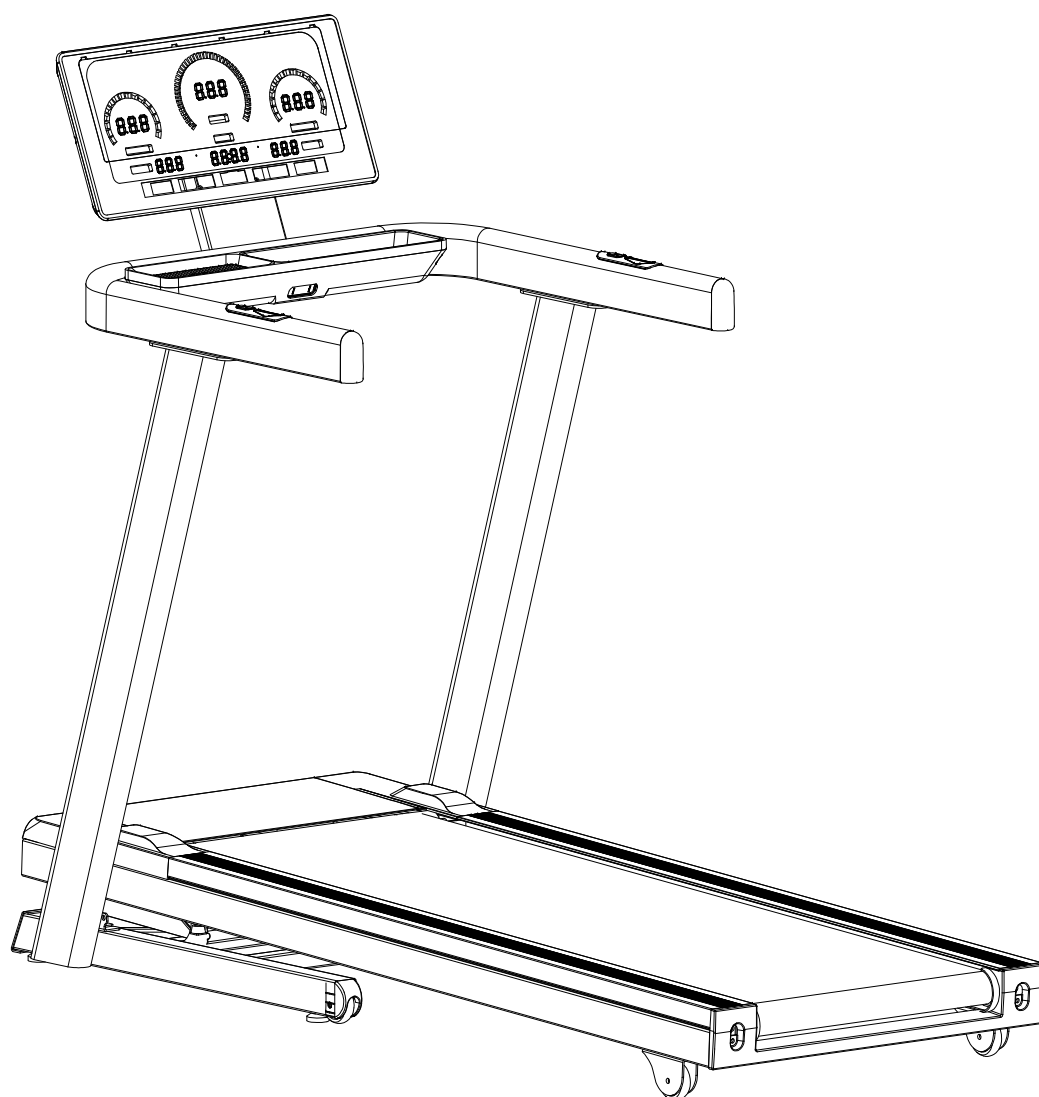
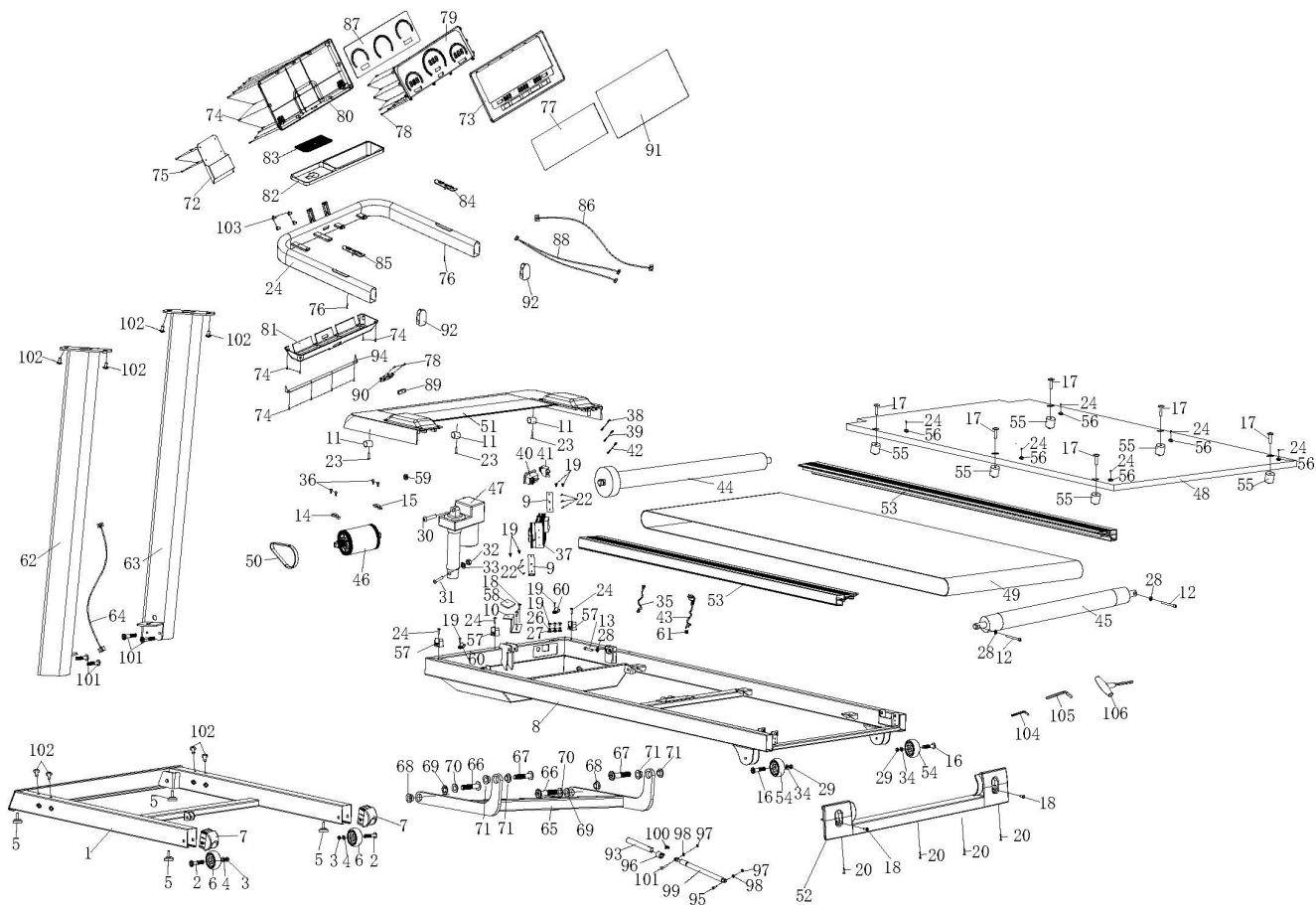


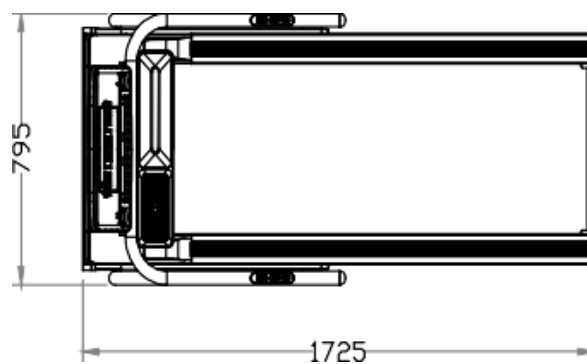
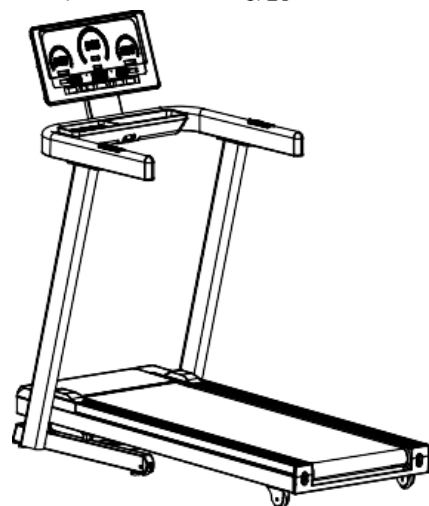
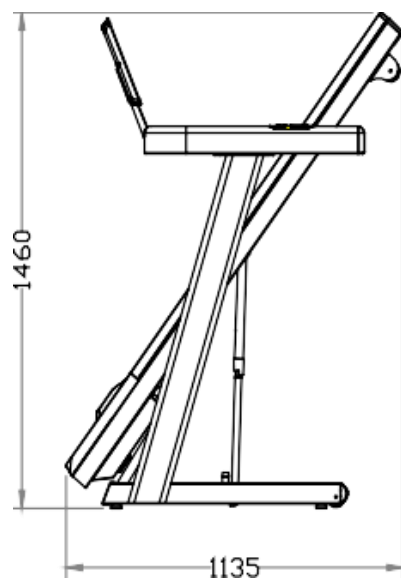
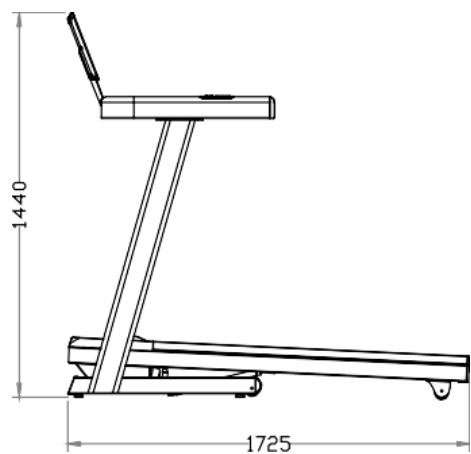
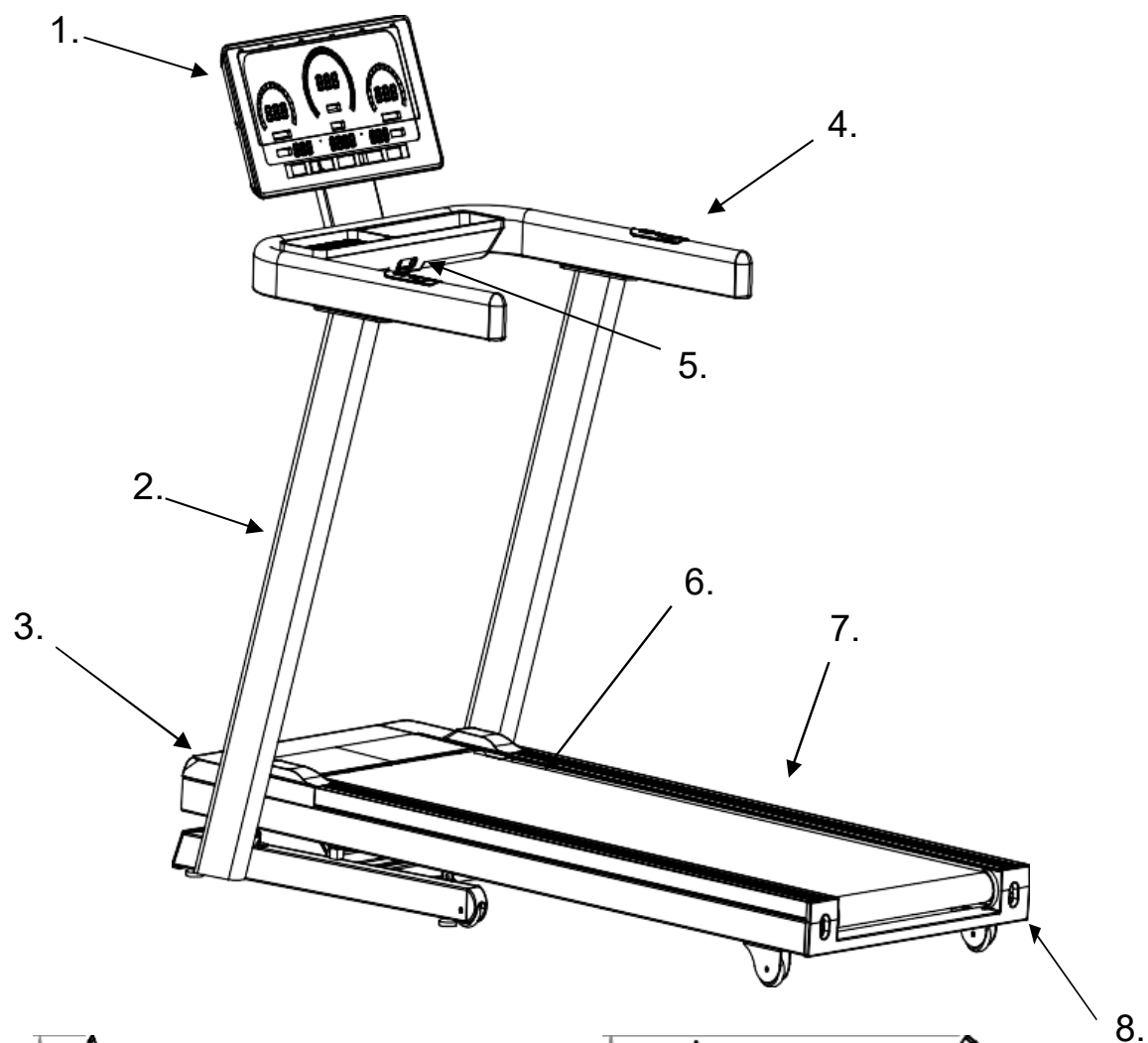
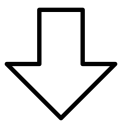


BE5838



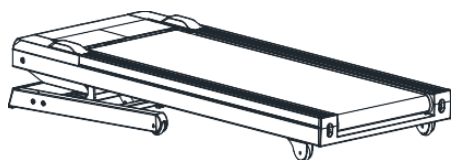
- 11. Manual instruction **EN**
- 19. Instrukcja obsługi **PL**
- 27. Návod k obsluze **CZ**
- 35. Manuel instruktion **DA**
- 43. Gebrauchsanweisung **DE**
- 51. Manual de instrucciones **ES**
- 59. Käsijuhend **ET**
- 67. Manuel d'instruction **FR**
- 75. Kézi utasítás **HU**
- 83. Manuale di istruzioni **IT**
- 91. Naudojimo instrukcijos **LT**
- 99. Rokasgrāmatas instrukcija **LV**
- 107. Handmatige instructie **NL**
- 115. Manual de instruções **PT**
- 123. Instrucțiuni manuale **RO**
- 131. Návod na obsluhu **SK**
- 139. Navodila za uporabo **SL**
- 147. Instruktionsbok **SV**
- 155. Інструкція з експлуатації **UK**



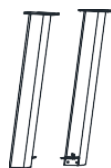




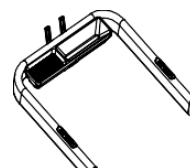
1)



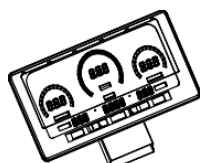
1.



2.



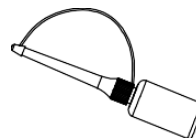
3.



4.

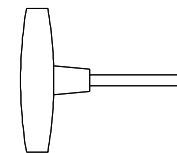
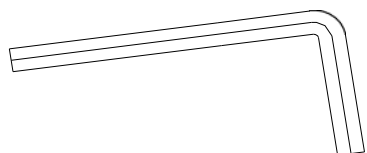
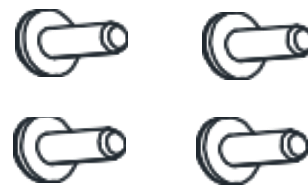
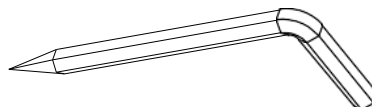
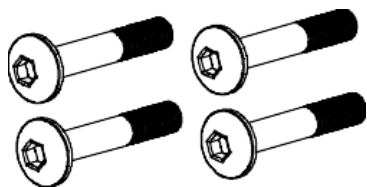


5.

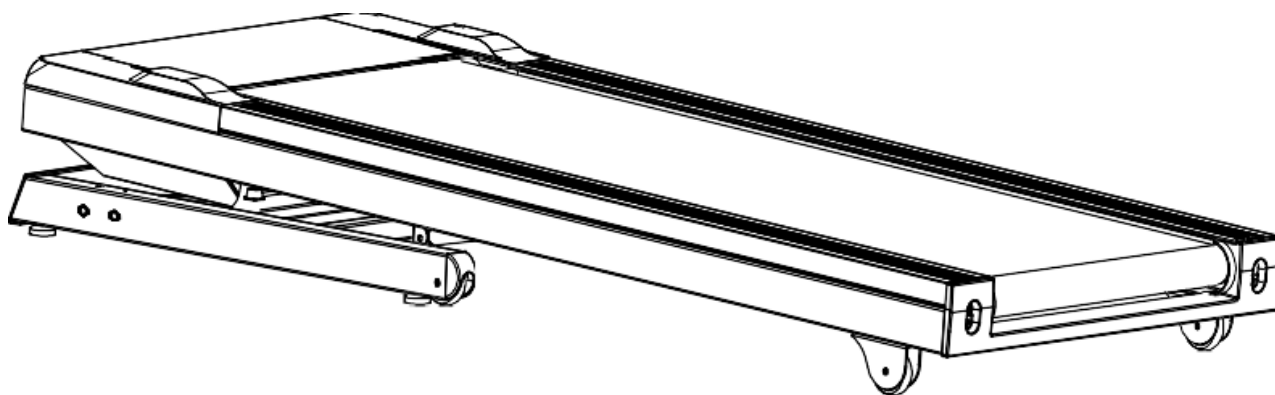


6.

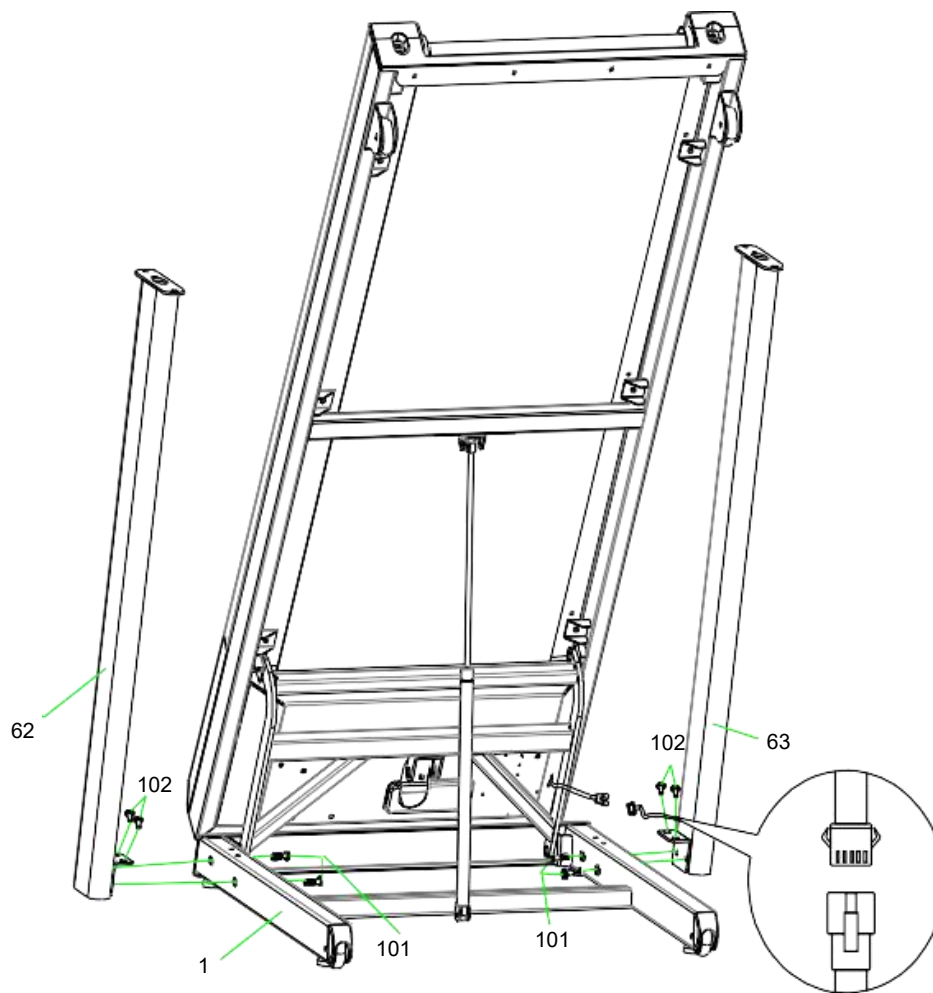
2)



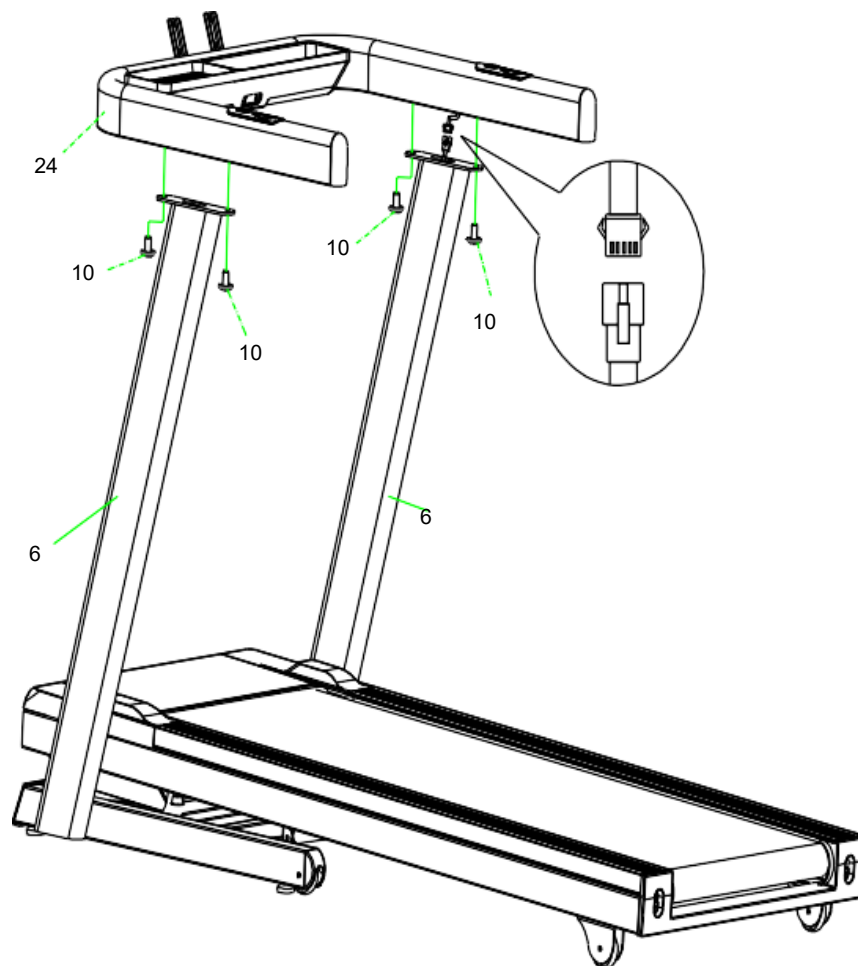
1.



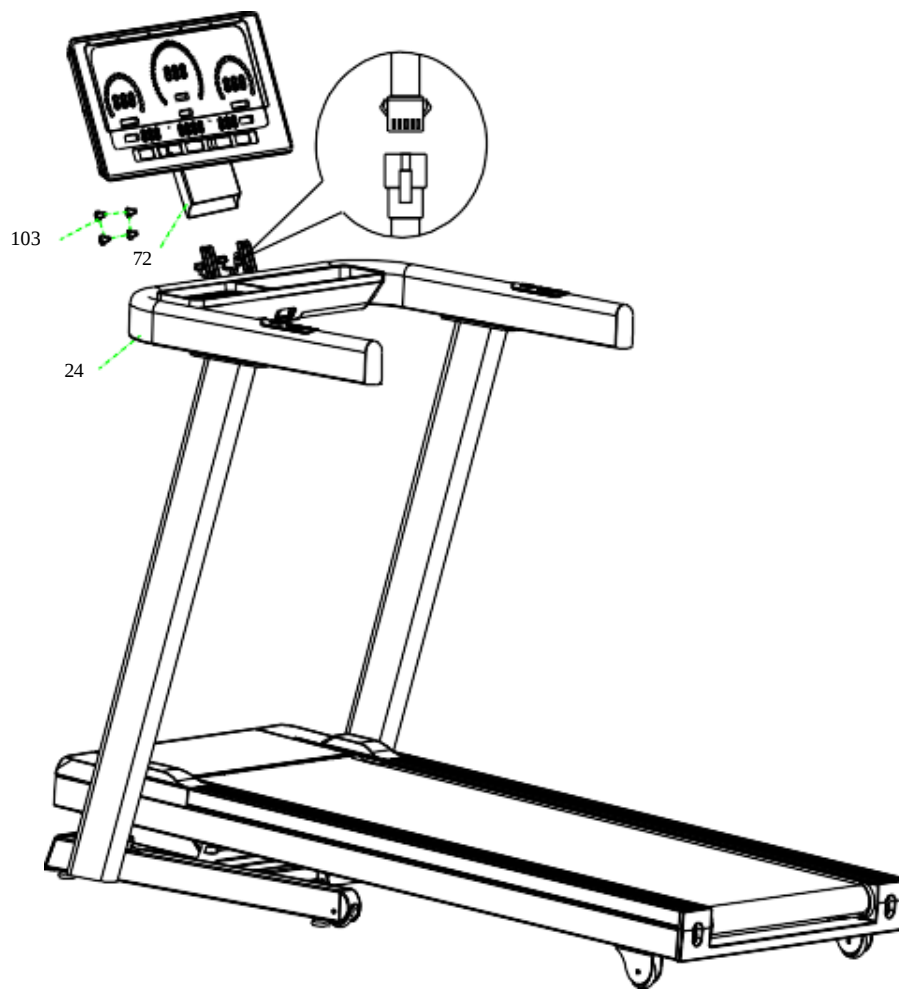
2.



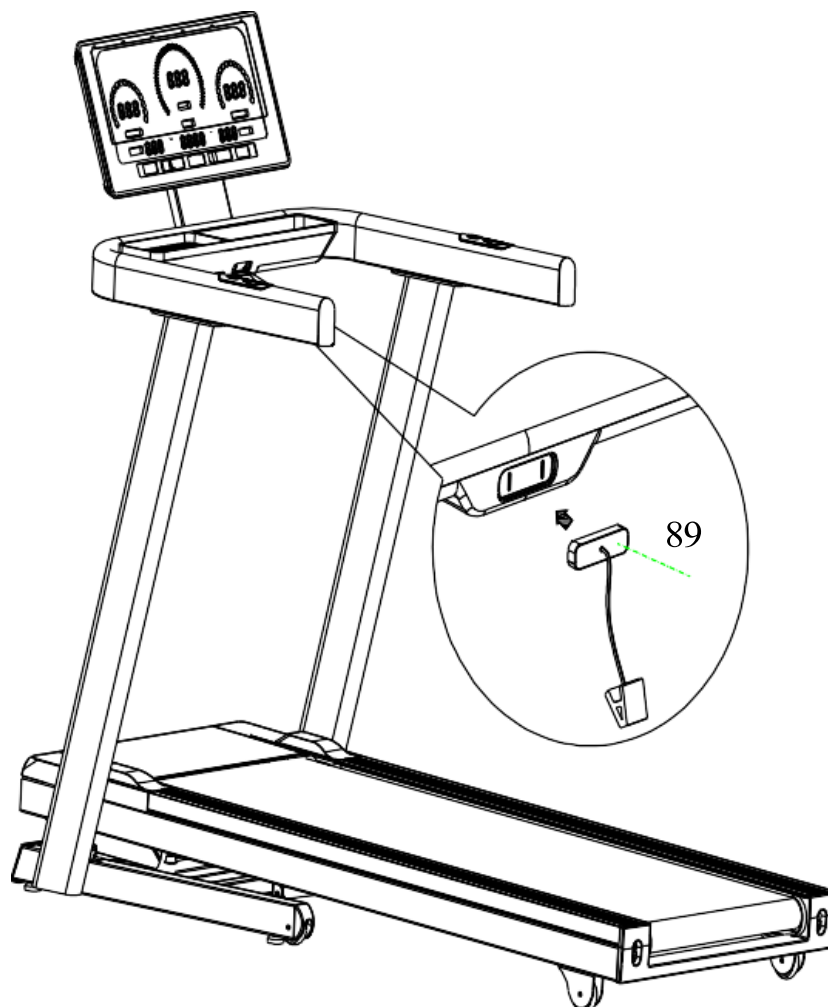
3.



4.



5.



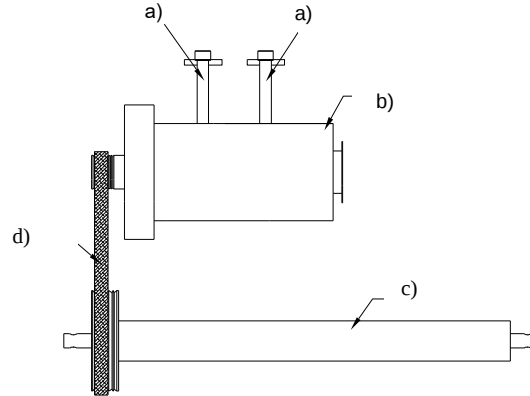
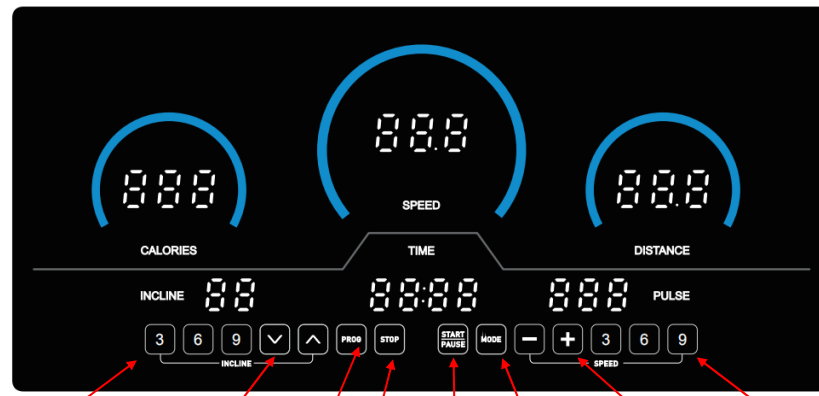


TABLE 1

SEG CLS PROG		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	3	3
P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	11	11	11	11	11	8	4	4
P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	12	8	4
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	8.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	11	7	7	10	10	6	6	6

TABLE 2

SEG	CLS	PROG	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED		0.6	1.8	3.1	3.1	3.1	4.3	4.3	3.1	1.8	1.2
	INCLINE		2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED		1.2	1.8	3.1	5	3.1	3.1	3.7	5	2.5	1.8
	INCLINE		3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED		1.2	1.8	4.3	5	3.1	3.1	3.1	5	2.5	1.8
	INCLINE		1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED		1.2	1.2	3.1	5	5	5	5.0	3.1	1.8	1.2
	INCLINE		3	3	9	9	9	9	6	2	2	2
P5	SPEED		1.8	2.5	5	5.6	6.2	6.2	6.2	4.3	2.5	1.8
	INCLINE		2	2	8	6	6	6	6	1	1	1
P6	SPEED		1.8	2.5	3.7	4.3	4.3	4.3	5.6	6.2	3.1	1.8
	INCLINE		1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED		1.8	2.5	2.5	6.2	2.5	5.6	2.5	6.8	1.8	1.2
	INCLINE		1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED		1.8	3.1	4.3	5.6	1.8	3.1	4.3	3.1	6.8	3.1
	INCLINE		3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED		1.8	4.3	6.2	2.5	4.3	6.8	3.1	2.5	7.5	3.7
	INCLINE		3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED		1.8	3.1	5.6	6.2	3.7	3.7	5.6	3.7	6.8	1.8
	INCLINE		2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED		2.5	3.1	6.8	5.6	3.7	5	5.6	6.8	3.7	3.1
	INCLINE		1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED		2.5	3.7	6.2	6.2	6.2	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE		3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED		1.2	2.5	3.7	3.7	3.7	5	5	3.7	2.5	1.8
	INCLINE		3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED		1.8	2.5	3.7	5.6	3.7	3.7	4.3	5.6	3.1	2.5
	INCLINE		4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED		1.8	2.5	5	5.6	3.7	3.7	3.7	5.6	3.1	2.5
	INCLINE		2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED		1.8	1.8	3.7	5.6	5.6	5.6	5.6	3.7	2.5	1.8
	INCLINE		4	4	10	100	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED		2.5	3.1	5.6	6.2	6.8	6.8	6.8	5	3.1	2.5
	INCLINE		3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED		2.5	3.1	4.3	5	5	5	6.2	6.8	3.7	2.5
	INCLINE		2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED		2.5	3.1	3.1	6.8	3.1	6.2	3.1	7.5	2.5	1.8
	INCLINE		2	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED		2.5	3.7	5	6.2	2.5	3.7	5	3.7	7.5	3.7
	INCLINE		4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED		2.5	5	6.8	3.1	5	7.5	3.7	3.1	7.5	4.3
	INCLINE		4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED		2.5	3.7	6.2	6.8	4.3	4.3	6.2	4.3	7.5	2.5
	INCLINE		3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED		3.1	3.7	7.5	6.2	4.3	5.6	6.2	7.5	4.3	3.7
	INCLINE		2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED		3.1	4.3	6.8	6.8	6.8	5	5	6.8	4.3	3.7
	INCLINE		4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED		1.8	3.1	4.3	4.3	4.3	5.6	5.6	4.3	3.1	2.5
	INCLINE		4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED		2.5	3.1	4.3	6.2	4.3	4.3	5	6.2	3.7	3.1
	INCLINE		5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED		2.5	3.1	5.6	6.2	4.3	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE		3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED		2.5	2.5	4.3	6.2	6.2	6.2	6.2	4.3	3.1	2.5
	INCLINE		5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED		3.1	3.7	6.2	6.8	7.5	7.5	7.5	5.6	3.7	3.1
	INCLINE		4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED		3.1	3.7	5	5.6	5.6	5.6	6.8	7.5	4.3	3.1
	INCLINE		3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED		3.1	3.7	3.7	7.5	3.7	6.8	3.7	7.5	3.1	2.5
	INCLINE		3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED		3.1	4.3	5.6	6.8	3.1	4.3	5.6	4.3	7.5	4.3
	INCLINE		5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED		3.1	5.6	7.5	3.7	5.6	7.5	4.3	3.7	7.5	5
	INCLINE		5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED		3.1	4.3	6.8	7.5	5	5	6.8	5	7.5	3.1
	INCLINE		4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED		3.7	4.3	7.5	6.8	5	6.2	6.8	7.5	5	4.3
	INCLINE		3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED		3.7	5	7.5	7.5	7.5	5.6	5.6	7.5	5	4.3
	INCLINE		5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

Thank you for purchasing this product! With its help you will easily take care of your better fitness, health and well-being.

Instructions for use

1. Plug the power cord into a grounded socket only. Do not use extension cords or adapters.
2. Make sure the treadmill stands firmly on a flat surface in a closed, dry room.
3. Before starting the treadmill, stand on the side steps and attach the safety key to your clothing.
4. Only one person can exercise on the treadmill at a time.
5. Wearing fitted sportswear and fitness shoes is recommended.
6. If necessary, adjust the speed of your workout using the controls.
7. When you have finished running, stop the treadmill using the "Stop" button or by pulling out the safety key.
8. Always switch off the power and unplug after exercising or before repositioning the machine.
9. Consult your doctor before exercising, especially if you have a chronic condition.
10. Clean the machine regularly with a dry cloth and avoid contact of components with water.
11. Do not use the treadmill immediately after a meal or when tired.
12. Continuous operation of the unit should not exceed 2 hours.
13. There should be min. 2000× 1000 mm of free space.
14. Always disconnect the unit from the power supply during maintenance.
15. In the event of unusual sounds, a burning smell, problems with the screen or belt movement, stop training immediately, disconnect the power supply and contact the service centre.

Warnings and prohibitions:

⚠ Do not use the treadmill:

- if you are undergoing medical treatment and do not have your doctor's approval,
- if you have heart problems, back problems, joint problems, osteoporosis or serious chronic diseases,
- during pregnancy, menstruation or when feeling unwell,
- if you have been drinking alcohol or are under the influence of drugs that impair your concentration,
- if the power cord is damaged or the socket is loose.

⚠ It is forbidden to:

- disassemble, modify or repair the treadmill yourself,
- use the appliance outdoors or in wet rooms (e.g. bathroom),
- turn the treadmill on or off with wet hands,
- jumping on or off the treadmill belt while the machine is running,
- use of the treadmill by children and people who are unconscious or have motor impairments.



- | | |
|---------------------|-----------------|
| 1. Console | 5. Safety key |
| 2. Vertical profile | 6. Running belt |
| 3. Motor cover | 7. Side belt |
| 4. Handle | 8. Rear cover |

Technical information

Size (mm)	Unfolded: 1700 x 790 x 145
	Folded: 1180 x 790 x 1450
Running belt (mm)	1420 x 500
Speed (km/h)	1-22



1) Packing list:

1. Main body
2. Profiles
3. Console frame
4. Console
5. Safety key
6. Silicone oil
7. Operating instructions
8. Screw set

2) Equipment list:

1. H Hex bolt with large flat head (M8 * 50 * 20) 4pcs.
2. L-shaped spanner S4 1pc
3. Hex head screw (M6*10)
4. L-shaped spanner S6 1pc.
5. Hex head screw M8×15 8pcs.
6. T-wrench 6×80



INSTALLATION:

Note: Do not completely tighten all screws during installation. Tighten all screws when components are fully installed.

Step 1: Remove the unit from the packaging and place it on a flat surface (as shown). Remove all bags and protective straps.

Step 2: As shown: keep the treadmill in an upright position, insert the vertical profile (62) into the corresponding place in the base (1) and then fix it with a hexagonal screw M8 × 50 × 20 (101) and further secure it with a screw M8 × 15 (102). Repeat the operation on the other side (63).

Step 3: As shown in the figure: after connecting the communication cable on the right side of the handrail frame, install the welded brackets (72) in the corresponding locations of the vertical posts (62) and (63) and secure them with a large M8 × 15 hexagon screw (102).

Step 4: After connecting the console signal cable, place the bracket (72) in the console frame (24) and secure it with M6 hex screws× 10 (103).

Step 5: Position the unit in the target location and tighten all fixing screws. Then attach the safety key (89) - the treadmill is ready for use!

1Lp.	Name	Quantity	Lp.	Name	Quantity
1	Welded base	1	54	Wheel $\Phi 62 \times \Phi 8.0 \times t22$	2
2	Hexagon bolt M8×50×20	2	55	Cylindrical cushion $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Hexagonal locking nut M8	2	56	Round guide block $\phi 25 \times \phi 5 \times 4.5$	10
4	Flat washer $\Phi 8$	2	57	Tape $\phi 16$ (white)	3
5	Bead (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	EVA pad (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Wheel $\Phi 62 \times \Phi 8.0 \times t22$	2	59	Magnetic ring $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7.5$	1
7	Blanking plug $40 \times 60 \times t2.0$	2	60	Cable clamp 3/8(UC-2)	1
8	Main frame	1	61	Power cable clamp SR-5R1	1
9	Controller mount	1	62	Left vertical profile 0.32 m'	1
10	Engine cover plate	1	63	Right vertical profile 0.32 m'	1
11	Fixed pipe of the engine cover $\Phi 16 \times t1.2 \times 23$	1	64	Communication cable SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Hexagon socket head cap screw M8×75	1	65	Frame	1
13	Hexagon socket head cap screw M8×60	2	66	Hexagon head screw M12× $\Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Motor mount plate A	2	67	Hex head flat head screw M10×25×15	2
15	Motor mount plate B	1	68	Nut $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Hexagon head screw flat M8×45×20	2	69	Bushing $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3.0$	2
17	Hexagon socket head cap screw M6×30× $\Phi 16$	4	70	Flat washer $\Phi 14$	2
18	Phillips screw with large flat head M5×10	2	71	Lifting shaft sleeve (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Cross recessed screw with large flat head M4×10	6	72	Console bracket welds	1
20	Self-tapping screw with large flat head with cross recess ST4×16	4	73	Display frame $498 \times 175 \times 10.1$	1
21	Large flat head screw with cross recess ST×10	7	74	Large flat head screw with cross recess ST4×16	19
22	Self-tapping screw with cross recess ST3×10	4	75	Countersunk screw ST4×15	4
23	Self-tapping countersunk screw ST4×15	2	76	Countersunk screw ST4×70	2
24	Welding of console frame	1	77	Element $t0.5 \times 490 \times 167$	1
25	Spring washer $\Phi 8$	3	78	Large flat head screw ST4×10	12
26	Spring washer $\Phi 5$	17	79	Panel 1136EA/571×27 7×10.8	1
27	Serrated lock washers $\Phi 5$	2	80	Back cover of the panel 1136EA/571×27 7×28	1
28	Flat washer $\Phi 8$	3	81	Upper cover	1
29	Lock nut hexagon M8	3	82	Lower cover	1
30	Hexagon head screw M10×35×20	3	83	Anti-slip washer	1
31	Hexagon head screw M10×65×20	2	84	Heart rate measurement	1
32	Hexagon head screw M10	1	85	Heart rate measurement 7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Flat washer $\Phi 10$	1	86	Communication cable SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Flat washer $\Phi 8$	1	87	Console 3338EA	1
35	Communication cable SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Hand-held communication cable for heart rate monitor 3330EA/L- 1000mm	1
36	Hexagon socket cylindrical full-thread bolt	2	89	Safety key J52×15×15 (L-700	1
37	Controller	1	90	Safety interlock socket J86×20×16	1
38	Cable L-300mm/1.5mm2/(Re d)	1	91	Acrylic panel $t1.0 \times 554 \times 260$	1
39	Cable L-300mm/1.5mm 2/(Black)	1	92	D-shaped plug DX40×80	2
40	Switch KCD4	1	93	One-way valve $\Phi 29 \times t1.2 \times 340$	1
41	Self-resetting switch 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Shields	1
42	Cable L-100mm/1.5mm2/(Re d)	1	95	Hexagon screw M8×30×20	1
43	Connector 3×1.0mm2×2000	1	96	Plug $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Front roller 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Retaining hexagon nut M8	2
45	Back roller 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Flat washer $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Brushless Motor	1	99	Rod $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8.2 \times 350N$	1
47	Tilt motor 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	fragment-1 $t0.6 \times 16.5 \times 43$	1
48	Running platform 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Hexagon head screw M8×50×2 0	4
49	Running belt $2930 \times 500 \times t1.6$	1	102	Flat head hexagon bolt M8×15	8
50	Strap 174 (442) PJ6	1	103	Hexagon head screw M6×10	4
51	Engine cover 3330EA $367.5 \times 673 \times 36.7$	1	104	L-shaped spanner 4*30*80	1
52	Rear cover $673 \times 93 \times 51$	1	105	L-shaped spanner 6*35*80	1
53	Side rail $87 \times 34.5 \times 1342$	2	106	T-shaped spanner 6*80	1

Tips and tricks

- **Warm-up:** Warm up for 5-10 minutes before each exercise session.
- **Breathing:** Do not hold your breath during exercise. Inhale through your nose and exhale through your mouth - firmly and smoothly. Breathing should be coordinated with movement.
- **Frequency:** The same muscle groups should be trained every 48 hours, or every other day, to allow time for recovery.
- **Load:** Adapt the intensity of the training to your physical condition. Muscle soreness is normal at the beginning, but will subside over time if exercise is continued.
- **Relaxation:** Take 5 minutes to relax after each session to keep your muscles strong and flexible.
- **Diet:** Don't start your workout immediately after a meal so as not to strain your digestive system. After exercising, wait at least 30 minutes before eating. Avoid drinking large quantities of water during your workout so as not to overload your heart and kidneys.
- **Stretching:** Whatever the intensity of your run, take care to stretch your muscles. First perform a warm-up - such as marching for 5-10 minutes - then stop and stretch each leg for at least 10 seconds, repeating the exercise five times. After your workout, repeat the stretching.

1. Forward bends

With your knees slightly bent, slowly lean forward, allowing your back and shoulders to relax and your hands to touch your toes. Hold for 10 to 15 seconds, then relax. Repeat 3 times (see figure 1).

2. Stretching the knee tendons

Sit on a clean cushion and straighten one leg. Draw the other leg in so that it is against the inside of the straightened leg. Try to touch your toes with your hands. Hold for 10 to 15 seconds, then relax. Repeat 3 times for each leg (see figure 2).

3. Stretching the calf and heel tendons

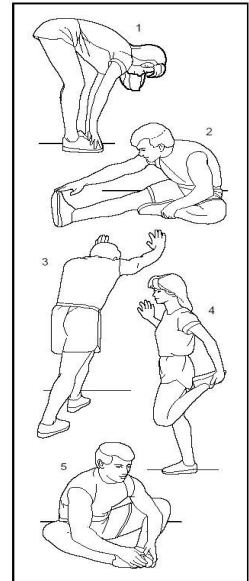
Lean on a wall or tree with two hands and , extend your calf backwards. Keep your back leg straight and your heels on the ground, leaning towards the wall or tree. Hold for 10 to 15 seconds and then relax. Repeat 3 times with each leg (see figure 3).

4. Stretching the quadriceps muscles

Lean against a wall or table with your left hand, then reach back with your right hand, grab your right ankle and slowly pull towards your hips until you feel the muscles in front of your thighs tense. Hold for 10-15 seconds and then relax. Repeat 3 times for each leg (see figure 4).

5. Stretching the muscles on the inside of the thighs

Sit with feet facing each other and knees facing outwards. Grasp your feet with both hands and draw them towards your groin. Hold for 10 to 15 seconds and then relax. Repeat 3 times (see figure 5).



Console panel instructions

- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| 1. Tilt shortcuts | 5. Start/Pause |
| 2. Leaning "up" and "down" | 6. Programme |
| 3. Programme | 7. Speed "up" and "down" |
| 4. Stop | 8. Speed shortcuts |

1. Programme P01 is a manual user programme, programmes P01-P36 are built-in automatic training programmes; ability to create profiles for 3 users and BMI calculation function.
2. LED display with 14 control buttons.
3. Built-in speed and distance unit conversion function (km↔ miles).
4. Speed range: 1.0-20.0 km/h (0.6-12.5 mph).
5. Inclination range: 0-15%.
6. Protection system: overload, over-current, over-speed, as well as electromagnetic interference protection and others.
7. Self-test function and display of error and fault codes.
8. Three configurable user modes.
9. Support for ERP function (efficient energy management).
10. Reminder function for lubrication (refuelling) of the running belt.

Window description

1. CALORIES - shows the number of calories burnt.
2. TIME - indicates the duration of your workout.
3. DISTANCE - displays the distance covered.
4. INCLINE - shows the current incline level.
5. PULSE - indicates the measured heart rate.
6. SPEED - shows the current speed.

Conversion of measurement units:

- 1) With the safety lock disconnected, press the "PROGRAM" and "MODE" buttons at the same time, the display will show 0.6, - distance shown in miles
- 2) With the safety lock disconnected, press the 'PROGRAM' and 'MODE' buttons simultaneously and the display will show 1.0, which is the conversion of miles to kilometres; distance given in kilometres

FUNCTIONS:

"PROG" - programme selection button: when stopped, it allows cyclic selection of programmes P01-P36, users U01-U03 and the BMI function.

"MODE" - operating mode:

When manual mode is selected, the default setting is normal mode.

Press the "MODE" button to switch between time countdown mode→ distance countdown→ calorie countdown→ normal mode. Also acts as a reset button - restores the default countdown interval (30 minutes) in programmes P01-P36.

"START" - start/pause button:

In stop mode, starts the treadmill. In run mode stops the device (pause). The pause function may not work if the treadmill is connected to Bluetooth.

"STOP" - stop/reset button:

While the machine is running, pressing the STOP button brings the machine to a gradual stop. When the display shows ERR, pressing the button clears this information.

"+" - speed increase button:

In stop mode or when measuring body fat, serves to increase the value of the set parameter. When the treadmill is running, it increases the speed.

"-" - speed decrease button:

In stop or fat measurement mode - reduces the set parameter value. In running mode - reduces the current running speed.

"QUICK SPEED" - Quick speed selection buttons (3, 6, 9 km/h):

In running mode, allow immediate setting of the set speed.

"▲" - incline increase button.

"▼" - button for decreasing the incline.

"QUICK INCLINE" - quick incline selection buttons (3, 6, 9%): When the treadmill is running, allow you to directly set a specific incline.

Emergency breakaway

Consists of a clip and a nylon cord. In any situation where the key is out of the socket, the treadmill will automatically stop working, console operation will be locked out and the screen will display "E-07" along with a beep. When the key is reinserted, the screen will display the status for 2 seconds and then the treadmill will enter the ready-to-operate mode.

USER programme: the system allows the creation of three individual profiles: USER1-USER3. To activate user mode, press the "PROG" and select USER1, USER2 or USER3. Then press "MODE" to enter the programme settings or immediately "START" to start training. In edit mode, 10 sections of the workout can be configured, specifying the speed and incline in each section. Once the settings are complete, press "START" to start the programme. The data will be saved automatically and will be available for subsequent sessions.

SAFETY KEY:

The safety key consists of a touch switch, a laundry clip and a nylon cord to prevent the machine from accidentally shutting down. Whenever the safety lock is out of the correct position, the treadmill stops running, operation of the console is locked and the screen displays 'E-07' along with an audible signal. When the lockout is correctly positioned, the screen is displayed for 2 seconds and then the treadmill enters the default operating mode.

User program - USER

USER mode allows you to set your own training programme. Three profiles are available: USER1, USER2 and USER3. To use this mode:

1. Press the "PROG" button to select USER1-USER3.
2. Press the "MODE" button to set up the programme, or "START" to start the workout.
3. Use the "MODE" button to set the 10 speed and incline angle sections.
4. When the settings are complete, press "START" to start the treadmill. The programme will be saved and will be available the next time you start it.

Safety guide

1. Plug the power cord plug into a grounded 10 A socket, turn on the power switch. A full display and a beep will appear on the screen. Next, connect the safety key.
2. Place the key on the console and attach the clip to your clothing at chest level. The screen will show the full display for 2 seconds and then switch to default mode: all values are reset to zero, settings reset, manual programme (P0) activated.
3. Press "PROG" to select programme P01-P36, U01-U03 or BMI.
4. The P0 programme is a manual mode with four possible training modes:
 - Mode 1: Incremental time - time, distance and calorie counter. Default: 1.0 km/h, incline 0.
 - Mode 2: Countdown time - range 5-99 min, default 30:00.
 - Mode 3: Distance countdown - range 1.0-99.0 km, default 1 km.
 - Mode 4: Calorie countdown - range 20-990 cal, default 50 cal. P01-P36 programs are system presets - all operate in countdown mode.
5. Programs P01-P36 are predefined system settings - all operate in countdown mode.
6. After setting the parameters, press "START". A 5-second countdown will be displayed, ending with a beep, after which the treadmill will start at an increasing speed.
7. During your workout, you can adjust the speed using the "+", "-" or "QUICK SPEED" buttons.
8. In programmes P01-P36, the speed is divided into 10 segments. Each segment lasts the same amount of time, depending on the total time. A segment change is signalled by three beeps 3 seconds before switching.
9. Press "START" during operation to switch between pause and run. Resuming will retain the saved settings.
10. Press "STOP" to stop the motor - the unit will return to its initial state.
11. The tilt angle can be adjusted with "+", "-" or "QUICK INCLINE".
12. Removal of the safety key will automatically stop the treadmill, display the message 'E-07' and trigger an audible signal.
13. The system constantly monitors safety - any error detected will result in stopping operation and an appropriate message.
14. To clear the error message, press "STOP".
15. BMI test (Asian version):
 - Press "PROG", select "BMI".
 - Set parameters F1-F5:
 - F1 - Gender (1: male, 2: female), default 1
 - F2 - Age: 1-99, default 25
 - F3 - Height (cm): 100-220, default 170
 - F4 - Weight (kg): 20-150, default 70
 - F5 - Start the test: Hold the heart rate sensors for 4 seconds - the screen will show the BMI result.
 - Interpretation (Asian norms):
 - <18 - slim
 - 18-24 - ideal weight
 - 25-28 - overweight
 - >29 - obese

16. BMI test (British method):

- Height (inches): 39-87, default 67
- Weight (pounds): 44-330, default 154
- Rest of parameters identical to above
- BMI result appears 4 seconds after placing hand on sensors

Energy saving function (ERP)

By default, the system starts up in ERP mode. If the treadmill is not in use, it enters sleep mode after approximately 4.5 minutes. To wake it up, press any button. In standby mode, hold down the "MODE" button for 3 seconds to turn the ERP off ("2222" will be displayed), and holding down the "MODE" button again turns the ERP back on ("1111" will be displayed).

Speed and incline table for automatic programmes P01-P36; metric (**TABLE 1**)

Speed and incline table for automatic programmes P01-P36; in inches (**TABLE 2**)

Problem code	Probable cause	Repair
System does not operate	A. Power is not connected or not switched on	Connect the power or set the power switch to the "NO" position
	B. Safety interlocks are not in place	Set the safety lock in the correct position
	C. Controller or console is not switched on	Replace the controller or console
	D. Poor line contact	Check system inputs and outputs and communication lines communication lines
Sudden stop in normal condition	A. Safety interlock has fallen out	Reinstall
	B. System error	Ask service technician to take care of it
Key failure	Key incorrect	Replace console or motherboard
E-01	A. Communication cable has poor connectivity	Reconnect the communication cable and check that the port is correctly connected or replace the communication cable.
	B. Faulty console	Change the console
	C. Faulty controller	Change controller
E-02	A. Faulty motor	Change the motor
	B. Motor cable is incorrectly connected to controller or controller is incorrectly connected.	Check and reconnect or replace controller
E-03	A. Photoelectric sensor is not correctly installed	Check and reconnect
	B. Bad photoelectric sensor	Replace photosensor
	C. Dirty photoelectric sensor or poor first contact	Check and reconnect/clean sensor
	D. Defective controller	Controller replacement
E-05	A. Defective controller	Replace controller
	B. Defective motor	Replace the motor
	C. Mechanical failure	Check that the oil or drum is not blocked.
E-07	Console does not detect the security lock signal	1. Check that the safety interlock is in place; 2. Reinstall the safety interlock mechanism;
No heart rate signal	A. Handle cable is not inserted in place or handle cable is not good	Check and connect or replace handle cable
	B. Electronic system circuit malfunction	Replace the console
Incomplete or missing console lines	A. Display is faulty	Replace motherboard or screen
	B. System failure	Console replacement

FOLDING AND MOVING THE TREADMILL:

1. Folding the treadmill

Disconnect the power supply before folding. Ensure that the incline of the treadmill is set to the lowest level. Raise the treadmill to an upright position - the connecting parts will automatically lock into the hydraulic system. Check that the connecting parts are indeed locked as shown in the illustration.

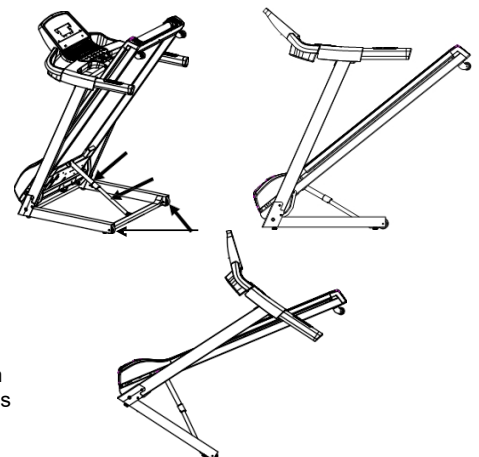
2. Setting up the treadmill

Choose a flat surface, free of obstructions, about 1 metre away from an electrical outlet. When unfolding, grasp the treadmill with both hands, step on the connector with your feet - the treadmill will slowly lower to the ground. During this time, the user should remain at a distance of approximately 1 metre until the unit has fully unfolded as shown.

3. Moving the treadmill Before moving the treadmill, ensure that:

- The power switch is set to "off".
- The power plug has been disconnected from the socket.
- The main frame has been properly assembled.

After reviewing the above instructions, grasp the end of the treadmill with one hand and the armrest on the same side with the other. Then, with the machine at a 40-50° angle to your chest, slowly move it, as shown.



GROUNDING GUIDE:

This product is equipped with a protective conductor and a grounded plug. The treadmill must be connected to a suitable earthing socket in accordance with local regulations.

Danger! If you are unsure whether the appliance has been correctly earthed, contact a qualified electrician or an authorised service centre. Do not modify the plug supplied with the product yourself. If the plug is not compatible, a qualified electrician should install the correct socket.

INSTRUCTIONS FOR USING THE TREADMILL

1. Turn the power on, unfold the treadmill in the lowest position and check that it is working properly.
2. Clip the safety cord to your clothing.
3. Make sure the treadmill is working properly and is stable before you start exercising. Do not stand directly on the treadmill belt when starting the treadmill. The correct start is to position yourself on the side rails with your hands resting on the handles. After pressing the "START" button and hold the handles, the treadmill will start after 5 seconds at a speed of 1.0 km/h. Then press the '+' button to increase the speed to 2.5-3.5 km/h - this is the optimum speed for running. Keep both hands on the handlebars and step gradually into the lane as you begin the exercise. Move at a pace consistent with the movement of the lane.
4. After a few minutes, you can increase the speed with the '+' button or decrease it with the '-' button while keeping your hands on the handles.
5. While running, you can also set a constant speed by selecting it directly from the panel.
6. Pressing the "STOP" button at any time stops the motor.
7. Using the preset modes Connect and switch on the power. Press the "SELECT" button to select the desired mode and then "START" to start it. At any time you can adjust the speed using the "+" or "-" buttons or stop the unit by pressing the "STOP".
8. Testing the HRC function When the machine is switched on, place your hands on the metal heart rate sensors - the HRC value will appear in the display window.

Note: Pulling out the safety button immediately stops the treadmill and deactivates the computer. A message will appear on the screen: "-----".

MAINTENANCE: Proper maintenance is critical to the reliable and safe operation of the treadmill. Neglecting it can lead to damage or shorten the life of the machine. All components should be inspected and tightened regularly. Worn parts should be replaced immediately.

LUBRICATION: The treadmill was lubricated at the factory during production. However, after a certain period of use, the running belt requires regular lubrication with a special silicone oil.

Recommendations for lubrication frequency:

- Use less than 3 hours per week - lubrication every 5 months
- Use 4-7 hours a week - lubrication every 2 months
- Use more than 7 hours a week - monthly lubrication

Note: Too frequent lubrication is not recommended. Proper lubrication is a key factor in the life and performance of the treadmill. To check if lubrication is needed, lift the sides of the treadmill belt and touch the rear, central part of the belt:

- If you can feel the silicone - lubrication is not necessary.
- If the surface is dry - carry out lubrication.

Lubrication instructions:

1. Stop the machine and fold the treadmill.
2. Lift the tread belt at the back of the main frame.
3. Holding the bottle as close to the centre of the belt as possible, spray silicone oil - on both sides. Run the treadmill at 1 km/h to distribute the oil evenly over the tread surface.

1. Adjusting the running belt

At the factory, the running belt is correctly adjusted. However, as a result of use, it can become loose, leading to breaks or slippage. In this case, tighten the adjustment screws - each half a turn to the left or right.

If the belt is too loose, it can slip on the pulley. Conversely, too much tension can overload the motor and damage the motor, belt, rollers or other components.

2. Belt deflection adjustment

Although the belt is set at the factory, it can shift after time. The most common causes are:

- Unstable treadmill alignment,
- Running with an offset to the side,
- Uneven distribution of foot pressure.

If the misalignment is not permanent, running the treadmill for a few minutes without load can restore balance. If necessary, make a manual adjustment using a 6 mm allen key - turning the screw half a turn.

Example 1: belt slides to the left→ Tighten left screw (clockwise)→ Or loosen right screw (counterclockwise)

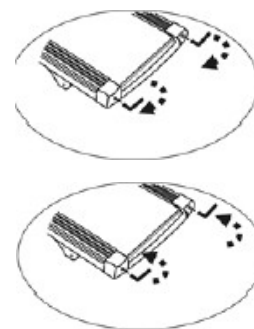
Example 2: the belt moves to the right→ Tighten the right screw (clockwise)→ Or loosen the left screw (counterclockwise)

ADJUSTMENT KEY:

Clockwise = tightening Counterclockwise= loosening
The belt always moves to the side that is looser.

Tips:

Run the treadmill at low speed before each adjustment. Do not over-tighten the screws.
Observe the operation of the belt after each adjustment.
Belt deflections are not covered by the warranty and are the responsibility of the user.
Unverified and uncorrected deflections can lead to serious damage.





3. Adjusting the drive (motor) belt

The drive belts are preset at the factory, but can become loose over time, leading to slippage. Adjustment:

1. Use a spanner to turn the adjustment screw counterclockwise.
2. The adjustment range should ensure a smooth transmission without slippage.

Note: Clean the belts and pulley grooves regularly to ensure smooth operation of the drive system.

a) Adjustment screw; b) Motor; c) Front roller; d) Belt

Typical faults and repair methods:

Problem	Probable causes	Maintenance methods
Treadmill does not work	A. It is unplugged	Plug it into an outlet
	B. The safety key is not seated	Insert the security key into the panel
	C. Open signal circuit	Check controller input and signal line
	D. power supply is not switched on	Set the power switch to the NO position
	E. Fuse has blown	Replace the fuse
Does not move smoothly	A. Insufficient lubrication	Use of methyl silicone oil based grease
	B. Running bands are too tight	Adjust running bands for tightness
The running belt has slipped	A. Running belt is too loose	Adjust running bands for tightness
	B. Belt is loose	Adjust drive belt tension

Fault code	Error description	Troubleshooting
E 1	Incorrect communication between controller and console after power up.	The controller has entered an error state - start-up is not possible. The console displays an error code and emits three beeps. Possible causes: - communication between the controller and the console is blocked - check the connection of the communication line, - make sure that each core is fully inserted, - if the communication line is damaged, replace it.
E 3	The motor cable has not been connected correctly.	The unit has been switched off due to an error - the console buzzer will emit 9 beeps and the display will show the error code. If the unit returns to normal after shutdown, it may go into standby mode and restart. Possible causes: - the motor cable has not been connected correctly - check the connection, - the controller may be faulty - check that it does not emit a characteristic smell of burnt components; replace controller if necessary.
	No signal from the speed sensor - the control voltage at the output to the DC motor is reduced. Unit does not receive motor speed feedback for more than 3 seconds.	The unit has been switched off due to an error - the console buzzer will emit 9 beeps and the display will show the error code. After 10 seconds of shutdown, the unit can go into standby mode and be restarted. Possible causes: - no signal from the speed sensor for more than 3 seconds - check that the sensor plug is correctly connected and undamaged, - if necessary reconnect the plug or replace the sensor.
E 4	Slope	Check that the induction cable of the elevator motor is correctly connected. For reliable connection - disconnect and reconnect the connector. Check that the elevator motor AC power cable is correctly connected and that the AC cables of both the elevator motor and the controller are properly marked. Inspect the condition of the motor connection cable - if damaged, replace it or the entire elevator motor. At Finally, press the teach button on the controller to start the teaching process again.
E 5	Overcurrent protection - during operation, the system detected that the DC motor current exceeded the rated value by more than 6 A for more than 3 seconds.	The unit has been switched off due to an error - the console buzzer will emit 9 beeps and the display will show the error code. It is possible to restart the unit in standby mode 10 seconds after shutdown. Possible causes: - the motor current exceeded the rated value - the system activated the self-defence mechanism has been activated, - possible mechanical blockage of the treadmill preventing rotation of the motor, - excessive mechanical load leading to an increase in current consumption. Recommended actions: - check and adjust the treadmill to allow the unit to operate correctly, - if the motor makes unusual noises or smells burning - replace the motor or the controller, - check that the power supply is stable and compatible with the required voltage - if necessary, test the system with the correct input voltage.
E 6	Explosion protection - pulse protection: Incorrect supply voltage or incorrect motor operation (etc.) can lead to damage to the drive motor circuit.	The unit has been switched off due to an error - the console buzzer will emit 9 beeps and the display will show the error code. 10 seconds after switching off, the unit will enter standby mode and it will be possible to restart it. Possible causes: - the supply voltage is less than 50% of the rated value - use the correct voltage and test the unit again, - the controller may be faulty - if there is a burning smell, replace the controller, - motor wires may be disconnected or loose - check connections and reconnect cables again.



Bluetooth APP for treadmills



Bluetooth connection supports AnyRun, Zwift and Kinomap



AnyRun

Download, register and log in to the AnyRun app, go to the settings page: Click Settings, which is in the bottom right corner, click Devices, the app will detect Bluetooth codes, select a Bluetooth code that is the same as the code marked on the equipment console and pair.

Zwift

Download, register and log in to the Zwift app, go to the settings page:

Under PAIRED DEVICES, click RUN for the treadmill; then click POWER SOURCE and a pop-up menu will appear, select the Bluetooth code that is the same as the code marked on the equipment console and select OK to pair.

NOTE: Zwift remembers the devices used in a previous session and may attempt to pair with those devices if they are present and available. If you see paired devices you don't want to use, you can simply deselect them and select the device you want to pair.

Kinomap

Download, register and log in to the Kinomap app, access the settings page: click More in the bottom right corner, click Equipment management, click + in the top right area, select a treadmill;

Then select the Bluetooth brand of your choice, e.g. Anyrun etc.; Click content in the Interactive section, the app will detect the equipment found, select the Bluetooth code that is the same as the code marked on the equipment console, then click ADD NEW EQUIPMENT, the successfully added equipment will appear.



WAŻNE INSTRUKCJE DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Dziękujemy za zakup tego produktu! Z jego pomocą w prosty sposób zadbasz o lepszą kondycję, zdrowie i samopoczucie.

Podręcznik użytkownika

1. Podłącz przewód zasilający wyłącznie do gniazdka z uziemieniem. Nie używaj przedłużaczy ani adapterów.
2. Upewnij się, że bieżnia stoi stabilnie na płaskiej powierzchni w zamkniętym, suchym pomieszczeniu.
3. Przed uruchomieniem bieżni stań na bocznych stopniach i przypnij klucz bezpieczeństwa do ubrania.
4. Na bieżni może ćwiczyć tylko jedna osoba jednocześnie.
5. Zalecane jest noszenie dopasowanej odzieży sportowej i butów fitness.
6. W razie potrzeby dostosuj prędkość treningu za pomocą przycisków sterujących.
7. Po zakończeniu biegu zatrzymaj bieżnię przyciskiem „Stop” lub wyciągając klucz bezpieczeństwa.
8. Zawsze wyłącz zasilanie i odłącz wtyczkę po zakończeniu ćwiczeń lub przed przestawieniem urządzenia.
9. Przed przystąpieniem do ćwiczeń skonsultuj się z lekarzem, zwłaszcza jeśli masz schorzenia przewlekłe.
10. Regularnie czyść urządzenie suchą szmatką i unikaj kontaktu elementów z wodą.
11. Nie używaj bieżni bezpośrednio po posiłku ani w stanie zmęczenia.
12. Czas nieprzerwanej pracy urządzenia nie powinien przekraczać 2 godzin.
13. Wokół urządzenia należy zapewnić min. 2000 × 1000 mm wolnej przestrzeni.
14. Podczas konserwacji zawsze odłącz urządzenie od zasilania.
15. W przypadku nietypowych dźwięków, zapachu spalenizny, problemów z ekranem lub ruchem pasa natychmiast zakończ trening, odłącz zasilanie i skontaktuj się z serwisem.

Ostrzeżenia i zakazy:

⚠ Nie używaj bieżni:

- jeśli jesteś w trakcie leczenia i nie masz zgody lekarza,
- jeśli masz problemy z sercem, kręgosłupem, stawami, osteoporozą lub poważne choroby przewlekłe,
- w ciąży, w czasie miesiączki lub przy złym samopoczuciu,
- po spożyciu alkoholu lub pod wpływem leków osłabiających koncentrację,
- jeśli przewód zasilający jest uszkodzony lub gniazdko poluzowane.

⚠ Zabrania się:

- samodzielnego rozkładania, modyfikowania lub naprawiania bieżni,
- używania urządzenia na zewnątrz lub w wilgotnych pomieszczeniach (np. łazienka),
- włączania lub wyłączania bieżni mokrymi rękami,
- skakania lub schodzenia z pasa podczas pracy urządzenia,
- używania bieżni przez dzieci i osoby nieprzytomne lub z zaburzeniami motorycznymi.



- | | |
|--------------------|-------------------------|
| 1. Konsola | 5. Klucz bezpieczeństwa |
| 2. Profil pionowy | 6. Pas bieżny |
| 3. Pokrywa silnika | 7. Pas boczny |
| 4. Uchwyt | 8. Tylna pokrywa |

Informacje techniczne

Rozmiar (mm)	Rozłożony: 1700 x 790 x 145
	Złożony: 1180 x 790 x 1450
Pas bieżny (mm)	1420 x 500
Prędkość (km/h)	1-22



1) Lista pakowania:

1. Główny korpus
2. Profile
3. Rama konsoli
4. Konsola
5. Klucz bezpieczeństwa
6. Olej silikonowy
7. Instrukcja obsługi
8. Zestaw śrub

2) Lista sprzętu:

1. Śruba sześciokątna z dużym płaskim łbem (M8 * 50 * 20) 4 szt.
2. Klucz w kształcie litery L S4 1szt
3. Śruba z łbem sześciokątnym (M6*10)
4. Klucz imbusowy typu L S6 1szt.
5. Śruba sześciokątna z łbem płaskim M8×15 8szt.
6. Klucz w kształcie litery T 6×80

MONTAŻ:

Uwaga: Nie dokręcaj całkowicie wszystkich śrub podczas instalacji. Dokręć wszystkie śruby po całkowitym zainstalowaniu komponentów.

Krok 1: Wyjmij urządzenie z opakowania i umieść je na płaskiej powierzchni (zgodnie z ilustracją). Usuń wszystkie worki oraz pasy ochronne.

Krok 2: Jak pokazano: utrzymuj bieżnię w pozycji pionowej, włóż profil pionowy (62) do odpowiedniego miejsca w podstawie (1), a następnie przymocuj go za pomocą sześciokątnej śruby M8 × 50 × 20 (101) oraz dodatkowo zabezpiecz śrubą M8 × 15 (102). Powtórz operację po drugiej stronie (63).

Krok 3: Jak przedstawiono na rysunku: po podłączeniu przewodu komunikacyjnego po prawej stronie ramy poręczy, zainstaluj uchwyty spawane (72) w odpowiednich miejscach słupków pionowych (62) i (63), a następnie zabezpiecz je dużą sześciokątną śrubą M8 × 15 (102).

Krok 4: Po podłączeniu przewodu sygnałowego konsoli, umieść uchwyt (72) w ramie konsoli (24) i zamocuj go za pomocą śrub sześciokątnych M6 × 10 (103).

Krok 5: Ustaw urządzenie w docelowym miejscu i dokręć wszystkie śruby mocujące. Następnie załóż klucz bezpieczeństwa (89) — bieżnia jest gotowa do użytku!

Nr	Nazwa	Ilość	Nr	Nazwa	Ilość
1	Podstawa spawana	1	54	Koło $\Phi 62 \times \Phi 8.0 \times t22$	2
2	Śruba sześciokątna M8×50×20	2	55	Poduszka cylindryczna $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Sześciokątna nakrętka Zabezpieczająca M8	2	56	Okragły blok prowadzący $\phi 25 \times \phi 5 \times 4.5$	10
4	Podkładka płaska $\Phi 8$	2	57	Taśma $\phi 16$ (white)	3
5	Stopka (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	Podkładka EVA (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Koło $\Phi 62 \times \Phi 8.0 \times t22$	2	59	Pierścień magnetyczny $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7.5$	1
7	Zaślepka $40 \times 60 \times t2.0$	2	60	Zacisk kabla 3/8(UC-2)	1
8	Rama główna	1	61	Zacisk kabla zasilającego SR-5R1	1
9	Uchwyt kontrolera	1	62	Lewy profil pionowy 0.32 m	1
10	Płyta pokrywowy silnika	1	63	Prawy profil pionowy 0.32 m	1
11	Stała rura pokrywowy silnika $\Phi 16 \times t1.2 \times 23$	1	64	Lina komunikacyjna SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Śruba z łbem walcowym Sześciokątnym M8×75	1	65	Rama	1
13	Śruba z łbem walcowym Sześciokątnym M8×60	2	66	Śruba z łbem sześciokątnym M12× $\Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Płyta mocująca silnik A	2	67	Śruba z łbem sześciokątnym płaskim M10×25×15	2
15	Płyta mocująca silnik B	1	68	Nakrętka $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 14 \times 3$	2
16	Śruba z łbem sześciokątnym Płaskim M8×45×20	2	69	Tuleja $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3.0$	2
17	Śruba z łbem sześciokątnym Stożkowym M6×30× $\Phi 16$	4	70	Podkładka płaska $\Phi 14$	2
18	Śruba krzyżakowa z dużym płaskim łbem M5×10	2	71	Tuleja wału podnoszącego (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Śruba z wgłębieniem krzyżowym z dużym płaskim łbem M4×10	6	72	Spawy uchwytu konsoli	1
20	Śruba samogwintująca z dużym, płaskim łbem z wgłębieniem krzyżowym ST4×16	4	73	Rama wyświetlacza $498 \times 175 \times 10.1$	1
21	Duży wkręt z płaskim łbem z wgłębieniem krzyżowym STx10	7	74	Duży wkręt z łbem płaskim z wgłębieniem krzyżowym ST4×16	19
22	Śruba samogwintująca z wgłębieniem krzyżowym ST3×10	4	75	Śruba z łbem stożkowym ST4 ×15	4
23	Śruba samogwintująca z łbem stożkowym ST4×15	2	76	Śruba z łbem stożkowym ST4×70	2
24	Spawy ramy konsoli	1	77	Element t0.5×490×167	1
25	Podkładka sprężynowa $\Phi 8$	3	78	Wkręt krzyżowy z dużym płaskim łbem gwintowanym ST4×10	12
26	Podkładka sprężynowa $\Phi 5$	17	79	Panel 1136EA/571×27 7×10.8	1
27	Ząbkowane podkładki zabezpieczające $\Phi 5$	2	80	Tylna pokrywa panelu 1136EA/571×27 7×28	1
28	Podkładka płaska $\Phi 8$	3	81	Górna pokrywa	1
29	Nakrętka zabezpieczająca sześciokątna M8	3	82	Dolna pokrywa	1
30	Śruba z łbem sześciokątnym M10×35×20	3	83	Podkładka antypoślizgowa	1
31	Śruba z łbem sześciokątnym M10×65×20	2	84	Pomiar tętna	1
32	Śruba z łbem sześciokątnym M10	1	85	Pomiar tętna 7239EA/L- 50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Podkładka płaska $\Phi 10$	1	86	Lina komunikacyjna SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Podkładka płaska $\Phi 8$	1	87	Konsola 3338EA	1
35	Lina komunikacyjna SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Ręczny przewód do komunikacji z pulsometrem 3330EA/L- 1000mm	1
36	Śruba z łbem sześciokątnym z pełnym gwintem	2	89	Klucz bezpieczeństwa J52×15×15 (L-700	1
37	Sterownik	1	90	Gniazdo blokady bezpieczeństwa J86×20×16	1
38	Przewód L-300mm/1.5mm2/(Re d)	1	91	Panel akrylowy $t1.0 \times 554 \times 260$	1
39	Przewód L-300mm/1.5mm 2/(Black)	1	92	Wtyczka w kształcie litery D DX40×80	2
40	Przełącznik KCD4	1	93	Zawór jednokierunkowy $\Phi 29 \times t1.2 \times 340$	1
41	Przełącznik samoresetujący 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Oslony	1
42	Przewód L-100mm/1.5mm2/(Re d)	1	95	Śruba sześciokątna M8×30×20	1
43	Wtyczka 3×1.0mm2×2000	1	96	Zatyczka $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Wałek przedni 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Nakrętka zabezpieczająca sześciokątna M8	2
45	Wałek tylny 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Płaska podkładka $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Silnik bezszczotkowy	1	99	Pręt $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8.2 \times 350N$	1
47	Silnik nachylenia 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	odłamek-1 $t0.6 \times 16.5 \times 43$	1
48	Platforma bieżna 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Śruba z łbem sześciokątnym M8×50×2 0	4
49	Pas bieżny 2930×500×t1.6	1	102	Śruba z łbem sześciokątnym płaskim M8×15	8
50	Pasek 174 (442) PJ6	1	103	Śruba z łbem sześciokątnym M6×10	4
51	Pokrywa silnika 3330EA $367.5 \times 673 \times 36.7$	1	104	Klucz w kształcie litery L 4*30*80	1
52	Tylna pokrywa 673×93×51	1	105	Klucz w kształcie litery L 6*35*80	1
53	Szyna boczna $87 \times 34.5 \times 1342$	2	106	Klucz w kształcie litery T 6*80	1

Porady i wskazówki dotyczące ćwiczeń

- **Rozgrzewka:** Rozgrzewaj się przez 5–10 minut przed każdą sesją treningową.
- **Oddychanie:** Podczas ćwiczeń nie należy wstrzymywać oddechu. Wdychaj powietrze nosem, a wydychaj ustami – mocno i płynnie. Oddychanie powinno być skoordynowane z ruchem.
- **Częstotliwość:** Te same grupy mięśni powinny być trenowane co 48 godzin, czyli co drugi dzień, aby zapewnić czas na regenerację.
- **Obciążenie:** Dostosuj intensywność treningu do swojej kondycji fizycznej. Ból mięśni na początku jest normalny, ale z czasem ustępuje, jeśli ćwiczenia są kontynuowane.
- **Relaks:** Po każdej sesji poświęć 5 minut na relaksację, by mięśnie pozostały silne i elastyczne.
- **Dieta:** Nie zaczynaj treningu bezpośrednio po posiłku, aby nie obciążać układu trawienego. Po ćwiczeniach odczekaj co najmniej 30 minut przed jedzeniem. Podczas treningu unikaj picia dużych ilości wody, aby nie przeciążać serca i nerek.
- **Rozciąganie:** Niezależnie od intensywności biegu, zadbaj o rozciągnięcie mięśni. Najpierw wykonaj rozgrzewkę – np. marsz przez 5–10 minut – a następnie zatrzymaj się i rozciągaj każdą nogę co najmniej 10 sekund, powtarzając ćwiczenia pięciokrotnie. Po treningu powtórz rozciąganie.

1. Skłony w przód

Z lekko ugiętymi kolanami powoli pochyl się do przodu, pozwalając plecom i barkom rozluźnić się, a dłoniom dotknąć palców stóp. Przytrzymaj przez 10 do 15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz 3 razy (patrz rysunek 1).

2. Rozciąganie ścięgien podkolanowych

Usiądź na czystej poduszce i wyprostuj jedną nogę. Przyciągnij drugą nogę tak, aby przylegała do wewnętrznej strony wyprostowanej nogi. Spróbuj dotknąć palców stóp dłońmi. Przytrzymaj przez 10 do 15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz 3 razy dla każdej nogi (patrz rysunek 2).

3. Rozciąganie ścięgien tydek i pięt

Oprzyj się dwiema rękami na ścianie lub drzewie i, wysuń tydkę do tyłu. Trzymaj tylną nogę wyprostowaną, a pięty na ziemi, pochylając się w kierunku ściany lub drzewa. Przytrzymaj przez 10 do 15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz 3 razy z każdą nogą (patrz rysunek 3).

4. Rozciąganie mięśni czworogłowych

Oprzyj się lewą ręką o ścianę lub stół, a następnie sięgnij prawą ręką do tyłu, chwyć prawą kostkę i powoli pociągnij w kierunku bioder, aż poczujesz napięcie mięśni przed udami. Przytrzymaj przez 10–15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz 3 razy dla każdej nogi (patrz rysunek 4).

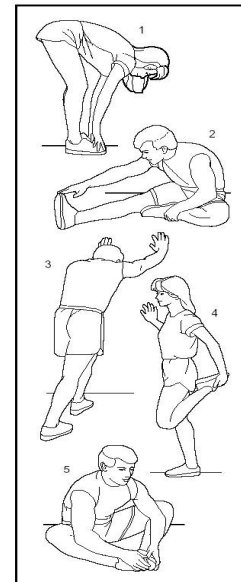
5. Rozciąganie mięśni po wewnętrznej stronie ud

Usiądź ze stopami skierowanymi do siebie i kolanami skierowanymi na zewnątrz. Chwyć stopy obiema rękami i przyciągnij do pachwiny. Przytrzymaj przez 10 do 15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz 3 razy (patrz rysunek 5).

Instrukcja panelu konsoli

1. Skróty nachylenia
2. Pochylenie "w górę" i "w dół"
3. Program
4. Stop

5. Start/Pauza
6. Program
7. Prędkość "w górę" i "w dół"
8. Skróty prędkości



1. Program P01 to ręczny program użytkownika, programy P01–P36 to wbudowane automatyczne programy treningowe; możliwość utworzenia profilu dla 3 użytkowników oraz funkcja obliczania BMI.
2. Wyświetlacz LED z 14 przyciskami sterującymi.
3. Wbudowana funkcja konwersji jednostek prędkości i dystansu (km ↔ mile).
4. Zakres prędkości: 1,0–20,0 km/h (0,6–12,5 mph).
5. Zakres nachylenia: 0–15%.
6. System zabezpieczeń: przeciążeniowe, nadprądowe, przeciwwybuchowe, przed nadmierną prędkością, a także ochrona przed zakłóceniami elektromagnetycznymi i inne.
7. Funkcja autotestu oraz wyświetlanie kodów błędów i usterek.
8. Trzy konfigurowalne tryby użytkownika.
9. Obsługa funkcji ERP (efektywne zarządzanie energią).
10. Funkcja przypomnienia o konieczności smarowania (tankowaniu) pasa biegowego.

Opis okien

1. CALORIES – pokazuje ilość spalonych kalorii.
2. TIME – wskazuje czas trwania treningu.
3. DISTANCE – wyświetla przebyty dystans.
4. INCLINE – prezentuje aktualny poziom nachylenia.
5. PULSE – wskazuje zmierzone tętno.
6. SPEED – pokazuje aktualną prędkość.

Konwersja jednostek miary:

- 1) Po odłączeniu blokady bezpieczeństwa naciśnij jednocześnie przyciski "PROGRAM" i "MODE", na wyświetlaczu pojawi się 0,6, - dystans podany w milach
- 2) Po odłączeniu blokady bezpieczeństwa naciśnij jednocześnie przyciski "PROGRAM" i "MODE", a na wyświetlaczu pojawi się 1,0, co oznacza przeliczenie mil na kilometry; dystans podany w kilometrach

FUNKCJE:

„PROG” – przycisk wyboru programu: w stanie zatrzymania umożliwia cykliczny wybór programów P01–P36, użytkowników U01–U03 oraz funkcji BMI.

„MODE” – tryb pracy:

Po wybraniu trybu ręcznego domyślnym ustawieniem jest tryb normalny.

Naciskaj przycisk „MODE”, aby przełączać się między trybem odliczania czasu → odliczaniem dystansu → odliczaniem kalorii → trybem normalnym. Działa również jako przycisk resetu – przywraca domyślny interwał odliczania (30 minut) w programach P01–P36.

„START” – przycisk start/pauza:

W trybie zatrzymania uruchamia bieżnię. W trakcie pracy zatrzymuje urządzenie (pauza). Funkcja pauzy może nie działać, jeśli bieżnia jest połączona z Bluetooth.

„STOP” – przycisk zatrzymania/resetu:

Podczas pracy urządzenia naciśnięcie przycisku STOP powoduje jego stopniowe zatrzymanie. Gdy na wyświetlaczu pojawia się komunikat ERR, naciśnięcie przycisku kasuje tę informację.

„+” – przycisk zwiększania prędkości:

W trybie zatrzymania lub podczas pomiaru tkanki tłuszczowej służy do zwiększania wartości ustawionego parametru. Podczas pracy bieżni zwiększa prędkość.

„-” – przycisk zmniejszania prędkości:

W trybie zatrzymania lub pomiaru tłuszczu – zmniejsza ustawioną wartość parametru. W trybie pracy – zmniejsza aktualną prędkość biegu.

„QUICK SPEED” – przyciski szybkiego wyboru prędkości (3, 6, 9 km/h):

W trakcie pracy umożliwiają natychmiastowe ustawienie zadanej prędkości.

„▲” – przycisk zwiększania nachylenia.

„▼” – przycisk zmniejszania nachylenia.

„QUICK INCLINE” – przyciski szybkiego wyboru nachylenia (3, 6, 9%): Podczas pracy bieżni umożliwiają bezpośrednie ustawienie konkretnego stopnia nachylenia.

Klucz bezpieczeństwa:

Zrywka awaryjna - składa się z klipsa oraz nylonowej linki. W każdej sytuacji, gdy klucz znajduje się poza gniazdem, bieżnia automatycznie przestaje działać, obsługa konsoli zostaje zablokowana, a na ekranie pojawia się komunikat „E-07” wraz z sygnałem dźwiękowym. Po ponownym włożeniu klucza ekran wyświetli status przez 2 sekundy, a następnie bieżnia przejdzie w tryb gotowości do pracy.

Program UŻYTKOWNIKA: System umożliwia utworzenie trzech indywidualnych profili: USER1–USER3. Aby aktywować tryb użytkownika, naciśnij przycisk „PROG” i wybierz USER1, USER2 lub USER3. Następnie naciśnij „MODE”, aby przejść do ustawień programu lub od razu „START”, by rozpocząć trening. W trybie edycji można skonfigurować 10 sekcji treningu, określając prędkość oraz nachylenie w każdej z nich.

Po zakończeniu ustawień naciśnij „START”, aby uruchomić program. Dane zostaną zapisane automatycznie i będą dostępne przy kolejnych sesjach.

KLUCZ BEZPIECZEŃSTWA:

Klucz bezpieczeństwa składa się z przełącznika dotykowego, spinacza do bielizny oraz nylonowej linki, które zapobiegają przypadkowemu wyłączeniu urządzenia. W każdej sytuacji, gdy blokada bezpieczeństwa znajduje się poza prawidłową pozycją, bieżnia zatrzymuje pracę, obsługa konsoli zostaje zablokowana, a na ekranie pojawia się komunikat „E-07” wraz z sygnałem dźwiękowym. Po poprawnym ustawieniu blokady ekran zostaje wyświetlony przez 2 sekundy, a następnie bieżnia przechodzi do domyślnego trybu roboczego.

Program użytkownika – USER

Tryb USER umożliwia ustawienie własnego programu treningowego. Dostępne są trzy profile: USER1, USER2 i USER3. Aby skorzystać z tego trybu:

1. Naciśnij przycisk „PROG”, aby wybrać USER1–USER3.
2. Naciśnij przycisk „MODE”, aby skonfigurować program, lub „START”, aby rozpocząć trening.
3. Za pomocą przycisku „MODE” ustaw 10 sekcji prędkości i kąta nachylenia.
4. Po zakończeniu ustawień naciśnij „START”, aby uruchomić bieżnię. Program zostanie zapisany i będzie dostępny przy kolejnym uruchomieniu.

Przewodnik bezpieczeństwa

1. Podłącz wtyczkę przewodu zasilającego do uziemionego gniazda 10 A, włącz przełącznik zasilania. Na ekranie pojawi się pełny wyświetlacz i sygnał dźwiękowy. Następnie podłącz klucz bezpieczeństwa.
2. Umieść klucz na konsoli, a spinacz przymocuj do ubrania na wysokości klatki piersiowej. Ekran przez 2 sekundy pokazuje pełen wyświetlacz, a następnie przechodzi do trybu domyślnego: wszystkie wartości są wyzerowane, ustawienia zresetowane, program ręczny (P0) aktywowany.
3. Naciśnij „PROG”, aby wybrać program P01–P36, U01–U03 lub BMI.
4. Program P0 to tryb manualny z czterema możliwymi trybami treningu:
 - Tryb 1: Czas narastający – licznik czasu, dystansu i kalorii. Domyślnie: 1,0 km/h, nachylenie 0.
 - Tryb 2: Odliczanie czasu – zakres 5–99 min, domyślnie 30:00.
 - Tryb 3: Odliczanie dystansu – zakres 1,0–99,0 km, domyślnie 1 km.
 - Tryb 4: Odliczanie kalorii – zakres 20–990 cal, domyślnie 50 cal. Programy P01–P36 to predefiniowane ustawienia systemowe – wszystkie działają w trybie odliczania.
5. Programy P01–P36 to predefiniowane ustawienia systemowe – wszystkie działają w trybie odliczania.
6. Po ustawieniu parametrów naciśnij „START”. Wyświetlone zostanie 5-sekundowe odliczanie zakończone sygnałem dźwiękowym, po czym bieżnia rozpocznie pracę z narastającą prędkością.
7. Podczas treningu możesz regulować prędkość przyciskami „+”, „-” lub „QUICK SPEED”.
8. W programach P01–P36 prędkość podzielona jest na 10 segmentów. Każdy segment trwa tyle samo, zależnie od całkowitego czasu. Zmiana segmentu sygnalizowana jest trzema dźwiękami na 3 sekundy przed przełączeniem.
9. Naciśnij „START” w trakcie działania, aby przełączać między pauzą a pracą. Wznowienie zachowa zapisane ustawienia.
10. Naciśnij „STOP”, aby zatrzymać silnik – urządzenie wróci do stanu początkowego.
11. Kąt nachylenia można regulować za pomocą „+”, „-” lub „QUICK INCLINE”.
12. Usunięcie klucza bezpieczeństwa automatycznie zatrzyma bieżnię, wyświetli komunikat „E-07” i uruchomi sygnał dźwiękowy.
13. System stale monitoruje bezpieczeństwo – każde wykrycie błędu skutkuje zatrzymaniem pracy i odpowiednim komunikatem.
14. Aby usunąć komunikat o błędzie, naciśnij „STOP”.
15. Test BMI (wersja azjatycka):
 - Naciśnij „PROG”, wybierz „BMI”.
 - Ustaw parametry F1–F5:
 - F1 – Płeć (1: mężczyzna, 2: kobieta), domyślnie 1
 - F2 – Wiek: 1–99, domyślnie 25
 - F3 – Wzrost (cm): 100–220, domyślnie 170
 - F4 – Waga (kg): 20–150, domyślnie 70
 - F5 – Rozpocznij test: Przytrzymaj czujniki tętna przez 4 sekundy – ekran pokaże wynik BMI.
 - Interpretacja (normy azjatyckie):
 - <18 – szczupła
 - 18–24 – masa idealna
 - 25–28 – nadwaga
 - >29 – otyłość

16. Test BMI (metoda brytyjska):

- Wysokość (cale): 39–87, domyślnie 67
- Waga (funty): 44–330, domyślnie 154
- Reszta parametrów identyczna jak wyżej
- Wynik BMI pojawi się po 4 sekundach od umieszczenia dłoni na czujnikach

Funkcja oszczędzania energii (ERP)

System domyślnie uruchamia się w trybie ERP. Jeśli bieżnia nie jest używana, po ok. 4,5 minuty przechodzi w tryb uśpienia. Aby ją wybudzić, naciśnij dowolny przycisk. W trybie czuwania przytrzymaj przycisk „MODE” przez 3 sekundy, aby wyłączyć ERP (wyświetli się „2222”), a ponowne przytrzymanie przycisku „MODE” włącza ERP ponownie (wyświetli się „1111”).

Tabela prędkości i nachylenia dla programów automatycznych P01-P36; metryczna (TABELA 1)

Tabela prędkości i nachylenia dla programu automatycznego P01-P36; w calach (TABELA 2)

Kod problemu	Prawdopodobna przyczyna	Naprawa
System nie działa	A. Zasilanie nie jest podłączone lub nie jest włączone	Podłącz zasilanie lub ustaw przełącznik zasilania w pozycji "NO"
	B. Blokada bezpieczeństwa nie są założone	Ustaw blokadę bezpieczeństwa we właściwej pozycji
	C. Kontroler lub konsola nie są włączone	Wymień kontroler lub konsolę
	D. Słaby kontakt z linią	Sprawdź wejścia i wyjścia systemu oraz linie komunikacyjne
Nagle zatrzymanie w normalnym stanie	A. Wypadła blokada bezpieczeństwa	Ponownie zainstaluj
	B. Błąd systemu	Poproś serwisanta, aby się tym zajął
Awaria kluczy	Klucz nieprawidłowy	Wymień konsolę lub płytę główną
E-01	A. Kabel komunikacyjny ma słabą łączność	Podłącz ponownie kabel komunikacyjny i sprawdź, czy port jest prawidłowo podłączony lub wymień kabel komunikacyjny.
	B. Wadliwa konsola	Zmień konsolę
	C. Wadliwy kontroler	Zmień kontroler
E-02	A. Wadliwy silnik	Zmień silnik
	B. Kabel silnika jest nieprawidłowo podłączony do sterownika lub sterownik jest nieprawidłowo podłączony.	Sprawdź i podłącz ponownie lub wymień kontroler
E-03	A. Czujnik fotoelektryczny nie jest prawidłowo zainstalowany	Sprawdź i podłącz ponownie
	B. Zły czujnik fotoelektryczny	Wymiana fotosensora
	C. Zabrudzony czujnik fotoelektryczny lub słaby pierwszy kontakt	Sprawdź i ponownie podłączyć/wyczyścić czujnik
	D. Wadliwy kontroler	Wymiana kontrolera
E-05	A. Uszkodzony kontroler	Wymień kontroler
	B. Uszkodzony silnik	Wymień silnik
	C. Awaria mechaniczna	Sprawdź, czy olej lub bęben nie są zablokowane.
E-07	Konsola nie wykrywa sygnału blokady bezpieczeństwa	1. Sprawdź, czy blokada bezpieczeństwa jest założona; 2. Ponownie zainstalować mechanizm blokady bezpieczeństwa;
Brak sygnału tętna	A. Przewód uchwytu nie jest włożony na miejsce lub przewód uchwytu nie jest dobry	Sprawdź i podłącz lub wymień przewód uchwytu
	B. Usterka obwodu systemu elektronicznego	Wymień konsolę
Niekompletne lub brakujące linie konsoli	A. Wyświetlacz jest uszkodzony	Wymiana płyty głównej lub ekranu
	B. Awaria systemu	Wymiana konsoli

SKŁADANIE I PRZENOSZENIE BIEŻNI:

1. Składanie bieżni

Przed rozpoczęciem składania należy odłączyć zasilanie. Upewnij się, że nachylenie bieżni jest ustawione na najniższy poziom. Unieś bieżnię do pozycji pionowej – części łączące automatycznie zostaną zablokowane w układzie hydraulicznym. Sprawdź, czy elementy łączące rzeczywiście zostały zablokowane, jak pokazano na ilustracji.

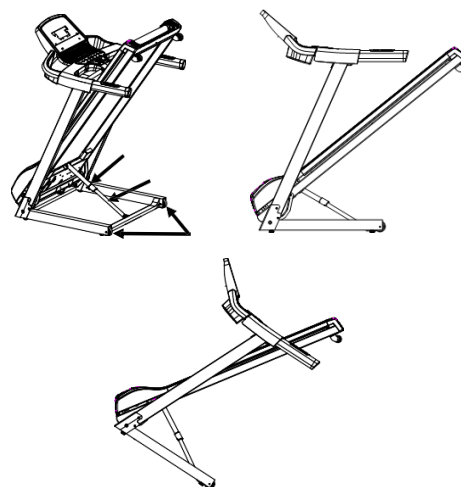
2. Rozkładanie bieżni

Wybierz płaską powierzchnię, wolną od przeszkód, oddaloną o około 1 metr od gniazdka elektrycznego. Podczas rozkładania chwyć bieżnię obiema rękami, nadepnij stopami na łącznik – bieżnia powoli opuści się na podłoże. W tym czasie użytkownik powinien pozostawać w odległości około 1 metra, aż urządzenie całkowicie się rozłoży, zgodnie z ilustracją.

3. Przenoszenie bieżni Przed przystąpieniem do przenoszenia upewnij się, że:

- Wyłącznik zasilania jest ustawiony na "wyłączony".
- Wtyczka zasilająca została odłączona od gniazdka.
- Główna rama została odpowiednio złożona.

Po zapoznaniu się z powyższymi instrukcjami, chwyć jedną ręką koniec bieżni, a drugą — podłokietnik po tej samej stronie. Następnie, gdy urządzenie jest nachylone pod kątem 40–50° względem klatki piersiowej, powoli je przesunij, zgodnie z ilustracją.



PRZEWODNIK PO UZIEMIENIU:

Ten produkt jest wyposażony w przewód ochronny oraz wtyczkę z uziemieniem. Bieżnię należy podłączyć do odpowiedniego gniazda uziemiającego, zgodnego z lokalnymi przepisami.

Niebezpieczeństwo! Jeśli nie masz pewności, czy urządzenie zostało prawidłowo uziemione, skontaktuj się z wykwalifikowanym elektrykiem lub autoryzowanym serwisem. Nie wolno samodzielnie modyfikować wtyczki dołączonej do produktu. W przypadku niezgodności wtyczki z gniazdem, odpowiednie gniazdo powinien zainstalować wykwalifikowany elektryk.

INSTRUKCJE UŻYTKOWANIA BIEŻNI

1. Włącz zasilanie, rozłóż bieżnię w najniższej pozycji i sprawdź, czy działa prawidłowo.
2. Przypnij linkę zabezpieczającą do ubrania.
3. Przed rozpoczęciem ćwiczeń upewnij się, że bieżnia działa prawidłowo i jest stabilna. Nie wolno stawać bezpośrednio na pasie bieżni podczas jej uruchamiania. Prawidłowe rozpoczęcie polega na ustawieniu się na bocznych szynach z rękami opartymi na uchwytach. Po naciśnięciu przycisku „START” i przytrzymaniu uchwytów bieżnia uruchomi się po 5 sekundach z prędkością 1,0 km/h. Następnie naciśnij przycisk „+”, aby zwiększyć prędkość do 2,5–3,5 km/h — to optymalna prędkość do biegu. Trzymaj obie ręce na kierownicy i wchodź stopniowo na pas, rozpoczynając ćwiczenie. Poruszaj się w tempie zgodnym z ruchem pasa.
4. Po kilku minutach możesz zwiększyć prędkość przyciskiem „+” lub zmniejszyć ją przyciskiem „-”, trzymając ręce na uchwytach.
5. W trakcie biegu możesz także ustawić stałą prędkość, wybierając ją bezpośrednio z panelu.
6. Naciśnięcie przycisku „STOP” w dowolnym momencie zatrzymuje silnik.
7. Korzystanie z trybów wstępnych Podłącz i włącz zasilanie. Naciśnij przycisk „WYBIERZ”, aby wybrać odpowiedni tryb, a następnie „START”, by rozpocząć jego działanie. W każdej chwili możesz dostosować prędkość za pomocą przycisków „+” lub „-” lub zatrzymać urządzenie, naciskając „STOP”.
8. Testowanie funkcji HRC Po włączeniu urządzenia połóż dłoń na metalowych czujnikach tętna – wartość HRC pojawi się w oknie wyświetlacza.

Uwaga: Wyciągnięcie przycisku bezpieczeństwa natychmiast zatrzymuje bieżnię i dezaktywuje komputer. Na ekranie pojawi się komunikat: „-----”.

KONSERWACJA: Prawidłowa konserwacja ma kluczowe znaczenie dla niezawodnego i bezpiecznego działania bieżni. Zaniedbanie jej może prowadzić do uszkodzeń lub skrócenia żywotności urządzenia. Wszystkie elementy powinny być regularnie kontrolowane i dokręcane. Zużyte części należy niezwłocznie wymienić.

SMAROWANIE: Bieżnia została nasmarowana fabrycznie podczas produkcji. Jednak po pewnym czasie użytkowania pas bieżni wymaga regularnego smarowania specjalnym olejem silikonowym.

Zalecenia dotyczące częstotliwości smarowania:

- Użytkowanie poniżej 3 godzin tygodniowo – smarowanie co 5 miesięcy
- Użytkowanie 4–7 godzin tygodniowo – smarowanie co 2 miesiące
- Użytkowanie powyżej 7 godzin tygodniowo – smarowanie co miesiąc

Uwaga: Zbyt częste smarowanie nie jest zalecane. Prawidłowe smarowanie to kluczowy czynnik wpływający na trwałość i wydajność bieżni. Aby sprawdzić, czy smarowanie jest potrzebne, unieś boki pasa bieżnego i dotknij jego tylnej, środkowej części:

- Jeśli wyczuwalny jest silikon — smarowanie nie jest konieczne.
- Jeśli powierzchnia jest sucha — należy przeprowadzić smarowanie.

Instrukcja smarowania:

1. Zatrzymaj urządzenie i złóż bieżnię.
2. Unieś pas bieżni z tyłu ramy głównej.
3. Trzymając butelkę możliwie blisko środka pasa, rozpyl olej silikonowy — po obu stronach.
4. Uruchom bieżnię z prędkością 1 km/h, aby równomiernie rozprowadzić olej po powierzchni bieżnej.

1. Regulacja pasa bieżnego

Fabrycznie pas jezdny jest prawidłowo ustawiony. Jednak w wyniku użytkowania może się poluzować, co prowadzi do przerw w działaniu lub poślizgu. W takim przypadku należy dokręcić śruby regulacyjne — każdą o pół obrotu w lewo lub w prawo.

Jeśli pas jest zbyt luźny, może ślizgać się po rolce. Z kolei zbyt mocne naprężenie może przeciążyć silnik i spowodować uszkodzenie silnika, pasa, rolek lub innych komponentów.

2. Regulacja odchylenia pasa

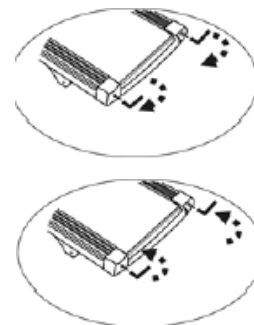
Choć pas jest ustawiony fabrycznie, po czasie może się przesunąć. Najczęstsze przyczyny to:

- Niestabilne ustawienie bieżni,
- Bieganie z przesunięciem na bok,
- Nierówne rozkładanie nacisku stopami.

Jeśli odchylenie nie jest trwałe, kilkuminutowa praca bieżni bez obciążenia może przywrócić równowagę. W razie potrzeby dokonaj ręcznej regulacji przy użyciu 6 mm klucza imbusowego — obracając śrubę o pół obrotu.

Przykład 1: pas przesunął się w lewo → Dokręć lewą śrubę (zgodnie z ruchem wskazówek zegara) → Lub poluzuj prawą śrubę (przeciwnie do ruchu wskazówek zegara)

Przykład 2: pas przesunął się w prawo → Dokręć prawą śrubę (zgodnie z ruchem wskazówek zegara) → Lub poluzuj lewą śrubę (przeciwnie do ruchu wskazówek zegara)

**KLUCZ DO REGULACJI:**

Zgodnie z ruchem wskazówek zegara = dokręcanie
Przeciwnie do ruchu wskazówek zegara = luzowanie
Pas przesunął się zawsze w stronę, która jest bardziej poluzowana.

Wskazówki:

Uruchom bieżnię na niskiej prędkości przed każdą regulacją.
Nie dokręcaj śrub zbyt mocno.
Po każdej regulacji obserwuj działanie pasa.
Odchylenia pasa nie są objęte gwarancją i leżą w gestii użytkownika.
Niezwyfikowane i nieskorygowane odchylenia mogą doprowadzić do poważnych uszkodzeń.



3. Regulacja paska napędowego (silnikowego)

Paski napędowe są ustawione fabrycznie, jednak z czasem mogą się poluzować, co prowadzi do poślizgu. Regulacja:

1. Za pomocą klucza obróć śrubę regulacyjną przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.
2. Zakres regulacji powinien zapewniać płynne przenoszenie napędu bez poślizgu.

