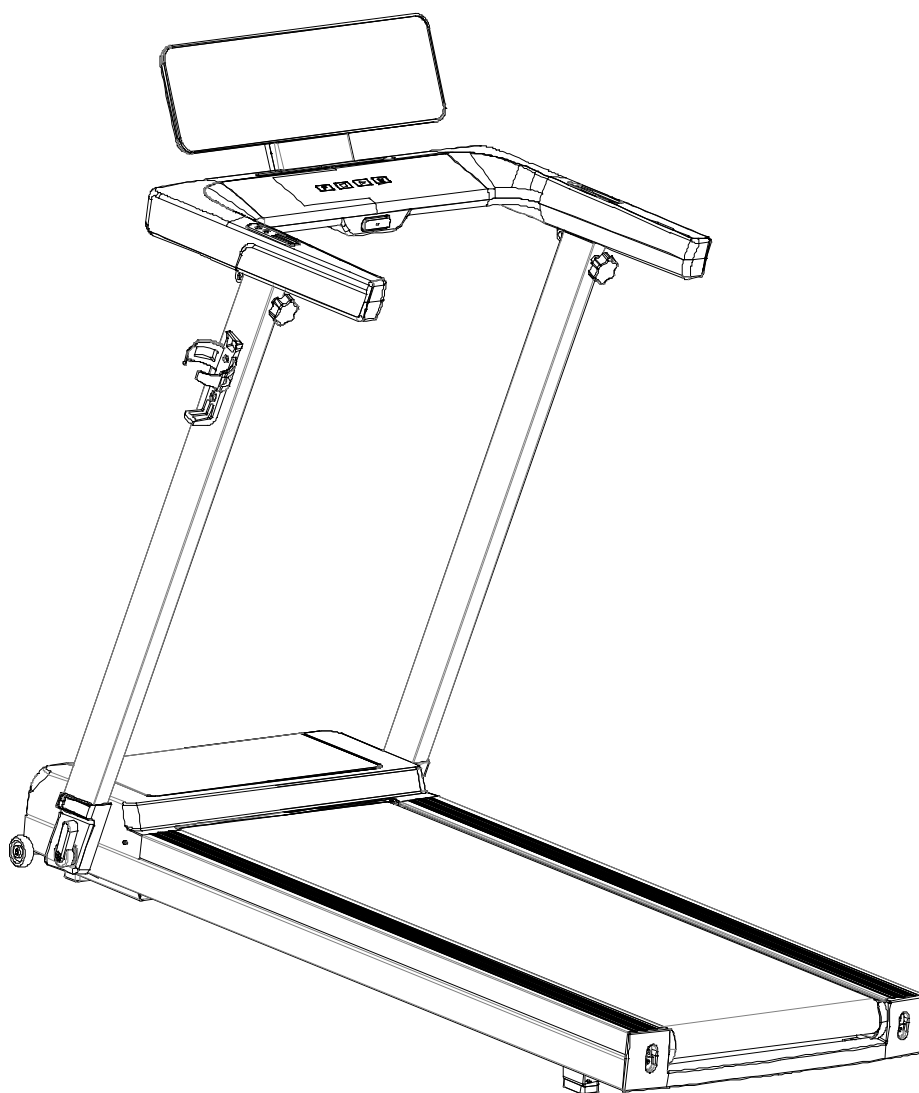
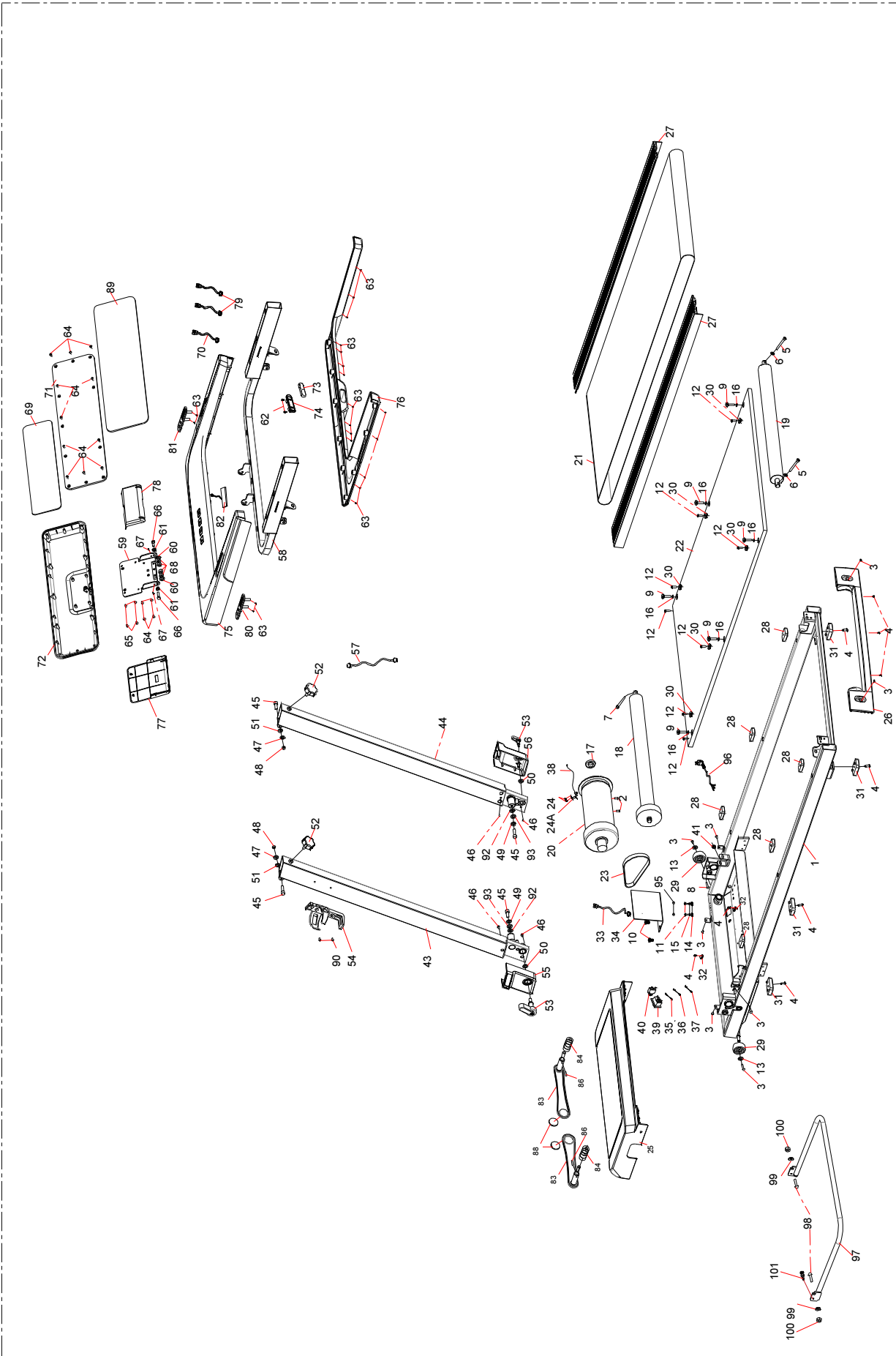


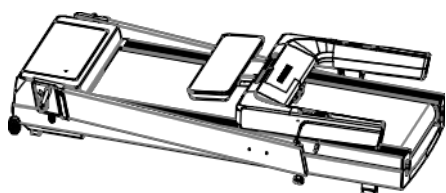
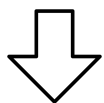
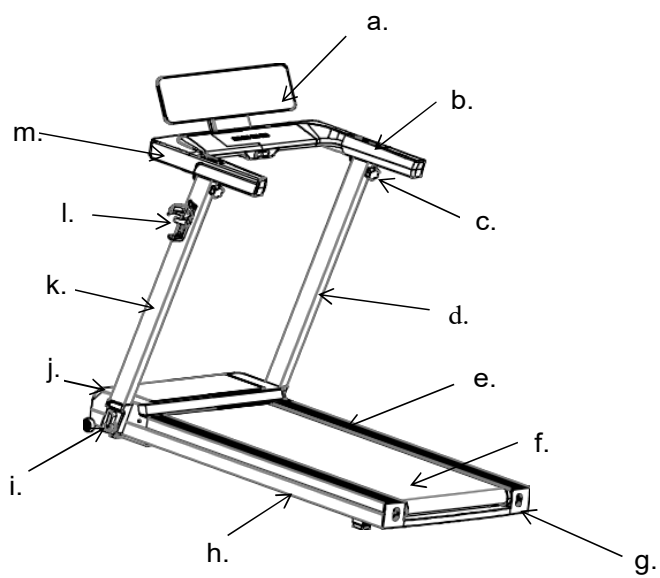


BE5872

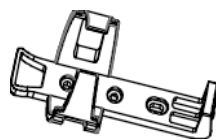


- 8. Manual instruction **EN**
- 16. Instrukcja obsługi **PL**
- 24. Návod k obsluze **CZ**
- 32. Manuel instruktion **DA**
- 40. Gebrauchsanweisung **DE**
- 48. Manual de instrucciones **ES**
- 56. Käsijuhend **ET**
- 64. Manuel d'instruction **FR**
- 72. Kézi utasítás **HU**
- 80. Manuale di istruzioni **IT**
- 88. Naudojimo instrukcijos **LT**
- 96. Rokasgrāmatas instrukcija **LV**
- 104. Handmatige instructie **NL**
- 112. Manual de instruções **PT**
- 120. Instrucțiuni manuale **RO**
- 128. Návod na obsluhu **SK**
- 136. Navodila za uporabo **SL**
- 144. Instruktionsbok **SV**
- 152. Інструкція з експлуатації **UK**





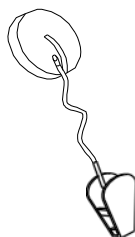
1.



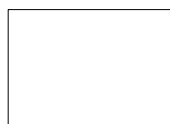
2.



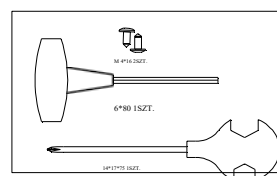
3.



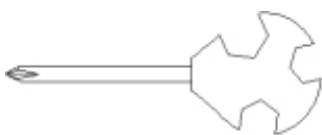
4.



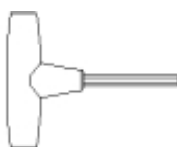
5.



6.



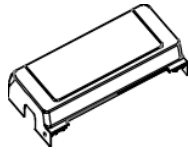
7.



8.



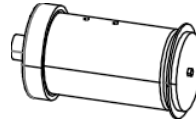
9.



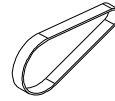
1.



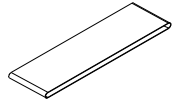
2.



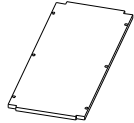
3.



4.



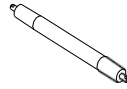
5.



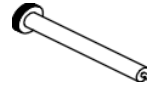
6.



7.



8.



9.

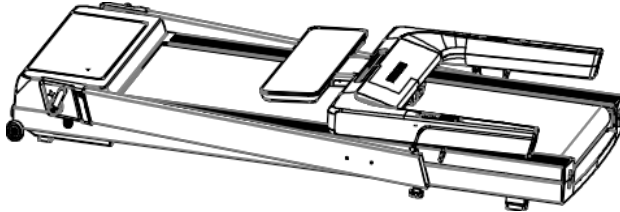


10.

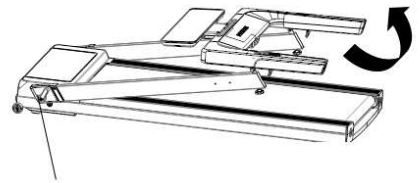


1.

