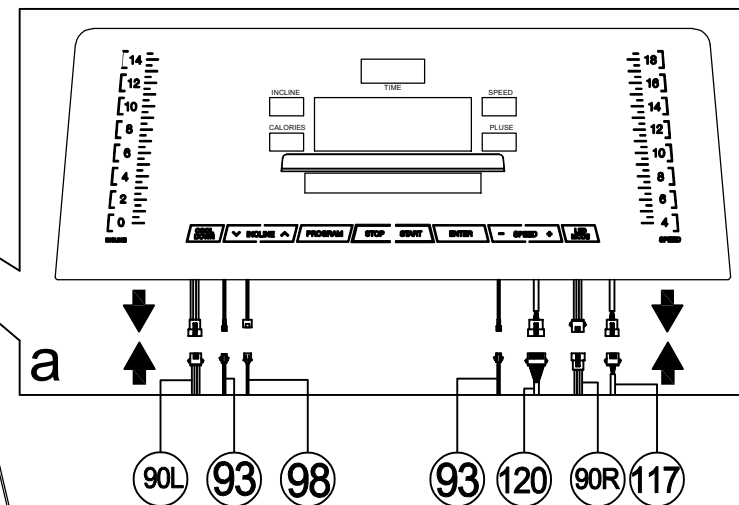
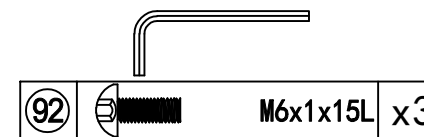
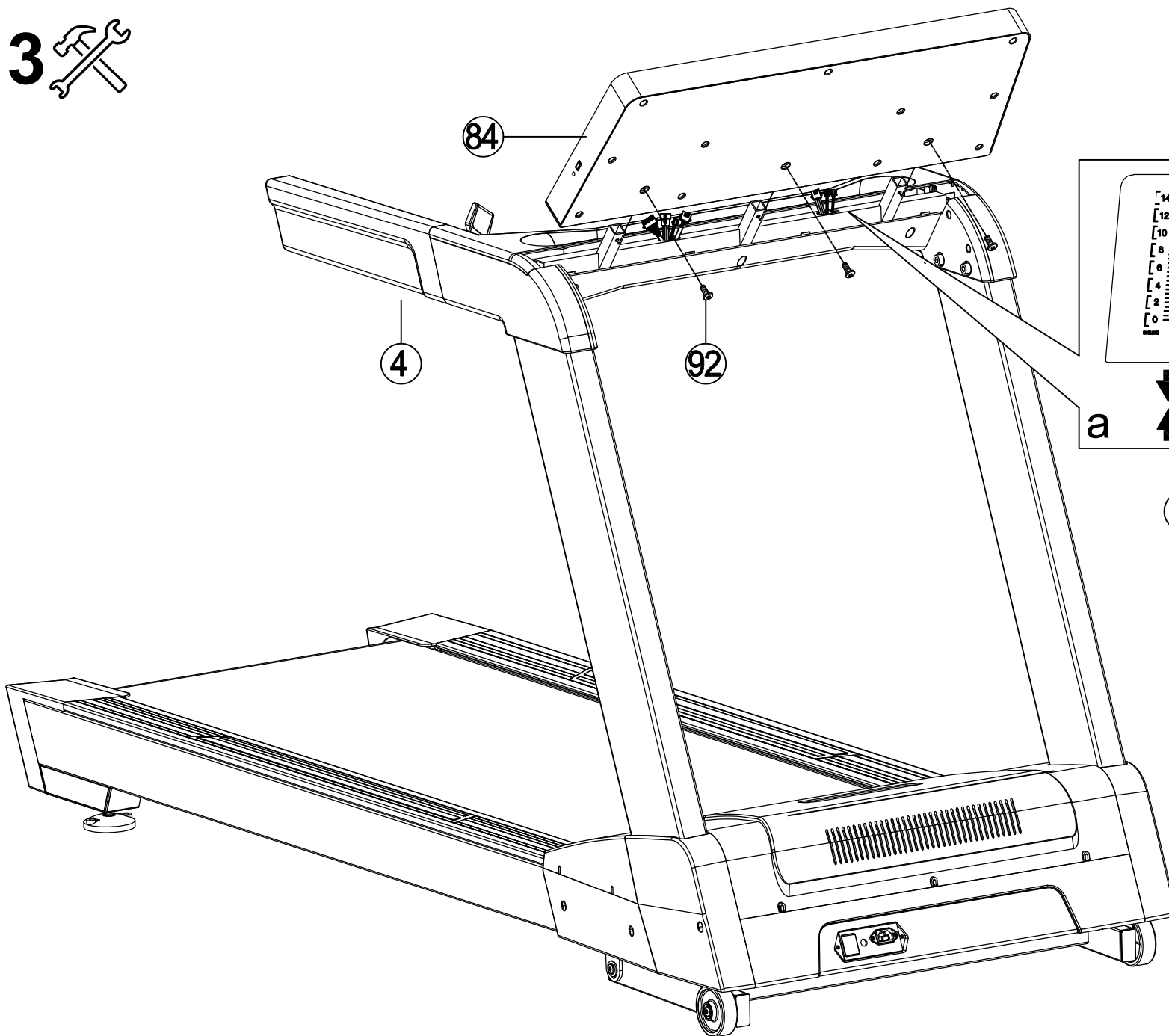
⑩  M10x1.5x65L x6



2 

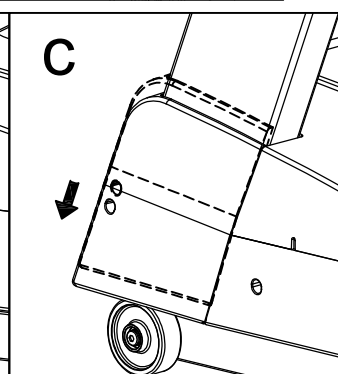
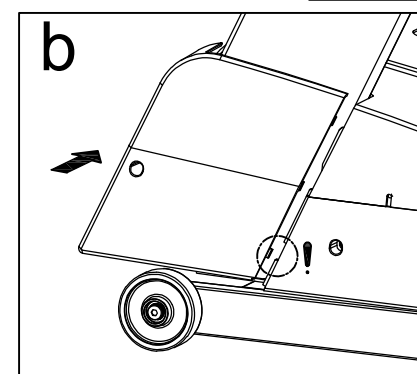
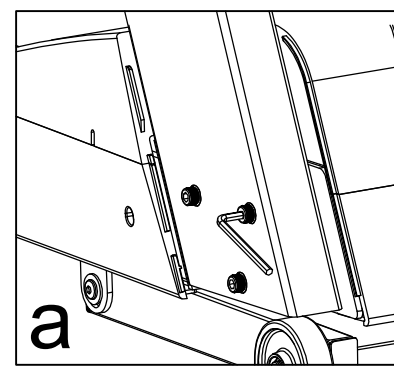
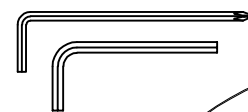
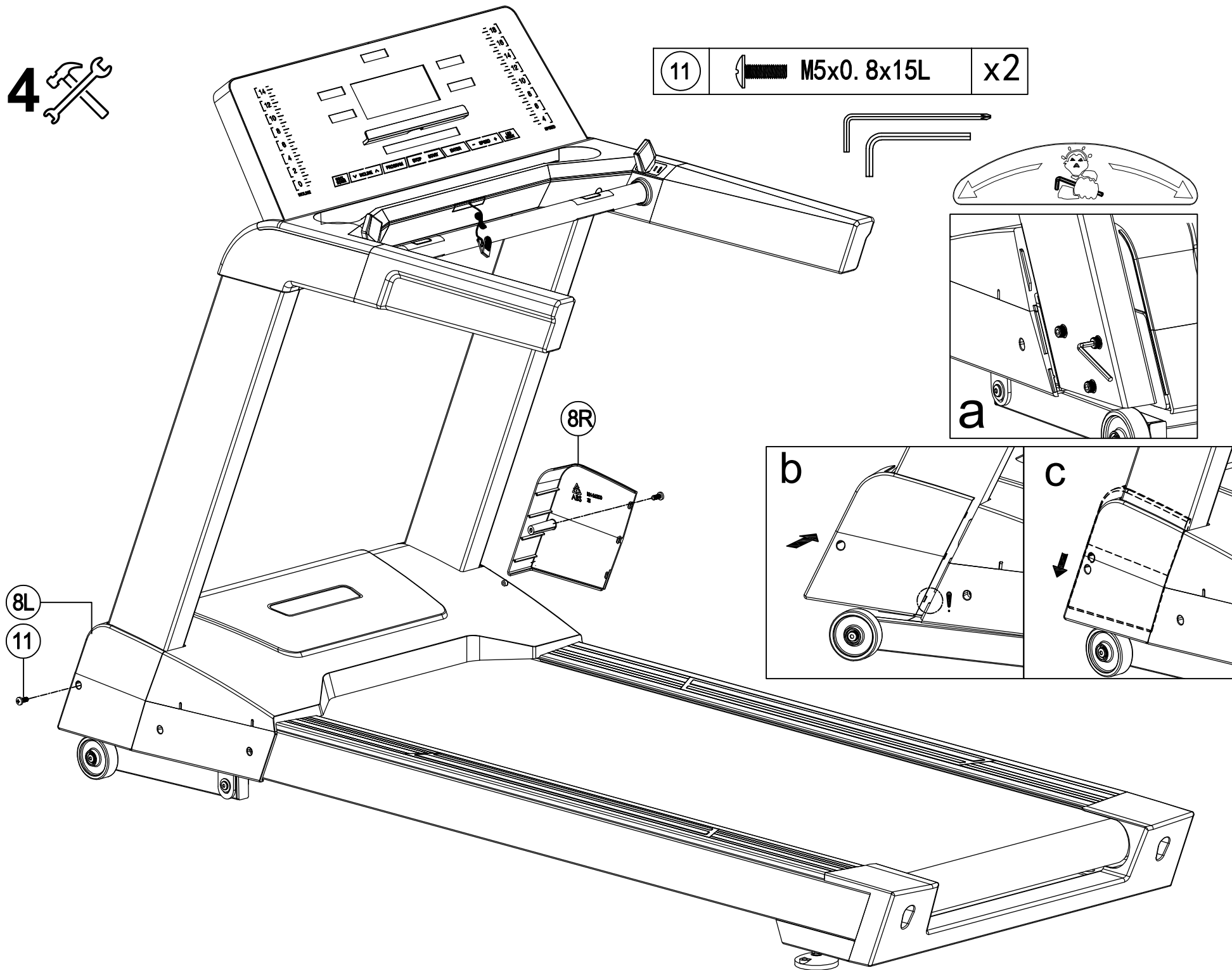


3 



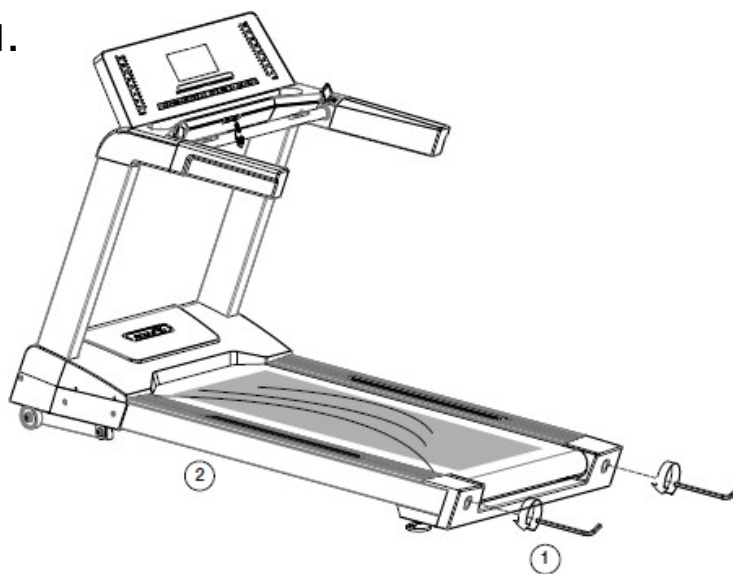
4 

11  M5x0.8x15L x2

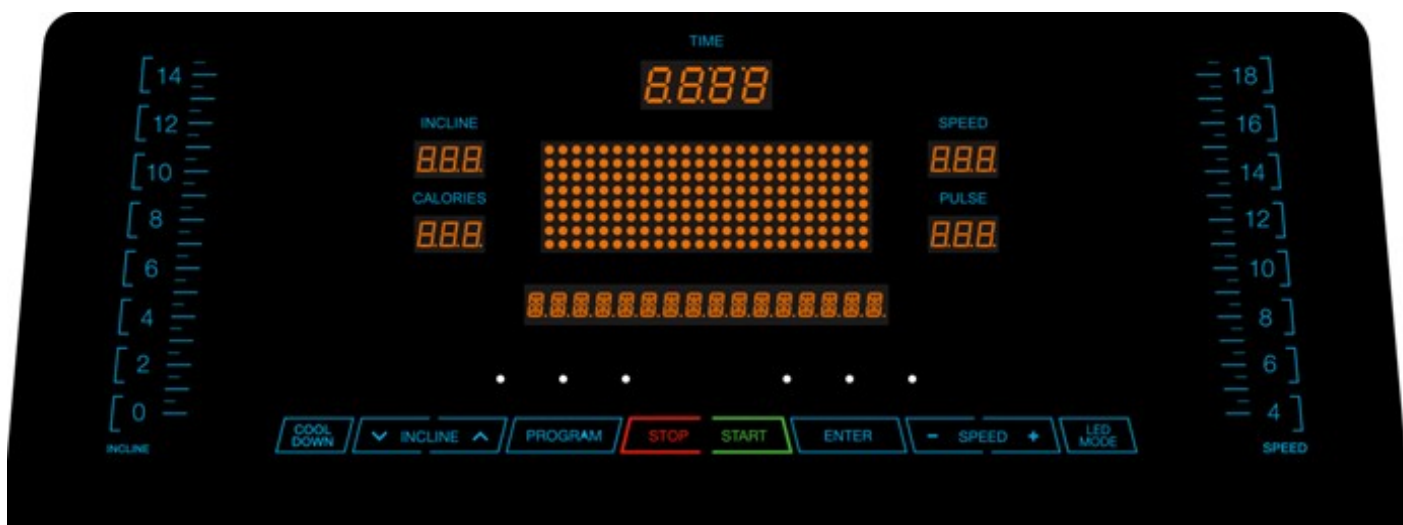
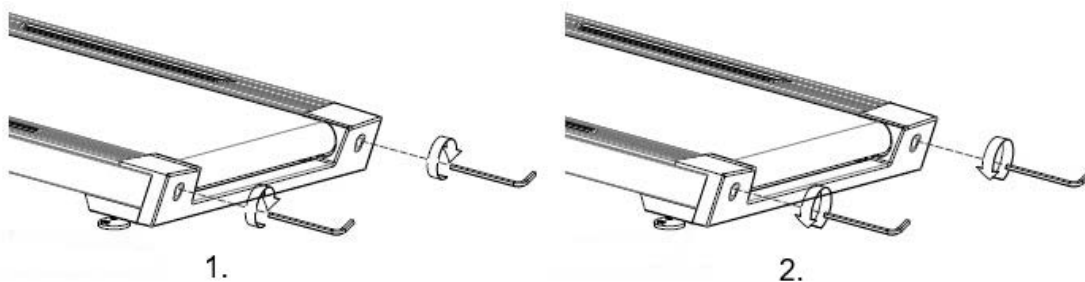




1.



2.





P1 SPEED



P1 INCLINE



P2 SPEED



P2 INCLINE



P3 SPEED



P3 INCLINE



P4 SPEED



P4 INCLINE



P5 SPEED



P5 INCLINE



P6 SPEED



P6 INCLINE



P7 SPEED



P7 INCLINE



P8 SPEED



P8 INCLINE



P9 SPEED



P9 INCLINE



P10 SPEED



P10 INCLINE



P11 SPEED



P11 INCLINE



P12 SPEED



P12 INCLINE



P13 SPEED



P13 INCLINE



P14 SPEED



P14 INCLINE



P15 SPEED



P15 INCLINE



P16 SPEED



P16 INCLINE



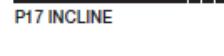
P17 SPEED



P17 INCLINE



P18 SPEED



P18 INCLINE



P19 SPEED



P19 INCLINE



P20 SPEED



P20 INCLINE

Safety Notes

1. Read the operating instructions carefully before first use and keep them for future reference.
2. Observe all warnings and safety instructions - including assembly rules. The machine must only be used for its intended purpose.
3. For your own safety, assemble and use the machine in accordance with these instructions. Also inform other users of the rules for the correct use of the machine.
4. Protect the machine from children and animals. Children should not be allowed near the equipment without supervision. Assembly and use are only allowed for adults.
5. Consult your doctor before starting an exercise programme, especially if you are taking medication or have health problems (e.g. high blood pressure, heart rhythm disorders).
6. Observe your body during exercise. Stop your workout immediately if you experience pain, chest tightness, dizziness, nausea, shortness of breath or an irregular pulse.
7. Place the machine on a flat, dry and clean surface, keeping a minimum of 0.6 m clearance around the machine.
8. Use appropriate sports attire and shoes. Avoid loose clothing that can catch on moving parts.
9. The unit must not be used outdoors.
10. Check the condition of the equipment before each workout - look out for signs of wear or damage.
11. If you notice sharp edges, stop using the equipment.
12. If unusual sounds or vibrations occur, stop training immediately.
13. Adjustable components must not protrude or impede the use of the equipment. The machine may only be used by one person at a time.
14. Braking does not depend on speed - the equipment is equipped with an independent stopping system.
15. The equipment is not intended for therapeutic or rehabilitation purposes.
16. Use caution when transporting or lifting to avoid back injury. If necessary, use the assistance of a second person.
17. It is forbidden to modify the design of the unit yourself. In case of problems, contact an authorised service centre.
18. The recommended operating temperature range of the device is 15-25°C.
19. Maximum permissible user weight: 180kg.
20. The equipment is class SB in accordance with EN ISO 20957-1 and is intended for domestic and semi-commercial use.

ASSEMBLY:

Step 1 - Mounting the columns and connecting the cables

Before assembling the right-hand column (3):

- Connect the wire (119) with the wire (118)
- Connect the wire (122) with the wire (121)

Then attach the columns (3) and (2) to the main frame of the treadmill using allen screws (10) - as shown in the illustration.

NOTE: Do not over-tighten the screws at this stage to facilitate further assembly.

Step 2 - Mounting the brackets and wiring connections

The assistance of a second person is recommended.

- Connect the following wires:
 - (118) with (117)
 - (121) with (120)
- Attach the handles (4) to the treadmill column, taking care not to pinch the wires between the handle and the column.
- Once they are properly seated, tighten the screws (91). At this stage you can now tighten them permanently.

Step 3 - Mounting the computer

Again, the help of a second person will be useful.

- Connect all wires according to the attached drawing.
- Place the computer (84) on the three brackets and fasten it with allen screws (92).

Step 4 - Tighten the structure and install the covers.

- Tighten all screws (10) fastened in Step 1 firmly.
- Apply the side column covers, following illustration "b".
- Slide the covers down to their final position as shown in illustration "c".
- Secure them with the screws (11).

Supply

Make sure the main power switch (located on the back of the motor cover) is set to the ON position before you start exercising. Also check that the power cord is properly plugged into a grounded socket.



Safety key

For proper operation of the treadmill, the safety key must be in the socket. Removing the key during a workout will automatically stop the machine. Without the key, the treadmill remains in OFF mode.

1. Safety key
2. Clip



Levelling the treadmill

To ensure stable operation, the treadmill can be levelled using the adjustable feet located under the rear of the running board. It is recommended that the machine is placed on a level, hard surface.



Adjusting the running belt

Regular maintenance of the running belt is essential for its longevity and proper operation.

Frequency of inspection:

- Every 1-2 months or
- After every 50 hours of use - even if the treadmill has not been used for a long time.

Lubricating the belt:

- Disconnect the treadmill from the power supply.
- Loosen the tension screws on both sides of the rear roller.
- Apply silicone grease to the running plate under the belt.
- When finished - tighten the screws.

Belt alignment correction:

In the early days of use, the belt may stretch slightly and move sideways. To correct this (image 2):

1. Switch on the treadmill and set a speed of 3-5 km/h.
2. Check the belt centring - if:
 - escapes to the left → slightly tighten the left screw (clockwise),
 - escapes to the right → tighten the right screw.
3. If the belt is too tight, loosen both screws in the opposite direction.
4. Make sure the belt is neither wavy nor excessively tight.
 1. Increase belt tension
 2. Reduce belt tension



No.	Description	Quantity	No.	Description	Quantity
1	Main frame	1	71	Nylon washer D21*D37*3T	4
2	Left-hand column	1	72	Flat washer D25xD8.5x2T	4
3	Right column	1	73	Shock absorber	2
4	Brackets	1	74	Pulse sensor board	2
5	Transverse column support	1	75	Allen screw M8*1.25*45L	2
6	Ballast	1	76	Allen screw M8*1.25*40L	1
7	Computer bracket (2)	3	77	Pulse measurement sensor	4
8L	Lower left column cover	1	78	Lower pulse sensor plate	2
8R	Lower right-hand column cover	1	79	Screw ST4x1.41x15L	2
9L	Left side engine cover	1	80	Handle	1
9R	Right side engine cover	1	81	Screw M5*0.8*10L	9
10	Allen screw M10*1.5*65L	6	82	Lower computer cover	1
11	Phillips screw M5*0.8*15L	7	83	Side computer cover	1
12	Internal hexagon bolt type CSK M8*1.25*35L	8	84	Computer	1
13	Treadmill plate	1	85L	Left joystick for treadmill adjustment	1
14	Diffuser	2	86R	Right joystick for treadmill adjustment	1
15	LED strip	2	86L	Sticker under joystick (left)	1
16	LED strip cable	2	86R	Sticker under joystick (right)	1
17	Running belt	1	87	Screw ST4*1.41*12L	6
18	Anti-slip strips (2)	2	88	Handle socket	2
19	Anti-slip strips (3)	2	89	Tablet holder	1
20	Treadplate protector	2	90L	Left-hand grip cable	1
21	Running board cover	2	90R	Right-hand grip cable	1
22	Anti-slip tape	2	91	Allen screw M10*1.5*20L	4
23	Phillips screw ST4.2*15L	62	92	Allen screw M6*1*15L	7
24	Metal clip	8	93	Pulse sensor cable	2
25	Shock absorber (4)	2	94	Shock absorber(2)	2
26	Shock absorber (3)	2	95	Safety key socket	1
27	Flat washer D16*D8.5*1.2T	6	96	Safety key	1
28	Nylon nut M8*1.25*8T	6	97	Safety key clip	1
29	Allen screw M8*1.25*20L	8	98	Emergency stop cable	1
30	Rear roller	1	99	Protective plate	2
31	Allen screw M10*1.5*80L	3	100	Internal safety key socket	2
32	Rear cover	1	101	Screw ST4.2*25L	7
33	Shock absorber (1)	2	102	Safety key plate	1
34	Levelling feet	2	103	Upper grip cover	1
35	Front roller	1	104	Lower grip cover	1
36	Allen screw M10*1.5*45L,	1	105L	Side handle cover (left)	1
37	Belt	1	105R	Side handle cover (right)	1
38	AC3.0HP engine	1	106L	Inner side cover (left)	1
39	Nylon nut M10*1.5*10T	6	106R	Inner side cover (right)	1
40	Flat washer D20*D11*2T	12	107L	Handle cap (left)	1
41	Allen screw M10*1.5*30L	4	107R	Handle main cover (right)	1
42	Insulating spacer (1)	5	108	Screw M5*0.8*15L	4
43	Flat washer D28*D14*2T	4	109	Flat washer D15*D5.2*1.0T	4
44	Bumper	4	110	Grounding cable	1
45	Mounting plate	3	111	Grounding cable (2)	1
46	Adjusting roller	2	112	Cable 1	1
47	Engine plate	7	113	Cable 2	2
48	Cable tie	2	114	Cable 1	1
49	Phillips screw ST4*1.41*15L	2	115	Cable 2	2
50	Hexagonal bolt M8*1.25*60L	1	116	Magnetic loop	1
51	Upper motor cover	1	117	LED top cable	1
52	ID tag	1	118	LED centre cable	1
53	Socket	1	119	LED bottom cable	1
54	Phillips screw ST2.9x9.5L	10	120	Upper computer cable	1
55	Power supply board	1	121	Central computer cable	1
56	Power switch	1	122	Lower computer cable	1
57	Bumper	2	123	Inverter	1
58	Fuse	1	124	Filter	1
59	Flat washer D12*D5.2*0.8T	2	125	Inductor	1
60	Nylon nut M5*0.8*5T	2	126	Supply cable	1
61	Motor cover	1	127	LED control board	1
62	Allen screw M10*1.5*50L	1	128	PC spacer	4
63	Plastic flat washer D10*D24*0.4T	4	129	Allen key M6	1
64	Tilt angle adjustment	1	130	Allen key M8*120L	1
65	Allen screw M10*1.5*65L	1	131	Allen key M4*68L	1
66	Roller	2	133	Phillips screw ST4*1.41*10L	4
67	Allen screw M8*1.25*20L	2	134	Nut M8*1.25*6T	1
68	Flat washer D21*D8.5*1.5T	2	135	Spacer D11.5*D8*3.5T	2
69	Cap	4	136	Flat washer D12*D4.3*1T	7
70	Axle	2			

Maintenance of the unit:

- Clean steel and plastic parts using mild cleaning agents.
- Make sure all parts are completely dry before each use.
- It is recommended to inspect all screws and bolts every 6 weeks.
 - Use only the spanners provided to tighten them.
- The treadmill should only be used indoors and dry.

Control panel and computer:

The unit is controlled via a touchscreen control panel.

- When the treadmill is switched on, the panel automatically illuminates and the display shows all current workout settings.
- Using the panel, the user can navigate through the menus and configure training programmes according to their preferences.

Description of the functional buttons:

- Tilt angle adjustment button - when pressed, the computer automatically sets the desired incline level.
- Speed and tilt angle indicators - when changing settings, the corresponding indicator starts flashing to indicate that the parameter is being actively adjusted.
- Quick speed adjustment button - allows a specific speed to be set instantly when the indicated key is pressed.

FUNCTIONAL BUTTONS

Button / Element	Function
COOL DOWN	Starts the cool down programme at the end of exercise
INCLINE	Used to change the incline angle of the treadmill during training and to navigate the menu
PROGRAM	Moves directly to the training programme section of the menu
START	Starts or restarts the training session
STOP	Stops or pauses training; hold for two seconds to reset the computer
ENTER	Confirms the selected option or the start of the programme
SPEED	Allows you to change speed during your workout and navigate the menu
LED MODE	Allows you to switch the LED bar lighting mode from the menu or training session
Joysticks	Quickly adjust speed and incline: pull increases, push decreases.

INFORMATION DISPLAYED ON THE SCREEN

Parameter	Description
INCLINE	Current incline level of the treadmill
DISTANCE	Distance travelled or remaining distance
TIME	Duration or remaining time of the session
PULSE	Your current heart rate (BMP)
CALORIES	Estimated number of calories burned
8 x 16	Main display showing speed and incline angle
Lower window	Information field - displays system notifications and messages

Using the equipment for the first time

1. Set the ON/OFF switch on the back of the motor cover to the "I" (on) position.
2. Insert the security key into the slot on the front of the computer and attach the clip to your clothing.
3. When the computer starts up, it will display:
 - the current software version,
 - total distance covered and exercise time.

User profile setup:

To run heart rate controlled programmes and body fat analysis, enter your personal details:

Step	Parameter	Buttons	Confirmation
1	Gender	Slope / Speed	ENTER
2	Age	Slope / Speed	ENTER
3	Growth	Slope / Speed	ENTER
4	Weight	Slope / Speed	ENTER

Once configuration is complete, you are ready to start your workout.

Standby mode

- After 5 minutes of inactivity, the computer automatically enters standby mode.
- To reactivate it: take it out and put it back in.

Pause and resume training

- Press STOP to pause your workout.
- Press START to resume.
- To end the session, press STOP again. safety key.

Cool Down - cool down your body

- Press the COOL DOWN button to activate the post-workout calming programme.
- The speed will gradually reduce to zero over 2-3 minutes.

LED lighting

The treadmill has LED strips on both sides of the anti-slip bands. Control is via the LED button on the main menu or the incline/speed buttons.

Lighting modes available:

Mode	Description
Running	LEDs change colour according to speed: • 0 - 6 km/h → yellow • 6.1 - 12 km/h → green • Over 12 km/h → red
Neutral	Fixed white LED lighting without colour change
Multicolour	The user can choose from the following colours: red, blue, green, orange, pink, violet
Off	LED backlighting is completely off

TRAINING MODES

1. Manual programme

The manual programme allows full control over speed and angle of inclination.

Setup steps:

- Select MANUAL programme and confirm with ENTER key.
- Select a target parameter: time, distance or calories - confirm with ENTER
- Set the target value using the incline/speed keys and confirm with ENTER
 - ➔ The workout starts at the minimum incline and speed. ➔ During the session, you can modify the values with the joysticks or the keys. ➔ When the goal is reached, the workout ends automatically and the Cool Down programme starts. ➔ Press STOP to stop cooling down.

2. Low Speed programme

Designed for the elderly or beginners - the maximum speed is 4 km/h and the distance is counted in metres.

Set-up steps:

- Select MANUAL programme, then confirm with ENTER
- Select and set the target parameter (time/distance/calories)
- Press START to start your workout
 - ➔ Starts from zero incline and minimum speed ➔ Adjustable during the workout with joysticks or buttons ➔ Workout ends automatically when goal is reached

3. 20 automatic training programmes

Each programme includes a profile with automatically changing speed and incline.

Setup steps:

- Press PROGRAM, select one of the 20 programmes and confirm with ENTER
- Set a target value: time, distance or calories
- Configure the value and start your workout by pressing START
 - ➔ Speed and incline are adjusted automatically ➔ The end time of the session updates dynamically according to your pace ➔ When the target is reached, Cool Down is activated ➔ You can cancel the cooling by pressing STOP

4. User programmes (USER U1-U4)

You can create 4 individual programmes, each consisting of 16 segments with its own speed and gradient.

Create a programme:

- Select U1-U4 and confirm with ENTER.
- Set the duration of your workout
- Set the speed for each segment and confirm
- Then set the incline of the segments
- When finished, press START - the programme will save automatically

Start the saved programme:

- Select USER U1-U4
- Press START to start the training
 - ➔ During the course you can modify the values ➔ The workout ends after the set time ➔ The computer automatically switches to Cool Down mode

HRC / THR - heart rate based training

HRC (Heart Rate Control) training allows you to exercise based on your own heart rate. The computer automatically adjusts the incline and speed to maintain a set pulse level. There are three modes to choose from:

mode	Description
HRC 60%	Fat burning (lighter effort)
HRC 80%	Improved performance and fitness
THR (Target)	User-set BPM level

Steps for HRC 60% and 80%:

- Select HRC 60 PCT or HRC 80 PCT and press ENTER.
- Set the duration of your workout and confirm.
- The computer will display the calculated target heart rate - press START to start.

Steps for THR (own heart rate):

- Select THR, e.g. THR 133, and press ENTER.
- Set the duration and confirm.
- Select the target heart rate value (default 133 BPM) and confirm.
- Press START to start your workout.

During the session, keep your hands on the pulse sensors so that the computer can measure your pulse and adjust the intensity of your exercise. The workout will end after the set time has elapsed. The Cool Down programme will start automatically (you can cancel it by pressing STOP).

BODY FAT TEST

This programme allows you to estimate your body fat content based on data from the pulse sensors.

Instructions:

- Select the FAT programme and then press ENTER.
- Place both hands on the heart rate sensors - the measurement will start.
- After a few seconds, the result will appear on the screen. The score will be displayed in the lower M window:

Result (%)	Interpretation
<19%	Underweight
12-25%	Normal weight
26 - 39%	Overweight
≥ 30%	Obese

TRENING - time and distance programme

Allows you to set a target time and distance and the computer will calculate an expected completion time based on your current pace. Steps:

- Select the TRENING programme, press ENTER.
- Set the target time and confirm.
- Set the target distance and confirm.
- Press START to start your workout.

During the workout:

- The top LED window displays the duration of the session.
- The distance window shows the remaining distance.
- The main information box shows the pace (min/km) and the expected finishing time.

The session ends when the set distance is reached. The computer will display the result:

- "Above pace",
- "Tempo achieved."
- or "Below pace".

CLEANING THE TREADMILL:

Regular care of the machine significantly extends its service life.

Before cleaning:

Always switch off the treadmill from the power supply to avoid electric shock.

After each training session:

- Clean the console and all surfaces with a soft, slightly damp cloth to remove sweat and dust.
- Do not use strong detergents or solvents.
- Avoid liquid contact with the computer and do not expose the unit to sunlight.

Make maintenance easier:

- We recommend the use of a protective mat under the treadmill to stop dirt carried by shoes.
- Clean the mat once a week to prevent dirt build-up under the machine.

LUBRICATION OF THE RUNNING BELT:

The treadmill is lubricated at the factory, but regular inspection and maintenance is necessary over time.

Recommendations:

- In the first year (or up to 500 hours of use) lubrication is usually not required.
- Thereafter, lubricate every 3 months or according to the degree of use.

How to lubricate:

1. Unplug the treadmill.
2. Lift the side of the running belt.
3. Apply a thin layer of oil-free silicone grease to the inside of the plate - as deep as possible.
4. If there are already traces of grease under the belt - lubrication is not needed.
5. Wait 1 minute before running the treadmill so that the grease spreads evenly.

TECHNICAL DATA:

- Treadmill dimensions: 219 x 84 x 137 cm
- Maximum user weight: 180 kg
- Net weight: 145 kg
- Treadmill belt: 56 x 157 cm

COMPATIBILITY WITH WORKOUT APPS**Kinomap**

- Train on real trails from around the world with interactive videos
- Compete with other users online in real time
- Receive dynamic speed and incline adjustments to your chosen route
- App available for Android and iOS

**iConsole+ Training**

- Control your treadmill directly from your phone or tablet via Bluetooth
- Create your own training programmes and track your progress
- Use the following modes: manual, interval, HRC, Body Fat, Recovery
- Integration with Google maps and analysis of training data

Uwagi dotyczące bezpieczeństwa

1. Przed pierwszym użyciem należy dokładnie zapoznać się z instrukcją obsługi i zachować ją na przyszłość.
2. Należy przestrzegać wszystkich ostrzeżeń i wskazówek dotyczących bezpieczeństwa — w tym zasad montażu. Maszyna może być używana wyłącznie zgodnie z jej przeznaczeniem.
3. W celu zapewnienia własnego bezpieczeństwa należy urządzenie montować i użytkować zgodnie z niniejszą instrukcją. Należy także poinformować innych użytkowników o zasadach prawidłowego korzystania z maszyny.
4. Chroń urządzenie przed dziećmi i zwierzętami. Dzieci nie powinny przebywać w pobliżu sprzętu bez nadzoru. Montaż i użytkowanie są dozwolone wyłącznie dla osób dorosłych.
5. Przed rozpoczęciem programu treningowego skonsultuj się z lekarzem, szczególnie jeśli przyjmujesz leki lub masz problemy zdrowotne (np. nadciśnienie, zaburzenia rytmu serca).
6. Obserwuj swój organizm podczas ćwiczeń. W przypadku bólu, ucisku w klatce piersiowej, zawrotów głowy, nudności, duszności lub nieregularnego pulsu niezwłocznie przerwij trening.
7. Umieść maszynę na płaskiej, suchej i czystej nawierzchni, zachowując minimum 0,6 m wolnej przestrzeni wokół urządzenia.
8. Używaj odpowiedniego stroju sportowego i butów. Unikaj luźnych ubrań, które mogą się zaczepić o ruchome elementy.
9. Urządzenia nie wolno używać na zewnątrz.
10. Przed każdym treningiem sprawdź stan techniczny sprzętu – zwróć uwagę na oznaki zużycia lub uszkodzenia.
11. Jeśli zauważysz ostre krawędzie, zaprzestań użytkowania urządzenia.
12. W przypadku wystąpienia nietypowych dźwięków lub wibracji, należy niezwłocznie przerwać trening.
13. Regulowane elementy nie mogą wystawać ani utrudniać użytkowania sprzętu. Z maszyny może korzystać tylko jedna osoba jednocześnie.
14. Hamowanie nie zależy od prędkości – sprzęt wyposażony jest w niezależny system zatrzymania.
15. Urządzenie nie jest przeznaczone do celów terapeutycznych ani rehabilitacyjnych.
16. Podczas transportu lub podnoszenia należy zachować ostrożność, aby uniknąć kontuzji pleców. W razie potrzeby skorzystaj z pomocy drugiej osoby.
17. Zabrania się samodzielnej modyfikacji konstrukcji urządzenia. W przypadku problemów należy skontaktować się z autoryzowanym serwisem.
18. Zalecany zakres temperatury pracy urządzenia to 15–25°C.
19. Maksymalna dopuszczalna waga użytkownika: 180kg.
20. Sprzęt należy do klasy SB zgodnie z normą EN ISO 20957-1 i jest przeznaczony do użytku domowego oraz półkomercyjnego.

MONTAŻ:

Krok 1 – Montaż kolumny i podłączenie przewodów

Przed przystąpieniem do montażu prawej kolumny (3):

- Połącz przewód (119) z przewodem (118)
- Połącz przewód (122) z przewodem (121)

Następnie przymocuj kolumny (3) i (2) do ramy głównej bieźni za pomocą śrub imbusowych (10) — zgodnie z rysunkiem poglądowym. Uwaga: Na tym etapie nie dokręcaj śrub zbyt mocno, aby ułatwić dalszy montaż.

Krok 2 – Montaż uchwytów i połączenia przewodów

Zaleca się pomoc drugiej osoby.

- Połącz kolejne przewody:
 - (118) z (117)
 - (121) z (120)
- Zamocuj uchwyty (4) do kolumny bieźni, uważając, by nie przytrzasnąć przewodów między uchwytem a kolumną.
- Po ich prawidłowym osadzeniu dokręć śruby (91). Na tym etapie możesz już je dokręcić na stałe.

Krok 3 – Montaż komputera

Również tutaj pomoc drugiej osoby będzie przydatna.

- Połącz wszystkie przewody zgodnie z dołączonym rysunkiem.
- Umieść komputer (84) na trzech wspornikach i przykręć go śrubami imbusowymi (92).

Krok 4 – Dokręcenie konstrukcji i montaż osłon

- Dokręć mocno wszystkie śruby (10) zamocowane w Kroku 1.
- Nałóż boczne osłony kolumn, kierując się ilustracją „b”.
- Przesuń osłony w dół do pozycji końcowej, jak pokazano na ilustracji „c”.
- Zabezpiecz je śrubami (11).

Zasilanie

Przed rozpoczęciem ćwiczeń upewnij się, że główny wyłącznik zasilania (znajdujący się z tyłu osłony silnika) jest ustawiony w pozycji ON. Sprawdź również, czy przewód zasilający jest prawidłowo wpięty do gniazda z uziemieniem.



Klucz bezpieczeństwa

Dla prawidłowego działania bieźni, klucz bezpieczeństwa musi znajdować się w gnieździe. Wyjęcie klucza w trakcie treningu spowoduje automatyczne zatrzymanie urządzenia. Bez klucza bieźnia pozostaje w trybie OFF.

1. Klucz bezpieczeństwa
2. Klips



Poziomowanie bieźni

Aby zapewnić stabilną pracę, bieźnię można wypoziomować przy użyciu regulowanych stopek znajdujących się pod tylną częścią płyty biegowej. Zaleca się ustawienie urządzenia na równej, twardej nawierzchni.



Regulacja pasa biegowego

Regularna konserwacja pasa biegowego jest kluczowa dla jego trwałości i prawidłowego działania.

Częstotliwość kontroli:

- Co 1–2 miesiące lub
- Po każdych 50 godzinach użytkowania — nawet jeśli bieźnia nie była używana przez dłuższy czas.

Smarowanie pasa:

- Odłącz bieźnię od zasilania.
- Poluzuj śruby napinające z obu stron tylnej rolki.
- Nałóż smar silikonowy na płytę biegową pod pasem.
- Po zakończeniu — dokręć śruby.

Korekta ustawienia pasa:

W początkowych dniach użytkowania pas może się lekko rozciągnąć i przesunąć na bok. Aby to skorygować (obrazek 2):

1. Włącz bieźnię i ustaw prędkość 3–5 km/h.
2. Skontroluj centrowanie pasa — jeśli:
 - ucieka w lewo → lekko dokręć lewą śrubę (zgodnie z ruchem wskazówek zegara),
 - ucieka w prawo → dokręć prawą śrubę.
3. Jeśli pas jest zbyt napięty, poluzuj obie śruby w przeciwnym kierunku.
4. Upewnij się, że pas nie jest ani pofalowany, ani nadmiernie napięty.
 1. Zwiększenie napięcia pasa
 2. Zmniejszenie napięcia pasa



Nr.	Opis	Ilość	Nr.	Opis	Ilość
1	Rama główna	1	71	Podkładka nylonowa D21*D37*3T	4
2	Lewa kolumna	1	72	Płaska podkładka D25xD8.5x2T	4
3	Prawa kolumna	1	73	Amortyzator	2
4	Uchwyty	1	74	Płytki sensora pomiaru pulsu	2
5	Poprzeczny wspornik kolumny	1	75	Śruba imbusowa M8*1.25*45L	2
6	Statecznik	1	76	Śruba imbusowa M8*1.25*40L	1
7	Wspornik komputera (2)	3	77	Sensor pomiaru pulsu	4
8L	Dolna lewa osłona kolumny	1	78	Dolna płytki sensora pomiaru pulsu	2
8R	Dolna prawa osłona kolumny	1	79	Śruba ST4x1.41x15L	2
9L	Lewa boczna osłona silnika	1	80	Uchwyt	1
9R	Prawa boczna osłona silnika	1	81	Śruba M5*0.8*10L	9
10	Śruba imbusowa M10*1.5*65L	6	82	Dolna osłona komputera	1
11	Śruba krzyżakowa M5*0.8*15L	7	83	Boczna osłona komputera	1
12	Wewnętrzna śruba sześciokątna typu CSK M8*1.25*35L	8	84	Komputer	1
13	Płyta bieźni	1	85L	Lewy joystick do regulacji bieźni	1
14	Dyfuzor	2	86R	Prawy joystick do regulacji bieźni	1
15	Pasek LEDowy	2	86L	Naklejka pod joystickiem (lewa)	1
16	Kabel paska LEDowego	2	86R	Naklejka pod joystickiem (prawa)	1
17	Pas bieźni	1	87	Śruba ST4*1.41*12L	6
18	Taśmy antypoślizgowe (2)	2	88	Gniazdo uchwytu	2
19	Taśmy antypoślizgowe (3)	2	89	Uchwyt na tablet	1
20	Osłona płyty bieźnej	2	90L	Lewy przewód uchwytu	1
21	Osłona płyty bieźnej	2	90R	Prawy przewód uchwytu	1
22	Taśma antypoślizgowa	2	91	Śruba imbusowa M10*1.5*20L	4
23	Śruba krzyżakowa ST4.2*15L	62	92	Śruba imbusowa M6*1*15L	7
24	Klips metalowy	8	93	Przewód czujnika pulsu	2
25	Amortyzator (4)	2	94	Amortyzator(2)	2
26	Amortyzator (3)	2	95	Gniazdo klucza bezpieczeństwa	1
27	Płaska podkładka D16*D8.5*1.2T	6	96	Klucz bezpieczeństwa	1
28	Nylonowa nakrętka M8*1.25*8T	6	97	Klips klucza bezpieczeństwa	1
29	Śruba imbusowa M8*1.25*20L	8	98	Przewód awaryjnego zatrzymania	1
30	Rolka tylna	1	99	Płytki ochronna	2
31	Śruba imbusowa M10*1.5*80L	3	100	Wewnętrzne gniazdo klucza bezpieczeństwa	2
32	Tylna osłona	1	101	Śruba ST4.2*25L	7
33	Amortyzator (1)	2	102	Płyta klucza bezpieczeństwa	1
34	Stopki poziomujące	2	103	Górna osłona uchwytu	1
35	Przednia rolka	1	104	Dolna osłona uchwytu	1
36	Śruba imbusowa M10*1.5*45L	1	105L	Boczna osłona uchwytu (lewa)	1
37	Pasek	1	105R	Boczna osłona uchwytu (prawa)	1
38	Silnik AC3.0HP	1	106L	Wewnętrzna boczna osłona (lewa)	1
39	Nakrętka nylonowa M10*1.5*10T	6	106R	Wewnętrzna boczna osłona (prawa)	1
40	Płaska podkładka D20*D11*2T	12	107L	Główna osłona uchwytu (lewa)	1
41	Śruba imbusowa M10*1.5*30L	4	107R	Główna osłona uchwytu (prawa)	1
42	Przekładka izolacyjna (1)	5	108	Śruba M5*0.8*15L	4
43	Płaska podkładka D28*D14*2T	4	109	Płaska podkładka D15*D5.2*1.0T	4
44	Odbojnik	4	110	Kabel uziemiający	1
45	Płyta montażowa	3	111	Kabel uziemiający (2)	1
46	Rolka regulująca	2	112	Linka 1	1
47	Płyta silnika	7	113	Linka 2	2
48	Opaska kablowa	2	114	Linka 1	1
49	Śruba krzyżakowa ST4*1.41*15L	2	115	Linka 2	2
50	Śruba hexagonalna M8*1.25*60L	1	116	Pętla magnetyczna	1
51	Górna osłona silnika	1	117	Górny kabel LED	1
52	identyfikator	1	118	Środkowy kabel LED	1
53	Gniazdo	1	119	Dolny kabel LED	1
54	Śruba krzyżakowa ST2.9x9.5L	10	120	Górny kabel komputera	1
55	Płyta zasilająca	1	121	Środkowy kabel komputera	1
56	Włącznik zasilania	1	122	Dolny kabel komputera	1
57	Odbojnik	2	123	Falownik	1
58	Bezpiecznik	1	124	Filtr	1
59	Płaska podkładka D12*D5.2*0.8T	2	125	Induktor	1
60	Nakrętka nylonowa M5*0.8*5T	2	126	Przewód zasilający	1
61	Dolna osłona silnika	1	127	Płytki sterująca LED	1
62	Śruba imbusowa M10*1.5*50L	1	128	PC dystanser	4
63	Plastikowa płaska podkładka D10*D24*0.4T	4	129	Klucz imbusowy M6	1
64	Regulacja kąta nachylenia	1	130	Klucz imbusowy M8*120L	1
65	Śruba imbusowa M10*1.5*65L	1	131	Klucz imbusowy M4*68L	1
66	Rolka	2	133	Śruba krzyżakowa ST4*1.41*10L	4
67	Śruba imbusowa M8*1.25*20L	2	134	Nakrętka M8*1.25*6T	1
68	Płaska podkładka D21*D8.5*1.5T	2	135	Dystanser D11.5*D8*3.5T	2
69	Zaślepka	4	136	Płaska podkładka D12*D4.3*1T	7
70	Ośka	2			

Konserwacja urządzenia:

- Części stalowe i plastikowe należy czyścić przy użyciu łagodnych środków czyszczących.
- Przed każdym użyciem upewnij się, że wszystkie elementy są całkowicie suche.
- Zaleca się przeprowadzanie kontroli wszystkich śrub i sworzni co 6 tygodni.
 - Do ich dokręcenia używaj wyłącznie kluczy dołączonych do zestawu.
- Bieżnię należy użytkować wyłącznie w pomieszczeniach zamkniętych i suchych.

Panel kontrolny i komputer:

Sterowanie urządzeniem odbywa się za pomocą dotykowego panelu sterowania.

- Po włączeniu bieżni panel automatycznie się podświetla, a na wyświetlaczu pojawiają się wszystkie bieżące ustawienia treningu.
- Za pomocą panelu użytkownik może nawigować po menu oraz konfigurować programy treningowe zgodnie ze swoimi preferencjami.

Opis przycisków funkcjonalnych:

- Przycisk regulacji kąta nachylenia – po jego naciśnięciu komputer automatycznie ustawia żądany poziom nachylenia.
- Wskaźniki prędkości i kąta nachylenia – podczas zmiany ustawień odpowiedni wskaźnik zaczyna migać, sygnalizując aktywne dostosowywanie parametru.
- Przycisk szybkiej regulacji prędkości – umożliwia natychmiastowe ustawienie konkretnej prędkości po naciśnięciu wskazanego klawisza.

PRZYCISKI FUNKCJONALNE:

Przycisk / Element	Funkcja
COOL DOWN	Uruchamia program schładzania po zakończeniu ćwiczeń
INCLINE	Służy do zmiany kąta nachylenia bieżni w trakcie treningu oraz do poruszania się po menu
PROGRAM	Przechodzi bezpośrednio do sekcji programów treningowych w menu
START	Rozpoczyna lub wznowia sesję treningową
STOP	Zatrzymuje lub wstrzymuje trening; przytrzymaj przez dwie sekundy, aby zresetować komputer
ENTER	Potwierdza wybraną opcję lub rozpoczęcie programu
SPEED	Umożliwia zmianę prędkości podczas treningu oraz nawigację w menu
LED MODE	Pozwala przełączyć tryb podświetlania prowadnic LED z poziomu menu lub sesji treningowej
Joysticki	Szybka regulacja prędkości i nachylenia: pociągnięcie zwiększa wartość, popchnięcie zmniejsza.

INFORMACJE WYŚWITLANE NA EKRANIE

Parametr	Opis
INCLINE	Aktualny poziom nachylenia bieżni
DISTANCE	Przebyty lub pozostały dystans
TIME	Czas trwania lub pozostały czas sesji
PULSE	Aktualne tętno użytkownika (BMP)
CALORIES	Szacunkowa liczba spalonych kalorii
8 x 16	Wyświetlacz główny pokazujący prędkość i kąt nachylenia
Dolne okienko	Pole informacyjne – wyświetla powiadomienia systemowe i komunikaty

Pierwsze użycie sprzętu

1. Ustaw przełącznik ON/OFF z tyłu osłony silnika w pozycję „I” (włącz).
2. Umieść klucz bezpieczeństwa w gnieździe z przodu komputera i przymocuj klips do ubrania.
3. Po uruchomieniu komputer wyświetli:
 - aktualną wersję oprogramowania,
 - całkowitą przebytą odległość i czas ćwiczeń.

♂ Konfiguracja profilu użytkownika:

Aby uruchomić programy sterowane tętnem i analizę tkanki tłuszczowej, wprowadź dane osobowe:

Krok	Parametr	Przyciski	Potwierdzenie
1	Płeć	Nachylenie / Prędkość	ENTER
2	Wiek	Nachylenie / Prędkość	ENTER
3	Wzrost	Nachylenie / Prędkość	ENTER
4	Waga	Nachylenie / Prędkość	ENTER

Po zakończeniu konfiguracji jesteś gotowy(-a) do rozpoczęcia treningu.

Tryb czuwania

- Po 5 minutach bezczynności komputer automatycznie przechodzi w tryb gotowości.
- Aby go ponownie aktywować: wyjmij i włóż z powrotem

Wstrzymanie i wznowienie treningu

- Naciśnij STOP, aby wstrzymać trening.
- Naciśnij START, aby wznowić.
- Aby zakończyć sesję, naciśnij ponownie STOP. klucz bezpieczeństwa.

Cool Down – schłodzenie organizmu

- Naciśnij przycisk COOL DOWN, by aktywować program uspokajania po treningu.
- Prędkość stopniowo zmniejszy się do zera w ciągu 2–3 minut.

Oświetlenie LED

Bieżnia posiada paski LED po obu stronach taśm antypoślizgowych. Sterowanie odbywa się za pomocą przycisku LED w menu głównym lub przycisków nachylenia/prędkości.

Dostępne tryby oświetlenia:

Tryb	Opis
Bieganie (Running)	Diody LED zmieniają kolor w zależności od prędkości: • 0 – 6 km/h → żółty • 6.1 – 12 km/h → zielony • Powyżej 12 km/h → czerwony
Neutralny	Stałe, białe oświetlenie LED bez zmian koloru
Wielokolorowy	Użytkownik może wybrać jeden z kolorów: czerwony, niebieski, zielony, pomarańczowy, różowy, fioletowy
Wyłączony	Podświetlanie LED jest całkowicie wyłączone

TRYBY TRENINGOWE:**1. Program manualny (Manual)**

Program ręczny pozwala na pełną kontrolę nad prędkością i kątem nachylenia.

Kroki konfiguracji:

- Wybierz program MANUAL i potwierdź klawiszem ENTER
- Wybierz parametr docelowy: czas, dystans lub kalorie – potwierdź ENTER
- Ustaw wartość docelową za pomocą klawiszy nachylenia/prędkości i zatwierdź
 ➔ Trening rozpoczyna się przy minimalnym nachyleniu i prędkości. ➔ W trakcie sesji można modyfikować wartości joystickami lub przyciskami. ➔ Po osiągnięciu celu trening kończy się automatycznie i uruchamia się program Cool Down. ➔ Naciśnij STOP, aby przerwać chłodzenie.

2. Program niskiej prędkości (Low Speed)

Stworzony z myślą o osobach starszych lub początkujących – maksymalna prędkość to 4 km/h, a dystans liczony jest w metrach.

Kroki konfiguracji:

- Wybierz program MANUAL, a następnie potwierdź ENTER
- Wybierz i ustaw parametr docelowy (czas/dystans/kalorie)
- Naciśnij START, by rozpocząć trening
 ➔ Startuje od zerowego nachylenia i minimalnej prędkości ➔ Możliwość regulacji podczas treningu joystickami lub przyciskami ➔ Trening kończy się automatycznie po osiągnięciu celu

3. 20 programów treningowych automatycznych

Każdy program zawiera profil z automatycznie zmieniającą się prędkością i nachyleniem.

Kroki konfiguracji:

- Naciśnij PROGRAM, wybierz jeden z 20 programów i potwierdź ENTER
- Ustaw wartość docelową: czas, dystans lub kalorie
- Skonfiguruj wartość i rozpocznij trening przyciskiem START
 ➔ Prędkość i nachylenie są dostosowywane automatycznie ➔ Czas zakończenia sesji aktualizuje się dynamicznie w zależności od Twojego tempa ➔ Po osiągnięciu celu aktywuje się Cool Down ➔ Możesz anulować chłodzenie naciskając STOP

4. Programy użytkownika (USER U1–U4)

Możesz stworzyć 4 indywidualne programy, każdy złożony z 16 segmentów z własną prędkością i nachyleniem.

Tworzenie programu:

- Wybierz U1–U4 i potwierdź ENTER
- Ustaw czas trwania treningu
- Dla każdego segmentu ustaw prędkość i potwierdź
- Następnie ustaw nachylenie segmentów
- Po zakończeniu naciśnij START – program zapisze się automatycznie

Uruchomienie zapisanego programu:

- Wybierz USER U1–U4
- Naciśnij START, by rozpocząć trening
 ➔ W trakcie można modyfikować wartości ➔ Trening kończy się po upływie ustalonego czasu ➔ Komputer przechodzi automatycznie do trybu Cool Down

HRC / THR – trening oparty na tętnie

Trening HRC (Heart Rate Control) pozwala ćwiczyć w oparciu o własne tętno. Komputer automatycznie dostosowuje nachylenie i prędkość, aby utrzymać zadany poziom pulsu. Do wyboru są trzy tryby:

Tryb	Opis
HRC 60%	Spalanie tkanki tłuszczowej (lżejszy wysiłek)
HRC 80%	Poprawa wydolności i kondycji
THR (Target)	Ustawiony przez użytkownika poziom BPM

Kroki dla HRC 60% i 80%:

- Wybierz HRC 60 PCT lub HRC 80 PCT i naciśnij ENTER.
- Ustaw czas trwania treningu i zatwierdź.
- Komputer wyświetli obliczone tętno docelowe – naciśnij START, by rozpocząć.

Kroki dla THR (własne tętno):

- Wybierz THR, np. THR 133, i naciśnij ENTER.
- Ustaw czas trwania i potwierdź.
- Wybierz wartość tętna docelowego (domyślnie 133 BPM) i zatwierdź.
- Naciśnij START, aby rozpocząć trening.
 Podczas sesji trzymaj dłonie na czujnikach pulsu, aby komputer mógł mierzyć puls i dostosowywać intensywność ćwiczeń. Trening zakończy się po upływie ustawionego czasu. Program Cool Down uruchomi się automatycznie (możesz go anulować naciskając STOP).

BODY FAT TEST– test tkanki tłuszczowej

Program pozwala oszacować zawartość tkanki tłuszczowej na podstawie danych z czujników pulsu.

Instrukcja:

- Wybierz program FAT, a następnie naciśnij ENTER.
- Położ obie dłonie na sensorach tętna – rozpocznie się pomiar.
- Po kilku sekundach wynik pojawi się na ekranie. Ocena wyświetli się w dolnym okienku M:

Wynik (%)	Interpretacja
<19%	Niedowaga
12-25%	Waga prawidłowa
26 – 39%	Nadwaga
≥ 30%	Otyłość

TRENING – program czasowo-dystansowy

Umożliwia ustawienie docelowego czasu i odległości, a komputer obliczy oczekiwany czas ukończenia w zależności od aktualnego tempa.

Kroki:

- Wybierz program TRENING, naciśnij ENTER.
- Ustaw czas docelowy i zatwierdź.
- Ustaw odległość docelową i zatwierdź.
- Naciśnij START, by rozpocząć trening.

Podczas treningu:

- Górne okno LED wyświetla czas trwania sesji.
- Okno dystansu pokazuje pozostałą odległość.
- Główne pole informacyjne pokazuje tempo (min/km) i oczekiwany czas ukończenia.

Sesja kończy się, gdy osiągnięty zostanie ustawiony dystans. Komputer wyświetli wynik:

- „Powyżej tempa”,
- „Tempo osiągnięte”,
- lub „Poniżej tempa”.

CZYSZCZENIE BIEŻNI:

Regularna pielęgnacja urządzenia znacząco wydłuża jego żywotność.

Przed czyszczeniem:

Zawsze wyłącz bieżnię z zasilania, aby uniknąć porażenia prądem.

Po każdej sesji treningowej:

- Wyczyść konsolę i wszystkie powierzchnie miękką, lekko wilgotną szmatką, aby usunąć pot i kurz.
- Nie używaj silnych detergentów ani rozpuszczalników.
- Unikaj kontaktu cieczy z komputerem i nie wystawiaj urządzenia na działanie promieni słonecznych.

Ułatwienie konserwacji:

- Zalecamy użycie maty ochronnej pod bieżnię, która zatrzyma zanieczyszczenia przenoszone przez buty.
- Raz w tygodniu wyczyść matę, aby zapobiec gromadzeniu się brudu pod urządzeniem.

SMAROWANIE PASA BIEGOWEGO:

Bieżnia jest fabrycznie nasmarowana, ale z czasem konieczne jest regularne sprawdzanie i konserwacja.

Zalecenia:

- W pierwszym roku (lub do 500 godzin pracy) smarowanie zwykle nie jest wymagane.
- Następnie smaruj co 3 miesiące lub zgodnie ze stopniem użytkowania.

Jak smarować:

1. Odłącz bieżnię od prądu.
2. Unieś bok pasa biegowego.
3. Zaaplikuj cienką warstwę bezolejowego smaru silikonowego na wewnętrzną stronę płyty — jak najgłębiej.
4. Jeśli pod pasem są już ślady smaru — smarowanie nie jest potrzebne.
5. Odczekaj 1 minutę przed uruchomieniem bieżni, aby smar równomiernie się rozprowadził.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary bieżni: 219 x 84 x 137 cm
- Maksymalna waga użytkownika: 180 kg
- Waga netto: 145 kg
- Pas bieżni: 56 x 157 cm

KOMPATYBILNOŚĆ Z APLIKACJAMI TRENINGOWYMI**Kinomap**

- Trenuj na realnych trasach z całego świata dzięki interaktywnym filmom wideo
- Rywalizuj z innymi użytkownikami online w czasie rzeczywistym
- Otrzymuj dynamiczne dostosowanie prędkości i nachylenia do wybranej trasy
- Aplikacja dostępna na Android i iOS

**iConsole+ Training**

- Steruj bieżnią bezpośrednio z telefonu lub tabletu przez Bluetooth
- Twórz własne programy treningowe i śledź postępy
- Korzystaj z trybów: manualny, interwałowy, HRC, Body Fat, Recovery
- Integracja z mapami Google i analiza danych treningowych

Bezpečnostní poznámky

1. Před prvním použitím si pečlivě přečtete návod k obsluze a uschovejte jej pro budoucí použití.
2. Dodržujte všechna varování a bezpečnostní pokyny - včetně pravidel montáže. Stroj smí být používán pouze k určenému účelu.
3. V zájmu vlastní bezpečnosti sestavte a používejte stroj v souladu s tímto návodem. O pravidlech správného používání stroje informujte také ostatní uživatele.
4. Chraňte stroj před dětmi a zvířaty. Děti by se neměly k zařízení přibližovat bez dozoru. Montáž a používání je povoleno pouze dospělým osobám.
5. Před zahájením cvičebního programu se poradte s lékařem, zejména pokud užíváte léky nebo máte zdravotní problémy (např. vysoký krevní tlak, poruchy srdečního rytmu).
6. Během cvičení pozorujte své tělo. Pokud pocítíte bolest, napětí na hrudi, závratě, nevolnost, dušnost nebo nepravidelný puls, okamžitě přestaňte cvičit.
7. Umístěte stroj na rovný, suchý a čistý povrch, přičemž kolem stroje musí být volný prostor minimálně 0,6 m.
8. Používejte vhodné sportovní oblečení a obuv. Vyhněte se volnému oblečení, které by se mohlo zachytit o pohyblivé části.
9. Přístroj se nesmí používat venku.
10. Před každým tréninkem zkontrolujte stav zařízení - dávejte pozor na známky opotřebení nebo poškození.
11. Pokud si všimnete ostrých hran, přestaňte zařízení používat.
12. Pokud se objeví neobvyklé zvuky nebo vibrace, okamžitě přestaňte trénovat.
13. Nastavitelné součásti nesmí vyčnívat nebo bránit používání zařízení. Zařízení smí současně používat pouze jedna osoba.
14. Brzdění nezávisí na rychlosti - zařízení je vybaveno nezávislým brzdňým systémem.
15. Zařízení není určeno pro terapeutické nebo rehabilitační účely.
16. Při přepravě nebo zvedání dbejte zvýšené opatrnosti, aby nedošlo k poranění zad. V případě potřeby použijte pomoc druhé osoby.
17. Je zakázáno provádět vlastní úpravy konstrukce jednotky. V případě problémů se obraťte na autorizované servisní středisko.
18. Doporučený rozsah provozních teplot zařízení je 15-25 °C.
19. Maximální přípustná hmotnost uživatele: 180 kg.
20. Zařízení patří do třídy SB podle normy EN ISO 20957-1 a je určeno pro domácí a polokomerční použití.

MONTÁŽ:**Krok 1 - Montáž sloupů a připojení kabelů**

Před montáží pravého sloupu (3):

- Spojte vodič (119) s vodičem (118).
- Spojte vodič (122) s vodičem (121).

Poté připevněte sloupky (3) a (2) k hlavnímu rámu běžeckého pásu pomocí imbusových šroubů (10) - jak je znázorněno na obrázku.

POZNÁMKA: V této fázi šrouby příliš neutahujte, abyste usnadnili další montáž.

Krok 2 - Montáž držáků a připojení kabeláže

Doporučuje se asistence druhé osoby.

- Připojte následující vodiče:
 - (118) s (117)
 - (121) s (120)
- Připevněte rukojeti (4) ke sloupku běžeckého pásu a dávejte pozor, abyste nepřiskřípli dráty mezi rukojetí a sloupkem.
- Po jejich správném usazení utáhněte šrouby (91). V této fázi je již můžete dotáhnout natrvalo.

Krok 3 - Montáž počítače

Opět se vám bude hodit pomoc druhé osoby.

- Připojte všechny vodiče podle přiloženého nákresu.
- Umístěte počítač (84) na tři držáky a upevněte jej imbusovými šrouby (92).

Krok 4 - Utáhněte konstrukci a nainstalujte kryty.

- Pevně utáhněte všechny šrouby (10) upevněné v kroku 1.
- Nasaďte kryty bočních sloupků podle obrázku "b".
- Zasuňte kryty dolů do konečné polohy podle obrázku "c".
- Zajistěte je šrouby (11).

Napájení

Před zahájením cvičení se ujistěte, že je hlavní vypínač (umístěný na zadní straně krytu motoru) nastaven do polohy ON. Zkontrolujte také, zda je napájecí kabel správně zapojen do uzemněné zásuvky.

**Bezpečnostní klíč**

Pro správný provoz běžeckého pásu musí být bezpečnostní klíč v zásuvce. Vyjmutím klíče během cvičení se stroj automaticky zastaví. Bez klíče zůstane běžecký pás ve vypnutém režimu.

1. Bezpečnostní klíč
2. Klip

**Vyrovnání běžeckého pásu**

Pro zajištění stabilního provozu lze běžecký pás vyrovnat pomocí nastavitelných nožiček umístěných pod zadní částí běžecké desky. Doporučujeme, aby byl stroj umístěn na rovném, tvrdém povrchu.

**Nastavení běžeckého pásu**

Pravidelná údržba běžeckého pásu je nezbytná pro jeho dlouhou životnost a správný provoz.

Frekvence kontroly:

- Každé 1-2 měsíce nebo
- Po každých 50 hodinách používání - i v případě, že běžecký pás nebyl delší dobu používán.

Mazání běžeckého pásu:

- Odpojte běžecký pás od napájení.
- Povolte napínací šrouby na obou stranách zadního válce.
- Na pojezdovou desku pod řemenem naneste silikonové mazivo.
- Po dokončení dotáhněte šrouby.

Korekce seřízení řemene:

V prvních dnech používání se může řemen mírně protáhnout a pohybovat se do stran. Pro nápravu (obrázek 2):

1. Zapněte běžecký pás a nastavte rychlost 3-5 km/h.
2. Zkontrolujte vystředění pásu - pokud:
 - uniká doleva → mírně utáhněte levý šroub (ve směru hodinových ručiček),
 - uniká doprava → utáhněte pravý šroub.
3. Pokud je řemen příliš napnutý, povolte oba šrouby v opačném směru.
4. Ujistěte se, že řemen není zvlněný ani příliš napnutý.
 1. Zvyšte napnutí řemene
 2. Snižte napnutí řemene



C.	Popis	Množství	C.	Popis	Množství
1	Hlavní rám	1	71	Nylonová podložka D21*D37*3T	4
2	Levý sloupek	1	72	Plochá podložka D25xD8,5x2T	4
3	Pravý sloupek	1	73	Tlumič nárazů	2
4	Držáky	1	74	Deska snímače pulsu	2
5	Příčná podpěra sloupu	1	75	Imbusový šroub M8*1,25*45L	2
6	Předřadník	1	76	imbusový šroub M8*1,25*40L	1
7	Držák počítače (2)	3	77	Snímač měření pulsu	4
8L	Levý dolní kryt sloupku	1	78	Spodní deska snímače pulsu	2
8R	Spodní kryt pravého sloupku	1	79	Šroub ST4x1,41x15L	2
9L	Levý kryt motoru	1	80	Rukojeť	1
9R	Kryt motoru na pravé straně	1	81	Šroub M5*0,8*10L	9
10	Imbusový šroub M10*1,5*65L	6	82	Spodní kryt počítače	1
11	Křížový šroub M5*0,8*15L	7	83	Boční kryt počítače	1
12	Vnitřní šestihranný šroub typu CSK M8*1,25*35L	8	84	Počítač	1
13	Deska běžeckého pásu	1	85L	Levý joystick pro nastavení běžeckého pásu	1
14	Difuzér	2	86R	Pravý joystick pro nastavení běžeckého pásu	1
15	LED pásek	2	86L	Nálepka pod joystickem (vlevo)	1
16	Kabel LED pásku	2	86R	Nálepka pod joystickem (vpravo)	1
17	Běžecký pás	1	87	Šroub ST4*1,41*12L	6
18	Protiskluzové lišty (2)	2	88	Zásuvka rukojeti	2
19	Protiskluzové pásy (3)	2	89	Držák tabletu	1
20	Chránič nášlapné desky	2	90L	Kabel pro levou rukojeť	1
21	Kryt pojezdové desky	2	90R	Kabel pravé rukojeti	1
22	Protiskluzová páska	2	91	Imbusový šroub M10*1,5*20L	4
23	Křížový šroub ST4.2*15L	62	92	Imbusový šroub M6*1*15L	7
24	Kovová svorka	8	93	Kabel snímače pulsu	2
25	Tlumič nárazů (4)	2	94	Tlumič nárazů(2)	2
26	Tlumič nárazů (3)	2	95	Zásuvka bezpečnostního klíče	1
27	Plochá podložka D16*D8,5*1,2T	6	96	Bezpečnostní klíč	1
28	Nylonová matice M8*1,25*8T	6	97	Bezpečnostní klip na klíč	1
29	Imbusový šroub M8*1,25*20L	8	98	Kabel nouzového zastavení	1
30	Zadní válec	1	99	Ochranná deska	2
31	Imbusový šroub M10*1,5*80L	3	100	Vnitřní zásuvka bezpečnostního klíče	2
32	Zadní kryt	1	101	Šroub ST4.2*25L	7
33	Tlumič nárazů (1)	2	102	Deska s bezpečnostním klíčem	1
34	Nivelační patky	2	103	Horní kryt rukojeti	1
35	Přední válec	1	104	Spodní kryt rukojeti	1
36	Imbusový šroub M10*1,5*45L,	1	105L	Kryt boční rukojeti (levý)	1
37	Remen	1	105R	Kryt boční rukojeti (pravý)	1
38	Motor AC3.0HP	1	106L	Vnitřní boční kryt (levý)	1
39	Nylonová matice M10*1,5*10T	6	106R	Vnitřní boční kryt (pravý)	1
40	Plochá podložka D20*D11*2T	12	107L	Víčko rukojeti (levé)	1
41	Imbusový šroub M10*1,5*30L	4	107R	Hlavní kryt rukojeti (pravý)	1
42	Izolační rozpěrka (1)	5	108	Šroub M5*0,8*15L	4
43	Plochá podložka D28*D14*2T	4	109	Plochá podložka D15*D5.2*1.0T	4
44	Nárazník	4	110	Uzemňovací kabel	1
45	Montážní deska	3	111	Uzemňovací kabel (2)	1
46	Nastavovací váleček	2	112	Kabel 1	1
47	Deska motoru	7	113	Kabel 2	2
48	Vázací kabel	2	114	Kabel 1	1
49	Křížový šroub ST4*1,41*15L	2	115	Kabel 2	2
50	Šestihranný šroub M8*1,25*60L	1	116	Magnetická smyčka	1
51	Horní kryt motoru	1	117	Horní kabel LED	1
52	Identifikační štítek	1	118	Středový kabel LED	1
53	Zásuvka	1	119	Spodní kabel LED	1
54	Křížový šroub ST2,9x9,5L	10	120	Horní kabel počítače	1
55	Napájecí deska	1	121	Kabel centrálního počítače	1
56	Vypínač napájení	1	122	Spodní kabel počítače	1
57	Nárazník	2	123	Měnič	1
58	Pojistka	1	124	Filter	1
59	Plochá podložka D12*D5.2*0.8T	2	125	Induktor	1
60	Nylonová matice M5*0,8*5T	2	126	Přívodní kabel	1
61	Kryt motoru	1	127	Rídící deska LED	1
62	Imbusový šroub M10*1,5*50L	1	128	Distanční vložka pro PC	4
63	Plastová plochá podložka D10*D24*0,4T	4	129	Imbusový klíč M6	1
64	Nastavení úhlu sklonu	1	130	Imbusový klíč M8*120L	1
65	Imbusový šroub M10*1,5*65L	1	131	Imbusový klíč M4*68L	1
66	Váleček	2	133	Křížový šroub ST4*1,41*10L	4
67	Imbusový šroub M8*1,25*20L	2	134	Matice M8*1,25*6T	1
68	Plochá podložka D21*D8,5*1,5T	2	135	Rozpěrka D11,5*D8*3,5T	2
69	Víčko	4	136	Plochá podložka D12*D4.3*1T	7
70	Náprava	2			

Údržba jednotky:

- Ocelové a plastové díly čistěte jemnými čistícími prostředky.
- Před každým použitím se ujistěte, že jsou všechny díly zcela suché.
- Doporučuje se kontrolovat všechny šrouby a svorníky každých 6 týdnů.
 - K jejich utahování používejte pouze dodané klíče.
- Běžecský pás by měl být používán pouze v suchu a v interiéru.