Uwaga: Regularnie czyść paski i rowki kół pasowych, aby zapewnić sprawne działanie układu napędowego.

a) Śruba regulacji; b) Śilnik; c) Rolka przednia; d) Pasek

Typowe usterki i metody naprawy:

Problem	Prawdopodobne przyczyny	Metody konserwacji
Bieżnia nie działa	A. Jest odłączona	Podłącz do gniazdka
	B. Klucz bezpieczeństwa nie jest osadzony	Włóż klucz zabezpieczający do panelu
	C. Otwarty układ sygnałowy	Sprawdź wejście sterownika i linię sygnałową
	D. Zasilacz nie jest włączony	Ustaw wyłącznik zasilania w pozycji NO
	E. Bezpiecznik się przepalił	Wymień bezpiecznik
Nie porusza się płynnie	A. Niewystarczające smarowanie	Stosowanie smaru na bazie oleju metylosilikonowego
	B. Paski do biegania są zbyt ciasne	Dostosuj opaski do biegania pod kątem szczelności
Pas biegowy się ześlizgnął	A. Pas bieżny jest zbyt luźny	Dostosuj opaski do biegania pod kątem szczelności
	B. Pasek jest luźny	Wyreguluj napięcie paska napędowego

Kod błędu	Opis błędu	Rozwiązywanie problemów
E 1	Nieprawidłowa komunikacja pomiędzy sterowaniem a konsolą po włączeniu zasilania.	Kontroler przeszedł w stan błędu – uruchomienie jest niemożliwe. Konsola wyświetla kod błędu i emituje trzy sygnały dźwiękowe. Możliwe przyczyny: • komunikacja między sterownikiem a konsolą jest zablokowana – sprawdź połączenie linii komunikacyjnej, • upewnij się, że każdy rdzeń został całkowicie włożony, • jeśli linia komunikacyjna jest uszkodzona, wymień ją.
E 3	Przewód silnika nie został prawidłowo podłączony.	Urządzenie zostało wyłączone z powodu błędu – brzęczyk konsoli wyemituje 9 sygnałów dźwiękowych, a na wyświetlaczu pojawi się kod błędu. Jeśli po wyłączeniu urządzenia powróci do normalnego stanu, może przejść do trybu gotowości i zostać ponownie uruchomione. Możliwe przyczyny: • przewód silnika nie został prawidłowo podłączony – sprawdź połączenie, • kontroler może być uszkodzony – sprawdź, czy nie wydziela charakterystycznego zapachu spalonych komponentów; w razie potrzeby wymień kontroler.
	Brak sygnału z czujnika prędkości – napięcie sterujące na wyjściu do silnika DC jest obniżone. Urządzenie nie odbiera informacji zwrotnej o prędkości silnika przez ponad 3 sekundy.	Urządzenie zostało wyłączone z powodu błędu – brzęczyk konsoli wyemituje 9 sygnałów dźwiękowych, a na wyświetlaczu pojawi się kod błędu. Po 10 sekundach od wyłączenia urządzenie może przejść do trybu gotowości i zostać ponownie uruchomione. Możliwe przyczyny: • brak sygnału z czujnika prędkości przez ponad 3 sekundy – sprawdź, czy wtyczka czujnika jest prawidłowo podłączona i nieuszkodzona, • w razie potrzeby podłącz ponownie wtyczkę lub wymień czujnik.
E 4	Nachylenie	Sprawdź, czy przewód indukcyjny silnika podnośnika jest prawidłowo podłączony. Dla zapewnienia niezawodności połączenia – odłącz i ponownie podłącz złącze. Sprawdź, czy przewód zasilania AC silnika podnośnika jest prawidłowo podłączony oraz czy przewody AC zarówno silnika podnośnika, jak i kontrolera, są właściwie oznaczone. Skontroluj stan przewodu łączącego silnik – jeśli jest uszkodzony, wymień go lub cały silnik podnośnika. Na końcu naciśnij przycisk uczenia na sterowniku, aby rozpocząć ponowny proces uczenia.
E 5	Zabezpieczenie nadprądowe – podczas pracy system wykrył, że prąd silnika prądu stałego przekroczył wartość znamionową o więcej niż 6 A przez okres dłuższy niż 3 sekundy.	Urządzenie zostało wyłączone z powodu błędu – brzęczyk konsoli wyemituje 9 sygnałów dźwiękowych, a na wyświetlaczu pojawi się kod błędu. Po 10 sekundach od wyłączenia możliwe jest ponowne uruchomienie urządzenia w trybie gotowości. Możliwe przyczyny: • prąd silnika przekroczył wartość znamionową – system aktywował mechanizm samoobrony, • możliwe zablokowanie mechaniczne bieżni, uniemożliwiające obrót silnika, • nadmierne obciążenie mechaniczne prowadzące do wzrostu poboru prądu. Zalecane działania: • sprawdź i wyreguluj bieżnię, aby umożliwić prawidłową pracę urządzenia, • jeśli silnik wydaje nietypowe dźwięki lub czuć zapach spalenizny – wymień silnik lub kontroler, • sprawdź, czy zasilanie jest stabilne i zgodne z wymaganym napięciem – w razie potrzeby przetestuj system przy prawidłowym napięciu wejściowym.
E 6	Ochrona przeciwybuchowa – zabezpieczenie impulsowe: Nieprawidłowe napięcie zasilania lub niewłaściwa praca silnika (itp.) mogą prowadzić do uszkodzenia obwodu silnika napędu.	Urządzenie zostało wyłączone z powodu błędu – brzęczyk konsoli wyemituje 9 sygnałów dźwiękowych, a na wyświetlaczu pojawi się kod błędu. Po 10 sekundach od wyłączenia urządzenie przejdzie w tryb czuwania i będzie możliwe jego ponowne uruchomienie. Możliwe przyczyny: • napięcie zasilania jest niższe niż 50% wartości znamionowej – użyj prawidłowego napięcia i przetestuj urządzenie ponownie, • kontroler może być uszkodzony – jeśli wyczuwalny jest zapach spalenizny, wymień kontroler, • przewody silnika mogą być odłączone lub luźne – sprawdź połączenia i podłącz przewody ponownie.



Bluetooth APP dla bieżni



Połączenie Bluetooth obsługuje AnyRun, Zwift i Kinomap



AnyRun

Pobierz, zarejestruj się i zaloguj do aplikacji AnyRun, wejdź na stronę ustawień: Kliknij Ustawienia, które znajdują się w prawym dolnym rogu, kliknij Urządzenia, aplikacja wykryje kody Bluetooth, wybierz kod Bluetooth, który jest taki sam jak kod oznaczony na konsoli sprzętu i sparuj.

Zwift

Pobierz, zarejestruj się i zaloguj do aplikacji Zwift, wejdź na stronę ustawień: W zakładce PAIRED DEVICES kliknij RUN dla bieżni; następnie kliknij POWER SOURCE i pojawi się menu podręczne, wybierz kod Bluetooth, który jest taki sam jak kod oznaczony na konsoli urządzenia, a następnie wybierz OK, aby sparować.

UWAGA: Zwift zapamiętuje urządzenia używane w poprzedniej sesji i może podjąć próbę sparowania z tymi urządzeniami, jeśli są one obecne i dostępne. Jeśli widzisz sparowane urządzenia, których nie chcesz używać, możesz je po prostu odznaczyć i wybrać urządzenie, które chcesz sparować.

Kinomap

Pobierz, zarejestruj się i zaloguj do aplikacji Kinomap, wejdź na stronę ustawień: kliknij Więcej w prawym dolnym rogu, kliknij Zarządzanie sprzętem, kliknij + w prawym górnym obszarze, wybierz bieżnię;

Następnie wybierz wybraną markę Bluetooth, np. Anyrun itp.; Kliknij zawartość w sekcji Interaktywne, aplikacja wykryje znaleziony sprzęt, wybierz kod Bluetooth, który jest taki sam jak kod oznaczony na konsoli sprzętu, a następnie kliknij DODAJ NOWY SPRZĘT, pojawi się pomyślnie dodany sprzęt.



DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Děkujeme vám za zakoupení tohoto výrobku! S jeho pomocí se snadno postaráte o svou lepší kondici, zdraví a pohodu.

Návod k použití

1. Napájecí kabel zapojte pouze do uzemněné zásuvky. Nepoužívejte prodlužovací šňůry ani adaptéry.
2. Ujistěte se, že běžecký pás stojí pevně na rovném povrchu v uzavřené, suché místnosti.
3. Před spuštěním běžeckého pásu se postavte na bočnice a připevněte si bezpečnostní klíč k oděvu.
4. Na běžeckém pásu může současně cvičit pouze jedna osoba.
5. Doporučujeme nosit sportovní oblečení a fitness obuv.
6. V případě potřeby upravte rychlost cvičení pomocí ovládacích prvků.
7. Po skončení běhu zastavte běžecký pás pomocí tlačítka "Stop" nebo vytažením bezpečnostního klíče.
8. Po cvičení nebo před změnou polohy stroje vždy vypněte napájení a odpojte jej ze zásuvky.
9. Před cvičením se poraďte s lékařem, zejména pokud trpíte chronickým onemocněním.
10. Stroj pravidelně čistěte suchým hadříkem a zabraňte kontaktu součástí s vodou.
11. Nepoužívejte běžecký pás bezprostředně po jídle nebo při únavě.
12. Nepřetržitý provoz přístroje by neměl přesáhnout 2 hodiny.
13. K dispozici by měl být volný prostor o rozměrech min. 2000 x 1000 mm.
14. Při údržbě vždy odpojte jednotku od zdroje napájení.
15. V případě neobvyklých zvuků, zápachu spáleniny, problémů s obrazovkou nebo pohybem pásu okamžitě přestaňte trénovat, odpojte napájení a kontaktujte servisní středisko.

Výstrahy a zákazy:

- ⚠ Běžecký pás nepoužívejte:
- Pokud se léčíte a nemáte souhlas lékaře,
 - pokud máte problémy se srdcem, zády, klouby, osteoporózu nebo závažná chronická onemocnění,
 - během těhotenství, menstruace nebo když se necítíte dobře,
 - pokud jste pili alkohol nebo jste pod vlivem drog, které snižují vaši pozornost,
 - pokud je poškozený napájecí kabel nebo uvolněná zásuvka.

- ⚠ Je zakázáno:
- rozebírat, upravovat nebo opravovat běžecký pás svépomocí,
 - používat přístroj venku nebo ve vlhkých prostorách (např. v koupelně),
 - zapínat nebo vypínat běžecký pás mokřima rukama,
 - skákat na běžecký pás nebo z něj seskakovat když je stroj v chodu,
 - používání běžeckého pásu dětmi a osobami s motorickými poruchami.



- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. Konzola | 5. Bezpečnostní klíč |
| 2. Vertikální profil | 6. Pás |
| 3. Kryt motoru | 7. Bočnice |
| 4. Rukojeť | 8. Zadní kryt |

Technické informace

Velikost (mm)	V rozloženém stavu: 1700 x 790 x 145
	Ve složeném stavu: 1180 x 790 x 1450
Pás (mm)	1420 x 500
Rychlost (km/h)	1-22



1) Seznam balení:

1. Hlavní těleso
2. Profily
3. Rám konzoly
4. Konzola
5. Bezpečnostní klíč
6. Silikonový olej
7. Návod k obsluze
8. Sada šroubů

2) Seznam vybavení:

1. H Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou (M8 * 50 * 20) 4ks.
2. Klíč ve tvaru L S4 1ks
3. Šroub se šestihrannou hlavou (M6*10)
4. Klíč ve tvaru L S6 1ks.
5. Šroub se šestihrannou hlavou M8x15 8ks.
6. T-klíč 6x80



INSTALACE:

Upozornění: Během instalace nedotahujte všechny šrouby. Všechny šrouby dotáhněte až po úplné instalaci součástí.

Krok 1: Vyjměte jednotku z obalu a položte ji na rovný povrch (podle obrázku). Odstraňte všechny sáčky a ochranné pásy.

Krok 2: Podle obrázku: udržte běžecký pás ve svislé poloze, vložte svislý profil (62) do příslušného místa v základně (1) a poté jej upevněte šestihranným šroubem M8 x 50 x 20 (101) a dále jej zajistěte šroubem M8 x 15 (102). Operaci zopakujte i na druhé straně (63).

Krok 3: Jak je znázorněno na obrázku: Po připojení komunikačního kabelu na pravé straně rámu zábradlí namontujte svařované držáky (72) na odpovídající místa svislých sloupků (62) a (63) a zajistěte je velkým šestihranným šroubem M8 x 15 (102).

Krok 4: Po připojení signálního kabelu konzoly umístěte držák (72) do rámu konzoly (24) a zajistěte jej šestihrannými šrouby M6 x 10 (103).

Krok 5: Umístěte jednotku na cílové místo a utáhněte všechny upevňovací šrouby. Poté připevněte bezpečnostní klíč (89) - běžecký pás je připraven k použití!

Číslo	Název	Množství	Číslo	Název	Množství
1	Svařovaná základna	1	54	Kolo $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Šestihranný šroub $M8 \times 50 \times 20$	2	55	Válcový polštář $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Šestihranná pojistná matice M8	2	56	Kulatý vodící blok $\phi 25 \times \phi 5 \times 4,5$	10
4	Plochá podložka $\Phi 8$	2	57	Páska $\phi 16$ (bílá)	3
5	Korálek (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	Podložka EVA (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Kolečko $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Magnetický kroužek $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Zaslepovací zátky $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Kabelová svorka 3/8 (UC-2)	1
8	Hlavní rám	1	61	Svorka napájecího kabelu SR-5R1	1
9	Držák motoru (1320CA-06)	1	62	Levý vertikální profil $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Držák ovladače	1	63	Pravý svislý profil $0,32 \text{ m}^2$	1
11	Pevná trubka krytu motoru $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Komunikační kabel SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Šroub s vnitřním šestihranem $M8 \times 75$	1	65	Rám	1
13	Šroub s vnitřním šestihranem $M8 \times 60$	2	66	Šroub se šestihrannou hlavou $M12 \times \Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Deska pro upevnění motoru A	2	67	Šroub se šestihrannou plochou hlavou $M10 \times 25 \times 15$	2
15	Deska pro upevnění motoru B	1	68	Matice $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Šroub se šestihrannou hlavou plochý $M8 \times 45 \times 20$	2	69	Pouzdro $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Šroub s vnitřním šestihranem $M6 \times 30 \times \Phi 16$	4	70	Plochá podložka $\Phi 14$	2
18	Křížový šroub s velkou plochou hlavou $M5 \times 10$	2	71	Objímka zvedacího hřídele (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Křížový šroub s velkou plochou hlavou $M4 \times 10$	6	72	Sváry konzoly	1
20	Samořezný šroub s velkou plochou hlavou s křížovým vybráním $ST4 \times 16$	4	73	Rám displeje $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Velký šroub s plochou hlavou a křížovou drážkou $ST \times 10$	7	74	Velký šroub s plochou hlavou a křížovou drážkou $ST4 \times 16$	19
22	Samořezný šroub s křížovou drážkou $ST3 \times 10$	4	75	Šroub se zápusťnou hlavou $ST4 \times 15$	4
23	Samořezný šroub se zápusťnou hlavou $ST4 \times 15$	2	76	Šroub se zápusťnou hlavou $ST4 \times 70$	2
24	Svařování rámu konzoly	1	77	Prvek $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Pružná podložka $\Phi 8$	3	78	Velký šroub s plochou hlavou $ST4 \times 10$	12
26	Pružná podložka $\Phi 5$	17	79	Panel 1136EA/571 $\times 27 \times 7 \times 10,8$	1
27	Zubaté podložky $\Phi 5$	2	80	Zadní kryt panelu 1136EA/571 $\times 27 \times 7 \times 28$	1
28	Plochá podložka $\Phi 8$	3	81	Horní kryt	1
29	Pojistná matice šestihran M8	3	82	Spodní kryt	1
30	Šroub se šestihrannou hlavou $M10 \times 35 \times 20$	3	83	Protiskluzová podložka	1
31	Šroub se šestihrannou hlavou $M10 \times 65 \times 20$	2	84	Měření tepové frekvence	1
32	Šroub se šestihrannou hlavou $M10$	1	85	Měření tepové frekvence 7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Plochá podložka $\Phi 10$	1	86	Komunikační kabel SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Plochá podložka $\Phi 8$	1	87	Konzola 3338EA	1
35	Komunikační kabel SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Ruční komunikační kabel pro monitor srdečního tepu 3330EA/L- 1000mm	1
36	Šestihranný šroub s válcovitou hlavou a plným závitem	2	89	Bezpečnostní klíč $J52 \times 15 \times 15$ (L-700)	1
37	Řidič	1	90	Zásuvka bezpečnostního blokování $J86 \times 20 \times 16$	1
38	Kabel L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Akrylátový panel $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Kabel L-300 mm/1,5 mm 2/(černý)	1	92	Zástrčka ve tvaru D $DX40 \times 80$	2
40	Spínač KCD4	1	93	Jednocostrnný ventil $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Samočinný vypínač 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Štíty	1
42	Kabel L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Šestihranný šroub $M8 \times 30 \times 20$	1
43	Konektor $3 \times 1,0 \text{ mm}2 \times 2000$	1	96	Zástrčka $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Přední válec 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Upevňovací šestihranná matice M8	2
45	Zadní válec 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Plochá podložka $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Bezkartáčový motor	1	99	Tyč $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350 \text{ N}$	1
47	Naklápěcí motor 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	fragment-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Pojezdová plošina 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Šroub se šestihrannou hlavou $M8 \times 50 \times 20$	4
49	Běhoun $2930 \times 500 \times t1,6$	1	102	Šroub s plochou hlavou a šestihranem $M8 \times 15$	8
50	Řemen 174 (442) PJ6	1	103	Šroub se šestihrannou hlavou $M6 \times 10$	4
51	Kryt motoru 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	Klíč ve tvaru L $4 \times 30 \times 80$	1
52	Zadní kryt $673 \times 93 \times 51$	1	105	Klíč ve tvaru L $6 \times 35 \times 80$	1
53	Boční lišta $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	Klíč ve tvaru T 6×80	1

Tipy a triky

- Rozcvička: Před každým cvičením se 5-10 minut zahřívejte.
- Dýchání: Během cvičení nezadržujte dech. Nadechněte se nosem a vydechněte ústy - jistě a plynule. Dýchání by mělo být koordinováno s pohybem.
- Frekvence: Stejně svalové skupiny by se měly cvičit každých 48 hodin nebo každý druhý den, aby byl čas na regeneraci.
- Zatížení: Přizpůsobte intenzitu tréninku své fyzické kondici. Bolestivost svalů je na začátku normální, ale při pokračování ve cvičení časem odezní.
- Uvolnění: Po každém tréninku věnujte 5 minut relaxaci, abyste udrželi svaly silné a pružné.
- Strava: V průběhu cvičení se snažte dodržovat následující zásady: Cvičení nezačínajte bezprostředně po jídle, abyste nezatěžovali svůj trávicí systém. Po cvičení počkejte alespoň 30 minut, než začnete jíst. Během tréninku nepijte velké množství vody, abyste nepřetěžovali srdce a ledviny.
- Protahování: Bez ohledu na intenzitu běhu dbejte na protahování svalů. Nejprve proveďte zahřátí - například 5-10 minut pochodujte - poté se zastavte a každou nohu alespoň na 10 sekund protáhněte a cvik pětikrát zopakujte. Po tréninku protažení zopakujte.

1. Předklon

S mírně pokrčenými koleny se pomalu předkloňte, nechte záda a ramena uvolnit a rukama se dotkněte špiček nohou. Vydržte 10 až 15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte třikrát (viz obrázek 1).

2. Protahování kolenních šlach

Posadte se na podložku a narovnejte jednu nohu. Druhou nohu přitáhněte tak, aby se opírala o vnitřní stranu narovnané nohy. Snažte se rukama dotýkat špiček nohou. Vydržte 10 až 15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte třikrát pro každou nohu (viz obrázek 2).

3. Protahování lýtkových a patních šlach

Opřete se oběma rukama o zeď a natáhněte lýtko dozadu. Zadní nohu držte rovně, paty na zemi. Vydržte 10 až 15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte 3krát s každou nohou (viz obrázek 3).

4. Protahování čtyřhlavých stehenních svalů

Levou rukou se opřete o stěnu, pravou rukou se natáhněte dozadu, uchopte pravý kotník a pomalu táhněte směrem k bokům, dokud neucítíte, že se svaly před stehny napínají. Vydržte 10-15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte třikrát pro každou nohu (viz obrázek 4).

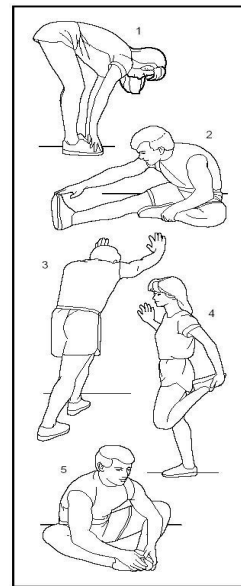
5. Protahování svalů na vnitřní straně stehna

Posadte se tak, aby chodidla směřovala k sobě a kolena ven. Uchopte chodidla oběma rukama a přitáhněte je k tříslům. Vydržte 10 až 15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte třikrát (viz obrázek 5).

Pokyny k panelu konzoly

1. Zkratky pro naklápění
2. Předklon "nahoru" a "dolů"
3. Program
4. Zastavení

5. Spuštění/pauza
6. Program
7. Rychlost "nahoru" a "dolů"
8. Rychlostní zkratky



1. Program P01 je manuální uživatelský program, programy P01-P36 jsou vestavěné automatické tréninkové programy; možnost vytvoření profilů pro 3 uživatele a funkce výpočtu BMI.
2. LED displej se 14 ovládacími tlačítky.
3. Vestavěná funkce převodu jednotek rychlosti a vzdálenosti (km↔ míle).
4. Rozsah rychlosti: 0,6-12,5 mph / 1,0 - 20,0 kmh.
5. Rozsah náklonu: 0-15%.
6. Systém ochrany: přetížení, nadproud, nadměrná rychlost, jakož i ochrana proti elektromagnetickému rušení a další.
7. Funkce autotestu a zobrazení chybových a poruchových kódů.
8. Tři konfigurovatelné uživatelské režimy.
9. Podpora funkce ERP (efektivní řízení spotřeby energie).
10. Funkce připomínání mazání běhacího pásu.

Popis hodnot

1. CALORIES - zobrazuje počet spálených kalorií.
2. TIME - udává dobu trvání tréninku.
3. DISTANCE - zobrazuje uběhnutou vzdálenost.
4. INCLINE - zobrazuje aktuální úroveň sklonu.
5. PULSE - zobrazuje naměřenou tepovou frekvenci.
6. SPEED - zobrazuje aktuální rychlost.

Převod měřených jednotek:

- 1) Při odpojení bezpečnostním zámku stiskněte současně tlačítka "PROGRAM" a "MODE", na displeji se zobrazí 0,6, - vzdálenost se zobrazuje v mílech.
- 2) Při odpojení bezpečnostním zámku stiskněte současně tlačítka "PROGRAM" a "MODE" a na displeji se zobrazí 1,0, což je přepočítání mil na kilometry.

FUNKCE:

"PROG" - tlačítko volby programu: při zastavení umožňuje cyklickou volbu programů P01-P36, uživatelů U01-U03 a funkce BMI.

"MODE" - provozní režim:

Když je zvolen manuální režim, výchozím nastavením je normální režim.

Stisknutím tlačítka "MODE" přepínáte mezi režimem odpočítávání času → odpočítávání vzdálenosti → odpočítávání kalorií → normální režim. Funguje také jako tlačítko reset - obnoví výchozí interval odpočítávání (30 minut) v programech P01-P36.

"START" - tlačítko spuštění/pozastavení:

V režimu zastavení spustí běžecký pás. V režimu běhu zastaví zařízení (pauza). Funkce pauzy nemusí fungovat, pokud je běžecký pás připojen k Bluetooth.

"STOP" - tlačítko zastavení/resetování:

Stisknutím tlačítka STOP se stroj za chodu postupně zastaví. Pokud se na displeji zobrazí ERR, stisknutím tlačítka tuto informaci vymažete.

"+" - tlačítko pro zvýšení rychlosti:

V režimu zastavení nebo při měření tělesného tuku slouží ke zvýšení hodnoty nastaveného parametru. Při běhu běžeckého pásu zvyšuje rychlost.

"-" - tlačítko pro snížení rychlosti:

V režimu zastavení nebo při měření tělesného tuku - snižuje nastavenou hodnotu parametru. V režimu běhu - snižuje aktuální rychlost běhu.

"QUICK SPEED" - tlačítka rychlé volby rychlosti (3, 6, 9 km/h):

V režimu běhu umožňují okamžité nastavení zvolené rychlosti.

"▲" - tlačítko pro zvýšení sklonu.

"▼" - tlačítko pro snížení sklonu.

"QUICK INCLINE" - tlačítka pro rychlou volbu sklonu (3, 6, 9 %): Při běhu běžeckého pásu umožňují přímo nastavit konkrétní sklon.

BEZPEČNOSTNÍ KLÍČ:

Bezpečnostní klíč se skládá z dotykového spínače, klipu na prádlo a nylonové šňůry, která zabraňuje náhodnému vypnutí stroje. Kdykoli je bezpečnostní klíč mimo správnou polohu, běžecký pás přestane běžet, provoz konzoly se zablokuje a na displeji se zobrazí "E-07" spolu se zvukovým signálem. Když je klíč ve správné poloze, zobrazí s

e na obrazovce na 2 sekundy stav a poté běžecký pás přejde do výchozího provozního režimu.

Uživatelský program - USER

Režim USER umožňuje nastavit vlastní tréninkový program. K dispozici jsou tři profily: USER1, USER2 a USER3. Chcete-li tento režim používat:

1. Stiskněte tlačítko "PROG" a zvolte USER1-USER3.
2. Stiskněte tlačítko "MODE" pro nastavení programu nebo "START" pro zahájení tréninku.
3. Pomocí tlačítka "MODE" nastavte 10 sekcí rychlosti a úhlu sklonu.
4. Po dokončení nastavení stiskněte tlačítko "START" pro spuštění běžeckého pásu. Program se uloží a bude k dispozici při dalším spuštění.

Bezpečnostní průvodce

1. Zapojte zástrčku napájecího kabelu do uzemněné 10 A zásuvky, zapněte vypínač. Na displeji se zobrazí všechny segmenty a zazní zvukový signál. Dále připojte bezpečnostní klíč.
2. Umístěte klíč na konzolu a připevněte klip k oděvu v úrovni hrudníku. Displej se přepne do výchozího režimu: všechny hodnoty se vynulují, nastavení se vynulují, aktivuje se manuální program (P0).
3. Stisknutím tlačítka "PROG" vyberte program P01-P36, U01-U03 nebo BMI.
4. Program P0 je manuální režim se čtyřmi možnými tréninkovými režimy:
 - Režim 1: Inkrementální čas - čas, vzdálenost a počítadlo kalorií. Výchozí nastavení: 1,0 km/h, sklon 0.
 - Režim 2: Odpočítávání času - rozsah 5-99 min, výchozí 30:00.
 - Režim 3: Odpočet vzdálenosti - rozsah 1,0-99,0 km, výchozí 1 km.
 - Režim 4: Odpočítávání kalorií - rozsah 20-990 kalorií, výchozí 50 kalorií. Programy P01-P36 jsou přednastavené systémové programy - všechny pracují v režimu odpočítávání.
5. Programy P01-P36 jsou předdefinovaná systémová nastavení - všechny pracují v režimu odpočítávání.
6. Po nastavení parametrů stiskněte tlačítko "START". Na displeji se zobrazí 5sekundové odpočítávání ukončené zvukovým signálem, po kterém se běžecký pás rozběhne zvyšující se rychlostí.
7. Během tréninku můžete rychlost upravovat pomocí tlačítek "+", "-" nebo "QUICK SPEED".
8. V programech P01-P36 je rychlost rozdělena do 10 segmentů. Každý segment trvá stejnou dobu v závislosti na celkovém čase. Změna segmentu je signalizována třemi pípnutími 3 sekundy před přepnutím.
9. Stisknutím tlačítka "START" během provozu přepnete mezi pauzou a chodem. Při obnovení se zachová uložené nastavení.
10. Stisknutím tlačítka "STOP" zastavíte motor - přístroj se vrátí do výchozího stavu.
11. Úhel sklonu lze nastavit pomocí "+", "-" nebo "QUICK INCLINE".
12. Vyjmutím bezpečnostního klíče se běžecký pás automaticky zastaví, zobrazí se zpráva "E-07" a spustí se zvukový signál.
13. Systém nepřetržitě sleduje bezpečnost - jakákoli zjištěná chyba povede k zastavení provozu a zobrazení příslušného hlášení.
14. Chcete-li vymazat chybové hlášení, stiskněte tlačítko "STOP".
15. Test BMI:
 - Stiskněte "PROG", vyberte "BMI".
 - Nastavte parametry F1-F5:
 - F1 - Pohlaví (1: muž, 2: žena), výchozí 1
 - F2 - Věk: 1-99, výchozí 25
 - F3 - Výška (cm): 100-220, výchozí 170
 - F4 - Hmotnost (kg): 20-150, výchozí 70
 - F5 - Spustit test: Podržte snímače srdečního tepu po dobu 4 sekund - na obrazovce se zobrazí výsledek BMI.
 - Interpretace:
 - <18 - štíhlý
 - 18-24 - ideální hmotnost
 - 25-28 - nadváha
 - >29 - obezita

16. Test BMI (britská metoda):

- Výška (palce): 39-87, standardně 67
- Hmotnost (libry): 44-330, výchozí hodnota 154
- Ostatní parametry jsou shodné s výše uvedenými
- Výsledek BMI se zobrazí 4 sekundy po přiložení ruky na snímač.

Funkce úspory energie (ERP)

Ve výchozím nastavení se systém spouští v režimu ERP. Pokud se běžec pás nepoužívá, přejde přibližně po 4,5 minutách do režimu spánku. Chcete-li jej probudit, stiskněte libovolné tlačítko. V pohotovostním režimu podržením tlačítka "MODE" po dobu 3 sekund vypnete ERP (na displeji se zobrazí "2222") a opětovným podržením tlačítka "MODE" se ERP opět zapne (na displeji se zobrazí "1111").

Kód problému	Pravděpodobná příčina	Oprava
Systém nefunguje	A. Napájení není připojeno nebo není zapnuto	Připojte napájení nebo nastavte vypínač napájení do polohy "ON".
	B. Bezpečnostní klíč není na svém místě	Nastavte bezpečnostní klíč do správné polohy
	C. Ovladač nebo konzola nejsou zapnuty	Vyměňte ovladač nebo konzolu
	D. Špatný kontakt vedení	Zkontrolujte systémové vstupy a výstupy a komunikační vedení
Náhlé zastavení v normálním stavu	A. Vypadl bezpečnostní klíč	Znovu nainstalujte
	B. Chyba systému	Požádejte servisního technika o servis.
Porucha konzoly	Porucha konzoly	Vyměňte konzoli nebo základní desku
E-01	A. Komunikační kabel je špatně připojen	Znovu připojte komunikační kabel a zkontrolujte, zda je port správně připojen, nebo komunikační kabel vyměňte.
	B. Vadná konzola	Vyměňte konzolu
	C. Vadný řadič	Vyměňte řadič
E-02	A. Vadný motor	Vyměňte motor
	B. Kabel motoru je nesprávně připojen k řídicí jednotce nebo je řídicí jednotka nesprávně připojena.	Zkontrolujte a znovu připojte nebo vyměňte řídicí jednotku
E-03	A. Fotoelektrický snímač není správně nainstalován	Zkontrolujte a znovu připojte
	B. Špatný fotoelektrický snímač	Výměna fotosenzoru
	C. Znečištěný fotoelektrický senzor nebo špatný první kontakt	Zkontrolujte a znovu připojte/vyčistěte senzor
	D. Vadný regulátor	Výměna řídicí jednotky
E-05	A. Vadný regulátor	Vyměňte řídicí jednotku
	B. Vadný motor	Vyměňte motor
	C. Mechanická závada	Zkontrolujte, zda je trenažér v pořádku.
E-07	Konzola nedetekuje signál bezpečnostního klíče	1. Zkontrolujte, zda je bezpečnostní klíč na svém místě; 2. Znovu nainstalujte bezpečnostní klíč
Není signál srdeční frekvence	A. Kabel rukojeti není zasunutý na místě nebo kabel rukojeti je poškozen	Zkontrolujte a připojte nebo vyměňte kabel rukojeti
	B. Porucha obvodu elektronického systému	Vyměňte konzolu
Neúplné nebo chybějící vedení konzoly	A. Displej je vadný	Vyměňte základní desku nebo obrazovku
	B. Porucha systému	Výměna konzole

SLOŽENÍ A PŘEMÍSTĚNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU:

1. Skládání běžeckého pásu

Před skládáním odpojte napájení. Ujistěte se, že je sklon běžeckého pásu nastaven na nejnižší úroveň. Zvedněte běžecký pás do vzpřímené polohy - zámek na pístu sám zaskočí. Zkontrolujte, zda jsou spojovací díly skutečně zajištěny, jak je znázorněno na obrázku.

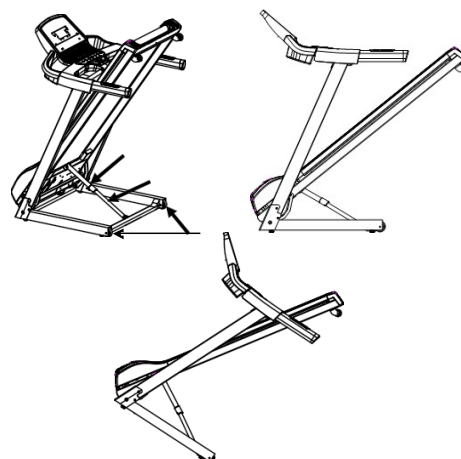
2. Nastavení běžeckého pásu

Vyberte si rovný povrch bez překážek ve vzdálenosti asi 1 metr od elektrické zásuvky. Při rozkládání uchopte běžecký pás oběma rukama, nohama šlápněte na konektor - běžecký pás se pomalu spustí na zem. Během této doby by měl uživatel zůstat ve vzdálenosti přibližně 1 metr, dokud se přístroj zcela nerozloží podle obrázku.

3. Přemístění běžeckého pásu Před přemístěním běžeckého pásu se ujistěte, že:

- Vypínač napájení je nastaven do polohy "vypnuto".
- Zástrčka napájecího kabelu byla odpojena od zásuvky.
- Hlavní rám byl řádně sestaven.

Po prostudování výše uvedených pokynů uchopte jednou rukou konec běžeckého pásu a druhou rukou opěrku na stejné straně. Poté se strojem pomalu pohybujte v úhlu 40-50° vůči svému hrudníku, jak je znázorněno na obrázku.



PRŮVODCE UZEMNĚNÍM:

Tento výrobek je vybaven ochranným vodičem a uzemněnou zástrčkou. Běžecský pás musí být připojen k vhodné uzemněné zásuvce v souladu s místními předpisy.

Nebezpečí! Pokud si nejste jisti, zda byl spotřebič správně uzemněn, obraťte se na kvalifikovaného elektrikáře nebo autorizovaný servis. Zástrčku dodanou s výrobkem sami neupravujte. Pokud zástrčka není kompatibilní, měl by kvalifikovaný elektrikář nainstalovat správnou koncovku.

NÁVOD K POUŽITÍ BĚŽECKÉHO PÁSU

1. Zapněte napájení, rozložte běžecský pás do nejnižší polohy a zkontrolujte, zda správně funguje.
2. Připněte si bezpečnostní klíč k oděvu.
3. Než začnete cvičit, ujistěte se, že běžecský pás funguje správně a je stabilní. Při spouštění běžecského pásu nestůjte přímo na běžecském pásu. Správný start je takový, že se postavíte na bočnice a ruce máte opřené o madla. Po stisknutí tlačítka "START" a přidržení rukojeti se běžecský pás po 5 sekundách rozběhne rychlostí 1,0 km/h. Poté stisknutím tlačítka "+" zvýšíte rychlost na 2,5-3,5 km/h - to je optimální rychlost pro běh. Při zahájení cvičení držte obě ruce na řídlíčkách a postupně vstupujte do dráhy. Pohybujte se tempem odpovídajícím pohybu dráhy.
4. Po několika minutách můžete rychlost zvýšit tlačítkem "+" nebo snížit tlačítkem "-" a přitom držet ruce na rukojetích.
5. Za chodu můžete také nastavit konstantní rychlost výběrem přímo na panelu.
6. Stisknutím tlačítka "STOP" kdykoli motor zastavíte.
7. Použití přednastavených režimů: Připojte a zapněte napájení. Stisknutím tlačítka "SELECT" vyberte požadovaný režim a poté jej spusťte stisknutím tlačítka "START". Kdykoli můžete upravit rychlost pomocí tlačítek "+" nebo "-" nebo přístroj zastavit stisknutím tlačítka "STOP".
8. Testování funkce HRC Po zapnutí přístroje přiložte ruce na kovové snímače tepové frekvence - v okénku displeje se zobrazí hodnota HRC.

Poznámka: Vytážení bezpečnostního tlačítka okamžitě zastaví běžecský pás a deaktivuje počítač. Na obrazovce se zobrazí zpráva: "-----".

ÚDRŽBA: Pro spolehlivý a bezpečný provoz běžecského pásu je zásadní správná údržba. Její zanedbání může vést k poškození nebo zkrácení životnosti stroje. Všechny součásti by měly být pravidelně kontrolovány a utahovány. Opatřované díly by měly být okamžitě vyměněny.

MAZÁNÍ: Běžecský pás byl při výrobě promazán ve výrobním závodě. Po určité době používání však běžecský pás vyžaduje pravidelné mazání speciálním silikonovým olejem.

Doporučení pro četnost mazání:

- Používání méně než 3 hodiny týdně - mazání každých 5 měsíců
- Používání 4-7 hodin týdně - mazání každé 2 měsíce
- Používání více než 7 hodin týdně - mazání každý měsíc

Poznámka: Příliš časté mazání se nedoporučuje. Správné mazání je klíčovým faktorem životnosti a výkonu běžecského pásu. Chcete-li zkontrolovat, zda je potřeba mazání, zvedněte boční strany běžecského pásu a dotkněte se zadní a střední části kluzné desky:

- Pokud ucítíte silikon - mazání není nutné.
- Pokud je povrch suchý - proveďte mazání.

Pokyny pro mazání: V případě, že je pás suchý, proveďte mazání podle pokynů výrobce:

1. Zastavte stroj, běžecskou plochu nechte dole.
2. Zvedněte běhoun v zadní části hlavního rámu.
3. Držte láhev co nejbližší středu pásu a nastříkejte silikonový olej - na obě strany. Rozjedte běžecský pás rychlostí 1 km/h, aby se olej rovnoměrně rozprostřel po běžecském povrchu.

1. Seřízení běhounu

Ve výrobním závodě je běhoun správně seřízen. V důsledku používání se však může uvolnit, což vede k přetržení nebo prokluzování. V takovém případě dotáhněte seřizovací šrouby - každý o půl otáčky doleva nebo doprava.

Pokud je běhoun příliš volný, může na válci prokluzovat. Naopak přílišné napnutí může motor přetížit a poškodit motor, řemen, kladky nebo jiné součásti.

2. Nastavení průhybu řemene

Přestože je řemen nastaven z výroby, může se po čase posunout. Nejčastější příčiny jsou následující:

- Nestabilní seřízení běhounu,
- Běhoun je posunut do strany,
- Nerovnoměrné rozložení tlaku nohou.

Pokud není nesouosost trvalá, lze rovnováhu obnovit několikaminutovým provozem běžecského pásu bez zátěže. V případě potřeby proveďte ruční nastavení pomocí imbusového klíče o průměru 6 mm - otočením šroubu o půl otáčky.

Příklad 1: běhoun se posouvá doleva → utáhněte levý šroub (ve směru hodinových ručiček) → nebo povolte pravý šroub (proti směru hodinových ručiček).

Příklad 2: běhoun se posouvá doprava → utáhněte pravý šroub (ve směru hodinových ručiček) → Nebo povolte levý šroub (proti směru hodinových ručiček)

NASTAVOVACÍ KLÍČ:

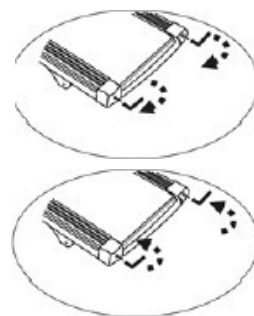
Vlevo= utahování Proti směru hodinových ručiček = povolování.
Běhoun se vždy pohybuje na tu stranu, která je volnější.

Tipy:

Před každým nastavením běžecský pás rozjedte na nízkou rychlost. Šrouby příliš neutahujte.

Po každém seřízení sledujte činnost pásu.

Na vychýlení běhounu se nevztahuje záruka a odpovědnost za ně nese uživatel. Špatné napnutí a neopravené vychýlky mohou vést k vážnému poškození.





3. Seřízení hnacího (motorového) řemene

Hnací řemeny jsou z výroby přednastaveny, ale časem se mohou uvolnit, což vede k prokluzování. Seřízení:

1. Pomocí klíče otočte seřizovacím šroubem proti směru hodinových ručiček.

2. Rozsah nastavení by měl zajistit plynulý převod bez prokluzu.

Poznámka: Řemeny a drážky řemenic pravidelně čistěte, aby byl zajištěn bezproblémový provoz hnacího systému.

a) seřizovací šroub; b) motor; c) přední kladka; d) řemen

Typické závady a způsoby opravy:

Problém	Pravděpodobné příčiny	Metody údržby
Běžecský pás nefunguje	A. Je odpojen od sítě	Zapojte jej do zásuvky
	B. Bezpečnostní klíč není zasunutý	Vložte bezpečnostní klíč do panelu
	C. Rozpojený signální obvod	Zkontrolujte vstup řídicí jednotky a signální vedení
	D. zdroj napájení není zapnutý	Nastavte vypínač napájení do polohy NO
	E. Přepálila se pojistka	Vyměňte pojistku
Nepohybuje se plynule	A. Nedostatečné mazání	Použijte mazivo na bázi methylosilikonového oleje
	B. Příliš utažený běhoun	Upravte napnutí běhounu
Pojezdový pás prokluzuje	A. Běhoun je příliš volný	Upravte napnutí běhounu
	B. Hnací řemen je volný	Upravte napnutí řemenu

Kód závady	Popis chyby	Odstraňování závad
E 1	Nesprávná komunikace mezi řídicí jednotkou a konzolou po zapnutí napájení.	Řídicí jednotka se dostala do chybového stavu - spuštění není možné. Konzola zobrazí chybový kód a vydá tři zvukové signály. Možné příčiny: - komunikace mezi řídicí jednotkou a konzolou je zablokována - zkontrolujte připojení řídicí jednotky, komunikační linky, - zkontrolujte, zda je každý konektor zcela zasunut, - pokud je komunikační vedení poškozené, vyměňte jej.
E 3	Kabel motoru není správně připojen.	Jednotka byla vypnuta z důvodu chyby - bzučák konzoly vydá 9 pípnutí a na displeji se zobrazí kód chyby. Pokud se jednotka po vypnutí vrátí do normálního stavu, může přejít do pohotovostního režimu a znovu se spustit. Možné příčiny: - kabel motoru není správně připojen - zkontrolujte připojení, - řídicí jednotka může být vadná - zkontrolujte, zda nevydává charakteristický zápach spálených součástek; v případě potřeby vyměňte řídicí jednotku.
	Žádný signál ze snímače otáček - řídicí napětí na výstupu do stejnosměrného motoru je sníženo. Jednotka nepřijímá zpětnou vazbu o otáčkách motoru po dobu delší než 3 sekundy.	Jednotka byla vypnuta z důvodu chyby - bzučák konzoly vydá 9 pípnutí a na displeji se zobrazí kód chyby. Po 10 sekundách vypnutí může jednotka přejít do pohotovostního režimu a být znovu spuštěna. Možné příčiny: - Zkontrolujte, zda je zástrčka snímače správně připojena a nepoškozena, - v případě potřeby znovu připojte zástrčku nebo vyměňte snímač.
E 4	Sklon	Zkontrolujte, zda je správně připojen datový kabel motoru zdvihu. Pro spolehlivé připojení - odpojte a znovu připojte konektor. Zkontrolujte, zda je správně připojen napájecí kabel motoru zdvihu a zda jsou kabely střídavého proudu motoru zdvihu i řídicí jednotky správně označeny. Zkontrolujte stav připojovacího kabelu motoru - pokud je poškozený, vyměňte jej nebo celý motor zdvihu. Nakonec stiskněte tlačítko učení na řídicí jednotce, abyste znovu zahájili proces učení.
E 5	Nadproudová ochrana - během provozu systém zjistil, že proud stejnosměrného motoru překročil jmenovitou hodnotu o více než 6 A na dobu delší než 3 sekundy.	Jednotka byla vypnuta z důvodu chyby - bzučák konzoly vydá 9 pípnutí a na displeji se zobrazí kód chyby. Jednotku je možné znovu spustit v pohotovostním režimu 10 sekund po vypnutí. Možné příčiny: - proud motoru překročil jmenovitou hodnotu - systém aktivoval mechanismus samočinné ochrany, - možné mechanické zablokování běžecského pásu, které brání otáčení motoru, - nadměrné mechanické zatížení vedoucí ke zvýšení spotřeby proudu. Doporučená opatření: V případě, že je motor v provozu, je nutné provést následující kroky: - Zkontrolujte a seřídte běžecský pás, aby mohl správně fungovat, - pokud motor vydává neobvyklé zvuky nebo je cítit spálenina - vyměňte motor nebo řídicí jednotku, - zkontrolujte, zda je napájecí zdroj stabilní a kompatibilní s požadovaným napětím - v případě potřeby otestujte systém se správným vstupním napětím.
E 6	Ochrana proti výbuchu - pulzní ochrana: Nesprávné napájecí napětí nebo nesprávný provoz motoru (atd.) může vést k poškození obvodu motoru pohonu.	Jednotka byla vypnuta z důvodu chyby - bzučák konzoly vydá 9 pípnutí a na displeji se zobrazí kód chyby. Po 10 sekundách od vypnutí přejde jednotka do pohotovostního režimu a bude možné ji znovu spustit. Možné příčiny: - napájecí napětí je nižší než 50 % jmenovité hodnoty - použijte správné napětí a znovu jednotku vyzkoušejte, - řídicí jednotka může být vadná - pokud je cítit zápach spáleniny, vyměňte řídicí jednotku, - vodiče motoru mohou být rozpojené nebo uvolněné - zkontrolujte připojení a znovu připojte kabely.



Aplikace Bluetooth pro běžecké pásy



Připojení Bluetooth podporuje aplikace AnyRun, Zwift a Kinomap.



AnyRun

Stáhněte si aplikaci AnyRun, zaregistrujte se, přihlaste se do ní a přejděte na stránku nastavení: Klikněte na Nastavení, které se nachází v pravém dolním rohu, klikněte na Zařízení, aplikace zjistí kódy Bluetooth, vyberte kód Bluetooth, který je stejný jako kód označený na konzoli zařízení, a spárujte.

Zwift

Stáhněte si, zaregistrujte se a přihlaste se do aplikace Zwift, přejděte na stránku nastavení: V části PAIRED DEVICES (Spárovaná zařízení) klikněte na RUN (Spustit) pro běžecký pás; poté klikněte na POWER (Napájení).

SOURCE a zobrazí se vyskakovací nabídka, vyberte kód Bluetooth, který je stejný jako kód označený na konzole zařízení, a vyberte OK pro spárování.

POZNÁMKA: Aplikace Zwift si pamatuje zařízení použitá v předchozí relaci a může se pokusit o spárování s těmito zařízeními, pokud jsou přítomna a dostupná. Pokud se zobrazí spárovaná zařízení, která nechcete používat, můžete jejich výběr jednoduše zrušit a vybrat zařízení, které chcete spárovat.

Kinomap

Stáhněte si, zaregistrujte se a přihlaste se do aplikace Kinomap, přejděte na stránku s nastavením: klikněte na položku Více v pravém dolním rohu, klikněte na položku Správa zařízení, klikněte na tlačítko + v pravé horní části, vyberte běžecký pás; Poté vyberte zvolenou značku Bluetooth, např. Anyrun atd.; v části Interaktivní klikněte na obsah, aplikace zjistí nalezené zařízení, vyberte kód Bluetooth, který je stejný jako kód označený na konzole zařízení, poté klikněte na tlačítko PŘIDAT NOVÉ ZAŘÍZENÍ, zobrazí se úspěšně přidané zařízení.



VIGTIGE SIKKERHEDSINSTRUKTIONER

Tak, fordi du har købt dette produkt! Med dets hjælp kan du nemt tage dig af din bedre kondition, sundhed og velvære.

Instruktioner for brug

1. Sæt kun netledningen i en stikkontakt med jordforbindelse. Brug ikke forlængerledninger eller adaptere.
2. Sørg for, at løbebåndet står fast på en flad overflade i et lukket, tørt rum.
3. Før du starter løbebåndet, skal du stå på sidetrinene og sætte sikkerhedsnøglen fast på dit tøj.
4. Kun én person kan træne på løbebåndet ad gangen.
5. Det anbefales at bære passende sportstøj og fitnesssko.
6. Juster om nødvendigt hastigheden på din træning ved hjælp af kontrollerne.
7. Når du er færdig med at løbe, skal du stoppe løbebåndet ved hjælp af "Stop"-knappen eller ved at trække sikkerhedsnøglen ud.
8. Sluk altid for strømmen, og tag stikket ud, når du har trænet, eller før du flytter maskinen.
9. Rådfør dig med din læge, før du træner, især hvis du har en kronisk lidelse.
10. Rengør maskinen regelmæssigt med en tør klud, og undgå, at komponenterne kommer i kontakt med vand.
11. Brug ikke løbebåndet umiddelbart efter et måltid, eller hvis du er træt.
12. Kontinuerlig drift af enheden bør ikke overstige 2 timer.
13. Der skal være mindst 2000×1000 mm fri plads.
14. Afbryd altid enheden fra strømforsyningen under vedligeholdelse.
15. I tilfælde af usædvanlige lyde, en brændende lugt, problemer med skærmen eller båndets bevægelse skal du straks stoppe træningen, afbryde strømforsyningen og kontakte servicecentret.

Advarsler og forbud:

⚠ Brug ikke løbebåndet:

- hvis du er i medicinsk behandling og ikke har din læges godkendelse,
- hvis du har hjerteproblemer, rygproblemer, ledproblemer, osteoporose eller alvorlige kroniske sygdomme,
- under graviditet, menstruation eller hvis du føler dig utilpas,
- hvis du har drukket alkohol eller er under indflydelse af stoffer, der nedsætter din koncentration,
- hvis netledningen er beskadiget, eller hvis stikket sidder løst.

⚠ Det er forbudt at:

- adskille, ændre eller reparere løbebåndet selv,
- bruge apparatet udendørs eller i vådrum (f.eks. badeværelse),
- tænde eller slukke for løbebåndet med våde hænder,
- hoppe på eller af løbebåndets bælte, mens maskinen kører,
- brug af løbebåndet af børn og personer, der er bevidstløse eller har motoriske funktionsnedsættelser.



- | | |
|---------------------|--------------------|
| 1. Konsol | 5. Sikkerhedsnøgle |
| 2. Lodret profil | 6. Løbende bælte |
| 3. Dæksel til motor | 7. Sidebælte |
| 4. Håndtag | 8. Dæksel bagpå |

Teknisk information

Størrelse (mm)	Ikke foldet ud: 1700 x 790 x 145
	Sammenfoldet: 1180 x 790 x 1450
Løbende bælte (mm)	1420 x 500
Hastighed (km/t)	1-22



1) Pakkeliste:

1. Hoveddel
2. Profiler
3. Ramme til konsol
4. Konsol
5. Sikkerhedsnøgle
6. Silikoneolie
7. Betjeningsvejledning
8. Skruesæt

2) Liste over udstyr:

1. H Sekskantbolt med stort fladt hoved (M8 * 50 * 20) 4 stk.
2. L-formet skruenøgle S4 1 stk.
3. Skrue med sekskantet hoved (M6*10)
4. L-formet skruenøgle S6 1 stk.
5. Sekskantskrue M8×15 8stk.
6. T-nøgle 6×80



INSTALLATION:

Bemærk: Spænd ikke alle skruer helt under installationen. Spænd alle skruer, når komponenterne er helt monteret.

Trin 1: Tag enheden ud af emballagen, og placer den på en flad overflade (som vist). Fjern alle poser og beskyttelsesremme.

Trin 2: Som vist: Hold løbebåndet i lodret position, sæt den lodrette profil (62) ind på det tilsvarende sted i basen (1), og fastgør den derefter med en sekskantet skrue M8 × 50 × 20 (101), og fastgør den yderligere med en skrue M8 × 15 (102). Gentag operationen på den anden side (63).

Trin 3: Som vist på figuren: Efter tilslutning af kommunikationskablet på højre side af gelænderrammen skal du montere de svejsede beslag (72) på de tilsvarende steder på de lodrette stolper (62) og (63) og fastgøre dem med en stor M8 × 15 sekskantskrue (102).

Trin 4: Når du har tilsluttet konsollens signalkabel, skal du placere beslaget (72) i konsolrammen (24) og fastgøre det med M6-sekskantskrue × 10 (103).

Trin 5: Placer enheden på det ønskede sted, og spænd alle fastgørelsesskrue. Sæt derefter sikkerhedsnøglen (89) på - løbebåndet er klar til brug!

Antal	Navn	Antal	Mængde	Navn	Mængde
1	Svejset base	1	54	Hjul $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Sekskantet bolt $M8 \times 50 \times 20$	2	55	Cylindrisk pude $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Sekskantet låsemøtrik M8	2	56	Rund styreblok $\Phi 25 \times \Phi 5 \times 4,5$	10
4	Flad skive $\Phi 8$	2	57	Tape $\Phi 16$ (hvid)	3
5	Perle (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	EVA-pude (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Hjul $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Magnetisk ring $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Blindprop $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Kabelklemme 3/8 (UC-2)	1
8	Hovedramme	1	61	Klemme til strømkabel SR-5R1	1
9	Controllerbeslag	1	62	Venstre lodret profil $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Motorens dæklade	1	63	Højre lodret profil $0,32 \text{ m}^2$	1
11	Fast rør på motordækslet $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Kommunikationskabel SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Sekskantet cylinderhovedskrue $M8 \times 75$	1	65	Ramme	1
13	Skrue med indvendig sekskant $M8 \times 60$	2	66	Sekskantet skrue $M12 \times \Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Motorbeslagsplade A	2	67	Sekskantet fladhovedskrue $M10 \times 25 \times 15$	2
15	Motorbeslagsplade B	1	68	Møtrik $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Sekskantskrue flad $M8 \times 45 \times 20$	2	69	Bøsning $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Sekskantet cylinderhovedskrue $M6 \times 30 \times \Phi 16$	4	70	Flad skive $\Phi 14$	2
18	Stjerneskrue med stort fladt hoved $M5 \times 10$	2	71	Løfteakselbøsning (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Krydsforsænket skrue med stort fladt hoved $M4 \times 10$	6	72	Konsolbeslagets svejsninger	1
20	Selvskærende skrue med stort fladt hoved med krydsforing $ST4 \times 16$	4	73	Displayramme $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Stor fladhovedskrue med krydsudsparring $ST \times 10$	7	74	Stor fladhovedskrue med krydsforing $ST4 \times 16$	19
22	Selvskærende skrue med krydsforing $ST3 \times 10$	4	75	Forsænket skrue $ST4 \times 15$	4
23	Selvskærende forsænket skrue $ST4 \times 15$	2	76	Forsænket skrue $ST4 \times 70$	2
24	Svejsning af konsolramme	1	77	Element $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Fjederskive $\Phi 8$	3	78	Stor fladhovedskrue $ST4 \times 10$	12
26	Fjederskive $\Phi 5$	17	79	Panel 1136EA/571 $\times 27 \text{ } 7 \times 10,8$	1
27	Tandede låseskiver $\Phi 5$	2	80	Bagsiden af panelet 1136EA/571 $\times 27 \text{ } 7 \times 28$	1
28	Flad skive $\Phi 8$	3	81	Øvre dæksel	1
29	Låsemøtrik sekskant M8	3	82	Nedre dæksel	1
30	Sekskantet skrue $M10 \times 35 \times 20$	3	83	Skridsikker skive	1
31	Sekskantet skrue $M10 \times 65 \times 20$	2	84	Måling af hjertefrekvens	1
32	Sekskantet skrue M10	1	85	Pulsmåling 7239EA/L- 50MM/SM5 PIN/INCLINE +/-	1
33	Flad skive $\Phi 10$	1	86	Kommunikationskabel SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Flad skive $\Phi 8$	1	87	Konsol 3338EA	1
35	Kommunikationskabel SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Håndholdt kommunikationskabel til pulsmåler 3330EA/L- 1000mm	1
36	Sekskantet cylinderbolt med fuld gevind	2	89	Sikkerhedsnøgle J52 $\times 15 \times 15$ (L-700)	1
37	Chauffør	1	90	Sokkel til sikkerhedslås J86 $\times 20 \times 16$	1
38	Kabel L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Akrylpanel $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Kabel L-300mm/1,5mm 2/(Sort)	1	92	D-formet stik DX40 $\times 80$	2
40	Afbryder KCD4	1	93	Envejsventil $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Selvrückstellende afbryder 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Skærme	1
42	Kabel L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Sekskantskrue $M8 \times 30 \times 20$	1
43	Stik $3 \times 1,0 \text{ mm}^2 \times 2000$	1	96	Stik $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Forreste rulle 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Fastholdende sekskantmøtrik M8	2
45	Bageste rulle 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Flad skive $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Børsteløs motor	1	99	Stang $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350 \text{ N}$	1
47	Tiltmotor 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	fragment-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Løbepplatform 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Sekskantskrue $M8 \times 50 \times 2 \text{ } 0$	4
49	Løberem $2930 \times 500 \times t1,6$	1	102	Sekskantbolt med fladt hoved $M8 \times 15$	8
50	Strop 174(442)(PJ6)	1	103	Sekskantet hovedskrue $M6 \times 10$	4
51	Motordæksel 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	L-formet skruenøgle $4 \times 30 \times 80$	1
52	Bagdæksel $673 \times 93 \times 51$	1	105	L-formet skruenøgle $6 \times 35 \times 80$	1
53	Sideskinne $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	T-formet skruenøgle 6×80	1

Tips og tricks

- Opvarmning: Varm op i 5-10 minutter før hver træningssession.
- Vejtrækning: Hold ikke vejret under træningen. Træk vejret ind gennem næsen, og pust ud gennem munden - fast og jævnt. Åndedrættet skal være koordineret med bevægelsen.
- Hyppighed: De samme muskelgrupper bør trænes hver 48. time eller hver anden dag for at give tid til restitution.
- Belastning: Tilpas træningsintensiteten til din fysiske tilstand. Muskelømhed er normalt i begyndelsen, men vil aftage med tiden, hvis træningen fortsættes.
- Afslapning: Brug 5 minutter på at slappe af efter hver session for at holde musklerne stærke og fleksible.
- Kost: Start ikke din træning umiddelbart efter et måltid for ikke at belaste dit fordøjelsessystem. Vent mindst 30 minutter med at spise efter træningen. Undgå at drikke store mængder vand under træningen for ikke at overbelaste hjerte og nyrer.
- Udstrækning: Uanset intensiteten af din løbetur skal du sørge for at strække dine muskler. Udfør først en opvarmning - f.eks. ved at marchere i 5-10 minutter - og stop så op og stræk hvert ben i mindst 10 sekunder, og gentag øvelsen fem gange. Gentag udstrækningen efter din træning.

1. Forlæns bøjninger

Med let bøjede knæ læner du dig langsomt fremad, så ryg og skuldre slapper af, og hænderne rører tæerne. Hold i 10 til 15 sekunder, og slap så af. Gentag 3 gange (se figur 1).

2. Udstrækning af knæets sener

Sæt dig på en ren pude, og stræk det ene ben. Træk det andet ben ind, så det ligger mod indersiden af det strakte ben. Prøv at røre tæerne med hænderne. Hold i 10 til 15 sekunder, og slap så af. Gentag 3 gange for hvert ben (se figur 2).

3. Udstrækning af læg- og halsener

Læn dig op ad en væg eller et træ med to hænder, og stræk læggen bagud. Hold det bageste ben strakt og hælene i jorden, mens du læner dig ind mod væggen eller træet. Hold i 10 til 15 sekunder, og slap så af. Gentag 3 gange med hvert ben (se figur 3).

4. Udstrækning af quadriceps-musklerne

Læn dig op ad en væg eller et bord med venstre hånd, ræk så tilbage med højre hånd, tag fat i højre ankel, og træk langsomt op mod hofterne, indtil du mærker, at musklerne foran lårene spændes. Hold i 10-15 sekunder, og slap så af. Gentag 3 gange for hvert ben (se figur 4).

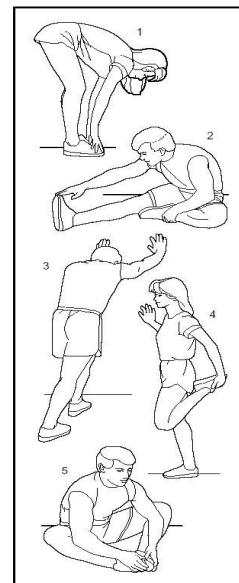
5. Stræk musklerne på indersiden af lårene

Sæt dig med fødderne mod hinanden og knæene udad. Tag fat om fødderne med begge hænder, og træk dem ind mod lysken. Hold i 10 til 15 sekunder, og slap så af. Gentag 3 gange (se figur 5).



Instruktioner til konsolpanelet

1. Genveje til at vippe
2. Læn dig "op" og "ned"
3. Program
4. Stop
5. Start/pause
6. Program
7. Hastighed "op" og "ned"
8. Genveje til hastighed



1. Program P01 er et manuelt brugerprogram, programmerne P01-P36 er indbyggede automatiske træningsprogrammer; mulighed for at oprette profiler til 3 brugere og BMI-beregningsfunktion.
2. LED-display med 14 kontrolknapper.
3. Indbygget funktion til konvertering af hastigheds- og distancenheder (km↔ miles).
4. Hastighedsområde: 1,0-20,0 km/t (0,6-12,5 mph).
5. Område for hældning: 0-15%.
6. Beskyttelsessystem: overbelastning, overstrøm, overhastighed samt beskyttelse mod elektromagnetisk interferens og andet.
7. Selvtestfunktion og visning af fejl og fejlkoder.
8. Tre konfigurerbare brugertilstande.
9. Understøttelse af ERP-funktion (effektiv energistyring).
10. Påmindelsesfunktion for smøring (optankning) af løbebåndet.

Beskrivelse af vinduer

1. CALORIES - viser antallet af forbrændte kalorier.
2. TIME - viser varigheden af din træning.
3. DISTANCE - viser den tilbagelagte distance.
4. INCLINE - viser det aktuelle stigningsniveau.
5. PULSE - viser den målte puls.
6. SPEED - viser den aktuelle hastighed.

Konvertering af måleenheder:

- 1) Tryk på knapperne "PROGRAM" og "MODE" på samme tid, når sikkerhedslåsen er afbrudt, og displayet viser 0,6, - distance vises i miles.
- 2) Med sikkerhedslåsen frakoblet trykkes på knapperne "PROGRAM" og "MODE" samtidig, og displayet viser 1,0, som er omregningen af miles til kilometer; afstand angivet i kilometer.

FUNKTIONER:

"PROG" - programvalgsknap: Når den er stoppet, giver den mulighed for cyklisk valg af programmerne P01-P36, brugerne U01-U03 og BMI-funktionen.

"MODE" - driftstilstand:

Når manuel tilstand er valgt, er standardindstillingen normal tilstand.

Tryk på "MODE"-knappen for at skifte mellem nedtælling af tid → nedtælling af distance → nedtælling af kalorier → normal tilstand. Fungerer også som en nulstillingsknap - gendanner standardnedtællingsintervallet (30 minutter) i programmerne P01-P36.

"START" - start/pause-knap:

I stop-tilstand starter løbebåndet. I run-tilstand stopper enheden (pause). Pausefunktionen virker muligvis ikke, hvis løbebåndet er forbundet med Bluetooth.

"STOP" - stop/reset-knap:

Når du trykker på STOP-knappen, mens maskinen kører, stopper den gradvist. Når displayet viser ERR, slettes denne information ved at trykke på knappen.

"+" - knap til forøgelse af hastigheden:

I stop-tilstand eller ved måling af kropsfedt tjener den til at øge værdien af den indstillede parameter. Når løbebåndet kører, øger den hastigheden.

"-" - knap til at sænke hastigheden:

I stop- eller fedtmålingstilstand - reducerer den indstillede parameterværdi. I løbetilstand - reducerer den aktuelle løbehastighed.

"QUICK SPEED" - knapper til hurtigt valg af hastighed (3, 6, 9 km/t):

I løbetilstand muliggør de øjeblikkelig indstilling af den indstillede hastighed.

"▲" - knap til forøgelse af hældning.

"▼" - knap til at mindske hældningen.

"QUICK INCLINE" - knapper til hurtigt valg af hældning (3, 6, 9 %): Når løbebåndet kører, kan du indstille en bestemt hældning direkte.

Nødafbryder

Består af en klips og en nylonledning. I enhver situation, hvor nøglen er taget ud af stikkontakten, stopper løbebåndet automatisk med at fungere, konsolbetjeningen låses, og skærmen viser "E-07" sammen med et bip. Når nøglen sættes i igen, vil skærmen vise status i 2 sekunder, og derefter vil løbebåndet gå i driftsklar tilstand.

USER-program: Systemet gør det muligt at oprette tre individuelle profiler: USER1-USER3. For at aktivere brugertilstand skal du trykke på "PROG" og vælg USER1, USER2 eller USER3. Tryk derefter på "MODE" for at gå ind i programindstillingerne eller straks på "START" for at starte træningen. I redigeringsstilstand kan man konfigurere 10 sektioner af træningen og angive hastighed og hældning i hver sektion.

Når indstillingerne er færdige, skal du trykke på "START" for at starte programmet. Dataene gemmes automatisk og vil være tilgængelige for efterfølgende sessioner.

SIKKERHEDSNØGLE:

Sikkerhedsnøglen består af en berøringskontakt, en tøjklæmme og en nylonledning for at forhindre, at maskinen lukker ned ved et uheld. Når sikkerhedslåsen er ude af den korrekte position, stopper løbebåndet med at køre, betjening af konsollen er låst, og skærmen viser "E-07" sammen med et lydsignal. Når låsen er placeret korrekt, vises skærmen i 2 sekunder, og derefter går løbebåndet ind i standarddriftstilstand.

Brugerprogram - USER

I USER-tilstand kan du indstille dit eget træningsprogram. Der er tre profiler til rådighed: USER1, USER2 og USER3. Sådan bruger du denne tilstand:

1. Tryk på knappen "PROG" for at vælge USER1-USER3.
2. Tryk på knappen "MODE" for at indstille programmet eller på "START" for at starte træningen.
3. Brug knappen "MODE" til at indstille de 10 sektioner for hastighed og hældningsvinkel.
4. Når indstillingerne er færdige, skal du trykke på "START" for at starte løbebåndet. Programmet gemmes og vil være tilgængeligt, næste gang du starter det.

Sikkerhedsguide

1. Sæt netledningens stik i en jordet 10 A stikkontakt, og tænd for kontakten. Der vises et fuldt display og et bip på skærmen. Tilslut derefter sikkerhedsnøglen.
2. Placer nøglen på konsollen, og fastgør clipsen til dit tøj i brysthøjde. Skærmen viser det fulde display i 2 sekunder og skifter derefter til standardtilstand: alle værdier nulstilles, indstillinger nulstilles, manuelt program (P0) aktiveres.
3. Tryk på "PROG" for at vælge program P01-P36, U01-U03 eller BMI.
4. P0-programmet er en manuel tilstand med fire mulige træningstilstande:
 - Mode 1: Inkrementel tid - tid, distance og kalorietæller. Standard: 1,0 km/t, hældning 0.
 - Tilstand 2: Nedtællingstid - interval 5-99 min, standard 30:00.
 - Tilstand 3: Distance-nedtælling - interval 1,0-99,0 km, standard 1 km.
 - Mode 4: Kalorie-nedtælling - område 20-990 cal, standard 50 cal. P01-P36-programmerne er forudindstillede systemindstillinger - alle fungerer i nedtællingstilstand.
5. Programmerne P01-P36 er foruddefinerede systemindstillinger - alle fungerer i nedtællingstilstand.
6. Når du har indstillet parametrene, skal du trykke på "START". Der vises en nedtælling på 5 sekunder, som afsluttes med et bip, hvorefter løbebåndet starter med stigende hastighed.
7. Under træningen kan du justere hastigheden med knapperne "+", "-" eller "QUICK SPEED".
8. I programmerne P01-P36 er hastigheden inddelt i 10 segmenter. Hvert segment varer lige lang tid, afhængigt af den samlede tid. Et segmentskift signaleres med tre bip 3 sekunder før skiftet.
9. Tryk på "START" under drift for at skifte mellem pause og kørsel. Ved genoptagelse bevares de gemte indstillinger.
10. Tryk på "STOP" for at stoppe motoren - enheden vender tilbage til sin oprindelige tilstand.
11. Hældningsvinklen kan justeres med "+", "-" eller "QUICK INCLINE".
12. Hvis sikkerhedsnøglen fjernes, stopper løbebåndet automatisk, meddelelsen "E-07" vises, og der udløses et lydsignal.
13. Systemet overvåger konstant sikkerheden - enhver fejl, der opdages, vil resultere i stop af driften og en passende meddelelse.
14. Tryk på "STOP" for at slette fejlmeddelelsen.
15. BMI-test (asiatisk version):
 - Tryk på "PROG", vælg "BMI".
 - Indstil parametrene F1-F5:
 - F1 - Køn (1: mand, 2: kvinde), standard 1
 - F2 - Alder: 1-99, standard 25
 - F3 - Højde (cm): 100-220, standard 170
 - F4 - Vægt (kg): 20-150, standard 70
 - F5 - Start testen: Hold pulssensoren inde i 4 sekunder - skærmen viser BMI-resultatet.
 - Fortolkning (asiatiske normer):
 - <18 - slank
 - 18-24 - ideelvægt
 - 25-28 - overvægt
 - >29 - overvægtig

16. BMI-test (britisk metode):

- Højde (tommer): 39-87, standard 67
- Vægt (pund): 44-330, standard 154
- Resten af parametrene er identiske med ovenstående
- BMI-resultatet vises 4 sekunder efter, at hånden er placeret på sensorerne

Energibesparende funktion (ERP)

Som standard starter systemet op i ERP-tilstand. Hvis løbebåndet ikke er i brug, går det i dvaletilstand efter ca. 4,5 minutter. Tryk på en vilkårlig knap for at vække det. I standbytilstand skal du holde knappen "MODE" nede i 3 sekunder for at slukke for ERP ("2222" vises), og hvis du holder knappen "MODE" nede igen, tændes ERP igen ("1111" vises).

Hastigheds- og hældningstabel for automatiske programmer P01-P36; metrisk (**TABEL 1**)

Hastigheds- og hældningstabel for automatiske programmer P01-P36; i tommer (**TABEL 2**)

Problemkode	Sandsynlig årsag	Reparation
Systemet fungerer ikke	A. Strømmen er ikke tilsluttet eller ikke tændt	Tilslut strømmen, eller sæt afbryderen i positionen "NO".
	B. Sikkerhedslåsene er ikke på plads	Sæt sikkerhedslåsen i den korrekte position
	C. Controlleren eller konsollen er ikke tændt	Udskift controlleren eller konsollen
	D. Dårlig linjekontakt	Tjek systemets ind- og udgange og kommunikationslinjer
Pludseligt stop i normal tilstand	A. Sikkerhedslåsen er faldet ud	Sæt den på plads igen
	B. Systemfejl	Bed serviceteknikeren om at tage sig af det
Fejl i nøglen	Forkert nøgle	Udskift konsol eller bundkort
E-01	A. Kommunikationskablet har dårlig forbindelse	Tilslut kommunikationskablet igen, og kontrollér, at porten er korrekt tilsluttet, eller udskift kommunikationskablet.
	B. Defekt konsol	Udskift konsollen.
	C. Defekt controller	Skift controller
E-02	A. Defekt motor	Udskift motoren
	B. Motorkablet er forkert tilsluttet controlleren, eller controlleren er forkert tilsluttet.	Kontroller og tilslut igen eller udskift controlleren
E-03	A. Fotoelektrisk sensor er ikke korrekt installeret	Kontroller og tilslut igen
	B. Dårlig fotoelektrisk sensor	Udskift fotosensoren
	C. Beskidd fotoelektrisk sensor eller dårlig første kontakt	Kontrollér og tilslut/rens sensoren igen
	D. Defekt controller	Udskiftning af controller
E-05	A. Defekt controller	Udskift controlleren
	B. Defekt motor	Udskift motoren
	C. Mekanisk fejl	Kontrollér, at olien eller tromlen ikke er blokeret.
E-07	Konsollen registrerer ikke signalet fra sikkerhedslåsen	1. Kontrollér, at sikkerhedslåsen er på plads; 2. Geninstaller sikkerhedslåsemekanismen;
Intet hjertefrekvenssignal	A. Håndtagets kabel er ikke sat på plads, eller håndtagets kabel er ikke godt	Kontroller og tilslut eller udskift håndtagets kabel
	B. Fejl i det elektroniske systemkredsløb	Udskift konsollen
Ufuldstændige eller manglende konsollinjer	A. Skærmen er defekt	Udskift bundkort eller skærm
	B. Systemfejl	Udskiftning af konsol

FOLDNING OG FLYTNING AF LØBEBÅNDET:

1. Foldning af løbebåndet

Afbryd strømforsyningen, før du klapper det sammen. Sørg for, at løbebåndets hældning er indstillet til det laveste niveau. Løft løbebåndet op i lodret position - forbindelsesdelene låses automatisk i det hydrauliske system. Kontrollér, at forbindelsesdelene virkelig er låst som vist på illustrationen.

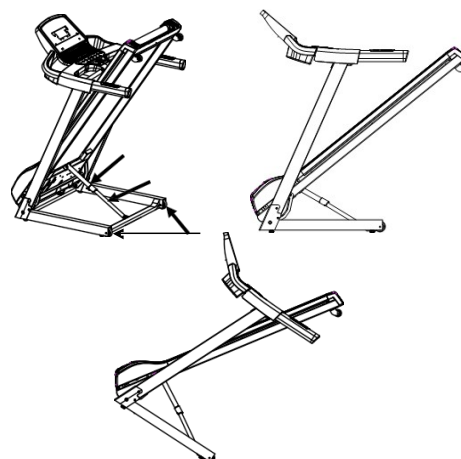
2. Opsætning af løbebåndet

Vælg en flad overflade, fri for forhindringer, ca. 1 meter fra en stikkontakt. Når du folder det ud, skal du tage fat i løbebåndet med begge hænder og træde på konnektoren med fødderne - løbebåndet vil langsomt sænke sig ned på jorden. I løbet af denne tid skal brugeren holde en afstand på ca. 1 meter, indtil enheden er foldet helt ud som vist.

3. Flytning af løbebåndet Før du flytter løbebåndet, skal du sikre dig, at:

- Strømafbryderen er sat på "off".
- Strømticket er taget ud af stikkontakten.
- Hovedrammen er samlet korrekt.

Når du har gennemgået ovenstående instruktioner, skal du tage fat i enden af løbebåndet med den ene hånd og armlænet på samme side med den anden. Bevæg derefter maskinen langsomt med en vinkel på 40-50° i forhold til dit bryst, som vist.



GUIDE TIL JORDFORBINDELSE:

Dette produkt er udstyret med en beskyttelsesleder og et jordet stik. Løbebåndet skal tilsluttes en passende jordforbindelse i overensstemmelse med de lokale bestemmelser.

Der er fare på færde! Hvis du er i tvivl om, hvorvidt apparatet er korrekt jordet, skal du kontakte en kvalificeret elektriker eller et autoriseret servicecenter. Du må ikke selv ændre det stik, der følger med produktet. Hvis stikket ikke er kompatibelt, skal en kvalificeret elektriker installere den korrekte stikkontakt.

INSTRUKTIONER TIL BRUG AF LØBEBÅNDET

1. Tænd for strømmen, fold løbebåndet ud i den laveste position, og kontrollér, at det fungerer korrekt.
2. Fastgør sikkerhedssnoren til dit tøj.
3. Sørg for, at løbebåndet fungerer korrekt og er stabilt, før du begynder at træne. Stå ikke direkte på løbebåndets bælte, når du starter løbebåndet. Den korrekte start er at placere sig på sideskinne med hænderne hvilende på håndtagene. Efter at have trykket på "START"-knappen og holder i håndtagene, starter løbebåndet efter 5 sekunder med en hastighed på 1,0 km/t. Tryk derefter på "+"-knappen for at øge hastigheden til 2,5-3,5 km/t - det er den optimale hastighed til løb. Hold begge hænder på styret, og træd gradvist ind på banen, når du begynder øvelsen. Bevæg dig i et tempo, der svarer til banens bevægelser.
4. Efter et par minutter kan du øge hastigheden med "+"-knappen eller sænke den med "-"-knappen, mens du holder hænderne på håndtagene.
5. Mens du kører, kan du også indstille en konstant hastighed ved at vælge den direkte fra panelet.
6. Hvis du trykker på "STOP"-knappen på et hvilket som helst tidspunkt, stopper motoren.
7. Brug af de forudindstillede tilstande Tilslut og tænd for strømmen. Tryk på knappen "SELECT" for at vælge den ønskede tilstand og derefter på "START" for at starte den. Du kan til enhver tid justere hastigheden med knapperne "+" eller "-" eller stoppe maskinen ved at trykke på "STOP".
8. Test af HRC-funktionen Når maskinen er tændt, skal du placere dine hænder på metalpulssensorerne - HRC-værdien vises i displayvinduet.

Bemærk: Hvis du trækker sikkerhedsknappen ud, stopper løbebåndet med det samme, og computeren deaktiveres. Der vises en meddelelse på skærmen: " ".

VEDLIGEHOJDELSE: Korrekt vedligeholdelse er afgørende for en pålidelig og sikker drift af løbebåndet. Forsømmelse kan føre til skader eller forkorte maskinens levetid. Alle komponenter skal inspiceres og efterspændes regelmæssigt. Slidte dele skal udskiftes med det samme.

SMØRING: Løbebåndet blev smurt på fabrikken under produktionen. Men efter en vis brugsperiode skal løbebåndet smøres regelmæssigt med en særlig silikoneolie.

Anbefalinger for smørefrekvens:

- Brug mindre end 3 timer om ugen - smøring hver 5. måned
- Brug 4-7 timer om ugen - smøring hver 2. måned
- Brug mere end 7 timer om ugen - månedlig smøring

Bemærk: For hyppig smøring anbefales ikke. Korrekt smøring er en nøgelfaktor for løbebåndets levetid og ydeevne. For at kontrollere, om der er behov for smøring, skal du løfte løbebåndets sider og røre ved den bageste, centrale del af båndet:

- Hvis du kan mærke silikonen, er det ikke nødvendigt at smøre.
- Hvis overfladen er tør - udfør smøring.

Instruktioner for smøring:

1. Stop maskinen, og fold løbebåndet sammen.
 2. Løft løbebåndet på bagsiden af hovedrammen.
 3. Højtløst flasken så tæt på midten af båndet som muligt, og sprøjt silikoneolie på - på begge sider.
- Kør løbebåndet med 1 km/t for at fordele olien jævnt over løbefladerne.

1. Justering af løbebåndet

Fra fabrikken er løbebåndet justeret korrekt. Men som følge af brug kan det blive løst, hvilket fører til brud eller glidning. I så fald skal du stramme justeringsskruerne - hver en halv omgang til venstre eller højre.

Hvis remmen er for løs, kan den glide på remskiven. Omvendt kan for stor spænding overbelaste motoren og beskadige motoren, remmen, rullerne eller andre komponenter.

2. Justering af bælteafbøjning

Selv om remmen er indstillet fra fabrikken, kan den flytte sig med tiden. De mest almindelige årsager er:

- Ustabil justering af løbebåndet,
- Løb med en forskydning til siden,
- Ujævn fordeling af fodtryk.

Hvis forskydningen ikke er permanent, kan løbebåndet køre et par minutter uden belastning for at genoprette balancen. Foretag om nødvendigt en manuel justering med en 6 mm unbrakonøgle - drej skruen en halv omgang.

Eksempel 1: Båndet glider til venstre → Stram venstre skrue (med uret) → Eller løs højre skrue (mod uret)

Eksempel 2: Bæltet bevæger sig mod højre → Stram højre skrue (med uret) → Eller løs venstre skrue (mod uret)

JUSTERINGSNØGLEN:

Med uret = strammes Mod uret = løsnes

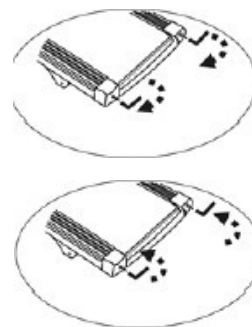
Bæltet bevæger sig altid til den side, der er løsere.

Gode råd:

Kør løbebåndet ved lav hastighed før hver justering. Spænd ikke skruerne for hårdt.

Hold øje med båndets funktion efter hver justering.

Båndafvigelse er ikke dækket af garantien og er brugerens ansvar. Ubekræftede og ukorrigerede afbøjninger kan føre til alvorlige skader.





3. Justering af drivremmen (motoren)

Drivremmene er forudindstillet fra fabrikken, men kan blive løse med tiden, så de glider. Justering:

1. Brug en skruenøgle til at dreje justeringsskruen mod uret.

2. Justeringsområdet skal sikre en jævn transmission uden glidning.

Bemærk: Rengør remmene og remskivernes riller regelmæssigt for at sikre, at drivsystemet fungerer problemfrit.

a) Justeringsskruer; b) Motor; c) Frontrulle; d) Rem Typiske fejl

og reparationsmetoder:

Problem	Sandsynlige årsager	Vedligeholdelsesmetoder
Løbebåndet fungerer ikke	A. Det er taget ud af stikkontakten	Sæt det i en stikkontakt
	B. Sikkerhedsnøglen er ikke sat i	Sæt sikkerhedsnøglen ind i panelet
	C. Åbent signalkredsløb	Tjek controller-indgang og signallinje
	D. Strømforsyningen er ikke tændt	Sæt afbryderen i positionen NO
	E. Sikringen er sprunget	Udskift sikringen
Bevæger sig ikke jævnt	A. Utilstrækkelig smøring	Brug methyldisilikonoliebaseret fedt
	B. Løbebåndene er for stramme	Juster løbebåndene, så de sidder stramt
Løbebåndet er gledet	A. Løbebåndet er for løst	Juster løbebåndene, så de sidder stramt
	B. Remmen er løs	Juster spændingen på drivremmen

Fejlkode	Beskrivelse af fejl	Fejlfinding
E 1	Forkert kommunikation mellem controller og konsol efter opstart.	Styringen er gået ind i en fejltilstand - opstart er ikke mulig. Konsollen viser en fejlkode og udsender tre bip. Mulige årsager: - kommunikationen mellem controlleren og konsollen er blokeret - tjek forbindelsen til kommunikationslinjen, - Sørg for, at hver kerne er sat helt ind, - Hvis kommunikationslinjen er beskadiget, skal den udskiftes.
E 3	Motorkablet er ikke tilsluttet korrekt.	Enheden er blevet slukket på grund af en fejl - konsolbrummen udsender 9 bip, og displayet viser fejlkoden. Hvis enheden vender tilbage til normal tilstand efter nedlukning, kan den gå i standbytilstand og genstarte. Mulige årsager: - Motorkablet er ikke tilsluttet korrekt - kontroller tilslutningen, - styreenheden kan være defekt - kontrollér, at den ikke udsender en karakteristisk lugt af brændte komponenter; udskift styreenheden, hvis det er nødvendigt.
	Intet signal fra hastighedssensoren - styrespændingen ved udgangen til DC-motoren er reduceret. Enheden modtager ikke feedback om motorhastighed i mere end 3 sekunder.	Enheden er blevet slukket på grund af en fejl - konsolbrummen udsender 9 bip, og displayet viser fejlkoden. Efter 10 sekunders nedlukning kan enheden gå i standbytilstand og genstartes. Mulige årsager: - intet signal fra hastighedssensoren i mere end 3 sekunder - kontroller, at sensorstikket er korrekt tilsluttet og ubeskadiget, - Tilslut om nødvendigt stikket igen, eller udskift sensoren.
E 4	Hældning	Kontrollér, at elevatormotorens induktionskabel er korrekt tilsluttet. For at få en pålidelig forbindelse - tag stikket ud og sæt det i igen. Kontrollér, at elevatormotorens vekselstrømskabel er korrekt tilsluttet, og at vekselstrømskablerne til både elevatormotoren og styreenheden er korrekt markeret. Undersøg motortilslutningskablets tilstand - hvis det er beskadiget, skal det eller hele elevatormotoren udskiftes. På Tryk til sidst på indlæringsknappen på controlleren for at starte indlæringsprocessen igen.
E 5	Overstrømsbeskyttelse - under drift registrerede systemet, at jævnstrømsmotorens strøm oversteg den nominelle værdi med mere end 6 A i mere end 3 sekunder.	Enheden er blevet slukket på grund af en fejl - konsolbrummen udsender 9 bip, og displayet viser fejlkoden. Det er muligt at genstarte enheden i standbytilstand 10 sekunder efter nedlukning. Mulige årsager: - motorstrømmen overskred den nominelle værdi - systemet aktiverede selvforsvarsmekanismen er blevet aktiveret, - mulig mekanisk blokering af løbebåndet, der forhindrer motorens rotation, - overdreven mekanisk belastning, der fører til en stigning i strømforbruget. Anbefalede handlinger: - Kontrollér og juster løbebåndet, så enheden kan fungere korrekt, - hvis motoren laver usædvanlige lyde eller lugter brændt - udskift motoren eller controlleren, - kontroller, at strømforsyningen er stabil og kompatibel med den krævede spænding - om nødvendigt test om nødvendigt systemet med den korrekte indgangsspænding.
E 6	Eksplodingsbeskyttelse - pulsbeskyttelse: Forkert forsyningsspænding eller forkert motordrift (osv.) kan føre til skader på drivmotorens kredsløb.	Enheden er blevet slukket på grund af en fejl - konsolbrummen udsender 9 bip, og displayet viser fejlkoden. 10 sekunder efter slukning går enheden i standbytilstand, og det er muligt at genstarte den. Mulige årsager: - forsyningsspændingen er mindre end 50 % af den nominelle værdi - brug den korrekte spænding, og test enheden igen, - styreenheden kan være defekt - hvis der er en brændende lugt, skal styreenheden udskiftes, - motorledningerne kan være afbrudt eller løse - tjek forbindelserne, og tilslut kablerne igen.



Bluetooth APP til løbebånd



Bluetooth-forbindelse understøtter AnyRun, Zwift og Kinomap



AnyRun

Download, registrer og log ind på AnyRun-appen, og gå til siden med indstillinger: Klik på Indstillinger, som er i nederste højre hjørne, klik på Enheder, appen registrerer Bluetooth-koder, vælg en Bluetooth-kode, der er den samme som den kode, der er markeret på udstyrskonsollen, og par.

Zwift

Download, registrer og log ind på Zwift-appen, og gå til siden med indstillinger:

Under PAIRED DEVICES skal du klikke på RUN for løbebåndet og derefter klikke på POWER

SOURCE, og en pop op-menu vises, vælg den Bluetooth-kode, der er den samme som den kode, der er markeret på udstyrets konsol, og vælg OK for at parre.

BEMÆRK: Zwift husker de enheder, der blev brugt i en tidligere session, og kan forsøge at parre med disse enheder, hvis de er til stede og tilgængelige. Hvis du ser parrede enheder, som du ikke ønsker at bruge, kan du blot fravælge dem og vælge den enhed, du ønsker at parre.

Kinomap

Download, registrer og log ind på Kinomap-appen, få adgang til indstillingssiden: Klik på Mere i nederste højre hjørne, klik på Udstyrsstyring, klik på + i øverste højre område, vælg et løbebånd;

Vælg derefter det Bluetooth-mærke, du ønsker, f.eks. Anyrun etc.; Klik på indhold i den interaktive sektion, appen registrerer det fundne udstyr, vælger den Bluetooth-kode, der er den samme som den kode, der er markeret på udstyrskonsollen, og klikker derefter på TILFØJ NYT Udstyr, og det tilføjede udstyr vises.



WICHTIGE SICHERHEITSANWEISUNGEN

Vielen Dank, dass Sie dieses Produkt gekauft haben! Mit seiner Hilfe wird es Ihnen leicht fallen, für mehr Fitness, Gesundheit und Wohlbefinden zu sorgen.

Hinweise zum Gebrauch

1. Schließen Sie das Netzkabel nur an eine geerdete Steckdose an. Verwenden Sie keine Verlängerungskabel oder Adapter.
2. Achten Sie darauf, dass das Laufband fest auf einer ebenen Fläche in einem geschlossenen, trockenen Raum steht.
3. Bevor Sie das Laufband starten, stellen Sie sich auf die seitlichen Stufen und befestigen Sie den Sicherheitsschlüssel an Ihrer Kleidung.
4. Es kann jeweils nur eine Person auf dem Laufband trainieren.
5. Es wird empfohlen, passende Sportkleidung und Fitnessschuhe zu tragen.
6. Passen Sie bei Bedarf die Geschwindigkeit Ihres Trainings über die Bedienelemente an.
7. Wenn Sie mit dem Laufen fertig sind, stoppen Sie das Laufband mit der "Stop"-Taste oder durch Herausziehen des Sicherheitsschlüssels.
8. Schalten Sie das Gerät nach dem Training oder vor dem Umstellen des Geräts immer aus und ziehen Sie den Netzstecker.
9. Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie trainieren, insbesondere wenn Sie an einer chronischen Erkrankung leiden.
10. Reinigen Sie das Gerät regelmäßig mit einem trockenen Tuch und vermeiden Sie den Kontakt der Komponenten mit Wasser.
11. Benutzen Sie das Laufband nicht unmittelbar nach einer Mahlzeit oder bei Müdigkeit.
12. Der Dauerbetrieb des Geräts sollte 2 Stunden nicht überschreiten.
13. Es sollte ein freier Platz von mindestens 2000x1000 mm vorhanden sein.
14. Trennen Sie das Gerät bei Wartungsarbeiten immer von der Stromversorgung.
15. Bei ungewöhnlichen Geräuschen, Brandgeruch, Problemen mit dem Bildschirm oder der Bandbewegung das Training sofort abbrechen, die Stromzufuhr unterbrechen und den Kundendienst kontaktieren.

Warnungen und Verbote:

⚠ Benutzen Sie das Laufband nicht:

- wenn Sie sich in medizinischer Behandlung befinden und keine Genehmigung Ihres Arztes haben,
- wenn Sie Herzprobleme, Rückenprobleme, Gelenkprobleme, Osteoporose oder schwere chronische Krankheiten haben,
- während der Schwangerschaft, der Menstruation oder bei Unwohlsein,
- wenn Sie Alkohol getrunken haben oder unter dem Einfluss von Drogen stehen, die Ihre Konzentration beeinträchtigen,
- wenn das Netzkabel beschädigt ist oder die Steckdose locker ist.

⚠ Es ist untersagt:

- das Laufband selbst zu demontieren, zu verändern oder zu reparieren,
- das Gerät im Freien oder in Feuchträumen (z. B. Badezimmer) zu benutzen,
- das Laufband mit nassen Händen ein- oder auszuschalten,
- bei laufendem Gerät auf das Laufband auf- oder abzuspringen,
- Benutzung des Laufbandes durch Kinder und Personen, die bewusstlos sind oder motorische Einschränkungen haben.



- | | |
|----------------------|-------------------------|
| 1. Konsole | 5. Sicherheitsschlüssel |
| 2. Vertikales Profil | 6. Laufendes Band |
| 3. Motorabdeckung | 7. Seitlicher Gurt |
| 4. Handgriff | 8. Hintere Abdeckung |

Technische Daten

Größe (mm)	Ausgeklappt: 1700 x 790 x 145
	Zusammengeklappt: 1180 x 790 x 1450
Laufendes Band (mm)	1420 x 500
Geschwindigkeit (km/h)	1-22



1) Packliste:

1. Hauptkörper
2. Profile
3. Rahmen der Konsole
4. Konsole
5. Sicherheitsschlüssel
6. Silikonöl
7. Gebrauchsanweisung
8. Schraubensatz

2) Ausrüstungsliste:

1. H Sechskantschraube mit großem Flachkopf (M8 * 50 * 20) 4Stk.
2. L-Schlüssel S4 1St.
3. Sechskantschraube (M6*10)
4. L-förmiger Schraubenschlüssel S6 1Stk.
5. Sechskantschraube M8x15 8Stk.
6. T-Schlüssel 6x80



INSTALLATION:

Hinweis: Ziehen Sie während der Installation nicht alle Schrauben vollständig an. Ziehen Sie alle Schrauben fest, wenn die Komponenten vollständig installiert sind.

Schritt 1: Nehmen Sie das Gerät aus der Verpackung und legen Sie es auf eine ebene Fläche (wie abgebildet). Entfernen Sie alle Beutel und Schutzbänder.

Schritt 2: Wie gezeigt: Halten Sie das Laufband in aufrechter Position, setzen Sie das vertikale Profil (62) in die entsprechende Stelle im Sockel (1) ein und befestigen Sie es dann mit einer Sechskantschraube M8 x 50 x 20 (101) und sichern Sie es zusätzlich mit einer Schraube M8 x 15 (102). Wiederholen Sie den Vorgang auf der anderen Seite (63).

Schritt 3: Wie in der Abbildung gezeigt: Nach dem Anschluss des Kommunikationskabels auf der rechten Seite des Handlaufrahmens die angeschweißten Halterungen (72) an den entsprechenden Stellen der vertikalen Pfosten (62) und (63) anbringen und mit einer großen Sechskantschraube M8 x 15 (102) sichern.

Schritt 4: Nachdem Sie das Signalkabel der Konsole angeschlossen haben, setzen Sie die Halterung (72) in den Konsolenrahmen (24) ein und befestigen sie mit M6-Sechskantschraubenx10 (103).

Schritt 5: Positionieren Sie das Gerät an der vorgesehenen Stelle und ziehen Sie alle Befestigungsschrauben fest. Anschließend den Sicherheitsschlüssel (89) anbringen - das Laufband ist einsatzbereit!

Anzahl	Bezeichnung	Menge	Anzahl	Name	Menge
1	Geschweißter Sockel	1	54	Rad $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Sechskantschraube M8x50x20	2	55	Zylindrisches Kissen $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Sechskant-Sicherungsmutter M8	2	56	Runder Führungsblock $\phi 25 \times \phi 5 \times 4,5$	10
4	Unterlegscheibe $\Phi 8$	2	57	Klebeband $\phi 16$ (Weiß)	3
5	Perle (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	EVA-Unterlage (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Rad $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Magnetischer Ring $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Blindstopfen $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Kabelschelle 3/8(UC-2)	1
8	Hauptrahmen	1	61	Stromkabelklemme SR-5R1	1
9	Steuerungshalterung	1	62	Linkes Vertikalprofil $0,32 \text{ m}^1$	1
10	Motorabdeckplatte	1	63	Rechtes Vertikalprofil $0,32 \text{ m}^1$	1
11	Festes Rohr der Motorabdeckung $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Kommunikationskabel SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Zylinderkopfschraube mit Innensechskant M8x75	1	65	Rahmen	1
13	Zylinderschraube mit Innensechskant M8x60	2	66	Sechskantschraube M12x $\Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Motorhalterungsplatte A	2	67	Sechskantschraube mit flachem Kopf M10x25x15	2
15	Motorhalterungsplatte B	1	68	Mutter $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Sechskantschraube flach M8x45x20	2	69	Buchse $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Zylinderschraube mit Innensechskant M6x30x $\Phi 16$	4	70	Unterlegscheibe $\Phi 14$	2
18	Kreuzschlitzschraube mit großem Flachkopf M5x10	2	71	Hebeschachtmuffe (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Kreuzschlitzschraube mit großem Flachkopf M4x10	6	72	Schweißnähte der Konsolenhalterung	1
20	Selbstschneidende Schraube mit großem Flachkopf mit Kreuzschlitz ST4x16	4	73	Display-Rahmen $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Große Flachkopfschraube mit Kreuzschlitz STx10	7	74	Große Flachkopfschraube mit Kreuzschlitz ST4x16	19
22	Selbstschneidende Schraube mit Kreuzschlitz ST3x10	4	75	Senkkopfschraube ST4x15	4
23	Selbstschneidende Senkkopfschraube ST4x15	2	76	Senkkopfschraube ST4x70	2
24	Anschweißen des Konsolenrahmens	1	77	Element $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Federscheibe $\Phi 8$	3	78	Große Flachkopfschraube ST4x10	12
26	Federscheibe $\Phi 5$	17	79	Platte 1136EA/571x27 7x10,8	1
27	Fächerscheiben $\Phi 5$	2	80	Rückwand der Platte 1136EA/571x27 7x28	1
28	Unterlegscheibe $\Phi 8$	3	81	Obere Abdeckung	1
29	Sicherungsmutter Sechskant M8	3	82	Untere Abdeckung	1
30	Sechskantschraube M10x35x20	3	83	Anti-Rutsch-Scheibe	1
31	Sechskantschraube M10x65x20	2	84	Messung der Herzfrequenz	1
32	Sechskantschraube M10	1	85	Herzfrequenzmessung 7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INCLINE +/-	1
33	Unterlegscheibe $\Phi 10$	1	86	Kommunikationskabel SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Unterlegscheibe $\Phi 8$	1	87	Konsole 3338EA	1
35	Kommunikationskabel SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Handkommunikationskabel für Herzfrequenzmessgerät 3330EA/L- 1000mm	1
36	Sechskantschraube mit Vollgewinde	2	89	Sicherheitsschlüssel J52x15x15 (L-700	1
37	Treiber	1	90	Buchse für Sicherheitsverriegelung J86x20x16	1
38	Kabel L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Acrylglasplatte $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Kabel L-300mm/1,5mm 2/(Schwarz)	1	92	D-Stecker DX40x80	2
40	Schalter KCD4	1	93	Rückschlagventil $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Selbstrückstellender Schalter 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Abschirmungen	1
42	Kabel L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Sechskantschraube M8x30x20	1
43	Stecker 3x1,0mm2x2000	1	96	Stecker $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Vordere Rolle 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Sechskant-Haltemutter M8	2
45	Gegenrolle 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Unterlegscheibe $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Bürstenloser Motor	1	99	Stange $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350 \text{ N}$	1
47	Kippmotor 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	Fragment-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Fahrbahn 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Sechskantschraube M8x50x2 0	4
49	Laufband $2930 \times 500 \times t1,6$	1	102	Flachkopf-Sechskantschraube M8x15	8
50	Riemen 174 (442) PJ6	1	103	Sechskantschraube M6x10	4
51	Motorabdeckung 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	L-Schlüssel 4x30x80	1
52	Hintere Abdeckung $673 \times 93 \times 51$	1	105	L-Schlüssel 6x35x80	1
53	Seitenschiene $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	T-Schlüssel 6x80	1

Tipps und Tricks

- **Aufwärmen:** Wärmen Sie sich vor jeder Trainingseinheit 5-10 Minuten lang auf.
- **Atmung:** Halten Sie den Atem während des Trainings nicht an. Atmen Sie durch die Nase ein und durch den Mund aus - fest und gleichmäßig. Die Atmung sollte mit der Bewegung koordiniert werden.
- **Häufigkeit:** Die gleichen Muskelgruppen sollten alle 48 Stunden oder jeden zweiten Tag trainiert werden, um Zeit für die Erholung zu haben.
- **Belastung:** Passen Sie die Intensität des Trainings an Ihre körperliche Verfassung an. Muskelkater ist anfangs normal, wird aber mit der Zeit abklingen, wenn Sie das Training fortsetzen.
- **Entspannen:** Nehmen Sie sich nach jeder Einheit 5 Minuten Zeit, um sich zu entspannen, damit Ihre Muskeln stark und flexibel bleiben.
- **Ernährung:** Beginnen Sie Ihr Training nicht unmittelbar nach einer Mahlzeit, um Ihr Verdauungssystem nicht zu belasten. Warten Sie nach dem Training mindestens 30 Minuten, bevor Sie etwas essen. Vermeiden Sie es, während des Trainings große Mengen Wasser zu trinken, um Ihr Herz und Ihre Nieren nicht zu überlasten.
- **Dehnen:** Unabhängig von der Intensität Ihres Laufs sollten Sie darauf achten, Ihre Muskeln zu dehnen. Führen Sie zunächst ein Aufwärmtraining durch - z. B. 5-10 Minuten lang marschieren - und halten Sie dann an und dehnen Sie jedes Bein mindestens 10 Sekunden lang, wobei Sie die Übung fünfmal wiederholen. Nach dem Training wiederholen Sie die Dehnung.

1. Vorwärtsbeugen

Beugen Sie sich bei leicht gebeugten Knien langsam nach vorne, so dass sich Rücken und Schultern entspannen und die Hände die Zehen berühren. Halten Sie die Position für 10 bis 15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal (siehe Abbildung 1).

2. Dehnung der Kniesehnen

Setzen Sie sich auf ein sauberes Kissen und strecken Sie ein Bein aus. Ziehen Sie das andere Bein nach innen, so dass es an der Innenseite des gestreckten Beins anliegt. Versuchen Sie, mit den Händen die Zehen zu berühren. Halten Sie die Position 10 bis 15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung für jedes Bein 3 Mal (siehe Abbildung 2).

3. Dehnung der Waden- und Fersensehnen

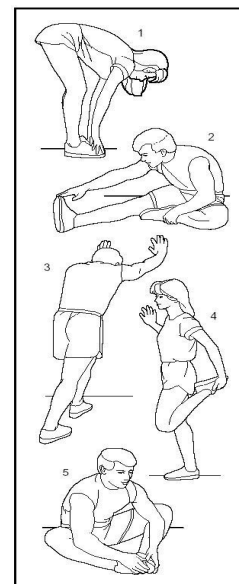
Lehnen Sie sich mit beiden Händen an eine Wand oder einen Baum und strecken Sie die Wade nach hinten. Halten Sie das hintere Bein gerade und die Fersen auf dem Boden und lehnen Sie sich gegen die Wand oder den Baum. Halten Sie die Position 10 bis 15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal mit jedem Bein (siehe Abbildung 3).

4. Dehnung der Quadrizepsmuskeln

Lehnen Sie sich mit der linken Hand gegen eine Wand oder einen Tisch, greifen Sie dann mit der rechten Hand nach hinten, fassen Sie den rechten Knöchel und ziehen Sie ihn langsam in Richtung Hüfte, bis Sie spüren, dass sich die Muskeln vor den Oberschenkeln anspannen. Halten Sie die Spannung 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal für jedes Bein (siehe Abbildung 4).

5. Dehnung der Muskeln an der Innenseite der Oberschenkel

Setzen Sie sich so hin, dass die Füße einander zugewandt sind und die Knie nach außen zeigen. Greifen Sie Ihre Füße mit beiden Händen und ziehen Sie sie zur Leiste. Halten Sie die Position 10 bis 15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal (siehe Abbildung 5).

**Anweisungen für das Bedienfeld der Konsole**

- | | |
|------------------------------------|-----------------------------------|
| 1. Abkürzungen für die Neigung | 5. Start/Pause |
| 2. Nach oben und nach unten lehnen | 6. Programm |
| 3. Programm | 7. Geschwindigkeit "auf" und "ab" |
| 4. Anhalten | 8. Geschwindigkeits-Shortcuts |

1. Programm P01 ist ein manuelles Benutzerprogramm, die Programme P01-P36 sind integrierte automatische Trainingsprogramme; Möglichkeit zur Erstellung von Profilen für 3 Benutzer und BMI-Berechnungsfunktion.
2. LED-Display mit 14 Steuertasten.
3. Eingebaute Funktion zur Umrechnung von Geschwindigkeit und Entfernungseinheiten (km↔ Meilen).
4. Geschwindigkeitsbereich: 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Neigungsbereich: 0-15%.
6. Schutzsystem: Überlast, Überstrom, Überdrehzahl, sowie Schutz vor elektromagnetischen Störungen und anderen.
7. Selbsttestfunktion und Anzeige von Fehler- und Störungs-codes.
8. Drei konfigurierbare Benutzermodi.
9. Unterstützung der ERP-Funktion (effizientes Energiemanagement).
10. Erinnerungsfunktion für das Schmieren (Nachfüllen) des laufenden Bandes.

Beschreibung der Fenster

1. CALORIES - zeigt die Anzahl der verbrannten Kalorien an.
2. ZEIT - zeigt die Dauer des Trainings an.
3. DISTANCE - zeigt die zurückgelegte Strecke an.
4. INCLINE - zeigt die aktuelle Steigungsstufe an.
5. PULSE - zeigt die gemessene Herzfrequenz an.
6. SPEED - zeigt die aktuelle Geschwindigkeit an.

Umrechnung der Messeinheiten:

- 1) Bei gelöster Sicherheitssperre drücken Sie gleichzeitig die Tasten "PROGRAM" und "MODE", auf dem Display erscheint 0.6, - die Entfernung wird in Meilen angezeigt
- 2) Bei gelöster Sicherheitsverriegelung drücken Sie gleichzeitig die Tasten "PROGRAM" und "MODE", auf dem Display erscheint 1.0, das ist die Umrechnung von Meilen in Kilometer; die Entfernung wird in Kilometern angegeben

FUNKTIONEN:

"PROG" - Taste für die Programmwahl: Wenn sie angehalten ist, ermöglicht sie die zyklische Auswahl der Programme P01-P36, der Benutzer U01-U03 und der BMI-Funktion.

"MODE" - Betriebsart:

Wenn der manuelle Modus gewählt wird, ist die Standardeinstellung der Normalmodus.

Drücken Sie die "MODE"-Taste, um zwischen Zeit-Countdown-Modus→ Distanz-Countdown→ Kalorien-Countdown→ Normalmodus zu wechseln. Dient auch als Reset-Taste - stellt das standardmäßige Countdown-Intervall (30 Minuten) in den Programmen P01-P36 wieder her.