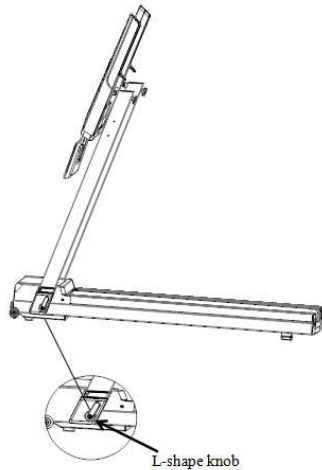
a)



b)

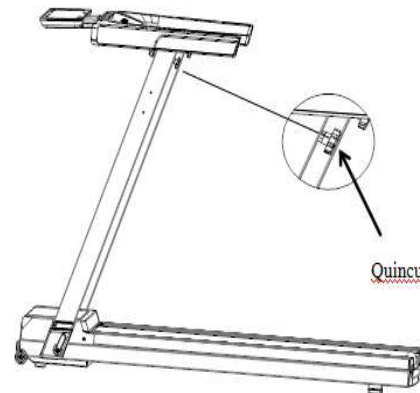


c)



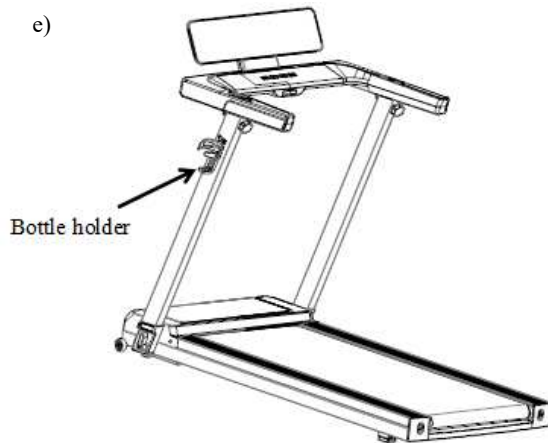
L-shape knob

d)



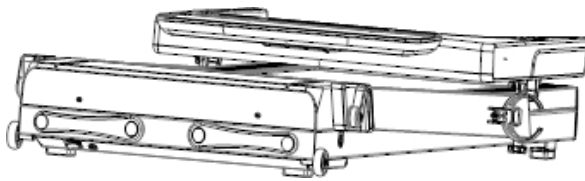
Quincuncial Knob

e)

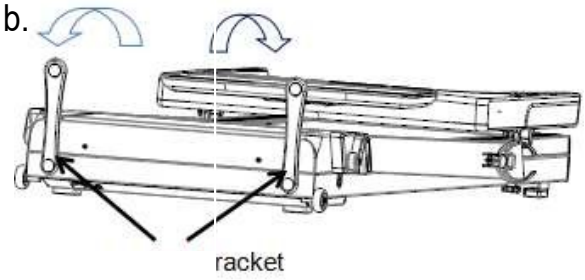


Bottle holder

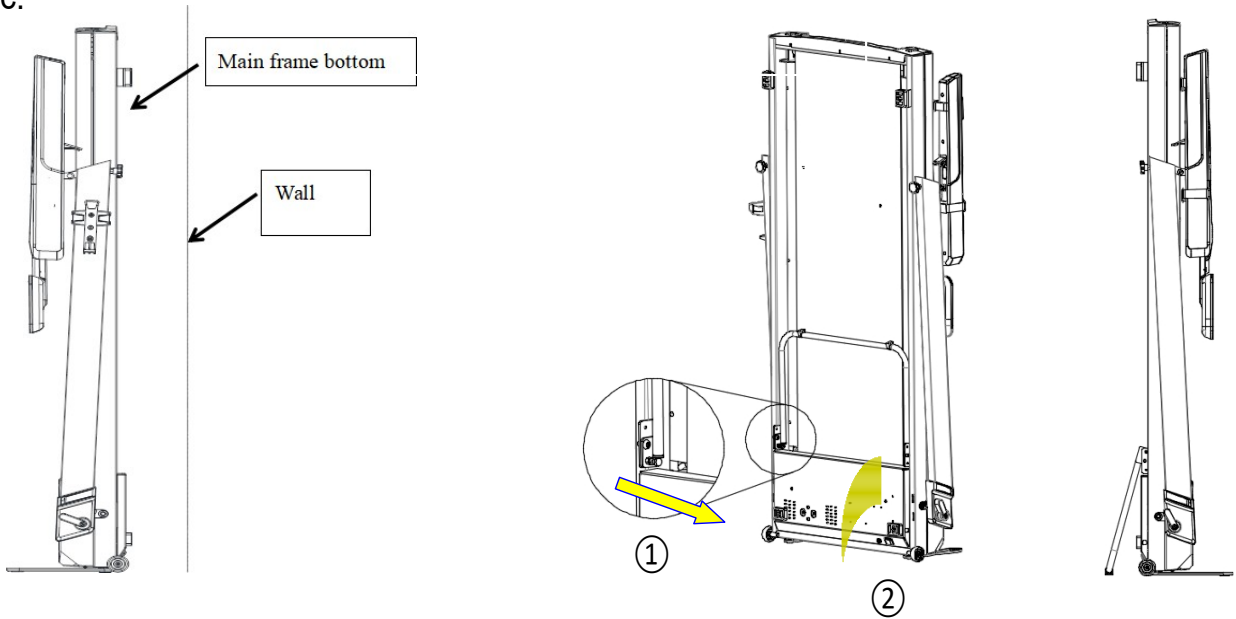
2. a.



b.



c.



LED window



PROGRAM

STOP button

START button

MODE

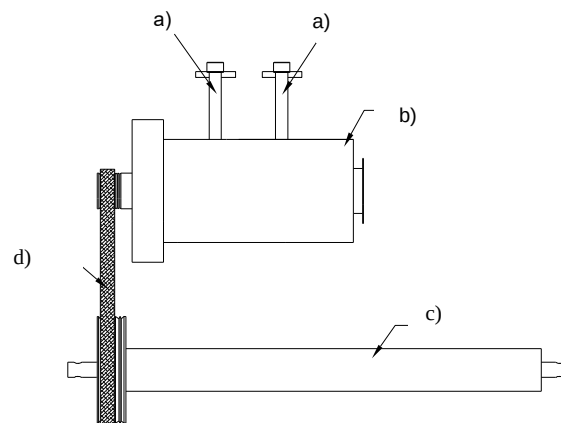


TABLE 1

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

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.

EN

Instructions for use

1. Plug the power cord exclusively into a grounded socket. 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 service.

No.	Part name	Quantity	No.	Part name	Quantity
1	Main frame	1	51	Plastic washer $\Phi 18 \times \Phi 8.5 \times t2.0$	2
2	Allen screw with full thread M8*20	2	52	Knob $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Screw with full thread M5*10	8	53	L-shaped knob	2
4	Self-tapping screw ST4*16	9	54	Bottle holder	1
5	Allen bolt with full thread M8*75	2	55	Left-hand bracket cover	1
6	Flat washer $\Phi 8$	2	56	Right-hand bracket cover	1
7	Allen cylinder with full thread M6*45	1	57	Communication cable	1
8	Self-tapping screw ST4*10	2	58	Console frame	1
9	Allen bolt with full thread M6*55× $\Phi 16$	6	59	Console fixing plate	1
10	Solid threaded bolt M4*16	2	60	Spring $\Phi 12.5 \times \Phi 6.2 \times 0.7$	4
11	Full thread screw M4*10	2	61	Step washer M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4.7$	2
12	Self-tapping screw ST4*15	8	62	Self-tapping screw ST4*10	2
13	Flat washer $\Phi 5$	2	63	Self-tapping screw ST4*16	20
14	External serrated lock washer $\Phi 5$	2	64	Self-tapping screw ST4*10	16
15	Spring washer $\Phi 5$	2	65	Self-tapping screw ST4*15	4
16	Flat plastic washer $\Phi 12 \times \Phi 6 \times t1.0$	6	66	Hexagon bolt with full thread M6*25	2
17	Magnetic ring	1	67	Screw. with full thread	2
18	Front roller	1	68	Hexagonal locking nut	4
19	Rear roller	1	69	Console	1
20	Motor	1	70	Communication cable	1
21	Running belt	1	71	Console panel	1
22	Running board	1	72	Rear console lid	1
23	Engine belt 174(442)PJ6	1	73	Safety key socket	1
24	Countersunk screw with full thread M4*8	2	74	Safety key	1
25	Motor cover	1	75	Upper basket	1
26	Rear cover	1	76	Lower basket	1
27	Side rail	2	77	Front console decorative cover	1
28	Square cushion	6	78	Rear decorative console lid	1
29	Wheels	2	79	Handle impulse cable	2
30	Guide block with round edge	6	80	Handle impulse set start/stop	1
31	Foot	4	81	Speed handle pulse set	1
32	Cable clamp	2	82	Touch button cable	1
33	Communication cable	1	83	Folding support frame	2
34	Power cable	1	84	Cylindrical coil spring	2
35	Power cable	1	86	Socket head screw with full thread	2
36	Power cable	1	88	EVA pad	2
37	Power cable	1	89	Acrylic sticker for the console	1
38	Speed sensor	1	90	Full thread screw	2
39	Switch	1	91	Spring $\Phi 8 \times \Phi 4.2 \times 0.4$	4
40	Self-resetting switch	1	92	Spring $\Phi 40 \times \Phi 20.4 \times t2.0$	2
41	Power cable clamp	1	93	Spacer t4.0× $\Phi 40$	2
42	Metal bracket for the speed sensor	1	96	Supply cable	1
43	Left-hand bracket	1	97	Rear bracket welds	1
44	Right bracket	1	98	Hexagon bolt with large flat head with full serration M8×20	2
45	Allen screw with full thread M8*20	4	99	Flat washer $\phi 8$	2
46	Self-tapping screw ST4*10	4	100	Hexagonal locking nut M8	2
47	Flat washer $\Phi 8$	2	101	Spring clip	1
48	Hexagonal locking nut M8	2			
49	Flat washer $\Phi 32 \times \Phi 8.5 \times t2.0$	2			
50	Plastic washer $\Phi 24 \times \Phi 16 \times t2.0$	2			

Warnings and prohibitions:**⚠ Do not use a treadmill:**

- if you are undergoing treatment and do not have your doctor's approval,
- if you have heart problems, back problems, joint problems, osteoporosis or serious chronic diseases,
- if you are pregnant, menstruating or feeling unwell,
- if you have consumed alcohol or are under the influence of drugs that impair 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 or stepping off the belt while the machine is running,
- use of the treadmill by children and people who are unconscious or have motor impairments.



- Console
- Handrail
- Knob
- Profile
- Side rail
- Running belt
- Rear cover
- Main frame
- L-shaped knob
- Engine cover
- L-stand post
- Bottle holder
- Console frame

Technical information:

Dimension	Folded: 1520*780*265 mm
	Unfolded: 1520*780*1280
Running surface	1220*440 mm
Speed	1.0-16.0 km/h

Please note: we reserve the right to change the product without prior notification.

**Packing list:**

- Machine
- Bottle holder
- Silicone bottle
- Safety key
- Operating instructions
- Equipment set

Hardware list:

- Wrench 14x17x75 - x1
- T-wrench 6 mm - x1
- M4x16 sharp full thread screw - x2

**Main parts:**

- Engine cover
- Console
- Engine
- Engine belt
- Running belt
- Running board
- Side rail
- Rear roller
- Front roller
- Rear cover

**1. ASSEMBLY INSTRUCTIONS:**

- Remove the machine from the carton and lay it on a flat floor (see photo above), remove all bags and tape wrapping the machine.
- Loosen the two L-shaped knobs on the bottom, then lift the vertical posts.
- Raise the vertical profile to the top position, then lock the knob.
- Loosen the knobs on both sides, adjust the console frame to the correct position, then lock the knobs.
- Adjust the console to the correct position, mount the bottle holder to the left profile using a M4 * 16 solid threaded screw. After double-checking that all the knobs are securely locked, the assembly is complete.

2. ASSEMBLY INSTRUCTIONS:

- Assemble the raceway according to the assembly procedure, lay the console flat, hold the console frame with one hand and then loosen the knobs with the other hand to fold the console frame. Hold the profile with one hand, then loosen the L-shaped knob with the other hand to fold the stand post, and finally lock the L-shaped knob. The treadmill is folded and can be moved and/or stored.
- Rotate the folding supports according to the direction shown in the illustrations below.
- Stand the treadmill up.

Note: The treadmill should stand close to the wall, away from children, in case of unexpected injury.

- Standing treadmill on its own

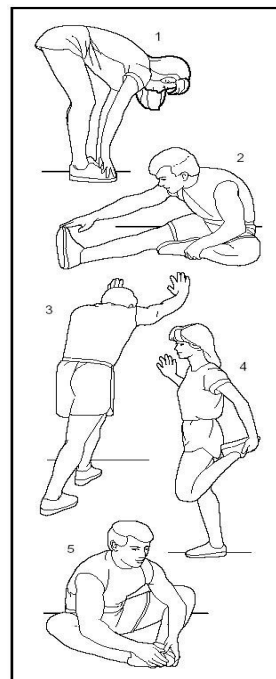
After assembling according to the first three steps, pull out the left latch at the bottom of the machine, support tube down, until the latch is in place with a "snap" sound, resulting in a non-resisting upright.

Note: Keep away from children, in case of unexpected injury.