Ovládací panel a počítač:

Přístroj se ovládá pomocí dotykového ovládacího panelu.

- Po zapnutí běžecského pásu se panel automaticky rozsvítí a na displeji se zobrazí všechna aktuální nastavení tréninku.
- Pomocí panelu může uživatel procházet nabídky a nastavovat tréninkové programy podle svých preferencí.

Popis funkčních tlačítek:

- Tlačítko pro nastavení úhlu sklonu - po stisknutí počítač automaticky nastaví požadovanou úroveň sklonu.
- Indikátory rychlosti a úhlu náklonu - při změně nastavení začne příslušný indikátor blikat, což signalizuje, že se parametr aktivně upravuje.
- Tlačítko rychlého nastavení rychlosti - umožňuje okamžité nastavení konkrétní rychlosti po stisknutí uvedeného tlačítka.

FUNKČNÍ TLAČÍTKA

Tlačítko / prvek	Funkce
CHLAZENÍ DOLU	Spustí program ochlazování na konci cvičení.
INCLINE	Slouží ke změně úhlu sklonu běžecského pásu během tréninku a k navigaci v nabídce.
PROGRAM	Umožňuje přejít přímo do části nabídky s tréninkovým programem.
START	Spustí nebo znovu spustí trénink
STOP	Zastaví nebo pozastaví trénink; podržením na dvě sekundy počítač resetujete.
ENTER	Potvrdí zvolenou možnost nebo zahájení programu.
SPEED	Umožňuje měnit rychlost během tréninku a procházet nabídkou.
LED MODE	Umožňuje přepínat režim osvětlení LED pásu z nabídky nebo tréninku.
Joystick	Rychlé nastavení rychlosti a sklonu: tahem se zvyšuje, tlakem snižuje.

INFORMACE ZOBRAZOVANÉ NA OBRAZOVCE

Parametr	Popis
INCLINE	Aktuální úroveň sklonu běžecského pásu
DISTANCE	Ujetá nebo zbývajcí vzdálenost
CAS	Doba trvání nebo zbývajcí čas relace
PULSE	Vaše aktuální tepová frekvence (BMP)
KALORIE	Odhadovaný počet spálených kalorií
8 x 16	Hlavní displej zobrazující rychlost a úhel sklonu
Spodní okno	Informační pole - zobrazuje systémová oznámení a zprávy

První použití zařízení

1. Nastavte přepínač ON/OFF na zadní straně krytu motoru do polohy "I" (zapnuto).
2. Vložte bezpečnostní klíč do slotu na přední straně počítače a připevněte klip k oděvu.
3. Po spuštění počítače se na displeji zobrazí:
 - aktuální verzi softwaru,
 - celkovou ujetou vzdálenost a dobu cvičení.

Nastavení uživatelského profilu:

Chcete-li spustit programy řízené tepovou frekvencí a analýzu tělesného tuku, zadejte své osobní údaje:

Krok	Parametr	Tlačítko	Potvrzení:
1	Pohlaví	Sklon / rychlost	ENTER
2	Věk	Sklon / rychlost	ENTER
3	Růst	Sklon / rychlost	ENTER
4	Hmotnost	Sklon / rychlost	ENTER

Po dokončení konfigurace můžete zahájit trénink.

Pohotovostní režim

- Po 5 minutách nečinnosti počítač automaticky přejde do pohotovostního režimu.
- Chcete-li jej znovu aktivovat: vyjměte jej a znovu jej vložte.

Pozastavení a obnovení tréninku

- Trénink pozastavíte stisknutím tlačítka STOP.
- Stisknutím tlačítka START pokračujte v tréninku.
- Chcete-li trénink ukončit, stiskněte znovu STOP. bezpečnostní tlačítko.

Cool Down - ochlazení těla

- Stisknutím tlačítka COOL DOWN aktivujete program zklidnění po tréninku.
- Rychlost se postupně snižuje na nulu během 2-3 minut.

Osvětlení LED

Běžecský pás je vybaven LED pásky na obou stranách protiskluzových pásů. Ovládání probíhá pomocí tlačítka LED v hlavní nabídce nebo pomocí tlačítek sklonu/rychlosti.

K dispozici jsou režimy osvětlení:

Režim	Popis
Běh	LED diody mění barvu podle rychlosti: • 0 - 6 km/h → žlutá • 6,1 - 12 km/h → zelená • Nad 12 km/h → červená
Neutrální	Stálé bílé LED osvětlení bez změny barvy
Vícebarevné	Uživatel si může vybrat z následujících barev: červená, modrá, zelená, oranžová, růžová, fialová.
Vypnuto	Podsvícení LED je zcela vypnuté

TRÉNINKOVÉ REŽIMY**1. Manuální program**

Manuální program umožňuje plnou kontrolu nad rychlostí a úhlem náklonu.

Kroky nastavení:

- Zvolte MANUÁLNÍ program a potvrďte tlačítkem ENTER.
- Zvolte cílový parametr: čas, vzdálenost nebo kalorie - potvrďte klávesou ENTER.
- Nastavte cílovou hodnotu pomocí tlačítek sklonu/rychlosti a potvrďte tlačítkem ENTER.
 - ➔ Trénink začíná při minimálním sklonu a rychlosti. ➔ Během tréninku můžete hodnoty upravovat pomocí joysticků nebo tlačítek.
 - ➔ Po dosažení cíle se trénink automaticky ukončí a spustí se program Cool Down. ➔ Chcete-li ochlazování ukončit, stiskněte tlačítko STOP.

2. Program Nízká rychlost

Určeno pro starší osoby nebo začátečníky - maximální rychlost je 4 km/h a vzdálenost se počítá v metrech.

Kroky nastavení:

- Zvolte program MANUAL a potvrďte tlačítkem ENTER.
- Vyberte a nastavte cílový parametr (čas/vzdálenost/kalorie).
- Stisknutím tlačítka START zahájíte trénink
 - ➔ Začíná od nulového sklonu a minimální rychlosti ➔ Nastavitelný během tréninku pomocí joysticků nebo tlačítek. ➔
 - Trénink se automaticky ukončí po dosažení cíle

3. 20 automatických tréninkových programů

Každý program obsahuje profil s měnící rychlostí a sklonem.

Kroky nastavení:

- Stiskněte tlačítko PROGRAM, vyberte jeden z 20 programů a potvrďte tlačítkem ENTER.
- Nastavte cílovou hodnotu: čas, vzdálenost nebo kalorie.
- Nastavte hodnotu a spustěte trénink stisknutím tlačítka START.
 - ➔ Rychlost a sklon se upravují automaticky ➔ Čas ukončení tréninku se dynamicky aktualizuje podle vašeho tempa ➔ Po dosažení cílové hodnoty se aktivuje funkce Cool Down ➔ Ochlazování můžete zrušit stisknutím tlačítka STOP.

4. Uživatelské programy (USER U1-U4)

Můžete si vytvořit 4 individuální programy, z nichž každý se skládá z 16 segmentů s vlastní rychlostí a sklonem.

Vytvořte program:

- Zvolte U1-U4 a potvrďte tlačítkem ENTER.
- Nastavení doby trvání tréninku
- Nastavte rychlost pro každý segment a potvrďte.
- Poté nastavte sklon segmentů
- Po dokončení stiskněte START - program se automaticky uloží.

Spustěte uložený program:

- Zvolte USER U1-U4
- Stisknutím tlačítka START spustěte trénink
 - ➔ Během tréninku můžete měnit hodnoty ➔ Trénink skončí po uplynutí nastaveného času ➔ Počítač se automaticky přepne do režimu Cool Down.

HRC / THR - trénink na základě tepové frekvence

Trénink HRC (Heart Rate Control) umožňuje cvičit na základě vlastní tepové frekvence. Počítač automaticky upravuje sklon a rychlost tak, aby udržoval nastavenou úroveň tepu. Na výběr jsou tři režimy:

režim	Popis
HRC 60%	Spalování tuků (lehčí námaha)
HRC 80%	Zlepšení výkonu a kondice
THR (cílová hodnota)	Uživatелеm nastavená úroveň BPM

Kroky pro HRC 60 % a 80 %:

- Zvolte HRC 60 PCT nebo HRC 80 PCT a stiskněte ENTER.
- Nastavte dobu trvání tréninku a potvrďte.
- Počítač zobrazí vypočtenou cílovou tepovou frekvenci - pro spuštění stiskněte START.

Kroky pro THR (vlastní tepovou frekvenci):

- Zvolte THR, např. THR 133, a stiskněte ENTER.
- Nastavte dobu trvání a potvrďte.
- Zvolte cílovou hodnotu tepové frekvence (standardně 133 BPM) a potvrďte.
- Stisknutím tlačítka START zahájíte trénink.

Během tréninku mějte ruce na snímačích tepu, aby počítač mohl měřit váš tep a upravovat intenzitu cvičení. Trénink skončí po uplynutí nastaveného času. Automaticky se spustí program Cool Down (můžete jej zrušit stisknutím tlačítka STOP).

TEST TĚLESNÉHO TUKU

Tento program umožňuje odhadnout obsah tuku v těle na základě údajů ze snímačů tepu. Pokyny:

- Zvolte program FAT a stiskněte tlačítko ENTER.
- Přiložte obě ruce na snímače tepové frekvence - měření se spustí.
- Po několika sekundách se na displeji objeví výsledek. Výsledek se zobrazí ve spodním okně M:

Výsledek (%)	Interpretace
<19%	Podváha
12-25%	Normální hmotnost
26 - 39%	Nadváha
≥ 30%	Obézní

TRENING - program na čas a vzdálenost

Umožňuje nastavit cílový čas a vzdálenost a počítač vypočítá předpokládaný čas dokončení na základě vašeho aktuálního tempa. Kroky:

- Zvolte program TRÉNINK a stiskněte tlačítko ENTER.
- Nastavte cílový čas a potvrďte.
- Nastavte cílovou vzdálenost a potvrďte.
- Stisknutím tlačítka START zahájíte trénink.

V průběhu tréninku:

- V horním LED okně se zobrazuje doba trvání tréninku.
- Okno vzdálenosti zobrazuje zbývající vzdálenost.
- V hlavním informačním poli se zobrazuje tempo (min/km) a předpokládaný cílový čas.

Relace končí po dosažení nastavené vzdálenosti. Počítač zobrazí výsledek:

- "Nad tempem",
- "Tempo dosaženo."
- nebo "Pod tempem".

ČIŠTĚNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU:

Pravidelná péče o stroj výrazně prodlužuje jeho životnost.

Před čištěním: Před čištěním běžeckého trenážeru se ujistěte, že je běžecký trenážer v pořádku:

Běžecký pás vždy vypněte z elektrické sítě, aby nedošlo k úrazu elektrickým proudem.

Po každém tréninku:

- Konzolu a všechny povrchy očistěte měkkým, mírně navlhčeným hadříkem, abyste odstranili pot a prach.
- Nepoužívejte silné čisticí prostředky ani rozpouštědla.
- Zabraňte kontaktu počítače s tekutinami a nevystavujte přístroj slunečnímu záření.

Usnadněte si údržbu:

- Doporučujeme použít pod běžecký pás ochrannou podložku, která zabrání zanášení nečistot obuví.
- Podložku čistěte jednou týdně, abyste zabránili hromadění nečistot pod strojem.

MAZÁNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU:

Běžecký pás je z výroby namazán, ale časem je nutná pravidelná kontrola a údržba.

Doporučení:

- V prvním roce (nebo do 500 hodin používání) není mazání obvykle nutné.
- Poté mažte každé 3 měsíce nebo podle stupně používání.

Jak mazat:

1. Odpojte běžecký pás od sítě.
2. Zvedněte boční část běžeckého pásu.
3. Na vnitřní stranu desky naneste tenkou vrstvu silikonového maziva bez oleje - co nejhlouběji.
4. Pokud jsou pod řemenem již stopy maziva - mazání není nutné.
5. Před spuštěním běžeckého pásu počkejte 1 minutu, aby se mazivo rovnoměrně rozprostřelo.

TECHNICKÉ ÚDAJE: V PŘÍPADĚ, ŽE JE ŘEMEN V PROVOZU, JE TŘEBA JEJ ODPOJIT OD NAPÁJENÍ:

- Rozměry běžeckého pásu: 219 x 84 x 137 cm
- Maximální hmotnost uživatele: 180 kg
- Čistá hmotnost: 145 kg
- Pás běžeckého pásu: 56 x 157 cm

KOMPATIBILITA S TRÉNINKOVÝMI APLIKACEMI**Kinomap**

- Trénujte na skutečných tratích z celého světa s interaktivními videi
- Soutěžte s ostatními uživateli online v reálném čase
- Přijímejte dynamické úpravy rychlosti a stoupání podle zvolené trasy.
- Aplikace dostupná pro Android a iOS

**Školení iConsole+**

- Ovládejte běžecký pás přímo z telefonu nebo tabletu přes Bluetooth
- Vytvářejte si vlastní tréninkové programy a sledujte svůj pokrok
- Využívejte následující režimy: manuální, intervalový, HRC, Body Fat, Recovery
- Integrace s mapami Google a analýza tréninkových dat

Sikkerhedsanvisninger

1. Læs betjeningsvejledningen omhyggeligt før første brug, og gem den til senere brug.
2. Overhold alle advarsler og sikkerhedsanvisninger - også monteringsreglerne. Maskinen må kun bruges til det formål, den er beregnet til.
3. For din egen sikkerheds skyld skal du samle og bruge maskinen i overensstemmelse med denne vejledning. Informer også andre brugere om reglerne for korrekt brug af maskinen.
4. Beskyt maskinen mod børn og dyr. Børn bør ikke være i nærheden af udstyret uden opsyn. Montering og brug er kun tilladt for voksne.
5. Rådfør dig med din læge, før du påbegynder et træningsprogram, især hvis du tager medicin eller har helbredsproblemer (f.eks. højt blodtryk, hjertetyrmeforstyrrelser).
6. Hold øje med din krop under træningen. Stop straks træningen, hvis du oplever smerter, trykken for brystet, svimmelhed, kvalme, åndenød eller uregelmæssig puls.
7. Placer maskinen på en flad, tør og ren overflade, og hold en afstand på mindst 0,6 m omkring maskinen.
8. Brug passende sportstøj og -sko. Undgå løstsiddende tøj, der kan hænge fast i bevægelige dele.
9. Enheden må ikke bruges udendørs.
10. Kontrollér udstyrets tilstand før hver træning - hold øje med tegn på slitage eller skader.
11. Hvis du opdager skarpe kanter, skal du stoppe med at bruge udstyret.
12. Hvis der opstår usædvanlige lyde eller vibrationer, skal du straks stoppe træningen.
13. Justerbare komponenter må ikke stikke ud eller hindre brugen af udstyret. Maskinen må kun bruges af én person ad gangen.
14. Bremsning afhænger ikke af hastigheden - udstyret er udstyret med et uafhængigt stopsystem.
15. Udstyret er ikke beregnet til terapeutiske eller rehabiliterende formål.
16. Vær forsigtig ved transport eller løft for at undgå rygsår. Brug om nødvendigt hjælp fra en anden person.
17. Det er forbudt selv at ændre på enhedens design. I tilfælde af problemer skal du kontakte et autoriseret servicecenter.
18. Den anbefalede driftstemperatur for enheden er 15-25 °C.
19. Maksimal tilladt brugervægt: 180 kg.
20. Udstyret er klasse SB i overensstemmelse med EN ISO 20957-1 og er beregnet til husholdningsbrug og semi-kommerciel brug.

SAMLING:

Trin 1 - Montering af søjlerne og tilslutning af kablerne

Før du monterer den højre søjle (3):

- Forbind ledningen (119) med ledningen (118)
- Forbind ledningen (122) med ledningen (121)

Fastgør derefter søjlerne (3) og (2) til løbebåndets hovedramme ved hjælp af unbrakoskruer (10) - som vist på illustrationen.

BEMÆRK: Spænd ikke skruerne for hårdt på dette tidspunkt for at lette den videre montering.

Trin 2 - Montering af beslag og ledningsforbindelser

Det anbefales at få hjælp af en anden person.

- Tilslut følgende ledninger:
 - (118) med (117)
 - (121) med (120)
- Sæt håndtagene (4) fast på løbebåndets søjle, og pas på ikke at klemme ledningerne mellem håndtaget og søjlen.
- Når de sidder korrekt, skal du stramme skruerne (91). På dette tidspunkt kan du nu spænde dem permanent.

Trin 3 - Montering af computeren

Igen vil hjælp fra en anden person være nyttig.

- Tilslut alle ledninger i henhold til den vedlagte tegning.
- Placer computeren (84) på de tre beslag, og fastgør den med unbrakoskruer (92).

Trin 4 - Stram konstruktionen, og monter dækslerne.

- Spænd alle skruer (10), der blev fastgjort i trin 1, godt til.
- Påsæt dækslerne til sidesøjlerne i henhold til illustration "b".
- Skub dækslerne ned til deres endelige position som vist i illustration "c".
- Fastgør dem med skruerne (11).

Forsyning

Sørg for, at hovedafbryderen (på bagsiden af motordækslet) står på ON, før du begynder at træne. Kontrollér også, at netledningen er sat korrekt i en stikkontakt med jordforbindelse.



Sikkerhedsnøgle

For at løbebåndet kan fungere korrekt, skal sikkerhedsnøglen sidde i stikkontakten. Hvis nøglen fjernes under træningen, stopper maskinen automatisk. Uden nøglen forbliver løbebåndet i OFF-tilstand.

1. Sikkerhedsnøgle
2. Klips



Nivellering af løbebåndet

For at sikre stabil drift kan løbebåndet nivelleres ved hjælp af de justerbare fødder, der er placeret bag på løbebrættet. Det anbefales, at maskinen placeres på en jævn, hård overflade.



Justering af løbebåndet

Regelmæssig vedligeholdelse af løbebåndet er afgørende for dets levetid og korrekte funktion.

Hyppighed af inspektion:

- Hver 1-2 måned eller
- Efter hver 50 timers brug - også selv om løbebåndet ikke har været brugt i lang tid.

Smøring af bæltet:

- Afbryd løbebåndet fra strømforsyningen.
- Løsn spændeskruerne på begge sider af den bageste rulle.
- Påfør silikonefedt på løbepladen under båndet.
- Når du er færdig - stram skruerne.

Korrektion af bæltejustering:

I den første tid kan bæltet strække sig lidt og bevæge sig sidelæns. Sådan korrigeres dette (billede 2):

1. Tænd for løbebåndet, og indstil en hastighed på 3-5 km/t.
2. Kontrollér bæltets centrering - hvis:
 - båndet bevæger sig til venstre → stram den venstre skrue en smule (med uret),
 - slipper ud til højre → stram den højre skrue.
3. Hvis remmen er for stram, skal du løsne begge skruer i modsat retning.
4. Sørg for, at remmen hverken er bølget eller for stram.
 1. Øg remspændingen
 2. Reducer remspændingen



Nr.	Beskrivelse	Antal	Nr.	Beskrivelse	Mængde
1	Hovedramme	1	71	Nylonskive D21*D37*3T	4
2	Venstre søjle	1	72	Flad skive D25xD8.5x2T	4
3	Højre søjle	1	73	Støddæmper	2
4	Beslag	1	74	Pulssensor-kort	2
5	Støtte til tværgående søjle	1	75	Unbrakoskrue M8*1,25*45L	2
6	Ballast	1	76	Unbrakoskrue M8*1,25*40L	1
7	Beslag til computer (2)	3	77	Sensor til pulsmåling	4
8L	Dæksel til nederste venstre søjle	1	78	Nedre pulssensorplade	2
8R	Dæksel til nederste højre søjle	1	79	Skrue ST4x1.41x15L	2
9L	Motordæksel i venstre side	1	80	Håndtag	1
9R	Motordæksel i højre side	1	81	Skrue M5*0,8*10L	9
10	Unbrakoskrue M10*1,5*65L	6	82	Nedre computerdæksel	1
11	Phillips-skrue M5*0,8*15L	7	83	Dæksel på siden af computeren	1
12	Indvendig sekskantbolt type CSK M8*1,25*35L	8	84	Computer	1
13	Plade til løbebånd	1	85L	Venstre joystick til justering af løbebånd	1
14	Diffusor	2	86R	Højre joystick til justering af løbebånd	1
15	LED-stribe	2	86L	Klistermærke under joystick (venstre)	1
16	Kabel til LED-strimmel	2	86R	Klistermærke under joystick (højre)	1
17	Løbebælte	1	87	Skrue ST4*1.41*12L	6
18	Skridsikre strimler (2)	2	88	Sokkel til håndtag	2
19	Skridsikre strimler (3)	2	89	Tablet-holder	1
20	Beskyttelse af trædeplade	2	90L	Kabel til venstre håndtag	1
21	Dæksel til trinbræt	2	90R	Kabel til højre håndtag	1
22	Skridsikkert bånd	2	91	Unbrakoskrue M10*1,5*20L	4
23	Stjerneskrue ST4.2*15L	62	92	Unbrakoskrue M6*1*15L	7
24	Metalclips	8	93	Kabel til pulssensor	2
25	Støddæmper (4)	2	94	Støddæmper (2)	2
26	Støddæmper (3)	2	95	Stik til sikkerhedsnøgle	1
27	Flad skive D16*D8,5*1,2T	6	96	Sikkerhedsnøgle	1
28	Nylonmøtrik M8*1,25*8T	6	97	Klips til sikkerhedsnøgle	1
29	Unbrakoskrue M8*1,25*20L	8	98	Kabel til nødstop	1
30	Bageste rulle	1	99	Beskyttelsesplade	2
31	Unbrakoskrue M10*1,5*80L	3	100	Indvendig sikkerhedsnøglesokkel	2
32	Dæksel bagpå	1	101	Skrue ST4.2*25L	7
33	Støddæmper (1)	2	102	Sikkerhedsnøgleplade	1
34	Nivelleringsfødder	2	103	Dæksel til øverste greb	1
35	Forreste rulle	1	104	Dæksel til nederste greb	1
36	Unbrakoskrue M10*1,5*45L,	1	105L	Dæksel til sidehåndtag (venstre)	1
37	Bælte	1	105R	Dæksel til sidehåndtag (højre)	1
38	AC3.0HP motor	1	106L	Indvendigt sidedæksel (venstre)	1
39	Nylonmøtrik M10*1,5*10T	6	106R	Indvendigt sidedæksel (højre)	1
40	Flad skive D20*D11*2T	12	107L	Hætte til håndtag (venstre)	1
41	Unbrakoskrue M10*1,5*30L	4	107R	Håndtagets hoveddæksel (højre)	1
42	Isolerende afstandsstykke (1)	5	108	Skrue M5*0,8*15L	4
43	Flad skive D28*D14*2T	4	109	Flad skive D15*D5.2*1.0T	4
44	Kofanger	4	110	Jordforbindelse	1
45	Monteringsplade	3	111	Jordforbindelse (2)	1
46	Justeringsrulle	2	112	Kabel 1	1
47	Motorplade	7	113	Kabel 2	2
48	Kabelbinder	2	114	Kabel 1	1
49	Stjerneskrue ST4*1,41*15L	2	115	Kabel 2	2
50	Sekskantet bolt M8*1,25*60L	1	116	Magnetisk sløffe	1
51	Øvre motordæksel	1	117	LED-topkabel	1
52	ID-tag	1	118	LED-centerkabel	1
53	Stikdåse	1	119	LED-bundkabel	1
54	Stjerneskrue ST2.9x9.5L	10	120	Øvre computerkabel	1
55	Strømforsyningskort	1	121	Kabel til central computer	1
56	Strømafbryder	1	122	Nedre computerkabel	1
57	Kofanger	2	123	Inverter	1
58	Sikring	1	124	Filter	1
59	Flad skive D12*D5.2*0.8T	2	125	Induktor	1
60	Nylonmøtrik M5*0,8*5T	2	126	Forsyningskabel	1
61	Dæksel til motor	1	127	LED-kontrollort	1
62	Unbrakoskrue M10*1,5*50L	1	128	PC-afstandsstykke	4
63	Flad plastikskive D10*D24*0.4T	4	129	Unbrakonøgle M6	1
64	Justering af hældningsvinkel	1	130	Unbrakonøgle M8*120L	1
65	Unbrakoskrue M10*1,5*65L	1	131	Unbrakonøgle M4*68L	1
66	Rulle	2	133	Stjerneskrue ST4*1,41*10L	4
67	Unbrakoskrue M8*1,25*20L	2	134	Møtrik M8*1,25*6T	1
68	Flad skive D21*D8,5*1,5T	2	135	Afstandsstykke D11,5*D8*3,5T	2
69	Hætte	4	136	Flad skive D12*D4.3*1T	7
70	Aksel	2			

Vedligeholdelse af enheden:

- Rengør stål- og plastdele med milde rengøringsmidler.
- Sørg for, at alle dele er helt tørre før hver brug.
- Det anbefales at efterse alle skruer og bolte hver 6. uge.
 - Brug kun de medfølgende nøgler til at spænde dem.
- Løbebåndet bør kun bruges indendørs og tørt.

Kontrolpanel og computer:

Enheden styres via et kontrolpanel med berøringsskærm.

- Når løbebåndet tændes, lyser panelet automatisk op, og displayet viser alle aktuelle træningsindstillinger.
- Ved hjælp af panelet kan brugeren navigere gennem menuerne og konfigurere træningsprogrammer efter egne præferencer.

Beskrivelse af funktionsknapperne:

- Knap til justering af hældningsvinkel - når der trykkes på den, indstiller computeren automatisk det ønskede hældningsniveau.
- Indikatorer for hastighed og hældningsvinkel - når indstillingerne ændres, begynder den tilsvarende indikator at blinke for at indikere, at parametere justeres aktivt.
- Knap til hurtig hastighedsjustering - gør det muligt at indstille en bestemt hastighed med det samme, når der trykkes på den angivne tast.

FUNKTIONELLE KNAPPER

Knap / element	Funktion
KØL NED	Starter nedkølingsprogrammet efter endt træning
HÆNGNING	Bruges til at ændre løbebåndets hældningsvinkel under træning og til at navigere i menuen
PROGRAM	Går direkte til træningsprogrammets sektion i menuen
START	Starter eller genstarter træningssessionen
STOP	Stopper eller sætter træningen på pause; hold den nede i to sekunder for at nulstille computeren
ENTER	Bekræfter den valgte indstilling eller starten af programmet
HASTIGHED	Giver dig mulighed for at ændre hastighed under træningen og navigere i menuen
LED-TILSTAND	Giver dig mulighed for at skifte LED-bjælkens belysningstilstand fra menuen eller træningssessionen
Joysticks	Juster hurtigt hastighed og hældning: træk for at øge, skub for at mindske.

OPLYSNINGER, DER VISES PÅ SKÆRMEN

Parameter	Beskrivelse
HÆNGNING	Løbebåndets aktuelle hældningsniveau
DISTANCE	Tilbragt distance eller resterende distance
TID	Varighed eller resterende tid af sessionen
PULS	Din aktuelle puls (BMP)
KALORIER	Anslået antal forbrændte kalorier
8 x 16	Hoveddisplayet viser hastighed og hældningsvinkel
Nederste vindue	Informationsfelt - viser systemmeddelelser og beskeder

Brug af udstyret for første gang

1. Sæt ON/OFF-kontakten på bagsiden af motordækslet i positionen "I" (on).
2. Sæt sikkerhedsnøglen ind i åbningen på computerens forside, og sæt klemmen fast på dit tøj.
3. Når computeren starter, vil den vise:
 - den aktuelle softwareversion,
 - den samlede tilbagelagte distance og træningstiden.

Opsætning af brugerprofiler:

For at køre pulsstyrede programmer og kropsfedtanalyse skal du indtaste dine personlige oplysninger:

Trin	Parameter	Knapper	Bekræftelse
1	Køn	Hældning/hastighed	ENTER
2	Alder	Hældning / hastighed	ENTER
3	Vækst	Hældning / hastighed	ENTER
4	Vægt	Hældning / hastighed	ENTER

Når konfigurationen er færdig, er du klar til at starte din træning.

Standby-tilstand

- Efter 5 minutters inaktivitet går computeren automatisk i standbytilstand.
- For at genaktivere den: Tag den ud og sæt den ind igen.

Pause og genoptagelse af træning

- Tryk på STOP for at sætte træningen på pause.
- Tryk på START for at genoptage.
- Tryk på STOP igen for at afslutte sessionen. sikkerhedstast.

Cool Down - køl din krop ned

- Tryk på COOL DOWN-knappen for at aktivere det beroligende program efter træningen.
- Hastigheden reduceres gradvist til nul i løbet af 2-3 minutter.

LED-belysning

Løbebåndet har LED-strips på begge sider af de skridsikre bånd. Betjeningen sker via LED-knappen i hovedmenuen eller via knapperne for hældning/hastighed.

Tilgængelige belysningstilstande:

Tilstand	Beskrivelse
Løb	LED'erne skifter farve alt efter hastighed: • 0 - 6 km/t → gul • 6,1 - 12 km/t → grøn • Over 12 km/t → rød
Neutral	Fast hvid LED-belysning uden farveskift
Fierfarvet	Brugeren kan vælge mellem følgende farver: rød, blå, grøn, orange, pink, violet
Slukket	LED-baggrundsbelysningen er helt slukket

TRÆNINGSMODUS**1. Manuelt program**

Det manuelle program giver fuld kontrol over hastighed og hældningsvinkel.

Opsætningstrin:

- Vælg MANUELT program, og bekræft med ENTER-tasten.
- Vælg en målparameter: tid, distance eller kalorier - bekræft med ENTER
- Indstil målværdien ved hjælp af hældnings-/hastighedstasterne, og bekræft med ENTER.
 - ➔ Træningen starter med den mindste hældning og hastighed. ➔ Under træningen kan du ændre værdierne med joystickene eller tasterne.
 - ➔ Når målet er nået, slutter træningen automatisk, og Cool Down-programmet starter. ➔ Tryk på STOP for at stoppe nedkølingen.

2. Program for lav hastighed

Designet til ældre eller begyndere - den maksimale hastighed er 4 km/t, og distancen tælles i meter.

Trin til opsætning:

- Vælg MANUAL-programmet, og bekræft med ENTER
- Vælg og indstil målparameteren (tid/distance/kalorier)
- Tryk på START for at starte din træning
 - ➔ Starter fra nul hældning og minimumshastighed ➔ Kan justeres under træningen med joysticks eller knapper ➔ Træningen slutter automatisk, når målet er nået

3. 20 automatiske træningsprogrammer

Hvert program indeholder en profil med automatisk skiftende hastighed og hældning.

Trin til opsætning:

- Tryk på PROGRAM, vælg et af de 20 programmer, og bekræft med ENTER
- Indstil en målværdi: tid, distance eller kalorier
- Konfigurer værdien, og start din træning ved at trykke på START
 - ➔ Hastighed og hældning justeres automatisk ➔ Sessionens sluttidspunkt opdateres dynamisk i henhold til dit tempo ➔ Når målet er nået, aktiveres Cool Down ➔ Du kan afbryde afkølingen ved at trykke på STOP

4. Brugerprogrammer (USER U1-U4)

Du kan oprette 4 individuelle programmer, som hver består af 16 segmenter med egen hastighed og hældning.

Opret et program:

- Vælg U1-U4, og bekræft med ENTER.
- Indstil varigheden af din træning
- Indstil hastigheden for hvert segment, og bekræft
- Indstil derefter segmenternes hældning
- Når du er færdig, skal du trykke på START - programmet gemmes automatisk.

Start det gemte program:

- Vælg USER U1-U4
- Tryk på START for at starte træningen
 - ➔ Under forløbet kan du ændre værdierne ➔ Træningen slutter efter den indstillede tid ➔ Computeren skifter automatisk til Cool Down-tilstand

HRC / THR - pulsbaseret træning

HRC-træning (Heart Rate Control) giver dig mulighed for at træne baseret på din egen puls. Computeren justerer automatisk hældning og hastighed for at opretholde et bestemt pulsniveau. Der er tre tilstande at vælge imellem:

Tilstand	Beskrivelse
HRC 60	Fedtforbrænding (lettere anstrengelse)
HRC 80	Forbedret præstation og kondition
THR (mål)	Brugerindstillet BPM-niveau

Trin for HRC 60 % og 80 %:

- Vælg HRC 60 PCT eller HRC 80 PCT, og tryk på ENTER.
- Indstil varigheden af dit træningspas, og bekræft.
- Computeren viser den beregnede målpuls - tryk på START for at starte.

Trin for THR (egen puls):

- Vælg THR, f.eks. THR 133, og tryk på ENTER.
- Indstil varigheden, og bekræft.
- Vælg målpulsværdien (standard 133 BPM), og bekræft.
- Tryk på START for at starte din træning.

Under træningen skal du holde hænderne på pulssensorerne, så computeren kan måle din puls og justere intensiteten af din træning. Træningspasset slutter, når den indstillede tid er gået. Nedkølingsprogrammet starter automatisk (du kan afbryde det ved at trykke på STOP).

TEST AF KROPSFEDT

Dette program giver dig mulighed for at estimere dit fedtindhold baseret på data fra pulssensorerne. Instruktioner:

- Vælg FAT-programmet, og tryk derefter på ENTER.
- Placer begge hænder på pulssensorerne - målingen starter.
- Efter et par sekunder vises resultatet på skærmen. Scoren vises i det nederste M-vindue:

Resultat (%)	Fortolkning
<19%	Undervægt
12-25%	Normal vægt
26 - 39%	Overvægt
≥ 30%	Fedme

TRENING - tids- og distanceprogram

Giver dig mulighed for at indstille en måltid og -distance, og computeren beregner en forventet sluttid baseret på dit aktuelle tempo. Fremgangsmåde:

- Vælg programmet TRENING, og tryk på ENTER.
- Indstil måltiden, og bekræft.
- Indstil den ønskede distance, og bekræft.
- Tryk på START for at starte træningen.

Under træningen:

- Det øverste LED-vindue viser træningspassets varighed.
- Distancevinduet viser den resterende distance.
- Hovedinformationsboksen viser tempoet (min/km) og den forventede sluttid.

Sessionen slutter, når den indstillede distance er nået. Computeren viser resultatet:

- "Over pace",
- "Tempo opnået".
- eller "Under tempo".

RENGØRING AF LØBEBÅNDET:

Regelmæssig pleje af maskinen forlænger dens levetid betydeligt.

Før rengøring:

Sluk altid løbebåndet fra strømforsyningen for at undgå elektrisk stød.

Efter hver træningssession:

- Rengør konsollen og alle overflader med en blød, let fugtig klud for at fjerne sved og støv.
- Brug ikke stærke rengøringsmidler eller opløsningsmidler.
- Undgå væskekontakt med computeren, og udsæt ikke enheden for sollys.

Gør vedligeholdelsen lettere:

- Vi anbefaler at bruge en beskyttelsesmåtte under løbebåndet for at stoppe snavs fra skoene.
- Rengør måtten en gang om ugen for at forhindre ophobning af snavs under maskinen.

SMØRING AF LØBEBÅNDET:

Løbebåndet er smurt fra fabrikken, men regelmæssig inspektion og vedligeholdelse er nødvendig med tiden.

Anbefalinger:

- I det første år (eller op til 500 timers brug) er smøring normalt ikke nødvendig.
- Derefter smøres hver 3. måned eller i henhold til graden af brug.

Sådan smører du:

1. Tag stikket til løbebåndet ud.
2. Løft siden af løbebåndet.
3. Påfør et tyndt lag oliefrit silikonefedt på indersiden af pladen - så dybt som muligt.
4. Hvis der allerede er spor af fedt under bæltet, er det ikke nødvendigt at smøre det.
5. Vent 1 minut, før du kører løbebåndet, så fedtet spredes jævnt.

TEKNISKE DATA:

- Løbebåndets dimensioner: 219 x 84 x 137 cm
- Maksimal brugervægt: 180 kg
- Nettovægt: 145 kg
- Løbebåndets bælte: 56 x 157 cm

KOMPATIBILITET MED TRÆNINGSAPPS**Kinomap**

- Træn på rigtige stier fra hele verden med interaktive videoer
- Konkurrer med andre brugere online i realtid
- Modtag dynamiske hastigheds- og stigningsjusteringer til din valgte rute
- App tilgængelig til Android og iOS

**iConsole+ træning**

- Styr dit løbebånd direkte fra din telefon eller tablet via Bluetooth
- Lav dine egne træningsprogrammer, og følg dine fremskridt
- Brug følgende tilstande: manuel, interval, HRC, kropsfedt, restitution
- Integration med Google maps og analyse af træningsdata

Sicherheitshinweise

1. Lesen Sie die Betriebsanleitung vor dem ersten Gebrauch sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.
2. Beachten Sie alle Warnhinweise und Sicherheitshinweise – einschließlich der Montagevorschriften. Die Maschine darf nur für den vorgesehenen Zweck verwendet werden.
3. Montieren und verwenden Sie die Maschine zu Ihrer eigenen Sicherheit gemäß dieser Anleitung. Weisen Sie auch andere Benutzer auf die Vorschriften für die ordnungsgemäße Verwendung der Maschine hin.
4. Schützen Sie das Gerät vor Kindern und Tieren. Kinder dürfen sich ohne Aufsicht nicht in der Nähe des Geräts aufhalten. Die Montage und Verwendung sind nur Erwachsenen gestattet.
5. Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen, insbesondere wenn Sie Medikamente einnehmen oder gesundheitliche Probleme haben (z. B. Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen).
6. Beobachten Sie Ihren Körper während des Trainings. Brechen Sie das Training sofort ab, wenn Sie Schmerzen, Engegefühl in der Brust, Schwindel, Übelkeit, Atemnot oder einen unregelmäßigen Puls verspüren.
7. Stellen Sie das Gerät auf eine ebene, trockene und saubere Fläche und halten Sie einen Mindestabstand von 0,6 m um das Gerät herum ein.
8. Tragen Sie geeignete Sportkleidung und Schuhe. Vermeiden Sie lose Kleidung, die sich in beweglichen Teilen verfangen kann.
9. Das Gerät darf nicht im Freien verwendet werden.
10. Überprüfen Sie vor jedem Training den Zustand des Geräts – achten Sie auf Anzeichen von Verschleiß oder Beschädigungen.
11. Wenn Sie scharfe Kanten feststellen, stellen Sie die Benutzung des Geräts ein.
12. Bei ungewöhnlichen Geräuschen oder Vibrationen das Training sofort beenden.
13. Verstellbare Teile dürfen nicht hervorstehen oder die Verwendung des Geräts behindern. Die Maschine darf jeweils nur von einer Person benutzt werden.
14. Die Bremsung ist nicht geschwindigkeitsabhängig – das Gerät ist mit einem unabhängigen Bremssystem ausgestattet.
15. Das Gerät ist nicht für therapeutische oder rehabilitative Zwecke bestimmt.
16. Seien Sie beim Transportieren oder Anheben vorsichtig, um Rückenverletzungen zu vermeiden. Nehmen Sie gegebenenfalls die Hilfe einer zweiten Person in Anspruch.
17. Es ist verboten, das Design des Geräts selbst zu verändern. Bei Problemen wenden Sie sich bitte an einen autorisierten Kundendienst.
18. Der empfohlene Betriebstemperaturbereich des Geräts liegt zwischen 15 und 25 °C.
19. Maximal zulässiges Benutzergewicht: 180 kg.
20. Das Gerät entspricht der Klasse SB gemäß EN ISO 20957-1 und ist für den privaten und gewerblichen Gebrauch bestimmt.

MONTAGE:

Schritt 1 – Befestigen der Säulen und Anschließen der Kabel

Vor der Montage der rechten Säule (3):

- Verbinden Sie den Draht (119) mit dem Draht (118).
- Verbinden Sie den Draht (122) mit dem Draht (121).

Befestigen Sie dann die Säulen (3) und (2) mit Inbusschrauben (10) am Hauptrahmen des Laufbands – wie in der Abbildung gezeigt.

HINWEIS: Ziehen Sie die Schrauben zu diesem Zeitpunkt nicht zu fest an, um die weitere Montage zu erleichtern.

Schritt 2 – Befestigung der Halterungen und Kabelverbindungen

Die Hilfe einer zweiten Person wird empfohlen.

- Verbinden Sie die folgenden Kabel:
 - (118) mit (117)
 - (121) mit (120)
- Befestigen Sie die Griffe (4) an der Säule des Laufbands und achten Sie dabei darauf, dass die Kabel nicht zwischen Griff und Säule eingeklemmt werden.
- Sobald sie richtig sitzen, ziehen Sie die Schrauben (91) fest. Jetzt können Sie sie endgültig festziehen.

Schritt 3 – Montage des Computers

Auch hier ist die Hilfe einer zweiten Person hilfreich.

- Schließen Sie alle Kabel gemäß der beiliegenden Zeichnung an.
- Stellen Sie den Computer (84) auf die drei Halterungen und befestigen Sie ihn mit Inbusschrauben (92).

Schritt 4 – Ziehen Sie die Konstruktion fest und bringen Sie die Abdeckungen an.

- Ziehen Sie alle in Schritt 1 befestigten Schrauben (10) fest an.
- Bringen Sie die seitlichen Säulenabdeckungen gemäß Abbildung „b“ an.
- Schieben Sie die Abdeckungen wie in Abbildung „c“ gezeigt in ihre endgültige Position.
- Sichern Sie sie mit den Schrauben (11).

Lieferumfang

Stellen Sie sicher, dass der Hauptschalter (auf der Rückseite der Motorabdeckung) auf ON steht, bevor Sie mit dem Training beginnen. Überprüfen Sie auch, ob das Netzkabel ordnungsgemäß an eine geerdete Steckdose angeschlossen ist.



Sicherheitsschlüssel

Für den ordnungsgemäßen Betrieb des Laufbands muss der Sicherheitsschlüssel in der Steckdose stecken. Wenn Sie den Schlüssel während des Trainings entfernen, wird das Gerät automatisch angehalten. Ohne den Schlüssel bleibt das Laufband im AUS-Modus.

1. Sicherheitsschlüssel
2. Clip



Nivellieren des Laufbands

Um einen stabilen Betrieb zu gewährleisten, kann das Laufband mit den verstellbaren Füßen an der Rückseite der Laufläche ausgerichtet werden. Es wird empfohlen, das Gerät auf einer ebenen, festen Oberfläche aufzustellen.



Einstellung des Laufbands

Eine regelmäßige Wartung des Laufbands ist für dessen Langlebigkeit und ordnungsgemäßen Betrieb unerlässlich.

Häufigkeit der Überprüfung:

- Alle 1–2 Monate oder
- nach jeweils 50 Betriebsstunden – auch wenn das Laufband längere Zeit nicht benutzt wurde.

Schmieren des Laufbands:

- Trennen Sie das Laufband vom Stromnetz.
- Lösen Sie die Spannschrauben an beiden Seiten der hinteren Rolle.
- Tragen Sie Silikonfett auf die Laufplatte unter dem Riemen auf.
- Wenn Sie fertig sind, ziehen Sie die Schrauben fest.

Ausrichtung des Riemens korrigieren:

In der ersten Zeit kann sich der Riemen leicht dehnen und seitlich verschieben. Um dies zu korrigieren (Bild 2):

1. Schalten Sie das Laufband ein und stellen Sie eine Geschwindigkeit von 3–5 km/h ein.
2. Überprüfen Sie die Zentrierung des Laufbands – wenn:
 - nach links verrutscht → ziehen Sie die linke Schraube leicht an (im Uhrzeigersinn).
 - Wenn es nach rechts ausbricht, ziehen Sie die rechte Schraube fest.
3. Wenn der Riemen zu straff ist, lösen Sie beide Schrauben in die entgegengesetzte Richtung.
4. Stellen Sie sicher, dass der Riemen weder wellig noch übermäßig gespannt ist.
 1. Riemenspannung erhöhen
 2. Riemenspannung verringern



Nr.	Beschreibung	Anzahl	Nr.	Beschreibung	Menge
1	Haupttrahmen	1	71	Nylon-Unterlegscheibe D21*D37*3T	4
2	Linke Säule	1	72	Flache Unterlegscheibe D25xD8,5x2T	4
3	Rechte Säule	1	73	Stoßdämpfer	2
4	Halterungen	1	74	Pulssensorplatine	2
5	Querstütze für Säule	1	75	Inbusschraube M8*1,25*45L	2
6	Ballast	1	76	Inbusschraube M8*1,25*40L	1
7	Computerhalterung (2)	3	7	Impulsmesssensor	4
8L	Unterer linker Säulenabdeckung	1	7	Untere Impulssensorplatte	2
8R	Rechte untere Säulenabdeckung	1	79	Schraube ST4x1,41x15L	2
9L	Linke Motorabdeckung	1	80	Handgriff	1
9R	Rechte Motorabdeckung	1	81	Schraube M5*0,8*10L	9
10	Inbusschraube M10*1,5*65L	6	82	Unterer Computerabdeckung	1
11	Kreuzschlitzschraube M5*0,8*15L	7	83	Seitliche Computerabdeckung	1
12	Innensechskantschraube Typ CSK M8*1,25*35L	8	84	Computer	1
13	Laufbandplatte	1	85L	Linker Joystick zur Einstellung des Laufbands	1
14	Diffusor	2	86R	Rechter Joystick zur Einstellung des Laufbands	1
15	LED-Streifen	2	86L	Aufkleber unter Joystick (links)	1
16	LED-Streifen-Kabel	2	86R	Aufkleber unter Joystick (rechts)	1
17	Laufband	1	87	Schraube ST4*1,41*12L	6
18	Rutschhemmende Streifen (2)	2	8	Griffaufnahme	2
19	Rutschfeststreifen (3)	2	89	Tablet-Halterung	1
2	Trittbrettschutz	2	90L	Linker Griffkabel	1
21	Trittbrettdeckung	2	90R	Rechter Griffkabel	1
22	Rutschfestes Klebeband	2	91	Inbusschraube M10*1,5*20L	4
23	Kreuzschlitzschraube ST4,2*15L	62	92	Inbusschraube M6*1*15L	7
24	Metalclip	8	93	Pulssensor-Kabel	2
25	Stoßdämpfer (4)	2	94	Stoßdämpfer (2)	2
26	Stoßdämpfer (3)	2	95	Sicherheitsschlüsseinsteckstelle	1
27	Flache Unterlegscheibe D16*D8,5*1,2T	6	96	Sicherheitsschlüssel	1
28	Nylonmutter M8*1,25*8T	6	97	Sicherheitsschlüsselclip	1
29	Inbusschraube M8*1,25*20L	8	98	Not-Aus-Kabel	1
30	Hintere Rolle	1	99	Schutzplatte	2
31	Inbusschraube M10*1,5*80L	3	10	Interner Sicherheitsschlüssel	2
32	Rückwand	1	101	Schraube ST4,2*25L	7
33	Stoßdämpfer (1)	2	102	Sicherheitsschlüsselplatte	1
34	Nivellierfüße	2	103	Obere Griffabdeckung	1
35	Vordere Rolle	1	104	Unterer Griffüberzug	1
36	Inbusschraube M10*1,5*45L	1	105L	Seitliche Griffabdeckung (links)	1
37	Riemen	1	105R	Seitliche Griffabdeckung (rechts)	1
38	AC3.0HP-Motor	1	106	Innere Seitenabdeckung (links)	1
39	Nylonmutter M10*1,5*10T	6	106R	Innere Seitenabdeckung (rechts)	1
4	Flache Unterlegscheibe D20*D11*2T	12	107L	Griffkappe (links)	1
4	Inbusschraube M10*1,5*30L	4	107R	Handgriff Hauptabdeckung (rechts)	1
42	Isolierabstandhalter (1)	5	108	Schraube M5*0,8*15L	4
43	Flache Unterlegscheibe D28*D14*2T	4	109	Flache Unterlegscheibe D15*D5,2*1,0T	4
44	Stoßfänger	4	110	Erdungskabel	1
45	Befestigungsplatte	3	111	Erdungskabel (2)	1
46	Einstellrolle	2	112	Kabel 1	1
47	Motorplatte	7	113	Kabel 2	2
4	Kabelbinder	2	114	Kabel 1	1
49	Kreuzschlitzschraube ST4*1,41*15L	2	115	Kabel 2	2
50	Sechskantschraube M8*1,25*60L	1	116	Magnetische Schleife	1
51	Obere Motorabdeckung	1	117	LED-Oberkabel	1
52	ID-Tag	1	118	LED-Mittelleitung	1
53	Buchse	1	119	LED-Kabel unten	1
54	Kreuzschlitzschraube ST2,9x9,5L	10	120	Oberes Computerkabel	1
55	Stromversorgungsplatine	1	121	Zentrales Computerkabel	1
56	Netzschalter	1	122	Unteres Computerkabel	1
57	Stoßfänger	2	123	Wechselrichter	1
58	Sicherung	1	124	Filter	1
59	Flache Unterlegscheibe D12*D5,2*0,8T	2	125	Induktivität	1
60	Nylonmutter M5*0,8*5T	2	126	Versorgungskabel	1
61	Motorabdeckung	1	127	LED-Steuerplatine	1
62	Inbusschraube M10*1,5*50L	1	128	PC-Abstandhalter	4
63	Flache Kunststoffscheibe D10*D24*0,4T	4	129	Inbusschlüssel M6	1
6	Neigungswinkelverstellung	1	130	Inbusschlüssel M8*120L	1
65	Inbusschraube M10*1,5*65L	1	131	Inbusschlüssel M4*68L	1
66	Rolle	2	133	Kreuzschlitzschraube ST4*1,41*10L	4
67	Inbusschraube M8*1,25*20L	2	134	Mutter M8*1,25*6T	1
68	Flache Unterlegscheibe D21*D8,5*1,5T	2	135	Distanzstück D11,5*D8*3,5T	2
69	Kappe	4	136	Flache Unterlegscheibe D12*D4,3*1T	7
70	Achse	2			

Wartung des Geräts:

- Reinigen Sie Stahl- und Kunststoffteile mit milden Reinigungsmitteln.
- Stellen Sie sicher, dass alle Teile vor jedem Gebrauch vollständig trocken sind.
- Es wird empfohlen, alle Schrauben und Bolzen alle 6 Wochen zu überprüfen.
Verwenden Sie zum Festziehen nur die mitgelieferten Schraubenschlüssel.
- Das Laufband darf nur in trockenen Innenräumen verwendet werden.

Bedienfeld und Computer:

Das Gerät wird über ein Touchscreen-Bedienfeld gesteuert.

- Wenn das Laufband eingeschaltet wird, leuchtet das Bedienfeld automatisch auf und das Display zeigt alle aktuellen Trainingseinstellungen an.
- Über das Bedienfeld kann der Benutzer durch die Menüs navigieren und Trainingsprogramme nach seinen Vorlieben konfigurieren.

Beschreibung der Funktionstasten:

- Neigungswinkel-Einstelltaste – Bei Betätigung stellt der Computer automatisch die gewünschte Steigungsstufe ein.
- Geschwindigkeits- und Neigungswinkelanzeigen – beim Ändern der Einstellungen beginnt die entsprechende Anzeige zu blinken, um anzuzeigen, dass der Parameter aktiv angepasst wird.
- Schnell-Einstellknopf – ermöglicht die sofortige Einstellung einer bestimmten Geschwindigkeit durch Drücken der entsprechenden Taste.

FUNKTIONSTASTEN

Taste / Element	Funktion
ABKÜHLEN	Startet das Abkühlprogramm am Ende des Trainings
NEIGUNG	Dient zum Ändern des Neigungswinkels des Laufbands während des Trainings und zur Navigation im Menü.
PROGRAM	Wechselt direkt zum Abschnitt „Trainingsprogramm“ des Menüs.
START	Startet oder startet die Trainingseinheit neu
STOP	Training stoppen oder pausieren; zwei Sekunden lang gedrückt halten, um den Computer zurückzusetzen
ENTER	Bestätigt die ausgewählte Option oder den Start des Programms.
SPEED	Ermöglicht Ihnen, die Geschwindigkeit während des Trainings zu ändern und im Menü zu navigieren.
LED-MODUS	Ermöglicht Ihnen, den Beleuchtungsmodus der LED-Leiste über das Menü oder die Trainingseinheit zu wechseln
Joysticks	Schnelle Anpassung von Geschwindigkeit und Steigung: Ziehen erhöht, Drücken verringert.

AUF DEM BILDSCHIRM ANGEZEIGTE INFORMATIONEN

Parameter	Beschreibung
NEIGUNG	Aktuelle Steigungsstufe des Laufbands
DISTANCE	Zurückgelegte Strecke oder verbleibende Strecke
ZEIT	Dauer oder verbleibende Zeit der Sitzung
PULS	Ihre aktuelle Herzfrequenz (BMP)
KALORIEN	Geschätzte Anzahl der verbrannten Kalorien
8 x	Hauptdisplay mit Anzeige von Geschwindigkeit und Steigungswinkel
Unteres Fenster	Informationsfeld – zeigt Systembenachrichtigungen und Meldungen an

Erste Inbetriebnahme

1. Stellen Sie den EIN/AUS-Schalter auf der Rückseite der Motorabdeckung auf die Position „I“ (Ein).
2. Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel in den Steckplatz an der Vorderseite des Computers und befestigen Sie den Clip an Ihrer Kleidung.
3. Beim Starten des Computers wird Folgendes angezeigt:
 - die aktuelle Softwareversion,
 - die zurückgelegte Gesamtstrecke und die Trainingszeit.

Einrichtung des Benutzerprofils:

Um herzfrequenzgesteuerte Programme und die Körperfettanalyse auszuführen, geben Sie Ihre persönlichen Daten ein:

Schritt	Parameter	Schaltflächen	Bestätigung
1	Geschlecht	Steigung / Geschwindigkeit	ENTER
2	Alter	Neigung / Geschwindigkeit	ENTER
3	Wachstum	Neigung / Geschwindigkeit	ENTER
4	Gewicht	Neigung / Geschwindigkeit	ENTER

Sobald die Konfiguration abgeschlossen ist, können Sie mit Ihrem Training beginnen.

Standby-Modus

- Nach 5 Minuten Inaktivität wechselt der Computer automatisch in den Standby-Modus.
- So reaktivieren Sie ihn: Nehmen Sie ihn heraus und setzen Sie ihn wieder ein.

Training pausieren und fortsetzen

- Drücken Sie STOP, um Ihr Training zu pausieren.
- Drücken Sie START, um fortzufahren.
- Um die Sitzung zu beenden, drücken Sie erneut STOP. Sicherheitsschlüssel.

Cool Down – Kühlen Sie Ihren Körper ab

- Drücken Sie die Taste COOL DOWN, um das Entspannungsprogramm nach dem Training zu aktivieren.
- Die Geschwindigkeit wird über einen Zeitraum von 2-3 Minuten allmählich auf Null reduziert.

LED-Beleuchtung

Das Laufband verfügt über LED-Streifen auf beiden Seiten der Anti-Rutsch-Bänder. Die Steuerung erfolgt über die LED-Taste im Hauptmenü oder über die Neigungs-/Geschwindigkeitstasten.

Verfügbare Beleuchtungsmodi:

Modus	Beschreibung
Laufen	Die LEDs ändern ihre Farbe je nach Geschwindigkeit: • 0–6 km/h → gelb • 6,1–12 km/h → grün • Über 12 km/h → rot
Neutral	Feste weiße LED-Beleuchtung ohne Farbwechsel
Mehrfarbig	Der Benutzer kann zwischen folgenden Farben wählen: Rot, Blau, Grün, Orange, Pink, Violett
Aus	LED-Hintergrundbeleuchtung ist vollständig ausgeschaltet

TRAININGSMODI**1. Manuelles Programm**

Der manuelle Programm ermöglicht die vollständige Steuerung von Geschwindigkeit und Neigungswinkel.

Einrichtungsschritte:

- Wählen Sie das manuelle Programm und bestätigen Sie mit der ENTER-Taste.
- Wählen Sie einen Zielparameter: Zeit, Strecke oder Kalorien – bestätigen Sie mit ENTER.
- Stellen Sie den Zielwert mit den Neigungs-/Geschwindigkeitstasten ein und bestätigen Sie mit ENTER.
 ➔ Das Training beginnt mit der minimalen Steigung und Geschwindigkeit. ➔ Während der Trainingseinheit können Sie die Werte mit den Joysticks oder den Tasten ändern. ➔ Wenn das Ziel erreicht ist, endet das Training automatisch und das Cool-Down-Programm startet. ➔ Drücken Sie STOP, um das Cool-Down zu beenden.

2. Low-Speed-Programm

Entwickelt für ältere Menschen oder Anfänger – die maximale Geschwindigkeit beträgt 4 km/h und die Distanz wird in Metern gemessen.

Einrichtungsschritte:

- Wählen Sie das Programm MANUAL und bestätigen Sie mit ENTER.
- Wählen Sie den Zielparameter (Zeit/Distanz/Kalorien) und stellen Sie ihn ein.
- Drücken Sie START, um Ihr Training zu beginnen.
 ➔ Startet bei null Steigung und minimaler Geschwindigkeit ➔ Während des Trainings mit Joysticks oder Tasten einstellbar ➔ Das Training endet automatisch, wenn das Ziel erreicht ist

3. 20 automatische Trainingsprogramme

Jedes Programm umfasst ein Profil mit automatisch wechselnder Geschwindigkeit und Steigung.

Einrichtungsschritte:

- Drücken Sie PROGRAM, wählen Sie eines der 20 Programme aus und bestätigen Sie mit ENTER
- Legen Sie einen Zielwert fest: Zeit, Distanz oder Kalorien
- Konfigurieren Sie den Wert und starten Sie Ihr Training durch Drücken von START
 ➔ Geschwindigkeit und Steigung werden automatisch angepasst ➔ Die Endzeit der Trainingseinheit wird dynamisch entsprechend Ihrem Tempo aktualisiert ➔ Wenn das Ziel erreicht ist, wird die Abkühlphase aktiviert ➔ Sie können die Abkühlphase durch Drücken von STOP abbrechen

4. Benutzerprogramme (USER U1-U4)

Sie können 4 individuelle Programme erstellen, die jeweils aus 16 Segmenten mit eigener Geschwindigkeit und Steigung bestehen.

Programm erstellen:

- Wählen Sie U1-U4 und bestätigen Sie mit ENTER.
- Legen Sie die Dauer Ihres Trainings fest
- Stellen Sie die Geschwindigkeit für jedes Segment ein und bestätigen Sie
- Stellen Sie dann die Steigung der Segmente ein
- Wenn Sie fertig sind, drücken Sie START – das Programm wird automatisch gespeichert.

Starten Sie das gespeicherte Programm:

- Wählen Sie BENUTZER U1-U4
- Drücken Sie START, um das Training zu starten
 ➔ Während des Trainings können Sie die Werte ändern ➔ Das Training endet nach der eingestellten Zeit ➔ Der Computer schaltet automatisch in den Cool-Down-Modus

HRC / THR – Herzfrequenzbasiertes Training

Mit dem HRC-Training (Heart Rate Control) können Sie entsprechend Ihrer eigenen Herzfrequenz trainieren. Der Computer passt die Steigung und Geschwindigkeit automatisch an, um einen festgelegten Pulswert zu halten. Es stehen drei Modi zur Auswahl:

Modus	Beschreibung
HRC 60 %	Fettverbrennung (leichte Belastung)
HRC 80 %	Verbesserte Leistung und Fitness
THR (Ziel)	Vom Benutzer festgelegtes BPM-Niveau

Schritte für HRC 60 % und 80 %:

- Wählen Sie HRC 60 PCT oder HRC 80 PCT und drücken Sie ENTER.
- Stellen Sie die Dauer Ihres Trainings ein und bestätigen Sie.
- Der Computer zeigt die berechnete Zielherzfrequenz an – drücken Sie START, um zu beginnen.

Schritte für THR (eigene Herzfrequenz):

- Wählen Sie THR, z. B. THR 133, und drücken Sie ENTER.
- Stellen Sie die Dauer ein und bestätigen Sie.
- Wählen Sie den Zielherzfrequenzwert (Standard 133 BPM) und bestätigen Sie.
- Drücken Sie START, um Ihr Training zu starten.
 Halten Sie während der Trainingseinheit Ihre Hände auf den Pulssensoren, damit der Computer Ihren Puls messen und die Intensität Ihres Trainings anpassen kann. Das Training endet nach Ablauf der eingestellten Zeit. Das Cool-Down-Programm startet automatisch (Sie können es durch Drücken von STOP abbrechen).

KÖRPERFETT-TEST

Mit diesem Programm können Sie anhand der Daten der Pulssensoren Ihren Körperfettanteil schätzen. Anleitung:

- Wählen Sie das Programm „FAT“ und drücken Sie ENTER.
- Legen Sie beide Hände auf die Herzfrequenzsensoren – die Messung beginnt.
- Nach einigen Sekunden erscheint das Ergebnis auf dem Display. Der Wert wird im unteren M-Fenster angezeigt:

Ergebnis (%)	Interpretation
< 19 %	Untergewicht
12–25	Normalgewicht
26–39	Übergewicht
≥ 30	Adipositas

TRAINING – Zeit- und Distanzprogramm

Hier können Sie eine Zielzeit und eine Zielstrecke festlegen, und der Computer berechnet anhand Ihres aktuellen Tempos die voraussichtliche Fertigstellungszeit. Schritte:

- Wählen Sie das Programm TRENING und drücken Sie ENTER.
- Stellen Sie die Zielzeit ein und bestätigen Sie.
- Stellen Sie die Zielstrecke ein und bestätigen Sie.
- Drücken Sie START, um Ihr Training zu beginnen.

Während des Trainings:

- Das obere LED-Fenster zeigt die Dauer der Trainingseinheit an.
- Das Distanzfenster zeigt die verbleibende Distanz an.
- Das Hauptinformationsfeld zeigt das Tempo (min/km) und die voraussichtliche Zielzeit an.

Die Trainingseinheit endet, wenn die festgelegte Distanz erreicht ist. Der Computer zeigt das Ergebnis an:

- „Tempo überschritten“,
- „Tempo erreicht“
- oder „Tempo unterschritten“.

REINIGUNG DES LAUFBANDES:

Eine regelmäßige Pflege des Geräts verlängert dessen Lebensdauer erheblich.

Vor der Reinigung:

Schalten Sie das Laufband immer vom Stromnetz, um einen Stromschlag zu vermeiden.

Nach jedem Training:

- Reinigen Sie die Konsole und alle Oberflächen mit einem weichen, leicht angefeuchteten Tuch, um Schweiß und Staub zu entfernen.
- Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel oder Lösungsmittel.
- Vermeiden Sie den Kontakt mit Flüssigkeiten und setzen Sie das Gerät keiner direkten Sonneneinstrahlung aus.

Erleichtern Sie die Wartung:

- Wir empfehlen die Verwendung einer Schutzmatte unter dem Laufband, um Verschmutzungen durch Schuhe zu vermeiden.
- Reinigen Sie die Matte einmal pro Woche, um Schmutzansammlungen unter dem Gerät zu vermeiden.

SCHMIERUNG DES LAUFBANDES:

Das Laufband ist werkseitig geschmiert, muss jedoch im Laufe der Zeit regelmäßig überprüft und gewartet werden.

Empfehlungen:

- Im ersten Jahr (oder bis zu 500 Betriebsstunden) ist in der Regel keine Schmierung erforderlich.
- Danach alle 3 Monate oder je nach Nutzungsgrad schmieren.

So schmieren Sie das Laufband:

1. Ziehen Sie den Netzstecker des Laufbands.
2. Heben Sie die Seite des Laufbands an.
3. Tragen Sie eine dünne Schicht ölfreies Silikonfett auf die Innenseite der Platte auf – so tief wie möglich.
4. Wenn bereits Fettsuren unter dem Laufband vorhanden sind, ist keine Schmierung erforderlich.
5. Warten Sie 1 Minute, bevor Sie das Laufband in Betrieb nehmen, damit sich das Fett gleichmäßig verteilen kann.

TECHNISCHE DATEN:

- Laufbandabmessungen: 219 x 84 x 137 cm
- Maximales Benutzergewicht: 180 kg
- Nettogewicht: 145 kg
- Laufband: 56 x 157 cm

KOMPATIBILITÄT MIT TRAININGS-APPS**Kinomap**

- Trainieren Sie mit interaktiven Videos auf realen Strecken aus aller Welt
- Treten Sie online in Echtzeit gegen andere Nutzer an
- Erhalten Sie dynamische Anpassungen der Geschwindigkeit und Steigung für Ihre gewählte Route
- App für Android und iOS verfügbar

**iConsole+ Training**

- Steuern Sie Ihr Laufband direkt über Bluetooth von Ihrem Smartphone oder Tablet aus
- Erstellen Sie Ihre eigenen Trainingsprogramme und verfolgen Sie Ihre Fortschritte
- Verwenden Sie die folgenden Modi: Manuell, Intervall, HRC, Körperfett, Erholung
- Integration mit Google Maps und Analyse der Trainingsdaten

Notas de seguridad

1. Lea atentamente el manual de instrucciones antes de utilizar el aparato por primera vez y consérvelo para futuras consultas.
2. Respete todas las advertencias e instrucciones de seguridad, incluidas las normas de montaje. La máquina sólo debe utilizarse para los fines previstos.
3. Por su propia seguridad, monte y utilice la máquina de acuerdo con estas instrucciones. Informe también a otros usuarios de las normas para el uso correcto de la máquina.
4. Proteja la máquina de niños y animales. No se debe permitir que los niños se acerquen al equipo sin supervisión. El montaje y el uso sólo están permitidos para adultos.
5. Consulte a su médico antes de iniciar un programa de ejercicios, especialmente si está tomando medicamentos o tiene problemas de salud (por ejemplo, hipertensión arterial, trastornos del ritmo cardíaco).
6. Observe su cuerpo durante el ejercicio. Interrumpa inmediatamente el ejercicio si siente dolor, opresión en el pecho, mareos, náuseas, dificultad para respirar o pulso irregular.
7. Coloque la máquina sobre una superficie plana, seca y limpia, manteniendo un espacio libre mínimo de 0,6 m alrededor de la máquina.
8. Utilice ropa y calzado deportivos adecuados. Evite la ropa suelta que pueda engancharse en las piezas móviles.
9. El aparato no debe utilizarse al aire libre.
10. Compruebe el estado del equipo antes de cada sesión de entrenamiento: busque signos de desgaste o daños.
11. Si observa bordes afilados, deje de utilizar el equipo.
12. Si se producen sonidos o vibraciones inusuales, deje de entrenar inmediatamente.
13. Los componentes ajustables no deben sobresalir ni impedir el uso del equipo. La máquina sólo puede ser utilizada por una persona a la vez.
14. El frenado no depende de la velocidad: el equipo está equipado con un sistema de frenado independiente.
15. El equipo no está destinado a fines terapéuticos o de rehabilitación.
16. Tenga cuidado al transportarla o levantarla para evitar lesiones en la espalda. Si es necesario, utilice la ayuda de una segunda persona.
17. Está prohibido modificar el diseño de la unidad por cuenta propia. En caso de problemas, póngase en contacto con un centro de servicio autorizado.
18. El intervalo de temperatura de funcionamiento recomendado del aparato es de 15-25°C.
19. Peso máximo admisible del usuario: 180 kg.
20. El aparato es de clase SB según la norma EN ISO 20957-1 y está destinado a un uso doméstico y semicomercial.