"START" - Start/Pause-Taste:

Im Stoppmodus wird das Laufband gestartet. Im Laufmodus wird das Gerät angehalten (Pause). Die Pausenfunktion funktioniert möglicherweise nicht, wenn das Laufband mit Bluetooth verbunden ist.

"STOP" - Taste zum Anhalten/Rücksetzen:

Durch Drücken der STOP-Taste bei laufender Maschine wird die Maschine schrittweise angehalten. Wenn auf dem Display ERR angezeigt wird, kann diese Information durch Drücken der Taste gelöscht werden.

"+" - Taste zur Erhöhung der Geschwindigkeit:

Im Stoppmodus oder bei der Messung des Körperfetts wird der Wert des eingestellten Parameters erhöht. Wenn das Laufband läuft, erhöht sie die Geschwindigkeit.

"-" - Taste zur Verringerung der Geschwindigkeit:

Im Stopp- oder Fettmessmodus - verringert den eingestellten Parameterwert. Im Laufmodus - verringert die aktuelle Laufgeschwindigkeit.

"QUICK SPEED" - Schnellwahltasten für die Geschwindigkeit (3, 6, 9 km/h):

Ermöglichen im Laufmodus die sofortige Einstellung der eingestellten Geschwindigkeit.

"▲" - Taste zur Erhöhung der Steigung.

"▼" - Taste zum Verringern der Steigung.

"QUICK INCLINE" - Schnellwahltasten für die Steigung (3, 6, 9%): Wenn das Laufband läuft, können Sie damit direkt eine bestimmte Steigung einstellen.

Notbremse

Besteht aus einem Clip und einer Nylonschnur. In jeder Situation, in der der Schlüssel abgezogen ist, stoppt das Laufband automatisch den Betrieb, die Konsole wird gesperrt und auf dem Bildschirm erscheint "E-07" zusammen mit einem Signalton. Wenn der Schlüssel wieder eingesteckt wird, zeigt das Display 2 Sekunden lang den Status an und das Laufband geht dann in den betriebsbereiten Modus über.

USER-Programm: Das System ermöglicht die Erstellung von drei individuellen Profilen: USER1-USER3. Um den Benutzermodus zu aktivieren, drücken Sie die Taste "PROG" und wählen Sie USER1, USER2 oder USER3. Drücken Sie dann "MODE", um die Programmeinstellungen aufzurufen, oder sofort "START", um das Training zu starten. Im Bearbeitungsmodus können 10 Trainingsabschnitte konfiguriert werden, wobei für jeden Abschnitt die Geschwindigkeit und die Steigung festgelegt werden. Sobald die Einstellungen abgeschlossen sind, drücken Sie "START", um das Programm zu starten. Die Daten werden automatisch gespeichert und stehen für spätere Trainingseinheiten zur Verfügung.

SICHERHEITSSCHLÜSSEL:

Der Sicherheitsschlüssel besteht aus einem Berührungsschalter, einem Wäscheclip und einer Nylonschnur, um ein versehentliches Abschalten des Geräts zu verhindern. Wenn

die Sicherheitssperre nicht in der richtigen Position ist, stoppt das Laufband, die Bedienung der Konsole ist gesperrt und auf dem Bildschirm erscheint "E-07" zusammen mit einem akustischen Signal. Wenn die Sperre richtig positioniert ist, wird der Bildschirm 2 Sekunden lang angezeigt und das Laufband geht dann in den Standardbetriebsmodus über.

Benutzerprogramm - USER

Im USER-Modus können Sie Ihr eigenes Trainingsprogramm einstellen. Es stehen drei Profile zur Verfügung: USER1, USER2 und USER3. So verwenden Sie diesen Modus:

1. Drücken Sie die "PROG"-Taste, um USER1-USER3 zu wählen.
2. Drücken Sie die Taste "MODE", um das Programm einzustellen, oder "START", um das Training zu starten.
3. Verwenden Sie die Taste "MODE", um die 10 Geschwindigkeits- und Neigungswinkelbereiche einzustellen.
4. Wenn die Einstellungen abgeschlossen sind, drücken Sie "START", um das Laufband zu starten. Das Programm wird gespeichert und steht beim nächsten Start wieder zur Verfügung.

Sicherheitshinweise

1. Stecken Sie den Stecker des Netzkabels in eine geerdete 10-A-Steckdose und schalten Sie den Netzschalter ein. Auf dem Bildschirm erscheinen eine vollständige Anzeige und ein Signalton. Schließen Sie nun den Sicherheitsschlüssel an.
2. Legen Sie den Schlüssel auf die Konsole und befestigen Sie den Clip in Brusthöhe an Ihrer Kleidung. Das Display zeigt 2 Sekunden lang die vollständige Anzeige und wechselt dann in den Standardmodus: Alle Werte werden auf Null gesetzt, die Einstellungen zurückgesetzt, das manuelle Programm (P0) aktiviert.
3. Drücken Sie "PROG", um das Programm P01-P36, U01-U03 oder BMI zu wählen.
4. Das Programm P0 ist ein manuelles Programm mit vier möglichen Trainingsmodi:
 - Modus 1: Inkrementalzeit - Zeit, Strecke und Kalorienzähler. Voreinstellung: 1,0 km/h, Steigung 0.
 - Modus 2: Countdown-Zeit - Bereich 5-99 min, Voreinstellung 30:00.
 - Modus 3: Entfernungscoutdown - Bereich 1,0-99,0 km, Voreinstellung 1 km.
 - Modus 4: Kalorien-Countdown - Bereich 20-990 Kalorien, Standardwert 50 Kalorien. P01-P36 Programme sind Systemvoreinstellungen - alle arbeiten im Countdown-Modus.
5. Die Programme P01-P36 sind vordefinierte Systemeinstellungen - sie arbeiten alle im Countdown-Modus.
6. Nachdem Sie die Parameter eingestellt haben, drücken Sie "START". Es wird ein 5-Sekunden-Countdown angezeigt, der mit einem Signalton endet, wonach das Laufband mit zunehmender Geschwindigkeit startet.
7. Während des Trainings können Sie die Geschwindigkeit mit den Tasten "+", "-" oder "QUICK SPEED" einstellen.
8. In den Programmen P01-P36 ist die Geschwindigkeit in 10 Segmente unterteilt. Jedes Segment dauert die gleiche Zeit, abhängig von der Gesamtzeit. Ein Segmentwechsel wird durch drei Pieptöne 3 Sekunden vor dem Umschalten signalisiert.
9. Drücken Sie während des Betriebs "START", um zwischen Pause und Betrieb zu wechseln. Bei Wiederaufnahme des Betriebs bleiben die gespeicherten Einstellungen erhalten.
10. Drücken Sie "STOP", um den Motor anzuhalten - das Gerät kehrt in seinen Ausgangszustand zurück.
11. Der Neigungswinkel kann mit "+", "-" oder "QUICK INCLINE" eingestellt werden.
12. Wird der Sicherheitsschlüssel abgezogen, stoppt das Laufband automatisch, zeigt die Meldung "E-07" an und löst ein akustisches Signal aus.
13. Das System überwacht ständig die Sicherheit - jeder erkannte Fehler führt zum Anhalten des Betriebs und zu einer entsprechenden Meldung.
14. Um die Fehlermeldung zu löschen, drücken Sie "STOP".
15. BMI-Test (asiatische Version):
 - Drücken Sie "PROG", wählen Sie "BMI".
 - Stellen Sie die Parameter F1-F5 ein:
 - F1 - Geschlecht (1: männlich, 2: weiblich), Voreinstellung 1
 - F2 - Alter: 1-99, Standardwert 25
 - F3 - Größe (cm): 100-220, Voreinstellung 170
 - F4 - Gewicht (kg): 20-150, Voreinstellung 70
 - F5 - Starten Sie den Test: Halten Sie die Herzfrequenzsensoren für 4 Sekunden gedrückt - auf dem Bildschirm wird das BMI-Ergebnis angezeigt.
 - Interpretation (asiatische Normen):
 - <18 - schlank
 - 18-24 - Idealgewicht
 - 25-28 - übergewichtig
 - >29 - fettleibig

16. BMI-Test (britische Methode):

- Größe (Zoll): 39-87, Standardwert 67
- Gewicht (Pfund): 44-330, Standardwert 154
- Rest der Parameter identisch zu oben
- BMI-Ergebnis erscheint 4 Sekunden nach Auflegen der Hand auf die Sensoren

Energiesparfunktion (ERP)

Standardmäßig wird das System im ERP-Modus gestartet. Wenn das Laufband nicht benutzt wird, geht es nach ca. 4,5 Minuten in den Schlafmodus über. Um es aufzuwecken, drücken Sie eine beliebige Taste. Halten Sie im Standby-Modus die "MODE"-Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um das ERP auszuschalten (es wird "2222" angezeigt), und halten Sie die "MODE"-Taste erneut gedrückt, um das ERP wieder einzuschalten (es wird "1111" angezeigt).

Geschwindigkeits- und Steigungstabelle für die Automatikprogramme P01-P36; metrisch (**TABELLE 1**)

Geschwindigkeits- und Steigungstabelle für die Automatikprogramme P01-P36; in Zoll (**TABELLE 2**)

Problem-Code	Wahrscheinliche Ursache	Reparatur
Das System funktioniert nicht	A. Der Strom ist nicht angeschlossen oder nicht eingeschaltet	Schließen Sie den Strom an oder stellen Sie den Netzschalter auf "NO".
	B. Die Sicherheitsverriegelungen sind nicht angebracht	Stellen Sie die Sicherheitsverriegelung in die richtige Position
	C. Steuergerät oder Konsole ist nicht eingeschaltet	Tauschen Sie die Steuerung oder Konsole aus.
	D. Schlechter Leitungskontakt	Überprüfen Sie die Ein- und Ausgänge des Systems und die Kommunikationsleitungen
Plötzlicher Stopp im Normalzustand	A. Sicherheitsverriegelung ist herausgefallen	Neu installieren
	B. Systemfehler	Servicetechniker bitten, sich darum zu kümmern
Schlüssel defekt	Falsche Taste	Konsole oder Hauptplatine austauschen
E-01	A. Kommunikationskabel hat schlechte Verbindung	Schließen Sie das Kommunikationskabel erneut an und prüfen Sie, ob der Anschluss richtig angeschlossen ist oder tauschen Sie das Kommunikationskabel aus.
	B. Defekte Konsole	Tauschen Sie die Konsole aus.
	C. Defekte Steuerung	Controller austauschen
E-02	A. Defekter Motor	Den Motor austauschen
	B. Das Motorkabel ist falsch an den Regler angeschlossen oder der Regler ist falsch angeschlossen.	Prüfen und neu anschließen oder Steuergerät austauschen.
E-03	A. Der photoelektrische Sensor ist nicht korrekt installiert.	Prüfen und neu anschließen
	B. Schlechte Lichtschranke	Fotosensor austauschen
	C. Verschmutzte Lichtschranke oder schlechter Erstkontakt	Sensor überprüfen und neu anschließen/reinigen
	D. Defektes Steuergerät	Austausch des Steuergeräts
E-05	A. Defektes Steuergerät	Steuergerät auswechseln
	B. Defekter Motor	Motor auswechseln
	C. Mechanischer Defekt	Prüfen Sie, ob das Öl oder die Trommel nicht verstopft ist.
E-07	Die Konsole erkennt das Signal der Sicherheitsverriegelung nicht	1. Prüfen Sie, ob die Sicherheitsverriegelung in Ordnung ist; 2. Bringen Sie den Sicherheitsverriegelungsmechanismus wieder an;
Kein Herzfrequenzsignal	A. Das Griffkabel ist nicht eingesteckt oder das Griffkabel ist nicht in Ordnung	Griffkabel prüfen und anschließen oder ersetzen
	B. Fehlfunktion des elektronischen Systemkreises	Konsole auswechseln
Unvollständige oder fehlende Konsolenleitungen	A. Display ist defekt	Hauptplatine oder Bildschirm auswechseln
	B. Systemausfall	Austausch der Konsole

ZUSAMMENKLAPPEN UND BEWEGEN DES LAUFBANDES:

1. Zusammenklappen des Laufbandes

Trennen Sie das Laufband vor dem Zusammenklappen von der Stromzufuhr. Stellen Sie sicher, dass die Neigung des Laufbandes auf die niedrigste Stufe eingestellt ist. Heben Sie das Laufband in eine aufrechte Position - die Verbindungsteile werden automatisch in das Hydrauliksystem einrasten. Überprüfen Sie, ob die Verbindungsteile tatsächlich wie in der Abbildung gezeigt verriegelt sind.

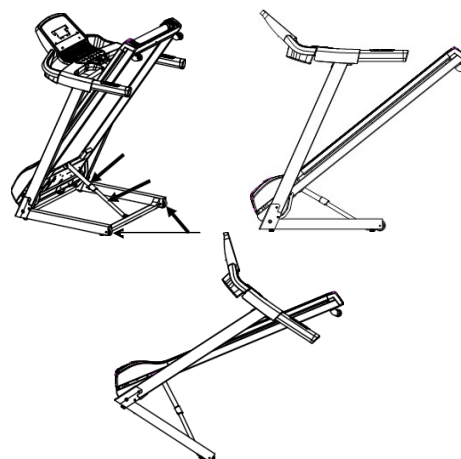
2. Aufstellen des Laufbandes

Wählen Sie eine ebene Fläche, die frei von Hindernissen und etwa 1 Meter von einer Steckdose entfernt ist. Fassen Sie das Laufband beim Entfalten mit beiden Händen an und treten Sie mit den Füßen auf den Anschluss - das Laufband senkt sich langsam auf den Boden. Während dieser Zeit sollte der Benutzer in einem Abstand von ca. 1 Meter bleiben, bis sich das Gerät wie gezeigt vollständig entfaltet hat.

3. Bewegen des Laufbandes Vergewissern Sie sich vor dem Bewegen des Laufbandes, dass:

- Der Netzschalter auf "Aus" gestellt ist.
- Der Netzstecker ist aus der Steckdose gezogen.
- Der Hauptrahmen wurde ordnungsgemäß zusammengebaut.

Nachdem Sie die obigen Anweisungen gelesen haben, fassen Sie mit einer Hand das Ende des Laufbandes und mit der anderen Hand die Armlehne auf der gleichen Seite. Bewegen Sie das Gerät dann langsam in einem Winkel von 40-50° zu Ihrer Brust, wie gezeigt.



ANLEITUNG ZUR ERDUNG:

Dieses Produkt ist mit einem Schutzleiter und einem geerdeten Stecker ausgestattet. Das Laufband muss gemäß den örtlichen Vorschriften an eine geeignete Erdungssteckdose angeschlossen werden.

Gefahr! Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob das Gerät korrekt geerdet ist, wenden Sie sich an einen qualifizierten Elektriker oder eine autorisierte Kundendienststelle. Ändern Sie den mit dem Gerät gelieferten Stecker nicht selbst. Wenn der Stecker nicht kompatibel ist, muss ein qualifizierter Elektriker die richtige Steckdose installieren.

ANWEISUNGEN ZUR BENUTZUNG DES LAUFBANDES

1. Schalten Sie das Gerät ein, klappen Sie das Laufband in der untersten Position aus und überprüfen Sie, ob es ordnungsgemäß funktioniert.
2. Befestigen Sie die Sicherheitsleine an Ihrer Kleidung.
3. Vergewissern Sie sich, dass das Laufband ordnungsgemäß funktioniert und stabil steht, bevor Sie mit dem Training beginnen. Stellen Sie sich nicht direkt auf das Laufband, wenn Sie das Laufband starten. Stellen Sie sich beim Starten des Laufbands nicht direkt auf das Laufband, sondern stellen Sie sich auf die Seitenschienen und stützen Sie sich mit den Händen auf die Griffe. Nach dem Drücken der "START"-Taste und halten Sie die Griffe fest, startet das Laufband nach 5 Sekunden mit einer Geschwindigkeit von 1,0 km/h. Drücken Sie dann die "+"-Taste, um die Geschwindigkeit auf 2,5-3,5 km/h zu erhöhen - dies ist die optimale Geschwindigkeit zum Laufen. Halten Sie beide Hände am Lenker und treten Sie zu Beginn der Übung langsam in die Bahn. Bewegen Sie sich in einem Tempo, das mit der Bewegung der Bahn übereinstimmt.
4. Nach einigen Minuten können Sie die Geschwindigkeit mit der "+"-Taste erhöhen oder mit der "-"-Taste verringern, während Sie Ihre Hände an den Griffen lassen.
5. Während des Betriebs können Sie auch eine konstante Geschwindigkeit einstellen, indem Sie diese direkt auf dem Bedienfeld auswählen.
6. Durch Drücken der Taste "STOP" kann der Motor jederzeit angehalten werden.
7. Verwenden der voreingestellten Modi Schließen Sie das Gerät an und schalten Sie es ein. Drücken Sie die "SELECT"-Taste, um den gewünschten Modus auszuwählen und dann "START", um ihn zu starten. Sie können die Geschwindigkeit jederzeit mit den Tasten "+" oder "-" einstellen oder das Gerät durch Drücken der Taste "STOP" anhalten.
8. Testen der HRC-Funktion Legen Sie bei eingeschaltetem Gerät Ihre Hände auf die metallenen Herzfrequenzsensoren - der HRC-Wert erscheint im Anzeigenfenster.

Hinweis: Wenn Sie die Sicherheitstaste herausziehen, wird das Laufband sofort angehalten und der Computer deaktiviert. Auf dem Bildschirm wird eine Meldung angezeigt: "

WARTUNG: Eine ordnungsgemäße Wartung ist entscheidend für den zuverlässigen und sicheren Betrieb des Laufbandes. Eine Vernachlässigung der Wartung kann zu Schäden führen oder die Lebensdauer des Geräts verkürzen. Alle Komponenten sollten regelmäßig überprüft und festgezogen werden. Verschlissene Teile sollten sofort ersetzt werden.

SCHMIERUNG: Das Laufband wurde bei der Herstellung im Werk geschmiert. Nach einer gewissen Nutzungsdauer muss das Laufband jedoch regelmäßig mit einem speziellen Silikonöl geschmiert werden.

Empfehlungen für die Häufigkeit der Schmierung:

- Nutzung weniger als 3 Stunden pro Woche - Schmierung alle 5 Monate
- Nutzung 4-7 Stunden pro Woche - Schmierung alle 2 Monate
- Verwendung von mehr als 7 Stunden pro Woche - monatliche Schmierung

Hinweis: Eine zu häufige Schmierung wird nicht empfohlen. Die richtige Schmierung ist ein Schlüsselfaktor für die Lebensdauer und Leistung des Laufbandes. Um zu prüfen, ob eine Schmierung erforderlich ist, heben Sie die Seiten des Laufbandes an und berühren Sie den hinteren, mittleren Teil des Bandes:

- Wenn Sie das Silikon spüren können, ist eine Schmierung nicht erforderlich.
- Wenn die Oberfläche trocken ist, müssen Sie eine Schmierung vornehmen.

Anweisungen für die Schmierung:

1. Halten Sie das Gerät an und klappen Sie das Laufband zusammen.
2. Heben Sie das Laufband auf der Rückseite des Hauptrahmens an.
3. Halten Sie die Flasche so nah wie möglich an die Mitte des Laufbandes und sprühen Sie Silikonöl auf - auf beiden Seiten. Lassen Sie das Laufband mit 1 km/h laufen, um das Öl gleichmäßig auf der Lauffläche zu verteilen.

1. Einstellen des Laufbandes

Das Laufband ist werkseitig richtig eingestellt. Durch den Gebrauch kann es sich jedoch lockern, was zu Rissen oder Schlupf führen kann. Ziehen Sie in diesem Fall die Einstellschrauben an - jeweils eine halbe Umdrehung nach links oder rechts.

Wenn der Riemen zu locker ist, kann er auf der Riemenscheibe durchrutschen. Umgekehrt kann eine zu starke Spannung den Motor überlasten und den Motor, den Riemen, die Rollen oder andere Komponenten beschädigen.

2. Einstellung der Riemenumlenkung

Obwohl der Riemen werkseitig eingestellt ist, kann er sich mit der Zeit verschieben. Die häufigsten Ursachen sind:

- Instabile Ausrichtung des Laufbands,
- Laufen mit einem Versatz zur Seite,
- Ungleichmäßige Verteilung des Fußdrucks.

Wenn die Fehlausrichtung nicht dauerhaft ist, können Sie das Laufband einige Minuten lang ohne Last laufen lassen, um das Gleichgewicht wiederherzustellen. Falls erforderlich, nehmen Sie eine manuelle Einstellung mit einem 6 mm Inbusschlüssel vor, indem Sie die Schraube eine halbe Umdrehung drehen.

Beispiel 1: Das Band rutscht nach links→ Ziehen Sie die linke Schraube an (im Uhrzeigersinn)→ Oder lösen Sie die rechte Schraube (gegen den Uhrzeigersinn)

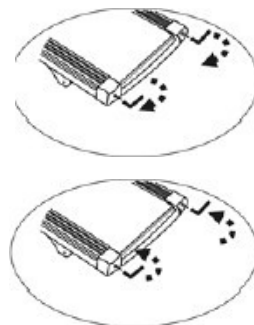
Beispiel 2: Der Riemen gleitet nach rechts→ Rechte Schraube anziehen (im Uhrzeigersinn)→ Oder linke Schraube lösen (gegen den

Uhrzeigersinn) **EINSTELLSCHLÜSSEL:**

Im Uhrzeigersinn= Anziehen Gegen den Uhrzeigersinn= Lösen
Der Riemen bewegt sich immer zu der Seite, die lockerer ist.

Tipps:

Lassen Sie das Laufband vor jeder Einstellung bei niedriger Geschwindigkeit laufen. Ziehen Sie die Schrauben nicht zu fest an. Beobachten Sie die Funktion des Bandes nach jeder Einstellung. Gurtdurchbiegungen sind nicht durch die Garantie abgedeckt und liegen in der Verantwortung des Benutzers. Ungeprüfte und unkorrigierte Durchbiegungen können zu schweren Schäden führen.





3. Einstellen des Antriebsriemens (Motor)

Die Antriebsriemen sind werkseitig voreingestellt, können jedoch mit der Zeit locker werden, was zu Schlupf führen kann. Einstellen:

1. Verwenden Sie einen Schraubenschlüssel, um die Einstellschraube gegen den Uhrzeigersinn zu drehen.

2. Der Einstellbereich sollte eine reibungslose Übertragung ohne Schlupf gewährleisten.

Hinweis: Reinigen Sie die Riemen und Riemenscheibenrillen regelmäßig, um einen reibungslosen Betrieb des Antriebssystems zu gewährleisten.

a) Einstellschraube; b) Motor; c) Vordere Rolle; d) Riemen

Typische Fehler und Reparaturmethoden:

Problem	Wahrscheinliche Ursachen	Wartungsmethoden
Das Laufband funktioniert nicht	A. Es ist vom Stromnetz getrennt	Schließen Sie es an eine Steckdose an.
	B. Der Sicherheitsschlüssel ist nicht eingesteckt	Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel in das Bedienfeld
	C. Offener Signalkreis	Steuereingang und Signalleitung prüfen
	D. die Stromversorgung ist nicht eingeschaltet	Stellen Sie den Netzschalter auf die Position NO
	E. Sicherung ist durchgebrannt	Ersetzen Sie die Sicherung
Das Gerät bewegt sich nicht gleichmäßig	A. Unzureichende Schmierung	Verwenden Sie ein Fett auf Methylsilikonölbasis
	B. Die Laufbänder sind zu fest angezogen	Laufbänder auf festen Sitz einstellen
Das Laufband ist verrutscht	A. Laufband ist zu locker	Stellen Sie die Laufbänder so ein, dass sie fest sitzen.
	B. Riemen ist lose	Spannung des Antriebsriemens einstellen

Störungscode	Fehlerbeschreibung	Fehlersuche
E 1	Fehlerhafte Kommunikation zwischen Steuerung und Konsole nach dem Einschalten.	Das Steuergerät ist in einen Fehlerzustand geraten - eine Inbetriebnahme ist nicht möglich. Die Konsole zeigt einen Fehlercode an und gibt drei Pieptöne aus. Mögliche Ursachen: - Die Kommunikation zwischen dem Steuergerät und der Konsole ist blockiert - überprüfen Sie den Anschluss der Kommunikationsleitung, - Vergewissern Sie sich, dass jede Ader vollständig eingesteckt ist, - Wenn die Kommunikationsleitung beschädigt ist, ersetzen Sie sie.
E 3	Das Motorkabel ist nicht richtig angeschlossen.	Das Gerät wurde aufgrund eines Fehlers ausgeschaltet - der Konsolensummer gibt 9 Pieptöne ab und auf dem Display wird der Fehlercode angezeigt. Wenn das Gerät nach dem Abschalten wieder in den Normalzustand zurückkehrt, geht es möglicherweise in den Standby-Modus und startet neu. Mögliche Ursachen: - Das Motorkabel ist nicht richtig angeschlossen - überprüfen Sie den Anschluss, - das Steuergerät ist möglicherweise defekt -prüfen Sie, ob es nicht einen charakteristischen Geruch nach verbrannten Bauteilen abgibt; tauschen Sie das Steuergerät gegebenenfalls aus.
	Kein Signal vom Drehzahlsensor - die Steuerspannung am Ausgang zum Gleichstrommotor ist reduziert. Das Gerät empfängt für mehr als 3 Sekunden keine Rückmeldung der Motordrehzahl.	Das Gerät wurde aufgrund eines Fehlers abgeschaltet - der Konsolensummer gibt 9 Pieptöne ab und auf dem Display wird der Fehlercode angezeigt. Nach 10 Sekunden des Abschaltens kann das Gerät in den Standby-Modus wechseln und neu gestartet werden. Mögliche Ursachen: - Kein Signal vom Geschwindigkeitssensor für mehr als 3 Sekunden - Prüfen Sie, ob der Stecker des Sensors richtig angeschlossen und unbeschädigt ist, - ggf. den Stecker wieder anschließen oder den Sensor austauschen.
E 4	Steigung	Prüfen Sie, ob das Induktionskabel des Aufzugmotors richtig angeschlossen ist. Für einen zuverlässigen Anschluss - den Stecker abziehen und wieder anstecken. Prüfen Sie, ob das Wechselstromkabel des Aufzugmotors richtig angeschlossen ist und ob die Wechselstromkabel des Aufzugmotors und der Steuerung richtig gekennzeichnet sind. Überprüfen Sie den Zustand des Motoranschlusskabels - wenn es beschädigt ist, ersetzen Sie es oder den gesamten Aufzugsmotor. Unter Drücken Sie abschließend die Teach-Taste an der Steuerung, um den Einlernvorgang erneut zu starten.
E 5	Überstromschutz - während des Betriebs hat das System festgestellt, dass der Strom des Gleichstrommotors den Nennwert um mehr als 6 A für mehr als 3 Sekunden überschritten hat.	Das Gerät wurde aufgrund eines Fehlers abgeschaltet - der Konsolensummer gibt 9 Pieptöne ab und auf dem Display wird der Fehlercode angezeigt. Es ist möglich, das Gerät 10 Sekunden nach dem Abschalten im Standby-Modus neu zu starten. Mögliche Ursachen: - der Motorstrom hat den Nennwert überschritten - das System hat den Selbstschutzmechanismus aktiviert, - mögliche mechanische Blockierung des Laufbandes, die die Drehung des Motors verhindert, - übermäßige mechanische Belastung, die zu einem Anstieg der Stromaufnahme führt. Empfohlene Maßnahmen: - Überprüfen Sie das Laufband und stellen Sie es so ein, dass das Gerät korrekt funktioniert, - Wenn der Motor ungewöhnliche Geräusche macht oder verbrannt riecht - tauschen Sie den Motor oder das Steuergerät aus, - Prüfen Sie, ob die Stromversorgung stabil und mit der erforderlichen Spannung kompatibel ist - falls erforderlich Testen Sie das System gegebenenfalls mit der richtigen Eingangsspannung.
E 6	Explosionsschutz - Impulsschutz: Falsche Versorgungsspannung oder falscher Motorbetrieb (etc.) können zu Schäden am Antriebsmotorkreis führen.	Das Gerät wurde aufgrund eines Fehlers abgeschaltet - der Konsolensummer gibt 9 Pieptöne ab und auf dem Display wird der Fehlercode angezeigt. 10 Sekunden nach dem Ausschalten geht das Gerät in den Standby-Modus über und kann neu gestartet werden. Mögliche Ursachen: - die Versorgungsspannung weniger als 50 % des Nennwerts beträgt - verwenden Sie die richtige Spannung und testen Sie das Gerät erneut, - das Steuergerät kann defekt sein - bei Brandgeruch das Steuergerät austauschen, - Die Motorkabel sind möglicherweise nicht angeschlossen oder lose - überprüfen Sie die Anschlüsse und schließen Sie die Kabel erneut an.



Bluetooth APP für Laufbänder



Bluetooth-Verbindung unterstützt AnyRun, Zwift und Kinomap



AnyRun

Laden Sie die AnyRun App herunter, registrieren Sie sich und loggen Sie sich ein, gehen Sie zur Einstellungsseite: Klicken Sie unten rechts auf Einstellungen, klicken Sie auf Geräte, die App erkennt Bluetooth-Codes, wählen Sie einen Bluetooth-Code aus, der mit dem auf der Gerätekonsole markierten Code übereinstimmt, und koppeln Sie ihn.

Zwift

Laden Sie die Zwift-App herunter, registrieren Sie sich, melden Sie sich an und gehen Sie zur Einstellungsseite: Klicken Sie unter PAIRED DEVICES auf RUN für das Laufband, dann auf POWER

SOURCE und es erscheint ein Pop-up-Menü. Wählen Sie den Bluetooth-Code aus, der mit dem auf der Gerätekonsole markierten Code übereinstimmt, und wählen Sie OK zum Koppeln.

HINWEIS: Zwift merkt sich die Geräte, die in einer vorherigen Sitzung verwendet wurden, und kann versuchen, sich mit diesen Geräten zu koppeln, wenn sie vorhanden und verfügbar sind. Wenn Sie gekoppelte Geräte sehen, die Sie nicht verwenden möchten, können Sie diese einfach abwählen und das Gerät auswählen, das Sie koppeln möchten.

Kinomap

Laden Sie die Kinomap-App herunter, registrieren Sie sich und melden Sie sich an. Rufen Sie die Einstellungsseite auf: Klicken Sie unten rechts auf Mehr, klicken Sie auf Geräteverwaltung, klicken Sie oben rechts auf +, wählen Sie ein Laufband; Dann wählen Sie die Bluetooth-Marke Ihrer Wahl, z.B. Anyrun usw.; Klicken Sie auf Inhalt im Abschnitt Interaktiv, die App erkennt die gefundenen Geräte, wählen Sie den Bluetooth-Code, der mit dem auf der Gerätekonsole markierten Code übereinstimmt, und klicken Sie dann auf NEUES GERÄT HINZUFÜGEN, das erfolgreich hinzugefügte Gerät wird angezeigt.



INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Gracias por adquirir este producto. Con su ayuda cuidará fácilmente de su mejor forma física, su salud y su bienestar.

Instrucciones de uso

1. Enchufe el cable de alimentación únicamente a una toma con toma de tierra. No utilice alargadores ni adaptadores.
2. Asegúrese de que la cinta de correr se apoya firmemente sobre una superficie plana en una habitación cerrada y seca.
3. Antes de poner en marcha la cinta, colóquese en los peldaños laterales y sujétese la llave de seguridad a la ropa.
4. Sólo una persona puede hacer ejercicio en la cinta a la vez.
5. Se recomienda llevar ropa deportiva ajustada y zapatillas de fitness.
6. Si es necesario, ajuste la velocidad de su ejercicio utilizando los mandos.
7. Cuando haya terminado de correr, detenga la cinta con el botón "Stop" o extrayendo la llave de seguridad.
8. Desconecte siempre la alimentación y desenchufe la clavija después de hacer ejercicio o antes de cambiar de posición la máquina.
9. Consulte a su médico antes de hacer ejercicio, especialmente si padece alguna enfermedad crónica.
10. Limpie la máquina regularmente con un paño seco y evite el contacto de los componentes con el agua.
11. No utilice la cinta de correr inmediatamente después de comer o cuando esté cansado.
12. El funcionamiento continuo de la unidad no debe superar las 2 horas.
13. Debe haber un espacio libre mínimo de 2000 x 1000 mm.
14. Desconecte siempre la unidad de la red eléctrica durante el mantenimiento.
15. En caso de ruidos extraños, olor a quemado, problemas con la pantalla o movimiento de la cinta, interrumpa inmediatamente el entrenamiento, desconecte la alimentación eléctrica y póngase en contacto con el centro de asistencia técnica.

Advertencias y prohibiciones

- ⚠ No utilice la cinta de correr
- si está siguiendo un tratamiento médico y no cuenta con la aprobación de su médico,
 - si tiene problemas de corazón, espalda, articulaciones, osteoporosis o enfermedades crónicas graves,
 - durante el embarazo, la menstruación o cuando se encuentre mal,
 - si ha bebido alcohol o está bajo los efectos de drogas que disminuyan su concentración,
 - si el cable de alimentación está dañado o el enchufe está suelto.
- ⚠ Está prohibido
- desmontar, modificar o reparar la cinta usted mismo,
 - utilizar el aparato al aire libre o en espacios húmedos (por ejemplo, el cuarto de baño),
 - encender o apagar la cinta de correr con las manos mojadas,
 - saltar sobre la cinta de correr o bajarse de ella mientras la máquina esté en funcionamiento,
 - utilización de la cinta de correr por niños y personas inconscientes o con deficiencias motrices.



- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. Consola | 5. Llave de seguridad |
| 2. Perfil vertical | 6. Correa de rodadura |
| 3. Cubierta del motor | 7. Cinturón lateral |
| 4. Empuñadura | 8. Tapa trasera |

Información técnica

Dimensiones (mm)	Sin plegar 1700 x 790 x 145
	Plegado 1180 x 790 x 1450
Cinta corredera (mm)	1420 x 500
Velocidad (km/h)	1-22



1) Lista de embalaje:

1. Cuerpo principal
2. Perfiles
3. Marco de la consola
4. Consola
5. Llave de seguridad
6. Aceite de silicona
7. Manual de instrucciones
8. Juego de tornillos

2) Lista de equipamiento:

1. H Tornillo hexagonal con cabeza plana grande (M8 * 50 * 20) 4ud.
2. Llave en L S4 1ud.
3. Tornillo de cabeza hexagonal (M6*10)
4. Llave en L S6 1ud.
5. Tornillo de cabeza hexagonal M8x15 8ud.
6. Llave en T 6x80



INSTALACIÓN:

Nota: No apriete completamente todos los tornillos durante la instalación. Apriete todos los tornillos cuando los componentes estén completamente instalados.

Paso 1: Saque la unidad del embalaje y colóquela sobre una superficie plana (como se muestra). Retire todas las bolsas y correas protectoras.

Paso 2: Como se muestra: mantenga la cinta de correr en posición vertical, inserte el perfil vertical (62) en el lugar correspondiente de la base (1) y fíjelo con un tornillo hexagonal M8 x 50 x 20 (101) y fíjelo además con un tornillo M8 x 15 (102). Repita la operación en el otro lado (63).

Paso 3: Como se muestra en la figura: después de conectar el cable de comunicación en el lado derecho del marco del pasamanos, instale los soportes soldados (72) en los lugares correspondientes de los postes verticales (62) y (63) y fíjelos con un tornillo hexagonal M8 x 15 grande (102).

Paso 4: Tras conectar el cable de señal de la consola, coloque el soporte (72) en el marco de la consola (24) y fíjelo con tornillos hexagonales M6 x 10 (103).

Paso 5: Coloque la unidad en el lugar deseado y apriete todos los tornillos de fijación. A continuación, coloque la llave de seguridad (89): ¡la cinta de correr está lista para su uso!

Número	Nombre	Cantidad	Número	Nombre	Cantidad
1	Base soldada	1	54	Rueda $\Phi 62 \times \Phi 8.0 \times t22$	2
2	Tornillo hexagonal M8x50x20	2	55	Cojín cilíndrico $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Tuerca hexagonal M8	2	56	Bloque guía redondo $\phi 25 \times \phi 5 \times 4,5$	10
4	Arandela plana $\Phi 8$	2	57	Cinta $\phi 16$ (blanca)	3
5	Cuenta (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	Almohadilla EVA (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Rueda $\Phi 62 \times \Phi 8.0 \times t22$	2	59	Anillo magnético $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7.5$	1
7	Tapón ciego $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Abrazadera 3/8(UC-2)	1
8	Bastidor principal	1	61	Abrazadera del cable de alimentación SR-5R1	1
9	Soporte del controlador	1	62	Perfil vertical izquierdo 0.32 m^2	1
10	Placa de cubierta del motor	1	63	Perfil vertical derecho 0.32 m^2	1
11	Tubo fijo de la cubierta del motor $\Phi 16 \times t1.2 \times 23$	1	64	Cable de comunicación SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Tornillo hexagonal M8x75	1	65	Marco	1
13	Tornillo de cabeza cilíndrica hexagonal M8x60	2	66	Tornillo cabeza hexagonal M12x $\Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Placa de montaje del motor A	2	67	Tornillo cabeza hexagonal plana M10x25x15	2
15	Placa de montaje del motor B	1	68	Tuerca $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Tornillo cabeza hexagonal plana M8x45x20	2	69	Casquillo $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3.0$	2
17	Tornillo de cabeza cilíndrica hexagonal M6x30x $\Phi 16$	4	70	Arandela plana $\Phi 14$	2
18	Tornillo Phillips con cabeza plana grande M5x10	2	71	Manguito del eje de elevación (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Tornillo en cruz con cabeza plana grande M4x10	6	72	Soldaduras del soporte de la consola	1
20	Tornillo autorroscante de cabeza plana grande con ranura en cruz ST4x16	4	73	Marco de la pantalla $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Tornillo de cabeza plana grande con ranura en cruz STx10	7	74	Tornillo de cabeza plana grande con ranura en cruz ST4x16	19
22	Tornillo autorroscante con ranura en cruz ST3x10	4	75	Tornillo avellanado ST4x15	4
23	Tornillo avellanado autorroscante ST4x15	2	76	Tornillo avellanado ST4x70	2
24	Soldadura del marco de la consola	1	77	Elemento $t0.5 \times 490 \times 167$	1
25	Arandela elástica $\Phi 8$	3	78	Tornillo de cabeza plana grande ST4x10	12
26	Arandela elástica $\Phi 5$	17	79	Panel 1136EA/571x27 7x10,8	1
27	Arandelas de seguridad dentadas $\Phi 5$	2	80	Tapa trasera del panel 1136EA/571x27 7x28	1
28	Arandela plana $\Phi 8$	3	81	Tapa superior	1
29	Contratuerca hexagonal M8	3	82	Tapa inferior	1
30	Tornillo cabeza hexagonal M10x35x20	3	83	Arandela antideslizante	1
31	Tornillo cabeza hexagonal M10x65x20	2	84	Medición de la frecuencia cardíaca	1
32	Tornillo cabeza hexagonal M10	1	85	Pulsómetro 7239EA/L- 50MM/SM5 PIN/INCLINE +/-	1
33	Arandela plana $\Phi 10$	1	86	Cable de comunicación SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Arandela plana $\Phi 8$	1	87	Consola 3338EA	1
35	Cable de comunicación SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Cable de comunicación para pulsómetro 3330EA/L- 1000mm	1
36	Perno cilíndrico de cabeza hexagonal con rosca completa	2	89	Llave de seguridad J52x15x15 (L-700	1
37	Conductor	1	90	Toma de enclavamiento de seguridad J86x20x16	1
38	Cable L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Panel acrílico $t1.0 \times 554 \times 260$	1
39	Cable L-300mm/1,5mm 2/(Negro)	1	92	Clavija en forma de D DX40x80	2
40	Interruptor KCD4	1	93	Válvula unidireccional $\Phi 29 \times t1.2 \times 340$	1
41	Interruptor de rearme automático 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Escudos	1
42	Cable L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Tornillo hexagonal M8x30x20	1
43	Conector 3x1,0mm2x2000	1	96	Enchufe $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Rodillo delantero 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Tuerca hexagonal de retención M8	2
45	Rodillo trasero 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Arandela plana $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Motor sin escobillas	1	99	Varilla $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8.2 \times 350 \text{ N}$	1
47	Motor de inclinación 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	fragmento-1 $t0.6 \times 16.5 \times 43$	1
48	Plataforma 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Tornillo cabeza hexagonal M8x50x20	4
49	Correa 2930x500x11.6	1	102	Tornillo hexagonal de cabeza plana M8x15	8
50	Correa 174 (442) PJ6	1	103	Tornillo de cabeza hexagonal M6x10	4
51	Cubierta del motor 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	Llave en L 4x30x80	1
52	Tapa trasera 673x93x51	1	105	Llave en L 6x35x80	1
53	Carril lateral $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	Llave en T 6x80	1

Trucos y consejos

- **Calentamiento:** Calienta entre 5 y 10 minutos antes de cada sesión de ejercicio.
- **Respiración:** no aguantes la respiración durante el ejercicio. Inspira por la nariz y expira por la boca con firmeza y suavidad. La respiración debe coordinarse con el movimiento.
- **Frecuencia:** Los mismos grupos musculares deben entrenarse cada 48 horas, o cada dos días, para dar tiempo a la recuperación.
- **Carga:** Adapte la intensidad del entrenamiento a su condición física. Las agujetas son normales al principio, pero remitirán con el tiempo si se continúa con el ejercicio.
- **Relajación:** Dedica 5 minutos a relajarte después de cada sesión para mantener los músculos fuertes y flexibles.
- **Dieta:** No empieces a entrenar inmediatamente después de comer para no forzar el sistema digestivo. Después del ejercicio, espere al menos 30 minutos antes de comer. Evite beber grandes cantidades de agua durante el ejercicio para no sobrecargar el corazón y los riñones.
- **Estiramientos:** Sea cual sea la intensidad de tu carrera, procura estirar los músculos. Primero realiza un calentamiento -por ejemplo, marchando durante 5-10 minutos- y luego detente y estira cada pierna durante al menos 10 segundos, repitiendo el ejercicio cinco veces. Después del entrenamiento, repite los estiramientos.

1. Flexiones hacia delante

Con las rodillas ligeramente flexionadas, inclínate lentamente hacia delante, dejando que la espalda y los hombros se relajen y que las manos toquen los dedos de los pies. Mantén la postura de 10 a 15 segundos y luego relaja. Repítalo 3 veces (véase la figura 1).

2. Estiramiento de los tendones de la rodilla

Siéntese sobre un cojín limpio y estire una pierna. Acerca la otra pierna para que quede contra la parte interior de la pierna estirada. Intente tocarse los dedos de los pies con las manos. Mantenga la posición durante 10 a 15 segundos y relájese. Repita 3 veces con cada pierna (ver figura 2).

3. Estiramiento de los tendones de la pantorrilla y el talón

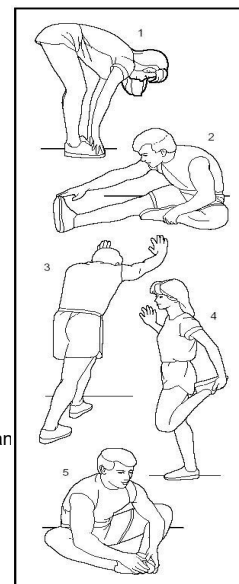
Apóyese en una pared o en un árbol con las dos manos y, extienda la pantorrilla hacia atrás. Mantenga la pierna de atrás estirada y los talones en el suelo, inclinándose hacia la pared o el árbol. Aguanta de 10 a 15 segundos y luego relaja. Repita 3 veces con cada pierna (ver figura 3).

4. Estiramiento de los cuádriceps

Apóyese en una pared o mesa con la mano izquierda, luego estire la mano derecha hacia atrás, agarre el tobillo derecho y tire lentamente hacia las caderas hasta que sienta que los músculos de la parte delantera de los muslos se tensan. Mantén la posición durante 10-15 segundos y luego relaja. Repita 3 veces con cada pierna (véase la figura 4).

5. Estiramiento de los músculos de la cara interna de los muslos

Siéntese con los pies enfrentados y las rodillas hacia fuera. Sujete los pies con ambas manos y llévelos hacia la ingle. Mantenga la postura durante 10 a 15 segundos y relájese. Repita la operación 3 veces (véase la figura 5).

**Instrucciones del panel de la consola**

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|
| 1. Atajos de inclinación | 5. Inicio/Pausa |
| 2. Inclinación "arriba" y "abajo" | 6. Programa |
| 3. Programa | 7. Velocidad "arriba" y "abajo" |
| 4. Detener | 8. Atajos de velocidad |



1. El programa P01 es un programa de usuario manual, los programas P01-P36 son programas de entrenamiento automático incorporados; posibilidad de crear perfiles para 3 usuarios y función de cálculo del IMC.
2. Pantalla LED con 14 botones de control.
3. Función integrada de conversión de unidades de velocidad y distancia (km↔ millas).
4. Gama de velocidades: 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Inclinación: 0-15%.
6. Sistema de protección: sobrecarga, sobrecorriente, sobrevelocidad, así como protección contra interferencias electromagnéticas y otras.
7. Función de autodiagnóstico y visualización de códigos de error y avería.
8. Tres modos de usuario configurables.
9. Soporte para la función ERP (gestión eficiente de la energía).
10. Función de recordatorio para la lubricación (repostaje) de la correa de transmisión.

Descripción de las ventanas

1. CALORÍAS - muestra el número de calorías quemadas.
2. TIEMPO - indica la duración del entrenamiento.
3. DISTANCIA - muestra la distancia recorrida.
4. INCLINE - muestra el nivel de inclinación actual.
5. PULSO - indica la frecuencia cardíaca medida.
6. VELOCIDAD - muestra la velocidad actual.

Conversión de las unidades de medida:

- 1) Con el bloqueo de seguridad desconectado, pulse los botones "PROGRAM" y "MODE" al mismo tiempo, la pantalla mostrará 0,6, - distancia mostrada en millas.
- 2) Con el bloqueo de seguridad desconectado, pulse simultáneamente los botones "PROGRAM" y "MODE" y la pantalla mostrará 1,0, que es la conversión de millas a kilómetros; distancia indicada en kilómetros

FUNCIONES:

"PROG" - botón de selección de programas: cuando está parado, permite seleccionar cíclicamente los programas P01-P36, los usuarios U01-U03 y la función IMC.

"MODO" - modo de funcionamiento:

Cuando se selecciona el modo manual, el ajuste por defecto es el modo normal.

Pulse el botón "MODE" para cambiar entre el modo de cuenta atrás de tiempo→ cuenta atrás de distancia→ cuenta atrás de calorías→ modo normal. También actúa como botón de reinicio - restaura el intervalo de cuenta atrás por defecto (30 minutos) en los programas P01-P36.

"START" - botón de inicio/pausa:

En modo parada, pone en marcha la cinta. En modo marcha, detiene el aparato (pausa). La función de pausa puede no funcionar si la cinta de correr está conectada a Bluetooth.

"STOP" - botón de parada/reinicio:

Mientras la máquina está en marcha, pulsando el botón STOP la máquina se detiene gradualmente. Cuando la pantalla muestra ERR, al pulsar el botón se borra esta información.

"+" - botón de aumento de velocidad:

En modo parada o al medir la grasa corporal, sirve para aumentar el valor del parámetro ajustado. Cuando la cinta está en marcha, aumenta la velocidad.

"-" - botón de disminución de la velocidad:

En modo parada o medición de grasa - reduce el valor del parámetro ajustado. En modo carrera - reduce la velocidad de carrera actual.

"QUICK SPEED" - Botones de selección rápida de la velocidad (3, 6, 9 km/h):

Una vez completados los ajustes, permiten el ajuste inmediato de la velocidad establecida.

"▲" - Botón de aumento de la inclinación.

"▼" - botón para disminuir la inclinación.

"QUICK INCLINE" - botones de selección rápida de la inclinación (3, 6, 9%): Cuando la cinta de correr está en marcha, le permiten establecer directamente una inclinación específica.

Desconexión de emergencia

Consta de un clip y un cordón de nylon. En cualquier situación en la que la llave esté fuera del enchufe, la cinta de correr dejará de funcionar automáticamente, se bloqueará el funcionamiento de la consola y la pantalla mostrará "E-07" junto con un pitido. Al volver a introducir la llave, la pantalla mostrará el estado durante 2 segundos y, a continuación, la cinta de correr entrará en el modo listo para funcionar.

Programa USUARIO: el sistema permite crear tres perfiles individuales: USUARIO1-USUARIO3. Para activar el modo usuario, pulse la tecla

"PROG" y seleccione USUARIO1, USUARIO2 o USUARIO3. A continuación, pulse "MODOS" para entrar en los ajustes del programa o inmediatamente "START" para iniciar el entrenamiento. En el modo de edición, se pueden configurar 10 secciones del entrenamiento, especificando la velocidad y la inclinación en cada sección.

Una vez completados los ajustes, pulse "START" para iniciar el programa. Los datos se guardarán automáticamente y estarán disponibles para sesiones posteriores.

LLAVE DE SEGURIDAD:

La llave de seguridad consta de un interruptor táctil, una pinza de lavandería y un cordón de nylon para evitar que la máquina se apague accidentalmente. Cuando el bloqueo de seguridad está fuera de la posición correcta, la cinta para correr deja de funcionar, se bloquea el funcionamiento de la consola y la pantalla muestra "E-07" junto con una señal acústica. Cuando el bloqueo está correctamente colocado, la pantalla se visualiza durante 2 segundos y después la cinta de correr entra en el modo de funcionamiento por defecto.

Programa de usuario - USER

El modo USUARIO le permite establecer su propio programa de entrenamiento. Dispone de tres perfiles: USUARIO1, USUARIO2 y USUARIO3. Para utilizar este modo

1. Pulse la tecla "PROG" para seleccionar USER1-USER3.
2. Pulse el botón "MODE" para configurar el programa, o "START" para iniciar el entrenamiento.
3. Utilice el botón "MODE" para ajustar las 10 secciones de velocidad y ángulo de inclinación.
4. Una vez finalizados los ajustes, pulse "START" para poner en marcha la cinta rodante. El programa se guardará y estará disponible la próxima vez que la ponga en marcha.

Guía de seguridad

1. Conecte el enchufe del cable de alimentación a una toma de 10 A con toma de tierra y encienda el interruptor de alimentación. En la pantalla aparecerá una indicación completa y un pitido. A continuación, conecte la llave de seguridad.
2. Coloque la llave en la consola y fije el clip a su ropa a la altura del pecho. La pantalla mostrará la visualización completa durante 2 segundos y, a continuación, pasará al modo por defecto: todos los valores se ponen a cero, los ajustes se restablecen y se activa el programa manual (P0).
3. Pulse "PROG" para seleccionar el programa P01-P36, U01-U03 o IMC.
4. El programa P0 es un modo manual con cuatro modos de entrenamiento posibles:
 - Modo 1: Tiempo incremental - tiempo, distancia y contador de calorías. Por defecto: 1,0 km/h, inclinación 0.
 - Modo 2: Tiempo de cuenta atrás - intervalo 5-99 min, por defecto 30:00.
 - Modo 3: Cuenta atrás de distancia - rango 1.0-99.0 km, por defecto 1 km.
 - Modo 4: Cuenta atrás de calorías - rango 20-990 cal, por defecto 50 cal. Los programas P01-P36 son ajustes predefinidos del sistema - todos funcionan en modo cuenta atrás.
5. Los programas P01-P36 son ajustes predefinidos del sistema - todos funcionan en modo cuenta atrás.
6. Después de ajustar los parámetros, pulse "START". Aparecerá una cuenta atrás de 5 segundos que finalizará con un pitido, tras lo cual la cinta comenzará a aumentar la velocidad.
7. Durante el entrenamiento, puede ajustar la velocidad con los botones "+", "-", o "VELOCIDAD RÁPIDA".
8. En los programas P01-P36, la velocidad se divide en 10 segmentos. Cada segmento dura el mismo tiempo, en función del tiempo total. El cambio de segmento se señala mediante tres pitidos 3 segundos antes de la conmutación.
9. Pulse "START" durante el funcionamiento para cambiar entre pausa y marcha. Al reanudar se conservan los ajustes guardados.
10. Pulse "STOP" para detener el motor - la unidad volverá a su estado inicial.
11. El ángulo de inclinación puede ajustarse con "+", "-", o "QUICK INCLINE".
12. La extracción de la llave de seguridad detendrá automáticamente la cinta de correr, mostrará el mensaje "E-07" y activará una señal acústica.
13. El sistema monitoriza constantemente la seguridad - cualquier error detectado provocará la parada del funcionamiento y un mensaje apropiado.
14. Para borrar el mensaje de error, pulse "STOP".
15. Prueba de IMC (versión asiática):
 - Pulse "PROG", seleccione "IMC".
 - Ajuste los parámetros F1-F5:
 - F1 - Sexo (1: masculino, 2: femenino), por defecto 1
 - F2 - Edad: 1-99, por defecto 25
 - F3 - Altura (cm): 100-220, por defecto 170
 - F4 - Peso (kg): 20-150, por defecto 70
 - F5 - Inicie la prueba: Mantenga pulsados los sensores de frecuencia cardíaca durante 4 segundos: la pantalla mostrará el resultado del IMC.
 - Interpretación (normas asiáticas):
 - <18 - delgado
 - 18-24 - peso ideal
 - 25-28 - sobrepeso
 - >29 - obeso

16. Prueba del IMC (método británico):

- Altura (pulgadas): 39-87, por defecto 67
- Peso (libras): 44-330, por defecto 154
- Resto de parámetros idénticos a los anteriores
- El resultado del IMC aparece 4 segundos después de colocar la mano sobre los sensores

Función de ahorro de energía (ERP)

Por defecto, el sistema arranca en modo ERP. Si la cinta no está en uso, entra en modo de reposo después de aproximadamente 4,5 minutos. Para despertarla, pulse cualquier botón. En el modo de espera, mantenga pulsado el botón "MODE" durante 3 segundos para apagar el ERP ("2222" aparecerá en la pantalla), y manteniendo pulsado el botón "MODE" de nuevo enciende el ERP ("1111" aparecerá en la pantalla).

Tabla de velocidades e inclinaciones para los programas automáticos P01-P36; métrico (**TABLA 1**)

Tabla de velocidades e inclinaciones para los programas automáticos P01-P36; en pulgadas (**TABLA 2**)

Código del problema	Causa probable	Reparación
El sistema no funciona	A. La alimentación no está conectada o no está encendida	Conecte la alimentación o coloque el interruptor de alimentación en la posición "NO".
	B. Los enclavamientos de seguridad no están colocados	Coloque el bloqueo de seguridad en la posición correcta
	C. El controlador o la consola no están encendidos	Sustituya el controlador o la consola
	D. Mal contacto de línea	Compruebe las entradas y salidas del sistema y las líneas de comunicación líneas de comunicación
Parada repentina en condiciones normales	A. Se ha caído el enclavamiento de seguridad	Vuelva a instalar
	B. Error del sistema	Pida al servicio técnico que se encargue de ello
Fallo de la llave	Tecla incorrecta	Sustituir consola o placa base
E-01	A. El cable de comunicación tiene mala conectividad	Vuelva a conectar el cable de comunicación y compruebe que el puerto está correctamente conectado o sustituya el cable de comunicación.
	B. Consola defectuosa	Cambie la consola
	C. Controlador defectuoso	Cambiar el controlador
E-02	A. Motor defectuoso	Cambiar el motor
	B. El cable del motor está mal conectado al controlador o el controlador está mal conectado.	Compruebe y vuelva a conectar o sustituya el controlador
E-03	A. La fotocélula no está correctamente instalada	Compruebe y vuelva a conectar
	B. Barrera fotoeléctrica defectuosa	Sustituir fotosensor
	C. Fotocélula sucia o mal primer contacto	Compruebe y vuelva a conectar/limpie el sensor
	D. Controlador defectuoso	Sustitución del controlador
E-05	A. Controlador defectuoso	Sustituir el controlador
	B. Motor defectuoso	Sustituya el motor
	C. Fallo mecánico	Compruebe que el aceite o el tambor no estén obstruidos.
E-07	La consola no detecta la señal de bloqueo de seguridad	1. Compruebe que el enclavamiento de seguridad está colocado;
		2. Reinstale el mecanismo de bloqueo de seguridad;
No hay señal de ritmo cardíaco	A. El cable del asa no está insertado en su sitio o el cable del asa no está bien	Compruebe y conecte o sustituya el cable de la empuñadura
	B. Mal funcionamiento del circuito del sistema electrónico	Sustituir la consola
Líneas de la consola incompletas o ausentes	A. Pantalla defectuosa	Sustituir la placa base o la pantalla
	B. Fallo del sistema	Sustitución de la consola

PLEGAR Y DESPLAZAR LA CINTA DE CORRER:

1. Plegado de la cinta

Desconecte la alimentación eléctrica antes de plegar la cinta. Asegúrese de que la inclinación de la cinta de correr está ajustada al nivel más bajo. Eleve la cinta de correr hasta una posición vertical; las piezas de conexión se bloquearán automáticamente en el sistema hidráulico. Compruebe que las piezas de conexión están bloqueadas tal y como se muestra en la ilustración.

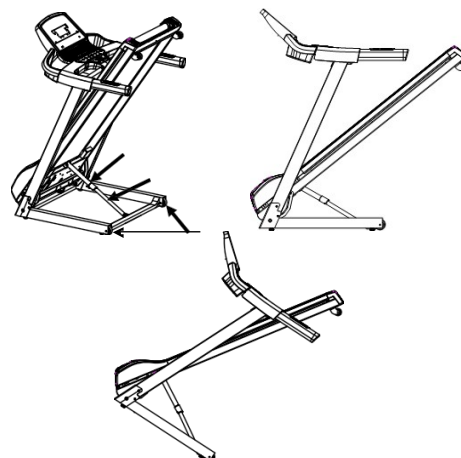
2. Colocación de la cinta para correr

Elija una superficie plana, libre de obstáculos, a 1 metro aproximadamente de una toma de corriente. Al desplegarla, sujete la cinta de correr con ambas manos, pise el conector con los pies - la cinta bajará lentamente hasta el suelo. Durante este tiempo, el usuario deberá permanecer a una distancia de aproximadamente 1 metro hasta que la unidad se haya desplegado completamente, tal y como se muestra en la ilustración.

3. Traslado de la cinta de correr Antes de trasladar la cinta de correr, asegúrese de que:

- El interruptor de alimentación esté en "off".
- El enchufe esté desconectado de la toma de corriente.
- El bastidor principal esté correctamente montado.

Después de revisar las instrucciones anteriores, sujete el extremo de la cinta de correr con una mano y el reposabrazos del mismo lado con la otra. A continuación, con la máquina en un ángulo de 40-50° respecto al pecho, muévala lentamente como se muestra.



GUÍA DE CONEXIÓN A TIERRA:

Este producto está equipado con un conductor de protección y un enchufe con toma de tierra. La cinta de correr debe conectarse a una toma de tierra adecuada de acuerdo con la normativa local.

¡Peligro! Si no está seguro de que el aparato esté correctamente conectado a tierra, póngase en contacto con un electricista cualificado o un centro de servicio autorizado. No modifique usted mismo el enchufe suministrado con el producto. Si el enchufe no es compatible, un electricista cualificado debe instalar la toma correcta.

INSTRUCCIONES DE USO DE LA CINTA DE CORRER

1. Conecte la alimentación, despliegue la cinta de correr en la posición más baja y compruebe que funciona correctamente.
2. Sujete la cuerda de seguridad a su ropa.
3. Asegúrese de que la cinta funciona correctamente y es estable antes de empezar a hacer ejercicio. No se coloque directamente sobre la cinta cuando ponga en marcha la cinta. El arranque correcto consiste en colocarse sobre los raíles laterales con las manos apoyadas en las empuñaduras. Después pulse el botón "START" y sujetar las empuñaduras, la cinta se pondrá en marcha al cabo de 5 segundos a una velocidad de 1,0 km/h. A continuación, pulse el botón "+" para aumentar la velocidad a 2,5-3,5 km/h, que es la velocidad óptima para correr. Mantenga ambas manos en el manillar y entre gradualmente en el carril al comenzar el ejercicio. Muévase a un ritmo coherente con el movimiento del carril.
4. Pasados unos minutos, puedes aumentar la velocidad con el botón "+" o reducirla con el botón "-" mientras mantienes las manos en las empuñaduras.
5. Durante la marcha, también puede fijar una velocidad constante seleccionándola directamente en el panel.
6. Pulsando el botón "STOP" en cualquier momento se para el motor.
7. Uso de los modos preestablecidos Conecte y encienda el aparato. Pulse el botón "SELECT" para seleccionar el modo deseado y luego "START" para ponerlo en marcha. En cualquier momento puede ajustar la velocidad con los botones "+" o "-" o detener el aparato pulsando "STOP".
8. Prueba de la función HRC Cuando el aparato esté encendido, coloque las manos sobre los sensores metálicos de frecuencia cardíaca: el valor HRC aparecerá en la ventana de visualización.

Nota: Al tirar del botón de seguridad, la cinta se detiene inmediatamente y se desactiva el ordenador. Aparecerá un mensaje en la pantalla: "-----".

MANTENIMIENTO: Un mantenimiento adecuado es fundamental para un funcionamiento fiable y seguro de la cinta de correr. Descuidarlo puede provocar daños o acortar la vida útil de la máquina. Todos los componentes deben ser inspeccionados y apretados regularmente. Las piezas desgastadas deben sustituirse inmediatamente.

LUBRICACIÓN: La cinta de correr ha sido lubricada en fábrica durante su producción. Sin embargo, después de un cierto período de uso, la cinta de correr requiere una lubricación regular con un aceite especial de silicona.

Recomendaciones para la frecuencia de lubricación:

- Uso inferior a 3 horas semanales - lubricación cada 5 meses
- Uso 4-7 horas a la semana - lubricación cada 2 meses
- Uso superior a 7 horas semanales - lubricación mensual

Nota: No se recomienda una lubricación demasiado frecuente. Una lubricación adecuada es un factor clave para la vida y el rendimiento de la cinta de correr. Para comprobar si necesita lubricación, levante los laterales de la cinta de correr y toque la parte trasera central de la cinta:

- Si puede sentir la silicona, no es necesario lubricar.
- Si la superficie está seca - lleve a cabo la lubricación.

Instrucciones de lubricación:

1. Detenga la máquina y pliegue la cinta de correr.
2. Levante la cinta de correr por la parte trasera del bastidor principal.
3. Sujete la botella lo más cerca posible del centro de la cinta y rocíe aceite de silicona por ambos lados.

Haga funcionar la cinta de correr a 1 km/h para distribuir el aceite uniformemente por la superficie de la cinta.

1. Ajuste de la cinta de correr

La cinta de correr viene correctamente ajustada de fábrica. Sin embargo, con el uso, puede aflojarse y provocar roturas o deslizamientos. En este caso, apriete los tornillos de ajuste, cada uno media vuelta a la izquierda o a la derecha.

Si la correa está demasiado floja, puede resbalar en la polea. Por el contrario, una tensión excesiva puede sobrecargar el motor y dañar el motor, la correa, los rodillos u otros componentes.

2. Ajuste de la desviación de la correa

Aunque la correa viene ajustada de fábrica, puede desviarse con el tiempo. Las causas más comunes son:

- Alineación inestable de la cinta,
- Correr con un desplazamiento lateral,
- Distribución desigual de la presión del pie.

Si la desalineación no es permanente, hacer funcionar la cinta durante unos minutos sin carga puede restablecer el equilibrio. Si es necesario, realice un ajuste manual con una llave Allen de 6 mm - girando el tornillo media vuelta.

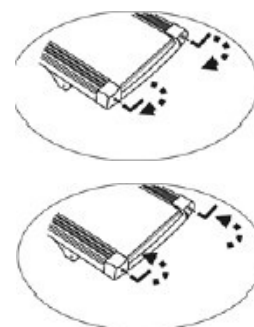
Ejemplo 1: la cinta se desliza hacia la izquierda → Apriete el tornillo izquierdo (en el sentido de las agujas del reloj) → O afloje el tornillo derecho (en el sentido contrario a las agujas del reloj)

Ejemplo 2: la correa se desplaza hacia la derecha → Apriete el tornillo derecho (sentido horario) → O afloje el tornillo izquierdo (sentido antihorario) LLAVE DE AJUSTE:

En el sentido de las agujas del reloj= apretar En el sentido contrario a las agujas del reloj= aflojar
La correa siempre se mueve hacia el lado que está más flojo.

Consejos:

Haga funcionar la cinta a baja velocidad antes de cada ajuste. No apriete demasiado los tornillos.
Observe el funcionamiento de la cinta después de cada ajuste.
Las desviaciones de la cinta no están cubiertas por la garantía y son responsabilidad del usuario. Las desviaciones no verificadas y no corregidas pueden provocar daños graves.





3. Ajuste de la correa de transmisión (motor)

Las correas de transmisión vienen preajustadas de fábrica, pero pueden aflojarse con el tiempo, provocando deslizamientos. Ajuste:

1. Utilice una llave para girar el tornillo de ajuste en sentido antihorario.

2. El margen de ajuste debe garantizar una transmisión suave y sin deslizamientos.

Nota: Limpie regularmente las correas y las ranuras de las poleas para garantizar un funcionamiento suave del sistema de transmisión.

a) Tornillo de ajuste; b) Motor; c) Rodillo delantero; d) Correa

Averías típicas y métodos de reparación:

Problema	Causas probables	Métodos de mantenimiento
La cinta de correr no funciona	A. Está desenchufada	Enchúfela a una toma de corriente
	B. La llave de seguridad no está asentada	Inserte la llave de seguridad en el panel
	C. Circuito de señal abierto	Compruebe la entrada del controlador y la línea de señal
	D. la fuente de alimentación no está conectada	Coloque el interruptor de alimentación en la posición NO
	E. Se ha fundido el fusible	Sustituya el fusible
No se mueve suavemente	A. Lubricación insuficiente	Utilice grasa a base de aceite de metil silicona
	B. Las bandas de rodadura están demasiado apretadas	Ajustar las bandas de rodadura
La cinta de correr se ha deslizado	A. La cinta de correr está demasiado floja	Ajuste las cintas de correr
	B. La correa está floja	Ajuste la tensión de la correa de transmisión

Código de error	Descripción del error	Solución de problemas
E 1	Comunicación incorrecta entre el controlador y la consola tras el encendido.	El controlador ha entrado en estado de error - no es posible la puesta en marcha. La consola muestra un código de error y emite tres pitidos. Posibles causas: - la comunicación entre el regulador y la consola está bloqueada - compruebe la conexión de la línea de comunicación, - asegúrese de que cada núcleo está completamente insertado, - si la línea de comunicación está dañada, sustitúyala.
E 3	El cable del motor no se ha conectado correctamente.	La unidad se ha apagado debido a un error - el zumbador de la consola emitirá 9 pitidos y la pantalla mostrará el código de error. Si la unidad vuelve a la normalidad después de apagarse, es posible que pase al modo de espera y se reinicie. Posibles causas: - el cable del motor no se ha conectado correctamente - compruebe la conexión, - el controlador puede estar defectuoso - compruebe que no emite un olor característico a componentes quemados; sustituya el controlador si es necesario.
	No hay señal del sensor de velocidad - la tensión de control en la salida hacia el motor de CC es reducida. La unidad no recibe realimentación de la velocidad del motor durante más de 3 segundos.	La unidad se ha apagado debido a un error - el zumbador de la consola emitirá 9 pitidos y la pantalla mostrará el código de error. Después de 10 segundos de apagado, la unidad puede pasar al modo de espera y reiniciarse. Posibles causas: - no hay señal del sensor de velocidad durante más de 3 segundos - compruebe que el enchufe del sensor está correctamente conectado y sin daños, - si es necesario, vuelva a conectar el enchufe o sustituya el sensor.
E 4	Pendiente	Compruebe que el cable de inducción del motor del ascensor está correctamente conectado. Para una conexión fiable, desconecte y vuelva a conectar el conector. Compruebe que el cable de alimentación de CA del motor del elevador esté correctamente conectado y que los cables de CA del motor del elevador y del controlador estén correctamente marcados. Inspeccione el estado del cable de conexión del motor: si está dañado, sustitúyalo o sustituya todo el motor del ascensor. En Por último, pulse el botón de aprendizaje del controlador para iniciar de nuevo el proceso de aprendizaje.
E 5	Protección contra sobrecorriente - durante el funcionamiento, el sistema detectó que la corriente del motor de CC superó el valor nominal en más de 6 A durante más de 3 segundos.	La unidad se ha apagado debido a un error - el zumbador de la consola emitirá 9 pitidos y la pantalla mostrará el código de error. Es posible reiniciar la unidad en modo de espera 10 segundos después de la desconexión. Posibles causas: - la corriente del motor ha superado el valor nominal - el sistema ha activado el mecanismo de autodefensa - posible bloqueo mecánico de la cinta que impide la rotación del motor, - carga mecánica excesiva que provoca un aumento del consumo de corriente. Acciones recomendadas: - compruebe y ajuste la cinta de correr para que la unidad funcione correctamente, - si el motor hace ruidos extraños o huele a quemado - sustituya el motor o el controlador, - compruebe que la fuente de alimentación es estable y compatible con la tensión requerida - si es necesario, pruebe el sistema con la tensión de entrada correcta.
E 6	Protección contra explosiones - protección contra impulsos: Una tensión de alimentación incorrecta o un funcionamiento incorrecto del motor (etc.) pueden provocar daños en el circuito del motor de accionamiento.	La unidad se ha desconectado debido a un error - el zumbador de la consola emitirá 9 pitidos y la pantalla mostrará el código de error. 10 segundos después de la desconexión, la unidad entrará en modo de espera y será posible reiniciarla. Posibles causas: - la tensión de alimentación es inferior al 50% del valor nominal - utilice la tensión correcta y vuelva a probar la unidad, - el controlador puede estar defectuoso - si hay olor a quemado, sustituya el controlador, - los cables del motor pueden estar desconectados o sueltos - compruebe las conexiones y vuelva a conectar los cables.



APP Bluetooth para cintas de correr



La conexión Bluetooth es compatible con AnyRun, Zwift y Kinomap



AnyRun

Descarga, regístrate e inicia sesión en la app AnyRun, ve a la página de ajustes: Haz clic en Ajustes, que está en la esquina inferior derecha, haz clic en Dispositivos, la app detectará los códigos Bluetooth, selecciona un código Bluetooth que sea igual al código marcado en la consola del equipo y emparejalo.

Zwift

Descargue, regístrese e inicie sesión en la aplicación Zwift, vaya a la página de configuración: En PAIRED DEVICES, haz clic en RUN para la cinta de correr; a continuación, haz clic en POWER

SOURCE y aparecerá un menú emergente, selecciona el código Bluetooth que coincida con el código marcado en la consola del equipo y selecciona OK para emparejar.

NOTA: Zwift recuerda los dispositivos utilizados en una sesión anterior y puede intentar emparejarse con esos dispositivos si están presentes y disponibles. Si ves dispositivos emparejados que no quieres usar, puedes simplemente deseleccionarlos y seleccionar el dispositivo que quieres emparejar.

Kinomap

Descarga, regístrate e inicia sesión en la app Kinomap, accede a la página de ajustes: pulsa Más en la esquina inferior derecha, pulsa Gestión de equipos, pulsa + en la zona superior derecha, selecciona una cinta de correr;

A continuación, selecciona la marca Bluetooth de su elección, por ejemplo, Anyrun, etc; Haga clic en contenido en la sección Interactivo, la aplicación detectará el equipo encontrado, seleccione el código Bluetooth que es el mismo que el código marcado en la consola del equipo, a continuación, haga clic en AÑADIR NUEVO EQUIPO, aparecerá el equipo añadido correctamente.



OLULISED OHUTUSJUHISED

Täname teid selle toote ostmise eest! Selle abil hoolitsete hõlpsasti oma parema füüsilise vormi, tervise ja heaolu eest.

Kasutusjuhend

1. Ühendage toitejuhe ainult maandatud pistikupessa. Ärge kasutage pikendusjuhtmeid ega adaptereid.
2. Veenduge, et jooksulint seisab kindlalt tasasel pinnal suletud ja kuivas ruumis.
3. Enne jooksulint käivitamist seiske küljetrepi ja kinnitage turvavõti oma riietuse külge.
4. Jooksurajal saab korraga treenida ainult üks inimene.
5. Soovitatav on kanda sobivaid spordiriietusi ja spordijalatsid.
6. Vajaduse korral reguleerige treeningu kiirust, kasutades selleks juhtseadmeid.
7. Kui olete jooksu lõpetanud, peatage jooksulint, kasutades nuppu "Stop" või tõmmates välja turvaklahvi.
8. Pärast treeningut või enne masina ümberpaigutamist lülitage alati seade välja ja tõmmake see vooluvõrgust välja.
9. Enne treenimist pidage nõu oma arstiga, eriti kui teil on krooniline haigus.
10. Puhastage masinat regulaarselt kuiva lapiga ja vältige komponentide kokkupuudet veega.
11. Ärge kasutage jooksulint kohe pärast sööki või kui olete väsinud.
12. Seadme pidev töötamine ei tohiks ületada 2 tundi.
13. Vaba ruumi peaks olema vähemalt 2000 x 1000 mm.
14. Hoolduse ajal ühendage seade alati vooluvõrgust lahti.
15. Ebatavaliste helide, põleva lõhna, ekraani või rihma liikumisega seotud probleemide korral lõpetage koheselt treening, ühendage vooluvõrk lahti ja võtke ühendust teeninduskeskusega.

Hoiatused ja keelud:

⚠ Ärge kasutage jooksulint:

- kui te läbite meditsiinilist ravi ja teil puudub arsti nõusolek,
- kui teil on südameprobleemid, seljaprobleemid, liigeseprobleemid, osteoporoos või tõsised kroonilised haigused,
- raseduse või menstruatsiooni ajal või kui tunnete end halvasti,
- kui olete tarvitanud alkoholi või olete keskendumisvõimet kahjustavate uimastite mõju all,
- kui toitejuhe on kahjustatud või pistikupesa on lahti.

⚠ Keelatud on:

- jooksurada ise lahti võtta, muuta või parandada,
- kasutada seadet välitingimustes või märgades ruumides (nt vannitoas),
- lülitada jooksulint sisse või välja märgade kätega,
- hüpata jooksulintide rihma peale või maha, kui masin töötab,
- jooksurada kasutada lapsed ja inimesed, kes on teadvuseta või kellel on liikumispuudulikkus.



- | | |
|------------------------|------------------|
| 1. Konsool | 5. Turvavõti |
| 2. Vertikaalne profiil | 6. Jooksev rihm |
| 3. Mootori kate | 7. Külgvöö |
| 4. Käepide | 8. Tagumine kate |

Tehniline teave

Suurus (mm)	Kokkupandud: 1700 x 790 x 145
	Kokkuvolditud: 1180 x 790 x 1450
Jooksev vöö (mm)	1420 x 500
Kiirus (km/h)	1-22



1) Pakend:

1. Põhikorpus
2. Profiilid
3. Konsooli raam
4. Konsool
5. Turvavõti
6. Silikoonõli
7. Kasutusjuhend
8. Kruvide komplekt

2) Varustuse nimekiri:

1. H Kuuskantpolt suure lamepeaga (M8 * 50 * 20) 4tk.
2. L-kujuline mutrivõtja S4 1tk
3. Kuuskantpea kruvi (M6*10)
4. L-kujuline mutrivõtja S6 1tk.
5. Kuuskantpea kruvi M8x15 8tk.
6. T-võti 6x80



PAIGALDAMINE:

Märkus: Ärge pingutage paigaldamise ajal kõiki kruvisid täielikult kinni. Pingutage kõiki kruvisid, kui komponendid on täielikult paigaldatud.

Samm 1: Võtke seade pakendist välja ja asetage see tasasele pinnale (nagu näidatud). Eemaldage kõik kotid ja kaitserihmad.

Samm 2: Nagu näidatud: hoidke jooksulint püstiasendis, sisestage vertikaalne profiil (62) vastavasse kohta aluses (1) ja kinnitage see seejärel kuuskantkruviga M8 x 50 x 20 (101) ning kinnitage see veel kruviga M8 x 15 (102). Korra te toimingut teisel poolel (63).

Samm 3: Nagu joonisel näidatud: pärast sidekaabli ühendamist käsipuud raami paremal poolel paigaldage keevitatud klambrid (72) vertikaalsete postide (62) ja (63) vastavatesse kohtadesse ja kinnitage need suure kuuskantkruviga M8 x 15 (102).

Samm 4: Pärast konsooli signaalkaabli ühendamist asetage klamber (72) konsooli raamile (24) ja kinnitage see M6 kuuskantkruvidega x 10 (103).

Samm 5: Asetage seade sihtkohale ja pingutage kõik kinnituskruvid. Seejärel kinnitage turvavõti (89) - jooksulint on kasutusvalmis!

Number	Nimi	Kogus	Number	Nimi	Kogus
1	Keevitatud alus	1	54	Ratas $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Kuuskantpolt $M8 \times 50 \times 20$	2	55	Silindriline padi $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6 \times 6$	6
3	Kuuekant-lukustusmutter M8	2	56	Ümmargune juhtplokki $\Phi 25 \times \Phi 5 \times 4,5$	10
4	Lame alusrõngas $\Phi 8$	2	57	Teip $\Phi 16$ (valge)	3
5	Helm (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	EVA-padi (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30 \times 30$	1
6	Ratas $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Magnetõõngas $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Tühjendus pistik $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Kaabliklamber 3/8 (UC-2)	1
8	Põhiraam	1	61	Toitekaabli klamber SR-5R1	1
9	Kontrollerikinnitus	1	62	Vasakpoolne vertikaalne profiil $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Mootori katteplaat	1	63	Paremal vertikaalne profiil $0,32 \text{ m}^2$	1
11	Mootori kate fikseeritud toru $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Sidekaabel SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Kuuekantpea kruvi $M8 \times 75$	1	65	Raam	1
13	Kuuekantpea kruvi $M8 \times 60$	2	66	Kuuekantpea kruvi $M12 \times \Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Mootori kinnitusplaat A	2	67	Kuuekantpea lamepea kruvi $M10 \times 25 \times 15$	2
15	Mootori kinnitusplaat B	1	68	Mutter $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Kuuekantpea kruvi $M8 \times 45 \times 20$	2	69	Hülss $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Kuuekantpea kruvi $M6 \times 30 \times \Phi 16$	4	70	Lame alusrõngas $\Phi 14$	2
18	Suure lamepeaga kruvi $M5 \times 10$ (Phillips)	2	71	Tõstevõlli muhv (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Suur lamepeaga kruvi $M4 \times 10$, mis on risti süvistatud.	6	72	Konsooli kronsteinide keevisõmblused	1
20	Suure lamepeaga isekeermestav kruvi ristsügavusega $ST4 \times 16$	4	73	Ekraaniraam $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Suur lamepeaga kruvi ristsügavusega $ST \times 10$	7	74	Suur lamepea kruvi ristsügavusega $ST4 \times 16$	19
22	Enamikeermestikukruvi ristsügavusega $ST3 \times 10$	4	75	Sinkkruvi $ST4 \times 15$	4
23	Isekeermestav süvistatud kruvi $ST4 \times 15$	2	76	Sinkkruvi $ST4 \times 70$	2
24	Konsooli raami keevitamine	1	77	Element $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Vedrustusrõngas $\Phi 8$	3	78	Suur lamepea kruvi $ST4 \times 10$	12
26	Vedrustusrõngas $\Phi 5$	17	79	Paneel 1136EA/571 $\times 27$ 7 $\times 10,8$	1
27	Kääritud lukustusrõngad $\Phi 5$	2	80	Paneeli tagakate 1136EA/571 $\times 27$ 7 $\times 28$	1
28	Lame alusrõngas $\Phi 8$	3	81	Ülemine kate	1
29	Lukustusmutter kuuskant M8	3	82	Alumine kate	1
30	Kuuekantpea kruvi $M10 \times 35 \times 20$	3	83	Libisemisvastane seibik	1
31	Kuuekantpea kruvi $M10 \times 65 \times 20$	2	84	Südame lõõgisageduse mõõtmine	1
32	Kuuekantpea kruvi M10	1	85	Südame lõõgisageduse mõõtmine 7239EA/L- 50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Lame alusrõngas $\Phi 10$	1	86	Sidekaabel SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Lame alusrõngas $\Phi 8$	1	87	Konsool 3338EA	1
35	Sidekaabel SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Südame lõõgisagedusmonitori käsikaabel 3330EA/L-1000mm	1
36	Kuusnurkne silindriline täiskeermeline polt	2	89	Turvavõti J52 $\times 15 \times 15$ (L-700)	1
37	Juht	1	90	Turvavõti J52 $\times 15 \times 15$ (L-700)	1
38	Kaabel L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Akrüülpaneel $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Kaabel L-300mm/1,5mm 2/(must)	1	92	D-kujuline pistik DX40 $\times 80$	2
40	Lüliti KCD4	1	93	Ühepoolne ventiil $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Isereguleeruv lüliti 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Kilbid	1
42	Kaabel L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Kuuskantkruvi $M8 \times 30 \times 20$	1
43	Ühendus $3 \times 1,0 \text{ mm}^2 \times 2000$	1	96	Pistik $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Esirull 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Kinnitatav kuuskantmutter M8	2
45	Tagarull 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Lame alusrõngas $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Harjatu mootor	1	99	Varras $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350 \text{ N}$	1
47	Kallutusmootor 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	fragment-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Jooksuplatvorm 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Kuuekantpea kruvi $M8 \times 50 \times 20$	4
49	Jooksev rihm $2930 \times 500 \times t1,6$	1	102	Lamepeaga kuuskantpolt $M8 \times 15$	8
50	Rihm 174 (442) PJ6	1	103	Kuuekantpea kruvi $M6 \times 10$	4
51	Mootori kate 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	L-kujuline mutrivõti $4 \times 30 \times 80$	1
52	Tagumine kate $673 \times 93 \times 51$	1	105	L-kujuline mutrivõti $6 \times 35 \times 80$	1
53	Kõlmine rööbas $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	T-kujuline mutrivõti 6×80	1

Näpunäited ja nipid

- Soojendus: Soojendage 5-10 minutit enne iga treeningut.
- Hingamine: Ärge hoidke treeningu ajal hinge kinni. Hingake läbi nina sisse ja suu kaudu välja - kindlalt ja sujuvalt. Hingamine peab olema koordineeritud liikumisega.
- Sagedus: Samu lihasgruppe tuleks treenida iga 48 tunni tagant või iga kahe päeva tagant, et anda aega taastumiseks.
- Laadige: Kohandage treeningu intensiivsus vastavalt oma füüsilisele seisundile. Lihaskoormus on alguses normaalne, kuid see väheneb aja jooksul, kui treeningut jätkatakse.
- Lõdvestumine: Võtke pärast iga treeningut 5 minutit lõdvestumiseks, et hoida oma lihased tugevatena ja paindlikena.
- Toitumine: Ärge alustage treeningut kohe pärast sööki, et mitte koormata oma seedesüsteemi. Pärast treeningut oodake vähemalt 30 minutit enne söömist. Vältige suurte veekoguste joomist treeningu ajal, et mitte koormata oma südant ja neerusid üle.
- Venitamine: olenemata jooksu intensiivsusest, hoolitsege oma lihaste venitamisest. Tehke esmalt soojendus - näiteks 5-10 minutit marssimist -, seejärel peatuge ja venitage mõlemat jalga vähemalt 10 sekundit, korrates harjutust viis korda. Pärast treeningut korraldage venitamine.

1. Ettepoole painutus

Kergelt painutatud põlvedega kumarduge aeglaselt ettepoole, lastes seljal ja õlgadel lõdvestuda ning kätel varbaid puudutada. Hoidke 10 kuni 15 sekundit, seejärel lõdvestuge. Korraldage 3 korda (vt joonis 1).

2. Põlve kõõluste venitamine

Istuge puhtale padjale ja sirutage üks jalg. Tõmmake teine jalg sissepoole, nii et see on vastu sirutatud jala sisekülge. Püüdke oma varbaid kätega puudutada. Hoidke 10 kuni 15 sekundit, seejärel lõdvestuge. Korraldage 3 korda mõlema jalaga (vt joonis 2).

3. Vasika- ja kannajäseme venitamine

Toetuge kahe käega seinale või puule ja , sirutage oma vasikat tahapoole. Hoidke tagumine jalg sirgelt ja kannad maas, toetuge seina või puu poole. Hoidke 10 kuni 15 sekundit ja seejärel lõdvestuge. Korraldage 3 korda mõlema jalaga (vt joonis 3).

4. Neljalajaliikuvate lihaste venitamine

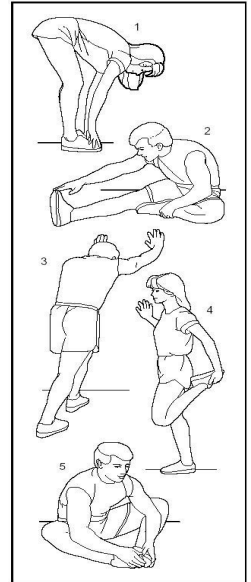
Toetuge vasaku käega vastu seina või lauda, siis sirutage parema käega tagasi, haarake paremast pahkluust ja tõmmake aeglaselt puusade suunas, kuni tunnete, et reie ees olevad lihased pingulduvad. Hoidke 10-15 sekundit ja seejärel lõdvestuge. Korraldage 3 korda mõlema jalaga (vt joonis 4).

5. Reie sisekülje lihaste venitamine

Istuge nii, et jalad on vastamisi ja põlved väljapoole suunatud. Võtke mõlema käega jalalabade kinni ja tõmmake need kubemete poole. Hoidke 10-15 sekundit ja seejärel lõdvestuge. Korraldage 3 korda (vt joonis 5).

**Konsoolpaneeli juhised**

- | | |
|-------------------------------|----------------------------|
| 1. Kallutamise | 5. Start/Paus |
| lühikombinatsioonid | 6. Programm |
| 2. Kaldumine "üles" ja "alla" | 7. Kiirus "üles" ja "alla" |
| 3. Programm | 8. Kiiruse otseteed |
| 4. Stop | |



1. Programm P01 on käsitsi kasutatav programm, programmid P01-P36 on sisseehitatud automaatsed treeningprogrammid; võimalus luua profiilid 3 kasutajale ja BMI arvutamise funktsioon.
2. LED-ekraan 14 juhtnupuga.
3. Sisseehitatud kiiruse ja distantsi ühikute teisendamise funktsioon (km ↔ miili).
4. Kiiruse vahemik: 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Kalduvusvahemik: 0-15%.
6. Kaitsesüsteem: ülekoormus, ülevool, kiiruse ületamine, samuti elektromagnetiliste häirete kaitse ja muud.
7. Enesetestimisfunktsioon ning viga- ja veakoodide kuvamine.
8. Kolm seadistatavat kasutajarežiimi.
9. ERP-funktsiooni (tõhus energiamajandus) tugi.
10. Jooksu rihma määrimise (tankimise) meeldetuletusfunktsioon.

Akna kirjeldus

1. CALORIES - näitab põletatud kalorite arvu.
2. TIME - näitab treeningu kestust.
3. DISTANCE - näitab läbitud distantsi.
4. INCLINE - näitab praegust kallakutaset.
5. PULSE - näitab mõõdetud südame löögisagedust.
6. SPEED - näitab praegust kiirust.

Mõõtmisühikute teisendamine:

- 1) Kui turvalukk on lahti ühendatud, vajutage samaaegselt nuppe "PROGRAM" ja "MODE", ekraanil kuvatakse 0,6, - vahemaa näidatakse miilides.
- 2) Kui turvalukk on lahti ühendatud, vajutage samaaegselt nuppe "PROGRAM" ja "MODE" ja ekraanil kuvatakse 1.0, mis on miilide ümberarvestus kilomeetriteks; vahemaa näidatakse kilomeetrites.

FUNKTSIOONID:

"PROG" - programmi valimise nupp: kui see on peatatud, võimaldab see programmide P01-P36, kasutajate U01-U03 ja BMI-funktsiooni tsüklilist valikut.

"MODE" - töörežiim:

Kui on valitud manuaalne režiim, on vaikimisi seadistuseks normaalrežiim.

Vajutage nuppu "MODE", et lülituda aja loendusrežiimi → distantsi loendus → kalorite loendus → normaalrežiimi vahel. Toimib ka lähtestamisnupuna - taastab programmides P01-P36 vaikimisi loendusintervalli (30 minutit).

"START" - nupp käivitamiseks/pauseerimiseks:

Stopprežiimil käivitab jooksulint. Jooksurežiimis peatab seadme (paus). Pausifunktsioon ei pruugi toimida, kui jooksulint on ühendatud Bluetoothiga.

"STOP" - stopp/reset nupp:

Kui masin töötab, peatab STOP-nupu vajutamine masina järk-järgult. Kui ekraanil kuvatakse ERR, kustutab nupu vajutamine selle teabe.

"+" - kiiruse suurendamise nupp:

Stopprežiimil või keharasva mõõtmise ajal teenib seatud parameetri väärtuse suurendamist. Kui jooksulint töötab, suurendab see kiirust.

"-" - kiiruse vähendamise nupp:

Stopprežiimis või keharasva mõõtmisel - vähendab seatud parameetri väärtust. Jooksurežiimil - vähendab jooksukiirust.

"QUICK SPEED" - kiiruse kiiruse valimise nupud (3, 6, 9 km/h):

Jooksurežiimil võimaldavad seatud kiiruse kohest seadistamist.

"▲" - kallakute suurendamise nupp.

"▼" - nupp kallakute vähendamiseks.

"QUICK INCLINE" - kiire kallakute valiku nupud (3, 6, 9%): Kui jooksulint töötab, võimaldavad teil otse määrata konkreetse kalde.

Hädaolukorra katkestamine

Koosneb klambrist ja nailonist nõõrist. Mis tahes olukorras, kus võti on pistikupesast väljas, lõpetab jooksulint automaatselt töö, konsooli töö lukustub ja ekraanil kuvatakse "E-07" koos helisignaaliga. Kui võti sisestatakse uuesti, kuvatakse ekraanil 2 sekundiks olek ja seejärel läheb jooksulint töövalmis režiimi.

KASUTAJAPROGRAMM: süsteem võimaldab luua kolm individuaalset profiili: USER1-USER3. Kasutajarežiimi aktiveerimiseks vajutage

"PROG" ja valige USER1, USER2 või USER3. Seejärel vajutage "MODE", et siseneda programmi seadistustesse või kohe "START", et alustada treeningut.

Redigeerimisrežiimis saab konfigurida 10 treeningu sektsiooni, määrates igas sektsioonis kiiruse ja tõusu.

Kui seadistused on lõpetatud, vajutage programmi käivitamiseks "START". Andmed salvestatakse automaatselt ja need on saadaval järgmisteks treeninguteks.

TURVAMÄRK:

Turvavõti koosneb puutetundlikust lülitist, pesuklambrist ja nailonist nõõrist, et vältida masina juhuslikku väljalülitamist. Kui ohutuslukk on õigest asendist väljas, peatub jooksulint, konsooli töö on lukustatud ja ekraanil kuvatakse "E-07" koos helisignaaliga. Kui lukustus on õiges asendis, kuvatakse ekraanil 2 sekundit ja seejärel lülitub jooksulint vaikimisi töörežiimi.

Kasutaja programm - USER

USER-režiim võimaldab teil seadistada oma treeningprogrammi. Saadaval on kolm profiili: USER1, USER2 ja USER3. Selle režiimi kasutamiseks:

1. Vajutage nuppu "PROG", et valida USER1-USER3.
2. Vajutage nuppu "MODE" programmi seadistamiseks või "START" treeningu alustamiseks.
3. Kasutage nuppu "MODE", et seadistada 10 kiiruse ja kaldenurga sektsiooni.
4. Kui seadistused on lõpetatud, vajutage "START", et käivitada jooksulint. Programm salvestatakse ja on järgmine kord käivitamisel saadaval.

Ohutusjuhend

1. Ühendage toitejuhtme pistik maandatud 10 A pistikupesasse, lülitage sisse toitelüliti. Ekraanile ilmub täisekraan ja helisignaali. Seejärel ühendage turvavõti.
2. Asetage võti konsoolile ja kinnitage klamber rinna kõrgusel oma riide külge. Ekraanil kuvatakse 2 sekundiks kogu ekraan ja seejärel lülitatakse vaikimisi režiimile: kõik väärtused nullistatakse, seaded nullistatakse, manuaalne programm (P0) on aktiveeritud.
3. Vajutage "PROG", et valida programm P01-P36, U01-U03 või BMI.
4. Programm P0 on manuaalne režiim, millel on neli võimalikku treeningrežiimi:
 - Režiim 1: Inkrementaalne aeg - aeg, distants ja kaloriloendus. Vaikimisi: 1,0 km/h, kalle 0.
 - Režiim 2: Tagasiarvamise aeg - vahemik 5-99 min, vaikimisi 30:00.
 - Režiim 3: Kauguse loendus - vahemik 1,0-99,0 km, vaikimisi 1 km.
 - Režiim 4: Kalorite loendus - vahemik 20-990 kalorit, vaikimisi 50 kalorit. P01-P36 programmid on süsteemi eelseadistatud - kõik töötavad loendusrežiimis.
5. Programmid P01-P36 on süsteemi eelseadistused - kõik töötavad tagasiarvestuse režiimis.
6. Pärast parameetrite seadistamist vajutage "START". Kuvatakse 5-sekundiline tagasiarvestus, mis lõpeb helisignaali, mille järel hakkab jooksulint kasvava kiirusega tööle.
7. Treeningu ajal saate kiirust reguleerida, kasutades nuppe "+", "-" või "QUICK SPEED".
8. Programmid P01-P36 on kiirus jagatud 10 segmenti. Iga segment kestab sama kaua, sõltuvalt koguaegadest. Segmendi vahetamisest annab märku kolm helisignaali 3 sekundit enne ümberlülitumist.
9. Vajutage töö ajal "START", et vahetada pausi ja jooksu vahel. Jätkamine säilitab salvestatud seaded.
10. Vajutage "STOP", et peatada mootor - seade pöördub tagasi algseesse olekusse.
11. Kaldenurka saab reguleerida "+", "-" või "QUICK INCLINE" abil.
12. Turvaklahvi eemaldamine peatab jooksulint automaatselt, kuvab teate "E-07" ja annab helisignaali.
13. Süsteem jälgib pidevalt ohutust - iga avastatud viga toob kaasa töö peatamise ja vastava teate.
14. Veateate kustutamiseks vajutage "STOP".
15. BMI test (Aasia versioon):
 - Vajutage "PROG", valige "BMI".
 - Seadistage parameetrid F1-F5:
 - F1 - sugu (1: mees, 2: naine), vaikimisi 1.
 - F2 - Vanus: 1-99, vaikimisi 25
 - F3 - pikkus (cm): 100-220, vaikimisi 170
 - F4 - Kaal (kg): 20-150, vaikimisi 70
 - F5 - Alusta testi: Hoidke südame löögisageduse andureid 4 sekundit - ekraanil kuvatakse BMI tulemus.
 - Tõlgendus (Aasia normid):
 - <18 - sale
 - 18-24 - ideaalkaal
 - 25-28 - ülekaaluline
 - >29 - rasvunud

16. BMI test (Briti meetod):

- Pikkus (tollides): 39-87, vaikumisi 67
- Kaal (naela): 44-330, vaikumisi 154
- Ülejäänud parameetrid on samad kui eespool
- KMI tulemus ilmub 4 sekundit pärast käe asetamist anduritele.

Energiasäästufunktsioon (ERP)

Vaikumisi käivitub süsteem ERP-režiimis. Kui jooksulint ei kasutata, lülitub see umbes 4,5 minuti pärast puhkeolekusse. Selle äratamiseks vajutage ükskõik millist nuppu. Ooterežiimis hoidke nuppu "MODE" 3 sekundit all, et lülitada ERP välja ("2222" kuvatakse), ja nuppu "MODE" uuesti all hoidmine lülitab ERP tagasi sisse ("1111" kuvatakse).

Kiiruse ja kallakute tabel automaatprogrammide P01-P36 jaoks; meetriline (TABEL 1)

Kiiruse ja kallakute tabel automaatprogrammide P01-P36 jaoks; tollides (TABEL 2)

Probleemi kood	Tõenäoline põhjus	Remont
Süsteem ei tööta	A. Toide ei ole ühendatud või ei ole sisse lülitatud	Ühendage toide või seadke toitelüliti asendisse "NO".
	B. Ohutuslukustid ei ole paigas	Seadke ohutuslukustus õigesse asendisse
	C. Kontrolleri või konsooli ei ole sisse lülitatud	Vahetage kontrolleri või konsooli välja
	D. Kehv liinikontakt	Kontrollige süsteemi sisendeid ja väljundeid ning kommunikatsiooniliini kommunikatsiooniliini.
Äkiline seiskumine normaaltingimust es	A. Turvalukustus on välja kukkunud	Paigaldage uuesti
	B. Süsteemi viga	Paluge hooldustehnikul selle eest hoolitseda
Võtme rike	Vale võti	Vahetage konsooli või emaplaati välja
E-01	A. Sidekaabel on halvasti ühendatud	Ühendage sidekaabel uuesti ja kontrollige, et port on õigesti ühendatud või vahetage sidekaabel välja.
	B. Vigane konsool	Vahetage konsooli välja
	C. Vigane kontrolleri	Vahetage kontrolleri
E-02	A. Vigane mootor	Vahetage mootor välja
	B. Mootori kaabel on valesti ühendatud kontrolleri või kontrolleri on valesti ühendatud.	Kontrollige ja ühendage uuesti või vahetage kontrolleri välja.
E-03	A. Fotoandur ei ole õigesti paigaldatud	Kontrollige ja ühendage uuesti
	B. Valge fotoelektriline andur	Asendage fotosensor
	C. Määratud fotoandur või halb esimene kontakt	Kontrollige ja ühendage uuesti/puhastage andur
	D. Defektne kontrolleri	Kontrolleri vahetus
E-05	A. Defektne kontrolleri	Vahetage kontrolleri välja
	B. Defektne mootor	Vahetage mootor välja
	C. Mehaaniline rike	Kontrollige, et õli või trummel ei oleks ummistunud.
E-07	Konsooli ei tuvasta turvaluku signaali	1. Kontrollige, et ohutuslukustus oleks paigas; 2. Paigaldage ohutusblokeerimismehhanism uuesti;
Puudub südame löögisageduse signaal	A. Käepideme kaabel ei ole paigas või käepideme kaabel ei ole hea	Kontrollige ja ühendage või asendage käepidemekaabel
	B. Elektroonilise süsteemi vooluahela rike	Vahetage konsooli välja
Puudulikud või puuduvad konsooli juhtmed	A. Ekraan on vigane	Vahetage emaplaati või ekraani välja
	B. Süsteemi rike	Konsooli vahetus

JOOKSULINT KOKKU KLAPPIDES JA LIIGUTADES:

1. Jooksuratta kokkupanek

Enne kokkuklapitamist ühendage vooluvõrk lahti. Veenduge, et jooksulint on seatud kõige madalamale tasemele. Tõstke jooksulint püstiasendisse - ühendusdetailid lukustuvad automaatselt hüdraulikasüsteemi. Kontrollige, et ühendusdetailid on tööpoolest lukustunud, nagu on näidatud joonisel.

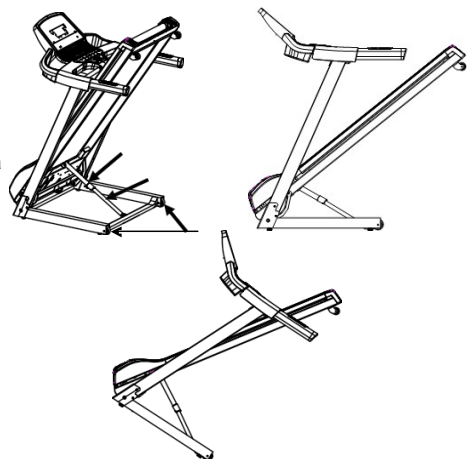
2. Jooksuratta seadistamine

Valige tasane, takistusteta pind umbes 1 meetri kaugusel pistikupesast. Väljavõtmisel haarake mõlema käega jooksurajast kinni, astuge jalgadega ühenduskohale - jooksurada laskub aeglaselt maapinnale. Selle aja jooksul peaks kasutaja jääma umbes 1 meetri kaugusele, kuni seade on täielikult lahti keeratud, nagu näidatud.

3. Jooksuratta liigutamine Enne jooksuratta liigutamist veenduge, et:

- toitelüliti on välja lülitatud.
- toitepistik on pistikupesast välja tõmmatud.
- Põhiraam on korralikult kokku pandud.

Pärast ülaltoodud juhiste läbivaatamist haarake ühe käega jooksuratta otsast ja teise käega samal küljel olevast käetoest. Seejärel liigutage masinat aeglaselt 40-50° nurga all oma rinna suhtes, nagu näidatud.



MAANDAMISJUHEND:

See toode on varustatud kaitsejuhiga ja maandatud pistikuga. Jooksuratas tuleb ühendada sobiva maanduspistikupesaga vastavalt kohalikele eeskirjadele.

Oht! Kui te ei ole kindel, kas seade on õigesti maandatud, pöörduge kvalifitseeritud elektriku või volitatud teeninduskeskuse poole. Ärge muutke tootega kaasasolevat pistikut ise. Kui pistik ei sobi, peab kvalifitseeritud elektrik paigaldama õige pistikupesa.

JUHISED JOOKSULINTIDE KASUTAMISEKS

1. Lülitage seade sisse, keerake jooksulint kõige madalamasse asendisse ja kontrollige, kas see töötab korralikult.
2. Kinnitage ohutusnõr oma riiete külge.
3. Enne treeningu alustamist veenduge, et jooksulint töötab korralikult ja on stabiilne. Ärge seiske jooksulintide käivitamisel otse jooksurihma peal. Õige algus on asetseda külgmistel rööbastel, käed toetuvad käepidemetele. Pärast vajutamist "START" nuppu ja hoidke käepidemeid kinni, käivitub jooksulint 5 sekundi pärast kiirusega 1,0 km/h. Seejärel vajutage nuppu "+", et suurendada kiirust 2,5-3,5 km/h - see on optimaalne kiirus jooksmiseks. Hoidke mõlemad käed käepideme küljes ja astuge treeningu alustamisel järk-järgult rajale. Liikuge tempoga, mis on kooskõlas sõiduraja liikumisega.
4. Mõne minuti pärast saate kiirust suurendada nupu "+" abil või vähendada nupu "-" abil, hoides samal ajal käed käepidemetele.
5. Jooksu ajal saate määrata ka püsikiiruse, valides selle otse paneelilt.
6. Nupu "STOP" vajutamine igal ajal peatab mootori.
7. Eelseadistatud režiimide kasutamine Ühendage ja lülitage seade sisse. Vajutage nuppu "SELECT", et valida soovitud režiim ja seejärel "START", et käivitada see. Igal ajal saate kiirust reguleerida nuppude "+" või "-" abil või peatada seadme, vajutades nuppu "STOP".
8. HRC-funktsiooni testimine Kui seade on sisse lülitatud, asetage käed metallist südame löögisageduse anduritele - HRC väärtus ilmub näidikuaknasse.

Märkus: Turvanupu väljatõmbamine peatab jooksurada koheselt ja lülitab arvuti välja. Ekraanile ilmub teade: "-----".

Hooldus: Korralik hooldus on jooksuratta usaldusväärse ja ohutu töö jaoks kriitilise tähtsusega. Selle hooletusse jätmine võib põhjustada kahjustusi või lühendada masina kasutusiga. Kõiki komponente tuleb regulaarselt kontrollida ja pingutada. Kulunud osad tuleb viivitamatult välja vahetada.

MÄÄRIMINE: Jooksurada määriti tootmise ajal tehases. Pärast teatud kasutusperioodi vajab jooksurihm siiski regulaarset määrimist spetsiaalse silikoonõliga.

Soovitused määrimise sageduse kohta:

- Kasutatakse vähem kui 3 tundi nädalas - määrimine iga 5 kuu järel.
- Kasutamine 4-7 tundi nädalas - määrimine iga 2 kuu tagant
- Kasutamine rohkem kui 7 tundi nädalas - igakuine määrimine.

Märkus: liiga sagedane määrimine ei ole soovitatav. Korralik määrimine on oluline tegur jooksulintide eluea ja töövõime seisukohalt. Määrimise vajaduse kontrollimiseks tõstke jooksulintide rihma küljed üles ja puudutage rihma tagumist, keskmist osa:

- Kui te tunnete silikooni - määrimine ei ole vajalik.
- Kui pind on kuiv - teostage määrimine.

Määrimise juhised:

1. Peatage masin ja keerake jooksulint kokku.
 2. Tõstke jooksurihm põhiraami tagaküljel üles.
 3. Hoidke pudelit võimalikult lähedal rihma keskele ja pihustage silikoonõli - mõlemale poole.
- Käivitage jooksulint kiirusega 1 km/h, et õli jaotuks ühtlaselt jooksupinnale.

1. Jooksurihma reguleerimine

Tehases on jooksurihm õigesti reguleeritud. Kasutamise tulemusena võib see siiski lõdveneda, mis võib põhjustada purunemisi või libisemist. Sellisel juhul pingutage reguleerimiskruvisid - igaühel pool pöret vasakule või paremale.

Kui rihtm on liiga lõtv, võib see rihmarattal libiseda. Seevastu liiga suur pinge võib mootorit üle koormata ja kahjustada mootorit, rihma, rulle või muid komponente.