EXERCISE TIPS AND ADVICE:

- Warm-up Warm up for 5-10 minutes before each exercise session.
- Breathing When exercising, do not hold your breath. Inhale through your nose and exhale through your mouth, synchronising your breathing with the movement.
- Frequency Each muscle should be trained after 48 hours of rest, i.e. every other day.
- Load Adjust the intensity of the workout to your physical condition. Muscle soreness at the beginning of exercise is normal, but can be minimised by continuing regular activity.
- Relaxation Take 5 minutes to relax after exercise to aid recovery and maintain muscle flexibility.
- Diet To protect your digestive system, do not start exercising immediately after a meal. After training, wait at least 30 minutes before eating. Avoid drinking large amounts of water during exercise to avoid putting strain on your heart and kidneys.
- Stretching Regardless of your running pace, start by stretching. Warmed-up muscles stretch more easily, so first do 5-10 minutes of walking, then stop and stretch each leg five times for at least 10 seconds each. Repeat the stretching after your workout too.

1. Forward bend Stand straight and bend over, trying to touch your toes with your hands. Hold the position for 10-15 seconds, then relax. Repeat 3 times. (See Figure 1)
2. Stretching the knee tendon Sit on a clean cushion and straighten one leg. Bend your other leg so that your foot touches the inside of the thigh of the straightened leg. Lean forward and try to touch your toes with your hand. Hold for 10-15 seconds, then relax. Repeat 3 times for each leg. (See Figure 2)
3. Calf and heel stretch Lean your palms against a wall or tree and extend one leg backwards. Keep the back leg straight and the heel pressed against the ground. Lean gently towards a wall. Hold for 10-15 seconds and then relax. Repeat 3 times for each leg. (See Figure 3)
4. Quadriceps thigh muscle stretch Lean against a wall or table with your left hand for stability. Grasp your right ankle with your right hand and gently draw your foot towards your buttocks until you feel tension in the front of your thigh. Hold for 10-15 seconds and then relax. Repeat 3 times for each leg. (See Figure 4)
5. Adductor stretch (inside of thighs) Sit with the soles of your feet together, knees facing outwards. Grasp your feet with both hands and gently draw them towards your groin. Hold the position for 10-15 seconds, then relax. Repeat 3 times. (See Figure 5)



Description of console functions

1. Workout programmes

P0 is used to set an individual training programme. P1-P36 are built-in automatic training programmes.

There are also three user (USER) programmes and a BMI calculator.

2. Display - The console has an LED screen and four control buttons.

3. Measurement window - Speed and distance values are displayed, with the option to switch between kilometres and miles.

4. Speed range - From 1.0 to 16.0 km/h.

5. Protections

- Overload
- Overcurrent
- Explosion-proof
- Against overspeed
- Anti-interference (EMC)
- Other functions to protect the user and the device

6. System self-test - Automatic detection of faults and their messages on the screen.

7. Three customised functions - Customisable settings.

8. Energy-Related Products (ERP) function.

9. Buzzer mute - Option to disable notification sounds.

Commissioning instructions and safety procedures

- Plug the power cord into a 10 A outlet with a protective earth.
- Turn on the power switch - the console screen will boot up and be fully displayed.
- Place the security key in the appropriate location on the console and pin its clothing clip at chest height.
- An electronic system constantly monitors safety. If an abnormality is detected, the treadmill will come to an emergency stop and an error message and an audible signal will appear on the screen.
- To clear the error message, remove the safety key or switch off the power.

Description of the display and buttons

1. LED display

"DISTANCE / TIME" window - shows the distance covered and the training time. "CALORIES / PULSE" window - displays the value of calories burned and the heart rate. SPEED" window - shows the current speed.

2. Switching units: kilometres↔ miles

Convert to miles: Remove the safety key. Press and hold the "PROGRAM" and "MODE" keys simultaneously until the display shows 0.6 - this indicates conversion to miles.

Conversion to kilometres: Again, without the safety key, press both buttons ("PROGRAM" and "MODE") until the display shows 1.0 - this indicates a return to kilometres.

3. Control buttons

- **"P"** - PROGRAM: In standby mode, press the button to select from 36 programmes (P1-P36) or manual mode (P0). Default speed: 1.0 km/h; maximum: 16 km/h.
- **"M"** - MODE: Allows you to select the countdown modes: time, distance or calories. Use the "SPEED+" and "SPEED-" buttons to set the value, then start the workout with the START button.
- **"START / PAUSE"**: Starts the treadmill at a speed of 1.0 km/h. Pressing again stops it temporarily and pressing again resumes the workout with the previous settings.
- **"STOP"**: Immediately stops the treadmill and clears the data.
- **"SPEED+" and "SPEED-"**: Change the speed in increments of 0.1. Holding the button for >2 seconds causes automatic acceleration/deceleration.

4. Safety key

Consists of a magnet, clip and cable.

- When the key is removed - the treadmill stops immediately and the display shows error "E-07" and beeps.
- When the key is reinserted, the display activates for 2 seconds and then goes into standby mode.

5. Programmes and start-up

A. Programme types

- P0 - Manual mode: any setting of time, distance or calories.
- P01-P36 - Automatic programmes
- U01-U03 - Customised programmes (USER)

B. Starting the treadmill

C. Insert the safety key into the slot - the console will display for 2 seconds and then enter manual mode.

D. Press START - countdown 5-4-3-2-1 with sound and the treadmill will start at 1.0 km/h.

E. To stop the machine during a workout, press STOP - the data will be reset.

Manual mode

1. How to start manual mode

- a. Turn on the power switch - the unit automatically enters manual mode.
- b. When stopped, press PROGRAM to manually enter manual mode.

2. Available settings in manual mode

- There are three functions to choose from:
 - Countdown **time**,
 - Countdown **of distance**,
 - **Calorie** countdown.
- Once in manual mode, press the MODE button to select one of the countdown modes.
- Once you have set the desired value, press START to start your workout.
- The default starting speed is 1.0 km/h, set by the user.
- Only one countdown mode can be activated at a time. The set parameter will be counted down, the others will be counted positively.

3. Operation in manual mode

A. Basic mode (without countdown)

- The time display shows 0:00.
- Time, distance and calories are counted automatically.
- Pressing STOP gradually stops the treadmill and restores the default settings.

B. Countdown time mode

- Default: 30:00 minutes, setting range: 5:00-99:00 (step in 1 minute increments).
- Use the + / - buttons to adjust values.

C. Countdown distance mode

- Default: 1.0 km, range: 1.0-99.0 km (step in 1 km increments).
- Adjust using the + / - buttons.

D. Calorie countdown mode

- Default: 50 kcal, range: 20-990 kcal (step in 10 kcal increments).
- Adjust value with + / - buttons.

E. Operation during a run

A. When START is pressed, there is a 5-second countdown, after which the motor starts at 1 km/h.

B. Use the + / - or QUICK SPEED buttons to change speed.

C-E. When the selected mode (calories, distance or time) reaches zero, the treadmill will gradually slow down and stop. The unit will return to manual mode.

Automatic programmes (P1-P36)

1. Programme selection and setting

- The P1-P36 programmes are built-in system training programmes designed for countdown mode only.
- In set-up mode, the time window will start flashing - this indicates that it is configurable.
- Use the "+" / "-" buttons to adjust the training time. Range: 5:00 - 99:00 minutes (step in 1 minute increments). Default value: 30:00 minutes.
- Pressing the "MODE" button restores the default value.

2. Start training

- Once you have selected your programme, press "START" - a 5-second countdown will start, accompanied by 5 beeps.
- The treadmill will gently accelerate to the speed specified in the selected programme and maintain the pace according to its settings (including any incline).

3. Changing the speed during the programme

- You can use the "+", "-", or "QUICK SPEED" buttons at any time to manually adjust the treadmill speed during your run.

4. Ending the programme

- Pressing the "STOP" button while the motor is running causes the machine to gradually decelerate until it comes to a full stop.
- This is accompanied by a long beep and all settings are reset to the default standby mode.

Fat test programme (FAT)

The body mass index (FAT) is a simplified indicator of the relationship between height and weight, which - in combination with other health parameters - can help to assess body weight.

- FAT reference values:
 - < 18 - figure too slim
 - 18-24 - ideal figure
 - 25-28 - overweight
 - > 29 - obese

The FAT index is indicative and should not be regarded as a medical diagnosis.

Instructions for performing the FAT test

1. Starting the test

- With the treadmill stopped, press the "PROG" button to enter the body fat test programme labelled "FAT"
- Press "MODE" to select the item number and then set the parameters using the "+" / "-" buttons.

2. Gender setting (F1)

- F1 will appear on the "Pulse" screen and the default value 01 (male) will appear in the "Calories" window.
- Use "+" / "-" to select:
 - 01 - male
 - 02 - female

3. Age setting (F2)

- After pressing "MODE", go to the age setting (F2).
- The "Calories" window will display 25 by default.
- Setting range: 1-99 years.

4. Height setting (F3)

- Another press of "MODE" activates the height setting (F3).
- The default value is 170 cm (67 inches).
- Setting range: 100-220 cm (or 39-87 inches).
- Adjust the value using the "+" / "-" buttons.

5. Body fat test (FAT/BMI)

- Press the "MODE" button - the "Pulse" display will show F5 and the calorie window will show "-----".
- Place your hands on the heart rate sensors - after 8 seconds the BMI result will appear.

Safety key

The key includes a switch, clothing clip and nylon cord. It is used to stop the treadmill in an emergency.

- 1. if the key is removed during operation, the screen will display "E-07" and the treadmill will stop immediately.
- 2. when the key is placed again, the screen will turn on for 2 seconds and then the treadmill will return to the default state (manual mode P0, counters reset to zero).

User programme (U01-U03)

The user can create and save 3 customised training programmes. Creating a programme:

1. Press "PROG" to select the U01-U03 mode.
2. Press "MODE" to start the settings:
 - Duration: 5-99 min
 - Speed: 1-20 km/h (quick selection possible)
 - Slope: 0-15% (also quick selection)
3. After setting each parameter, press "MODE" to move to the next one.
4. The settings are saved automatically when the configuration is completed.
5. To start, press "START".

The next time you start, simply select the programme and press "START". Heart rate measurement

- When you apply your hand to the sensors, your heart rate value will be displayed within 5 seconds.
- Display range: 50-200 beats/min.
- The heart symbol pulsates in rhythm with the measured heart rate.

The data are indicative and are not a substitute for medical measurements.

Value range:

	Setting the initial value	Range	Display range
Time (minutes: seconds)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Speed (km/h)	NOT APPLICABLE	NOT APPLICABLE	1-16KM
Slope (%)	NOT APPLICABLE	NOT APPLICABLE	0
Distance (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Calories (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Parameter settings

When setting a value (e.g. time), use the "+" / "-" buttons to increase or decrease it. If you reach the maximum value (99:00) and press "+", the system automatically returns to the minimum value (5:00), creating a so-called cycle.

Energy saving function (ERP)

- Active by default.
- When the treadmill has not been used for 4.5 minutes, it automatically enters sleep mode to save energy.
- To wake up the system, press any button.
- How to disable/enable ERP mode:
 - In standby, hold down the "MODE" button for approximately 3 seconds.
 - The console will show "2222" - ERP function has been deactivated.
 - Repeat the action to activate it again.
 - The console will show "1111" - ERP function has been activated.

Common faults and troubleshooting methods

Problem code	Likely cause	Repair
System not working	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 interlock in the correct position
	C. Controller or console not switched on	Replace the controller or console
	D. Poor line contact	Check system inputs and outputs and 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 properly 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. The motor cable is incorrectly connected to the controller or the 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. Faulty 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 safety interlock signal	1. Check that the safety interlock is in place;0 2. Reinstall the safety interlock mechanism;
No pulse signal	A. Handle cable not in place or cable handle cable is not good	Check and connect or replace the handle cable
	B. Electronic system circuit fault	Replace console
Incomplete or missing console lines	A. Display is faulty	Replace motherboard or screen
	B. System failure	Console replacement

Folding and unfolding the treadmill

1. Folding - Disconnect the power supply before folding.
2. Unfolding
 - Place the treadmill approximately 1 m from the socket.
 - The ground must be flat and free of obstructions.
3. Moving - Before moving the treadmill, make sure that e:
 - The power is switched off.
 - The plug has been removed from the socket.
 - The treadmill has been folded.
 - Moving step by step:
 - Grasp the back of the treadmill with one hand and the handlebars on the same side with the other.
 - Tilt it at a 40-50° angle towards your chest.

Danger:

Consult a qualified electrician or service personnel if you do not know if the machine is properly earthed. Do not change the plug supplied with this product without authorisation. If the plug is not compatible with the outlet, a qualified electrician should install a suitable socket outlet. It should be 220-240 volts and fit this type of socket.