MONTAJE:

Etapa 1 - Montaje de las columnas y conexión de los cables

Antes de montar la columna derecha (3):

- Conecte el cable (119) con el cable (118)
- Conecte el cable (122) con el cable (121)

A continuación, fije las columnas (3) y (2) al bastidor principal de la cinta rodante con tornillos Allen (10), tal y como se muestra en la ilustración.

NOTA: No apriete demasiado los tornillos en esta etapa para facilitar el montaje posterior.

Paso 2 - Montaje de los soportes y conexiones del cableado

Se recomienda la ayuda de una segunda persona.

- Conecte los siguientes cables
 - (118) con (117)
 - (121) con (120)
- Fije las empuñaduras (4) a la columna de la cinta de correr, teniendo cuidado de no pellizcar los cables entre la empuñadura y la columna.
- Una vez bien asentadas, apriete los tornillos (91). En este punto ya puede apretarlos definitivamente.

Paso 3 - Montaje del ordenador

De nuevo, le será útil la ayuda de una segunda persona.

- Conecte todos los cables según el dibujo adjunto.
- Coloque el ordenador (84) sobre los tres soportes y fíjelo con tornillos allen (92).

Paso 4 - Apriete la estructura e instale las tapas.

- Apriete firmemente todos los tornillos (10) fijados en el paso 1.
- Coloque las tapas de las columnas laterales, siguiendo la ilustración "b".
- Deslice las tapas hacia abajo hasta su posición final, como se muestra en la ilustración "c".
- Fíjelas con los tornillos (11).

Suministro

Asegúrese de que el interruptor principal (situado en la parte posterior de la cubierta del motor) está en la posición ON antes de empezar a hacer ejercicio. Compruebe también que el cable de alimentación está correctamente enchufado a una toma de corriente con toma de tierra.



Llave de seguridad

Para que la cinta funcione correctamente, la llave de seguridad debe estar colocada en el enchufe. Si retira la llave durante un entrenamiento, la cinta se detendrá automáticamente. Sin la llave, la cinta de correr permanece en modo OFF.

1. Llave de seguridad
2. Clip



Nivelación de la cinta

Para garantizar un funcionamiento estable, la cinta de correr puede nivelarse utilizando los pies ajustables situados debajo de la parte trasera del estribo. Se recomienda colocar la máquina sobre una superficie plana y dura.



Ajuste de la cinta de correr

El mantenimiento regular de la cinta de correr es esencial para su longevidad y buen funcionamiento.

Frecuencia de inspección:

- Cada 1-2 meses o
- Después de cada 50 horas de uso, incluso si la cinta de correr no se ha utilizado durante mucho tiempo.

Lubricación de la cinta

- Desconecte la cinta de correr de la red eléctrica.
- Afloje los tornillos tensores a ambos lados del rodillo trasero.
- Aplique grasa de silicona a la placa de rodadura situada debajo de la correa.
- Cuando haya terminado, apriete los tornillos.

Corrección de la alineación de la correa:

En los primeros días de uso, la correa puede estirarse ligeramente y moverse hacia los lados. Para corregirlo (imagen 2):

1. Encienda la cinta y ajuste una velocidad de 3-5 km/h.
2. Compruebe el centrado de la cinta - si
 - se escapa hacia la izquierda → apriete ligeramente el tornillo izquierdo (en el sentido de las agujas del reloj),
 - se escapa hacia la derecha → apriete el tornillo derecho.
3. Si la correa está demasiado tensa, afloje ambos tornillos en sentido contrario.
4. Asegúrese de que la correa no esté ondulada ni excesivamente tensa.
 1. Aumente la tensión de la correa
 2. Reduzca la tensión de la correa



No.	Descripción	Cantidad	No.	Descripción	Cantidad
1	Bastidor principal	1	71	Arandela de nylon D21*D37*3T	4
2	Columna izquierda	1	72	Arandela plana D25xD8.5x2T	4
3	Columna derecha	1	73	Amortiguador	2
4	Soportes	1	74	Placa del sensor de impulsos	2
5	Soporte columna transversal	1	75	Tornillo Allen M8*1,25*45L	2
6	Balasto	1	76	Tornillo Allen M8*1,25*40L	1
7	Soporte del ordenador (2)	3	77	Sensor de medición del pulso	4
8L	Tapa de la columna inferior izquierda	1	78	Placa inferior del sensor de impulsos	2
8R	Tapa inferior derecha de la columna	1	79	Tornillo ST4x1.41x15L	2
9L	Tapa motor lado izquierdo	1	80	Asa	1
9R	Cubierta lateral derecha del motor	1	81	Tornillo M5*0.8*10L	9
10	Tornillo Allen M10*1.5*65L	6	82	Tapa inferior del ordenador	1
11	Tornillo Phillips M5*0,8*15L	7	83	Tapa lateral del ordenador	1
12	Tornillo hexagonal interior tipo CSK M8*1,25*35L	8	84	Ordenador	1
13	Placa de cinta de correr	1	85L	Joystick izquierdo para ajuste de la cinta de correr	1
14	Difusor	2	86R	Joystick derecho para ajuste de la cinta de correr	1
15	Tira LED	2	86L	Pegatina bajo el joystick (izquierda)	1
16	Cable tira LED	2	86R	Pegatina bajo el joystick (derecha)	1
17	Correa	1	87	Tornillo ST4*1.41*12L	6
18	Listones antideslizantes (2)	2	88	Enchufe del asa	2
19	Tiras antideslizantes (3)	2	89	Soporte para tableta	1
20	Protector del estribo	2	90L	Cable de agarre izquierdo	1
21	Tapa del estribo	2	90R	Cable de agarre derecho	1
22	Cinta antideslizante	2	91	Tornillo Allen M10*1,5*20L	4
23	Tornillo Phillips ST4.2*15L	62	92	Tornillo Allen M6*1*15L	7
24	Clip metálico	8	93	Cable del sensor de impulsos	2
25	Amortiguador (4)	2	94	Amortiguador(2)	2
26	Amortiguador (3)	2	95	Enchufe para llave de seguridad	1
27	Arandela plana D16*D8.5*1.2T	6	96	Llave de seguridad	1
28	Tuerca de nylon M8*1,25*8T	6	97	Clip de llave de seguridad	1
29	Tornillo Allen M8*1,25*20L	8	98	Cable de parada de emergencia	1
30	Rodillo trasero	1	99	Placa protectora	2
31	Tornillo Allen M10*1,5*80L	3	100	Llave de seguridad interna	2
32	Tapa trasera	1	101	Tornillo ST4.2*25L	7
33	Amortiguador (1)	2	102	Placa llave de seguridad	1
34	Pies niveladores	2	103	Tapa de agarre superior	1
35	Rodillo delantero	1	104	Tapa de la empuñadura inferior	1
36	Tornillo Allen M10*1,5*45L,	1	105L	Tapa de la empuñadura lateral (izquierda)	1
37	Correa	1	105R	Tapa de la empuñadura lateral (derecha)	1
38	Motor AC3.0HP	1	106L	Tapa lateral interior (izquierda)	1
39	Tuerca de nylon M10*1.5*10T	6	106R	Tapa lateral interior (derecha)	1
40	Arandela plana D20*D11*2T	12	107L	Tapa del asa (izquierda)	1
41	Tornillo Allen M10*1,5*30L	4	107R	Tapa principal del asa (derecha)	1
42	Distanciador aislante (1)	5	108	Tornillo M5*0,8*15L	4
43	Arandela plana D28*D14*2T	4	109	Arandela plana D15*D5.2*1.0T	4
44	Parachoques	4	110	Cable de tierra	1
45	Placa de montaje	3	111	Cable de tierra (2)	1
46	Rodillo de ajuste	2	112	Cable 1	1
47	Placa del motor	7	113	Cable 2	2
48	Sujetacables	2	114	Cable 1	1
49	Tornillo Phillips ST4*1.41*15L	2	115	Cable 2	2
50	Tornillo hexagonal M8*1,25*60L	1	116	Lazo magnético	1
51	Cubierta superior del motor	1	117	Cable superior LED	1
52	Etiqueta ID	1	118	Cable central LED	1
53	Toma	1	119	Cable inferior LED	1
54	Tornillo Phillips ST2.9x9.5L	10	120	Cable superior del ordenador	1
55	Placa de alimentación	1	121	Cable del ordenador central	1
56	Interruptor de alimentación	1	122	Cable inferior del ordenador	1
57	Parachoques	2	123	Inversor	1
58	Fusible	1	124	Filtro	1
59	Arandela plana D12*D5.2*0.8T	2	125	Inductor	1
60	Tuerca de nylon M5*0,8*5T	2	126	Cable de alimentación	1
61	Cubierta del motor	1	127	Placa de control LED	1
62	Tornillo Allen M10*1.5*50L	1	128	Distanciador PC	4
63	Arandela plana de plástico D10*D24*0,4T	4	129	Llave Allen M6	1
64	Ajuste del ángulo de inclinación	1	130	Llave Allen M8*120L	1
65	Tornillo Allen M10*1,5*65L	1	131	Llave Allen M4*68L	1
66	Rodillo	2	133	Tornillo Phillips ST4*1.41*10L	4
67	Tornillo Allen M8*1.25*20L	2	134	Tuerca M8*1,25*6T	1
68	Arandela plana D21*D8.5*1.5T	2	135	Distanciador D11.5*D8*3.5T	2
69	Tapón	4	136	Arandela plana D12*D4.3*1T	7
70	Eje	2			

Mantenimiento de la unidad:

- Limpie las piezas de acero y plástico con productos de limpieza suaves.
- Asegúrese de que todas las piezas estén completamente secas antes de cada uso.
- Se recomienda inspeccionar todos los tornillos y pernos cada 6 semanas.
 - Utilice únicamente las llaves suministradas para apretarlos.
- La cinta de correr sólo debe utilizarse en interiores y en seco.

Panel de control y ordenador:

La unidad se controla a través de un panel de control con pantalla táctil.

- Cuando se enciende la cinta, el panel se ilumina automáticamente y la pantalla muestra todos los ajustes de entrenamiento actuales.
- A través del panel, el usuario puede navegar por los menús y configurar los programas de entrenamiento según sus preferencias.

Descripción de los botones funcionales:

- Botón de ajuste del ángulo de inclinación - al pulsarlo, el ordenador ajusta automáticamente el nivel de inclinación deseado.
- Indicadores de velocidad y ángulo de inclinación - al cambiar los ajustes, el indicador correspondiente empieza a parpadear para indicar que el parámetro se está ajustando activamente.
- Botón de ajuste rápido de la velocidad: permite ajustar instantáneamente una velocidad específica al pulsar la tecla indicada.

BOTONES FUNCIONALES

Botón / Elemento	Función
ENFRIAMIENTO	Inicia el programa de enfriamiento al final del ejercicio
INCLINE	Sirve para cambiar el ángulo de inclinación de la cinta durante el entrenamiento y para navegar por el menú
PROGRAMA	Pasa directamente a la sección del programa de entrenamiento del menú
INICIO	Inicia o reinicia la sesión de entrenamiento
STOP	Detiene o pausa el entrenamiento; manténgalo pulsado durante dos segundos para reiniciar el ordenador.
INTRO	Confirma la opción seleccionada o el inicio del programa
VELOCIDAD	Permite cambiar la velocidad durante el entrenamiento y navegar por el menú
MODOS LED	Permite cambiar el modo de iluminación de la barra LED desde el menú o la sesión de entrenamiento
Joysticks	Ajusta rápidamente la velocidad y la inclinación: tirar aumenta, empujar disminuye.

INFORMACIÓN MOSTRADA EN LA PANTALLA

Parámetro	Descripción
INCLINE	Nivel de inclinación actual de la cinta de correr
DISTANCIA	Distancia recorrida o distancia restante
TIEMPO	Duración o tiempo restante de la sesión
PULSO	Tu frecuencia cardíaca actual (BMP)
CALORÍAS	Número estimado de calorías quemadas
8 x 16	Pantalla principal que muestra la velocidad y el ángulo de inclinación
Ventana inferior	Campo de información - muestra notificaciones y mensajes del sistema

Utilización del aparato por primera vez

1. Coloque el interruptor ON/OFF situado en la parte posterior de la cubierta del motor en la posición "I" (encendido).
2. Introduzca la llave de seguridad en la ranura situada en la parte frontal del ordenador y sujete el clip a su ropa.
3. Cuando el ordenador se inicie, mostrará
 - la versión actual del software,
 - la distancia total recorrida y el tiempo de ejercicio.

Configuración del perfil de usuario:

Para ejecutar programas controlados por frecuencia cardíaca y análisis de grasa corporal, introduzca sus datos personales:

Paso	Parámetro	Botones	Confirmación
1	Género	Pendiente / Velocidad	ENTER
2	Edad	Pendiente / Velocidad	INTRO
3	Crecimiento	Pendiente / Velocidad	ENTER
4	Peso	Pendiente / Velocidad	ENTER

Una vez finalizada la configuración, estarás listo para comenzar tu entrenamiento.

Modo de espera

- Tras 5 minutos de inactividad, el ordenador entra automáticamente en modo de espera.
- Para reactivarlo: sáquelo y vuelva a ponerlo.

Pausar y reanudar el entrenamiento

- Pulse STOP para pausar su entrenamiento.
- Pulse START para reanudar.
- Para finalizar la sesión, pulse STOP de nuevo. tecla de seguridad.

Cool Down - enfría tu cuerpo

- Pulse el botón COOL DOWN para activar el programa de relajación post-entrenamiento.
- La velocidad se reducirá gradualmente hasta cero en 2-3 minutos.

Iluminación LED

La cinta de correr dispone de tiras de LED a ambos lados de las bandas antideslizantes. El control se realiza mediante el botón LED del menú principal o los botones de inclinación/velocidad.

Modos de iluminación disponibles:

Modo	Descripción
Correr	Los LED cambian de color según la velocidad: • 0 - 6 km/h → amarillo • 6,1 - 12 km/h → verde • Más de 12 km/h → rojo
Neutro	Iluminación LED blanca fija sin cambio de color
Multicolor	El usuario puede elegir entre los siguientes colores: rojo, azul, verde, naranja, rosa, violeta
Apagado	La retroiluminación LED está completamente apagada

MODOS DE ENTRENAMIENTO

1. Programa manual

El programa manual permite un control total sobre la velocidad y el ángulo de inclinación.

Pasos de configuración:

- Seleccione el programa MANUAL y confirme con la tecla ENTER.
- Seleccione un parámetro objetivo: tiempo, distancia o calorías - confirme con ENTER
- Ajuste el valor objetivo con las teclas de inclinación/velocidad y confirme con ENTER
 - ➔ El entrenamiento comienza con la inclinación y la velocidad mínimas. ➔ Durante la sesión, puede modificar los valores con los joysticks o las teclas. ➔ Cuando se alcanza el objetivo, el entrenamiento finaliza automáticamente y se inicia el programa de enfriamiento. ➔ Pulse STOP para detener el enfriamiento.

2. Programa Baja Velocidad

Diseñado para personas mayores o principiantes - la velocidad máxima es de 4 km/h y la distancia se cuenta en metros.

Pasos de configuración:

- Seleccione el programa MANUAL y confirme con ENTER
- Seleccione y ajuste el parámetro objetivo (tiempo/distancia/calorías)
- Pulse START para iniciar el entrenamiento
 - ➔ Comienza desde cero inclinación y velocidad mínima ➔ Ajustable durante el entrenamiento con joysticks o botones ➔ El entrenamiento finaliza automáticamente cuando se alcanza el objetivo

3. 20 programas de entrenamiento automáticos

Cada programa incluye un perfil con cambio automático de velocidad e inclinación.

Pasos de configuración:

- Pulse PROGRAM, seleccione uno de los 20 programas y confirme con ENTER
- Establezca un valor objetivo: tiempo, distancia o calorías
- Configure el valor y comience su entrenamiento pulsando START
 - ➔ La velocidad y la inclinación se ajustan automáticamente ➔ La hora de finalización de la sesión se actualiza dinámicamente en función de su ritmo ➔ Cuando se alcanza el objetivo, se activa el enfriamiento ➔ Puede cancelar el enfriamiento pulsando STOP

4. Programas de usuario (USER U1-U4)

Puede crear 4 programas individuales, cada uno compuesto por 16 segmentos con su propia velocidad y pendiente.

Cree un programa:

- Seleccione U1-U4 y confirme con ENTER.
- Ajuste la duración de su entrenamiento
- Ajuste la velocidad para cada segmento y confirme
- A continuación, ajuste la inclinación de los segmentos
- Cuando haya terminado, pulse START - el programa se guardará automáticamente

Inicie el programa guardado:

- Seleccione USUARIO U1-U4
- Pulse START para iniciar el entrenamiento
 - ➔ Durante el curso puede modificar los valores ➔ El entrenamiento finaliza después del tiempo establecido ➔ El ordenador cambia automáticamente al modo de enfriamiento (Cool Down)

HRC / THR - entrenamiento basado en la frecuencia cardíaca

El entrenamiento HRC (Control de Frecuencia Cardíaca) le permite hacer ejercicio basándose en su propia frecuencia cardíaca. El ordenador ajusta automáticamente la inclinación y la velocidad para mantener un nivel de pulso establecido. Puede elegir entre tres modos:

modo	Descripción
HRC 60%	Quema grasas (esfuerzo más suave)
HRC 80%	Mejora del rendimiento y la forma física
THR (objetivo)	Nivel de BPM fijado por el usuario

Pasos para HRC 60% y 80%:

- Seleccione HRC 60 PCT o HRC 80 PCT y pulse ENTER.
- Ajuste la duración de su entrenamiento y confirme.
- El ordenador mostrará la frecuencia cardíaca objetivo calculada - pulse START para comenzar.

Pasos para THR (frecuencia cardíaca propia):

- Seleccione THR, por ejemplo THR 133, y pulse ENTER.
- Ajuste la duración y confirme.
- Seleccione el valor de la frecuencia cardíaca objetivo (por defecto 133 BPM) y confirme.
- Pulse START para iniciar el entrenamiento.

Durante la sesión, mantenga las manos en los sensores de pulso para que el ordenador pueda medir su pulso y ajustar la intensidad de su ejercicio. El entrenamiento finalizará una vez transcurrido el tiempo establecido. El programa de enfriamiento se iniciará automáticamente (puede cancelarlo pulsando STOP).

TEST DE GRASA CORPORAL

Este programa le permite estimar su contenido de grasa corporal basándose en los datos de los sensores de pulso.

Instrucciones:

- Seleccione el programa GRASA y pulse ENTER.
- Coloque ambas manos sobre los sensores de frecuencia cardíaca - se iniciará la medición.
- Después de unos segundos, el resultado aparecerá en la pantalla. La puntuación se mostrará en la ventana inferior M:

Resultado (%)	Interpretación
<19%	Bajo peso
12-25%	Peso normal
26 - 39%	Sobrepeso
≥ 30%	Obeso

TRENING - programa de tiempo y distancia

Te permite establecer un tiempo y una distancia objetivo y el ordenador calculará un tiempo previsto de finalización en función de tu ritmo actual. Pasos a seguir:

- Seleccione el programa TRENING, pulse ENTER.
- Ajuste el tiempo objetivo y confirme.
- Ajuste la distancia objetivo y confirme.
- Pulse START para iniciar su entrenamiento.

Durante el entrenamiento:

- La ventana LED superior muestra la duración de la sesión.
- La ventana de distancia muestra la distancia restante.
- El cuadro de información principal muestra el ritmo (min/km) y el tiempo final previsto.

La sesión finaliza cuando se alcanza la distancia establecida. El ordenador mostrará el resultado:

- "Ritmo superado",
- "Ritmo alcanzado",
- o "Por debajo del ritmo".

LIMPIEZA DE LA CINTA DE CORRER

El cuidado regular de la máquina prolonga considerablemente su vida útil.

Antes de limpiarla:

Desconecte siempre la cinta de correr de la red eléctrica para evitar descargas eléctricas.

Después de cada sesión de entrenamiento:

- Limpie la consola y todas las superficies con un paño suave ligeramente humedecido para eliminar el sudor y el polvo.
- No utilice detergentes ni disolventes fuertes.
- Evite el contacto del ordenador con líquidos y no exponga la unidad a la luz solar.

Facilite el mantenimiento:

- Recomendamos el uso de una alfombrilla protectora debajo de la cinta de correr para detener la suciedad arrastrada por los zapatos.
- Limpie la alfombrilla una vez por semana para evitar la acumulación de suciedad bajo la máquina.

LUBRICACIÓN DE LA CINTA DE CORRER

La cinta de correr viene lubricada de fábrica, pero es necesario realizar una inspección y un mantenimiento periódicos con el paso del tiempo.

Recomendaciones:

- Durante el primer año (o hasta 500 horas de uso) no suele ser necesaria la lubricación.
- A partir de entonces, lubrique cada 3 meses o según el grado de uso.

Cómo lubricar:

1. Desenchufe la cinta de correr.
2. Levante el lateral de la cinta de correr.
3. Aplique una fina capa de grasa de silicona sin aceite en el interior de la placa, lo más profundamente posible.
4. Si ya hay restos de grasa debajo de la correa, no es necesario lubricarla.
5. Espere 1 minuto antes de poner en marcha la cinta para que la grasa se distribuya uniformemente.

DATOS TECNICOS:

- Dimensiones de la cinta de correr: 219 x 84 x 137 cm
- Peso máximo del usuario: 180 kg
- Peso neto: 145 kg
- Cinta de correr: 56 x 157 cm

COMPATIBILIDAD CON APLICACIONES DE ENTRENAMIENTO**Kinomap**

- Entrena en rutas reales de todo el mundo con vídeos interactivos
- Compite con otros usuarios online en tiempo real
- Recibe ajustes dinámicos de velocidad e inclinación en la ruta elegida
- Aplicación disponible para Android e iOS

**iConsole+ Entrenamiento**

- Controla tu cinta de correr directamente desde tu teléfono o tableta a través de Bluetooth
- Crea tus propios programas de entrenamiento y realiza un seguimiento de tu progreso
- Utiliza los siguientes modos: manual, intervalo, HRC, grasa corporal, recuperación
- Integración con Google maps y análisis de los datos de entrenamiento

Ohutusalsed märkused

1. Lugege kasutusjuhend enne esmakordset kasutamist hoolikalt läbi ja säilitage see edaspidiseks kasutamiseks.
2. Järgige kõiki hoiatusi ja ohutusjuhiseid - sealhulgas montaažieskirju. Masinat tohib kasutada ainult ettenähtud otstarbel.
3. Teie enda ohutuse tagamiseks monteeri ja kasutage masinat vastavalt käesolevatele juhistele. Teavitage ka teisi kasutajaid masina õige kasutamise eeskirjadest.
4. Kaitske masinat laste ja loomade eest. Lapsi ei tohiks lasta seadme lähedusse ilma järelevalveta. Kokkupanek ja kasutamine on lubatud ainult täiskasvanutele.
5. Enne treeningprogrammi alustamist konsulteerige oma arstiga, eriti kui te võtate ravimeid või teil on terviseprobleeme (nt kõrge vererõhk, südame rütmihäired).
6. Jälgige treeningu ajal oma keha. Lõpetage treening kohe, kui teil tekib valu, pigistustunne rinnus, pearinglus, iiveldus, õhupuudus või ebaregulaarne pulss.
7. Asetage masin tasasele, kuivale ja puhtale pinnale, jättes masina ümber vähemalt 0,6 m ruumi.
8. Kasutage sobivaid spordiriideid ja -jalanõusid. Vältige lahtiseid riideid, mis võivad liikuvatele osadele kinni jääda.
9. Seadet ei tohi kasutada välitingimustes.
10. Kontrollige seadme seisukorda enne iga treeningut - jälgige kulumise või kahjustuste märke.
11. Kui märkate teravaid servi, lõpetage seadme kasutamine.
12. Kui esineb ebatavalisi helisid või vibratsiooni, lõpetage koheselt treening.
13. Reguleeritavad komponendid ei tohi väljaulatuvad ega takistada seadme kasutamist. Masinat tohib korraga kasutada ainult üks inimene.
14. Pidurdamine ei sõltu kiirusest - seade on varustatud sõltumatu pidurdussüsteemiga.
15. Seade ei ole ette nähtud ravi- või taastusravi eesmärgil.
16. Olge transportimisel või tõstmisel ettevaatlik, et vältida seljavigastusi. Vajaduse korral kasutage teise isiku abi.
17. Seadme disaini muutmise ise on keelatud. Probleemide korral pöörduge volitatud teeninduskeskuse poole.
18. Seadme soovitatav töötemperatuurivahemik on 15-25°C.
19. Maksimaalne lubatud kasutajakaal: 180 kg.
20. Seade kuulub klassi SB vastavalt standardile EN ISO 20957-1 ja on ette nähtud koduseks ja poolkaubanduslikuks kasutamiseks.

ÜHENDAMINE:

Sammaste paigaldamine ja kaablite ühendamine.

Enne parempoolse samba (3) kokkupanekut:

- Ühendage juhe (119) juhtmega (118).
- Ühendage juhe (122) juhtmega (121).

Seejärel kinnitage sambad (3) ja (2) kõnnitee põhiraami külge, kasutades selleks kuuskantkruvisid (10) - nagu joonisel näidatud.

MÄRKUS: Ärge pingutage kruvisid selles etapis üle, et hõlbustada edasist kokkupanekut.

Samm 2 - Kandurite ja juhtmestiku ühenduste paigaldamine

Soovitav on teise isiku abi.

- Ühendage järgmised juhtmed:
 - (118) koos (117)
 - (121) koos (120)
- Kinnitage käepidemed (4) jooksulindi samba külge, jälgides, et juhtmed käepideme ja samba vahele ei jääks.
- Kui need on korralikult paigaldatud, pingutage kruvid (91). Selles etapis võite neid nüüd lõplikult kinni tõmmata.

3. samm - arvuti paigaldamine

Jällegi on teise inimese abi kasulik.

- Ühendage kõik juhtmed vastavalt lisatud joonisele.
- Asetage arvuti (84) kolmele klambrile ja kinnitage see kuuskantkruvidega (92).

Samm 4 - Pingutage konstruktsiooni ja paigaldage katted.

- Pingutage tugevalt kõiki sammus 1 kinnitatud kruvisid (10).
- Paigaldage külgsammaste katted vastavalt joonisele "b".
- Lükake katted lõplikku asendisse, nagu on näidatud joonisel "c".
- Kinnitage need kruvid (11).

Tarne

Enne treeningu alustamist veenduge, et peamine toitelüliti (asub mootori kaane tagaküljel) on seatud asendisse ON. Samuti kontrollige, et toitejuhe on korralikult ühendatud maandatud pistikupessa.



Turvavõti

Jooksuratta nõuetekohaseks toimimiseks peab turvavõti olema pistikupesas. Võtme eemaldamine treeningu ajal peatab masina automaatselt. Ilma võtmeta jääb jooksulint väljalülitatud režiimi.

1. Turvavõti
2. Klamber



Jooksuratta tasandamine

Stabiilse töö tagamiseks saab jooksurada tasandada jooksulaua tagaosas asuvate reguleeritavate jalgade abil. Masin on soovitatav asetada tasasele, kõvale pinnale.



Jooksurihma reguleerimine

Jooksurihma regulaarne hooldamine on selle pikaajalise ja nõuetekohase töö tagamiseks hädavajalik.

Kontrollimise sagedus:

- Iga 1-2 kuu tagant või
- Pärast iga 50 kasutustunni järel - ka siis, kui jooksulint ei ole pikka aega kasutatud.

Rihma määrimine:

- Ühendage jooksulint vooluvõrgust lahti.
- Lõdvendage pingutuskruvid tagumise rulliku mõlemal küljel.
- Kandke silikoonrasva rihma all olevale jooksuplaadile.
- Kui olete lõpetanud - pingutage kruvisid.

Rihma joondamise korrigeerimine:

Esimestel kasutusaegadel võib rihm veidi venida ja külgsuunas liikuda. Selle parandamiseks (pilt 2):

1. Lülitage jooksulint sisse ja seadke kiirus 3-5 km/h.
2. Kontrollige rihma tsentreerimist - kui:
 - põgeneb vasakule → pingutage veidi vasakpoolset kruvi (päripäeva),
 - põgeneb paremale → pingutage parempoolset kruvi.
3. Kui rihm on liiga pingul, lõdvendage mõlemat kruvi vastupidises suunas.
4. Veenduge, et rihm ei oleks laineline ega liiga pingul.
 1. Suurendage rihma pinget
 2. Vähendage rihma pinget



Nr.	Kirjeldus	Kogus	Nr.	Kirjeldus	Kogus
1	Põhiraam	1	71	Nailonseib D21*D37*3T	4
2	Vasakpoolne sammas	1	72	Lame alusrõngas D25xD8.5x2T	4
3	Parempoolne sammas	1	73	Löögisummuti	2
4	Konsolid	1	74	Impulssanduri plaat	2
5	Põikisammaste tugi	1	75	M8*1,25*45L kruvi M8*1,25*45L	2
6	Ballast	1	76	Alleni kruvi M8*1.25*40L	1
7	Arvutiklamber (2)	3	77	Impulsi mõõtmise andur	4
8L	Vasakpoolne alumine kolonni kate	1	78	Alumine impulssanduri plaat	2
8R	Paremal asuva alumise veeru kate	1	79	Kruvi ST4x1.41x15L	2
9L	Vasakpoolne mootori kate	1	80	Käepide	1
9R	Mootori paremal pool olev kate	1	81	Kruvi M5*0,8*10L	9
10	Keermestatud kruvi M10*1,5*65L	6	82	Alumine arvutikate	1
11	Phillips-kruvi M5*0,8*15L	7	83	Arvuti külgate	1
12	Sisemine kuuskantpolt tüüp CSK M8*1.25*35L	8	84	Arvuti	1
13	Jooksuratta plaat	1	85L	Vasakpoolne joystick jooksulintide reguleerimiseks	1
14	Hajuti	2	86R	Parempoolne joystick jooksuratta reguleerimiseks	1
15	LED-riba	2	86L	Kleebis joysticki all (vasakul)	1
16	LED-riba kaabel	2	86R	Kleebis joysticki all (paremal)	1
17	Jooksev rihm	1	87	Kruvi ST4*1.41*12L	6
18	Libisemiskindlad ribad (2)	2	88	Käepideme pesa	2
19	Libisemiskindlad ribad (3)	2	89	Tahvelarvuti hoidja	1
20	Astmelaua kaitsekate	2	90L	Vasaku käepideme kaabel	1
21	Jalutuslaua kate	2	90R	Parempoolse käepideme kaabel	1
22	Libisemiskindel teip	2	91	M10*1,5*20L kruvi M10*1,5*20L	4
23	Phillips-kruvi ST4.2*15L	62	92	Kinnitusruvi M6*1*15L	7
24	Metallklamber	8	93	Impulssanduri kaabel	2
25	Löögisummuti (4)	2	94	Löögisummuti(2)	2
26	Löögisummuti (3)	2	95	Turvavõti pesa	1
27	Lame alusrõngas D16*D8,5*1,2T	6	96	Turvavõti	1
28	Nailonmutter M8*1,25*8T	6	97	Turvavõti klamber	1
29	Keermestatud kruvi M8*1,25*20L	8	98	Hädaseiskamiskaabel	1
30	Tagumine rull	1	99	Kaitseplaat	2
31	M10*1,5*80L kruvi M10*1,5*80L	3	100	Sisemine turvavõti pistikupesa	2
32	Tagumine kate	1	101	Kruvi ST4.2*25L	7
33	Löögisummuti (1)	2	102	Turvaklapi plaat	1
34	Tasandusjalad	2	103	Ülemine haardekate	1
35	Eesmine rull	1	104	Alumine käepideme kate	1
36	M10*1,5*45L kruvi M10*1,5*45L,	1	105L	Külkäepideme kate (vasakpoolne)	1
37	Rihm	1	105R	Külkäepideme kate (paremal)	1
38	AC3.0HP mootor	1	106L	Sisemine külgate (vasakpoolne)	1
39	Nailonmutter M10*1,5*10T	6	106R	Sisemine külgate (paremal)	1
40	Lame alusrõngas D20*D11*2T	12	107L	Käepideme kork (vasakpoolne)	1
41	M10*1,5*30L kruvi M10*1,5*30L	4	107R	Käepideme peakate (paremal)	1
42	Isoleeriv vahekaaslane (1)	5	108	Kruvi M5*0,8*15L	4
43	Lame alusrõngas D28*D14*2T	4	109	Lame alusrõngas D15*D5.2*1.0T	4
44	Puskur	4	110	Maanduskaabel	1
45	Kinnitusplaat	3	111	Maanduskaabel (2)	1
46	Reguleerimisrull	2	112	Kaabel 1	1
47	Mootori plaat	7	113	Kaabel 2	2
48	Kaabliside	2	114	Kaabel 1	1
49	Kruvi ST4*1.41*15L	2	115	Kaabel 2	2
50	Kuuskantpolt M8*1,25*60L	1	116	Magnetiline silmus	1
51	Mootori ülemine kate	1	117	Ülemine LED-kaabel	1
52	ID-silt	1	118	LED-keskkaabel	1
53	Pistikupesa	1	119	LED-i alumine kaabel	1
54	Phillips-kruvi ST2.9x9.5L	10	120	Ülemine arvutikaabel	1
55	Toiteplaat	1	121	Keskarvuti kaabel	1
56	Toitelüliti	1	122	Alumine arvutikaabel	1
57	Paiser	2	123	Inverter	1
58	Kaitsmed	1	124	Filter	1
59	Lame alusrõngas D12*D5.2*0.8T	2	125	Induktor	1
60	Nailonmutter M5*0,8*5T	2	126	Toitekaabel	1
61	Mootori kate	1	127	LED-juhtimisplaat	1
62	M10*1,5*50L kruvi M10*1,5*50L	1	128	PC distantkork	4
63	Plastikust lame alusrõngas D10*D24*0,4T	4	129	Sisepöördvõtme M6	1
64	Kaldenurga reguleerimine	1	130	Keermestatud võti M8*120L	1
65	Keermestatud kruvi M10*1,5*65L	1	131	Sisekuuskantvõti M4*68L	1
66	Rull	2	133	Kruvi ST4*1.41*10L	4
67	Kinnitusruvi M8*1.25*20L	2	134	Mutter M8*1.25*6T	1
68	Lame alusrõngas D21*D8,5*1,5T	2	135	Vahepealne D11,5*D8*3,5T	2
69	Kork	4	136	Lame alusrõngas D12*D4.3*1T	7
70	Telg	2			

Seadme hooldus:

- Puhastage teras- ja plastosad leebete puhastusvahenditega.
- Veenduge, et kõik osad oleksid enne iga kasutamist täiesti kuivad.
- Soovitav on kontrollida kõiki kruvisid ja poldid iga 6 nädala tagant.
 - Kasutage nende pingutamiseks ainult kaasasolevaid mutrivõtmeid.
- Jooksurada tohib kasutada ainult siseruumides ja kuivas kohas.

Juhtpaneel ja arvuti:

Seadet juhitakse puutetundliku juhtpaneeli kaudu.

- Kui jooksulint on sisse lülitatud, süttib paneel automaatselt ja ekraanil kuvatakse kõik praegused treeningu seaded.
- Paneeli abil saab kasutaja liikuda menüüdes ja seadistada treeningprogramme vastavalt oma eelistustele.

Funktsionaalsete nuppude kirjeldus:

- Kaldenurga reguleerimise nupp - kui seda vajutada, seab arvuti automaatselt soovitud kalletaseme.
- Kiiruse ja kaldenurga indikaatorid - seadete muutmisel hakkab vastav indikaator vilkuma, et näidata, et parameetrit reguleeritakse aktiivselt.
- Kiiruse kiiruse reguleerimise nupp - võimaldab määratud kiiruse koheselt seadistada, kui osutatud klahvi vajutatakse.

FUNKTSIONAALSED NUPUD

Nupp / element	Funktsioon
COOL DOWN	Käivitab jahutusprogrammi treeningu lõpus
INCLINE	Kasutatakse jooksuratta kaldenurga muutmiseks treeningu ajal ja menüüs navigeerimiseks.
PROGRAMM	Liigub otse menüü treeningprogrammi ossa
START	Alustab või taaskäivitab treeningseansi
STOP	Peatab või peatab treeningu; arvuti lähtestamiseks hoidke seda kaks sekundit all.
ENTER	Kinnitab valitud valiku või programmi alguse.
SPEED	Võimaldab treeningu ajal kiirust muuta ja menüüs navigeerida.
LED MODE	Võimaldab menüüst või treeningust LED-riba valgustusrežiimi vahetada
Joystickid	Kiiruse ja kallakute kiire reguleerimine: tõmbamine suurendab, tõukamine vähendab.

EKRAANIL KUVATAV TEAVE

Parameeter	Kirjeldus
INCLINE	Jooksuraja praegune kalletase
DISTANCE	Läbitud vahemaa või järelejäänud vahemaa
AEG	Sessiooni kestus või järelejäänud aeg
PULSS	Teie praegune südame löögisagedus (BMP)
KALORID	Hinnanguline põletatud kaloreite arv
8 x 16	Kiirust ja kaldenurka näitav põhinäidik
Alumine aken	Infoväli - kuvab süsteemi teateid ja teateid

Seadme esmakordne kasutamine

1. Seadke mootori kaane tagaküljel olev lüliti ON/OFF asendisse "I" (sisse).
2. Sisestage turvavõti arvuti esiküljel olevasse pessa ja kinnitage klamber riide külge.
3. Kui arvuti käivitub, kuvatakse ekraanil:
 - praegune tarkvaraversioon,
 - läbitud kogudistantsi ja treeninguaega.

Kasutaja profiili seadistamine:

Südame löögisageduse kontrollitud programmide ja keharasva analüüsi käivitamiseks sisestage oma isiklikud andmed:

Samm .	Parameeter	Nupud	Kinnitus
1	Sugu	Kalda / kiirus	ENTER
2	Vanus	Kalda / kiirus	ENTER
3	Kasv	Kalle / kiirus	ENTER
4	Kaal	Kalle / kiirus	ENTER

Kui seadistamine on lõpetatud, olete valmis alustama treeningut.

Ooterežiim

- Pärast 5-minutist tegevusetust lülitub arvuti automaatselt ooterežiimi.
- Taasaktiveerimiseks: võtke see välja ja pange tagasi.

Treeningu peatamine ja jätkamine

- Treeningu peatamiseks vajutage STOP.
- Jätkamiseks vajutage START.
- Treeningu lõpetamiseks vajutage uuesti STOP. turvaklahvi.

Cool Down - jahutage oma keha

- Vajutage nuppu COOL DOWN, et aktiveerida treeningujärgne rahustamisprogramm.
- Kiirus väheneb 2-3 minuti jooksul järk-järgult nullini.

LED-valgustus

Jooksurajal on mõlemal pool libisemisvastaseid ribasid LED-ribad. Juhtimine toimub peamenüüs oleva LED-nupu või kallakute/kiiruse nuppude kaudu.

Saadaval on valgustusrežiimid:

Režiim	Kirjeldus
Jooksmine	LED-id muudavad värvi vastavalt kiirusele: • 0 - 6 km/h → kollane • 6,1 - 12 km/h → roheline • üle 12 km/h → punane
Neutraalne	Fikseeritud valge LED-valgustus ilma värvimuutusega
Mitmevärviline	Kasutaja saab valida järgmiste värvide vahel: punane, sinine, roheline, oranž, roosa, violetne.
Väljas	LED taustavalgustus on täielikult välja lülitatud

KOOLITUSREŽIIMID**1. Manuaalne programm**

Manuaalprogramm võimaldab täielikku kontrolli kiiruse ja kaldenurga üle.

Seadistamise sammud:

- Valige MANUAALNE programm ja kinnitage ENTER-klahviga.
- Valige sihtparameeter: aeg, distantis või kalorid - kinnitage ENTER-klahviga.
- Seadistage sihtväärtus, kasutades kalle/kiiruse klahve ja kinnitage ENTERiga.
 ➔ Treening algab minimaalse tõusu ja kiirusega. ➔ Treeningu ajal saate muuta väärtusi joystickide või klahvide abil. ➔ Kui eesmärk on saavutatud, lõpeb treening automaatselt ja algab programm Cool Down. ➔ Jahutusprogrammi lõpetamiseks vajutage STOP.

2. Madala kiiruse programm

Mõeldud eakatele või algajatele - maksimaalne kiirus on 4 km/h ja distantsi arvestatakse meetrites.

Seadistamise sammud:

- Valige MANUAL programm, seejärel kinnitage ENTERiga
- Valige ja seadistage sihtparameeter (aeg/kaugus/kalorid).
- Trenni alustamiseks vajutage START
 ➔ Algab nullist kallak ja minimaalne kiirus ➔ Reguleeritav treeningu ajal joystickide või nuppude abil ➔ Treening lõpeb automaatselt, kui eesmärk on saavutatud

3. 20 automaatset treeningprogrammi

Iga programm sisaldab profiili automaatselt muutuva kiiruse ja kallakuga.

Seadistamise sammud:

- Vajutage PROGRAM, valige üks 20 programmist ja kinnitage ENTERiga
- Seadistage sihtväärtus: aeg, distantis või kalorid
- Konfigureerige väärtus ja alustage treeningut, vajutades START
 ➔ Kiirus ja kalle reguleeritakse automaatselt ➔ Treeningu lõpuaeg uuendatakse dünaamiliselt vastavalt teie tempole ➔ Kui eesmärk on saavutatud, aktiveerub jahutus ➔ Jahutuse saab katkestada, vajutades STOP

4. Kasutajaprogrammid (USER U1-U4)

Saate luua 4 individuaalset programmi, millest igaüks koosneb 16 segmendist, millel on oma kiirus ja gradient.

Looge programm:

- Valige U1-U4 ja kinnitage ENTERiga.
- Seadistage treeningu kestus
- Määrake iga segmendi kiirus ja kinnitage
- Seejärel määrake segmentide kalle
- Kui olete lõpetanud, vajutage START - programm salvestub automaatselt.

Käivitage salvestatud programm:

- Valige USER U1-U4
- Treeningu alustamiseks vajutage START
 ➔ Treeningu ajal saate muuta väärtusi ➔ Treening lõpeb pärast määratud aja möödumist ➔ Arvuti lülitub automaatselt jahutusrežiimile

HRC / THR - südame löögisagedusel põhinev treening

HRC (Heart Rate Control) treening võimaldab teil treenida oma südame löögisageduse järgi. Arvuti reguleerib automaatselt kallakut ja kiirust, et säilitada määratud pulsitaset. Valida saab kolme režiimi vahel:

režiim	Kirjeldus
HRC 60%	Rasvapõletus (kergem pingutus)
HRC 80%	Parem jõudlus ja sobivus
THR (eesmärk)	Kasutaja poolt määratud BPM tase

Sammud HRC 60% ja 80%:

- Valige HRC 60 PCT või HRC 80 PCT ja vajutage ENTER.
- Määrake treeningu kestus ja kinnitage.
- Arvuti kuvab arvutatud südame löögisageduse sihtväärtuse - vajutage alustamiseks START.

Sammud THR (enda südame löögisageduse) jaoks:

- Valige THR, nt THR 133, ja vajutage ENTER.
- Määrake kestus ja kinnitage.
- Valige südame löögisageduse sihtväärtus (vaikimisi 133 BPM) ja kinnitage.
- Trenni alustamiseks vajutage START.
 Hoidke treeningu ajal käed pulssanduritel, et arvuti saaks mõõta teie pulssi ja reguleerida treeningu intensiivsust. Treening lõpeb pärast määratud aja möödumist. Programm Cool Down käivitub automaatselt (saate selle katkestada, vajutades STOP).

KODU RASVATEST

See programm võimaldab teil hinnata oma keha rasvasisaldust pulssandurite andmete põhjal. Juhised:

- Valige programm FAT ja vajutage ENTER.
- Asetage mõlemad käed südame löögisageduse anduritele - mõõtmine algab.
- Mõne sekundi pärast ilmub ekraanile tulemus. Tulemus kuvatakse alumises M-aknas:

Tulemus (%)	Tõlgendus
<19%	Alakaal:
12-25%	Normaalne kaal
26 - 39%	Ülekaalulised
≥ 30%	Rasvunud

TRENING - aja- ja distantsiprogramm

Võimaldab teil seada eesmärgiks oleva aja ja distantsi ning arvuti arvutab teie praeguse tempo põhjal eeldatava lõpuaja. Sammud:

- Valige programm TRENING, vajutage ENTER.
- Seadistage soovitud aeg ja kinnitage.
- Seadke sihtdistant ja kinnitage.
- Vajutage START, et alustada treeningut.

Treeningu ajal:

- Ülemine LED-aken näitab treeningu kestust.
- Distantiaken näitab järelejäanud distantsti.
- Peamine infokast näitab tempot (min/km) ja eeldatavat finišiaega.

Seanss lõpeb, kui määratud distantis on saavutatud. Arvuti näitab tulemust:

- "Üle tempo",
- "Tempo saavutatud".
- või "Alla tempo".

JOOKSULINT PUHAHAMINE:

Regulaarne hooldamine pikendab oluliselt masina kasutusiga.

Enne puhastamist:

Elektrilöögi vältimiseks lülitage jooksulint alati vooluvõrgust välja.

Pärast iga treeningut:

- Puhastage konsool ja kõik pinnad pehme, kergelt niiske lapiga, et eemaldada higi ja tolm.
- Ärge kasutage tugevaid puhastusvahendeid ega lahusteid.
- Vältige vedelike kokkupuudet arvutiga ja ärge pange seadet päikesevalguse kätte.

Lihtsustage hooldust:

- Soovitame kasutada jalutusmati all kaitsematti, et takistada jalatsite poolt kantud mustuse liikumist.
- Puhastage matt kord nädalas, et vältida mustuse kogunemist masina alla.

JOOKSURIHMA MÄÄRIMINE:

Jooksurada on tehases määritud, kuid aja jooksul on vajalik regulaarne kontroll ja hooldus.

Soovitused:

- Esimese aasta jooksul (või kuni 500 kasutustunni jooksul) ei ole määrimine tavaliselt vajalik.
- Seejärel määrige iga 3 kuu tagant või vastavalt kasutusastmele.

Kuidas määrada:

1. Ühendage jooksulint lahti.
2. Tõstke jooksurihma külge.
3. Kandke plaadi siseküljele õhuke kiht õlivaba silikoonrasva - nii sügavale kui võimalik.
4. Kui rihma all on juba jäljed määrdeainest - määrimine ei ole vajalik.
5. Oodake 1 minut enne jooksuratta käivitamist, et rasv jaotuks ühtlaselt.

TEHNILISED ANDMED:

- Jooksuratta mõõtmed: 219 x 84 x 137 cm
- Maksimaalne kasutajakaal: 180 kg
- Netokaal: 145 kg
- Jooksuriba vöö: 56 x 157 cm

ÜHILDUVUS TREENINGRAKENDUSTEGA**Kinomap**

- Treenige interaktiivsete videote abil tõelistel radadel üle kogu maailma
- Võistlege teiste kasutajatega internetis reaalajas
- Saate valitud marsruudile dünaamilise kiiruse ja kallakute kohandamise
- Rakendus on saadaval Androidile ja iOSile

**iConsole+ koostitus**

- Juhtige oma jooksulint otse oma telefonist või tahvelarvutist Bluetoothi kaudu.
- Looge oma treeningprogramme ja jälgige oma edusamme
- Kasutage järgmisi režiime: manuaalne, intervall, HRC, keharasv, taastumine
- Integratsioon Google'i kaartidega ja treeninguandmete analüüs

Notes de sécurité

1. Lisez attentivement le mode d'emploi avant la première utilisation et conservez-le pour référence ultérieure.
2. Respectez tous les avertissements et toutes les consignes de sécurité, y compris les règles d'assemblage. La machine ne doit être utilisée que pour l'usage auquel elle est destinée.
3. Pour votre propre sécurité, assemblez et utilisez la machine conformément à ces instructions. Informez également les autres utilisateurs des règles d'utilisation correcte de la machine.
4. Protégez la machine des enfants et des animaux. Les enfants ne doivent pas être autorisés à s'approcher de l'appareil sans surveillance. Le montage et l'utilisation sont réservés aux adultes.
5. Consultez votre médecin avant de commencer un programme d'exercices, en particulier si vous prenez des médicaments ou si vous avez des problèmes de santé (par exemple, hypertension artérielle, troubles du rythme cardiaque).
6. Observez votre corps pendant l'exercice. Arrêtez immédiatement votre entraînement si vous ressentez des douleurs, une oppression thoracique, des vertiges, des nausées, un essoufflement ou un pouls irrégulier.
7. Placez la machine sur une surface plane, sèche et propre, en gardant un espace minimum de 0,6 m autour de la machine.
8. Utilisez des vêtements et des chaussures de sport appropriés. Évitez les vêtements amples qui pourraient s'accrocher aux pièces mobiles.
9. L'appareil ne doit pas être utilisé à l'extérieur.
10. Vérifiez l'état de l'appareil avant chaque séance d'entraînement - recherchez les signes d'usure ou de détérioration.
11. Si vous remarquez des arêtes vives, cessez d'utiliser l'appareil.
12. En cas de bruits ou de vibrations inhabituels, arrêtez immédiatement l'entraînement.
13. Les éléments réglables ne doivent pas dépasser ni gêner l'utilisation de l'appareil. La machine ne peut être utilisée que par une seule personne à la fois.
14. Le freinage ne dépend pas de la vitesse - l'appareil est équipé d'un système d'arrêt indépendant.
15. L'appareil n'est pas destiné à des fins thérapeutiques ou de rééducation.
16. Soyez prudent lorsque vous transportez ou soulevez l'appareil afin d'éviter les blessures au dos. Si nécessaire, faites-vous aider par une deuxième personne.
17. Il est interdit de modifier soi-même la conception de l'appareil. En cas de problème, contactez un centre de service agréé.
18. La plage de température de fonctionnement recommandée pour l'appareil est de 15 à 25°C.
19. Poids maximal autorisé de l'utilisateur : 180 kg.
20. L'appareil est de classe SB conformément à la norme EN ISO 20957-1 et est destiné à un usage domestique et semi-commercial.

MONTAGE :**Étape 1 - Montage des colonnes et raccordement des câbles**

Avant de monter la colonne de droite (3) :

- Connecter le fil (119) avec le fil (118)
- Connecter le fil (122) avec le fil (121)

Fixer ensuite les colonnes (3) et (2) au cadre principal du tapis roulant à l'aide des vis à tête cylindrique (10) - comme indiqué sur l'illustration.

REMARQUE : Ne pas trop serrer les vis à ce stade pour faciliter l'assemblage ultérieur.

Étape 2 - Montage des supports et connexions électriques

L'aide d'une deuxième personne est recommandée.

- Connectez les fils suivants :
 - o (118) avec (117)
 - o (121) avec (120)
- Fixer les poignées (4) à la colonne du tapis roulant en veillant à ne pas pincer les fils entre la poignée et la colonne.
- Une fois qu'elles sont bien en place, serrez les vis (91). A ce stade, vous pouvez maintenant les serrer définitivement.

Étape 3 - Montage de l'ordinateur

Là encore, l'aide d'une deuxième personne sera utile.

- Connectez tous les fils conformément au schéma ci-joint.
- Placez l'ordinateur (84) sur les trois supports et fixez-le à l'aide des vis à tête cylindrique (92).

Étape 4 - Serrez la structure et installez les couvercles.

- Serrez fermement toutes les vis (10) fixées à l'étape 1.
- Appliquez les couvercles des colonnes latérales en suivant l'illustration "b".
- Faites glisser les couvercles vers le bas jusqu'à leur position finale, comme indiqué sur l'illustration "c".
- Fixez-les avec les vis (11).

Fourniture

Assurez-vous que l'interrupteur principal (situé à l'arrière du capot du moteur) est en position de marche avant de commencer l'exercice. Vérifiez également que le cordon d'alimentation est correctement branché sur une prise de terre.

**Clé de sécurité**

Pour que le tapis roulant fonctionne correctement, la clé de sécurité doit être dans la prise. Si vous retirez la clé pendant une séance d'entraînement, l'appareil s'arrête automatiquement. Sans la clé, le tapis roulant reste en mode OFF.

1. Clé de sécurité
2. Clip

**Mise à niveau du tapis de course**

Pour assurer un fonctionnement stable, le tapis de course peut être mis à niveau à l'aide des pieds réglables situés sous l'arrière du marchepied. Il est recommandé de placer l'appareil sur une surface plane et dure.

**Réglage de la bande de roulement**

L'entretien régulier de la bande de roulement est essentiel à sa longévité et à son bon fonctionnement.

Fréquence d'inspection :

- Tous les 1 à 2 mois ou
- Toutes les 50 heures d'utilisation - même si le tapis de course n'a pas été utilisé pendant une longue période.

Lubrification de la bande :

- Débranchez le tapis roulant de l'alimentation électrique.
- Desserrer les vis de tension des deux côtés du rouleau arrière.
- Appliquer de la graisse silicone sur la plaque de roulement sous la courroie.
- Lorsque vous avez terminé, resserrez les vis.

Correction de l'alignement de la courroie :

Au cours des premiers jours d'utilisation, la courroie peut s'étirer légèrement et se déplacer latéralement. Pour corriger cela (image 2) :

1. Mettez le tapis roulant en marche et réglez une vitesse de 3 à 5 km/h.
2. Vérifiez le centrage de la courroie - si :
 - s'échappe vers la gauche → serrer légèrement la vis de gauche (dans le sens des aiguilles d'une montre),
 - s'échappe vers la droite → serrer la vis de droite.
3. Si la courroie est trop tendue, desserrez les deux vis dans le sens inverse.
4. Assurez-vous que la courroie n'est ni ondulée ni excessivement tendue.
 1. Augmenter la tension de la courroie
 2. Réduire la tension de la courroie



Non.	Description	Quantité	Non.	Description	Nombre de pièces
1	Cadre principal	1	71	Rondelle en nylon D21*D37*3T	4
2	Colonne gauche	1	72	Rondelle plate D25xD8.5x2T	4
3	Colonne droite	1	73	Amortisseur	2
4	Supports	1	74	Carte de capteur d'impulsions	2
5	Support de colonne transversale	1	75	Vis à tête cylindrique M8*1,25*45L	2
6	Ballast	1	76	Vis à tête cylindrique M8*1,25*40L	1
7	Support d'ordinateur (2)	3	77	Capteur de mesure du pouls	4
8L	Couvercle inférieur gauche de la colonne	1	78	Plaque inférieure du capteur d'impulsion	2
8R	Couvercle inférieur droit de la colonne	1	79	Vis ST4x1,41x15L	2
9L	Couvercle du moteur côté gauche	1	80	Poignée	1
9R	Couvercle du moteur côté droit	1	81	Vis M5*0,8*10L	9
10	Vis à tête cylindrique M10*1,5*65L	6	82	Couvercle inférieur de l'ordinateur	1
11	Vis cruciforme M5*0,8*15L	7	83	Couvercle latéral de l'ordinateur	1
12	Boulon hexagonal interne type CSK M8*1,25*35L	8	84	Ordinateur	1
13	Plaque de tapis roulant	1	85L	Manette gauche pour le réglage du tapis roulant	1
14	Diffuseur	2	86R	Joystick droit pour le réglage du tapis roulant	1
15	Bande LED	2	86L	Autocollant sous le joystick (gauche)	1
16	Câble de la bande LED	2	86R	Autocollant sous le joystick (droit)	1
17	Courroie de transmission	1	87	Vis ST4*1.41*12L	6
18	Bandes antidérapantes (2)	2	88	Douille de poignée	2
19	Bandes antidérapantes (3)	2	89	Porte-tablette	1
20	Protecteur de plaque de marche	2	90L	Câble de poignée gauche	1
21	Couvercle de marchepied	2	90R	Câble de poignée droite	1
22	Bande antidérapante	2	91	Vis à tête cylindrique M10*1,5*20L	4
23	Vis Phillips ST4.2*15L	62	92	Vis à tête cylindrique M6*1*15L	7
24	Clip métallique	8	93	Câble du capteur d'impulsions	2
25	Amortisseur (4)	2	94	Amortisseur (2)	2
26	Amortisseur (3)	2	95	Douille de la clé de sécurité	1
27	Rondelle plate D16*D8.5*1.2T	6	96	Clé de sécurité	1
28	Écrou en nylon M8*1,25*8T	6	97	Clip pour clé de sécurité	1
29	Vis à tête cylindrique M8*1,25*20L	8	98	Câble d'arrêt d'urgence	1
30	Rouleau arrière	1	99	Plaque de protection	2
31	Vis à tête cylindrique M10*1,5*80L	3	100	Douille interne de la clé de sécurité	2
32	Couvercle arrière	1	101	Vis ST4.2*25L	7
33	Amortisseur (1)	2	102	Plaque de la clé de sécurité	1
34	Pieds de nivellement	2	103	Couvercle de la poignée supérieure	1
35	Rouleau avant	1	104	Couvercle de la poignée inférieure	1
36	Vis à tête cylindrique M10*1,5*45L	1	105L	Couvercle de la poignée latérale (gauche)	1
37	Ceinture	1	105R	Couvercle de la poignée latérale (droite)	1
38	Moteur AC3.0HP	1	106L	Couvercle latéral intérieur (gauche)	1
39	Écrou en nylon M10*1,5*10T	6	106R	Couvercle latéral intérieur (droit)	1
40	Rondelle plate D20*D11*2T	12	107L	Capuchon de poignée (gauche)	1
41	Vis à tête cylindrique M10*1,5*30L	4	107R	Couvercle principal de la poignée (droite)	1
42	Entretoise isolante (1)	5	108	Vis M5*0,8*15L	4
43	Rondelle plate D28*D14*2T	4	109	Rondelle plate D15*D5.2*1.0T	4
44	Pare-chocs	4	110	Câble de mise à la terre	1
45	Plaque de montage	3	111	Câble de mise à la terre (2)	1
46	Rouleau de réglage	2	112	Câble 1	1
47	Plaque moteur	7	113	Câble 2	2
48	Attache de câble	2	114	Câble 1	1
49	Vis cruciforme ST4*1,41*15L	2	115	Câble 2	2
50	Boulon hexagonal M8*1,25*60L	1	116	Boucle magnétique	1
51	Couvercle supérieur du moteur	1	117	Câble supérieur de la LED	1
52	Étiquette d'identification	1	118	Câble central LED	1
53	Socle	1	119	Câble inférieur de la LED	1
54	Vis Phillips ST2.9x9.5L	10	120	Câble supérieur de l'ordinateur	1
55	Carte d'alimentation	1	121	Câble de l'ordinateur central	1
56	Interrupteur d'alimentation	1	122	Câble inférieur de l'ordinateur	1
57	Pare-chocs	2	123	Inverseur	1
58	Fusible	1	124	Filtre	1
59	Rondelle plate D12*D5.2*0.8T	2	125	Inducteur	1
60	Écrou en nylon M5*0,8*5T	2	126	Câble d'alimentation	1
61	Couvercle du moteur	1	127	Carte de contrôle LED	1
62	Vis à tête cylindrique M10*1,5*50L	1	128	Entretoise PC	4
63	Rondelle plate en plastique D10*D24*0,4T	4	129	Clé Allen M6	1
64	Réglage de l'angle d'inclinaison	1	130	Clé Allen M8*120L	1
65	Vis à tête cylindrique M10*1,5*65L	1	131	Clé Allen M4*68L	1
66	Rouleau	2	133	Vis Phillips ST4*1.41*10L	4
67	Vis à tête cylindrique M8*1,25*20L	2	134	Ecrou M8*1.25*6T	1
68	Rondelle plate D21*D8.5*1.5T	2	135	Entretoise D11.5*D8*3.5T	2
69	Capuchon	4	136	Rondelle plate D12*D4.3*1T	7
70	Axe	2			

Entretien de l'appareil :

- Nettoyez les pièces en acier et en plastique à l'aide de produits de nettoyage doux.
- Assurez-vous que toutes les pièces sont complètement sèches avant chaque utilisation.
- Il est recommandé d'inspecter toutes les vis et tous les boulons toutes les 6 semaines.
 - N'utilisez que les clés fournies pour les serrer.
- Le tapis roulant ne doit être utilisé qu'à l'intérieur et au sec.

Panneau de commande et ordinateur :

L'appareil est contrôlé par un panneau de commande à écran tactile.

- Lorsque le tapis de course est mis en marche, le panneau s'allume automatiquement et l'écran affiche tous les paramètres d'entraînement en cours.
- Le panneau permet à l'utilisateur de naviguer dans les menus et de configurer les programmes d'entraînement en fonction de ses préférences.

Description des boutons fonctionnels :

- Bouton de réglage de l'angle d'inclinaison - lorsqu'il est enfoncé, l'ordinateur règle automatiquement le niveau d'inclinaison souhaité.
- Indicateurs de vitesse et d'angle d'inclinaison - lors de la modification des paramètres, l'indicateur correspondant commence à clignoter pour indiquer que le paramètre est en cours d'ajustement.
- Bouton de réglage rapide de la vitesse - permet de régler instantanément une vitesse spécifique lorsque l'on appuie sur la touche indiquée.

BOUTONS FONCTIONNELS

Bouton / Élément	Fonction
COOL DOWN	Lance le programme de refroidissement à la fin de l'exercice.
INCLINE	Permet de modifier l'angle d'inclinaison du tapis roulant pendant l'entraînement et de naviguer dans le menu.
PROGRAMME	Permet d'accéder directement à la section du menu consacrée au programme d'entraînement.
START	Démarre ou redémarre la séance d'entraînement
STOP	Arrête ou met en pause la formation ; maintenir la touche enfoncée pendant deux secondes pour réinitialiser l'ordinateur.
ENTER	Confirme l'option sélectionnée ou le début du programme.
SPEED	Permet de modifier la vitesse pendant l'entraînement et de naviguer dans le menu.
MODE LED	Permet de changer le mode d'éclairage de la barre LED à partir du menu ou de la séance d'entraînement.
Manettes	Permet de régler rapidement la vitesse et l'inclinaison : tirer pour augmenter, pousser pour diminuer.

INFORMATIONS AFFICHÉES SUR L'ÉCRAN

Paramètre	Description
INCLINE	Niveau d'inclinaison actuel du tapis roulant.
DISTANCE	Distance parcourue ou distance restante
DURÉE	Durée ou temps restant de la session
PULSE	Votre fréquence cardiaque actuelle (BMP)
CALORIES	Estimation du nombre de calories brûlées
8 x 16	Affichage principal de la vitesse et de l'angle d'inclinaison
Fenêtre inférieure	Champ d'information - affiche les notifications et les messages du système

Utilisation de l'appareil pour la première fois

1. Placez l'interrupteur ON/OFF situé à l'arrière du capot du moteur en position "I" (marche).
2. Insérez la clé de sécurité dans la fente située à l'avant de l'ordinateur et attachez le clip à votre vêtement.
3. Lorsque l'ordinateur démarre, il affiche :
 - la version actuelle du logiciel,
 - la distance totale parcourue et la durée de l'exercice.

Configuration du profil utilisateur :

Pour exécuter les programmes de contrôle de la fréquence cardiaque et l'analyse de la graisse corporelle, entrez vos données personnelles :

Étape	Paramètre	Boutons	Confirmation
1	Genre	Pente / Vitesse	ENTER
2	Age	Pente / Vitesse	ENTER
3	Croissance	Pente / Vitesse	ENTER
4	Poids	Pente / Vitesse	ENTER

Une fois la configuration terminée, vous êtes prêt à commencer votre séance d'entraînement.

Mode veille

- Après 5 minutes d'inactivité, l'ordinateur entre automatiquement en mode veille.
- Pour le réactiver, il suffit de le sortir et de le remettre en place.

Pause et reprise de l'entraînement

- Appuyez sur STOP pour interrompre votre entraînement.
- Appuyez sur START pour reprendre.
- Pour terminer la séance, appuyez à nouveau sur STOP.

Cool Down - refroidissez votre corps

- Appuyez sur le bouton COOL DOWN pour activer le programme d'apaisement post-entraînement.
- La vitesse diminue progressivement jusqu'à zéro en 2 à 3 minutes.

Éclairage LED

Le tapis de course est équipé de bandes LED de part et d'autre des bandes antidérapantes. La commande s'effectue via le bouton LED du menu principal ou les boutons d'inclinaison/vitesse.

Modes d'éclairage disponibles :

Mode	Description de l'éclairage
Course	Les DEL changent de couleur en fonction de la vitesse : • 0 - 6 km/h → jaune • 6,1 - 12 km/h → vert • Plus de 12 km/h → rouge
Neutre	Éclairage LED blanc fixe sans changement de couleur
Multicolore	L'utilisateur peut choisir parmi les couleurs suivantes : rouge, bleu, vert, orange, rose, violet.
Sans	Le rétroéclairage LED est complètement éteint

MODES D'ENTRAÎNEMENT

1. Programme manuel

Le programme manuel permet un contrôle total de la vitesse et de l'angle d'inclinaison.

Étapes de réglage :

- Sélectionner le programme MANUEL et confirmer avec la touche ENTER.
- Sélectionner un paramètre cible : temps, distance ou calories - confirmer avec la touche ENTER
- Régler la valeur cible à l'aide des touches d'inclinaison/vitesse et confirmer avec la touche ENTER.
 ➔ L'entraînement commence à l'inclinaison et à la vitesse minimales. ➔ Pendant la séance, vous pouvez modifier les valeurs à l'aide des joysticks ou des touches. ➔ Lorsque l'objectif est atteint, la séance d'entraînement se termine automatiquement et le programme Cool Down démarre. ➔ Appuyez sur STOP pour arrêter le refroidissement.

2. Programme Low Speed

Conçu pour les personnes âgées ou les débutants, la vitesse maximale est de 4 km/h et la distance est comptée en mètres.

Étapes de réglage :

- Sélectionner le programme MANUEL, puis confirmer par ENTER
- Sélectionnez et réglez le paramètre cible (temps/distance/calories).
- Appuyez sur START pour commencer votre entraînement
 ➔ Démarrage à partir d'une inclinaison nulle et d'une vitesse minimale ➔ Ajustable pendant l'entraînement à l'aide de joysticks ou de boutons ➔ L'entraînement se termine automatiquement lorsque l'objectif est atteint

3. 20 programmes d'entraînement automatiques

Chaque programme comprend un profil dont la vitesse et l'inclinaison changent automatiquement.

Étapes de réglage :

- Appuyez sur PROGRAM, sélectionnez l'un des 20 programmes et confirmez en appuyant sur ENTER.
- Définissez une valeur cible : temps, distance ou calories.
- Configurez la valeur et commencez votre entraînement en appuyant sur START.
 ➔ La vitesse et l'inclinaison sont ajustées automatiquement ➔ L'heure de fin de la séance est mise à jour dynamiquement en fonction de votre rythme ➔ Lorsque l'objectif est atteint, la fonction Cool Down est activée ➔ Vous pouvez annuler la fonction Cool Down en appuyant sur STOP.

4. Programmes utilisateur (USER U1-U4)

Vous pouvez créer 4 programmes individuels, chacun composé de 16 segments avec sa propre vitesse et sa propre pente.

Créez un programme :

- Sélectionnez U1-U4 et confirmez avec ENTER.
- Réglez la durée de votre entraînement
- Réglez la vitesse de chaque segment et confirmez
- Réglez ensuite l'inclinaison des segments
- Lorsque vous avez terminé, appuyez sur START - le programme sera sauvegardé automatiquement.

Démarrer le programme sauvegardé :

- Sélectionner USER U1-U4
- Appuyez sur START pour commencer l'entraînement
 ➔ Pendant l'entraînement, vous pouvez modifier les valeurs ➔ L'entraînement se termine après la durée programmée ➔ L'ordinateur passe automatiquement en mode de refroidissement.

HRC / THR - entraînement basé sur la fréquence cardiaque

L'entraînement HRC (Heart Rate Control) vous permet de vous exercer en fonction de votre propre fréquence cardiaque. L'ordinateur ajuste automatiquement l'inclinaison et la vitesse pour maintenir un niveau de pouls défini. Vous avez le choix entre trois modes :

mode	Description du mode
HRC 60%	Brûlage des graisses (effort plus léger)
HRC 80	Amélioration des performances et de la condition physique
THR (cible)	Niveau de BPM défini par l'utilisateur

Étapes pour HRC 60% et 80% :

- Sélectionnez HRC 60 PCT ou HRC 80 PCT et appuyez sur ENTER.
- Réglez la durée de votre entraînement et confirmez.
- L'ordinateur affiche la fréquence cardiaque cible calculée - appuyez sur START pour commencer.

Étapes pour THR (propre fréquence cardiaque) :

- Sélectionnez THR, par exemple THR 133, et appuyez sur ENTER.
- Réglez la durée et confirmez.
- Sélectionnez la valeur de la fréquence cardiaque cible (133 BPM par défaut) et confirmez.
- Appuyez sur START pour commencer votre séance d'entraînement.
 Pendant la séance, gardez vos mains sur les capteurs de pouls afin que l'ordinateur puisse mesurer votre pouls et ajuster l'intensité de votre exercice. La séance d'entraînement se termine à la fin de la durée programmée. Le programme de récupération démarre automatiquement (vous pouvez l'annuler en appuyant sur STOP).