2. Rihma läbipainde reguleerimine

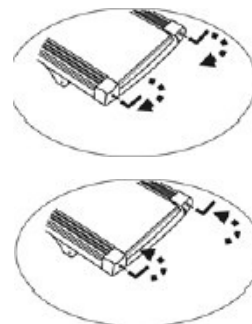
Kuigi rihtm on tehases seadistatud, võib see aja möödudes nihkuda. Kõige tavalisemad põhjused on järgmised:

- Ebastabiilne jooksuratta joondamine,
- Küljega nihkega jooksmine,
- Jalarõhu ebaühtlane jaotumine.

Kui tasakaaluhäire ei ole püsiv, võib mõne minuti jooksul ilma koormuseta töötamine taastada tasakaalu. Vajaduse korral tehke käsitsi reguleerimine 6 mm pikkuse mutrivõtme abil - keerake kruvi poole pöörde võrra.

Näide 1: rihtm libiseb vasakule → Pingutage vasakpoolset kruvi (päripäeva) → või lõdvendage parempoolset kruvi (vastupäeva).

Näide 2: rihtm liigub paremale → Pingutage parempoolset kruvi (päripäeva) → Või lõdvendage vasakpoolset kruvi (vastupäeva)

**JUHTIMISVAHEND:**

Pingutamine päripäeva = pingutamine vastupäeva = lõdvendamine.

Rihtm liigub alati sellele poole, mis on lõdven.

Näpunäiteid:

Enne iga reguleerimist käivitage jooksulint madalal kiirusel. Ärge

pingutage kruvisid üle.

Jälgige rihma tööd pärast iga reguleerimist.

Rihma kõrvalekaldest ei kuulu garantii alla ja on kasutaja vastutusel. Kontrollimata ja korrigeerimata kõrvalekaldest võivad põhjustada tõsiseid kahjustusi.



3. Ajamisrihma (mootori) reguleerimine

Ajamisrihmad on tehases eelseadistatud, kuid võivad aja jooksul lõdveneda, mis võib põhjustada libisemist. Reguleerimine:

1. Keerake reguleerimiskruvi mutrivõtmega vastupäeva.
2. Reguleerimisvahemik peaks tagama sujuva jõuülekande ilma libisemiseta.

Märkus: Puhastage rihmad ja rihmaratta sooned regulaarselt, et tagada ajami sujuv toimimine.

a) Reguleerimiskruvi; b) mootor; c) esirull; d) rihm Tüüpilised

vead ja remondimeetodid:

Probleem	Tõenäolised põhjused	Hooldusmeetodid
Jooksuratas ei tööta	A. See on lahti ühendatud	Ühendage see pistikupesaga
	B. Turvavõti ei ole paigas	Sisestage turvavõti paneelile
	C. Avatud signaaliülitus	Kontrollige kontrolleri sisendit ja signaalliini
	D. toiteallikas ei ole sisse lülitatud	Seadke toitelüliti asendisse NO
	E. Kaitselüliti on läbi põlenud	Asendage kaitselüliti
Ei liigu sujuvalt	A. Ebapiisav määrimine	Kasutage metüüsilikoonõlipõhist määret.
	B. Jooksurihmad on liiga pingul	Reguleerige jooksurihmad tiheduse jaoks
Jooksurihm on libisenud	A. Jooksurihm on liiga lõdvestunud	Reguleerige jooksurihmad tihedaks
	B. Jooksurihm on lõdvestunud	Reguleerige veorihma pinget

Veakood	Vea kirjeldus	Veaotsing
E 1	Ebakorrektne side kontrolleri ja konsooli vahel pärast sisselülitamist.	Kontroller on sattunud veaseisundisse - käivitamine ei ole võimalik. Konsool kuvab veakoodi ja annab kolm helisignaali. Võimalikud põhjused: • side kontrolleri ja konsooli vahel on blokeeritud - kontrollige ühendust kommunikatsiooniliini, • veenduge, et kõik südamikud on täielikult sisestatud, • kui sidejuhe on kahjustatud, vahetage see välja.
E 3	Mootori kaabel ei ole õigesti ühendatud.	Seade on vea tõttu välja lülitatud - konsooli summer annab 9 helisignaali ja ekraanil kuvatakse veakood. Kui seade pöördub pärast väljalülitamist normaalseks, võib see minna ooterežiimi ja taaskäivitub. Võimalikud põhjused: • mootori kaabel ei ole õigesti ühendatud - kontrollige ühendust, • kontroller võib olla vigane - kontrollige, et see ei erita põlenud komponentide iseloomulikku lõhna; vajadusel vahetage kontroller välja.
	Puudub signaal kiirusandurilt - kontrollpinge alalisvoolumootori väljundil on vähenenud. Seade ei saa mootori kiiruse tagasisidet rohkem kui 3 sekundit.	Seade on vea tõttu välja lülitatud - konsooli summer annab 9 helisignaali ja ekraanil kuvatakse veakood. Pärast 10 sekundit kestnud väljalülitamist võib seade minna ooterežiimi ja uuesti käivitada. Võimalikud põhjused: • kiirusandurilt ei tule enam kui 3 sekundit signaali - kontrollige, et anduri pistik on õigesti ühendatud ja kahjustamata, • vajadusel ühendage pistik uuesti või vahetage andur välja.
E 4	Kalda	Kontrollige, et liftimootori induktsioonikaabel on õigesti ühendatud. Usaldusväärse ühenduse tagamiseks - ühendage pistik lahti ja ühendage uuesti. Kontrollige, et lifti mootori vahelduvvoolukaabel on õigesti ühendatud ja et nii lifti mootori kui ka kontrolleri vahelduvvoolukaablid on nõuetekohaselt märgistatud. Kontrollige mootori ühenduskaabli seisukorda - kui see on kahjustatud, vahetage see või kogu lifti mootor välja. Veebilehel Lõpuks vajutage uuesti õpetamisprotsessi alustamiseks kontrolleri õpetamisnuppu.
E 5	Ülevoolukaitse - töö ajal tuvastas süsteem, et alalisvoolumootori voolutugevus ületas nimiväärtust rohkem kui 6 A võrra rohkem kui 3 sekundi jooksul.	Seade on vea tõttu välja lülitatud - konsooli summer annab 9 helisignaali ja ekraanil kuvatakse veakood. Seadet on võimalik taaskäivitada ooterežiimis 10 sekundit pärast väljalülitamist. Võimalikud põhjused: • mootori voolutugevus ületas nimiväärtust - süsteem on aktiveerinud enesekaitse mehhanismi, • võimalik mehaaniline blokeering jooksurajal, mis takistab mootori pöörlemist, • liigne mehaaniline koormus, mis põhjustab voolutarbimise suurenemist. Soovitavad meetmed: • kontrollige ja reguleerige jooksulint, et seade töötaks õigesti, • kui mootor teeb ebatavalist müra või lõhnab põlengu järel - vahetage mootor või kontroller välja, • kontrollige, et toiteallikas on stabiilne ja vastab nõutavale pingele - vajadusel vajadusel testige süsteemi õige sisendpingega.
E 6	Plahvatuskaitse - impulsskaitse: Vale toitepinge või mootori vale töö (jne) võib põhjustada ajamimootori vooluahela kahjustusi.	Seade on vea tõttu välja lülitatud - konsooli sumisti annab 9 helisignaali ja ekraanil kuvatakse veakood. 10 sekundit pärast väljalülitamist läheb seade ooterežiimi ja seda on võimalik uuesti käivitada. Võimalikud põhjused: • toitepinge on alla 50% nimiväärtusest - kasutage õiget pinget ja testige seadet uuesti, • kontroller võib olla vigane - kui tekib põlengulõhn, vahetage kontroller välja, • mootori juhtmed võivad olla lahti või lõdised - kontrollige ühendusi ja ühendage juhtmed uuesti.



Bluetooth APP jooksulintidele



Bluetooth-ühendus toetab AnyRun, Zwift ja Kinomap



AnyRun

Laadige alla, registreeruge ja logige sisse AnyRun rakendusse, minge seadete lehele: Klõpsake Settings, mis on paremas alumises nurgas, klõpsake Devices, rakendus tuvastab Bluetooth-koodid, valige Bluetooth-kood, mis on sama, mis seadme konsoolil märgitud kood, ja ühendage.

Zwift

Laadige alla, registreerige ja logige sisse Zwift rakendusse, minge seadete lehele: PAIRED DEVICES (Ühendatud seadmed) all klõpsake jooksurajal RUN; seejärel klõpsake POWER (Võimaldab).

SOURCE ja ilmub hüpikmenüü, valige Bluetooth-kood, mis on sama, mis seadme konsoolil märgitud kood, ja valige sidumiseks OK.

MÄRKUS: Zwift mäletab eelmises seansis kasutatud seadmeid ja võib üritada nende seadmetega siduda, kui need on olemas ja saadaval. Kui näete paaritatud seadmeid, mida te ei soovi kasutada, võite lihtsalt nende valiku tühistada ja valida seadme, mida soovite paaritada.

Kinomap

Laadige alla, registreerige ja logige sisse Kinomapi rakendusse, pääsete seadete lehele: klõpsake all paremas nurgas nuppu Rohkem, klõpsake Seadmete haldamine, klõpsake üleval paremal alal nuppu +, valige jooksulint;

Seejärel valige valitud Bluetooth-mark, nt Anyrun jne; Klõpsake interaktiivses sektsioonis sisu, rakendus tuvastab leitud seadmed, valige Bluetooth-kood, mis on sama, mis seadmekonsoolil märgitud kood, seejärel klõpsake nuppu LISA UUS SEADME, edukalt lisatud seadmed ilmuvad.



INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Merci d'avoir acheté ce produit ! Grâce à lui, vous prendrez facilement soin de votre forme, de votre santé et de votre bien-être.

Instructions d'utilisation

1. Branchez le cordon d'alimentation dans une prise de terre uniquement. Ne pas utiliser de rallonges ou d'adaptateurs.
2. Veillez à ce que le tapis roulant repose fermement sur une surface plane dans une pièce fermée et sèche.
3. Avant de démarrer le tapis roulant, placez-vous sur les marches latérales et attachez la clé de sécurité à vos vêtements.
4. Une seule personne à la fois peut s'exercer sur le tapis roulant.
5. Il est recommandé de porter des vêtements de sport ajustés et des chaussures de sport.
6. Si nécessaire, réglez la vitesse de votre entraînement à l'aide des commandes.
7. Lorsque vous avez fini de courir, arrêtez le tapis de course à l'aide du bouton "Stop" ou en retirant la clé de sécurité.
8. Éteignez toujours l'appareil et débranchez-le après avoir fait de l'exercice ou avant de le repositionner.
9. Consultez votre médecin avant de faire de l'exercice, surtout si vous souffrez d'une maladie chronique.
10. Nettoyez régulièrement l'appareil avec un chiffon sec et évitez tout contact des composants avec l'eau.
11. Ne pas utiliser le tapis roulant immédiatement après un repas ou en cas de fatigue.
12. Le fonctionnement continu de l'appareil ne doit pas dépasser 2 heures.
13. L'espace libre doit être d'au moins 2000 x 1000 mm.
14. Débranchez toujours l'appareil de l'alimentation électrique pendant l'entretien.
15. En cas de bruits inhabituels, d'odeur de brûlé, de problèmes avec l'écran ou le mouvement de la courroie, arrêtez immédiatement l'entraînement, débranchez l'alimentation électrique et contactez le centre de service.

Avertissements et interdictions :

⚠ N'utilisez pas le tapis roulant :

- si vous suivez un traitement médical et que vous n'avez pas l'accord de votre médecin,
- si vous avez des problèmes cardiaques, des problèmes de dos, des problèmes articulaires, de l'ostéoporose ou des maladies chroniques graves,
- pendant la grossesse, les menstruations ou en cas de malaise,
- si vous avez bu de l'alcool ou si vous êtes sous l'influence de drogues qui altèrent votre concentration,
- si le cordon d'alimentation est endommagé ou si la prise est mal fixée.

⚠ Il est interdit de

- de démonter, de modifier ou de réparer vous-même le tapis de course,
- d'utiliser l'appareil à l'extérieur ou dans des pièces humides (p. ex. salle de bains),
- d'allumer ou d'éteindre le tapis roulant avec des mains mouillées,
- de sauter sur ou hors du tapis roulant lorsque l'appareil est en marche,
- l'utilisation du tapis roulant par des enfants et des personnes inconscientes ou souffrant de troubles moteurs.



- | | |
|------------------------|--------------------------|
| 1. Console | 5. Clé de sécurité |
| 2. Profil vertical | 6. Ceinture de roulement |
| 3. Couvercle du moteur | 7. Courroie latérale |
| 4. Poignée | 8. Couvercle arrière |

Informations techniques

Taille (mm)	Déplié : 1700 x 790 x 145
	Pliée : 1180 x 790 x 1450
Bande de roulement (mm)	1420 x 500
Vitesse (km/h)	1-22



1) Liste d'emballage :

1. Corps principal
2. Profils
3. Cadre de la console
4. Console
5. Clé de sécurité
6. Huile de silicone
7. Instructions d'utilisation
8. Jeu de vis

2) Liste des équipements :

1. H Boulon hexagonal à tête plate large (M8 * 50 * 20) 4pcs.
2. Clé en L S4 1pc
3. Vis à tête hexagonale (M6*10)
4. Clé en L S6 1pc.
5. Vis à tête hexagonale M8x15 8pcs.
6. Clé en T 6x80

INSTALLATION :

Remarque : Ne pas serrer complètement toutes les vis pendant l'installation. Serrez toutes les vis lorsque les composants sont entièrement installés.

Étape 1 : Retirez l'unité de son emballage et placez-la sur une surface plane (comme indiqué). Retirez tous les sacs et les sangles de protection.

Étape 2 : Comme indiqué : maintenir le tapis roulant en position verticale, insérer le profilé vertical (62) dans l'emplacement correspondant de la base (1), puis le fixer à l'aide d'une vis hexagonale M8 x 50 x 20 (101) et le fixer à nouveau à l'aide d'une vis M8 x 15 (102). Répétez l'opération de l'autre côté (63).

Étape 3 : Comme indiqué sur la figure : après avoir connecté le câble de communication sur le côté droit du cadre de la main courante, installez les supports soudés (72) aux emplacements correspondants des poteaux verticaux (62) et (63) et fixez-les avec une grande vis hexagonale M8 x 15 (102).

Étape 4 : Après avoir connecté le câble de signal de la console, placez le support (72) dans le cadre de la console (24) et fixez-le avec des vis hexagonales M6 x 10 (103).

Étape 5 : Placez l'appareil à l'endroit voulu et serrez toutes les vis de fixation. Fixez ensuite la clé de sécurité (89) - le tapis roulant est prêt à l'emploi !

Nombre	Nom de l'appareil	Quantité	Nombre	Nom de l'appareil	Quantité
1	Base soudée	1	54	Roue Φ62×Φ8,0×t22	2
2	Boulon hexagonal M8×50×20	2	55	Coussin cylindrique Φ30×30×M6×6	6
3	Contre-écrou hexagonal M8	2	56	Bloc de guidage rond φ25×φ5×4,5	10
4	Rondelle plate Φ8	2	57	Ruban φ16 (white)	3
5	Perle (OMA-05-07-005) Φ50×Φ41×17× M8×27	4	58	Tampon EVA (E21-V1-12) t15×30×30	1
6	Roue Φ62×Φ8,0×t22	2	59	Anneau magnétique Φ29×Φ17×t7,5	1
7	Bouchon d'obturation 40×60×t2.0	2	60	Collier de serrage 3/8(UC-2)	1
8	Cadre principal	1	61	Collier de serrage du câble d'alimentation SR-5R1	1
9	Support de contrôleur	1	62	Profil vertical gauche 0,32 m'	1
10	Plaque de recouvrement du moteur	1	63	Profil vertical droit 0,32 m'	1
11	Tuyau fixe du couvercle du moteur Φ16×t1.2×23	1	64	Câble de communication SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Vis à tête cylindrique à six pans creux M8×75	1	65	Cadre	1
13	Vis à tête cylindrique à six pans creux M8×60	2	66	Vis à tête hexagonale M12×Φ14×35×19	2
14	Plaque de montage du moteur A	2	67	Vis à tête hexagonale à tête plate M10×25×15	2
15	Plaque de montage du moteur B	1	68	Écrou Φ24×Φ19×Φ14×3	2
16	Vis à tête hexagonale plate M8×45×20	2	69	Douille Φ25×Φ18×t3.0	2
17	Vis à tête cylindrique à six pans creux M6×30×Φ16	4	70	Rondelle plate Φ14	2
18	Vis Phillips à large tête plate M5×10	2	71	Douille d'arbre de levage (OMA-05-06-023) Φ25×Φ17×Φ10×6×1	4
19	Vis cruciforme à large tête plate M4×10	6	72	Soudures du support de console	1
20	Vis autotaraudeuse à tête plate large avec empreinte transversale ST4×16	4	73	Cadre d'affichage 498×175×10.1	1
21	Grande vis à tête plate avec empreinte cruciforme STx10	7	74	Vis à large tête plate avec empreinte cruciforme ST4×16	19
22	Vis autotaraudeuse à empreinte cruciforme ST3×10	4	75	Vis à tête fraisée ST4×15	4
23	Vis autotaraudeuse à tête fraisée ST4×15	2	76	Vis à tête fraisée ST4×70	2
24	Soudure du cadre de la console	1	77	Élément t0.5×490×167	1
25	Rondelle élastique Φ8	3	78	Grande vis à tête plate ST4×10	12
26	Rondelle élastique Φ5	17	79	Panneau 1136EA/571×27 7×10.8	1
27	Rondelles de blocage dentelées Φ5	2	80	Couvercle arrière du panneau 1136EA/571×27 7×28	1
28	Rondelle plate Φ8	3	81	Couvercle supérieur	1
29	Contre-écrou hexagonal M8	3	82	Couvercle inférieur	1
30	Vis à tête hexagonale M10×35×20	3	83	Rondelle antidérapante	1
31	Vis à tête hexagonale M10×65×20	2	84	Mesure de la fréquence cardiaque	1
32	Vis à tête hexagonale M10	1	85	Mesure de la fréquence cardiaque 7239EA/L- 50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Rondelle plate Φ10	1	86	Câble de communication SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Rondelle plate Φ8	1	87	Console 3338EA	1
35	Câble de communication SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Câble de communication pour cardiofréquence-mètre 3330EA/L- 1000mm	1
36	Boulon cylindrique à six pans creux à filetage complet	2	89	Clé de sécurité J52×15×15 (L-700	1
37	Conducteur	1	90	Prise de verrouillage de sécurité J86×20×16	1
38	Câble L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Panneau acrylique t1.0×554×260	1
39	Câble L-300mm/1,5mm 2/(Noir)	1	92	Fiche en D DX40×80	2
40	Interrupteur KCD4	1	93	Vanne à sens unique Φ29×t1.2×340	1
41	Interrupteur à réarmement automatique 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Boucliers	1
42	Câble L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Vis hexagonale M8×30×20	1
43	Connecteur 3×1.0mm2×2000	1	96	Fiche Φ33×Φ23×48	1
44	Rouleau avant 3330EA Φ88×Φ50×Φ17×606	1	97	Écrou hexagonal de retenue M8	2
45	Rouleau arrière 3330EA Φ50×Φ17×529 ×578	1	98	Rondelle plate Φ88×Φ50×Φ17×606	2
46	Moteur sans balais	1	99	Tige 720×318×Φ10×Φ8,2×350N	1
47	Moteur d'inclinaison 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	fragment-1 t0.6×16.5×43	1
48	Plate-forme de travail 3330EA 1300×604×t18	1	101	Vis à tête hexagonale M8×50×2 0	4
49	Courroie de roulement 2930×500×t1.6	1	102	Boulon hexagonal à tête plate M8×15	8
50	Sangle 174 (442) PJ6	1	103	Vis à tête hexagonale M6×10	4
51	Couvercle de moteur 3330EA 367.5×673×36.7	1	104	Clé en L 4°30°80	1
52	Couvercle arrière 673×93×51	1	105	Clé en L 6°35°80	1
53	Rail latéral 87×34,5×1342	2	106	Clé en T 6°80	1

Trucs et astuces

- **Échauffement** : Échauffez-vous pendant 5 à 10 minutes avant chaque séance d'exercice.
- **Respiration** : ne retenez pas votre souffle pendant l'exercice. Inspirez par le nez et expirez par la bouche, fermement et sans à-coups. La respiration doit être coordonnée avec le mouvement.
- **Fréquence** : Les mêmes groupes musculaires doivent être entraînés toutes les 48 heures, ou tous les deux jours, pour permettre la récupération.
- **Charge** : Adaptez l'intensité de l'entraînement à votre condition physique. Les douleurs musculaires sont normales au début, mais elles s'atténuent avec le temps si l'exercice est poursuivi.
- **Détente** : Prenez 5 minutes pour vous détendre après chaque séance afin de conserver la force et la souplesse de vos muscles.
- **Alimentation** : Ne commencez pas votre séance d'entraînement immédiatement après un repas afin de ne pas fatiguer votre système digestif. Après l'exercice, attendez au moins 30 minutes avant de manger. Évitez de boire de grandes quantités d'eau pendant l'entraînement afin de ne pas surcharger votre cœur et vos reins.
- **Étirements** : quelle que soit l'intensité de votre course, veillez à étirer vos muscles. Effectuez d'abord un échauffement - par exemple en marchant pendant 5 à 10 minutes - puis arrêtez-vous et étirez chaque jambe pendant au moins 10 secondes, en répétant l'exercice cinq fois. Après votre séance d'entraînement, répétez les étirements.

1. Flexions avant

Les genoux légèrement pliés, penchez-vous lentement vers l'avant, en laissant votre dos et vos épaules se détendre et vos mains toucher vos orteils. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez l'exercice 3 fois (voir figure 1).

2. Étirement des tendons du genou

Asseyez-vous sur un coussin propre et tendez une jambe. Ramenez l'autre jambe vers l'intérieur de la jambe tendue. Essayez de toucher vos orteils avec vos mains. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez l'exercice trois fois pour chaque jambe (voir figure 2).

3. Étirement des tendons du mollet et du talon

Appuyez-vous à deux mains sur un mur ou un arbre et tendez votre mollet vers l'arrière. Gardez votre jambe arrière droite et vos talons au sol, en vous penchant vers le mur ou l'arbre. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez 3 fois avec chaque jambe (voir figure 3).

4. Étirement des muscles quadriceps

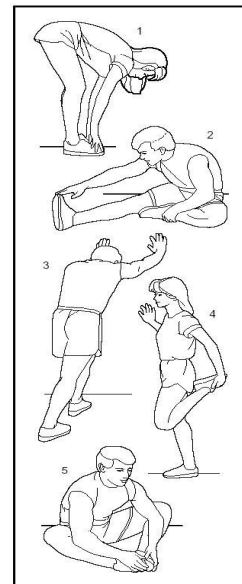
Appuyez-vous contre un mur ou une table avec votre main gauche, puis tendez votre main droite vers l'arrière, saisissez votre cheville droite et tirez lentement vers vos hanches jusqu'à ce que vous sentiez les muscles situés devant vos cuisses se contracter. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez 3 fois pour chaque jambe (voir figure 4).

5. Étirer les muscles à l'intérieur des cuisses

Asseyez-vous, les pieds face à face et les genoux tournés vers l'extérieur. Saisissez vos pieds avec les deux mains et ramenez-les vers l'aine. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez l'exercice 3 fois (voir figure 5).

Instructions relatives au panneau de la console

- | | |
|---|--|
| 1. Raccourcis d'inclinaison | 5. Démarrage/Pause |
| 2. Se pencher "vers le haut" et "vers le bas" | 6. Programme |
| 3. Programme | 7. Vitesse "vers le haut" et "vers le bas" |
| 4. Arrêt | 8. Raccourcis de vitesse |



1. Le programme P01 est un programme manuel, les programmes P01-P36 sont des programmes d'entraînement automatiques intégrés ; possibilité de créer des profils pour 3 utilisateurs et fonction de calcul de l'IMC.
2. Écran LED avec 14 boutons de commande.
3. Fonction intégrée de conversion des unités de vitesse et de distance (km↔ miles).
4. Plage de vitesse : 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Plage d'inclinaison : 0-15%.
6. Système de protection : surcharge, surintensité, survitesse, protection contre les interférences électromagnétiques et autres.
7. Fonction d'autotest et affichage des codes d'erreur et de défaut.
8. Trois modes utilisateur configurables.
9. Prise en charge de la fonction ERP (gestion efficace de l'énergie).
10. Fonction de rappel pour la lubrification (ravitaillement) de la courroie de transmission.

Description des fenêtres

1. CALORIES - indique le nombre de calories brûlées.
2. TEMPS - indique la durée de l'entraînement.
3. DISTANCE - affiche la distance parcourue.
4. INCLINE - indique le niveau d'inclinaison actuel.
5. PULSE - indique la fréquence cardiaque mesurée.
6. SPEED - indique la vitesse actuelle.

Conversion des unités de mesure :

- 1) Avec le verrou de sécurité déconnecté, appuyez simultanément sur les boutons "PROGRAM" et "MODE", l'écran affichera 0.6, - la distance est indiquée en miles.
- 2) Avec le verrou de sécurité déconnecté, appuyez simultanément sur les boutons "PROGRAM" et "MODE", l'écran affichera 1.0, qui est la conversion des miles en kilomètres ; la distance est indiquée en kilomètres.

FONCTIONS :

"PROG" - bouton de sélection des programmes : lorsqu'il est arrêté, il permet la sélection cyclique des programmes P01-P36, des utilisateurs U01-U03 et de la fonction BMI.

"MODE" - mode de fonctionnement :

Lorsque le mode manuel est sélectionné, le réglage par défaut est le mode normal.

Appuyez sur le bouton "MODE" pour basculer entre le mode de décompte du temps → décompte de la distance → décompte des calories → mode normal. Sert également de bouton de réinitialisation - rétablit l'intervalle de compte à rebours par défaut (30 minutes) dans les programmes P01-P36.

"START" - bouton de démarrage/pause :

En mode arrêt, démarre le tapis roulant. En mode course, arrête l'appareil (pause). La fonction pause peut ne pas fonctionner si le tapis roulant est connecté à Bluetooth.

"STOP" - bouton d'arrêt/réinitialisation :

Lorsque l'appareil est en marche, le fait d'appuyer sur le bouton STOP entraîne l'arrêt progressif de l'appareil. Lorsque l'écran affiche ERR, une pression sur le bouton efface cette information.

"+" - bouton d'augmentation de la vitesse :

En mode arrêt ou lors de la mesure de la graisse corporelle, sert à augmenter la valeur du paramètre réglé. Lorsque le tapis roulant est en marche, il augmente la vitesse.

"-" - bouton de réduction de la vitesse :

En mode d'arrêt ou de mesure de la masse graisseuse, réduit la valeur du paramètre défini. En mode course - réduit la vitesse de course actuelle.

"QUICK SPEED" - Boutons de sélection rapide de la vitesse (3, 6, 9 km/h) :

En mode course, permettent de régler immédiatement la vitesse définie.

"▲" - bouton d'augmentation de l'inclinaison.

"▼" - bouton permettant de diminuer l'inclinaison.

"QUICK INCLINE" - boutons de sélection rapide de l'inclinaison (3, 6, 9%) : Lorsque le tapis roulant est en marche, permettent de régler directement une inclinaison spécifique.

Dispositif d'arrêt d'urgence

Composé d'un clip et d'un cordon en nylon. Dans toute situation où la clé est hors de la prise, le tapis roulant s'arrête automatiquement, l'utilisation de la console est verrouillée et l'écran affiche "E-07" accompagné d'un signal sonore. Lorsque la clé est réinsérée, l'écran affiche l'état pendant 2 secondes, puis le tapis roulant passe en mode prêt à fonctionner.

Programme USER : le système permet de créer trois profils individuels : USER1-USER3. Pour activer le mode utilisateur, appuyez sur la touche "PROG" et sélectionnez USER1, USER2 ou USER3. Appuyez ensuite sur "MODE" pour accéder aux réglages du programme ou immédiatement sur "START" pour commencer l'entraînement. En mode édition, 10 sections de l'entraînement peuvent être configurées, en spécifiant la vitesse et l'inclinaison dans chaque section. Une fois les réglages terminés, appuyez sur "START" pour démarrer le programme. Les données sont automatiquement sauvegardées et seront disponibles pour les séances suivantes.

CLÉ DE SÉCURITÉ :

La clé de sécurité se compose d'un interrupteur à effleurement, d'une pince à linge et d'un cordon en nylon afin d'empêcher l'arrêt accidentel de l'appareil. Lorsque la clé de sécurité n'est pas dans la bonne position, le tapis roulant s'arrête de fonctionner, l'utilisation de la console est bloquée et l'écran affiche "E-07" accompagné d'un signal sonore. Lorsque le verrouillage est correctement positionné, l'écran s'affiche pendant 2 secondes, puis le tapis roulant entre dans le mode de fonctionnement par défaut.

Programme utilisateur - USER

Le mode USER vous permet de définir votre propre programme d'entraînement. Trois profils sont disponibles : USER1, USER2 et USER3. Pour utiliser ce mode :

1. Appuyez sur la touche "PROG" pour sélectionner USER1-USER3.
2. Appuyez sur la touche "MODE" pour configurer le programme ou sur "START" pour démarrer la séance d'entraînement.
3. Utilisez le bouton "MODE" pour régler les 10 sections de vitesse et d'angle d'inclinaison.
4. Lorsque les réglages sont terminés, appuyez sur "START" pour démarrer le tapis roulant. Le programme est sauvegardé et sera disponible lors du prochain démarrage.

Guide de sécurité

1. Branchez la fiche du cordon d'alimentation dans une prise de courant de 10 A reliée à la terre, puis mettez l'appareil sous tension. Un affichage complet et un signal sonore apparaissent à l'écran. Branchez ensuite la clé de sécurité.
2. Placez la clé sur la console et attachez le clip à votre vêtement au niveau de la poitrine. L'écran affiche l'intégralité des données pendant 2 secondes, puis passe en mode par défaut : toutes les valeurs sont remises à zéro, les réglages sont réinitialisés, le programme manuel (P0) est activé.
3. Appuyez sur "PROG" pour sélectionner le programme P01-P36, U01-U03 ou BMI.
4. Le programme P0 est un mode manuel avec quatre modes d'entraînement possibles :
 - Mode 1 : Temps incrémental - temps, distance et compteur de calories. Par défaut : 1,0 km/h, inclinaison 0.
 - Mode 2 : Compte à rebours - plage de 5 à 99 minutes, valeur par défaut : 30:00.
 - Mode 3 : Compte à rebours de la distance - plage de 1,0 à 99,0 km, 1 km par défaut.
 - Mode 4 : Compte à rebours des calories - plage de 20 à 990 calories, 50 calories par défaut. Les programmes P01-P36 sont des pré-réglages du système - ils fonctionnent tous en mode compte à rebours.
5. Les programmes P01-P36 sont des réglages prédéfinis du système - tous fonctionnent en mode compte à rebours.
6. Après avoir réglé les paramètres, appuyez sur "START". Un compte à rebours de 5 secondes s'affiche et se termine par un bip, après quoi le tapis roulant démarre à une vitesse croissante.
7. Pendant l'entraînement, vous pouvez régler la vitesse à l'aide des touches "+", "-", ou "VITESSE RAPIDE".
8. Dans les programmes P01-P36, la vitesse est divisée en 10 segments. Chaque segment dure le même temps, en fonction du temps total. Un changement de segment est signalé par trois bips sonores 3 secondes avant la commutation.
9. Appuyez sur "START" pendant le fonctionnement pour passer de la pause à la marche. En reprenant, les réglages enregistrés sont conservés.
10. Appuyez sur "STOP" pour arrêter le moteur - l'appareil revient à son état initial.
11. L'angle d'inclinaison peut être réglé avec "+", "-", ou "QUICK INCLINE".
12. Le retrait de la clé de sécurité arrête automatiquement le tapis roulant, affiche le message "E-07" et déclenche un signal sonore.
13. Le système surveille constamment la sécurité - toute erreur détectée entraîne l'arrêt du fonctionnement et l'affichage d'un message approprié.
14. Pour effacer le message d'erreur, appuyez sur "STOP".
15. Test BMI (version asiatique) :
 - Appuyez sur "PROG", sélectionnez "BMI".
 - Réglez les paramètres F1-F5 :
 - F1 - Sexe (1 : homme, 2 : femme), par défaut 1
 - F2 - Âge : 1-99, par défaut 25
 - F3 - Taille (cm) : 100-220, par défaut 170
 - F4 - Poids (kg) : 20-150, par défaut 70
 - F5 - Commencez le test : Maintenez les capteurs de fréquence cardiaque pendant 4 secondes - l'écran affiche le résultat de l'IMC.
 - Interprétation (normes asiatiques) :
 - <18 - mince
 - 18-24 - poids idéal
 - 25-28 - surpoids
 - >29 - obèse

16. Test d'IMC (méthode britannique) :

- Taille (pouces) : 39-87, par défaut 67
- Poids (livres) : 44-330, valeur par défaut 154
- Le reste des paramètres est identique à ce qui précède
- Le résultat de l'IMC apparaît 4 secondes après avoir posé la main sur les capteurs

Fonction d'économie d'énergie (ERP)

Par défaut, le système démarre en mode ERP. Si le tapis roulant n'est pas utilisé, il passe en mode veille après environ 4,5 minutes. Pour le réveiller, appuyez sur n'importe quel bouton. En mode veille, maintenez le bouton "MODE" enfoncé pendant 3 secondes pour éteindre l'ERP ("2222" s'affiche), et maintenez à nouveau le bouton "MODE" enfoncé pour rallumer l'ERP ("1111" s'affiche).

Tableau des vitesses et des inclinaisons pour les programmes automatiques P01-P36 ; métrique (**TABLEAU 1**)

Tableau de vitesse et d'inclinaison pour les programmes automatiques P01-P36 ; en pouces (**TABLEAU 2**)

Code du problème	Cause probable	Réparation
Le système ne fonctionne pas	A. L'alimentation n'est pas connectée ou n'est pas activée	Branchez l'alimentation ou mettez l'interrupteur d'alimentation en position "NO".
	B. Les verrouillages de sécurité ne sont pas en place	Placer le verrou de sécurité dans la bonne position
	C. Le contrôleur ou la console n'est pas sous tension	Remplacer le contrôleur ou la console
	D. Mauvais contact avec la ligne	Vérifier les entrées et sorties du système et les lignes de communication lignes de communication
Arrêt soudain en condition normale	A. Le verrouillage de sécurité est tombé	Réinstaller
	B. Erreur du système	Demander au technicien de service de s'en occuper
Défaillance de la clé	Touche incorrecte	Remplacer la console ou la carte mère
E-01	A. Le câble de communication est mal connecté	Reconnecter le câble de communication et vérifier que le port est le port est correctement connecté ou remplacez le câble de communication.
	B. Console défectueuse	Remplacer la console.
	C. Contrôleur défectueux	Changer le contrôleur
E-02	A. Moteur défectueux	Remplacer le moteur
	B. Le câble du moteur est mal connecté au contrôleur ou le contrôleur est mal connecté.	Vérifier et reconnecter ou remplacer le contrôleur
E-03	A. La cellule photoélectrique n'est pas correctement installée	Vérifier et reconnecter
	B. Mauvaise cellule photoélectrique	Remplacer le photocapteur
	C. Capteur photoélectrique encrassé ou mauvais premier contact	Vérifier et reconnecter/nettoyer le capteur
	D. Contrôleur défectueux	Remplacer le contrôleur
E-05	A. Contrôleur défectueux	Remplacer le contrôleur
	B. Moteur défectueux	Remplacer le moteur
	C. Défaillance mécanique	Vérifier que l'huile ou le tambour n'est pas bloqué.
E-07	La console ne détecte pas le signal de verrouillage de sécurité	1. Vérifier que le verrouillage de sécurité est en place ; 2. Réinstallez le mécanisme de verrouillage de sécurité ;
Pas de signal de fréquence cardiaque	A. Le câble de la poignée n'est pas inséré en place ou le câble de la poignée n'est pas en bon état.	Vérifier et connecter ou remplacer le câble de la poignée
	B. Dysfonctionnement du circuit du système électronique	Remplacer la console
Lignes de la console incomplètes ou manquantes	A. L'écran est défectueux	Remplacer la carte mère ou l'écran
	B. Défaillance du système	Remplacer la console

PLIER ET DÉPLACER LE TAPIS ROULANT :

1. Pliage du tapis roulant

Débranchez l'alimentation électrique avant de plier le tapis roulant. S'assurer que l'inclinaison du tapis roulant est réglée au niveau le plus bas. Lever le tapis roulant en position verticale - les pièces de liaison se verrouillent automatiquement dans le système hydraulique. Vérifier que les pièces de connexion sont bien verrouillées comme indiqué sur l'illustration.

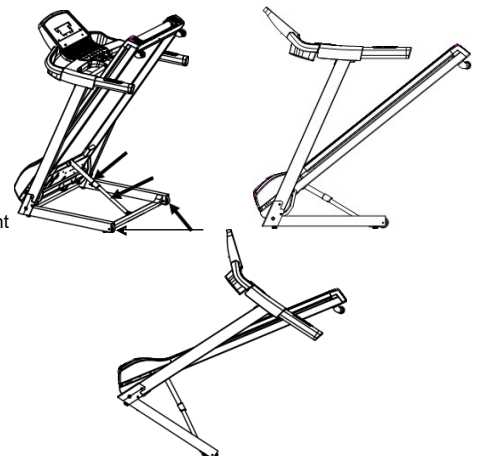
2. Mise en place du tapis roulant

Choisir une surface plane, sans obstacles, à environ 1 mètre d'une prise électrique. Lors du dépliage, saisir le tapis roulant à deux mains, marcher sur le connecteur avec les pieds - le tapis roulant s'abaisse lentement vers le sol. Pendant ce temps, l'utilisateur doit rester à une distance d'environ 1 mètre jusqu'à ce que l'appareil soit complètement déplié, comme indiqué.

3. Déplacement du tapis roulant Avant de déplacer le tapis roulant, il faut s'assurer que :

- L'interrupteur d'alimentation est sur "off".
- La fiche d'alimentation a été débranchée de la prise.
- Le cadre principal a été correctement assemblé.

Après avoir pris connaissance des instructions ci-dessus, saisissez l'extrémité du tapis roulant d'une main et l'accouder du même côté de l'autre. Puis, en plaçant l'appareil à un angle de 40 à 50° par rapport à votre poitrine, déplacez-le lentement, comme indiqué.



GUIDE DE MISE A LA TERRE :

Ce produit est équipé d'un conducteur de protection et d'une prise de terre. Le tapis de course doit être raccordé à une prise de terre appropriée conformément aux réglementations locales.

Danger ! Si vous n'êtes pas sûr que l'appareil a été correctement mis à la terre, contactez un électricien qualifié ou un centre de service agréé. Ne modifiez pas vous-même la fiche fournie avec le produit. Si la fiche n'est pas compatible, un électricien qualifié doit installer la prise correcte.

INSTRUCTIONS POUR L'UTILISATION DU TAPIS DE COURSE

1. Mettez l'appareil sous tension, dépliez le tapis roulant dans la position la plus basse et vérifiez qu'il fonctionne correctement.
2. Attachez le cordon de sécurité à vos vêtements.
3. Assurez-vous que le tapis roulant fonctionne correctement et qu'il est stable avant de commencer l'exercice. Ne vous tenez pas directement sur la bande du tapis de course lorsque vous démarrez le tapis. Le démarrage correct consiste à se positionner sur les rails latéraux, les mains reposant sur les poignées. Après avoir appuyé sur le bouton "START" et tenir les poignées, le tapis roulant démarre après 5 secondes à une vitesse de 1,0 km/h. Appuyez ensuite sur le bouton "+" pour augmenter la vitesse à 2,5-3,5 km/h - c'est la vitesse optimale pour courir. Gardez les deux mains sur le guidon et avancez progressivement dans le couloir au début de l'exercice. Avancez à un rythme compatible avec le mouvement du couloir.
4. Après quelques minutes, vous pouvez augmenter la vitesse avec le bouton "+" ou la diminuer avec le bouton "-" tout en gardant les mains sur les poignées.
5. En cours de fonctionnement, vous pouvez également régler une vitesse constante en la sélectionnant directement sur le panneau.
6. Une pression sur le bouton "STOP" à tout moment arrête le moteur.
7. Utilisation des modes pré-réglés Branchez l'appareil et mettez-le sous tension. Appuyez sur la touche "SELECT" pour sélectionner le mode souhaité, puis sur "START" pour le démarrer. Vous pouvez à tout moment régler la vitesse à l'aide des boutons "+" ou "-" ou arrêter l'appareil en appuyant sur le bouton "STOP".
8. Test de la fonction HRC Lorsque l'appareil est allumé, placez vos mains sur les capteurs métalliques de fréquence cardiaque - la valeur HRC apparaît dans la fenêtre d'affichage.

Remarque : L'extraction du bouton de sécurité arrête immédiatement le tapis roulant et désactive l'ordinateur. Un message s'affiche à l'écran : "-----".

ENTRETIEN : Un bon entretien est essentiel au fonctionnement fiable et sûr du tapis roulant. Le fait de le négliger peut entraîner des dommages ou raccourcir la durée de vie de l'appareil. Tous les composants doivent être inspectés et serrés régulièrement. Les pièces usées doivent être remplacées immédiatement.

LUBRIFICATION : Le tapis roulant a été lubrifié à l'usine pendant la production. Cependant, après une certaine période d'utilisation, la bande de roulement doit être lubrifiée régulièrement avec une huile de silicone spéciale.

Recommandations pour la fréquence de lubrification :

- Utilisation moins de 3 heures par semaine - lubrification tous les 5 mois
- Utilisation de 4 à 7 heures par semaine - lubrification tous les 2 mois
- Utilisation plus de 7 heures par semaine - lubrification mensuelle

Remarque : une lubrification trop fréquente n'est pas recommandée. Une lubrification correcte est un facteur clé de la durée de vie et des performances du tapis roulant. Pour vérifier si une lubrification est nécessaire, soulevez les côtés de la bande du tapis de course et touchez la partie centrale arrière de la bande :

- Si vous sentez le silicone, il n'est pas nécessaire de lubrifier.
- Si la surface est sèche, procédez à la lubrification.

Instructions de lubrification :

1. Arrêter la machine et plier le tapis de course.
2. Soulever la bande de course à l'arrière du cadre principal.
3. En tenant la bouteille aussi près que possible du centre de la bande, vaporiser de l'huile de silicone - des deux côtés. Faites tourner le tapis roulant à 1 km/h pour répartir l'huile uniformément sur la surface de la bande de roulement.

1. Réglage de la bande de course

En usine, la bande de roulement est correctement réglée. Toutefois, à l'usage, elle peut se détendre, entraînant des ruptures ou des glissements. Dans ce cas, serrez les vis de réglage - chacune d'un demi-tour vers la gauche ou vers la droite.

Si la courroie est trop lâche, elle peut glisser sur la poulie. Inversement, une tension trop élevée peut entraîner une surcharge du moteur et endommager le moteur, la courroie, les rouleaux ou d'autres composants.

2. Réglage de la déviation de la courroie

Bien que la courroie soit réglée en usine, elle peut se déplacer avec le temps. Les causes les plus courantes sont les suivantes :

- Alignement instable du tapis roulant,
- Course avec un décalage sur le côté,
- Répartition inégale de la pression du pied.

Si le désalignement n'est pas permanent, le fait de faire fonctionner le tapis roulant pendant quelques minutes à vide peut rétablir l'équilibre. Si nécessaire, effectuez un réglage manuel à l'aide d'une clé Allen de 6 mm - en tournant la vis d'un demi-tour.

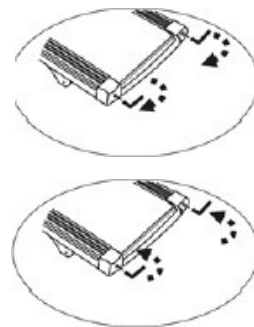
Exemple 1 : la bande glisse vers la gauche → Serrer la vis de gauche (dans le sens des aiguilles d'une montre) → Ou desserrer la vis de droite (dans le sens inverse des aiguilles d'une montre)

Exemple 2 : la courroie se déplace vers la droite → Serrer la vis droite (dans le sens des aiguilles d'une montre) → Ou desserrer la vis gauche (dans le sens inverse des aiguilles d'une montre) **CLÉ DE RÉGLAGE :**

Sens des aiguilles d'une montre = serrage
Sens inverse des aiguilles d'une montre = desserrage
La courroie se déplace toujours vers le côté le moins serré.

Conseils :

Faire fonctionner le tapis roulant à faible vitesse avant chaque réglage. Ne pas trop serrer les vis.
Observer le fonctionnement de la bande après chaque réglage.
Les déviations de la bande ne sont pas couvertes par la garantie et relèvent de la responsabilité de l'utilisateur. Des déviations non vérifiées et non corrigées peuvent entraîner de graves dommages.





3. Réglage de la courroie d'entraînement (moteur)

Les courroies d'entraînement sont pré-réglées en usine, mais elles peuvent se détendre avec le temps, ce qui entraîne un glissement. Réglage :

1. Utilisez une clé pour tourner la vis de réglage dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

2. La plage de réglage doit permettre une transmission en douceur, sans glissement.

Remarque : Nettoyez régulièrement les courroies et les gorges des poulies pour garantir le bon fonctionnement du système d'entraînement.

a) Vis de réglage ; b) Moteur ; c) Rouleau avant ; d) Courroie

Défauts typiques et méthodes de réparation :

Problème	Causes probables	Méthodes d'entretien
Le tapis roulant ne fonctionne pas	A. Il est débranché	Le brancher sur une prise de courant
	B. La clé de sécurité n'est pas en place	Insérer la clé de sécurité dans le panneau
	C. Circuit de signal ouvert	Vérifier l'entrée du contrôleur et la ligne de signal
	D. l'alimentation électrique n'est pas activée	Placer l'interrupteur d'alimentation en position NO
	E. Le fusible a sauté	Remplacer le fusible
Le mouvement n'est pas régulier	A. Lubrification insuffisante	Utiliser une graisse à base d'huile méthyl-silicone
	B. Les bandes de roulement sont trop serrées	Ajuster les bandes de roulement pour qu'elles soient bien serrées
La bande de roulement a glissé	A. La ceinture de course est trop lâche	Ajuster les bandes de course pour qu'elles soient bien serrées
	B. La courroie est lâche	Régler la tension de la courroie d'entraînement

Code d'erreur	Description de l'erreur	Résolution des problèmes
E 1	Communication incorrecte entre le contrôleur et la console après la mise sous tension.	Le contrôleur est entré dans un état d'erreur - le démarrage n'est pas possible. La console affiche un code d'erreur et émet trois bips. Causes possibles : - la communication entre le contrôleur et la console est bloquée - vérifier la connexion de la ligne de communication, de l'interface utilisateur et de la console. - vérifier la connexion de la ligne de communication, s'assurer que chaque noyau est complètement inséré, - si la ligne de communication est endommagée, la remplacer.
E 3	Le câble du moteur n'a pas été connecté correctement.	L'appareil a été éteint à cause d'une erreur - le buzzer de la console émet 9 bips et l'écran affiche le code d'erreur. Si l'appareil revient à la normale après l'arrêt, il peut passer en mode veille et redémarrer. Causes possibles : - le câble du moteur n'a pas été branché correctement - vérifier le branchement, - le contrôleur peut être défectueux - vérifiez qu'il n'émet pas une odeur caractéristique de composants brûlés ; remplacez le contrôleur si nécessaire.
	Pas de signal du capteur de vitesse - la tension de commande à la sortie du moteur à courant continu est réduite. L'appareil ne reçoit pas de signal de vitesse du moteur pendant plus de 3 secondes.	L'appareil a été éteint en raison d'une erreur - le buzzer de la console émet 9 bips et l'écran affiche le code d'erreur. Après 10 secondes d'arrêt, l'appareil peut passer en mode veille et être redémarré. Causes possibles : - pas de signal du capteur de vitesse pendant plus de 3 secondes - vérifier que la fiche du capteur est correctement branchée et qu'elle n'est pas endommagée, - le cas échéant, rebrancher la fiche ou remplacer le capteur.
E 4	Pente	Vérifiez que le câble d'induction du moteur de l'ascenseur est correctement connecté. Pour une connexion fiable, débranchez et rebranchez le connecteur. Vérifiez que le câble d'alimentation CA du moteur de l'ascenseur est correctement connecté et que les câbles CA du moteur de l'ascenseur et du contrôleur sont correctement marqués. Inspectez l'état du câble de connexion du moteur - s'il est endommagé, remplacez-le ou remplacez tout le moteur de l'ascenseur. A Enfin, appuyez sur le bouton d'apprentissage du contrôleur pour relancer le processus d'apprentissage.
E 5	Protection contre les surintensités - pendant le fonctionnement, le système a détecté que le courant du moteur CC dépassait la valeur nominale de plus de 6 A pendant plus de 3 secondes.	L'appareil a été arrêté en raison d'une erreur - l'avertisseur de la console émet 9 bips et l'écran affiche le code d'erreur. Il est possible de redémarrer l'appareil en mode veille 10 secondes après l'arrêt. Causes possibles : - le courant du moteur a dépassé la valeur nominale - le système a été activé le mécanisme d'autodéfense a été activé, - blocage mécanique possible du tapis roulant empêchant la rotation du moteur, - charge mécanique excessive entraînant une augmentation de la consommation de courant. Actions recommandées : - vérifier et régler le tapis roulant pour permettre à l'appareil de fonctionner correctement, - si le moteur fait des bruits inhabituels ou dégage une odeur de brûlé - remplacer le moteur ou le contrôleur, - vérifier que l'alimentation électrique est stable et compatible avec la tension requise - si nécessaire, tester le système avec la tension d'entrée correcte.
E 6	Protection contre les explosions - protection contre les impulsions : Une tension d'alimentation incorrecte ou un fonctionnement incorrect du moteur (etc.) peuvent endommager le circuit du moteur d'entraînement.	L'appareil a été mis hors tension en raison d'une erreur - l'avertisseur de la console émet 9 bips et l'écran affiche le code d'erreur. 10 secondes après la mise hors tension, l'appareil entre en mode veille et il est possible de le redémarrer. Causes possibles : - la tension d'alimentation est inférieure à 50 % de la valeur nominale - utilisez la tension correcte et testez à nouveau l'appareil, - le contrôleur peut être défectueux - s'il y a une odeur de brûlé, remplacez le contrôleur, - les fils du moteur peuvent être déconnectés ou desserrés - vérifiez les connexions et reconnectez les câbles.



APP Bluetooth pour tapis de course



La connexion Bluetooth prend en charge AnyRun, Zwift et Kinomap.



AnyRun

Téléchargez, enregistrez-vous et connectez-vous à l'application AnyRun, allez à la page des paramètres : Cliquez sur Settings, qui se trouve dans le coin inférieur droit, cliquez sur Devices, l'application détectera les codes Bluetooth, sélectionnez un code Bluetooth qui est le même que le code marqué sur la console de l'équipement et appairez.

Zwift

Téléchargez, enregistrez-vous et connectez-vous à l'application Zwift, allez à la page des paramètres : Sous PAIRED DEVICES, cliquez sur RUN pour le tapis de course ; cliquez ensuite sur POWER

SOURCE et un menu contextuel apparaîtra, sélectionnez le code Bluetooth qui est le même que le code marqué sur la console de l'équipement et sélectionnez OK pour jumeler.

REMARQUE : Zwift se souvient des appareils utilisés lors d'une session précédente et peut tenter de s'appairer avec ces appareils s'ils sont présents et disponibles. Si vous voyez des appareils jumelés que vous ne souhaitez pas utiliser, il vous suffit de les désélectionner et de sélectionner l'appareil que vous souhaitez jumeler.

Kinomap

Téléchargez, enregistrez-vous et connectez-vous à l'application Kinomap, accédez à la page des paramètres : cliquez sur Plus en bas à droite, cliquez sur Gestion de l'équipement, cliquez sur + en haut à droite, sélectionnez un tapis de course ;

Cliquez sur Contenu dans la section Interactif, l'application détectera l'équipement trouvé, sélectionnera le code Bluetooth qui est le même que le code marqué sur la console de l'équipement, puis cliquez sur AJOUTER UN NOUVEL ÉQUIPEMENT, l'équipement ajouté avec succès apparaîtra.



FONTOS BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK

Köszönjük, hogy megvásárolta ezt a terméket! Segítségével könnyedén gondoskodhat jobb fittségéről, egészségéről és jó közérzetéről.

Használati utasítás

1. A tápkábel csak földelt konnektorba csatlakoztassa. Ne használjon hosszabbítót vagy adaptert.
2. Győződjön meg róla, hogy a futópád szilárdan áll egy sík felületen, zárt, száraz helyiségben.
3. A futópád beindítása előtt álljon az oldalsó lépcsőfokokra, és rögzítse a biztonsági kulcsot a ruházatához.
4. Egyszerre csak egy személy edzhet a futópádon.
5. Ajánlott a megfelelő sportruházat és fitnesscipő viselése.
6. Szükség esetén állítsa be az edzés sebességét a kezelőszervek segítségével.
7. Ha befejezte a futópádot, állítsa le a futópádot a "Stop" gomb segítségével vagy a biztonsági kulcs kihúzásával.
8. Edzés után vagy a gép átállítása előtt mindig kapcsolja ki a készüléket és húzza ki a konnektorból.
9. Edzés előtt konzultáljon orvosával, különösen, ha krónikus betegségben szenved.
10. Tisztítsa a gépet rendszeresen száraz ruhával, és kerülje az alkatrészek vízzel való érintkezését.
11. Ne használja a futópádot közvetlenül étkezés után vagy fáradtan.
12. A készülék folyamatos működése nem haladhatja meg a 2 órát.
13. Minimum 2000× 1000 mm szabad helynek kell lennie.
14. Karbantartás közben mindig válassza le a készüléket az áramforrásról.
15. Szokatlan hangok, égett szag, a képernyővel vagy a szalag mozgásával kapcsolatos problémák esetén azonnal hagyja abba az edzést, válassza le az áramellátást, és forduljon a szervizközponthoz.

Figyelmeztetések és tilalmak:

⚠ Ne használja a futópádot:

- ha orvosi kezelés alatt áll, és nincs meg az orvos jóváhagyása,
- ha szívproblémái, hátproblémái, ízületi problémái, csontritkulása vagy súlyos krónikus betegségei vannak,
- terhesség, menstruáció alatt vagy rossz közérzet esetén,
- ha alkoholt fogyasztott, vagy olyan gyógyszerek hatása alatt áll, amelyek csökkentik a koncentrációját,
- ha a tápkábel sérült vagy a csatlakozóaljzat meglazult.

⚠ Tilos:

- a futópádot saját maga szétszerelni, módosítani vagy javítani,
- a készüléket kültéren vagy nedves helyiségben (pl. fürdőszobában) használni,
- a futópádot nedves kézzel be- vagy kikapcsolni,
- a futópád övére vagy arról leugrani, miközben a gép fut,
- a futópád használata gyermekek és eszméletlen vagy mozgássérült személyek által.



- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1. Konzol | 5. Biztonsági kulcs |
| 2. Függőleges profil | 6. Futószíj |
| 3. Motorburkolat | 7. Oldalszíj |
| 4. Fogantyú | 8. Hátsó fedél |

Műszaki információk

Méret (mm)	Kihajtva: 1700 x 790 x 145
	Összehajtva: 1180 x 790 x 1450
Futószalag (mm)	1420 x 500
Sebesség (km/h)	1-22



1) Csomagolási lista:

1. Fődarab
2. Profilok
3. Konzol keret
4. Konzol
5. Biztonsági kulcs
6. Szilikonolaj
7. Használati utasítás
8. Csavarkészlet

2) Felszereltségi lista:

1. H Nagy lapos fejű hatlapos csavar (M8 * 50 * 20) 4db.
2. L-alakú kulcs S4 1db
3. Hatlapfejű csavar (M6*10)
4. L-alakú kulcs S6 1db.
5. Hatlapfejű csavar M8×15 8db.
6. T-csavarkulcs 6×80



BEÁLLÍTÁS:

Megjegyzés: A telepítés során ne húzza meg teljesen az összes csavart. Az összes csavart akkor húzza meg, amikor az alkatrészek teljesen be vannak szerelve.

- 1. lépés:** Vegye ki a készüléket a csomagolásból, és helyezze egy sík felületre (a képen látható módon). Távolítsa el az összes zsákot és védőpántot.
- 2. lépés:** A képen látható módon: tartsa a futópádot függőleges helyzetben, illessze a függőleges profilt (62) az alap (1) megfelelő helyére, majd rögzítse egy M8 × 50 × 20-as hatszögletű csavarral (101), és rögzítse egy M8 × 15-ös csavarral (102). Ismételje meg a műveletet a másik oldalon (63).
- 3. lépés:** Az ábrán látható módon: miután csatlakoztatta a kommunikációs kábelt a korlátkeret jobb oldalán, szerelje be a hegesztett konzolokat (72) a függőleges oszlopok (62) és (63) megfelelő helyére, és rögzítse őket egy nagy M8 × 15 hatszögletű csavarral (102).
- 4. lépés:** A konzol jelkábélének csatlakoztatása után helyezze a konzoltartót (72) a konzolkeretbe (24), és rögzítse azt M6-os hatlapos csavarokkal × 10 (103).
- 5. lépés:** Helyezze a készüléket a célhelyre, és húzza meg az összes rögzítőcsavart. Ezután rögzítse a biztonsági kulcsot (89) - a futópád készen áll a használatra!

Szám	Név	Mennyiség	Szám	Név	Mennyiség
1	Hegesztett alap	1	54	Kerék $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	M8×50×20 hatszögletű csavar	2	55	Hengeres párna $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6 \times 6$	6
3	Hatszögletű rögzítőanya M8	2	56	Kerek vezetőblokk $\phi 25 \times \phi 5 \times 4,5$	10
4	$\Phi 8$ lapos alátét	2	57	Szalag $\phi 16$ (fehér)	3
5	Gyöngy (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	EVA betét (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30 \times 30$	1
6	Kerék $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Mágneses gyűrű $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Blokkoló dugó $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Kábelbilincs 3/8(UC-2)	1
8	Főkeret	1	61	Tápkábel bilincs SR-5R1	1
9	Vezérlő tartó	1	62	Bal oldali függőleges profil $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Motorburkolati lemez	1	63	Jobb oldali függőleges profil $0,32 \text{ m}^2$	1
11	A motorburkolat rögzített csöve $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Kommunikációs kábel SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Hatlapfejű csavar M8×75	1	65	Keret	1
13	Hatlapfejű csavar M8×60	2	66	Hatlapfejű csavar $M12 \times \Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Motor tartólemez A	2	67	Hatlapfejű laposfejű csavar $M10 \times 25 \times 15$	2
15	Motor tartólemez B	1	68	Anyát $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Hatszögletű csavar lapos M8×45×20	2	69	Hüvely $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Hatszögletű csavar M6×30× $\Phi 16$	4	70	Lapos alátét $\Phi 14$	2
18	Phillips csavar nagy lapos fejfel $M5 \times 10$	2	71	Emelőtengely hüvely (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Keresztbe süllyesztett csavar nagy lapos fejfel $M4 \times 10$	6	72	Konzolkonzol konzol hegesztési varratai	1
20	Önmetsző csavar nagy lapos fejfel, keresztcsüllyesztéssel $ST4 \times 16$	4	73	Kijelzőkeret $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Nagy laposfejű csavar keresztmelyedéssel $STx10$	7	74	Nagy laposfejű csavar keresztcsüllyesztéssel $ST4 \times 16$	19
22	Önmetsző csavar keresztcsüllyesztéssel $ST3 \times 10$	4	75	Süllyesztett csavar $ST4 \times 15$	4
23	Önmetsző süllyesztett csavar $ST4 \times 15$	2	76	Süllyesztett csavar $ST4 \times 70$	2
24	Konzolkeret hegesztése	1	77	Elem $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Rugós alátét $\Phi 8$	3	78	Nagy laposfejű csavar $ST4 \times 10$	12
26	$\Phi 5$ rugós alátét	17	79	Panel $1136EA/571 \times 27 \times 10,8$	1
27	Fogazott alátét $\Phi 5$	2	80	A panel hátsó borítása $1136EA/571 \times 27 \times 10,8$	1
28	$\Phi 8$ lapos alátét	3	81	Felső fedél	1
29	Hatszögletű M8 záróanya	3	82	Alsó fedél	1
30	Hatszögletű csavar $M10 \times 35 \times 20$	3	83	Csúszásgátló alátét	1
31	$M10 \times 65 \times 20$ hatszögletű csavar	2	84	Szívritmus mérés	1
32	$M10$ -es hatszögletű csavar	1	85	Szívritmus mérés $7239EA/L-50MM/SM5 \text{ PIN/INCLINE} +/-$	1
33	Lapos alátét $\Phi 10$	1	86	Kommunikációs kábel SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Lapos alátét $\Phi 8$	1	87	Konzol 3338EA	1
35	Kommunikációs kábel SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Kézi kommunikációs kábel pulzusmérőhöz $3330EA/L-1000mm$	1
36	Hatszögletű hüvelyes, teljes menetes csavar	2	89	Biztonsági kulcs $J52 \times 15 \times 15$ (L-700)	1
37	Sofőr	1	90	Biztonsági reteszelő aljzat $J86 \times 20 \times 16$	1
38	Kábel L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Akril panel $t1.0 \times 554 \times 260$	1
39	Kábel L-300mm/1.5mm 2/(Fekete)	1	92	D-alakú dugó $DX40 \times 80$	2
40	KCD4 kapcsoló	1	93	Egyirányú szelep $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Önvisszaállító kapcsoló 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Pajzsok	1
42	Kábel L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Hatszögletű csavar $M8 \times 30 \times 20$	1
43	Csatlakozó $3 \times 1,0mm^2 \times 2000$	1	96	Dugó $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Első görgő 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Tartó hatszögletű anya M8	2
45	Hátsó görgő 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Lapos alátét $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Kefe nélküli motor	1	99	Rúd $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350N$	1
47	Billenőmotor 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	töredék-1 $t0.6 \times 16.5 \times 43$	1
48	Futóplatform 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	$M8 \times 50 \times 2$ hatlapfejű csavar 00	4
49	Futószalag $2930 \times 500 \times t1,6$	1	102	Lapos fejű hatszögletű csavar $M8 \times 15$	8
50	Szűj 174 (442) PJ6	1	103	$M6 \times 10$ hatlapfejű csavar	4
51	Motorburkolat 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	L-alakú csavarkulcs $4^{\circ} 30^{\circ} 80$	1
52	Hátsó fedél $673 \times 93 \times 51$	1	105	L-alakú kulcs $6^{\circ} 35^{\circ} 80$	1
53	Oldalsín $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	T-alakú kulcs $6^{\circ} 80$	1

Tippek és trükkök

- Bemelegítés: Minden edzés előtt 5-10 percig melegítsen be.
- Légzés: Ne tartsa vissza a lélegzetét edzés közben. Lélegezzen be az orrán keresztül, és lélegezzen ki a száján keresztül - határozottan és egyenletesen. A légzésnek összhangban kell lennie a mozgással.
- Gyakoriság: Ugyanazokat az izomcsoportokat 48 óránként vagy minden második napon edzeni kell, hogy legyen idő a regenerálódásra.
- Töltsd: Alkalmazza az edzés intenzitását a fizikai állapotához. Az izomfájdalom kezdetben normális, de idővel elmúlik, ha az edzést folytatja.
- Lazítás: Minden edzés után szánjon 5 percet a pihenésre, hogy izmai erősek és rugalmasak maradjanak.
- Diéta: Ne kezdje az edzést közvetlenül étkezés után, hogy ne terhelje meg emésztőrendszerét. Edzés után várjon legalább 30 percet az étkezéssel. Kerülje a nagy mennyiségű víz fogyasztását edzés közben, hogy ne terhelje túl a szívét és a veséit.
- Nyújtás: Bármilyen intenzitású is a futás, ügyeljen az izmok nyújtására. Először végezzen bemelegítést - például 5-10 percig tartó menetelést -, majd álljon meg, és nyújtsa mindkét lábát legalább 10 másodpercig, ötször megismételve a gyakorlatot. Az edzés után ismételje meg a nyújtást.

1. Előrehajlások

Enyhén behajlított térdekkel lassan hajolj előre, hagyd, hogy a hátad és a vállaid ellazuljanak, a kezeid pedig megérintsék a lábujjaidat. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg háromszor (lásd az 1. ábrát).

2. A térdhajlító inak nyújtása

Üljön egy tiszta párnára, és egyenesítse ki az egyik lábát. A másik lábát húzzuk be úgy, hogy az a kiegyenesített láb belső oldalához érjen. Próbálja meg a kezével megérinteni a lábujjait. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor mindkét lábával (lásd a 2. ábrát).

3. A vádli és a sarok inainak nyújtása

Támaszkodjon két kézzel egy falnak vagy fának, és , nyújtsa ki a vádliját hátrafelé. Tartsa a hátsó lábát egyenesen, a sarkát a földön, és hajoljon a fal vagy a fa felé. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor mindkét lábával (lásd a 3. ábrát).

4. A négyfejű combizmok nyújtása

Bal kezével támaszkodjon egy falnak vagy asztalnak, majd jobb kezével nyúljon hátra, fogja meg a jobb bokáját, és lassan húzza a csípője felé, amíg nem érzi, hogy a combja előtt lévő izmok megfeszülnek. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítsa el. Ismételje meg 3-szor mindkét lábával (lásd a 4. ábrát).

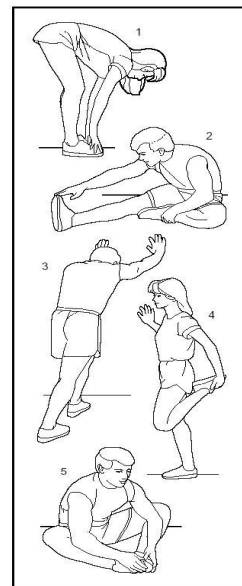
5. A comb belső oldalán lévő izmok nyújtása

Üljön úgy, hogy a lábfejek egymással szemben, a térdek pedig kifelé nézzenek. Fogja meg a lábfejét mindkét kezével, és húzza az ágyéka felé. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor (lásd az 5. ábrát).

Konzolpanel utasítások

1. Döntés gyorsbillentyűk
2. "Felfelé" és "lefelé" dőlés
3. Program
4. Stop

5. Indítás/szünet
6. Program
7. Sebesség "fel" és "le"
8. Sebesség gyorsbillentyűk



1. A P01 program egy kézi felhasználói program, a P01-P36 programok beépített automatikus edzésprogramok; lehetőség 3 felhasználó számára profilok létrehozására és BMI-számítási funkció.
2. LED kijelző 14 vezérlőgombbal.
3. Beépített sebesség- és távolságegység-átváltási funkció (km↔ mérföld).
4. Sebességtartomány: 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Dőlésszögtartomány: 0-15%.
6. Védelmi rendszer: túlterhelés, túláram, túlsebesség, valamint elektromágneses interferencia elleni védelem és egyéb.
7. Önteszt funkció és a hiba- és hibakódok kijelzése.
8. Három konfigurálható felhasználói üzemmód.
9. ERP funkció (hatékony energiagazdálkodás) támogatása.
10. Emlékeztető funkció a futószalag kenésére (utántöltésére).

Ablak leírása

1. CALORIES - az elégetett kalóriák számát mutatja.
2. TIME - az edzés időtartamát mutatja.
3. DISTANCE - a megtett távolságot mutatja.
4. INCLINE - az aktuális emelkedési szintet mutatja.
5. PULSE - a mért pulzusszámot mutatja.
6. SPEED - az aktuális sebességet mutatja.

A mérési egységek átváltása:

- 1) A kijelzőn 0.6 jelenik meg, - a távolság mérföldben jelenik meg.
- 2) A biztonsági zár kikapcsolása mellett nyomja meg egyszerre a "PROGRAM" és a "MODE" gombokat, és a kijelzőn 1.0 jelenik meg, ami a mérföldek kilométerre történő átváltása; a távolság kilométerben van megadva.

FUNKCIÓK:

"PROG" - programválasztó gomb: megállítva lehetővé teszi a P01-P36 programok, az U01-U03 felhasználók és a BMI funkció ciklikus kiválasztását.

"MODE" - üzemmód:

Kézi üzemmód kiválasztásakor az alapértelmezett beállítás a normál üzemmód.

A "MODE" gomb megnyomásával válthat az idő visszaszámláló üzemmód→ távolság visszaszámláló→ kalóriaszámláló→ normál üzemmód között. Reset gombként is működik - visszaállítja az alapértelmezett visszaszámlálási intervallumot (30 perc) a P01-P36 programokban.

"START" - indító/szünet gomb:

Stop üzemmódban elindítja a futópádot. Futó üzemmódban megállítja a készüléket (szünet). A szünet funkció nem feltétlenül működik, ha a futópádot Bluetooth kapcsolatra van csatlakoztatva.

"STOP" - leállítás/visszaállítás gomb:

A gép futása közben a STOP gomb megnyomásával a gép fokozatosan leáll. Ha a kijelzőn ERR jelenik meg, a gomb megnyomásával ez az információ törlődik.

"+" - sebességnövelő gomb:

Megállás üzemmódban vagy testzsírméréskor a beállított paraméter értékének növelésére szolgál. A futópád futás közben növeli a sebességet.

"-" - sebességcsökkentő gomb:

Stop üzemmódban vagy testzsírméréskor - csökkenti a beállított paraméter értékét. Futó üzemmódban - csökkenti az aktuális futási sebességet.

"QUICK SPEED" - Gyors sebességválasztó gombok (3, 6, 9 km/h):

Futó üzemmódban lehetővé teszik a beállított sebesség azonnali beállítását.

"▲" - emelkedés növelő gomb.

"▼" - gomb az emelkedés csökkentéséhez.

"QUICK INCLINE" - gyors emelkedésválasztó gombok (3, 6, 9%): A futópád futása közben lehetővé teszik egy adott emelkedő közvetlen beállítását.

Vésszemszakitás

Egy klipszből és egy nejlonsínórból áll. Minden olyan helyzetben, amikor a kulcs kikerül a foglalatból, a futópád automatikusan leáll, a konzol működése zárolásra kerül, és a képernyőn megjelenik az "E-07" felirat egy hangjelzéssel együtt. A kulcs újbóli behelyezésekor a képernyő 2 másodpercig mutatja az állapotot, majd a futópád üzemmódos üzemmódba lép.

USER program: a rendszer három egyéni profil létrehozását teszi lehetővé: USER1-USER3. A felhasználói üzemmód aktiválásához nyomja meg a "PROG" gombot, és válassza ki a USER1, USER2 vagy USER3 lehetőséget. Ezután nyomja meg a "MODE" gombot a programbeállításokhoz, vagy azonnal a "START" gombot az edzés megkezdéséhez. Szerkesztési módban az edzés 10 szakasza konfigurálható, megadva az egyes szakaszok sebességét és emelkedését.

A beállítások elvégzése után nyomja meg a "START" gombot a program indításához. Az adatok automatikusan elmentésre kerülnek, és a későbbi edzéseken is rendelkezésre állnak.

BIZTONSÁGI KULCS:

A biztonsági kulcs egy érintőkapcsolóból, egy szennyestartó kapcsból és egy nejlonsínórból áll, hogy megakadályozza a gép véletlen leállítását. Amikor a biztonsági zár a megfelelő állásból kimozdul, a futópád leáll, a konzol működése zárolódik, és a képernyőn megjelenik az "E-07" felirat egy hangjelzéssel együtt. Ha a reteszelés helyesen van beállítva, a képernyő 2 másodpercig megjelenik, majd a futópád az alapértelmezett üzemmódba lép.

Felhasználói program - USER

A USER üzemmód lehetővé teszi a saját edzésprogram beállítását. Három profil áll rendelkezésre: USER1, USER2 és USER3. Ennek az üzemmódnak a használatához:

1. Nyomja meg a "PROG" gombot a USER1-USER3 kiválasztásához.
2. Nyomja meg a "MODE" gombot a program beállításához, vagy a "START" gombot az edzés elindításához.
3. A "MODE" gombbal állítsa be a 10 sebesség- és dőlésszög-szekciót.
4. Ha a beállítások befejeződtek, nyomja meg a "START" gombot a futópád elindításához. A program elmentésre kerül, és a következő indításkor már rendelkezésre áll.

Biztonsági útmutató

1. Csatlakoztassa a tápkábel dugóját egy földelt 10 A-os aljzatba, kapcsolja be a hálózati kapcsolót. A képernyőn megjelenik a teljes kijelző és egy hangjelzés. Ezután csatlakoztassa a biztonsági kulcsot.
2. Helyezze a kulcsot a konzolra, és rögzítse a klipszet a ruházatához a mellkas magasságában. A képernyő 2 másodpercig a teljes kijelzőt mutatja, majd alapértelmezett üzemmódba kapcsol: minden érték nullára áll, a beállítások visszaállnak, a kézi program (P0) aktiválva van.
3. Nyomja meg a "PROG" gombot a P01-P36, U01-U03 vagy BMI program kiválasztásához.
4. A P0 program egy manuális üzemmód négy lehetséges edzés móddal:
 - Mód 1: Inkrementális idő - idő, távolság és kalóriaszámláló. Alapértelmezett: 1,0 km/h, emelkedés 0.
 - Mód 2: Visszaszámlálós idő - 5-99 perc tartomány, alapértelmezett 30:00.
 - Mód 3: Távolság visszaszámlálás - 1,0-99,0 km tartomány, alapértelmezett 1 km.
 - Mód 4: Kalória visszaszámlálás - tartomány 20-990 kalória, alapértelmezett 50 kalória. A P01-P36 programok a rendszer előre beállított programjai - mindegyik visszaszámláló üzemmódban működik.
5. A P01-P36 programok előre meghatározott rendszerbeállítások - mindegyik visszaszámláló üzemmódban működik.
6. A paraméterek beállítása után nyomja meg a "START" gombot. Egy 5 másodperces visszaszámlálás jelenik meg, amely egy hangjelzéssel végződik, majd a futópád növekvő sebességgel indul.
7. Edzés közben a "+", "-" vagy "QUICK SPEED" gombok segítségével állíthatja be a sebességet.
8. A P01-P36 programokban a sebesség 10 szegmensre van osztva. Minden egyes szegmens ugyanannyi ideig tart, a teljes idő függvényében. A szegmensváltást a váltás előtt 3 másodperccel három hangjelzés jelzi.
9. A szünet és a futás közötti váltáshoz működés közben nyomja meg a "START" gombot. A folytatás megtartja a mentett beállításokat.
10. Nyomja meg a "STOP" gombot a motor leállításához - a készülék visszatér a kezdeti állapotba.
11. A dőlésszög a "+", "-" vagy a "QUICK INCLINE" gombokkal állítható.
12. A biztonsági kulcs eltávolítása automatikusan leállítja a futópádot, megjeleníti az "E-07" üzenetet és hangjelzést ad.
13. A rendszer folyamatosan ellenőrzi a biztonságot - minden észlelt hiba a működés leállítását és egy megfelelő üzenetet eredményez.
14. A hibaüzenet törléséhez nyomja meg a "STOP" gombot.
15. BMI teszt (ázsiai változat):
 - Nyomja meg a "PROG" gombot, válassza ki a "BMI" lehetőséget.
 - Állítsa be az F1-F5 paramétereket:
 - F1 - Nem (1: férfi, 2: nő), alapértelmezett érték 1.
 - F2 - Életkor: 1-99, alapértelmezett 25
 - F3 - Magasság (cm): 100-220, alapértelmezett 170
 - F4 - Súly (kg): 20-150, alapértelmezett 70
 - F5 - A teszt elindítása: Tartsa lenyomva a pulzusérzékelőket 4 másodpercig - a képernyőn megjelenik a BMI eredmény.
 - Értelmezés (ázsiai normák):
 - <18 - karcsú
 - 18-24 - ideális testsúly
 - 25-28 - túlsúlyos
 - >29 - elhízott

16. BMI-teszt (brit módszer):

- Magasság (hüvelyk): 39-87, alapértelmezett 67
- Súly (font): 44-330, alapértelmezett 154
- A többi paraméter megegyezik a fentiekkel
- A BMI-eredmény 4 másodperccel a kéz érzékelőkre helyezése után jelenik meg.

Energiatakarékosági funkció (ERP)

Alapértelmezés szerint a rendszer ERP üzemmódban indul. Ha a futópád nincs használatban, körülbelül 4,5 perc után alvó üzemmódba lép. Az ébresztéshez nyomja meg bármelyik gombot. Készenléti üzemmódban tartsa lenyomva a "MODE" gombot 3 másodperccig, hogy kikapcsolja az ERP-t ("2222" jelenik meg a kijelzőn), majd a "MODE" gomb ismételt lenyomva tartásával ismét bekapcsolja az ERP-t ("1111" jelenik meg a kijelzőn).

Sebesség- és emelkedési táblázat a P01-P36 automatikus programokhoz; metrikus **(1. TÁBLÁZAT)**

Sebesség és dőlésszög táblázat a P01-P36 automatikus programokhoz; hüvelykben **(2. TÁBLÁZAT)**

Probléma kódja	Valószínű ok	Javítás
A rendszer nem működik	A. Nincs csatlakoztatva vagy nincs bekapcsolva a tápellátás	Csatlakoztassa a tápellátást, vagy állítsa a hálózati kapcsolót "NO" állásba.
	B. A biztonsági reteszelvek nincsenek a helyén	Állítsa a biztonsági reteszt a megfelelő pozícióba
	C. A vezérlő vagy a konzol nincs bekapcsolva	Cserélje ki a vezérlőt vagy a konzolt
	D. Gyenge hálózati érintkezés	Ellenőrizze a rendszer bemeneteit és kimeneteit, valamint a kommunikációs vonalakat.
Hirtelen leállás normál állapotban	A. A biztonsági reteszelvek kiesett	Szerelje vissza a honlapot.
	B. Rendszerhiba	Kérje meg a szerviztechnikusát, hogy gondoskodjon róla
Kulcshiba	Hibás kulcs	Cserélje ki a konzolt vagy az alaplapot
E-01	A. A kommunikációs kábel rosszul csatlakoztatható	Csatlakoztassa újra a kommunikációs kábelt, és ellenőrizze, hogy a port megfelelően csatlakoztatva van-e, vagy cserélje ki a kommunikációs kábelt.
	B. Hibás konzol	Cserélje ki a konzolt
	C. Hibás vezérlő	Vezérlő cseréje
E-02	A. Hibás motor	Cserélje ki a motort
	B. A motor kábelét rosszul csatlakoztatták a vezérlőhöz, vagy a vezérlő rosszul van csatlakoztatva.	Ellenőrizze és csatlakoztassa újra vagy cserélje ki a vezérlőt
E-03	A. A fotoelektromos érzékelő nincs megfelelően felszerelve	Ellenőrizze és csatlakoztassa újra
	B. Rossz fotoelektromos érzékelő	Cserélje ki a fényérzékelőt
	C. Koszos fotoelektromos érzékelő vagy rossz első érintkezés	Ellenőrizze és csatlakoztassa újra/ tisztítsa meg az érzékelőt
	D. Hibás vezérlő	Vezérlő cseréje
E-05	A. Hibás vezérlő	Vezérlő cseréje
	B. Hibás motor	Cserélje ki a motort
	C. Mechanikai hiba	Ellenőrizze, hogy az olaj vagy a dob nincs-e eltömődve.
E-07	A konzol nem érzékeli a biztonsági zár jelét	1. Ellenőrizze, hogy a biztonsági reteszelvek a helyén van-e; 2. Szerelje vissza a biztonsági reteszelvek mechanizmusát;
Nincs szívritmusjelzés	A. A fogantyúkábel nincs a helyére illesztve, vagy a fogantyúkábel nem jó	Ellenőrizze és csatlakoztassa vagy cserélje ki a fogantyúkábelt
	B. Az elektronikus rendszer áramkörének meghibásodása	Cserélje ki a konzolt
Hiányos vagy hiányzó konzolvezetékek	A. A kijelző hibás	Cserélje ki az alaplapot vagy a képernyőt
	B. Rendszerhiba	Konzolcsere

A FUTÓPAD ÖSSZECUKÁSA ÉS MOZGATÁSA:

1. A futópád összecsukása

Összecsukás előtt húzza ki a tápellátást. Győződjön meg arról, hogy a futópád dőlésszöge a legalacsonyabb szintre van állítva. Emelje a futópádot függőleges helyzetbe - az összekötő részek automatikusan rögzülnek a hidraulikus rendszerben. Ellenőrizze, hogy a csatlakozó alkatrészek valóban az ábrán látható módon rögzültek-e.

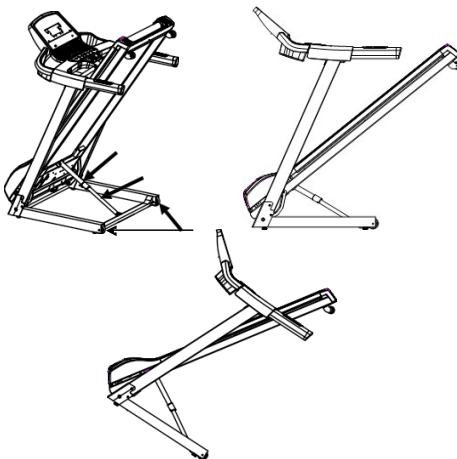
2. A futópád beállítása

Válasszon egy sík, akadályoktól mentes felületet, körülbelül 1 méterre a konnektortól. Kihajtáskor fogja meg a futópádot mindkét kezével, lépjen rá a csatlakozóra a lábával - a futópád lassan leereszkedik a földre. Ez idő alatt a felhasználónak kb. 1 méter távolságban kell maradnia, amíg a készülék teljesen kibontakozik a képen látható módon.

3. A futópád mozgatása A futópád mozgatása előtt győződjön meg arról, hogy:

- A hálózati kapcsoló ki van kapcsolva.
- A hálózati csatlakozót kihúzták a konnektorból.
- A főkeret megfelelően össze lett szerelve.

A fenti utasítások áttekintése után fogja meg egyik kezével a futópád végét, a másikkal pedig az azonos oldalon lévő kartámaszt. Ezután a gépet a mellkasához 40-50°-os szögben tartva lassan mozgatja a képen látható módon.



FÖLDELÉSI ÚTMUTATÓ:

Ez a termék védővezetővel és földelt dugóval van felszerelve. A futópadoat a helyi előírásoknak megfelelően megfelelő földelt aljzathoz kell csatlakoztatni.

Veszély! Ha nem biztos abban, hogy a készüléket megfelelően földelték-e, forduljon szakképzett villanyszerelőhöz vagy egy hivatalos szervizközpontoz. Ne módosítsa saját maga a termékhez mellékelt dugót. Ha a dugó nem kompatibilis, egy szakképzett villanyszerelőnek kell a megfelelő aljzatot felszerelnie.

A FUTÓPAD HASZNÁLATÁRA VONATKOZÓ UTASÍTÁSOK

1. Kapcsolja be a készüléket, hajtja ki a futópadoat a legalsó pozícióban, és ellenőrizze, hogy megfelelően működik-e.
2. Csatlakoztassa a biztonsági zsinórt a ruházatához.
3. Győződjön meg arról, hogy a futópadoat megfelelően működik és stabilan áll, mielőtt elkezdene az edzést. Ne álljon közvetlenül a futópadoat övére, amikor elindítja a futópadoat. A helyes indítás az, ha az oldalsó síneken helyezkedik el úgy, hogy kezét a fogantyúkon nyugszanak. Miután megnyomta a "START" gombot és a fogantyúkat megtartva a futópadoat 5 másodperc múlva 1,0 km/h sebességgel elindul. Ezután nyomja meg a "+" gombot, hogy a sebességet 2,5-3,5 km/h-ra növelje - ez az optimális sebesség a futáshoz. Tartsa mindkét kezét a kormányon, és fokozatosan lépjen a sávba, miközben elkezd a gyakorlatot. Mozogjon a sáv mozgásával összhangban lévő tempóban.
4. Néhány perc elteltével növelheti a sebességet a "+" gombbal, vagy csökkentheti a "-" gombbal, miközben kezét a fogantyúkon tartja.
5. Futás közben is beállíthat egy állandó sebességet, ha közvetlenül a panelen választja ki azt.
6. A "STOP" gomb megnyomásával bármikor leállítható a motor.
7. Az előre beállított üzemmódok használata Csatlakoztassa és kapcsolja be a készüléket. Nyomja meg a "SELECT" gombot a kívánt üzemmód kiválasztásához, majd a "START" gombot az indításhoz. Bármikor beállíthatja a sebességet a "+" vagy "-" gombok segítségével, vagy leállíthatja a készüléket a "STOP" megnyomásával.
8. A HRC funkció tesztelése A készülék bekapcsolásakor helyezze kezét a fém szívritmusérzékelőkre - a HRC érték megjelenik a kijelzőablakban.

Megjegyzés: A biztonsági gomb kihúzása azonnal leállítja a futópadoat és kikapcsolja a számítógépet. A képernyőn egy üzenet jelenik meg: "-----".

Karbantartás: A futópadoat megbízható és biztonságos működéséhez elengedhetetlen a megfelelő karbantartás. Elhanyagolása károsodáshoz vezethet, vagy lerövidítheti a gép élettartamát. Minden alkatrészt rendszeresen ellenőrizni és meghúzni kell. Az elhasznált alkatrészeket azonnal ki kell cserélni.

Kenés: A futópadoat a gyártás során gyárilag megolajozták. Egy bizonyos használati idő után azonban a futószalag rendszeres kenést igényel egy speciális szilikonolajjal.

Ajánlások a kenés gyakoriságára vonatkozóan:

- Heti 3 óránál kevesebb használat - kenés 5 havonta
- Heti 4-7 óra használat - kenés 2 havonta
- Heti 7 óránál több használat - havi kenés

Megjegyzés: A túl gyakori kenés nem ajánlott. A megfelelő kenés kulcsfontosságú tényező a futópadoat élettartama és teljesítménye szempontjából. Annak ellenőrzéséhez, hogy szükség van-e kenésre, emelje fel a futópadoat övének oldalait, és érintse meg az öv hátsó, középső részét:

- Ha érzi a szilikonot - nem szükséges a kenés.
- Ha a felület száraz - végezze el a kenést.

Kenési utasítások:

1. Állítsa le a gépet, és hajtja össze a futópadoat.
2. Emelje fel a futószalagot a főkeret hátsó részén.
3. A palackot a lehető legközelebb tartva a futószalag közepéhez, fújja be szilikonolajjal - mindkét oldalra. Futtassa a futópadoat 1 km/h sebességgel, hogy az olaj egyenletesen eloszoljon a futófelületen.

1. A futószalag beállítása

A futószíj gyárilag megfelelően be van állítva. A használat következtében azonban meglazulhat, ami törésekhez vagy csúszáshoz vezethet. Ebben az esetben húzza meg az állítócsavarokat - egy-egy fél fordulatot balra vagy jobbra.

Ha a szíj túl laza, akkor megcsúszhat a szíjtárcsán. Ezzel szemben a túl nagy feszítés túlterhelheti a motort, és károsíthatja a motort, a szíjat, a görgőket vagy más alkatrészeket.

2. A szíj kitérésének beállítása

Bár a szíj gyárilag be van állítva, idővel elmozdulhat. A leggyakoribb okok a következők:

- A futópadoat instabil beállítása,
- Oldalirányú eltolással történő futás,
- A lábnyomás egyenlőtlen eloszlása.

Ha az elferdülés nem tartós, a futópadoat néhány perces terhelés nélküli futtatásával helyreállítható az egyensúly. Ha szükséges, végezze el a kézi beállítást egy 6 mm-es imbuszkulcs segítségével - a csavart fél fordulatot elforgatva.

Példa 1: a futószalag balra csúszik→ Húzza meg a bal oldali csavart (az óramutató járásával megegyező irányba)→ Vagy lazítsa meg a jobb oldali csavart (az óramutató járásával ellentétesen).

Példa 2: a szíj jobbra csúszik→ Húzza meg a jobb csavart (az óramutató járásával megegyező irányba)→ Vagy lazítsa meg a bal

csavart (az óramutató járásával ellentétesen) BEÁLLÍTÓKULCS:

Az óramutató járásával megegyezően= meghúzás Az óramutató járásával ellentétesen = lazítás.

A szíj mindig arra az oldalra mozog, amelyik lazább.

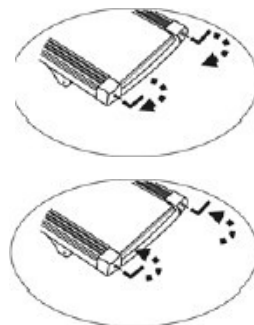
Típek:

Minden beállítás előtt futtassa a futópadoat alacsony sebességen.

Ne húzza túl a csavarokat.

Minden egyes beállítás után figyelje meg a futószalag működését.

Az ékszíj elhajlásait a garancia nem fedezi, és azokért a felhasználó felel. Az ellenőrizetlen és korrigálatlan kitérések súlyos károkat okozhatnak.





3. A meghajtó (motor) szíj beállítása

A meghajtószíjak gyárilag előre be vannak állítva, de idővel meglazulhatnak, ami csúszáshoz vezethet. Beállítás:

1. Egy villáskulccsal forgassa el a beállítócsavart az óramutató járásával ellentétes irányba.

2. A beállítási tartománynak biztosítania kell a sima, csúszásmentes erőátvitelt.

Megjegyzés: A hajtásrendszer zavartalan működésének biztosítása érdekében rendszeresen tisztítsa meg a szíjakat és a szíjtárcsák hornyait.

a) Beállítócsavar; b) Motor; c) Első görgő; d) Szalag Tipikus

hibák és javítási módszerek:

Probléma	Valószínű okok	Karbantartási módszerek
A futópad nem működik	A. Ki van húzva	Dugja be egy konnectorba
	B. A biztonsági kulcs nincs a helyén	Helyezze be a biztonsági kulcsot a panelbe
	C. Nyitott jeláramkör	Ellenőrizze a vezérlő bemenetét és a jelvezetékét
	D. a tápegység nincs bekapcsolva	Allítsa a hálózati kapcsolót NO állásba
	E. A biztosíték kiégett	Cserélje ki a biztosítékot
Nem mozog egyenletesen	A. Elégtelen kenés	Használjon metilszilikonolaj alapú zsírt.
	B. A futószalagok túl szorosak	Allítsa be a futószalagok feszességét
A futószalag elcsúszott	A. A futóöv túl laza	Allítsa be a futószalagok feszességét
	B. Az öv laza	Allítsa be a meghajtószíj feszességét

Hibakód	Hiba leírása	Hibaelhárítás
E 1	Hibás kommunikáció a vezérlő és a konzol között a bekapcsolás után.	A vezérlő hibaállapotba került - az indítás nem lehetséges. A konzol hibakódot jelenít meg és három hangjelzést ad. Lehetséges okok: - a vezérlő és a konzol közötti kommunikáció blokkolva van - ellenőrizze a csatlakozást a kommunikációs vonal működését, - győződjön meg arról, hogy minden mag teljesen be van-e dugva, - ha a kommunikációs vezeték sérült, cserélje ki.
E 3	A motorkábel nincs megfelelően csatlakoztatva.	A készülék hiba miatt kikapcsolt - a konzol hangjelzője 9 hangjelzést ad, és a kijelzőn megjelenik a hibakód. Ha a készülék a leállás után visszatér a normál üzemmódba, akkor készenléti üzemmódba kerülhet, és újraindulhat. Lehetséges okok: - a motorkábel nincs megfelelően csatlakoztatva - ellenőrizze a csatlakozást, - a vezérlő hibás lehet - ellenőrizze, hogy nem áraszt-e égett alkatrészekre jellemző szagot; szükség esetén cserélje ki a vezérlőt.
	Nincs jel a fordulatszám-érzékelőtől - a vezérlőfeszültség a DC-motor kimenetén csökkent. A készülék 3 másodpercnél hosszabb ideig nem kap visszajelzést a motor fordulatszámáról.	A készülék hiba miatt kikapcsolt - a konzol hangjelzője 9 hangjelzést ad, és a kijelzőn megjelenik a hibakód. A készülék 10 másodperces kikapcsolás után készenléti üzemmódba kerülhet, és újraindítható. Lehetséges okok: 3 másodpercnél hosszabb ideig nincs jel a sebességérzékelőtől - ellenőrizze, hogy az érzékelő dugója megfelelően csatlakoztatva és sérülésmentesen van-e, - szükség esetén csatlakoztassa újra a dugót, vagy cserélje ki az érzékelőt.
E 4	Lejtmenet	Ellenőrizze, hogy a felvonómotor indukciós kábele megfelelően van-e csatlakoztatva. A megbízható csatlakozás érdekében - húzza ki és csatlakoztassa újra a csatlakozót. Ellenőrizze, hogy a felvonómotor váltakozóáramú tápkábele megfelelően van-e csatlakoztatva, és hogy mind a felvonómotor, mind a vezérlő váltakozóáramú kábele megfelelően vannak-e jelölve. Ellenőrizze a motor csatlakozókábelének állapotát - ha sérült, cserélje ki azt vagy a teljes felvonómotort. A címen Végül nyomja meg a vezérlőn a tanítás gombot a tanítási folyamat újbóli elindításához.
E 5	Túláramvédelem - működés közben a rendszer észlelte, hogy az egyenáramú motor árama több mint 3 másodpercig több mint 6 A-val meghaladta a névleges értéket.	A készülék hiba miatt kikapcsolt - a konzol hangjelzője 9 hangjelzést ad, és a kijelzőn megjelenik a hibakód. A készülék újraindítása készenléti üzemmódban lehetséges 10 másodperccel a kikapcsolás után. Lehetséges okok: - a motoráram túllépte a névleges értéket - a rendszer aktiválta az önvédelmi mechanizmust, - a futópad esetleges mechanikai blokkolása, amely megakadályozza a motor forgását, - túlzott mechanikai terhelés, amely az áramfelvétel növekedéséhez vezet. Javasolt intézkedések: - Ellenőrizze és állítsa be a futópadot, hogy a készülék megfelelően működjön, - ha a motor szokatlan hangokat ad ki, vagy égett szagot érez - cserélje ki a motort vagy a vezérlőt, - ellenőrizze, hogy a tápegység stabil és kompatibilis a szükséges feszültséggel - szükség esetén ha szükséges, tesztelje a rendszert a megfelelő bemeneti feszültséggel.
E 6	Robbanásvédelem - impulzusvédelem: A helytelen tápfeszültség vagy a motor helytelen működése (stb.) a hajtómotor áramkörének károsodásához vezethet.	A készülék hiba miatt kikapcsolt - a konzol hangjelzője 9 hangjelzést ad, és a kijelzőn megjelenik a hibakód. A kikapcsolás után 10 másodperccel a készülék készenléti üzemmódba lép, és újraindítható. Lehetséges okok: - a tápfeszültség a névleges érték 50%-ánál kisebb - használja a megfelelő feszültséget, és tesztelje újra a készüléket, - a vezérlő hibás lehet - ha égett szagot érez, cserélje ki a vezérlőt, - a motor vezetékei megszakadhatnak vagy meglazulhatnak - ellenőrizze a csatlakozásokat, és csatlakoztassa újra a kábeleket.



Bluetooth APP futópadokhoz



A Bluetooth kapcsolat támogatja az AnyRun, a Zwift és a Kinomap rendszereket.



AnyRun

Töltse le, regisztráljon és jelentkezzen be az AnyRun alkalmazásba, majd lépjen a beállítások oldalra: Kattintson a Beállítások gombra, amely a jobb alsó sarokban található, kattintson az Eszközök gombra, az alkalmazás érzékeli a Bluetooth-kódokat, válasszon ki egy olyan Bluetooth-kódot, amely megegyezik a készülék konzolján megjelölt kóddal, és párosítsa.

Zwift



Töltse le, regisztráljon és jelentkezzen be a Zwift alkalmazásba, lépjen a beállítások oldalra: A PAIRED DEVICES alatt kattintson a futópadhoz a RUN gombra; majd kattintson a POWER gombra.

SOURCE, és megjelenik egy felugró menü, válassza ki azt a Bluetooth-kódot, amely megegyezik a készülék konzolján megjelölt kóddal, és a párosításhoz válassza az OK lehetőséget.

MEGJEGYZÉS: A Zwift megjegyzi az előző munkamenetben használt eszközöket, és megkísérelheti a párosítást azokkal az eszközökkel, ha azok jelen vannak és elérhetők. Ha olyan párosított eszközt lát, amelyeket nem szeretne használni, egyszerűen törölheti azok kijelölését, és kiválaszthatja a párosítani kívánt eszközt.



Kinomap

Töltse le, regisztráljon és jelentkezzen be a Kinomap alkalmazásba, lépjen be a beállítások oldalára: kattintson a jobb alsó sarokban a Bővebben gombra, kattintson a Berendezéskezelésre, kattintson a + gombra a jobb felső területen, válasszon egy futópadot;

Ezután válassza ki az Ön által választott Bluetooth márkát, pl. Anyrun stb.; Kattintson a tartalomra az Interaktív résznél, az alkalmazás felismeri a talált berendezéseket, válassza ki a Bluetooth kódot, amely megegyezik a berendezés konzolján megjelölt kóddal, majd kattintson az ÚJ FELSZERELÉS TOVÁBBRA, megjelenik a sikeresen hozzáadott berendezés.



IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA

Grazie per aver acquistato questo prodotto! Con il suo aiuto potrete facilmente prendervi cura della vostra forma fisica, della vostra salute e del vostro benessere.

Istruzioni per l'uso

1. Collegare il cavo di alimentazione solo a una presa con messa a terra. Non utilizzare prolunghe o adattatori.
2. Assicurarsi che il tapis roulant poggi saldamente su una superficie piana in un ambiente chiuso e asciutto.
3. Prima di avviare il tapis roulant, posizionarsi sui gradini laterali e attaccare la chiave di sicurezza ai vestiti.
4. Solo una persona alla volta può allenarsi sul tapis roulant.
5. Si consiglia di indossare abbigliamento sportivo e scarpe da fitness.
6. Se necessario, regolare la velocità dell'allenamento utilizzando i comandi.
7. Al termine della corsa, arrestare il tapis roulant utilizzando il pulsante "Stop" o estraendo la chiave di sicurezza.
8. Spegnerne sempre l'alimentazione e staccare la spina dopo l'allenamento o prima di riposizionare la macchina.
9. Consultare il medico prima di fare esercizio, soprattutto se si soffre di una patologia cronica.
10. Pulire regolarmente la macchina con un panno asciutto ed evitare il contatto dei componenti con l'acqua.
11. Non utilizzare il tapis roulant subito dopo i pasti o quando si è stanchi.
12. Il funzionamento continuo dell'apparecchio non deve superare le 2 ore.
13. Lo spazio libero deve essere di almeno 2000x1000 mm.
14. Durante la manutenzione, scollegare sempre l'unità dall'alimentazione.
15. In caso di suoni insoliti, odore di bruciato, problemi con lo schermo o il movimento del nastro, interrompere immediatamente l'allenamento, scollegare l'alimentazione e contattare il centro di assistenza.

Avvertenze e divieti:

⚠ Non utilizzare il tapis roulant

- se si sta seguendo un trattamento medico e non si ha l'approvazione del medico,
- se si hanno problemi cardiaci, alla schiena, alle articolazioni, osteoporosi o gravi malattie croniche,
- durante la gravidanza, le mestruazioni o in caso di malessere,
- se si è bevuto alcolici o si è sotto l'effetto di droghe che compromettono la concentrazione,
- se il cavo di alimentazione è danneggiato o la presa è allentata.

⚠ È vietato

- smontare, modificare o riparare il tapis roulant da soli,
- utilizzare l'apparecchio all'aperto o in ambienti umidi (ad es. bagno),
- accendere o spegnere il tapis roulant con le mani bagnate,
- saltare sul nastro del tapis roulant mentre l'apparecchio è in funzione,
- l'uso del tapis roulant da parte di bambini e persone non coscienti o con difficoltà motorie.



- | | |
|-------------------------|---------------------------|
| 1. Consolle | 5. Chiave di sicurezza |
| 2. Profilo verticale | 6. Cinghia di scorrimento |
| 3. Coperchio del motore | 7. Cinghia laterale |
| 4. Impugnatura | 8. Coperchio posteriore |

Informazioni tecniche

Dimensioni (mm)	Dispiegato: 1700 x 790 x 145
	Piegato: 1180 x 790 x 1450
Cinghia di scorrimento (mm)	1420 x 500
Velocità (km/h)	1-22



1) Elenco degli imballaggi:

1. Corpo principale
2. Profili
3. Telaio della consolle
4. Consolle
5. Chiave di sicurezza
6. Olio di silicone
7. Istruzioni per l'uso
8. Set di viti

2) Elenco delle attrezzature:

1. H Bullone esagonale con testa piatta grande (M8 * 50 * 20) 4 pz.
2. Chiave a L S4 1pz.
3. Vite a testa esagonale (M6*10)
4. Chiave a L S6 1pz.
5. Vite a testa esagonale M8x15 8pz.
6. Chiave a T 6x80



INSTALLAZIONE:

Nota: non serrare completamente tutte le viti durante l'installazione. Serrare tutte le viti quando i componenti sono completamente installati.

Fase 1: Rimuovere l'unità dall'imballaggio e posizionarla su una superficie piana (come mostrato). Rimuovere tutti i sacchetti e le cinghie di protezione.

Fase 2: Come illustrato: mantenere il tapis roulant in posizione verticale, inserire il profilo verticale (62) nel punto corrispondente della base (1), quindi fissarlo con una vite esagonale M8 x 50 x 20 (101) e fissarlo ulteriormente con una vite M8 x 15 (102). Ripetere l'operazione sull'altro lato (63).

Fase 3: come mostrato in figura: dopo aver collegato il cavo di comunicazione sul lato destro del telaio del corrimano, installare le staffe saldate (72) nelle posizioni corrispondenti dei montanti verticali (62) e (63) e fissarle con una vite esagonale M8 x 15 (102).

Fase 4: dopo aver collegato il cavo di segnale della consolle, posizionare la staffa (72) nel telaio della consolle (24) e fissarla con viti esagonali M6x 10 (103).

Fase 5: posizionare l'unità nella posizione desiderata e serrare tutte le viti di fissaggio. Quindi applicare la chiave di sicurezza (89): il tapis roulant è pronto per l'uso!

Numero	Nome	Quantità	Numero	Nome	Quantità
1	Base saldata	1	54	Ruota $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Bullone esagonale M8x50x20	2	55	Cuscino cilindrico $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Dado esagonale di bloccaggio M8	2	56	Blocco guida rotondo $\phi 25 \times \phi 5 \times 4,5$	10
4	Rondella piatta $\Phi 8$	2	57	Nastro $\phi 16$ (bianco)	3
5	Perlina (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	Cuscinetto EVA (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Ruota $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Anello magnetico $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Tappo di chiusura $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Morsetto per cavo 3/8 (UC-2)	1
8	Telaio principale	1	61	Morsetto per cavo di alimentazione SR-5R1	1
9	Supporto controller	1	62	Profilo verticale sinistro 0,32 m'	1
10	Piastra di copertura del motore	1	63	Profilo verticale destro 0,32 m'	1
11	Tubo fisso del coperchio del motore $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Cavo di comunicazione SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Vite a testa esagonale M8x75	1	65	Telaio	1
13	Vite a testa cilindrica esagonale M8x60	2	66	Vite a testa esagonale $M12 \times \Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Piastra di montaggio motore A	2	67	Vite a testa piatta esagonale $M10 \times 25 \times 15$	2
15	Piastra di montaggio motore B	1	68	Dado $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Vite a testa esagonale piatta M8x45x20	2	69	Boccola $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Vite a testa cilindrica esagonale $M6 \times 30 \times \Phi 16$	4	70	Rondella piatta $\Phi 14$	2
18	Vite a croce con testa piatta grande M5x10	2	71	Manicotto dell'albero di sollevamento (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Vite a croce con testa piatta grande M4x10	6	72	Saldature della staffa della console	1
20	Vite autofilettante a testa piatta grande con intaglio a croce ST4x16	4	73	Cornice del display $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Vite a testa piatta grande con intaglio a croce STx10	7	74	Vite a testa piatta grande con intaglio a croce ST4x16	19
22	Vite autofilettante con intaglio a croce ST3x10	4	75	Vite a testa svasata ST4x15	4
23	Vite autofilettante a testa svasata ST4x15	2	76	Vite a testa svasata ST4x70	2
24	Saldatura del telaio della console	1	77	Elemento $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Rondella elastica $\Phi 8$	3	78	Vite a testa piatta grande ST4x10	12
26	Rondella elastica $\Phi 5$	17	79	Pannello 1136EA/571x27 7x10,8	1
27	Rondelle di sicurezza dentate $\Phi 5$	2	80	Coperchio posteriore del pannello 1136EA/571x27 7x28	1
28	Rondella piatta $\Phi 8$	3	81	Coperchio superiore	1
29	Dado esagonale M8	3	82	Coperchio inferiore	1
30	Vite a testa esagonale $M10 \times 35 \times 20$	3	83	Rondella antiscivolo	1
31	Vite a testa esagonale $M10 \times 65 \times 20$	2	84	Misurazione della frequenza cardiaca	1
32	Vite a testa esagonale M10	1	85	Misurazione della frequenza cardiaca 7239EA/L- 50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Rondella piatta $\Phi 10$	1	86	Cavo di comunicazione SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Rondella piatta $\Phi 8$	1	87	Console 3338EA	1
35	Cavo di comunicazione SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Cavo di comunicazione portatile per cardiofrequenzimetro 3330EA/L- 1000mm	1
36	Bullone cilindrico a testa esagonale con filettatura completa	2	89	Chiave di sicurezza J52x15x15 (L-700	1
37	Autista	1	90	Presa di blocco di sicurezza J86x20x16	1
38	Cavo L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Pannello acrilico $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Cavo L-300mm/1,5mm 2/(nero)	1	92	Spina a D DX40x80	2
40	Interruttore KCD4	1	93	Valvola unidirezionale $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Interruttore autoresettabile 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Schermi	1
42	Cavo L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Vite esagonale $M8 \times 30 \times 20$	1
43	Connettore $3 \times 1,0 \text{ mm}^2 \times 2000$	1	96	Spina $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Rullo anteriore 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Dado esagonale di fissaggio M8	2
45	Rullo posteriore 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Rondella piatta $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Motore brushless	1	99	Asta $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350N$	1
47	Motore di inclinazione 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	frammento-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Piattaforma di corsa 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Vite a testa esagonale $M8 \times 50 \times 20$	4
49	Cinghia di scorrimento $2930 \times 500 \times t1,6$	1	102	Bullone esagonale a testa piatta M8x15	8
50	Cinghia 174 (442) PJ6	1	103	Vite a testa esagonale $M6 \times 10$	4
51	Coperchio motore 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	Chiave a L 4*30*80	1
52	Coperchio posteriore $673 \times 93 \times 51$	1	105	Chiave a L 6*35*80	1
53	Guida laterale $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	Chiave a T 6*80	1

Suggerimenti e trucchi

- **Riscaldamento:** Riscaldarsi per 5-10 minuti prima di ogni sessione di esercizio.
- **Respirazione:** non trattenere il respiro durante l'esercizio. Inspirare dal naso ed espirare dalla bocca, in modo deciso e regolare. La respirazione deve essere coordinata con il movimento.
- **Frequenza:** Gli stessi gruppi muscolari devono essere allenati ogni 48 ore, o a giorni alterni, per consentire il recupero.
- **Carico:** Adattare l'intensità dell'allenamento alle proprie condizioni fisiche. L'indolenzimento muscolare è normale all'inizio, ma si attenuerà col tempo se si continua l'esercizio.
- **Rilassamento:** Dedicare 5 minuti al relax dopo ogni sessione per mantenere i muscoli forti e flessibili.
- **Dieta:** Non iniziare l'allenamento subito dopo un pasto per non affaticare l'apparato digerente. Dopo l'allenamento, attendere almeno 30 minuti prima di mangiare. Evitare di bere grandi quantità di acqua durante l'allenamento per non sovraccaricare il cuore e i reni.
- **Stretching:** qualunque sia l'intensità della corsa, fate attenzione ad allungare i muscoli. Prima eseguite un riscaldamento, ad esempio marciando per 5-10 minuti, poi fermatevi e allungate ogni gamba per almeno 10 secondi, ripetendo l'esercizio per cinque volte. Dopo l'allenamento, ripetete lo stretching.