Getting started with the treadmill

Plug in and switch on the power supply
 Unfold the treadmill to its lowest position and check that it is working properly.
 Clip the safety cord to your clothing - this is an important safety feature.

Starting and running correctly

Don't stand on the belt straight away!
 Stand on the side rails with your hands on the handlebars. When you press "START":
 The treadmill will start after 5 seconds at a speed of 1.0 km/h.
 Then use the "+" button to increase to a comfortable 2.5-3.5 km/h. Holding the handlebars, step gradually into the lane, matching its speed.

Changing speed and stopping

Accelerate or decelerate using "+" and "-".
 You can also select a specific speed value by clicking the corresponding button.
 Pressing "STOP" will stop the motor.

Automatic modes and programmes

Switch on the power.
 Press "SELECT" to select a mode.
 Press "START" to start the selected programme.
 During use, you can adjust the speed or end the workout with the "STOP" button.

Pulse measurement (HRC)

Hold your hands on the metal sensors - the current heart rate (HRC) will be displayed.

Note: Removing the safety key stops the treadmill immediately and the computer will display a message.

MAINTENANCE:

Proper maintenance is crucial for the reliable and safe operation of the treadmill. If neglected, 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 has been lubricated at the factory during manufacture. However, after a certain period of use, the running belt requires regular lubrication with 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 tread belt and touch the rear, central part:

- If you can feel the silicone - lubrication is not necessary.
- If the surface is dry - lubrication should be carried out.

Lubrication instructions:

1. Stop the machine and fold the treadmill.
2. Lift the tread belt off 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. Treadmill belt adjustment

At the factory, the running belt is correctly aligned. However, as a result of use, it can become loose, leading to interruptions or slippage. If this happens, 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. Too much tension, on the other hand, can overload the motor and cause damage to the motor, belt, rollers or other components.

2. Belt deflection adjustment

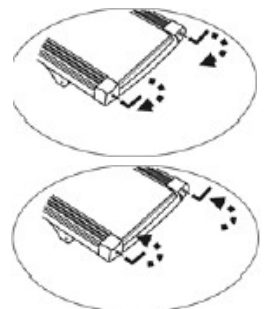
Although the belt is set at the factory, it can shift after time. The most common causes are:

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

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

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

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



ADJUSTMENT SPANNER:

Clockwise = tightening Counter-clockwise= 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. Drive (engine) belt adjustment**

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 not working	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 a lubricant based on methylsilicone oil
	B. Running bands are too tight	Adjust running bands for tightness
Running belt has slipped	A. Running belt is too loose	Adjust running bands for tightness
	B. Belt is loose	Adjust drive belt tension

Problem	Reason	Maintenance
System does not work	A. No power	Plug to socket, input with power
	B. safety key is not in correct position	Put the safety key in the right position
	C. the transformer is not inserted correctly or The transformer is faulty	Check and connect the transformer correctly or replace the transformer.
	D. broken circuit	Check the system input and output terminal and communication lines
Sudden stop in normal condition	A. Safety key falling off	Correct installation of safety key
	B. Incorrect system	Contact service
Buttons not working	A. Some of the buttons are damaged	Replace buttons
	B. All buttons are incorrect	1. Replace pushbutton board, pushbutton wires 2. Replace motherboard; replace console
E1	Poor connection of communication cables	Reconnect the communication cable and check that the port is connected or replace the communication cable.
	B. Console is defective	Console replacement
	C. Transformer is faulty	Check and replace the transformer
	D. Controller is faulty	Replace the controller
E2	A. Motor cable or motor is defective	Check and replace motor cable or motor
	B. Poor connection between motor cable and controller or controller defective	Check and connect the cable correctly or replace controller
E3	A. Speed sensor is not correctly mounted	Check and assemble it correctly
	B. Speed sensor is faulty	Replace the speed sensor
	C. Poor connection between speed sensor and controller	Check and connect it correctly
	D. Controller is faulty	Replace the controller
E5	A. The controller is defective	Replace the controller
	B. The motor is defective	Replace the motor
E7	No security key signal detected on console	1. Check that the security key is in the correct position; 2. Reinstall the safety interlock mechanism security lock mechanism to ensure that the hole is in the middle and the black bean bounces into place; Replace the console
Heart rate data is not displayed	A. Handle pulse cable is not well assembled or handle pulse cable is damaged.	Check and connect well or replace handle pulse cable
	B. Electronic system line fault	Console replacement
The electronic display is incomplete	A. The screws of the ejector plate have come loose	Locking and fixing screws
	B. System failure	Console replacement



Bluetooth APP for treadmill



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 the content in the Interactive section, the application will detect the found hardware, select the Bluetooth code that is the same as the code marked on the hardware console, then click ADD NEW EQUIPMENT, the successfully added hardware will appear.



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.

Nr	Nazwa części	Ilość	Nr	Nazwa części	Ilość
1	Rama główna	1	51	Podkładka z tworzywa sztucznego $\Phi 18 \times \Phi 8,5 \times t2,0$	2
2	Śruba imbusowa z pełnym gwintem M8*20	2	52	Pokrętło $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Śruba z pełnym gwintem M5*10	8	53	Pokrętło w kształcie litery L	2
4	Śruba samogwintująca ST4*16	9	54	Uchwyt na butelkę	1
5	Śruba imbusowa z pełnym gwintem M8*75	2	55	Lewa osłona wspornika	1
6	Podkładka płaska $\Phi 8$	2	56	Prawa osłona wspornika	1
7	Cylinder imbusowy z pełnym gwintem M6*45	1	57	Przewód komunikacyjny	1
8	Śruba samogwintująca ST4*10	2	58	Rama konsoli	1
9	Śruba imbusowa z pełnym gwintem M6*55* $\Phi 16$	6	59	Płyta mocująca konsolę	1
10	Śruba z pełnym gwintem M4*16	2	60	Sprężyna $\Phi 12,5 \times \Phi 6,2 \times 0,7$	4
11	Śruba z pełnym gwintem M4*10	2	61	Podkładka stopniowa M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4,7$	2
12	Śruba samogwintująca ST4*15	8	62	Śruba samogwintująca ST4*10	2
13	Podkładka płaska $\Phi 5$	2	63	Śruba samogwintująca ST4*16	20
14	Zewnętrzna ząbkowana podkładka zabezpieczająca $\Phi 5$	2	64	Śruba samogwintująca ST4*10	16
15	Podkładka sprężysta $\Phi 5$	2	65	Śruba samogwintująca ST4*15	4
16	Płaska podkładka z tworzywa sztucznego $\Phi 12 \times \Phi 6 \times t1,0$	6	66	Śruba sześciokątna z pełnym gwintem M6*25	2
17	Pierścień magnetyczny	1	67	Śruba z pełnym gwintem	2
18	Przednia rolka	1	68	Sześciokątna nakrętka zabezpieczająca	4
19	Tylna rolka	1	69	Konsola	1
20	Silnik	1	70	Przewód komunikacyjny	1
21	Pas bieżny	1	71	Panel konsoli	1
22	Płyta bieżna	1	72	Tylna pokrywa konsoli	1
23	Pasek silnika 174(442)PJ6	1	73	Gniazdo klucza bezpieczeństwa	1
24	Śruba z łbem walcowym z pełnym gwintem M4*8	2	74	Klucz bezpieczeństwa	1
25	Pokrywa silnika	1	75	Górny koszyk	1
26	Tylna pokrywa	1	76	Dolny koszyk	1
27	Szyna boczna	2	77	Przednia pokrywa dekoracyjna konsoli	1
28	Kwadratowa poduszka	6	78	Tylna pokrywa dekoracyjna konsoli	1
29	Koła	2	79	Przewód impulsowy uchwytu	2
30	Blok prowadzący z okrągłą krawędzią	6	80	Zestaw impulsów uchwytu start/stop	1
31	Stopka	4	81	Zestaw impulsów uchwytu prędkości	1
32	Zacisk kablowy	2	82	Przewód przycisku dotykowego	1
33	Przewód komunikacyjny	1	83	Składana rama wspornika	2
34	Przewód zasilania	1	84	Cylindryczna spiralna sprężyna dociskowa	2
35	Przewód zasilania	1	86	Śruba z łbem walcowym z pełnym gwintem	2
36	Przewód zasilania	1	88	Podkładka EVA	2
37	Przewód zasilania	1	89	Akrylowa naklejka na konsolę	1
38	Czujnik prędkości	1	90	Śruba z pełnym gwintem	2
39	Przełącznik	1	91	Sprężyna $\Phi 8 \times \Phi 4,2 \times 0,4$	4
40	Przełącznik samoczynnego resetowania	1	92	Sprężyna $\Phi 40 \times \Phi 20,4 \times t2,0$	2
41	Klamra kabla zasilającego	1	93	Podkładka dystansowa $t4,0 \times \Phi 40$	2
42	Metalowy wspornik czujnika prędkości	1	96	Przewód zasilający	1
43	Lewy wspornik	1	97	Spawy tylnego wspornika	1
44	Prawy wspornik	1	98	Śruba sześciokątna z dużym płaskim łbem z pełnym uzębieniem M8*20	2
45	Śruba imbusowa z pełnym gwintem M8*20	4	99	Podkładka płaska $\Phi 8$	2
46	Śruba samogwintująca ST4*10	4	100	Sześciokątna nakrętka zabezpieczająca M8	2
47	Podkładka płaska $\Phi 8$	2	101	Zatrząsk sprężynowy	1
48	Sześciokątna nakrętka zabezpieczająca M8	2			
49	Podkładka płaska $\Phi 32 \times \Phi 8,5 \times t2,0$	2			
50	Podkładka z tworzywa sztucznego $\Phi 24 \times \Phi 16 \times t2,0$	2			

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.



- Konsola
- Poręcz
- Pokrętło
- Profil R
- Szyna boczna
- Pas do biegania
- Tylna pokrywa
- Rama główna
- Pokrętło w kształcie litery L
- Pokrywa silnika
- Profil L
- Uchwyt na butelkę
- Rama konsoli

Informacje techniczne:

Wymiar	Złożona: 1520*780*265 mm
	Rozłożona: 1520*780*1280 mm
Powierzchnia do biegania	1220*440 mm
Prędkość	1,0-16,0 km/h

Uwaga: ZASTRZEGAMY SOBIE PRAWO DO ZMIANY PRODUKTU BEZ WCZEŚNIEJSZEGO POWIADOMIENIA.

**Lista pakowania:**

- Maszyna
- Uchwyt na butelkę
- Butelka silikonowa
- Klucz bezpieczeństwa
- Instrukcja obsługi
- Zestaw sprzętu

Lista sprzętu:

- Klucz płaski 14x17x75 - x1
- Klucz w kształcie litery T 6 mm - x1
- Śruba z ostrym, pełnym gwintem M4x16 - x2

**Główne części:**

- Pokrywa silnika
- Konsola
- Silnik
- Pasek silnika
- Pas do biegania
- Płyta bieżna
- Szyna boczna
- Tylna rolka
- Przednia rolka
- Tylna pokrywa

**1. INSTRUKCJA MONTAŻU:**

- Wyjmij maszynę z kartonu i połóż ją na płaskiej podłodze (patrz zdjęcie powyżej), usuń wszystkie worki i taśmy owijające maszynę.
- Poluzuj dwa pokrętła w kształcie litery L na spodzie, a następnie podnieś słupki pionowe.
- Podnieś profil pionowy do górnej pozycji, a następnie zablokuj pokrętło.
- Poluzuj pokrętła z dwóch stron, wyreguluj ramę konsoli do odpowiedniej pozycji, a następnie zablokuj pokrętła.
- Ustaw konsolę w odpowiedniej pozycji, zamontuj uchwyt na butelkę do lewego profilu za pomocą śruby M4 * 16 z pełnym gwintem. Po dwukrotnym sprawdzeniu, czy wszystkie pokrętła są dobrze zablokowane, montaż jest zakończony.