TEST DE GRAISSE CORPORELLE

Ce programme vous permet d'estimer votre taux de graisse corporelle sur la base des données fournies par les capteurs de pouls. Instructions :

- Sélectionnez le programme FAT et appuyez sur ENTER.
- Placez les deux mains sur les capteurs de fréquence cardiaque - la mesure commence.
- Après quelques secondes, le résultat s'affiche à l'écran. Le score est affiché dans la fenêtre M inférieure :

Résultat (%)	Interprétation
<19%	Insuffisance pondérale
12-25%	Poids normal
26 - 39%	Surcharge pondérale
≥ 30%	Obèse

TRENING - programme de durée et de distance

Permet de définir un objectif de temps et de distance et l'ordinateur calculera un temps d'achèvement prévu en fonction de votre rythme actuel. Marche à suivre :

- Sélectionnez le programme TRENING et appuyez sur ENTER.
- Réglez le temps cible et confirmez.
- Réglez la distance cible et confirmez.
- Appuyez sur START pour commencer votre entraînement.

Pendant l'entraînement :

- La fenêtre LED supérieure affiche la durée de la séance.
- La fenêtre de distance indique la distance restante.
- La boîte d'information principale indique l'allure (min/km) et l'heure d'arrivée prévue.

La séance se termine lorsque la distance fixée est atteinte. L'ordinateur affiche le résultat :

- "Supérieur à l'allure",
- "Allure atteinte".
- ou "Inférieur à l'allure".

NETTOYAGE DU TAPIS DE COURSE :

L'entretien régulier de l'appareil prolonge considérablement sa durée de vie.

Avant le nettoyage :

Débranchez toujours le tapis roulant de l'alimentation électrique afin d'éviter tout choc électrique.

Après chaque séance d'entraînement :

- Nettoyez la console et toutes les surfaces avec un chiffon doux et légèrement humide pour enlever la sueur et la poussière.
- N'utilisez pas de détergents ou de solvants puissants.
- Évitez tout contact liquide avec l'ordinateur et n'exposez pas l'unité à la lumière du soleil.

Facilitez l'entretien :

- Nous recommandons l'utilisation d'un tapis de protection sous le tapis de course pour empêcher la saleté transportée par les chaussures.
- Nettoyez le tapis une fois par semaine pour éviter l'accumulation de saletés sous l'appareil.

LUBRIFICATION DE LA BANDE DE ROULEMENT :

Le tapis roulant est lubrifié en usine, mais une inspection et un entretien réguliers sont nécessaires au fil du temps.

Recommandations :

- Au cours de la première année (ou jusqu'à 500 heures d'utilisation), il n'est généralement pas nécessaire de lubrifier l'appareil.
- Par la suite, il faut lubrifier tous les 3 mois ou selon le degré d'utilisation.

Comment lubrifier :

1. Débrancher le tapis roulant.
2. Soulevez le côté de la bande de course.
3. Appliquez une fine couche de graisse silicone sans huile à l'intérieur de la plaque - aussi profondément que possible.
4. S'il y a déjà des traces de graisse sous la courroie, il n'est pas nécessaire de la lubrifier.
5. Attendre 1 minute avant de faire fonctionner le tapis roulant afin que la graisse se répartisse uniformément.

DONNÉES TECHNIQUES :

- Dimensions du tapis roulant : 219 x 84 x 137 cm
- Poids maximum de l'utilisateur : 180 kg
- Poids net : 145 kg
- Tapis de course : 56 x 157 cm

COMPATIBILITÉ AVEC LES APPLICATIONS D'ENTRAÎNEMENT**Kinomap**

- Entraînez-vous sur de vraies pistes du monde entier avec des vidéos interactives.
- Affrontez d'autres utilisateurs en ligne en temps réel
- Recevez des ajustements dynamiques de la vitesse et de l'inclinaison de l'itinéraire choisi
- Application disponible pour Android et iOS

**Entraînement iConsole**

- Contrôlez votre tapis de course directement depuis votre téléphone ou votre tablette via Bluetooth
- Créez vos propres programmes d'entraînement et suivez vos progrès
- Utilisez les modes suivants : manuel, intervalles, HRC, graisse corporelle, récupération
- Intégration avec Google Maps et analyse des données d'entraînement

Biztonsági megjegyzések

1. Az első használat előtt olvassa el figyelmesen a kezelési útmutatót, és őrizze meg a későbbi használatra.
2. Tartson be minden figyelmeztetést és biztonsági utasítást - beleértve az összeszerelési szabályokat is. A gépet csak rendeltetésszerűen szabad használni.
3. Saját biztonsága érdekében szerelje össze és használja a gépet ezen utasításoknak megfelelően. Tájékoztassa a többi felhasználót is a gép helyes használatára vonatkozó szabályokról.
4. Óvja a gépet a gyermekektől és az állatoktól. Gyermekeket felügyelet nélkül nem szabad a berendezés közelébe engedni. Az összeszerelés és a használat csak felnőttek számára engedélyezett.
5. Az edzésprogram megkezdése előtt konzultáljon orvosával, különösen, ha gyógyszert szed vagy egészségügyi problémái vannak (pl. magas vérnyomás, szívritmuszavarok).
6. Figyelje meg testét edzés közben. Azonnal hagyja abba az edzést, ha fájdalmat, mellkasi szorítást, szédülést, hányingert, légszomjat vagy szabálytalan pulzust tapasztal.
7. Helyezze a gépet sík, száraz és tiszta felületre, legalább 0,6 m távolságot hagyva a gép körül.
8. Használjon megfelelő sportruházatot és sportcipőt. Kerülje a laza ruházatot, amely beleakadhat a mozgó alkatrészekbe.
9. A készüléket nem szabad kültéren használni.
10. Minden edzés előtt ellenőrizze a berendezés állapotát - figyeljen a kopás vagy sérülés jeleire.
11. Ha éles széléket észlel, hagyja abba a készülék használatát.
12. Ha szokatlan hangokat vagy rezgéseket észlel, azonnal hagyja abba az edzést.
13. Az állítható alkatrészek nem állhatnak ki, és nem akadályozhatják a berendezés használatát. A gépet egyszerre csak egy személy használhatja.
14. A fékezés nem függ a sebességtől - a berendezés független fékrendszerrel van felszerelve.
15. A berendezés nem terápiás vagy rehabilitációs célokra szolgál.
16. A hátsérülések elkerülése érdekében szállításkor vagy emeléskor óvatosan járjon el. Szükség esetén vegye igénybe egy második személy segítségét.
17. Tilos a készülék kialakítását saját maga módosítani. Probléma esetén forduljon hivatalos szervizközponthoz.
18. A készülék ajánlott üzemi hőmérséklettartománya 15-25°C.
19. A felhasználó megengedett legnagyobb súlya: 180 kg.
20. A készülék az EN ISO 20957-1 szabvány szerinti SB osztályba tartozik, és háztartási és félüzemi használatra készült.

ÖSSZESÍTÉS:

lépés - Az oszlopok felszerelése és a kábelek csatlakoztatása

A jobb oldali oszlop (3) összeszerelése előtt:

- Csatlakoztassa a vezetékét (119) a vezetékhez (118).
- Csatlakoztassa a vezetékét (122) a vezetékhez (121).

Ezután rögzítse az oszlopokat (3) és (2) a futópád főkeretéhez imbuszcavarok (10) segítségével - az ábrán látható módon.

MEGJEGYZÉS: Ne húzza túl a csavarokat ebben a szakaszban, hogy megkönnyítse a további összeszerelést.

2. lépés - A konzolok és a kábelcsatlakozások felszerelése

Egy második személy segítsége ajánlott.

- Csatlakoztassa a következő vezetékeket:
 - (118) a (117)-gyel
 - (121) és (120)
- Csatlakoztassa a fogantyúkat (4) a futópád oszlopához, ügyelve arra, hogy a fogantyú és az oszlop közötti vezetékek ne szoruljanak be.
- Miután megfelelően elhelyezkedtek, húzza meg a csavarokat (91). Ebben a szakaszban már véglegesen meghúzhatja őket.

3. lépés - A számítógép felszerelése

Ismét hasznos lesz egy második személy segítsége.

- Csatlakoztassa az összes vezetéket a mellékelt rajz szerint.
- Helyezze a számítógépet (84) a három konzolra, és rögzítse azt imbuszcavarokkal (92).

4. lépés - Húzza meg a szerkezetet és szerelje fel a fedeleket.

- Húzza meg erősen az 1. lépésben rögzített összes csavart (10).
- Helyezze fel az oldalsó oszlopburkolatokat a "b" ábrát követve.
- Csúsztassa le a fedeleket a "c" ábrán látható végső helyzetükbe.
- Rögzítse őket a csavarokkal (11).

Ellátás

Győződjön meg róla, hogy a fő áramkapcsoló (a motorburkolat hátulján található) ON állásban van, mielőtt elkezdené az edzést. Ellenőrizze azt is, hogy a tápkábel megfelelően be van-e dugva egy földelt aljzatba.



Biztonsági kulcs

A futópád megfelelő működéséhez a biztonsági kulcsnak a foglalatban kell lennie. Ha edzés közben kiveszi a kulcsot, a gép automatikusan leáll. A kulcs nélkül a futópád OFF üzemmódban marad.

1. Biztonsági kulcs
2. Csipesz



A futópád kiegyenlítése

A stabil működés biztosítása érdekében a futópád a futópád hátsó része alatt található állítható lábakkal kiegyenlíthető. Javasoljuk, hogy a gépet sík, kemény felületre helyezzük.



A futószalag beállítása

A futószalag rendszeres karbantartása elengedhetetlen a hosszú élettartam és a megfelelő működés szempontjából.

Az ellenőrzés gyakorisága:

- 1-2 havonta vagy
- Minden 50 órányi használat után - akkor is, ha a futószalagot hosszabb ideig nem használták.

A futószíj kenése:

- Kapcsolja le a futópádot a tápegységről.
- Lazítsa meg a hátsó görgő mindkét oldalán lévő feszítőcsavarokat.
- Vigyen fel szilikonzsírt a futólemezsre a szíj alatt.
- Ha végzett - húzza meg a csavarokat.

A szíj igazításának korrekciója:

A használat első napjaiban a szíj kissé megnyúlhat és oldalra elmozdulhat. Ennek kijavításához (2. kép):

1. Kapcsolja be a futópádot, és állítsa be a 3-5 km/h sebességet.
2. Ellenőrizze a szíj centrálását - ha:
 - balra szökik → kissé meghúzza a bal oldali csavart (az óramutató járásával megegyező irányban),
 - jobbra menekül → húzza meg a jobb oldali csavart.
3. Ha a szíj túl szoros, lazítsa meg mindkét csavart az ellenkező irányba.
4. Győződjön meg róla, hogy a szíj nem hullámos és nem túlságosan feszes.
 1. Növelje a szíjfeszítést
 2. Csökkentse a szíjfeszítést



Nem.	Leírás	Mennyiség	No.	Leírás	Mennyiség
1	Főkeret	1	71	Nylon alátét D21*D37*3T	4
2	Bal oldali oszlop	1	72	D25xD8.5x2T lapos alátét	4
3	Jobb oldali oszlop	1	73	Lengéscsillapító	2
4	Tartókonozlok	1	74	Impulzusérzékelő lap	2
5	Keresztirányú oszloptartó	1	75	M8*1,25*45L imbuszcsavar	2
6	Ballaszt	1	76	Allen csavar M8*1.25*40L	1
7	Számítógép-konzol (2)	3	77	Impulzusmérő érzékelő	4
8L	Bal alsó oszlopfedél	1	78	Alsó impulzusérzékelő lemez	2
8R	Jobb alsó oszlopfedél	1	79	ST4x1,41x15L csavar	2
9L	Bal oldali motorburkolat	1	80	Fogantyú	1
9R	Jobb oldali motorburkolat	1	81	Csavar M5*0,8*10L	9
10	M10*1,5*65L imbuszcsavar	6	82	Alsó számítógépfedél	1
11	Phillips csavar M5*0,8*15L	7	83	Oldalsó számítógépfedél	1
12	Belső hatszögletű CSK típusú CSK M8*1.25*35L csavar	8	84	Számítógép	1
13	Futópad lemez	1	85L	Bal oldali joystick a futópad beállításához	1
14	Diffúzor	2	86R	Jobb oldali joystick a futópad beállításához	1
15	LED csík	2	86L	Matrica a joystick alatt (balra)	1
16	LED szalag kábel	2	86R	Matrica a joystick alatt (jobbra)	1
17	Futósíj	1	87	ST4*1.41*12L csavar	6
18	Csúszásgátló csíkok (2)	2	88	Fogantyú aljzat	2
19	Csúszásgátló csíkok (3)	2	89	Tablet-tartó	1
20	Futófelületvédő	2	90L	Bal oldali markolat kábel	1
21	Futóműfedél	2	90R	Jobb oldali markolat kábel	1
22	Csúszásgátló szalag	2	91	M10*1,5*20L imbuszcsavar	4
23	Phillips csavar ST4.2*15L	62	92	Inbuszcsavar M6*1*15L	7
24	Fémkapocs	8	93	Impulzusérzékelő kábel	2
25	Lengéscsillapító (4)	2	94	Lengéscsillapító(2)	2
26	Lengéscsillapító (3)	2	95	Biztonsági kulcs foglalat	1
27	D16*D8.5*1.2T lapos alátét	6	96	Biztonsági kulcs	1
28	Nylon anya M8*1,25*8T	6	97	Biztonsági kulcscsipesz	1
29	M8*1,25*20L imbuszcsavar	8	98	Vészleállító kábel	1
30	Hátsó görgő	1	99	Védőlemez	2
31	M10*1,5*80L imbuszcsavar	3	100	Belső biztonsági kulcs foglalat	2
32	Hátsó fedél	1	101	ST4.2*25L csavar	7
33	Lengéscsillapító (1)	2	102	Biztonsági kulcslemez	1
34	Szintező lábak	2	103	Felső markolatfedél	1
35	Első görgő	1	104	Alsó markolatfedél	1
36	M10*1,5*45L,	1	105L	Oldalsó fogantyúfedél (balra)	1
37	Öv	1	105R	Oldalsó fogantyúfedél (jobbra)	1
38	AC3.0HP motor	1	106L	Belső oldalsó burkolat (balra)	1
39	Nylon anya M10*1,5*10T	6	106R	Belső oldalsó burkolat (jobbra)	1
40	Lapos alátét D20*D11*2T	12	107L	Fogantyú sapka (balra)	1
41	M10*1,5*30L imbuszcsavar	4	107R	Fogantyú főfedél (jobbra)	1
42	Szigetelő távtartó (1)	5	108	M5*0,8*15L csavar	4
43	Lapos alátét D28*D14*2T	4	109	D15*D5.2*1.0T lapos alátét	4
44	Lökhárító	4	110	Földelő kábel	1
45	Szerelőlemez	3	111	Földelő kábel (2)	1
46	Beállítógörgő	2	112	Kábel 1	1
47	Motorlemez	7	113	Kábel 2	2
48	Kábelkötegelő	2	114	Kábel 1	1
49	ST4*1,41*15L csillagcsavar	2	115	Kábel 2	2
50	Hatszögletű csavar M8*1,25*60L	1	116	Mágneses hurok	1
51	Felső motorburkolat	1	117	LED felső kábel	1
52	azonosító címke	1	118	LED középső kábel	1
53	Aljzat	1	119	LED alsó kábel	1
54	ST2.9x9.5L csavar ST2.9x9.5L	10	120	Felső számítógép kábel	1
55	Táplálólap	1	121	Központi számítógép kábel	1
56	Tápkapcsoló	1	122	Alsó számítógép kábel	1
57	Lökhárító	2	123	Inverter	1
58	Biztosíték	1	124	Szűrő	1
59	D12*D5.2*0.8T lapos alátét	2	125	Induktor	1
60	Nylon anya M5*0,8*5T	2	126	Tápkábel	1
61	Motorburkolat	1	127	LED vezérlőpanel	1
62	M10*1,5*50L imbuszcsavar	1	128	PC távtartó	4
63	Műanyag lapos alátét D10*D24*0,4T	4	129	M6-os imbuszkulcs	1
64	Dőlésszög beállítása	1	130	Inbuszkulcs M8*120L	1
65	M10*1,5*65L imbuszcsavar	1	131	Inbuszkulcs M4*68L	1
66	Görgő	2	133	ST4*1.41*10L csillagcsavar	4
67	M8*1.25*20L imbuszcsavar	2	134	Anyát M8*1.25*6T	1
68	Lapos alátét D21*D8,5*1,5T	2	135	Távollító D11,5*D8*3,5T	2
69	Sapka	4	136	Lapos alátét D12*D4.3*1T	7
70	Tengely	2			

Az egység karbantartása:

- Az acél- és műanyag alkatrészeket enyhe tisztítószerrel tisztítsa.
- Minden használat előtt győződjön meg arról, hogy minden alkatrész teljesen száraz.
- Javasoljuk, hogy 6 hetente ellenőrizze az összes csavart és csavart.
 - A meghúzáshoz csak a mellékelt csavarkulcsokat használja.
- A futópádot csak beltérben és szárazon szabad használni.

Vezérlőpanel és számítógép:

A készülék vezérlése egy érintőképernyős vezérlőpanelen keresztül történik.

- A futópádot bekapcsolásakor a panel automatikusan kigyullad, és a kijelzőn megjelenik az összes aktuális edzésbeállítás.
- A panel segítségével a felhasználó navigálhat a menükben, és beállíthatja az edzésprogramokat a saját preferenciáinak megfelelően.

A funkcionális gombok leírása:

- Dőlésszög-beállító gomb - megnyomásakor a számítógép automatikusan beállítja a kívánt emelkedési szintet.
- Sebesség- és dőlésszögjelző - a beállítások módosításakor a megfelelő jelző villogni kezd, jelezve, hogy a paraméter aktívan beállítva van.
- Gyors sebességbeállítás gomb - lehetővé teszi egy adott sebesség azonnali beállítását a jelzett gomb megnyomásakor.

FUNKCIONÁLIS GOMBOK

Gomb / elem	Funkció
COOL DOWN	Elindítja a lehűlési programot az edzés végén.
INCLINE	A futópádot dőlésszögének edzés közbeni megváltoztatására és a menüben való navigálásra szolgál.
PROGRAM	Közvetlenül a menü edzésprogram részéhez lép
START	Elindítja vagy újraindítja az edzést
STOP	Leállítja vagy szünetelteti az edzést; a számítógép alaphelyzetbe állításához tartsa lenyomva két másodpercig.
ENTER	Megerősíti a kiválasztott opciót vagy a program indítását.
SPEED	Lehetővé teszi a sebesség megváltoztatását edzés közben és a menüben való navigálást.
LED MODE	Lehetővé teszi a LED sáv világítási módjának váltását a menüből vagy az edzésről
Joystickok	Gyorsan beállíthatja a sebességet és a dőlésszöget: húzással növeli, nyomással csökkenti.

A KÉPERNYŐN MEGJELENŐ INFORMÁCIÓK

Paraméter	Leírás
INCLINE	A futópádot aktuális emelkedési szintje
DISTANCE	Megtett távolság vagy hátralévő távolság
IDŐ	A munkamenet időtartama vagy hátralévő ideje
PULZUS	Az Ön aktuális pulzusszáma (BMP)
KALÓRIÁK	Az elégetett kalóriák becsült száma
8 x 16	A sebességet és a dőlésszöget mutató fő kijelző
Alsó ablak	Információs mező - rendszerértesítések és üzenetek megjelenítése

A készülék első használata

1. Állítsa a motorburkolat hátoldalán lévő ON/OFF kapcsolót "I" (be) állásba.
2. Helyezze be a biztonsági kulcsot a számítógép elülső oldalán lévő nyílásba, és rögzítse a klipszet a ruházatához.
3. Amikor a számítógép elindul, megjelenik a kijelzőn:
 - az aktuális szoftververziót,
 - a teljes megtett távolságot és az edzés időtartamát.

♂ Felhasználói profil beállítása:

A pulzusszám-szabályozott programok és a testzsírelemzés futtatásához adja meg személyes adatait:

Lépés:	Paraméter	Gombok	Megerősítés
1	Nem	Meredekség / Sebesség	ENTER
2	Kor	Meredekség / Sebesség	ENTER
3	Növekedés	Meredekség / Sebesség	ENTER
4	Súly	Meredekség / Sebesség	ENTER

Ha a konfiguráció befejeződött, akkor készen áll az edzés megkezdésére.

Készenléti üzemmód

- 5 perc inaktivitás után a számítógép automatikusan készenléti üzemmódba lép.
- Újbóli bekapcsolásához: vegye ki és tegye vissza.

Az edzés szüneteltetése és folytatása

- Az edzés szüneteltetéséhez nyomja meg a STOP gombot.
- A folytatáshoz nyomja meg a START gombot.
- Az edzés befejezéséhez nyomja meg ismét a STOP gombot. biztonsági gombot.

Cool Down - hűtse le a testét

- Nyomja meg a COOL DOWN gombot az edzés utáni nyugtató program aktiválásához.
- A sebesség 2-3 perc alatt fokozatosan nullára csökken.

LED világítás

A futópádot a csúszásgátló szalagok mindkét oldalán LED csíkokkal van ellátva. A vezérlés a főmenü LED gombjával vagy a dőlés/sebesség gombokkal történik.

Elérhető világítási módok:

Mód:	Leírás
Futás	A LED-ek a sebességnek megfelelően változtatják a színüket: • 0 - 6 km/h → sárga • 6,1 - 12 km/h → zöld • 12 km/h felett → piros
Semleges	Fix fehér LED világítás színváltás nélkül
Többszínű	A felhasználó a következő színek közül választhat: piros, kék, zöld, narancssárga, rózsaszín, ibolya
Kikapcsolva	A LED háttérvilágítás teljesen kikapcsol

KÉPZELÉSI MODUSOK**1. Kézi program**

A kézi program lehetővé teszi a sebesség és a dőlésszög teljes szabályozását.

Beállítási lépések:

- Válassza ki a MANUÁLIS programot, és erősítse meg az ENTER billentyűvel.
- Válassza ki a célparamétert: idő, távolság vagy kalória - erősítse meg az ENTER billentyűvel.
- Állítsa be a célértéket a dőlés/sebesség gombok segítségével, és erősítse meg az ENTER billentyűvel.
 - ➔ Az edzés a minimális emelkedőn és sebességgel indul. ➔ Az edzés során a joystickokkal vagy a billentyűkkel módosíthatja az értékeket.
 - ➔ A cél elérésekor az edzés automatikusan véget ér, és elindul a Cool Down program. ➔ A lehülés leállításához nyomja meg a STOP gombot.

2. Alacsony sebességű program

Idősek vagy kezdők számára készült - a maximális sebesség 4 km/h, a távot méterben számoljuk.

Beállítási lépések:

- Válassza ki a MANUAL programot, majd erősítse meg az ENTER billentyűvel.
- Válassza ki és állítsa be a célparamétert (idő/távolság/kalória).
- Nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez
 - ➔ Nulláról indul a dőlésszög és a minimális sebesség ➔ Állítható az edzés során joystickokkal vagy gombokkal. ➔ Az edzés automatikusan véget ér, ha a célt elérte

3. 20 automatikus edzésprogram

Minden program tartalmaz egy profilt automatikusan változó sebességgel és emelkedéssel.

Beállítási lépések:

- Nyomja meg a PROGRAM gombot, válasszon egyet a 20 program közül, és erősítse meg az ENTER billentyűvel.
- Célérték beállítása: idő, távolság vagy kalória
- Állítsa be az értéket, és a START gomb megnyomásával indítsa el az edzést.
 - ➔ A sebesség és a meredekség automatikusan beállítódik ➔ Az edzés végideje dinamikusan frissül az Ön tempójának megfelelően ➔ A cél elérésekor aktiválódik a Cool Down ➔ A hűtést a STOP gomb megnyomásával állíthatja le.

4. Felhasználói programok (USER U1-U4)

4 egyéni programot hozhat létre, amelyek mindegyike 16 szegmensből áll, saját sebességgel és emelkedővel.

Hozzon létre egy programot:

- Válassza ki az U1-U4 programot, és erősítse meg az ENTER billentyűvel.
- Állítsa be az edzés időtartamát
- Állítsa be az egyes szegmensek sebességét, és erősítse meg
- Ezután állítsa be a szegmensek meredekségét
- Ha végzett, nyomja meg a START gombot - a program automatikusan mentésre kerül.

Indítsa el a mentett programot:

- Válassza ki a USER U1-U4
- Nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez
 - ➔ Az edzés során módosíthatja az értékeket ➔ Az edzés a beállított idő után véget ér ➔ A számítógép automatikusan Cool Down üzemmódba kapcsol.

HRC / THR - pulzusszám alapú edzés

A HRC (Heart Rate Control) edzés lehetővé teszi, hogy a saját pulzusszámod alapján edd. A számítógép automatikusan beállítja az emelkedőt és a sebességet, hogy fenntartsa a beállított pulzusszintet. Három üzemmód közül választhat:

mód:	Leírás
HRC 60%	Zsírégetés (könnyebb erőfeszítés)
HRC 80%	Javított teljesítmény és fittség
THR (cél)	Felhasználó által beállított BPM szint

Lépések a HRC 60% és 80% esetében:

- Válassza ki a HRC 60 PCT vagy a HRC 80 PCT értéket, és nyomja meg az ENTER billentyűt.
- Állítsa be az edzés időtartamát és erősítse meg.
- A számítógép megjeleníti a kiszámított célpulzusszámot - nyomja meg a START gombot az indításhoz.

A THR (saját pulzusszám) lépései:

- Válassza ki a THR-t, pl. THR 133, és nyomja meg az ENTER gombot.
- Állítsa be az időtartamot, és erősítse meg.
- Válassza ki a célpulzusszám értékét (alapértelmezett 133 BPM), és erősítse meg.
- Nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez.

Az edzés során tartsa kezét a pulzusérzékelőkön, hogy a számítógép mérni tudja a pulzusát, és be tudja állítani az edzés intenzitását. Az edzés a beállított idő letelte után véget ér. A Cool Down program automatikusan elindul (a STOP gomb megnyomásával megszakíthatja).

TEST TEST

Ez a program lehetővé teszi, hogy a pulzusérzékelők adatai alapján megbecsülje a testzsírtartalmát. Utasítások:

- Válassza ki a FAT programot, majd nyomja meg az ENTER billentyűt.
- Helyezze mindkét kezét a pulzusérzékelőkre - a mérés megkezdődik.
- Néhány másodperc múlva megjelenik a képernyőn az eredmény. Az eredmény az alsó M ablakban jelenik meg:

Eredmény (%)	Értelmezés
<19%	Alulsúlyos
12-25%	Normál súly
26 - 39%	Túlsúlyos
≥ 30%	Elhízott

TRENING - idő és távolság program

Lehetővé teszi, hogy beállítson egy célidőt és távolságot, és a számítógép kiszámítja a várható teljesítési időt az aktuális tempó alapján. Lépések:

- Válassza ki a TRENING programot, majd nyomja meg az ENTER billentyűt.
- Állítsa be a célidőt és erősítse meg.
- Állítsa be a céltávot és erősítse meg.
- Nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez.

Az edzés során:

- A felső LED ablakban megjelenik az edzés időtartama.
- A távolság ablak a hátralévő távolságot mutatja.
- A fő információs mezőben látható a tempó (perc/km) és a várható célba érési idő.

Az edzés akkor ér véget, amikor a beállított távolságot elérte. A számítógép megjeleníti az eredményt:

- "Tempó felett",
- "Elért tempó".
- vagy "Tempó alatt".

A FUTÓPAD TISZTÍTÁSA:

A gép rendszeres ápolása jelentősen meghosszabbítja az élettartamát.

Tisztítás előtt:

Az áramútás elkerülése érdekében mindig kapcsolja ki a futópadoat a hálózataból.

Minden edzés után:

- Tisztítsa meg a konzolt és minden felületet puha, enyhén nedves ruhával, hogy eltávolítsa az izzadságot és a port.
- Ne használjon erős tisztítószereket vagy oldószereket.
- Kerülje a folyadékkal való érintkezést a számítógéppel, és ne tegye ki a készüléket napfénynek.

Könnyítse meg a karbantartást:

- Javasoljuk, hogy a futópadoat alá helyezzen védőszőnyeget, hogy megállítsa a cipők által szállított szennyeződéseket.
- Hetente egyszer tisztítsa meg a szőnyeget, hogy megelőzze a gép alatt felhalmozódó szennyeződéseket.

A FUTÓSZALAG KENÉSE:

A futópadoat gyárilag kenik, de idővel rendszeres ellenőrzésre és karbantartásra van szükség.

Ajánlások:

- Az első évben (vagy legfeljebb 500 óranyi használat során) általában nincs szükség kenésre.
- Ezt követően 3 havonta vagy a használat mértékének megfelelően kenje.

Hogyan kell kengetni:

1. Húzza ki a futópadoat a hálózataból.
2. Emelje fel a futószalag oldalát.
3. Vigyen fel egy vékony réteg olajmentes szilikonzsirt a lemez belső oldalára - a lehető legmélyebbre.
4. Ha az ékszíj alatt már vannak zsírnymok - nincs szükség kenésre.
5. Várjon 1 percet a futópadoat működtetése előtt, hogy a zsír egyenletesen szétterüljön.

MŰSZAKI ADATOK:

- Futópadoat méretei: A futópadoat mérete: 219 x 84 x 137 cm
- A felhasználó maximális súlya: 180 kg
- Nettó súly: 145 kg
- Futópálya öv: 56 x 157 cm

KOMPATIBILITÁS AZ EDZÉSALKALMAZÁSOKKAL**Kinomap**

- Edzen a világ minden tájáról származó valódi pályákon interaktív videókkal
- Versenyezzen más felhasználókkal online valós időben
- Dinamikus sebesség- és emelkedőbeállítások a kiválasztott útvonalhoz
- Az alkalmazás elérhető Android és iOS rendszerekre

**iConsole+ képzés**

- Vezérelje futópadoat közvetlenül telefonjáról vagy táblagépéről Bluetooth-on keresztül.
- Saját edzésprogramok készítése és a fejlődés nyomon követése
- Használja a következő üzemmódokat: manuális, intervallum, HRC, testzsír, helyreállítás
- Integráció a Google Maps-szel és az edzési adatok elemzése

Note sulla sicurezza

1. Leggere attentamente le istruzioni per l'uso prima del primo utilizzo e conservarle per future consultazioni.
2. Osservare tutte le avvertenze e le istruzioni di sicurezza, comprese le regole di montaggio. La macchina deve essere utilizzata solo per lo scopo previsto.
3. Per la vostra sicurezza, assemblate e utilizzate la macchina in conformità alle presenti istruzioni. Informare anche gli altri utenti delle regole per un uso corretto della macchina.
4. Proteggere la macchina da bambini e animali. I bambini non devono avvicinarsi all'apparecchiatura senza supervisione. Il montaggio e l'uso sono consentiti solo agli adulti.
5. Consultare il medico prima di iniziare un programma di esercizi, soprattutto se si assumono farmaci o si hanno problemi di salute (ad es. pressione alta, disturbi del ritmo cardiaco).
6. Osservare il proprio corpo durante l'esercizio. Interrompere immediatamente l'allenamento se si avvertono dolori, oppressione toracica, vertigini, nausea, mancanza di respiro o polso irregolare.
7. Posizionare la macchina su una superficie piana, asciutta e pulita, mantenendo uno spazio minimo di 0,6 m intorno alla macchina.
8. Utilizzare scarpe e abbigliamento sportivo adeguato. Evitare indumenti larghi che possano impigliarsi nelle parti in movimento.
9. L'unità non deve essere utilizzata all'aperto.
10. Controllare le condizioni dell'attrezzo prima di ogni allenamento, verificando la presenza di segni di usura o danni.
11. Se si notano spigoli vivi, smettere di usare l'attrezzo.
12. Se si avvertono suoni o vibrazioni insoliti, interrompere immediatamente l'allenamento.
13. I componenti regolabili non devono sporgere o impedire l'uso dell'apparecchiatura. La macchina può essere utilizzata da una sola persona alla volta.
14. La frenata non dipende dalla velocità: l'apparecchiatura è dotata di un sistema di arresto indipendente.
15. L'apparecchiatura non è destinata a scopi terapeutici o riabilitativi.
16. Prestare attenzione durante il trasporto o il sollevamento per evitare lesioni alla schiena. Se necessario, ricorrere all'assistenza di una seconda persona.
17. È vietato modificare autonomamente il design dell'unità. In caso di problemi, rivolgersi a un centro di assistenza autorizzato.
18. L'intervallo di temperatura di funzionamento consigliato per l'apparecchio è di 15-25°C.
19. Peso massimo consentito per l'utente: 180 kg.
20. L'apparecchio è di classe SB secondo la norma EN ISO 20957-1 ed è destinato a un uso domestico e semicommerciale.

MONTAGGIO:

Fase 1 - Montaggio delle colonne e collegamento dei cavi

Prima di montare la colonna destra (3):

- Collegare il filo (119) con il filo (118)
- Collegare il filo (122) con il filo (121)

Fissare quindi le colonne (3) e (2) al telaio principale del tapis roulant utilizzando le viti a brugola (10), come mostrato nell'illustrazione.

NOTA: non serrare eccessivamente le viti in questa fase per facilitare il montaggio successivo.

Fase 2 - Montaggio delle staffe e collegamenti di cablaggio

Si raccomanda l'assistenza di una seconda persona.

- Collegare i seguenti fili:
 - (118) con (117)
 - (121) con (120)
- Fissare le maniglie (4) alla colonna del tapis roulant, facendo attenzione a non schiacciare i fili tra la maniglia e la colonna.
- Una volta posizionate correttamente, serrare le viti (91). A questo punto è possibile serrarle definitivamente.

Fase 3 - Montaggio del computer

Anche in questo caso, sarà utile l'aiuto di una seconda persona.

- Collegare tutti i fili secondo il disegno allegato.
- Posizionare il computer (84) sulle tre staffe e fissarlo con le viti a brugola (92).

Fase 4 - Serrare la struttura e installare i coperchi.

- Serrare saldamente tutte le viti (10) fissate nella fase 1.
- Applicare le coperture delle colonne laterali, seguendo l'illustrazione "b".
- Far scorrere le coperture fino alla posizione finale, come mostrato nell'illustrazione "c".
- Fissarle con le viti (11).

Fornitura

Prima di iniziare l'allenamento, accertarsi che l'interruttore di alimentazione principale (situato sul retro del coperchio del motore) sia posizionato su ON. Verificare inoltre che il cavo di alimentazione sia correttamente collegato a una presa di corrente con messa a terra.



Chiave di sicurezza

Per il corretto funzionamento del tapis roulant, la chiave di sicurezza deve essere inserita nella presa. Se si rimuove la chiave durante un allenamento, la macchina si arresta automaticamente. Senza la chiave, il tapis roulant rimane in modalità OFF.

1. Chiave di sicurezza
2. Clip



Livellamento del tapis roulant

Per garantire un funzionamento stabile, il tapis roulant può essere livellato utilizzando i piedini regolabili situati sotto la parte posteriore della pedana. Si raccomanda di posizionare la macchina su una superficie piana e dura.



Regolazione del nastro di corsa

La manutenzione regolare del nastro di corsa è essenziale per garantirne la longevità e il corretto funzionamento.

Frequenza di ispezione:

- Ogni 1-2 mesi o
- Dopo ogni 50 ore di utilizzo, anche se il tapis roulant non è stato utilizzato per molto tempo.

Lubrificazione della cinghia:

- Scollegare il tapis roulant dall'alimentazione.
- Allentare le viti di tensione su entrambi i lati del rullo posteriore.
- Applicare grasso al silicone sulla piastra di scorrimento sotto il nastro.
- Al termine, serrare le viti.

Correzione dell'allineamento del nastro:

Nei primi giorni di utilizzo, il nastro può allungarsi leggermente e spostarsi lateralmente. Per correggerlo (immagine 2):

1. Accendere il tapis roulant e impostare una velocità di 3-5 km/h.
2. Controllare il centraggio del nastro - se:
 - sfugge a sinistra → stringere leggermente la vite sinistra (in senso orario),
 - sfugge a destra → stringere la vite di destra.
3. Se la cinghia è troppo tesa, allentare entrambe le viti nella direzione opposta.
4. Assicurarsi che la cinghia non sia ondulata o eccessivamente tesa.
 1. Aumentare la tensione della cinghia
 2. Ridurre la tensione della cinghia



No.	Descrizione	Quantità	No.	Descrizione	Quantità
1	Telaio principale	1	71	Rondella in nylon D21*D37*3T	4
2	Colonna sinistra	1	72	Rondella piatta D25xD8,5x2T	4
3	Colonna destra	1	73	Ammortizzatore	2
4	Staffe	1	74	Scheda sensore di impulsi	2
5	Supporto della colonna trasversale	1	75	Vite a brugola M8*1,25*45L	2
6	Zavorra	1	76	Vite a brugola M8*1,25*40L	1
7	Staffa per computer (2)	3	77	Sensore di misurazione del polso	4
8L	Coperchio della colonna in basso a sinistra	1	78	Piastra del sensore di impulsi inferiore	2
8R	Coperchio della colonna inferiore destra	1	79	Vite ST4x1,41x15L	2
9L	Coperchio motore lato sinistro	1	80	Impugnatura	1
9R	Coperchio motore lato destro	1	81	Vite M5*0,8*10L	9
10	Vite a brugola M10*1,5*65L	6	82	Coperchio inferiore del computer	1
11	Vite a croce M5*0,8*15L	7	83	Coperchio laterale del computer	1
12	Bullone esagonale interno tipo CSK M8*1,25*35L	8	84	Computer	1
13	Piastra per tapis roulant	1	85L	Joystick sinistro per la regolazione del tapis roulant	1
14	Diffusore	2	86R	Joystick destro per la regolazione del tapis roulant	1
15	Striscia LED	2	86L	Adesivo sotto il joystick (sinistra)	1
16	Cavo per striscia LED	2	86R	Adesivo sotto il joystick (destra)	1
17	Cinghia di scorrimento	1	87	Vite ST4*1,41*12L	6
18	Strisce antiscivolo (2)	2	88	Presa per maniglia	2
19	Strisce antiscivolo (3)	2	89	Supporto per tablet	1
20	Protezione del piano di calpestio	2	90L	Cavo dell'impugnatura sinistra	1
21	Coperchio della pedana di corsa	2	90R	Cavo dell'impugnatura destra	1
22	Nastro antiscivolo	2	91	Vite a brugola M10*1,5*20L	4
23	Vite a croce ST4.2*15L	62	92	Vite a brugola M6*1*15L	7
24	Clip in metallo	8	93	Cavo del sensore di impulsi	2
25	Ammortizzatore (4)	2	94	Ammortizzatore(2)	2
26	Ammortizzatore (3)	2	95	Presa per la chiave di sicurezza	1
27	Rondella piatta D16*D8.5*1.2T	6	96	Chiave di sicurezza	1
28	Dado in nylon M8*1,25*8T	6	97	Clip per chiave di sicurezza	1
29	Vite a brugola M8*1,25*20L	8	98	Cavo per l'arresto di emergenza	1
30	Rullo posteriore	1	99	Piastra di protezione	2
31	Vite a brugola M10*1,5*80L	3	100	Presa per chiave di sicurezza interna	2
32	Coperchio posteriore	1	101	Vite ST4.2*25L	7
33	Ammortizzatore (1)	2	102	Piastra della chiave di sicurezza	1
34	Piedini di livellamento	2	103	Coperchio dell'impugnatura superiore	1
35	Rullo anteriore	1	104	Coperchio dell'impugnatura inferiore	1
36	Vite a brugola M10*1,5*45L,	1	105L	Coperchio della maniglia laterale (sinistra)	1
37	Cintura	1	105R	Coperchio della maniglia laterale (destra)	1
38	Motore AC3.0HP	1	106L	Copertura laterale interna (sinistra)	1
39	Dado in nylon M10*1,5*10T	6	106R	Copertura laterale interna (destra)	1
40	Rondella piatta D20*D11*2T	12	107L	Tappo della maniglia (sinistra)	1
41	Vite a brugola M10*1,5*30L	4	107R	Coperchio principale della maniglia (destra)	1
42	Distanziale isolante (1)	5	108	Vite M5*0,8*15L	4
43	Rondella piana D28*D14*2T	4	109	Rondella piatta D15*D5,2*1,0T	4
44	Paraurti	4	110	Cavo di messa a terra	1
45	Piastra di montaggio	3	111	Cavo di messa a terra (2)	1
46	Rullo di regolazione	2	112	Cavo 1	1
47	Piastra motore	7	113	Cavo 2	2
48	Fascetta	2	114	Cavo 1	1
49	Vite a croce ST4*1,41*15L	2	115	Cavo 2	2
50	Bullone esagonale M8*1,25*60L	1	116	Anello magnetico	1
51	Coperchio superiore del motore	1	117	Cavo superiore LED	1
52	Etichetta ID	1	118	Cavo centrale LED	1
53	Presa di corrente	1	119	Cavo inferiore del LED	1
54	Vite a croce ST2.9x9.5L	10	120	Cavo del computer superiore	1
55	Scheda di alimentazione	1	121	Cavo del computer centrale	1
56	Interruttore di alimentazione	1	122	Cavo computer inferiore	1
57	Paraurti	2	123	Inverter	1
58	Fusibile	1	124	Filtro	1
59	Rondella piatta D12*D5,2*0,8T	2	125	Induttore	1
60	Dado in nylon M5*0,8*5T	2	126	Cavo di alimentazione	1
61	Coperchio del motore	1	127	Scheda di controllo LED	1
62	Vite a brugola M10*1,5*50L	1	128	Distanziale PC	4
63	Rondella piatta in plastica D10*D24*0,4T	4	129	Chiave a brugola M6	1
64	Regolazione dell'angolo di inclinazione	1	130	Chiave a brugola M8*120L	1
65	Vite a brugola M10*1,5*65L	1	131	Chiave a brugola M4*68L	1
66	Rullo di rotolamento	2	133	Vite a croce ST4*1,41*10L	4
67	Vite a brugola M8*1,25*20L	2	134	Dado M8*1,25*6T	1
68	Rondella piatta D21*D8,5*1,5T	2	135	Distanziale D11,5*D8*3,5T	2
69	Tappo	4	136	Rondella piatta D12*D4,3*1T	7
70	Asse	2			

Manutenzione dell'unità:

- Pulire le parti in acciaio e plastica con detergenti delicati.
- Assicurarsi che tutte le parti siano completamente asciutte prima di ogni utilizzo.
- Si raccomanda di controllare tutte le viti e i bulloni ogni 6 settimane.
 - Per il serraggio utilizzare esclusivamente le chiavi in dotazione.
- Il tapis roulant deve essere utilizzato solo in ambienti chiusi e asciutti.

Pannello di controllo e computer:

L'unità è controllata da un pannello di controllo touchscreen.

- Quando il tapis roulant viene acceso, il pannello si illumina automaticamente e il display mostra tutte le impostazioni di allenamento correnti.
- Tramite il pannello, l'utente può navigare tra i menu e configurare i programmi di allenamento in base alle proprie preferenze.

Descrizione dei pulsanti funzionali:

- Pulsante di regolazione dell'angolo di inclinazione - quando viene premuto, il computer imposta automaticamente il livello di inclinazione desiderato.
- Indicatori di velocità e angolo di inclinazione - quando si modificano le impostazioni, l'indicatore corrispondente inizia a lampeggiare per indicare che il parametro viene regolato attivamente.
- Pulsante di regolazione rapida della velocità - consente di impostare istantaneamente una velocità specifica quando si preme il tasto indicato.

PULSANTI FUNZIONALI

Pulsante / Elemento	Funzione
RAFFREDDAMENTO	Avvia il programma di raffreddamento al termine dell'esercizio.
INCLINAZIONE	Serve a modificare l'angolo di inclinazione del tapis roulant durante l'allenamento e a navigare nel menu.
PROGRAMMA	Passa direttamente alla sezione del menu dedicata al programma di allenamento.
AVVIO	Avvia o riavvia la sessione di allenamento
STOP	Arresta o mette in pausa l'allenamento; tenere premuto per due secondi per resettare il computer.
ENTRARE	Conferma l'opzione selezionata o l'avvio del programma
VELOCITÀ	Consente di modificare la velocità durante l'allenamento e di navigare nel menu.
MODALITÀ LED	Permette di cambiare la modalità di illuminazione della barra LED dal menu o dalla sessione di allenamento.
Joystick	Regolano rapidamente la velocità e l'inclinazione: tirare per aumentare, spingere per diminuire.

INFORMAZIONI VISUALIZZATE SULLO SCHERMO

Parametro	Descrizione
INCLINAZIONE	Livello di pendenza attuale del tapis roulant
DISTANZA	Distanza percorsa o distanza residua
TEMPO	Durata o tempo rimanente della sessione
IMPULSO	La frequenza cardiaca attuale (BMP)
CALORIE	Numero stimato di calorie bruciate
8 x 16	Display principale che mostra la velocità e l'angolo di inclinazione
Finestra inferiore	Campo informativo: visualizza le notifiche e i messaggi del sistema

Utilizzo dell'apparecchiatura per la prima volta

1. Portare l'interruttore ON/OFF sul retro del coperchio del motore in posizione "I" (acceso).
2. Inserire la chiave di sicurezza nell'apposita fessura sulla parte anteriore del computer e agganciare la clip ai propri indumenti.
3. All'avvio, il computer visualizza:
 - la versione attuale del software,
 - la distanza totale percorsa e il tempo di allenamento.

Impostazione del profilo utente:

Per eseguire i programmi di controllo della frequenza cardiaca e l'analisi del grasso corporeo, inserire i propri dati personali:

Passo	Parametro	Pulsanti	Conferma
1	Genere	Pendenza / Velocità	INSERIMENTO
2	Età	Pendenza / Velocità	INSERIMENTO
3	Crescita	Pendenza / Velocità	ENTRARE
4	Peso	Pendenza / Velocità	INSERIMENTO

Una volta completata la configurazione, si è pronti per iniziare l'allenamento.

Modalità standby

- Dopo 5 minuti di inattività, il computer entra automaticamente in modalità standby.
- Per riattivarlo: estrarlo e reinserirlo.

Pausa e ripresa dell'allenamento

- Premere STOP per mettere in pausa l'allenamento.
- Premere START per riprendere.
- Per terminare la sessione, premere nuovamente STOP. tasto di sicurezza.

Cool Down - raffreddare il corpo

- Premere il tasto COOL DOWN per attivare il programma di rilassamento post-allenamento.
- La velocità si riduce gradualmente fino ad azzerarsi nell'arco di 2-3 minuti.

Illuminazione a LED

Il tapis roulant è dotato di strisce LED su entrambi i lati delle fasce antiscivolo. Il controllo avviene tramite il pulsante LED nel menu principale o i pulsanti di inclinazione/velocità.

Modalità di illuminazione disponibili:

Modalità	Descrizione
Corsa	I LED cambiano colore in base alla velocità: • 0 - 6 km/h → giallo • 6,1 - 12 km/h → verde • Oltre 12 km/h → rosso
Neutro	Illuminazione LED bianca fissa senza cambio di colore
Multicolore	L'utente può scegliere tra i seguenti colori: rosso, blu, verde, arancione, rosa, viola
Spento	La retroilluminazione a LED è completamente spenta

MODALITÀ DI ALLENAMENTO

1. Programma manuale

Il programma manuale consente di controllare completamente la velocità e l'angolo di inclinazione.

Fasi di impostazione:

- Selezionare il programma MANUALE e confermare con il tasto ENTER.
- Selezionare un parametro obiettivo: tempo, distanza o calorie - confermare con ENTER
- Impostare il valore target utilizzando i tasti di inclinazione/velocità e confermare con il tasto ENTER.
 ➔ L'allenamento inizia con l'inclinazione e la velocità minime. ➔ Durante la sessione, è possibile modificare i valori con i joystick o i tasti. ➔ Quando si raggiunge l'obiettivo, l'allenamento termina automaticamente e si avvia il programma Cool Down. ➔ Premere STOP per interrompere il raffreddamento.

2. Programma Basso Velocità

Pensato per le persone anziane o per i principianti - la velocità massima è di 4 km/h e la distanza viene contata in metri.

Fasi di impostazione:

- Selezionare il programma MANUALE, quindi confermare con ENTER
- Selezionare e impostare il parametro target (tempo/distanza/calorie).
- Premere START per iniziare l'allenamento
 ➔ Partenza da zero inclinazione e velocità minima ➔ Regolabile durante l'allenamento con joystick o pulsanti ➔ L'allenamento termina automaticamente al raggiungimento dell'obiettivo

3. 20 programmi di allenamento automatici

Ogni programma comprende un profilo con variazione automatica della velocità e dell'inclinazione.

Fasi di impostazione:

- Premere PROGRAM, selezionare uno dei 20 programmi e confermare con ENTER.
- Impostare un valore obiettivo: tempo, distanza o calorie
- Configurare il valore e iniziare l'allenamento premendo START.
 ➔ La velocità e la pendenza vengono regolate automaticamente ➔ L'ora di fine sessione si aggiorna dinamicamente in base al ritmo ➔ Quando si raggiunge l'obiettivo, si attiva il raffreddamento ➔ È possibile annullare il raffreddamento premendo STOP.

4. Programmi utente (USER U1-U4)

È possibile creare 4 programmi individuali, ciascuno composto da 16 segmenti con velocità e pendenza proprie.

Creare un programma:

- Selezionare U1-U4 e confermare con ENTER.
- Impostare la durata dell'allenamento
- Impostare la velocità per ogni segmento e confermare
- Quindi impostare la pendenza dei segmenti
- Al termine, premere START: il programma verrà salvato automaticamente.

Avviare il programma salvato:

- Selezionare UTENTE U1-U4
- Premere START per iniziare l'allenamento
 ➔ Durante il corso è possibile modificare i valori ➔ L'allenamento termina dopo il tempo impostato ➔ Il computer passa automaticamente alla modalità Cool Down (raffreddamento)

HRC / THR - allenamento basato sulla frequenza cardiaca

L'allenamento HRC (Heart Rate Control) consente di allenarsi in base alla propria frequenza cardiaca. Il computer regola automaticamente l'inclinazione e la velocità per mantenere il livello di pulsazioni impostato. È possibile scegliere tra tre modalità:

modalità	Descrizione
HRC 60%	Brucia grassi (sforzo più leggero)
HRC 80%	Miglioramento delle prestazioni e della forma fisica
THR (obiettivo)	Livello di BPM impostato dall'utente

Passi per HRC 60% e 80%:

- Selezionare HRC 60 PCT o HRC 80 PCT e premere ENTER.
- Impostare la durata dell'allenamento e confermare.
- Il computer visualizzerà la frequenza cardiaca target calcolata - premere START per iniziare.

Passi per la THR (frequenza cardiaca propria):

- Selezionare THR, ad esempio THR 133, e premere ENTER.
- Impostare la durata e confermare.
- Selezionare il valore della frequenza cardiaca target (default 133 BPM) e confermare.
- Premere START per iniziare l'allenamento.
 Durante la sessione, tenere le mani sui sensori del polso in modo che il computer possa misurare le pulsazioni e regolare l'intensità dell'esercizio.
 L'allenamento termina allo scadere del tempo impostato. Il programma di raffreddamento si avvia automaticamente (si può annullare premendo STOP).

TEST DEL GRASSO CORPOREO

Questo programma consente di stimare la percentuale di grasso corporeo in base ai dati dei sensori del polso.

Istruzioni:

- Selezionare il programma FAT e premere ENTER.
- Posizionare entrambe le mani sui sensori di frequenza cardiaca: la misurazione avrà inizio.
- Dopo qualche secondo, il risultato apparirà sullo schermo. Il punteggio viene visualizzato nella finestra M inferiore:

Risultato (%)	Interpretazione
<19%	Sottopeso
12-25%	Peso normale
26 - 39%	Sovrappeso
≥ 30%	Obesi

TRENING - programma a tempo e distanza

Consente di impostare un tempo e una distanza target e il computer calcolerà il tempo di completamento previsto in base al ritmo attuale. Procedura:

- Selezionare il programma TRENING, premere ENTER.
- Impostare il tempo target e confermare.
- Impostare la distanza obiettivo e confermare.
- Premere START per iniziare l'allenamento.

Durante l'allenamento:

- La finestra LED superiore indica la durata della sessione.
- La finestra della distanza mostra la distanza rimanente.
- Il riquadro principale mostra il ritmo (min/km) e il tempo di arrivo previsto.

La sessione termina quando viene raggiunta la distanza impostata. Il computer visualizza il risultato:

- "Passo superiore",
- "Tempo raggiunto".
- o "Sotto ritmo".

PULIZIA DEL TAPIS ROULANT:

Una cura regolare dell'apparecchio ne prolunga notevolmente la durata.

Prima della pulizia:

Disattivare sempre il tapis roulant dall'alimentazione elettrica per evitare scosse elettriche.

Dopo ogni sessione di allenamento:

- Pulire la console e tutte le superfici con un panno morbido e leggermente umido per rimuovere il sudore e la polvere.
- Non utilizzare detergenti o solventi forti.
- Evitare il contatto con i liquidi e non esporre l'unità alla luce del sole.

Facilitare la manutenzione:

- Si consiglia l'uso di un tappetino protettivo sotto il tapis roulant per bloccare lo sporco trasportato dalle scarpe.
- Pulire il tappetino una volta alla settimana per evitare l'accumulo di sporcizia sotto la macchina.

LUBRIFICAZIONE DEL NASTRO DI CORSA:

Il tapis roulant è lubrificato in fabbrica, ma nel tempo è necessaria un'ispezione e una manutenzione regolari.

Raccomandazioni:

- Nel primo anno (o fino a 500 ore di utilizzo) la lubrificazione non è generalmente necessaria.
- In seguito, lubrificare ogni 3 mesi o in base al grado di utilizzo.

Come lubrificare:

1. Scollegare il tapis roulant.
2. Sollevare il lato del nastro di corsa.
3. Applicare un sottile strato di grasso al silicone privo di olio all'interno della piastra, il più in profondità possibile.
4. Se sotto il nastro sono già presenti tracce di grasso, la lubrificazione non è necessaria.
5. Attendere 1 minuto prima di far funzionare il tapis roulant in modo che il grasso si distribuisca uniformemente.

DATI TECNICI:

- Dimensioni del tapis roulant: 219 x 84 x 137 cm
- Peso massimo dell'utente: 180 kg
- Peso netto: 145 kg
- Nastro del tapis roulant: 56 x 157 cm

COMPATIBILITÀ CON LE APP DI ALLENAMENTO**Kinomap**

- Allenarsi su percorsi reali di tutto il mondo con video interattivi
- Gareggia con altri utenti online in tempo reale
- Ricezione di regolazioni dinamiche di velocità e pendenza per il percorso scelto
- App disponibile per Android e iOS

**Allenamento iConsole+**

- Controllate il vostro tapis roulant direttamente dal vostro telefono o tablet tramite Bluetooth
- Creazione di programmi di allenamento personalizzati e monitoraggio dei progressi
- Utilizzate le seguenti modalità: manuale, a intervalli, HRC, Grasso corporeo, Recupero
- Integrazione con Google Maps e analisi dei dati di allenamento

Saugos pastabos

1. Prieš pirmą kartą naudodami prietaisą atidžiai perskaitykite naudojimo instrukciją ir išsaugokite ją ateityje.
2. Laikykites visų įspėjimų ir saugos instrukcijų, įskaitant surinkimo taisykles. Mašiną galima naudoti tik pagal paskirtį.
3. Siekdami užtikrinti savo saugumą, mašiną surinkite ir naudokite vadovaudamiesi šiomis instrukcijomis. Taip pat informuokite kitus naudotojus apie taisyklingo mašinos naudojimo taisykles.
4. Saugokite mašiną nuo vaikų ir gyvūnų. Vaikų be priežiūros prie įrangos negalima leisti. Surinkti ir naudoti leidžiama tik suaugusiems.
5. Prieš pradėdami mankštos programą, pasitarkite su gydytoju, ypač jei vartojate vaistus arba turite sveikatos problemų (pvz., aukštas kraujospūdis, širdies ritmo sutrikimai).
6. Mankštos metu stebėkite savo kūną. Nedelsdami nutraukite treniruotę, jei jaučiate skausmą, spaudimą krūtinėje, galvos svaigimą, pykinimą, dusulį ar nereguliarų pulsą.
7. Pastatykite mašiną ant lygaus, sauso ir švaraus paviršiaus, išlaikydami ne mažesnę kaip 0,6 m tarpą aplink mašiną.
8. Naudokite tinkamą sportinę aprangą ir avalynę. Venkite laisvų drabužių, galinčių užsikabinti už judančių dalių.
9. Įrenginio negalima naudoti lauke.
10. Prieš kiekvieną treniruotę patikrinkite įrenginio būklę - atkreipkite dėmesį į nusidėvėjimo ar pažeidimų požymius.
11. Pastebėję aštrių briaunų, nustokite naudotis įranga.
12. Jei pasigirsta neįprastų garsų ar vibracijų, nedelsdami nutraukite treniruotę.
13. Reguluojamos sudedamosios dalys neturi išsikišti ir trukdyti naudotis įranga. Vienu metu įrenginiu gali naudotis tik vienas asmuo.
14. Stabdymas nepriklauso nuo greičio - įrangoje įrengta nepriklausoma stabdymo sistema.
15. Įranga nėra skirta gydymo ar reabilitacijos tikslams.
16. Transportuodami ar keldami būkite atsargūs, kad išvengtumėte nugaros traumų. Jei reikia, naudokitės antro asmens pagalba.
17. Draudžiama patiems keisti įrenginio konstrukciją. Iškilus problemoms, kreipkitės į įgijotąjį techninės priežiūros centrą.
18. Rekomenduojamas prietaiso veikimo temperatūros diapazonas yra 15-25 °C.
19. Didžiausias leistinas naudotojo svoris: 180 kg.
20. Įrenginys priskiriamas SB klasei pagal EN ISO 20957-1 ir yra skirtas naudoti buityje ir pusiau komerciniais tikslais.

MONTAŽAS:**1 etapas - kolonėlių montavimas ir kabelių prijungimas**

Prieš montuodami dešinę koloną (3):

- Sujunkite laidą (119) su laidu (118)
- Sujunkite laidą (122) su laidu (121)

Tada pritvirtinkite stulpelius (3) ir (2) prie pagrindinio bėgimo takelio rėmo naudodami priveržtuosius varžtus (10) - kaip parodyta paveikslėlyje.

PASTABA: Šiame etape varžtų per daug neužveržkite, kad būtų lengviau toliau montuoti.

2 veiksmas - laikiklių montavimas ir laidų jungtys

Rekomenduojama antro asmens pagalba.

- Prijunkite šiuos laidus:
 - (118) su (117)
 - (121) su (120)
- Pritvirtinkite rankenas (4) prie bėgimo takelio kolonos, stengdamiesi nesuspausti laidų tarp rankenos ir kolonos.
- Kai jos bus tinkamai pritvirtintos, priveržkite varžtus (91). Šiame etape juos jau galite priveržti visam laikui.

3 žingsnis - kompiuterio montavimas

Vėlgi pravers antro asmens pagalba.

- Prijunkite visus laidus pagal pridėdamą brėžinį.
- Uždėkite kompiuterį (84) ant trijų laikiklių ir pritvirtinkite jį medsaigčiais (92).

4 veiksmas - priveržkite konstrukciją ir sumontuokite dangtelius.

- Tvirtai priveržkite visus 1 žingsnyje pritvirtintus varžtus (10).
- Uždėkite šoninių kolonėlių dangtelius, vadovaudamiesi "b" iliustracija.
- Stumkite dangtelius žemyn iki galutinės padėties, kaip parodyta iliustracijoje "c".
- Pritvirtinkite juos varžtais (11).

Tiekimas

Prieš pradėdami treniruotis, įsitikinkite, kad pagrindinis maitinimo jungiklis (esantis variklio dangčio gale) nustatytas į ON padėtį. Taip pat patikrinkite, ar maitinimo laidas tinkamai įjungtas į įžemintą lizdą.

**Saugos raktas**

Kad bėgimo takelis tinkamai veiktų, saugos raktas turi būti lizde. Išėmus raktą treniruotės metu, treniruoklis automatiškai sustos. Neišėmus rakto, bėgimo takelis lieka išjungtas.

1. Saugos raktas
2. Spaustukas

**Bėgimo takelio išlyginimas**

Kad bėgimo takelis veiktų stabiliai, jį galima išlyginti reguliuojamomis kojelėmis, esančiomis po galine bėgimo lentos dalimi. Bėgimo takelį rekomenduojama statyti ant lygaus, kieto paviršiaus.

**Bėgimo juostos reguliavimas**

Reguliari bėgimo diržo priežiūra yra būtina, kad jis būtų ilgaamžis ir tinkamai veiktų.

Tikrinimo dažnumas:

- Kas 1-2 mėnesius arba
- Po kas 50 naudojimo valandų - net jei bėgimo takelis ilgą laiką nebuvo naudojamas.

Diržo tepimas:

- Atjunkite bėgimo takelį nuo maitinimo šaltinio.
- Atlaisvinkite įtempimo varžtus abiejose galinio ritinėlio pusėse.
- Užtepkite silikoninio tepalo ant važiuojamosios plokštės po diržu.
- Baigę - priveržkite varžtus.

Diržo išlyginimo koregavimas:

Naudojimo pradžioje diržas gali šiek tiek išsitempti ir pasislinkti į šoną. Norėdami tai ištaisyti (2 paveikslėlis):

1. Įjunkite bėgimo takelį ir nustatykite 3-5 km/h greitį.
2. Patikrinkite diržo centravimą - jei:
 - bėga į kairę → šiek tiek priveržkite kairįjį varžtą (pagal laikrodžio rodyklę),
 - ištrūksta į dešinę → priveržkite dešinįjį varžtą.
3. Jei diržas per daug įtemptas, atlaisvinkite abu varžtus priešinga kryptimi.
4. Įsitikinkite, kad diržas nėra nei banguotas, nei pernelyg įtemptas.
 1. Padidinkite diržo įtempimą
 2. Sumažinkite diržo įtempimą



Nr.	Aprašymas	Kiekis	Nr.	Aprašymas	Kiekis
1	Pagrindinis rėmas	1	71	Nailoninė poveržlė D21*D37*3T	4
2	Kairė kolona	1	72	Plokščioji poveržlė D25xD8,5x2T	4
3	Dešinysis stulpelis	1	73	Amortizatorius	2
4	Laikikliai	1	74	Impulsų jutiklio plokštė	2
5	Skersinė kolonos atrama	1	75	Allen varžtas M8*1,25*45L	2
6	Balastas	1	76	Allen varžtas M8*1,25*40L	1
7	Kompiuterio laikiklis (2)	3	77	Impulso matavimo jutiklis	4
8L	Apatinis kairės kolonos dangtelis	1	78	Apatinė impulsų jutiklio plokštelė	2
8R	Apatinis dešiniosios kolonos dangtelis	1	79	Varžtas ST4x1,41x15L	2
9L	Kairės pusės variklio dangtis	1	80	Rankena	1
9R	Dešinės pusės variklio dangtis	1	81	Sraigtas M5*0,8*10L	9
10	Allen varžtas M10*1,5*65L	6	82	Apatinis kompiuterio dangtelis	1
11	Kryžminis varžtas M5*0,8*15L	7	83	Šoninis kompiuterio dangtelis	1
12	Vidinis šešiakampis CSK tipo varžtas M8*1,25*35L	8	84	Kompiuteris	1
13	Bėgimo takelio plokštė	1	85L	Kairysis bėgimo takelio reguliavimo valdiklis	1
14	Difuzorius	2	86R	Dešinysis bėgimo takelio reguliavimo valdiklis	1
15	LED juostelė	2	86L	Lipdukas po vairalazde (kairėje)	1
16	LED juostelės kabelis	2	86R	Lipdukas po vairalazde (dešinėje)	1
17	Bėgimo diržas	1	87	Varžtas ST4*1.41*12L	6
18	Neslystančios juostelės (2)	2	88	Rankenos lizdas	2
19	Neslystančios juostelės (3)	2	89	Planšetės laikiklis	1
20	Protektoriaus plokštės apsauga	2	90L	Kairės rankenos laidas	1
21	Važiuklės dangtis	2	90R	Dešiniosios rankenos laidas	1
22	Neslystanti juosta	2	91	Allen varžtas M10*1,5*20L	4
23	Kryžminis varžtas ST4.2*15L	62	92	Allen varžtas M6*1*15L	7
24	Metalinis spaustukas	8	93	Impulsų jutiklio kabelis	2
25	Amortizatorius (4)	2	94	Amortizatorius(2)	2
26	Amortizatorius (3)	2	95	Apsauginio raktų lizdas	1
27	Plokščioji poveržlė D16*D8,5*1,2T	6	96	Apsauginis raktas	1
28	Nailoninė veržlė M8*1,25*8T	6	97	Apsauginio raktų spaustukas	1
29	Allen varžtas M8*1,25*20L	8	98	Avarinio stabdymo laidas	1
30	Galinis ritinėlis	1	99	Apsauginė plokštelė	2
31	Allen varžtas M10*1,5*80L	3	100	Vidinis apsauginio raktų lizdas	2
32	Galinis dangtelis	1	101	Varžtas ST4.2*25L	7
33	Amortizatorius (1)	2	102	Saugos raktų plokštelė	1
34	Lyginimo kojelės	2	103	Viršutinis rankenos dangtelis	1
35	Priekinis velenėlis	1	104	Apatinis rankenos dangtelis	1
36	Allen varžtas M10*1,5*45L	1	105L	Šoninės rankenos dangtelis (kairysis)	1
37	Diržas	1	105R	Šoninės rankenos dangtelis (dešinysis)	1
38	AC3,0 AG variklis	1	106L	Vidinis šoninis dangtelis (kairysis)	1
39	Nailoninė veržlė M10*1,5*10T	6	106R	Vidinis šoninis dangtelis (dešinysis)	1
40	Plokščioji poveržlė D20*D11*2T	12	107L	Rankenos dangtelis (kairysis)	1
41	Allen varžtas M10*1,5*30L	4	107R	Pagrindinis rankenos dangtelis (dešinysis)	1
42	Izoliacinė tarpinė (1)	5	108	Varžtas M5*0,8*15L	4
43	Plokščioji poveržlė D28*D14*2T	4	109	Plokščioji poveržlė D15*D5.2*1.0T	4
44	Bamperis	4	110	Įžeminimo kabelis	1
45	Montavimo plokštė	3	111	Įžeminimo kabelis (2)	1
46	Reguliavimo ritinėlis	2	112	Kabelis 1	1
47	Variklio plokštė	7	113	Trosas 2	2
48	Kabelio kaklaraištis	2	114	Kabelis 1	1
49	Kryžminis varžtas ST4*1.41*15L	2	115	Kabelis 2	2
50	Šešiakampis varžtas M8*1,25*60L	1	116	Magnetinė kilpa	1
51	Viršutinis variklio dangtis	1	117	Viršutinis LED kabelis	1
52	Identifikavimo žymė	1	118	LED centrinis kabelis	1
53	Kištukinis lizdas	1	119	LED apatinis kabelis	1
54	Kryžminis varžtas ST2.9x9.5L	10	120	Viršutinis kompiuterio kabelis	1
55	Maitinimo šaltinio plokštė	1	121	Centrinio kompiuterio kabelis	1
56	Maitinimo jungiklis	1	122	Apatinis kompiuterio kabelis	1
57	Bamperis	2	123	Inverteris	1
58	Saugiklis	1	124	Filtrai	1
59	Plokščioji poveržlė D12*D5.2*0.8T	2	125	Induktorius	1
60	Nailoninė veržlė M5*0,8*5T	2	126	Maitinimo kabelis	1
61	Variklio dangtis	1	127	LED valdymo plokštė	1
62	Allen varžtas M10*1,5*50L	1	128	Kompiuterio tarpinė	4
63	Plastikinė plokščia poveržlė D10*D24*0,4T	4	129	Alleninis raktas M6	1
64	Pakreipimo kampo reguliavimas	1	130	Alleninis raktas M8*120L	1
65	Allen varžtas M10*1,5*65L	1	131	Alleninis raktas M4*68L	1
66	Ritinėlis	2	133	Kryžminis varžtas ST4*1.41*10L	4
67	Allen varžtas M8*1,25*20L	2	134	Veržlė M8*1,25*6T	1
68	Plokščioji poveržlė D21*D8,5*1,5T	2	135	Distancinė tarpinė D11.5*D8*3.5T	2
69	Dangtelis	4	136	Plokščioji poveržlė D12*D4.3*1T	7
70	Ašis	2			

Irenginio techninė priežiūra:

- Plienines ir plastines dalis valykite švelniais valymo priemonėmis.
- Prieš kiekvieną naudojimą įsitikinkite, kad visos dalys yra visiškai sausas.
- Rekomenduojama kas 6 savaites patikrinti visus varžtus ir varžtelius.
 - Jiems priveržti naudokite tik pateiktus veržliarakčius.
- Bėgimo takelis turi būti naudojamas tik sausoje patalpoje.

Valdymo skydelis ir kompiuteris:

Bėgimo takelis valdomas jutikliniu valdymo skydeliu.

- Įjungus bėgimo takelį, skydelis automatiškai užsidega, o ekrane rodomi visi esami treniruotės nustatymai.
- Naudojamas skydeliu naudojamas gali naršyti po meniu ir konfigūruoti treniruočių programas pagal savo pageidavimus.

Funkcinių mygtukų aprašymas:

- Paspaudus šį mygtuką, kompiuteris automatiškai nustato norimą nuolydžio lygį.
- Greičio ir posvyrio kampo indikatoriai - keičiant nustatymus, atitinkamas indikatorius pradeda mirksėti, rodydamas, kad parametras aktyviai reguliuojamas.
- Greito greičio reguliavimo mygtukas - leidžia iš karto nustatyti konkretų greitį, kai paspaudžiamas nurodytas mygtukas.