1. Piegamenti in avanti

Con le ginocchia leggermente piegate, piegatevi lentamente in avanti, lasciando che la schiena e le spalle si rilassino e che le mani tocchino le punte dei piedi. Mantenere la posizione per 10-15 secondi, quindi rilassarsi. Ripetere 3 volte (vedi figura 1).

2. Stretching dei tendini del ginocchio

Sedetevi su un cuscino pulito e raddrizzate una gamba. Avvicinate l'altra gamba in modo che sia appoggiata all'interno della gamba raddrizzata. Cercate di toccare le dita dei piedi con le mani. Mantenere la posizione per 10-15 secondi, quindi rilassarsi. Ripetere 3 volte per ogni gamba (vedi figura 2).

3. Allungamento dei tendini del polpaccio e del tallone

Appoggiarsi a una parete o a un albero con due mani e allungare il polpaccio all'indietro. Mantenere la gamba posteriore dritta e i talloni a terra, appoggiandosi al muro o all'albero. Mantenere la posizione per 10-15 secondi e poi rilassarsi. Ripetere 3 volte per ogni gamba (vedi figura 3).

4. Stretching dei muscoli quadricipiti

Appoggiarsi a una parete o a un tavolo con la mano sinistra, poi allungare la mano destra, afferrare la caviglia destra e tirare lentamente verso i fianchi fino a sentire i muscoli davanti alle cosce in tensione. Trattenere per 10-15 secondi e poi rilassare. Ripetere 3 volte per ogni gamba (vedi figura 4).

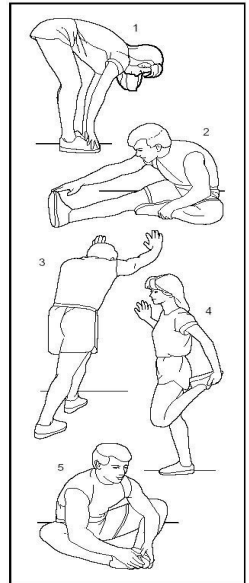
5. Allungare i muscoli dell'interno delle cosce

Sedetevi con i piedi uno di fronte all'altro e le ginocchia rivolte verso l'esterno. Afferrare i piedi con entrambe le mani e avvicinarli all'inguine. Tenere per 10-15 secondi e poi rilassarsi. Ripetere 3 volte (vedi figura 5).

Istruzioni per il pannello della console

1. Scorciatoie per l'inclinazione
2. Inclinazione "su" e "giù"
3. Programma
4. Arresto

5. Avvio/Pausa
6. Programma
7. Velocità "su" e "giù"
8. Scorciatoie per la velocità



1. Il programma P01 è un programma utente manuale, i programmi P01-P36 sono programmi di allenamento automatici integrati; possibilità di creare profili per 3 utenti e funzione di calcolo del BMI.
2. Display a LED con 14 pulsanti di controllo.
3. Funzione integrata di conversione delle unità di misura della velocità e della distanza (km↔ miglia).
4. Gamma di velocità: 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Gamma di inclinazione: 0-15%.
6. Sistema di protezione: sovraccarico, sovracorrente, sovravelocità, protezione dalle interferenze elettromagnetiche e altro.
7. Funzione di autotest e visualizzazione dei codici di errore e guasto.
8. Tre modalità utente configurabili.
9. Supporto della funzione ERP (gestione efficiente dell'energia).
10. Funzione di promemoria per la lubrificazione (rifornimento) della cinghia di trasmissione.

Descrizione delle finestre

1. CALORIE - indica il numero di calorie bruciate.
2. TEMPO - indica la durata dell'allenamento.
3. DISTANZA - visualizza la distanza percorsa.
4. INCLINE - indica il livello di pendenza attuale.
5. PULSE - indica la frequenza cardiaca misurata.
6. VELOCITÀ - indica la velocità corrente.

Conversione delle unità di misura:

- 1) Con il blocco di sicurezza scollegato, premere contemporaneamente i pulsanti "PROGRAM" e "MODE", il display visualizza 0,6, - distanza indicata in miglia
- 2) Con il blocco di sicurezza disinserito, premendo contemporaneamente i pulsanti "PROGRAM" e "MODE", il display visualizza 1,0, che è la conversione di miglia in chilometri; la distanza è indicata in chilometri.

FUNZIONI:

"PROG" - pulsante di selezione dei programmi: quando è fermo, consente la selezione ciclica dei programmi P01-P36, degli utenti U01-U03 e della funzione BMI.

"MODE" - modalità di funzionamento:

Quando è selezionata la modalità manuale, l'impostazione predefinita è la modalità normale.

Premere il pulsante "MODE" per passare dalla modalità conto alla rovescia del tempo → conto alla rovescia della distanza → conto alla rovescia delle calorie → modalità normale. Funge anche da pulsante di reset - ripristina l'intervallo predefinito del conto alla rovescia (30 minuti) nei programmi P01-P36.

"START" - pulsante di avvio/pausa:

In modalità stop, avvia il tapis roulant. In modalità corsa, arresta il dispositivo (pausa). La funzione di pausa potrebbe non funzionare se il tapis roulant è collegato al Bluetooth.

"STOP" - pulsante di arresto/ripristino:

Mentre l'apparecchio è in funzione, premendo il pulsante STOP l'apparecchio si arresta gradualmente. Quando il display visualizza ERR, la pressione del pulsante cancella questa informazione.

"+" - pulsante di aumento della velocità:

In modalità di arresto o durante la misurazione del grasso corporeo, serve ad aumentare il valore del parametro impostato. Quando il tapis roulant è in funzione, aumenta la velocità.

"-" - pulsante di riduzione della velocità:

In modalità di arresto o di misurazione del grasso - riduce il valore del parametro impostato. In modalità corsa - riduce la velocità di corsa corrente.

"QUICK SPEED" - Pulsanti di selezione rapida della velocità (3, 6, 9 km/h):

In modalità corsa, consentono di impostare immediatamente la velocità impostata.

"▲" - pulsante di aumento della pendenza.

"▼" - pulsante per diminuire la pendenza.

"QUICK INCLINE" - pulsanti di selezione rapida dell'inclinazione (3, 6, 9%): Quando il tapis roulant è in funzione, consentono di impostare direttamente un'inclinazione specifica.

Stacco di emergenza

Consiste in una clip e in un cavo di nylon. In qualsiasi situazione in cui la chiave sia fuori dalla presa, il tapis roulant smette automaticamente di funzionare, il funzionamento della console viene bloccato e lo schermo visualizza "E-07" insieme a un segnale acustico. Quando la chiave viene reinserita, lo schermo visualizzerà lo stato per 2 secondi e poi il tapis roulant entrerà in modalità pronta per il funzionamento.

Programma UTENTE: il sistema consente la creazione di tre profili individuali: UTENTE1-UTENTE3. Per attivare la modalità utente, premere il tasto "PROG" e selezionare USER1, USER2 o USER3. Quindi premere "MODE" per accedere alle impostazioni del programma o immediatamente "START" per iniziare l'allenamento. In modalità di modifica, è possibile configurare 10 sezioni dell'allenamento, specificando la velocità e l'inclinazione di ciascuna sezione. Una volta completate le impostazioni, premere "START" per avviare il programma. I dati verranno salvati automaticamente e saranno disponibili per le sessioni successive.

TASTO DI SICUREZZA:

La chiave di sicurezza è costituita da un interruttore a sfioramento, da una clip per biancheria e da un cavo di nylon per evitare che la macchina si spenga accidentalmente. Quando il blocco di sicurezza è fuori dalla posizione corretta, il tapis roulant smette di funzionare, il funzionamento della console è bloccato e lo schermo visualizza "E-07" insieme a un segnale acustico. Quando il blocco è posizionato correttamente, lo schermo viene visualizzato per 2 secondi e poi il tapis roulant entra nella modalità operativa predefinita.

Programma utente - USER

La modalità USER consente di impostare il proprio programma di allenamento. Sono disponibili tre profili: USER1, USER2 e USER3. Per utilizzare questa modalità:

1. Premere il pulsante "PROG" per selezionare USER1-USER3.
2. Premere il pulsante "MODE" per impostare il programma o "START" per avviare l'allenamento.
3. Utilizzare il pulsante "MODE" per impostare le 10 sezioni di velocità e angolo di inclinazione.
4. Al termine delle impostazioni, premere "START" per avviare il tapis roulant. Il programma verrà salvato e sarà disponibile al successivo avvio.

Guida alla sicurezza

1. Inserire la spina del cavo di alimentazione in una presa di corrente da 10 A con messa a terra e accendere l'interruttore di alimentazione. Sullo schermo appariranno un display completo e un segnale acustico. Collegare quindi la chiave di sicurezza.
2. Posizionare la chiave sulla console e agganciare la clip agli indumenti all'altezza del petto. Lo schermo mostrerà il display completo per 2 secondi e poi passerà alla modalità predefinita: tutti i valori sono azzerati, le impostazioni resettate, il programma manuale (P0) attivato.
3. Premere "PROG" per selezionare il programma P01-P36, U01-U03 o BMI.
4. Il programma P0 è una modalità manuale con quattro possibili modalità di allenamento:
 - Modalità 1: tempo incrementale - tempo, distanza e contatore di calorie. Predefinito: 1,0 km/h, pendenza 0.
 - Modalità 2: Conto alla rovescia - intervallo 5-99 minuti, default 30:00.
 - Modalità 3: Conto alla rovescia della distanza - intervallo 1,0-99,0 km, valore predefinito 1 km.
 - Modalità 4: Conto alla rovescia delle calorie - intervallo 20-990 cal, valore predefinito 50 cal. I programmi P01-P36 sono impostazioni predefinite del sistema - tutti funzionano in modalità conto alla rovescia.
5. I programmi P01-P36 sono impostazioni predefinite del sistema - tutti funzionano in modalità conto alla rovescia.
6. Dopo aver impostato i parametri, premere "START". Viene visualizzato un conto alla rovescia di 5 secondi che termina con un segnale acustico, dopodiché il tapis roulant si avvia a velocità crescente.
7. Durante l'allenamento, è possibile regolare la velocità utilizzando i pulsanti "+", "-" o "VELOCITÀ RAPIDA".
8. Nei programmi P01-P36, la velocità è suddivisa in 10 segmenti. Ogni segmento ha la stessa durata, in funzione del tempo totale. Il cambio di segmento è segnalato da tre segnali acustici 3 secondi prima della commutazione.
9. Premere "START" durante il funzionamento per passare dalla pausa alla marcia. Alla ripresa vengono mantenute le impostazioni salvate.
10. Premere "STOP" per arrestare il motore: l'unità tornerà allo stato iniziale.
11. L'angolo di inclinazione può essere regolato con "+", "-" o "QUICK INCLINE".
12. La rimozione della chiave di sicurezza arresta automaticamente il tapis roulant, visualizza il messaggio "E-07" e attiva un segnale acustico.
13. Il sistema monitora costantemente la sicurezza: qualsiasi errore rilevato comporta l'arresto del funzionamento e un messaggio appropriato.
14. Per cancellare il messaggio di errore, premere "STOP".
15. Test BMI (versione asiatica):
 - Premere "PROG", selezionare "BMI".
 - Impostare i parametri F1-F5:
 - F1 - Genere (1: maschio, 2: femmina), default 1
 - F2 - Età: 1-99, valore predefinito 25
 - F3 - Altezza (cm): 100-220, valore predefinito 170
 - F4 - Peso (kg): 20-150, valore predefinito 70
 - F5 - Avvio del test: Tenere premuto il sensore della frequenza cardiaca per 4 secondi - lo schermo mostrerà il risultato dell'IMC.
 - Interpretazione (norme asiatiche):
 - <18 - magro
 - 18-24 - peso ideale
 - 25-28 - sovrappeso
 - >29 - obeso

16. Test BMI (metodo britannico):

- Altezza (pollici): 39-87, valore predefinito 67
- Peso (libbre): 44-330, valore predefinito 154
- Il resto dei parametri è identico al precedente
- Il risultato del BMI appare 4 secondi dopo aver appoggiato la mano sui sensori

Funzione di risparmio energetico (ERP)

Per impostazione predefinita, il sistema si avvia in modalità ERP. Se il tapis roulant non viene utilizzato, entra in modalità sleep dopo circa 4,5 minuti. Per risvegliarlo, premere un pulsante qualsiasi. In modalità standby, tenere premuto il pulsante "MODE" per 3 secondi per spegnere l'ERP (viene visualizzato "2222") e tenere nuovamente premuto il pulsante "MODE" per riaccendere l'ERP (viene visualizzato "1111").

Tabella delle velocità e delle pendenze per i programmi automatici P01-P36; metrica (**TABELLA 1**)

Tabella velocità e pendenza per programmi automatici P01-P36; in pollici (**TABELLA 2**)

Codice del problema	Causa probabile	Riparazione
Il sistema non funziona	A. L'alimentazione non è collegata o non è accesa	Collegare l'alimentazione o impostare l'interruttore di alimentazione sulla posizione "NO".
	B. I blocchi di sicurezza non sono in posizione	Posizionare il blocco di sicurezza nella posizione corretta
	C. Il controller o la console non sono accesi	Sostituire il controller o la console
	D. Scarso contatto di linea	Controllare gli ingressi e le uscite del sistema e le linee di comunicazione.
Arresto improvviso in condizioni normali	A. L'interblocco di sicurezza è caduto	Reinstallare
	B. Errore di sistema	Chiedere al tecnico dell'assistenza di occuparsene
Guasto alla chiave	Chiave errata	Sostituire la console o la scheda madre
E-01	A. Il cavo di comunicazione ha una scarsa connettività	Ricollegare il cavo di comunicazione e verificare che la porta sia collegata correttamente o sostituire il cavo di comunicazione. correttamente, oppure sostituire il cavo di comunicazione.
	B. Console difettosa	Sostituire la console
	C. Controllore difettoso	Sostituire il controllore
E-02	A. Motore difettoso	Sostituire il motore
	B. Il cavo del motore non è collegato correttamente al controller o il controller non è collegato correttamente.	Controllare e ricollegare o sostituire il controllore
E-03	A. Il sensore fotoelettrico non è installato correttamente	Controllare e ricollegare
	B. Sensore fotoelettrico difettoso	Sostituire il fotosensore
	C. Sensore fotoelettrico sporco o primo contatto scadente	Controllare e ricollegare/pulire il sensore
	D. Controllore difettoso	Sostituzione del controllore
E-05	A. Controllore difettoso	Sostituire il controllore
	B. Motore difettoso	Sostituire il motore
	C. Guasto meccanico	Controllare che l'olio o il tamburo non siano bloccati.
E-07	La console non rileva il segnale di blocco di sicurezza	1. Controllare che l'interblocco di sicurezza sia in posizione; 2. Reinstallare il meccanismo di blocco di sicurezza;
Nessun segnale di frequenza cardiaca	A. Il cavo della maniglia non è inserito in posizione o il cavo della maniglia non è buono	Controllare e collegare o sostituire il cavo della maniglia
	B. Malfunzionamento del circuito del sistema elettronico	Sostituire la console
Linee della console incomplete o mancanti	A. Il display è difettoso	Sostituire la scheda madre o lo schermo
	B. Guasto del sistema	Sostituzione della console

PIEGARE E SPOSTARE IL TAPIS ROULANT:

1. Ripiegamento del tapis roulant

Prima di piegare il tapis roulant, scollegare l'alimentazione. Assicurarsi che la pendenza del tapis roulant sia impostata al livello più basso. Sollevare il tapis roulant in posizione verticale: le parti di collegamento si bloccano automaticamente nel sistema idraulico. Controllare che le parti di collegamento siano effettivamente bloccate come mostrato nell'illustrazione.

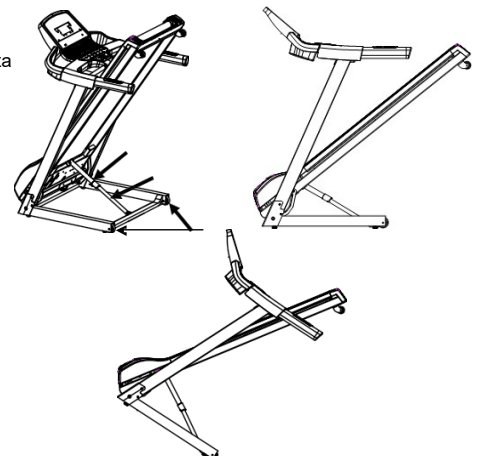
2. Impostazione del tapis roulant

Scegliere una superficie piana, priva di ostacoli, a circa 1 metro di distanza da una presa di corrente. Quando si dispiega, afferrare il tapis roulant con entrambe le mani, calpestare il connettore con i piedi - il tapis roulant si abbasserà lentamente a terra. Durante questo periodo, l'utente deve rimanere a una distanza di circa 1 metro fino a quando l'unità non si è completamente dispiegata come mostrato.

3. Spostamento del tapis roulant Prima di spostare il tapis roulant, accertarsi che:

- L'interruttore di alimentazione sia posizionato su "off".
- La spina di alimentazione sia stata scollegata dalla presa.
- Il telaio principale sia stato assemblato correttamente.

Dopo aver letto le istruzioni di cui sopra, afferrare con una mano l'estremità del tapis roulant e con l'altra il bracciolo sullo stesso lato. Quindi, con l'apparecchio a un angolo di 40-50° rispetto al petto, spostarlo lentamente, come mostrato.



GUIDA ALLA MESSA A TERRA:

Questo prodotto è dotato di un conduttore di protezione e di una spina con messa a terra. Il tapis roulant deve essere collegato a una presa di messa a terra adeguata, in conformità alle norme locali.

Pericolo! Se non si è sicuri che l'apparecchio sia stato collegato correttamente a terra, rivolgersi a un elettricista qualificato o a un centro di assistenza autorizzato. Non modificare la spina fornita con il prodotto. Se la spina non è compatibile, un elettricista qualificato deve installare la presa corretta.

ISTRUZIONI PER L'USO DEL TAPIS ROULANT

1. Accendere il prodotto, dispiegare il tapis roulant nella posizione più bassa e verificarne il corretto funzionamento.
2. Agganciare il cavo di sicurezza agli indumenti.
3. Assicurarsi che il tapis roulant funzioni correttamente e sia stabile prima di iniziare l'esercizio. Non posizionarsi direttamente sul nastro del tapis roulant quando lo si avvia. La partenza corretta consiste nel posizionarsi sulle guide laterali con le mani appoggiate sulle maniglie. Dopo aver premuto il pulsante "AVVIO" e tenendo le maniglie, il tapis roulant si avvierà dopo 5 secondi a una velocità di 1,0 km/h. Quindi premere il pulsante "+" per aumentare la velocità a 2,5-3,5 km/h - questa è la velocità ottimale per la corsa. Tenere entrambe le mani sul manubrio e avanzare gradualmente nella corsia mentre si inizia l'esercizio. Muoversi a un ritmo coerente con il movimento della corsia.
4. Dopo qualche minuto, è possibile aumentare la velocità con il pulsante "+" o diminuirla con il pulsante "-" mantenendo le mani sulle maniglie.
5. Durante il funzionamento, è anche possibile impostare una velocità costante selezionandola direttamente dal pannello.
6. Premendo il pulsante "STOP" in qualsiasi momento si arresta il motore.
7. Utilizzo delle modalità preimpostate Collegare e accendere l'apparecchio. Premere il pulsante "SELECT" per selezionare la modalità desiderata e poi "START" per avviarla. In qualsiasi momento è possibile regolare la velocità con i pulsanti "+" o "-" o arrestare l'apparecchio premendo il pulsante "STOP".
8. Test della funzione HRC Quando l'apparecchio è acceso, posizionare le mani sui sensori metallici della frequenza cardiaca: il valore HRC apparirà nella finestra del display.

Nota: tirando il pulsante di sicurezza si arresta immediatamente il tapis roulant e si disattiva il computer. Sullo schermo appare un messaggio: "-----".

MANUTENZIONE: una corretta manutenzione è fondamentale per il funzionamento affidabile e sicuro del tapis roulant. Trascurarla può causare danni o ridurre la durata della macchina. Tutti i componenti devono essere ispezionati e serrati regolarmente. Le parti usurate devono essere sostituite immediatamente.

LUBRIFICAZIONE: il tapis roulant è stato lubrificato in fabbrica durante la produzione. Tuttavia, dopo un certo periodo di utilizzo, il nastro di scorrimento richiede una lubrificazione regolare con uno speciale olio al silicone.

Raccomandazioni sulla frequenza di lubrificazione:

- Utilizzo inferiore a 3 ore alla settimana - lubrificazione ogni 5 mesi
- Utilizzo di 4-7 ore a settimana - lubrificazione ogni 2 mesi
- Utilizzo per più di 7 ore alla settimana - lubrificazione mensile

Nota: si sconsiglia una lubrificazione troppo frequente. Una lubrificazione adeguata è un fattore chiave per la durata e le prestazioni del tapis roulant. Per verificare se è necessaria la lubrificazione, sollevare i lati del nastro del tapis roulant e toccare la parte posteriore, centrale del nastro:

- Se si sente il silicone, la lubrificazione non è necessaria.
- Se la superficie è asciutta, procedere alla lubrificazione.

Istruzioni per la lubrificazione:

1. Arrestare la macchina e ripiegare il tapis roulant.
2. Sollevare il nastro del tapis roulant sul retro del telaio principale.
3. Tenendo la bottiglia il più vicino possibile al centro del nastro, spruzzare l'olio al silicone su entrambi i lati. Far girare il tapis roulant a 1 km/h per distribuire uniformemente l'olio sulla superficie del battistrada.

1. Regolazione del nastro di corsa

In fabbrica, il nastro di corsa è regolato correttamente. Tuttavia, con l'uso, può allentarsi e causare rotture o slittamenti. In questo caso, stringere le viti di regolazione, ciascuna di mezzo giro a sinistra o a destra.

Se la cinghia è troppo allentata, può scivolare sulla puleggia. Al contrario, una tensione eccessiva può sovraccaricare il motore e danneggiare il motore, la cinghia, i rulli o altri componenti.

2. Regolazione della deflessione della cinghia

Sebbene la cinghia sia stata regolata in fabbrica, con il tempo può spostarsi. Le cause più comuni sono:

- Allineamento instabile del tapis roulant,
- Corsa con un disassamento laterale,
- distribuzione non uniforme della pressione del piede.

Se il disallineamento non è permanente, facendo funzionare il tapis roulant per alcuni minuti senza carico si può ripristinare l'equilibrio. Se necessario, effettuare una regolazione manuale con una chiave a brugola da 6 mm, ruotando la vite di mezzo giro.

Esempio 1: il nastro scorre verso sinistra → stringere la vite sinistra (in senso orario) → oppure allentare la vite destra (in senso antiorario)

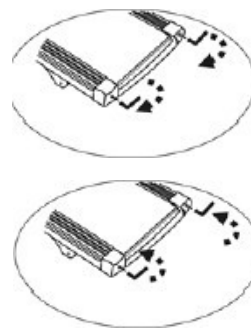
Esempio 2: la cinghia si sposta a destra → serrare la vite destra (in senso orario) → oppure allentare la vite sinistra (in senso antiorario) CHIAVE

DI REGOLAZIONE:

In senso orario= stringere In senso antiorario= allentare
La cinghia si sposta sempre sul lato più allentato.

Suggerimenti:

Far funzionare il tapis roulant a bassa velocità prima di ogni regolazione. Non serrare eccessivamente le viti.
Osservare il funzionamento del nastro dopo ogni regolazione.
Le deviazioni del nastro non sono coperte dalla garanzia e sono responsabilità dell'utente. Deviazioni non verificate e non corrette possono causare gravi danni.





3. Regolazione della cinghia di trasmissione (motore)

Le cinghie di trasmissione sono preimpostate in fabbrica, ma con il tempo possono allentarsi e provocare slittamenti. Regolazione:

1. Ruotare le vite di regolazione in senso antiorario con una chiave.
2. L'intervallo di regolazione deve garantire una trasmissione fluida senza slittamenti.

Nota: pulire regolarmente le cinghie e le gole delle pulegge per garantire un funzionamento regolare del sistema di trasmissione.

a) Vite di regolazione; b) Motore; c) Rullo anteriore; d) Cinghia

Guasti tipici e metodi di riparazione:

Problema	Cause probabili	Metodi di manutenzione
Il tapis roulant non funziona	A. E scollegato	Collegarlo a una presa di corrente
	B. La chiave di sicurezza non è inserita	Inserire la chiave di sicurezza nel pannello
	C. Circuito di segnale aperto	Controllare l'ingresso del controllore e la linea di segnale
	D. l'alimentazione non è inserita	Posizionare l'interruttore di alimentazione su NO
	E. Il fusibile è bruciato	Sostituire il fusibile
Il movimento non è fluido	A. Lubrificazione insufficiente	Utilizzare grasso a base di olio di metile e silicone
	B. Le bande di scorrimento sono troppo strette	Regolare le fasce di scorrimento per verificare la tenuta
La cinghia di scorrimento è scivolata	A. La cinghia di corsa è troppo allentata	Regolare le fasce di corsa per renderle più strette
	B. La cinghia è allentata	Regolare la tensione della cinghia di trasmissione

Codice di errore	Descrizione dell'errore	Risoluzione dei problemi
E 1	Comunicazione errata tra controllore e console dopo l'accensione.	Il controllore è entrato in uno stato di errore: l'avvio non è possibile. La console visualizza un codice di errore ed emette tre segnali acustici. Possibili cause: • la comunicazione tra il controllore e la console è bloccata - controllare il collegamento della linea di comunicazione della linea di comunicazione, • verificare che ogni nucleo sia completamente inserito, • se la linea di comunicazione è danneggiata, sostituirla.
E 3	Il cavo del motore non è stato collegato correttamente.	L'unità è stata spenta a causa di un errore - il cicalino della console emette 9 bip e il display visualizza il codice di errore. Se l'unità torna alla normalità dopo lo spegnimento, potrebbe entrare in modalità standby e riavviarsi. Possibili cause: • il cavo del motore non è stato collegato correttamente - controllare il collegamento, • il controller potrebbe essere difettoso - verificare che non emetta un odore caratteristico di componenti bruciati; se necessario, sostituire il controller.
	Nessun segnale dal sensore di velocità - la tensione di controllo all'uscita del motore CC è ridotta. L'unità non riceve il feedback della velocità del motore per più di 3 secondi.	L'unità è stata spenta a causa di un errore - il cicalino della console emette 9 bip e il display visualizza il codice di errore. Dopo 10 secondi di spegnimento, l'unità può passare in modalità standby e riavviarsi. Possibili cause: • nessun segnale dal sensore di velocità per più di 3 secondi - verificare che la spina del sensore sia collegata correttamente e non danneggiata, • se necessario, ricollegare la spina o sostituire il sensore.
E 4	Pendenza	Controllare che il cavo di induzione del motore dell'ascensore sia collegato correttamente. Per un collegamento affidabile, scollegare e ricollegare il connettore. Verificare che il cavo di alimentazione CA del motore dell'ascensore sia collegato correttamente e che i cavi CA del motore dell'ascensore e del controllore siano contrassegnati correttamente. Controllare le condizioni del cavo di collegamento del motore: se danneggiato, sostituirlo o sostituire l'intero motore dell'ascensore. A Infine, premere il pulsante di apprendimento sul controller per avviare nuovamente il processo di apprendimento.
E 5	Protezione da sovracorrente - durante il funzionamento, il sistema ha rilevato che la corrente del motore CC ha superato il valore nominale di oltre 6 A per più di 3 secondi.	L'unità è stata spenta a causa di un errore - il cicalino della console emette 9 bip e il display visualizza il codice di errore. È possibile riavviare l'unità in modalità standby 10 secondi dopo lo spegnimento. Possibili cause: • la corrente del motore ha superato il valore nominale - il sistema ha attivato il meccanismo di autodifesa, • possibile blocco meccanico del tapis roulant che impedisce la rotazione del motore, • un carico meccanico eccessivo che comporta un aumento del consumo di corrente. Azioni consigliate: • controllare e regolare il tapis roulant per consentire il corretto funzionamento dell'unità, • se il motore emette rumori insoliti o odore di bruciato - sostituire il motore o il controller, • verificare che l'alimentazione sia stabile e compatibile con la tensione richiesta - se necessario, testare il sistema con la tensione di ingresso corretta.
E 6	Protezione dalle esplosioni - protezione dagli impulsi: Una tensione di alimentazione errata o un funzionamento errato del motore (ecc.) possono causare danni al circuito del motore di azionamento.	L'unità è stata spenta a causa di un errore - il cicalino della console emette 9 bip e il display visualizza il codice di errore. 10 secondi dopo lo spegnimento, l'unità entrerà in modalità standby e sarà possibile riavviarla. Possibili cause: • la tensione di alimentazione è inferiore al 50% del valore nominale - utilizzare la tensione corretta e testare nuovamente l'unità, • il regolatore potrebbe essere difettoso - se si sente odore di bruciato, sostituire il regolatore, • i cavi del motore potrebbero essere scollegati o allentati - controllare i collegamenti e ricollegare i cavi.



APP Bluetooth per tapis roulant



La connessione Bluetooth supporta AnyRun, Zwift e Kinomap.



AnyRun

Scaricare, registrarsi e accedere all'applicazione AnyRun, andare alla pagina delle impostazioni: Fare clic su Impostazioni, nell'angolo in basso a destra, fare clic su Dispositivi, l'app rileverà i codici Bluetooth, selezionare un codice Bluetooth uguale a quello indicato sulla console dell'apparecchio e accoppiarlo.

Zwift

Scaricare, registrarsi e accedere all'app Zwift, andare alla pagina delle impostazioni: Alla voce PAIRED DEVICES, fare clic su RUN per il tapis roulant; quindi fare clic su POWER

SOURCE e apparirà un menu a comparsa; selezionare il codice Bluetooth uguale a quello indicato sulla console dell'apparecchiatura e selezionare OK per effettuare l'accoppiamento.

NOTA: Zwift ricorda i dispositivi utilizzati in una sessione precedente e può tentare di accoppiarli se sono presenti e disponibili. Se si vedono dispositivi accoppiati che non si desidera utilizzare, è sufficiente deselectarli e selezionare il dispositivo che si desidera accoppiare.

Kinomap

Scaricare, registrarsi e accedere all'app Kinomap, accedere alla pagina delle impostazioni: fare clic su Altro nell'angolo in basso a destra, fare clic su Gestione dell'attrezzatura, fare clic su + nell'area in alto a destra, selezionare un tapis roulant;

Quindi selezionare la marca Bluetooth desiderata, ad esempio Anyrun, ecc.; fare clic sul contenuto nella sezione Interattiva, l'applicazione rileverà l'apparecchiatura trovata, selezionerà il codice Bluetooth che corrisponde al codice contrassegnato sulla console dell'apparecchiatura, quindi fare clic su AGGIUNGI NUOVA APPARECCHIATURA; apparirà l'apparecchiatura aggiunta con successo.



SVARBŪS SAUGOS NURODYMAI

Dėkojame, kad įsigijote šį gaminį! Su jo pagalba lengvai pasirūpinsite geresne fizine forma, sveikata ir gera savijauta.

Naudojimo instrukcijos

1. Maitinimo laidą įjunkite tik į įžemintą elektros lizdą. Nenaudokite ilgtintuvų ar adapterių.
2. Įsitikinkite, kad bėgimo takelis tvirtai stovi ant lygaus paviršiaus uždaroje, sausoje patalpoje.
3. Prieš paleisdami bėgimo takelį, atsistokite ant šoninių laiptelių ir prie drabužių prisekite saugos raktą.
4. Vienu metu ant bėgimo takelio gali treniruotis tik vienas asmuo.
5. Rekomenduojama dėvėti priderintą sportinę aprangą ir sportinę avalynę.
6. Jei reikia, treniruotės greitį reguliuokite naudodami valdiklius.
7. Baigę bėgioti, sustabdykite bėgimo takelį mygtuku "Stop" arba ištraukdami apsauginį raktą.
8. Po treniruotės arba prieš perstatydami treniruoklį visada išjunkite maitinimą ir ištraukite kištuką iš elektros tinklo.
9. Prieš pradėdami sportuoti, ypač jei sergate lėtine liga, pasitarkite su gydytoju.
10. Reguliariai valykite mašiną sausu skudurėliu ir venkite komponentų sąlyčio su vandeniu.
11. Nenaudokite bėgimo takelio iš karto po valgio arba kai esate pavargę.
12. Nepertraukiamas įrenginio veikimas neturėtų viršyti 2 valandų.
13. Turėtų būti mažiausiai 2000x1000 mm laisvos erdvės.
14. Atlikdami techninę priežiūrą, visada atjunkite įrenginį nuo maitinimo šaltinio.
15. Jei atsiranda neįprastų garsų, degėsių kvapas, ekrano ar diržo judėjimo problemų, nedelsdami nutraukite mokymą, atjunkite maitinimo šaltinį ir kreipkitės į techninės priežiūros centrą.

Įspėjimai ir draudimai:

⚠ Nenaudokite bėgimo takelio:

- jei gydotės ir neturite gydytojo leidimo,
- jei turite širdies, nugaros, sąnarių, osteoporozės ar sunkių lėtinių ligų,
- nėštumo, menstruacijų metu arba kai blogai jaučiatės,
- jei vartojote alkoholio arba esate apsvaigęs nuo narkotikų, kurie mažina jūsų dėmesio koncentraciją,
- jei maitinimo laidas yra pažeistas arba lizdas yra atsilaisvinęs.

⚠ Draudžiama:

- patiemis ardyti, modifikuoti ar remontuoti bėgimo takelį,
- naudoti prietaiso lauke arba drėgnose patalpose (pvz., vonios kambaryje),
- įjungti arba išjungti bėgimo takelį drėgnomis rankomis,
- šokinėti ant bėgimo takelio diržo arba nultipti nuo jo, kai aparatas veikia,
- bėgimo takeliu gali naudotis vaikai ir žmonės, kurie neturi sąmonės arba turi judėjimo sutrikimų.



- | | |
|------------------------|--------------------|
| 1. Konsolė | 5. Saugos raktas |
| 2. Vertikalus profilis | 6. Darbinis diržas |
| 3. Variklio dangtis | 7. Šoninis diržas |
| 4. Rankena | 8. Galinis dangtis |

Techninė informacija

Dydis (mm)	Nesulankstytas: 1700 x 790 x 145
	Sulankstytas: 1180 x 790 x 1450
Bėgimo juosta (mm)	1420 x 500
Greitis (km/h)	1-22



1) Įpakavimo sąrašas:

1. Pagrindinis korpusas
2. Profiliai
3. Konsolės rėmas
4. Konsolė
5. Saugos raktas
6. Silikoninė alyva
7. Naudojimo instrukcija
8. Varžtų rinkinys

2) Įrangos sąrašas:

1. H šešiakampis varžtas su didele plokščia galvute (M8 * 50 * 20) 4 vnt.
2. L formos veržliaraktis S4 1 vnt.
3. Varžtas su šešiakampe galvute (M6*10)
4. L formos veržliaraktis S6 1 vnt.
5. Sraigtas su šešiakampe galvute M8x15 8vnt.
6. T formos veržliaraktis 6x80



IRENGIMAS:

Atkreipkite dėmesį: montuodami ne iki galo priveržkite visus varžtus. Visus varžtus priveržkite, kai komponentai bus visiškai sumontuoti.

1 veiksmas: Išimkite įrenginį iš pakuotės ir padėkite jį ant lygaus paviršiaus (kaip parodyta). Nuimkite visus maišelius ir apsauginius dirželius.

2 veiksmas: kaip parodyta: laikykite bėgimo takelį vertikaliajo padėtyje, įstatykite vertikaliąjį profilį (62) į atitinkamą pagrindo (1) vietą, tada pritvirtinkite jį šešiakampiu varžtu M8 x 50 x 20 (101) ir dar labiau užfiksukite varžtu M8 x 15 (102). Pakartokite operaciją kitoje pusėje (63).

3 veiksmas: kaip parodyta paveikslėlyje: dešinėje turėklų rėmo pusėje prijungę ryšių kabelį, atitinkamosse vertikalių stulpelių (62) ir (63) vietose sumontuokite suvirintus laikiklius (72) ir pritvirtinkite juos dideliu šešiakampiu varžtu M8 x 15 (102).

4 veiksmas: Prijungę konsolės signalinį kabelį, įstatykite laikiklį (72) į konsolės rėmą (24) ir pritvirtinkite jį M6 šešiakampiais varžtais x 10 (103).

5 veiksmas: Nustatykite įrenginį tikslinėje vietoje ir priveržkite visus tvirtinimo varžtus. Tada pritvirtinkite apsauginį raktą (89) - bėgimo takelis paruoštas naudoti!

Skaičius	Pavadinimas	Kiekis	Skaičius	Pavadinimas	Kiekis
1	Suvinintas pagrindas	1	54	Ratas $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Šešiakampis varžtas M8×50×20	2	55	Cilindrinė pagalvėlė $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Šešiakampė fiksavimo veržlė M8	2	56	Apvalus kreipiamasis blokas $\phi 25 \times \phi 5 \times 4,5$	10
4	Plokščia poveržlė $\Phi 8$	2	57	Juosta $\phi 16$ (balta)	3
5	Rutuliuokas (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	EVA trinkelė (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Ratukas $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Magnetinis žiedas $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Tuščias kamštis $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Kabelio spaustukas 3/8 (UC-2)	1
8	Pagrindinis rėmas	1	61	Maitinimo kabelio gnybtas SR-5R1	1
9	Valdiklio tvirtinimo elementas	1	62	Kairysis vertikalusis profilis $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Variklio dangčio plokštė	1	63	Dešinysis vertikalusis profilis $0,32 \text{ m}^2$	1
11	Fiksuotas variklio dangčio vamzdis $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Ryšio kabelis SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Šešiakampis varžtas su galvute M8×75	1	65	Rėmas	1
13	Šešiakampis varžtas su galvute M8×60	2	66	Sraigtas su šešiakampiu galvute $M12 \times \Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Variklio tvirtinimo plokštė A	2	67	Varžtas su šešiakampe plokščiaja galvute $M10 \times 25 \times 15$	2
15	Variklio tvirtinimo plokštė B	1	68	Veržlė $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Varžtas su šešiakampe galvute plokščia M8×45×20	2	69	Įvorė $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Šešiakampis varžtas su galvute $M6 \times 30 \times \Phi 16$	4	70	Plokščia poveržlė $\Phi 14$	2
18	Kryžminis varžtas su didele plokščia galvute $M5 \times 10$	2	71	Kėlimo veleno įvorė (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Kryžminis varžtas su didele plokščia galvute $M4 \times 10$	6	72	Konsolės laikiklio suvinimo siūlės	1
20	Savisriegis varžtas su didele plokščia galvute su kryžmine įduba $ST4 \times 16$	4	73	Ekrano rėmelis $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Didelis plokščiagalvis varžtas su kryžmine įpjova $ST \times 10$	7	74	Didelis plokščiagalvis varžtas su kryžmine įpjova $ST4 \times 16$	19
22	Savisriegis varžtas su kryžmine įpjova $ST3 \times 10$	4	75	Sraigtas $ST4 \times 15$	4
23	Savisriegis medisraigis $ST4 \times 15$	2	76	Įleistinis varžtas $ST4 \times 70$	2
24	Konsolės rėmo suvinimas	1	77	Elementas $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Spyruoklinė poveržlė $\Phi 8$	3	78	Didelis varžtas su plokščia galvute $ST4 \times 10$	12
26	Spyruoklinė poveržlė $\Phi 5$	17	79	Plokštė 1136EA/571×27 7×10,8	1
27	Briaunotos fiksavimo poveržlės $\Phi 5$	2	80	Plokštės galinis dangtelis 1136EA/571×27 7×28	1
28	Plokščia poveržlė $\Phi 8$	3	81	Viršutinis dangtis	1
29	Užveržiamoji veržlė šešiakampis M8	3	82	Apatinis dangtis	1
30	Varžtas su šešiakampe galvute $M10 \times 35 \times 20$	3	83	Neslystanti poveržlė	1
31	Varžtas su šešiakampiu galvute $M10 \times 65 \times 20$	2	84	Širdies ritmo matavimas	1
32	Varžtas su šešiakampe galvute M10	1	85	Širdies ritmo matavimas 7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Plokščia poveržlė $\Phi 10$	1	86	Ryšio kabelis SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Plokščia poveržlė $\Phi 8$	1	87	Konsolė 3338EA	1
35	Ryšio kabelis SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Širdies ritmo matuoklio 3330EA/L- 1000 mm rankinis ryšio kabelis	1
36	Šešiakampio lizdo cilindrinis varžtas su pilnu sriegiu	2	89	Apsauginis raktas $J52 \times 15 \times 15$ (L-700	1
37	Vairuotojas	1	90	Saugos blokavimo lizdas $J86 \times 20 \times 16$	1
38	Kabelis L-300 mm/1,5 mm2/(Re d)	1	91	Akrilo plokštė $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Kabelis L-300 mm/1,5 mm 2/(juodas)	1	92	D formos kištukas $DX40 \times 80$	2
40	Jungiklis KCD4	1	93	Vienkryptis vožtuvas $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Savaime išsijungiantis jungiklis 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Skydai	1
42	Kabelis L-100 mm/1,5 mm2/(Re d)	1	95	Šešiakampis varžtas $M8 \times 30 \times 20$	1
43	Jungtis $3 \times 1,0 \text{ mm}^2 \times 2000$	1	96	Kištukas $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Priekinis velenėlis 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Atraminė šešiakampė veržlė M8	2
45	Galinis velenėlis 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Plokščioji poveržlė $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Besiūlis variklis	1	99	Strypas $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350 \text{ N}$	1
47	Pakreipimo variklis 1/18HP/75mm/ AC220V (195 mm)	1	100	fragmentas-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Darbinė platforma 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Sraigtas su šešiakampėmis galvutėmis $M8 \times 50 \times 20$	4
49	Važiuojantis diržas $2930 \times 500 \times t1,6$	1	102	Varžtas su plokščia galvute ir šešiakampiu $M8 \times 15$	8
50	Dirželis 174 (442) PJ6	1	103	Varžtas su šešiakampėmis galvutėmis $M6 \times 10$	4
51	Variklio dangtis 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	L formos veržliaraktis $4^{\circ} 30^{\circ} 80$	1
52	Galinis dangtelis $673 \times 93 \times 51$	1	105	L formos veržliaraktis $6^{\circ} 35^{\circ} 80$	1
53	Šoninis bėgis $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	T formos veržliaraktis $6^{\circ} 80$	1

Patarimai ir gudrybės

- **Apšilimas:** Prieš kiekvieną treniruotę apšilkite 5-10 minučių.
- **Kvėpavimas:** pratybų metu nesulaikykite kvėpavimo. Įkvėpkite pro nosį ir iškvėpkite pro burną - tvirtai ir tolygiai. Kvėpavimas turi būti suderintas su judesiais.
- **Dažnumas:** Tas pačias raumenų grupes reikėtų treniruoti kas 48 valandas arba kas antrą dieną, kad būtų laiko atsigauti.
- **Pakrovimas:** Pritaikykite treniruočių intensyvumą prie savo fizinės būklės. Raumenų skausmingumas iš pradžių yra normalus reiškinys, tačiau laikui bėgant jis sumažės, jei pratybos bus tęsiamos.
- **Atsipalaidavimas:** Po kiekvienos treniruotės skirkite 5 minutes atsipalaidavimui, kad raumenys būtų stiprūs ir lankstūs.
- **Mityba:** Nepradėkite treniruotės iš karto po valgio, kad neapkrautumėte virškinimo sistemos. Po treniruotės prieš valgymą palaukite bent 30 minučių. Treniruotės metu venkite gerti daug vandens, kad neperkrautumėte širdies ir inkstų.
- **Tempimas:** kad ir kokio intensyvumo būtų jūsų bėgimas, pasirūpinkite raumenų tempimu. Pirmiausia atlikite apšilimą, pavyzdžiui, 5-10 minučių žygiuokite, tada sustokite ir ištieskite kiekvieną koją bent 10 sekundžių, pratimą pakartokite penkis kartus. Po treniruotės pakartokite tempimą.

1. Lenkimai į priekį

Šiek tiek sulenkę kelius lėtai lenkitės į priekį, leisdami nugarai ir pečiams atsipalaiduoti, o rankoms paliesti kojų pirštus. Palaikykite 10-15 sekundžių, tada atsipalaiduokite. Pakartokite 3 kartus (žr. 1 pav.).

2. Kelio sausgyslių tempimas

Atsisėskite ant švarios pagalvėlės ir ištieskite vieną koją. Kitą koją pritraukite taip, kad ji atsiremtų į ištiesintos kojos vidinę pusę. Stenkitės rankomis paliesti kojų pirštus. Palaikykite 10-15 sekundžių, tada atsipalaiduokite. Kartokite po 3 kartus kiekvienai kojai (žr. 2 pav.).

3. Blauzdos ir kulno sausgyslių tempimas

Dviem rankomis atsiremkite į sieną arba medį ir, ištieskite blauzda atgal. Užpakalinę koją laikykite tiesią, o kulnus remkitės į žemę, atsiremdami į sieną ar medį. Palaikykite 10-15 sekundžių, tada atsipalaiduokite. Kartokite po 3 kartus su kiekviena koja (žr. 3 pav.).

4. Keturgalvio šlaunies raumens tempimas

Kaire ranka atsiremkite į sieną ar stalą, tada dešinė ranka atsigrežkite atgal, suimkite dešinę kulkšnį ir lėtai traukite link klubų, kol pajusite, kaip įsitempia šlaunų raumenys. Palaikykite 10-15 sekundžių, tada atsipalaiduokite. Kartokite po 3 kartus kiekvienai kojai (žr. 4 pav.).

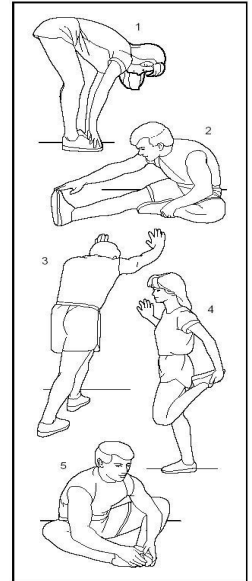
5. Šlaunų vidinės pusės raumenų tempimas

Atsisėskite taip, kad pėdos būtų nukreiptos viena į kitą, o keliai - į išorę. Suimkite pėdas abiem rankomis ir pritraukite jas prie kirkšnių. Palaikykite 10-15 sekundžių ir atsipalaiduokite. Pakartokite 3 kartus (žr. 5 pav.).



Konsolės skydelio instrukcijos

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------------|
| 1. Pakreipimo trumpieji klavišai | 5. Paleidimas / pauzė |
| 2. Pasilenkimas "aukštyn" ir "žemyn" | 6. Programa |
| 3. Programa | 7. Greitis "aukštyn" ir "žemyn" |
| 4. Sustabdyti | 8. Greitieji klavišai |



1. Programa P01 yra rankinė naudotojo programa, programos P01-P36 yra integruotos automatinės treniruočių programos; galimybė sukurti profilus 3 naudotojams ir KMI apskaičiavimo funkcija.
2. LED ekranas su 14 valdymo mygtukų.
3. Įmontuota greičio ir atstumo vienetų konvertavimo funkcija (km↔ mylios).
4. Greičio diapazonas: 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Nuolydžio diapazonas: 0-15%.
6. Apsaugos sistema: perkrovos, srovės, greičio viršijimo, taip pat apsauga nuo elektromagnetinių trukdžių ir kt.
7. Savikontrolės funkcija ir klaidų bei gedimų kodų rodymas.
8. Trys konfigūruojami naudotojo režimai.
9. ERP (efektyvaus energijos valdymo) funkcijos palaikymas.
10. Priminimo funkcija sutepti (papildyti degalų atsargas) važiuojantį diržą.

Langų aprašymas

1. CALORIES (kalorijos) - rodomas sudegintų kalorijų skaičius.
2. TIME - rodo treniruotės trukmę.
3. DISTANCE (atstumas) - rodomas įveiktas atstumas.
4. INCLINE - rodo esamą nuolydžio lygį.
5. PULSE - rodo išmatuotą širdies ritmą.
6. SPEED - rodo esamą greitį.

Matavimo vienetų konvertavimas:

- 1) Atjungus apsauginį užraktą, vienu metu paspauskite mygtukus "PROGRAM" ir "MODE", ekrane pasirodys 0,6, - atstumas rodomas myliomis.
- 2) Atjungus apsauginį užraktą, vienu metu paspauskite mygtukus "PROGRAM" ir "MODE" ir ekrane bus rodoma 1,0 - mylios perskaičiuojamos į kilometrus; atstumas nurodomas kilometrais.

FUNKCIJOS:

"PROG" - programų pasirinkimo mygtukas: kai jis yra sustabdytas, juo galima cikliška pasirinkti programas P01-P36, vartotojus U01-U03 ir BMI funkciją.

"MODE" - veikimo režimas:

Kai pasirinktas rankinis režimas, pagal numatytuosius nustatymus nustatomas įprastas režimas.

Paspauskite mygtuką "MODE", kad perjungtumėte laiko skaičiavimo režimą→ atstumo skaičiavimo režimą→ kalorijų skaičiavimo režimą→ normalų režimą. Taip pat veikia kaip atstatymo mygtukas - atkuria numatytąjį atskaitymo intervalą (30 minučių) programose P01-P36.

"START" - paleidimo / pristabdymo mygtukas:

Stabdymo režimu paleidžiamas bėgimo takelis. Bėgimo režimu sustabdo prietaisą (pauzė). Pauzės funkcija gali neveikti, jei bėgimo takelis prijungtas prie "Bluetooth".

"STOP" - sustabdymo / iš naujo nustatymo mygtukas:

Bėgimo takeliui veikiant, paspaudus STOP mygtuką, bėgimo takelis palaipsniui sustoja. Kai ekrane rodoma ERR, paspaudus mygtuką ši informacija ištrinama.

"+" - greičio didinimo mygtukas:

Stabdymo režime arba matuojant kūno riebalus, skirtas nustatyto parametro vertei padidinti. Kai bėgimo takelis veikia, jis padidina greitį.

"-" - greičio mažinimo mygtukas:

Stabdymo režimu arba matuojant kūno riebalus - sumažina nustatyto parametro vertę. Bėgimo režimu - sumažina esamą bėgimo greitį.

"QUICK SPEED" - greito greičio pasirinkimo mygtukai (3, 6, 9 km/h):

Bėgimo režimu leidžia iš karto nustatyti nustatytą greitį.

"▲" - nuolydžio didinimo mygtukas.

"▼" - įkalnės nuolydžio mažinimo mygtukas.

"QUICK INCLINE" - greito nuolydžio pasirinkimo mygtukai (3, 6, 9 %): Kai bėgimo takelis veikia, galite tiesiogiai nustatyti konkretų nuolydį.

Avarinis išsijungimas

Sudarytas iš spausdinto ir nailoninio laido. Bet kioje situacijoje, kai raktas yra ištrauktas iš lizdo, bėgimo takelis automatiškai nustos veikti, pulto valdymas bus užblokuotas, o ekrane kartu su garsiniu signalu bus rodomas užrašas "E-07". Vėl įkišus raktą, ekrane 2 sekundes bus rodoma būsena, o tada bėgimo takelis pereis į parngtą darbui režimą.

VARTOTOJO programa: sistema leidžia sukurti tris individualius profilius: VARTOTOJAS1- VARTOTOJAS3. Norėdami įjungti naudotojo režimą, paspauskite mygtuką "PROG" ir pasirinkite USER1, USER2 arba USER3. Tada paspauskite "MODE", kad įeitumėte į programos nustatymus, arba iš karto "START", kad pradėtumėte treniruotę. Redagavimo režimu galima konfigūruoti 10 treniruotės atkarpų, nurodant kiekvienos atkarpos greitį ir nuolydį. Baigę nustatymus, paspauskite "START", kad pradėtumėte programą. Duomenys bus išsaugoti automatiškai ir juos bus galima naudoti vėlesnėse treniruotėse.

SAUGUMO KLAUSIMAS:

Saugos raktą sudaro jutiklinis jungiklis, skalbinių spausdintas ir nailoninis laidas, kad mašina netyčia neišsijungtų. Kai apsauginis užraktas yra netinkamoje padėtyje, bėgimo takelis nustoja veikti, pulto valdymas užblokuojamas ir ekrane kartu su garsiniu signalu rodomas užrašas "E-07". Kai užraktas yra teisingoje padėtyje, ekrane rodomas 2 sekundes, tada bėgimo takelis pereina į numatytąjį veikimo režimą.

Vartotojo programa - USER

VARTOTOJO režimas leidžia nustatyti savo treniruotės programą. Galimi trys profiliai: VARTOTOJAS1, VARTOTOJAS2 ir VARTOTOJAS3. Norėdami naudoti šį režimą:

1. Paspauskite mygtuką "PROG", kad pasirinktumėte USER1-USER3.
2. Paspauskite mygtuką "MODE", kad nustatytumėte programą, arba "START", kad pradėtumėte treniruotę.
3. Mygtuku "MODE" nustatykite 10 greičio ir nuolydžio kampo sekcijų.
4. Baigę nustatymus, paspauskite "START", kad paleistumėte bėgimo takelį. Programa bus išsaugota ir ją bus galima naudoti kitą kartą paleidus bėgimo takelį.

Saugos vadovas

1. Įkiškite maitinimo laido kištuką į įžemintą 10 A lizdą, įjunkite maitinimo jungiklį. Ekrane pasirodys visas ekranas ir garsinis signalas. Tada prijunkite saugos raktą.
2. Padėkite raktą ant pulto ir pritvirtinkite spausdintą prie drabužių krūtinės lygyje. Ekrane 2 sekundes bus rodomas visas ekranas, tada bus perjungtas numatytasis režimas: visos reikšmės prilyginamos nuliui, nustatymai iš naujo nustatomi, įjungiama rankinė programa (P0).
3. Paspauskite "PROG", kad pasirinktumėte programą P01-P36, U01-U03 arba KMI.
4. Programa P0 yra rankinis režimas su keturiais galimais treniruotės režimais:
 - 1 režimas: inkrementinis laikas - laiko, atstumo ir kalorijų skaitiklis. Numatytoji reikšmė: 1,0 km/h, nuolydis 0.
 - 2 režimas: Skaičiuojamasis laikas - intervalas 5-99 min, numatytasis 30:00.
 - 3 režimas: atstumo atskaita - diapazonas 1,0-99,0 km, numatytasis 1 km.
 - 4 režimas: kalorijų skaičiavimas - diapazonas 20-990 cal, numatytasis 50 cal. P01-P36 programos yra iš anksto nustatyti sistemos nustatymai - visos jos veikia skaičiavimo režimu.
5. Programos P01-P36 yra iš anksto nustatyti sistemos nustatymai - visos veikia atgalinio skaičiavimo režimu.
6. Nustatę parametrus, paspauskite "START". Bus rodomas 5 sekundžių atgalinis skaičiavimas, kuris baigsis garsiniu signalu, po kurio bėgimo takelis pradės veikti didėjančiu greičiu.
7. Treniruotės metu greitį galite reguliuoti naudodami mygtukus "+", "-" arba "QUICK SPEED".
8. Programose P01-P36 greitis suskirstytas į 10 segmentų. Kiekvienas segmentas trunka tiek pat laiko, priklausomai nuo bendro laiko. Apie segmento pakeitimą praneša trys garsiniai signalai likus 3 sekundėms iki perjungimo.
9. Veikimo metu paspauskite "START", kad perjungtumėte pauzę ir veikimą. Atnaujinus veikimą, išsaugomi išsaugoti nustatymai.
10. Norėdami sustabdyti variklį, paspauskite "STOP" - įrenginys grįš į pradinę būseną.
11. Pakreipimo kampą galima reguliuoti naudojant "+", "-" arba "QUICK INCLINE".
12. Išėmus apsauginį raktą, bėgimo takelis automatiškai sustos, bus rodomas pranešimas "E-07" ir pasigirs garsinis signalas.
13. Sistema nuolat stebi saugumą - nustačius bet kokią klaidą, sustabdomas veikimas ir rodomas atitinkamas pranešimas.
14. Norėdami ištrinti klaidos pranešimą, paspauskite "STOP".
15. KMI testas (Azijos versija):
 - Paspauskite "PROG", pasirinkite "BMI".
 - Nustatykite parametrus F1-F5:
 - F1 - lytis (1: vyras, 2: moteris), numatytasis 1
 - F2 - Amžius: 1-99, numatytasis 25
 - F3 - ūgis (cm): 100-220, numatytasis 170
 - F4 - Svoris (kg): 20-150, numatytasis 70
 - F5 - Pradėti testą: Laikykite širdies ritmo jutiklius nuspaustus 4 sekundes - ekrane bus rodomas KMI rezultatas.
 - Interpretacija (Azijos normos):
 - KMI: <18 - lieknas
 - 18-24 - idealus svoris
 - 25-28 - antsvoris
 - >29 - nutukimas

16. KMI tyrimas (britų metodas):

- Ūgis (coliai): 39-87, numatytasis 67
- Svoris (svarai): 44-330, numatytoji vertė 154
- Kiti parametrai tokie patys kaip pirmiau nurodyti
- KMI rezultatas rodomas praėjus 4 sekundėms po to, kai ranka uždedama ant jutiklių.

Energijos taupymo funkcija (ERP)

Pagal numatytuosius nustatymus sistema paleidžiama ERP režimu. Jei bėgimo takelis nenaudojamas, maždaug po 4,5 min. jis pereina į miego režimą. Norėdami jį pažadinti, paspauskite bet kurį mygtuką. Budėjimo režimu 3 sekundes palaikykite nuspaudę "MODE" mygtuką, kad išjungtumėte ERP (ekrane bus rodoma "2222"), o dar kartą palaikę nuspaudę "MODE" mygtuką vėl įjungsitės ERP (ekrane bus rodoma "1111").

Automatinių programų P01-P36 greičio ir nuolydžio lentelė; metrinė (1 LENTELE)

Automatinių programų P01-P36 greičio ir nuolydžio lentelė; coliais (2 LENTELE)

Problemų kodas	Tikėtina priežastis	Remontas
Sistema neveikia	A. Maitinimas neprijungtas arba neįjungtas	Prijunkite maitinimą arba nustatykite maitinimo jungiklį į padėtį "NO".
	B. Neveikia saugos blokavimo įtaisai	Nustatykite saugos užraktą į tinkamą padėtį
	C. Valdiklis arba pultas neįjungtas	Pakeiskite valdiklį arba pultą
	D. Blogas linijos kontaktas	Patikrinkite sistemos įėjimus ir išėjimus bei ryšio linijas ryšio linijas
Staigus sustojimas esant normaliai būklei	A. Saugos blokavimo įtaisas iškrito	Iš naujo sumontuokite
	B. Sistemos klaida	Paprašykite, kad tuo pasirūpintų techninės priežiūros specialistas
Rakto gedimas	Neteisingas raktas	Pakeiskite konsolę arba pagrindinę plokštę
E-01	A. Ryšio kabelis prastai sujungtas	Iš naujo prijunkite ryšio kabelį ir patikrinkite, ar prievadas yra teisingai prijungtas, arba pakeiskite ryšio kabelį.
	B. Sugedusi konsolė	Pakeiskite konsolę
	C. Sugedęs valdiklis	Pakeiskite valdiklį
E-02	A. Sugedęs variklis	Pakeiskite variklį
	B. Variklio laidas neteisingai prijungtas prie valdiklio arba valdiklis neteisingai prijungtas.	Patikrinkite ir vėl prijunkite arba pakeiskite valdiklį
E-03	A. Netinkamai sumontuotas fotoelektrinis jutiklis	Patikrinkite ir prijunkite iš naujo
	B. Blogas fotoelektrinis jutiklis	Pakeiskite fotojutiklį
	C. Nešvarus fotoelektrinis jutiklis arba blogas pirmasis kontaktas	Patikrinkite ir vėl prijunkite / išvalykite jutiklį
	D. Sugedęs valdiklis	Pakeiskite valdiklį
E-05	A. Sugedęs valdiklis	Pakeiskite valdiklį
	B. Sugedęs variklis	Pakeiskite variklį
	C. Mechaninis gedimas	Patikrinkite, ar neužsikimšusi alyva arba būgnas.
E-07	Konsolė neaptinka apsaugos užrakto signalo	1. Patikrinkite, ar įjungtas saugos užraktas; 2. Iš naujo sumontuokite saugos blokavimo mechanizmą;
Nėra širdies ritmo signalo	A. Rankenos laidas neįkištas į vietą arba rankenos laidas yra netinkamas	Patikrinkite ir prijunkite arba pakeiskite rankenos kabelį
	B. Elektroninės sistemos grandinės gedimas	Pakeiskite konsolę
Nepilnos arba trūkstantys konsolės linijos	A. Sugedęs ekranas	Pakeiskite pagrindinę plokštę arba ekraną
	B. Sistemos gedimas	Pakeiskite konsolę

SULANKSTYTI IR PERKELTI BĖGIMO TAKELĮ:

1. Bėgimo takelio sulankstymas

Prieš sulankstydami atjunkite maitinimo šaltinį. Įsitinkite, kad bėgimo takelio nuolydis nustatytas į žemiausią lygį. Pakelkite bėgimo takelį į vertikalų padėtį - jungiamosios dalys automatiškai užfiksuos hidraulinėje sistemoje. Patikrinkite, ar jungiamosios dalys iš tiesų užfiksavus, kaip parodyta paveikslėlyje.

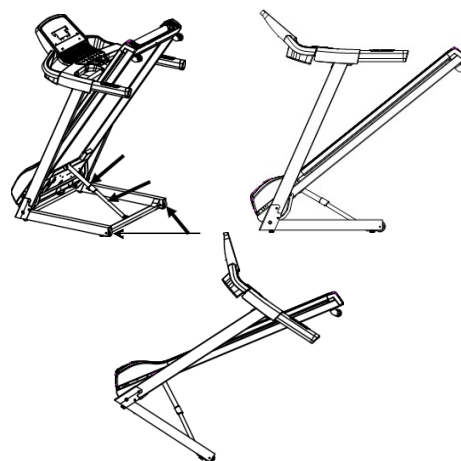
2. Bėgimo takelio nustatymas

Pasirinkite plokščią paviršių be kliūčių, maždaug 1 metro atstumu nuo elektros lizdo. Išskleisdami suimkite bėgimo takelį abiem rankomis, kojomis stokitės ant jungties - bėgimo takelis lėtai nusileis ant žemės. Per tą laiką naudotojas turėtų likti maždaug 1 metro atstumu, kol įrenginys visiškai išsiskleis, kaip parodyta paveikslėlyje.

3. Bėgimo takelio perkėlimas Prieš perkeldami bėgimo takelį įsitinkite, kad:

- kad maitinimo jungiklis būtų įjungtas į padėtį "Išjungta".
- Maitinimo kištukas ištrauktas iš elektros lizdo.
- Pagrindinis rėmas tinkamai sumontuotas.

Peržiūrėję pirmiau pateiktas instrukcijas, viena ranka suimkite bėgimo takelio galą, o kita - toje pačioje pusėje esantį porankį. Tada, pasistatę treniruoklį 40-50° kampą prie krūtinės, lėtai jį judinkite, kaip parodyta paveikslėlyje.



ĮŽEMINIMO VADOVAS:

Šis gaminytis turi apsauginį laidininką ir įžemintą kištuką. Bėgimo takelis turi būti prijungtas prie tinkamo įžeminimo kištukinio lizdo pagal vietos taisykles.

Pavojus! Jei nesate tikri, ar prietaisas tinkamai įžemintas, kreipkitės į kvalifikuotą elektriką arba įgaliojotą techninės priežiūros centrą. Patys nekeiskite su gaminiu pateikto kištuko. Jei kištukas nesuderinamas, kvalifikuotas elektrikas turėtų įrengti tinkamą kištukinį lizdą.

BĖGIMO TAKELIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJOS

1. Įjunkite maitinimą, išskleiskite bėgimo takelį žemiausioje padėtyje ir patikrinkite, ar jis tinkamai veikia.
2. Prisiekite apsauginę virvelę prie drabužių.
3. Prieš pradėdami treniruotis įsitikinkite, kad bėgimo takelis veikia tinkamai ir yra stabilus. Pradėdami bėgimo takelį nestovėkite tiesiai ant bėgimo takelio diržo. Tinkama pradžia - atsistoti ant šoninių bėgimo takelio turėklų, rankomis atsirėmus į rankenas. Paspaudę "START" mygtuką ir laikydami rankenas, bėgimo takelis po 5 sekundžių įsijungs 1,0 km/h greičiu. Tada paspauskite mygtuką "+", kad padidintumėte greitį iki 2,5-3,5 km/h - tai optimalus bėgimo greitis. Laikykitės abi rankas ant rankenų ir pradėdami pratimą palaipsniui žengkite į takelį. Judėkite tokiu tempu, kuris atitiktų juostos judėjimą.
4. Po kelių minučių galite padidinti greitį mygtuku "+" arba sumažinti jį mygtuku "-", laikydami rankas ant rankenų.
5. Bėgdami taip pat galite nustatyti pastovų greitį, pasirinkdami jį tiesiai iš skydelio.
6. Bet kuriuo metu paspaudus mygtuką "STOP" variklis sustoja.
7. Naudojimasis iš anksto nustatytais režimais Prijunkite ir įjunkite maitinimą. Paspauskite mygtuką "SELECT", kad pasirinktumėte norimą režimą, ir tada "START", kad jį paleistumėte.
Bet kuriuo metu galite reguliuoti greitį mygtukais "+" arba "-" arba sustabdyti įrenginį paspausdami "STOP".
8. HRC funkcijos testavimas Kai aparatas įjungtas, uždėkite rankas ant metalinių širdies ritmo jutiklių - ekrane lange pasirodys HRC reikšmė.

Pastaba: Ištraukę saugos mygtuką iš karto sustabdykite bėgimo takelį ir išjungsite kompiuterį. Ekrane pasirodys pranešimas: "-----".

PRIEŽIŪRA: Tinkama priežiūra yra labai svarbi patikimam ir saugiam bėgimo takelio veikimui. Jos nepaisymas gali sukelti pažeidimų arba sutrumpinti treniruoklio tarnavimo laiką. Visos sudedamosios dalys turėtų būti reguliariai tikrinamos ir priveržiamos. Susidėvėjusios dalis reikia nedelsiant pakeisti.

MAŽINIMAS: Bėgimo takelis buvo suteptas gamykloje gamybos metu. Tačiau po tam tikro naudojimo laikotarpio bėgimo diržą reikia reguliariai tepti specialia silikonine alyva.

Tepimo dažnumo rekomendacijos:

- Naudokite mažiau nei 3 valandas per savaitę - tepkite kas 5 mėnesius
- Naudojimas 4-7 valandas per savaitę - tepimas kas 2 mėn.
- Naudoti daugiau nei 7 valandas per savaitę - tepimas kas mėnesį

Pastaba: per dažnai tepti nerekomenduojama. Tinkamas tepimas yra svarbiausias bėgimo takelio eksploatavimo trukmės ir našumo veiksnys. Norėdami patikrinti, ar reikia sutepti, pakelkite bėgimo takelio diržo šonus ir palieskite galinę, centrinę diržo dalį:

- Jei jaučiate silikoną - tepti nereikia.
- Jei paviršius sausas - atlikite tepimą.

Tepimo instrukcijos:

1. Sustabdykite mašiną ir sulankstykite bėgimo takelį.
2. Pakelkite bėgimo diržą pagrindinio rėmo gale.
3. Laikydami buteliuką kuo arčiau diržo centro, purškite silikoninę alyvą - iš abiejų pusių. Bėgimo takelį paleiskite 1 km/h greičiu, kad alyva tolygiai pasiskirstytų ant bėgimo takelio paviršiaus.

1. Bėgimo diržo reguliavimas

Gamykloje bėgimo diržas yra tinkamai sureguliuotas. Tačiau dėl naudojimo jis gali atsipalaiduoti, todėl gali nutrūkti arba pasislinkti. Tokiu atveju priveržkite reguliavimo varžtus - po pusę apsisukimo į kairę arba į dešinę.

Jei diržas per laisvas, jis gali slysti ant skriemulio. Ir atvirkščiai, per didelis įtempimas gali perkrauti variklį ir sugadinti variklį, diržą, ritinėlius ar kitus komponentus.

2. Diržo nuokrypio reguliavimas

Nors diržas yra nustatytas gamykloje, po kurio laiko jis gali pasislinkti. Dažniausios priežastys yra šios:

- Nestabilus bėgimo takelio išlyginimas,
- Bėgimas su poslinkiu į šoną,
- Netolygus pėdos spaudimo pasiskirstymas.

Jei neatitiktas nėra nuolatinis, kelias minutes bėgimo takelį paleidus be apkrovos galima atkurti pusiausvyrą. Jei reikia, atlikite rankinį reguliavimą naudodami 6 mm veržliaraktį - pasukite varžtą pusę apsisukimo.

1 pavyzdys: diržas slysta į kairę → priveržkite kairįjį varžtą (pagal laikrodžio rodyklę) → arba atlaisvinkite dešinįjį varžtą (prieš laikrodžio rodyklę)

2 pavyzdys: diržas juda į dešinę → priveržkite dešinįjį varžtą (pagal laikrodžio rodyklę) → arba atlaisvinkite kairįjį varžtą (prieš laikrodžio rodyklę) **REGULIAVIMO RAKTAS:**

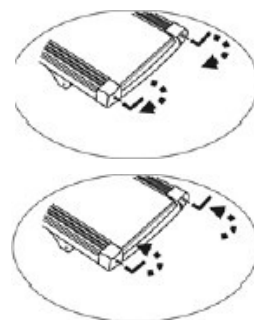
Pagal laikrodžio rodyklę = priveržimas Prieš laikrodžio rodyklę = atlaisvinimas
Diržas visada juda į tą pusę, kuri yra laisvesnė.

Patarimai:

Prieš kiekvieną reguliavimą bėgimo takelį paleiskite nedideliu greičiu. Neužveržkite varžtų per stipriai.

Po kiekvieno reguliavimo stebėkite, kaip veikia diržas.

Diržo nuokrypiams garantija netaikoma ir už juos atsako naudotojas. Nepatikrinti ir neištaisyti nuokrypiai gali sukelti rimtą žalą.





3. Pavaros (variklio) diržo reguliavimas

Pavaros diržai yra iš anksto nustatyti gamykloje, tačiau laikui bėgant jie gali atsipalaiduoti ir dėl to praslysti. Reguliavimas:

1. Reguliavimo varžtą veržliarakčiu pasukite prieš laikrodžio rodyklę.

2. Reguliavimo diapazonas turi užtikrinti sklandų perdavimą be slydimo.

Pastaba: reguliariai valykite diržus ir skriemulių griovelius, kad pavara veiktų sklandžiai.

a) reguliavimo varžtas; b) variklis; c) priekinis velenėlis; d)

diržas Tipiniai gedimai ir remonto būdai:

Problema .	Tikėtinos priežastys	Techninės priežiūros metodai
Bėgimo takelis neveikia	A. Jis atjungtas nuo elektros tinklo	Ijunkite jį į elektros lizdą
	B. Neįdėtas apsauginis raktas	Ikiškite apsauginį raktą į skydelį
	C. Atvira signalo grandinė	Patikrinkite valdiklio įvestį ir signalo liniją
	D. neįjungtas maitinimo šaltinis	Nustatykite maitinimo jungiklį į padėtį NO
	E. Perdegę saugiklis	Pakeiskite saugiklį
Nevyksta sklandus judėjimas	A. Nepakankamas tepimas	Naudokite metilsilikonu alyvos pagrindo tepalą
	B. Per daug įtemptos važiavimo juostos	Sureguliuokite važiuojamąsias juostas, kad jos būtų sandarios
Pasislinko važiuojamoji juosta	A. Bėgimo diržas per laisvas	Sureguliuokite bėgimo juostas, kad jos būtų tvirtos
	B. Diržas yra laisvas	Sureguliuokite pavaros diržo įtempimą

Gedimo kodas	Klaidos aprašymas	Gedimų šalinimas
E 1	Neteisingas ryšys tarp valdiklio ir pulto po įjungimo.	Valdiklis perėjo į klaidos būseną - paleidimas neįmanomas. Konsolė rodomas klaidos kodas ir pasigirsta trys garsiniai signalai. Galimos priežastys: - ryšio tarp valdiklio ir konsolės užblokuotas - patikrinkite jungtį. - ryšio liniją, - įsitikinkite, kad kiekviena šerdis yra iki galo įdėta, - jei ryšio linija pažeista, pakeiskite ją.
E 3	Netinkamai prijungtas variklio kabelis.	Įrenginys buvo išjungtas dėl klaidos - konsolės garsinis signalas skleis 9 signalus, o ekrane bus rodomas klaidos kodas. Jei po išjungimo įrenginys grįžta į normalią būseną, jis gali pereiti į budėjimo režimą ir įsijungti iš naujo. Galimos priežastys: - variklio kabelis prijungtas netinkamai - patikrinkite jungtį, - valdiklis gali būti sugedęs - patikrinkite, ar jis neskleidžia būdingo sudegusių komponentų kvapo; jei reikia, pakeiskite valdiklį.
	Nėra signalo iš greičio jutiklio - valdymo įtampa nuolatinės srovės variklio išėjime yra sumažėjusi. Įrenginys negauna grįžtamojo ryšio apie variklio greitį ilgiau nei 3 sekundes.	Įrenginys buvo išjungtas dėl klaidos - pulto garsinis signalas skleis 9 signalus, o ekrane bus rodomas klaidos kodas. Praėjus 10 sekundžių po išjungimo, įrenginys gali pereiti į budėjimo režimą ir būti paleistas iš naujo. Galimos priežastys: - Patikrinkite, ar teisingai prijungtas ir nepažeistas jutiklio kištukas, - jei reikia, vėl prijunkite kištuką arba pakeiskite jutiklį.
E 4	Nuolydis	Patikrinkite, ar teisingai prijungtas lifto variklio indukcinis kabelis. Kad sujungimas būtų patikimas - atjunkite ir vėl prijunkite jungtį. Patikrinkite, ar teisingai prijungtas lifto variklio kintamosios srovės maitinimo kabelis ir ar lifto variklio ir valdiklio kintamosios srovės kabeliai yra tinkamai pažymėti. Patikrinkite variklio jungiamojo kabelio būklę - jei jis pažeistas, pakeiskite jį arba visą lifto variklį. Adresu Galiausiai paspauskite valdiklio mokymo mygtuką, kad vėl pradėtumėte mokymo procesą.
E 5	Apsauga nuo viršįtampių - veikimo metu sistema nustatė, kad nuolatinės srovės variklio srovė daugiau kaip 3 sekundes viršijo vardinę vertę daugiau kaip 6 A.	Įrenginys buvo išjungtas dėl klaidos - pulto garsinis signalas skleis 9 garsinius signalus, o ekrane bus rodomas klaidos kodas. Praėjus 10 sekundžių po išjungimo, įrenginį galima vėl įjungti budėjimo režimu. Galimos priežastys: - variklio srovė viršijo vardinę vertę - suveikė savisaugos mechanizmas, - galimas mechaninis bėgimo takelio užblokavimas, neleidžiantis sukintis varikliui, - per didelė mechaninė apkrova, dėl kurios padidėjo srovės suvartojimas. Rekomenduojami veiksmai: - Patikrinkite ir sureguliuokite bėgimo takelį, kad įrenginys veiktų tinkamai, - jei variklis skleidžia nejprastus garsus arba jaučiamas degėsių kvapas - pakeiskite variklį arba valdiklį, - patikrinkite, ar maitinimo šaltinis yra stabilus ir atitinka reikiamą įtampą - jei reikia, išbandykite sistemą su tinkama įėjimo įtampa.
E 6	Apsauga nuo sprogdimo - apsauga nuo impulsų: Dėl netinkamos maitinimo įtampos arba netinkamo variklio veikimo (ir pan.) gali būti pažeista pavaros variklio grandinė.	Įrenginys buvo išjungtas dėl klaidos - pulto garsinis signalas skleis 9 signalus, o ekrane bus rodomas klaidos kodas. Praėjus 10 sekundžių po išjungimo, įrenginys pereis į budėjimo režimą ir jį bus galima paleisti iš naujo. Galimos priežastys: - maitinimo įtampa yra mažesnė nei 50 % vardinės vertės - naudokite tinkamą įtampą ir dar kartą išbandykite įrenginį, - gali būti sugedęs valdiklis - jei jaučiamas degėsių kvapas, pakeiskite valdiklį, - variklio laidai gali būti atjungti arba atsilaisvinę - patikrinkite jungtis ir vėl prijunkite laidus.



Bėgimo takeliams skirta "Bluetooth" programėlė



"Bluetooth" ryšys palaiko "AnyRun", "Zwift" ir "Kinomap"



AnyRun

Atsisiųskite, užsiregistruokite ir prisijunkite prie "AnyRun" programos, eikite į nustatymų puslapį: Programėlė aptiks "Bluetooth" kodus, pasirinkite "Bluetooth" kodą, kuris sutampa su įrangos pulte pažymėtu kodu, ir susiekite.

Zwift

Atsisiųskite, užsiregistruokite ir prisijunkite prie "Zwift" programėlės, eikite į nustatymų puslapį: Bėgimo takelis: skyriuje PAIRED DEVICES (Sujungti įrenginiai) spustelėkite RUN (Bėgimo takelis); tada spustelėkite POWER (ĮJUNGTI).

SOURCE (šaltinis) ir pasirodys iškylantysis meniu, pasirinkite "Bluetooth" kodą, kuris sutampa su įrangos pulte pažymėtu kodu, ir pasirinkite OK (gerai), kad susietumėte. PASTABA: "Zwift" įsimeina ankstesnėje sesijoje naudotus įrenginius ir gali bandyti susieti su tais įrenginiais, jei jie yra ir yra prieinami. Jei matote suporuotus įrenginius, kurių nenorite naudoti, galite tiesiog panaikinti jų pasirinkimą ir pasirinkti norimą suporuoti įrenginį.

Kinomap

Atsisiųskite, užsiregistruokite ir prisijunkite prie programos "Kinomap", pereikite į nustatymų puslapį: apatiniame dešiniajame kampe spustelėkite Daugiau, spustelėkite Įrangos valdymas, viršutinėje dešinėje srityje spustelėkite +, pasirinkite bėgimo takelį;

Tada pasirinkite pasirinktą "Bluetooth" prekės ženklą, pvz., "Anyrun" ir t. t.; skiltyje "Interaktyvus" spustelėkite turinį, programa aptiks rastą įrangą, pasirinkite "Bluetooth" kodą, kuris sutampa su įrangos konsolėje pažymėtu kodu, tada spustelėkite PRIDĖTI NAUJĄ ĮRANGĄ, pasirodys sėkmingai pridėta įranga.



SVARĪGI DROŠĪBAS NORĀDĪJUMI

Paldies, ka iegādājāties šo izstrādājumu! Ar tā palīdzību jūs viegli rūpēsieties par savu fizisko formu, veselību un labsajūtu.

Lietošanas instrukcija

1. Pieslēdziet strāvas vadu tikai iezemētai kontaktligzdai. Nelietojiet pagarinātājus vai adapterus.
2. Pārliecinieties, ka skrejceļš stabili stāv uz līdzenas virsmas slēgtā, sausā telpā.
3. Pirms skrejceļa iedarbināšanas nostāieties uz sānu pakāpieniem un pie apgērba piestipriniet drošības atslēgu.
4. Vienlaicīgi uz skrejceļa var nodarboties tikai viena persona.
5. Ieteicams valkāt piemērotu sporta apģērbus un fitnesa apavus.
6. Ja nepieciešams, pielāgojiet treniņa ātrumu, izmantojot vadības ierīces.
7. Kad esat pabeidzis skriešanu, apstādiniet skrejceļu, izmantojot pogu "Stop" vai izvelkot drošības atslēgu.
8. Pēc treniņa vai pirms treniņa pārvietošanas vienmēr izslēdziet strāvas padevi un atvienojiet to no tīkla.
9. Pirms treniņa konsultējieties ar ārstu, īpaši, ja jums ir hroniskas saslimšanas.
10. Mašīnu regulāri tīriet ar sausu drānu un izvairieties no detaļu saskares ar ūdeni.
11. Neizmantojiet skrejceļu uzreiz pēc ēšanas vai noguruši.
12. Nepārtraukta ierīces darbība nedrīkst pārsniegt 2 stundas.
13. Būtu jābūt vismaz 2000 × 1000 mm brīvas vietas.
14. Veicot apkopi, vienmēr atvienojiet ierīci no strāvas padeves.
15. Ja rodas neparastas skaņas, dedzināšanas smaka, problēmas ar ekrānu vai jostas kustību, nekavējoties pārtrauciet apmācību, atvienojiet strāvas padevi un sazinieties ar servisa centru.

Brīdinājumi un aizliegumi:

⚠ Neizmantojiet skrejceļu:

- ja ārstējat un jums nav ārsta apstiprinājuma,
- ja jums ir sirds problēmas, muguras problēmas, locītavu problēmas, osteoporoze vai nopietnas hroniskas slimības,
- grūtniecības laikā, menstruāciju laikā vai sliktas pašsajūtas laikā,
- ja esat lietojis alkoholu vai esat lietojis zāles, kas mazina koncentrēšanās spējas,
- ja strāvas vads ir bojāts vai kontaktligzda ir vaļīga.

⚠ Aizliegts:

- pašiem demontēt, pārveidot vai labot skrejceļu,
- lietot ierīci ārpus telpām vai mitrās telpās (piemēram, vannas istabā),
- ieslēgt vai izslēgt skrejceļu ar slapjām rokām,
- lēkt uz skrejceļa siksna vai no tās, kamēr treniņieris darbojas,
- skrejceļu var izmantot bērni un cilvēki, kuri ir bezsamaņā vai kuriem ir kustību traucējumi.



- | | |
|------------------------|-----------------------|
| 1. Konsole | 5. Drošības atslēga |
| 2. Vertikālais profils | 6. Darba siksna |
| 3. Motora pārsegs | 7. Sānu josta |
| 4. Rokturis | 8. Aizmugurējais vāks |

Tehniskā informācija

Izmērs (mm)	Nesalocīts: 1700 x 790 x 145
	Salocīts: 1180 x 790 x 1450
Ritošā josla (mm)	1420 x 500
Ātrums (km/h)	1-22



1) Iepakojuma saraksts:

1. Galvenais korpuss
2. Profili
3. Konsoles rāmis
4. Konsole
5. Drošības atslēga
6. Silikona eļļa
7. Lietošanas instrukcija
8. Skrūvju komplekts

2) Aprīkojuma saraksts:

1. H Sešstūra skrūve ar lielu plakānu galvu (M8 * 50 * 20) 4gab.
2. L-veida uzgriežņu atslēga S4 1 gab.
3. Skrūve ar sešstūra galvu (M6*10)
4. L-veida uzgriežņu atslēga S6 1 gab.
5. Skrūve ar sešstūra galvu M8*15 8gab.
6. T-veida atslēga 6*80



UZSTĀDĪŠANA:

Piezīme: uzstādīšanas laikā pilnībā nepievelciet visas skrūves. Pievelciet visas skrūves, kad sastāvdaļas ir pilnībā uzstādītas.

1. solis: izņemiet ierīci no iepakojuma un novietojiet to uz līdzenas virsmas (kā parādīts). Noņemiet visus maisiņus un aizsargplāksņus.

2. posms: kā parādīts attēlā: turiet skrejceļu vertikālā stāvoklī, ievietojiet vertikālo profilu (62) atbilstošajā vietā pamatnē (1) un pēc tam nostipriniet to ar sešstūra skrūvi M8 × 50 × 20 (101) un vēl nostipriniet to ar skrūvi M8 × 15 (102). Atkārtotiet šo darbību otrā pusē (63).

Kā parādīts attēlā: pēc sakaru kabeļa savienošanas margu rāmja labajā pusē uzstādiet metinātos kronšteinus (72) attiecīgajās vertikālo statņu (62) un (63) vietās un nostipriniet tos ar lielu sešstūra skrūvi M8 × 15 (102).

4. solis: Pēc konsoles signāla kabeļa savienošanas ievietojiet kronšteinu (72) konsoles rāmī (24) un nostipriniet to ar M6 sešstūra skrūvēm × 10 (103).

5. solis: Novietojiet ierīci mērķa vietā un pievelciet visas stiprinājuma skrūves. Pēc tam pievienojiet drošības atslēgu (89) - skrejceļš ir gatavs lietošanai!

Skaits	Nosaukums	Daudzums	Skaits	Nosaukums	Daudzums
1	Metinātā bāze	1	54	Ritenis $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Sešstūra skrūve M8×50×20	2	55	Cilindriskais spilvens $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Sešstūra fiksācijas uzgrieznis M8	2	56	Apalais virzošais bloks $\Phi 25 \times \Phi 5 \times 4,5$	10
4	Plakanā paplāksne $\Phi 8$	2	57	Lente $\Phi 16$ (balta)	3
5	Lodītes (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	EVA spilventiņš (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Ritenis $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Magnētiskais gredzens $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Blankinga aizbāzni $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Kabeļa skava 3/8 (UC-2)	1
8	Galvenais rāmis	1	61	Strāvas kabeļa skava SR-5R1	1
9	Kontrolieris	1	62	Kreisais vertikālais profils $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Dzinēja pārsega plāksne	1	63	Labais vertikālais profils $0,32 \text{ m}^2$	1
11	Motora vāka fiksētā caurule $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Komunikācijas kabelis SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Skrūve ar sešstūra galvu M8×75	1	65	Rāmis	1
13	Skrūve ar sešstūra galvu M8×60	2	66	Skrūve ar sešstūra galvu $M12 \times \Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Motora stiprinājuma plāksne A	2	67	Skrūve ar sešstūra galvu un plakanu galvu $M10 \times 25 \times 15$	2
15	Motora stiprinājuma plāksne B	1	68	Uzgrieznis $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Skrūve ar sešstūra galvu plakana M8×45×20	2	69	Ieliktnis $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Skrūve ar sešstūra galvu M6×30× $\Phi 16$	4	70	Plakanā paplāksne $\Phi 14$	2
18	Filipsa skrūve ar lielu plakanu galvu M5×10	2	71	Pacelšanas vārpstas uzmava (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Šķērsriezuma skrūve ar lielu plakanu galvu M4×10	6	72	Konsoles kronšteina šuves	1
20	Pašvītņgriezies skrūve ar lielu plakanu galvu un krustenisku padziļinājumu ST4×16	4	73	Displeja rāmis $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Lielā skrūve ar plakanu galvu un krustenisku padziļinājumu STx10	7	74	Lielā skrūve ar plakanu galvu un krustenisko padziļinājumu ST4×16	19
22	Pašvītņgriezies skrūve ar krustenisko padziļinājumu ST3×10	4	75	Skrūve ar iegrieztām rievām ST4×15	4
23	Pašvītņgriezies iegrieztā skrūve ST4×15	2	76	Dziļurbis ar iegremdētu galvu ST4×70	2
24	Konsoles rāmjaetināšana	1	77	Elements $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Atsperu paplāksne $\Phi 8$	3	78	Lielā skrūve ar plakanu galvu ST4×10	12
26	Atsperes paplāksne $\Phi 5$	17	79	Panelis 1136EA/571×27 7×10,8	1
27	Rievotas bloķēšanas paplāksnes $\Phi 5$	2	80	Paneļa aizmugurējais vāks 1136EA/571×27 7×28	1
28	Plakanā paplāksne $\Phi 8$	3	81	Augšējais vāks	1
29	Bloķēšanas uzgrieznis sešstūris M8	3	82	Apakšējais vāks	1
30	Skrūve ar sešstūra galvu M10×35×20	3	83	Pretslīdes paplāksne	1
31	Skrūve ar sešstūra galvu M10×65×20	2	84	Sirdsdarbības frekvences mērīšana	1
32	Skrūve ar sešstūra galvu M10	1	85	Sirdsdarbības mērīšana 7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Plakanā paplāksne $\Phi 10$	1	86	Sakaru kabelis SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Plakanā paplāksne $\Phi 8$	1	87	Konsole 3338EA	1
35	Sakaru kabelis SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Rokas sakaru kabelis sirdsdarbības monitoram 3330EA/L- 1000mm	1
36	Sešstūra cilindriska pilnvērtīga vītne	2	89	Drošības atslēga J52×15×15 (L-700	1
37	Vadītājs	1	90	Drošības bloķēšanas ligzda J86×20×16	1
38	Kabelis L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Akrila panelis $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Kabelis L-300mm/1,5 mm 2/(melns)	1	92	D-veida kontaktdakša DX40×80	2
40	Slēdzis KCD4	1	93	Vienvirziena vārsts $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Pašatjaunojošais slēdzis 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Ekrāni	1
42	Kabelis L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Sešstūra skrūve M8×30×20	1
43	Savienotājs 3×1,0 mm2×2000	1	96	Kontaktdakša $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Priekšējais rullītis 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Stiprinājuma sešstūra uzgrieznis M8	2
45	Atpakaļ rullītis 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Plakanā paplāksne $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Bezsku motoru	1	99	Stienis $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350N$	1
47	Noliešanas motors 1/18HP/75mm/ AC220V (195 mm)	1	100	fragments-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Darba platforma 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Skrūve ar sešstūra galvu M8×50×2 0	4
49	Ritošā siksna 2930×500×t1,6	1	102	Skrūve ar plakanu sešstūra galvu M8×15	8
50	Siksna 174 (442) PJ6	1	103	Skrūve ar sešstūra galvu M6×10	4
51	Dzinēja pārsegs 3330EA 367,5×673×36,7	1	104	L-veida uzgriežņu atslēga 4*30*80	1
52	Aizmugurējais vāks 673×93×51	1	105	L-veida uzgriežņu atslēga 6*35*80	1
53	Sānu sliede 87×34,5×1342	2	106	T veida atslēga 6*80	1

- Iesildīšanās: Pirms katras vingrošanas sesijas iesildieties 5-10 minūtes.
- Elpošana: vingrinājumu laikā neaizturiet elpu. Ielpojiet caur degunu un izelpojiet caur muti - stingri un vienmērīgi. Elpošanai jābūt saskaņotai ar kustībām.
- Biežums: Vienas un tās pašas muskuļu grupas ir jātrenē ik pēc 48 stundām vai katru otro dienu, lai atvēlētu laiku atveseļošanai.
- Slodze: Pielāgojiet treniņa intensitāti savam fiziskajam stāvoklim. Muskuļu sāpīgums sākumā ir normāla parādība, bet laika gaitā tas mazināsies, ja treniņš tiks turpināts.
- Atpūta: Pēc katras nodarbības veltiet 5 minūtes atpūtai, lai saglabātu muskuļus spēcīgus un elastīgus.
- Diēta: Lai neapgrūtinātu gremošanas sistēmu, neuzsāciet treniņu uzreiz pēc ēšanas. Pēc treniņa pirms ēšanas pagaidiet vismaz 30 minūtes. Lai nepārslogotu sirdi un nierus, treniņa laikā izvairieties dzert lielu daudzumu ūdens.
- Izstiepšanās: neatkarīgi no skriešanas intensitātes, rūpējieties par muskuļu izstiepšanu. Vispirms veiciet iesildīšanos, piemēram, 5-10 minūtes soļojiet, pēc tam apstājieties un vismaz 10 sekundes stiepiet katru kāju, atkārtojot vingrinājumu piecas reizes. Pēc treniņa atkārtojiet stiepšanos.

1. Liekšanās uz priekšu

Ar nedaudz saliektiem ceļgaliem lēnām noliecieties uz priekšu, ļaujot mugurai un pleciem atslābināties un rokām pieskarties pirkstu pirkstiem. Aizturiet 10 līdz 15 sekundes, pēc tam atslābieties. Atkārtojiet 3 reizes (skatīt 1. attēlu).

2. Ceļa cīpslu stiepšana

Sēdēt uz tīra spilvena un iztaisnojiet vienu kāju. Otru kāju ievēlciat tā, lai tā būtu pret iztaisnotās kājas iekšējo pusi. Mēģiniet ar rokām pieskarties pirkstu pirkstiem. Aizturiet 10 līdz 15 sekundes, pēc tam atslābstiet. Atkārtojiet 3 reizes katrai kājai (skatīt 2. attēlu).

3. Teles un papēža cīpslu izstiepšana

Ar abām rokām atspiedieties pret sienu vai koku un izstiepiet teļu uz aizmuguri. Aizmugurējo kāju turiet taisnu un papēžus uz zemes, atbalstoties pret sienu vai koku. Turiet 10 līdz 15 sekundes un pēc tam atpūties. Atkārtojiet 3 reizes ar katru kāju (skatīt 3. attēlu).

4. Četrstaru augšstilba muskuļu izstiepšana

Ar kreiso roku atspiedieties pret sienu vai galdau, tad ar labo roku aizsniēdzieties atpakaļ, satveriet labo potīti un lēnām velciet uz gurniem, līdz sajūtat, kā muskuļi augšstilbu priekšpusē saspringst. Noturiet 10-15 sekundes un pēc tam atslābstiet. Atkārtojiet 3 reizes katrai kājai (skatīt 4. attēlu).

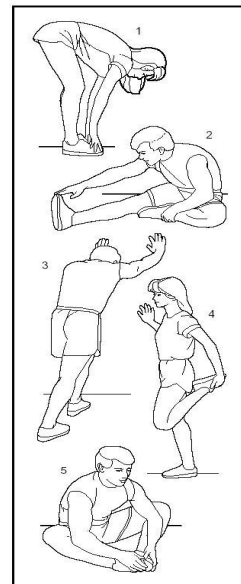
5. Muskuļu stiepšana augšstilbu iekšpusē

Sēdēt ar kājām pretī viena otrai un ceļgaliem uz āru. Satveriet pēdas ar abām rokām un pavelciet tās uz cirkšņa pusi. Turiet 10 līdz 15 sekundes un pēc tam atslābstiet. Atkārtojiet 3 reizes (skatīt 5. attēlu).

Konsoles paneļa norādījumi



- | | |
|---|-----------------------------------|
| 1. Nokārtojuma saīsnas | 5. Sākums/pauze |
| 2. Noliekšanās "uz augšu" un "uz leju". | 6. Programma |
| 3. Programma | 7. Ātrums "uz augšu" un "uz leju" |
| 4. Apstādināt | 8. Ātruma saīsnas |



1. Programma P01 ir manuālā lietotāja programma, programmas P01-P36 ir iebūvētas automātiskās treniņu programmas; iespēja izveidot profilus 3 lietotājiem un KMI aprēķināšanas funkcija.
2. LED displejs ar 14 vadības pogām.
3. Iebūvēta ātruma un attāluma vienību (km↔ jūdzes) konvertēšanas funkcija.
4. Ātruma diapazons: 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Slīpuma diapazons: 0-15%.
6. Aizsardzības sistēma: pārslodze, pārslodze, pārslodze pēc strāvas, ātruma pārsniegšana, kā arī aizsardzība pret elektromagnētiskajiem traucējumiem un citas.
7. Pašpārbaudes funkcija un kļūdu un defektu kodu rādīšana.
8. Trīs konfigurējami lietotāja režīmi.
9. ERP funkcijas (efektīva enerģijas pārvaldība) atbalsts.
10. Dzenošās siksas eļļošanas (degvielas uzpildes) atgādinājuma funkcija.

Loga apraksts

1. KALORIJA - parāda sadedzināto kaloriju skaitu.
2. LAIKS - norāda treniņa ilgumu.
3. DISTANCE (Attālums) - rāda nobraukto attālumu.
4. INCLINE - parāda pašreizējo slīpuma līmeni.
5. PULSE - norāda izmērīto sirdsdarbības frekvenci.
6. SPEED - rāda pašreizējo ātrumu.

Mērījumu vienību konvertēšana:

- 1) Nospiežot vienlaicīgi pogas "PROGRAM" un "MODE", displejā parādīsies 0,6, - attālums rādīts jūdžēs.
- 2) Kad drošības slēdzene ir atvienota, vienlaicīgi nospiežot pogas "PROGRAM" un "MODE", un displejā parādīsies 1,0, kas ir jūdžu pārrēķins uz kilometriem; attālums norādīts kilometros.

FUNKCIJAS:

"PROG" - programmu izvēles poga: kad tā ir apturēta, tā ļauj cikliski izvēlēties programmas P01-P36, lietotājus U01-U03 un BMI funkciju.

"MODE" - darbības režīms:

Ja ir izvēlēts manuālais režīms, noklusējuma iestatījums ir normāls režīms.

Nospiežot pogu "MODE", lai pārslēgtos starp laika atpakaļskaitīšanas režīmu → attāluma atpakaļskaitīšanas režīmu → kaloriju atpakaļskaitīšanas režīmu → normālo režīmu. Darbojas arī kā atiestatīšanas poga - atjauno noklusējuma atskaites intervālu (30 minūtes) programmās P01-P36.

"START" - starta/pauzes poga:

Apstāšanās režīmā iedarbina skrejceļu. Skrējiena režīmā aptur ierīci (pauze). Pauzes funkcija var nedarboties, ja skrejceļš ir savienots ar Bluetooth.

"STOP" - apturēšanas/atjaunošanas poga:

Ierīces darbības laikā, nospiežot STOP pogu, ierīce pakāpeniski apstājas. Ja displejā parādās ERR, nospiežot pogu, šī informācija tiek dzēsta.

"+" - ātruma palielināšanas poga:

Apstāšanās režīmā vai ķermeņa tauku mērīšanas laikā kalpo, lai palielinātu iestatītā parametra vērtību. Kad skrejceļš darbojas, tas palielina ātrumu.

"-" - ātruma samazināšanas poga:

apstāšanās vai ķermeņa tauku mērīšanas režīmā - samazina iestatītā parametra vērtību. Skriešanas režīmā - samazina pašreizējo skriešanas ātrumu.

"QUICK SPEED" - ātruma ātrās izvēles pogas (3, 6, 9 km/h):

Skriešanas režīmā ļauj nekavējoties iestatīt iestatīto ātrumu.

"▲" - slīpuma palielināšanas poga.

"▼" - poga slīpuma samazināšanai.

"QUICK INCLINE" - ātrās slīpuma izvēles pogas (3, 6, 9%): Kad skrejceļš darbojas, ļauj tieši iestatīt konkrētu slīpumu.

Avārijas atslēgšanās

Sastāv no skavas un neilona auklas. Jebkurā situācijā, kad atslēga ir izņemta no kontaktligzdas, skrejceļš automātiski pārtrauks darboties, konsoles darbība tiks bloķēta un ekrānā kopā ar skaņas signālu tiks parādīts "E-07". Kad atslēga tiks ievietota no jauna, ekrānā 2 sekundes tiks parādīts statuss, un pēc tam skrejceļš pāries darbam gatavā režīmā.

Lietotāja programma: sistēma ļauj izveidot trīs individuālus profilus: USER1-USER3. Lai aktivizētu lietotāja režīmu, nospiediet

"PROG" un izvēlieties USER1, USER2 vai USER3. Pēc tam nospiediet "MODE", lai ievadītu programmas iestatījumus, vai uzreiz "START", lai sāktu treniņu.

Rediģēšanas režīmā var konfigurēt 10 treniņa sadaļas, norādot ātrumu un slīpumu katrā sadaļā.

Kad iestatījumi ir pabeigti, nospiediet "START", lai sāktu programmu. Dati tiks automātiski saglabāti un būs pieejami nākamajām sesijām.

SAFETY KEY:

Drošības atslēga sastāv no skārienjūtīgā slēdža, veļas skavas un neilona auklas, lai novērstu mašīnas nejaušu izslēgšanos. Ja drošības slēdzene ir ārpus pareizā stāvokļa, skrejceļš pārtrauc darboties, konsoles darbība tiek bloķēta un ekrānā parādās "E-07", kā arī skaņas signāls. Kad bloķētājs ir pareizi novietots, ekrānā uz 2 sekundēm tiek parādīts signāls un pēc tam skrejceļš pāriet noklusējuma darbības režīmā.

Lietotāja programma - USER

Lietotāja režīms ļauj iestatīt savu treniņu programmu. Ir pieejami trīs profili: USER1, USER2 un USER3. Lai izmantotu šo režīmu:

1. Nospiediet pogu "PROG", lai izvēlētos USER1-USER3.
2. Nospiediet pogu "MODE", lai iestatītu programmu, vai "START", lai sāktu treniņu.
3. Izmantojiet pogu "MODE", lai iestatītu 10 ātruma un slīpuma leņķa iedaļas.
4. Kad iestatījumi ir pabeigti, nospiediet "START", lai iedarbinātu skrejceļu. Programma tiks saglabāta un būs pieejama nākamajā palaišanas reizē.

Drošības rokasgrāmata

1. Iespraudiet strāvas vada kontaktdakšu iezemētā 10 A kontaktligzdā, ieslēdziet strāvas slēdzi. Ekrānā parādīsies pilns displejs un skaņas signāls. Pēc tam pievienojiet drošības atslēgu.
2. Uzlieciet atslēgu uz pults un piestipriniet skavu pie apgērba krūšu augstumā. Ekrānā uz 2 sekundēm tiks parādīts pilns displejs un pēc tam tiks pārslēgts noklusējuma režīms: visas vērtības tiek atiestatītas līdz nullei, iestatījumi atiestatīti, aktivizēta manuālā programma (P0).
3. Nospiediet "PROG", lai izvēlētos programmu P01-P36, U01-U03 vai BMI.
4. Programma P0 ir manuālais režīms ar četriem iespējamiem treniņu režīmiem:
 - 1. režīms: inkrementālais laiks - laiks, attālums un kaloriju skaitītājs. Noklusējuma iestatījums: 1,0 km/h, slīpums 0.
 - 2. režīms: atpakaļskaitīšanas laiks - diapazons 5-99 min, noklusējuma iestatījums 30:00.
 - 3. režīms: attāluma atskaite - diapazons 1,0-99,0 km, noklusējuma iestatījums 1 km.
 - 4. režīms: Kaloriju atpakaļskaitīšana - diapazons 20-990 cal, noklusējuma iestatījums 50 cal. P01-P36 programmas ir iepriekš iestatītas sistēmā - visas darbojas atpakaļskaitīšanas režīmā.
5. Programmas P01-P36 ir iepriekš noteikti sistēmas iestatījumi - visas darbojas atpakaļskaitīšanas režīmā.
6. Pēc parametru iestatīšanas nospiediet "START". Tiks parādīts 5 sekunžu atpakaļskaitīšanas laiks, kas beigsies ar skaņas signālu, pēc kura skrejceļš sāks darboties ar pieaugošu ātrumu.
7. Treniņa laikā varat regulēt ātrumu, izmantojot pogas "+", "-" vai "QUICK SPEED".
8. Programmās P01-P36 ātrums ir sadalīts 10 segmentos. Katrs segments ilgst vienādu laiku atkarībā no kopējā laika. Par segmenta maiņu signalizē trīs skaņas signāli 3 sekundes pirms pārslēgšanas.
9. Nospiediet "START" darbības laikā, lai pārslēgtos starp pauzi un darbību. Atjaunojot darbību, saglabāsies saglabātie iestatījumi.
10. Nospiediet "STOP", lai apturētu motoru - ierīce atgriezīsies sākotnējā stāvoklī.
11. Pagrieziena leņķi var regulēt ar "+", "-" vai "QUICK INCLINE".
12. Noņemot drošības atslēgu, skrejceļš automātiski apstāsies, parādīsies ziņojums "E-07" un atskanēs skaņas signāls.
13. Sistēma pastāvīgi uzrauga drošību - jebkura konstatēta kļūda izraisīs darbības apturēšanu un attiecīgu ziņojumu.
14. Lai dzēstu kļūdas ziņojumu, nospiediet "STOP".
15. KMI tests (Āzijas versija):
 - Nospiediet "PROG", izvēlieties "BMI".
 - Iestatiet parametrus F1-F5:
 - F1 - dzimums (1: vīrietis, 2: sieviete), noklusējuma iestatījums 1
 - F2 - Vecums: 1-99, noklusējuma 25
 - F3 - Augstums (cm): 100-220, pēc noklusējuma 170
 - F4 - Svars (kg): 20-150, pēc noklusējuma 70
 - F5 - Sākt testu: Sirds darbības sensori tiek turēti nospiesti 4 sekundes - ekrānā parādīsies KMI rezultāts.
 - Interpretācija (Āzijas normas):
 - <18 - tievs
 - 18-24 - ideāls svars
 - 25-28 - liekais svars
 - >29 - aptaukošanās

16. KMI tests (britu metode):

- Augstums (collas): 39-87, pēc noklusējuma 67
- Svars (mārciņas): 44-330, pēc noklusējuma 154
- Pārējie parametri ir identiski iepriekš minētajiem
- KMI rezultāts parādās 4 sekundes pēc tam, kad uz sensora ir novietota roka.