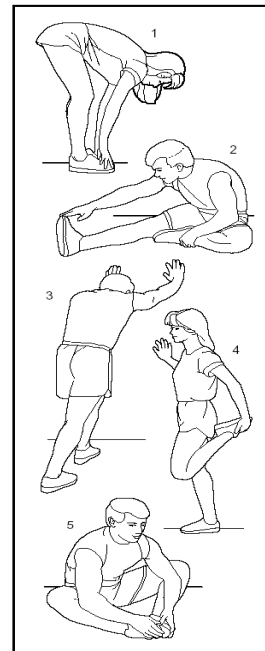
2. INSTRUKCJA SKŁADANIA:

- Złóż bieżnię zgodnie z procedurą montażu, połóż konsolę na płasko, przytrzymaj ramę konsoli jedną ręką, a następnie poluzuj pokrętła drugą ręką, aby złożyć ramę konsoli. Przytrzymaj profil jedną ręką, a następnie poluzuj pokrętło w kształcie litery L drugą ręką, aby złożyć słupki stojaka, a na koniec zablokuj pokrętło w kształcie litery L. Bieżnia jest złożona i można ją przenosić i/lub przechowywać.
- Obróć składane wsporniki zgodnie z kierunkiem przedstawionym na poniższych ilustracjach.
- Postaw bieżnię.
Uwaga: Bieżnia powinna stać blisko ściany, z dala od dzieci, na wypadek nieoczekiwanych obrażeń.
- Samodzielnie stojąca bieżnia
Po złożeniu zgodnie z pierwszymi trzema krokami, wyciągnij lewy zatrask w dolnej części maszyny, rurę nośną w dół, aż zatrask znajdzie się na miejscu z dźwiękiem „zatrzasku”, co pozwala uzyskać nieopierający się pion.
Uwaga: Przechowywać z dala od dzieci, na wypadek nieoczekiwanych obrażeń.

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, synchronizując oddech z ruchem.
- Częstotliwość Każdy miesiąc powinien być trenowany po 48 godzinach odpoczynku, czyli co drugi dzień.
- Obciążenie Dostosuj intensywność treningu do swojej kondycji fizycznej. Ból mięśniowy na początku ćwiczeń jest normalny, ale można go zminimalizować, kontynuując regularną aktywność.
- Relaks Po zakończeniu ćwiczeń poświęć 5 minut na relaks, aby wspomóc regenerację i utrzymać elastyczność mięśni.
- Dieta Aby chronić układ trawienny, nie rozpoczynaj ćwiczeń bezpośrednio po posiłku. Po treningu odczekaj przynajmniej 30 minut przed jedzeniem. Unikaj picia dużych ilości wody podczas ćwiczeń, aby nie obciążać serca i nerek.
- Rozciąganie Niezależnie od tempa biegu, zacznij od rozciągania. Rozgrzane mięśnie łatwiej się rozciągają, dlatego najpierw wykonaj 5–10 minut marszu, a następnie zatrzymaj się i rozciągaj każdą nogę pięć razy po co najmniej 10 sekund. Rozciąganie powtórz także po treningu.

1. Skłon w przód Stań prosto i pochyl się, starając się dotknąć palcami dłoni palców stóp. Przytrzymaj pozycję przez 10–15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz 3 razy. (Patrz: Rysunek 1)
2. Rozciąganie ścięgna podkolanowego Usiądź na czystej poduszce i wyprostuj jedną nogę. Drugą nogę zegnij tak, by stopa dotykała wewnętrznej strony uda wyprostowanej nogi. Pochyl się do przodu i spróbuj dotknąć palców stóp dłonią. Przytrzymaj przez 10–15 sekund, po czym rozluźnij się. Powtórz 3 razy na każdą nogę. (Patrz: Rysunek 2)
3. Rozciąganie łydek i pięt Oprzyj dłonie o ścianę lub drzewo i jedną nogę wysuń do tyłu. Utrzymuj tylną nogę wyprostowaną, a piętę przyciśniętą do podłoża. Pochyl się delikatnie w stronę ściany. Przytrzymaj przez 10–15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz 3 razy na każdą nogę. (Patrz: Rysunek 3)
4. Rozciąganie mięśnia czworogłowego uda Oprzyj się lewą ręką o ścianę lub stół dla stabilizacji. Prawą ręką chwyć prawą kostkę i delikatnie przyciągnij stopę w kierunku pośladków, aż poczujesz napięcie z przodu uda. Przytrzymaj przez 10–15 sekund, a potem rozluźnij. Powtórz 3 razy na każdą nogę. (Patrz: Rysunek 4)
5. Rozciąganie przywodzicieli (wewnętrzna strona ud) Usiądź z podszewkami stóp złączonymi ze sobą, kolana skierowane na zewnątrz. Chwyć stopy obiema rękami i delikatnie przyciągnij je do pachwiny. Przytrzymaj pozycję przez 10–15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz 3 razy. (Patrz: Rysunek 5)



Opis funkcji konsoli

1. Programy treningowe

P0 służy do ustawienia indywidualnego programu treningowego.
P1–P36 to wbudowane automatyczne programy treningowe.
Dostępne są również trzy programy użytkownika (USER) oraz kalkulator BMI.

2. Wyświetlacz - Konsola posiada ekran LED oraz cztery przyciski sterujące.

3. Okno pomiarów - Wyświetlane są wartości prędkości i dystansu z możliwością przełączania między kilometrami a milami.

4. Zakres prędkości - Od 1,0 do 16,0 km/h.

5. Zabezpieczenia

- Przeciążeńowe
- Nadprądowe
- Przeciwybuchowe
- Przed nadmierną prędkością
- Przeciwwzakłóceniami (EMC)
- Inne funkcje chroniące użytkownika i urządzenie

6. Autotest systemu - Automatyczne wykrywanie usterek i ich komunikaty na ekranie.

7. Trzy funkcje niestandardowe - Możliwość personalizacji ustawień.

8. Funkcja ERP - Oszczędność energii (ang. Energy-Related Products).

9. Wyciszenie brzęczyka - Opcja wyłączenia dźwięków powiadomień.

Instrukcja uruchomienia i procedury bezpieczeństwa

- Podłącz przewód zasilający do gniazda 10 A z uziemieniem ochronnym.
- Włącz przełącznik zasilania — ekran konsoli zostanie uruchomiony i w pełni wyświetlony.
- Umieść klucz bezpieczeństwa w odpowiednim miejscu na konsoli i przypnij jego spinacz do odzieży na wysokości klatki piersiowej.
- System elektroniczny stale monitoruje bezpieczeństwo. W razie wykrycia nieprawidłowości biegnię zatrzyma się awaryjnie, a na ekranie pojawi się komunikat o błędzie oraz sygnał dźwiękowy.
- Aby usunąć komunikat o błędzie, należy wyjąć klucz bezpieczeństwa lub wyłączyć zasilanie.

Opis wyświetlacza i przycisków

1. Wyświetlacz LED

Okno „ODLEGŁOŚĆ / CZAS” – pokazuje przebyty dystans i czas treningu.

Okno „KALORIE / PULS” – wyświetla wartość spalonych kalorii oraz tętno.

Okno „SPEED” – pokazuje aktualną prędkość.

2. Przełączanie jednostek: kilometry ↔ mile

Konwersja na mile: Wyjmij klucz bezpieczeństwa. Naciśnij i przytrzymaj jednocześnie przyciski „PROGRAM” i „MODE”, aż wyświetlacz pokaże 0.6 – oznacza to przejście na mile.

Konwersja na kilometry: Ponownie, bez klucza bezpieczeństwa naciśnij oba przyciski („PROGRAM” i „MODE”), aż na ekranie pojawi się 1.0 – oznacza to powrót do kilometrów.

3. Przyciski sterujące

- „P” – PROGRAM: W trybie gotowości naciśnij przycisk, aby wybrać spośród 36 programów (P1–P36) lub trybu ręcznego (P0). Domyślna prędkość: 1,0 km/h; maksymalna: 16 km/h.
- „M” – MODE (Tryb): Pozwala wybrać tryby odliczania: czasu, dystansu lub kalorii. Przyciskami „SPEED+” i „SPEED–” ustaw wartość, następnie uruchom trening przyciskiem START.
- „START / PAUZA”: Uruchamia biegnię z prędkością 1,0 km/h. Ponowne naciśnięcie zatrzymuje ją tymczasowo, a kolejne – wznowia trening z wcześniejszymi ustawieniami.
- „STOP”: Natychmiastowe zatrzymanie biegni i wyczyszczenie danych.
- „SPEED+” i „SPEED–”: Zmiana prędkości w krokach co 0,1. Przytrzymanie przycisku przez >2 sekundy powoduje automatyczne przyspieszanie/zwalnianie.

4. Klucz bezpieczeństwa

Składa się z magnesu, klipsa i linki.

- Gdy klucz zostanie wyjęty – biegnię natychmiast się zatrzymuje, a ekran pokazuje błąd „E-07” i emituje sygnał dźwiękowy.
- Po ponownym umieszczeniu klucza, wyświetlacz aktywuje się na 2 sekundy, a następnie przechodzi do trybu gotowości.

5. Programy i uruchamianie

A. Rodzaje programów

- P0 – Tryb ręczny: dowolne ustawienie czasu, dystansu lub kalorii.
- P01–P36 – Programy automatyczne
- U01–U03 – Programy niestandardowe (USER)

B. Uruchomienie biegni

- Włóż klucz bezpieczeństwa do gniazda – konsola wyświetli się na 2 sekundy, po czym wejdzie w tryb ręczny.
- Naciśnij START – odliczanie 5-4-3-2-1 z dźwiękiem, a biegnię rozpocznie pracę od 1,0 km/h.
- Aby zatrzymać urządzenie w trakcie treningu, naciśnij STOP – dane zostaną zresetowane.

Tryb ręczny

1. Jak uruchomić tryb ręczny

- a. Włącz przełącznik zasilania — urządzenie automatycznie przechodzi w tryb ręczny.
- b. W stanie zatrzymania naciśnij przycisk PROGRAM, aby ręcznie przejść do trybu ręcznego.

2. Dostępne ustawienia w trybie ręcznym

- Do wyboru są trzy funkcje:
 - Odliczanie **czasu**,
 - Odliczanie **dystansu**,
 - Odliczanie **kalorii**.
 - Po wejściu do trybu ręcznego, naciśnij przycisk MODE, aby wybrać jeden z trybów odliczania.
 - Po ustawieniu żądanej wartości naciśnij START, aby rozpocząć trening.
 - Domyślna prędkość startowa to 1,0 km/h, ustawiana przez użytkownika.
 - W jednym czasie można aktywować tylko jeden tryb odliczania. Ustawiony parametr będzie odliczany w dół, pozostałe będą zliczane dodatnio.
- ### 3. Przebieg działania w trybie ręcznym
- #### A. Tryb podstawowy (bez odliczania)
- Wyświetlacz czasu pokazuje 0:00.
 - Czas, dystans i kalorie są zliczane automatycznie.
 - Wciśnięcie STOP powoduje stopniowe zatrzymanie bieżni i przywrócenie ustawień domyślnych.
- #### B. Tryb odliczania czasu
- Domyślnie: 30:00 minut, zakres ustawień: 5:00–99:00 (krok co 1 minuta).
 - Użyj przycisków + / – do dostosowania wartości.
- #### C. Tryb odliczania dystansu
- Domyślnie: 1,0 km, zakres: 1,0–99,0 km (krok co 1 km).
 - Dostosuj przyciskami + / –.
- #### D. Tryb odliczania kalorii
- Domyślnie: 50 kcal, zakres: 20–990 kcal (krok co 10 kcal).
 - Ustaw wartość przyciskami + / –.
- ### 4. Obsługa podczas biegu
- #### A.
- Po naciśnięciu START następuje 5-sekundowe odliczanie, po czym silnik zaczyna pracę z prędkością 1 km/h.
- #### B.
- Używaj przycisków + / – lub QUICK SPEED, aby zmieniać prędkość.
- #### C–E.
- Po osiągnięciu zera w wybranym trybie (kalorie, dystans lub czas), bieżnia stopniowo zwolni i zatrzyma się. Urządzenie powróci do trybu ręcznego.

Programy automatyczne (P1–P36)

1. Wybór i ustawienie programu
 - Programy P1–P36 to wbudowane systemowe programy treningowe, przeznaczone wyłącznie do trybu odliczania czasu.
 - W trybie ustawień okno czasu zacznie migać – oznacza to możliwość konfiguracji.
 - Użyj przycisków „+” / „–”, aby dostosować czas treningu. Zakres: 5:00 – 99:00 minut (krok co 1 minuta). Domyślna wartość: 30:00 minut.
 - Naciśnięcie przycisku „MODE” przywraca wartość domyślną.
2. Rozpoczęcie treningu
 - Po wybraniu programu naciśnij „START” – rozpocznie się 5-sekundowe odliczanie, któremu towarzyszy 5 sygnałów dźwiękowych.
 - Bieżnia łagodnie rozpędzi się do prędkości określonej w wybranym programie i utrzyma tempo zgodnie z jego ustawieniami (w tym z ewentualnym nachyleniem).
3. Zmiana prędkości w trakcie programu
 - W dowolnym momencie możesz użyć przycisków „+”, „–” lub „QUICK SPEED”, aby ręcznie dostosować prędkość bieżni podczas biegu.
4. Zakończenie programu
 - Naciśnięcie przycisku „STOP” podczas pracy silnika powoduje stopniowe wyhamowanie urządzenia, aż do pełnego zatrzymania.
 - Towarzyszy temu długi sygnał dźwiękowy, a wszystkie ustawienia zostają zresetowane do domyślnego trybu gotowości.