FUNKCINIAI MYGTUKAI

Mygtukas / elementas	Funkcija
APSAUGINIMAS NUSTATYTAS	Pradeda vėsinimo programą pasibaigus pratyboms
INCLINE	Naudojamas bėgimo takelio polinkio kampui keisti treniruotės metu ir naršyti meniu
PROGRAMA	Pereina tiesiai į meniu skyrių "Treniruočių programa".
START	Paleidžia arba iš naujo paleidžia treniruotę
STOP	Sustabdo arba pristabdo mokymą; palaikykite dvi sekundes, kad kompiuteris būtų iš naujo nustatytas.
ENTER	Patvirtina pasirinktą parinktį arba programos pradžią
SPEED	Leidžia keisti greitį treniruotės metu ir naršyti meniu
LED MODE	Leidžia perjungti LED juostos apšvietimo režimą meniu arba treniruotės metu
Džoistikos svirtelės	Greitai reguliuokite greitį ir nuolydį: traukdami didinkite, stumdami mažinkite.

EKRANE RODOMA INFORMACIJA

Parametras	Aprašymas
INCLINE	Dabartinis bėgimo takelio nuolydžio lygis
DISTANCE	Nuvažiutas atstumas arba likęs atstumas
TIME	Sesijos trukmė arba likęs laikas
PULSAS	Jūsų dabartinis širdies susitraukimų dažnis (BMP)
KALORIJOS	Apskaičiuotas sudegintų kalorijų skaičius
8 x 16	Pagrindinis ekranas, rodantis greitį ir nuolydžio kampą
Apatinis langas	Informacinis laukas - rodomi sistemos pranešimai ir žinutės

Įrangos naudojimas pirmą kartą

1. Nustatykite įjungimo / išjungimo jungiklį, esantį variklio dangčio galinėje pusėje, į padėtį "I" (įjungta).
2. Įdėkite apsauginį raktą į kompiuterio priekyje esantį lizdą ir prisekite segtuką prie drabužių.
3. Kai kompiuteris įsijungia, ekrane pasirodys:
 - dabartinė programinės įrangos versija,
 - bendras įveiktas atstumas ir pratybų laikas.

♂ Vartotojo profilio nustatymas:

Norėdami paleisti širdies ritmo valdymo programas ir kūno riebalų analizę, įveskite savo asmeninius duomenis:

Žingsnis	Parametras	Mygtukai	Patvirtinimas
1	Lytis	Nuolydis / greitis	ENTER
2	Amžius	Nuolydis / greitis	ĮRAŠYTI
3	Augimas	Nuolydis / greitis	ĮRAŠYTI
4	Svoris	Nuolydis / greitis	ĮRAŠYTI

Baigę konfigūravimą, galite pradėti treniruotę.

Budėjimo režimas

- Po 5 minučių neveikimo kompiuteris automatiškai pereina į budėjimo režimą.
- Norėdami jį vėl įjungti: išimkite ir vėl įdėkite.

Sustabdyti ir atnaujinti treniruotę

- Paspauskite STOP, kad sustabdytumėte treniruotę.
- Paspauskite START, kad pratęstumėte treniruotę.
- Norėdami baigti treniruotę, dar kartą paspauskite STOP. saugos klavišą.

Cool Down - atvėsinkite savo kūną

- Paspauskite mygtuką COOL DOWN, kad įjungtumėte ramino po treniruotės programą.
- Per 2-3 minutes greitis palaipsniui sumažės iki nulio.

LED apšvietimas

Bėgimo takelio abiejose neslystančių juostų pusėse yra LED juostelės. Valdymas atliekamas LED mygtuku pagrindiniame meniu arba nuolydžio / greičio mygtukais.

Galimi apšvietimo režimai:

Režimas	Aprašymas
Bėgimas	Šviesos diodai keičia spalvą priklausomai nuo greičio: • 0 - 6 km/h → geltona • 6,1 - 12 km/h → žalia • Daugiau kaip 12 km/h → raudona
Neutralus	Pastovus baltas LED apšvietimas, nekeičiantis spalvos
Įvairiaspalvis	Naudotojas gali rinktis iš šių spalvų: raudonos, mėlynos, žalios, oranžinės, rožinės, violetinės
Išjungta	LED foninis apšvietimas visiškai išjungtas

TRENIUOČIŲ REŽIMAI**1. Rankinė programa**

Rankinė programa leidžia visiškai kontroliuoti greitį ir pasvirimo kampą.

Nustatymo etapai:

- Pasirinkite rankinę programą ir patvirtinkite ENTER mygtuku.
- Pasirinkite tikslinį parametą: laiką, atstumą arba kalorijas - patvirtinkite klavišu ENTER.
- Nustatykite tikslinę vertę naudodami nuolydžio ir (arba) greičio klavišus ir patvirtinkite klavišais ENTER.
 ➔ Treniruotė pradeda nuo mažiausio nuolydžio ir greičio. ➔ Užsiėmimo metu galite keisti reikšmes naudodami valdiklius arba mygtukus. ➔ Pasiekus tikslą, treniruotė automatiškai baigiasi ir prasideda atvėsimo programa. ➔ Paspauskite STOP, kad sustabdytumėte vėsinimą.

2. Mažo greičio programa

Skirta pagyvenusiems žmonėms arba pradedantiesiems - didžiausias greitis yra 4 km/h, o atstumas skaičiuojamas metrais.

Nustatymo žingsniai:

- Pasirinkite MANUAL programą, tada patvirtinkite ENTER.
- Pasirinkite ir nustatykite tikslinį parametą (laikas / atstumas / kalorijos).
- Paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę
 ➔ Pradedama nuo nulio nuolydžio ir mažiausio greičio ➔ . Reguluojama treniruotės metu valdikliais arba mygtukais. ➔ Treniruotė baigiasi automatiškai, kai pasiekiamas tikslas

3. 20 automatinų treniruočių programų

Kiekvienoje programoje yra profilis su automatiškai kintančiu greičiu ir nuolydžiu.

Nustatymo etapai:

- Paspauskite PROGRAM, pasirinkite vieną iš 20 programų ir patvirtinkite ENTER.
- Nustatykite tikslinę vertę: laiką, atstumą arba kalorijas
- Sukonfigūruokite vertę ir pradėkite treniruotę paspausdami START
 ➔ Greitis ir nuolydis reguliuojami automatiškai ➔ Sesijos pabaigos laikas dinamiškai atnaujinamas atsižvelgiant į jūsų tempą ➔ Pasiekus tikslą, įjungiamas atvėsimas ➔ Atvėsimą galite atšaukti paspausdami STOP.

4. Vartotojo programos (USER U1-U4)

Galite sukurti 4 individualias programas, kurių kiekvieną sudaro 16 segmentų su savo greičiu ir nuolydžiu.

Sukurkite programą:

- Pasirinkite U1-U4 ir patvirtinkite ENTER.
- Nustatykite treniruotės trukmę
- Nustatykite kiekvieno segmento greitį ir patvirtinkite.
- Tada nustatykite segmentų nuolydį
- Baigę paspauskite START - programa bus išsaugota automatiškai.

Paleiskite išsaugotą programą:

- Pasirinkite USER U1-U4
- Paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę
 ➔ Treniruotės metu galite keisti reikšmes ➔ Treniruotė baigiasi praėjus nustatytam laikui ➔ Kompiuteris automatiškai persijungia į atvėsimo režimą

HRC / THR - treniruotės pagal širdies ritmą

HRC (širdies ritmo kontrolė) treniruotės leidžia treniuotis pagal savo širdies ritmą. Kompiuteris automatiškai reguliuoja nuolydį ir greitį, kad palaikytų nustatytą pulso lygį. Galima rinktis iš trijų režimų:

režimas	Aprašymas
HRC 60%	Riebalų deginimas (lengvesnės pastangos)
HRC 80%	Didesnis našumas ir geresnė fizinė būklė
THR (tikslas)	Vartotojo nustatytas BPM lygis

HRC 60 % ir 80 % žingsniai:

- Pasirinkite HRC 60 PCT arba HRC 80 PCT ir paspauskite ENTER.
- Nustatykite treniruotės trukmę ir patvirtinkite.
- Kompiuteris parodys apskaičiuotą tikslinį širdies susitraukimų dažnį - paspauskite START, kad pradėtumėte.

THR (savo širdies ritmo) žingsniai:

- THR, pvz., THR 133, ir paspauskite ENTER.
- Nustatykite trukmę ir patvirtinkite.
- Pasirinkite tikslinę širdies ritmo vertę (pagal nutylėjimą 133 BPM) ir patvirtinkite.
- Paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę.
 Treniruotės metu laikykite rankas ant pulso jutiklių, kad kompiuteris galėtų matuoti pulsą ir reguliuoti treniruotės intensyvumą. Treniruotė baigsis praėjus nustatytam laikui. Automatiškai prasidės atvėsimo programa (ją galite atšaukti paspausdami STOP).

KŪNO RIEBALŲ TESTAS

Ši programa leidžia įvertinti riebalų kiekį jūsų kūne pagal pulso jutiklių duomenis. Instrukcijos:

- Pasirinkite programą FAT ir paspauskite ENTER.
- Uždėkite abi rankas ant pulso jutiklių - prasidės matavimas.
- Po kelių sekundžių ekrane pasirodys rezultatas. Rezultatas bus rodomas apatiname M lange:

Rezultatas (%)	Interpretacija
<19%	Nepakankamas svoris
12-25%	Normalus svoris
26 - 39%	Antsvoris
≥ 30%	Nutukę

TRENING - laiko ir atstumo programa

Galite nustatyti tikslinį laiką ir atstumą, o kompiuteris apskaičiuos numatomą baigimo laiką pagal jūsų dabartinį tempą. Žingsniai:

- Pasirinkite programą TRAINING, paspauskite ENTER.
- Nustatykite tikslinį laiką ir patvirtinkite.
- Nustatykite tikslinį atstumą ir patvirtinkite.
- Paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę.

Treniruotės metu:

- Viršutiniame LED lange rodoma treniruotės trukmė.
- Atstumo lange rodomas likęs atstumas.
- Pagrindiniame informacijos lange rodomas tempas (min/km) ir numatomas finišo laikas.

Sesija baigiasi, kai pasiekiamas nustatytas atstumas. Kompiuteryje bus rodomas rezultatas:

- "Viršytas tempas".
- "Pasiektas tempas".
- arba "Žemesnis už tempą".

BĖGIMO TAKELIO VALYMAS:

Reguliari bėgimo takelio priežiūra gerokai prailgina jo tarnavimo laiką.

Prieš valydami:

Kad išvengtumėte elektros smūgio, visada išjunkite bėgimo takelį iš elektros tinklo.

Po kiekvienos treniruotės:

- Nuvalykite konsolę ir visus paviršius minkšta, šiek tiek drėgna šluoste, kad pašalintumėte prakaitą ir dulkes.
- Nenaudokite stiprių ploviklių ar tirpiklių.
- Venkite skysčių sąlyčio su kompiuteriu ir nelaikykite įrenginio saulės spinduliuose.

Palengvinkite techninę priežiūrą:

- Rekomenduojame po bėgimo takeliu naudoti apsauginį kilimėlį, kad būtų sustabdytas batų nešamas purvas.
- Kilimėlį valykite kartą per savaitę, kad po aparatu nesikauptų nešvarumų.

BĖGIMO DIRŽO TEPIMAS:

Bėgimo takelis suteptas gamykloje, tačiau laikui bėgant būtina reguliariai jį tikrinti ir prižiūrėti.

Rekomendacijos:

- Per pirmuosius metus (arba iki 500 naudojimo valandų) paprastai tepimo nereikia.
- Vėliau tepkite kas 3 mėnesius arba pagal naudojimo laipsnį.

Kaip tepti:

1. Išjunkite bėgimo takelį iš elektros tinklo.
2. Pakelkite bėgimo diržo šoną.
3. Plonu sluoksniu - kuo giliau - užtepkite silikoninio tepalo be alyvos ant vidinės plokštelės pusės.
4. Jei po diržu jau yra tepalo pėdsakų, tepti nereikia.
5. Prieš paleisdami bėgimo takelį palaukite 1 minutę, kad tepalas tolygiai pasiskirstytų.

TECHNINIAI DUOMENYS:

- Bėgimo takelio matmenys: 219 x 84 x 137 cm
- Didžiausias naudotojo svoris: 180 kg
- Grynasis svoris: 145 kg
- Bėgimo takelio diržas: 56 x 157 cm

SUDERINAMUMAS SU TRENIRUOČIŲ PROGRAMĖLĖMIS**Kinomap**

- Treniruokitės tikruose maršrutuose visame pasaulyje su interaktyviais vaizdo įrašais
- Varžykitės su kitais naudotojais internete realiuoju laiku
- Gaukite dinaminį greičio ir nuolydžio reguliavimą pagal pasirinktą maršrutą
- Programėlę galima naudoti "Android" ir "iOS" operacinėse sistemose

**"iConsole+" mokymas**

- Valdykite bėgimo takelį tiesiogiai iš savo telefono ar planšetinio kompiuterio per "Bluetooth"
- Sukurkite savo treniruočių programas ir stebėkite savo pažangą
- Naudokite šiuos režimus: rankinį, intervalinį, HRC, kūno riebalų, atsigavimo
- Integracija su "Google" žemėlapiais ir treniruočių duomenų analize

Drošības piezīmes

1. Pirms pirmās lietošanas uzmanīgi izlasiet lietošanas instrukciju un saglabāiet to turpmākai lietošanai.
2. Ievērojiet visus brīdinājumus un drošības norādījumus, tostarp montāžas noteikumus. Mašīnu drīkst lietot tikai paredzētajam mērķim.
3. Lai nodrošinātu savu drošību, mašīnu samontējiet un lietojiet saskaņā ar šiem norādījumiem. Informējiet arī citus lietotājus par mašīnas pareizas lietošanas noteikumiem.
4. Sargājiet ierīci no bērniem un dzīvniekiem. Bez uzraudzības nedrīkst pie iekārtas pieļaut bērņus. Montāža un lietošana ir atļauta tikai pieaugušajiem.
5. Pirms vingrošanas programmas uzsākšanas konsultējieties ar ārstu, īpaši, ja lietojat medikamentus vai jums ir veselības problēmas (piemēram, augsts asinsspiediens, sirds ritma traucējumi).
6. Uzaugiet savu ķermeni vingrinājumu laikā. Nekavējoties pārtrauciet treniņu, ja jūtat sāpes, sasprindzinājumu krūtīs, reiboni, sliktu dūšu, elpas trūkumu vai neregulāru pulsu.
7. Novietojiet mašīnu uz līdzenas, sausas un tīras virsmas, saglabājot vismaz 0,6 m brīvu vietu ap mašīnu.
8. Izmantojiet piemērotu sporta apģērbu un apavus. Izvairieties no valģļa apģērba, kas var aizķerties uz kustīgajām daļām.
9. Ierīci nedrīkst lietot ārpus telpām.
10. Pirms katra treniņa pārbaudiet iekārtas stāvokli - pievērsiet uzmanību nodiluma vai bojājumu pazīmēm.
11. Ja pamanāt asas malas, pārtrauciet iekārtas lietošanu.
12. Ja rodas neparastas skaņas vai vibrācijas, nekavējoties pārtrauciet treniņu.
13. Regulējamās sastāvdaļas nedrīkst izvirzīties vai traucēt iekārtas lietošanu. Iekārtu vienlaikus drīkst lietot tikai viena persona.
14. Bremzēšana nav atkarīga no ātruma - iekārta ir aprīkota ar neatkarīgu bremzēšanas sistēmu.
15. Iekārta nav paredzēta terapeitiskiem vai rehabilitācijas mērķiem.
16. Lai izvairītos no muguras traumām, pārvadājot vai paceļot ierīci, esiet piesardzīgi. Ja nepieciešams, izmantojiet otras personas palīdzību.
17. Ir aizliegts pašiem mainīt ierīces konstrukciju. Ja rodas problēmas, sazinieties ar pilnvaroto servisa centru.
18. Ierīces ieteicamais darba temperatūras diapazons ir 15-25°C.
19. Maksimālais pieļaujamais lietotāja svars: 180 kg.
20. Iekārta atbilst SB klasei saskaņā ar EN ISO 20957-1 un ir paredzēta lietošanai māsāimniecībās un daļēji komerciāliem mērķiem.

MONTĀŽA:**1. posms - Kolonnu montāža un kabeļu savienošana**

Pirms montāžas uzmontējiet labo kolonnu (3):

- Savienojiet vadu (119) ar vadu (118)
- Savienojiet vadu (122) ar vadu (121).

Pēc tam piestipriniet kolonnas (3) un (2) pie skrejceļa galvenā rāmja, izmantojot sešstūra skrūves (10) - kā parādīts attēlā.

PIEZĪME: Šajā posmā skrūves nevajag pievilkt pārāk cieši, lai atvieglotu turpmāko montāžu.

Solis Nr. 2 - Kronšteinu montāža un vadu savienojumi

Ieteicama otras personas palīdzība.

- Savienojiet šādus vadus:
 - (118) ar (117)
 - (121) ar (120)
- Piestipriniet rokturus (4) pie skrejceļa kolonnas, uzmanoties, lai nespīestu vadus starp rokturi un kolonnu.
- Kad rokturi ir pareizi iestiprināti, pievelciet skrūves (91). Šajā posmā tās var piestiprināt pastāvīgi.

posms - Datora montāža

Arī šajā gadījumā noderēs otras personas palīdzība.

- Savienojiet visus vadus saskaņā ar pievienoto rasējumu.
- Uzlieciet datoru (84) uz trim kronšteinu un nostipriniet to ar sešstūra skrūvēm (92).

4. solis - Pievelciet konstrukciju un uzstādiet pārsegu.

- Stingri pievelciet visas 1. solī piestiprinātās skrūves (10).
- Uzlieciet sānu kolonnu vākus, ievērojot "b" attēlu.
- Novietojiet vākus uz leju līdz to galīgajai pozīcijai, kā parādīts "c" attēlā.
- Piestipriniet tos ar skrūvēm (11).

Piegāde

Pirms treniņa uzsākšanas pārliecinieties, ka galvenais strāvas slēdzis (atrodas motora vāciņa aizmugurē) ir iestatīts pozīcijā ON (ieslēgts).

Pārbaudiet arī, vai strāvas vads ir pareizi ieslēgts iezemētā kontaktligzdā.

**Drošības atslēga**

Lai skrejceļš darbotos pareizi, drošības atslēgai jābūt kontaktligzdā. Izņemot atslēgu treniņa laikā, iekārta automātiski apstāsies. Bez atslēgas skrejceļš paliek izslēgtā režīmā.

1. Drošības atslēga
2. Skava

**Skrejceļa nolīdzināšana**

Lai nodrošinātu stabili darbību, skrejceļu var izlīdzināt, izmantojot regulējamās kājiņas, kas atrodas zem skrejceļa aizmugures. Ierīci ieteicams novietot uz līdzenas, cietas virsmas.

**Skriešanas siksnas regulēšana**

Regulāra skrejceļa uzturēšana ir būtiska tā ilgmūžībai un pareizai darbībai.

Pārbaudes biežums:

- Ik pēc 1-2 mēnešiem vai
- Pēc katrām 50 lietošanas stundām - pat tad, ja skrejceļš ilgu laiku nav ticis lietots.

Jostas elļošana:

- Atvienojiet skrejceļu no strāvas padeves.
- Atbrīvojiet spriegošanas skrūves abās aizmugurējā veltņa pusēs.
- Uzklājiet silikona smērvielu uz slīdošās plāksnes zem siksnas.
- Kad viss ir pabeigts, pievelciet skrūves.

Jostas regulēšanas korekcija:

Lietošanas sākumā josta var nedaudz izstiepties un kustēties uz sāniem. Lai to labotu (2. attēls):

1. Ieslēdziet skrejceļu un iestatiet ātrumu 3-5 km/h.
2. Pārbaudiet jostas centrēšanu - ja:
 - sikсна aizbēg uz kreiso pusi → nedaudz pievelciet kreiso skrūvi (pulksteņrādītāja kustības virzienā),
 - izkļūst pa labi → pievilkt labo skrūvi.
3. Ja josta ir pārāk saspringta, atskrūvējiet abas skrūves pretējā virzienā.
4. Pārliecinieties, ka josta nav ne viļņota, ne pārāk saspringta.
 1. Palieliniet siksnas spriegojumu
 2. Samaziniet jostas spriegojumu



Nr.	Apraksts	Daudzum s	Nr.	Apraksts	Daudzum s
1	Galvenais rāmis	1	71	Neilona paplāksne D21*D37*3T	4
2	Kreisā kolonna	1	72	Plakanā paplāksne D25xD8,5x2T	4
3	Labā kolonna	1	73	Amortizators	2
4	Kronšteini	1	74	Impulsu sensora plate	2
5	Šķērss kolonnas balsts	1	75	Sešstūra skrūve M8*1,25*45L	2
6	Balasts	1	76	Sešstūra skrūve M8*1,25*40L	1
7	Datora kronšteins (2)	3	77	Impulsu mērīšanas sensors	4
8L	Kreisās kolonnas apakšējais vāks	1	78	Apakšējā impulsa sensora plāksne	2
8R	Apakšējais labās kolonnas vāks	1	79	Skrūve ST4x1,41x15L	2
9L	Kreisās puses motora pārsegs	1	80	Rokturis	1
9R	Labās puses motora pārsegs	1	81	Skrūve M5*0,8*10L	9
10	Seleņskrūve M10*1,5*65L	6	82	Apakšējais datora vāks	1
11	Phillips skrūve M5*0,8*15L	7	83	Sānu datora vāks	1
12	Iekšējā sešstūra veida skrūve CSK M8*1,25*35L	8	84	Dators	1
13	Skrejceļa plāksne	1	85L	Kreisais džostick skrejceļa regulēšanai	1
14	Difuzors	2	86R	Labais džostiks skrejceļa regulēšanai	1
15	LED sloksne	2	86L	Uzlīme zem vadības sviras (pa kreisi)	1
16	LED lentes kabelis	2	86R	Uzlīme zem vadības sviras (labajā pusē)	1
17	Skriešanas siksnā	1	87	Skrūve ST4*1.41*12L	6
18	Pretslīdes sloksnes (2)	2	88	Roktura ligzda	2
19	Pretslīdes sloksnes (3)	2	89	Planšetdatora turētājs	1
20	Protektora aizsargplāksnes aizsargs	2	90L	Kreisās puses roktura trose	1
21	Braukšanas dēļa pārsegs	2	90R	Labās puses roktura trose	1
22	Pretslīdes lente	2	91	Sešstūra skrūve M10*1,5*20L	4
23	Phillips skrūve ST4.2*15L	62	92	Sešstūra skrūve M6*1*15L	7
24	Metāla skava	8	93	Impulsu sensora kabelis	2
25	Amortizators (4)	2	94	Amortizators(2)	2
26	Amortizators (3)	2	95	Drošības atslēgas ligzda	1
27	Plakanā paplāksne D16*D8,5*1,2T	6	96	Drošības atslēga	1
28	Neilona uzgrieznis M8*1,25*8T	6	97	Drošības atslēgas skava	1
29	Sešstūra skrūve M8*1,25*20L	8	98	Avārijas apturēšanas trose	1
30	Aizmugurējais rullītis	1	99	Aizsargplāksne	2
31	Sešstūra skrūve M10*1,5*80L	3	100	Iekšējā drošības atslēgas ligzda	2
32	Aizmugurējais vāks	1	101	Skrūve ST4.2*25L	7
33	Amortizators (1)	2	102	Drošības atslēgas plāksne	1
34	Nivelēšanas kājas	2	103	Augšējais roktura vāks	1
35	Priekšējais rullītis	1	104	Apakšējais roktura vāks	1
36	Sešstūra skrūve M10*1,5*45L,	1	105L	Sānu roktura vāks (kreisais)	1
37	Josta	1	105R	Sānu roktura pārsegs (labais)	1
38	AC3.0HP dzinējs	1	106L	Iekšējais sānu vāks (kreisais)	1
39	Neilona uzgrieznis M10*1,5*10T	6	106R	Iekšējais sānu vāks (labais)	1
40	Plakanā paplāksne D20*D11*2T	12	107L	Roktura vāciņš (kreisais)	1
41	Sešstūra skrūve M10*1,5*30L	4	107R	Roktura galvenais pārsegs (pa labi)	1
42	Izolācijas starplika (1)	5	108	Skrūve M5*0,8*15L	4
43	Plakanā paplāksne D28*D14*2T	4	109	Plakanā paplāksne D15*D5.2*1.0T	4
44	Bamperis	4	110	Zemējuma kabelis	1
45	Montāžas plāksne	3	111	Zemējuma kabelis (2)	1
46	Regulēšanas rullītis	2	112	Kabelis 1	1
47	Dzinēja plāksne	7	113	Trosīte 2	2
48	Kabeļa saite	2	114	Kabelis 1	1
49	Stiprinājuma skrūve ST4*1.41*15L	2	115	Kabelis 2	2
50	Sešstūra skrūve M8*1,25*60L	1	116	Magnētiskā cilpa	1
51	Motora augšējais vāks	1	117	LED augšējais kabelis	1
52	Identifikācijas birka	1	118	LED centra kabelis	1
53	Kontakligzda	1	119	LED apakšējais kabelis	1
54	Stiprinājuma skrūve ST2.9x9.5L	10	120	Augšējais datora kabelis	1
55	Strāvas padeves plate	1	121	Centrālā datora kabelis	1
56	Barošanas slēdzis	1	122	Apakšējais datora kabelis	1
57	Bamperis	2	123	Invertors	1
58	Drošinātājs	1	124	Filtrs	1
59	Plakanā paplāksne D12*D5.2*0.8T	2	125	Induktors	1
60	Neilona uzgrieznis M5*0,8*5T	2	126	Piegādes kabelis	1
61	Motora pārsegs	1	127	LED vadības panelis	1
62	Seleņskrūve M10*1,5*50L	1	128	PC starplikas	4
63	Plastmasas plakana paplāksne D10*D24*0,4T	4	129	Sešstūra atslēga M6	1
64	Pagrieziena leņķa regulēšana	1	130	Uzmavas atslēga M8*120L	1
65	Sešstūra skrūve M10*1,5*65L	1	131	Seleņduris M4*68L	1
66	Rullītis	2	133	Stiprinājuma skrūve ST4*1.41*10L	4
67	Sešstūra skrūve M8*1,25*20L	2	134	Uzgrieznis M8*1,25*6T	1
68	Plakanā paplāksne D21*D8,5*1,5T	2	135	Distancētājs D11,5*D8*3,5T	2
69	Kapsulas vāciņš	4	136	Plakanā paplāksne D12*D4.3*1T	7
70	Ass	2			

Vienības apkope:

- Tīriet tērauda un plastmasas daļas, izmantojot maigus tīrīšanas līdzekļus.
- Pirms katras lietošanas pārļieciniet, ka visas detaļas ir pilnīgi sausas.
- Ieteicams pārbaudīt visas skrūves un bultskrūves ik pēc 6 nedēļām.
 - To pievilkšanai izmantojiet tikai komplektā iekļautos uzgriežņus.
- Skrejceļu drīkst lietot tikai telpās un sausā vietā.

Vadības panelis un dators:

Ierīce tiek vadīta, izmantojot skārienjūtīgā ekrāna vadības paneli.

- Kad skrejceļš ir ieslēgts, panelis automātiski iedegas un displejā tiek parādīti visi pašreizējie treniņa iestatījumi.
- Izmantojot paneli, lietotājs var pārvietoties pa izvēlnēm un konfigurēt treniņu programmas atbilstoši savām vēlmēm.

Funkcionālo pogu apraksts:

- Nokāpuma leņķa regulēšanas poga - nospiežot to, dators automātiski nosaka vajadzīgo slīpuma līmeni.
- Ātruma un slīpuma leņķa indikatori - mainot iestatījumus, attiecīgais indikators sāk mirgot, lai norādītu, ka parametrs tiek aktīvi regulēts.
- Ātrās ātruma regulēšanas poga - ļauj uzreiz iestatīt konkrētu ātrumu, kad ir nospiests norādītais taustiņš.

FUNKCIONĀLĀS POGAS

Poga / elements	Funkcija
ATVERINĀŠANA DOWN	Nodarbības beigās iedarbina atvēsināšanās programmu.
INCLINE	Izmanto, lai treniņa laikā mainītu skrejceļa slīpuma leņķi un pārvietotos pa izvēlni.
PROGRAMMA	Pāriet tieši uz izvēlnes sadaļu ar treniņu programmu.
START	Palaiž vai atsāk treniņu sesiju
STOP	Pārtrauc vai aptur apmācību; turiet to divas sekundes, lai atiestatītu datoru.
ENTER	Apstiprina izvēlēto opciju vai programmas sākumu.
SPEED	Ļauj mainīt ātrumu treniņa laikā un pārvietoties pa izvēlni.
LED MODE	Ļauj pārslēgt LED joslas apgaismojuma režīmu no izvēlnes vai treniņa sesijas.
Džoiستي	Ātri pielāgojiet ātrumu un slīpumu: velciet palielina, spiediet samazina.

EKRĀNĀ REDZAMĀ INFORMĀCIJA

Parametrs	Apraksts
INCLINE	Pašreizējais skrejceļa slīpuma līmenis
DISTANCE	Nobrauktais attālums vai atlikušais attālums
LAIKS	Sesijas ilgums vai atlikušais laiks
PULSE	Jūsu pašreizējais sirdsdarbības ātrums (BMP)
KALORIJAS	Paredzamais sadedzināto kaloriju skaits
8 x 16	Galvenais displejs, kas parāda ātrumu un slīpuma leņķi
Apakšējais logs	Informācijas lauks - parāda sistēmas paziņojumus un ziņojumus

Iekārtas lietošana pirmo reizi

1. Iestatiet ieslēgšanas/izslēgšanas slēdzi motora vāciņa aizmugurē pozīcijā "I" (ieslēgts).
2. Ievietojiet drošības atslēgu slotā datora priekšpusē un piestipriniet klipsi pie apgērba.
3. Kad dators ieslēdzas, tas parādīs:
 - pašreizējā programmatūras versija,
 - kopējais nobrauktais attālums un treniņa laiks.

Lietotāja profila iestatīšana:

Lai palaistu sirdsdarbības kontrolētas programmas un ķermeņa tauku analīzi, ievadiet savu personisko informāciju:

Solis:	Parametrs	Pogas	Apstiprinājums
1	Dzimums	Slīpums / ātrums	ENTER
2	Vecums	Slīpums / ātrums	ENTER
3	Izaugsme	Slīpums / ātrums	ENTER
4	Svars	Slīpums / ātrums	ENTER

Kad konfigurācija ir pabeigta, varat sākt treniņu.

Gaidīšanas režīms

- Pēc 5 minūšu bezdarbības dators automātiski pāriet gaidīšanas režīmā.
- Lai to aktivizētu no jauna: izņemiet un ievietojiet to atpakaļ.

Pārtraukšana un treniņa atsākšana

- Nospiediet STOP, lai apturētu treniņu.
- Nospiediet START, lai atsāktu treniņu.
- Lai izbeigtu sesiju, vēlreiz nospiediet STOP. drošības taustiņš.

Atdzesēšana - ķermeņa atvēsināšana

- Nospiediet COOL DOWN pogu, lai aktivizētu pēctreniņa nomierināšanas programmu.
- Ātrums pakāpeniski samazināsies līdz nullei 2-3 minūšu laikā.

LED apgaismojums

Skrejceļam ir LED lentes abās pretstīdes joslu pusēs. Vadību nodrošina LED poga galvenajā izvēlnē vai slīpuma/ātruma pogas.

Pieejamie apgaismojuma režīmi:

Režīms:	Apraksts
Skrējieni	Gaismas diodes maina krāsu atkarībā no ātruma: • 0 - 6 km/h → dzeltena • 6,1 - 12 km/h → zaļa • virs 12 km/h → sarkana
Neitrāls	Fiksēts balts LED apgaismojums bez krāsas maiņas
Daudzkrāsains	Lietotājs var izvēlēties vienu no šādām krāsām: sarkana, zila, zaļa, oranža, rozā, violeta.
Izslēgts	LED fona apgaismojums ir pilnībā izslēgts

MĀCĪBU REŽĪMI**1. Manuālā programma**

Manuālā programma ļauj pilnībā kontrolēt ātrumu un slīpuma leņķi.

Iestatīšanas soli:

- Izvēlieties MANUAL programmu un apstipriniet ar taustiņu ENTER.
- Izvēlieties mērķa parametru: laiks, attālums vai kalorijas - apstipriniet ar ENTER.
- Iestatiet mērķa vērtību, izmantojot slīpuma/ātruma taustiņus, un apstipriniet ar ENTER.
 - ➔ Treniņš sākas ar minimālo slīpumu un ātrumu. ➔ Nodarbības laikā varat mainīt vērtības, izmantojot džokstiklus vai taustiņus. ➔ Kad mērķis ir sasniegts, treniņš automātiski beidzas un sākas atvēršanās programma. ➔ Nospiediet STOP, lai pārtrauktu atvēršanās.

2. Zema ātruma programma

Paredzēta gados vecākiem cilvēkiem vai iesācējiem - maksimālais ātrums ir 4 km/h, un attālums tiek skaitīts metros.

Iestatīšanas soli:

- Izvēlieties MANUAL programmu, pēc tam apstipriniet ar ENTER.
- Izvēlieties un iestatiet mērķa parametru (laiks/attālums/kalorijas).
- Nospiediet START, lai sāktu treniņu
 - ➔ Sākas no nulles slīpuma un minimālā ātruma ➔ Regulējams treniņa laikā ar džokstiklu vai pogām. ➔ Treniņš beidzas automātiski, kad ir sasniegts mērķis

3. 20 automātiskās treniņu programmas

Katra programma ietver profilu ar automātiski mainīgu ātrumu un slīpumu.

Iestatīšanas soli:

- Nospiediet PROGRAM, izvēlieties vienu no 20 programmām un apstipriniet ar ENTER.
- Iestatiet mērķa vērtību: laiku, attālumu vai kalorijas.
- Konfigurējiet vērtību un sāciet treniņu, nospiežot START.
 - ➔ Ātrums un slīpums tiek pielāgoti automātiski ➔ Sesijas beigu laiks dinamiski atjauninās atbilstoši jūsu tempam ➔ Kad ir sasniegts mērķis, tiek aktivizēta atvēršanās ➔ Atvēršanās var atcelt, nospiežot STOP.

4. Lietotāja programmas (USER U1-U4)

Varat izveidot 4 individuālas programmas, no kurām katra sastāv no 16 segmentiem ar savu ātrumu un slīpumu.

Izveidojiet programmu:

- Izvēlieties U1-U4 un apstipriniet ar ENTER.
- Iestatiet treniņa ilgumu
- Iestatiet ātrumu katram segmentam un apstipriniet.
- Pēc tam iestatiet segmentu slīpumu.
- Kad viss ir pabeigts, nospiediet START - programma tiks saglabāta automātiski.

Palaidiet saglabāto programmu:

- Izvēlieties USER U1-U4
- Nospiediet START, lai sāktu treniņu
 - ➔ Treniņa laikā varat mainīt vērtības ➔ Treniņš beidzas pēc noteiktā laika ➔ Dators automātiski pārslēdzas uz atvēršanās režīmu.

HRC / THR - treniņš, kas balstīts uz sirdsdarbības frekvenci

HRC (Heart Rate Control) treniņš ļauj veikt vingrinājumus, pamatojoties uz savu sirdsdarbības frekvenci. Dators automātiski pielāgo slīpumu un ātrumu, lai uzturētu noteikto pulsa līmeni. Var izvēlēties no trim režīmiem:

režīms	Apraksts
HRC 60%	Tauku dedzināšana (vieglāka piepūle)
HRC 80%	Uzlabota veikspēja un fiziskā sagatavotība
THR (mērķis)	Lietotāja iestatīts BPM līmenis

HRC 60 % un 80 % soli:

- Izvēlieties HRC 60 PCT vai HRC 80 PCT un nospiediet ENTER.
- Iestatiet treniņa ilgumu un apstipriniet.
- Dators parādīs aprēķināto mērķa sirdsdarbības frekvenci - nospiediet START, lai sāktu.

THR (sava sirdsdarbības frekvences) soli:

- THR, piemēram, THR 133, un nospiediet ENTER.
- Iestatiet ilgumu un apstipriniet.
- Izvēlieties mērķa sirdsdarbības frekvences vērtību (noklusējuma 133 BPM) un apstipriniet.
- Nospiediet START, lai sāktu treniņu.

Nodarbības laikā turiet rokas uz pulsa sensoriem, lai dators varētu izmērīt jūsu pulsu un pielāgot treniņa intensitāti. Treniņš beigsies pēc tam, kad būs pagājis iestatītais laiks. Atvēršanās programma sāksies automātiski (to var atcelt, nospiežot STOP).

KERMEŅA TAUKU TESTS

Šī programma ļauj novērtēt ķermeņa tauku saturu, pamatojoties uz pulsa sensoru datiem. Instrukcijas:

- Izvēlieties programmu FAT un pēc tam nospiediet ENTER.
- Novietojiet abas rokas uz pulsa sensoriem - sāksies mērīšana.
- Pēc dažām sekundēm ekrānā parādīsies rezultāts. Rezultāts tiks parādīts apakšējā M logā:

Rezultāts (%)	Interpretācija
<19%	Nepietiekams svars
12-25%	Normāls svars
26 - 39%	Liekais svars
≥ 30%	Aptaukošanās

TRENING - laika un distances programma

Ļauj iestatīt mērķa laiku un distanci, un dators aprēķinās paredzamo pabeigšanas laiku, pamatojoties uz pašreizējo tempu. Soli:

- Izvēlieties TRENĒŠANAS programmu, nospiediet ENTER.
- Iestatiet mērķa laiku un apstipriniet.
- Iestatiet mērķa attālumu un apstipriniet.
- Nospiediet START, lai sāktu treniņu.

Treniņa laikā:

- Augšējā LED logā tiek parādīts sesijas ilgums.
- Attāluma logā tiek rādīts atlikušais attālums.
- Galvenajā informācijas lodziņā ir norādīts temps (min/km) un paredzamais finiša laiks.

Sesija beidzas, kad ir sasniegta noteiktā distance. Dators parādīs rezultātu:

- "Virs tempa",
- "Temps sasniegts."
- vai "Zem tempa".

SKREJCELINA TĪRĪŠANA:

Regulāra trenāžiera kopšana ievērojami pagarina tā kalpošanas laiku.

Pirms tīrīšanas:

Vienmēr izslēdziet skrejceliņu no strāvas padeves, lai izvairītos no elektriskās strāvas trieciena.

Pēc katra treniņa:

- Notīriet konsoli un visas virsmas ar mīkstu, nedaudz mitru drānu, lai notīrītu sviedrus un putekļus.
- Nelietojiet spēcīgus mazgāšanas līdzekļus vai šķīdinātājus.
- Izvairieties no šķidrums saskares ar datoru un nepakļaujiet ierīci saules gaismas iedarbībai.

Atvieglotiet apkopi:

- Mēs iesakām zem skrejceliņa izmantot aizsargpaklājiņu, lai apturētu apavu pārnestos netīrumus.
- Reizi nedēļā notīriet paklājiņu, lai novērstu netīrumu uzkrāšanos zem iekārtas.

SKREJCEĻA SIKSNAS EĻĻOŠANA:

Skrejceļš ir ieeļļots rūpnīcā, taču laika gaitā ir nepieciešama regulāra pārbaude un apkope.

Ieteikumi:

- Pirmo gadu (vai līdz 500 lietošanas stundām) eļļošana parasti nav nepieciešama.
- Pēc tam eļļojiet ik pēc 3 mēnešiem vai atbilstoši lietošanas intensitātei.

Kā eļļot:

1. Atvienojiet skrejceliņu no tīkla.
2. Paceliet skrejceļa siksnas sānu.
3. Uzklājiet plānu kārtiņu silikona smērvielas, kas nesatur eļļu, uz plāksnes iekšpusi - pēc iespējas dziļāk.
4. Ja zem siksnas jau ir smērvielu pēdas - eļļošana nav nepieciešama.
5. Pirms skrejceļa iedarbināšanas pagaidiet 1 minūti, lai smērviela vienmērīgi izplatītos.

TEHNISKIE DATI:

- Skrejceļa izmēri: 219 x 84 x 137 cm
- Maksimālais lietotāja svars: 180 kg
- Neto svars: 145 kg
- Skrejceļa josta: 56 x 157 cm

SAVIETOJAMĪBA AR TRENĪNU PROGRAMMĀM**Kinomap**

- Trenējieties uz reālām trasēm visā pasaulē ar interaktīviem videokliem.
- Sacenšoties ar citiem lietotājiem tiešsaistē reālajā laikā
- Saņemiet dinamiskus ātruma un slīpuma pielāgojumus izvēlētajam maršrutam.
- Android un iOS pieejama lietotne

**iConsole+ apmācība**

- Vadiet skrejceliņu tieši no tālruņa vai planšetdatora, izmantojot Bluetooth.
- Izveidojiet savas treniņu programmas un sekojiet līdzi savam progresam
- Izmantojiet šādus režīmus: manuālais, intervālu, HRC, ķermeņa tauku, atveseļošanās.
- Integrācija ar Google kartēm un treniņu datu analīze

Veiligheidsaanwijzingen

1. Lees de gebruiksaanwijzing vóór het eerste gebruik zorgvuldig door en bewaar deze zodat u deze later kunt raadplegen.
2. Neem alle waarschuwingen en veiligheidsinstructies in acht - inclusief montagevoorschriften. Het apparaat mag alleen worden gebruikt voor het doel waarvoor het is bestemd.
3. Monteer en gebruik het apparaat voor uw eigen veiligheid volgens deze instructies. Breng ook andere gebruikers op de hoogte van de regels voor correct gebruik van het apparaat.
4. Bescherm het apparaat tegen kinderen en dieren. Kinderen mogen niet zonder toezicht in de buurt van het apparaat komen. Montage en gebruik zijn alleen toegestaan voor volwassenen.
5. Raadpleeg uw arts voordat u met een trainingsprogramma begint, vooral als u medicijnen gebruikt of gezondheidsproblemen hebt (bijv. hoge bloeddruk, hartritme stoornissen).
6. Observeer uw lichaam tijdens het sporten. Stop uw training onmiddellijk als u pijn, beklemmend gevoel op de borst, duizeligheid, misselijkheid, kortademigheid of een onregelmatige polsslag ervaart.
7. Plaats het apparaat op een vlakke, droge en schone ondergrond, met minimaal 0,6 m vrije ruimte rondom het apparaat.
8. Gebruik geschikte sportkleding en schoenen. Vermijd losse kleding die aan bewegende onderdelen kan blijven haken.
9. Het apparaat mag niet buitenshuis worden gebruikt.
10. Controleer de toestand van het apparaat voor elke training - let op tekenen van slijtage of schade.
11. Als u scherpe randen ziet, gebruik het toestel dan niet meer.
12. Stop onmiddellijk met trainen als er ongewone geluiden of trillingen optreden.
13. Verstelbare onderdelen mogen niet uitsteken of het gebruik van het apparaat belemmeren. De machine mag slechts door één persoon tegelijk worden gebruikt.
14. Remmen is niet afhankelijk van snelheid - de apparatuur is uitgerust met een onafhankelijk remsysteem.
15. Het apparaat is niet bedoeld voor therapeutische of revalidatiedoeleinden.
16. Wees voorzichtig bij het vervoeren of optillen om rugletsel te voorkomen. Gebruik indien nodig de hulp van een tweede persoon.
17. Het is verboden om het ontwerp van het apparaat zelf te wijzigen. Neem in geval van problemen contact op met een erkend servicecentrum.
18. Het aanbevolen bedrijfstemperatuurbereik van het apparaat is 15-25°C.
19. Maximaal toelaatbaar gebruikersgewicht: 180kg.
20. Het apparaat is van klasse SB volgens EN ISO 20957-1 en is bedoeld voor huishoudelijk en semi-commercieel gebruik.

MONTAGE:

Stap 1 - De kolommen monteren en de kabels aansluiten

Voordat u de rechter kolom (3) monteert:

- Verbind de draad (119) met de draad (118)
- Verbind de draad (122) met de draad (121)

Bevestig vervolgens de kolommen (3) en (2) aan het hoofdframe van de loopband met inbusschroeven (10) - zoals afgebeeld.

OPMERKING: Draai de schroeven in dit stadium niet te vast om de verdere montage te vergemakkelijken.

Stap 2 - Montage van de beugels en kabelaansluitingen

De hulp van een tweede persoon wordt aanbevolen.

- Verbind de volgende draden:
 - (118) met (117)
 - (121) met (120)
- Bevestig de handgrepen (4) aan de loopbandkolom en zorg ervoor dat de draden tussen de handgreep en de kolom niet bekneld raken.
- Zodra ze goed vastzitten, draait u de schroeven (91) vast. In dit stadium kunt u ze definitief vastdraaien.

Stap 3 - De computer monteren

Ook hier is de hulp van een tweede persoon nuttig.

- Sluit alle draden aan volgens de bijgevoegde tekening.
- Plaats de computer (84) op de drie beugels en zet hem vast met inbusschroeven (92).

Stap 4 - Draai de structuur vast en installeer de afdekkingen.

- Draai alle schroeven (10) die in stap 1 zijn bevestigd stevig vast.
- Breng de afdekkingen van de zijkolommen aan volgens illustratie "b".
- Schuif de afdekkingen naar beneden in hun definitieve positie zoals aangegeven in illustratie "c".
- Zet ze vast met de schroeven (11).

Aanvoer

Zorg ervoor dat de hoofdschakelaar (aan de achterkant van de motorkap) op ON staat voordat je begint met trainen. Controleer ook of het netsnoer goed in een geaard stopcontact zit.



Veiligheidssleutel

Voor een goede werking van de loopband moet de veiligheidssleutel in het stopcontact zitten. Als u de sleutel tijdens een training verwijdert, stopt het apparaat automatisch. Zonder de sleutel blijft de loopband in de UIT-stand staan.

1. Veiligheidssleutel
2. Clip



De loopband waterpas zetten

Voor een stabiele werking kan de loopband waterpas worden gezet met behulp van de verstelbare poten onder de achterkant van de treep plank. Het wordt aanbevolen om het apparaat op een vlakke, harde ondergrond te plaatsen.



De loopband afstellen

Regelmatig onderhoud van de loopband is essentieel voor een lange levensduur en een goede werking.

Frequentie van inspectie:

- Elke 1-2 maanden of
- Na elke 50 gebruiksuren - zelfs als de loopband lange tijd niet gebruikt is.

De riem smeren:

- Koppel de loopband los van de stroomvoorziening.
- Draai de spans Schroeven aan beide kanten van de achterste rol los.
- Breng siliconenvet aan op de loopschijf onder de riem.
- Als je klaar bent - draai de schroeven vast.

Correctie van de uitlijning van de riem:

In het begin van het gebruik kan de riem iets uitrekken en zijwaarts bewegen. Om dit te corrigeren (afbeelding 2):

1. Zet de loopband aan en stel een snelheid in van 3-5 km/u.
2. Controleer de centrering van de band - indien:
 - naar links ontsnapt → draai de linkerschroef iets vast (met de klok mee),
 - naar rechts ontsnapt → draai de rechter schroef vast.
3. Als de riem te strak staat, draait u beide schroeven in tegengestelde richting los.
4. Controleer of de riem niet golft en niet te strak gespannen is.
 1. Verhoog de riemspanning
 2. Verlaag de riemspanning



Nr.	Beschrijving	Hoeveelheid	Nr.	Omschrijving	Hoeveelheid
1	Hoofdframe	1	71	Nylon sluitring D21*D37*3T	4
2	Linker kolom	1	72	Vlakke sluitring D25xD8,5x2T	4
3	Rechter kolom	1	73	Schokdemper	2
4	Beugels	1	74	Printplaat voor pulssensor	2
5	Dwarse kolomsteun	1	75	Inbusbout M8*1.25*45L	2
6	Ballast	1	76	Inbusbout M8*1.25*40L	1
7	Computersteun (2)	3	77	Impulssensor	4
8L	Deksel linker onderkolom	1	78	Plaat voor onderste pulssensor	2
8R	Deksel rechter onderkolom	1	79	Schroef ST4x1,41x15L	2
9L	Linkerzijde motorkap	1	80	Handgreep	1
9R	Motorkap rechts	1	81	Schroef M5*0.8*10L	9
10	Inbusschroef M10*1.5*65L	6	82	Onderste computerkap	1
11	Kruiskopschroef M5*0,8*15L	7	83	Afdekking zijkant computer	1
12	Interne zeskantbout type CSK M8*1.25*35L	8	84	Computer	1
13	Loopbandplaat	1	85L	Linker joystick voor loopbandverstelling	1
14	Rooster	2	86R	Rechter joystick voor loopbandverstelling	1
15	LED-strip	2	86L	Sticker onder joystick (links)	1
16	LED-strip kabel	2	86R	Sticker onder joystick (rechts)	1
17	Lopende riem	1	87	Schroef ST4*1.41*12L	6
18	Antislipstrips (2)	2	88	Handgreep	2
19	Antislipstrips (3)	2	89	Tablethouder	1
20	Tredeschild beschermer	2	90L	Linkergreepkabel	1
21	Treep plankafdekking	2	90R	Handgreepkabel rechts	1
22	Antislip tape	2	91	Inbusbout M10*1.5*20L	4
23	Kruiskopschroef ST4.2*15L	62	92	Inbusschroef M6*1*15L	7
24	Metalen clip	8	93	Impulssensorkabel	2
25	Schokdemper (4)	2	94	Schokdemper(2)	2
26	Schokdemper (3)	2	95	Veiligheidssleutelcontactdoos	1
27	Vlakke sluitring D16*D8,5*1,2T	6	96	Veiligheidssleutel	1
28	Nylon moer M8*1.25*8T	6	97	Veiligheidssleutel clip	1
29	Inbusbout M8*1.25*20L	8	98	Noodstopkabel	1
30	Achterrol	1	99	Beschermplaat	2
31	Inbusbout M10*1,5*80L	3	100	Inwendige veiligheidssleutelbus	2
32	Achterklep	1	101	Schroef ST4.2*25L	7
33	Schokdemper (1)	2	102	Veiligheidssleutelplaat	1
34	Stelvoeten	2	103	Deksel bovenste handgreep	1
35	Voorrol	1	104	Deksel ondergreep	1
36	Inbusbout M10*1.5*45L,	1	105L	Deksel zijhandgreep (links)	1
37	Riem	1	105R	Deksel zijhandgreep (rechts)	1
38	AC3.0HP motor	1	106L	Zijdeksel binnenzijde (links)	1
39	Nylon moer M10*1,5*10T	6	106R	Deksel binnenzijde (rechts)	1
40	Vlakke sluitring D20*D11*2T	12	107L	Handgreepkap (links)	1
41	Inbusbout M10*1,5*30L	4	107R	Handvat hoofddeksel (rechts)	1
42	Isolerende afstandhouder (1)	5	108	Schroef M5*0,8*15L	4
43	Platte ring D28*D14*2T	4	109	Platte ring D15*D5,2*1.0T	4
44	Bumper	4	110	Aardingskabel	1
45	Montageplaat	3	111	Aardingskabel (2)	1
46	Afstelrol	2	112	Kabel 1	1
47	Motorplaat	7	113	Kabel 2	2
48	Kabelbinder	2	114	Kabel 1	1
49	Kruiskopschroef ST4*1.41*15L	2	115	Kabel 2	2
50	Zeskantbout M8*1,25*60L	1	116	Magnetische lus	1
51	Bovenste motorkap	1	117	LED bovenkabel	1
52	ID label	1	118	LED-middenkabel	1
53	Contactdoos	1	119	LED-bodemkabel	1
54	Kruiskopschroef ST2.9x9.5L	10	120	Bovenste computerkabel	1
55	Voedingskaart	1	121	Kabel centrale computer	1
56	Stroomschakelaar	1	122	Onderste computerkabel	1
57	Bumper	2	123	Omvormer	1
58	Zekering	1	124	Filter	1
59	Vlakke sluitring D12*D5,2*0,8T	2	125	Inductor	1
60	Nylon moer M5*0,8*5T	2	126	Voedingskabel	1
61	Motorkap	1	127	LED-besturingskaart	1
62	Inbusschroef M10*1,5*50L	1	128	PC afstandsbus	4
63	Kunststof vlakke sluitring D10*D24*0.4T	4	129	Inbussleutel M6	1
64	Hoekverstelling	1	130	Inbussleutel M8*120L	1
65	Inbusbout M10*1.5*65L	1	131	Inbussleutel M4*68L	1
66	Rol	2	133	Kruiskopschroef ST4*1.41*10L	4
67	Inbusbout M8*1.25*20L	2	134	Moer M8*1.25*6T	1
68	Platte ring D21*D8,5*1.5T	2	135	Afstandsring D11.5*D8*3.5T	2
69	Kap	4	136	Platte ring D12*D4,3*1T	7
70	As	2			

Onderhoud van het apparaat:

- Reinig de stalen en kunststof onderdelen met een mild schoonmaakmiddel.
- Zorg ervoor dat alle onderdelen volledig droog zijn voor elk gebruik.
- Het wordt aanbevolen om alle schroeven en bouten om de 6 weken te controleren.
 - Gebruik alleen de bijgeleverde steeksleutels om ze vast te draaien.
- De loopband mag alleen binnen en droog gebruikt worden.

Bedieningspaneel en computer:

Het toestel wordt bediend via een touchscreen bedieningspaneel.

- Als de loopband wordt ingeschakeld, gaat het paneel automatisch branden en toont het display alle huidige trainingsinstellingen.
- Met behulp van het paneel kan de gebruiker door de menu's navigeren en de trainingsprogramma's naar eigen voorkeur configureren.

Beschrijving van de functieknoppen:

- Knop voor het aanpassen van de hellingshoek - wanneer deze wordt ingedrukt, stelt de computer automatisch het gewenste hellingsniveau in.
- Snelheids- en hellingshoekindicators - bij het wijzigen van instellingen begint de corresponderende indicator te knipperen om aan te geven dat de parameter actief wordt aangepast.
- Knop voor snelle snelheidsaanpassing - hiermee kan direct een specifieke snelheid worden ingesteld wanneer de aangegeven toets wordt ingedrukt.

FUNCTIONELE KNOPPEN

Knop / Element	Functie
KOELEN	Start het afkoelprogramma aan het einde van de training.
INCLINE	Wordt gebruikt om de hellingshoek van de loopband tijdens de training te veranderen en om door het menu te navigeren
PROGRAM	Gaat direct naar het gedeelte trainingsprogramma van het menu
START	Start of herstart de trainingssessie
STOP	Stopt of pauzeert de training; twee seconden ingedrukt houden om de computer te resetten.
ENTER	Bevestigt de geselecteerde optie of de start van het programma
SNELHEID	Hiermee kunt u de snelheid tijdens de training wijzigen en door het menu navigeren.
LED-MODUS	Hiermee kun je de verlichtingsmodus van de LED-balk wijzigen vanuit het menu of de trainingssessie.
Joysticks	Snel snelheid en helling aanpassen: trekken verhoogt, duwen verlaagt.

INFORMATIE OP HET SCHERM

Parameter	Beschrijving
INCLINE	Huidig hellingsniveau van de loopband
AFSTAND	Afgelegde afstand of resterende afstand
TIJD	Duur of resterende tijd van de sessie
PULSE	Je huidige hartslag (BMP)
CALORIEËN	Geschat aantal verbrande calorieën
8 x 16	Hoofdscherm met snelheid en hellingshoek
Onderste venster	Informatievelid - toont systeemmeldingen en berichten

Het apparaat voor de eerste keer gebruiken

1. Zet de AAN/UIT-schakelaar aan de achterkant van de motorkap in de stand "I" (aan).
2. Steek de beveiligingssleutel in de sleuf aan de voorkant van de computer en bevestig de clip aan je kleding.
3. Wanneer de computer opstart, wordt het volgende weergegeven:
 - de huidige softwareversie,
 - de totale afgelegde afstand en de trainingstijd.

Gebruikersprofiel instellen:

Voer uw persoonlijke gegevens in om hartslaggestuurde programma's en lichaamsvetanalyses uit te voeren:

Stap	Parameter	Knoppen	Bevestiging
1	Geslacht	Helling / Snelheid	ENTER
2	Leeftijd	Helling / Snelheid	ENTER
3	Groei	Helling / Snelheid	ENTER
4	Gewicht	Helling / Snelheid	ENTER

Zodra de configuratie is voltooid, ben je klaar om met je workout te beginnen.

Stand-bymodus

- Na 5 minuten inactiviteit gaat de computer automatisch in stand-bymodus.
- Om hem weer te activeren: haal hem eruit en zet hem er weer in.

De training pauzeren en hervatten

- Druk op STOP om je training te pauzeren.
- Druk op START om te hervatten.
- Druk nogmaals op STOP om de sessie te beëindigen. veiligheidstoets.

Cool Down - uw lichaam afkoelen

- Druk op de knop COOL DOWN om het kalmeringsprogramma voor na de training te activeren.
- De snelheid zal geleidelijk afnemen tot nul in 2-3 minuten.

LED-verlichting

De loopband heeft LED-strips aan beide zijden van de antislipbanden. De bediening vindt plaats via de LED-knop in het hoofdmenu of via de knoppen voor helling/snelheid.

Beschikbare verlichtingsmodi:

Modus	Beschrijving
Hardlopen	LED's veranderen van kleur afhankelijk van de snelheid: • 0 - 6 km/h → geel • 6,1 - 12 km/u → groen • Meer dan 12 km/u → rood
Neutraal	Vaste witte LED-verlichting zonder kleurverandering
Meerkleurig	De gebruiker kan kiezen uit de volgende kleuren: rood, blauw, groen, oranje, roze, violet
Uit	LED-achtergrondverlichting is volledig uit

TRAININGSMODI**1. Handmatig programma**

Met het handmatige programma heb je volledige controle over de snelheid en hellingshoek.

Instelstappen:

- Selecteer HANDMATIG programma en bevestig met ENTER.
- Selecteer een doelparameter: tijd, afstand of calorieën - bevestig met ENTER
- Stel de doelwaarde in met de helling/snelheidstoetsen en bevestig met ENTER
 ➔ De training begint met de minimale helling en snelheid. ➔ Tijdens de sessie kunt u de waarden wijzigen met de joysticks of de toetsen. ➔ Als het doel is bereikt, eindigt de training automatisch en start het programma Afkoelen. ➔ Druk op STOP om het afkoelen te stoppen.

2. Programma lage snelheid

Ontworpen voor ouderen of beginners - de maximumsnelheid is 4 km/u en de afstand wordt geteld in meters.

Instelstappen:

- Selecteer HANDMATIG programma en bevestig met ENTER.
- Selecteer en stel de doelparameter in (tijd/afstand/calorieën)
- Druk op START om uw training te starten
 ➔ Start vanaf nul helling en minimale snelheid ➔ Instelbaar tijdens de training met joysticks of knoppen ➔ De training eindigt automatisch als het doel is bereikt

3. 20 automatische trainingsprogramma's

Elk programma bevat een profiel met automatisch veranderende snelheid en helling.

Instelstappen:

- Druk op PROGRAM, selecteer een van de 20 programma's en bevestig met ENTER
- Stel een doelwaarde in: tijd, afstand of calorieën
- Configureer de waarde en start je training door op START te drukken
 ➔ Snelheid en helling worden automatisch aangepast ➔ De eindtijd van de sessie wordt dynamisch bijgewerkt op basis van je tempo ➔ Als het doel is bereikt, wordt Cool Down geactiveerd ➔ Je kunt de koeling annuleren door op STOP te drukken.

4. Gebruikersprogramma's (USER U1-U4)

Je kunt 4 individuele programma's maken, elk bestaande uit 16 segmenten met een eigen snelheid en gradiënt.

Maak een programma:

- Selecteer U1-U4 en bevestig met ENTER.
- Stel de duur van je training in
- Stel de snelheid voor elk segment in en bevestig
- Stel vervolgens de helling van de segmenten in
- Druk op START wanneer u klaar bent - het programma wordt automatisch opgeslagen.

Start het opgeslagen programma:

- Selecteer USER U1-U4
- Druk op START om de training te starten
 ➔ Tijdens de training kunt u de waarden wijzigen ➔ De training eindigt na de ingestelde tijd ➔ De computer schakelt automatisch over naar de modus Cool Down

HRC / THR - op hartslag gebaseerde training

Met HRC-training (Heart Rate Control) kun je trainen op basis van je eigen hartslag. De computer past automatisch de helling en snelheid aan om een ingesteld hartslagniveau aan te houden. Je kunt kiezen uit drie modi:

stand	Beschrijving
HRC 60%	Vetverbranding (lichtere inspanning)
HRC 80%	Verbeterde prestaties en conditie
THR (doel)	Door gebruiker ingesteld BPM-niveau

Stappen voor HRC 60% en 80%:

- Selecteer HRC 60 PCT of HRC 80 PCT en druk op ENTER.
- Stel de duur van uw training in en bevestig.
- De computer geeft de berekende streefhartslag weer - druk op START om te beginnen.

Stappen voor THR (eigen hartslag):

- Selecteer THR, bijvoorbeeld THR 133, en druk op ENTER.
- Stel de duur in en bevestig.
- Selecteer de waarde van de streefhartslag (standaard 133 BPM) en bevestig.
- Druk op START om de training te starten.
 Houd tijdens de sessie uw handen op de polssensoren zodat de computer uw polsslag kan meten en de intensiteit van uw oefening kan aanpassen. De training eindigt nadat de ingestelde tijd is verstreken. Het Cool Down programma start automatisch (je kunt het annuleren door op STOP te drukken).

VETGEHALTE TEST

Met dit programma kun je je lichaamsvetgehalte schatten op basis van gegevens van de polssensoren. Instructies:

- Selecteer het programma FAT en druk op ENTER.
- Plaats beide handen op de hartslagsensoren - de meting start.
- Na een paar seconden verschijnt het resultaat op het scherm. De score wordt weergegeven in het onderste M venster:

Resultaat (%)	Interpretatie
<19%	Ondergewicht
12-25%	Normaal gewicht
26 - 39%	Overgewicht
≥ 30%	Zwaarlijvig

TRENING - tijd- en afstandprogramma

Hiermee kun je een doeltijd en afstand instellen en de computer berekent een verwachte voltooiingstijd op basis van je huidige tempo. Stappen:

- Selecteer het programma TRENING en druk op ENTER.
- Stel de doeltijd in en bevestig.
- Stel de doelaafstand in en bevestig.
- Druk op START om de training te starten.

Tijdens de training:

- Het bovenste LED-venster geeft de duur van de sessie weer.
- Het afstandsvenster toont de resterende afstand.
- Het hoofdinformatievak toont het tempo (min/km) en de verwachte eindtijd.

De sessie eindigt wanneer de ingestelde afstand is bereikt. De computer toont het resultaat:

- "Boven tempo",
- "Tempo bereikt".
- of "Onder tempo".

DE LOOPBAND SCHOONMAKEN:

Regelmatig onderhoud van het apparaat verlengt de levensduur aanzienlijk.

Voor het reinigen:

Schakel de loopband altijd uit van het stroomnet om elektrische schokken te voorkomen.

Na elke training:

- Reinig de console en alle oppervlakken met een zachte, licht vochtige doek om zweet en stof te verwijderen.
- Gebruik geen sterke schoonmaakmiddelen of oplosmiddelen.
- Vermijd contact van vloeistoffen met de computer en stel het apparaat niet bloot aan zonlicht.

Maak onderhoud eenvoudiger:

- We raden het gebruik van een beschermende mat onder de loopband aan om vuil dat door schoenen wordt meegevoerd tegen te houden.
- Reinig de mat één keer per week om ophoping van vuil onder het apparaat te voorkomen.

SMERING VAN DE LOOPBAND:

De loopband wordt in de fabriek gesmeerd, maar na verloop van tijd is regelmatige inspectie en onderhoud noodzakelijk.

Aanbevelingen:

- In het eerste jaar (of tot 500 gebruiksuren) is smering meestal niet nodig.
- Smeer daarna elke 3 maanden of afhankelijk van de mate van gebruik.

Hoe smeren?

1. Haal de stekker van de loopband uit het stopcontact.
2. Til de zijkant van de loopband op.
3. Breng een dunne laag olievrij siliconenvet aan op de binnenkant van de plaat - zo diep mogelijk.
4. Als er al vetsporen onder de band zitten - is smeren niet nodig.
5. Wacht 1 minuut voordat je de loopband laat draaien zodat het vet zich gelijkmatig verspreidt.

TECHNISCHE GEGEVENS:

- Afmetingen loopband: 219 x 84 x 137 cm
- Maximaal gewicht gebruiker: 180 kg
- Nettogewicht: 145 kg
- Loopband: 56 x 157 cm

COMPATIBILITEIT MET WORKOUT APPS**Kinomap**

- Train op echte trails van over de hele wereld met interactieve video's
- Ga online de strijd aan met andere gebruikers in realtime
- Ontvang dynamische snelheids- en hellingsaanpassingen aan je gekozen route
- App beschikbaar voor Android en iOS

**iConsole+ Training**

- Bedien je loopband rechtstreeks vanaf je telefoon of tablet via Bluetooth
- Maak je eigen trainingsprogramma's en volg je voortgang
- Gebruik de volgende modi: handmatig, interval, HRC, lichaamsvet, herstel
- Integratie met Google maps en analyse van trainingsgegevens

Notas de segurança

1. Leia atentamente o manual de instruções antes da primeira utilização e guarde-o para consulta futura.
2. Respeitar todos os avisos e instruções de segurança - incluindo as regras de montagem. A máquina só deve ser utilizada para o fim a que se destina.
3. Para sua própria segurança, monte e utilize a máquina de acordo com estas instruções. Informe também os outros utilizadores sobre as regras de utilização correta da máquina.
4. Proteger a máquina das crianças e dos animais. As crianças não devem ser autorizadas a aproximar-se do aparelho sem supervisão. A montagem e a utilização só são permitidas a adultos.
5. Consulte o seu médico antes de iniciar um programa de exercício, especialmente se estiver a tomar medicamentos ou se tiver problemas de saúde (por exemplo, tensão arterial elevada, perturbações do ritmo cardíaco).
6. Observe o seu corpo durante o exercício. Pare imediatamente o seu treino se sentir dores, aperto no peito, tonturas, náuseas, falta de ar ou pulso irregular.
7. Colocar a máquina numa superfície plana, seca e limpa, mantendo um espaço mínimo de 0,6 m à volta da máquina.
8. Utilizar vestuário e calçado desportivo adequados. Evitar roupas largas que possam ficar presas nas peças móveis.
9. O aparelho não deve ser utilizado ao ar livre.
10. Verifique o estado do equipamento antes de cada treino - procure sinais de desgaste ou danos.
11. Se notar arestas vivas, pare de utilizar o equipamento.
12. Se ocorrerem sons ou vibrações invulgares, pare imediatamente o treino.
13. Os componentes reguláveis não devem sobressair nem impedir a utilização do aparelho. A máquina só pode ser utilizada por uma pessoa de cada vez.
14. A travagem não depende da velocidade - o equipamento está equipado com um sistema de travagem independente.
15. O equipamento não se destina a fins terapêuticos ou de reabilitação.
16. Ter cuidado ao transportar ou levantar para evitar lesões nas costas. Se necessário, recorrer à ajuda de uma segunda pessoa.
17. É proibido modificar o design da unidade por si próprio. Em caso de problemas, contacte um centro de assistência autorizado.
18. A gama de temperaturas de funcionamento recomendada para o aparelho é de 15-25°C.
19. Peso máximo admissível do utilizador: 180 kg.
20. O equipamento é da classe SB, de acordo com a norma EN ISO 20957-1, e destina-se a uma utilização doméstica e semicomercial.

MONTAGEM:**Etapa 1 - Montagem das colunas e ligação dos cabos**

Antes de montar a coluna da direita (3):

- Ligar o fio (119) ao fio (118)
- Ligar o fio (122) ao fio (121)

De seguida, fixe as colunas (3) e (2) à estrutura principal da passadeira com os parafusos allen (10) - como mostra a figura.

NOTA: Nesta fase, não aperte demasiado os parafusos, para facilitar a montagem posterior.

Passo 2 - Montagem dos suportes e ligações eléctricas

Recomenda-se a assistência de uma segunda pessoa.

- Ligar os fios seguintes:
 - o (118) com (117)
 - o (121) com (120)
- Fixar os punhos (4) à coluna da passadeira, tendo o cuidado de não entalar os fios entre o punho e a coluna.
- Quando estiverem bem assentes, aperte os parafusos (91). Nesta fase, já pode apertar os parafusos de forma definitiva.

Etapa 3 - Montagem do computador

Mais uma vez, será útil a ajuda de uma segunda pessoa.

- Ligue todos os fios de acordo com o desenho em anexo.
- Colocar o computador (84) sobre os três suportes e fixá-lo com parafusos de cabeça cilíndrica (92).

Etapa 4 - Apertar a estrutura e instalar as tampas.

- Apertar bem todos os parafusos (10) fixados no passo 1.
- Aplicar os revestimentos das colunas laterais, seguindo a ilustração "b".
- Deslize as tampas para baixo até à sua posição final, como mostra a figura "c".
- Fixar com os parafusos (11).

Fornecer

Certifique-se de que o interruptor de alimentação principal (localizado na parte de trás da tampa do motor) está na posição ON (ligado) antes de começar a fazer exercício. Verifique também se o cabo de alimentação está corretamente ligado a uma tomada com ligação à terra.

**Chave de segurança**

Para um funcionamento correto da passadeira, a chave de segurança deve estar na tomada. Se retirar a chave durante um exercício, a máquina pára automaticamente. Sem a chave, a passadeira permanece no modo OFF.