Enerģijas taupīšanas funkcija (ERP)

Pēc noklusējuma sistēma ieslēdzas ERP režīmā. Ja skrejceļš netiek lietots, pēc aptuveni 4,5 minūtēm tas pāriet miega režīmā. Lai to pamodinātu, nospiediet jebkuru pogu. Gaidīšanas režīmā turiet nospiegtu "MODE" pogu 3 sekundes, lai izslēgtu ERP ("2222" tiks parādīts displejā), un, vēlreiz turot nospiegtu "MODE" pogu, atkal ieslēdziet ERP ("1111" tiks parādīts displejā).

Ātruma un slīpuma tabula automātiskajām programmām P01-P36; metriskā (1. TABULA)

Ātruma un slīpuma tabula automātiskajām programmām P01-P36; collas (2. TABULA)

Problēmas kods	Iespējamais iemesls	Remonts
Sistēma nedarbojas	A. Strāvas padeve nav pieslēgta vai nav ieslēgta	Pievienojiet strāvu vai iestatiet strāvas slēdzi pozīcijā "NO".
	B. Nav uzstādīti drošības bloķētāji	Iestatiet drošības slēdzeni pareizā stāvoklī
	C. Kontrolieris vai konsole nav ieslēgta	Nomainiet kontrolieri vai pulti
	D. Slikts līnijas kontakts	Pārbaudiet sistēmas ieejas un izejas un sakaru līnijas sakaru līnijas.
Pēkšņa apstāšanās normālā stāvoklī	A. Drošības bloķētājs ir izkritis	Atkārtoti uzstādiet
	B. Sistēmas kļūda	Palūdziet servisa tehniķim par to parūpēties
Atslēgas atteice	Nepareiza atslēga	Nomainiet konsoli vai pamatplati
E-01	A. Komunikācijas kabelim ir slikts savienojums	Atkārtoti pievienojiet sakaru kabeli un pārbaudiet, vai pieslēgvietā ir pareizi savienots vai nomainiet sakaru kabeli.
	B. Bojāta konsole	Nomainiet konsoli
	C. Bojāts kontrolieris	Nomainiet kontrolieri
E-02	A. Bojāts motors	Nomainiet motoru
	B. Motora kabelis ir nepareizi savienots ar kontrolieri vai kontrolieris ir nepareizi savienots.	Pārbaudiet un pievienojiet no jauna vai nomainiet kontrolieri.
E-03	A. Fotoelektriskais sensors nav pareizi uzstādīts	Pārbaudiet un pievienojiet no jauna
	B. Bojāts fotoelektriskais sensors	Nomainiet fotosensoru
	C. Netīrs fotoelektriskais sensors vai slikts pirmais kontakts	Pārbaudiet un atkārtoti savienojiet/atīrīet sensoru
	D. Bojāts kontrolieris	Kontroliera nomaīņa
E-05	A. Bojāts kontrolieris	Nomainiet kontrolieri
	B. Bojāts motors	Nomainiet motoru
	C. Mehānisks defekts	Pārbaudiet, vai eļļa vai cilindrs nav aizsprostots.
E-07	Konsole neuztver drošības bloķēšanas signālu	1. Pārbaudiet, vai drošības bloķētājs ir ieslēgts; 2. No jauna uzstādiet drošības bloķēšanas mehānismu;
Nav sirdsdarbības signāla	A. Roktura vads nav ievietots vietā vai roktura vads nav labs.	Pārbaudiet un pievienojiet vai nomainiet roktura kabeli
	B. Elektroniskās sistēmas shēmas darbības traucējumi	Nomainiet konsoli
Nepilnīgas vai iztrūkstošas konsoles līnijas	A. Displejs ir bojāts	Nomainiet pamatplati vai ekrānu
	B. Sistēmas kļūme	Konsoles nomaīņa

SALIEKOT UN PĀRVIETOJOT SKREJCELIŅU:

1. Skrejceļa locīšana

Pirms saliekšanas atvienojiet strāvas padevi. Pārliecinieties, ka skrejceļa slīpums ir iestatīts zemākajā līmenī. Paceliet skrejceļņu vertikālā stāvoklī - savienojošās daļas automātiski ieslēgsies hidrauliskajā sistēmā. Pārbaudiet, vai savienojošās daļas patiešām ir bloķētas, kā parādīts attēlā.

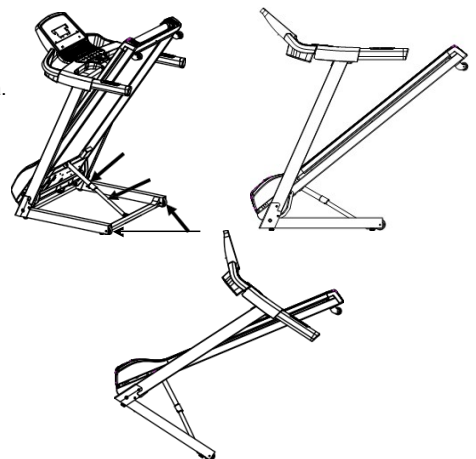
2. Skrejceļa iestatīšana

Izvēlieties līdzenu virsmu bez šķēršļiem aptuveni 1 metra attālumā no elektriskās rozetes. Izvērsot, satveriet skrejceļņu ar abām rokām, ar kājām uzkāpiet uz savienotāja - skrejceļš lēnām nolaidīsies uz zemes. Šajā laikā lietotājam jāpaliek aptuveni 1 metra attālumā, līdz ierīce ir pilnībā izvērsta, kā parādīts attēlā.

3. Skrejceļa pārvietošana Pirms skrejceļa pārvietošanas pārliecinieties, ka:

- strāvas ieslēgšanas slēdzis ir iestatīts "izslēgts".
- strāvas kontaktdakša ir atvienota no kontaktlīdždas.
- galvenais rāmis ir pareizi samontēts.

Pēc iepriekšminēto norādījumu izskatīšanas ar vienu roku satveriet skrejceļa galu, bet ar otru roku satveriet roku balstu tajā pašā pusē. Pēc tam, novietojot treniņierīci 40-50° leņķī pret krūtīm, lēnām pārvietojiet to, kā parādīts attēlā.



IEZEMĒŠANAS ROKASGRĀMATA:

Šis izstrādājums ir aprīkots ar aizsargvadītāju un iezemētu kontaktdakšu. Skrejceļš ir jāpievieno piemērotai zemējuma kontaktligzdai saskaņā ar vietējiem noteikumiem.

Bīstamība! Ja neesat pārliecināts, vai ierīce ir pareizi iezemēta, sazinieties ar kvalificētu elektriķi vai autorizētu servisa centru. Neveiciet izstrādājumam pievienotās kontaktdakšas pārveidošanu pašu spēkiem. Ja kontaktdakša nav saderīga, kvalificētam elektriķim jāuzstāda atbilstoša kontaktligzda.

SKREJCEĻINA LIETOŠANAS INSTRUKCIJAS

1. Ieslēdziet strāvas padevi, izlieciet skrejceļiņu zemākajā pozīcijā un pārbaudiet, vai tas darbojas pareizi.
2. Piespraudiet drošības auklu pie apgērba.
3. Pirms sākat treniņu, pārliecinieties, ka skrejceļš darbojas pareizi un ir stabils. Uzsākot skrejceļiņa darbību, nenostāieties tieši uz skrejceļiņa jostas. Pareiza sākšana ir novietot sevi uz sānu slīdēm, rokām balstoties uz rokturiem. Pēc tam, kad nospiediet "START" pogu un turot rokturus, skrejceļš sāks darboties pēc 5 sekundēm ar ātrumu 1,0 km/h. Pēc tam nospiediet pogu "+", lai palielinātu ātrumu līdz 2,5-3,5 km/h - tas ir optimālais ātrums skriešanai. Uzsākot vingrinājumu, turiet abas rokas uz rokturiem un pakāpeniski ieejiet joslā. Pārvietojieties tempā, kas atbilst jostas kustībai.
4. Pēc dažām minūtēm varat palielināt ātrumu ar pogu "+" vai samazināt ar pogu "-", vienlaikus turot rokas uz rokturiem.
5. Darba laikā varat arī iestatīt konstantu ātrumu, izvēloties to tieši panelī.
6. Nospiežot pogu "STOP", motors tiek apturēts jebkurā laikā.
7. Iepriekš iestatīto režīmu izmantošana Pievienojiet un ieslēdziet strāvu. Nospiediet pogu "SELECT", lai izvēlētos vēlamo režīmu, un pēc tam "START", lai to iedarbinātu. Jebkurā laikā varat regulēt ātrumu, izmantojot pogas "+" vai "-", vai apturēt ierīci, nospiežot "STOP".
8. HRC funkcijas pārbaude Kad ierīce ir ieslēgta, uzlieciet rokas uz metāla sirdsdaļības sensoru - displeja logā parādīsies HRC vērtība.

Piezīme: Izvelkot drošības pogu, skrejceļš nekavējoties apstājas un dators tiek deaktivizēts. Ekrānā parādīsies ziņojums: "-----".

UZTURĒŠANA: Pareiza apkope ir ļoti svarīga skrejceļiņa uzticamai un drošai darbībai. Tās neievērošana var izraisīt bojājumus vai saīsināt iekārtas kalpošanas laiku. Visas sastāvdaļas ir regulāri jāpārbauda un jānostiprina. Noliektās detaļas nekavējoties jānomaina.

ELLĪŠANA: skrejceļš tika ieeļļots rūpnīcā ražošanas laikā. Tomēr pēc noteikta lietošanas laika skrejceļš ir regulāri jāeļļo ar speciālu silikona eļļu.

Ieteikumi eļļošanas biežumam:

- Lietošana mazāk nekā 3 stundas nedēļā - eļļošana ik pēc 5 mēnešiem
- Lietošana 4-7 stundas nedēļā - eļļošana ik pēc 2 mēnešiem
- Izmanto vairāk nekā 7 stundas nedēļā - eļļošana reizi mēnesī

Piezīme: Pārāk bieža eļļošana nav ieteicama. Pareiza eļļošana ir galvenais faktors, kas nosaka skrejceļiņa kalpošanas ilgumu un veiktspēju. Lai pārbaudītu, vai ir nepieciešama eļļošana, paceliet skrejceļiņa siksnas sānus un pieskarieties siksnas aizmugurējai, centrālajai daļai:

- Ja jūtat silikonu - eļļošana nav nepieciešama.
- Ja virsma ir sausa - veiciet eļļošanu.

Norādījumi par eļļošanu:

1. Apstādiniet ierīci un salieciet skrejceļiņu.
 2. Paceliet skrejceļiņu galvenā rāmja aizmugurē.
 3. Turot pudeli pēc iespējas tuvāk siksnas centram, izsmidziniet silikona eļļu - no abām pusēm.
- Palaidiet skrejceļiņu ar ātrumu 1 km/h, lai eļļa vienmērīgi sadalītos pa skrejceļa virsmu.

1. Skriešanas siksnas regulēšana

Rūpnīcā skrejceļš ir pareizi noregulēts. Tomēr lietošanas rezultātā tā var kļūt vaļīga, izraisot pārrāvumus vai slīdēšanu. Šādā gadījumā pievelciet regulēšanas skrūves - katru pusapgriezīenu pa labi vai pa kreisi.

Ja sikсна ir pārāk vaļīga, tā var izslīdēt uz skriemeļa. Savukārt pārāk liels spriegojums var pārslogot motoru un sabojāt motoru, siksnu, rullīšus vai citas sastāvdaļas.

2. Siksnas novirzes regulēšana

Lai gan josta ir iestatīta rūpnīcā, pēc laika tā var nobīdīties. Visbiežāk sastopamie iemesli ir šādi:

- Nestabils skrejceļiņa izlīdzinājums,
- skriešana ar nobīdi uz sāniem,
- nevienmērīgs pēdas spiediena sadalījums.

Ja neatbilstība nav pastāvīga, dažu minūšu ilga skrejceļiņa darbināšana bez slodzes var atjaunot līdzsvaru. Ja nepieciešams, veiciet manuālu regulēšanu, izmantojot 6 mm sešstūra atslēgu - pagriežot skrūvi par pus apgriezīenu.

piemērs: josta slīd uz kreiso pusi → Pievelciet kreiso skrūvi (pulksteņrādītāja kustības virzienā) → Vai atskrūvējiet labo skrūvi (pretēji pulksteņrādītāja kustības virzienam).

Piemērs 2: josta pārvietojas pa labi → Pievelciet labo skrūvi (pulksteņrādītāja virzienā) → Vai atskrūvējiet kreiso skrūvi (pretēji

pulksteņrādītāja virzienam) REGULĀCIJAS KLĀJS:

Saskaņā ar pulksteņrādītāja kustības virzienu = pievilkšana Pretēji pulksteņrādītāja kustības virzienam = atslābināšana.

Josta vienmēr pārvietojas uz to pusi, kas ir brīvāka.

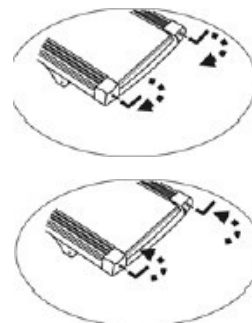
Padomi:

Pirms katras regulēšanas palaidiet skrejceļiņu ar mazu ātrumu.

Nepievelciet skrūves pārāk cieši.

Pēc katras regulēšanas novērojiet jostas darbību.

Uz jostas novirzēm neattiecas garantija, un par tām ir atbildīgs lietotājs. Nepārbaudītas un nekorrigētas novirzes var izraisīt nopietnus bojājumus.





3. Piedziņas (motora) siksnas regulēšana

Piedziņas siksnas ir iepriekš iestatītas rūpnīcā, taču laika gaitā tās var kļūt vajīgas, izraisot slīdēšanu. Regulēšana:

1. Ar uzgriežņu atslēgu pagrieziet regulēšanas skrūvi pretēji pulksteņrādītāja virzienam.

2. Regulēšanas diapazonam jānodrošina vienmērīga transmisija bez slīdēšanas.

Piezīme: Lai nodrošinātu vienmērīgu piedziņas sistēmas darbību, regulāri tīriet siksnas un skriemeļu rievsavienojumus.

a) regulēšanas skrūve; b) motors; c) priekšējais rullītis; d)

siksna Tipiski defekti un remonta metodes:

Problēma	Iespējamie cēloņi	Tehniskās apkopes metodes
Skrejceļš nedarbojas	A. Tas ir atvienots no elektrotīkla	Iespraudiet to kontaktligzdā
	B. Drošības atslēga nav ievietota	Ievietojiet drošības atslēgu panelī
	C. Atvērta signāla ķēde	Pārbaudiet kontroliera ieeju un signāla līniju
	D. nav ieslēgts barošanas avots	Iestatiet barošanas slēdzi pozīcijā NO
	E. Ir pārsprādzis drošinātājs	Nomainiet drošinātāju
Nekustas vienmērīgi	A. Nepietiekama eļļošana	Izmantojiet smērvielu uz metilsilīkona eļļas bāzes.
	B. Pārāk cieši savilkta kustības lentes	Noregulējiet slīdes, lai tās būtu stingrākas
Darba siksnas ir noslīdējušas	A. Skriešanas siksnas ir pārāk vaļīgas	Noregulējiet skriešanas siksnas, lai tās būtu stingrākas
	B. Josta ir vaļīga	Noregulējiet piedziņas siksnas spriegojumu

Bojājuma kods	Kļūdas apraksts	Problēmu novēršana
E 1	Nepareiza komunikācija starp kontrolieri un konsoli pēc barošanas ieslēgšanas.	Kontrolieris ir nonācis kļūdas stāvoklī - palaišana nav iespējama. Konsole parāda kļūdas kodu un izdod trīs skaņas signālus. Iespējamie cēloņi: - ir bloķēta saziņa starp kontrolieri un konsoli - pārbaudiet savienojuma savienojumu. - sakaru līnijas savienojumu, - pārļiecinieties, ka katrs serdenis ir pilnībā ievietots, - ja sakaru līnija ir bojāta, nomainiet to.
E 3	Motora kabelis nav pareizi pievienots.	Ierīce ir izslēgta kļūdas dēļ - pults skaņas signāls izdod 9 skaņas signālus un displejā parādīsies kļūdas kods. Ja pēc izslēgšanas ierīce atgriežas normālā režīmā, tā var pāriet gaidīšanas režīmā un atsākt darbību. Iespējamie cēloņi: - motora kabelis nav pareizi pievienots - pārbaudiet savienojumu, - kontrolieris var būt bojāts - pārbaudiet, vai tas neizdala raksturīgo sadegušo sastāvdaļu smaku; ja nepieciešams, nomainiet kontrolieri.
	Nav signāla no ātruma sensora - vadības spriegums līdzstrāvas motora izejā ir samazināts. Ierīce nesaņem motora ātruma atgriezenisko saiti ilgāk par 3 sekundēm.	Ierīce ir izslēgta kļūdas dēļ - pults skaņas signāls izdod 9 skaņas signālus un displejā parādīsies kļūdas kods. Pēc 10 sekunžu izslēgšanas ierīci var pārslēgt gaidīšanas režīmā un atkārtoti iedarbināt. Iespējamie cēloņi: - nav signāla no ātruma sensora ilgāk par 3 sekundēm - pārbaudiet, vai sensora kontaktdakša ir pareizi pievienota un nav bojāta, - ja nepieciešams, atkārtoti pievienojiet kontaktdakšu vai nomainiet sensoru.
E 4	Slīpums	Pārbaudiet, vai lifta motora indukcijas kabelis ir pareizi pievienots. Lai savienojums būtu drošs - atvienojiet un atkal pievienojiet savienotāju. Pārbaudiet, vai lifta motora maiņstrāvas kabelis ir pareizi pievienots un vai lifta motora un kontroliera maiņstrāvas kabeli ir pareizi marķēti. Pārbaudiet motora savienojuma kabeļa stāvokli - ja tas ir bojāts, nomainiet to vai visu lifta motoru. Uz . Visbeidzot, nospiediet mācīšanas pogu uz kontroliera, lai atkal sāktu mācīšanas procesu.
E 5	Aizsardzība pret pārslodzi - darbības laikā sistēma konstatēja, ka līdzstrāvas motora strāva pārsniedz nominālo vērtību par vairāk nekā 6 A ilgāk nekā 3 sekundes.	Ierīce ir izslēgta kļūdas dēļ - pults skaņas signāls izdod 9 skaņas signālus un displejā parādīsies kļūdas kods. Ierīci ir iespējams atkārtoti iedarbināt gaidīšanas režīmā 10 sekundes pēc izslēgšanas. Iespējamie cēloņi: - motora strāva ir pārsniegusi nominālo vērtību - ir aktivizējies sistēmas pašsārdzības mehānisms, - iespējama mehāniska skrejceļa bloķēšanās, kas neļauj motoram griezties, - pārmērīga mehāniskā slodze, kas izraisa strāvas patēriņa pieaugumu. Ieteicamās darbības: - pārbaudiet un noregulējiet skrejceļu, lai ierīce darbotos pareizi, - ja motors rada neparastus trokšņus vai dedzināšanas smaku - nomainiet motoru vai kontrolieri, - pārbaudiet, vai barošanas avots ir stabils un atbilst vajadzīgajam spriegumam - ja nepieciešams, ja nepieciešams, pārbaudiet sistēmu ar pareizo ieejas spriegumu.
E 6	Aizsardzība pret sprādzieniem - impulsu aizsardzība: Nepareizs barošanas spriegums vai nepareiza motora darbība (utt.) var izraisīt piedziņas motora ķēdes bojājumus.	Ierīce ir izslēgta kļūdas dēļ - pults skaņas signāls izdod 9 skaņas signālus un displejā parādīsies kļūdas kods. 10 sekundes pēc izslēgšanas ierīce pāries gaidīšanas režīmā, un to būs iespējams iedarbināt no jauna. Iespējamie cēloņi: - barošanas spriegums ir mazāks par 50% no nominālās vērtības - izmantojiet pareizo spriegumu un vēlreiz pārbaudiet ierīci, - kontrolieris var būt bojāts - ja jūtama dedzināšanas smaka, nomainiet kontrolieri, - motora vadi var būt atvienoti vai vaļīgi - pārbaudiet savienojumus un atkal savienojiet kabelus.



Bluetooth lietotne skrejceļam



Bluetooth savienojums atbalsta AnyRun, Zwift un Kinomap



AnyRun

Lejupielādējiet, reģistrējieties un piesakieties programmā AnyRun, atveriet iestatījumu lapu: Noklikšķiniet uz Iestatījumi, kas atrodas apakšējā labajā stūrī, noklikšķiniet uz Ierīces, lietotne noteiks Bluetooth kodus, izvēlieties Bluetooth kodu, kas ir tāds pats kā iekārtas konsoles atzīmētais kods, un izveidojiet pāri.

Zwift

Lejupielādējiet, reģistrējieties un piesakieties Zwift lietotnē, atveriet iestatījumu lapu: Sadaļā PAIRED DEVICES noklikšķiniet uz RUN (palaist skrejceļiņu); pēc tam noklikšķiniet uz POWER (barošanas ierīce).

SOURCE un parādīsies uznirstošā izvēlne, izvēlieties Bluetooth kodu, kas ir tāds pats kā uz iekārtas konsoles atzīmētais kods, un izvēlieties OK, lai savienotu.

PIEZĪME: Zwift atceras iepriekšējā sesijā izmantotās ierīces un var mēģināt savienot pāri ar šīm ierīcēm, ja tās ir pieejamas. Ja redzat pārī savienotas ierīces, kuras nevēlaties izmantot, varat vienkārši atcelt to atlasī un izvēlēties ierīci, kuru vēlaties savienot pāri.

Kinomap

Lejupielādējiet, reģistrējieties un autorizējieties lietotnē Kinomap, atveriet iestatījumu lapu: noklikšķiniet uz Vairāk apakšējā labajā stūrī, noklikšķiniet uz Iekārtu pārvaldība, noklikšķiniet uz + augšējā labajā daļā, izvēlieties skrejceļiņu;

Pēc tam izvēlieties vēlamo Bluetooth zīmolu, piemēram, Anyrun u. c.; Interaktīvajā sadaļā noklikšķiniet uz satura, lietotne noteiks atrasto aprīkojumu, atlasīs Bluetooth kodu, kas ir tāds pats kā kods, kas atzīmēts uz aprīkojuma konsoles, pēc tam noklikšķiniet uz PIEVIENOT JAUNU IEKĀRTU, un parādīsies veiksmīgi pievienotais aprīkojums.



BELANGRIJKE VEILIGHEIDSISTRUCTIES

Bedankt voor de aankoop van dit product! Met de hulp van dit product zorg je eenvoudig voor een betere conditie, gezondheid en welzijn.

Instructies voor gebruik

1. Steek het netsnoer alleen in een geaard stopcontact. Gebruik geen verlengsnoeren of adapters.
2. Zorg ervoor dat de loopband stevig op een vlakke ondergrond staat in een gesloten, droge ruimte.
3. Ga op de zijtreden staan voordat je de loopband start en bevestig de veiligheidssleutel aan je kleding.
4. Er kan maar één persoon tegelijk op de loopband trainen.
5. Het dragen van passende sportkleding en fitnessschoenen wordt aanbevolen.
6. Pas indien nodig de snelheid van uw training aan met de bedieningsknoppen.
7. Stop de loopband als u klaar bent met lopen met de "Stop"-knop of door de veiligheidssleutel uit te trekken.
8. Schakel altijd de stroom uit en haal de stekker uit het stopcontact na het trainen of voordat u het apparaat verplaatst.
9. Raadpleeg uw arts voordat u gaat trainen, vooral als u een chronische aandoening heeft.
10. Reinig het apparaat regelmatig met een droge doek en vermijd contact van onderdelen met water.
11. Gebruik de loopband niet direct na een maaltijd of als u moe bent.
12. Het apparaat mag niet langer dan 2 uur achtereen werken.
13. Er moet min. 2000 x 1000 mm vrije ruimte zijn.
14. Koppel het apparaat altijd los van de stroomvoorziening tijdens onderhoud.
15. In het geval van ongewone geluiden, een brandlucht, problemen met het scherm of de beweging van de riem, stop onmiddellijk met trainen, koppel de stroomtoevoer los en neem contact op met het servicecentrum.

Waarschuwingen en verboden:

⚠ Gebruik de loopband niet:

- als u een medische behandeling ondergaat en geen toestemming van uw arts hebt,
- als u hartproblemen, rugproblemen, gewrichtsproblemen, osteoporose of ernstige chronische ziekten heeft,
- tijdens zwangerschap, menstruatie of wanneer u zich onwel voelt,
- als je alcohol hebt gedronken of onder invloed bent van drugs die je concentratie verminderen,
- als het netsnoer beschadigd is of het stopcontact loszit.

⚠ Het is verboden om:

- de loopband zelf te demonteren, aan te passen of te repareren,
- het apparaat buitenshuis of in vochtige ruimtes (bijv. badkamer) te gebruiken,
- de loopband aan of uit te zetten met natte handen,
- op of van de band van de loopband te springen terwijl het apparaat loopt,
- gebruik van de loopband door kinderen en mensen die bewusteloos zijn of motorische beperkingen hebben.



- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 1. Console | 5. Veiligheidssleutel |
| 2. Verticaal profiel | 6. Lopende riem |
| 3. Motorkap | 7. Zijriem |
| 4. Handgreep | 8. Achterklep |

Technische informatie

Afmetingen (mm)	Uitgevouwen: 1700 x 790 x 145
	Gevouwen: 1180 x 790 x 1450
Lopende band (mm)	1420 x 500
Snelheid (km/h)	1-22



1) Paklijst:

1. Hoofdgedeelte
2. Profielen
3. Console frame
4. Console
5. Veiligheidssleutel
6. Siliconolie
7. Bedieningsinstructies
8. Schroevenset

2) Uitrustingslijst:

1. H Zeskantbout met grote platte kop (M8 * 50 * 20) 4st.
2. L-vormige sleutel S4 1pc
3. Zeskantbout (M6*10)
4. L-vormige sleutel S6 1st.
5. Zeskantbout M8x15 8st.
6. T-sleutel 6x80

INSTALLATIE:

Opmerking: Draai niet alle schroeven volledig vast tijdens de installatie. Draai alle schroeven vast wanneer de onderdelen volledig zijn geïnstalleerd.

Stap 1: Haal het apparaat uit de verpakking en plaats het op een vlakke ondergrond (zoals afgebeeld). Verwijder alle zakken en beschermriemen.

Stap 2: Zoals afgebeeld: houd de loopband rechtop, steek het verticale profiel (62) in de overeenkomstige plaats in de basis (1) en zet het vast met een zeskantschroef M8 x 50 x 20 (101) en zet het verder vast met een schroef M8 x 15 (102). Herhaal de handeling aan de andere kant (63).

Stap 3: Zoals getoond in de afbeelding: na het aansluiten van de communicatiekabel aan de rechterkant van het leuningframe, monteert u de gelaste beugels (72) op de corresponderende plaatsen van de verticale palen (62) en (63) en zet u ze vast met een grote zeskantbout M8 x 15 (102).

Stap 4: Nadat u de signaalkabel van de console hebt aangesloten, plaatst u de beugel (72) in het consoleframe (24) en bevestigt u deze met M6 zeskantschroeven x 10 (103). **Stap 5:** Plaats de eenheid op de beoogde locatie en draai alle bevestigingsschroeven vast. Bevestig vervolgens de veiligheidssleutel (89) - de loopband is klaar voor gebruik!

Aantal	Naam	Hoeveel.	Aantal	Naam	Hoeveel.
1	Gelaste basis	1	54	Wiel $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Zeskantbout M8x50x20	2	55	Cilindrisch kussen $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Zeskant borgmoer M8	2	56	Rond gidsblok $\phi 25 \times \phi 5 \times 4,5$	10
4	Vlakke wasmachine $\Phi 8$	2	57	Tape $\phi 16$ (wit))	3
5	Parel (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	EVA-stootkussen (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Wiel $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Magneetring $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Blindstop $40 \times 60 \times 12,0$	2	60	Kabelklem 3/8 (UC-2)	1
8	Hoofdframe	1	61	Stroomkabelklem SR-5R1	1
9	Controllerbevestiging	1	62	Verticaal profiel links $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Afdeksplaat motor	1	63	Verticaal profiel rechts $0,32 \text{ m}^2$	1
11	Vaste pijp van de motorkap $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Communicatiekabel SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Inbusbout M8x75	1	65	Frame	1
13	Inbusbout M8x60	2	66	Zeskantkopschroef $M12 \times \Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Motorbevestigingsplaat A	2	67	Platkopschroef $M10 \times 25 \times 15$	2
15	Motorbevestigingsplaat B	1	68	Moer $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Zeskantbout plat $M8 \times 45 \times 20$	2	69	Bus $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Inbusbout $M6 \times 30 \times \Phi 16$	4	70	Vlakke sluitring $\Phi 14$	2
18	Kruiskopschroef met grote platte kop $M5 \times 10$	2	71	Hefschachtkoker (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Kruiskopschroef met grote platte kop $M4 \times 10$	6	72	Lassen consolebeugel	1
20	Zelftappende schroef met grote platte kop met kruisgleuf $ST4 \times 16$	4	73	Beeldschermframe $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Grote platkopschroef met kruisgleuf $STx10$	7	74	Grote platkopschroef met kruisgleuf $ST4 \times 16$	19
22	Zelftappende schroef met kruisgleuf $ST3 \times 10$	4	75	Verzonken schroef $ST4 \times 15$	4
23	Zelftappende verzonken schroef $ST4 \times 15$	2	76	Verzonken schroef $ST4 \times 70$	2
24	Lassen van consoleframe	1	77	Element $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Veerring $\Phi 8$	3	78	Grote platkopschroef $ST4 \times 10$	12
26	veerring $\Phi 5$	17	79	Paneel 1136EA/571x27 7x10,8	1
27	Tandveerringen $\Phi 5$	2	80	Achterpaneel 1136EA/571x27 7x28	1
28	Vlakke sluitring $\Phi 8$	3	81	Bovenste afdekking	1
29	Borgmoer zeskant M8	3	82	Onderste afdekking	1
30	Zeskantbout $M10 \times 35 \times 20$	3	83	Anti-slip ring	1
31	Zeskantbout $M10 \times 65 \times 20$	2	84	Hartslagmeting	1
32	Zeskantbout M10	1	85	Hartslagmeting 7239EA/L- 50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Vlakke sluitring $\Phi 10$	1	86	Communicatiekabel SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Vlakke sluitring $\Phi 8$	1	87	Console 3338EA	1
35	Communicatiekabel SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Handbediende communicatiekabel voor hartslagmonitor 3330EA/L- 1000mm	1
36	Zeskantige cilinderbout met volledige schroefdraad	2	89	Veiligheidsleutel $J52 \times 15 \times 15$ (L-700)	1
37	Bestuurder	1	90	Veiligheidscontactdoos $J86 \times 20 \times 16$	1
38	Kabel L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Acrylpaneel $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Kabel L-300mm/1,5mm 2/(Zwart)	1	92	D-vormige stekker $DX40 \times 80$	2
40	Schakelaar KCD4	1	93	Eenrichtingsventiel $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Zelf-resetende schakelaar 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Schermen	1
42	Kabel L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Zeskantbout $M8 \times 30 \times 20$	1
43	Connector $3 \times 1,0 \text{ mm}^2 \times 2000$	1	96	Stekker $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Voorrol 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Borg zeskant moer M8	2
45	Achterrol 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Platte ring $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Borstelloze motor	1	99	Staaf $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350 \text{ N}$	1
47	Schommelingsmotor 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	fragment-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Lopend platform 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Zeskantbout $M8 \times 50 \times 20$	4
49	Lopende riem $2930 \times 500 \times t1,6$	1	102	Zeskantbout platte kop $M8 \times 15$	8
50	Riem 174 (442)	1	103	Zeskantbout $M6 \times 10$	4
51	Motorkap 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	L-vormige moersleutel $4^{\circ} 30^{\circ} 80$	1
52	Achterdeksel $673 \times 93 \times 51$	1	105	L-vormige sleutel $6^{\circ} 35^{\circ} 80$	1
53	Zijkhek $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	T-vormige sleutel $6^{\circ} 80$	1

Tips en trucs

- Warming-up: Doe een warming-up van 5-10 minuten voor elke trainingssessie.
- Ademhaling: Houd je adem niet in tijdens het trainen. Adem in door je neus en uit door je mond - stevig en soepel. De ademhaling moet worden gecoördineerd met de beweging.
- Frequentie: Dezelfde spiergroepen moeten om de 48 uur getraind worden, of om de dag, zodat er tijd is voor herstel.
- Belasting: Pas de intensiteit van de training aan je fysieke conditie aan. Spierpijn is normaal in het begin, maar zal na verloop van tijd afnemen als de training wordt voortgezet.
- Ontspanning: Neem 5 minuten om te ontspannen na elke sessie om je spieren sterk en flexibel te houden.
- Dieet: Begin je training niet direct na een maaltijd om je spijsvertering niet te belasten. Wacht na het sporten minstens 30 minuten met eten. Drink geen grote hoeveelheden water tijdens je training om je hart en nieren niet te overbelasten.
- Rekken: Wat de intensiteit van je loopje ook is, zorg ervoor dat je je spieren strekt. Voer eerst een warming-up uit - zoals 5-10 minuten marcheren - stop dan en rek elk been minstens 10 seconden en herhaal de oefening vijf keer. Herhaal de stretching na je training.

1. Voorover buigen

Leun met licht gebogen knieën langzaam voorover, waarbij u uw rug en schouders ontspant en uw handen uw tenen raken. Houd 10 tot 15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer (zie figuur 1).

2. De kniepezen rekken

Ga op een schoon kussen zitten en strek één been. Trek het andere been in zodat het tegen de binnenkant van het gestrekte been ligt. Probeer met je handen je tenen aan te raken. Houd 10 tot 15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie figuur 2).

3. De kuit- en hielpezen rekken

Leun met twee handen op een muur of boom en strek je kuit naar achteren. Houd je achterste been recht en je hielen op de grond en leun naar de muur of boom toe. Houd 10 tot 15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer met elk been (zie figuur 3).

4. De quadricepsspieren rekken

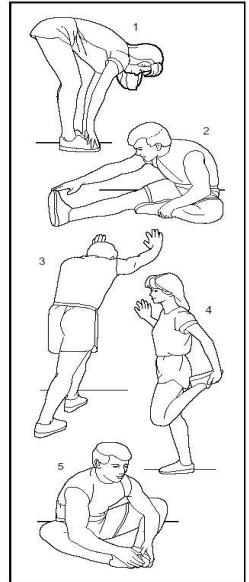
Leun met je linkerhand tegen een muur of tafel, reik dan met je rechterhand naar achteren, pak je rechterenkel vast en trek langzaam naar je heupen totdat je voelt dat de spieren aan de voorkant van je dijen gespannen zijn. Houd 10-15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie figuur 4).

5. De spieren aan de binnenkant van de dijen rekken

Ga zitten met de voeten naar elkaar toe en de knieën naar buiten gericht. Pak je voeten met beide handen vast en trek ze naar je lies. Houd 10 tot 15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer (zie afbeelding 5).

Instructies voor consolepaneel

- | | |
|----------------------------------|----------------------------------|
| 1. Snelkoppelingen voor kantelen | 5. Start/Pauze |
| 2. Omhoog en omlaag leunen | 6. Programma |
| 3. Programma | 7. Snelheid "omhoog" en "omlaag" |
| 4. Stop | 8. Snelheid snelkoppelingen |



1. Programma P01 is een handmatig gebruikersprogramma, programma's P01-P36 zijn ingebouwde automatische trainingsprogramma's; mogelijkheid om profielen aan te maken voor 3 gebruikers en BMI-berekeningsfunctie.
2. LED-display met 14 bedieningsknoppen.
3. Ingebouwde conversiefunctie voor snelheid en afstandseenheid (km↔ mijl).
4. Snelheidsbereik: 1,0-20,0 km/u (0,6-12,5 mph).
5. Hellingshoekbereik: 0-15%.
6. Beveiligingssysteem: overbelasting, overstroom, te hoge snelheid, bescherming tegen elektromagnetische interferentie en andere.
7. Zelftestfunctie en weergave van fout- en storingscodes.
8. Drie configureerbare gebruikersmodi.
9. Ondersteuning voor ERP-functie (efficiënt energiebeheer).
10. Herinneringsfunctie voor het smeren (bijvullen) van de lopende riem.

Beschrijving van het venster

1. CALORIEËN - toont het aantal verbrande calorieën.
2. TIME (TIJD) - geeft de duur van je training aan.
3. AFSTAND - toont de afgelegde afstand.
4. INCLINE - toont het huidige hellingsniveau.
5. PULSE - geeft de gemeten hartslag aan.
6. SPEED - toont de huidige snelheid.

Conversie van meeteenheden:

- 1) Met de veiligheidsvergrendeling losgekoppeld, druk tegelijkertijd op de knoppen 'PROGRAM' en 'MODE', het display toont 0,6, - afstand weergegeven in mijlen.
- 2) Druk tegelijkertijd op de knoppen 'PROGRAM' en 'MODE' terwijl de veiligheidsvergrendeling ontkoppeld is, op het display verschijnt 1.0, dit is de omzetting van mijlen naar kilometers; afstand weergegeven in kilometers

FUNCTIES:

"PROG" - programmakeuzeknop: wanneer deze is gestopt, kunnen hiermee programma's P01-P36, gebruikers U01-U03 en de BMI-functie cyclisch worden geselecteerd.

"MODE" - bedrijfsmodus:

Wanneer de handmatige modus is geselecteerd, is de standaardinstelling de normale modus.

Druk op de knop "MODE" om te schakelen tussen de modus aftellen tijd → aftellen afstand → aftellen calorieën → normale modus. Werkt ook als resetknop - herstelt het standaard aftelfinterval (30 minuten) in de programma's P01-P36.

"START" - start/pauzeknop:

In de stopmodus start de loopband. In de runstand stopt het apparaat (pauze). De pauzefunctie werkt mogelijk niet als de loopband verbonden is met Bluetooth.

"STOP" - stop-/resetknop:

Terwijl het apparaat loopt, brengt het indrukken van de STOP-knop het apparaat geleidelijk tot stilstand. Wanneer het display ERR weergeeft, kunt u deze informatie wissen door op de knop te drukken.

"+" - knop voor snelheidsverhoging:

In de stopmodus of bij het meten van lichaamsvet, dient om de waarde van de ingestelde parameter te verhogen. Wanneer de loopband loopt, verhoogt het de snelheid.

"-" - snelheidsverlagingsknop:

In de stopmodus of vetmetingsmodus - verlaagt de waarde van de ingestelde parameter. In de loopmodus - verlaagt de huidige loopsnelheid.

"QUICK SPEED" - Snelheidselectieknoppen (3, 6, 9 km/u):

Maken in de loopmodus onmiddellijke instelling van de ingestelde snelheid mogelijk.

"▲" - knop voor hellingverhoging.

"▼" - knop om de helling te verlagen.

"QUICK INCLINE" - knoppen voor snelle hellingkeuze (3, 6, 9%): Wanneer de loopband loopt, kunt u hiermee direct een specifieke helling instellen.

Noodrem

Bestaat uit een clip en een nylon koord. In elke situatie waarin de sleutel uit het stopcontact is, stopt de loopband automatisch met werken, wordt de bediening van de console geblokkeerd en verschijnt op het scherm "E-07" met een pieptoon. Als de sleutel er weer in wordt gestoken, geeft het scherm gedurende 2 seconden de status weer en daarna gaat de loopband naar de gebruiksklare modus.

USER-programma: met het systeem kunnen drie individuele profielen worden aangemaakt: USER1-USER3. Om de gebruikersmodus te activeren, drukt u op de "PROG" en selecteer USER1, USER2 of USER3. Druk vervolgens op "MODE" om de programma-instellingen te openen of onmiddellijk op "START" om de training te starten. In de bewerkingsmodus kunnen 10 secties van de training worden geconfigureerd, waarbij de snelheid en de helling in elke sectie worden gespecificeerd.

Zodra de instellingen zijn voltooid, drukt u op "START" om het programma te starten. De gegevens worden automatisch opgeslagen en zijn beschikbaar voor volgende sessies.

VEILIGHEIDSSLEUTEL:

De veiligheidssleutel bestaat uit een aanraakschakelaar, een wasclip en een nylon koord om te voorkomen dat de machine per ongeluk wordt uitgeschakeld. Wanneer de veiligheidsvergrendeling uit de juiste positie is, stopt de loopband met lopen, wordt de bediening van de console vergrendeld en verschijnt op het scherm "E-07" samen met een geluidssignaal. Wanneer de vergrendeling correct is geplaatst, wordt het scherm gedurende 2 seconden weergegeven en vervolgens schakelt de loopband over naar de standaard bedrijfsmodus.

Gebruikersprogramma - USER

In de modus USER kunt u uw eigen trainingsprogramma instellen. Er zijn drie profielen beschikbaar: USER1, USER2 en USER3. Om deze modus te gebruiken:

1. Druk op de knop "PROG" om USER1-USER3 te selecteren.
2. Druk op de knop "MODE" om het programma in te stellen of op "START" om de training te starten.
3. Gebruik de knop "MODE" om de 10 snelheids- en hellingshoeksecties in te stellen.
4. Wanneer de instellingen voltooid zijn, druk je op "START" om de loopband te starten. Het programma wordt opgeslagen en is de volgende keer dat je de loopband start beschikbaar.

Veiligheidsids

1. Steek de stekker van het netsnoer in een geaard stopcontact van 10 A en zet de aan/uit-schakelaar aan. Op het scherm verschijnt een volledig scherm en een pieptoon. Sluit vervolgens de veiligheidssleutel aan.
2. Plaats de sleutel op de console en bevestig de clip op borsthoogte aan je kleding. Het scherm toont het volledige scherm gedurende 2 seconden en schakelt dan over naar de standaardmodus: alle waarden worden op nul gezet, instellingen worden gereset, handmatig programma (P0) geactiveerd.
3. Druk op "PROG" om programma P01-P36, U01-U03 of BMI te selecteren.
4. Het P0-programma is een handmatige modus met vier mogelijke trainingsmodi:
 - Modus 1: Stapsgewijze tijd - tijd, afstand en calorieënteller. Standaard: 1,0 km/u, helling 0.
 - Modus 2: Afteltijd - bereik 5-99 min, standaard 30:00.
 - Modus 3: Afstand aftellen - bereik 1,0-99,0 km, standaard 1 km.
 - Modus 4: Aftellen van calorieën - bereik 20-990 cal, standaard 50 cal. Programma's P01-P36 zijn vooraf ingestelde systeeminstellingen - ze werken allemaal in de aftelmodus.
5. Programma's P01-P36 zijn vooraf gedefinieerde systeeminstellingen - ze werken allemaal in de aftelmodus.
6. Druk na het instellen van de parameters op "START". Er wordt een aftelling van 5 seconden weergegeven, die eindigt met een pieptoon, waarna de loopband met toenemende snelheid start.
7. Tijdens de training kun je de snelheid aanpassen met de knoppen "+", "-" of "QUICK SPEED".
8. In de programma's P01-P36 is de snelheid verdeeld in 10 segmenten. Elk segment duurt even lang, afhankelijk van de totale tijd. Een verandering van segment wordt aangegeven door drie pieptonen 3 seconden voor het schakelen.
9. Druk tijdens het gebruik op "START" om te schakelen tussen pauzeren en draaien. Bij hervatten blijven de opgeslagen instellingen behouden.
10. Druk op "STOP" om de motor te stoppen - het toestel keert terug naar zijn oorspronkelijke toestand.
11. De hellingshoek kan worden aangepast met "+", "-" of "QUICK INCLINE".
12. Als u de veiligheidssleutel verwijdert, stopt de loopband automatisch, wordt het bericht "E-07" weergegeven en klinkt er een geluidssignaal.
13. Het systeem controleert voortdurend de veiligheid - als er een fout wordt gedetecteerd, stopt de loopband en verschijnt er een melding.
14. Druk op "STOP" om de foutmelding te wissen.
15. BMI-test (Aziatische versie):
 - Druk op "PROG", selecteer "BMI".
 - Stel de parameters F1-F5 in:
 - F1 - Geslacht (1: man, 2: vrouw), standaard 1
 - F2 - Leeftijd: 1-99, standaard 25
 - F3 - Lengte (cm): 100-220, standaard 170
 - F4 - Gewicht (kg): 20-150, standaard 70
 - F5 - Start de test: Houd de hartslagsensoren 4 seconden ingedrukt - op het scherm verschijnt het BMI-resultaat.
 - Interpretatie (Aziatische normen):
 - <18 - slank
 - 18-24 - ideaal gewicht
 - 25-28 - overgewicht
 - >29 - zwaarlijvig

16. BMI-test (Britse methode):

- Lengte (inches): 39-87, standaard 67
- Gewicht (pond): 44-330, standaard 154
- Rest van parameters identiek aan hierboven
- BMI-resultaat verschijnt 4 seconden nadat de hand op de sensoren is geplaatst

Energiebesparingsfunctie (ERP)

Standaard start het systeem op in ERP-modus. Als de loopband niet in gebruik is, gaat hij na ongeveer 4,5 minuut in de slaapstand. Druk op een willekeurige knop om hem te wekken. Houd in de stand-bymodus de knop "MODE" 3 seconden ingedrukt om de ERP uit te schakelen ("2222" wordt weergegeven) en houd de knop "MODE" nogmaals ingedrukt om de ERP weer in te schakelen ("1111" wordt weergegeven).

Snelheids- en hellingtabel voor automatische programma's P01-P36; metrisch (**TABEL 1**)

Snelheids- en hellingtabel voor automatische programma's P01-P36; in inches (**TABEL 2**)

Probleemcode	Waarschijnlijke oorzaak	Reparatie
Systeem werkt niet	A. De stroom is niet aangesloten of niet ingeschakeld	Sluit de stroom aan of zet de stroomschakelaar in de stand "NO".
	B. Veiligheidsvergrendelingen zijn niet op hun plaats	Zet de veiligheidsvergrendeling in de juiste stand
	C. De controller of console is niet ingeschakeld	Vervang de controller of console
	D. Slecht lijncontact	Controleer de ingangen en uitgangen van het systeem en de communicatielijnen.
Plotselinge stop in normale toestand	A. Veiligheidsvergrendeling is uitgevallen	Herinstalleer
	B. Systeemfout	Vraag servicetechnicus om het te repareren
Defecte sleutel	Verkeerde sleutel	Vervang console of moederbord
E-01	A. Communicatiekabel heeft slechte verbinding	Sluit de communicatiekabel opnieuw aan en controleer of de poort correct is aangesloten of vervang de communicatiekabel.
	B. Defecte console	Vervang de console
	C. Defecte controller	Vervang de controller
E-02	A. Defecte motor	Vervang de motor
	B. De motorkabel is niet goed aangesloten op de controller of de controller is niet goed aangesloten.	Controleren en opnieuw aansluiten of controller vervangen
E-03	A. Foto-elektrische sensor is niet correct geïnstalleerd	Controleren en opnieuw aansluiten
	B. Slechte foto-elektrische sensor	Fotosensor vervangen
	C. Vuile foto-elektrische sensor of slecht eerste contact	Controleer en reinig de sensor opnieuw
	D. Defecte controller	Controller vervangen
E-05	A. Defecte controller	Controller vervangen
	B. Defecte motor	Vervang de motor
	C. Mechanisch defect	Controleer of de olie of trommel niet verstopt is.
E-07	Console detecteert het signaal van de veiligheidsvergrendeling niet	1. Controleer of de veiligheidsvergrendeling op zijn plaats zit; 2. Installeer het veiligheidsvergrendelingsmechanisme opnieuw;
Geen hartslagsignaal	A. De handgreepkabel zit niet op zijn plaats of de handgreepkabel is niet goed	Handgreepkabel controleren en aansluiten of vervangen
	B. Storing in elektronisch systeemcircuit	Vervang de console
Onvolledige of ontbrekende consolekabels	A. Beeldscherm is defect	Moederbord of scherm vervangen
	B. Systeemstoring	Console vervangen

OPVOUWEN EN VERPLAATSEN VAN DE LOOPBAND:

1. De loopband opvouwen

Koppel de stroomtoevoer los voordat u de loopband opvouwt. Zorg ervoor dat de helling van de loopband op het laagste niveau is ingesteld. Zet de loopband rechtop - de verbindingdelen worden automatisch vergrendeld in het hydraulische systeem. Controleer of de verbindingdelen inderdaad vergrendeld zijn zoals op de afbeelding.

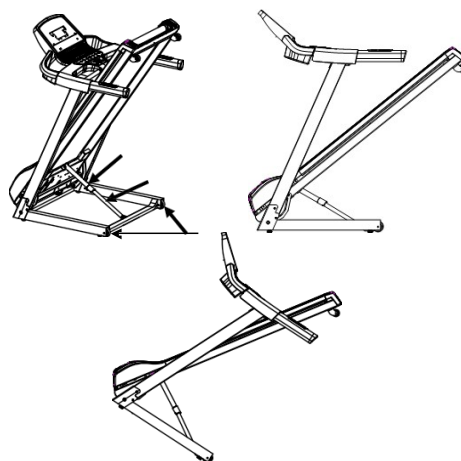
2. De loopband opstellen

Kies een vlakke ondergrond, vrij van obstakels, op ongeveer 1 meter afstand van een stopcontact. Pak bij het uitklappen de loopband met beide handen vast, ga met uw voeten op de connector staan - de loopband zal langzaam op de grond zakken. Gedurende deze tijd moet de gebruiker op een afstand van ongeveer 1 meter blijven tot het apparaat volledig is uitgeklapt, zoals afgebeeld.

3. De loopband verplaatsen Voordat u de loopband verplaatst, moet u ervoor zorgen dat:

- De stroomschakelaar op "uit" staat.
- De stekker uit het stopcontact is getrokken.
- Het hoofdframe correct gemonteerd is.

Nadat u de bovenstaande instructies heeft doorgenomen, pakt u met de ene hand het uiteinde van de loopband vast en met de andere hand de armsteun aan dezelfde kant. Beweeg het apparaat vervolgens langzaam, met een hoek van 40-50° ten opzichte van uw borst, zoals afgebeeld.



AARDINGSHANDLEIDING:

Dit product is uitgerust met een aardleiding en een geaarde stekker. De loopband moet worden aangesloten op een geschikt geaard stopcontact in overeenstemming met de plaatselijke voorschriften.

Gevaar! Als u niet zeker weet of het apparaat correct is geaard, neem dan contact op met een gekwalificeerde elektricien of een erkend servicecentrum. Breng zelf geen wijzigingen aan in de stekker die bij het product is geleverd. Als de stekker niet compatibel is, moet een gekwalificeerde elektricien het juiste stopcontact installeren.

INSTRUCTIES VOOR HET GEBRUIK VAN DE LOOPBAND

1. Zet de stroom aan, klap de loopband uit in de laagste stand en controleer of hij goed werkt.
2. Klem het veiligheidskoord aan je kleding.
3. Zorg ervoor dat de loopband goed werkt en stabiel staat voordat je begint met trainen. Ga niet direct op de band staan als je de loopband start. De juiste start is om jezelf op de zijrails te plaatsen met je handen rustend op de handgrepen. Druk op de knop "START"-knop hebt ingedrukt en de handgrepen hebt vastgehouden, start de loopband na 5 seconden met een snelheid van 1,0 km/u. Druk vervolgens op de knop "+" om de snelheid te verhogen tot 2,5-3,5 km/u - dit is de optimale snelheid om te hardlopen. Houd beide handen op het stuur en stap geleidelijk in de baan terwijl je de oefening begint. Beweeg in een tempo dat overeenkomt met de beweging van de baan.
4. Na een paar minuten kun je de snelheid verhogen met de "+" knop of verlagen met de "-" knop terwijl je je handen op de handgrepen houdt.
5. Tijdens het draaien kun je ook een constante snelheid instellen door deze direct op het paneel te selecteren.
6. Als je op enig moment op de "STOP"-knop drukt, stopt de motor.
7. De vooraf ingestelde modi gebruiken Aansluiten en de stroom inschakelen. Druk op de knop "SELECT" om de gewenste modus te selecteren en vervolgens op "START" om deze te starten.
Op elk moment kun je de snelheid aanpassen met de knoppen "+" of "-" of het apparaat stoppen door op "STOP" te drukken.
8. De HRC-functie testen Als het apparaat is ingeschakeld, leg je je handen op de metalen hartslagsensoren - de HRC-waarde verschijnt in het displayvenster.

Opmerking: Als je de veiligheidsknop uittrekt, stopt de loopband onmiddellijk en wordt de computer gedeactiveerd. Er verschijnt een bericht op het scherm: " ".

ONDERHOUD: Goed onderhoud is essentieel voor een betrouwbare en veilige werking van de loopband. Verwaarlozing ervan kan leiden tot schade of de levensduur van het apparaat verkorten. Alle onderdelen moeten regelmatig geïnspecteerd en vastgedraaid worden. Versleten onderdelen moeten onmiddellijk worden vervangen.

Smering: De loopband is tijdens de productie in de fabriek gesmeerd. Na een bepaalde gebruiksperiode moet de loopband echter regelmatig worden gesmeerd met een speciale siliconenolie.

Aanbevelingen voor smerfrequentie:

- Gebruik minder dan 3 uur per week - smering elke 5 maanden
- Gebruik 4-7 uur per week - elke 2 maanden smering
- Gebruik meer dan 7 uur per week - maandelijks smering

Opmerking: Te vaak smeren wordt niet aanbevolen. De juiste smering is een belangrijke factor voor de levensduur en prestaties van de loopband. Om te controleren of smering nodig is, til je de zijanten van de loopband op en raak je het achterste, centrale deel van de band aan:

- Als u siliconen voelt, is smering niet nodig.
- Als het oppervlak droog is - doorsmeren.

Smeerinstructies:

1. Stop de machine en klap de loopband in.
2. Til de loopband aan de achterkant van het hoofdframe op.
3. Houd het flesje zo dicht mogelijk bij het midden van de band en spuit siliconenolie - aan beide zijden. Laat de loopband met 1 km/u lopen om de olie gelijkmatig over het loopvlak te verdelen.

1. De loopband afstellen

In de fabriek is de loopband correct afgesteld. Als gevolg van het gebruik kan deze echter losraken, wat kan leiden tot breuken of slippen. Draai in dat geval de stelschroeven aan - telkens een halve slag naar links of rechts.

Als de riem te los zit, kan hij over de poelie slippen. Omgekeerd kan een te hoge spanning de motor overbelasten en de motor, riem, rollen of andere onderdelen beschadigen.

2. Afstellen van de riemdoorbuiging

Hoewel de riem in de fabriek is afgesteld, kan deze na verloop van tijd verschuiven. De meest voorkomende oorzaken zijn:

- Instabiele uitlijning van de loopband,
- Lopen met een zijwaartse verschuiving,
- Ongelijke verdeling van de voetdruk.

Als de verkeerde uitlijning niet permanent is, kan de balans worden hersteld door de loopband een paar minuten onbelast te laten draaien. Voer indien nodig een handmatige afstelling uit met een inbussleutel van 6 mm door de schroef een halve slag te draaien.

Voorbeeld 1: de band schuift naar links→ Draai de linkerschroef vast (met de klok mee)→ Of draai de rechterschroef los (tegen de klok in)

Voorbeeld 2: de riem schuift naar rechts→ Draai de rechterschroef vast (met de klok mee)→ Of draai de linkerschroef los (tegen de klok in)

klok in) AANPASSINGSSLEUTeltje:

Rechtsom= vastdraaien Linksom=losdraaien

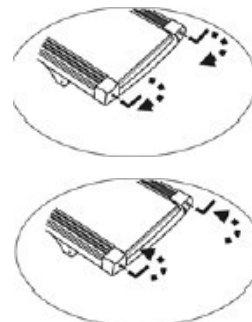
De riem beweegt altijd naar de kant die losser zit.

Tips:

Laat de loopband voor elke aanpassing op lage snelheid draaien. Draai de schroeven niet te vast aan.

Controleer de werking van de band na elke afstelling.

Doorbuigingen van de band vallen niet onder de garantie en zijn de verantwoordelijkheid van de gebruiker. Niet-gecontroleerde en niet gecorrigeerde doorbuigingen kunnen tot ernstige schade leiden.





3. Afstellen van de aandrijfriem (motor)

De aandrijfriemen zijn in de fabriek afgesteld, maar kunnen na verloop van tijd losraken, waardoor ze gaan slippen. Afstellen:

1. Gebruik een moersleutel om de stelschroef linksom te draaien.

2. Het afstelbereik moet zorgen voor een soepele transmissie zonder slip.

Opmerking: Reinig de riemen en poeliegroeven regelmatig om een soepele werking van het aandrijfsysteem te garanderen.

a) Stelschroef; b) Motor; c) Voorrol; d) Riem Typische

storingen en reparatiemethoden:

Probleem	Waarschijnlijke oorzaken	Onderhoudsmethoden
Loopband werkt niet	A. De stekker is uit het stopcontact	Steek de stekker in een stopcontact
	B. De veiligheidssleutel zit niet op zijn plaats	Steek de veiligheidssleutel in het paneel
	C. Open signaalcircuit	Controleer de ingang van de controller en de signaallijn
	D. De voeding is niet ingeschakeld	Zet de voedingsschakelaar in de stand NO
	E. Zekering is doorgebrand	Vervang de zekering
Beweegt niet soepel	A. Onvoldoende smering	Gebruik vet op basis van methylsiliconeolie
	B. Lopende banden zijn te strak	Stel de riemen af op strakheid
De loopriem is doorgeslipt	A. De hardloopriem zit te los	Stel de riemen strakker af
	B. De riem zit los	Stel de spanning van de aandrijfriem af

Foutcode	Foutbeschrijving	Problemen oplossen
E 1	Onjuiste communicatie tussen controller en console na inschakelen.	De controller heeft een foutstatus bereikt - opstarten is niet mogelijk. De console geeft een foutcode weer en laat drie pieptonen horen. Mogelijke oorzaken: - de communicatie tussen de controller en de console is geblokkeerd - controleer de aansluiting van de van de communicatielijn, - zorg ervoor dat elke kern volledig is ingestoken, - vervang de communicatielijn als deze beschadigd is.
E 3	De motorkabel is niet goed aangesloten.	De unit is uitgeschakeld vanwege een fout - de zoemer van de console geeft 9 pieptonen en het display geeft de foutcode weer. Als het toestel na uitschakeling weer normaal functioneert, kan het in stand-bymodus gaan en opnieuw opstarten. Mogelijke oorzaken: - de motorkabel is niet correct aangesloten - controleer de aansluiting, - de regelaar kan defect zijn - controleer of deze geen karakteristieke geur van verbrande onderdelen afgeeft; vervang de regelaar indien nodig.
	Geen signaal van de snelheidssensor - De stuurspanning aan de uitgang naar de gelijkstroommotor is verlaagd. De eenheid ontvangt gedurende meer dan 3 seconden geen feedback over de motorsnelheid.	De unit is uitgeschakeld vanwege een fout - de zoemer van de console geeft 9 pieptonen en op het display verschijnt de foutcode. Na 10 seconden uitschakelen kan het toestel in stand-bymodus gaan en opnieuw worden opgestart. Mogelijke oorzaken: - langer dan 3 seconden geen signaal van de snelheidssensor - controleer of de stekker van de sensor correct is aangesloten en onbeschadigd is, - indien nodig de stekker opnieuw aansluiten of de sensor vervangen.
E 4	Helling	Controleer of de inductiekabel van de liftmotor correct is aangesloten. Voor een betrouwbare verbinding - koppel de stekker los en sluit hem opnieuw aan. Controleer of de AC-stroomkabel van de liftmotor correct is aangesloten en of de AC-kabels van zowel de liftmotor als de besturing correct zijn gemarkeerd. Controleer de toestand van de motoraansluitkabel - indien beschadigd, vervang deze dan of de hele liftmotor. Op Druk ten slotte op de teachknop op de besturing om het aanleerproces opnieuw te starten.
E 5	Overstroombeveiliging - tijdens bedrijf detecteerde het systeem dat de DC-motorstroom de nominale waarde met meer dan 6 A overschreed gedurende meer dan 3 seconden.	De unit is uitgeschakeld vanwege een fout - de zoemer van de console geeft 9 pieptonen en op het display verschijnt de foutcode. Het is mogelijk om de unit 10 seconden na uitschakeling opnieuw op te starten in stand-bymodus. Mogelijke oorzaken: - de motorstroom heeft de nominale waarde overschreden - het systeem heeft het zelfverdedigingsmechanisme geactiveerd, - mogelijke mechanische blokkering van de loopband die rotatie van de motor verhindert, - overmatige mechanische belasting die leidt tot een toename van het stroomverbruik. Aanbevolen acties: - controleer en stel de loopband af zodat het apparaat correct kan werken, - als de motor ongebruikelijke geluiden maakt of brand ruikt - vervang dan de motor of de regelaar, - controleer of de voeding stabiel is en compatibel met de vereiste spanning - indien nodig test het systeem indien nodig met de juiste ingangsspanning.
E 6	Explosiebeveiliging - pulsbeveiliging: Onjuiste voedingsspanning of onjuiste bediening van de motor (enz.) kan leiden tot schade aan het motorcircuit van de aandrijving.	De unit is uitgeschakeld vanwege een fout - de zoemer van de console geeft 9 pieptonen en op het display verschijnt de foutcode. 10 seconden na het uitschakelen schakelt de unit over naar de stand-bymodus en kan hij opnieuw worden opgestart. Mogelijke oorzaken: - de voedingsspanning is minder dan 50% van de nominale waarde - gebruik de juiste spanning en test de unit opnieuw, - de controller kan defect zijn - vervang de controller als er een brandlucht hangt, - De motorkabels kunnen loszitten of losgemaakt zijn - controleer de aansluitingen en sluit de kabels opnieuw aan.



Bluetooth APP voor loopbanden



Bluetooth-verbinding ondersteunt AnyRun, Zwift en Kinomap



AnyRun

Download, registreer en log in op de AnyRun app, ga naar de instellingenpagina: Klik op Instellingen, rechtsonderin, klik op Apparaten, de app zal Bluetooth-codes detecteren, selecteer een Bluetooth-code die hetzelfde is als de code die is gemarkeerd op de apparatuurconsole en koppel.



Zwift

Download, registreer en log in op de Zwift app, ga naar de instellingen pagina: Klik onder PAIRED DEVICES op RUN voor de loopband; klik vervolgens op POWER SOURCE en er verschijnt een pop-up menu, selecteer de Bluetooth-code die hetzelfde is als de code op de console van het apparaat en selecteer OK om te koppelen. OPMERKING: Zwift onthoudt de apparaten die in een vorige sessie zijn gebruikt en kan proberen met die apparaten te koppelen als ze aanwezig en beschikbaar zijn. Als gekoppelde apparaten ziet die u niet wilt gebruiken, kunt u deze gewoon deselecteren en het apparaat selecteren dat u wilt koppelen.



u Kinomap

Download, registreer en log in op de Kinomap-app, ga naar de instellingenpagina: klik rechtsonder op Meer, klik op Apparaatbeheer, klik rechtsboven op +, selecteer een loopband;

Klik op inhoud in het gedeelte Interactief, de app detecteert de gevonden apparatuur, selecteert de Bluetooth-code die overeenkomt met de code op de apparatuurconsole en klikt vervolgens op NIEUWE APPARATUUR TOEVOEGEN.



INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA IMPORTANTES

Obrigado por ter adquirido este produto! Com a sua ajuda, poderá cuidar facilmente da sua melhor forma física, saúde e bem-estar.

Instruções de utilização

1. Ligar o cabo de alimentação apenas a uma tomada com ligação à terra. Não utilize extensões ou adaptadores.
2. Certifique-se de que a passadeira está bem assente numa superfície plana, numa divisão fechada e seca.
3. Antes de ligar a passadeira, coloque-se nos degraus laterais e prenda a chave de segurança à sua roupa.
4. Só pode fazer exercício na passadeira uma pessoa de cada vez.
5. Recomenda-se a utilização de vestuário desportivo e de calçado de fitness adequados.
6. Se necessário, regule a velocidade do seu exercício com os comandos.
7. Quando terminar de correr, pare a passadeira com o botão "Stop" ou puxando a chave de segurança.
8. Desligue sempre a corrente e retire a ficha da tomada após o exercício ou antes de reposicionar a máquina.
9. Consulte o seu médico antes de praticar exercício físico, especialmente se tiver uma doença crónica.
10. Limpe regularmente o aparelho com um pano seco e evite o contacto dos componentes com a água.
11. Não utilize a passadeira imediatamente após uma refeição ou quando estiver cansado.
12. O funcionamento contínuo do aparelho não deve exceder 2 horas.
13. O espaço livre deve ser de, pelo menos, 2000 x 1000 mm.
14. Durante a manutenção, desligar sempre o aparelho da corrente eléctrica.
15. Em caso de sons estranhos, cheiro a queimado, problemas com o ecrã ou com o movimento da correia, pare imediatamente o treino, desligue a alimentação eléctrica e contacte o centro de assistência.

Avisos e proibições:

⚠ Não utilizar a passadeira:

- se estiver a fazer um tratamento médico e não tiver a autorização do seu médico,
- se tiver problemas cardíacos, problemas de coluna, problemas nas articulações, osteoporose ou doenças crónicas graves,
- durante a gravidez, a menstruação ou em caso de indisposição,
- se tiver bebido álcool ou estiver sob a influência de drogas que afectem a sua concentração,
- se o cabo de alimentação estiver danificado ou se a tomada estiver solta.

⚠ É proibido

- desmontar, modificar ou reparar a passadeira por si próprio,
- utilizar o aparelho ao ar livre ou em locais húmidos (por exemplo, casa de banho),
- ligar ou desligar a passadeira com as mãos molhadas,
- saltar para cima ou para baixo do tapete rolante com a máquina em funcionamento,
- utilização da passadeira por crianças e pessoas inconscientes ou com deficiências motoras.



- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. Consola | 5. Chave de segurança |
| 2. Perfil vertical | 6. Cinto de rolamento |
| 3. Cobertura do motor | 7. Cinto lateral |
| 4. Pega | 8. Tampa traseira |

Informações técnicas

Tamanho (mm)	Desdobrado: 1700 x 790 x 145
	Dobrado: 1180 x 790 x 1450
Cinto de corrida (mm)	1420 x 500
Velocidade (km/h)	1-22



1) Lista de embalagem:

1. Corpo principal
2. Perfis
3. Estrutura da consola
4. Consola
5. Chave de segurança
6. Óleo de silicone
7. Manual de instruções
8. Conjunto de parafusos

2) Lista de equipamentos:

1. H Parafuso sextavado com cabeça plana grande (M8 * 50 * 20) 4 unid.
2. Chave inglesa em forma de L S4 1pc
3. Parafuso de cabeça sextavada (M6*10)
4. Chave inglesa em forma de L S6 1 unid.
5. Parafuso de cabeça sextavada M8x15 8pcs.
6. Chave T 6x80

INSTALAÇÃO:

Nota: Não apertar completamente todos os parafusos durante a instalação. Aperte todos os parafusos quando os componentes estiverem completamente instalados.

Passo 1: Retire a unidade da embalagem e coloque-a numa superfície plana (conforme ilustrado). Retire todos os sacos e fitas de proteção.

Etapa 2: Como indicado: mantenha a passadeira na posição vertical, insira o perfil vertical (62) no local correspondente da base (1) e, em seguida, fixe-o com um parafuso hexagonal M8 x 50 x 20 (101) e prenda-o ainda com um parafuso M8 x 15 (102). Repetir a operação do outro lado (63).

Etapa 3: Como mostra a figura: depois de ligar o cabo de comunicação no lado direito da estrutura do corrimão, instale os suportes soldados (72) nos locais correspondentes dos postes verticais (62) e (63) e fixe-os com um parafuso sextavado M8 x 15 grande (102).

Passo 4: Depois de ligar o cabo de sinal da consola, coloque o suporte (72) na estrutura da consola (24) e fixe-o com parafusos sextavados M6x10 (103).

Passo 5: Posicione a unidade no local pretendido e aperte todos os parafusos de fixação. Em seguida, coloque a chave de segurança (89) - a passadeira está pronta a ser utilizada!

Número	Nome	Quantidade	Número	Nome	Quantidade
1	Base soldada	1	54	Roda $\Phi 62 \times \Phi 8.0 \times t22$	2
2	Parafuso sextavado M8x50x20	2	55	Almofada cilíndrica $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Porca de bloqueio hexagonal M8	2	56	Bloco guia redondo $\phi 25 \times \phi 5 \times 4,5$	10
4	Anilha plana $\Phi 8$	2	57	Fita adesiva $\phi 16$ (branca)	3
5	Pérola (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	Almofada EVA (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Roda $\Phi 62 \times \Phi 8.0 \times t22$	2	59	Anel magnético $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7.5$	1
7	Tampão de obturação $40 \times 60 \times t2.0$	2	60	Braçadeira de cabo 3/8 (UC-2)	1
8	Estrutura principal	1	61	Braçadeira do cabo de alimentação SR-5R1	1
9	Suporte do controlador	1	62	Perfil vertical esquerdo $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Placa da tampa do motor	1	63	Perfil vertical direito $0,32 \text{ m}^2$	1
11	Tubo fixo da tampa do motor $\Phi 16 \times t1.2 \times 23$	1	64	Cabo de comunicação SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Parafuso de cabeça sextavada M8x75	1	65	Quadro	1
13	Parafuso de cabeça sextavada M8x60	2	66	Parafuso de cabeça sextavada M12x $\Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Placa de montagem do motor A	2	67	Parafuso de cabeça chata hexagonal M10x25x15	2
15	Placa de montagem do motor B	1	68	Porca $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Parafuso hexagonal plano M8x45x20	2	69	Casquilho $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3.0$	2
17	Parafuso de cabeça sextavada M6x30x $\Phi 16$	4	70	Anilha plana $\Phi 14$	2
18	Parafuso Phillips com cabeça chata grande M5x10	2	71	Manga de eixo de elevação (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Parafuso de cabeça chata grande M4x10	6	72	Soldaduras do suporte da consola	1
20	Parafuso auto-roscante de cabeça chata grande com rebaixo em cruz ST4x16	4	73	Moldura do ecrã $498 \times 175 \times 10.1$	1
21	Parafuso de cabeça chata grande com rebaixo em cruz STx10	7	74	Parafuso de cabeça chata grande com rebaixo em cruz ST4x16	19
22	Parafuso auto-roscante com rebaixo em cruz ST3x10	4	75	Parafuso de cabeça escareada ST4x15	4
23	Parafuso de cabeça escareada auto-roscante ST4x15	2	76	Parafuso de cabeça escareada ST4x70	2
24	Soldadura da estrutura da consola	1	77	Elemento $t0.5 \times 490 \times 167$	1
25	Anilha de mola $\Phi 8$	3	78	Parafuso de cabeça chata grande ST4x10	12
26	Anilha de mola $\Phi 5$	17	79	Painel 1136EA/571x27 7x10,8	1
27	Anilhas de bloqueio serrilhadas $\Phi 5$	2	80	Tampa traseira do painel 1136EA/571x27 7x28	1
28	Anilha plana $\Phi 8$	3	81	Tampa superior	1
29	Porca de bloqueio hexagonal M8	3	82	Tampa inferior	1
30	Parafuso de cabeça sextavada M10x35x20	3	83	Anilha antiderrapante	1
31	Parafuso de cabeça sextavada M10x65x20	2	84	Medição do ritmo cardíaco	1
32	Parafuso hexagonal M10	1	85	Medição do ritmo cardíaco 7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Anilha plana $\Phi 10$	1	86	Cabo de comunicação SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Anilha plana $\Phi 8$	1	87	Consola 3338EA	1
35	Cabo de comunicação SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Cabo de comunicação portátil para monitor de ritmo cardíaco 3330EA/L- 1000mm	1
36	Parafuso cilíndrico de rosca total com encaixe sextavado	2	89	Chave de segurança J52x15x15 (L-700	1
37	Motorista	1	90	Tomada de encravamento de segurança J86x20x16	1
38	Cabo L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Painel acrílico $t1.0 \times 554 \times 260$	1
39	Cabo L-300mm/1,5mm 2/(Preto)	1	92	Ficha em forma de D DX40x80	2
40	Interruptor KCD4	1	93	Válvula unidirecional $\Phi 29 \times t1.2 \times 340$	1
41	Interruptor de rearme automático 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Escudos de proteção	1
42	Cabo L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Parafuso sextavado M8x30x20	1
43	Conector 3x1,0mm2x2000	1	96	Ficha $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Rolo dianteiro 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Porca sextavada de retenção M8	2
45	Rolo traseiro 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Anilha plana $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Motor sem escovas	1	99	Haste $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8.2 \times 350 \text{ N}$	1
47	Motor de inclinação 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	fragmento-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Plataforma de corrida 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Parafuso de cabeça sextavada M8x50x2 0	4
49	Correia de rolamento $2930 \times 500 \times t1.6$	1	102	Parafuso hexagonal de cabeça chata M8x15	8
50	Cinta 174 (442) PJ6	1	103	Parafuso hexagonal M6x10	4
51	Tampa do motor 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	Chave inglesa em forma de L $4^{\circ} 30^{\circ} 80$	1
52	Tampa traseira $673 \times 93 \times 51$	1	105	Chave inglesa em L $6^{\circ} 35^{\circ} 80$	1
53	Calha lateral $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	Chave em forma de T $6^{\circ} 80$	1

Sugestões e truques

- **Aquecimento:** Aquecer durante 5-10 minutos antes de cada sessão de exercício.
- **Respiração:** Não suste a respiração durante o exercício. Inspire pelo nariz e expire pela boca - com firmeza e suavidade. A respiração deve ser coordenada com o movimento.
- **Frequência:** Os mesmos grupos musculares devem ser treinados de 48 em 48 horas, ou de dois em dois dias, para permitir tempo de recuperação.
- **Carga:** Adaptar a intensidade do treino à sua condição física. As dores musculares são normais no início, mas diminuirão com o tempo se o exercício for continuado.
- **Relaxamento:** Dedique 5 minutos a relaxar após cada sessão para manter os seus músculos fortes e flexíveis.
- **Dieta:** Não comece o seu treino imediatamente após uma refeição, para não sobrecarregar o seu sistema digestivo. Após o exercício, espere pelo menos 30 minutos antes de comer. Evite beber grandes quantidades de água durante o treino para não sobrecarregar o coração e os rins.
- **Alongamento:** Qualquer que seja a intensidade da sua corrida, tenha o cuidado de alongar os seus músculos. Primeiro, faça um aquecimento - como marchar durante 5-10 minutos - depois pare e alongue cada perna durante pelo menos 10 segundos, repetindo o exercício cinco vezes. Após o treino, repita os alongamentos.

1. Flexões para a frente

Com os joelhos ligeiramente dobrados, incline-se lentamente para a frente, permitindo que as costas e os ombros relaxem e que as mãos toquem nos dedos dos pés. Mantenha a posição durante 10 a 15 segundos e depois descontrai-a. Repetir 3 vezes (ver figura 1).

2. Alongamento dos tendões do joelho

Sente-se numa almofada limpa e estique uma perna. Puxe a outra perna para dentro de modo a que fique encostada à parte interior da perna esticada. Tente tocar nos dedos dos pés com as mãos. Mantenha a posição durante 10 a 15 segundos e depois descontrai-a. Repita 3 vezes para cada perna (ver figura 2).

3. Alongamento dos tendões da barriga da perna e do calcanhar

Apoie-se numa parede ou numa árvore com as duas mãos e, estenda a barriga da perna para trás. Mantenha a perna de trás direita e os calcanhares no chão, inclinando-se para a parede ou a árvore. Manter durante 10 a 15 segundos e depois relaxar. Repetir 3 vezes com cada perna (ver figura 3).

4. Alongamento dos músculos do quadríceps

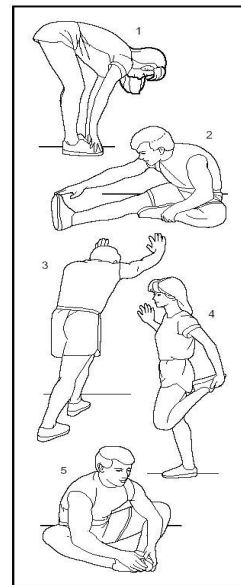
Encoste-se a uma parede ou mesa com a mão esquerda, depois estenda a mão direita para trás, agarre o tornozelo direito e puxe lentamente em direção às ancas até sentir os músculos à frente das coxas tensos. Mantenha durante 10-15 segundos e depois relaxe. Repita 3 vezes para cada perna (ver figura 4).

5. Alongar os músculos do interior das coxas

Sente-se com os pés virados um para o outro e os joelhos virados para fora. Segure os pés com as duas mãos e puxe-os em direção à virilha. Mantenha a posição durante 10 a 15 segundos e depois relaxe. Repetir 3 vezes (ver figura 5).

**Instruções do painel da consola**

- | | |
|--|--|
| 1. Atalhos de inclinação | 5. Iniciar/Pausa |
| 2. Inclinação "para cima" e "para baixo" | 6. Programa |
| 3. Programa | 7. Velocidade "para cima" e "para baixo" |
| 4. Parar | 8. Atalhos de velocidade |



1. O programa P01 é um programa de utilizador manual, os programas P01-P36 são programas de treino automáticos integrados; possibilidade de criar perfis para 3 utilizadores e função de cálculo do IMC.
2. Ecrã LED com 14 botões de controlo.
3. Função integrada de conversão de unidades de velocidade e distância (km↔ milhas).
4. Gama de velocidades: 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Faixa de inclinação: 0-15%.
6. Sistema de proteção: sobrecarga, sobrecorrente, sobrevelocidade, bem como proteção contra interferências electromagnéticas e outros.
7. Função de auto-teste e visualização dos códigos de erro e de avaria.
8. Três modos de utilizador configuráveis.
9. Suporte da função ERP (gestão eficiente da energia).
10. Função de lembrete para lubrificação (reabastecimento) da correia de transmissão.

Descrição das janelas

1. CALORIAS - indica o número de calorias queimadas.
2. TIME - indica a duração do seu treino.
3. DISTÂNCIA - mostra a distância percorrida.
4. INCLINAÇÃO - mostra o nível de inclinação atual.
5. PULSE - indica a frequência cardíaca medida.
6. SPEED - mostra a velocidade atual.

Conversão das unidades de medida:

- 1) Com o bloqueio de segurança desligado, prima os botões "PROGRAM" e "MODE" ao mesmo tempo, o visor apresentará 0,6, - distância apresentada em milhas
- 2) Com a trava de segurança desligada, pressione simultaneamente os botões "PROGRAM" e "MODE" e o visor mostrará 1.0, que é a conversão de milhas para quilómetros; distância indicada em quilómetros

FUNÇÕES:

"PROG" - botão de seleção de programas: quando parado, permite a seleção cíclica dos programas P01-P36, dos utilizadores U01-U03 e da função BMI.

"MODE" - modo de funcionamento:

Quando o modo manual é selecionado, a predefinição é o modo normal.

Prima o botão "MODE" para alternar entre o modo de contagem decrescente de tempo → contagem decrescente de distância → contagem decrescente de calorias → modo normal. Também actua como botão de reposição - repõe o intervalo de contagem decrescente predefinido (30 minutos) nos programas P01-P36.

"START" - botão de início/pausa:

No modo de paragem, arranca a passadeira. No modo de funcionamento, pára o aparelho (pausa). A função de pausa pode não funcionar se a passadeira estiver ligada ao Bluetooth.

"STOP" - botão de paragem/reinicialização:

Enquanto o aparelho está em funcionamento, premir o botão STOP faz com que o aparelho pare gradualmente. Quando o visor apresenta a mensagem ERR, premir o botão apaga esta informação.

"+" - botão de aumento da velocidade:

No modo de paragem ou durante a medição da gordura corporal, serve para aumentar o valor do parâmetro definido. Quando a passadeira está a funcionar, aumenta a velocidade.

"-" - botão de diminuição da velocidade:

No modo de paragem ou de medição de gordura - reduz o valor do parâmetro definido. No modo de corrida - reduz a velocidade de corrida atual.

"QUICK SPEED" - Botões de seleção rápida da velocidade (3, 6, 9 km/h):

No modo de corrida, permitem a definição imediata da velocidade definida.

"▲" - botão de aumento da inclinação.

"▼" - botão para diminuir a inclinação.

"QUICK INCLINE" - botões de seleção rápida da inclinação (3, 6, 9%): Quando a passadeira está em funcionamento, permitem-lhe definir diretamente uma inclinação específica.

Desacoplamento de emergência

É composto por um clipe e um cabo de nylon. Em qualquer situação em que a chave esteja fora da tomada, a passadeira deixa automaticamente de funcionar, a operação da consola é bloqueada e o ecrã apresenta "E-07" juntamente com um sinal sonoro. Quando a chave for reintroduzida, o ecrã apresentará o estado durante 2 segundos e, em seguida, a passadeira entrará no modo pronto a funcionar.

Programa USER: o sistema permite a criação de três perfis individuais: USER1-USER3. Para ativar o modo utilizador, prima o botão

"PROG" e selecione USER1, USER2 ou USER3. Em seguida, prima "MODE" para aceder às definições do programa ou imediatamente "START" para iniciar o treino. No modo de edição, podem ser configuradas 10 secções do treino, especificando a velocidade e a inclinação em cada secção.

Quando as definições estiverem concluídas, prima "START" para iniciar o programa. Os dados serão guardados automaticamente e estarão disponíveis para as sessões seguintes.

CHAVE DE SEGURANÇA:

A chave de segurança é constituída por um interruptor tátil, um clipe para roupa e um cabo de nylon para evitar que a máquina se desligue acidentalmente. Sempre que o bloqueio de segurança estiver fora da posição correta, a passadeira pára de funcionar, a operação da consola é bloqueada e o ecrã apresenta "E-07" juntamente com um sinal sonoro. Quando o bloqueio está corretamente posicionado, o ecrã é apresentado durante 2 segundos e, em seguida, a passadeira entra no modo de funcionamento predefinido.

Programa do utilizador - USER

O modo USER permite-lhe definir o seu próprio programa de treino. Estão disponíveis três perfis: USER1, USER2 e USER3. Para utilizar este modo:

1. Prima o botão "PROG" para selecionar USER1-USER3.
2. Premir o botão "MODE" para definir o programa ou "START" para iniciar o treino.
3. Utilize o botão "MODE" para definir as 10 secções de velocidade e ângulo de inclinação.
4. Quando as definições estiverem concluídas, prima "START" para iniciar a passadeira. O programa será guardado e estará disponível na próxima vez que o iniciar.

Guia de segurança

1. Ligue a ficha do cabo de alimentação a uma tomada de 10 A com ligação à terra e ligue o interruptor de alimentação. Aparece no ecrã uma visualização completa e um sinal sonoro. Em seguida, ligar a chave de segurança.
2. Colocar a chave na consola e prender o clipe à roupa, à altura do peito. O ecrã apresenta a visualização completa durante 2 segundos e, em seguida, passa para o modo predefinido: todos os valores são repostos a zero, as definições são repostas, o programa manual (P0) é ativado.
3. Premir "PROG" para selecionar o programa P01-P36, U01-U03 ou IMC.
4. O programa P0 é um modo manual com quatro modos de treino possíveis:
 - Modo 1: Tempo incremental - tempo, distância e contador de calorias. Predefinição: 1,0 km/h, inclinação 0.
 - Modo 2: Tempo de contagem decrescente - intervalo 5-99 min, predefinição 30:00.
 - Modo 3: Contagem decrescente da distância - gama 1,0-99,0 km, predefinição 1 km.
 - Modo 4: Contagem decrescente de calorias - intervalo 20-990 cal, predefinição 50 cal. Os programas P01-P36 são predefinições do sistema - todos funcionam em modo de contagem decrescente.
5. Os programas P01-P36 são definições predefinidas do sistema - todos funcionam em modo de contagem decrescente.
6. Depois de definir os parâmetros, prima "START". É apresentada uma contagem decrescente de 5 segundos, que termina com um sinal sonoro, após o qual a passadeira começa a aumentar a velocidade.
7. Durante o treino, pode ajustar a velocidade utilizando os botões "+", "-" ou "QUICK SPEED".
8. Nos programas P01-P36, a velocidade é dividida em 10 segmentos. Cada segmento tem a mesma duração, consoante o tempo total. A mudança de segmento é assinalada por três sinais sonoros 3 segundos antes da mudança.
9. Premir "START" durante o funcionamento para alternar entre pausa e funcionamento. O reinício do funcionamento mantém as definições guardadas.
10. Premir "STOP" para parar o motor - a unidade regressa ao seu estado inicial.
11. O ângulo de inclinação pode ser ajustado com "+", "-" ou "QUICK INCLINE".
12. Ao retirar a chave de segurança, a passadeira pára automaticamente, aparece a mensagem "E-07" e é emitido um sinal sonoro.
13. O sistema monitoriza constantemente a segurança - qualquer erro detectado implica a paragem do funcionamento e uma mensagem adequada.
14. Para apagar a mensagem de erro, prima "STOP".
15. Teste IMC (versão asiática):
 - Premir "PROG", selecionar "BMI".
 - Definir os parâmetros F1-F5:
 - F1 - Género (1: masculino, 2: feminino), predefinição 1
 - F2 - Idade: 1-99, por defeito 25
 - F3 - Altura (cm): 100-220, predefinição 170
 - F4 - Peso (kg): 20-150, pré-definição 70
 - F5 - Iniciar o teste: Manter premidos os sensores de frequência cardíaca durante 4 segundos - o ecrã apresentará o resultado do IMC.
 - Interpretação (normas asiáticas):
 - <18 - magro
 - 18-24 - peso ideal
 - 25-28 - excesso de peso
 - >29 - obeso

16. Teste de IMC (método britânico):

- Altura (polegadas): 39-87, predefinição 67
- Peso (libras): 44-330, pré-definição 154
- Restantes parâmetros idênticos aos anteriores
- O resultado do IMC aparece 4 segundos depois de colocar a mão nos sensores

Função de poupança de energia (ERP)

Por defeito, o sistema arranca no modo ERP. Se a passadeira não estiver a ser utilizada, entra no modo de repouso após cerca de 4,5 minutos. Para acordar, prima qualquer botão. No modo de espera, mantenha a tecla "MODE" premida durante 3 segundos para desligar o ERP ("2222" aparece no ecrã) e mantenha a tecla "MODE" premida novamente para voltar a ligar o ERP ("1111" aparece no ecrã).

Tabela de velocidades e de inclinações para os programas automáticos P01-P36; métrica (**QUADRO 1**)

Tabela de velocidades e de inclinações para os programas automáticos P01-P36; em polegadas (**TABELA 2**)

Código do problema	Causa provável	Reparação
O sistema não funciona	A. A alimentação não está ligada ou não está ligada	Ligar a alimentação ou colocar o interruptor de alimentação na posição "NÃO"
	B. Os bloqueios de segurança não estão no lugar	Colocar o bloqueio de segurança na posição correta
	C. O controlador ou a consola não está ligado	Substituir o controlador ou a consola
	D. Mau contacto na linha	Verificar as entradas e saídas do sistema e as linhas de comunicação
Paragem súbita em condições normais	A. O bloqueio de segurança caiu	Reinstalar
	B. Erro do sistema	Pedir ao técnico de assistência para tratar do assunto
Falha da chave	Tecla incorrecta	Substituir a consola ou a placa-mãe
E-01	A. O cabo de comunicação tem má conectividade	Volte a ligar o cabo de comunicação e verifique se a porta está corretamente ligada ou substitua o cabo de comunicação.
	B. Consola com defeito	Substituir a consola
	C. Controlador avariado	Substituir o controlador
E-02	A. Motor avariado	Substituir o motor
	B. O cabo do motor está incorretamente ligado ao controlador ou o controlador está incorretamente ligado.	Verificar e voltar a ligar ou substituir o controlador
E-03	A. O sensor fotoelétrico não está corretamente instalado	Verificar e voltar a ligar
	B. Sensor fotoelétrico defeituoso	Substituir o fotossensor
	C. Sensor fotoelétrico sujo ou primeiro contacto deficiente	Verificar e voltar a ligar/limpar o sensor
	D. Controlador com defeito	Substituição do controlador
E-05	A. Controlador defeituoso	Substituir o controlador
	B. Motor com defeito	Substituir o motor
	C. Falha mecânica	Verificar se o óleo ou o tambor não estão bloqueados.
E-07	A consola não detecta o sinal de bloqueio de segurança	1. Verifique se o bloqueio de segurança está no lugar; 2. Reinstale o mecanismo de bloqueio de segurança;
Não há sinal de frequência cardíaca	A. O cabo do punho não está inserido no lugar ou o cabo do punho não está bom	Verificar e ligar ou substituir o cabo do punho
	B. Mau funcionamento do circuito do sistema eletrónico	Substituir a consola
Linhas da consola incompletas ou em falta	A. O ecrã está avariado	Substituir a placa-mãe ou o ecrã
	B. Falha do sistema	Substituição da consola

DOBRAR E DESLOCAR A PASSADEIRA:

1. Dobrar a passadeira

Desligue a alimentação eléctrica antes de dobrar. Assegurar-se de que a inclinação da passadeira está regulada para nível mais baixo. Levante a passadeira para uma posição vertical - as peças de ligação bloquearão automaticamente no sistema hidráulico. Verifique se as peças de ligação estão efetivamente bloqueadas, como mostra a figura.

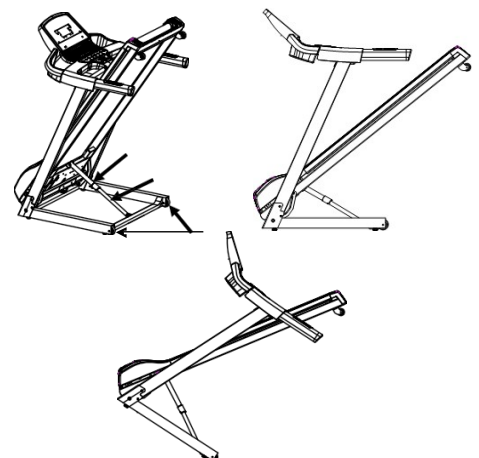
2. Colocação em funcionamento da passadeira

Escolha uma superfície plana, sem obstáculos, a cerca de 1 metro de uma tomada eléctrica. Ao desdobrar, segure a passadeira com as duas mãos, pise o conetor com os pés - a passadeira desce lentamente até ao chão. Durante este tempo, o utilizador deve manter-se a uma distância de cerca de 1 metro até que a unidade esteja completamente desdobrada, como indicado.

3. Deslocação da passadeira Antes de desloca a passadeira, certifique-se de que:

- O interruptor de alimentação está colocado na posição "off".
- A ficha de alimentação foi desligada da tomada.
- A estrutura principal está corretamente montada.

Depois de ter consultado as instruções acima, segure a extremidade da passadeira com uma mão e o apoio de braços do mesmo lado com a outra. Em seguida, com a máquina num ângulo de 40-50° em relação ao peito, desloque-a lentamente, como indicado.



GUIA DE LIGAÇÃO À TERRA:

Este produto está equipado com um condutor de proteção e uma ficha com ligação à terra. A passadeira deve ser ligada a uma tomada de ligação à terra adequada, de acordo com os regulamentos locais.

Perigo! Se não tiver a certeza de que o aparelho está corretamente ligado à terra, contacte um electricista qualificado ou um centro de assistência autorizado. Não modificar a ficha fornecida com o produto. Se a ficha não for compatível, um electricista qualificado deverá instalar a tomada correta.

INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO DA PASSADEIRA

1. Ligar a alimentação, desdobrar a passadeira na posição mais baixa e verificar o seu bom funcionamento.
2. Prenda o cabo de segurança à sua roupa.
3. Certifique-se de que a passadeira está a funcionar corretamente e é estável antes de começar a fazer exercício. Não se coloque diretamente sobre o tapete da passadeira ao arrancar com a passadeira. O arranque correto é posicionar-se sobre as calhas laterais com as mãos apoiadas nos punhos. Depois de premir o botão "START" e segurar as pegas, a passadeira arranca após 5 segundos a uma velocidade de 1,0 km/h. Em seguida, prima o botão "+" para aumentar a velocidade para 2,5-3,5 km/h - esta é a velocidade ideal para correr. Mantenha ambas as mãos no guiador e avance gradualmente para a faixa de rodagem à medida que inicia o exercício. Mova-se a um ritmo consistente com o movimento da pista.
4. Após alguns minutos, pode aumentar a velocidade com o botão '+' ou diminuí-la com o botão '-', mantendo as mãos nos punhos.
5. Durante o funcionamento, também é possível definir uma velocidade constante, selecionando-a diretamente no painel.
6. Premir o botão "STOP" em qualquer altura para parar o motor.
7. Utilizar os modos predefinidos Ligar e ligar a alimentação. Premir o botão "SELECT" para selecionar o modo pretendido e, em seguida, "START" para o iniciar. Em qualquer altura, é possível ajustar a velocidade com os botões "+" ou "-" ou parar o aparelho premindo o botão "STOP".
8. Teste da função HRC Quando o aparelho está ligado, colocar as mãos sobre os sensores metálicos de frequência cardíaca - o valor HRC aparece no ecrã.

Nota: Ao puxar o botão de segurança, a passadeira pára imediatamente e desactiva o computador. Aparece uma mensagem no ecrã: "-----".

MANUTENÇÃO: A manutenção adequada é fundamental para o funcionamento fiável e seguro da passadeira. Se a negligenciar, pode provocar danos ou reduzir a vida útil da máquina. Todos os componentes devem ser inspecionados e apertados regularmente. As peças gastas devem ser substituídas imediatamente.

LUBRIFICAÇÃO: A passadeira foi lubrificada na fábrica durante a produção. No entanto, após um determinado período de utilização, a correia de transmissão necessita de uma lubrificação regular com um óleo de silicone especial.

Recomendações para a frequência de lubrificação:

- Utilização inferior a 3 horas por semana - lubrificação de 5 em 5 meses
- Utilização de 4-7 horas por semana - lubrificação de 2 em 2 meses
- Utilização de mais de 7 horas por semana - lubrificação mensal

Nota: Não é recomendada uma lubrificação demasiado frequente. A lubrificação adequada é um fator essencial para a vida útil e o desempenho da passadeira. Para verificar se é necessário lubrificar, levante os lados da correia da passadeira e toque na parte central traseira da correia:

- Se conseguir sentir o silicone - não é necessário lubrificar.
- Se a superfície estiver seca - efectue a lubrificação.

Instruções de lubrificação:

1. Pare a máquina e dobre a passadeira.
2. Levante a correia de transmissão na parte de trás da estrutura principal.
3. Segurando a garrafa o mais próximo possível do centro da correia, pulverize óleo de silicone - de ambos os lados. Faça correr a passadeira a 1 km/h para distribuir o óleo uniformemente pela superfície do tapete.

1. Ajustar o tapete de corrida

Na fábrica, o tapete de corrida está corretamente ajustado. No entanto, com a utilização, pode ficar solta, provocando rupturas ou deslizamentos. Neste caso, aperte os parafusos de regulação, meia volta cada um, para a esquerda ou para a direita.

Se a correia estiver demasiado solta, pode escorregar na polia. Pelo contrário, uma tensão demasiado elevada pode sobrecarregar o motor e danificar o motor, a correia, os rolos ou outros componentes.

2. Ajuste da deflexão da correia

Embora a correia seja ajustada na fábrica, pode deslocar-se com o tempo. As causas mais comuns são:

- Alinhamento instável da passadeira,
- Correr com um desvio para o lado,
- Distribuição desigual da pressão do pé.

Se o desalinhamento não for permanente, o funcionamento da passadeira durante alguns minutos sem carga pode restabelecer o equilíbrio. Se necessário, efetuar um ajuste manual com uma chave allen de 6 mm - rodando o parafuso meia volta.

Exemplo 1: a correia desliza para a esquerda→ Apertar o parafuso esquerdo (no sentido dos ponteiros do relógio)→ Ou desapertar o parafuso direito (no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio)

Exemplo 2: a correia desliza para a direita→ Apertar o parafuso direito (sentido horário)→ Ou desapertar o parafuso esquerdo (sentido anti-horário) CHAVE DE AJUSTE:

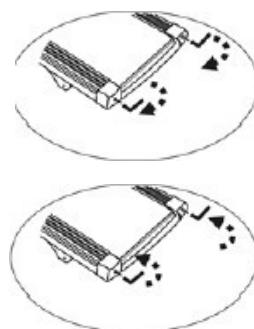
No sentido dos ponteiros do relógio= apertar No sentido contrário ao dos ponteiros do relógio= desapertar
A correia desloca-se sempre para o lado que está mais solto.

Conselhos:

Antes de cada ajustamento, a passadeira deve funcionar a baixa velocidade. Não apertar demasiado os parafusos.

Observe o funcionamento da correia após cada ajuste.

Os desvios do tapete não estão cobertos pela garantia e são da responsabilidade do utilizador. Os desvios não verificados e não corrigidos podem provocar danos graves.





3. Ajustar a correia de acionamento (motor)

As correias de acionamento são pré-ajustadas na fábrica, mas podem soltar-se com o tempo, provocando deslizamentos. Regulação:

1. Com uma chave inglesa, rodar o parafuso de regulação no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.

2. A gama de ajuste deve assegurar uma transmissão suave sem deslizamento.

Nota: Limpar regularmente as correias e as ranhuras das polias para garantir o bom funcionamento do sistema de acionamento.

a) Parafuso de ajuste; b) Motor; c) Rolo frontal; d) Correia Defeitos

típicos e métodos de reparação:

Problema	Causas prováveis	Métodos de manutenção
A passadeira não funciona	A. Está desligada da corrente	Ligar a uma tomada eléctrica
	B. A chave de segurança não está colocada	Introduzir a chave de segurança no painel
	C. Circuito de sinal aberto	Verificar a entrada do controlador e a linha de sinal
	D. A fonte de alimentação não está ligada	Colocar o interruptor de alimentação na posição NAO
	E. O fusível está queimado	Substituir o fusível
Não se move suavemente	A. Lubrificação insuficiente	Utilização de massa lubrificante à base de óleo de metil silicone
	B. As correias de transmissão estão demasiado apertadas	Ajustar as correias de transmissão para as apertar
A correia de transmissão deslizou	A. O cinto de corrida está demasiado solto	Ajustar os elásticos de corrida para os apertar
	B. A correia está solta	Ajustar a tensão da correia de acionamento

Código de avaria	Descrição do erro	Resolução de problemas
E 1	Comunicação incorrecta entre o controlador e a consola após o arranque.	O controlador entrou num estado de erro - o arranque não é possível. A consola apresenta um código de erro e emite três sinais sonoros. Causas possíveis: - a comunicação entre o controlador e a consola está bloqueada - verificar a ligação da linha de comunicação - certificar-se de que cada núcleo está completamente inserido, - se a linha de comunicação estiver danificada, substituí-la.
E 3	O cabo do motor não foi ligado corretamente.	A unidade foi desligada devido a um erro - o sinal sonoro da consola emite 9 bips e o visor apresenta o código de erro. Se a unidade voltar ao normal após o encerramento, pode entrar no modo de espera e reiniciar. Causas possíveis: - o cabo do motor não foi ligado corretamente - verificar a ligação, - o controlador pode estar avariado - verifique se não emite um cheiro característico de componentes queimados; substitua o controlador, se necessário.
	Não há sinal do sensor de velocidade - a tensão de controlo na saída para o motor CC é reduzida. A unidade não recebe feedback da velocidade do motor durante mais de 3 segundos.	A unidade foi desligada devido a um erro - o sinal sonoro da consola emitirá 9 bips e o visor mostrará o código de erro. Após 10 segundos de paragem, a unidade pode entrar no modo de espera e ser reiniciada. Causas possíveis: - ausência de sinal do sensor de velocidade durante mais de 3 segundos - verificar se a ficha do sensor está corretamente ligada e não está danificada, - se necessário, voltar a ligar a ficha ou substituir o sensor.
E 4	Inclinação	Verificar se o cabo de indução do motor do elevador está corretamente ligado. Para uma ligação fiável - desligar e voltar a ligar o conector. Verificar se o cabo de alimentação CA do motor do elevador está corretamente ligado e se os cabos CA do motor do elevador e do controlador estão devidamente marcados. Inspeccionar o estado do cabo de ligação do motor - se estiver danificado, substituí-lo ou substituir todo o motor do elevador. No Por fim, premir o botão de ensino no controlador para recomençar o processo de ensino.
E 5	Proteção contra sobreintensidades - durante o funcionamento, o sistema detectou que a corrente do motor CC excedeu o valor nominal em mais de 6 A durante mais de 3 segundos.	A unidade foi desligada devido a um erro - o sinal sonoro da consola emite 9 bips e o visor apresenta o código de erro. É possível reiniciar a unidade no modo de espera 10 segundos após a desativação. Causas possíveis: - a corrente do motor excedeu o valor nominal - o sistema activou o mecanismo de autodefesa foi ativado, - eventual bloqueio mecânico da passadeira que impeça a rotação do motor, - carga mecânica excessiva que conduz a um aumento do consumo de corrente. Acções recomendadas: - verificar e ajustar a passadeira para permitir o funcionamento correto do aparelho, - se o motor emitir ruídos anormais ou cheirar a queimado - substituir o motor ou o controlador, - verificar se a fonte de alimentação é estável e compatível com a tensão necessária - se necessário, testar o sistema com a tensão de entrada correta.
E 6	Proteção contra explosões - proteção contra impulsos: Uma tensão de alimentação incorrecta ou um funcionamento incorreto do motor (etc.) podem provocar danos no circuito do motor de acionamento.	A unidade foi desligada devido a um erro - o sinal sonoro da consola emite 9 bips e o visor apresenta o código de erro. 10 segundos após a desativação, a unidade entra no modo de espera e é possível reiniciá-la. Causas possíveis: - a tensão de alimentação é inferior a 50% do valor nominal - utilizar a tensão correta e testar novamente a unidade, - o controlador pode estar avariado - se houver um cheiro a queimado, substitua o controlador, - os fios do motor podem estar desligados ou soltos - verifique as ligações e volte a ligar os cabos.



APP Bluetooth para passadeiras



A ligação Bluetooth suporta AnyRun, Zwift e Kinomap



AnyRun

Descarregue, registe-se e inicie sessão na aplicação AnyRun, vá para a página de definições: Clique em Definições, que se encontra no canto inferior direito, clique em Dispositivos, a aplicação irá detetar códigos Bluetooth, seleccionar um código Bluetooth que seja igual ao código marcado na consola do equipamento e emparelhar.

Zwift

Descarrega, regista-te e inicia sessão na aplicação Zwift, vai à página de definições: Em DISPOSITIVOS Emparelhados, clique em RUN para a passadeira; em seguida, clique em POWER

SOURCE (Fonte de energia) e aparece um menu pop-up, selecione o código Bluetooth que é igual ao código marcado na consola do equipamento e selecione OK para emparelhar.

NOTA: O Zwift lembra-se dos dispositivos utilizados numa sessão anterior e pode tentar emparelhar com esses dispositivos se estiverem presentes e disponíveis. Se vires dispositivos emparelhados que não queres utilizar, podes simplesmente desmarcá-los e seleccionar o dispositivo que queres emparelhar.

Kinomap

Descarregue, registe-se e inicie sessão na aplicação Kinomap, aceda à página de definições: clique em Mais no canto inferior direito, clique em Gestão de equipamento, clique em + na área superior direita, selecione uma passadeira;

Em seguida, selecione a marca Bluetooth da sua escolha, por exemplo, Anyrun, etc.; Clique em conteúdo na secção Interactiva, a aplicação detectará o equipamento encontrado, seleccionará o código Bluetooth que é o mesmo que o código marcado na consola do equipamento e, em seguida, clique em ADICIONAR NOVO EQUIPAMENTO, o equipamento adicionado com êxito aparecerá.