Program testu tkanki tłuszczowej (FAT)

Wskaźnik masy ciała (ang. FAT) to uproszczony wskaźnik relacji między wzrostem a wagą, który – w połączeniu z innymi parametrami zdrowotnymi – może pomóc w ocenie wagi ciała.

- Wartości referencyjne FAT:
 - < 18 – sylwetka zbyt szczupła
 - 18–24 – wartość idealna
 - 25–28 – nadwaga
 - > 29 – otyłość
- Wskaźnik FAT ma charakter orientacyjny i nie powinien być traktowany jako diagnoza medyczna.

Instrukcja przeprowadzenia testu FAT

1. Uruchomienie testu
 - Po zatrzymaniu bieżni, naciśnij przycisk „PROG”, aby wejść do programu testu tkanki tłuszczowej oznaczonego jako „FAT”
 - Naciśnij „MODE”, aby wybrać numer pozycji, a następnie ustaw parametry za pomocą przycisków „+” / „–”.
2. Ustawienie płci (F1)
 - Na ekranie „Pulse” pojawi się komunikat F1, a w oknie „Calories” domyślna wartość 01 (mężczyzna).
 - Użyj „+” / „–”, aby wybrać:
 - 01 – mężczyzna
 - 02 – kobieta
3. Ustawienie wieku (F2)
 - Po naciśnięciu „MODE” przejdź do ustawienia wieku (F2).
 - W oknie „Calories” domyślnie wyświetli się 25 lat.
 - Zakres ustawień: 1–99 lat.
4. Ustawienie wzrostu (F3)
 - Kolejne naciśnięcie „MODE” aktywuje ustawienie wzrostu (F3).
 - Domyślna wartość to 170 cm (67 cali).
 - Zakres ustawień: 100–220 cm (lub 39–87 cali).
 - Dostosuj wartość przyciskami „+” / „–”.
5. Test tkanki tłuszczowej (FAT/BMI)
 - Naciśnij przycisk „MODE” — na wyświetlaczu „Pulse” pojawi się oznaczenie F5, a okno kalorii pokaże „----”.
 - Połóż dłonie na czujnikach tętna – po 8 sekundach pojawi się wynik BMI.

Klucz bezpieczeństwa

Klucz zawiera przełącznik, klips do odzieży i nylonowy sznurek. Służy do awaryjnego zatrzymania bieżni.

1. Jeśli klucz zostanie usunięty w trakcie działania, na ekranie pojawi się komunikat „E-07”, a bieżnia natychmiast się zatrzyma.
2. Po ponownym umieszczeniu klucza, ekran włączy się na 2 sekundy, a następnie bieżnia wróci do stanu domyślnego (tryb ręczny P0, liczniki wyzerowane).

Program użytkownika (U01–U03)

Użytkownik może stworzyć i zapisać 3 własne programy treningowe.

Tworzenie programu:

1. Naciśnij „PROG”, aby wybrać tryb U01–U03.
2. Naciśnij „MODE”, by rozpocząć ustawienia:
 - Czas trwania: 5–99 min
 - Prędkość: 1–20 km/h (możliwość szybkiego wyboru)
 - Nachylenie: 0–15% (również możliwość szybkiego wyboru)
3. Po ustawieniu każdego parametru, naciśnij „MODE”, aby przejść do następnego.
4. Ustawienia są zapisywane automatycznie po zakończeniu konfiguracji.
5. Aby rozpocząć, naciśnij „START”.

Przy kolejnym uruchomieniu wystarczy wybrać program i nacisnąć „START”.

Pomiar tętna

- Po przyłożeniu dłoni do czujników, w ciągu 5 sekund zostanie wyświetlona wartość tętna.
- Zakres wyświetlania: 50–200 uderzeń/min.
- Symbol serca pulsuje w rytm mierzonego tętna.

Dane mają charakter orientacyjny i nie zastępują pomiarów medycznych.

Zakres wartości:

	Ustawianie wartości początkowej	Zakres	Zakres wyświetlania
Czas (minuty: sekundy)	30:00	5:00-99:00	0:00–99:59
Prędkość (km/h)	NIE DOTYCZY	NIE DOTYCZY	1-16KM
Nachylenie (%)	NIE DOTYCZY	NIE DOTYCZY	0
Odległość (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalorie (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Ustawienia parametrów

Podczas ustawiania wartości (np. czasu), użyj przycisków „+” / „–”, aby ją zwiększyć lub zmniejszyć. Jeśli osiągniesz wartość maksymalną (99:00) i naciśniesz „+”, system automatycznie powróci do wartości minimalnej (5:00), tworząc tzw. cykl.

Funkcja oszczędzania energii (ERP)

- Domyślnie aktywna.
- Gdy bieżnia nie jest używana przez 4,5 minuty, automatycznie przechodzi w stan uśpienia w celu oszczędzania energii.
- Aby wybudzić system, naciśnij dowolny przycisk.
- Jak wyłączyć/włączyć tryb ERP:
- W stanie czuwania przytrzymaj przycisk „MODE” przez około 3 sekundy.
- Konsola pokaże „2222” — funkcja ERP została wyłączona.
- Powtórz czynność, by ponownie ją aktywować.
- Konsola pokaże „1111” — funkcja ERP została włączona.

Powszechne usterki i metody ich usuwania

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	Sprawdzić 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; 0 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 rozkładanie bieżni

1. Składanie - Przed złożeniem odłącz zasilanie.
2. Rozkładanie
 - Umieść bieżnię ok. 1 m od gniazdka.
 - Podłoże musi być płaskie i bez przeszkód.
3. Przenoszenie - Przed przenoszeniem bieżni należy się upewnić, że:
 - Zasilanie jest wyłączone.
 - Wtyczka została wyjęta z gniazdka.
 - Bieżnia została złożona.
 - Przenoszenie krok po kroku:
 - Jedną ręką chwyć tył bieżni, drugą kierownicę po tej samej stronie.
 - Pochyl ją pod kątem 40–50° w kierunku klatki piersiowej.

Niebezpieczeństwo:

Jeśli nie wiesz, czy urządzenie jest prawidłowo uziemione, skonsultuj się z wykwalifikowanym elektrykiem lub personelem serwisowym. Nie należy zmieniać wtyczki dołączonej do tego produktu bez upoważnienia. Jeśli wtyczka jest niezgodna z gniazdem, wykwalifikowany elektryk powinien zainstalować odpowiednie gniazdo. Powinno ono mieć napięcie 220-240 V i pasować do tego rodzaju gniazda.

Rozpoczęcie pracy z bieżnią

Podłącz i włącz zasilanie

Rozłóż bieżnię do najniższej pozycji i sprawdź, czy działa prawidłowo.

Przypnij linkę bezpieczeństwa do odzieży — to ważny element ochronny.

Prawidłowe uruchamianie i bieganie

Nie stawaj od razu na pasie!

Stań na bocznych poręczach z rękami na kierownicy.

Po naciśnięciu „START”:

Bieżnia uruchomi się po 5 sekundach z prędkością 1,0 km/h.

Następnie użyj przycisku „+”, by zwiększyć do komfortowych 2,5–3,5 km/h.

Trzymając uchwyty, wejdź stopniowo na pas, dopasowując się do jego prędkości.

Zmiana prędkości i zatrzymywanie

Przyspieszaj lub zwalniasz za pomocą „+” i „-”.

Możesz też wybrać konkretną wartość prędkości, klikając odpowiedni przycisk.

Naciśnięcie „STOP” zatrzyma silnik.

Tryby automatyczne i programy

Włącz zasilanie.

Naciśnij „WYBIERZ”, aby wybrać tryb.

Naciśnij „START”, by rozpocząć wybrany program.

W trakcie korzystania możesz dostosować prędkość lub zakończyć trening przyciskiem „STOP”.

Pomiar pulsu (HRC)

Przytrzymaj dłonie na metalowych czujnikach — wyświetli się aktualne tętno (HRC).

Uwaga: Wyjęcie klucza bezpieczeństwa natychmiast zatrzymuje bieżnię i komputer wyświetli 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 bieżni 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.
- Uruchom bieżnię z prędkością 1 km/h, aby równomiernie rozprowadzić olej po powierzchni bieżni.

1. Regulacja pasa bieżni

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

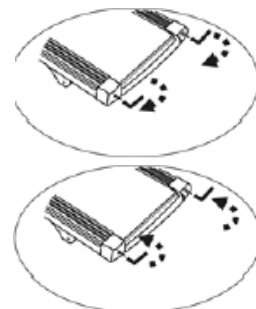
Choć pas jest ustawiony fabrycznie, po czasie może się przesunąć. Najczęstsze przyczyny to:

- 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 przesuwany się w lewo → Dokręć lewą śrubę (zgodnie z ruchem wskazówek zegara) → Lub poluzuj prawą śrubę (przeciwnie do ruchu wskazówek zegara)

Przykład 2: pas przesuwany 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 przesuwają 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 zapewnić płynne przenoszenie napędu bez poślizgu.

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

a) Śruba regulacji

b) Silnik

c) Rolka przednia

d) Pasek

Typowe usterki i metody naprawy:

Problem	Prawdopodobne przyczyny	Metody konserwacji
Bieżnia nie działa	A. Jest odłączony	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

Problem	Powód	Konserwacja
System nie działa	A. Brak mocy	Wtyczka do gniazda, wejście z zasilaniem
	B. Klucz bezpieczeństwa nie znajduje się we właściwym miejscu	Ustaw klucz bezpieczeństwa we właściwej pozycji
	C. transformator nie jest włożony prawidłowo lub transformator jest uszkodzony	Sprawdź i podłącz prawidłowo transformator lub wymień transformator.
	D. przerwany obwód	Sprawdź zacisk wejścia i wyjścia systemu oraz linie komunikacyjne
Nagle zatrzymanie w normalnym stanie	A. Odpadnięcie klucza bezpieczeństwa	Prawidłowy montaż klucza bezpieczeństwa
Przyciski nie działają	B. Nieprawidłowy system	Skontaktuj się z serwisem
	A. Niektóre przyciski są uszkodzone	Wymiana przycisków
E1	B. Wszystkie przyciski są nieprawidłowe	1. Wymień płytkę przycisków, przewody przycisków 2. Wymień płytę główną; wymień konsolę
	Słabe połączenie przewodów komunikacyjnych	Ponownie podłącz przewód komunikacyjny i sprawdź, czy port jest podłączony lub wymień przewód komunikacyjny.
E2	B. Konsola jest uszkodzona	Wymiana konsoli
	C. Transformator jest uszkodzony	Sprawdź i wymień transformator
	D. Kontroler jest uszkodzony	Wymień kontroler
E3	A. Przewód silnika lub silnik jest uszkodzony	Sprawdź i wymień przewód silnika lub silnik
	B. Słabe połączenie między przewodem silnika a sterownikiem lub uszkodzony sterownik	Sprawdź i podłącz prawidłowo przewód lub wymień kontroler
	A. Czujnik prędkości nie jest prawidłowo zamontowany	Sprawdź i zmontuj go prawidłowo
E5	B. Czujnik prędkości jest uszkodzony	Wymień czujnik prędkości
	C. Słabe połączenie między czujnikiem prędkości a kontrolerem	Sprawdź i podłącz go prawidłowo
	D. Kontroler jest uszkodzony	Wymień kontroler
	A. Kontroler jest uszkodzony	Wymień kontroler
E7	B. Silnik jest uszkodzony	Wymień silnik
	Na konsoli nie wykryto sygnału klucza bezpieczeństwa	1. Sprawdź, czy klucz bezpieczeństwa znajduje się we właściwej pozycji; 2. Ponownie zainstaluj mechanizm blokady bezpieczeństwa, aby upewnić się, że otwór znajduje się pośrodku lub wymień konsolę.
Dane dotyczące tętna nie są wyświetlane	A. Przewód impulsowy uchwytu nie jest dobrze zamontowany lub przewód impulsowy uchwytu jest uszkodzony.	Sprawdź i dobrze podłącz lub wymień przewód impulsowy uchwytu
	B. Usterka linii systemu elektronicznego	Wymiana konsoli
Wyświetlacz elektroniczny jest niekompletny	A. Śruby płyty wysuwanej poluzowały się	Zablokowanie i zamocowanie śrub
	B. Awaria systemu	Wymiana konsoli



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.