1. Chave de segurança
2. Clipe

**Nivelamento da passadeira**

Para garantir um funcionamento estável, a passadeira pode ser nivelada com os pés reguláveis situados na parte de trás do estribo. Recomenda-se que a máquina seja colocada numa superfície plana e dura.

**Ajustar o tapete de corrida**

A manutenção regular do tapete de corrida é essencial para a sua longevidade e bom funcionamento.

Frequência de inspeção:

- Cada 1-2 meses ou
- Após cada 50 horas de utilização - mesmo que a passadeira não tenha sido utilizada durante muito tempo.

Lubrificação da correia:

- Desligar a passadeira da alimentação eléctrica.
- Desapertar os parafusos de tensão de ambos os lados do rolo traseiro.
- Aplique massa lubrificante de silicone na placa de rolamento por baixo da correia.
- Quando terminar - aperte os parafusos.

Correção do alinhamento da correia:

Nos primeiros dias de utilização, a correia pode esticar ligeiramente e deslocar-se para o lado. Para o corrigir (imagem 2):

1. Ligar a passadeira e definir uma velocidade de 3-5 km/h.
2. Verifique a centragem da correia - se:
 - escapar para a esquerda → apertar ligeiramente o parafuso esquerdo (no sentido dos ponteiros do relógio),
 - se escapar para a direita → aperte o parafuso direito.
3. Se a correia estiver demasiado apertada, desaperte os dois parafusos na direção oposta.
4. Certifique-se de que a correia não está ondulada nem excessivamente apertada.
 1. Aumentar a tensão da correia
 2. Reduzir a tensão da correia



Não.	Descrição	Quantidade	Não.	Descrição	Quantidade
1	Estrutura principal	1	71	Anilha de nylon D21*D37*3T	4
2	Coluna do lado esquerdo	1	72	Anilha plana D25xD8.5x2T	4
3	Coluna direita	1	73	Amortecedor de choque	2
4	Suportes	1	74	Placa do sensor de impulsos	2
5	Suporte da coluna transversal	1	75	Parafuso Allen M8*1,25*45L	2
6	Balastro	1	76	Parafuso Allen M8*1,25*40L	1
7	Suporte do computador (2)	3	77	Sensor de medição de impulsos	4
8L	Tampa inferior da coluna esquerda	1	78	Placa inferior do sensor de impulsos	2
8R	Tampa inferior da coluna direita	1	79	Parafuso ST4x1,41x15L	2
9L	Tampa do motor do lado esquerdo	1	80	Pega	1
9R	Tampa do motor do lado direito	1	81	Parafuso M5*0,8*10L	9
10	Parafuso Allen M10*1,5*65L	6	82	Tampa inferior do computador	1
11	Parafuso Phillips M5*0,8*15L	7	83	Tampa lateral do computador	1
12	Parafuso sextavado interno tipo CSK M8*1,25*35L	8	84	Computador	1
13	Placa de passadeira	1	85L	Joystick esquerdo para regulação da passadeira	1
14	Difusor	2	86R	Joystick direito para regulação da passadeira	1
15	Fita LED	2	86L	Autocolante por baixo do joystick (esquerda)	1
16	Cabo da fita LED	2	86R	Autocolante sob o joystick (direita)	1
17	Cinto de corrida	1	87	Parafuso ST4*1,41*12L	6
18	Tiras antiderrapantes (2)	2	88	Tomada do punho	2
19	Tiras antiderrapantes (3)	2	89	Suporte para tablet	1
20	Protetor da placa de rodagem	2	90L	Cabo do punho esquerdo	1
21	Coertura do eixo de rolamento	2	90R	Cabo do punho direito	1
22	Fita antiderrapante	2	91	Parafuso Allen M10*1,5*20L	4
23	Parafuso Phillips ST4.2*15L	62	92	Parafuso Allen M6*1*15L	7
24	Clipe metálico	8	93	Cabo do sensor de impulsos	2
25	Amortecedor de choques (4)	2	94	Amortecedor de choque(2)	2
26	Amortecedor de choque (3)	2	95	Tomada da chave de segurança	1
27	Anilha plana D16*D8,5*1,2T	6	96	Chave de segurança	1
28	Porca de nylon M8*1,25*8T	6	97	Clipe da chave de segurança	1
29	Parafuso Allen M8*1,25*20L	8	98	Cabo de paragem de emergência	1
30	Rolo traseiro	1	99	Placa de proteção	2
31	Parafuso Allen M10*1,5*80L	3	100	Chave de segurança interna	2
32	Tampa traseira	1	101	Parafuso ST4.2*25L	7
33	Amortecedor de choque (1)	2	102	Placa da chave de segurança	1
34	Pés de nivelamento	2	103	Tampa do punho superior	1
35	Rolo frontal	1	104	Tampa do punho inferior	1
36	Parafuso Allen M10*1,5*45L,	1	105L	Tampa da pega lateral (esquerda)	1
37	Cinto de segurança	1	105R	Tampa do punho lateral (direita)	1
38	Motor AC3.0HP	1	106L	Tampa lateral interior (esquerda)	1
39	Porca de nylon M10*1,5*10T	6	106R	Tampa lateral interior (direita)	1
40	Anilha plana D20*D11*2T	12	107L	Tampa do manípulo (esquerda)	1
41	Parafuso Allen M10*1,5*30L	4	107R	Tampa principal do manípulo (direita)	1
42	Separador de isolamento (1)	5	108	Parafuso M5*0,8*15L	4
43	Anilha plana D28*D14*2T	4	109	Anilha plana D15*D5.2*1.0T	4
44	Para-choques	4	110	Cabo de ligação à terra	1
45	Placa de montagem	3	111	Cabo de ligação à terra (2)	1
46	Rolo de regulação	2	112	Cabo 1	1
47	Placa do motor	7	113	Cabo 2	2
48	Braçadeira de cabo	2	114	Cabo 1	1
49	Parafuso Phillips ST4*1,41*15L	2	115	Cabo 2	2
50	Parafuso hexagonal M8*1,25*60L	1	116	Laço magnético	1
51	Tampa superior do motor	1	117	Cabo superior do LED	1
52	Etiqueta de identificação	1	118	Cabo central do LED	1
53	Tomada	1	119	Cabo inferior do LED	1
54	Parafuso Phillips ST2.9x9.5L	10	120	Cabo superior do computador	1
55	Placa de alimentação eléctrica	1	121	Cabo do computador central	1
56	Interruptor de alimentação	1	122	Cabo inferior do computador	1
57	Para-choques	2	123	Inversor	1
58	Fusível	1	124	Filtro	1
59	Anilha plana D12*D5.2*0.8T	2	125	Indutor	1
60	Porca de nylon M5*0,8*5T	2	126	Cabo de alimentação	1
61	Tampa do motor	1	127	Placa de controlo LED	1
62	Parafuso Allen M10*1,5*50L	1	128	Espaçador para PC	4
63	Anilha plástica plana D10*D24*0,4T	4	129	Chave Allen M6	1
64	Ajuste do ângulo de inclinação	1	130	Chave Allen M8*120L	1
65	Parafuso Allen M10*1,5*65L	1	131	Chave Allen M4*68L	1
66	Rolo	2	133	Parafuso Phillips ST4*1,41*10L	4
67	Parafuso Allen M8*1,25*20L	2	134	Porca M8*1,25*6T	1
68	Anilha plana D21*D8,5*1,5T	2	135	Espaçador D11.5*D8*3.5T	2
69	Tampa	4	136	Anilha plana D12*D4.3*1T	7
70	Eixo	2			

Manutenção da unidade:

- Limpar as peças de aço e de plástico com produtos de limpeza suaves.
- Certifique-se de que todas as peças estão completamente secas antes de cada utilização.
- Recomenda-se a inspeção de todos os parafusos e parafusos e parafusos de 6 em 6 semanas.
 - Utilize apenas as chaves fornecidas para os apertar.
- A passadeira só deve ser utilizada em espaços interiores e secos.

Painel de controlo e computador:

A unidade é controlada através de um painel de controlo com ecrã tátil.

- Quando a passadeira é ligada, o painel ilumina-se automaticamente e o visor apresenta todas as definições de treino actuais.
- Através do painel, o utilizador pode navegar pelos menus e configurar os programas de treino de acordo com as suas preferências.

Descrição dos botões funcionais:

- Botão de ajuste do ângulo de inclinação - quando premido, o computador define automaticamente o nível de inclinação pretendido.
- Indicadores de velocidade e de ângulo de inclinação - ao alterar as definições, o indicador correspondente começa a piscar para indicar que o parâmetro está a ser ativamente ajustado.
- Botão de ajuste rápido da velocidade - permite definir instantaneamente uma velocidade específica quando a tecla indicada é premida.

BOTÕES FUNCIONAIS

Botão / Elemento	Função
ARREFECIMENTO	Inicia o programa de arrefecimento no final do exercício
INCLINAÇÃO	Utilizado para alterar o ângulo de inclinação da passadeira durante o treino e para navegar no menu
PROGRAM	Passa diretamente para a secção do programa de treino do menu
START	Inicia ou reinicia a sessão de treino
STOP	Pára ou faz uma pausa na formação; mantenha premido durante dois segundos para reiniciar o computador
ENTER	Confirma a opção selecionada ou o início do programa
VELOCIDADE	Permite-lhe alterar a velocidade durante o treino e navegar no menu
MODO LED	Permite-lhe mudar o modo de iluminação da barra LED a partir do menu ou da sessão de treino
Joysticks	Ajustam rapidamente a velocidade e a inclinação: puxar aumenta, empurrar diminui.

INFORMAÇÕES APRESENTADAS NO ECRÃ

Parâmetro	Descrição
INCLINAÇÃO	Nível de inclinação atual da passadeira
DISTÂNCIA	Distância percorrida ou distância restante
TEMPO	Duração ou tempo restante da sessão
PULSO	O seu ritmo cardíaco atual (BMP)
CALORIAS	Estimativa do número de calorias queimadas
8 x 16	Ecrã principal que mostra a velocidade e o ângulo de inclinação
Janela inferior	Campo de informação - apresenta notificações e mensagens do sistema

Utilização do equipamento pela primeira vez

1. Colocar o interruptor ON/OFF na parte de trás da tampa do motor na posição "I" (ligado).
2. Insira a chave de segurança na ranhura existente na parte frontal do computador e prenda o clipe à sua roupa.
3. Quando o computador arranca, é apresentado:
 - a versão atual do software,
 - a distância total percorrida e o tempo de exercício.

Configuração do perfil de utilizador:

Para executar programas controlados pelo ritmo cardíaco e análise da gordura corporal, introduza os seus dados pessoais:

Passo	Parâmetro	Botões	Confirmação
1	Género	Inclinação / Velocidade	ENTER
2	Idade	Inclinação / Velocidade	ENTER
3	Crescimento	Inclinação / Velocidade	ENTER
4	Peso	Inclinação / Velocidade	ENTER

Quando a configuração estiver concluída, está pronto para começar o seu treino.

Modo de espera

- Após 5 minutos de inatividade, o computador entra automaticamente no modo de espera.
- Para o reativar: retire-o e volte a colocá-lo.

Pausar e retomar o treino

- Prima STOP para fazer uma pausa no seu treino.
- Prima START para retomar.
- Para terminar a sessão, prima novamente STOP. tecla de segurança.

Cool Down - arrefecer o corpo

- Prima o botão COOL DOWN para ativar o programa de acalmia pós-treino.
- A velocidade reduzir-se-á gradualmente até zero ao longo de 2-3 minutos.

Iluminação LED

A passadeira dispõe de tiras de LED nos dois lados das bandas antiderrapantes. O controlo é efectuado através do botão LED no menu principal ou dos botões de inclinação/velocidade.

Modos de iluminação disponíveis:

Modo	Descrição
Corrida	Os LEDs mudam de cor consoante a velocidade: • 0 - 6 km/h → amarelo • 6,1 - 12 km/h → verde • Mais de 12 km/h → vermelho
Neutro	Iluminação LED branca fixa sem mudança de cor
Multicor	O utilizador pode escolher entre as seguintes cores: vermelho, azul, verde, laranja, rosa, violeta
Desligado	A retroiluminação LED está completamente desligada

MODOS DE TREINO

1. Programa manual

O programa manual permite o controlo total da velocidade e do ângulo de inclinação.

Passos de configuração:

- Selecione o programa MANUAL e confirme com a tecla ENTER.
- Selecione um parâmetro de objetivo: tempo, distância ou calorias - confirme com ENTER
- Defina o valor-alvo utilizando as teclas de inclinação/velocidade e confirme com ENTER
 - ➔ O treino começa com a inclinação e a velocidade mínimas. ➔ Durante a sessão, pode modificar os valores com os joysticks ou as teclas. ➔ Quando o objetivo é atingido, o exercício termina automaticamente e o programa de arrefecimento é iniciado. ➔ Prima STOP para parar o arrefecimento.

2. Programa de baixa velocidade

Concebido para os idosos ou principiantes - a velocidade máxima é de 4 km/h e a distância é contada em metros.

Passos de configuração:

- Selecione o programa MANUAL e confirme com ENTER
- Selecione e defina o parâmetro alvo (tempo/distância/calorias)
- Prima START para iniciar o treino
 - ➔ Começa com inclinação zero e velocidade mínima ➔ Ajustável durante o treino com joysticks ou botões ➔ O treino termina automaticamente quando o objetivo é atingido

3. 20 programas de treino automáticos

Cada programa inclui um perfil com velocidade e inclinação que mudam automaticamente.

Passos de configuração:

- Prima PROGRAM, selecione um dos 20 programas e confirme com ENTER
- Definir um valor-alvo: tempo, distância ou calorias
- Configure o valor e inicie o seu treino premindo START
 - ➔ A velocidade e a inclinação são ajustadas automaticamente ➔ O tempo final da sessão é atualizado dinamicamente de acordo com o seu ritmo ➔ Quando o objetivo é atingido, o arrefecimento é ativado ➔ Pode cancelar o arrefecimento premindo STOP

4. Programas de utilizador (USER U1-U4)

Pode criar 4 programas individuais, cada um composto por 16 segmentos com a sua própria velocidade e inclinação.

Criar um programa:

- Selecione U1-U4 e confirme com ENTER.
- Definir a duração do treino
- Defina a velocidade de cada segmento e confirme
- De seguida, defina a inclinação dos segmentos
- Quando terminar, prima START - o programa será guardado automaticamente

Iniciar o programa guardado:

- Selecione USER U1-U4
- Prima START para iniciar o treino
 - ➔ Durante o percurso, pode modificar os valores ➔ O treino termina após o tempo definido ➔ O computador passa automaticamente para o modo de arrefecimento

HRC / THR - treino baseado no ritmo cardíaco

O treino HRC (Controlo do ritmo cardíaco) permite-lhe fazer exercício com base no seu próprio ritmo cardíaco. O computador ajusta automaticamente a inclinação e a velocidade para manter um nível de pulsação definido. Existem três modos à escolha:

Modo	Descrição
HRC 60%	Queima de gordura (esforço mais leve)
HRC 80%	Melhoria do desempenho e da condição física
THR (Objetivo)	Nível de BPM definido pelo utilizador

Passos para HRC 60% e 80%:

- Selecione HRC 60 PCT ou HRC 80 PCT e prima ENTER.
- Defina a duração do seu treino e confirme.
- O computador apresentará a frequência cardíaca alvo calculada - prima START para começar.

Passos para THR (frequência cardíaca própria):

- Selecione THR, por exemplo, THR 133, e prima ENTER.
- Defina a duração e confirme.
- Selecione o valor da frequência cardíaca alvo (por defeito 133 BPM) e confirme.
- Prima START para iniciar o treino.
 - Durante a sessão, mantenha as mãos nos sensores de pulso para que o computador possa medir o seu pulso e ajustar a intensidade do seu exercício.
 - O treino termina depois de decorrido o tempo definido. O programa de arrefecimento inicia-se automaticamente (pode cancelá-lo premindo STOP).

TESTE DE GORDURA CORPORAL

Este programa permite-lhe estimar o seu teor de gordura corporal com base nos dados dos sensores de pulso.

Instruções:

- Selecione o programa FAT e, em seguida, premir ENTER.
- Coloque as duas mãos sobre os sensores de frequência cardíaca - a medição inicia-se.
- Após alguns segundos, o resultado aparecerá no ecrã. A pontuação é apresentada na janela inferior M:

Resultado (%)	Interpretação
<19%	Peso insuficiente
12-25%	Peso normal
26 - 39%	Excesso de peso
≥ 30%	Obeso

TRENING - programa de tempo e distância

Permite-lhe definir um tempo e uma distância alvo e o computador calcula um tempo de conclusão previsto com base no seu ritmo atual. Passos:

- Selecione o programa TRENING e premir ENTER.
- Defina o tempo alvo e confirme.
- Defina a distância alvo e confirme.
- Prima START para iniciar o treino.

Durante o treino:

- A janela LED superior apresenta a duração da sessão.
- A janela de distância mostra a distância restante.
- A caixa de informação principal mostra o ritmo (min/km) e o tempo de chegada previsto.

A sessão termina quando a distância definida é atingida. O computador apresenta o resultado:

- "Acima do ritmo",
- "Tempo atingido".
- ou "Abaixo do ritmo".

LIMPEZA DA PASSADEIRA:

Os cuidados regulares com o aparelho prolongam significativamente a sua vida útil.

Antes da limpeza:

Desligar sempre a passadaeira da alimentação eléctrica para evitar choques eléctricos.

Após cada sessão de treino:

- Limpe a consola e todas as superfícies com um pano macio e ligeiramente húmido para remover o suor e o pó.
- Não utilize detergentes ou solventes fortes.
- Evite o contacto de líquidos com o computador e não exponha a unidade à luz solar.

Facilitar a manutenção:

- Recomendamos a utilização de um tapete de proteção por baixo da passadaeira para impedir a sujidade transportada pelos sapatos.
- Limpe o tapete uma vez por semana para evitar a acumulação de sujidade debaixo da máquina.

LUBRIFICAÇÃO DO TAPETE DE CORRIDA:

A passadaeira é lubrificada na fábrica, mas é necessário proceder a uma inspeção e manutenção regulares ao longo do tempo.

Recomendações:

- No primeiro ano (ou até 500 horas de utilização), a lubrificação não é normalmente necessária.
- A partir daí, lubrificar de 3 em 3 meses ou de acordo com o grau de utilização.

Como lubrificar:

1. Desligue a passadaeira da corrente.
2. Levante a parte lateral do tapete de corrida.
3. Aplique uma camada fina de massa de silicone sem óleo no interior da placa - o mais fundo possível.
4. Se já existirem vestígios de massa lubrificante por baixo da correia - não é necessário lubrificar.
5. Aguarde 1 minuto antes de pôr a passadaeira a funcionar, para que a massa se espalhe uniformemente.

DADOS TÉCNICOS:

- Dimensões da passadaeira: 219 x 84 x 137 cm
- Peso máximo do utilizador: 180 kg
- Peso líquido: 145 kg
- Cinto da passadaeira: 56 x 157 cm

COMPATIBILIDADE COM APLICAÇÕES DE TREINO**Kinomap**

- Treine em trilhos reais de todo o mundo com vídeos interactivos
- Competir com outros utilizadores online em tempo real
- Receber ajustes dinâmicos de velocidade e inclinação para o percurso escolhido
- Aplicação disponível para Android e iOS

**iConsole+ Training**

- Controle a sua passadaeira diretamente a partir do seu telemóvel ou tablet através de Bluetooth
- Crie os seus próprios programas de treino e acompanhe o seu progresso
- Utilize os seguintes modos: manual, intervalo, HRC, gordura corporal, recuperação
- Integração com o Google Maps e análise dos dados de treino

Note de siguranță

1. Citiți cu atenție instrucțiunile de utilizare înainte de prima utilizare și păstrați-le pentru consultare ulterioară.
2. Respectați toate avertismentele și instrucțiunile de siguranță - inclusiv regulile de asamblare. Mașina trebuie să fie utilizată numai în scopul pentru care a fost proiectată.
3. Pentru propria dvs. siguranță, asamblați și utilizați mașina în conformitate cu aceste instrucțiuni. De asemenea, informați alți utilizatori cu privire la regulile de utilizare corectă a mașinii.
4. Protejați aparatul de copii și animale. Copiii nu trebuie să fie lăsați în apropierea echipamentului fără supraveghere. Asamblarea și utilizarea sunt permise numai adulților.
5. Consultați medicul înainte de a începe un program de exerciții fizice, în special dacă luați medicamente sau aveți probleme de sănătate (de exemplu, hipertensiune arterială, tulburări de ritm cardiac).
6. Observați-vă corpul în timpul exercițiilor fizice. Întrerupeți imediat antrenamentul dacă simțiți durere, strângere în piept, amețeli, greață, dificultăți de respirație sau puls neregulat.
7. Așezați aparatul pe o suprafață plană, uscată și curată, păstrând un spațiu liber de minimum 0,6 m în jurul aparatului.
8. Folosiți îmbrăcăminte și încălțăminte sport adecvate. Evitați hainele largi care se pot prinde de piesele în mișcare.
9. Aparatul nu trebuie utilizat în aer liber.
10. Verificați starea echipamentului înainte de fiecare antrenament - căutați semne de uzură sau deteriorare.
11. Dacă observați margini ascuțite, nu mai utilizați echipamentul.
12. Dacă apar sunete sau vibrații neobișnuite, opriți imediat antrenamentul.
13. Componentele reglabile nu trebuie să iasă în afară sau să împiedice utilizarea echipamentului. Echipamentul poate fi utilizat de o singură persoană în același timp.
14. Frânarea nu depinde de viteză - echipamentul este echipat cu un sistem de oprire independent.
15. Echipamentul nu este destinat scopurilor terapeutice sau de reabilitare.
16. Aveți grijă când transportați sau ridicați echipamentul pentru a evita rănirea spatelui. Dacă este necesar, apelați la asistența unei a doua persoane.
17. Este interzis să modificați singur designul unității. În caz de probleme, contactați un centru de service autorizat.
18. Intervalul recomandat al temperaturii de funcționare a aparatului este de 15-25°C.
19. Greutatea maximă admisă a utilizatorului: 180 kg.
20. Echipamentul este din clasa SB în conformitate cu EN ISO 20957-1 și este destinat uzului casnic și semicomercial.

MONTAJ:

Etapa 1 - Montarea coloanelor și conectarea cablurilor

Înainte de montarea coloanei din dreapta (3):

- Conectați firul (119) cu firul (118)
- Conectați firul (122) cu firul (121)

Apoi atașați coloanele (3) și (2) la cadrul principal al benzii de alergare folosind șuruburile Allen (10) - așa cum se arată în ilustrație.

NOTĂ: Nu strângeți prea tare șuruburile în această etapă pentru a facilita asamblarea ulterioară.

Pasul 2 - Montarea suporturilor și a conexiunilor cablurilor

Se recomandă asistența unei a doua persoane.

- Conectați următoarele fire:
 - (118) cu (117)
 - (121) cu (120)
- Atașați mânerul (4) la coloana benzii de alergare, având grijă să nu ciupiți firele dintre mâner și coloană.
- După ce acestea sunt bine așezate, strângeți șuruburile (91). În această etapă le puteți strânge acum definitiv.

Pasul 3 - Montarea computerului

Din nou, ajutorul unei a doua persoane va fi util.

- Conectați toate firele în conformitate cu desenul atașat.
- Plasați computerul (84) pe cele trei suporturi și fixați-l cu șuruburile Allen (92).

Pasul 4 - Strângeți structura și instalați capacele.

- Strângeți ferm toate șuruburile (10) fixate la pasul 1.
- Aplicați capacele coloanelor laterale, urmând ilustrația "b".
- Glisați capacele în jos până la poziția lor finală, conform ilustrației "c".
- Fixați-le cu șuruburile (11).

Aprovizionare

Asigurați-vă că întrerupătorul principal de alimentare (situat pe partea din spate a capacului motorului) este setat pe poziția ON înainte de a începe exercițiul. De asemenea, verificați dacă cablul de alimentare este conectat corect la o priză cu împământare.



Cheia de siguranță

Pentru funcționarea corectă a benzii de alergare, cheia de siguranță trebuie să fie în priză. Îndepărtarea cheii în timpul unui antrenament va opri automat aparatul. Fără cheie, banda de alergare rămâne în modul OFF.

1. Cheie de siguranță
2. Clemă



Nivelarea benzii de alergare

Pentru a asigura o funcționare stabilă, banda de alergare poate fi nivelată cu ajutorul picioarelor reglabile situate sub partea din spate a panoului de alergare. Se recomandă ca aparatul să fie amplasat pe o suprafață plană și dură.



Reglarea curelei de rulare

Întreținerea regulată a curelei de rulare este esențială pentru longevitatea și funcționarea corectă a acesteia.

Frecvența inspecției:

- La fiecare 1-2 luni sau
- După fiecare 50 de ore de utilizare - chiar dacă banda de alergare nu a fost utilizată pentru o perioadă lungă de timp.

Lubrifierea curelei:

- Deconectați banda de alergare de la sursa de alimentare.
- Slăbiți șuruburile de tensionare de pe ambele părți ale rolei din spate.
- Aplicați unsoare siliconică pe placa de rulare de sub bandă.
- Când ați terminat - strângeți șuruburile.

Corectarea alinierii curelei:

În primele zile de utilizare, cureaua se poate întinde ușor și se poate deplasa lateral. Pentru a corecta acest lucru (imaginea 2):

1. Porniți banda de alergare și setați o viteză de 3-5 km/h.
2. Verificați centrarea curelei - dacă:
 - scapă spre stânga → strângeți ușor șurubul din stânga (în sensul acelor de ceasornic),
 - scapă spre dreapta → strângeți șurubul din dreapta.
3. Dacă cureaua este prea strânsă, slăbiți ambele șuruburi în direcția opusă.
4. Asigurați-vă că cureaua nu este nici ondulată, nici excesiv de strânsă.
 1. Creșteți tensiunea curelei
 2. Reduceți tensiunea curelei



Nr.	Descriere	Cantitate	Nr.	Descriere	Cantitate
1	Cadru principal	1	71	Șaibă din nailon D21*D37*3T	4
2	Coloană stânga	1	72	Șaibă plată D25xD8.5x2T	4
3	Coloana din dreapta	1	73	Amortizor	2
4	Suporturi	1	74	Placă senzor de impulsuri	2
5	Suport coloană transversală	1	75	Șurub Allen M8*1.25*45L	2
6	Balast	1	76	Șurub Allen M8*1.25*40L	1
7	Suport computer (2)	3	77	Senzor de măsurare a pulsului	4
8L	Capac coloană stânga jos	1	78	Placa inferioară a senzorului de impuls	2
8R	Capacul coloanei inferioare din dreapta	1	79	Șurub ST4x1.41x15L	2
9L	Partea stângă a capacului motorului	1	80	Mâner	1
9R	Capac motor lateral dreapta	1	81	Șurub M5*0,8*10L	9
10	Șurub Allen M10*1.5*65L	6	82	Capacul inferior al computerului	1
11	Șurub Phillips M5*0,8*15L	7	83	Capac lateral computer	1
12	Șurub hexagonal intern tip CSK M8*1,25*35L	8	84	Computer	1
13	Placa pentru banda de alergat	1	85L	Joystick stânga pentru reglarea benzii de alergare	1
14	Difuzor	2	86R	Joystick drept pentru reglarea benzii de rulare	1
15	Bandă LED	2	86L	Autocolant sub joystick (stânga)	1
16	Cablu bandă LED	2	86R	Autocolant sub joystick (dreapta)	1
17	Curea de rulare	1	87	Șurub ST4*1.41*12L	6
18	Benzi antiderapante (2)	2	88	Mufa mânerului	2
19	Benzi antiderapante (3)	2	89	Suport tabletă	1
20	Protecție pentru placa de rulare	2	90L	Cablu de prindere stânga	1
21	Acoperire bord de rulare	2	90R	Cablu de prindere dreapta	1
22	Bandă antiderapantă	2	91	Șurub Allen M10*1.5*20L	4
23	Șurub Phillips ST4.2*15L	62	92	Șurub Allen M6*1*15L	7
24	Clemă metalică	8	93	Cablu pentru senzorul de impulsuri	2
25	Amortizor (4)	2	94	Amortizor (2)	2
26	Amortizor (3)	2	95	Priză cheie de siguranță	1
27	Șaibă plată D16*D8.5*1.2T	6	96	Cheie de siguranță	1
28	Piuliță din nailon M8*1,25*8T	6	97	Clip cheie de siguranță	1
29	Șurub Allen M8*1.25*20L	8	98	Cablu de oprire de urgență	1
30	Rolă spate	1	99	Placă protectoare	2
31	Șurub Allen M10*1,5*80L	3	100	Priză cheie de siguranță internă	2
32	Capac spate	1	101	Șurub ST4.2*25L	7
33	Amortizor (1)	2	102	Placă cheie de siguranță	1
34	Picioare de nivelare	2	103	Capac de prindere superior	1
35	Rolă frontală	1	104	Capac de prindere inferior	1
36	Șurub Allen M10*1.5*45L,	1	105L	Capac mâner lateral (stânga)	1
37	Curea	1	105R	Capac mâner lateral (dreapta)	1
38	Motor AC3.0HP	1	106L	Capac lateral interior (stânga)	1
39	Piuliță din nailon M10*1,5*10T	6	106R	Capac lateral interior (dreapta)	1
40	Șaibă plată D20*D11*2T	12	107L	Capac mâner (stânga)	1
41	Șurub Allen M10*1.5*30L	4	107R	Capac principal mâner (dreapta)	1
42	Distanțier izolator (1)	5	108	Șurub M5*0,8*15L	4
43	Șaibă plată D28*D14*2T	4	109	Șaibă plată D15*D5.2*1.0T	4
44	Bara de protecție	4	110	Cablu de împănământare	1
45	Placă de montaj	3	111	Cablu de împănământare (2)	1
46	Rolă de reglare	2	112	Cablu 1	1
47	Placă motor	7	113	Cablu 2	2
48	Legătură cablu	2	114	Cablu 1	1
49	Șurub Phillips ST4*1.41*15L	2	115	Cablu 2	2
50	Șurub hexagonal M8*1.25*60L	1	116	Bucă magnetică	1
51	Capacul superior al motorului	1	117	Cablu superior LED	1
52	Etichetă ID	1	118	Cablu central LED	1
53	Soclu	1	119	Cablu inferior LED	1
54	Șurub Phillips ST2.9x9.5L	10	120	Cablu computer superior	1
55	Placă de alimentare	1	121	Cablu computer central	1
56	Comutator de alimentare	1	122	Cablu computer inferior	1
57	Bara de protecție	2	123	Invertor	1
58	Siguranță	1	124	Filtru	1
59	Șaibă plată D12*D5.2*0.8T	2	125	Inductor	1
60	Piuliță din nailon M5*0,8*5T	2	126	Cablu de alimentare	1
61	Capac motor	1	127	Placă de control LED	1
62	Șurub Allen M10*1.5*50L	1	128	Distanțiere PC	4
63	Șaibă plată din plastic D10*D24*0.4T	4	129	Cheie Allen M6	1
64	Reglarea unghiului de înclinare	1	130	Cheie Allen M8*120L	1
65	Șurub Allen M10*1,5*65L	1	131	Cheie Allen M4*68L	1
66	Role	2	133	Șurub Phillips ST4*1.41*10L	4
67	Șurub Allen M8*1.25*20L	2	134	Piuliță M8*1.25*6T	1
68	Șaibă plată D21*D8.5*1.5T	2	135	Distanțiere D11.5*D8*3.5T	2
69	Capac	4	136	Șaibă plată D12*D4.3*1T	7
70	Ax	2			

Întreținerea unității:

- Curățați piesele din oțel și plastic folosind agenți de curățare blânzi.
- Asigurați-vă că toate piesele sunt complet uscate înainte de fiecare utilizare.
- Este recomandat să inspectați toate șuruburile și bolțurile la fiecare 6 săptămâni.
 - Utilizați numai cheile furnizate pentru a le strânge.
- Banda de alergare trebuie utilizată numai în interior și la uscat.

Panou de comandă și computer:

Unitatea este controlată prin intermediul unui panou de control cu ecran tactil.

- Când banda de alergare este pornită, panoul se aprinde automat, iar afișajul prezintă toate setările curente de antrenament.
- Utilizând panoul, utilizatorul poate naviga prin meniuri și poate configura programele de antrenament în funcție de preferințele sale.

Descrierea butoanelor funcționale:

- Butonul de reglare a unghiului de înclinare - atunci când este apăsat, computerul stabilește automat nivelul de înclinare dorit.
- Indicatoare de viteză și unghi de înclinare - la modificarea setărilor, indicatorul corespunzător începe să clipească pentru a indica faptul că parametrul este ajustat activ.
- Buton de reglare rapidă a vitezei - permite setarea instantanee a unei anumite viteze atunci când este apăsată tasta indicată.

BUTOANE FUNCȚIONALE

Buton / Element	Funcție
COOL DOWN	Pornește programul de răcire la sfârșitul exercițiului
INCLINARE	Utilizat pentru a modifica unghiul de înclinare al benzii de alergare în timpul antrenamentului și pentru a naviga în meniu
PROGRAM	Trece direct la secțiunea programului de antrenament din meniu
START (PORNIRE)	Începe sau repornește sesiunea de antrenament
STOP	Oprește sau întrerupe formarea; țineți apăsat timp de două secunde pentru a reseta computerul
ENTER	Confirmă opțiunea selectată sau începerea programului
VITEZĂ	Vă permite să modificați viteza în timpul antrenamentului și să navigați în meniu
MOD LED	Vă permite să comutați modul de iluminare a barei LED din meniu sau din sesiunea de antrenament
Joystick-uri	Reglați rapid viteza și înclinarea: trageți crește, împingeți scade.

INFORMAȚII AFIȘATE PE ECRAN

Parametru	Descriere
INCLINAȚIE	Nivelul actual de înclinare al benzii de alergare
DISTANȚĂ	Distanța parcursă sau distanța rămasă
TIMP	Durata sau timpul rămas al sesiunii
PULS	Ritmul dumneavoastră cardiac actual (BMP)
CALORII	Numărul estimativ de calorii arse
8 x 16	Ecran principal care afișează viteza și unghiul de înclinare
Fereastra inferioară	Câmpul de informații - afișează notificările și mesaje sistemului

Utilizarea echipamentului pentru prima dată

1. Puneți comutatorul ON/OFF de pe partea din spate a capacului motorului în poziția "I" (pornit).
2. Introduceți cheia de securitate în fanta din partea din față a computerului și atașați clema la îmbrăcăminte.
3. La pornirea computerului, acesta va afișa:
 - versiunea curentă a software-ului,
 - distanța totală parcursă și timpul de exercițiu.

Configurarea profilului utilizatorului:

Pentru a rula programele cu ritm cardiac controlat și analiza grăsimii corporale, introduceți datele dvs. personale:

Pas	Parametru	Butoane	Confirmare
1	Gen	Panta / Viteza	ENTER
2	Vârsta	Panta / Viteza	ENTER
3	Creștere	Panta / Viteza	ENTER
4	Greutate	Panta / Viteza	ENTER

Odată ce configurarea este finalizată, sunteți gata să începeți antrenamentul.

Modul standby

- După 5 minute de inactivitate, computerul intră automat în modul standby.
- Pentru a-l reactiva: scoateți-l și puneți-l la loc.

Pauză și reluarea antrenamentului

- Apăsați STOP pentru a întrerupe antrenamentul.
- Apăsați START pentru a relua antrenamentul.
- Pentru a încheia sesiunea, apăsați din nou STOP. tasta de siguranță.

Cool Down - răciți-vă corpul

- Apăsați butonul COOL DOWN pentru a activa programul de calmare post-antrenament.
- Viteza se va reduce treptat la zero pe parcursul a 2-3 minute.

Iluminare cu LED

Banda de alergare are benzi LED pe ambele părți ale benzilor antiderapante. Controlul se face prin intermediul butonului LED din meniul principal sau al butoanelor de înclinare/ viteză.

Modurile de iluminare disponibile:

Mod	Descriere
Alergare	LED-urile își schimbă culoarea în funcție de viteză: • 0 - 6 km/h → galben • 6,1 - 12 km/h → verde • Peste 12 km/h → roșu
Neutru	Iluminare LED albă fixă fără schimbare de culoare
Multicolor	Utilizatorul poate alege din următoarele culori: roșu, albastru, verde, portocaliu, roz, violet
Oprit	Retroiluminarea LED este complet oprită

MODURI DE ANTRENAMENT**1. Program manual**

Programul manual permite controlul complet asupra vitezei și unghiului de înclinare.

Pași de configurare:

- Selecțiați programul MANUAL și confirmați cu tasta ENTER.
- Selecțiați un parametru țintă: timp, distanță sau calorii - confirmați cu tasta ENTER
- Setați valoarea țintă folosind tastele de înclinare/ viteză și confirmați cu ENTER
 ➔ Antrenamentul începe la înclinarea și viteza minime. ➔ În timpul sesiunii, puteți modifica valorile cu joystick-urile sau tastele. ➔ Când obiectivul este atins, antrenamentul se încheie automat și începe programul Cool Down (Răcire). ➔ Apăsăți STOP pentru a opri răcirea.

2. Program de viteză redusă

Conceput pentru persoanele în vârstă sau pentru începători - viteza maximă este de 4 km/h, iar distanța este calculată în metri.

Pași de configurare:

- Selecțiați programul MANUAL, apoi confirmați cu ENTER
- Selecțiați și setați parametrul țintă (timp/distanță/calorii)
- Apăsăți START pentru a începe antrenamentul
 ➔ Porniște de la înclinarea zero și viteză minimă ➔ Reglabil în timpul antrenamentului cu joystick-uri sau butoane ➔ Antrenamentul se încheie automat atunci când obiectivul este atins

3. 20 de programe automate de antrenament

Fiecare program include un profil cu schimbarea automată a vitezei și înclinăției.

Pași de configurare:

- Apăsăți PROGRAM, selecțiați unul dintre cele 20 de programe și confirmați cu ENTER
- Setați o valoare țintă: timp, distanță sau calorii
- Configurați valoarea și începeți antrenamentul apăsând START
 ➔ Viteza și înclinăția sunt ajustate automat ➔ Timpul de sfârșit al sesiunii se actualizează dinamic în funcție de ritmul dumneavoastră ➔ Când este atins obiectivul, se activează Cool Down ➔ Puteți anula răcirea apăsând STOP

4. Programe utilizator (USER U1-U4)

Puteți crea 4 programe individuale, fiecare constând din 16 segmente cu viteză și gradient proprii.

Creați un program:

- Selecțiați U1-U4 și confirmați cu ENTER.
- Setați durata antrenamentului dvs.
- Setați viteza pentru fiecare segment și confirmați
- Apoi setați înclinăția segmentelor
- Când ați terminat, apăsăți START - programul va fi salvat automat

Porniți programul salvat:

- Selecțiați USER U1-U4
- Apăsăți START pentru a începe antrenamentul
 ➔ În timpul cursului puteți modifica valorile ➔ Antrenamentul se încheie după timpul setat ➔ Computerul trece automat în modul Cool Down

HRC / THR - antrenament bazat pe ritmul cardiac

Antrenamentul HRC (Heart Rate Control) vă permite să vă antrenați pe baza propriului ritm cardiac. Computerul ajustează automat înclinarea și viteza pentru a menține un nivel de puls stabilit. Există trei moduri din care puteți alege:

mod	Descriere
HRC 60%	Arderea grăsimilor (efort mai ușor)
HRC 80%	Performanță și condiție fizică îmbunătățite
THR (țintă)	Nivel BPM setat de utilizator

Pași pentru HRC 60% și 80%:

- Selecțiați HRC 60 PCT sau HRC 80 PCT și apăsăți ENTER.
- Setați durata antrenamentului și confirmați.
- Computerul va afișa ritmul cardiac țintă calculat - apăsăți START pentru a începe.

Pași pentru THR (ritmul cardiac propriu):

- Selecțiați THR, de ex. THR 133, și apăsăți ENTER.
- Setați durata și confirmați.
- Selecțiați valoarea ritmului cardiac țintă (implicit 133 BPM) și confirmați.
- Apăsăți START pentru a începe antrenamentul.
 În timpul sesiunii, țineți mâinile pe senzorii de puls, astfel încât computerul să vă poată măsura pulsul și să ajusteze intensitatea exercițiului.
 Antrenamentul se va încheia după expirarea timpului setat. Programul Cool Down va începe automat (îl puteți anula apăsând STOP).

TEST DE GRĂSIME CORPORALĂ

Acest program vă permite să vă estimați conținutul de grăsime corporală pe baza datelor de la senzorii de puls.

Instrucțiuni:

- Selecțiați programul FAT și apoi apăsăți ENTER.
- Puneți ambele mâini pe senzorii de ritm cardiac - măsurarea va începe.
- După câteva secunde, rezultatul va apărea pe ecran. Scorul va fi afișat în fereastra M inferioară:

Rezultat (%)	Interpretare
<19%	Subponderal
12-25%	Greutate normală
26 - 39%	Greutate excesivă
≥ 30%	obezitate

TRENING - program de timp și distanță

Vă permite să stabiliți un timp și o distanță țintă, iar computerul va calcula un timp de finalizare așteptat pe baza ritmului dvs. curent. Pași:

- Selecțiați programul TRENING, apăsăți ENTER.
- Setați timpul țintă și confirmați.
- Setați distanța țintă și confirmați.
- Apăsăți START pentru a începe antrenamentul.

În timpul antrenamentului:

- Fereastra LED de sus afișează durata sesiunii.
- Fereastra distanței afișează distanța rămasă.
- Caseta principală de informații afișează ritmul (min/km) și timpul estimat de finalizare.

Sesiunea se încheie atunci când este atinsă distanța setată. Computerul va afișa rezultatul:

- "Peste ritm",
- "Tempo atins",
- sau "Sub ritm".

CURĂȚAREA BENZII DE ALERGARE:

Îngrijirea regulată a aparatului prelungește semnificativ durata sa de viață.

Înainte de curățare:

Deconectați întotdeauna banda de alergare de la sursa de alimentare pentru a evita șocurile electrice.

După fiecare sesiune de antrenament:

- Curățați consola și toate suprafețele cu o cârpă moale, ușor umedă, pentru a îndepărta transpirația și praful.
- Nu utilizați detergenți sau solvenți puternici.
- Evitați contactul lichidelor cu computerul și nu expuneți unitatea la lumina soarelui.

Faceți întreținerea mai ușoară:

- Vă recomandăm utilizarea unui covoraș de protecție sub banda de alergare pentru a opri murdăria transportată de pantofi.
- Curățați covorașul o dată pe săptămână pentru a preveni acumularea de murdărie sub aparat.

LUBRIFIAREA CURELEI DE RULARE:

Banda de alergare este lubrifiată din fabrică, dar este necesară inspecția și întreținerea regulată în timp.

Recomandări:

- În primul an (sau până la 500 de ore de utilizare) lubrifierea nu este de obicei necesară.
- Ulterior, lubrifiați la fiecare 3 luni sau în funcție de gradul de utilizare.

Cum să lubrifiați:

1. Deconectați banda de alergare.
2. Ridicați partea laterală a curelei de rulare.
3. Aplicați un strat subțire de unsoare siliconică fără ulei pe partea interioară a plăcii - cât mai adânc posibil.
4. Dacă există deja urme de unsoare sub curea - lubrifierea nu este necesară.
5. Așteptați 1 minut înainte de a rula banda de alergare, astfel încât unsoarea să se răspândească uniform.

DATE TEHNICE:

- Dimensiunile benzii de rulare: 219 x 84 x 137 cm
- Greutatea maximă a utilizatorului: 180 kg
- Greutate netă: 145 kg
- Curea benzii de alergare: 56 x 157 cm

COMPATIBILITATE CU APLICAȚIILE DE ANTRENAMENT**Kinomap**

- Antrenați-vă pe trasee reale din întreaga lume cu videoclipuri interactive
- Concurează cu alți utilizatori online în timp real
- Primiți ajustări dinamice ale vitezei și înclinației la traseul ales
- Aplicație disponibilă pentru Android și iOS

**iConsole+ Training**

- Controlați banda de alergare direct de pe telefon sau tabletă prin Bluetooth
- Creați-vă propriile programe de antrenament și urmăriți-vă progresul
- Utilizați următoarele moduri: manual, interval, HRC, grăsime corporală, recuperare
- Integrare cu hărți Google și analiză a datelor de antrenament

Bezpečnostné poznámky

1. Pred prvým použitím si pozorne prečítajte návod na obsluhu a uschovajte si ho pre budúce použitie.
2. Dodržiavajte všetky upozornenia a bezpečnostné pokyny - vrátane pravidiel montáže. Stroj sa smie používať len na určený účel.
3. V záujme vlastnej bezpečnosti zostavte a používajte stroj v súlade s týmto návodom. O pravidlách správneho používania stroja informujte aj ostatných používateľov.
4. Chráňte stroj pred deťmi a zvieratami. Deti by nemali byť v blízkosti zariadenia bez dozoru. Montáž a používanie sú povolené len pre dospelé osoby.
5. Pred začatím cvičebného programu sa poraďte s lekárom, najmä ak užívate lieky alebo máte zdravotné problémy (napr. vysoký krvný tlak, poruchy srdcového rytmu).
6. Počas cvičenia pozorujte svoje telo. Cvičenie okamžite prerušte, ak pocítite bolesť, napätie v hrudníku, závraty, nevoľnosť, dýchavičnosť alebo nepravidelný pulz.
7. Stroj umiestnite na rovný, suchý a čistý povrch, pričom okolo stroja musí byť voľný priestor minimálne 0,6 m.
8. Používajte vhodné športové oblečenie a obuv. Vyhnite sa voľnému oblečeniu, ktoré by sa mohlo zachytiť o pohyblivé časti.
9. Zariadenie sa nesmie používať vonku.
10. Pred každým tréningom skontrolujte stav zariadenia - dávajte pozor na známky opotrebovania alebo poškodenia.
11. Ak spozorujete ostré hrany, prestaňte zariadenie používať.
12. Ak sa objavia nezvyčajné zvuky alebo vibrácie, okamžite prestaňte trénovať.
13. Nastaviteľné komponenty nesmú vyčnievať ani brániť používaniu zariadenia. Zariadenie môže naraz používať len jedna osoba.
14. Brzdzenie nezávisí od rýchlosti - zariadenie je vybavené nezávislým brzdným systémom.
15. Zariadenie nie je určené na terapeutické alebo rehabilitačné účely.
16. Pri preprave alebo zdvíhaní postupujte opatrne, aby ste predišli poraneniu chrbta. V prípade potreby použite pomoc druhej osoby.
17. Je zakázané upravovať konštrukciu jednotky svojpomocne. V prípade problémov sa obráťte na autorizované servisné stredisko.
18. Odporúčany rozsah prevádzkových teplôt zariadenia je 15-25 °C.
19. Maximálna prípustná hmotnosť používateľa: 180 kg.
20. Zariadenie patrí do triedy SB podľa normy EN ISO 20957-1 a je určené na domáce a čiastočne komerčné použitie.

MONTÁŽ:

Krok 1 - Montáž stĺpov a pripojenie káblov

Pred montážou pravého stĺpa (3):

- Spojte vodič (119) s vodičom (118)
- Spojte vodič (122) s vodičom (121)

Potom pripevnite stĺpiky (3) a (2) k hlavnému rámu bežeckého pásu pomocou imbusových skrutiek (10) - ako je znázornené na obrázku.

POZNÁMKA: V tejto fáze skrutky príliš neutiahnite, aby ste uľahčili ďalšiu montáž.

Krok 2 - Montáž konzol a pripojenia káblov

Odporúča sa pomoc druhej osoby.

- Pripojte nasledujúce vodiče:
 - o (118) s (117)
 - o (121) s (120)
- Pripevnite rukoväť (4) k stĺpiku bežeckého pásu, pričom dávajte pozor, aby ste nepriškrtili drôty medzi rukoväťou a stĺpikom.
- Po ich správnom usadení utiahnite skrutky (91). V tejto fáze ich už môžete natrvalo dotiahnuť.

Krok 3 - Montáž počítača

Opäť bude užitočná pomoc druhej osoby.

- Pripojte všetky vodiče podľa priloženého nákresu.
- Umiestnite počítač (84) na tri konzoly a upevnite ho pomocou imbusových skrutiek (92).

Krok 4 - Uťahnite konštrukciu a nainštalujte kryty.

- Pevne utiahnite všetky skrutky (10) upevnené v kroku 1.
- Nasadte kryty bočných stĺpikov podľa obrázka "b".
- Posuňte kryty nadol do ich konečnej polohy, ako je znázornené na obrázku "c".
- Zabezpečte ich skrutkami (11).

Prívod

Pred začatím cvičenia sa uistite, že je hlavný vypínač (umiestnený na zadnej strane krytu motora) nastavený do polohy ON. Skontrolujte tiež, či je napájací kábel správne zapojený do uzemnenej zásuvky.



Bezpečnostný kľúč

Pre správnu prevádzku bežeckého pásu musí byť bezpečnostný kľúč v zásuvke. Ak počas cvičenia vyberiete kľúč, stroj sa automaticky zastaví. Bez kľúča zostane bežecský pás vo vypnutom režime.

1. Bezpečnostný kľúč
2. Klip



Vyrovňovanie bežeckého pásu

Na zabezpečenie stabilnej prevádzky možno bežecský pás vyrovnať pomocou nastaviteľných nožičiek umiestnených pod zadnou časťou bežeckej dosky. Odporúča sa, aby bol stroj umiestnený na rovnom, tvrdom povrchu.



Nastavenie bežeckého pásu

Pravidelná údržba bežeckého pásu je nevyhnutná pre jeho dlhú životnosť a správnu prevádzku.

Frekvencia kontroly:

- Každé 1-2 mesiace alebo
- Po každých 50 hodinách používania - aj keď sa bežecský pás dlhší čas nepoužíval.

Mazanie bežeckého pásu:

- Odpojte bežecský pás od napájania.
- Uvoľnite napínacie skrutky na oboch stranách zadného valca.
- Na priebežnú dosku pod remeňom naneste silikónové mazivo.
- Po dokončení utiahnite skrutky.

Korekcia vyrovňovania remeňa:

V prvých dňoch používania sa môže pás mierne natiahnuť a pohybovať sa do strán. Ak to chcete napraviť (obrázok 2):

1. Zapnite bežecský pás a nastavte rýchlosť 3-5 km/h.
2. Skontrolujte vycentrovanie pásu - ak:
 - uniká doľava → mierne utiahnite ľavú skrutku (v smere hodinových ručičiek),
 - uniká doprava → utiahnite pravú skrutku.
3. Ak je remeň príliš napnutý, uvoľnite obe skrutky v opačnom smere.
4. Uistite sa, že remeň nie je zvlnený ani príliš napnutý.
 1. Zvýšte napnutie remeňa
 2. Znížte napnutie remeňa



Č.	Popis	Množstvo	Č.	Popis	Množstvo
1	Hlavný rám	1	71	Nylonová podložka D21*D37*3T	4
2	Ľavý stĺpik	1	72	Plochá podložka D25xD8,5x2T	4
3	Pravý stĺpik	1	73	Timič nárazov	2
4	Držiaky	1	74	Doska pulzného snímača	2
5	Priečna podpera stĺpa	1	75	Imbusová skrutka M8*1,25*45L	2
6	Predradník	1	76	Imbusová skrutka M8*1,25*40L	1
7	Držiak počítača (2)	3	77	Snímač merania pulzu	4
8L	Ľavý spodný kryt stĺpika	1	78	Spodná doska pulzného snímača	2
8R	Spodný kryt pravého stĺpika	1	79	Skrutka ST4x1,41x15L	2
9L	Ľavý kryt motora	1	80	Rukoväť	1
9R	Kryt motora na pravej strane	1	81	Skrutka M5*0,8*10L	9
10	Skrutka M10*1,5*65L	6	82	Spodný kryt počítača	1
11	Križová skrutka M5*0,8*15L	7	83	Bočný kryt počítača	1
12	Vnútorá šesťhranná skrutka typu CSK M8*1,25*35L	8	84	Počítač	1
13	Doska bežeckého pásu	1	85L	Ľavý joystick na nastavenie bežeckého pásu	1
14	Difúzor	2	86R	Pravý joystick na nastavenie bežeckého pásu	1
15	LED pásik	2	86L	Nálepka pod joystickom (vľavo)	1
16	Kábel LED pásu	2	86R	Nálepka pod joystick (vpravo)	1
17	Bežecký pás	1	87	Skrutka ST4*1,41*12L	6
18	Protišmykové lišty (2)	2	88	Zásuvka na rukoväť	2
19	Protišmykové lišty (3)	2	89	Držiak na tablet	1
20	Chránič nášľapnej dosky	2	90L	Kábel ľavej rukoväte	1
21	Kryt jazdnej dosky	2	90R	Kábel pravej rukoväte	1
22	Protišmyková páska	2	91	Imbusová skrutka M10*1,5*20L	4
23	Križová skrutka ST4.2*15L	62	92	Skrutka M6*1*15L	7
24	Kovová svorka	8	93	Kábel snímača impulzov	2
25	Timič nárazov (4)	2	94	Timič nárazov(2)	2
26	Timič nárazov (3)	2	95	Zásuvka na bezpečnostný kľúč	1
27	Plochá podložka D16*D8,5*1,2T	6	96	Bezpečnostný kľúč	1
28	Nylonová matica M8*1,25*8T	6	97	Bezpečnostná spona na kľúč	1
29	Skrutka s imbusom M8*1,25*20L	8	98	Kábel núdzového zastavenia	1
30	Zadný valec	1	99	Ochranná doska	2
31	Imbusová skrutka M10*1,5*80L	3	100	Vnútorá zásuvka bezpečnostného kľúča	2
32	Zadný kryt	1	101	Skrutka ST4.2*25L	7
33	Timič nárazov (1)	2	102	Bezpečnostná doska s kľúčom	1
34	Vyrovňavacie nožičky	2	103	Horný kryt rukoväte	1
35	Predný valec	1	104	Spodný kryt rukoväte	1
36	Imbusová skrutka M10*1,5*45L,	1	105L	Kryt bočnej rukoväte (ľavý)	1
37	Pás	1	105R	Kryt bočnej rukoväte (pravý)	1
38	Motor AC3.0HP	1	106L	Vnútorý bočný kryt (ľavý)	1
39	Nylonová matica M10*1,5*10T	6	106R	Vnútorý bočný kryt (pravý)	1
40	Plochá podložka D20*D11*2T	12	107L	Krytka rukoväte (ľavá)	1
41	Skrutka s imbusom M10*1,5*30L	4	107R	Hlavný kryt rukoväte (pravý)	1
42	Izolačná dištančná vložka (1)	5	108	Skrutka M5*0,8*15L	4
43	Plochá podložka D28*D14*2T	4	109	Plochá podložka D15*D5.2*1.0T	4
44	Nárazník	4	110	Uzemňovací kábel	1
45	Montážna doska	3	111	Uzemňovací kábel (2)	1
46	Nastavovací valček	2	112	Kábel 1	1
47	Doska motora	7	113	Kábel 2	2
48	Káblové viazanie	2	114	Kábel 1	1
49	Križová skrutka ST4*1,41*15L	2	115	Kábel 2	2
50	Šesťhranná skrutka M8*1,25*60L	1	116	Magnetická slučka	1
51	Horný kryt motora	1	117	Horný kábel LED	1
52	Identifikačný štítok	1	118	Stredový kábel LED	1
53	Zásuvka	1	119	Spodný kábel LED	1
54	Križová skrutka ST2,9x9,5L	10	120	Horný počítačový kábel	1
55	Napájacia doska	1	121	Kábel centrálného počítača	1
56	Vypínač napájania	1	122	Dolný počítačový kábel	1
57	Nárazník	2	123	Menič	1
58	Poistka	1	124	Filter	1
59	Plochá podložka D12*D5,2*0,8T	2	125	Induktor	1
60	Nylonová matica M5*0,8*5T	2	126	Prívodný kábel	1
61	Kryt motora	1	127	Ovládacia doska LED	1
62	Imbusová skrutka M10*1,5*50L	1	128	Dištančný rámik PC	4
63	Plastová plochá podložka D10*D24*0,4T	4	129	Imbusový kľúč M6	1
64	Nastavenie uhla sklonu	1	130	Imbusový kľúč M8*120L	1
65	Skrutka M10*1,5*65L	1	131	Imbusový kľúč M4*68L	1
66	Valček	2	133	Križová skrutka ST4*1,41*10L	4
67	Imbusová skrutka M8*1,25*20L	2	134	Matica M8*1,25*6T	1
68	Plochá podložka D21*D8,5*1,5T	2	135	Rozpierka D11,5*D8*3,5T	2
69	Viečko	4	136	Plochá podložka D12*D4.3*1T	7
70	Náprava	2			

Údržba jednotky:

- Oceleové a plastové časti čistite jemnými čistiacimi prostriedkami.
- Pred každým použitím sa uistite, že sú všetky časti úplne suché.
- Každých 6 týždňov sa odporúča skontrolovať všetky skrutky a svorníky.
 - Na ich dotiahnutie používajte len dodané kľúče.
- Bežecký pás by sa mal používať len v interiéri a v suchu.

Ovládací panel a počítač:

Zariadenie sa ovláda prostredníctvom ovládacieho panela s dotykovou obrazovkou.

- Po zapnutí bežeckého pásu sa panel automaticky rozsvieti a na displeji sa zobrazia všetky aktuálne tréningové nastavenia.
- Pomocou panela môže používateľ prechádzať ponukami a konfigurovať tréningové programy podľa svojich preferencií.

Popis funkčných tlačidiel:

- Tlačidlo nastavenia uhla sklonu - po stlačení počítač automaticky nastaví požadovanú úroveň sklonu.
- Indikátory rýchlosti a uhla sklonu - pri zmene nastavenia začne príslušný indikátor blikať, čím signalizuje, že sa daný parameter aktívne nastavuje.
- Tlačidlo rýchleho nastavenia rýchlosti - umožňuje okamžité nastavenie konkrétnej rýchlosti po stlačení uvedeného tlačidla.

FUNKČNÉ TLAČIDLÁ

Tlačidlo / prvok	Funkcia
CHLADENIE DOLEVA	Spustí program ochladzovania na konci cvičenia
INCLINE	Slúži na zmenu uhla sklonu bežeckého pásu počas tréningu a na navigáciu v ponuke
PROGRAM	Presunie priamo do časti ponuky s tréningovým programom
START	Spustí alebo znovu spustí tréning
STOP	Zastaví alebo pozastaví tréning; podržaním na dve sekundy počítač resetujete
ENTER	Potvrdí zvolenú možnosť alebo začiatok programu
SPEED	Umožňuje meniť rýchlosť počas tréningu a prechádzať ponukou
LED MODE	Umožňuje prepínať režim osvetlenia LED lišty z ponuky alebo tréningu
Joystick	Rýchle nastavenie rýchlosti a sklonu: ťahaním sa zvyšuje, tlačением sa znižuje.

INFORMÁCIE ZOBRAZENÉ NA OBRAZOVKE

Parameter	Popis
INCLINE	Aktuálna úroveň sklonu bežeckého pásu
DISTANCE	Prejdená vzdialenosť alebo zostávajúca vzdialenosť
ČAS	Trvanie alebo zostávajúci čas relácie
PULSE	Vaša aktuálna srdcová frekvencia (BMP)
KALORIE	Odhadovaný počet spálených kalórií
8 x 16	Hlavný displej zobrazujúci rýchlosť a uhol sklonu
Spodné okno	Informačné pole - zobrazuje systémové oznámenia a správy

Prvé použitie zariadenia

1. Nastavte prepínač ON/OFF na zadnej strane krytu motora do polohy "I" (zapnuté).
2. Vložte bezpečnostný kľúč do otvoru na prednej strane počítača a pripevnite sponu k oblečeniu.
3. Po spustení počítača sa zobrazí:
 - aktuálnu verziu softvéru,
 - celkovú prejdenú vzdialenosť a čas cvičenia.

Nastavenie profilu používateľa:

Ak chcete spustiť programy riadené srdcovou frekvenciou a analýzu telesného tuku, zadajte svoje osobné údaje:

Krok	Parameter	Tlačidlá	Potvrdenie
1	Pohlavie	Sklon / rýchlosť	ENTER
2	Vek	Sklon / rýchlosť	ENTER
3	Rast	Sklon / rýchlosť	ENTER
4	Hmotnosť	Sklon / rýchlosť	ENTER

Po dokončení konfigurácie môžete začať cvičiť.

Pohotovostný režim

- Po 5 minútach nečinnosti počítač automaticky prejde do pohotovostného režimu.
- Ak ho chcete znovu aktivovať: vyberte ho a vložte späť.

Pozastavenie a obnovenie tréningu

- Stlačením tlačidla STOP pozastavíte tréning.
- Ak chcete pokračovať v tréningu, stlačte START.
- Ak chcete tréning ukončiť, znova stlačte STOP. bezpečnostné tlačidlo.

Cool Down - ochladzovanie tela

- Stlačením tlačidla COOL DOWN aktivujete program upokojenia po tréningu.
- Rýchlosť sa postupne zníži na nulu v priebehu 2-3 minút.

Osvetlenie LED

Bežecký pás má LED pásy na oboch stranách protišmykových pásov. Ovládanie sa vykonáva pomocou tlačidla LED v hlavnej ponuke alebo pomocou tlačidiel sklonu/rýchlosti.

K dispozícii sú režimy osvetlenia:

Režim	Popis
Beh	LED diódy menia farbu podľa rýchlosti: • 0 - 6 km/h → žltá • 6,1 - 12 km/h → zelená • Viac ako 12 km/h → červená
Neutrálna	Pevné biele LED osvetlenie bez zmeny farby
Viacfarebné	Používateľ si môže vybrať z týchto farieb: červená, modrá, zelená, oranžová, ružová, fialová
Vypnuté	Podsvietenie LED je úplne vypnuté

TRÉNINGOVÉ REŽIMY**1. Manuálny program**

Manuálny program umožňuje úplnú kontrolu nad rýchlosťou a uhlom sklonu.

Kroky nastavenia:

- Zvoľte MANUÁLNY program a potvrdte tlačidlom ENTER.
- Vyberte cieľový parameter: čas, vzdialenosť alebo kalórie - potvrdte klávesom ENTER.
- Nastavte cieľovú hodnotu pomocou tlačidiel sklon/rýchlosť a potvrdte tlačidlom ENTER.
 ➔ Tréning sa začína pri minimálnom sklone a rýchlosti. ➔ Počas tréningu môžete tieto hodnoty upravovať pomocou joystickov alebo tlačidiel. ➔ Po dosiahnutí cieľa sa tréning automaticky ukončí a spustí sa program Cool Down (ochladenie). ➔ Stlačením tlačidla STOP zastavíte ochladzovanie.

2. Program Nízka rýchlosť

Určený pre starších ľudí alebo začiatočníkov - maximálna rýchlosť je 4 km/h a vzdialenosť sa počíta v metroch.

Kroky nastavenia:

- Vyberte program MANUAL a potvrdte ho tlačidlom ENTER.
- Vyberte a nastavte cieľový parameter (čas/vzdialenosť/kalórie).
- Stlačením tlačidla START spustíte tréning
 ➔ Začína od nulového sklonu a minimálnej rýchlosti ➔ Nastaviteľné počas tréningu pomocou joystickov alebo tlačidiel ➔ Tréning sa automaticky ukončí po dosiahnutí cieľa

3. 20 automatických tréningových programov

Každý program obsahuje profil s automaticky sa meniacou rýchlosťou a sklonom.

Kroky nastavenia:

- Stlačte tlačidlo PROGRAM, vyberte jeden z 20 programov a potvrdte tlačidlom ENTER.
- Nastavte cieľovú hodnotu: čas, vzdialenosť alebo kalórie
- Nastavte hodnotu a spustíte tréning stlačením START
 ➔ Rýchlosť a sklon sa upravujú automaticky ➔ Čas ukončenia tréningu sa dynamicky aktualizuje podľa vášho tempa ➔ Po dosiahnutí cieľa sa aktivuje ochladzovanie ➔ Ochladzovanie môžete zrušiť stlačením tlačidla STOP.

4. Užívateľské programy (USER U1-U4)

Môžete si vytvoriť 4 individuálne programy, z ktorých každý pozostáva zo 16 segmentov s vlastnou rýchlosťou a sklonom.

Vytvorte program:

- Vyberte U1-U4 a potvrdte ENTER.
- Nastavenie trvania tréningu
- Nastavte rýchlosť pre každý segment a potvrdte.
- Potom nastavte sklon segmentov
- Po dokončení stlačte START - program sa automaticky uloží.

Spustite uložený program:

- Vyberte položku USER U1-U4
- Stlačením tlačidla START spustíte tréning
 ➔ Počas trvania môžete upravovať hodnoty ➔ Tréning sa skončí po uplynutí nastaveného času ➔ Počítač sa automaticky prepne do režimu Cool Down.

HRC / THR - tréning na základe srdcovej frekvencie

Tréning HRC (Heart Rate Control) vám umožňuje cvičiť na základe vlastnej srdcovej frekvencie. Počítač automaticky upravuje sklon a rýchlosť tak, aby udržiaval nastavenú úroveň pulzu. Na výber sú tri režimy:

režim	Popis
HRC 60%	Spaľovanie tukov (ľahšia námaha)
HRC 80%	Zlepšenie výkonu a kondície
THR (cieľ)	Používateľom nastavená úroveň BPM

Kroky pre HRC 60 % a 80 %:

- Vyberte HRC 60 PCT alebo HRC 80 PCT a stlačte ENTER.
- Nastavte trvanie tréningu a potvrdte.
- Počítač zobrazí vypočítanú cieľovú tepovú frekvenciu - stlačte tlačidlo START na spustenie.

Kroky pre THR (vlastnú tepovú frekvenciu):

- Vyberte THR, napr. THR 133, a stlačte ENTER.
- Nastavte trvanie a potvrdte.
- Vyberte cieľovú hodnotu srdcovej frekvencie (predvolene 133 BPM) a potvrdte.
- Stlačením tlačidla START spustíte tréning.
 Počas tréningu majte ruky na snímačoch pulzu, aby počítač mohol merať váš pulz a upravovať intenzitu cvičenia. Tréning sa skončí po uplynutí nastaveného času. Automaticky sa spustí program ochladenia (môžete ho zrušiť stlačením tlačidla STOP).

TEST TELESNÉHO TUKU

Tento program umožňuje odhadnúť obsah tuku v tele na základe údajov zo snímačov pulzu. Pokyny:

- Zvoľte program FAT a potom stlačte tlačidlo ENTER.
- Priložte obe ruky na snímače tepovej frekvencie - začne sa meranie.
- Po niekoľkých sekundách sa na displeji zobrazí výsledok. Výsledok sa zobrazí v dolnom okne M:

Výsledok (%)	Interpretácia
<19%	Podváha
12-25%	Normálna hmotnosť
26 - 39%	Nadváha
≥ 30%	Obézni

TRENING - program na čas a vzdialenosť

Umožňuje nastaviť cieľový čas a vzdialenosť a počítač vypočíta očakávaný čas dokončenia na základe vášho aktuálneho tempa. Kroky:

- Vyberte program TRENING a stlačte tlačidlo ENTER.
- Nastavte cieľový čas a potvrdte.
- Nastavte cieľovú vzdialenosť a potvrdte.
- Stlačením tlačidla START spustíte tréning.

Počas tréningu:

- V hornom LED okienku sa zobrazuje trvanie tréningu.
- Okno vzdialenosti zobrazuje zostávajúcu vzdialenosť.
- V hlavnom informačnom poli sa zobrazuje tempo (min/km) a očakávaný čas do cieľa.

Relácia sa skončí po dosiahnutí nastavenej vzdialenosti. Počítač zobrazí výsledok:

- "Nad tempom",
- "Tempo dosiahnuté."
- alebo "Pod tempom".

ČISTENIE BEŽECKÉHO PÁSU:

Pravidelná starostlivosť o stroj výrazne predlžuje jeho životnosť.

Pred čistením:

Bežecský pás vždy vypnite z elektrickej siete, aby ste zabránili úrazu elektrickým prúdom.

Po každom tréningu:

- Vyčistite konzolu a všetky povrchy mäkkou, mierne vlhkou handričkou, aby ste odstránili pot a prach.
- Nepoužívajte silné čistiace prostriedky ani rozpúšťadlá.
- Zabráňte kontaktu počítača s tekutinami a nevystavujte zariadenie slnečnému žiareniu.

Uľahčite si údržbu:

- Odporúčame používať pod bežecským pásom ochrannú podložku, ktorá zabráni zanášaniam nečistôt topánkami.
- Podložku čistite raz týždenne, aby ste zabránili hromadeniu nečistôt pod strojom.

MAZANIE BEŽECKÉHO PÁSU:

Bežecský pás je namazaný z výroby, ale časom je potrebná pravidelná kontrola a údržba.

Odporúčania:

- V prvom roku (alebo do 500 hodín používania) sa mazanie zvyčajne nevyžaduje.
- Potom mazať každé 3 mesiace alebo podľa stupňa používania.

Ako mazať:

1. Odpojte bežecský pás od elektrickej siete.
2. Zdvihnite bočnú časť bežecského pásu.
3. Na vnútornú stranu dosky naneste tenkú vrstvu silikónového maziva bez obsahu oleja - čo najhlbšie.
4. Ak sú pod remeňom už stopy maziva - mazanie nie je potrebné.
5. Pred spustením bežecského pásu počkajte 1 minútu, aby sa mazivo rovnomerne rozotrela.