INSTRUCȚIUNI IMPORTANTE DE SIGURANȚĂ

Vă mulțumim pentru achiziționarea acestui produs! Cu ajutorul acestuia vă veți ocupa cu ușurință de o mai bună condiție fizică, sănătate și bunăstare.

Instrucțiuni de utilizare

1. Conectați cablul de alimentare numai la o priză cu împământare. Nu utilizați cabluri prelungitoare sau adaptoare.
2. Asigurați-vă că banda de alergare stă ferm pe o suprafață plană într-o încăpere închisă și uscată.
3. Înainte de a porni banda de alergare, stați pe treptele laterale și atașați cheia de siguranță la îmbrăcăminte.
4. O singură persoană poate face exerciții pe banda de alergare în același timp.
5. Se recomandă purtarea de îmbrăcăminte sport adaptată și pantofi de fitness.
6. Dacă este necesar, reglați viteza de antrenament cu ajutorul comenzilor.
7. Când ați terminat alergarea, opriți banda de alergare folosind butonul "Stop" sau scoțând cheia de siguranță.
8. Întotdeauna opriți alimentarea și deconectați aparatul după antrenament sau înainte de a-l repositiona.
9. Consultați-vă medicul înainte de a face exerciții, mai ales dacă aveți o afecțiune cronică.
10. Curățați aparatul în mod regulat cu o cârpă uscată și evitați contactul componentelor cu apa.
11. Nu utilizați banda de alergare imediat după masă sau când sunteți obosit.
12. Funcționarea continuă a aparatului nu trebuie să depășească 2 ore.
13. Trebuie să existe un spațiu liber de min. 2000×1000 mm.
14. Deconectați întotdeauna unitatea de la sursa de alimentare în timpul întreținerii.
15. În cazul unor sunete neobișnuite, a unui miros de arsură, a unor probleme cu ecranul sau cu mișcarea curelei, opriți imediat antrenamentul, deconectați sursa de alimentare și contactați centrul de service.

Avertismente și interdicții:

⚠ Nu utilizați banda de alergare:

- dacă urmați un tratament medical și nu aveți aprobarea medicului dumneavoastră,
- dacă aveți probleme cardiace, probleme cu spatele, probleme articulare, osteoporoză sau boli cronice grave,
- în timpul sarcinii, menstruației sau când nu vă simțiți bine,
- dacă ați consumat alcool sau sunteți sub influența unor medicamente care vă afectează concentrarea,
- dacă cablul de alimentare este deteriorat sau priza este slăbită.

⚠ Este interzis să:

- să dezamblați, să modificați sau să reparați singur banda de alergare,
- să utilizați aparatul în aer liber sau în încăperi umede (de exemplu, baie),
- să porniți sau să opriți banda de alergare cu mâinile ude,
- să săriți pe sau de pe cureaua benzii de alergare în timp ce aparatul este în funcțiune,
- utilizarea benzii de alergare de către copii și persoane inconștiente sau cu deficiențe motorii.



- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 1. Consolă | 5. Cheie de siguranță |
| 2. Profil vertical | 6. Cureaua de rulare |
| 3. Capacul motorului | 7. Curea laterală |
| 4. Mâner | 8. Capac spate |

Informații tehnice

Dimensiuni (mm)	Desfășurat: 1700 x 790 x 145
	Plecat: 1180 x 790 x 1450
Curea de rulare (mm)	1420 x 500
Viteză (km/h)	1-22



1) Lista de ambalare:

1. Corp principal
2. Profiluri
3. Cadru consolă
4. Consolă
5. Cheie de siguranță
6. Ulei siliconic
7. Instrucțiuni de utilizare
8. Set de șuruburi

2) Lista de echipamente:

1. H Șurub hexagonal cu cap plat mare (M8 * 50 * 20) 4 buc.
2. Cheie în formă de L S4 1 buc
3. Șurub cu cap hexagonal (M6 * 10)
4. Cheie în formă de L S6 1 buc.
5. Șurub cu cap hexagonal M8×15 8 buc.
6. Cheie în T 6×80



INSTALARE:

Notă: Nu strângeți complet toate șuruburile în timpul instalării. Strângeți toate șuruburile atunci când componentele sunt complet instalate.

Pasul 1: Scoateți unitatea din ambalaj și așezați-o pe o suprafață plană (după cum se arată). Îndepărtați toate pungile și curelele de protecție.

Pasul 2: După cum se arată: mențineți banda de alergare în poziție verticală, introduceți profilul vertical (62) în locul corespunzător din bază (1) și apoi fixați-l cu un șurub hexagonal M8 × 50 × 20 (101) și fixați-l suplimentar cu un șurub M8 × 15 (102). Repetați operațiunea pe cealaltă parte (63).

Pasul 3: După cum se arată în figură: după conectarea cablului de comunicații pe partea dreaptă a cadrului balustradei, instalați suporturile sudate (72) în locurile corespunzătoare ale stâlpilor verticali (62) și (63) și fixați-le cu un șurub hexagonal mare M8 × 15 (102).

Pasul 4: După conectarea cablului de semnal al consolei, amplasați suportul (72) în cadrul consolei (24) și fixați-l cu șuruburi hexagonale M6×10 (103).

Pasul 5: Poziționați unitatea în locația țintă și strângeți toate șuruburile de fixare. Apoi fixați cheia de siguranță (89) - banda de alergare este gata de utilizare!

Număr	Nume	Cantitate	Număr	Nume	Cantitate
1	Bază sudată	1	54	Roată $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Șurub hexagonal M8×50×20	2	55	Pernă cilindrică $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Piuliță de blocare hexagonală M8	2	56	Bloc de ghidare rotund $\Phi 25 \times \Phi 5 \times 4,5$	10
4	Șaibă plată $\Phi 8$	2	57	Bandă $\phi 16$ (albă)	3
5	Perlă (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	Tampon EVA (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Roată $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Inel magnetic $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Dop de obturare $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Clemă pentru cablu 3/8 (UC-2)	1
8	Cadru principal	1	61	Clemă pentru cablu de alimentare SR-5R1	1
9	Suport controler	1	62	Profil vertical stânga $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Placă capac motor	1	63	Profil vertical drept $0,32 \text{ m}^2$	1
11	Țeava fixă a capacului motorului $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Cablu de comunicare SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Șurub cu cap hexagonal M8×75	1	65	Cadru	1
13	Șurub cu cap hexagonal M8×60	2	66	Șurub cu cap hexagonal M12× $\Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Placă de montare motor A	2	67	Șurub cu cap hexagonal și cap plat M10×25×15	2
15	Placă de montare motor B	1	68	Piuliță $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Șurub cu cap hexagonal plat M8×45×20	2	69	Bucșă $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Șurub cu cap hexagonal M6×30× $\Phi 16$	4	70	Șaibă plată $\Phi 14$	2
18	Șurub Phillips cu cap plat mare M5×10	2	71	Manșon pentru arborele de ridicare (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Șurub încastrat în cruce cu cap plat mare M4×10	6	72	Sudura suportului consolei	1
20	Șurub autofiletant cu cap plat mare cu adâncitură în cruce ST4×16	4	73	Cadru afișaj $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Șurub mare cu cap plat cu adâncitură transversală STx10	7	74	Șurub mare cu cap plat cu adâncitură în cruce ST4×16	19
22	Șurub autofiletant cu adâncitură în cruce ST3×10	4	75	Șurub cu cap conic ST4×15	4
23	Șurub autofiletant ST4×15	2	76	Șurub cu cap conic ST4×70	2
24	Sudarea cadrului consolei	1	77	Element $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Șaibă elastică $\Phi 8$	3	78	Șurub mare cu cap plat ST4×10	12
26	Șaibă elastică $\Phi 5$	17	79	Panou 1136EA/571×27 7×10.8	1
27	Șaibe de blocare zimțate $\Phi 5$	2	80	Capacul din spate al panoului 1136EA/571×27 7×28	1
28	Șaibă plată $\Phi 8$	3	81	Capac superior	1
29	Piuliță de blocare hexagonală M8	3	82	Capac inferior	1
30	Șurub cu cap hexagonal M10×35×20	3	83	Șaibă antiderapantă	1
31	Șurub cu cap hexagonal M10×65×20	2	84	Măsurarea ritmului cardiac	1
32	Șurub cu cap hexagonal M10	1	85	Măsurarea ritmului cardiac 7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Șaibă plată $\Phi 10$	1	86	Cablu de comunicare SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Șaibă plată $\Phi 8$	1	87	Consolă 3338EA	1
35	Cablu de comunicare SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Cablu de comunicare portabil pentru monitorul ritmului cardiac 3330EA/L- 1000mm	1
36	Șurub cu filet complet cilindric cu cap hexagonal	2	89	Cheie de siguranță J52×15×15 (L-700	1
37	Șofer	1	90	Priză de blocare de siguranță J86×20×16	1
38	Cablu L-300mm/1.5mm2/(Re d)	1	91	Panou acrilic $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Cablu L-300mm/1.5mm 2/(negru)	1	92	Ștecher în formă de D DX40×80	2
40	Comutator KCD4	1	93	Supapă unidirecțională $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Întreprupător cu revenire automată 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Scuturi	1
42	Cablu L-100mm/1.5mm2/(Re d)	1	95	Șurub hexagonal M8×30×20	1
43	Conector 3×1.0mm2×2000	1	96	Conector $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Cilindru frontal 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Piuliță hexagonală de reținere M8	2
45	Role spate 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Șaibă plată $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Motor fără perii	1	99	Tijă $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350 \text{ N}$	1
47	Motor de înclinare 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	fragment-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Platformă de rulare 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Șurub cu cap hexagonal M8×50×2 0	4
49	Curea de rulare $2930 \times 500 \times t1,6$	1	102	Șurub hexagonal cu cap plat M8×15	8
50	Capac 174 (442) PJ6	1	103	Șurub cu cap hexagonal M6×10	4
51	Capac motor 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	Cheie în formă de L 4°30°80	1
52	Capac spate $673 \times 93 \times 51$	1	105	Cheie în formă de L 6°35°80	1
53	Șină laterală $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	Cheie în formă de T 6°80	1

Sfaturi și trucuri

- **Încălzire:** Încălziți-vă timp de 5-10 minute înainte de fiecare sesiune de exerciții.
- **Respirație:** Nu vă țineți respirația în timpul exercițiilor. Inspirați pe nas și expirați pe gură - ferm și ușor. Respirația trebuie să fie coordonată cu mișcarea.
- **Frecvența:** Aceleași grupe musculare ar trebui antrenate la fiecare 48 de ore sau la fiecare două zile, pentru a acorda timp de recuperare.
- **Încărcare:** Adaptați intensitatea antrenamentului la condiția dvs. fizică. Durerea musculară este normală la început, dar va dispărea în timp dacă exercițiul este continuat.
- **Relaxare:** Luați-vă 5 minute pentru a vă relaxa după fiecare sesiune pentru a vă menține mușchii puternici și flexibili.
- **Dietă:** Nu începeți antrenamentul imediat după o masă pentru a nu vă forța sistemul digestiv. După antrenament, așteptați cel puțin 30 de minute înainte de a mânca. Evitați să beți cantități mari de apă în timpul antrenamentului pentru a nu vă suprasolicita inima și rinichii.
- **Întinderi:** indiferent de intensitatea alergării, aveți grijă să vă întindeți mușchii. Mai întâi efectuați o încălzire - cum ar fi marșul timp de 5-10 minute - apoi opriți-vă și întindeți fiecare picior timp de cel puțin 10 secunde, repetând exercițiul de cinci ori. După antrenament, repetați întinderile.

1. Îndoiri înainte

Cu genunchii ușor îndoiti, aplecați-vă încet înainte, permițând spatelui și umerilor să se relaxeze, iar mâinilor să vă atingă degetele de la picioare. Țineți poziția timp de 10 până la 15 secunde, apoi relaxați-vă. Repetați de 3 ori (a se vedea figura 1).

2. Întinderea tendoanelor genunchiului

Așezați-vă pe o pernă curată și îndreptați un picior. Trageți celălalt picior înăuntru, astfel încât să fie lipit de interiorul piciorului întins. Încercați să vă atingeți degetele de la picioare cu mâinile. Mențineți poziția timp de 10-15 secunde, apoi relaxați-vă. Repetați de 3 ori pentru fiecare picior (a se vedea figura 2).

3. Întinderea tendoanelor gambei și călcâiului

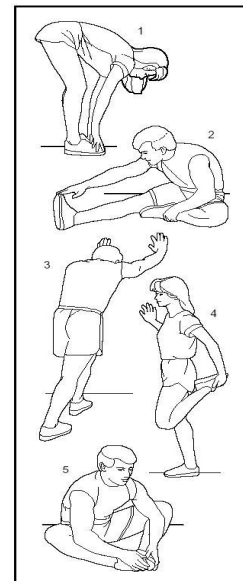
Sprîjiniți-vă de un perete sau de un copac cu două mâini și, întindeți gamba spre spate. Țineți piciorul din spate drept și călcăiele pe sol, aplecându-vă spre perete sau copac. Țineți timp de 10-15 secunde și apoi relaxați-vă. Repetați de 3 ori cu fiecare picior (a se vedea figura 3).

4. Întinderea mușchilor cvadricepsului

Sprîjiniți-vă de un perete sau de masă cu mânăstângă, apoi întoarceți-vă cu mână dreaptă, prindeți-vă glezna dreaptă și trageți încet spre solduri până când simțiți mușchii din fața coapselor încordate. Țineți timp de 10-15 secunde și apoi relaxați-vă. Repetați de 3 ori pentru fiecare picior (a se vedea figura 4).

5. Întinderea mușchilor din interiorul coapselor

Așezați-vă cu picioarele față în față și genunchii orientați spre exterior. Prindeți-vă picioarele cu ambele mâini și trageți-le spre inghinali. Țineți timp de 10-15 secunde și apoi relaxați-vă. Repetați de 3 ori (a se vedea figura 5).

**Instrucțiuni pentru panoul consolei**

1. Comenzi rapide pentru înclinare
2. Înclinarea "în sus" și "în jos"
3. Program
4. Oprire

5. Start/Pauză
6. Program
7. Viteza "sus" și "jos"
8. Comenzi rapide de viteză

1. Programul P01 este un program de utilizare manuală, programele P01-P36 sunt programe de antrenament automate încorporate; posibilitatea de a crea profiluri pentru 3 utilizatori și funcția de calcul al IMC.
2. Afișaj LED cu 14 butoane de control.
3. Funcție încorporată de conversie a unității de viteză și distanță (km↔ mile).
4. Gama de viteze: 1.0-20.0 km/h (0.6-12.5 mph).
5. Interval de înclinare: 0-15%.
6. Sistem de protecție: suprasarcină, supracurent, supraviteză, precum și protecție împotriva interferențelor electromagnetice și altele.
7. Funcție de autotestare și afișare a codurilor de eroare și defecțiune.
8. Trei moduri de utilizare configurabile.
9. Suport pentru funcția ERP (gestionarea eficientă a energiei).
10. Funcție de reamintire pentru lubrifierea (realimentarea) curelei de rulare.

Descrierea ferestrei

1. CALORII - arată numărul de calorii arse.
2. TIME - indică durata antrenamentului.
3. DISTANȚĂ - afișează distanța parcursă.
4. INCLINE - arată nivelul curent de înclinare.
5. PULSE - indică ritmul cardiac măsurat.
6. SPEED - arată viteza curentă.

Conversia unităților de măsură:

- 1) Cu dispozitivul de blocare de siguranță deconectat, apăsați simultan butoanele "PROGRAM" și "MODE", afișajul va arăta 0,6, - distanța afișată în mile
- 2) Cu blocajul de siguranță deconectat, apăsați simultan butoanele "PROGRAM" și "MODE", afișajul va indica 1,0, care reprezintă conversia milelor în kilometri; distanța indicată în kilometri

FUNCTII:

"PROG" - buton de selectare a programului: când este oprit, permite selectarea ciclică a programelor P01-P36, a utilizatorilor U01-U03 și a funcției BMI.

"MODE" - modul de funcționare:

Atunci când este selectat modul manual, setarea implicită este modul normal.

Apăsați butonul "MODE" pentru a comuta între modul de numărătoare inversă a timpului → numărătoare inversă a distanței → numărătoare inversă a calorilor → modul normal. De asemenea, acționează ca un buton de resetare - restabilește intervalul implicit de numărătoare inversă (30 de minute) în programele P01-P36.

"START" - buton de pornire/pausă:

În modul de oprire, pornește banda de alergare. În modul rulare, oprește dispozitivul (pauză). Este posibil ca funcția de pauză să nu funcționeze dacă banda de alergare este conectată la Bluetooth.

"STOP" - butonul de oprire/restare:

În timp ce aparatul este în funcțiune, apăsarea butonului STOP oprește treptat aparatul. Atunci când afișajul indică ERR, apăsarea butonului șterge această informație.

"+" - buton de creștere a vitezei:

În modul de oprire sau la măsurarea grăsimii corporale, servește la creșterea valorii parametrului setat. Când banda de alergare rulează, mărește viteza.

"-" - buton de reducere a vitezei:

În modul de oprire sau de măsurare a grăsimii corporale - reduce valoarea parametrului setat. În modul de alergare - reduce viteza curentă de alergare.

"QUICK SPEED" - butoane de selectare rapidă a vitezei (3, 6, 9 km/h):

În modul alergare, permit setarea imediată a vitezei setate.

"▲" - buton de creștere a înclinației.

"▼" - buton pentru diminuarea înclinației.

"QUICK INCLINE" - butoane de selectare rapidă a înclinației (3, 6, 9%): Când banda de alergare este în funcțiune, vă permit să setați direct o anumită înclinație.

Rupere de urgență

Constă dintr-o clemă și un cablu de nailon. În orice situație în care cheia este scoasă din priză, banda de alergare va înceta automat să funcționeze, funcționarea consolei va fi blocată și ecranul va afișa "E-07" împreună cu un semnal sonor. Când cheia este reintrodusă, ecranul va afișa starea timp de 2 secunde și apoi banda de alergare va intra în modul gata de funcționare.

Programul USER: sistemul permite crearea a trei profiluri individuale: USER1-USER3. Pentru a activa modul utilizator, apăsați butonul "PROG" și selectați USER1, USER2 sau USER3. Apoi apăsați "MODE" pentru a intra în setările programului sau imediat "START" pentru a începe antrenamentul. În modul editare, pot fi configurate 10 secțiuni ale antrenamentului, specificând viteza și înclinarea în fiecare secțiune.

Odată ce setările sunt finalizate, apăsați "START" pentru a începe programul. Datele vor fi salvate automat și vor fi disponibile pentru sesiunile ulterioare.

CHEIE DE SIGURANȚĂ:

Cheia de siguranță constă dintr-un comutator tactil, o clemă de rufe și un cablu de nailon pentru a preveni oprirea accidentală a aparatului. Ori de câte ori blocajul de siguranță nu este în poziția corectă, banda de alergare se oprește din funcționare, funcționarea consolei este blocată și ecranul afișează "E-07" împreună cu un semnal sonor. Atunci când dispozitivul de blocare este poziționat corect, ecranul este afișat timp de 2 secunde și apoi banda de alergare intră în modul de funcționare implicit.

Program utilizator - USER

Modul USER vă permite să vă setați propriul program de antrenament. Sunt disponibile trei profiluri: USER1, USER2 și USER3. Pentru a utiliza acest mod:

1. Apăsați butonul "PROG" pentru a selecta USER1-USER3.
2. Apăsați butonul "MODE" pentru a configura programul sau "START" pentru a începe antrenamentul.
3. Utilizați butonul "MODE" pentru a seta cele 10 secțiuni de viteză și unghi de înclinare.
4. Când setările sunt finalizate, apăsați "START" pentru a porni banda de alergare. Programul va fi salvat și va fi disponibil data viitoare când o porniți.

Ghid de siguranță

1. Conectați fișa cablului de alimentare la o priză de 10 A cu împământare, porniți întrerupătorul de alimentare. Pe ecran vor apărea un afișaj complet și un bip. Apoi, conectați cheia de siguranță.
2. Puneți cheia pe consolă și atașați clema la îmbrăcăminte, la nivelul pieptului. Ecranul va afișa afișajul complet timp de 2 secunde și apoi va comuta în modul implicit: toate valorile sunt resetate la zero, setările sunt resetate, programul manual (P0) este activat.
3. Apăsați "PROG" pentru a selecta programul P01-P36, U01-U03 sau BMI.
4. Programul P0 este un mod manual cu patru moduri de antrenament posibile:
 - Modul 1: Timp incremental - timp, distanță și contor de calorii. Implicit: 1,0 km/h, înclinație 0.
 - Modul 2: Timp de numărătoare inversă - interval 5-99 min, implicit 30:00.
 - Modul 3: Numărătoare inversă a distanței - interval 1.0-99.0 km, implicit 1 km.
 - Modul 4: Numărătoare inversă calorii - interval 20-990 cal, implicit 50 cal. Programele P01-P36 sunt predefinite de sistem - toate funcționează în modul numărătoare inversă.
5. Programele P01-P36 sunt setări de sistem predefinite - toate funcționează în modul numărătoare inversă.
6. După setarea parametrilor, apăsați "START". Va fi afișată o numărătoare inversă de 5 secunde, care se va încheia cu un semnal sonor, după care banda de alergare va porni cu o viteză crescândă.
7. În timpul antrenamentului, puteți regla viteza utilizând butoanele "+", "-" sau "QUICK SPEED".
8. În programele P01-P36, viteza este împărțită în 10 segmente. Fiecare segment durează aceeași cantitate de timp, în funcție de timpul total. O schimbare de segment este semnalată prin trei semnale acustice cu 3 secunde înainte de comutare.
9. Apăsați "START" în timpul funcționării pentru a comuta între pauză și funcționare. Reluarea va păstra setările salvate.
10. Apăsați "STOP" pentru a opri motorul - unitatea va reveni la starea sa inițială.
11. Unghiul de înclinare poate fi reglat cu "+", "-" sau "QUICK INCLINE".
12. Îndepărtarea cheii de siguranță va opri automat banda de alergare, va afișa mesajul "E-07" și va declanșa un semnal sonor.
13. Sistemul monitorizează constant siguranța - orice eroare detectată va duce la oprirea funcționării și la afișarea unui mesaj corespunzător.
14. Pentru a șterge mesajul de eroare, apăsați "STOP".
15. Test BMI (versiunea asiatică):
 - Apăsați "PROG", selectați "BMI".
 - Setări parametrii F1-F5:
 - o F1 - Sex (1: masculin, 2: feminin), implicit 1
 - o F2 - Vârsta: 1-99, implicit 25
 - o F3 - Înălțime (cm): 100-220, implicit 170
 - o F4 - Greutate (kg): 20-150, implicit 70
 - o F5 - Începeți testul: Țineți apăsat senzorul de ritm cardiac timp de 4 secunde - ecranul va afișa rezultatul IMC.
 - Interpretare (norme asiatice):
 - o <18 - slab
 - o 18-24 - greutate ideală
 - o 25-28 - supraponderal
 - o >29 - obezitate

16. Testul IMC (metoda britanică):

- Înălțime (inci): 39-87, implicit 67
- Greutate (lire sterline): 44-330, implicit 154
- Restul parametrilor sunt identici cu cei de mai sus
- Rezultatul IMC apare la 4 secunde după plasarea mâinii pe senzori

Funcția de economisire a energiei (ERP)

În mod implicit, sistemul pornește în modul ERP. Dacă banda de alergare nu este utilizată, aceasta intră în modul de așteptare după aproximativ 4,5 minute. Pentru a o trezi, apăsați orice buton. În modul de așteptare, țineți apăsat butonul "MODE" timp de 3 secunde pentru a opri ERP-ul ("2222" va fi afișat), iar dacă țineți apăsat din nou butonul "MODE", ERP-ul va fi din nou pornit ("1111" va fi afișat).

Tabel de viteze și înclinații pentru programele automate P01-P36; sistem metric (TABEL 1)

Tabel de viteză și înclinare pentru programele automate P01-P36; în inci (TABEL 2)

Codul problemei	Cauza probabilă	Reparare
Sistemul nu funcționează	A. Alimentarea nu este conectată sau nu este pomită	Conectați alimentarea sau poziționați comutatorul de alimentare în poziția "NO"
	B. Blocajele de siguranță nu sunt în poziție	Setați blocajul de siguranță în poziția corectă
	C. Controlerul sau consola nu sunt pomite	Înlocuiți controlerul sau consola
	D. Contact slab între linii	Verificați intrările și ieșirile sistemului și liniile de comunicație liniile de comunicație
Oprire bruscă în condiții normale	A. Blocarea de siguranță a căzut	Reinstalați
	B. Eroare de sistem	Cereți tehnicianului de service să se ocupe de ea
Cheie defectă	Tastă incorectă	Înlocuiți consola sau placa de bază
E-01	A. Cablul de comunicare are o conectivitate slabă	Reconectați cablul de comunicare și verificați dacă portul este conectat corect sau înlocuiți cablul de comunicare.
	B. Consolă defectă	Schimbați consola
	C. Controler defect	Schimbați controlerul
E-02	A. Motor defect	Schimbați motorul
	B. Cablul motorului este conectat incorect la controler sau controlerul este conectat incorect.	Verificați și reconectați sau înlocuiți controlerul
E-03	A. Senzorul fotoelectric nu este instalat corect	Verificați și reconectați
	B. Senzor fotoelectric defect	Înlocuiți fotosenzorul
	C. Senzor fotoelectric murdar sau prim contact slab	Verificați și reconectați/curățați senzorul
	D. Controler defect	Înlocuiți controlerul
E-05	A. Controler defect	Înlocuiți controlerul
	B. Motor defect	Înlocuiți motorul
	C. Defecțiune mecanică	Verificați dacă uleiul sau tamburul nu este blocat.
E-07	Consola nu detectează semnalul de blocare de securitate	1. Verificați dacă interblocarea de siguranță este la locul ei; 2. Reinstalați mecanismul de blocare de siguranță;
Nu există semnal de ritm cardiac	A. Cablul mânerului nu este introdus în poziție sau cablul mânerului nu este bun	Verificați și conectați sau înlocuiți cablul mânerului
	B. Defecțiune a circuitului sistemului electronic	Înlocuiți consola
Linii ale consolei incomplete sau lipsă	A. Ecranul este defect	Înlocuiți placa de bază sau ecranul
	B. Defecțiune a sistemului	Înlocuirea consolei

PLIEREA ȘI MUTAREA BENZII DE ALERGARE:

1. Plecarea benzii de alergare

Deconectați sursa de alimentare înainte de pliere. Asigurați-vă că înclinarea benzii de alergare este setată la cel mai mic nivel. Ridicați banda de alergare într-o poziție verticală - piesele de conectare se vor bloca automat în sistemul hidraulic. Verificați dacă piesele de conectare sunt într-adevăr blocate, așa cum se arată în ilustrație.

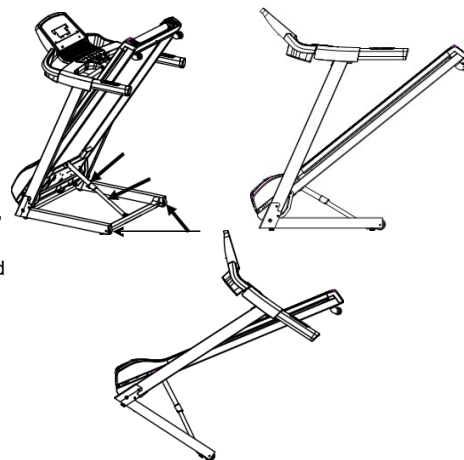
2. Instalarea benzii de alergare

Alegeți o suprafață plană, fără obstacole, la aproximativ 1 metru distanță de o priză electrică. La desfășurare, prindeți banda de alergare cu ambele mâini, călcați pe conector cu picioarele - banda de alergare se va coborî încet la sol. În acest timp, utilizatorul trebuie să rămână la o distanță de aproximativ 1 metru până când unitatea s-a desfășurat complet, așa cum se arată.

3. Deplasarea benzii de alergare înainte de a deplasa banda de alergare, asigurați-vă că:

- Întrerupătorul de alimentare este setat pe "oprit".
- Ștecherul de alimentare a fost deconectat de la priză.
- Cadru principal a fost asamblat corespunzător.

După parcurgerea instrucțiunilor de mai sus, prindeți capătul benzii de alergare cu o mână și cotiera de pe aceeași parte cu cealaltă mână. Apoi, cu aparatul la un unghi de 40-50° față de piept, deplasați-l încet, așa cum se arată.



GHID DE ÎMPĂMÂNTARE:

Acest produs este echipat cu un conductor de protecție și o priză cu împământare. Banda de alergare trebuie să fie conectată la o priză de împământare adecvată, în conformitate cu reglementările locale.

Pericol! Dacă nu sunteți sigur dacă aparatul a fost corect pus la pământ, contactați un electrician calificat sau un centru de service autorizat. Nu modificați singur fișa furnizată cu produsul. Dacă ștecherul nu este compatibil, un electrician calificat trebuie să instaleze priza corectă.

INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE A BENZII DE ALERGARE

1. Porniți alimentarea, desfășurați banda de alergare în poziția cea mai joasă și verificați dacă funcționează corect.
 2. Prindeți cordonul de siguranță de hainele dvs.
 3. Asigurați-vă că banda de alergare funcționează corect și este stabilă înainte de a începe exercițiul. Nu stați direct pe cureaua benzii de alergare atunci când porniți banda de alergare. Startul corect este să vă poziționați pe șinele laterale, cu mâinile sprijinite pe mânere. După ce apăsați butonul butonului "START" și țineți mânerul, banda de alergare va porni după 5 secunde la o viteză de 1,0 km/h. Apoi apăsați butonul "+" pentru a crește viteza la 2,5-3,5 km/h - aceasta este viteză optimă pentru alergare. Țineți ambele mâini pe ghidon și pășiți treptat în bandă pe măsură ce începeți exercițiul. Deplasați-vă într-un ritm în concordanță cu mișcarea benzii.
 4. După câteva minute, puteți crește viteza cu butonul "+" sau o puteți reduce cu butonul "-", ținând mâinile pe mânere.
 5. În timpul funcționării, puteți seta, de asemenea, o viteză constantă selectând-o direct din panou.
 6. Apăsarea butonului "STOP" în orice moment oprește motorul.
 7. Utilizarea modurilor presetate Conectați și porniți alimentarea. Apăsați butonul "SELECT" pentru a selecta modul dorit și apoi "START" pentru a-l porni. În orice moment puteți regla viteza folosind butoanele "+" sau "-" sau puteți opri aparatul apăsând butonul "STOP".
 8. Testarea funcției HRC Când aparatul este pornit, puneți-vă mâinile pe senzorii metalici de ritm cardiac - valoarea HRC va apărea în fereastra de afișare.
- Notă:** Scoaterea butonului de siguranță oprește imediat banda de alergare și dezactivează computerul. Pe ecran va apărea un mesaj: "-----".

ÎNȚREȚINERE: Întreținerea corespunzătoare este esențială pentru funcționarea fiabilă și sigură a benzii de alergare. Neglijarea acesteia poate duce la deteriorarea sau scurtarea duratei de viață a aparatului. Toate componentele trebuie să fie inspectate și strânse în mod regulat. Piesele uzate trebuie înlocuite imediat.

LUBRIFICARE: Banda de alergare a fost lubrifiată la fabrică în timpul producției. Cu toate acestea, după o anumită perioadă de utilizare, cureaua de rulare necesită lubrifiere regulată cu un ulei special de silicon.

Recomandări pentru frecvența de lubrifiere:

- Utilizați mai puțin de 3 ore pe săptămână - lubrifiere la fiecare 5 luni
- Utilizați 4-7 ore pe săptămână - lubrifiere la fiecare 2 luni
- Utilizați mai mult de 7 ore pe săptămână - lubrifiere lunară

Notă: Lubrifierea prea frecventă nu este recomandată. Lubrifierea corespunzătoare este un factor cheie în durata de viață și performanța benzii de alergare. Pentru a verifica dacă este necesară lubrifierea, ridicați părțile laterale ale curelei benzii de alergare și atingeți partea din spate, centrală a curelei:

- Dacă puteți simți siliconul - lubrifierea nu este necesară.
- Dacă suprafața este uscată - efectuați lubrifierea.

Instrucțiuni de lubrifiere:

1. Opriti mașina și pliați banda de alergare.
2. Ridicați cureaua de rulare din partea din spate a cadrului principal.
3. Ținând sticla cât mai aproape de centrul curelei, pulverizați ulei de silicon - pe ambele părți.

Rulați banda de alergare la 1 km/h pentru a distribui uniform uleiul pe suprafața benzii de alergare.

1. Reglarea curelei de rulare

În fabrică, cureaua de rulare este reglată corect. Cu toate acestea, ca urmare a utilizării, aceasta se poate slăbi, ducând la ruperi sau alunecări. În acest caz, strângeți șuruburile de reglare - fiecare cu o jumătate de tură la stânga sau la dreapta.

Dacă cureaua este prea slăbită, aceasta poate aluneca pe scripete. În schimb, o tensiune prea mare poate suprasolicita motorul și deteriora motorul, cureaua, rolele sau alte componente.

2. Reglarea deviației curelei

Deși cureaua este reglată în fabrică, aceasta se poate deplasa după timp. Cele mai frecvente cauze sunt:

- Aliniere instabilă a benzii de alergare,
- Alergarea cu o deplasare laterală,
- Distribuția inegală a presiunii piciorului.

Dacă nealinierea nu este permanentă, rularea benzii de alergare timp de câteva minute fără sarcină poate restabili echilibrul. Dacă este necesar, efectuați o reglare manuală folosind o cheie Allen de 6 mm - rotind șurubul cu o jumătate de tură.

Exemplul 1: cureaua alunecă spre stânga → Strângeți șurubul din stânga (în sensul acelor de ceasornic) → Sau slăbiți șurubul din dreapta (în sensul invers acelor de ceasornic)

Exemplul 2: cureaua se deplasează spre dreapta → Strângeți șurubul din dreapta (în sensul acelor de ceasornic) → Sau slăbiți

șurubul din stânga (în sens contrar acelor de ceasornic) CHEIE DE REGLAJ:

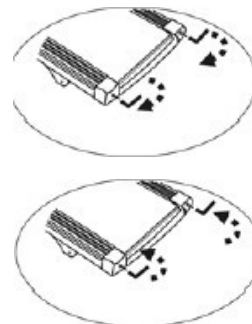
În sensul acelor de ceasornic= strângere În sensul invers acelor de ceasornic= slăbire
Cureaua se deplasează întotdeauna spre partea care este mai slăbită.

Sfaturi:

Rulați banda de alergare la viteză mică înainte de fiecare ajustare. Nu strângeți prea tare șuruburile.

Observați funcționarea curelei după fiecare reglare.

Deviațiile centurii nu sunt acoperite de garanție și sunt responsabilitatea utilizatorului. Deflecțiile neverificate și necorectate pot duce la deteriorări grave.





3. Reglarea curelei de transmisie (motor)

Curelele de transmisie sunt prereglate în fabrică, dar se pot slăbi în timp, ducând la alunecare. Reglare:

1. Utilizați o cheie pentru a roti șurubul de reglare în sensul invers acelor de ceasornic.
2. Intervalul de reglare trebuie să asigure o transmisie lină, fără alunecare.

Notă: Curățați curelele și canelurile scripetilor în mod regulat pentru a asigura buna funcționare a sistemului de transmisie.

a) Șurub de reglare; b) Motor; c) Rulou frontal; d) Curea

Defecțiuni tipice și metode de reparare:

Probleme	Cauze probabile	Metode de întreținere
Banda de alergare nu funcționează	A. Este scoasă din priză	Conectați-o la o priză
	B. Cheia de siguranță nu este așezată	Introduceți cheia de siguranță în panou
	C. Circuit de semnal deschis	Verificați intrarea controlerului și linia de semnal
	D. sursa de alimentare nu este pomită	Setați comutatorul de alimentare în poziția NO
	E. Siguranța a sărit	Înlocuiți siguranța
Nu se mișcă lin	A. Lubrifiere insuficientă	Utilizați unsoare pe bază de ulei de metil silicon
	B. Benzile de rulare sunt prea strânse	Reglați benzile de rulare pentru strângere
Banda de rulare a alunecat	A. Centura de alergare este prea slăbită	Reglați benzile de alergare pentru strângere
	B. Curea este slăbită	Reglați tensiunea curelei de transmisie

Codul defecțiunii	Descrierea erorii	Rezolvarea problemelor
E 1	Comunicare incorectă între controler și consolă după pornire.	Controlerul a intrat într-o stare de eroare - pornirea nu este posibilă. Consola afișează un cod de eroare și emite trei semnale sonore. Cauze posibile: • comunicarea dintre controler și consolă este blocată - verificați conexiunea liniei de comunicare, • asigurați-vă că fiecare miez este introdus complet, • dacă linia de comunicare este deteriorată, înlocuiți-o.
E 3	Cablul motorului nu a fost conectat corect.	Unitatea a fost oprită din cauza unei erori - buzzerul consolei va emite 9 semnale sonore, iar afișajul va indica codul de eroare. Dacă unitatea revine la normal după oprire, este posibil să intre în modul de așteptare și să repornească. Cauze posibile: • cablul motorului nu a fost conectat corect - verificați conexiunea, • regulatorul poate fi defect - verificați dacă nu emite un miros caracteristic de componente arse; înlocuiți regulatorul dacă este necesar.
	Niciun semnal de la senzorul de viteză - tensiunea de control la ieșirea către motorul de curent continuu este redusă. Unitatea nu primește feedback privind viteza motorului pentru mai mult de 3 secunde.	Unitatea a fost oprită din cauza unei erori - buzzerul consolei va emite 9 semnale sonore, iar afișajul va indica codul de eroare. După 10 secunde de oprire, unitatea poate intra în modul standby și poate fi repornită. Cauze posibile: • niciun semnal de la senzorul de viteză pentru mai mult de 3 secunde - verificați dacă fișa senzorului este conectată corect și nu este deteriorată, • dacă este necesar, reconectați fișa sau înlocuiți senzorul.
E 4	Panta	Verificați dacă cablul de inducție al motorului ascensorului este conectat corect. Pentru o conexiune fiabilă - deconectați și reconectați conectorul. Verificați dacă cablul de alimentare CA al motorului ascensorului este conectat corect și dacă cablurile CA ale motorului ascensorului și ale controlerului sunt marcate corespunzător. Inspectați starea cablului de conectare a motorului - dacă este deteriorat, înlocuiți-l sau înlocuiți întregul motor al ascensorului. La final, apăsați butonul de predare de pe controler pentru a începe din nou procesul de predare.
E 5	Protecție la supracurent - în timpul funcționării, sistemul a detectat că curentul motorului de curent continuu a depășit valoarea nominală cu mai mult de 6 A pentru mai mult de 3 secunde.	Unitatea a fost oprită din cauza unei erori - buzzerul consolei va emite 9 semnale sonore, iar afișajul va afișa codul de eroare. Este posibilă repornirea unității în modul standby la 10 secunde după oprire. Cauze posibile: • curentul motorului a depășit valoarea nominală - sistemul a activat mecanismul de autoapărare a fost activat, • posibil blocaj mecanic al benzii de alergare care împiedică rotirea motorului, • sarcină mecanică excesivă care conduce la o creștere a consumului de curent. Acțiuni recomandate: • verificați și reglați banda de alergare pentru a permite funcționarea corectă a unității, • dacă motorul scoate zgomote neobișnuite sau miroase a ars - înlocuiți motorul sau controlerul, • verificați dacă sursa de alimentare este stabilă și compatibilă cu tensiunea necesară - dacă este necesar testați sistemul cu tensiunea de intrare corectă.
E 6	Protecție împotriva exploziilor - protecție împotriva impulsurilor: Tensiunea de alimentare incorectă sau funcționarea incorectă a motorului (etc.) pot duce la deteriorarea circuitului motorului de acționare.	Unitatea a fost oprită din cauza unei erori - buzzerul consolei va emite 9 semnale sonore, iar afișajul va indica codul de eroare. La 10 secunde după deconectare, unitatea va intra în modul standby și va fi posibilă repornirea acesteia. Cauze posibile: • tensiunea de alimentare este mai mică de 50% din valoarea nominală - utilizați tensiunea corectă și testați din nou unitatea, • controlerul poate fi defect - dacă există un miros de arsură, înlocuiți controlerul, • cablurile motorului pot fi deconectate sau slăbite - verificați conexiunile și reconectați cablurile din nou.



Aplicație Bluetooth pentru banda de alergat



Conexiunea Bluetooth acceptă AnyRun, Zwift și Kinomap



AnyRun

Descărcați, înregistrați-vă și conectați-vă la aplicația AnyRun, mergeți la pagina de setări: Faceți clic pe Setări, care este în colțul din dreapta jos, faceți clic pe Dispozitive, aplicația va detecta codurile Bluetooth, selectați un cod Bluetooth care este același cu codul marcat pe consola echipamentului și împerecheați.

Zwift

Descărcați, înregistrați-vă și conectați-vă la aplicația Zwift, mergeți la pagina de setări: Sub PAIRED DEVICES, faceți clic pe RUN pentru banda de alergat; apoi faceți clic pe POWER

SOURCE și va apărea un meniu pop-up, selectați codul Bluetooth care este același cu codul marcat pe consola echipamentului și selectați OK pentru împerechere.

NOTĂ: Zwift reține dispozitivele utilizate într-o sesiune anterioară și poate încerca să se împerecheze cu acele dispozitive dacă sunt prezente și disponibile. Dacă vedeți dispozitive împerecheate pe care nu doriți să le utilizați, puteți pur și simplu să le deselectați și să selectați dispozitivul pe care doriți să îl împerecheați.

Kinomap

Descărcați, înregistrați-vă și conectați-vă la aplicația Kinomap, accesați pagina de setări: faceți clic pe Mai multe în colțul din dreapta jos, faceți clic pe Gestionarea echipamentului, faceți clic pe + în zona din dreapta sus, selectați obandă de alergare; Apoi selectați marca Bluetooth dorită, de exemplu Anyrun etc.; Faceți clic pe conținut în secțiunea interactivă, aplicația va detecta echipamentul găsit, selectați codul Bluetooth care este același cu codul marcat pe consola echipamentului, apoi faceți clic pe ADAUGĂ UN NOU ECHIPAMENT, echipamentul adăugat cu succes va apărea.



DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Ďakujeme, že ste si zakúpili tento výrobok! S jeho pomocou sa ľahko postaráte o svoju lepšiu kondíciu, zdravie a pohodu.

Návod na použitie

1. Napájací kábel zapájajte len do uzemnenej zásuvky. Nepoužívajte predlžovacie káble ani adaptéry.
2. Uistite sa, že bežecký pás stojí pevne na rovnom povrchu v uzavretej, suchej miestnosti.
3. Pred spustením bežeckého pásu sa postavte na bočnice a pripevnite si na odev bezpečnostný kľúč.
4. Na bežiacom páse môže naraz cvičiť len jedna osoba.
5. Odporúča sa nosiť priliehavé športové oblečenie a fitness obuv.
6. V prípade potreby upravte rýchlosť cvičenia pomocou ovládacích prvkov.
7. Po skončení behu zastavte bežecký pás pomocou tlačidla "Stop" alebo vytiahnutím bezpečnostného kľúča.
8. Po cvičení alebo pred premiestnením stroja vždy vypnite napájanie a odpojte ho zo zásuvky.
9. Pred cvičením sa poraďte s lekárom, najmä ak máte chronické ochorenie.
10. Zariadenie pravidelne čistite suchou handričkou a zabráňte kontaktu komponentov s vodou.
11. Bežecký pás nepoužívajte bezprostredne po jedle alebo pri únave.
12. Nepretržitá prevádzka zariadenia by nemala presiahnuť 2 hodiny.
13. K dispozícii by mal byť voľný priestor s rozmermi min. 2000 x 1000 mm.
14. Počas údržby vždy odpojte jednotku od elektrickej siete.
15. V prípade neobvyklých zvukov, zápachu horenia, problémov s obrazovkou alebo pohybom pásu okamžite zastavte tréning, odpojte napájanie a kontaktujte servisné stredisko.

Upozornenia a zákazy:

⚠ Nepoužívajte bežecký pás:

- Ak sa podrobujete lekárskej liečbe a nemáte súhlas lekára,
- ak máte problémy so srdcom, chrbticou, kĺbmi, osteoporózou alebo závažné chronické ochorenia,
- počas tehotenstva, menštruácie alebo keď sa necítite dobre,
- ak ste pili alkohol alebo ste pod vplyvom drog, ktoré zhoršujú vašu koncentráciu,
- ak je poškodený napájací kábel alebo uvoľnená zásuvka.

⚠ Je zakázané:

- rozoberať, upravovať alebo opravovať bežecký pás svojpomocne,
- používať prístroj vonku alebo vo vlhkých priestoroch (napr. v kúpeľni),
- zapínať alebo vypínať bežecký pás mokrými rukami,
- skákať na bežecký pás alebo z neho počas chodu stroja,
- používanie bežeckého pásu deťmi a osobami s motorickými poruchami.



- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. Konzola | 5. Bezpečnostný kľúč |
| 2. Vertikálny profil | 6. Pohyblivý pás |
| 3. Kryt motora | 7. Bočnice |
| 4. Rukoväť | 8. Zadný kryt |

Technické informácie

Veľkosť (mm)	V rozloženom stave: 1700 x 790 x 145
	V zloženom stave: 1180 x 790 x 1450
Pohyblivý pás (mm)	1420 x 500
Rýchlosť (km/h)	1-22



1) Zoznam balenia:

1. Hlavné teleso
2. Profily
3. Rám konzoly
4. Konzola
5. Bezpečnostný kľúč
6. Silikónový olej
7. Návod na obsluhu
8. Súprava skrutiek

2) Zoznam vybavenia:

1. H šesťhranná skrutka s veľkou plochou hlavou (M8 * 50 * 20) 4ks.
2. Kľúč v tvare L S4 1ks
3. Skrutka so šesťhrannou hlavou (M6*10)
4. Kľúč v tvare L S6 1ks.
5. Skrutka so šesťhrannou hlavou M8 x 15 8ks.
6. Kľúč T 6x80



INŠTALÁCIA:

Upozornenie: Počas inštalácie nedotiahnite všetky skrutky úplne. Všetky skrutky utiahnite, keď sú komponenty úplne nainštalované.

Krok 1: Vyberte jednotku z obalu a položte ju na rovný povrch (ako je znázornené na obrázku). Odstráňte všetky vrecká a ochranné pásy.

Krok 2: Ako je znázornené na obrázku: udržiavajte bežecký pás vo zvislej polohe, vložte vertikálny profil (62) do príslušného miesta v základni (1) a potom ho upevnite šesťhrannou skrutkou M8 x 50 x 20 (101) a ďalej ho zaistíte skrutkou M8 x 15 (102). Operáciu zopakujte aj na druhej strane (63).

Krok 3: Ako je znázornené na obrázku: po pripojení komunikačného kábla na pravej strane rámu zábradlia nainštalujte zvárané konzoly (72) na zodpovedajúce miesta zvislých stĺpkov (62) a (63) a zaistíte ich veľkou šesťhrannou skrutkou M8 x 15 (102).

Krok 4: Po pripojení signálneho kábla konzoly umiestnite držiak (72) do rámu konzoly (24) a zaistíte ho šesťhrannými skrutkami M6 x 10 (103).

Krok 5: Umiestnite jednotku na cieľové miesto a utiahnite všetky upevňovacie skrutky. Potom pripojte bezpečnostný kľúč (89) - bežecký pás je pripravený na použitie!

Číslo	Názov	Množstvo	Číslo	Názov	Množstvo
1	Zváraná základňa	1	54	Koleso $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Šesťhranná skrutka $M8 \times 50 \times 20$	2	55	Valcový vankúš $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Šesťhranná poistná matica M8	2	56	Okrúhly vodiaci blok $\phi 25 \times \phi 5 \times 4,5$	10
4	Plochá podložka $\Phi 8$	2	57	Páska $\phi 16$ (biela)	3
5	Korálík (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	Podložka EVA (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Koleso $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Magnetický krúžok $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Zaslepovacia zátka $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Káblové svorky 3/8 (UC-2)	1
8	Hlavný rám	1	61	Svorka napájacieho kábla SR-5R1	1
9	Držiak ovládača	1	62	Ľavý vertikálny profil $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Krycia doska motora	1	63	Pravý vertikálny profil $0,32 \text{ m}^2$	1
11	Pevná rúra krytu motora $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Komunikačný kábel SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Skrutka so šesťhrannou hlavou $M8 \times 75$	1	65	Rám	1
13	Skrutka so šesťhrannou hlavou $M8 \times 60$	2	66	Skrutka so šesťhrannou hlavou $M12 \times \Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Doska na upevnenie motora A	2	67	Skrutka so šesťhrannou plochou hlavou $M10 \times 25 \times 15$	2
15	Doska na upevnenie motora B	1	68	Matica $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Šesťhranná plochá skrutka $M8 \times 45 \times 20$	2	69	Puzdro $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Skrutka so šesťhrannou hlavou $M6 \times 30 \times \Phi 16$	4	70	Plochá podložka $\Phi 14$	2
18	Krížová skrutka s veľkou plochou hlavou $M5 \times 10$	2	71	Objímka zdvíhacieho hriadeľa (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Krížová skrutka s veľkou plochou hlavou $M4 \times 10$	6	72	Zváry konzoly	1
20	Samorezná skrutka s veľkou plochou hlavou s krížovým vybraním $ST4 \times 16$	4	73	Rám displeja $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Veľká skrutka s plochou hlavou a krížovým vybraním $ST \times 10$	7	74	Veľká skrutka s plochou hlavou a krížovým vybraním $ST4 \times 16$	19
22	Samorezná skrutka s krížovou drážkou $ST3 \times 10$	4	75	Skrutka so zapustenou hlavou $ST4 \times 15$	4
23	Samorezná zápusťná skrutka $ST4 \times 15$	2	76	Zápusťná skrutka $ST4 \times 70$	2
24	Zváranie rámu konzoly	1	77	Prvok $t0,5 \times 490 \times 167$	1
25	Pružná podložka $\Phi 8$	3	78	Veľká skrutka s plochou hlavou $ST4 \times 10$	12
26	Pružná podložka $\Phi 5$	17	79	Panel 1136EA/571 $\times 27$ 7 $\times 10,8$	1
27	Zubaté poistné podložky $\Phi 5$	2	80	Zadný kryt panelu 1136EA/571 $\times 27$ 7 $\times 28$	1
28	Plochá podložka $\Phi 8$	3	81	Horný kryt	1
29	Poistná matica šesťhranná M8	3	82	Spodný kryt	1
30	Skrutka so šesťhrannou hlavou $M10 \times 35 \times 20$	3	83	Protišmyková podložka	1
31	Skrutka so šesťhrannou hlavou $M10 \times 65 \times 20$	2	84	Meranie srdcovej frekvencie	1
32	Skrutka so šesťhrannou hlavou M10	1	85	Meranie srdcovej frekvencie 7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Plochá podložka $\Phi 10$	1	86	Komunikačný kábel SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Plochá podložka $\Phi 8$	1	87	Konzola 3338EA	1
35	Komunikačný kábel SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Ručný komunikačný kábel pre monitor srdcového tepu 3330EA/L- 1000 mm	1
36	Šesťhranná skrutka s valcovitým závitom	2	89	Bezpečnostný kľúč J52 $\times 15 \times 15$ (L-700	1
37	Vodič	1	90	Zásuvka bezpečnostného blokovania J86 $\times 20 \times 16$	1
38	Kábel L-300 mm/1,5 mm2/(Re d)	1	91	Akrylový panel $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Kábel L-300 mm/1,5 mm 2/(čierny)	1	92	Zástrčka v tvare D DX40 $\times 80$	2
40	Spínač KCD4	1	93	Jednocočný ventil $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Samonastavovací spínač 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Štíty	1
42	Kábel L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Šesťhranná skrutka $M8 \times 30 \times 20$	1
43	Konektor 3 $\times 1,0$ mm2 $\times 2000$	1	96	Zástrčka $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Predný valec 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Upevňovacia šesťhranná matica M8	2
45	Zadný valček 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Plochá podložka $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Bezkeľový motor	1	99	Tyč 720 $\times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350N$	1
47	Naklápací motor 1/18HP/75mm/ AC220V (195 mm)	1	100	fragment-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Bežecská plošina 3330EA 1300 $\times 604 \times t18$	1	101	Skrutka so šesťhrannou hlavou $M8 \times 50 \times 20$	4
49	Bežecský pás 2930 $\times 500 \times t1,6$	1	102	Šesťhranná skrutka s plochou hlavou $M8 \times 15$	8
50	Popruh 174 (442) PJ6	1	103	Skrutka so šesťhrannou hlavou $M6 \times 10$	4
51	Kryt motora 3330EA 367,5 $\times 673 \times 36,7$	1	104	Kľúč v tvare L 4 $\times 30 \times 80$	1
52	Zadný kryt 673 $\times 93 \times 51$	1	105	Kľúč v tvare L 6 $\times 35 \times 80$	1
53	Bočná lišta 87 $\times 34,5 \times 1342$	2	106	Kľúč v tvare T 6 $\times 80$	1

Tipy a triky

- Rozcvička: Pred každým cvičením sa 5 - 10 minút zahrievajte.
- Dýchanie: Počas cvičenia nezadržujte dych. Vdychujte nosom a vydychujte ústami - pevne a plynulo. Dýchanie by malo byť koordinované s pohybom.
- Frekvencia: Rovnaké svalové skupiny by sa mali cvičiť každých 48 hodín alebo každý druhý deň, aby bol čas na regeneráciu.
- Zaťaženie: Intenzita tréningu prispôsobte svojej fyzickej kondícii. Bolesť svalov je na začiatku normálna, ale časom ustúpi, ak sa v cvičení pokračuje.
- Uvoľnenie: Po každom tréningu si doprajte 5 minút relaxácie, aby ste si udržali silné a pružné svaly.
- Strava: Nezačínajte s tréningom bezprostredne po jedle, aby ste nezaťažovali svoj tráviaci systém. Po cvičení počkajte aspoň 30 minút pred jedlom. Počas tréningu nepite veľké množstvo vody, aby ste nepreťažili srdce a obličky.
- Strečing: Bez ohľadu na intenzitu behu dbajte na to, aby ste si natiahli svaly. Najprv sa zahrejte - napríklad 5 až 10 minút pochodujte - potom sa zastavte a každú nohu natiahnite aspoň na 10 sekúnd, pričom cvičenie zopakujte päťkrát. Po tréningu strečing zopakujte.

1. Zhyby dopredu

S mierne pokrčenými kolenami sa pomaly nakláňajte dopredu, nechajte chrbát a ramená uvoľniť a ruky sa dotýkajú prstov. Vydržte 10 až 15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát (pozri obrázok 1).

2. Natiahnutie kolenných šliach

Sadnite si na čistý vankúš a narovnajte jednu nohu. Druhú nohu pritiahnite tak, aby sa opierala o vnútornú stranu narovnanej nohy. Snažte sa rukami dotknúť prstov na nohách. Vydržte 10 až 15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát pre každú nohu (pozri obrázok 2).

3. Natiahnutie lýtkových a päťových šliach

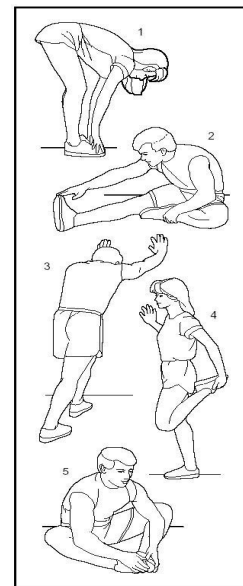
Oprite sa oboma rukami o stenu alebo stôl, natiahnite lýtko dozadu. Zadnú nohu držte rovno, päty na zemi a nakláňajte sa k stene alebo stromu. Vydržte 10 až 15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát s každou nohou (pozri obrázok 3).

4. Natiahnutie štvorhlavého svalu stehna

Ľavou rukou sa oprite o stenu alebo stôl, potom sa pravou rukou natiahnite dozadu a ľavý členok a pomaly ťahajte smerom k bokom, až kým neucítite, že sa svaly pred stehnami napínajú. Vydržte 10-15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát pre každú nohu (pozri obrázok 4).

5. Napínanie svalov na vnútornej strane stehien

Posadte sa tak, aby chodidlá smerovali k sebe a kolená von. Uchopte chodidlá oboma rukami a pritiahnite ich k slabinám. Vydržte 10 až 15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát (pozri obrázok 5).

**Pokyny pre konzolový panel**

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| 1. Skratky na nakláňanie | 5. Štart/Pauza |
| 2. Naklonenie "hore" a "dole" | 6. Program |
| 3. Program | 7. Rýchlosť "hore" a "dole" |
| 4. Zastaviť | 8. Skratky rýchlosti |

1. Program P01 je manuálny užívateľský program, programy P01-P36 sú zabudované automatické tréningové programy; možnosť vytvárania profilov pre 3 užívateľov a funkcia výpočtu BMI.
2. LED displej so 14 ovládacími tlačidlami.
3. Zabudovaná funkcia prepočtu jednotiek rýchlosti a vzdialenosti (km ↔ míle).
4. Rozsah rýchlosti: 0,6-12,5 mph (1,0-20,0 km/h).
5. Rozsah sklonu: 0-15%.
6. Systém ochrany: preťaženie, nadprúd, nadmerná rýchlosť, ako aj ochrana proti elektromagnetickému rušeniu a iné.
7. Funkcia autotestu a zobrazenie kódov chýb a porúch.
8. Tri konfigurovateľné užívateľské režimy.
9. Podpora funkcie ERP (efektívne riadenie energie).
10. Funkcia pripomienkovania mazania bežeckého pásu.

Popis okna

1. KALORIE - zobrazuje počet spálených kalórií.
2. TIME (ČAS) - zobrazuje trvanie tréningu.
3. DISTANCE (Vzdialenosť) - zobrazuje prejdenu vzdialenosť.
4. INCLINE - zobrazuje aktuálnu úroveň sklonu.
5. PULSE - zobrazuje nameranú tepovú frekvenciu.
6. SPEED - zobrazuje aktuálnu rýchlosť.

Prevod meracích jednotiek:

- 1) Pri odpojení bezpečnostnom zámku stlačte súčasne tlačidlá "PROGRAM" a "MODE", na displeji sa zobrazí 0,6, - vzdialenosť sa zobrazuje v míľach.
- 2) Pri odpojení bezpečnostnom zámku stlačte súčasne tlačidlá "PROGRAM" a "MODE" a na displeji sa zobrazí 1,0, čo je prepočet míľ na kilometre; vzdialenosť sa uvádza v kilometroch

FUNKCIE:

"PROG" - tlačidlo voľby programu: po zastavení umožňuje cyklickú voľbu programov P01-P36, používateľov U01-U03 a funkcie BMI.

"MODE" - prevádzkový režim:

Keď je zvolený manuálny režim, predvoleným nastavením je normálny režim.

Stlačením tlačidla "MODE" môžete prepínať medzi režimom odpočítavania času → odpočítavania vzdialenosti → odpočítavania kalórií → normálnym režimom. Funguje aj ako tlačidlo resetovania - obnoví predvolený interval odpočítavania (30 minút) v programoch P01-P36.

"START" - tlačidlo spustenia/pozastavenia:

V režime zastavenia spustí bežecký pás. V režime behu zastaví zariadenie (pauza). Funkcia pozastavenia nemusí fungovať, ak je bežecký pás pripojený k Bluetooth.

"STOP" - tlačidlo zastavenia/resetovania:

Počas chodu zariadenia stlačením tlačidla STOP sa zariadenie postupne zastaví. Keď sa na displeji zobrazí ERR, stlačením tlačidla túto informáciu vymažete.

"+" - tlačidlo na zvýšenie rýchlosti:

V režime zastavenia alebo pri meraní telesného tuku slúži na zvýšenie hodnoty nastaveného parametra. Pri behu bežeckého pásu zvyšuje rýchlosť.

"-" - tlačidlo na zníženie rýchlosti:

V režime zastavenia alebo pri meraní telesného tuku - znižuje nastavenú hodnotu parametra. V režime behu - znižuje aktuálnu rýchlosť behu.

"QUICK SPEED" - tlačidlá rýchlej voľby rýchlosti (3, 6, 9 km/h):

V režime behu umožňujú okamžité nastavenie nastavenej rýchlosti.

"▲" - tlačidlo na zvýšenie sklonu.

"▼" - tlačidlo na zníženie sklonu.

"QUICK INCLINE" - tlačidlá rýchlej voľby sklonu (3, 6, 9 %): Počas behu bežeckého pásu umožňujú priamo nastaviť konkrétny sklon.

BEZPEČNOSTNÝ KLÚČ

Bezpečnostný kľúč sa skladá z dotykového spínača, klipu na bielizeň a nylonovej šnúry, ktorá zabraňuje náhodnému vypnutiu stroja. Vždy, keď je bezpečnostný záмок mimo správnej polohy, bežecký pás sa zastaví, prevádzka konzoly sa zablokuje a na displeji sa zobrazí "E-07" spolu so zvukovým signálom. Keď je poistka v správnej polohe, na obrazovke sa na 2 sekundy zobrazí signál a potom bežecký pás prejde do predvoleného prevádzkového režimu.

Používateľský program - USER

Režim USER umožňuje nastaviť vlastný tréningový program. K dispozícii sú tri profily: USER1, USER2 a USER3. Ak chcete používať tento režim:

1. Stlačte tlačidlo "PROG" a vyberte USER1-USER3.
2. Stlačením tlačidla "MODE" nastavte program alebo "START" spustíte tréning.
3. Pomocou tlačidla "MODE" nastavte 10 sekcií rýchlosti a uhla sklonu.
4. Po dokončení nastavení stlačte tlačidlo "START", čím spustíte bežecký pás. Program sa uloží a bude k dispozícii pri ďalšom spustení.

Bezpečnostná príručka

1. Zapojte zástrčku napájacieho kábla do uzemnenej 10 A zásuvky, zapnite vypínač. Na displeji sa zobrazí celý displej a zvukový signál. Potom pripojte bezpečnostný kľúč.
2. Umiestnite kľúč na konzolu a pripevnite sponu na oblečenie v úrovni hrudníka. Na obrazovke sa na 2 sekundy zobrazí celý displej a potom sa prepne do predvoleného režimu: všetky hodnoty sa vynulujú, nastavenia sa vynulujú, aktivuje sa manuálny program (P0).
3. Stlačením tlačidla "PROG" vyberte program P01-P36, U01-U03 alebo BMI.
4. Program P0 je manuálny režim so štyrmi možnými tréningovými režimami:
 - Režim 1: Inkrementálny čas - čas, vzdialenosť a počítadlo kalórií. Predvolené nastavenie: 1,0 km/h, sklon 0.
 - Režim 2: Odpočítavanie času - rozsah 5-99 min, predvolené 30:00.
 - Režim 3: Odpočítavanie vzdialenosti - rozsah 1,0-99,0 km, predvolené 1 km.
 - Režim 4: Odpočítavanie kalórií - rozsah 20-990 kalórií, predvolené 50 kalórií
 Programy P01-P36 sú prednastavené systémové programy - všetky pracujú v režime odpočítavania.
5. Programy P01-P36 sú preddefinované systémové nastavenia - všetky pracujú v režime odpočítavania.
6. Po nastavení parametrov stlačte tlačidlo "START". Na displeji sa zobrazí 5-sekundové odpočítavanie ukončené pípnutím, po ktorom sa bežecký pás spustí so zvyšujúcou sa rýchlosťou.
7. Počas tréningu môžete upravovať rýchlosť pomocou tlačidiel "+", "-" alebo "QUICK SPEED".
8. V programoch P01-P36 je rýchlosť rozdelená na 10 segmentov. Každý segment trvá rovnaký čas v závislosti od celkového času. Zmena segmentu je signalizovaná tromi pípnutiami 3 sekundy pred prepnutím.
9. Stlačením tlačidla "START" počas prevádzky prepnete medzi pauzou a chodom. Pri obnovení sa zachovávajú uložené nastavenia.
10. Stlačením tlačidla "STOP" zastavíte motor - jednotka sa vráti do pôvodného stavu.
11. Uhol sklonu môžete nastaviť pomocou "+", "-" alebo "QUICK INCLINE".
12. Po vybratí bezpečnostného kľúča sa bežecký pás automaticky zastaví, zobrazí sa správa "E-07" a spustí sa zvukový signál.
13. Systém neustále monitoruje bezpečnosť - akákoľvek zistená chyba bude mať za následok zastavenie prevádzky a príslušné hlásenie.
14. Ak chcete vymazať chybové hlásenie, stlačte tlačidlo "STOP".
15. BMI test:
 - Stlačte "PROG", vyberte "BMI".
 - Nastavte parametre F1-F5:
 - F1 - Pohlavie (1: muž, 2: žena), predvolené 1
 - F2 - Vek: 1-99, predvolené 25
 - F3 - Výška (cm): 100-220, predvolené 170
 - F4 - Hmotnosť (kg): 20-150, predvolené 70
 - F5 - Spustiť test: Podržte snímače srdcovej frekvencie 4 sekundy - na obrazovke sa zobrazí výsledok BMI.
 - Interpretácia:
 - <18 - štíhly
 - 18-24 - ideálna hmotnosť
 - 25-28 - nadváha
 - >29 - obezita

16. Test BMI (britská metóda):

- Výška (palce): 39-87, štandardne 67
- Hmotnosť (libry): 44-330, štandardne 154
- Ostatné parametre sú rovnaké ako vyššie uvedené
- Výsledok BMI sa zobrazí 4 sekundy po priložení ruky na snímače

Funkcia úspory energie (ERP)

V predvolenom nastavení sa systém spustí v režime ERP. Ak sa bežecký pás nepoužíva, približne po 4,5 minútach prejde do režimu spánku. Ak ho chcete prebudiť, stlačte ľubovoľné tlačidlo. V pohotovostnom režime podržaním tlačidla "MODE" na 3 sekundy vypnete ERP (zobrazí sa "2222") a opätovným podržaním tlačidla "MODE" sa ERP opäť zapne (zobrazí sa "1111").

Kód problému	Pravdepodobná príčina	Oprava
Systém nefunguje	A. Napájanie nie je pripojené alebo nie je zapnuté	Pripojte napájanie alebo nastavte vypínač napájania do polohy "ON".
	B. Bezpečnostné blokovanie nie je na svojom mieste	Nastavte bezpečnostnú poistku do správnej polohy
	C. Ovládač alebo konzola nie sú zapnuté	Vymeňte ovládač alebo konzolu
	D. Zlý kontakt linky	Skontrolujte vstupy a výstupy systému a komunikačné linky
Náhle zastavenie v normálnom stave	A. Vypadol bezpečnostný kľúč	Znovu nainštalujte
	B. Chyba systému	Požiadajte servisného technika, aby sa o to postaral
Zlyhanie kľúča	Nesprávny kľúč	Vymeňte konzolu alebo základnú dosku
E-01	A. Komunikačný kábel je zle pripojený	Znovu pripojte komunikačný kábel a skontrolujte, či je port správne pripojený alebo komunikačný kábel vymeňte.
	B. Chybná konzola	Vymeňte konzolu
	C. Chybný ovládač	Vymeňte radič
E-02	A. Chybný motor	Vymeňte motor
	B. Kábel motora je nesprávne pripojený k riadiacej jednotke alebo riadiaca jednotka je nesprávne pripojená.	Skontrolujte a znovu pripojte alebo vymeňte riadiacu jednotku
E-03	A. Fotoelektrický snímač nie je správne nainštalovaný	Skontrolujte a znovu pripojte
	B. Zlý fotoelektrický snímač	Výmena fotosenzora
	C. Znečistený fotoelektrický snímač alebo zlý prvý kontakt	Skontrolujte a znovu pripojte/vyčistite snímač
	D. Chybný regulátor	Výmena regulátora
E-05	A. Chybný regulátor	Vymeňte regulátor
	B. Chybný motor	Vymeňte motor
	C. Mechanická porucha	Skontrolujte, či nie je zablokovaný olej alebo bubon.
E-07	Konzola nedetekuje signál bezpečnostného zámku	1. Skontrolujte, či je bezpečnostný zámok na svojom mieste; 2. Opätovne nainštalujte mechanizmus bezpečnostného blokovania;
Nie je signál srdcovej frekvencie	A. Kábel rukoväte nie je zasunutý na mieste alebo kábel rukoväte nie je dobrý	Skontrolujte a pripojte alebo vymeňte kábel rukoväte
	B. Porucha obvodu elektronického systému	Vymeňte konzolu
Neúplné alebo chýbajúce vedenie konzoly	A. Displej je chybný	Vymeňte základnú dosku alebo obrazovku
	B. Zlyhanie systému	Výmena konzoly

ZLOŽENIE A PREMIESTNENIE BEŽECKÉHO PÁSU:

1. Skladanie bežeckého pásu

Pred skladaním odpojte napájanie. Uistite sa, že sklon bežeckého pásu je nastavený na najnižšiu úroveň. Zdvihnite bežecký pás do zvislej polohy - spojovacie časti sa automaticky zaistia v hydraulickom systéme. Skontrolujte, či sú spojovacie časti skutočne uzamknuté, ako je znázornené na obrázku.

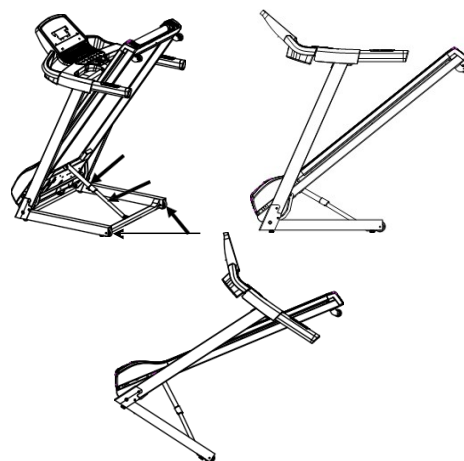
2. Nastavenie bežeckého pásu

Vyberte si rovný povrch bez prekážok, vzdialený približne 1 meter od elektrickej zásuvky. Pri rozkladaní uchopte bežecký pás oboma rukami, nohami stúpte na konektor - bežecký pás sa pomaly spustí na zem. Počas tohto času by mal používateľ zostať vo vzdialenosti približne 1 meter, kým sa zariadenie úplne nerozloží podľa obrázka.

3. Premiestňovanie bežeckého pásu Pred premiestňovaním bežeckého pásu sa uistite, že:

- Vypínač napájania je nastavený do polohy "vypnuté".
- Sieťová zástrčka bola odpojená od zásuvky.
- Hlavný rám bol správne zostavený.

Po preštudovaní vyššie uvedených pokynov uchopte jednou rukou koniec bežeckého pásu a druhou rukou opierku na tej istej strane. Potom so strojom v uhle 40° - 50° k hrudníku pomaly pohybujte, ako je znázornené na obrázku.



SPRIEVODCA UZEMNENÍM:

Tento výrobok je vybavený ochranným vodičom a uzemnenou zástrčkou. Bežecký pás musí byť pripojený k vhodnej uzemnenej zásuvke v súlade s miestnymi predpismi.

Nebezpečenstvo! Ak si nie ste istí, či bol spotrebič správne uzemnený, obráťte sa na kvalifikovaného elektrikára alebo autorizovaný servis. Zástrčku dodanú s výrobkom sami neupravujte. Ak zástrčka nie je kompatibilná, kvalifikovaný elektrikár by mal nainštalovať správnu zásuvku.

NÁVOD NA POUŽÍVANIE BEŽECKÉHO PÁSU

1. Zapnite napájanie, rozložte bežecký pás do najnižšej polohy a skontrolujte, či správne funguje.
 2. Bezpečnostnú šnúru si pripnite k odevu.
 3. Pred začatím cvičenia sa uistite, že bežecký pás funguje správne a je stabilný. Pri spustení bežeckého pásu nestojte priamo na bežeckej páske. Správny štart je umiestniť sa na bočné koľajnice s rukami opretými o rukoväť. Po stlačení tlačidla "START" a podržaní rukoväti sa bežecký pás po 5 sekundách spustí rýchlosťou 1,0 km/h. Potom stlačením tlačidla "+" zvýšte rýchlosť na 2,5 - 3,5 km/h - to je optimálna rýchlosť na behanie. Pri začatí cvičenia držte obe ruky na riadidlách a postupne vykročte do dráhy. Pohybujte sa tempom zodpovedajúcim pohybu dráhy.
 4. Po niekoľkých minútach môžete rýchlosť zvýšiť tlačidlom "+" alebo znížiť tlačidlom "-", pričom ruky držte na rukovätiach.
 5. Počas behu môžete tiež nastaviť konštantnú rýchlosť jej výberom priamo na paneli.
 6. Stlačením tlačidla "STOP" sa motor kedykoľvek zastaví.
 7. Používanie prednastavených režimov Pripojte a zapnite napájanie. Stlačením tlačidla "SELECT" vyberte požadovaný režim a potom ho spustíte stlačením tlačidla "START". Kedykoľvek môžete upraviť rýchlosť pomocou tlačidiel "+" alebo "-" alebo zastaviť zariadenie stlačením tlačidla "STOP".
 8. Testovanie funkcie HRC Keď je zariadenie zapnuté, priložte ruky na kovové snímače srdcovej frekvencie - v okne displeja sa zobrazí hodnota HRC.
- Poznámka:** Vytiahnutím bezpečnostného tlačidla okamžite zastavíte bežecký pás a deaktivujete počítač. Na obrazovke sa zobrazí správa: "-----".

ÚDRŽBA: Správna údržba je rozhodujúca pre spoľahlivú a bezpečnú prevádzku bežeckého pásu. Jej zanedbanie môže viesť k poškodeniu alebo skráteniu životnosti stroja. Všetky súčasti by sa mali pravidelne kontrolovať a doťahovať. Opatrebované diely by sa mali okamžite vymeniť.

MAZANIE: Bežecký pás bol počas výroby mazaný vo výrobnom závode. Po určitej dobe používania si však bežecký pás vyžaduje pravidelné mazanie špeciálnym silikónovým olejom.

Odporúčania pre frekvenciu mazania:

- Používanie menej ako 3 hodiny týždenne - mazanie každých 5 mesiacov
- Používanie 4-7 hodín týždenne - mazanie každé 2 mesiace
- Používanie viac ako 7 hodín týždenne - mazanie každý mesiac

Poznámka: Príliš časté mazanie sa neodporúča. Správne mazanie je kľúčovým faktorom životnosti a výkonu bežeckého pásu. Ak chcete skontrolovať, či je potrebné mazanie, nadvihnite bočné strany pohyblivého pásu a dotknite sa zadnej, strednej časti dosky:

- Ak cítite silikón - mazanie nie je potrebné.
- Ak je povrch suchý - vykonajte mazanie.

Pokyny na mazanie:

1. Zastavte stroj a zložte bežecký pás.
 2. Zdvihnite pohyblivý pás v zadnej časti hlavného rámu.
 3. Držiak fľaše čo najbližšie k stredu pásu nastriekajte silikónový olej - na oboch stranách.
- Bežecký pás spustíte rýchlosťou 1 km/h, aby sa olej rovnomerne rozdelil po bežeckej povrchu.

1. Nastavenie pohyblivého pásu

Vo výrobe je pohyblivý pás správne nastavený. V dôsledku používania sa však môže uvoľniť, čo vedie k pretrhnutiu alebo prešmyknutiu. V takom prípade dotiahnite nastavovacie skrutky - každú o pol otáčky doľava alebo doprava.

Ak je pás príliš voľný, môže na remenici sklznúť. Naopak, príliš veľké napnutie môže motor preťažiť a poškodiť motor, remeň, kladky alebo iné komponenty.

2. Nastavenie vychýlenia pohyblivého pásu

Hoci je pohyblivý pás nastavený vo výrobe, po čase sa môže posunúť. Najčastejšie príčiny sú nasledovné:

- Nestabilné nastavenie bežeckého pásu,
- Behanie s posunom do strany,
- Nerovnomerné rozloženie tlaku chodidla.

Ak nesprávne nastavenie nie je trvalé, niekoľkominútový beh na bežiacom páske bez záťaže môže obnoviť rovnováhu. V prípade potreby vykonajte manuálne nastavenie pomocou imbusového kľúča s priemerom 6 mm - otočením skrutky o pol otáčky.

Príklad 1: pás sa posúva doľava → utiahnite ľavú skrutku (v smere hodinových ručičiek) → alebo uvoľnite pravú skrutku (proti smeru hodinových ručičiek)

Príklad 2: pás sa posúva doprava → utiahnite pravú skrutku (v smere hodinových ručičiek) → alebo uvoľnite ľavú skrutku (proti smeru

hodinových ručičiek) **NASTAVOVACÍ KLÚČ:**

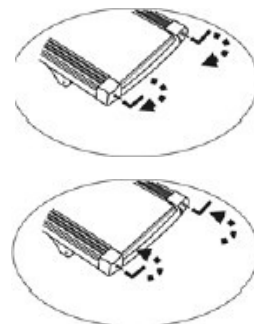
V smere hodinových ručičiek = utiahnutie Protí smeru hodinových ručičiek = uvoľnenie
Pás sa vždy posúva na tú stranu, ktorá je voľnejšia.

Tipy:

Pred každým nastavením spustíte bežecký pás pri nízkej rýchlosti. Skrutky príliš neutiahnite.

Po každom nastavení sledujte činnosť pásu.

Na vychýlenia pásu sa nevzťahuje záruka a je za ne zodpovedný používateľ. Neoverené a neupravené vychýlenia môžu viesť k vážnemu poškodeniu.





3. Nastavenie hnacieho (motorového) remeňa

Hnacie remene sú prednastavené z výroby, ale časom sa môžu uvoľniť, čo môže viesť k ich preklzu. Nastavenie:

1. Pomocou kľúča otočte nastavovaciu skrutku proti smeru hodinových ručičiek.

2. Rozsah nastavenia by mal zabezpečiť plynulý prevod bez preklzu.

Poznámka: Pravidelne čistite remene a drážky remenice, aby ste zabezpečili bezproblémovú prevádzku pohonného systému.

a) Nastavovacia skrutka; b) Motor; c) Predný valec; d) Pás

Typické poruchy a spôsoby opravy:

Problém	Pravdepodobné príčiny	Metódy údržby
Bežecký pás nefunguje	A. Je odpojený od elektrickej siete	Zapojte ho do zásuvky
	B. Bezpečnostný kľúč nie je zasunutý	Vložte bezpečnostný kľúč do panela
	C. Otvorený signálny obvod	Skontrolujte vstup ovládača a signálne vedenie
	D. napájanie nie je zapnuté	Nastavte vypínač napájania do polohy ON
	E. Prepálila sa poistka	Vymeňte poistku
Nepohybuje sa plynulo	A. Nedostatočné mazanie	Použite mazivo na báze metylsilikónového oleja
	B. Príliš napnutý pohyblivý pás	Upravte napnutie pohyblivého pásu
Pohyblivý pás preklzuje	A. Bežecký pás je príliš voľný	Nastavte napnutie pohyblivého pásu
	B. Remeň je voľný	Upravte napnutie hnacieho remeňa

Kód poruchy	Popis chyby	Riešenie problémov
E 1	Nesprávna komunikácia medzi ovládačom a konzolou po zapnutí napájania.	Riadiaca jednotka sa dostala do chybového stavu - spustenie nie je možné. Konzola zobrazí chybový kód a vydá tri pípnutia. Možné príčiny: - komunikácia medzi riadiacou jednotkou a konzolou je zablokovaná - skontrolujte pripojenie komunikačnej linky, - skontrolujte, či je každý konektor pevne spojený, - ak je komunikačné vedenie poškodené, vymeňte ho.
E 3	Kábel motora nebol správne pripojený.	Jednotka bola vypnutá z dôvodu chyby - bzučiak konzoly vydá 9 pípnutí a na displeji sa zobrazí kód chyby. Ak sa jednotka po vypnutí vráti do normálneho stavu, môže prejsť do pohotovostného režimu a reštartovať sa. Možné príčiny: - kábel motora nie je správne pripojený - skontrolujte pripojenie, - riadiaca jednotka môže byť chybná - skontrolujte, či nevydáva charakteristický zápach spálených súčiastok; v prípade potreby vymeňte riadiacu jednotku.
	Žiadny signál zo snímača otáčok - riadiace napätie na výstupe do jednosmerného motora je znížené. Jednotka nedostáva spätnú väzbu o otáčkach motora dlhšie ako 3 sekundy.	Jednotka bola vypnutá z dôvodu chyby - bzučiak konzoly vydá 9 pípnutí a na displeji sa zobrazí kód chyby. Po 10 sekundách vypnutia môže jednotka prejsť do pohotovostného režimu a môže sa znovu spustiť. Možné príčiny: - žiadny signál zo snímača otáčok po dobu dlhšiu ako 3 sekundy - skontrolujte, či je zástrčka snímača správne pripojená a nepoškodená, - v prípade potreby opätovne pripojte zástrčku alebo vymeňte snímač.
E 4	Sklon	Skontrolujte, či je indukčný kábel motora výťahu správne pripojený. Pre spoľahlivé pripojenie - odpojte a znovu pripojte konektor. Skontrolujte, či je správne pripojený napájací kábel motora výťahu a či sú káble striedavého prúdu motora výťahu aj regulátora správne označené. Skontrolujte stav pripojovacieho kábla motora - ak je poškodený, vymeňte ho alebo celý motor výťahu. Na stránke Nakoniec stlačte tlačidlo učenia na ovládači, aby ste znovu spustili proces učenia.
E 5	Nadprúdová ochrana - počas prevádzky systém zistil, že prúd jednosmerného motora prekročil menovitú hodnotu o viac ako 6 A na viac ako 3 sekundy.	Jednotka bola vypnutá z dôvodu chyby - konzolový bzučiak vydá 9 pípnutí a na displeji sa zobrazí kód chyby. Jednotku je možné opätovne spustiť v pohotovostnom režime 10 sekúnd po vypnutí. Možné príčiny: - prúd motora prekročil menovitú hodnotu - systém aktivoval mechanizmus samočinnej ochrany bol aktivovaný, - možné mechanické zablokovanie bežekého pásu, ktoré bráni otáčaniu motora, - nadmerné mechanické zaťaženie vedúce k zvýšeniu spotreby prúdu. Odporúčané opatrenia: - Skontrolujte a nastavte bežecký pás, aby zariadenie fungovalo správne, - ak motor vydáva nezvyčajné zvuky alebo je cítiť zápach spáleniny - vymeňte motor alebo regulátor, - skontrolujte, či je napájanie stabilné a kompatibilné s požadovaným napätím - ak je to potrebné v prípade potreby otestujte systém so správnym vstupným napätím.
E 6	Ochrana proti výbuchu - impulzná ochrana: Nesprávne napájacie napätie alebo nesprávna prevádzka motora (atď.) môže viesť k poškodeniu obvodu motora pohonu.	Jednotka bola vypnutá z dôvodu chyby - konzolový bzučiak vydá 9 pípnutí a na displeji sa zobrazí kód chyby. Po 10 sekundách od vypnutia prejde jednotka do pohotovostného režimu a bude možné ju znovu spustiť. Možné príčiny: - napájacie napätie je nižšie ako 50 % menovitej hodnoty - použite správne napätie a zariadenie znovu otestujte, - riadiaca jednotka môže byť chybná - ak je cítiť zápach horenia, vymeňte riadiacu jednotku, - vodiče motora môžu byť odpojené alebo uvoľnené - skontrolujte pripojenia a znovu pripojte káble.



Bluetooth APP pre bežecké pásy



Pripojenie Bluetooth podporuje aplikácie AnyRun, Zwift a Kinomapa



AnyRun

Stiahnite si aplikáciu AnyRun, zaregistrujte sa, prihláste sa do nej a prejdite na stránku s nastaveniami: Kliknite na položku Nastavenia, ktorá sa nachádza v pravom dolnom rohu, kliknite na položku Zariadenia, aplikácia zistí kódy Bluetooth, vyberte kód Bluetooth, ktorý je rovnaký ako kód označený na konzole zariadenia, a spárujte.

Zwift

Stiahnite si, zaregistrujte sa a prihláste sa do aplikácie Zwift, prejdite na stránku nastavení: V časti PAIRED DEVICES (Spárované zariadenia) kliknite na RUN (Spustiť) pre bežecký pás; potom kliknite na POWER (Napájať).

SOURCE (Zdroj) a zobrazí sa vyskakovacia ponuka, vyberte kód Bluetooth, ktorý je rovnaký ako kód označený na konzole zariadenia, a výberom položky OK spárujte. POZNÁMKA: Zwift si pamätá zariadenia použité v predchádzajúcej relácii a môže sa pokúsiť spárovať s týmito zariadeniami, ak sú prítomné a dostupné. Ak vidíte spárované zariadenia, ktoré nechcete použiť, môžete ich jednoducho zrušiť a vybrať zariadenie, ktoré chcete spárovať.

Kinomapa

Stiahnite si, zaregistrujte sa a prihláste sa do aplikácie Kinomapa, prejdite na stránku s nastaveniami: kliknite na položku Viac v pravom dolnom rohu, kliknite na položku Správa zariadení, kliknite na položku + v pravej hornej časti, vyberte bežecký pás;

Potom vyberte zvolenú značku Bluetooth, napr. Anyrun atď.; Kliknite na obsah v časti Interaktívne, aplikácia zistí nájdené zariadenie, vyberte kód Bluetooth, ktorý je rovnaký ako kód označený na konzole zariadenia, potom kliknite na tlačidlo PRIDAŤ NOVÉ ZARIADENIE, zobrazí sa úspešne pridané zariadenie.



POMEMBNA VARNOSTNA NAVODILA

Zahvaljujemo se vam za nakup tega izdelka! Z njegovo pomočjo boste zlahka poskrbeli za boljše telesno pripravljenost, zdravje in dobro počutje.

Navodila za uporabo

1. Napajalni kabel priključite samo v ozemljeno vtičnico. Ne uporabljajte podaljškov ali adapterjev.
2. Prepričajte se, da tekalna steza trdno stoji na ravni površini v zaprtem in suhem prostoru.
3. Preden zaženete tekalno stezo, se postavite na stranske stopnice in si na oblačila pripnite varnostni ključ.
4. Na tekalni stezi lahko hkrati vadi le ena oseba.
5. Priporočljivo je nositi prilegajoča se športna oblačila in obutev za fitnes.
6. Po potrebi prilagodite hitrost vadbe z uporabo upravljalnih elementov.
7. Ko končate s tekom, zaustavite tekalno stezo z gumbom "Stop" ali tako, da izvlčete varnostni ključ.
8. Po vadbi ali pred prestavljanjem naprave vedno izklopite napajanje in izvlčite vtičnico iz električnega omrežja.
9. Pred vadbo se posvetujte z zdravnikom, zlasti če imate kronično bolezen.
10. Stroj redno čistite s suho krpo in preprečite stik sestavnih delov z vodo.
11. Tekalske steze ne uporabljajte takoj po obroku ali ko ste utrujeni.
12. Neprekinjeno delovanje naprave ne sme presegati 2 ur.
13. Na voljo mora biti najmanj 2000 x 1000 mm prostega prostora.
14. Med vzdrževanjem enoto vedno izključite iz električnega omrežja.
15. V primeru nenavadnih zvokov, vonja po gorenju, težav z zaslonom ali gibanjem traku takoj prekinite vadbo, odklopite napajanje in se obrnite na servisni center.

Opozorila in prepovedi:

⚠ Tekaške steze ne uporabljajte:

- če se zdravite in nimate odobritve zdravnika,
- če imate težave s srcem, hrbtom, sklepi, osteoporozo ali resne kronične bolezni,
- med nosečnostjo, menstruacijo ali slabim počutjem,
- če ste pili alkohol ali ste pod vplivom drog, ki zmanjšujejo vašo zbranost,
- če je napajalni kabel poškodovan ali če je vtičnica zrahljana.

⚠ Prepovedano je:

- sami razstavljanje, spreminjanje ali popraviljanje tekalne steze,
- uporabljati naprave na prostem ali v vlažnih prostorih (npr. v kopalnici),
- vklapljati ali izklapljanje tekalne steze z mokrimi rokami,
- med delovanjem naprave skakati na tekoči trak ali z njega,
- uporaba tekalne steze s strani otrok in oseb, ki so nezavestne ali gibalno ovirane.



- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. Konzola | 5. Varnostni ključ |
| 2. Navpični profil | 6. Tekaški jermen |
| 3. Pokrov motorja | 7. Stranski jermen |
| 4. Ročaj | 8. Zadnji pokrov |

Tehnične informacije

Velikost (mm)	Razložen: 1700 x 790 x 145
	Zložen: 1180 x 790 x 1450
Tekalni pas (mm)	1420 x 500
Hitrost (km/h)	1-22



1) Seznam pakiranja:

1. Glavno ohišje
2. Profili
3. Okvir konzole
4. Konzola
5. Varnostni ključ
6. Silikonsko olje
7. Navodila za uporabo
8. Komplet vijakov

2) Seznam opreme:

1. H šestiložni vijak z veliko ravno glavo (M8 * 50 * 20) 4 kosi.
2. Ključ v obliki črke L S4 1 kos
3. Vijak s šestkotno glavo (M6*10)
4. Ključ v obliki črke L S6 1 kos.
5. Vijak s šestkotno glavo (M8 * 15) 8 kos.
6. T-ključ 6x80



NAMESTITEV:

Med namestitvijo ne zategnite vseh vijakov do konca. Vse vijake zategnite, ko so sestavni deli popolnoma nameščeni.

Korak 1: Odstranite enoto iz embalaže in jo postavite na ravno površino (kot je prikazano). Odstranite vse vrečke in zaščitne trakove.

Korak 2: Kot je prikazano: tekočo stezo držite v pokončnem položaju, vstavite navpični profil (62) na ustrezno mesto v podstavku (1) in ga nato pritrdite s šestkotnim vijakom M8 x 50 x 20 (101) ter dodatno pritrdite z vijakom M8 x 15 (102). Postopek ponovite na drugi strani (63).

Korak 3: Kot je prikazano na sliki: po priključitvi komunikacijskega kabla na desni strani okvirja ograje namestite varjene nosilce (72) na ustrezna mesta navpičnih stebričkov (62) in (63) ter jih pritrdite z velikim šestkotnim vijakom M8 x 15 (102).

Korak 4: Po priključitvi signalnega kabla konzole namestite nosilec (72) v okvir konzole (24) in ga pritrdite z vijaki M6x10 (103).

Korak 5: Postavite enoto na ciljno mesto in zategnite vse pritrdilne vijake. Nato pritrdite varnostni ključ (89) - tekalna steza je pripravljena za uporabo!

Številka	Ime	Količina	Številka	Ime	Količina
1	Varjena osnova	1	54	Kolo Φ62×Φ8,0×t22	2
2	Šestkotni vijak M8×50×20	2	55	Cilindrična blazina Φ30×30×M6×6	6
3	Šestkotna varovalna matica M8	2	56	Okrogli vodilni blok φ25×φ5×4,5	10
4	Ploščata podložka Φ8	2	57	Trak φ16 (beli)	3
5	Kroglica (OMA-05-07-005) Φ50×Φ41×17× M8×27	4	58	Blazinica EVA (E21-V1-12) t15×30×30	1
6	Kolesce Φ62×Φ8,0×t22	2	59	Magnetni obroč Φ29×Φ17×t7,5	1
7	Slepi čep 40×60×t2,0	2	60	Kabelska objemka 3/8 (UC-2)	1
8	Glavni okvir	1	61	Sponka napajalnega kabla SR-5R1	1
9	Nosilec krmilnika	1	62	Levi navpični profil 0,32 m'	1
10	Pokrov motorja	1	63	Desni navpični profil 0,32 m'	1
11	Pritrjena cev pokrova motorja Φ16×t1,2×23	1	64	Komunikacijski kabel SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Vijak s šestkotno glavo M8×75	1	65	Okvir	1
13	Vijak s šestkotno glavo M8×60	2	66	Vijak s šestkotno glavo M12×Φ14×35x19	2
14	Nosilna plošča motorja A	2	67	Vijak s šestilasto glavo M10×25×15	2
15	Nosilna plošča motorja B	1	68	Matica Φ24×Φ19×Φ14×3	2
16	Vijak s šestkotno glavo, ploščat M8×45×20	2	69	Vložek Φ25×Φ18×t3,0	2
17	Vijak s šestkotno glavo M6×30×Φ16	4	70	Ploščata podložka Φ14	2
18	Križni vijak z veliko ploščato glavo M5×10	2	71	Objem za dvižno gred (OMA-05-06-023) Φ25×Φ17×Φ10×6×1	4
19	Križni vijak z veliko ravno glavo M4×10	6	72	Zvarovi konzolnega nosilca	1
20	Samorezni vijak z veliko ravno glavo s križno vdolbino ST4×16	4	73	Okvir zaslona 498×175×10,1	1
21	Veliki vijak s ploščato glavo in križno vdolbino STx10	7	74	Veliki vijak s ploščato glavo in križno vdolbino ST4×16	19
22	Samorezni vijak s križno vdolbino ST3×10	4	75	Vijak s poševno glavo ST4×15	4
23	Samorezni vijak s poglobljenim nastavkom ST4×15	2	76	Vijak s poglobljenim ležiščem ST4×70	2
24	Varjenje okvirja konzole	1	77	Element t0,5×490×167	1
25	Vzmetna podložka Φ8	3	78	Veliki vijak s ploščato glavo ST4×10	12
26	Vzmetna podložka Φ5	17	79	Plošča 1136EA/571×27 7×10,8	1
27	Nazobčane podložke Φ5	2	80	Zadnji pokrov plošče 1136EA/571×27 7×28	1
28	Ploščata podložka Φ8	3	81	Zgornji pokrov	1
29	Varovalna matica s šestkotnikom M8	3	82	Spodnji pokrov	1
30	Vijak s šestkotno glavo M10×35×20	3	83	Protidrsna podložka	1
31	Vijak s šestkotno glavo M10×65×20	2	84	Merjenje srčnega utripa	1
32	Vijak s šestkotno glavo M10	1	85	Merjenje srčnega utripa 7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INKLINA+/-	1
33	Ploščata podložka Φ10	1	86	Komunikacijski kabel SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Ploščata podložka Φ8	1	87	Konzola 3338EA	1
35	Komunikacijski kabel SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Ročni komunikacijski kabel za merilnik srčnega utripa 3330EA/L- 1000 mm	1
36	Šestkotni cilindrični vijak z navojem	2	89	Varnostni ključ J52×15×15 (L-700	1
37	Voznik	1	90	Vtičnica za varnostno blokado J86×20×16	1
38	Kabel L-300 mm/1,5 mm2/(Re d)	1	91	Akrilna plošča t1,0×554×260	1
39	Kabel L-300 mm/1,5 mm 2/(črn)	1	92	Vtič v obliki črke D DX40×80	2
40	Stikalo KCD4	1	93	Enosmerni ventil Φ29×t1,2×340	1
41	Samonastavljivo stikalo 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Ščitniki	1
42	Kabel L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Šestkotni vijak M8×30×20	1
43	Priključek 3 × 1,0 mm2 × 2000	1	96	Vtič Φ33×Φ23×48	1
44	Sprednji valj 3330EA Φ88×Φ50×Φ17×606	1	97	Oporna šestkotna matica M8	2
45	Zadnji valj 3330EA Φ50×Φ17×529 ×578	1	98	Ploščata podložka Φ88×Φ50×Φ17×606	2
46	Brezkrtalni motor	1	99	Palica 720×318×Φ10×Φ8,2×350N	1
47	Nagibni motor 1/18HP/75mm/ AC220V (195 mm)	1	100	fragment-1 t0,6×16,5×43	1
48	Tekaška platforma 3330EA 1300×604×t18	1	101	Vijak s šestkotno glavo M8×50×2 0	4
49	Tekalni jermen 2930×500×t1,6	1	102	Šestkotni vijak s ploščato glavo M8×15	8
50	Trak 174 (442) PJ6	1	103	Vijak s šestkotno glavo M6×10	4
51	Pokrov motorja 3330EA 367,5×673×36,7	1	104	Ključ v obliki črke L 4*30*80	1
52	Zadnji pokrov 673×93×51	1	105	Ključ v obliki črke L 6*35*80	1
53	Stranska tirnica 87×34,5×1342	2	106	Ključ v obliki črke T 6*80	1

- **Ogrevanje:** Pred vsako vadbo se 5-10 minut ogrevajte.
- **Dihanje:** Med vadbo ne zadržujte diha. Vdihnite skozi nos in izdihnite skozi usta - odločno in gladko. Dihanje mora biti usklajeno z gibanjem.
- **Pogostost:** Iste mišične skupine je treba vaditi vsakih 48 ur ali vsak drugi dan, da se zagotovi čas za regeneracijo.
- **Obremenitev:** Intenzivnost treninga prilagodite svojemu telesnemu stanju. Mišična bolečina je na začetku normalna, vendar se bo sčasoma umirila, če boste z vadbo nadaljevali.
- **Sprostitev:** Po vsaki vadbi si vzemite 5 minut za sprostitev, da ohranite mišice močne in prožne.
- **Prehrana:** Vadbe ne začnite takoj po obroku, da ne obremenite prebavnega sistema. Po vadbi počakajte vsaj 30 minut, preden začnete jesti. Med vadbo se izogibajte pitju velikih količin vode, da ne bi preobremenili srca in ledvic.
- **Raztezanje:** Ne glede na intenzivnost teka poskrbite za raztezanje mišic. Najprej se ogrejte, na primer 5-10 minut hodite, nato se ustavite in vsako nogo raztegnite za vsaj 10 sekund ter vajo ponovite petkrat. Po treningu ponovite raztezanje.

1. Zgibaje naprej

Z rahlo pokrčenimi koleno se počasi nagnite naprej, tako da se hrbet in ramena sprostijo, roke pa se dotaknejo prstov na nogah. Vztrajajte 10 do 15 sekund, nato se sprostite. Ponovite trikrat (glejte sliko 1).

2. Raztezanje kolenskih tetiv

Sedite na čisto blazino in zravajte eno nogo. Drugo nogo potegnite navznoter, tako da je ob notranji strani zravnan noga. Z rokami se poskušajte dotakniti prstov na nogah. Vztrajajte 10 do 15 sekund, nato pa se sprostite. Za vsako nogo ponovite trikrat (glejte sliko 2).

3. Raztezanje tetiv in tetiv pete

Sedite tako, da so stopala obrnjena na steno ali drevo in iztegnite tele nazaj. Zadnja noga naj bo ravna, pete naj bodo na tleh, naslonite se proti steni ali drevesu. Vztrajajte 10 do 15 sekund, nato pa se sprostite. Z vsako nogo ponovite trikrat (glejte sliko 3).

4. Raztezanje mišic kvadricepsa

Z levo roko se naslonite na steno ali mizo, nato pa z desno roko segnite nazaj, primite desni gleženj in počasi povlecite proti bokom, dokler ne začutite napetosti mišic pred stegni. Zadržite 10-15 sekund, nato pa se sprostite. Za vsako nogo ponovite trikrat (glejte sliko 4).

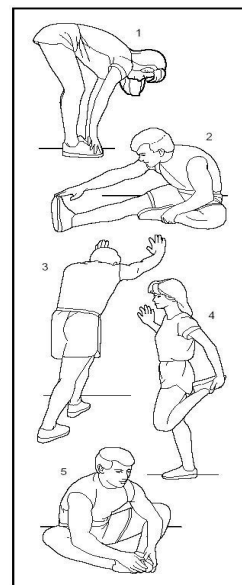
5. Raztezanje mišic na notranji strani stegen

Sedite tako, da so stopala obrnjena drugo proti drugemu, kolena pa so obrnjena navzven. Stopala primite z obema rokama in jih potegnite proti dimljam. Zadržite 10 do 15 sekund in se sprostite. Ponovite trikrat (glejte sliko 5).



Navodila za uporabo konzolne plošče

- | | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| 1. Bližnjice za nagibanje | 5. Začetek/počasje |
| 2. Nagibanje "navzgor" in "navzdol" | 6. Program |
| 3. Program | 7. Hitrost "navzgor" in "navzdol" |
| 4. Ustavitev | 8. Hitrostne bližnjice |



1. Program P01 je ročni uporabniški program, programi P01-P36 so vgrajeni samodejni vadbeni programi; možnost ustvarjanja profilov za 3 uporabnike in funkcija za izračun BMI.
2. Zaslón LED s 14 gumbi za upravljanje.
3. Vgrajena funkcija za pretvorbo enot hitrosti in razdalje (km↔ milje).
4. Razpon hitrosti: 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Razpon naklona: 0-15%.
6. Zaščitni sistem: preobremenitev, nadtoki, prevelika hitrost ter zaščita pred elektromagnetnimi motnjami in drugo.
7. Funkcija samopreizkusa ter prikaz kod napak in okvar.
8. Trije nastavljeni uporabniški načini.
9. Podpora za funkcijo ERP (učinkovito upravljanje energije).
10. Funkcija opomnika za mazanje (polnjenje z gorivom) tekočega traku.

Opis oken

1. KALORIJE - prikazuje število porabljenih kalorij.
2. ČAS - prikazuje trajanje vadbe.
3. DISTANCA - prikazuje prevoženo razdaljo.
4. INCLINE - prikazuje trenutno stopnjo naklona.
5. PULSE - prikazuje izmerjeni srčni utrip.
6. SPEED - prikazuje trenutno hitrost.

Pretvorba merilnih enot:

- 1) Pri odklopljeni varnostni ključavnici hkrati pritisnite gumba "PROGRAM" in "MODE", na zaslonu se prikaže 0,6, - razdalja je prikazana v miljah.
- 2) Ko je varnostna ključavnica odklopljena, hkrati pritisnite gumba "PROGRAM" in "MODE", se na zaslonu prikaže 1,0, kar je pretvorba milj v kilometre; razdalja je prikazana v kilometrih.

FUNKCIJE:

"PROG" - gumb za izbiro programa: ko je ustavljen, omogoča ciklično izbiro programov P01-P36, uporabnikov U01-U03 in funkcije BMI.

"MODE" - način delovanja:

Ko je izbran ročni način, je privzeta nastavev normalni način.

S pritiskom na gumb "MODE" preklaplja med načinom odštevanja časa → odštevanja razdalje → odštevanja kalorij → normalnim načinom. Deluje tudi kot gumb za ponastavitev - obnovi privzeti interval odštevanja (30 minut) v programih P01-P36.

"START" - gumb za zagon/počasno prekinitev:

V načinu zaustavitve zažene tekalno stezo. V načinu teka se naprava ustavi (pavza). Funkcija pavze morda ne bo delovala, če je tekalna steza povezana s povezavo Bluetooth.

"STOP" - gumb za ustavitev/ponastavitev:

Med delovanjem naprave se s pritiskom na gumb STOP naprava postopoma ustavi. Ko se na zaslonu prikaže napis ERR, pritisek na gumb izbriše to informacijo.

"+" - gumb za povečanje hitrosti:

V načinu zaustavitve ali pri merjenju telesne maščobe služi za povečanje vrednosti nastavljenega parametra. Ko tekaška steza teče, poveča hitrost.

"-" - gumb za zmanjšanje hitrosti:

V načinu zaustavitve ali pri merjenju telesne maščobe - zmanjša vrednost nastavljenega parametra. V načinu teka - zmanjša trenutno hitrost teka.

"QUICK SPEED" - gumbi za hitro izbiro hitrosti (3, 6, 9 km/h):

V načinu teka omogočata takojšnjo nastavitve nastavljenih hitrosti.

"▲" - gumb za povečanje naklona.

"▼" - gumb za zmanjšanje naklona.

"QUICK INCLINE" - gumbi za hitro izbiro naklona (3, 6, 9 %): Ko tekaška steza teče, lahko neposredno nastavite določen naklon.

Odklop v sili

Sestavljen je iz sponke in najlonske vrvice. V vsakem primeru, ko je ključ iz vtičnice, bo tekalna steza samodejno prenehala delovati, delovanje konzole bo zaklenjeno, na zaslonu pa se bo ob zvočnem signalu prikazal napis "E-07". Ko je ključ ponovno vstavljen, se na zaslonu za 2 sekundi prikaže stanje, nato pa tekaška steza preide v način pripravljenosti za delovanje.

PROGRAM UPORABNIKA: sistem omogoča oblikovanje treh individualnih profilov: USER1-USER3. Če želite aktivirati uporabniški način, pritisnite tipko "PROG" in izberite USER1, USER2 ali USER3. Nato pritisnite "MODE" za vstop v nastavitve programa ali takoj "START" za začetek vadbe. V načinu urejanja lahko nastavite 10 delov vadbe, pri čemer določite hitrost in naklon v vsakem delu.

Ko so nastavitve končane, pritisnite "START", da začnete izvajati program. Podatki se bodo samodejno shranili in bodo na voljo za naslednje vadbe.

VARNOSTNI KLJUČ:

Varnostni ključ je sestavljen iz stikala na dotik, sponke za perilo in najlonske vrvice, ki preprečujejo, da bi se stroj pomotoma izklopil. Kadar je varnostni ključavnik zunaj pravičnega položaja, tekalna steza preneha delovati, delovanje konzole je zaklenjeno, na zaslonu pa se skupaj z zvočnim signalom prikaže "E-07". Ko je blokada v pravičnem položaju, se na zaslonu za 2 sekundi prikaže signal, nato pa tekalna steza preide v privzeti način delovanja.