CZ**Návod k použití**

1. Napájecí kabel zapojte výhradně 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 × 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 servis.

Č.	Název dílu	Množství	Č.	Název dílu	Množství
1	Hlavní rám	1	51	Plastová podložka Φ18×Φ8,5×t2,0	2
2	Imbusový šroub s plným závitem M8*20	2	52	Knoflík Φ35×M8×20	2
3	Šroub s plným závitem M5*10	8	53	Knoflík ve tvaru L	2
4	Samořezný šroub ST4*16	9	54	Držák láhve	1
5	Imbusový šroub s plným závitem M8*75	2	55	Kryt levého držáku	1
6	Plochá podložka Φ8	2	56	Kryt pravé konzoly	1
7	Imbusový šroub s plným závitem M6*45	1	57	Komunikační kabel	1
8	Samořezný šroub ST4*10	2	58	Rám konzoly	1
9	Imbusový šroub s plným závitem M6×55×Φ16	6	59	Upevňovací deska konzoly	1
10	Šroub s plným závitem M4*16	2	60	Pružina Φ12,5×Φ6,2×0,7	4
11	Šroub s plným závitem M4*10	2	61	Stupňová podložka M6 Φ16×Φ8×4,7	2
12	Samořezný šroub ST4*15	8	62	Samořezný šroub ST4*10	2
13	Plochá podložka Φ5	2	63	Samořezný šroub ST4*16	20
14	Vnější vroubkovaná pojistná podložka Φ5	2	64	Samořezný šroub ST4*10	16
15	Pružná podložka Φ5	2	65	Samořezný šroub ST4*15	4
16	Plochá plastová podložka Φ12×Φ6×t1,0	6	66	Šestihranný šroub s plným závitem M6*25	2
17	Magnetický kroužek	1	67	Šroub s plným závitem	2
18	Přední válec	1	68	Šestihranná pojistná matice	4
19	Zadní válec	1	69	Konzola	1
20	Motor	1	70	Komunikační kabel	1
21	Pohyblivý pás	1	71	Panel konzoly	1
22	Kluzná deska	1	72	Víko zadní konzoly	1
23	Řemen motoru 174(442)PJ6	1	73	Zásuvka bezpečnostního klíče	1
24	Šroub se zápusnou hlavou a plným závitem M4*8	2	74	Bezpečnostní klíč	1
25	Kryt motoru	1	75	Horní kryt madel	1
26	Zadní kryt	1	76	Spodní kryt madel	1
27	Boční lišta	2	77	Ozdobný kryt přední konzoly	1
28	Silentblok	6	78	Zadní dekorativní víko konzoly	1
29	Kola	2	79	Impulzní kabel rukojeti	2
30	Vodící blok s kulatou hranou	6	80	Impulsní nastavení rukojeti start/stop	1
31	Noha	4	81	Pulzní sada rukojeti rychlosti	1
32	Svorka kabelu	2	82	Kabel dotykového tlačítka	1
33	Komunikační kabel	1	83	Sklopný nosný rám	2
34	Napájecí kabel	1	84	Válcová vinutá pružina	2
35	Napájecí kabel	1	86	Šroub s nástrčnou hlavou s plným závitem	2
36	Napájecí kabel	1	88	Podložka EVA	2
37	Napájecí kabel	1	89	Akrylová nálepka pro konzolu	1
38	Snímač rychlosti	1	90	Šroub s plným závitem	2
39	Spínač	1	91	Pružina Φ8×Φ4,2×0,4	4
40	Samonastavovací spínač	1	92	Pružina Φ40×Φ20,4×t2,0	2
41	Svorka napájecího kabelu	1	93	Rozpěrka t4,0×Φ40	2
42	Kovový držák pro snímač otáček	1	96	Přívodní kabel	1
43	Levý držák	1	97	Svařence zadní konzoly	1
44	Pravá konzola	1	98	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou s plným ozubením M8×20	2
45	Imbusový šroub s plným závitem M8*20	4	99	Plochá podložka Φ8	2
46	Samořezný šroub ST4*10	4	100	Šestihranná pojistná matice M8	2
47	Plochá podložka Φ8	2	101	Pružinová svorka	1
48	Šestihranná pojistná matice M8	2			
49	Plochá podložka Φ32×Φ8,5×t2,0	2			
50	Plastová podložka Φ24×Φ16×t2,0	2			

Upozornění a zákazy:

- ⚠ Nepoužívejte běžecký pás:
- pokud se léčíte a nemáte souhlas lékaře,
 - pokud máte problémy se srdcem, zády, klouby, osteoporózu nebo závažná chronická onemocnění,
 - pokud jste těhotná, menstrujete nebo se necítíte dobře,
 - pokud jste požíli alkohol nebo jste pod vlivem léků, které zhoršují soustředění,
 - pokud je napájecí kabel poškozený nebo je uvolněná zásuvka.

⚠ Je zakázáno:

- demontovat, upravovat nebo opravovat běžecký pás svépomocí,
- používat přístroj venku nebo ve vlhkých prostorách (např. v koupelně),
- zapínat nebo vypínat běžecký pás mokřima rukama,
- nastupování nebo sestupování z pásu za chodu stroje,
- používání běžeckého pásu dětmi a osobami v bezvědomí nebo s motorickými poruchami.



- Konzole
- Madla
- Knoflík
- Profil
- Bočnice
- Běžecký pás
- Zadní kryt
- Hlavní rám
- Knoflík ve tvaru písmene L
- Kryt motoru
- Sloupek L-stojanu
- Držák láhve
- Rám konzoly

Technické informace:

Rozměry	Ve složeném stavu: 1520*780*265 mm
	V rozloženém stavu: 1520*780*1280
Pojezdová plocha	1220*440 mm
Rychlost	1,0-16,0 km/h

Upozornění: vyhrazujeme si právo na změnu výrobku bez předchozího upozornění.



Seznam balení:

- Stroj
- Držák na láhev
- Silikonová láhev
- Bezpečnostní klíč
- Návod k obsluze
- Sada nářadí

Seznam nářadí:

- Klíč 14x17x75 - x1
- T-klíč 6 mm - x1
- Šroub s ostrým plným závitem M4x16 - x2



Hlavní části:

- Kryt motoru
- Konzola
- Motor
- Řemen motoru
- Pohyblivý pás
- Kluzná deska
- Boční lišta
- Zadní válec
- Přední válec
- Zadní kryt



1. NÁVOD K MONTÁŽI:

- Vyjměte stroj z krabice a položte jej na rovnou podlahu, odstraňte všechny sáčky a pásky, kterými je stroj zabalen.
- Uvolněte dva knoflíky ve tvaru písmene L na spodní straně a poté zvedněte svislé sloupky.
- Zvedněte vertikální profil do horní polohy a poté knoflík zajistěte.
- Uvolněte knoflíky na obou stranách, nastavte rám konzoly do správné polohy a poté knoflíky zajistěte.
- Nastavte konzolu do správné polohy, připevněte držák láhve k levému profilu pomocí šroubu s pevným závitem M4 * 16. Po překontrolování, zda jsou všechny knoflíky bezpečně zajištěny, je montáž dokončena.

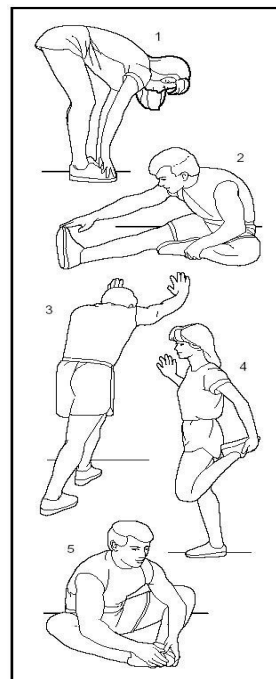
2. SKLÁDÁNÍ:

- Když je pás rozložen, jednou rukou přidrže rám konzoly a druhou rukou uvolněte knoflíky, abyste rám konzoly sklopili. Jednou rukou držte profil, druhou rukou uvolněte knoflík ve tvaru L, abyste sklopili sloupky stojanu, a nakonec knoflík ve tvaru L zajistěte. Běžecký pás je složený (obrázek 2a) a lze jej přesouvat a/nebo skladovat.
 - Otočte skládací podpěry podle směru znázorněného na obrázku 2b.
 - Postavte běžecký pás (Obrázek 2c).
- Poznámka: Běžecký pás by měl stát blízko stěny, mimo dosah dětí, pro případ neočekávaného zranění.
- Samostatně postavení běžeckého pásu
Po složení podle prvních tří kroků vytáhněte levou západku ve spodní části stroje (Obrázek 2d), opěrnou trubkou dolů, dokud západka se zvukem "cvaknutí" nezapadne na místo, čímž vznikne pevná vzpěra.
Poznámka: Uchovávejte mimo dosah dětí, pro případ neočekávaného zranění.

TIPY A RADY PRO CVIČENÍ:

- Zahřátí: Před každým cvičením se 5-10 minut rozvíčte.
- Dýchání: Při cvičení nezadržujte dech. Nadechněte se nosem a vydechněte ústy a synchronizujte dýchání s pohybem.
- Frekvence: Každý sval by měl být procvičován po 48 hodinách odpočinku, tj. každý druhý den.
- Zátěž: Intenzitu tréninku přizpůsobte své fyzické kondici. Bolestivost svalů na začátku cvičení je normální, ale lze ji minimalizovat pokračováním v pravidelné aktivitě.
- Relaxace: Po cvičení si dopřejte 5 minut relaxace, která napomáhá regeneraci a udržuje pružnost svalů.
- Strava: Abyste chránili svůj trávicí systém, nezačínajte cvičit bezprostředně po jídle. Po tréninku počkejte alespoň 30 minut, než začnete jíst. Během cvičení nepijte velké množství vody, abyste nezatěžovali srdce a ledviny.
- Protahování: Bez ohledu na tempo běhu začněte protahováním. Zahřáté svaly se snadněji protahují, proto nejprve 5-10 minut chodte, pak se zastavte a každou nohu pětkrát protáhněte alespoň po dobu 10 sekund. Protahování opakujte i po tréninku.

1. Předklon: Stojte rovně, předkloňte se a snažte se rukama dotknout špiček nohou. V této poloze vydržte 10-15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte třikrát. (Viz obrázek 1)
2. Protahování kolenní šlachy: Posadte se na podložku a narovnejte jednu nohu. Druhou nohu pokrčte tak, aby se chodidlo dotýkalo vnitřní strany stehna narovnané nohy. Předkloňte se a pokuste se rukou dotknout prstů na nohou. Vydržte 10-15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte třikrát pro každou nohu (viz obrázek 2).
3. Protahování lýtek a pat: Opřete se dlaněmi o zeď a natáhněte jednu nohu dozadu. Zadní nohu držte rovně a patu přitiskněte k zemi. Mírně se opřete o zeď. Vydržte 10-15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte 3x pro každou nohu (viz obrázek 3).
4. Protahování čtyřhlavého stehenního svalu: Opřete se levou rukou ostěnu nebo stůl, abyste získali stabilitu. Pravou rukou uchopíte pravý kotník a jemně přitahujete chodidlo k hýždím, dokud neucítíte napětí v přední části stehna. Vydržte 10-15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte 3x pro každou nohu (viz obrázek 4).
5. Protahování adduktorů (vnitřní strana stehna): Sedněte si s chodidly u sebe, kolena směřují ven. Uchopíte chodidla oběma rukama a jemně je přitahujete k tříslům. V této poloze vydržte 10-15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte třikrát. (Viz obrázek 5)



Popis funkcí konzoly

1. Tréninkové programy

P0 slouží k nastavení individuálního tréninkového programu. P1-P36 jsou vestavěné automatické tréninkové programy. K dispozici jsou také tři uživatelské programy (USER) a kalkulačka BMI.