TECHNICKÉ ÚDAJE: - PÁSY SA MÔŽU POUŽÍVAŤ AJ NA INÉ ÚČELY, AKO JE NAPR:

- Rozmery bežecského pásu: 219 x 84 x 137 cm
- Maximálna hmotnosť používateľa: 180 kg
- Čistá hmotnosť: 145 kg
- Pás bežecského pásu: 56 x 157 cm

KOMPATIBILITA S TRÉNINGOVÝMI APLIKÁCIAMI**Kinomap**

- Trénujte na skutočných tratiach z celého sveta s interaktívnymi videami
- Súťažte s ostatnými používateľmi online v reálnom čase
- Prijímanie dynamických úprav rýchlosti a stúpania na zvolenej trase
- Aplikácia je k dispozícii pre Android a iOS

**Tréningová konzola iConsole+**

- Ovládajte bežecský pás priamo z telefónu alebo tabletu cez Bluetooth
- Vytvárajte si vlastné tréningové programy a sledujte svoj pokrok
- Používajte nasledujúce režimy: manuálny, intervalový, HRC, telesný tuk, regenerácia
- Integrácia s mapami Google a analýza tréningových údajov



Varnostne opombe

1. Pred prvo uporabo natančno preberite navodila za uporabo in jih shranite za poznejšo uporabo.
2. Upoštevajte vsa opozorila in varnostna navodila, vključno s pravili za montažo. Stroj se sme uporabljati samo za predvideni namen.
3. Zaradi lastne varnosti stroj sestavite in uporabljajte v skladu s temi navodili. S pravili za pravilno uporabo stroja seznanite tudi druge uporabnike.
4. Stroj zaščitite pred otroki in živalmi. Otroci se brez nadzora ne smejo približati napravi. Sestavljanje in uporaba sta dovoljena le odraslim osebam.
5. Pred začetkom vadbenega programa se posvetujte z zdravnikom, zlasti če jemljete zdravila ali imate zdravstvene težave (npr. visok krvni tlak, motnje srčnega ritma).
6. Med vadbo opazujte svoje telo. Vadbo takoj prekinite, če začutite bolečino, stiskanje v prsih, omotico, slabost, zadihanost ali nereden pulz.
7. Stroj postavite na ravno, suho in čisto površino, pri čemer je okoli stroja najmanj 0,6 m prostora.
8. Uporabite primerno športno obleko in obutev. Izogibajte se ohlapnim oblačilom, ki bi se lahko zataknila za gibljive dele.
9. Naprave ne smete uporabljati na prostem.
10. Pred vsako vadbo preverite stanje naprave - bodite pozorni na znake obrabe ali poškodb.
11. Če opazite ostre robove, opremo prenehajte uporabljati.
12. Če se pojavijo nenavadni zvoki ali vibracije, takoj prenehajte z vadbo.
13. Nastavljivi sestavni deli ne smejo štrleti ali ovirati uporabe opreme. Napravo lahko hkrati uporablja le ena oseba.
14. Zaviranje ni odvisno od hitrosti - oprema je opremljena z neodvisnim zavornim sistemom.
15. Oprema ni namenjena za terapevtske ali rehabilitacijske namene.
16. Pri prevozu ali dvigovanju bodite previdni, da se izognete poškodbam hrbta. Po potrebi uporabite pomoč druge osebe.
17. Samostojno spreminjanje zasnove enote je prepovedano. V primeru težav se obrnite na pooblaščen servisni center.
18. Priporočeno temperaturno območje delovanja naprave je 15-25 °C.
19. Največja dovoljena teža uporabnika: 180 kg.
20. Naprava spada v razred SB v skladu s standardom EN ISO 20957-1 in je namenjena za domačo in polkomercialno uporabo.

MONTAŽA:

Korak 1 - Montaža stebrov in priključitev kablov

Pred montažo desnega stebra (3):

- Žico (119) povežite z žico (118)
- Žico (122) povežite z žico (121)

Nato pritrdite stebrička (3) in (2) na glavni okvir tekalne steze s pomočjo imbus vijakov (10) - kot je prikazano na sliki.

OPOMBA: Na tej stopnji vijakov ne zategujte preveč, da olajšate nadaljnjo montažo.

Korak 2 - Namestitev nosilcev in priključitev napeljave

Priporočljiva je pomoč druge osebe.

- Povežite naslednje žice:
 - o (118) z (117)
 - o (121) z (120)
- Na steber tekalne steze pritrdite ročaje (4), pri čemer pazite, da ne stisnete žic med ročajem in stebrom.
- Ko so pravilno nameščeni, privijte vijake (91). Na tej stopnji jih lahko zdaj trajno zategnete.

Korak 3 - Namestitev računalnika

Tudi v tem primeru bo koristna pomoč druge osebe.

- Vse žice povežite v skladu s priloženo risbo.
- Računalnik (84) namestite na tri nosilce in ga pritrdite z vijaki (92).

Korak 4 - Zategnite konstrukcijo in namestite pokrove.

- Vse vijake (10), pritrjene v koraku 1, močno zategnite.
- Po sliki "b" namestite pokrove stranskih stebričkov.
- Pokrove potisnite navzdol do končnega položaja, kot je prikazano na sliki "c".
- Pritrdite jih z vijaki (11).

Napajanje

Pred začetkom vadbe se prepričajte, da je glavno stikalo za napajanje (na zadnji strani pokrova motorja) nastavljeno v položaj ON. Prav tako preverite, ali je napajalni kabel pravilno priključen v ozemljeno vtičnico.



Varnostni ključ

Za pravilno delovanje tekalne steze mora biti varnostni ključ v vtičnici. Če med vadbo odstranite varnostni ključ, se naprava samodejno ustavi. Brez ključa tekalna steza ostane v načinu OFF.

1. Varnostni ključ
2. Sponka



Izravnavanje tekalne steze

Za zagotovitev stabilnega delovanja lahko tekalno stezo poravnate z nastavljivimi nogami, ki se nahajajo pod zadnjim delom tekalne plošče. Priporočljivo je, da napravo postavite na ravno, trdo površino.



Nastavitev tekočega traku

Redno vzdrževanje tekaškega traku je bistvenega pomena za njegovo dolgo življenjsko dobo in pravilno delovanje.

Pogostost pregledov:

- Vsakih 1-2 meseca ali
- Po vsakih 50 urah uporabe - tudi če tekaška steza ni bila dlje časa v uporabi.

Mazanje jermena:

- Tekaško stezo odklopite od električnega napajanja.
- Razrahljajte napenjalne vijake na obeh straneh zadnjega valja.
- Na tekočo ploščo pod jermenom nanesite silikonsko mazivo.
- Po končanem delu zategnite vijake.

Popravek poravnave jermena:

V prvih dneh uporabe se lahko jermen nekoliko raztegne in premakne v stran. To popravite (slika 2):

1. Vključite tekalno stezo in nastavite hitrost 3-5 km/h.
2. Preverite centriranje jermena - če:
 - uhaja v levo → rahlo privijte levi vijak (v smeri urinega kazalca),
 - pobegne v desno → zategnite desni vijak.
3. Če je jermen pretesen, sprostite oba vijaka v nasprotni smeri.
4. Prepričajte se, da jermen ni niti valovit niti pretirano zategnjen.
 1. Povečajte napetost jermena
 2. Zmanjšajte napetost jermena



St.	Opis	Količina	St.	Opis	Količina
1	Glavni okvir	1	71	Najlonska podložka D21*D37*3T	4
2	Levi stolpec	1	72	Ploščata podložka D25xD8,5x2T	4
3	Desni stolpec	1	73	Amortizer	2
4	Nosilci	1	74	Plošča senzorja impulzov	2
5	Podpora prečnega stebra	1	75	Allenov vijak M8*1,25*45L	2
6	Predstikalna naprava	1	76	Allenov vijak M8*1,25*40L	1
7	Nosilec računalnika (2)	3	77	Senzor za merjenje impulzov	4
8L	Spodnji levi pokrov stolpca	1	78	Spodnja plošča senzorja impulzov	2
8R	Spodnji pokrov desnega stolpca	1	79	Vijak ST4x1,41x15L	2
9L	Pokrov motorja na levi strani	1	80	Ročica	1
9R	Pokrov motorja na desni strani	1	81	Vijak M5*0,8*10L	9
10	Vijak M10*1,5*65L	6	82	Spodnji pokrov računalnika	1
11	Križni vijak M5*0,8*15L	7	83	Stranski pokrov računalnika	1
12	Notranji šestkotni vijak tipa CSK M8*1,25*35L	8	84	Računalnik	1
13	Plošča za tekhalno stezo	1	85L	Leva krmilna ročica za nastavitev tekalne steze	1
14	Difuzor	2	86R	Desna krmilna ročica za nastavitev tekalne steze	1
15	LED trak	2	86L	Nalepka pod krmilno palico (levo)	1
16	Kabel traku LED	2	86R	Nalepka pod krmilno palico (desno)	1
17	Tekaški jermen	1	87	Vijak ST4*1,41*12L	6
18	Protizdrsni trakovi (2)	2	88	Vtičnica ročaja	2
19	Protizdrsni trakovi (3)	2	89	Držalo za tablični računalnik	1
20	Zaščita tekalne plošče	2	90L	Kabel za levi ročaj	1
21	Pokrov tekalne deske	2	90R	Kabel za desni ročaj	1
22	Protizdrsni trak	2	91	Vijak M10*1,5*20L	4
23	Križni vijak ST4.2*15L	62	92	Allenov vijak M6*1*15L	7
24	Kovinska sponka	8	93	Kabel senzorja impulzov	2
25	Amortizer (4)	2	94	Amortizer (2)	2
26	Amortizer (3)	2	95	Vtičnica za varnostni ključ	1
27	Ploska podložka D16*D8,5*1,2T	6	96	Varnostni ključ	1
28	Najlonska matica M8*1,25*8T	6	97	Sponka za varnostni ključ	1
29	Vijak M8*1,25*20L	8	98	Kabel za zaustavitev v sili	1
30	Zadnji valj	1	99	Zaščitna plošča	2
31	Vijak M10*1,5*80L	3	100	Vtičnica za notranji varnostni ključ	2
32	Zadnji pokrov	1	101	Vijak ST4.2*25L	7
33	Amortizer (1)	2	102	Varnostna ploščica s ključem	1
34	Izravnalne noge	2	103	Zgornji pokrov držala	1
35	Sprednji valj	1	104	Spodnji pokrov ročaja	1
36	Vijak M10*1,5*45L,	1	105L	Pokrov stranskega ročaja (levo)	1
37	Pas	1	105R	Pokrov stranskega ročaja (desni)	1
38	Motor AC3.0HP	1	106L	Notranji stranski pokrov (levo)	1
39	Najlonska matica M10*1,5*10T	6	106R	Notranji stranski pokrov (desni)	1
40	Ploska podložka D20*D11*2T	12	107L	Pokrovček ročaja (levo)	1
41	Vijak M10*1,5*30L	4	107R	Glavni pokrov ročaja (desno)	1
42	Izolacijski distančnik (1)	5	108	Vijak M5*0,8*15L	4
43	Ploščata podložka D28*D14*2T	4	109	Ploščata podložka D15*D5.2*1.0T	4
44	Bumper	4	110	Ozemljitveni kabel	1
45	Montažna plošča	3	111	Ozemljitveni kabel (2)	1
46	Nastavitveni valj	2	112	Kabel 1	1
47	Plošča motorja	7	113	Kabel 2	2
48	Kabelska kravata	2	114	Kabel 1	1
49	Križni vijak ST4*1,41*15L	2	115	Kabel 2	2
50	Sestkotni vijak M8*1,25*60L	1	116	Magnetna zanka	1
51	Zgornji pokrov motorja	1	117	Zgornji kabel LED	1
52	Identifikacijska oznaka	1	118	Osrednji kabel LED	1
53	Vtičnica	1	119	Spodnji kabel LED	1
54	Križni vijak ST2,9x9,5L	10	120	Zgornji računalniški kabel	1
55	Napajalna plošča	1	121	Kabel centralnega računalnika	1
56	Stikalo za napajanje	1	122	Spodnji računalniški kabel	1
57	Bumper	2	123	Inverter	1
58	Varovalka	1	124	Filter	1
59	Ploščata podložka D12*D5.2*0.8T	2	125	Induktor	1
60	Najlonska matica M5*0,8*5T	2	126	Napajalni kabel	1
61	Pokrov motorja	1	127	Nadzorna plošča LED	1
62	Allenov vijak M10*1,5*50L	1	128	Distančnik za osebni računalnik	4
63	Plastična ploščata podložka D10*D24*0,4T	4	129	Stirikotni ključ M6	1
64	Nastavitev kota nagiba	1	130	Stirikotni ključ M8*120L	1
65	Vijak M10*1,5*65L	1	131	Stirikotni ključ M4*68L	1
66	Valjček	2	133	Križni vijak ST4*1,41*10L	4
67	Allenov vijak M8*1,25*20L	2	134	Matica M8*1,25*6T	1
68	Ploščata podložka D21*D8,5*1,5T	2	135	Distančnik D11,5*D8*3,5T	2
69	Pokrovček	4	136	Ploščata podložka D12*D4.3*1T	7
70	Os	2			

Vzdrževanje enote:

- Jeklene in plastične dele čistite z blagimi čistili.
- Pred vsako uporabo se prepričajte, da so vsi deli popolnoma suhi.
- Vse vijake in sornike je priporočljivo pregledati vsakih 6 tednov.
 - Za njihovo zategovanje uporabljajte samo priložene ključke.
- Tekalno stezo lahko uporabljate le v zaprtih prostorih in na suhem.

Nadzorna plošča in računalnik:

Enota se upravlja s krmilno ploščo z zaslonom na dotik.

- Ob vklopu tekalne steze se plošča samodejno osvetli, na zaslonu pa so prikazane vse trenutne nastavitve vadbe.
- S pomočjo plošče lahko uporabnik krmari po menijih in konfigurira programe vadbe v skladu s svojimi željami.

Opis funkcionalnih gumbov:

- Gumb za nastavitve naklona - ko ga pritisnete, računalnik samodejno nastavi željeno stopnjo naklona.
- Indikatorji hitrosti in kota nagiba - ob spreminjanju nastavitve začne ustrezeni indikator utripati, kar pomeni, da se parameter aktivno prilagaja.
- Gumb za hitro nastavitve hitrosti - omogoča takojšnjo nastavitve določene hitrosti, ko pritisnete navedeno tipko.

FUNKCIONALNI GUMBI

Gumb / element	Funkcija
OHLAJANJE NAVZDOL	Začne program ohlajanja ob koncu vadbe.
INCLINE	Uporablja se za spreminjanje kota nagiba tekalne steze med vadbo in za navigacijo po meniju
PROGRAM	Premakne neposredno na del menija s programom vadbe
START	Začne ali ponovno zažene vadbo
STOP	Ustavi ali prekine usposabljanje; za ponastavitev računalnika ga pridržite dve sekundi.
ENTER	Potrdi izbrano možnost ali začetek programa
SPEED	Omogoča spreminjanje hitrosti med vadbo in navigacijo po meniju
LED MODE	Omogoča preklon načina osvetlitve LED-traka v meniju ali med vadbo
Joysticki	Hitro prilagodite hitrost in naklon: s potegom povečajte, s potiskom zmanjšajte.

INFORMACIJE, PRIKAZANE NA ZASLONU

Parameter	Opis
INCLINE	Trenutna stopnja naklona tekalne steze
DISTANCE	Prevožena razdalja ali preostala razdalja
CAS	Trajanje ali preostali čas seje
PULS	Vaš trenutni srčni utrip (BMP)
KALORIJE	Ocenjeno število pokurenih kalorij
8 x 16	Glavni zaslon, ki prikazuje hitrost in kot nagiba
Spodnje okno	Informacijsko polje - prikazuje sistemska obvestila in sporočila

Prva uporaba opreme

1. Stikalo za vklop/izklop na zadnji strani pokrova motorja nastavite v položaj "I" (vklop).
2. Varnostni ključ vstavite v režo na sprednji strani računalnika in pripnite sponko na oblačila.
3. Ko se računalnik zažene, se prikaže:
 - trenutna različica programske opreme,
 - skupno prevoženo razdaljo in čas vadbe.

Nastavitev uporabniškega profila:

Če želite izvajati programe za nadzor srčnega utripa in analizo telesne maščobe, vnesite svoje osebne podatke:

Korak: .	Parameter	Gumbi	Potrditev
1	Spol	Naklon / hitrost	ENTER
2	Starost	Naklon / hitrost	ENTER
3	Rast	Naklon / hitrost	ENTER
4	Teža	Naklon / hitrost	ENTER

Ko je konfiguracija končana, lahko začnete z vadbo.

Način pripravljenosti

- Po 5 minutah neaktivnosti računalnik samodejno preklopi v način pripravljenosti.
- Če ga želite ponovno aktivirati: vzemite ga ven in ga ponovno vstavite.

Prekinitev in nadaljevanje vadbe

- Za prekinitev vadbe pritisnite STOP.
- Za nadaljevanje pritisnite START.
- Če želite vadbo končati, znova pritisnite STOP. varnostna tipka.

Ohlajanje - ohladite svoje telo

- Pritisnite gumb COOL DOWN, da aktivirate program za umirjanje po vadbi.
- Hitrost se bo v 2-3 minutah postopoma zmanjšala na nič.

LED osvetlitev

Tekalna steza ima na obeh straneh protizdrsni trakove LED. Upravljanje poteka prek gumba LED v glavnem meniju ali gumbov za nagib/hitrost.

Na voljo so načini osvetlitve:

Način	Opis
Tek	LED diode spreminjajo barvo glede na hitrost: • 0 - 6 km/h → rumena • 6,1 - 12 km/h → zelena • nad 12 km/h → rdeča
Nevtralna	Stalna bela osvetlitev LED brez spremembe barve
Večbarvna	Uporabnik lahko izbira med naslednjimi barvami: rdeča, modra, zelena, oranžna, roza, vijolična
Izklopljeno	Osvetlitev LED je popolnoma izklopljena

REŽIMI TRENINGA**1. Ročni program**

Ročni program omogoča popoln nadzor nad hitrostjo in kotom nagiba.

Koraki nastavitve:

- Izberite ROČNI program in potrdite s tipko ENTER.
- Izberite ciljni parameter: čas, razdaljo ali kalorije - potrdite s tipko ENTER.
- Nastavite ciljno vrednost s tipkami za naklon/hitrost in potrdite s tipko ENTER.
 - ➔ Vadb se začne pri najmanjšem naklonu in hitrosti. ➔ Med vadbo lahko vrednosti spreminjate s krmilnimi palicami ali tipkami. ➔ Ko je cilj dosežen, se vadba samodejno konča in začne se program za ohlajanje. ➔ Za prekinitev ohlajanja pritisnite STOP.

2. Program za nizko hitrost

Namenjen starejšim ali začetnikom - največja hitrost je 4 km/h, razdalja pa se šteje v metrih.

Koraki za nastavitve:

- Izberite program MANUAL, nato potrdite s tipko ENTER.
- Izberite in nastavite ciljni parameter (čas/razdalja/kalorije).
- Pritisnite START, da začnete vadbo
 - ➔ Začne se z ničelnim naklonom in najmanjšo hitrostjo ➔ . Prilagodljivo med vadbo s krmilniki ali gumbi. ➔ Vadba se samodejno konča, ko je dosežen cilj

3. 20 samodejnih programov vadbe

Vsak program vključuje profil s samodejno spreminjajočo se hitrostjo in naklonom.

Koraki nastavitve:

- Pritisnite PROGRAM, izberite enega od 20 programov in potrdite s tipko ENTER.
- Nastavite ciljno vrednost: čas, razdaljo ali kalorije
- Nastavite vrednost in začnite vadbo s pritiskom START
 - ➔ Hitrost in naklon se prilagajata samodejno ➔ Čas zaključka vadbe se dinamično posodablja glede na vaš tempo ➔ Ko je dosežen cilj, se aktivira ohlajanje ➔ Ohlajanje lahko prekličete s pritiskom na STOP.

4. Uporabniški programi (USER U1-U4)

Ustvarite lahko 4 individualne programe, od katerih je vsak sestavljen iz 16 odsekov s svojo hitrostjo in naklonom.

Ustvarite program:

- Izberite U1-U4 in potrdite z ENTER.
- Nastavite trajanje vadbe
- Nastavite hitrost za vsak segment in potrdite.
- Nato nastavite naklon segmentov
- Ko končate, pritisnite START - program se bo samodejno shranil.

Zagon shranjenega programa:

- Izberite USER U1-U4
- Pritisnite START za začetek usposabljanja
 - ➔ Med vadbo lahko spreminjate vrednosti ➔ Vadba se konča po nastavljenem času ➔ Računalnik samodejno preklopi v način ohlajanja

HRC / THR - vadba na podlagi srčnega utripa

Vadba HRC (Heart Rate Control) omogoča vadbo glede na vaš srčni utrip. Računalnik samodejno prilagodi naklon in hitrost, da vzdržuje nastavljen raven srčnega utripa. Izbirate lahko med tremi načini:

Način	Opis
HRC 60%	Izgorevanje maščob (lažji napor)
HRC 80%	Izboljšana zmogljivost in telesna pripravljenost
THR (cilj)	Uporabniško nastavljena raven BPM

Koraki za HRC 60 % in 80 %:

- Izberite HRC 60 PCT ali HRC 80 PCT in pritisnite ENTER.
- Nastavite trajanje vadbe in potrdite.
- Računalnik bo prikazal izračunani ciljni srčni utrip - za začetek pritisnite START.

Koraki za THR (lastni srčni utrip):

- Izberite THR, npr. THR 133, in pritisnite ENTER.
- Nastavite trajanje in potrdite.
- Izberite ciljno vrednost srčnega utripa (privzeto 133 BPM) in potrdite.
- Za začetek vadbe pritisnite START.
 - Med vadbo imejte roke na senzorjih pulza, da lahko računalnik meri vaš pulz in prilagodi intenzivnost vadbe. Vadba se bo končala po preteku nastavljenega časa. Program ohlajanja se bo začel samodejno (prekličete ga lahko tako, da pritisnete STOP).

TEST TELESNE MAŠČOBE

Ta program vam omogoča, da na podlagi podatkov iz senzorjev utripa ocenite vsebnost maščob v telesu.

Navodila:

- Izberite program FAT in pritisnite ENTER.
- Obe roki položite na senzorja srčnega utripa - merjenje se bo začelo.
- Po nekaj sekundah se bo na zaslonu prikazal rezultat. Rezultat bo prikazan v spodnjem oknu M:

Rezultat (%)	Interpretacija
<19%	Premajhna telesna teža
12-25%	Normalna teža
26 - 39%	Prekomerna telesna teža
≥ 30%	Debelost

TRENING - program na čas in razdaljo

Nastavite ciljni čas in razdaljo, računalnik pa bo na podlagi vašega trenutnega tempa izračunal pričakovani čas zaključka. Koraki:

- Izberite program TRENING in pritisnite ENTER.
- Nastavite ciljni čas in potrdite.
- Nastavite ciljno razdaljo in potrdite.
- Za začetek vadbe pritisnite START.

Med vadbo:

- V zgornjem oknu LED se prikazuje trajanje vadbe.
- V oknu razdalje je prikazana preostala razdalja.
- V glavnem informacijskem polju sta prikazana tempo (min/km) in pričakovani čas zaključka.

Seja se konča, ko je dosežena nastavljena razdalja. Na računalniku se prikaže rezultat:

- "Nad tempom",
- "Tempo dosežen."
- ali "Pod tempom".

ČIŠČENJE TEKALNE STEZE:

Redna nega tekaške naprave znatno podaljša njeno življenjsko dobo.

Pred čiščenjem:

Da bi se izognili električnemu udaru, tekalno stezo vedno izključite iz električnega omrežja.

Po vsaki vadbi:

- Konzolo in vse površine očistite z mehko, rahlo vlažno krpo, da odstranite znoj in prah.
- Ne uporabljajte močnih čistilnih sredstev ali topil.
- Izogibajte se stiku s tekočinami in naprave ne izpostavljajte sončni svetlobi.

Olajšajte vzdrževanje:

- Priporočamo uporabo zaščitne podloge pod tekalno stezo, ki preprečuje prenašanje umazanije s čevlji.
- Podlogo očistite enkrat tedensko, da preprečite nabiranje umazanije pod napravo.

MAZANJE TEKOČEGA TRAKU:

Tekalna steza je tovarniško namazana, vendar je sčasoma potreben redni pregled in vzdrževanje.

Priporočila:

- V prvem letu (ali do 500 ur uporabe) mazanje običajno ni potrebno.
- Pozneje mažite vsake 3 mesece ali glede na stopnjo uporabe.

Kako mazati:

1. Odklopite tekalno stezo iz električnega omrežja.
2. Dvignite stran tekočega traku.
3. Na notranjo stran plošče nanesite tanek sloj silikonske masti brez olja - čim globlje.
4. Če so pod jermenom že sledi masti - mazanje ni potrebno.
5. Pred zagonom tekalne steze počakajte 1 minuto, da se mazivo enakomerno razporedi.

TEHNIČNI PODATKI:

- Mere tekaške steze: 219 x 84 x 137 cm
- Največja teža uporabnika: 180 kg
- Neto teža: 145 kg
- Pas za tekalno stezo: 56 x 157 cm

ZDRUŽLJIVOST Z APLIKACIJAMI ZA VADBO**Kinomap**

- Vadite na resničnih poteh z vsega sveta z interaktivnimi videoposnetki
- Tekmujte z drugimi uporabniki na spletu v realnem času
- Prejemanje dinamičnih prilagoditev hitrosti in naklona izbrane poti
- Aplikacija je na voljo za Android in iOS

**Usposabljanje s konzolo iConsole+**

- Prek povezave Bluetooth upravljajte tekaško stezo neposredno iz telefona ali tabličnega računalnika
- Ustvarite lastne programe vadbe in spremljajte svoj napredek
- Uporabljajte naslednje načine: ročni, intervalni, HRC, telesne maščobe, okrevanje
- Integracija z zemljevidi Google in analiza podatkov o vadbi

Säkerhetsanmärkning

1. Läs bruksanvisningen noggrant före första användningen och spara den för framtida behov.
2. Beakta alla varningar och säkerhetsanvisningar - även monteringsanvisningarna. Maskinen får endast användas för det avsedda ändamålet.
3. För din egen säkerhet ska du montera och använda maskinen i enlighet med dessa anvisningar. Informera även andra användare om reglerna för korrekt användning av maskinen.
4. Skydda maskinen från barn och djur. Barn får inte vistas i närheten av maskinen utan uppsikt. Montering och användning är endast tillåten för vuxna.
5. Rådgör med din läkare innan du påbörjar ett träningsprogram, särskilt om du tar mediciner eller har hälsoproblem (t.ex. högt blodtryck, hjärtrytmrubbningar).
6. Observera din kropp under träningen. Avbryt träningen omedelbart om du upplever smärta, tryck över bröstet, yrsel, illamående, andnöd eller oregelbunden puls.
7. Placera maskinen på en plan, torr och ren yta och håll ett fritt utrymme på minst 0,6 m runt maskinen.
8. Använd lämpliga sportkläder och skor. Undvik löst sittande kläder som kan fastna i rörliga delar.
9. Enheten får inte användas utomhus.
10. Kontrollera utrustningens skick före varje träningspass - håll utkik efter tecken på slitage eller skador.
11. Om du upptäcker vassa kanter ska du sluta använda utrustningen.
12. Om det uppstår ovanliga ljud eller vibrationer ska du omedelbart sluta träna.
13. Justerbara komponenter får inte sticka ut eller hindra användningen av utrustningen. Maskinen får endast användas av en person åt gången.
14. Bromsningen är inte beroende av hastigheten - utrustningen är utrustad med ett oberoende bromssystem.
15. Utrustningen är inte avsedd för terapeutiska eller rehabiliterande ändamål.
16. Iaktta försiktighet vid transport och lyft för att undvika ryggsador. Ta vid behov hjälp av en annan person.
17. Det är förbjudet att själv göra ändringar i apparatens konstruktion. Vid problem, kontakta ett auktoriserat servicecenter.
18. Rekommenderad drifttemperatur för enheten är 15-25°C.
19. Högsta tillåtna användarvikt: 180 kg.
20. Utrustningen tillhör klass SB enligt EN ISO 20957-1 och är avsedd för hushållsbruk och halvkommersiellt bruk.

MONTERING:

Steg 1 - Montering av pelare och anslutning av kablar

Innan höger pelare (3) monteras:

- Anslut kabeln (119) till kabeln (118)
- Koppla ihop kabeln (122) med kabeln (121)

Fäst sedan pelarna (3) och (2) på löpbandets huvudram med hjälp av insexskruvar (10) - enligt illustrationen.

OBS: Dra inte åt skruvarna för hårt i detta skede för att underlätta den fortsatta monteringen.

Steg 2 - Montering av konsoler och kabelanslutningar

Vi rekommenderar att du tar hjälp av en annan person.

- Anslut följande kablar:
 - (118) med (117)
 - (121) med (120)
- Fäst handtagen (4) på löpbandets pelare och var noga med att inte klämma ledningarna mellan handtaget och pelaren.
- När de sitter ordentligt fast, dra åt skruvarna (91). I detta skede kan du nu dra åt dem permanent.

Steg 3 - Montering av datorn

Även här kan det vara bra att ta hjälp av en annan person.

- Anslut alla kablar enligt den bifogade ritningen.
- Placera datorn (84) på de tre fästena och fäst den med insexskruvar (92).

Steg 4 - Dra åt strukturen och montera skydden.

- Dra åt alla skruvar (10) som fästes i steg 1 ordentligt.
- Applicera sidokolonnens skydd enligt illustration "b".
- Skjut ner skydden till deras slutliga position enligt bild "c".
- Fäst dem med skruvarna (11).

Tillförsel

Kontrollera att huvudströmbrytaren (på baksidan av motorkåpan) är i läge ON innan du börjar träna. Kontrollera också att nätsladden är ordentligt ansluten till ett jordat uttag.



Säkerhetsnyckel

För att löpbandet ska fungera korrekt måste säkerhetsnyckeln sitta i uttaget. Om nyckeln tas bort under ett träningspass stannar maskinen automatiskt. Utan nyckeln förblir löpbandet i OFF-läge.

1. Säkerhetsnyckel
2. Klämma



Nivellering av löpbandet

För att säkerställa stabil drift kan löpbandet ställas i nivå med hjälp av de justerbara fötterna som finns under löpbrädans baksida. Vi rekommenderar att maskinen placeras på ett jämnt och hårt underlag.



Justering av löpbandet

Regelbundet underhåll av löpbandet är viktigt för att det ska hålla länge och fungera korrekt.

Frekvens för inspektion:

- Var 1-2:e månad eller
- Efter var 50:e användningstimme - även om löpbandet inte har använts på länge.

Smörjning av bältet:

- Koppla bort löpbandet från strömförsörjningen.
- Lossa spännskruvarna på båda sidor av den bakre rullen.
- Applicera silikonfett på löpplattan under bandet.
- När du är klar - dra åt skruvarna.

Korrigerig av bältets inriktning:

I början av användningen kan bandet sträcka sig något och röra sig i sidled. För att korrigera detta (bild 2):

1. Sätt på löpbandet och ställ in en hastighet på 3-5 km/h.
2. Kontrollera bältets centrering - om:
 - bandet går åt vänster → dra åt den vänstra skruven något (medurs),
 - går åt höger → dra åt den högra skruven.
3. Om remmen är för spänd lossar du båda skruvarna i motsatt riktning.
4. Kontrollera att remmen varken är vågig eller för hårt spänd.
 1. Öka remspänningen
 2. Minska remspänningen



Nr.	Beskrivning	Kvantitet	nr.	Beskrivning	antal
1	Huvudram	1	71	Nylonbricka D21*D37*3T	4
2	Vänster pelare	1	72	Plan bricka D25xD8,5x2T	4
3	Höger kolumn	1	73	Stötdämpare	2
4	Fästen	1	74	Pulssensorkort	2
5	Stöd för tvärgående pelare	1	75	Insexskruv M8*1,25*45L	2
6	Ballast	1	76	Insexskruv M8*1,25*40L	1
7	Fäste för dator (2)	3	77	Sensor för pulsmätning	4
8L	Nedre vänster kolumnskydd	1	78	Nedre pulssensorplatta	2
8R	Skydd för nedre högra kolonnen	1	79	Skruv ST4x1.41x15L	2
9L	Motorhuv på vänster sida	1	80	Handtag	1
9R	Motorhuv på höger sida	1	81	Skruv M5*0,8*10L	9
10	Insexskruv M10*1,5*65L	6	82	Nedre datorhölje	1
11	Phillips-skruv M5*0,8*15L	7	83	Skydd för sidodator	1
12	Invändig sexkantbult typ CSK M8*1,25*35L	8	84	Dator	1
13	Löpbandsplatta	1	85L	Vänster joystick för justering av löpbandet	1
14	Diffusor	2	86R	Höger joystick för justering av löpband	1
15	LED-list	2	86L	Klistermärke under joystick (vänster)	1
16	Kabel för LED-remsa	2	86R	Klistermärke under joystick (höger)	1
17	Löpande bälte	1	87	Skruv ST4*1,41*12L	6
18	Halkskyddslister (2)	2	88	Handtagets uttag	2
19	Halkskyddsremсор (3)	2	89	Hållare för surfplatta	1
20	Skydd för trampplatta	2	90L	Kabel för vänsterhandgrepp	1
21	Skydd för löpbräda	2	90R	Kabel för höger handtag	1
22	Halkskyddstejp	2	91	Insexskruv M10*1,5*20L	4
23	Phillips-skruv ST4,2*15L	62	92	Insexskruv M6*1*15L	7
24	Metallklämma	8	93	Kabel för pulssensor	2
25	Stötdämpare (4)	2	94	Stötdämpare(2)	2
26	Stötdämpare (3)	2	95	Uttag för säkerhetsnyckel	1
27	Plan bricka D16*D8,5*1,2T	6	96	Säkerhetsnyckel	1
28	Nylonmutter M8*1,25*8T	6	97	Klämma för säkerhetsnyckel	1
29	Insexskruv M8*1,25*20L	8	98	Kabel för nödstopp	1
30	Bakre rulle	1	99	Skyddsplatta	2
31	Insexskruv M10*1,5*80L	3	100	Hylsa för intern säkerhetsnyckel	2
32	Bakre lock	1	101	Skruv ST4.2*25L	7
33	Stötdämpare (1)	2	102	Platta för säkerhetsnyckel	1
34	Nivelleringsfötter	2	103	Övre greppskydd	1
35	Främre rulle	1	104	Nedre grepplock	1
36	Insexskruv M10*1,5*45L,	1	105L	Skydd för sidohandtag (vänster)	1
37	Bälte	1	105R	Skydd för sidohandtag (höger)	1
38	AC3,0HP motor	1	106L	Inre sidokåpa (vänster)	1
39	Nylonmutter M10*1,5*10T	6	106R	Inre sidokåpa (höger)	1
40	Plan bricka D20*D11*2T	12	107L	Handtagslock (vänster)	1
41	Insexskruv M10*1,5*30L	4	107R	Handtagets huvudkåpa (höger)	1
42	Isolerande distansbricka (1)	5	108	Skruv M5*0,8*15L	4
43	Plan bricka D28*D14*2T	4	109	Platt bricka D15*D5,2*1,0T	4
44	Stötfångare	4	110	Jordkabel	1
45	Monteringsplatta	3	111	Jordkabel (2)	1
46	Justeringsrulle	2	112	Kabel 1	1
47	Motorplatta	7	113	Kabel 2	2
48	Kabelband	2	114	Kabel 1	1
49	Phillips-skruv ST4*1.41*15L	2	115	Kabel 2	2
50	Sexkantsbult M8*1,25*60L	1	116	Magnetisk ögla	1
51	Övre motorhölje	1	117	LED toppkabel	1
52	ID-tag	1	118	LED-centerkabel	1
53	Uttag	1	119	LED bottenkabel	1
54	Phillips-skruv ST2,9x9,5L	10	120	Kabel för övre dator	1
55	Strömförsörjningskort	1	121	Kabel till centraldator	1
56	Strömbrytare	1	122	Kabel för nedre dator	1
57	Stötfångare	2	123	Inverterare	1
58	Säkring	1	124	Filter	1
59	Plan bricka D12*D5,2*0,8T	2	125	Induktor	1
60	Nylonmutter M5*0,8*5T	2	126	Försörjningskabel	1
61	Motorskydd	1	127	LED-kontrollkort	1
62	Insexskruv M10*1,5*50L	1	128	PC-distansbricka	4
63	Platt bricka i plast D10*D24*0,4T	4	129	Insexnyckel M6	1
64	Justering av lutningsvinkel	1	130	Insexnyckel M8*120L	1
65	Insexskruv M10*1,5*65L	1	131	Insexnyckel M4*68L	1
66	Rulle	2	133	Phillipsskruv ST4*1.41*10L	4
67	Insexskruv M8*1,25*20L	2	134	Mutter M8*1,25*6T	1
68	Plan bricka D21*D8,5*1,5T	2	135	Distansbricka D11,5*D8*3,5T	2
69	Hätta	4	136	Plan bricka D12*D4.3*1T	7
70	Axel	2			

Underhåll av enheten:

- Rengör stål- och plastdelar med milda rengöringsmedel.
- Se till att alla delar är helt torra före varje användning.
- Vi rekommenderar att du kontrollerar alla skruvar och bultar var 6:e vecka.
 - Använd endast de medföljande skiftnycklarna för att dra åt dem.
- Löpbandet bör endast användas inomhus och torrt.

Kontrollpanel och dator:

Enheten styrs via en kontrollpanel med pekskärm.

- När löpbandet slås på tänds panelen automatiskt och på displayen visas alla aktuella träningsinställningar.
- Med hjälp av panelen kan användaren navigera genom menyerna och konfigurera träningsprogrammen efter egna önskemål.

Beskrivning av funktionsknapparna:

- Knapp för justering av lutningsvinkeln - när den trycks in ställer datorn automatiskt in önskad lutningsnivå.
- Indikatorer för hastighet och lutningsvinkel - när du ändrar inställningar börjar motsvarande indikator blinka för att indikera att parametern justeras aktivt.
- Knapp för snabb hastighetsjustering - gör att en specifik hastighet kan ställas in direkt när den indikerade knappen trycks in.

FUNKTIONELLA KNAPPAR

Knapp / Element	Funktion
NEDKYLNING	Startar nedkylningsprogrammet i slutet av träningen
LUTNING	Används för att ändra löpbandets lutningsvinkel under träningen och för att navigera i meny
PROGRAM	Flyttar direkt till avsnittet om träningsprogrammet i meny
START	Startar eller startar om träningspasset
STOP	Stoppa eller pausar utbildningen; håll in i två sekunder för att återställa datorn
ENTER	Bekräfta det valda alternativet eller starten av programmet
HASTIGHET	Gör det möjligt att ändra hastighet under träningspasset och navigera i meny
LED-LÄGE	Gör det möjligt att ändra LED-belysningens läge från meny eller träningspasset
Joysticks	Snabb justering av hastighet och lutning: dra för att öka, tryck för att minska.

INFORMATION SOM VISAS PÅ SKÄRMEN

Parameter	Parameter Beskrivning
LUTNING	Löpbandets aktuella lutningsnivå
DISTANS	Tillryggslagd sträcka eller återstående sträcka
TID	Sessionens varaktighet eller återstående tid
PULS	Din aktuella hjärtfrekvens (BMP)
KALORIER	Uppskattat antal förbrända kalorier
8 x 16	Huvuddisplay som visar hastighet och lutningsvinkel
Nedre fönstret	Informationsfält - visar systemaviseringar och meddelanden

Använda utrustningen för första gången

1. Sätt ON/OFF-strömbrytaren på baksidan av motorkåpan i läge "I" (on).
2. För in säkerhetsnyckeln i facket på datorns framsida och fäst klämman på dina kläder.
3. När datorn startar kommer den att visa
 - aktuell programversion,
 - total tillryggslagd sträcka och träningstid.

Inställning av användarprofil:

Angi dina personliga uppgifter för att köra pulsstyrda program och kroppsfettanalys:

Steg	Parameter	Knappar	Bekräftelse
1	Kön	Lutning / Hastighet	ENTER
2	Ålder	Lutning / Hastighet	ENTER
3	Tillväxt	Lutning / Hastighet	ENTER
4	Vikt	Lutning / Hastighet	ENTER

När konfigurationen är klar är du redo att starta ditt träningspass.

Standby-läge

- Efter 5 minuters inaktivitet övergår datorn automatiskt till standby-läge.
- För att återaktivera den: ta ut den och sätt in den igen.

Pausa och återuppta träningen

- Tryck på STOP för att pausa träningen.
- Tryck på START för att återuppta.
- För att avsluta träningen, tryck på STOP igen. säkerhetsknapp.

Cool Down - kyla ner din kropp

- Tryck på COOL DOWN-knappen för att aktivera det lugnande programmet efter träningen.
- Hastigheten kommer gradvis att minska till noll under 2-3 minuter.

LED-belysning

Löpbandet har LED-remsor på båda sidor om halkskyddsbanden. Styrningen sker via LED-knappen i huvudmenyn eller via knapparna för lutning/hastighet.

Tillgängliga belysningslägen:

Läge	Beskrivning
Löpning	LED-lamporna ändrar färg beroende på hastighet: • 0 - 6 km/h → gul • 6,1 - 12 km/h → grön • Över 12 km/h → röd
Neutral	Fast vit LED-belysning utan färgskiftning
Flerfärgad	Användaren kan välja mellan följande färger: röd, blå, grön, orange, rosa, violett
Av	LED-bakgrundsbelysningen är helt avstängd

TRÄNINGSMODELLER

1. Manuellt program

Det manuella programmet ger full kontroll över hastighet och lutningsvinkel.

Steg för inställning:

- Välj MANUAL-program och bekräfta med ENTER-knappen.
- Välj en målparameter: tid, sträcka eller kalorier - bekräfta med ENTER
- Ställ in målvärdet med hjälp av lutnings-/hastighetsknapparna och bekräfta med ENTER
 ➔ Träningspasset startar med minsta möjliga lutning och hastighet. ➔ Under passet kan du ändra värdena med joystickarna eller knapparna. ➔ När målet har uppnåtts avslutas träningspasset automatiskt och Cool Down-programmet startar. ➔ Tryck på STOP för att avbryta nedkylningen.

2. Program för låg hastighet

Avsett för äldre eller nybörjare - maxhastigheten är 4 km/h och sträckan räknas i meter.

Steg för inställning:

- Välj MANUAL-program och bekräfta sedan med ENTER
- Välj och ställ in målparametern (tid/distans/kalorier)
- Tryck på START för att starta träningspasset
 ➔ Startar från noll i lutning och lägsta hastighet ➔ Justerbar under träningspasset med joystick eller knapp ➔ Träningspasset avslutas automatiskt när målet är uppnått

3. 20 automatiska träningsprogram

Varje program innehåller en profil med automatiskt förändrad hastighet och lutning.

Steg för inställning:

- Tryck på PROGRAM, välj ett av de 20 programmen och bekräfta med ENTER
- Ställ in ett målvärde: tid, distans eller kalorier
- Konfigurera värdet och starta träningen genom att trycka på START
 ➔ Hastighet och lutning justeras automatiskt ➔ Sluttiden för träningspasset uppdateras dynamiskt enligt din takt ➔ När målet har uppnåtts aktiveras Cool Down ➔ Du kan avbryta kylningen genom att trycka på STOP

4. Användarprogram (USER U1-U4)

Du kan skapa 4 individuella program, som var och ett består av 16 segment med egen hastighet och lutning.

Skapa ett program:

- Välj U1-U4 och bekräfta med ENTER.
- Ställ in längden på ditt träningspass
- Ställ in hastigheten för varje segment och bekräfta
- Ställ sedan in segmentens lutning
- När du är klar, tryck på START - programmet sparas automatiskt

Starta det sparade programmet:

- Välj USER U1-U4
- Tryck på START för att starta träningen
 ➔ Under kursens gång kan du ändra värdena ➔ Träningspasset avslutas efter den inställda tiden ➔ Datorn växlar automatiskt till Cool Down-läge

HRC / THR - hjärtfrekvensbaserad träning

Med HRC (Heart Rate Control)-träning kan du träna efter din egen hjärtfrekvens. Datorn justerar automatiskt lutning och hastighet för att upprätthålla en viss pulsnivå. Det finns tre olika lägen att välja mellan:

Läge	Beskrivning
HRC 60	Fettförbränning (lättare ansträngning)
HRC 80 PROCENT	Förbättrad prestation och kondition
THR (mål)	Användarinställd BPM-nivå

Steg för HRC 60 % och 80 %:

- Välj HRC 60 PCT eller HRC 80 PCT och tryck på ENTER.
- Ställ in träningspassets längd och bekräfta.
- Datorn visar den beräknade målpulsen - tryck på START för att starta.

Steg för THR (egen hjärtfrekvens):

- Välj THR, t.ex. THR 133, och tryck på ENTER.
- Ställ in varaktighet och bekräfta.
- Välj målvärdet för hjärtfrekvensen (standard 133 BPM) och bekräfta.
- Tryck på START för att starta träningspasset.
 Under passet ska du hålla händerna på pulssensorerna så att datorn kan mäta din puls och justera intensiteten på din träning. Träningspasset avslutas efter att den inställda tiden har gått ut. Cool Down-programmet startar automatiskt (du kan avbryta det genom att trycka på STOP).

TEST AV KROPPSFETT

Med det här programmet kan du uppskatta din fetthalt i kroppen baserat på data från pulssensorerna.

Instruktioner:

- Välj programmet FAT och tryck sedan på ENTER.
- Placera båda händerna på pulssensorerna - mätningen startar.
- Efter några sekunder visas resultatet på skärmen. Poängen visas i det nedre M-fönstret:

Resultat (%)	Tolkning
<19%	Undervikt
12-25%	Normal vikt
26 - 39%	Övervikt
≥ 30%	Fetma

TRENING - tid- och distansprogram

Du kan ställa in en måltid och en målsträcka och datorn beräknar en förväntad sluttid baserat på ditt aktuella tempo. Steg för steg:

- Välj programmet TRENING och tryck på ENTER.
- Ställ in måltiden och bekräfta.
- Ställ in målsträckan och bekräfta.
- Tryck på START för att starta träningspasset.

Under träningspasset:

- Det övre LED-fönstret visar träningspassets längd.
- Distansfönstret visar den återstående distansen.
- Huvudinformatiionsrutan visar tempot (min/km) och den förväntade sluttiden.

Sessionen avslutas när den inställda distansen har uppnåtts. Datorn visar resultatet:

- "Över tempo",
- "Tempo uppnått".
- eller "Under tempo".

RENGÖRING AV LÖPBANDET:

Regelbunden skötsel av maskinen förlänger dess livslängd avsevärt.

Före rengöring:

Stäng alltid av löpbandet från strömförsörjningen för att undvika elektriska stötar.

Efter varje träningspass:

- Rengör konsolen och alla ytor med en mjuk, lätt fuktad trasa för att avlägsna svett och damm.
- Använd inte starka rengöringsmedel eller lösningsmedel.
- Undvik vätskekontakt med datorn och utsätt inte enheten för solljus.

Gör underhållet enklare:

- Vi rekommenderar att du använder en skyddsmatta under löpbandet för att stoppa smuts från skorna.
- Rengör mattan en gång i veckan för att förhindra att smuts ansamlas under maskinen.

SMÖRJNING AV LÖPBANDET:

Löpbandet är smort på fabriken, men regelbunden inspektion och underhåll är nödvändigt över tiden.

Rekommendationer:

- Under det första året (eller upp till 500 timmars användning) krävs vanligtvis ingen smörjning.
- Därefter bör smörjning ske var 3:e månad eller beroende på användningsgrad.

Så här smörjer du:

1. Koppla ur kontakten till löpbandet.
2. Lyft upp sidan av löpbandet.
3. Applicera ett tunt lager oljefritt silikonfett på insidan av plattan - så djupt som möjligt.
4. Om det redan finns spår av fett under bältet behövs ingen smörjning.
5. Vänta 1 minut innan du kör löpbandet så att fett sprider sig jämnt.

TEKNISKA DATA:

- Löpbandets mått: 219 x 84 x 137 cm
- Maximal användarvikt: 180 kg
- Nettovikt: 145 kg
- Bälte för löpband: 56 x 157 cm

KOMPATIBILITET MED TRÄNINGSAPPAR**Kinomap**

- Träna på riktiga stigar från hela världen med interaktiva videor
- Tävla med andra användare online i realtid
- Få dynamiska hastighets- och lutningsjusteringar för din valda rutt
- App tillgänglig för Android och iOS

**iConsole+ Träning**

- Styr ditt löpband direkt från din telefon eller surfplatta via Bluetooth
- Skapa dina egna träningsprogram och följ dina framsteg
- Använd följande lägen: manuellt, intervall, HRC, kroppsfett, återhämtning
- Integration med Google Maps och analys av träningsdata

Вказівки з техніки безпеки

1. Перед першим використанням уважно прочитайте інструкцію з експлуатації та збережіть її для подальшого використання.
2. Дотримуйтесь усіх попереджень та інструкцій з техніки безпеки, включаючи правила монтажу. Машина повинна використовуватися тільки за призначенням.
3. Задля власної безпеки збирайте та використовуйте машину відповідно до цієї інструкції. Також проінформуйте інших користувачів про правила правильного використання машини.
4. Захищайте машину від дітей і тварин. Не дозволяйте дітям наближатися до обладнання без нагляду. Збірка і використання дозволені тільки дорослим.
5. Перед початком програми тренувань проконсультуйтеся з лікарем, особливо якщо ви приймаєте ліки або маєте проблеми зі здоров'ям (наприклад, високий кров'яний тиск, порушення серцевого ритму).
6. Спостерігайте за своїм тілом під час тренування. негайно припиніть тренування, якщо відчуваєте біль, стиснення в грудях, запаморочення, нудоту, задишку або нерегулярний пульс.
7. Встановіть машину на рівній, сухій і чистій поверхні, залишаючи навколо неї вільний простір не менше 0,6 м.
8. Використовуйте відповідний спортивний одяг і взуття. Уникайте вільного одягу, який може зачепитися за рухомі частини.
9. Тренажер не можна використовувати на відкритому повітрі.
10. Перед кожним тренуванням перевіряйте стан тренажера - зверніть увагу на ознаки зносу або пошкодження.
11. Якщо ви помітили гострі краї, припиніть використання тренажера.
12. При появі незвичних звуків або вібрацій негайно припиніть тренування.
13. Регульовані компоненти не повинні виступати або перешкоджати використанню обладнання. Машиною може користуватися тільки одна людина одночасно.
14. Гальмування не залежить від швидкості - обладнання оснащено незалежною системою зупинки.
15. Апарат не призначений для терапевтичних або реабілітаційних цілей.
16. Будьте обережні під час транспортування або підйому, щоб уникнути травм спини. У разі необхідності скористайтеся допомогою другої людини.
17. Забороняється самостійно змінювати конструкцію пристрою. У разі виникнення проблем зверніться до авторизованого сервісного центру.
18. Рекомендований діапазон робочих температур пристрою: 15-25°C.
19. Максимально допустима вага користувача: 180 кг.
20. Обладнання відноситься до класу SB відповідно до EN ISO 20957-1 і призначене для побутового та напівкомерційного використання.

ЗБІРКА:**Крок 1 - Монтаж колон і підключення кабелів**

Перед складанням встановіть праву колонку (3):

- З'єднайте дрот (119) з дротом (118)
- З'єднайте дрот (122) з дротом (121)

Потім прикріпіть колони (3) і (2) до основної рами бігової доріжки за допомогою шестигранних гвинтів (10) - як показано на малюнку.

ПРИМІТКА: Не затягуйте гвинти на цьому етапі, щоб полегшити подальшу збірку.

Крок 2 - Встановлення кронштейнів і підключення проводки

Рекомендується допомога другої людини.

- Підключіть наступні дроти:
 - (118) з (117)
 - (121) з (120)
- Прикріпіть ручки (4) до стійки бігової доріжки, намагаючись не перетиснути дроти між рукою та стійкою.
- Після того, як вони будуть належним чином закріплені, затягніть гвинти (91). На цьому етапі ви можете затягнути їх остаточно.

Крок 3 - Встановлення комп'ютера

Знову ж таки, допомога другої людини буде корисною.

- Підключіть всі дроти відповідно до доданого креслення.
- Помістіть комп'ютер (84) на три кронштейни і закріпіть його за допомогою шестигранних гвинтів (92).

Крок 4 - Затягніть конструкцію та встановіть кришки.

- Міцно затягніть усі гвинти (10), закріплені на кроці 1.
- Встановіть кришки бічних колонок, дотримуючись ілюстрації "b".
- Зсуньте кришки вниз до кінцевого положення, як показано на ілюстрації "c".
- Закріпіть їх гвинтами (11).

Поставка

Перед початком тренування переконайтеся, що головний вимикач живлення (розташований на задній панелі кришки двигуна) встановлено в положення ON (Увімкнено). Також перевірте, чи правильно підключений шнур живлення до заземленої розетки.

**Ключ безпеки**

Для правильної роботи бігової доріжки ключ безпеки повинен знаходитися в розетці. Виймання ключа під час тренування призведе до автоматичної зупинки тренажера. Без ключа бігова доріжка залишається у вимкненому стані.

1. Ключ безпеки
2. Затискач

**Вирівнювання бігової доріжки**

Для забезпечення стабільної роботи бігової доріжки можна вирівняти за допомогою регульованих ніжок, розташованих під задньою частиною бігового полотна. Рекомендується встановлювати тренажер на рівній твердій поверхні.

**Регулювання бігового полотна**

Регулярне технічне обслуговування бігового полотна має важливе значення для його довговічності та належної роботи.

Частота перевірки:

- Кожні 1-2 місяці або
- Після кожних 50 годин використання - навіть якщо бігова доріжка не використовувалася протягом тривалого часу.

Змащення ремня:

- Від'єднайте бігову доріжку від джерела живлення.
- Ослабте натяжні гвинти з обох боків заднього ролика.
- Нанесіть силіконове мастило на робочу пластину під ремнем.
- Після закінчення - затягніть гвинти.

Корекція вирівнювання ремня:

У перші дні використання ремінь може злегка розтягуватися і зміщуватися вбік. Щоб виправити це (зображення 2):

1. Увімкніть бігову доріжку і встановіть швидкість 3-5 км/год.
2. Перевірте центрування ремня - якщо
 - ремінь тікає вліво → злегка затягніть лівий гвинт (за годинниковою стрілкою),
 - втеча вправо → затягніть правий гвинт.
3. Якщо ремінь занадто туго натягнутий, ослабте обидва гвинти в протилежному напрямку.
4. Переконайтеся, що ремінь не хвилястий і не надмірно натягнутий.
 1. Збільшити натяг ремня
 2. Зменшити натяг ремня



Немає	Опис	Кількість	Немає	Опис	Кількість
1	Основна рама	1	71	Нейлонова шайба D21*D37*3T	4
2	Ліва колонка	1	72	Шайба плоска D25xD8.5x2T	4
3	Правий стовпчик	1	73	Амортизатор	2
4	Кронштейни	1	74	Плата датчика імпульсів	2
5	Поперечна опора колони	1	75	Гвинт з внутрішнім шестигранником M8*1,25*45L	2
6	Баласт	1	76	Гвинт шестиграний M8*1.25*40L	1
7	Кронштейн для комп'ютера (2)	3	77	Датчик вимірювання пульсу	4
8L	Нижня ліва кришка колонки	1	78	Нижня пластина датчика пульсу	2
8R	Нижня кришка правої колонки	1	79	Гвинт ST4x1.41x15L	2
9L	Лівий бічний кожух двигуна	1	80	Ручка	1
9R	Права кришка двигуна	1	81	Гвинт M5*0,8*10L	9
10	Гвинт M10*1.5*65L	6	82	Нижня кришка комп'ютера	1
11	Хрестоподібний гвинт M5*0,8*15L	7	83	Бічна кришка комп'ютера	1
12	Внутрішній шестиграний болт типу CSK M8*1.25*35L	8	84	Комп'ютер	1
13	Плита для бігової доріжки	1	85L	Лівий джойстик для регулювання бігового полотна	1
14	Дифузор	2	86R	Правий джойстик для регулювання бігової доріжки	1
15	Світлодіодна стрічка	2	86L	Наклейка під джойстиком (ліворуч)	1
16	Кабель світлодіодної стрічки	2	86R	Наклейка під джойстиком (права)	1
17	Біговий ремінь	1	87	Гвинт ST4*1.41*12L	6
18	Смуги проти ковзання (2)	2	88	Гніздо для ручки	2
19	Смуги проти ковзання (3)	2	89	Тримач для планшета	1
20	Захисний чохол для підніжки	2	90L	Трос лівого захвату	1
21	Кришка бігового полотна	2	90R	Трос правого захвату	1
22	Протиковзка стрічка	2	91	Гвинт з внутрішнім шестигранником M10*1,5*20L	4
23	Гвинт з хрестоподібним наконечником ST4.2*15L	62	92	Гвинт з внутрішнім шестигранником M6*1*15L	7
24	Металева скоба	8	93	Кабель імпульсного датчика	2
25	Амортизатор (4)	2	94	Амортизатор(2)	2
26	Амортизатор (3)	2	95	Гніздо для запобіжного ключа	1
27	Шайба плоска D16*D8.5*1.2T	6	96	Запобіжний ключ	1
28	Нейлонова гайка M8*1,25*8T	6	97	Запобіжний затискач для ключа	1
29	Гвинт з внутрішнім шестигранником M8*1,25*20L	8	98	Трос аварійної зупинки	1
30	Задній ролик	1	99	Захисна пластина	2
31	Гвинт з внутрішнім шестигранником M10*1,5*80L	3	100	Внутрішнє гніздо для запобіжного ключа	2
32	Задня кришка	1	101	Гвинт ST4.2*25L	7
33	Амортизатор (1)	2	102	Пластина для запобіжного ключа	1
34	Вирівнювальні ніжки	2	103	Верхня кришка рукоятки	1
35	Передній ролик	1	104	Кришка нижньої рукоятки	1
36	Гвинт з внутрішнім шестигранником M10*1,5*45L	1	105L	Кришка бічної ручки (ліва)	1
37	Ремінь	1	105R	Накладка на бічну ручку (права)	1
38	Двигун AC3.0HP	1	106L	Внутрішня бокова кришка (ліва)	1
39	Нейлонова гайка M10*1.5*10T	6	106R	Внутрішня бокова кришка (права)	1
40	Плоска шайба D20*D11*2T	12	107L	Накладка на ручку (ліва)	1
41	Гвинт з внутрішнім шестигранником M10*1,5*30L	4	107R	Основна кришка ручки (права)	1
42	Ізоляційна прокладка (1)	5	108	Гвинт M5*0,8*15L	4
43	Шайба плоска D28*D14*2T	4	109	Шайба плоска D15*D5.2*1.0T	4
44	Бампер	4	110	Кабель заземлення	1
45	Монтажна пластина	3	111	Кабель заземлення (2)	1
46	Регульовальний ролик	2	112	Кабель 1	1
47	Панель двигуна	7	113	Кабель 2	2
48	Кабельні стяжки	2	114	Кабель 1	1
49	Гвинт хрестоподібний ST4*1.41*15L	2	115	Кабель 2	2
50	Болт шестиграний M8*1.25*60L	1	116	Магнітна петля	1
51	Верхня кришка двигуна	1	117	Верхній світлодіодний кабель	1
52	Ідентифікаційна бирка	1	118	Світлодіодний центральний кабель	1
53	Розетка	1	119	Нижній кабель для світлодіодів	1
54	Хрестоподібний гвинт ST2.9x9.5L	10	120	Верхній комп'ютерний кабель	1
55	Плата блоку живлення	1	121	Кабель центрального комп'ютера	1
56	Вимикач живлення	1	122	Нижній кабель комп'ютера	1
57	Бампер	2	123	Інвертор	1
58	Запобіжник	1	124	Фільтр	1
59	Шайба плоска D12*D5.2*0.8T	2	125	Котушка індуктивності	1
60	Нейлонова гайка M5*0,8*5T	2	126	Кабель живлення	1
61	Кришка двигуна	1	127	Плата керування світлодіодами	1
62	Гвинт з внутрішнім шестигранником M10*1.5*50L	1	128	Розпірка для ПК	4
63	Пластикова плоска шайба D10*D24*0.4T	4	129	Шестиграний ключ M6	1
64	Регулювання кута нахилу	1	130	Шестиграний ключ M8*120L	1
65	Гвинт шестиграний M10*1,5*65L	1	131	Шестиграний ключ M4*68L	1
66	Ролик	2	133	Гвинт хрестоподібний ST4*1.41*10L	4
67	Гвинт з внутрішнім шестигранником M8*1.25*20L	2	134	Гайка M8*1.25*6T	1
68	Шайба плоска D21*D8.5*1.5T	2	135	Проставка D11.5*D8*3.5T	2
69	Заглушка	4	136	Шайба плоска D12*D4.3*1T	7
70	Вісь	2			

Технічне обслуговування агрегату:

- Сталеві та пластикові деталі чистіть м'якими миючими засобами.
- Переконайтеся, що всі деталі повністю висохли перед кожним використанням.
- Рекомендуються перевіряти всі гвинти та болти кожні 6 тижнів.
 - Для їх затягування використовуйте лише гайкові ключі, що входять до комплекту.
- Бігову доріжку слід використовувати тільки в сухому приміщенні.

Панель керування та комп'ютер:

Керування пристроєм здійснюється за допомогою панелі керування з сенсорним екраном.

- Коли бігова доріжка вмикається, панель автоматично підсвічується, а на дисплеї відображаються всі поточні налаштування тренування.
- За допомогою панелі користувач може переміщатися по меню і налаштовувати програми тренувань відповідно до своїх уподобань.

Опис функціональних кнопок:

- Кнопка регулювання кута нахилу - при натисканні комп'ютер автоматично встановлює потрібний рівень нахилу.
- Індикатори швидкості та кута нахилу - при зміні налаштувань відповідний індикатор починає блимати, вказуючи на те, що параметр активно налаштовується.
- Кнопка швидкого регулювання швидкості - дозволяє миттєво встановити певну швидкість при натисканні вказаної кнопки.

ФУНКЦІОНАЛЬНІ КНОПКИ

Кнопка / елемент	Функція
COOL DOWN	Запускає програму охолодження в кінці тренування
INCLINE	Використовується для зміни кута нахилу бігової доріжки під час тренування та для навігації по меню
ПРОГРАМА	Перехід безпосередньо до розділу меню програми тренування
СТАРТ	Початок або перезапуск тренування
STOP	Зупиняє або призупиняє тренування; утримуйте протягом двох секунд, щоб перезавантажити комп'ютер
ENTER	Підтверджує вибрану опцію або початок програми
SPEED	Дозволяє змінювати швидкість під час тренування та переміщатися по меню
LED MODE	Дозволяє перемикати режим підсвічування світлодіодного полотна з меню або тренування
Джойстики	Дозволяють швидко регулювати швидкість і нахил: тягніть - збільшуйте, штовхайте - зменшуйте.

ІНФОРМАЦІЯ, ЩО ВІДОБРАЖАЄТЬСЯ НА ЕКРАНІ

Параметр	Опис
INCLINE	Поточний рівень нахилу бігової доріжки
DISTANCE	Пройдена відстань або відстань, що залишилася
ЧАС	Тривалість або залишковий час сесії
PULSE	Ваш поточний пульс (уд./хв)
КАЛОРІЇ	Приблизна кількість спалених калорій
8 x 16	Головний дисплей, що показує швидкість і кут нахилу
Нижнє вікно	Інформаційне поле - відображає системні сповіщення та повідомлення

Перше використання тренажера

1. Встановіть перемикач ON/OFF на задній панелі кришки двигуна в положення "I" (увімкнено).
2. Вставте ключ безпеки в гніздо на передній панелі комп'ютера і прикріпіть кліпсу до одягу.
3. Коли комп'ютер увімкнеться, на екрані з'являться
 - поточну версію програмного забезпечення,
 - загальну пройдену відстань і час тренування.

♂ Налаштування профілю користувача:

Для запуску програм, що контролюють частоту серцевих скорочень, та аналізу вмісту жиру в організмі введіть свої особисті дані:

Крок	Параметр	Кнопки	Підтвердження
1	Стать	Нахил / Швидкість	ENTER
2	Вік	Нахил / Швидкість	ENTER
3	Зростання	Нахил / Швидкість	ENTER
4	Вага	Нахил / Швидкість	ENTER

Після завершення конфігурації ви готові розпочати тренування.

Режим очікування

- Після 5 хвилин бездіяльності комп'ютер автоматично переходить у режим очікування.
- Щоб знову активувати його: вийміть і знову вставте його в розетку.

Призупинення та відновлення тренування

- Натисніть STOP, щоб призупинити тренування.
- Щоб відновити, натисніть START.
- Щоб завершити тренування, натисніть STOP ще раз. клавіша безпеки.

Cool Down - охолодження тіла

- Натисніть кнопку COOL DOWN, щоб активувати програму заспокоєння після тренування.
- Швидкість буде поступово знижуватися до нуля протягом 2-3 хвилин.

Світлодіодне освітлення

Бігова доріжка має світлодіодні стрічки по обидва боки протиковзких смуг. Керування здійснюється за допомогою кнопки LED в головному меню або кнопок нахилу/швидкості.

Доступні режими освітлення:

Режим	Опис
Біг	Світлодіоди змінюють колір відповідно до швидкості: • 0 - 6 км/год → жовтий • 6,1 - 12 км/год → зелений • Понад 12 км/год → червоний
Нейтральний	Фіксоване біле світлодіодне освітлення без зміни кольору
Різнокольорове	Користувач може вибрати один з наступних кольорів: червоний, синій, зелений, помаранчевий, рожевий, фіолетовий
Вимкнено	Світлодіодне підсвічування повністю вимкнено

РЕЖИМИ ТРЕНУВАННЯ**1. Ручна програма**

Ручна програма дозволяє повністю контролювати швидкість і кут нахилу.

Етапи налаштування:

- Виберіть РУЧНУ програму і підтвердіть вибір клавішею ENTER.
- Виберіть цільовий параметр: час, відстань або калорії - підтвердіть натисканням клавіші ENTER.
- Встановіть цільове значення за допомогою кнопок нахилу/швидкості та підтвердіть натисканням кнопки ENTER
 ➔ Тренування починається з мінімального нахилу та швидкості. ➔ Під час тренування ви можете змінювати значення за допомогою джойстиків або клавіш. ➔ Коли мета досягнута, тренування автоматично завершується і починається програма охолодження. ➔ Натисніть STOP, щоб зупинити охолодження.

2. Програма низької швидкості

Призначена для людей похилого віку або початківців - максимальна швидкість становить 4 км/год, а відстань вимірюється в метрах.

Етапи налаштування:

- Виберіть програму РУЧНИЙ, потім підтвердіть вибір натисканням ENTER.
- Виберіть і встановіть цільовий параметр (час/відстань/калорії)
- Натисніть СТАРТ, щоб розпочати тренування
 ➔ Починається з нульового нахилу та мінімальної швидкості ➔ Регулюється під час тренування за допомогою джойстиків або кнопок ➔ Тренування закінчується автоматично при досягненні мети

3. 20 автоматичних тренувальних програм

Кожна програма включає профіль з автоматичною зміною швидкості та нахилу.

Етапи налаштування:

- Натисніть PROGRAM, виберіть одну з 20 програм і підтвердіть вибір натисканням ENTER
- Встановіть цільове значення: час, відстань або калорії
- Налаштуйте значення та розпочніть тренування, натиснувши START
 ➔ Швидкість і нахил регулюються автоматично ➔ Час закінчення тренування динамічно оновлюється відповідно до вашого темпу ➔ Коли ціль досягнута, активується функція охолодження ➔ Ви можете скасувати охолодження, натиснувши кнопку STOP

4. Програми користувача (USER U1-U4)

Ви можете створити 4 індивідуальні програми, кожна з яких складається з 16 сегментів з власною швидкістю та градієнтом.

Створіть програму:

- Виберіть U1-U4 і підтвердіть натисканням ENTER.
- Встановіть тривалість тренування
- Встановіть швидкість для кожного сегмента і підтвердіть
- Потім встановіть нахил сегментів
- Після завершення натисніть START - програма збережеться автоматично

Запустіть збережену програму:

- Виберіть КОРИСТУВАЧ U1-U4
- Натисніть START, щоб розпочати тренування
 ➔ Під час тренування можна змінювати значення ➔ Тренування закінчується після встановленого часу ➔ Комп'ютер автоматично переходить в режим охолодження

HRC / THR - тренування на основі частоти серцевих скорочень

Тренування з контролем частоти серцевих скорочень (HRC) дозволяє вам тренуватися, орієнтуючись на власний пульс. Комп'ютер автоматично регулює нахил і швидкість, щоб підтримувати заданий рівень пульсу. Є три режими на вибір:

режим	Опис
ЧАСТОТА СЕРЦЕВИХ СКОРОЧЕНЬ (ЧСС) 60%	Спалювання жиру (легке навантаження)
HRC 80%	Покращення працездатності та фізичної форми
THR (Target)	Рівень BPM, встановлений користувачем

Кроки для HRC 60% та 80%:

- Виберіть HRC 60 PCT або HRC 80 PCT і натисніть ENTER.
- Встановіть тривалість тренування та підтвердіть.
- Комп'ютер відобразить розраховану цільову частоту серцебиття - натисніть START, щоб почати.

Кроки для THR (власної частоти серцебиття):

- Виберіть THR, наприклад, THR 133, і натисніть ENTER.
- Встановіть тривалість і підтвердіть.
- Виберіть цільове значення частоти серцебиття (за замовчуванням 133 уд/хв) і підтвердіть.
- Натисніть START, щоб розпочати тренування.
 Під час тренування тримайте руки на датчиках пульсу, щоб комп'ютер міг вимірювати ваш пульс і регулювати інтенсивність вправ. Тренування завершиться після закінчення встановленого часу. Автоматично почнеться програма охолодження (її можна скасувати, натиснувши кнопку STOP).