Uporabniški program - USER

Način USER vam omogoča, da nastavite svoj lastni program vadbe. Na voljo so trije profili: USER1, USER2 in USER3. Za uporabo tega načina:

1. Uporabnik1-USER3: pritisnite gumb "PROG" in izberite USER1-USER3.
2. Pritisnite gumb "MODE" za nastavitve programa ali "START" za začetek vadbe.
3. Z gumbom "MODE" nastavite 10 odsekov hitrosti in kota nagiba.
4. Ko so nastavitve končane, pritisnite "START", da zaženete tekalno stezo. Program bo shranjen in bo na voljo ob naslednjem zagonu.

Varnostni vodnik

1. Vtič napajalnega kabla vstavite v ozemljeno 10 A vtičnico in vklopite stikalo za napajanje. Na zaslonu se bo prikazal celoten zaslon in zvočni signal. Nato priključite varnostni ključ.
2. Postavite ključ na konzolo in pritrdite sponko na oblačila v višini prsnega koša. Na zaslonu bo 2 sekundi prikazan celoten zaslon, nato pa se preklopi v privzeti način: vse vrednosti so ponastavljene na nič, nastavitve ponastavljene, aktiviran je ročni program (P0).
3. Pritisnite "PROG", da izberete program P01-P36, U01-U03 ali BMI.
4. Program P0 je ročni način s štirimi možnimi načini vadbe:
 - Način 1: inkrementalni čas - čas, razdalja in števec kalorij. Privzeto: 1,0 km/h, naklon 0.
 - Način 2: Odštevanje časa - razpon 5-99 min, privzeto 30:00.
 - Način 3: Odštevanje razdalje - območje 1,0-99,0 km, privzeto 1 km.
 - Način 4: Odštevanje kalorij - območje 20-990 cal, privzeto 50 cal. Programi P01-P36 so sistemske prednastavitve - vsi delujejo v načinu odštevanja.
5. Programi P01-P36 so vnaprej določene sistemske nastavitve - vsi delujejo v načinu odštevanja.
6. Po nastavitvi parametrov pritisnite "START". Prikazalo se bo 5-sekundno odštevanje, ki se bo končalo z zvočnim signalom, po katerem bo tekalna steza začela z naraščajočo hitrostjo.
7. Med vadbo lahko hitrost prilagajate z gumbi "+", "-" ali "QUICK SPEED".
8. Pri programih P01-P36 je hitrost razdeljena na 10 segmentov. Vsak segment traja enako dolgo, odvisno od skupnega časa. Sprememba segmenta je signalizirana s tremi zvočnimi signali 3 sekunde pred preklpom.
9. Med delovanjem pritisnite gumb "START", da preklopite med pavzo in delovanjem. Pri ponovnem zagonu se ohranijo shranjene nastavitve.
10. Za zaustavitev motorja pritisnite "STOP" - enota se bo vrnila v začetno stanje.
11. Kot nagiba lahko nastavite s "+", "-" ali "QUICK INCLINE".
12. Če odstranite varnostni ključ, se tekalna steza samodejno ustavi, prikaže se sporočilo "E-07" in sproži zvočni signal.
13. Sistem stalno nadzoruje varnost - vsaka odkrita napaka povzroči zaustavitev delovanja in ustrezno sporočilo.
14. Če želite izbrisati sporočilo o napaki, pritisnite "STOP".
15. Test BMI (azijska različica):
 - Pritisnite "PROG", izberite "BMI".
 - Nastavite parametre F1-F5:
 - F1 - Spol (1: moški, 2: ženska), privzeto 1
 - F2 - Starost: 1-99, privzeto 25
 - F3 - Višina (cm): 100-220, privzeto 170
 - F4 - Teža (kg): 20-150, privzeto 70
 - F5 - Začetek testa: Na zaslonu se prikaže rezultat indeksa telesne mase.
 - Interpretacija (azijske norme):
 - <18 - vitek
 - 18-24 - idealna teža
 - 25-28 - prekomerna telesna teža
 - >29 - debelost

16. Test indeksa telesne mase (britanska metoda):

- Višina (v palcih): 39-87, privzeto 67
- Teža (funti): 44-330, privzeto 154
- Ostali parametri so enaki kot zgoraj
- Rezultat indeksa telesne mase se prikaže 4 sekunde po položitvi roke na senzorje

Funkcija varčevanja z energijo (ERP)

Privzeto se sistem zažene v načinu ERP. Če tekalne steze ne uporabljate, po približno 4,5 minute preide v način mirovanja. Če jo želite prebuditi, pritisnite kateri koli gumb. V načinu pripravljenosti pridržite gumb "MODE" za 3 sekunde, da izklopite ERP (prikaže se "2222"), in s ponovnim pridrženjem gumba "MODE" ponovno vklopite ERP (prikaže se "1111").

Tabela hitrosti in naklona za samodejne programe P01-P36; metrična (TABELA 1)

Tabela hitrosti in naklona za samodejne programe P01-P36; v palcih (TABELA 2)

Koda težave	Verjetni vzrok	Popravilo
Sistem ne deluje	A. Napajanje ni priključeno ali ni vklopljeno	Priključite napajanje ali nastavite stikalo za napajanje v položaj "NO".
	B. Varnostne blokade niso nameščene	Varnostno blokado nastavite v pravilen položaj
	C. Krmilnik ali konzola ni vklopljena	Zamenjajte krmilnik ali konzolo
	D. Slab stik z linijo	Preverite sistemske vhode in izhode ter komunikacijske linije komunikacijske linije
Nenadna zaustavitev v normalnem stanju	A. Varnostna blokada je izpadla	Ponovno namestite
	B. Sistemska napaka	Prosimo servisnega tehnika, naj poskrbi za to.
Okvara ključa	Nepravilen ključ	Zamenjajte konzolo ali matično ploščo
E-01	A. Komunikacijski kabel je slabo povezan	Ponovno povežite komunikacijski kabel in preverite, ali so vrata pravilno priključeni, ali pa komunikacijski kabel zamenjajte.
	B. Napačna konzola	Zamenjajte konzolo
	C. Napačen krmilnik	Zamenjajte krmilnik
E-02	A. Napačen motor	Zamenjajte motor
	B. Kabel motorja je napačno priključen na krmilnik ali pa je krmilnik napačno priključen.	Preverite in ponovno priključite ali zamenjajte krmilnik
E-03	A. Fotoelektrični senzor ni pravilno nameščen	Preverite in ponovno priključite
	B. Slab fotoelektrični senzor	Zamenjajte fotosenzor
	C. Umazan fotoelektrični senzor ali slab prvi stik	Preverite in ponovno povežite/očistite senzor
	D. Pokvarjen krmilnik	Zamenjava krmilnika
E-05	A. Pokvarjen krmilnik	Zamenjajte krmilnik
	B. Pokvarjen motor	Zamenjajte motor
	C. Mehanska okvara	Preverite, ali olje ali boben nista zamašena.
E-07	Konzola ne zazna signala varnostne ključavnice	1. Preverite, ali je varnostna zapora nameščena; 2. Ponovno namestite mehanizem varnostne blokade;
Ni signala srčnega utripa	A. Kabel ročaja ni vstavljen na svoje mesto ali kabel ročaja ni dober	Preverite in povežite ali zamenjajte kabel ročaja
	B. Nepravilno delovanje vezja elektronskega sistema	Zamenjajte konzolo
Nepopolne ali manjkajoče linije konzole	A. Prikazovalnik je okvarjen	Zamenjajte matično ploščo ali zaslon
	B. Okvara sistema	Zamenjava konzole

ZLAGANJE IN PREMIKANJE TEKALNE STEZE:

1. Zlaganje tekalne steze

Pred zlaganjem izklopite napajanje. Prepričajte se, da je naklon tekalne steze nastavljen na najnižjo raven. Tekaško stezo dvignite v pokončen položaj - priključni deli se bodo samodejno zaskočili in hidravlični sistem. Preverite, ali so povezovalni deli dejansko zaklenjeni, kot je prikazano na sliki.

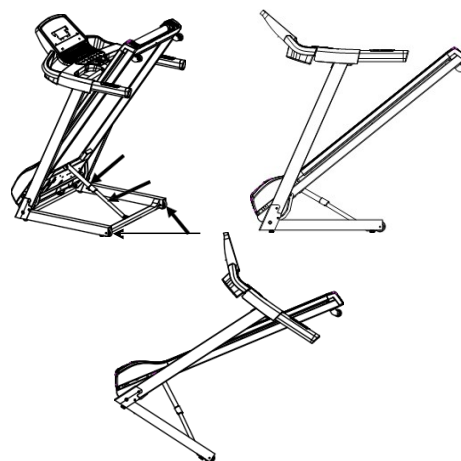
2. Nastavitev tekalne steze

Izberite ravno površino brez ovir, približno 1 meter oddaljeno od električne vtičnice. Pri razstavljanju z obema rokama primite tekalno stezo in z nogami stopite na priključek - tekalna steza se bo počasi spustila na tla. V tem času mora uporabnik ostati na razdalji približno 1 metra, dokler se enota popolnoma ne razvije, kot je prikazano na sliki.

3. Premikanje tekalne steze Pred premikanjem tekalne steze se prepričajte, da:

- da je stikalo za vklop nastavljeno v položaj "izklopljeno".
- je vtič izključen iz vtičnice.
- je glavni okvir pravilno sestavljen.

Po pregledu zgornjih navodil z eno roko primite konec tekalne steze, z drugo pa naslonjalo za roke na isti strani. Nato napravo pod kotom 40-50° na prsni koš počasi premikajte, kot je prikazano na sliki.



VODNIK ZA OZEMLJITEV:

Ta izdelek je opremljen z zaščitnim vodnikom in ozemljenim vtičem. Tekalna steza mora biti priključena na ustrezno ozemljeno vtičnico v skladu z lokalnimi predpisi.

Nevarnost! Če niste prepričani, ali je naprava pravilno ozemljena, se obrnite na usposobljenega električarja ali pooblaščen servisni center. Vtiča, ki je priložen izdelku, ne spreminjajte sami. Če vtič ni združljiv, mora usposobljen električar namestiti ustrezno vtičnico.

NAVODILA ZA UPORABO TEKALNE STEZE

1. Vključite napajanje, tekočo stezo razgrnite v najnižjem položaju in preverite, ali deluje pravilno.
2. Varnostno vrstico pripnite na oblačila.
3. Pred začetkom vadbe se prepričajte, da tekalna steza deluje pravilno in je stabilna. Med zagonom tekalne steze ne stojte neposredno na traku tekalne steze. Pravilen začetek je, da se postavite na stranske vodila, pri čemer roke počivajo na ročajih. Ko pritisnete "START" in držite ročaje, se bo tekalna steza po 5 sekundah zagnala s hitrostjo 1,0 km/h. Nato pritisnite gumb "+", da povečate hitrost na 2,5-3,5 km/h - to je optimalna hitrost za tek. Obe roki imejte na ročajih in med začetkom vadbe postopoma stopajte po stezi. Gibajte se s hitrostjo, ki je skladna z gibanjem po stezi.
4. Po nekaj minutah lahko hitrost povečate z gumbom "+" ali zmanjšate z gumbom "-", pri tem pa držite roke na ročajih.
5. Med tekom lahko nastavite tudi konstantno hitrost, tako da jo izberete neposredno na plošči.
6. Če kadar koli pritisnete gumb "STOP", se motor ustavi.
7. Uporaba prednastavljenih načinov Priključite in vklopite napajanje. Pritisnite gumb "SELECT", da izberete želeni način, in nato "START", da ga zaženete. Hitrost lahko kadar koli prilagodite z gumboma "+" ali "-" ali ustavite napravo s pritiskom na gumb "STOP".
8. Preizkušanje funkcije HRC Ko je naprava vključena, položite roke na kovinske senzorje srčnega utripa - v oknu zaslona se bo prikazala vrednost HRC.

Opomba: Če izvelčete varnostni gumb, se tekalna steza takoj ustavi, računalnik pa izklopi. Na zaslonu se prikaže sporočilo: "-----".

VZDRŽEVANJE: Za zanesljivo in varno delovanje tekalne steze je ključnega pomena pravilno vzdrževanje. Če ga zanemarite, lahko pride do poškodb ali skrajšanja življenjske dobe naprave. Vse sestavne dele je treba redno pregledovati in zategovati. Obrabljene dele je treba takoj zamenjati.

MAZANJE: Tekalna steza je bila med proizvodnjo tovarniško namazana. Po določenem obdobju uporabe pa je treba tekoči trak redno mazati s posebnim silikonskim oljem.

Priporočila za pogostost mazanja:

- Uporaba manj kot 3 ure na teden - mazanje vsakih 5 mesecev
- Uporaba od 4 do 7 ur na teden - mazanje vsaki 2 meseca
- Uporaba več kot 7 ur na teden - mesečno mazanje

Opomba: Prepogosto mazanje ni priporočljivo. Pravilno mazanje je ključni dejavnik življenjske dobe in učinkovitosti tekalne steze. Če želite preveriti, ali je mazanje potrebno, dvignite stranice traku tekalne steze in se dotaknite zadnjega, osrednjega dela traku:

- Če čutite silikon - mazanje ni potrebno.
- Če je površina suha - izvedite mazanje.

Navodila za mazanje:

1. Ustavite napravo in zložite tekalno stezo.
 2. Dvignite tekalni trak na zadnji strani glavnega okvirja.
 3. Steklenico držite čim bližje sredini traku in nanjo razpršite silikonsko olje - na obeh straneh.
- Tekalno stezo poganjajte s hitrostjo 1 km/h, da se olje enakomerno porazdeli po tekalni površini.

1. Nastavitev tekalnega traku

V tovarni je tekoči trak pravilno nastavljen. Vendar pa se lahko zaradi uporabe zrahlja, kar povzroči pretrganje ali zdrs. V tem primeru zategnite nastavitvena vijaka - vsakega za pol obrata v levo ali desno.

Če je jermen preohlapen, lahko zdrsne na jermenici. Prevelika napetost pa lahko preobremeni motor in poškoduje motor, jermen, valje ali druge sestavne dele.

2. Nastavitev odklona jermena

Čeprav je jermen tovarniško nastavljen, se lahko po določenem času premakne. Najpogostejši vzroki so:

- Nestabilna nastavitve tekalne steze,
- tek z odmikom vstran,
- neenakomerna porazdelitev pritiska stopal.

Če neskladje ni trajno, lahko s tekalno stezo nekaj minut brez obremenitve ponovno vzpostavite ravnovesje. Če je potrebno, opravite ročno nastavitve s 6 mm ključem - vijak zavrtite za pol obrata.

Primer 1: jermen drsi v levo → Zategnite levi vijak (v smeri urinega kazalca) → ali popustite desni vijak (v nasprotni smeri urinega kazalca)

Primer 2: jermen se premika v desno → Zategnite desni vijak (v smeri urinega kazalca) → ali popustite levi vijak (v nasprotni smeri

urinega kazalca) Ključ za nastavitve:

=V nasprotni smeri urinega kazalca = rahljanje.

Pas se vedno premakne na tisto stran, ki je bolj ohlapna.

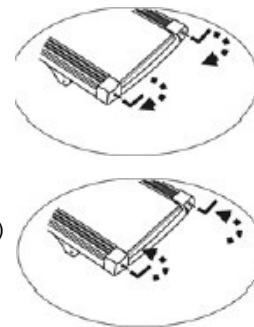
Nasveti:

Pred vsako nastavitvijo tekalno stezo poganjajte z nizko hitrostjo.

Vijakov ne zategujte preveč.

Po vsaki nastavitvi opazujte delovanje traku.

Odkloni jermena niso zajeti v garanciji in je zanje odgovoren uporabnik. Nepreverjeni in nepopravljeni odkloni lahko povzročijo resne poškodbe.





3. Nastavitev pogonskega (motornega) jermena

Pogonski jermeni so tovarniško prednastavljeni, vendar lahko sčasoma popustijo, kar povzroči zdrs. Nastavitev:

1. S ključem obrnite nastavitveni vijak v nasprotni smeri urinega kazalca.

2. Razpon nastavitve mora zagotavljati nemoten prenos brez zdrsa.

Opomba: Redno čistite jermene in uture jermenic, da zagotovite nemoteno delovanje pogonskega sistema.

a) nastavitveni vijak; b) motor; c) sprednji valjček; d) jermen

Tipične napake in načini popravila:

Težava	Verjetni vzroki	Metode vzdrževanja
Tekalna steza ne deluje	A. Je izklopljena iz električnega omrežja	Priključite jo v vtičnico.
	B. Varnostni ključ ni nameščen	Vstavite varnostni ključ v ploščo
	C. Odprt signalni tokokrog	Preverite vhod krmilnika in signalno linijo
	D. napajanje ni vklopljeno	Nastavite stikalo za napajanje v položaj NO
	E. Pregorela je varovalka	Zamenjajte varovalko
se ne premika gladko	A. Nezačisto mazanje	Uporabite mazivo na osnovi metilnega silikonskega olja
	B. Preveč zategnjeni tekoči trakovi	Prilagodite tekaške trakove, da bodo tesni
Tekaški trak je zdrsnil	A. Tekoški pas je preohlapen	Nastavite tekaške trakove, da bodo tesni
	B. Pas je zrahljan	Prilagodite napetost pogonskega jermena

Koda napake	Opis napake	Odpravljanje težav
E 1	Nepravilna komunikacija med krmilnikom in konzolo po vklopu.	Krmilnik je prešel v stanje napake - zagon ni mogoč. Na konzoli se prikaže koda napake in zaslišijo se trije zvočni signali. Možni vzroki: - komunikacija med krmilnikom in konzolo je blokirana - preverite povezavo komunikacijske linije, - preverite, ali je vsako jedro popolnoma vstavljeno, - če je komunikacijska linija poškodovana, jo zamenjajte.
E 3	Kabel motorja ni pravilno priključen.	Enota je bila izklopljena zaradi napake - konzolni zvočni signal bo izdal 9 piskov, na zaslonu pa bo prikazana koda napake. Če se enota po izklopu vrne v normalno stanje, lahko preide v način pripravljenosti in se znova zažene. Možni vzroki: - kabel motorja ni pravilno priključen - preverite povezavo, - krmilnik je morda okvarjen - preverite, ali ne oddaja značilnega vonja po zažganih sestavnih delih; po potrebi zamenjajte krmilnik.
	Ni signala s senzorja hitrosti - krmilna napetost na izhodu za enosmerni motor je zmanjšana. Enota več kot 3 sekunde ne prejme povratne informacije o hitrosti motorja.	Enota je bila izklopljena zaradi napake - konzolni zvočni signal odda 9 piskov, na zaslonu pa se prikaže koda napake. Po 10 sekundah izklopa lahko enota preide v stanje pripravljenosti in se ponovno zažene. Možni vzroki: - več kot 3 sekunde ni signala iz senzorja hitrosti - preverite, ali je vtič senzorja pravilno priključen in nepoškodovan, - po potrebi ponovno priključite vtič ali zamenjajte senzor.
E 4	Nagib	Preverite, ali je indukcijski kabel motorja dvigala pravilno priključen. Za zanesljivo povezavo - odklopite in ponovno priključite vtič. Preverite, ali je napajalni kabel izmeničnega toka motorja dvigala pravilno priključen in ali so kabli izmeničnega toka motorja dvigala in krmilnika pravilno označeni. Preverite stanje priključnega kabla motorja - če je poškodovan, ga zamenjajte ali celoten motor dvigala. Na spletni strani koncu pritisnite gumb za učenje na krmilniku, da ponovno začnete postopek učenja.
E 5	Nadtokovna zaščita - med delovanjem je sistem zaznal, da je tok motorja enosmernega toka za več kot 3 sekunde presegel nazivno vrednost za več kot 6 A.	Enota je bila izklopljena zaradi napake - konzolni zvočni signal bo izdal 9 piskov, na zaslonu pa bo prikazana koda napake. Enota je mogoče ponovno zagnati v načinu pripravljenosti 10 sekund po izklopu. Možni vzroki: - tok motorja je presegel nazivno vrednost - sistem je aktiviral mehanizem za samoobrambo, - možna mehanska blokada tekalne steze, ki preprečuje vrtenje motorja, - prevelika mehanska obremenitev, ki je povzročila povečano porabo toka. Priporočeni ukrepi: - preverite in prilagodite tekalno stezo, da bo enota delovala pravilno, - če motor proizvaja nenavadne zvoke ali ima vonj po gorenju - zamenjajte motor ali krmilnik, - preverite, ali je napajanje stabilno in združljivo z zahtevano napetostjo - po potrebi po potrebi preizkusite sistem s pravilno vhodno napetostjo.
E 6	Zaščita pred eksplozijo - pulzna zaščita: Nepravilna napajalna napetost ali nepravilno delovanje motorja (itd.) lahko privede do poškodb tokokroga pogonskega motorja.	Enota je bila izklopljena zaradi napake - konzolni zvočni signal bo izdal 9 piskov, na zaslonu pa se bo prikazala koda napake. 10 sekund po izklopu bo enota prešla v stanje pripravljenosti in jo bo mogoče ponovno zagnati. Možni vzroki: - je napajalna napetost manjša od 50 % nazivne vrednosti - uporabite pravilno napetost in ponovno preizkusite napravo, - krmilnik je morda okvarjen - če se pojavi vonj po gorenju, zamenjajte krmilnik, - žice motorja so morda odklopljene ali ohlapne - preverite povezave in ponovno povežite kable.



Aplikacija Bluetooth za tekalne steze



Povezava Bluetooth podpira programe AnyRun, Zwift in Kinomap



AnyRun

Prenesite, registrirajte in prijavite se v aplikacijo AnyRun ter pojdite na stran z nastavitvami: Aplikacija bo zaznala kodo Bluetooth, izberite kodo Bluetooth, ki je enaka kodi, označeni na konzoli opreme, in jo povežite.

Zwift

Prenesite, registrirajte in se prijavite v aplikacijo Zwift ter pojdite na stran z nastavitvami: Pod PAIRED DEVICES kliknite RUN za tekalno stezo; nato kliknite POWER

SOURCE in prikazal se bo pojavni meni, izberite kodo Bluetooth, ki je enaka kodi, označeni na konzoli opreme, in izberite OK za seznanitev.

OPOMBA: Program Zwift si zapomni naprave, ki so bile uporabljene v prejšnji seji, in jih lahko poskuša seznaniti s temi napravami, če so prisotne in na voljo. Če vidite seznanjene naprave, ki jih ne želite uporabljati, jih lahko preprosto odstranite in izberete napravo, ki jo želite seznaniti.

Kinomap

Prenesite, registrirajte in se prijavite v aplikacijo Kinomap, dostopite do strani z nastavitvami: kliknite Več v spodnjem desnem kotu, kliknite Upravljanje opreme, kliknite + v zgornjem desnem območju, izberite

tekalno stezo;

Nato izberite želeno blagovno znamko Bluetooth, npr. Anyrun itd.; kliknite vsebino v razdelku Interaktivno, aplikacija bo zaznala najdeno opremo, izbrala kodo Bluetooth, ki je enaka kodi, označeni na konzoli za opremo, nato kliknite DODATI NOVO OPREMO, prikazala se bo uspešno dodana oprema.



VIKTIGA SÄKERHETSANVISNINGAR

Tack för att du har köpt den här produkten! Med hjälp av den kan du enkelt ta hand om din kondition, hälsa och ditt välbefinnande.

Instruktioner för användning

1. Anslut endast nätsladden till ett jordat uttag. Använd inte förlängningssladdar eller adaptrar.
2. Se till att löpbandet står stadigt på en plan yta i ett slutet, torrt rum.
3. Innan du startar löpbandet, ställ dig på trappstegen på sidan och fäst säkerhetsnyckeln på dina kläder.
4. Endast en person kan träna på löpbandet åt gången.
5. Vi rekommenderar att du använder välsittande sportkläder och tränings skor.
6. Justera vid behov träningshastigheten med hjälp av reglagen.
7. När du har sprungit färdigt stannar du löpbandet med hjälp av "Stop"-knappen eller genom att dra ut säkerhetsnyckeln.
8. Stäng alltid av strömmen och dra ut stickproppen efter träning eller innan du flyttar maskinen.
9. Råd gör med din läkare innan du börjar träna, särskilt om du har en kronisk sjukdom.
10. Rengör maskinen regelbundet med en torr trasa och undvik att komponenterna kommer i kontakt med vatten.
11. Använd inte löpbandet direkt efter en måltid eller när du är trött.
12. Kontinuerlig användning av enheten bör inte överstiga 2 timmar.
13. Det bör finnas minst 2000×1000 mm fritt utrymme.
14. Koppla alltid bort enheten från strömförsörjningen vid underhåll.
15. Om det uppstår ovanliga ljud, en brännande lukt, problem med skärmen eller bandets rörelse ska du omedelbart avbryta träningen, koppla bort strömförsörjningen och kontakta serviceverkstaden.

Varningar och förbud:

⚠ Använd inte löpbandet:

- om du genomgår medicinsk behandling och inte har din läkares godkännande,
- om du har hjärtproblem, ryggproblem, ledproblem, bensår eller allvarliga kroniska sjukdomar,
- under graviditet, menstruation eller om du känner dig sjuk,
- om du har druckit alkohol eller är påverkad av droger som försämrar din koncentration,
- om nätsladden är skadad eller om uttaget sitter löst.

⚠ Det är förbjudet att:

- demontera, modifiera eller reparera löpbandet själv,
- använda apparaten utomhus eller i våtutrymmen (t.ex. badrum),
- sätta på eller stänga av löpbandet med våta händer,
- hoppa på eller av löpbandets bälte medan maskinen är igång,
- användning av löpbandet av barn och personer som är medvetlösa eller har motoriska funktionsnedsättningar.



- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. Konsol | 5. Säkerhetsnyckel |
| 2. Vertikal profil | 6. Löpande bälte |
| 3. Motorskydd | 7. Sidobälte |
| 4. Handtag | 8. Bakre skydd |

Teknisk information

Storlek (mm)	Ej hopfärd: 1700 x 790 x 145
	Hopfärd: 1180 x 790 x 1450
Löpande bälte (mm)	1420 x 500
Hastighet (km/h)	1-22



1) Förpackningslista:

1. Huvuddel
2. Profiler
3. Ram för konsol
4. Konsol
5. Säkerhetsnyckel
6. Silikonolja
7. Bruksanvisning
8. Skruvsats

2) Lista över utrustning:

1. H Sexkantsskruv med stort platt huvud (M8 * 50 * 20) 4 st.
2. L-formad nyckel S4 1 st
3. Skruv med sexkantshuvud (M6*10)
4. L-formad skiftnyckel S6 1 st.
5. Sexkantsskruv M8×15 8st.
6. T-skruvnyckel 6×80



INSTALLATION:

Obs: Dra inte åt alla skruvar helt under installationen. Dra åt alla skruvar när komponenterna är helt installerade.

Steg 1: Ta ut enheten ur förpackningen och placera den på en plan yta (enligt bilden). Ta bort alla påsar och skyddsremmar.

Steg 2: Som visas: håll löpbandet i upprätt läge, för in den vertikala profilen (62) i motsvarande plats i basen (1) och fäst den sedan med en sexkantsskruv M8 × 50 (101) och säkra den ytterligare med en skruv M8 × 15 (102). Upprepa åtgärden på den andra sidan (63).

Steg 3: Som visas i figuren: efter anslutning av kommunikationskabeln på höger sida av ledståndsramen, montera de svetsade konsolerna (72) på motsvarande platser på de vertikala stolparna (62) och (63) och säkra dem med en stor M8 × 15 sexkantsskruv (102).

Steg 4: Efter anslutning av konsolens signalkabel, placera fästet (72) i konsolramen (24) och fäst det med M6 sexkantsskruvar×10 (103).

Steg 5: Placera enheten på önskad plats och dra åt alla fästsruvar. Sätt sedan fast säkerhetsnyckeln (89) - löpbandet är klart för användning!

Antala	Namn	Kvantitet	Antal	Namn	Kvantitet
1	Svetsad bas	1	54	Hjul $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2
2	Sexkantsskruv M8x50x20	2	55	Cylindrisk kudde $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
3	Sexkantig låsmutter M8	2	56	Rund styrkloss $\phi 25 \times \phi 5 \times 4,5$	10
4	Plan bricka $\Phi 8$	2	57	Tejp $\phi 16$ (vit)	3
5	Pärila (OMA-05-07-005) $\Phi 50 \times \Phi 41 \times 17 \times M8 \times 27$	4	58	EVA-dyna (E21-V1-12) $t15 \times 30 \times 30$	1
6	Hjul $\Phi 62 \times \Phi 8,0 \times t22$	2	59	Magnetisk ring $\Phi 29 \times \Phi 17 \times t7,5$	1
7	Blindplugg $40 \times 60 \times t2,0$	2	60	Kabelklämma 3/8(UC-2)	1
8	Huvudram	1	61	Klämma för strömkabel SR-5R1	1
9	Motorfäste (1320CA-06)	1	62	Vänster vertikal profil $0,32 \text{ m}^2$	1
10	Styrenhetsfäste	1	63	Höger vertikal profil $0,32 \text{ m}^2$	1
11	Fast rör på motorkåpan $\Phi 16 \times t1,2 \times 23$	1	64	Kommunikationskabel SM4PIN/SM4PI N/L-12 00mm/26#	1
12	Sexkantsskruv med insexkant M8x75	1	65	Ram	1
13	Skruv med insexkanthuvud M8x60	2	66	Skruv med sexkantshuvud $M12 \times \Phi 14 \times 35 \times 19$	2
14	Motorfästplatta A	2	67	Skruv med sexkantshuvud och platt huvud $M10 \times 25 \times 15$	2
15	Motorfästplatta B	1	68	Mutter $\Phi 24 \times \Phi 19 \times \Phi 14 \times 3$	2
16	Skruv med sexkantshuvud, platt M8x45x20	2	69	Bussning $\Phi 25 \times \Phi 18 \times t3,0$	2
17	Sexkantsskruv med insexkant M6x30x $\Phi 16$	4	70	Plan bricka $\Phi 14$	2
18	Phillipsskruv med stort platt huvud M5x10	2	71	Hylsa för lyftaxel (OMA-05-06-023) $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
19	Korsförsänkt skruv med stort platt huvud M4x10	6	72	Svetsfogar för konsolkonsol	1
20	Självgående skruv med stort platt huvud med korsförsänkning ST4x16	4	73	Displayram $498 \times 175 \times 10,1$	1
21	Stor skruv med platt huvud och korsförsänkning STx10	7	74	Stor skruv med platt huvud och korsförsänkning ST4x16	19
22	Självgående skruv med korsande urtag ST3x10	4	75	Försänkt skruv ST4x15	4
23	Självgående försänkt skruv ST4x15	2	76	Försänkt skruv ST4x70	2
24	Svetsning av konsolram	1	77	Element t0,5x490x167	1
25	Fjäderbricka $\Phi 8$	3	78	Stor skruv med platt huvud ST4x10	12
26	Fjäderbricka $\Phi 5$	17	79	Panel 1136EA/571x27 7x10,8	1
27	Tandade låsbrickor $\Phi 5$	2	80	Bakstycke till panel 1136EA/571x27 7x28	1
28	Plan bricka $\Phi 8$	3	81	Övre lock	1
29	Låsmutter sexkant M8	3	82	Nedre lock	1
30	Skruv med sexkantshuvud $M10 \times 35 \times 20$	3	83	Anti-slip bricka	1
31	Skruv med sexkantshuvud $M10 \times 65 \times 20$	2	84	Mätning av hjärtfrekvens	1
32	Skruv med sexkantshuvud M10	1	85	Hjärtfrekvensmätning 7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Plan bricka $\Phi 10$	1	86	Kommunikationskabel SM4PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1
34	Flat bricka $\Phi 8$	1	87	Konsol 3338EA	1
35	Kommunikationskabel SM5PIN/SM4PI N/L-75 0mm/26#	1	88	Handhållen kommunikationskabel för hjärtfrekvensmätare 3330EA/L-1000mm	1
36	Sexkantig cylindrisk skruv med fullgånga	2	89	Säkerhetsnyckel J52x15x15(L-700)	1
37	Förare	1	90	Hylsa för säkerhetsspärr J86x20x16	1
38	Kabel L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	91	Akrylpanel $t1,0 \times 554 \times 260$	1
39	Kabel L-300mm/1,5mm 2/(Svart)	1	92	D-formad kontakt DX40x80	2
40	Strömbrytare KCD4	1	93	Envägsventil $\Phi 29 \times t1,2 \times 340$	1
41	Självvaterställande brytare 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Sköldar	1
42	Kabel L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	95	Sexkantsskruv M8x30x20	1
43	Kontaktidon 3x1,0mm2x2000	1	96	Stickpropp $\Phi 33 \times \Phi 23 \times 48$	1
44	Framrulle 3330EA $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	1	97	Hållande sexkantsmutter M8	2
45	Bakre rulle 3330EA $\Phi 50 \times \Phi 17 \times 529 \times 578$	1	98	Plan bricka $\Phi 88 \times \Phi 50 \times \Phi 17 \times 606$	2
46	Borstlös motor	1	99	Stång $720 \times 318 \times \Phi 10 \times \Phi 8,2 \times 350N$	1
47	Tiltmotor 1/18HP/75mm/ AC220V (195mm)	1	100	fragment-1 $t0,6 \times 16,5 \times 43$	1
48	Körplattform 3330EA $1300 \times 604 \times t18$	1	101	Skruv med sexkantshuvud M8x50x20	4
49	Drivrem $2930 \times 500 \times t1,6$	1	102	Sexkantsskruv med platt huvud M8x15	8
50	Rem 174 (442) (PJ6)	1	103	Skruv med sexkantshuvud M6x10	4
51	Motorkåpa 3330EA $367,5 \times 673 \times 36,7$	1	104	L-formad nyckel 4*30*80	1
52	Bakre täcklock $673 \times 93 \times 51$	1	105	L-formad nyckel 6*35*80	1
53	Sidoskenor $87 \times 34,5 \times 1342$	2	106	T-formad nyckel 6*80	1

Tips och tricks

- Uppvärmning: Värm upp i 5-10 minuter före varje träningspass.
- Andning: Håll inte andan under träningen. Andas in genom näsan och ut genom munnen - bestämt och mjukt. Andningen ska vara samordnad med rörelserna.
- Frekvens: Samma muskelgrupper bör tränas var 48:e timme, eller varannan dag, för att ge tid för återhämtning.
- Belastning: Anpassa träningens intensitet till din fysiska kondition. Muskelömheter är normalt i början, men kommer att avta med tiden om träningen fortsätter.
- Avslappning: Ta 5 minuter för att slappna av efter varje pass för att hålla musklerna starka och flexibla.
- Kost: Börja inte träna direkt efter en måltid för att inte belasta matsmältningssystemet. Vänta minst 30 minuter efter träningen innan du äter. Undvik att dricka stora mängder vatten under träningspasset för att inte överbelasta hjärta och njurar.
- Stretching: Oavsett hur intensiv din löprunda är, se till att stretcha musklerna. Gör först en uppvärmning - t.ex. marschera i 5-10 minuter - stanna sedan och sträck ut varje ben i minst 10 sekunder och upprepa övningen fem gånger. Upprepa stretchingen efter träningspasset.

1. Böjning framåt

Med lätt böjda knän lutar du dig långsamt framåt, låter ryggen och axlarna slappna av och händerna nudda tårna. Håll i 10 till 15 sekunder och slappna sedan av. Upprepa 3 gånger (se figur 1).

2. Stretching av knäsenorna

Sitt på en ren dyna och sträck ut ena benet. Dra in det andra benet så att det ligger mot insidan av det raka benet. Försök att röra vid tårna med händerna. Håll kvar i 10 till 15 sekunder och slappna sedan av. Upprepa 3 gånger för varje ben (se figur 2).

3. Stretching av vad- och hälsenor

Luta dig mot en vägg eller ett träd med två händer och sträck ut vaden bakåt. Håll det bakre benet rakt och hälsarna i marken och luta dig mot väggen eller trädet. Håll i 10 till 15 sekunder och slappna sedan av. Upprepa 3 gånger med varje ben (se figur 3).

4. Stretching av quadriceps-musklerna

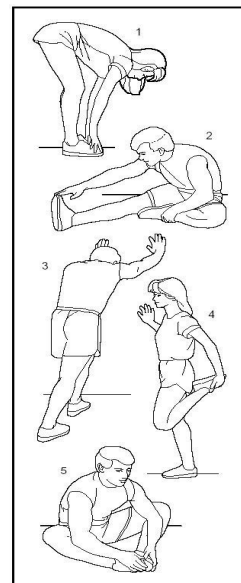
Luta dig mot en vägg eller ett bord med vänster hand, sträck dig sedan bakåt med höger hand, ta tag i höger fotled och dra långsamt mot höfterna tills du känner att musklerna framför låren spänns. Håll kvar i 10-15 sekunder och slappna sedan av. Upprepa 3 gånger för varje ben (se bild 4).

5. Stretcha musklerna på insidan av låren

Sitt med fötterna mot varandra och knäna utåt. Ta tag i fötterna med båda händerna och dra dem mot lumsarna. Håll i 10 till 15 sekunder och slappna sedan av. Upprepa 3 gånger (se bild 5).

**Instruktioner för konsolpanelen**

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| 1. Genvägar till tilt | 5. Start/Paus |
| 2. Luta dig "upp" och "ner" | 6. Program |
| 3. Program | 7. Hastighet "upp" och "ner" |
| 4. Stoppa | 8. Genvägar för hastighet |



1. Program P01 är ett manuellt användarprogram, program P01-P36 är inbyggda automatiska träningsprogram; möjlighet att skapa profiler för 3 användare och BMI-beräkningsfunktion.
2. LED-display med 14 kontrollknappar.
3. Inbyggd funktion för konvertering av hastighet och avståndsenhet (km↔ miles).
4. Hastighetsområde: 1,0-20,0 km/h (0,6-12,5 mph).
5. Område för lutning: 0-15%.
6. Skyddssystem: överbelastning, överström, överhastighet samt skydd mot elektromagnetisk störning m.m.
7. Självtestfunktion och visning av fel- och störningskoder.
8. Tre konfigurerbara användarlågen.
9. Stöd för ERP-funktion (effektiv energihantering).
10. Påminnelsefunktion för smörjning (tankning) av löpremmen.

Beskrivning av fönster

1. CALORIES - visar antalet förbrända kalorier.
2. TIME - visar hur lång tid träningspasset tar.
3. DISTANCE - visar den tillryggalagda distansen.
4. INCLINE - visar den aktuella lutningsnivån.
5. PULSE - visar den uppmätta hjärtfrekvensen.
6. SPEED - visar aktuell hastighet.

Konvertering av måttenheter:

- 1) Tryck samtidigt på knapparna "PROGRAM" och "MODE" när säkerhetslåset är bortkopplat, displayen visar 0.6, - avstånd visas i miles
- 2) Med säkerhetslåset bortkopplat, tryck samtidigt på knapparna "PROGRAM" och "MODE" och displayen visar 1.0, vilket är omvandlingen av miles till kilometer; avståndet anges i kilometer

FUNKTIONER:

"PROG" - programvalsknapp: när den är stoppad möjliggör den cykliskt val av program P01-P36, användare U01-U03 och BMI-funktionen.

"MODE" - driftläge:

När manuellt läge har valts är standardinställningen normalläge.

Tryck på "MODE"-knappen för att växla mellan nedräkning av tid → nedräkning av sträcka → nedräkning av kalori → normalläge. Fungerar även som en återställningsknapp - återställer det förvalda nedräkningsintervallet (30 minuter) i programmen P01-P36.

"START" - start/paus-knapp:

I stoppläge startar löpbandet. I körläge stannar enheten (paus). Pausfunktionen kanske inte fungerar om löpbandet är anslutet till Bluetooth.

"STOP" - stopp/återställningsknapp:

När maskinen är igång och du trycker på STOP-knappen stannar maskinen gradvis. När displayen visar ERR raderas denna information genom att du trycker på knappen.

"+" - knapp för hastighetsökning:

I stoppläge eller vid mätning av kroppsfett används den för att öka värdet på den inställda parametern. När löpbandet är i gång ökar hastigheten.

"-" - knapp för hastighetssänkning:

I stopp- eller fettmätning - minskar det inställda parametervärdet. I löpningsläge - minskar den aktuella löpningshastigheten.

"QUICK SPEED" - knappar för snabbval av hastighet (3, 6, 9 km/h):

I löpningsläge kan den inställda hastigheten ställas in direkt.

"▲" - knapp för att öka lutningen.

"▼" - knapp för att minska lutningen.

"QUICK INCLINE" - knappar för snabbval av lutning (3, 6, 9%): När löpbandet är igång kan du direkt ställa in en specifik lutning.

Nödbrytare

Består av en klämma och en nylonkabel. I alla situationer där nyckeln inte sitter i kontakten stannar löpbandet automatiskt, konsolen låses och skärmen visar "E-07" tillsammans med en ljudsignal. När nyckeln sätts i igen visas status på skärmen i 2 sekunder och därefter går löpbandet in i driftklart läge.

USER-program: systemet gör det möjligt att skapa tre individuella profiler: USER1-USER3. För att aktivera användarläget, tryck på knappen "PROG" och välj USER1, USER2 eller USER3. Tryck sedan på "MODE" för att gå till programinställningarna eller omedelbart på "START" för att starta träningen. I redigeringsläget kan 10 sektioner av träningspasset konfigureras, med angivande av hastighet och lutning i varje sektion. När inställningarna är klara trycker du på "START" för att starta programmet. Data sparas automatiskt och är tillgängliga för efterföljande träningspass.

SÄKERHETSNYCKEL:

Säkerhetsnyckeln består av en beröringsbrytare, en tvättklämma och en nylonkabel för att förhindra att maskinen stängs av oavsiktligt. När säkerhetslåset inte är i rätt läge stannar löpbandet, konsolen är låst och på skärmen visas "E-07" tillsammans med en ljudsignal. När låset är korrekt placerat visas skärmen i 2 sekunder och därefter går löpbandet in i standarddriftläge.

Användarprogram - USER

I USER-läget kan du ställa in ditt eget träningsprogram. Tre profiler finns tillgängliga: USER1, USER2 och USER3. För att använda detta läge:

1. Tryck på "PROG"-knappen för att välja USER1-USER3.
2. Tryck på "MODE"-knappen för att ställa in programmet eller på "START" för att starta träningspasset.
3. Använd "MODE"-knappen för att ställa in 10 sektioner för hastighet och lutningsvinkel.
4. När inställningarna är klara, tryck på "START" för att starta löpbandet. Programmet sparas och kommer att vara tillgängligt nästa gång du startar det.

Säkerhetsguide

1. Anslut nätkabelns stickpropp till ett jordat 10 A uttag och slå på strömbrytaren. En fullständig display och ett pip visas på skärmen. Anslut sedan säkerhetsnyckeln.
2. Placera nyckeln på konsolen och fäst klämman på kläderna i brösthöjd. Skärmen visar hela displayen i 2 sekunder och växlar sedan till standardläge: alla värden nollställs, inställningarna återställs, det manuella programmet (P0) aktiveras.
3. Tryck på "PROG" för att välja program P01-P36, U01-U03 eller BMI.
4. P0-programmet är ett manuellt läge med fyra möjliga träningslägen:
 - Läge 1: Inkrementell tid - tid, distans och kaloriräknare. Standard: 1,0 km/h, lutning 0.
 - Läge 2: Nedräkningstid - intervall 5-99 min, standard 30:00.
 - Läge 3: Distansnedräkning - intervall 1,0-99,0 km, standard 1 km.
 - Läge 4: Nedräkning av kalorier - intervall 20-990 kalorier, standard 50 kalorier. P01-P36-programmen är förinställda systeminställningar - alla fungerar i nedräkningsläge.
5. Programmen P01-P36 är fördefinierade systeminställningar - alla fungerar i nedräkningsläge.
6. När du har ställt in parametrarna trycker du på "START". En 5-sekunders nedräkning visas och avslutas med ett pip, varefter löpbandet startar med ökande hastighet.
7. Under träningspasset kan du justera hastigheten med hjälp av knapparna "+", "-" eller "QUICK SPEED".
8. I programmen P01-P36 är hastigheten uppdelad i 10 segment. Varje segment varar lika lång tid, beroende på den totala tiden. Ett segmentbyte signaleras med tre ljudsignaler 3 sekunder före bytet.
9. Tryck på "START" under drift för att växla mellan paus och körning. Om du återupptar körningen behålls de sparade inställningarna.
10. Tryck på "STOP" för att stoppa motorn - enheten återgår till sitt ursprungliga läge.
11. Lutningsvinkeln kan ställas in med "+", "-" eller "QUICK INCLINE".
12. Om säkerhetsnyckeln tas bort stannar löpbandet automatiskt, meddelandet "E-07" visas och en ljudsignal utlöses.
13. Systemet övervakar ständigt säkerheten - varje fel som upptäcks leder till driftstopp och ett lämpligt meddelande.
14. För att rensa felmeddelandet, tryck på "STOP".
15. BMI-test (asiatisk version):
 - Tryck på "PROG", välj "BMI".
 - Ställ in parametrarna F1-F5:
 - F1 - Kön (1: man, 2: kvinna), standard 1
 - F2 - Ålder: 1-99, standard 25
 - F3 - Längd (cm): 100-220, standard 170
 - F4 - Vikt (kg): 20-150, standard 70
 - F5 - Starta testet: Håll pulssensorerna intryckta i 4 sekunder - skärmen visar BMI-resultatet.
 - Tolkning (asiatiska normer):
 - <18 - smal
 - 18-24 - idealtvikt
 - 25-28 - övervikt
 - >29 - fetma

16. BMI-test (brittisk metod):

- Längd (tum): 39-87, standard 67
- Vikt (pounds): 44-330, standard 154
- Övriga parametrar identiska med ovanstående
- BMI-resultatet visas 4 sekunder efter att handen placerats på sensorerna

Energisparfunktion (ERP)

Som standard startar systemet upp i ERP-läge. Om löpbandet inte används går det in i viloläge efter cirka 4,5 minuter. För att väcka det, tryck på valfri knapp. I standby-läge, håll "MODE"-knappen intryckt i 3 sekunder för att stänga av ERP ("2222" visas), och håll "MODE"-knappen intryckt igen för att slå på ERP igen ("1111" visas).

Hastighets- och lutningstabell för automatiska program P01-P36; metrisk (**TABELL 1**)

Hastighets- och lutningstabell för automatiska program P01-P36; i tum (**TABELL 2**)

Kod för problem	Trolig orsak	Reparation
Systemet fungerar inte	A. Strömmen är inte ansluten eller inte påslagen	Koppla in strömmen eller ställ strömbrytaren i läge "NO"
	B. Säkerhetsspärrarna är inte på plats	Sätt säkerhetslåset i rätt läge
	C. Styrenheten eller konsolen är inte påslagen	Byt ut styrenheten eller konsolen
	D. Dålig linjekontakt	Kontrollera systemets in- och utgångar och kommunikationslinjerna
Plötsligt stopp i normalt tillstånd	A. Säkerhetsspärren har fallit ur	Montera tillbaka
	B. Fel i systemet	Be serviceteknikern att ta hand om det
Fel på nyckeln	Felaktig tangent	Byt ut konsolen eller moderkortet
E-01	A. Kommunikationskabeln har dålig anslutning	Återanslut kommunikationskabeln och kontrollera att porten är korrekt ansluten eller byt ut kommunikationskabeln.
	B. Felaktig konsol	Byt ut konsolen
	C. Felaktig styrenhet	Byt styrenhet
E-02	A. Felaktig motor	Byt ut motorn
	B. Motorkabeln är felaktigt ansluten till styrenheten eller styrenheten är felaktigt ansluten.	Kontrollera och återanslut eller byt ut styrenheten
E-03	A. Den fotoelektriska sensorn är inte korrekt installerad	Kontrollera och återanslut
	B. Dålig fotoelektrisk sensor	Byt ut fotosensorn
	C. Smutsig fotoelektrisk sensor eller dålig första kontakt	Kontrollera och återanslut/rengör sensorn
	D. Defekt styrenhet	Byte av styrenhet
E-05	A. Defekt styrenhet	Byt ut styrenheten
	B. Defekt motor	Byt ut motorn
	C. Mekaniskt fel	Kontrollera att oljan eller trumman inte är blockerad.
E-07	Konsolen känner inte av signalen för säkerhetslåset	1. Kontrollera att säkerhetsspärren är på plats; 2. Återinstallera säkerhetsspärren;
Ingen hjärtfrekvenssignal	A. Handtagskabeln är inte införd på plats eller handtagskabeln är inte bra	Kontrollera och anslut eller byt ut handtagskabeln
	B. Fel på kretsen i det elektroniska systemet	Byt ut konsolen
Ofullständiga eller saknade konsollinjer	A. Det är fel på bildskärmen	Byt ut moderkortet eller skärmen
	B. Fel i systemet	Byte av konsol

FÄLL IHOP OCH FLYTTA LÖPBANDET:

1. Fälla ihop löpbandet

Koppla bort strömförsörjningen innan du fäller ihop löpbandet. Se till att löpbandets lutning är inställd på den lägsta nivån. Lyft upp löpbandet till upprätt läge - anslutningsdelarna låses automatiskt i hydraulsystemet. Kontrollera att anslutningsdelarna verkligen är låsta enligt illustrationen.

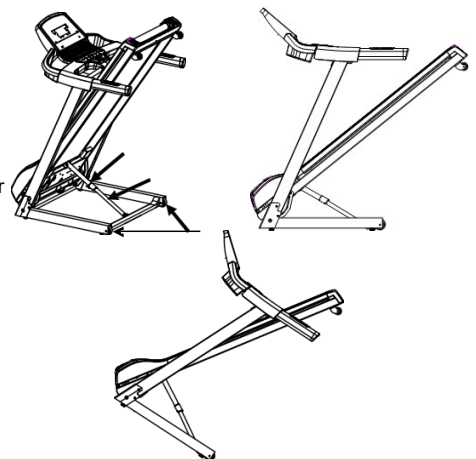
2. Uppställning av löpbandet

Välj en plan yta, fri från hinder, ca 1 meter från ett eluttag. När du fäller ut löpbandet, ta tag i löpbandet med båda händerna, trampa på fästet med fötterna - löpbandet kommer långsamt att sänkas ner till marken. Under denna tid bör användaren hålla sig på ett avstånd av ca 1 meter tills enheten har fällts ut helt enligt bilden.

3. Flytta löpbandet Innan du flyttar löpbandet, se till att:

- Strömbrytaren är inställd på "off".
- Nätkontakten har dragits ur från vägguttaget.
- Huvudramen är korrekt monterad.

Efter att ha gått igenom ovanstående instruktioner, ta tag i löpbandets ände med ena handen och armstödet på samma sida med den andra. Flytta sedan långsamt maskinen med en vinkel på 40-50° mot bröstet, enligt bilden.



JORDNINGSGUIDE:

Denna produkt är utrustad med en skyddsledare och en jordad stickkontakt. Löpbandet måste anslutas till ett lämpligt jordat uttag i enlighet med lokala föreskrifter.

Fara för användaren! Om du är osäker på om apparaten är korrekt jordad ska du kontakta en behörig elektriker eller ett auktoriserat servicecenter. Ändra inte själv den stickkontakt som medföljer produkten. Om stickkontakten inte är kompatibel ska en behörig elektriker installera rätt uttag.

ANVISNINGAR FÖR ANVÄNDNING AV LÖPBANDET

1. Slå på strömmen, fäll ut löpbandet i det lägsta läget och kontrollera att det fungerar som det ska.
2. Fäst säkerhetssnöret i dina kläder.
3. Kontrollera att löpbandet fungerar som det ska och är stabilt innan du börjar träna. Stå inte direkt på löpbandets bälte när du startar löpbandet. Den korrekta starten är att ställa sig på sidogrindarna med händerna vilande på handtagen. Efter att ha tryckt på "START"-knappen och håll i handtagen, startar löpbandet efter 5 sekunder med en hastighet av 1,0 km/h. Tryck sedan på "+"-knappen för att öka hastigheten till 2,5-3,5 km/h - detta är den optimala hastigheten för löpning. Håll båda händerna på styret och gå gradvis in i körfältet när du påbörjar övningen. Rör dig i en takt som överensstämmer med banans rörelse.
4. Efter några minuter kan du öka hastigheten med "+"-knappen eller minska den med "-"-knappen samtidigt som du håller händerna på handtagen.
5. Under körning kan du också ställa in en konstant hastighet genom att välja den direkt från panelen.
6. Om du när som helst trycker på "STOP"-knappen stannar motorn.
7. Använda de förinställda lägena Anslut och slå på strömmen. Tryck på knappen "SELECT" för att välja önskat läge och sedan på "START" för att starta det. Du kan när som helst justera hastigheten med knapparna "+" eller "-" eller stoppa maskinen genom att trycka på "STOP".
8. Testa HRC-funktionen När maskinen är påslagen lägger du händerna på pulssensorerna av metall - HRC-värdet visas i displayfönstret.

Obs: Om du drar ut säkerhetsknappen stannar löpbandet omedelbart och datorn avaktiveras. Ett meddelande visas på skärmen: "-----".

UNDERHÅLL: Korrekt underhåll är avgörande för en tillförlitlig och säker drift av löpbandet. Om det försummas kan det leda till skador eller förkorta maskinens livslängd. Alla komponenter ska inspekteras och dras åt regelbundet. Slitna delar bör bytas ut omedelbart.

SMÖRJNING: Löpbandet smörjdes på fabriken under tillverkningen. Efter en viss tids användning behöver dock löpbandet regelbundet smörjas med en speciell silikonolja.

Rekommendationer för smörjningsfrekvens:

- Används mindre än 3 timmar per vecka - smörjning var 5:e månad
- Använd 4-7 timmar i veckan - smörjning varannan månad
- Används mer än 7 timmar i veckan - smörjning varje månad

Obs: För frekvent smörjning rekommenderas inte. Korrekt smörjning är en nyckelfaktor för löpbandets livslängd och prestanda. För att kontrollera om smörjning behövs, lyft upp sidorna på löpbandets bälte och rör vid den bakre, centrala delen av bältet:

- Om du kan känna silikonet - är smörjning inte nödvändig.
- Om ytan är torr - utför smörjning.

Instruktioner för smörjning:

1. Stoppa maskinen och fäll ihop löpbandet.
2. Lyft upp löpbandet på baksidan av huvudramen.
3. Håll flaskan så nära mitten av bandet som möjligt och spraya silikonolja - på båda sidor. Kör löpbandet i 1 km/h för att fördela oljan jämnt över löpbanans yta.

1. Justering av löpbandet

På fabriken är löpbandet korrekt justerat. Vid användning kan det dock lossna, vilket kan leda till att det går av eller glider. Dra i så fall åt justeringsskruvarna - varje skruv ett halvt varv åt vänster eller höger.

Om remmen är för lös kan den glida på remskivan. Omvänt kan för hög spänning överbelasta motorn och skada motorn, remmen, rullarna eller andra komponenter.

2. Justering av remmens avböjning

Även om remmen är inställd på fabriken kan den förskjutas efter en tid. De vanligaste orsakerna är:

- Instabil inriktning av löpbandet,
- Löpning med förskjutning åt sidan,
- Ojämn fördelning av fottrycket.

Om felinställningen inte är permanent kan du återställa balansen genom att köra löpbandet utan belastning i några minuter. Vid behov kan du göra en manuell justering med en 6 mm insexnyckel - vrid skruven ett halvt varv.

Exempel 1: bandet glider åt vänster→ Dra åt vänster skruv (medurs)→ Eller lossa höger skruv (moturs)

Exempel 2: remmen rör sig åt höger→ Dra åt höger skruv (medurs)→ Eller lossa vänster skruv (moturs) **JUSTERINGSNYCKEL:**

Medurs= åtdragning Moturs= lossning

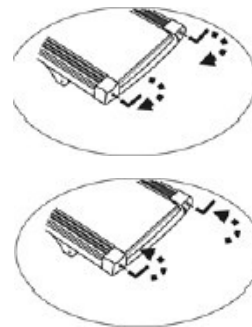
Remmen rör sig alltid mot den sida som är lösare.

Tips och råd:

Kör löpbandet på låg hastighet före varje justering. Dra inte åt skruvarna för hårt.

Observera bältets funktion efter varje justering.

Bältets avböjning täcks inte av garantin och är användarens ansvar. Okontrollerade och okorrigerade avböjningar kan leda till allvariga skador.





3. Justering av drivremmen (motorremmen)

Drivremmarna är förinställda på fabriken, men kan lossna med tiden, vilket leder till glidning. Justering:

1. Använd en skiftnyckel för att vrida justerskruven moturs.
2. Justeringsintervallet ska säkerställa en jämn transmission utan glidning.

Obs: Rengör remmarna och remskivornas spår regelbundet för att säkerställa en smidig drift av drivsystemet.

a) Justeringsskruv; b) Motor; c) Framrulle; d) Rem Typiska fel

och reparationsmetoder:

Problem	Troliga orsaker	Metoder för underhåll
Löpbandet fungerar inte	A. Det är urkopplat	Anslut det till ett vägguttag
	B. Säkerhetsnyckeln sitter inte i	Sätt in säkerhetsnyckeln i panelen
	C. Oppen signalkrets	Kontrollera styrenhetens ingång och signalledningen
	D. strömförsörjningen är inte påslagen	Ställ strömbrytaren i läge NO
	E. Säkringen har gått	Byt ut säkringen
Rör sig inte mjukt	A. Otillräcklig smörjning	Använd metylsilikonoljebaserat fett
	B. Löparbanden är för hårt åtdragna	Justera löparbanden så att de sitter åt
Löpbandet har glidit	A. Löparbältet är för löst	Justera löparbanden så att de sitter åt
	B. Remmen är lös	Justera drivremmens spänning

Felkod	Beskrivning av felet	Felsökning och felavhjälpning
E 1	Felaktig kommunikation mellan styrenhet och konsol efter uppstart.	Styrenheten har gått in i ett feltillstånd - uppstart är inte möjlig. Konsolen visar en felkod och avger tre ljudsignaler. Möjliga orsaker: - kommunikationen mellan styrenheten och konsolen är blockerad - kontrollera anslutningen av kommunikationslinjen, - se till att varje karna är helt införd, - om kommunikationslinjen är skadad, byt ut den.
E 3	Motorkabeln har inte anslutits korrekt.	Enheten har stängts av på grund av ett fel - konsolens summer avger 9 ljudsignaler och felkoden visas på displayen. Om enheten återgår till det normala efter avstängningen kan den gå in i standby-läge och starta om. Möjliga orsaker: - motorkabeln har inte anslutits korrekt - kontrollera anslutningen, - styrenheten kan vara defekt - kontrollera att den inte avger en karakteristisk lukt av brända komponenter; byt ut styrenheten vid behov.
	Ingen signal från hastighetssensorn - styrspänningen vid utgången till likströmsmotorn är reducerad. Enheten får ingen återkoppling av motorvarvtalet under mer än 3 sekunder.	Enheten har stängts av på grund av ett fel - konsolens summer avger 9 ljudsignaler och felkoden visas på displayen. Efter 10 sekunders avstängning kan enheten gå in i standby-läge och startas om. Möjliga orsaker: - ingen signal från hastighetssensorn på mer än 3 sekunder - kontrollera att sensorkontakten är korrekt ansluten och oskadad, - om nödvändigt, återanslut kontakten eller byt ut sensorn.
E 4	Lutning	Kontrollera att hissmotorns induktionskabel är korrekt ansluten. För tillförlitlig anslutning - koppla bort och återanslut kontakten. Kontrollera att hissmotorns växelströmskabel är korrekt ansluten och att växelströmskablarna till både hissmotorn och styrenheten är korrekt märkta. Kontrollera motoranslutningskabelns skick - om den är skadad, byt ut den eller hela hissmotorn. Vid Tryck slutligen på styrenhetens inlärningsknapp för att starta inlärningsprocessen igen.
E 5	Överströmsskydd - under drift har systemet upptäckt att likströmsmotorns ström överstiger märkvärdet med mer än 6 A under mer än 3 sekunder.	Enheten har stängts av på grund av ett fel - konsolens summer avger 9 ljudsignaler och felkoden visas på displayen. Det är möjligt att starta om enheten i standby-läge 10 sekunder efter avstängningen. Möjliga orsaker: - motorströmmen har överskridit märkvärdet - systemet aktiverat självförsvarsmekanismen har aktiverats, - möjlig mekanisk blockering av löpbandet som förhindrar rotation av motorn, - överdriven mekanisk belastning som leder till en ökning av strömförbrukningen. Rekommenderade åtgärder: - kontrollera och justera löpbandet så att enheten kan fungera korrekt, - om motorn ger ifrån sig ovanliga ljud eller luktar bränt - byt ut motorn eller styrenheten, - kontrollera att strömförsörjningen är stabil och kompatibel med den spänning som krävs - om nödvändigt om nödvändigt, testa systemet med rätt ingångsspänning.
E 6	Explosionsskydd - pulsskydd: Felaktig matningsspänning eller felaktig motordrift (etc.) kan leda till skador på drivmotorns krets.	Enheten har stängts av på grund av ett fel - konsolens summer avger 9 ljudsignaler och felkoden visas på displayen. 10 sekunder efter avstängningen går enheten in i standby-läge och kan startas om. Möjliga orsaker: - matningsspänningen är mindre än 50% av märkvärdet - använd rätt spänning och testa enheten igen, - styrenheten kan vara felaktig - om det luktar bränt, byt ut styrenheten, - motorkablarna kan vara urkopplade eller lösa - kontrollera anslutningarna och koppla in kablarna igen.



Bluetooth APP för löpband



Bluetooth-anslutning stöder AnyRun, Zwift och Kinomap



AnyRun

Ladda ner, registrera och logga in i AnyRun-appen, gå till sidan med inställningar: Klicka på Inställningar, som finns i det nedre högra hörnet, klicka på Enheter, appen kommer att upptäcka Bluetooth-koder, välj en Bluetooth-kod som är densamma som den kod som är markerad på utrustningens konsol och koppla ihop.

Zwift

Ladda ner, registrera och logga in i Zwift-appen, gå till inställningssidan: Under PAIRED DEVICES, klicka på RUN för löpbandet; klicka sedan på POWER SOURCE och en popup-meny visas, välj den Bluetooth-kod som är densamma som den kod som är markerad på utrustningens konsol och välj OK för att parkoppla. OBS: Zwift kommer ihåg de enheter som användes i en tidigare session och kan försöka parkoppla med dessa enheter om de finns och är tillgängliga. Om du ser parkopplade enheter som du inte vill använda kan du helt enkelt avmarkera dem och välja den enhet du vill parkoppla.

Kinomapp

Ladda ner, registrera och logga in på Kinomap-appen, gå till inställningssidan: klicka på Mer i det nedre högra hörnet, klicka på Utrustningshantering, klicka på + i det övre högra området, välj ett löpband;

Välj sedan det Bluetooth-märke du vill ha, t.ex. Anyrun etc.; Klicka på innehåll i avsnittet Interaktiv, appen kommer att upptäcka den utrustning som hittats, välj Bluetooth-koden som är densamma som koden som är markerad på utrustningskonsolen, klicka sedan på LÄGG TILL NY UTRUSTNING, den framgångsrikt tillagda utrustningen visas.



ВАЖЛИВІ ВКАЗІВКИ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

Дякуємо, що придбали цей продукт! З його допомогою ви легко подбаєте про свою кращу фізичну форму, здоров'я та самопочуття.

Інструкція з використання

1. Підключайте шнур живлення лише до заземленої розетки. Не використовуйте подовжувачі або адаптери.
2. Переконайтеся, що бігова доріжка міцно стоїть на рівній поверхні в закритому сухому приміщенні.
3. Перед запуском бігової доріжки встаньте на бічні сходинок і прикріпіть ключ безпеки до одягу.
4. Одночасно на біговій доріжці може займатися лише одна людина.
5. Рекомендується носити приталений спортивний одяг і фітнес-взуття.
6. За необхідності відрегулюйте швидкість тренування за допомогою регуляторів.
7. Після закінчення тренування зупиніть бігову доріжку за допомогою кнопки "Стоп" або витягнувши ключ безпеки.
8. Завжди вимикайте живлення і виймайте вилку з розетки після тренування або перед переміщенням тренажера.
9. Проконсультуйтеся з лікарем перед тренуванням, особливо якщо у вас є хронічні захворювання.
10. Регулярно чистіть тренажер сухою ганчіркою та уникайте контакту компонентів з водою.
11. Не використовуйте бігову доріжку відразу після їжі або в стані втоми.
12. Безперервна робота пристрою не повинна перевищувати 2 годин.
13. Необхідно забезпечити вільний простір розміром не менше 2000×1000 мм.
14. Під час технічного обслуговування завжди відключайте пристрій від мережі електроживлення.
15. У разі появи незвичних звуків, запаху гару, проблем з екраном або рухом стрічки негайно припиніть тренування, відключіть живлення і зверніться до сервісного центру.

Попередження та заборони:

⚠ Не використовуйте бігову доріжку

- якщо ви проходите медичне лікування і не маєте дозволу лікаря,
- якщо у вас проблеми з серцем, спиною, суглобами, остеопороз або серйозні хронічні захворювання
- під час вагітності, менструації або при поганому самопочутті,
- якщо ви вживали алкоголь або перебуваєте під впливом ліків, які погіршують вашу концентрацію,
- якщо шнур живлення пошкоджений або розетка розхитана.

⚠ Забороняється

- самостійно розбирати, модифікувати або ремонтувати бігову доріжку
- використовувати прилад на відкритому повітрі або у вологих приміщеннях (наприклад, у ванній кімнаті)
- вмикати та вимикати бігову доріжку мокрими руками,
- стрибати на бігове полотно під час роботи тренажера,
- використання бігової доріжки дітьми та людьми без свідомості або з руховими порушеннями.



- | | |
|-------------------------|-------------------|
| 1. Консоль | 5. Ключ безпеки |
| 2. Вертикальний профіль | 6. Біговий ремінь |
| 3. Кожух двигуна | 7. Бічний ремінь |
| 4. Рукоятка | 8. Задня кришка |

Технічна інформація

Розмір (мм)	В розкладеному вигляді 1700 x 790 x 145
	Складений 1180 x 790 x 1450
Бігове полотно (мм)	1420 x 500
Швидкість (км/год)	1-22



1) Пакувальний лист:

1. Основний корпус
2. Профілі
3. Рама консолі
4. Консоль
5. Запобіжний ключ
6. Силіконове масло
7. Інструкція з експлуатації
8. Набір гвинтів

2) Перелік обладнання:

1. Н Болт з великою плоскою головкою (M8*50*20) 4шт.
2. Г-подібний ключ S4 1шт
3. Гвинт з шестигранною головкою (M6*10)
4. Г-подібний ключ S6 1шт.
5. Гвинт з шестигранною головкою M8×15 8шт.
6. Т-подібний ключ 6×80



ВСТАНОВЛЕННЯ:

Примітка: Не затягуйте повністю всі гвинти під час монтажу. Затягніть всі гвинти, коли компоненти будуть повністю встановлені.

Крок 1: Вийміть пристрій з упаковки і покладіть його на рівну поверхню (як показано на малюнку). Зніміть усі пакети та захисні реміні.

Крок 2: Як показано на малюнку: тримаючи бігову доріжку у вертикальному положенні, вставте вертикальний профіль (62) у відповідне місце в основі (1), потім закріпіть його шестигранним гвинтом M8 × 50 × 20 (101) і додатково закріпіть його гвинтом M8 × 15 (102). Повторіть операцію з іншого боку (63).

Крок 3: Як показано на малюнку: після підключення кабелю зв'язку з правого боку рами поручня встановіть приварені кронштейни (72) у відповідних місцях вертикальних стійок (62) і (63) та закріпіть їх великим шестигранним гвинтом M8 × 15 (102).

Крок 4: Після підключення сигнального кабелю консолі встановіть кронштейн (72) в раму консолі (24) і закріпіть його за допомогою шестигранних гвинтів M6×10 (103).

Крок 5: Встановіть пристрій у потрібному місці та затягніть усі кріпильні гвинти. Потім прикріпіть запобіжний ключ (89) - бігова доріжка готова до використання!

Номер	Найменування	Кількість	Номер	Назва	Кількість
1	Зварна основа	1	54	Колесо Ф62×Ф8.0×t22	2
2	Болт з шестигранником М8×50×20	2	55	Циліндрична подушка Ф30×30×М6×6	6
3	Шестигранна контргайка М8	2	56	Круглий направляючий блок Ф25×Ф5×4.5	10
4	Плоска шайба Ф8	2	57	Стрічка Ф16 (біла)	3
5	Бісер (ОМА-05-07-005) Ф50×Ф41×17× М8×27	4	58	Прокладка EVA (Е21-V1-12) t15×30×30	1
6	Колесо Ф62×Ф8.0×t22	2	59	Магнітне кільце Ф29×Ф17×t7.5	1
7	Заглушка 40×60×t2.0	2	60	Затискач кабелю 3/8 (UC-2)	1
8	Основна рама	1	61	Затискач силового кабелю SR-5R1	1
9	Кріплення контролера	1	62	Лівий вертикальний профіль 0,32 m'	1
10	Кришка двигуна	1	63	Правий вертикальний профіль 0,32 m'	1
11	Нерухома труба кришки двигуна Ф16×t1.2×23	1	64	Комунікаційний кабель SM4PIN/SM4PI N/L-12 00мм/26#	1
12	Гвинт з внутрішнім шестигранником М8×75	1	65	Рама	1
13	Шестиграний гвинт з внутрішнім шестигранником М8×60	2	66	Гвинт із шестигранною головкою М12×Ф14×35×19	2
14	Кріпильна пластина двигуна А	2	67	Гвинт із шестигранною головкою М10×25×15	2
15	Кріпильна пластина двигуна В	1	68	Гайка Ф24×Ф19×Ф14×3	2
16	Гвинт з шестигранною головкою плоский М8×45×20	2	69	Втулка Ф25×Ф18×t3.0	2
17	Гвинт з внутрішнім шестигранником М6×30×Ф16	4	70	Шайба плоска Ф14	2
18	Гвинт з хрестоподібним шліцом з великою плоскою головкою М5×10	2	71	Втулка підйомного валу (ОМА-05-06-023) Ф25×Ф17×Ф10×6×1	4
19	Поперечний поглиблений гвинт з великою плоскою головкою М4×10	6	72	Зварні шви консольного кронштейна	1
20	Саморіз з великою плоскою головкою з поперечним поглибленням ST4×16	4	73	Рамка дисплея 498×175×10.1	1
21	Великий гвинт з плоскою головкою та хрестоподібним шліцом STx10	7	74	Великий гвинт з потайною головкою і хрестоподібним шліцом ST4×16	19
22	Саморіз з хрестоподібним шліцом ST3×10	4	75	Гвинт з потайною головкою ST4×15	4
23	Саморіз із потайною головкою ST4×15	2	76	Гвинт із потайною головкою ST4×70	2
24	Зварювання рами консолі	1	77	Елемент t0,5×490×167	1
25	Пружинна шайба Ф8	3	78	Великий гвинт з плоскою головкою ST4×10	12
26	Пружинна шайба Ф5	17	79	Панель 1136EA/571×27 7×10.8	1
27	Зубчасті стопорні шайби Ф5	2	80	Задня кришка панелі 1136EA/571×27 7×28	1
28	Плоска шайба Ф8	3	81	Верхня кришка	1
29	Контргайка шестигранна М8	3	82	Нижня кришка	1
30	Гвинт із шестигранною головкою М10×35×20	3	83	Шайба проти ковзання	1
31	Гвинт із шестигранною головкою М10×65×20	2	84	Вимірювання частоти серцевих скорочень	1
32	Гвинт з шестигранною головкою М10	1	85	Вимірювання частоти серцевих скорочень 7239EA/L- 50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
33	Плоска шайба Ф10	1	86	Комунікаційний кабель SM4PIN/SM4PI N/L-75 0мм/26#	1
34	Шайба плоска Ф8	1	87	Консоль 3338EA	1
35	Комунікаційний кабель SM5PIN/SM4PI N/L-75 0мм/26#	1	88	Ручний комунікаційний кабель для пульсометра 3330EA/L- 1000 мм	1
36	Шестиграний циліндричний болт з повним різьбленням	2	89	Запобіжний ключ J52×15×15 (L-700	1
37	Водій	1	90	Розетка із захисним блокуванням J86×20×16	1
38	Кабель L-300мм/1.5мм2/(Re d)	1	91	Акрилова панель t1.0×554×260	1
39	Кабель L-300мм/1.5мм 2/(чорний)	1	92	D-подібна вилка DX40×80	2
40	Вимикач KCD4	1	93	Односторонній клапан Ф29×t1.2×340	1
41	Вимикач із самоскиданням 10A/ABR21 16/250VA C	1	94	Екрани	1
42	Кабель L-100мм/1.5мм2/(Re d)	1	95	Гвинт з шестигранною головкою М8×30×20	1
43	З'єднувач 3×1,0 мм2×2000	1	96	Штекер Ф33×Ф23×48	1
44	Передній ролик 3330EA Ф88×Ф50×Ф17×606	1	97	Фіксує шестигранна гайка М8	2
45	Задній ролик 3330EA Ф50×Ф17×529 ×578	1	98	Плоска шайба Ф88×Ф50×Ф17×606	2
46	Безщітковий двигун	1	99	Стрижень 720×318×Ф10×Ф8.2×350N	1
47	Двигун нахилу 1/18HP/75мм/ AC220V (195мм)	1	100	фрагмент-1 t0,6×16,5×43	1
48	Бігова платформа 3330EA 1300×604×t18	1	101	Гвинт з шестигранною головкою М8×50×2 0	4
49	Ремінь 2930×500×t1.6	1	102	Болт із шестигранною головкою М8×15 з плоскою головкою	8
50	Ремінь 174 (442) PJ6	1	103	Гвинт із шестигранною головкою М6×10	4
51	Кришка двигуна 3330EA 367,5×673×36,7	1	104	Г-подібний ключ 4°30°80	1
52	Задня кришка 673×93×51	1	105	Г-подібний ключ 6°35°80	1
53	Бічна рейка 87×34,5×1342	2	106	Т-подібний ключ 6°80	1

Поради та підказки

- Розминка: Розминайтеся протягом 5-10 хвилин перед кожним тренуванням.
- Дихання: Не затримуйте дихання під час вправ. Вдихайте через ніс і видихайте через рот - твердо і плавно. Дихання має бути скоординоване з рухом.
- Частота: Одні й ті ж групи м'язів слід тренувати кожні 48 годин або через день, щоб дати час на відновлення.
- Навантаження: Адаптуйте інтенсивність тренування до свого фізичного стану. Біль у м'язах на початку є нормальним явищем, але з часом він зникне, якщо продовжувати тренування.
- Розслаблення: Приділяйте 5 хвилин розслабленню після кожного тренування, щоб зберегти м'язи сильними та гнучкими.
- Дієта: Не починайте тренування одразу після їжі, щоб не перенапружувати травну систему. Після тренування зачекайте щонайменше 30 хвилин, перш ніж їсти. Уникайте вживання великої кількості води під час тренування, щоб не перевантажувати серце і нирки.
- Розтяжка: Незалежно від інтенсивності вашої пробіжки, подбайте про розтяжку м'язів. Спочатку зробіть розминку - наприклад, походите 5-10 хвилин, - потім зупиніться і розтягніть кожен ногу щонайменше на 10 секунд, повторивши вправу п'ять разів. Після тренування повторіть розтяжку.

1. Нахили вперед

Злегка зігнувши коліна, повільно нахиліться вперед, дозволяючи спині і плечам розслабитися, а рукам торкнутися пальців ніг. Затримайтеся на 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази (див. малюнок 1).

2. Розтягування колінних сухожиль

Сядьте на чисту подушку і випряміть одну ногу. Іншу ногу притягніть до себе так, щоб вона опинилася на внутрішній стороні випрямленої ноги. Спробуйте торкнутися руками пальців ніг. Затримайтеся на 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (див. малюнок 2).

3. Розтягування литкових і п'яткових сухожиль

Зіпріться двома руками на стіну або дерево і витягніть литку назад. Тримайте задню ногу прямою, а п'яти - на землі, нахилившись до стіни або дерева. Затримайтеся на 10-15 секунд, а потім розслабтеся. Повторіть 3 рази кожною ногою (див. малюнок 3).

4. Розтягування чотириголового м'яза

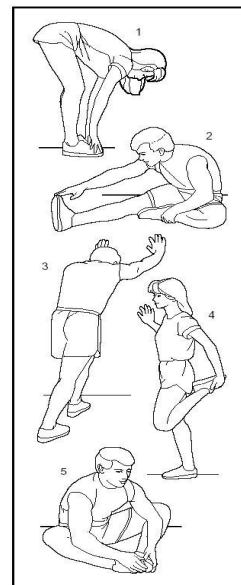
Зіпріться лівою рукою об стіну або стіл, потім потягніться правою рукою назад, візьміться за праву щиколотку і повільно тягніть до стегон, поки не відчуєте, як напружуються м'язи перед стегнами. Затримайтеся на 10-15 секунд, а потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (див. рис. 4).

5. Розтягування м'язів на внутрішній стороні стегон

Сядьте так, щоб ступні ніг були спрямовані одна до одної, а коліна - назовні. Візьміться за ступні обома руками і потягніть їх до паху. Затримайтеся на 10-15 секунд, а потім розслабтеся. Повторіть 3 рази (див. рис. 5).

Інструкції для консольної панелі

- | | |
|---------------------------------|-------------------------------|
| 1. Комбінації клавіш для нахилу | 5. Старт/Пауза |
| 2. Нахили "вгору" і "вниз" | 6. Програма |
| 3. Програма | 7. Швидкість "вгору" і "вниз" |
| 4. Зупинка | 8. Швидкісні клавіші |



1. Програма P01 - ручна програма користувача, програми P01-P36 - вбудовані автоматичні тренувальні програми; можливість створення профілів для 3 користувачів і функція розрахунку ІМТ.
2. Світлодіодний дисплей з 14 кнопками управління.
3. Вбудована функція конвертації одиниць швидкості та відстані (км↔милі).
4. Діапазон швидкості: 1,0-20,0 км/год (0,6-12,5 миль/год).
5. Діапазон нахилу: 0-15%.
6. Система захисту: від перевантаження, перевантаження по струму, перевищення швидкості, а також захист від електромагнітних перешкод та інші.
7. Функція самотестування і відображення кодів помилок і несправностей.
8. Три конфігуровані режими користувача.
9. Підтримка функції ERP (ефективне управління енергоспоживанням).
10. Функція нагадування про необхідність змащення (заправки) бігового ременя.

Опис вікон

1. КАЛОРІЇ - показує кількість спалених калорій.
2. ЧАС - показує тривалість тренування.
3. ДИСТАНЦІЯ - показує пройденої відстань.
4. INCLINE - показує поточний рівень нахилу.
5. PULSE - показує вимірний пульс.
6. ШВИДКІСТЬ - показує поточну швидкість.

Конвертація одиниць вимірювання:

- 1) При відключеному запобіжнику одночасно натисніть кнопки "PROGRAM" і "MODE", на дисплеї з'явиться 0.6, - відстань показана в милях
- 2) При відключеному запобіжнику одночасно натисніть кнопки "PROGRAM" і "MODE", на дисплеї з'явиться 1.0, що є перерахунком миль в кілометри; відстань вказана в кілометрах

ФУНКЦІЇ:

"PROG" - кнопка вибору програми: у зупиненому стані дозволяє циклічно вибирати програми P01-P36, користувачів U01-U03 та функцію BMI.

"MODE" - режим роботи:

Якщо вибрано ручний режим, за замовчуванням встановлюється нормальний режим.

Натисніть кнопку "MODE" для перемикання між режимом зворотного відліку часу→ зворотного відліку відстані→ зворотного відліку калорій→ звичайний режим. Також діє як кнопка скидання - відновлює інтервал зворотного відліку за замовчуванням (30 хвилин) у програмах P01-P36.

"START" - кнопка запуску/паузи:

У режимі зупинки запускає бігову доріжку. У режимі бігу зупиняє пристрій (пауза). Функція паузи може не працювати, якщо бігова доріжка підключена до Bluetooth.

"STOP" - кнопка зупинки / скидання:

Під час роботи тренажера натискання кнопки "STOP" призводить до поступової зупинки тренажера. Коли на дисплеї відображається ERR, натискання кнопки скидає цю інформацію.

"+" - кнопка збільшення швидкості:

У режимі зупинки або під час вимірювання вмісту жиру в організмі слугує для збільшення значення встановленого параметра. Під час роботи бігової доріжки збільшує швидкість.

"-" - кнопка зменшення швидкості:

У режимі зупинки або вимірювання жиру - зменшує значення встановленого параметра. У режимі бігу - зменшує поточну швидкість бігу.

"QUICK SPEED" - кнопки швидкого вибору швидкості (3, 6, 9 км/год):

У режимі бігу дозволяють негайно встановити задану швидкість.

"▲" - кнопка збільшення нахилу.

"▼" - кнопка зменшення нахилу.

"QUICK INCLINE" - кнопки швидкого вибору нахилу (3, 6, 9%): Під час роботи бігової доріжки дозволяють безпосередньо встановити певний нахил.

Аварійний відрив

Складається з кліпси та нейлонового шнура. У будь-якій ситуації, коли ключ вийнято з гнізда, бігова доріжка автоматично припинить роботу, робота консолі буде заблокована, а на екрані з'явиться напис "E-07" разом з звуковим сигналом. Коли ключ буде вставлено назад, на екрані протягом 2 секунд відображатиметься статус, а потім бігова доріжка перейде в режим готовності до роботи.

Програма USER: система дозволяє створювати три індивідуальні профілі: USER1-USER3. Щоб активувати режим користувача, натисніть кнопку "PROG" і виберіть USER1, USER2 або USER3. Потім натисніть "MODE" для входу в налаштування програми або відразу "START" для початку тренування. У режимі редагування можна налаштувати 10 секцій тренування, вказавши швидкість і нахил у кожній секції.

Після завершення налаштувань натисніть "START", щоб запустити програму. Дані будуть збережені автоматично і будуть доступні для наступних тренувань.

КНОПКА БЕЗПЕКИ:

Ключ безпеки складається з сенсорного перемикача, затискача для білизни та нейлонового шнура для запобігання випадковому вимкненню машини. Щоразу, коли запобіжник не в правильному положенні, бігова доріжка зупиняється, робота консолі блокується, а на екрані з'являється напис "E-07" і лунає звуковий сигнал. Якщо блокування встановлено правильно, екран відображається протягом 2 секунд, а потім бігова доріжка переходить у режим роботи за замовчуванням.

Програма користувача - USER

Режим USER дозволяє встановити власну програму тренування. Доступні три профілі: USER1, USER2 та USER3. Щоб скористатися цим режимом:

1. Натисніть кнопку "PROG", щоб вибрати USER1-USER3.
2. Натисніть кнопку "MODE", щоб налаштувати програму, або "START", щоб розпочати тренування.
3. За допомогою кнопки "MODE" встановіть 10 швидкісних секцій та кут нахилу.
4. Після завершення налаштувань натисніть кнопку "START", щоб запустити бігову доріжку. Програма буде збережена і буде доступна при наступному запуску.

Посібник з техніки безпеки

1. Підключіть вилку шнура живлення до заземленої розетки на 10 А, увімкніть вимикач живлення. На екрані з'явиться повне зображення та звуковий сигнал. Потім підключіть ключ безпеки.
2. Покладіть ключ на консоль і прикріпіть кліпсу до одягу на рівні грудей. Екран покаже повне зображення протягом 2 секунд, а потім перейде в режим за замовчуванням: всі значення обнуляються, налаштування скидаються, активується ручна програма (P0).
3. Натисніть "PROG", щоб вибрати програму P01-P36, U01-U03 або BMI.
4. Програма P0 - це ручний режим з чотирма можливими режимами тренування:
 - Режим 1: Інкрементний час - лічильник часу, відстані та калорій. За замовчуванням: 1,0 км/год, нахил 0.
 - Режим 2: Час зворотного відліку - діапазон 5-99 хв, за замовчуванням 30:00.
 - Режим 3: Зворотний відлік відстані - діапазон 1,0-99,0 км, за замовчуванням 1 км.
 - Режим 4: Зворотний відлік калорій - діапазон 20-990 кал, за замовчуванням 50 кал. Програми P01-P36 є попередньо встановленими системними налаштуваннями - всі працюють в режимі зворотного відліку.
5. Програми P01-P36 є попередньо встановленими системними налаштуваннями - всі працюють в режимі зворотного відліку.
6. Після встановлення параметрів натисніть "START". На дисплеї відобразиться 5-секундний зворотний відлік, який завершиться звуковим сигналом, після чого бігова доріжка почне рухатися зі зростаючою швидкістю.
7. Під час тренування ви можете регулювати швидкість за допомогою кнопок "+", "-" або "QUICK SPEED".
8. У програмах P01-P36 швидкість розділена на 10 сегментів. Кожен сегмент триває однакову кількість часу, залежно від загального часу. Зміна сегмента сигналізується трьома звуковими сигналами за 3 секунди до перемикачів.
9. Натисніть "START" під час роботи, щоб переключитися між паузою і бігом. При відновленні збережуться збережені налаштування.
10. Натисніть "STOP", щоб зупинити двигун - пристрій повернеться до початкового стану.
11. Кут нахилу можна регулювати за допомогою кнопок "+", "-" або "QUICK INCLINE".
12. Виймання ключа безпеки автоматично зупинить бігову доріжку, на дисплеї з'явиться повідомлення "E-07" і пролунає звуковий сигнал.
13. Система постійно контролює безпеку - будь-яка виявлена помилка призведе до зупинки роботи та відповідного повідомлення.
14. Щоб очистити повідомлення про помилку, натисніть "STOP".
15. Тест IMT (азіатська версія):
 - Натисніть "PROG", виберіть "BMI".
 - Встановіть параметри F1-F5:
 - F1 - Стать (1: чоловік, 2: жінка), за замовчуванням 1
 - F2 - Вік: 1-99, за замовчуванням 25
 - F3 - Зріст (см): 100-220, за замовчуванням 170
 - F4 - Вага (кг): 20-150, за замовчуванням 70
 - F5 - Почати тест: Утримуйте датчики пульсу протягом 4 секунд - на екрані з'явиться результат IMT.
 - Інтерпретація (азіатські норми):
 - <18 - струнка вага
 - 18-24 - ідеальна вага
 - 25-28 - надмірна вага
 - >29 - ожиріння

16. Тест IMT (британський метод):

- Зріст (дюйми): 39-87, за замовчуванням 67
- Вага (кілограми): 44-330, за замовчуванням 154
- Решта параметрів ідентичні вищезазначеним
- Результат IMT з'являється через 4 секунди після прикладання руки до датчиків

Функція енергозбереження (ERP)

За замовчуванням система запускається в режимі енергозбереження. Якщо бігова доріжка не використовується, вона переходить у сплячий режим приблизно через 4,5 хвилини. Щоб розбудити її, натисніть будь-яку кнопку. У режимі очікування натисніть і утримуйте кнопку "MODE" протягом 3 секунд, щоб вимкнути ERP (на дисплеї відобразиться "2222"), а повторне натискання кнопки "MODE" знову ввімкне ERP (на дисплеї відобразиться "1111").

Таблиця швидкостей і кутів нахилу для автоматичних програм P01-P36, метрична **система (ТАБЛИЦЯ 1)**

Таблиця швидкостей і кутів нахилу для автоматичних програм P01-P36; в дюймах **(ТАБЛИЦЯ 2)**

Код несправності	Ймовірна причина	Усунення
Система не працює	A. Живлення не підключено або не ввімкнено	Підключіть живлення або встановіть перемикач живлення в положення "НІ"
	B. Блокування не встановлені на місце	Встановіть запобіжник у правильне положення
	C. Контролер або консоль не ввімкнено	Замініть контролер або консоль
	D. Поганий контакт лінії зв'язку	Перевірте входи та виходи системи, а також лінії зв'язку
Раптова зупинка в нормальному стані	A. Випав запобіжник	Встановити заново
	B. Системна помилка	Попросіть сервісного фахівця вирішити проблему
Несправність ключа	Неправильна клавіша	Замініть консоль або материнську плату
E-01	A. Комунікаційний кабель має погане з'єднання	Повторно підключіть кабель зв'язку та перевірте, чи правильно підключено порт правильно під'єднано, або замініть кабель зв'язку.
	B. Несправна консоль	Замініть консоль
	C. Несправний контролер	Замінити контролер
E-02	A. Несправний двигун	Замініть двигун
	B. Кабель двигуна неправильно підключений до контролера або контролер неправильно підключений.	Перевірте та повторно підключіть або замініть контролер
E-03	A. Неправильно встановлено фотоелектричний датчик	Перевірте та під'єднайте заново
	B. Несправний фотоелектричний датчик	Заміна фотосенсора
	C. Брудний фотоелектричний датчик або поганий перший контакт	Перевірте та повторно підключіть / почистіть датчик
	D. Несправний контролер	Заміна контролера
E-05	A. Несправний контролер	Замінити контролер
	B. Несправний двигун	Замініть двигун
	C. Механічна несправність	Перевірте, чи не заблоковано масло або барабан.
E-07	Консоль не виявляє сигнал блокування безпеки	1. Перевірте, чи встановлене захисне блокування;
		2. Перевстановіть механізм блокування безпеки;
Немає сигналу частоти серцевих скорочень	A. Кабель рукоятки не вставлений на місце або кабель рукоятки несправний	Перевірте та підключіть або замініть трос ручки
	B. Несправність ланцюга електронної системи	Замініть консоль
Неповні або відсутні лінії консолі	A. Несправність дисплея	Замініть материнську плату або екран
	B. Несправність системи	Заміна консолі

СКЛАДАННЯ ТА ПЕРЕМІЩЕННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ:

1. Складання бігової доріжки

Перед складанням відключіть живлення. Переконайтеся, що нахил бігової доріжки встановлено на найнижчий рівень. Підніміть бігову доріжку у вертикальне положення - з'єднувальні деталі автоматично зафіксуються в гідравлічній системі. Перевірте, чи з'єднувальні деталі дійсно зафіксовані, як показано на малюнку.

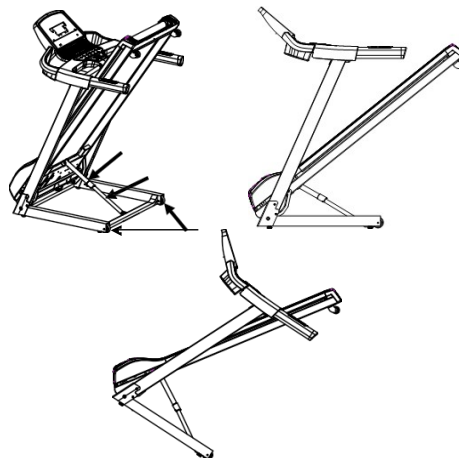
2. Налаштування бігової доріжки

Виберіть рівну поверхню, без перешкод, на відстані близько 1 метра від електричної розетки. Під час розкладання візьміться за бігову доріжку обома руками, наступите на роз'єм ногами - бігова доріжка повільно опуститься на землю. У цей час користувач повинен залишатися на відстані приблизно 1 метра, поки пристрій повністю не розкладеться, як показано на малюнку.

3. Переміщення бігової доріжки

- Перед переміщенням бігової доріжки переконайтеся, що
- Вимикач живлення встановлено у положення "вимкнено".
 - Штепсельна вилка від'єднана від розетки.
 - Основна рама зібрана належним чином.

Ознайомившись з наведеними вище інструкціями, візьміться однією рукою за кінець бігової доріжки, а іншою - за підлокітник з того ж боку. Потім, тримаючи тренажер під кутом 40-50° до грудей, повільно перемістіть його, як показано на малюнку.



ПОСІБНИК ІЗ ЗАЗЕМЛЕННЯ:

Цей виріб оснащено захисним провідником і заземленою вилкою. Бігова доріжка повинна бути підключена до відповідної розетки із заземленням згідно з місцевими нормами.

Небезпека! Якщо ви не впевнені, що пристрій правильно заземлено, зверніться до кваліфікованого електрика або до авторизованого сервісного центру. Не змінюйте самостійно вилку, що входить до комплексу постачання приладу. Якщо штепсельна вилка не сумісна, кваліфікований електрик повинен встановити відповідну розетку.

ІНСТРУКЦІЇ З ВИКОРИСТАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

1. Увімкніть живлення, розкладіть бігову доріжку в найнижче положення і перевірте, чи працює вона належним чином.
2. Закріпіть страхувальний шнур на одязі.
3. Перед початком тренування переконайтеся, що бігова доріжка працює належним чином і є стійкою. Не ставайте прямо на бігове полотно під час запуску бігової доріжки. Правильний старт - це розташуватися на бічних поручнях, поклавши руки на рукоятки. Після натискання кнопки "START" і утримуйте рукоятки, бігова доріжка почне рух через 5 секунд зі швидкістю 1,0 км/год. Потім натисніть кнопку "+", щоб збільшити швидкість до 2,5-3,5 км/год - це оптимальна швидкість для бігу. Тримайте обидві руки на кермі і поступово виходьте на смугу руху, коли починаєте вправу. Рухайтесь в темпі, що відповідає руху смуги.
4. Через кілька хвилин ви можете збільшити швидкість за допомогою кнопки "+" або зменшити за допомогою кнопки "-", не відриваючи рук від ручок.
5. Під час роботи ви також можете встановити постійну швидкість, вибравши її безпосередньо на панелі.
6. Натискання кнопки "STOP" в будь-який момент зупиняє двигун.
7. Використання попередньо встановлених режимів Підключіть та увімкніть живлення. Натисніть кнопку "SELECT", щоб вибрати потрібний режим, а потім "START", щоб запустити його.
У будь-який момент ви можете відрегулювати швидкість за допомогою кнопок "+" або "-" або зупинити пристрій, натиснувши кнопку "STOP".
8. Перевірка функції HRC Коли тренажер увімкнено, покладіть руки на металеві датчики пульсу - у вікні дисплея з'явиться значення HRC.

Примітка: Витягування кнопки безпеки негайно зупиняє бігову доріжку і деактивує комп'ютер. На екрані з'явиться відповідне повідомлення: "-----".

ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ: Належне технічне обслуговування має вирішальне значення для надійної та безпечної роботи бігової доріжки. Нехтування ним може призвести до пошкодження або скоротити термін служби тренажера. Всі компоненти слід регулярно перевіряти та затягувати. Зношені деталі слід негайно замінювати.

ЗМАЩЕННЯ: Бігова доріжка була змащена на заводі під час виробництва. Однак після певного періоду використання бігове полотно потребує регулярного змащування спеціальним силіконовим мастилом.

Рекомендації щодо частоти змащування:

- Використання менше 3 годин на тиждень - змащення кожні 5 місяців
- Використання 4-7 годин на тиждень - змащення кожні 2 місяці
- Використання більше 7 годин на тиждень - щомісячне змащування

Примітка: Занадто часте змащування не рекомендується. Належне змащування є ключовим фактором терміну служби та продуктивності бігової доріжки. Щоб перевірити, чи потрібне змащення, підніміть бокові частини бігової стрічки і доторкніться до задньої, центральної частини стрічки:

- Якщо ви відчуваєте силікон - мастило не потрібне.
- Якщо поверхня суха - змастіть її.

Інструкція зі змащування:

1. Зупиніть машину і складіть бігову доріжку.
 2. Підніміть ремінь бігового полотна на задній частині основної рами.
 3. Тримавши пляшку якомога ближче до центру стрічки, розпиліть силіконове мастило з обох боків.
- Запустіть бігову доріжку зі швидкістю 1 км/год, щоб масло рівномірно розподілилося по поверхні бігового полотна.

1. Регулювання бігового полотна

На заводі бігове полотно відрегульовано правильно. Однак в результаті використання він може ослабнути, що призводить до розривів або ковзання. У цьому випадку затягніть регулювальні гвинти - кожен на півоберту вліво або вправо.

Якщо ремінь занадто слабо натягнутий, він може зісковзнути зі шківів. І навпаки, занадто сильний натяг може перевантажити двигун і пошкодити двигун, ремінь, ролики або інші компоненти.

2. Регулювання прогину ремня

Хоча ремінь встановлюється на заводі, з часом він може зміщуватися. Найпоширенішими причинами є

- Нестабільне вирівнювання бігової доріжки,
- Біг зі зміщенням убів,
- Нерівномірний розподіл тиску на стопу.

Якщо зміщення не є постійним, попрацюйте на біговій доріжці кілька хвилин без навантаження, щоб відновити рівновагу. Якщо необхідно, виконайте ручне регулювання за допомогою шестигранного ключа 6 мм, повернувши гвинт на пів-оберту.

Приклад 1: ремінь ковзає вліво → Затягніть лівий гвинт (за годинниковою стрілкою) → Або послабте правий гвинт (проти годинникової стрілки)

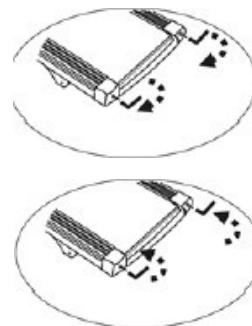
Приклад 2: ремінь рухається вправо → Затягніть правий гвинт (за годинниковою стрілкою) → Або послабте лівий гвинт (проти

годинникової стрілки) РЕГУЛЮВАЛЬНИЙ КЛЮЧ:

За годинниковою стрілкою = затягування Проти годинникової стрілки = послаблення
Ремінь завжди рухається в бік, де він ослаблений.

Поради:

Перед кожним регулюванням запускайте бігову доріжку на низькій швидкості. Не затягуйте гвинти занадто сильно. Слідкуйте за роботою ремня після кожного регулювання. Відхилення ремня не покривається гарантією і є відповідальністю користувача. Непереверені та невідправлені відхилення можуть призвести до серйозних пошкоджень.





3. Регулювання приводного (моторного) ременя

Приводні ремені попередньо відрегульовані на заводі, але з часом вони можуть ослабнути, що призводить до прослизання. Відрегулюйте їх:

1. За допомогою гайкового ключа поверніть регулювальний гвинт проти годинникової стрілки.

2. Діапазон регулювання повинен забезпечувати плавну передачу без прослизання.

Примітка: Регулярно очищайте паси та канавки шківів, щоб забезпечити безперебійну роботу приводної системи.

а) Регулювальний гвинт; б) Двигун; с) Передній ролик; д)

Ремінь Типові несправності та способи їх усунення:

Проблема	Ймовірні причини	Методи технічного обслуговування
Бігова доріжка не працює	A. Вона відключена від мережі	Підключіть її до розетки
	B. Ключ безпеки не вставлений	Вставте ключ безпеки в панель
	C. Обрив сигнального кола	Перевірте вхід контролера та сигнальну лінію
	D. Джерело живлення не ввімкнено	Встановіть вимикач живлення в положення NO
	E. Перегорів запобіжник	Замініть запобіжник
Не плавно рухається	A. Недостатнє змащення	Використовуйте мастило на основі метилсиліконової оливи
	B. Занадто туго натягнуті бігові полотна	Відрегулюйте натягування бігових стрічок
Бігове полотно зісковзнуло	A. Бігове полотно ослаблене	Відрегулюйте натягування бігових стрічок
	B. Ремінь ослаблений	Відрегулюйте натяг приводного ременя

Код несправності	Опис помилки	Усунення несправностей
E 1	Неправильний зв'язок між контролером і консоллю після увімкнення.	Контролер перейшов у стан помилки - запуск неможливий. На пульті відображається код помилки і видається три звукові сигнали. Можливі причини: - зв'язок між контролером і пультом заблоковано - перевірте підключення лінії зв'язку - переконайтеся, що кожна жила повністю вставлена, - якщо лінія зв'язку пошкоджена, замініть її.
E 3	Кабель двигуна підключено неправильно.	Пристрій було вимкнено через помилку - зумер консолі видасть 9 звукових сигналів, а на дисплеї з'явиться код помилки. Якщо після вимкнення пристрій повертається до нормальної роботи, він може перейти в режим очікування і перезапуститися. Можливі причини: - неправильно підключений кабель двигуна - перевірте підключення, - контролер може бути несправним - перевірте, чи не видає він характерного запаху горілих компонентів; за потреби замініть контролер.
	Немає сигналу від датчика швидкості - знижена напруга керування на виході на двигун постійного струму. Пристрій не отримує зворотний зв'язок від двигуна більше 3 секунд.	Агрегат вимкнувся через помилку - зумер консолі видасть 9 звукових сигналів, а на дисплеї відобразиться код помилки. Через 10 секунд після вимкнення пристрій може перейти в режим очікування і перезапуститися. Можливі причини: - відсутність сигналу від датчика швидкості більше 3 секунд - перевірте, чи правильно підключений штекер датчика і чи не пошкоджений, - за необхідності під'єднайте штекер або замініть датчик.
E 4	Нахил	Перевірте правильність підключення асинхронного кабелю двигуна ліфта. Для надійного з'єднання - від'єднайте і знову під'єднайте штекер. Перевірте правильність підключення кабелю живлення змінного струму двигуна елеватора, а також правильність маркування кабелів змінного струму двигуна елеватора та контролера. Перевірте стан з'єднувального кабелю двигуна - якщо він пошкоджений, замініть його або весь двигун ліфта. На Нарешті, натисніть кнопку навчання на контролері, щоб знову розпочати процес навчання.
E 5	Захист від перевантаження по струму - під час роботи система виявила, що струм двигуна постійного струму перевищив номінальне значення більш ніж на 6 А протягом більш ніж 3 секунд.	Агрегат вимкнувся через помилку - зумер консолі видасть 9 звукових сигналів, а на дисплеї відобразиться код помилки. Через 10 секунд після вимкнення пристрій можна перезапустити в режимі очікування. Можливі причини: - струм двигуна перевищив номінальне значення - спрацював механізм самозахисту системи, - можливе механічне блокування бігової доріжки, що перешкоджає обертанню двигуна, - надмірне механічне навантаження, що призводить до збільшення споживання струму. Рекомендовані дії: - перевірте та відрегулюйте бігову доріжку, щоб пристрій працював належним чином, - якщо двигун видає незвичні звуки або пахне горілим - замініть двигун або контролер, - перевірте, чи стабільне джерело живлення і чи відповідає воно необхідній напрузі - за потреби за необхідності протестуйте систему з правильною вхідною напругою.
E 6	Вибухозахист - імпульсний захист: Неправильна напруга живлення або неправильна робота двигуна (тощо) можуть призвести до пошкодження ланцюга приводного двигуна.	Пристрій було вимкнено через помилку - зумер консолі видасть 9 звукових сигналів, а на дисплеї відобразиться код помилки. Через 10 секунд після вимкнення пристрій перейде в режим очікування і його можна буде перезапустити. Можливі причини: - напруга живлення становить менше 50% від номінального значення - використовуйте правильну напругу та перевірте пристрій ще раз, - контролер може бути несправним - якщо відчувається запах горілого, замініть контролер, - дроти двигуна можуть бути від'єднані або ослаблені - перевірте з'єднання і знову під'єднайте кабелі.



Bluetooth додаток для бігових доріжок



Bluetooth-з'єднання підтримує AnyRun, Zwift і Kinomap



AnyRun

Завантажте, зареєструйтеся та увійдіть у додаток AnyRun, перейдіть на сторінку налаштувань: Натисніть Налаштування, що в правому нижньому куті, натисніть Пристрої, додаток виявить коди Bluetooth, виберіть код Bluetooth, який збігається з кодом, позначеним на консолі обладнання, і виконайте з'єднання.

Zwift

Завантажте, зареєструйтеся та увійдіть у додаток Zwift, перейдіть на сторінку налаштувань: У розділі СПОЛУЧЕНІ ПРИСТРОЇ натисніть RUN для бігової доріжки; потім натисніть POWER

ДЖЕРЕЛО, з'явиться спливаюче меню, виберіть код Bluetooth, який збігається з кодом, зазначеним на консолі обладнання, і натисніть OK, щоб створити пару.

ПРИМІТКА: Zwift запам'ятовує пристрої, які використовувалися під час попереднього сеансу, і може спробувати створити пару з цими пристроями, якщо вони присутні і доступні. Якщо ви бачите спарені пристрої, які не хочете використовувати, просто зніміть позначку з них і виберіть пристрій, з яким хочете створити пару.

Кіномапа

Завантажте, зареєструйтеся та увійдіть у програму Kinomap, перейдіть на сторінку налаштувань: натисніть "Більше" у правому нижньому куті, виберіть "Керування обладнанням", натисніть + у верхній правій частині, виберіть бігову доріжку; Потім виберіть бренд Bluetooth за вашим вибором, наприклад, Anuger тощо; натисніть вміст в інтерактивному розділі, програма виявить знайдене обладнання, виберіть код Bluetooth, який збігається з кодом, зазначеним на консолі обладнання, а потім натисніть ДОДАТИ НОВЕ ОБЛАДНАННЯ, з'явиться успішно додане обладнання.





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, gummideler, 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, laagria 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. Garantą 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 teisinės 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, sponsgrips, 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:

- Prodajalec v imenu garanta zagotavlja garancijo na ozemlju Republike Poljske za obdobje 24 mesecev od datuma prodaje.
- 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.
- Vse napake in poškodbe, ugotovljene v garancijskem roku, bodo brezplačno odpravljene najkasneje v 21 dneh od datuma dostave blaga na servis.
- V primeru potrebe po uvozu delov se lahko obdobje popravila podaljša za čas, potreben za njihov uvoz, vendar ne več kot 90 dni.
- 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.
- Garancija preneha veljati v primeru:
 - datum izteka veljavnosti,
 - samopopravila,
 - neupoštevanja pravil pravičnega delovanja.
- 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.
- Garancija ne zajema namestitvenih in vzdrževalnih del, ki jih mora v skladu z navodili za uporabo opraviti uporabnik sam.
- Garant prav tako obvešča, da zagotavlja tudi pogarancijski servis.
- Blago mora biti zaščiteno za pošiljanje.
- 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)

NOTATKI

NOTATKI



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