ТЕСТ НА ВМІСТ ЖИРУ В ОРГАНІЗМІ

Ця програма дозволяє оцінити вміст жиру в організмі на основі даних з пульсометрів. Інструкції:

- Виберіть програму FAT і натисніть ENTER.
- Покладіть обидві руки на датчики пульсу - почнеться вимірювання.
- Через кілька секунд результат з'явиться на екрані. Результат відображатиметься у нижньому вікні M:

Результат (%)	Інтерпретація
<19%	Дефіцит маси тіла
12-25%	Нормальна вага
26 - 39%	Надмірна вага
≥ 30%	Ожиріння

TRENING - програма часу та дистанції

Дозволяє встановити цільовий час і дистанцію, а комп'ютер розрахує очікуваний час завершення на основі вашого поточного темпу. Кроки:

- Виберіть програму TRENING, натисніть ENTER.
- Встановіть цільовий час і підтвердіть.
- Встановіть цільову дистанцію та підтвердіть.
- Натисніть СТАРТ, щоб розпочати тренування.

Під час тренування:

- У верхньому світлодіодному вікні відображається тривалість тренування.
- У вікні відстані відображається відстань, що залишилася.
- Основне інформаційне вікно показує темп (хв/км) та очікуваний час фінішу.

Сесія закінчується, коли досягнуто заданої дистанції. Комп'ютер покаже результат:

- "Вище темпу",
- "Темп досягнуто".
- або "Нижче темпу".

ЧИСТКА БІГОВОЇ ДОРІЖКИ:

Регулярний догляд за тренажером значно подовжує термін його служби.

Перед чищенням

Завжди відключайте бігову доріжку від електромережі, щоб уникнути ураження електричним струмом.

Після кожного тренування:

- Очищайте консоль і всі поверхні м'якою, злегка вологою ганчіркою, щоб видалити піл і пил.
- Не використовуйте сильні миючі засоби або розчинники.
- Уникайте контакту рідини з комп'ютером і не піддавайте пристрій впливу сонячних променів.

Спростіть обслуговування:

- Ми рекомендуємо використовувати захисний килимок під біговою доріжкою, щоб запобігти потраплянню бруду, який розноситься взуттям.
- Чистіть килимок раз на тиждень, щоб запобігти накопиченню бруду під тренажером.

ЗМАЩЕННЯ БІГОВОГО ПОЛОТНА:

Бігова доріжка змащується на заводі, але з часом необхідний регулярний огляд і технічне обслуговування.

Рекомендації:

- У перший рік (або до 500 годин використання) мастило зазвичай не потрібне.
- Після цього змащуйте кожні 3 місяці або відповідно до ступеня використання.

Як змащувати:

1. Відключіть бігову доріжку від мережі.
2. Підніміть бічну частину бігового полотна.
3. Нанесіть тонкий шар безмасляного силіконового мастила на внутрішню сторону пластини - якомога глибше.
4. Якщо під ременем вже є сліди мастила - змащувати його не потрібно.
5. Зачекайте 1 хвилину перед запуском бігової доріжки, щоб мастило рівномірно розподілилося.

ТЕХНІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ:

- Розміри бігової доріжки: 219 x 84 x 137 см
- Максимальна вага користувача: 180 кг
- Вага нетто: 145 кг
- Пояс бігової доріжки: 56 x 157 см

СУМІСНІСТЬ З ДОДАТКАМИ ДЛЯ ТРЕНУВАНЬ



Kinomap

- Тренуйтеся на реальних трасах з усього світу за допомогою інтерактивних відео
- Змагайтеся з іншими користувачами онлайн в режимі реального часу
- Отримуйте динамічні коригування швидкості та нахилу на обраному вами маршруті
- Додаток доступний для Android та iOS



iConsole+ Training

- Керуйте біговою доріжкою безпосередньо з телефону або планшета через Bluetooth
- Створюйте власні програми тренувань та відстежуйте свій прогрес
- Використовуйте наступні режими: ручний, інтервальний, HRC, жирові відкладення, відновлення
- Інтеграція з картами Google та аналіз даних тренувань



EN: The marking of the equipment with the crossed-out waste container symbol indicates that it is prohibited to place used electrical and electronic equipment with other waste. According to the WEEE Directive on the management of used electrical and electronic waste, separate disposal methods must be used for this type of equipment.

The user who intends to dispose of this product is obliged to take it to a collection point for used electrical and electronic equipment, thus contributing to reuse, recycling or recovery and thus to the protection of the environment. To do this, please contact the point from which the appliance was purchased or your local authority. Hazardous components contained in electronic equipment may cause long-term adverse effects on the environment, as well as harmful effects on human health.

PL: Oznakowanie sprzętu symbolem przekreślonego kontenera na odpady informuje o zakazie umieszczania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Zgodnie z Dyrektywą WEEE o sposobie gospodarowania zużytymi odpadami elektrycznymi i elektronicznymi, dla tego typu sprzętu należy stosować oddzielne sposoby utylizacji.

Użytkownik, który zamierza pozbyć się tego produktu, zobowiązany jest do oddania go do punktu zbierania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego, dzięki czemu przyczynia się do ponownego użycia, recyklingu, bądź odzysku, a tym samym do ochrony środowiska naturalnego. W tym celu należy skontaktować się z punktem w którym urządzenie zostało nabyte, lub z przedstawicielami władz lokalnych. Składniki niebezpieczne zawarte w sprzęcie elektronicznym mogą powodować długo utrzymujące się niekorzystne zmiany w środowisku naturalnym, jak również działać szkodliwie na zdrowie ludzi.

CZ: Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpad znamená, že je zakázáno odkládat použitá elektrická a elektronická zařízení společně s jiným odpadem. Podle směrnice WEEE o nakládání s použitým elektrickým a elektronickým odpadem je nutné pro tento typ zařízení používat oddělené metody likvidace.

Uživatel, který hodlá tento výrobek zlikvidovat, je povinen jej odevzdat na sběrném místě pro použitá elektrická a elektronická zařízení, čímž přispěje k opětovnému použití, recyklaci nebo využití, a tím i k ochraně životního prostředí. Za tímto účelem se obraťte na místo, kde byl spotřebič zakoupen, nebo na místní úřad. Nebezpečné součásti obsažené v elektronických zařízeních mohou způsobit dlouhodobé nepříznivé účinky na životní prostředí i škodlivé účinky na lidské zdraví.

DA: Mærkningen af udstyret med det overstregede affaldsbeholdersymbol angiver, at det er forbudt at anbringe brugt elektrisk og elektronisk udstyr sammen med andet affald. I henhold til WEEE-direktivet om håndtering af brugt elektrisk og elektronisk affald skal der anvendes separate bortskaffelsesmetoder for denne type udstyr.

Den bruger, der har til hensigt at bortskaffe dette produkt, er forpligtet til at aflevere det på et indsamlingssted for brugt elektrisk og elektronisk udstyr og på den måde bidrage til genbrug, genanvendelse eller genvinding og dermed til beskyttelse af miljøet. For at gøre dette skal du kontakte det sted, hvor apparatet blev købt, eller dine lokale myndigheder. Farlige komponenter i elektronisk udstyr kan forårsage langsigtede negative virkninger på miljøet samt skadelige virkninger på menneskers sundhed.

DE: Die Kennzeichnung des Geräts mit dem Symbol des durchgestrichenen Abfallbehälters zeigt an, dass es verboten ist, gebrauchte Elektro- und Elektronikgeräte zusammen mit anderem Abfall zu entsorgen. Gemäß der WEEE-Richtlinie über die Entsorgung von Elektro- und Elektronik-Altgeräten müssen für diese Art von Geräten getrennte Entsorgungsmethoden verwendet werden.

Der Benutzer, der dieses Produkt entsorgen will, ist verpflichtet, es zu einer Sammelstelle für Elektro- und Elektronik-Altgeräte zu bringen und so zur Wiederverwendung, zum Recycling oder zur Verwertung und damit zum Schutz der Umwelt beizutragen. Wenden Sie sich dazu bitte an die Stelle, bei der Sie das Gerät gekauft haben, oder an Ihre Gemeindeverwaltung. Die in elektronischen Geräten enthaltenen gefährlichen Bestandteile können langfristige negative Auswirkungen auf die Umwelt sowie schädliche Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit haben.

ES: El marcado del aparato con el símbolo del contenedor de residuos tachado indica que está prohibido depositar aparatos eléctricos y electrónicos usados junto con otros residuos. De acuerdo con la Directiva RAEE sobre la gestión de residuos eléctricos y electrónicos usados, deben utilizarse métodos de eliminación separados para este tipo de aparatos.

El usuario que pretenda deshacerse de este producto está obligado a llevarlo a un punto de recogida de aparatos eléctricos y electrónicos usados, contribuyendo así a su reutilización, reciclado o valorización y, por tanto, a la

protección del medio ambiente. Para ello, póngase en contacto con el punto donde adquirió el aparato o con las autoridades locales. Los componentes peligrosos contenidos en los equipos electrónicos pueden causar efectos adversos a largo plazo en el medio ambiente, así como efectos nocivos para la salud humana.

ET: Seadme tähistamine läbi kriipsutatud jäätmemahuti sümboliga näitab, et kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmeid on keelatud paigutada koos muude jäätmetega. Vastavalt kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmete jäätmete käitlemisele direktiivile tuleb seda tüüpi seadmete puhul kasutada eraldi kõrvaldamismeetodeid.

Kasutaja, kes kavatseb seda toodet kõrvaldada, on kohustatud viima selle kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmete kogumispunkti, aidates sellega kaasa korduvkasutamisele, ringlussevõtule või taaskasutamisele ja seega ka keskkonnakaitsele. Selleks pöörduge palun seadme ostukoha või kohaliku omavalitsuse poole. Elektroonikaseadmetes sisalduvad ohtlikud komponendid võivad avaldada pikaajalist kahjulikku mõju keskkonnale ning samuti kahjustada inimeste tervist.

FR : Le marquage de l'équipement avec le symbole de la poubelle barrée indique qu'il est interdit de placer les équipements électriques et électroniques usagés avec d'autres déchets. Conformément à la directive DEEE sur la gestion des déchets électriques et électroniques usagés, des méthodes d'élimination distinctes doivent être utilisées pour ce type d'équipement.

L'utilisateur qui a l'intention de se débarrasser de ce produit est tenu de l'apporter à un point de collecte des équipements électriques et électroniques usagés, contribuant ainsi à la réutilisation, au recyclage ou à la valorisation et donc à la protection de l'environnement. Pour ce faire, veuillez contacter le point de vente où l'appareil a été acheté ou les autorités locales. Les composants dangereux contenus dans les équipements électroniques peuvent avoir des effets néfastes à long terme sur l'environnement, ainsi que des effets nocifs sur la santé humaine.

HU: A berendezésen az áthúzott hulladéktároló szimbólummal történő jelölés azt jelzi, hogy a használt elektromos és elektronikus berendezéseket tilos más hulladékkal együtt elhelyezni. A használt elektromos és elektronikus hulladékok kezeléséről szóló WEEE-irányelv szerint az ilyen típusú berendezések esetében külön ártalmatlanítási módszereket kell alkalmazni.

Az a felhasználó, aki ezt a terméket ártalmatlanítani kívánja, köteles azt a használt elektromos és elektronikus berendezések gyűjtőhelyére vinni, hozzájárulva ezzel az újrafelhasználathoz, újrafeldolgozáshoz vagy hasznosításhoz, és ezáltal a környezet védelméhez. Ennek érdekében kérjük, forduljon a készüléket megvásárló ponthoz vagy a helyi hatósághoz. Az elektronikus berendezésekben található veszélyes összetevők hosszú távon káros hatással lehetnek a környezetre, valamint káros hatással lehetnek az emberi egészségre.

IT: La marcatura dell'apparecchiatura con il simbolo del contenitore dei rifiuti barrato indica che è vietato collocare le apparecchiature elettriche ed elettroniche usate insieme ad altri rifiuti. Secondo la direttiva RAEE sulla gestione dei rifiuti elettrici ed elettronici usati, per questo tipo di apparecchiature devono essere utilizzati metodi di smaltimento separati.

L'utente che intende smaltire questo prodotto è tenuto a portarlo in un punto di raccolta per apparecchiature elettriche ed elettroniche usate, contribuendo così al riutilizzo, al riciclaggio o al recupero e quindi alla protezione dell'ambiente. A tal fine, rivolgersi al punto vendita presso il quale è stato acquistato l'apparecchio o alle autorità locali. I componenti pericolosi contenuti nelle apparecchiature elettroniche possono causare effetti negativi a lungo termine sull'ambiente e sulla salute umana.

LT: Įrangos žymėjimas perbraukto atliekų konteinerio simboliu reiškia, kad panaudotą elektros ir elektroninę įrangą draudžiama dėti kartu su kitomis atliekomis. Pagal EEJ atliekų tvarkymo direktyvą dėl naudotų elektros ir elektroninių atliekų tvarkymo šio tipo įrangai turi būti taikomi atskiri šalinimo būdai.

Naudotojas, ketinantis atsikratyti šio gaminio, privalo jį pristatyti į naudotos elektros ir elektroninės įrangos surinkimo punktą, taip prisidedamas prie pakartotinio naudojimo, perdirbimo ar utilizavimo ir taip saugodamas aplinką. Norėdami tai padaryti, kreipkitės į punktą, kuriame prietaisas buvo įsigytas, arba į vietos valdžios instituciją. Elektroninėje įrangoje esantys pavojingi komponentai gali sukelti ilgalaikį neigiamą poveikį aplinkai, taip pat žalingą poveikį žmonių sveikatai.

LV: Iekārtas marķējums ar pārsvītrotā atkritumu konteinerā simbolu norāda, ka nolietais elektriskās un elektroniskās iekārtas ir aizliegts novietot kopā ar citiem atkritumiem. Saskaņā ar EEIA direktīvu par nolietais elektrisko un elektronisko iekārtu atkritumu apsaimniekošanu šāda veida iekārtām jāizmanto atsevišķas iznīcināšanas metodes.

Lietotājam, kurš vēlas atbrīvoties no šī produkta, ir pienākums to nogādāt nolietais elektrisko un elektronisko iekārtu savākšanas punktā, tādējādi veicinot atkārtotu izmantošanu, pārstrādi vai reģenerāciju un tādējādi vides aizsardzību. Lai to izdarītu, lūdzam sazināties ar punktu, kurā ierīce tika iegādāta, vai ar vietējo pašvaldību. Elektroniskajās iekārtās esošās bīstamās sastāvdaļas var radīt ilgtermiņa nelabvēlīgu ietekmi uz vidi, kā arī kaitīgu ietekmi uz cilvēka veselību.

NL: De markering van de apparatuur met het symbool van de doorgekruiste afvalcontainer geeft aan dat het verboden is om gebruikte elektrische en elektronische apparatuur bij ander afval te plaatsen. Volgens de WEEE-richtlijn betreffende het beheer van afgedankte elektrische en elektronische apparatuur moeten aparte verwijderingsmethoden worden gebruikt voor dit type apparatuur.

De gebruiker die van plan is om dit product weg te gooien, is verplicht om het naar een inzamelpunt voor gebruikte elektrische en elektronische apparatuur te brengen en zo bij te dragen aan hergebruik, recycling of terugwinning en dus aan de bescherming van het milieu. Neem hiervoor contact op met het punt waar u het apparaat hebt gekocht of met uw gemeente. Gevaarlijke onderdelen in elektronische apparatuur kunnen op lange termijn schadelijke gevolgen hebben voor het milieu en de menselijke gezondheid.

PT: A marcação do equipamento com o símbolo de contentor de resíduos riscado indica que é proibido colocar equipamentos eléctricos e electrónicos usados juntamente com outros resíduos. De acordo com a Diretiva REEE relativa à gestão de resíduos eléctricos e electrónicos usados, devem ser utilizados métodos de eliminação separados para este tipo de equipamento.

O utilizador que pretenda desfazer-se deste produto é obrigado a levá-lo a um ponto de recolha de equipamentos eléctricos e electrónicos usados, contribuindo assim para a reutilização, reciclagem ou recuperação e, consequentemente, para a protecção do ambiente. Para tal, contacte o ponto de recolha onde o aparelho foi adquirido ou a sua autoridade local. Os componentes perigosos contidos nos equipamentos electrónicos podem causar efeitos adversos a longo prazo no ambiente, bem como efeitos nocivos para a saúde humana.

RO: Marcarea echipamentului cu simbolul containerului de deșeuri barat indică faptul că este interzisă plasarea echipamentelor electrice și electronice uzate împreună cu alte deșeuri. În conformitate cu Directiva DEEE privind gestionarea deșeurilor electrice și electronice uzate, pentru acest tip de echipament trebuie utilizate metode separate de eliminare.

Utilizatorul care intenționează să elimine acest produs este obligat să îl ducă la un punct de colectare a echipamentelor electrice și electronice uzate, contribuind astfel la reutilizare, reciclare sau recuperare și, astfel, la protecția mediului. Pentru a face acest lucru, vă rugăm să contactați punctul de la care a fost achiziționat aparatul sau autoritatea locală. Componentele periculoase conținute în echipamentele electronice pot provoca efecte negative pe termen lung asupra mediului, precum și efecte nocive asupra sănătății umane.

SK: Označenie zariadenia symbolom preškrtnutého kontajnera na odpad znamená, že je zakázané umiestňovať použité elektrické a elektronické zariadenia spolu s iným odpadom. Podľa smernice WEEE o nakladaní s použitým elektrickým a elektronickým odpadom sa pre tento typ zariadenia musia používať oddelené metódy likvidácie.

Používateľ, ktorý má v úmysle zlikvidovať tento výrobok, je povinný odovzdať ho na zberné miesto použitých elektrických a elektronických zariadení, čím prispeje k opätovnému použitiu, recyklácii alebo zhodnoteniu, a tým aj k ochrane životného prostredia. Za týmto účelom sa obráťte na miesto, kde bol spotrebič zakúpený, alebo na miestny úrad. Nebezpečné komponenty obsiahnuté v elektronických zariadeniach môžu spôsobiť dlhodobé nepriaznivé účinky na životné prostredie, ako aj škodlivé účinky na ľudské zdravie.

SL: Oznaka opreme s simbolom prečrtanega zabojsnika za odpadke pomeni, da je prepovedano odlagati izrabljeno električno in elektronsko opremo med druge odpadke. V skladu z Direktivo OEEO o ravnanju z izrabljenimi električnimi in elektronskimi odpadki je treba za to vrsto opreme uporabljati ločene metode odstranjevanja.

Uporabnik, ki namerava ta izdelek odstraniti, ga mora odnesti na zbirno mesto za rabljeno električno in elektronsko opremo ter tako prispevati k ponovni uporabi, recikliranju ali predelavi in s tem k varovanju okolja. V ta namen se obrnite na točko, kjer je bila naprava kupljena, ali na lokalne oblasti. Nevarne komponente, ki jih vsebuje elektronska oprema, lahko povzročijo dolgoročne škodljive vplive na okolje in tudi škodljive vplive na zdravje ljudi.

SV: Märkningen av utrustningen med den överkorsade symbolen för avfallsbehållare anger att det är förbjudet att placera begagnad elektrisk och elektronisk utrustning tillsammans med annat avfall. Enligt WEEE-direktivet om hantering av använt elektriskt och elektroniskt avfall måste separata metoder för avfallshantering användas för denna typ av utrustning.

Den användare som avser att göra sig av med denna produkt är skyldig att lämna den till en samlingsplats för begagnad elektrisk och elektronisk utrustning och på så sätt bidra till återanvändning, återvinning eller återvinning och därmed till skyddet av miljön. För att göra detta, vänligen kontakta den plats där apparaten köptes eller din lokala myndighet. Farliga komponenter som ingår i elektronisk utrustning kan orsaka långsiktiga negativa effekter på miljön och skadliga effekter på människors hälsa.

UK: Маркування обладнання символом перекресленого контейнера для відходів вказує на те, що відпрацьоване електричне та електронне обладнання заборонено викидати разом з іншими відходами. Відповідно до Директиви WEEE про управління використаними електричними та електронними відходами, для цього типу обладнання повинні використовуватися окремі методи утилізації.

Користувач, який має намір утилізувати цей виріб, зобов'язаний здати його в пункт прийому відпрацьованого електричного та електронного обладнання, сприяючи таким чином повторному використанню, переробці або відновленню і, таким чином, захисту навколишнього середовища. Для цього, будь ласка, зверніться до магазину, в якому було придбано прилад, або до місцевої влади. Небезпечні компоненти, що містяться в електронному обладнанні, можуть спричинити довгостроковий негативний вплив на навколишнє середовище, а також шкідливий вплив на здоров'я людини.

GUARANTEE CARD

Article name:.....

EAN code:.....

Date of sale:

GUARANTEE TERMS:

1. The Seller, on behalf of the Guarantor, provides a guarantee in the territory of the Republic of Poland for a period of 24 months from the date of sale.
2. The guarantee will be honoured by the shop or service centre upon presentation by the customer:
 - a legibly and correctly completed warranty card with the sales stamp and the seller's signature,
 - a valid proof of purchase of the equipment with the date of sale / receipt, the goods claimed.
3. Any defects and damage discovered during the warranty period will be repaired free of charge within a maximum of 21 days from the date of delivery of the goods to the service.
4. In the case of the necessity to import parts, the repair period may be extended by the time necessary for their import, but not longer than 90 days.
5. The warranty does not cover:
 - mechanical damage and defects caused by them,
 - damages and defects resulting from improper use and storage,
 - improper assembly and maintenance,
 - damage and wear of components such as cables, straps, rubber parts, pedals, sponge grips, wheels, bearings, etc.
6. The warranty is void in the event of:
 - expiry date,
 - self-repair,
 - failure to observe the rules of correct operation.
7. Product returned for repair should be complete and clean. In the case of defects the service has the right to refuse acceptance for repair. If the product is delivered dirty, the service centre may refuse to accept it or clean it at the customer's expense with his written consent.
8. The warranty does not cover installation and maintenance work, which, according to the user manual, must be carried out by the user himself.
9. The guarantor also informs that it provides post-warranty service.
10. The goods should be protected for shipping.
11. In order to make use of the warranty, please follow the procedure on the website: <https://serwis.abisal.pl/>.

In case of non-conformity of the sold thing with the contract, the buyer is entitled by law to legal remedies from and at the expense of the seller. The guarantee does not affect such remedies.

THE EQUIPMENT IS NOT INTENDED FOR REHABILITATION AND THERAPY

NOTES ON THE COURSE OF REPAIRS

Item	Date of notification	Date of provision	Course of repairs	Signature of the recipient (shop, owner)

KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:.....
Kod EAN:.....
Data sprzedaży:.....

WARUNKI GWARANCJI:

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium RP na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczęcią sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy,
 - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży / rachunku, reklamowanego towaru.
3. Ewentualne wady i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do serwisu.
4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres naprawy może się wydłużyć o czas niezbędny do ich sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 90 dni.
5. Gwarancją nie są objęte:
 - uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania,
 - niewłaściwy montaż i konserwacja,
 - uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska itp.
6. Gwarancja traci ważność w przypadku:
 - upływu terminu ważności,
 - samodzielnych napraw,
 - nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji.
7. Produkt oddany do naprawy powinien być kompletny i czysty. W przypadku stwierdzenia braków serwis ma prawo odmówić przyjęcia do naprawy. W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
8. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem, konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
9. Gwarant informuje również, że prowadzi serwis pogwarancyjny.
10. Towar powinien być zabezpieczony do wysyłki.
11. W celu skorzystania z gwarancji, przestrzegaj procedury zamieszonej na stronie internetowej:
<https://serwis.abisal.pl/>

W przypadku braku zgodności rzeczy sprzedanej z umową kupującemu z mocy prawa przysługują środki ochrony prawnej ze strony i na koszt sprzedawcy. Gwarancja nie ma wpływu na te środki ochrony prawnej.

SPRZĘT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKU W CELACH REHABILITACYJNYCH I TERAPEUTYCZNYCH.

ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW

L.p.	Data zgłoszenia	Data wydania	Przebieg napraw	Podpis odbierającego (sklep, właściciel)

ZÁRUČNÍ LIST

Název produktu:.....

EAN kód:.....

Datum prodeje:.....

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY:

1. Prodávající jménem Ručitele poskytuje záruku na území Polské republiky na dobu 24 měsíců od data prodeje.
2. Záruka bude uznána prodejnou nebo servisním střediskem po předložení zákazníkem:
 - čitelně a správně vyplněný záruční list s prodejním razítkem a podpisem prodávajícího,
 - platný doklad o koupi zařízení s datem prodeje/příjmu, reklamované zboží.
3. Veškeré závady a poškození zjištěné v záruční době budou bezplatně odstraněny nejpozději do 21 dnů ode dne doručení zboží do servisu.
4. V případě nutnosti dovozu dílů může být doba opravy prodloužena o dobu nutnou k jejich dovozu, nejdéle však o 90 dnů.
5. Záruka se nevztahuje na:
 - mechanická poškození a jimi způsobené závady,
 - poškození a závady vzniklé v důsledku nesprávného používání a skladování,
 - nesprávné montáže a údržby,
 - poškození a opotřebení součástí, jako jsou kabely, řemínky, gumové díly, pedály, houbové rukojeti, kola, ložiska atd.
6. Záruka zaniká v případě:
 - datum vypršení platnosti,
 - samoopravy,
 - nedodržení pravidel správného provozu.
7. Výrobek vrácený k opravě by měl být kompletní a čistý. V případě závad má servis právo odmítnout přijetí do opravy. Pokud je výrobek dodán znečištěný, může jej servisní středisko s písemným souhlasem zákazníka odmítnout přijmout nebo jej na jeho náklady vyčistit.
8. Záruka se nevztahuje na instalační a údržbářské práce, které si podle návodu k obsluze musí uživatel provádět sám.
9. Garant dále informuje, že poskytuje pozáruční servis.
10. Zboží by mělo být chráněno pro přepravu.
11. Pro uplatnění záruky postupujte podle postupu na internetových stránkách: <https://serwis.abisal.pl/>.

Pokud zboží neodpovídá smlouvě, má kupující ze zákona nárok na zajištění právní ochrany na náklady prodávajícího. Záruka nemá na tyto zákonné opravné prostředky vliv.

ZAŘÍZENÍ NENÍ URČENO K POUŽITÍ PRO RAHABILITAČNÍ A TERAPEUTICKÉ ÚČELY.

UPOZORNĚNÍ O OPRAVĚ

Č.	Datum nahlášení	Datum vydání	Průběh oprav	Podpis příjemce (obchod, majitel)

GARANTI-KORT

Artikelnavn:.....
EAN-kode:.....
Dato for salg:.....

GARANTIBETINGELSER:

1. Sælgeren yder på vegne af garantistilleren en garanti på Republikken Polens område i en periode på 24 måneder fra salgsdatoen.
2. Garantien vil blive overholdt af butikken eller servicecentret, når kunden fremviser
 - et letlæseligt og korrekt udfyldt garantikort med salgstempel og sælgers underskrift,
 - et gyldigt købsbevis for udstyret med salgsdato/kvittering, de varer, der gøres krav på.
3. Eventuelle fejl og skader, der opdages i garantiperioden, vil blive repareret gratis inden for højst 21 dage fra datoen for levering af varerne til service.
4. I tilfælde af nødvendigheden af at importere dele, kan reparationsperioden forlænges med den tid, der er nødvendig for deres import, men ikke længere end 90 dage.
5. Garantien dækker ikke:
 - mekaniske skader og defekter forårsaget af dem,
 - skader og defekter som følge af forkert brug og opbevaring,
 - forkert montering og vedligeholdelse,
 - skader og slitage på komponenter som kabler, stropper, gummidele, pedaler, svampegreb, hjul, lejer osv.
6. Garantien bortfalder i tilfælde af:
 - udløbsdato,
 - selvreparation,
 - manglende overholdelse af reglerne for korrekt betjening.
7. Produktet, der returneres til reparation, skal være komplet og rent. I tilfælde af defekter har servicecentret ret til at nægte at modtage produktet til reparation. Hvis produktet leveres snavset, kan servicecentret nægte at modtage det eller rengøre det for kundens regning med dennes skriftlige samtykke.
8. Garantien dækker ikke installations- og vedligeholdelsesarbejde, som i henhold til brugervejledningen skal udføres af brugeren selv.
9. Garantigiveren oplyser også, at den yder service efter garantien.
10. Varerne skal beskyttes ved forsendelse.
11. For at gøre brug af garantien skal du følge proceduren på hjemmesiden: <https://serwis.abisal.pl/>.

I tilfælde af den solgte tings manglende overensstemmelse med kontrakten har køberen ifølge loven ret til retsmidler fra og på bekostning af sælgeren. Garantien påvirker ikke sådanne retsmidler.

UDSTYRET ER IKKE BEREGNET TIL GENOPTRÆNING OG TERAPI

BEMÆRKNINGER TIL REPARATIONSFORLØBET

Emne	Dato for notificacion	Dato for levering	Forløb af reparationer	Modtagerens underskrift (butik, ejer)

GARANTIEKARTE

Artikelname:.....

EAN-Code:.....

Verkaufsdatum:.....

GARANTIEBEDINGUNGEN:

1. Der Verkäufer übernimmt im Namen des Garantiegebers eine Garantie auf dem Gebiet der Republik Polen für einen Zeitraum von 24 Monaten ab dem Verkaufsdatum.
2. Die Garantie wird von der Verkaufsstelle oder dem Servicecenter bei Vorlage des Kunden gewährt:
 - eine leserlich und korrekt ausgefüllte Garantiekarte mit dem Verkaufsstempel und der Unterschrift des Verkäufers,
 - einen gültigen Kaufbeleg für das Gerät mit dem Datum des Verkaufs/der Quittung, die reklamierte Ware.
3. Alle während der Garantiezeit festgestellten Mängel und Schäden werden innerhalb von maximal 21 Tagen ab dem Datum der Übergabe der Ware an den Service kostenlos behoben.
4. Im Falle der Notwendigkeit, Teile zu importieren, kann die Reparaturfrist um die Zeit, die für den Import erforderlich ist, verlängert werden, jedoch nicht länger als 90 Tage.
5. Die Garantie erstreckt sich nicht auf:
 - mechanische Schäden und dadurch verursachte Mängel,
 - Schäden und Mängel, die auf unsachgemäße Verwendung und Lagerung zurückzuführen sind,
 - unsachgemäße Montage und Wartung,
 - Schäden und Verschleiß an Komponenten wie Kabeln, Riemen, Gummiteilen, Pedalen, Schwammgriffen, Rädern, Lagern usw.
6. Die Garantie erlischt im Falle von:
 - Verfallsdatum,
 - Selbstreparatur,
 - Nichtbeachtung der Regeln für den korrekten Betrieb.
7. Das zur Reparatur eingesandte Produkt muss vollständig und sauber sein. Im Falle von Mängeln hat der Service das Recht, die Annahme zur Reparatur zu verweigern. Wird das Produkt verschmutzt angeliefert, kann der Kundendienst die Annahme verweigern oder es auf Kosten des Kunden mit dessen schriftlicher Zustimmung reinigen.
8. Die Garantie erstreckt sich nicht auf Installations- und Wartungsarbeiten, die laut Gebrauchsanweisung vom Benutzer selbst durchgeführt werden müssen.
9. Die Garantiegeberin weist darauf hin, dass sie auch einen Nachgarantieservice anbietet.
10. Die Ware sollte für den Versand geschützt werden.
11. Um die Garantie in Anspruch zu nehmen, befolgen Sie bitte das Verfahren auf der Website: <https://serwis.abisal.pl/>.

Im Falle der Nichtübereinstimmung des verkauften Gegenstandes mit dem Vertrag stehen dem Käufer Rechtsbehelfe auf Kosten des Verkäufers zu. Die Garantie beeinflusst diese Rechtsbehelfe nicht.

DAS GERÄT IST NICHT ZUR VERWENDUNG ZUR REHABILITATION UND THERAPEUTISCHEN ZWECKEN BESTIMMT

VERMERKE ÜBER DEN VERLAUF DER REPARATUREN

Lfd. Nr.	Datum der Anmeldung	Datum der Ausgabe	Verlauf der Reparaturen	Unterschrift des Empfängers (Laden, Eigentümer)

TARJETA DE GARANTÍA

Nombre del artículo:.....

Código EAN:.....

Fecha de venta:.....

CONDICIONES DE GARANTÍA:

1. El Vendedor, en nombre del Garante, ofrece una garantía en el territorio de la República de Polonia por un período de 24 meses a partir de la fecha de venta.
2. La garantía será respetada por la tienda o centro de servicio previa presentación por parte del cliente
 - una tarjeta de garantía cumplimentada de forma legible y correcta con el sello de venta y la firma del vendedor,
 - una prueba válida de compra del equipo con la fecha de venta / recibo, los bienes reclamados.
3. Los defectos y daños descubiertos durante el periodo de garantía serán reparados gratuitamente en un plazo máximo de 21 días a partir de la fecha de entrega de la mercancía al servicio.
4. En el caso de que sea necesario importar piezas, el periodo de reparación podrá ampliarse por el tiempo necesario para su importación, pero no superior a 90 días.
5. La garantía no cubre:
 - daños mecánicos y defectos causados por ellos,
 - daños y defectos derivados de un uso y almacenamiento inadecuados,
 - montaje y mantenimiento inadecuados,
 - daños y desgaste de componentes como cables, correas, piezas de goma, pedales, puños de esponja, ruedas, rodamientos, etc.
6. La garantía quedará anulada en caso de:
 - caducidad,
 - autoreparación,
 - incumplimiento de las normas de correcto funcionamiento.
7. El producto devuelto para su reparación debe estar completo y limpio. En caso de defectos, el servicio tiene derecho a negarse a aceptarlo para su reparación. Si el producto se entrega sucio, el centro de servicio puede negarse a aceptarlo o limpiarlo a expensas del cliente con su consentimiento por escrito.
8. La garantía no cubre los trabajos de instalación y mantenimiento que, según el manual de instrucciones, debe realizar el propio usuario.
9. El garante informa también de que presta servicio post garantía.
10. La mercancía debe estar protegida para su envío.
11. Para hacer uso de la garantía, siga el procedimiento indicado en la página web: <https://serwis.abisal.pl/>.

En caso de falta de conformidad de la cosa vendida con el contrato, el comprador tiene derecho por ley a los remedios legales de y a expensas del vendedor. La garantía no afecta a dichos recursos.

EL EQUIPO NO ESTÁ DESTINADO A REHABILITACIÓN Y TERAPIA

NOTAS SOBRE EL CURSO DE LAS REPARACIONES

Artículo	Fecha de notificación	Fecha de provision	Curso de la reparación	Firma del destinatario (tienda, propietario)

GARANTEEKAART

Artikli nimi:.....
EAN-kood:.....
Müügikuupäev:

GARANTIITINGIMUSED:

1. Müüja annab Garandi nimel garantii Poola Vabariigi territooriumil 24 kuu jooksul alates müügikuupäevast.
2. Kauplus või teeninduskeskus täidab garantii kliendi esitamisel:
 - loetavalt ja korrektselt täidetud garantiikaart koos müügitempliga ja müüja allkirjaga,
 - kehtivat tõendit seadme ostu kohta koos müügikuupäevaga / kviitungiga, taotletud kaupu.
3. Garantiiperioodi jooksul avastatud defektid ja kahjustused parandatakse tasuta maksimaalselt 21 päeva jooksul alates kauba teenindusse üleandmise kuupäevast.
4. Kui on vaja importida varuosasid, võib remondiperioodi pikendada nende importimiseks vajaliku aja võrra, kuid mitte kauem kui 90 päeva.
5. Garantii ei hõlma:
 - mehaanilisi kahjustusi ja nende põhjustatud defekte,
 - vigastusi ja defekte, mis tulenevad ebaõigest kasutamisest ja ladustamisest,
 - ebaõige kokkupanek ja hooldus,
 - selliste komponentide nagu kaablid, rihmad, kummiosad, pedaaliid, käsnaad, rattaa, laagrid jne kahjustused ja kulumine.
6. Garantii kaotab kehtivuse juhul, kui:
 - kehtivuse lõppemise kuupäev,
 - eneseparandus,
 - õige kasutamise reeglite eiramine.
7. Remondiks tagastatud toode peab olema täielik ja puhas. Defektide korral on teenindusel õigus keelduda remondiks vastuvõtmisest. Kui toode on tarnitud määrduud, võib teeninduskeskus keelduda selle vastuvõtmisest või puhastada selle kliendi kulul tema kirjalikul nõusolekul.
8. Garantii ei hõlma paigaldus- ja hooldustõid, mida vastavalt kasutusjuhendile peab kasutaja ise tegema.
9. Garantii andja teavitab ka sellest, et ta pakub garantiijärgset hooldust.
10. Kaup tuleb transportimiseks kaitsta.
11. Garantii kasutamiseks järgige palun veebilehel <https://serwis.abisal.pl/> toodud menetlust.

Ostjal on seadusest tulenevalt õigus saada müüjalt ja müüja kulul õiguskaitsevahendeid müüduu asja mittevastavuse korral. Garantii ei mõjuta neid õiguskaitsevahendeid.

SEADE EI OLE ETTE NÄHTUD TAASTUSRAVIKS JA TERAAPIAKS.

MÄRKUSED REMONDI KÄIGU KOHTA

Punkti	Teatamise kuupäevate of	Andmete esitamise kuupäev	Remondi käik	Vastuvõtja allkiri (kauplus, omanik)

CARTE DE GARANTIE

Nom de l'article:.....

Code EAN:.....

Date de vente:

CONDITIONS DE GARANTIE:

1. Le vendeur, au nom du garant, accorde une garantie sur le territoire de la République de Pologne pour une période de 24 mois à compter de la date de vente.
2. La garantie sera honorée par le magasin ou le centre de service sur présentation par le client :
 - d'une carte de garantie lisiblement et correctement remplie, portant le cachet de la vente et la signature du vendeur,
 - d'une preuve d'achat valide de l'équipement avec la date de la vente/du reçu, des biens faisant l'objet de la réclamation.
3. Les défauts et dommages constatés pendant la période de garantie seront réparés gratuitement dans un délai maximum de 21 jours à compter de la date de livraison des marchandises au service.
4. S'il est nécessaire d'importer des pièces, la période de réparation peut être prolongée du temps nécessaire à leur importation, mais pas plus de 90 jours.
5. La garantie ne couvre pas
 - les dommages mécaniques et les défauts causés par ceux-ci,
 - les dommages et défauts résultant d'une utilisation et d'un stockage inappropriés,
 - d'un montage et d'un entretien incorrects,
 - les dommages et l'usure des composants tels que les câbles, les sangles, les pièces en caoutchouc, les pédales, les poignées en éponge, les roues, les roulements, etc.
6. La garantie est annulée en cas de :
 - date d'expiration,
 - d'autoréparation,
 - de non-respect des règles de bon fonctionnement.
7. Le produit retourné pour réparation doit être complet et propre. En cas de défauts, le service a le droit de refuser l'acceptation pour réparation. Si le produit est livré sale, le centre de service peut refuser de l'accepter ou le nettoyer aux frais du client avec son accord écrit.
8. La garantie ne couvre pas les travaux d'installation et d'entretien qui, selon le manuel d'utilisation, doivent être effectués par l'utilisateur lui-même.
9. Le garant informe également qu'il fournit un service post-garantie.
10. Les marchandises doivent être protégées pour l'expédition.
11. Pour faire jouer la garantie, veuillez suivre la procédure décrite sur le site web : <https://serwis.abisal.pl/>.

En cas de non-conformité de la chose vendue au contrat, l'acheteur a droit, en vertu de la loi, à des réparations légales de la part du vendeur et à ses frais. La garantie n'affecte pas ces recours.

L'APPAREIL N'EST PAS DESTINÉ À LA RÉÉDUCATION ET À LA THÉRAPIE

NOTES SUR LE DÉROULEMENT DES RÉPARATIONS

Article	Date de notification	Date de mise à disposition	Déroulement des réparations	Signature du destinataire (atelier, propriétaire)

GARANCIA KÁRTYA

Cikk neve:.....
EAN-kód:.....
Az értékesítés dátuma:.....

GARANCIÁLIS FELTÉTELEK:

1. Az Eladó a Garanciovállaló nevében a Lengyel Köztársaság területén az eladástól számított 24 hónapos időtartamra garanciát vállal.
2. A garanciát az üzlet vagy a szervizközpont a vásárló bemutatásakor teljesíti:
 - egy olvashatóan és helyesen kitöltött, az eladói bélyegzővel és az eladó aláírásával ellátott jótállási jegyet,
 - a berendezés vásárlásáról szóló érvényes bizonylatot az eladás dátumával / nyugtával, az igényelt árut.
3. A jótállási idő alatt felfedezett hibákat és károkat az áru szervizbe való beérkezésétől számított legfeljebb 21 napon belül díjmentesen kijavítják.
4. Abban az esetben, ha alkatrészek behozatalára van szükség, a javítási időszak meghosszabbítható a behozatalukhoz szükséges idővel, de legfeljebb 90 nappal.
5. A garancia nem terjed ki:
 - mechanikai sérülésekre és az általuk okozott hibákra,
 - a nem megfelelő használatból és tárolásból eredő károkat és hibákat,
 - nem megfelelő összeszerelés és karbantartás,
 - az alkatrészek, például kábelek, szíjak, gumi alkatrészek, pedálok, szivacsmarkolatok, kerekek, csapágyak stb. sérülése és kopása.
6. A garancia érvényét veszti abban az esetben, ha:
 - lejáratí idő,
 - önjavítás,
 - a helyes működés szabályainak be nem tartása.
7. A javításra visszaküldött terméknek teljesnek és tisztának kell lennie. Hibák esetén a szerviznek joga van megtagadni a javításra történő átvételt. Ha a terméket szennyezetten szállítják, a szerviz a vevő írásbeli hozzájárulásával megtagadhatja az átvételt, vagy a vevő költségére megtisztíthatja azt.
8. A garancia nem terjed ki a telepítési és karbantartási munkákra, amelyeket a használati útmutató szerint a felhasználónak magának kell elvégeznie.
9. A garanciovállaló tájékoztat arról is, hogy garanciát követő szervizszolgáltatást nyújt.
10. Az árut a szállításhoz védeni kell.
11. A garancia igénybeviteléhez kérjük, kövesse a weboldalon található eljárást: <https://serwis.abisal.pl/>.

Az eladott dolog szerződésnek való meg nem felelése esetén a vevő a törvény szerint jogosult jogorvoslatra az eladótól és annak költségére. A garancia nem érinti ezeket a jogorvoslati lehetőségeket.

A BERENDEZÉS NEM REHABILITÁCIÓS ÉS TERÁPIÁS CÉLOKRA SZOLGÁL.

A JAVÍTÁS MENETÉRE VONATKOZÓ MEGJEGYZÉSEK

Tétel	A bejelentés dátuma	A szolgáltatás időpontja	A javítás menete	A címzett aláírása (üzlet, tulajdonos)

CARTA DI GARANZIA

Nome dell'articolo:.....

Codice EAN:.....

Data di vendita:

TERMINI DI GARANZIA:

1. Il Venditore, per conto del Garante, fornisce una garanzia nel territorio della Repubblica di Polonia per un periodo di 24 mesi dalla data di vendita.
2. La garanzia sarà onorata dal negozio o dal centro di assistenza dietro presentazione da parte del cliente di:
 - una scheda di garanzia compilata in modo leggibile e corretto con il timbro di vendita e la firma del venditore,
 - una prova d'acquisto valida dell'apparecchiatura con la data di vendita/ricezione, la merce reclamata.
3. Eventuali difetti e danni riscontrati durante il periodo di garanzia saranno riparati gratuitamente entro un massimo di 21 giorni dalla data di consegna della merce al servizio.
4. Nel caso in cui sia necessario importare parti di ricambio, il periodo di riparazione può essere prolungato del tempo necessario per la loro importazione, ma non oltre i 90 giorni.
5. La garanzia non copre:
 - danni meccanici e difetti da essi causati,
 - danni e difetti derivanti da uso e conservazione impropri,
 - montaggio e manutenzione impropri,
 - danni e usura di componenti quali cavi, cinghie, parti in gomma, pedali, impugnature in spugna, ruote, cuscinetti, ecc.
6. La garanzia decade in caso di:
 - scadenza,
 - auto-riparazione,
 - mancato rispetto delle regole di corretto funzionamento.
7. Il prodotto restituito per la riparazione deve essere completo e pulito. In caso di difetti, il servizio di assistenza ha il diritto di rifiutare l'accettazione per la riparazione. Se il prodotto viene consegnato sporco, il centro di assistenza può rifiutarlo o pulirlo a spese del cliente con il suo consenso scritto.
8. La garanzia non copre i lavori di installazione e manutenzione che, secondo il manuale d'uso, devono essere eseguiti dall'utente stesso.
9. Il garante informa inoltre che fornisce assistenza post-garanzia.
10. La merce deve essere protetta per la spedizione.
11. Per avvalersi della garanzia, seguire la procedura indicata sul sito web: <https://serwis.abisal.pl/>.

In caso di non conformità della cosa venduta al contratto, l'acquirente ha diritto per legge a rimedi legali da parte del venditore e a spese di quest'ultimo. La garanzia non pregiudica tali rimedi.

L'APPARECCHIATURA NON È DESTINATA ALLA RIABILITAZIONE E ALLA TERAPIA

NOTE SUL CORSO DELLE RIPARAZIONI

Oggetto	Data di notifica	Data della fornitura	Corso delle riparazioni	Firma del destinatario (negozio, proprietario)

GARANTIJOS KORTELĖ

Straipsnio pavadinimas:.....

EAN kodas:.....

Pardavimo data:

GARANTIJOS SĄLYGOS

1. Pardavėjas Garanto vardu suteikia garantiją Lenkijos Respublikos teritorijoje 24 mėnesių laikotarpiui nuo pardavimo dienos.
2. Parduotuvė arba aptarnavimo centras garantiją įvykdys pirkėjui ją pateikus:
 - įskaitomai ir teisingai užpildytą garantijos kortelę su pardavimo antspaudu ir pardavėjo parašu,
 - galiojantį įrangos įsigijimo įrodymą su pardavimo data / kvitu, pretenduojamą prekę.
3. Visi garantiniu laikotarpiu nustatyti defektai ir pažeidimai bus nemokamai pašalinti ne vėliau kaip per 21 dieną nuo prekių pristatymo į servisą dienos.
4. Jei reikia importuoti detales, remonto laikotarpis gali būti pratęstas jų importui reikalingam laikui, bet ne ilgiau kaip 90 dienų.
5. Garantija netaikoma:
 - mechaniniams pažeidimams ir jų sukeltiems defektams,
 - pažeidimams ir defektams, atsiradusiems dėl netinkamo naudojimo ir laikymo,
 - netinkamo surinkimo ir priežiūros,
 - tokių sudedamųjų dalių, kaip trosai, dirželiai, guminės dalys, pedalai, kempininės rankenos, ratai, guoliai ir pan., pažeidimams ir nusidėvėjimui.
6. Garantija negalioja, jei:
 - pasibaigus galiojimo laikui,
 - savaiminio remonto,
 - nesilaikant taisyklingos eksploatacijos taisyklių.
7. Remontui grąžinamas gaminytis turi būti sukomplektuotas ir švarus. Esant defektų, servisas turi teisę atsisakyti priimti remontui. Jei gaminytis pristatomas nešvarus, servisas gali atsisakyti jį priimti arba išvalyti kliento sąskaita, gavęs jo raštišką sutikimą.
8. Garantija netaikoma montavimo ir priežiūros darbams, kuriuos pagal naudotojo vadovą turi atlikti pats naudotojas.
9. Garantantas taip pat informuoja, kad teikia pogarantinį aptarnavimą.
10. Prekės turi būti apsaugotos gabenimui.
11. Norėdami pasinaudoti garantija, vadovaukitės interneto svetainėje <https://serwis.abisal.pl/> pateikta tvarka.

Pirkėjas pagal įstatymą turi teisę į teisinę gynimo priemones iš pardavėjo ir jo sąskaita. Garantija neturi įtakos tokioms teisių gynimo priemonėms.

ĮRANGA NĖRA SKIRTA REABILITACIJAI IR TERAPIJAI

PASTABOS DĖL REMONTO EIGOS

Prekė	Notifikavimo data	Pateikimo data	Remonto eiga	Gavėjo parašas (parduotuvė, savininkas)

GARANTIJAS KARTE

Raksta nosaukums:.....
EAN kods:.....
Pārdošanas datums:

GARANTIJAS NOTEIKUMI:

1. Pārdevējs Garantijas devēja vārdā sniedz garantiju Polijas Republikas teritorijā uz 24 mēnešiem no pārdošanas dienas.
2. Garantijas garantiju piešķirs veikals vai servisa centrs pēc tam, kad pircējs to būs uzrādījis:
 - salasāmi un pareizi aizpildītu garantijas karti ar pārdošanas zīmogu un pārdevēja parakstu,
 - derīgu iekārtas iegādi apliecinošu dokumentu, kurā norādīts pārdošanas datums / saņemšanas datums, pieprasītās preces.
3. Visi garantijas laikā konstatētie defekti un bojājumi tiks bez maksas novērsti ne vēlāk kā 21 dienas laikā no preces piegādes servisam.
4. Gadījumā, ja nepieciešams importēt detaļas, remonta periods var tikt pagarināts par laiku, kas nepieciešams to importēšanai, bet ne ilgāk kā par 90 dienām.
5. Garantija neattiecas uz:
 - mehāniskiem bojājumiem un to izraisītiem defektiem,
 - bojājumiem un defektiem, kas radušies nepareizas lietošanas un uzglabāšanas rezultātā,
 - nepareizu montāžu un apkopi,
 - tādu sastāvdaļu bojājumiem un nolietojumu kā trosses, siksnas, gumijas detaļas, pedāļi, sūkļa rokturi, riteni, gultņi utt.
6. Garantija zaudē spēku, ja:
 - beidzas derīguma termiņš,
 - pašremontēšana,
 - nepareizas ekspluatācijas noteikumu neievērošana.
7. Remontam atdotajam izstrādājumam jābūt pilnīgam un tīram. Defektu gadījumā servisam ir tiesības atteikties pieņemšanu remontam. Ja izstrādājums tiek piegādāts netīrs, servisa centrs ar klienta rakstisku piekrišanu var atteikties to pieņemt vai iztīrīt uz klienta rēķina.
8. Garantija neattiecas uz uzstādīšanas un apkopes darbiem, kas saskaņā ar lietotāja rokasgrāmatu jāveic pašam lietotājam.
9. Garantijas devējs arī informē, ka tas nodrošina pēcgarantijas apkalpošanu.
10. Precei jābūt aizsargātai transportēšanai.
11. Lai izmantotu garantiju, lūdzam ievērot tīmekļa vietnē: <https://serwis.abisal.pl/> norādīto procedūru.

Pircējs ir tiesīgs saskaņā ar likumu izmantot tiesiskās aizsardzības līdzekļus no pārdevēja un uz pārdevēja rēķina:
Gadījumā, ja pārdotā prece neatbilst līgumam. Garantija neietekmē šādus tiesiskās aizsardzības līdzekļus.

IEKĀRTA NAV PAREDZĒTA REHABILITĀCIJAI UN TERAPIJAI

PIEZĪMES PAR REMONTA GAITU

Prece	Paziņojuma datums	Nodošanas datums	Remonta gaita	Saņēmēja (veikala, īpašnieka) paraksts

GARANTIEKAART

Naam artikel:.....
EAN-code:.....
Verkoopdatum:.....

GARANTIEVOORWAARDEN:

1. De Verkoper verstrekt, namens de Garant, een garantie op het grondgebied van de Republiek Polen voor een periode van 24 maanden vanaf de verkoopdatum.
2. De garantie zal worden gehonoreerd door de winkel of het servicecentrum op vertoon van:
 - een leesbaar en correct ingevulde garantiekaart met het verkoopstempel en de handtekening van de verkoper,
 - een geldig aankoopbewijs van de apparatuur met de datum van verkoop/ontvangst, de geclaimde goederen.
3. Alle defecten en beschadigingen die tijdens de garantieperiode worden ontdekt, worden gratis gerepareerd binnen maximaal 21 dagen vanaf de datum van levering van de goederen aan de service.
4. In het geval dat onderdelen moeten worden geïmporteerd, kan de reparatieperiode worden verlengd met de tijd die nodig is voor de import, maar niet langer dan 90 dagen.
5. De garantie dekt niet
 - mechanische schade en defecten die hierdoor worden veroorzaakt,
 - schade en defecten als gevolg van onjuist gebruik en onjuiste opslag,
 - onjuiste montage en onjuist onderhoud,
 - schade en slijtage van onderdelen zoals kabels, riemen, rubberen onderdelen, pedalen, sponsgreps, wielen, lagers, enz.
6. De garantie vervalt in geval van:
 - vervaldatum,
 - zelfreparatie,
 - het niet naleven van de regels voor correct gebruik.
7. Product teruggestuurd voor reparatie moet compleet en schoon zijn. In geval van defecten heeft de service het recht om acceptatie voor reparatie te weigeren. Als het product vuil wordt aangeleverd, kan de service weigeren het te accepteren of het op kosten van de klant met zijn schriftelijke toestemming reinigen.
8. De garantie geldt niet voor installatie- en onderhoudswerkzaamheden, die volgens de gebruikershandleiding door de gebruiker zelf moeten worden uitgevoerd.
9. De garantiegever informeert ook dat hij service na garantie biedt.
10. De goederen moeten beschermd worden voor verzending.
11. Om gebruik te maken van de garantie, volg de procedure op de website: <https://serwis.abisal.pl/>.

In geval van niet-overeenstemming van het verkochte met het contract, heeft de koper volgens de wet recht op rechtsmiddelen van en op kosten van de verkoper. De garantie heeft geen invloed op dergelijke rechtsmiddelen.

DE APPARATUUR NIET BEDOELD IS VOOR REVALIDATIE EN THERAPIE

OPMERKINGEN OVER HET VERLOOP VAN REPARATIES

Item	Datum van kennisgeving	Datum van verstrekking	Verloop van reparaties	Handtekening van de ontvanger (winkel, eigenaar)

CARTÃO DE GARANTIA

Designação do artigo:.....

Código EAN:.....

Data de venda:

CONDIÇÕES DE GARANTIA:

1. O Vendedor, em nome do Garante, presta uma garantia no território da República da Polónia por um período de 24 meses a partir da data de venda.
2. A garantia será honrada pela loja ou pelo centro de assistência técnica mediante a apresentação pelo cliente de
 - um cartão de garantia preenchido de forma legível e correta com o carimbo de venda e a assinatura do vendedor,
 - um comprovativo válido de compra do equipamento com a data de venda/recibo, a mercadoria reclamada.
3. Os defeitos e danos detectados durante o período de garantia serão reparados gratuitamente num prazo máximo de 21 dias a contar da data de entrega da mercadoria ao serviço.
4. Em caso de necessidade de importação de peças, o período de reparação pode ser prolongado pelo tempo necessário para a sua importação, mas não superior a 90 dias.
5. A garantia não cobre
 - danos mecânicos e defeitos causados pelos mesmos,
 - danos e defeitos resultantes de utilização e armazenamento incorrectos
 - montagem e manutenção incorrectas,
 - os danos e o desgaste de componentes como cabos, correias, peças de borracha, pedais, punhos de esponja, rodas, rolamentos, etc.
6. A garantia é anulada em caso de:
 - data de expiração,
 - auto-reparação,
 - não observância das regras de funcionamento correto.
7. O produto devolvido para reparação deve estar completo e limpo. Em caso de defeitos, o serviço de assistência tem o direito de recusar a aceitação para reparação. Se o produto for entregue sujo, o centro de assistência pode recusar-se a aceitá-lo ou limpá-lo a expensas do cliente, com o seu consentimento por escrito.
8. A garantia não cobre os trabalhos de instalação e manutenção que, de acordo com o manual do utilizador, devem ser efectuados pelo próprio utilizador.
9. O garante informa ainda que presta serviço pós-garantia.
10. Os bens devem ser protegidos para o transporte.
11. Para fazer uso da garantia, siga o procedimento no sítio Web: <https://serwis.abisal.pl/>.

Em caso de não conformidade do objeto vendido com o contrato, o comprador tem direito, nos termos da lei, a recursos legais por parte do vendedor e a expensas deste. A garantia não afecta essas vias de recurso.

O APARELHO NÃO SE DESTINA A REABILITAÇÃO E TERAPIA

NOTAS SOBRE O CURSO DAS REPARAÇÕES

Item	Data de notificação	Data da prestação	Curso das reparações	Assinatura do destinatário (loja, proprietário)

CARD DE GARANȚIE

Denumirea articolului:.....

Cod EAN:.....

Data vânzării:

TERMENI DE GARANȚIE:

1. Vânzătorul, în numele garantului, oferă o garanție pe teritoriul Republicii Polonia pentru o perioadă de 24 de luni de la data vânzării.
2. Garanția va fi onorată de magazin sau centrul de service la prezentarea de către client
 - un card de garanție completat lizibil și corect, cu ștampila de vânzare și semnătura vânzătorului,
 - o dovadă valabilă de cumpărare a echipamentului cu data vânzării / chitanței, bunurile revendicate.
3. Orice defecte și deteriorări descoperite în perioada de garanție vor fi reparate gratuit în termen de maximum 21 de zile de la data livrării bunurilor la service.
4. În cazul necesității de a importa piese, perioada de reparație poate fi prelungită cu timpul necesar importului acestora, dar nu mai mult de 90 de zile.
5. Garanția nu acoperă:
 - deteriorările mecanice și defectele cauzate de acestea,
 - deteriorările și defectele cauzate de utilizarea și depozitarea necorespunzătoare,
 - asamblarea și întreținerea necorespunzătoare,
 - deteriorarea și uzura componentelor precum cabluri, curele, piese din cauciuc, pedale, mânere din burete, roți, rulmenți etc.
6. Garanția este anulată în caz de:
 - data expirării,
 - auto-reparare,
 - nerespectarea regulilor de funcționare corectă.
7. Produsul returnat pentru reparație trebuie să fie complet și curat. În caz de defecte, service-ul are dreptul de a refuza acceptarea pentru reparație. În cazul în care produsul este livrat murdar, centrul de service poate refuza să îl accepte sau să îl curețe pe cheltuiala clientului, cu acordul scris al acestuia.
8. Garanția nu acoperă lucrările de instalare și întreținere, care, în conformitate cu manualul de utilizare, trebuie efectuate chiar de către utilizator.
9. De asemenea, garantul informează că oferă servicii post-garanție.
10. Bunurile trebuie protejate pentru expediere.
11. Pentru a face uz de garanție, vă rugăm să urmați procedura de pe site-ul web: <https://serwis.abisal.pl/>.

În caz de neconformitate a lucrului vândut cu contractul, cumpărătorul are dreptul prin lege la remedii legale din partea și pe cheltuiala vânzătorului. Garanția nu afectează aceste c

ECHIPAMENTUL NU ESTE DESTINAT REABILITĂRII ȘI TERAPIEI

NOTE PRIVIND CURSUL REPARAȚIILOR

Punct	Data notificării	Data furnizării	Desfășurarea reparațiilor	Semnătura beneficiarului (magazin, proprietar)

ZÁRUČNÁ KARTA

Názov článku:.....
EAN kód:.....
Dátum predaja:

ZÁRUČNÉ PODMIENKY:

1. Predávajúci v mene ručiteľa poskytuje záruku na území Poľskej republiky na obdobie 24 mesiacov od dátumu predaja.
2. Záruku poskytne predajňa alebo servisné stredisko na základe predloženia záruky zákazníkom:
 - čitateľne a správne vyplnený záručný list s pečiatkou predajcu a podpisom predávajúceho,
 - platného dokladu o kúpe zariadenia s dátumom predaja/prijatia, reklamovaného tovaru.
3. Všetky závady a poškodenia zistené počas záručnej doby budú bezplatne odstránené najneskôr do 21 dní odo dňa doručenia tovaru do servisu.
4. V prípade nutnosti dovozu dielov sa môže doba opravy predĺžiť o čas potrebný na ich dovoz, maximálne však o 90 dní.
5. Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a nimi spôsobené závady,
 - poškodenia a závady spôsobené nesprávnym používaním a skladovaním,
 - nesprávnej montáže a údržby,
 - poškodenie a opotrebovanie komponentov, ako sú káble, remienky, gumové časti, pedále, hubové rukoväte, kolesá, ložiská atď.
6. Záruka zaniká v prípade:
 - Dátum skončenia platnosti,
 - samoopravy,
 - nedodržania pravidiel správnej prevádzky.
7. Výrobok vrátený na opravu by mal byť kompletný a čistý. V prípade závad má servis právo odmietnuť prijatie do opravy. Ak je výrobok dodaný znečistený, servisné stredisko ho môže odmietnuť prijať alebo ho s písomným súhlasom zákazníka vyčistiť na jeho náklady.
8. Záruka sa nevzťahuje na inštalačné a údržbárske práce, ktoré si podľa návodu na obsluhu musí vykonať používateľ sám.
9. Garant zároveň informuje, že poskytuje pozáručný servis.
10. Tovar by mal byť chránený pri preprave.
11. Ak chcete využiť záruku, postupujte podľa postupu na webovej stránke: <https://serwis.abisal.pl/>.

ZARIADENIE NIE JE URČENÉ NA REHABILITÁCIU A TERAPIU

POZNÁMKY K PRIEBEHU OPRÁV

Položka	Dátum notifikácie	Dátum poskytnutia	Priebeh opravy	Podpis príjemcu (predajňa, vlastník)

GARANCIJSKA KARTICA

Ime izdelka:.....
Koda EAN:.....
Datum prodaje:

GARANCIJSKI POGOJI:

1. Prodajalec v imenu garanta zagotavlja garancijo na ozemlju Republike Poljske za obdobje 24 mesecev od datuma prodaje.
2. Garancijo bo trgovina ali servisni center priznal ob predložitvi garancije s strani kupca:
 - čitljivo in pravilno izpolnjen garancijski list s prodajnim žigom in podpisom prodajalca,
 - veljavnega dokazila o nakupu opreme z datumom prodaje/prevzema, reklamiranega blaga.
3. Vse napake in poškodbe, ugotovljene v garancijskem roku, bodo brezplačno odpravljene najkasneje v 21 dneh od datuma dostave blaga na servis.
4. V primeru potrebe po uvozu delov se lahko obdobje popravila podaljša za čas, potreben za njihov uvoz, vendar ne več kot 90 dni.
5. Garancija ne zajema:
 - mehanskih poškodb in napak, ki jih te povzročijo,
 - poškodb in napak, ki so posledica nepravilne uporabe in skladiščenja,
 - nepravilne montaže in vzdrževanja,
 - poškodb in obrabe sestavnih delov, kot so kabli, trakovi, gumijasti deli, pedala, gobasti ročaji, kolesa, ležaji itd.
6. Garancija preneha veljati v primeru:
 - datum izteka veljavnosti,
 - samopopravila,
 - neupoštevanja pravil pravičnega delovanja.
7. Izdelek, vrnjen v popravilo, mora biti popoln in čist. V primeru napak ima servis pravico zavrniti sprejem v popravilo. Če je izdelek dostavljen umazan, ga lahko servisni center zavrne ali pa ga na stroške stranke z njenim pisnim soglasjem očisti.
8. Garancija ne zajema namestitvenih in vzdrževalnih del, ki jih mora v skladu z navodili za uporabo opraviti uporabnik sam.
9. Garant prav tako obvešča, da zagotavlja tudi pogarancijski servis.
10. Blago mora biti zaščiteno za pošiljanje.
11. Za uveljavljanje garancije upoštevajte postopek na spletni strani: <https://serwis.abisal.pl/>.

V primeru neskladnosti prodane stvari s pogodbo je kupec po zakonu upravičen do pravnih sredstev od prodajalca in na njegove stroške. Garancija ne vpliva na ta pravna sredstva.

OPREMA NI NAMENJENA ZA REHABILITACIJO IN TERAPIJO

OPOMBE O POTEKU POPRAVIL

Artikel	Datum uradnega obvestila	Datum zagotovitve	Potek popravil	Podpis prejemnika (trgovina, lastnik)

GARANTIKORT FÖR GARANTI

Artikelnamn:.....
EAN-kod:.....
Datum för försäljning:.....

GARANTIVILLKOR:

1. Säljaren, på uppdrag av Garanten, lämnar en garanti inom Republiken Polens territorium under en period av 24 månader från försäljningsdatumet.
2. Garantin kommer att uppfyllas av butiken eller servicecentret mot uppvisande av kunden:
 - ett läsligt och korrekt ifyllt garantikort med försäljningsstämpel och säljarens underskrift,
 - ett giltigt inköpsbevis för utrustningen med försäljningsdatum/kvitto, de varor som åberopas.
3. Eventuella defekter och skador som upptäcks under garantiperioden kommer att repareras kostnadsfritt inom högst 21 dagar från det datum då varorna levererades till tjänsten.
4. Om det är nödvändigt att importera delar kan reparationsperioden förlängas med den tid som krävs för deras import, men inte längre än 90 dagar.
5. Garantin täcker inte:
 - mekaniska skador och defekter som orsakats av dessa,
 - skador och defekter till följd av felaktig användning och förvaring
 - felaktig montering och felaktigt underhåll,
 - skador och slitage på komponenter som kablar, remmar, gummidelar, pedaler, svamphandtag, hjul, lager etc.
6. Garantin är ogiltig i händelse av:
 - utgångsdatum,
 - självreparation,
 - underlåtenhet att följa reglerna för korrekt användning.
7. Produkter som returneras för reparation ska vara kompletta och rena. Vid defekter har servicecentret rätt att vägra ta emot produkten för reparation. Om produkten levereras smutsig kan servicecentret vägra att ta emot den eller rengöra den på kundens bekostnad med dennes skriftliga medgivande.
8. Garantin omfattar inte installations- och underhållsarbeten, som enligt bruksanvisningen måste utföras av användaren själv.
9. Garantigivaren informerar också om att denne tillhandahåller service efter garantitiden.
10. Varorna bör skyddas för frakt.
11. För att utnyttja garantin ska du följa förfarandet på webbplatsen: <https://serwis.abisal.pl/>.

Om den sålda varan inte överensstämmer med avtalet har köparen enligt lag rätt till rättsmedel från och på bekostnad av säljaren. Garantin påverkar inte sådana rättsmedel.

UTRUSTNINGEN ÄR INTE AVSEDD FÖR REHABILITERING OCH TERAPI

ANTECKNINGAR OM REPARATIONSFÖRLOPPET

Ämne	Datum för anmälan	Datum för tillhandahållande	Reparationens förlopp	Mottagarens underskrift (butik, ägare)

ГАРАНТІЙНИЙ ТАЛОН

Найменування товару:.....

EAN код:.....

Дата продажу:.....

ГАРАНТІЙНІ УМОВИ:

1. Продавець від імені Гаранта надає гарантію на території Республіки Польща терміном на 24 місяці від дати продажу.
2. Гарантія буде виконана магазином або сервісним центром після пред'явлення покупцем - розбірливо і правильно заповненого гарантійного талона з печаткою та підписом продавця - дійсного документа, що підтверджує купівлю обладнання із зазначенням дати продажу/отримання, заявленого товару.
3. Будь-які дефекти і пошкодження, виявлені протягом гарантійного терміну, будуть безкоштовно усунені протягом максимум 21 дня з моменту доставки товару в сервіс.
4. У разі необхідності імпорту запчастин термін ремонту може бути продовжений на час, необхідний для їх імпорту, але не більше ніж на 90 днів.
5. Гарантія не поширюється на
 - механічні пошкодження і викликані ними дефекти,
 - пошкодження і дефекти, що виникли в результаті неправильного використання і зберігання
 - неправильного монтажу та обслуговування,
 - пошкодження та знос компонентів, таких як кабелі, реміні, гумові деталі, педалі, губки, колеса, підшипники тощо.
6. Гарантія втрачає чинність у разі
 - закінчення терміну придатності,
 - самостійного ремонту,
 - недотримання правил правильної експлуатації.
7. Виріб, що повертається в ремонт, повинен бути укомплектований і чистий. У разі виявлення дефектів сервісний центр має право відмовити в прийомі в ремонт. Якщо виріб доставлений брудним, сервісний центр може відмовити в його прийомі або провести чистку за рахунок замовника за його письмовою згодою.
8. Гарантія не поширюється на роботи з монтажу та технічного обслуговування, які, згідно з інструкцією з експлуатації, повинні виконуватися користувачем самостійно.
9. Гарант також повідомляє, що забезпечує післягарантійне обслуговування.
10. Товар повинен бути захищений для транспортування.
11. Для того, щоб скористатися гарантією, будь ласка, дотримуйтесь процедури на сайті: <https://serwis.abisal.pl/>.

У разі невідповідності проданої речі договору, покупець має право на законні засоби правового захисту від продавця і за його рахунок. Гарантія не впливає на такі засоби правового захисту.

ОБЛАДНАННЯ НЕ ПРИЗНАЧЕНЕ ДЛЯ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ТЕРАПІЇ

ПРИМІТКИ ПРО ХІД РЕМОНТУ

Пункт	Дата повідомлення	Дата надання	Хід ремонту	Підпис одержувача (магазин, власник)



HMS-FITNESS.COM



IMPORTER: **ABISAL SP. Z O.O.**, ul. Pyskowicka 17, 41-807 Zabrze, Polska

DISTRIBUTOR: ABISTORE SPORT S.R.O, U Cihelny 230/3, 74801 Hlučín, Česká Republika

SERVICE: serwis@abisal.pl

abisal@abisal.pl www.abisal.pl