2. Displej - Konzola má LED displej a čtyři ovládací tlačítka.

3. Okno měření - Zobrazují se hodnoty rychlosti a vzdálenosti s možností přepínání mezi kilometry a mílemi.

4. Rozsah rychlosti - Od 1,0 do 16,0 km/h.

5. Ochrana

- Přetížení
- Nadproud
- Nevýbušnost
- Proti překročení rychlosti
- Ochrana proti rušení (EMC)
- Další funkce na ochranu uživatele a zařízení

6. Autotest systému - automatická detekce poruch a jejich hlášení na obrazovce.

7. Tři přizpůsobitelné funkce - Přizpůsobitelná nastavení.

8. Funkce ERP (Energy-Related Products).

9. Ztlumení bzučáku - Možnost vypnout zvuky upozornění.

Pokyny pro uvedení do provozu a bezpečnostní postupy

- Zapojte napájecí kabel do 10 A zásuvky s ochranným uzemněním.
- Zapněte vypínač - obrazovka konzoly se spustí.
- Umístěte bezpečnostní klíč na příslušné místo na konzoli a připněte jeho sponu na oděv ve výšce hrudníku.
- Elektronický systém neustále kontroluje bezpečnost. Pokud je zjištěna abnormalita, běžecký pás se nouzově zastaví a na displeji se objeví chybové hlášení a zzzzní zvukový signál.
- Chcete-li chybové hlášení vymazat, vyjměte bezpečnostní klíč nebo vypněte napájení.

Popis displeje a tlačítek

1. LED displej

Okno "DISTANCE / TIME" (Vzdálenost čas) - zobrazuje uběhlou vzdálenost a čas tréninku. Okno "CALORIES / PULSE" - zobrazuje hodnotu spálených kalorií a tepovou frekvenci. Okno "SPEED" - zobrazuje aktuální rychlost.

2. Přepínání jednotek: kilometry ↔ míle.

Převést na míle: Vyjměte bezpečnostní klíč. Stiskněte a podržte současně tlačítka "PROGRAM" a "MODE", dokud se na displeji nezobrazí 0,6 - to znamená přepočet na míle.

Přepočet na kilometry: Stiskněte a podržte obě tlačítka ("PROGRAM" a "MODE"), dokud se na displeji nezobrazí 1,0 - to znamená návrat na kilometry.

3. Ovládací tlačítka

- **"P"** - PROGRAM: V pohotovostním režimu stiskněte tlačítko pro výběr z 36 programů (P1-P36) nebo manuálního režimu (P0). Výchozí rychlost: 1,0 km/h; maximální: Maximální rychlost: 16 km/h.
- **"M"** - REŽIM: Umožňuje zvolit režimy odpočítávání: čas, vzdálenost nebo kalorie. Pomocí tlačítek "SPEED+" a "SPEED-" nastavte hodnotu a poté spustíte trénink tlačítkem START.
- **"START / PAUZA"**: Spustí běžecký pás rychlostí 1,0 km/h. Dalším stisknutím se dočasně zastaví a dalším stisknutím se trénink obnoví s předchozím nastavením.
- **"STOP"**: Okamžitě zastaví běžecký pás a vymaže data.
- **"SPEED+" a "SPEED-"**: Změna rychlosti v krocích po 0,1. Podržení tlačítka po dobu >2 sekund způsobí rychlé zrychlení/zpomalení.

4. Bezpečnostní klíč

Skládá se z magnetu, klipu a kabelu.

- Po vyjmutí klíče se běžecký pás okamžitě zastaví a na displeji se zobrazí chyba "E-07" a ozve se pípnutí.
- Po opětovném vložení klíče se displej na 2 sekundy aktivuje a poté přejde do pohotovostního režimu.

5. Programy a spuštění

A. Typy programů

6. P0 - Manuální režim: libovolné nastavení času, vzdálenosti nebo kalorií.

7. P01-P36 - automatické programy

8. U01-U03 - Přizpůsobené programy (USER)

B. Spuštění běžeckého pásu

C. Vložte bezpečnostní klíč do slotu - na displeji se na 2 sekundy zobrazí konzola a poté přejde do manuálního režimu.

D. Stiskněte START - odpočítávání 5-4-3-2-1 se zvukem a běžecký pás se rozjede na 1,0 km/h.

E. Chcete-li stroj během tréninku zastavit, stiskněte STOP - údaje se vynulují.

Manuální režim

1. Jak spustit manuální režim

- a. Zapněte vypínač - přístroj automaticky přejde do manuálního režimu.
- b. Při zastavení stiskněte PROGRAM pro ruční vstup do manuálního režimu.

2. Dostupná nastavení v manuálním režimu

- ☒ K dispozici jsou tři funkce z nichž můžete vybírat:
 - Odpočítávání času,
 - ☒ Odpočet vzdálenosti,
 - ☒ Odpočítávání kalorií.
- 3. Po přepnutí do manuálního režimu stiskněte tlačítko MODE a vyberte jeden z režimů odpočítávání.
- 4. Jakmile nastavíte požadovanou hodnotu, stiskněte tlačítko START pro zahájení tréninku.
- 5. Výchozí počáteční rychlost je 1,0 km/h, kterou nastaví uživatel.
- 6. V jednom okamžiku lze aktivovat pouze jeden režim odpočítávání. Nastavený parametr se bude odpočítávat, ostatní se budou načítat.
- 3. Provoz v manuálním režimu
 - A. Základní režim (bez odpočítávání)
 - Na displeji se zobrazí čas 0:00.
 - Čas, vzdálenost a kalorie se počítají automaticky.
 - Stisknutím tlačítka STOP se běžecký pás postupně zastaví a obnoví se výchozí nastavení.
 - B. Režim odpočítávání času
 - Výchozí nastavení: 30:00 minut, rozsah nastavení: 5:00-99:00 (krok po 1 minutě).
 - K nastavení hodnot použijte tlačítka + / -.
 - C. Režim odpočítávání vzdálenosti
 - Výchozí hodnota: 1,0 km, rozsah: Rozsah: 1,0-99,0 km (krok po 1 km).
 - Nastavte pomocí tlačítek + / -.
 - D. Režim odpočítávání kalorií
 - Výchozí hodnota: 50 kcal, rozsah: 20-990 kcal (krok po 10 kcal).
 - Hodnotu nastavte pomocí tlačítek + / -.
 - E. Provoz během běhu
 - A. Po stisknutí tlačítka START se spustí 5sekundové odpočítávání, po kterém se motor rozběhne na rychlost 1 km/h.
 - B. Ke změně rychlosti použijte tlačítka + / - nebo QUICK SPEED.
 - C-E. Když zvolený režim (kalorie, vzdálenost nebo čas) dosáhne nuly, běžecký pás postupně zpomalí a zastaví se. Přístroj se vrátí do manuálního režimu.

Automatické programy (P1-P36)

1. Výběr a nastavení programu
 - Programy P1-P36 jsou vestavěné systémové tréninkové programy určené pouze pro režim odpočítávání.
 - V režimu nastavení začne časové okno blikat - to znamená, že je možné jej nastavit.
 - Pomocí tlačítek "+" / "-" upravte dobu tréninku. Rozsah: 5:00 - 99:00 minut (krok po 1 minutě). Výchozí hodnota: 30:00 minut.
 - Stisknutím tlačítka "MODE" obnovíte výchozí hodnotu.
2. Spuštění tréninku
 - Po výběru programu stiskněte tlačítko "START" - spustí se 5sekundové odpočítávání doprovázené 5 pípnutími.
 - Běžecký pás bude jemně zrychlovat na rychlost uvedenou ve zvoleném programu a udržovat tempo podle jeho nastavení (včetně případného sklonu).
3. Změna rychlosti v průběhu programu
 - Tlačítka "+", "-" nebo "QUICK SPEED" můžete kdykoli ručně upravit rychlost běžeckého pásu během běhu.
4. Ukončení programu
 - Stisknutím tlačítka "STOP" během chodu motoru způsobíte postupné zpomalování stroje až do úplného zastavení.
 - To je doprovázeno dlouhým pípnutím a všechna nastavení se vrátí do výchozího pohotovostního režimu.

Program pro testování tuku (FAT)

Index tělesné hmotnosti (FAT) je zjednodušený ukazatel vztahu mezi výškou a hmotností, který v kombinaci s dalšími zdravotními parametry pomáhá posoudit tělesnou hmotnost.

- Referenční hodnoty FAT:
 - < 18 - příliš štíhlá postava
 - 18-24 - ideální postava
 - 25-28 - nadváha
 - > 29 - obezní
- Index FAT je orientační a neměl by být považován za lékařskou diagnózu.

Pokyny k provedení testu FAT

1. Zahájení testu
 - Když je běžecký pás zastaven, stiskněte tlačítko "PROG" a vstupte do programu pro testování tělesného tuku s označením "FAT".
 - Stisknutím tlačítka "MODE" vyberte číslo položky a poté nastavte parametry pomocí tlačítek "+" / "-".
2. Nastavení pohlaví (F1)
 - Na obrazovce "Puls" se zobrazí F1 a v okně "Kalorie" se objeví výchozí hodnota 01 (muž).
 - Pro výběr použijte tlačítka "+" / "-":
 - 01 - muž
 - 02 - žena
3. Nastavení věku (F2)
 - Po stisknutí tlačítka "MODE" přejděte na nastavení věku (F2).
 - Ve výchozím nastavení se v okně "Kalorie" zobrazí 25.
 - Rozsah nastavení: 1-99 let.
4. Nastavení výšky (F3)
 - Dalším stisknutím tlačítka "MODE" aktivujete nastavení výšky (F3).
 - Výchozí hodnota je 170 cm (67 palců).
 - Rozsah nastavení: 100-220 cm (nebo 39-87 palců).
 - Hodnotu nastavte pomocí tlačítek "+" / "-".
5. Test tělesného tuku (FAT/BMI)
 - Stiskněte tlačítko "MODE" - na displeji "Puls" se zobrazí F5 a v okně s kaloriemi se zobrazí "-----".
 - Přiložte ruce na snímače srdečního tepu - po 8 sekundách se zobrazí výsledek BMI.

Bezpečnostní klíč

Klíč obsahuje spínač, sponu na oděv a nylonovou šňůru. Slouží k zastavení běžeckého pásu v případě nouze.

- 1. Pokud klíč během provozu vyjmete, na displeji se zobrazí "E-07" a běžecký pás se okamžitě zastaví.
- 2. po opětovném stisknutí tlačítka se obrazovka na 2 sekundy rozsvítí a poté se běžecký pás vrátí do výchozího stavu (manuální režim P0, počítadlo se vynulují).

Uživatelský program (U01-U03)

Uživatel si může vytvořit a uložit 3 vlastní tréninkové programy. Vytvoření programu: Vložte program do paměti, abyste mohli trénovat na trenažéru:

1. Stisknutím tlačítka "PROG" zvolte režim U01-U03.
2. Stisknutím tlačítka "MODE" spustíte nastavení:
 - Doba trvání: 5-99 min.
 - Rychlost: 1-16 km/h (možnost rychlé volby)
3. Po nastavení každého parametru přejděte stisknutím tlačítka "MODE" na další parametr.
4. Po dokončení konfigurace se nastavení automaticky uloží.
5. Pro spuštění stiskněte "START".

Při příštím spuštění stačí vybrat program a stisknout "START".

Měření tepové frekvence

- Po přiložení ruky ke snímačům se do 5 sekund zobrazí hodnota srdečního tepu.
- Rozsah zobrazení: 50-200 tepů/min.
- Symbol srdce pulzuje v rytmu naměřené tepové frekvence.

Údaje jsou orientační a nenahrazují lékařská měření.

Rozsah hodnot:

	Nastavení počáteční hodnoty	Rozsah	Rozsah zobrazení
Čas (minuty: sekundy)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Rychlost (km/h)	NEPLATÍ	NEPLATÍ	1-16 KM
Sklon (%)	NENÍ DOSTUPNÉ	NENÍ DOSTUPNÉ	NENÍ DOSTUPNÉ
Vzdálenost (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalorie (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Nastavení parametru

Při nastavování hodnoty (např. času) ji zvyšujete nebo snižujete pomocí tlačítek "+" / "-". pokud dosáhnete maximální hodnoty (99:00) a stisknete tlačítko "+", systém se automaticky vrátí na minimální hodnotu (5:00) a vytvoří tzv. cyklus.

Funkce úspory energie (ERP)

- Ve výchozím nastavení aktivní.
- Pokud se běžecký pás nepoužívá po dobu 4,5 minuty, automaticky přejde do režimu spánku, aby šetřil energii.
- Systém probudíte stisknutím libovolného tlačítka.
- Jak vypnout/zapnout režim ERP:
- V pohotovostním režimu podržte tlačítko "MODE" přibližně 3 sekundy.
- Na konzole se zobrazí "2222" - funkce ERP byla deaktivována.
- Pro její opětovnou aktivaci akci zopakujte.
- Na konzole se zobrazí "1111" - funkce ERP byla aktivována.

Běžné poruchy a způsoby jejich řešení

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 blokády nejsou v pořádku	Nastavte bezpečnostní blokování do správné polohy
	C. Ovladač nebo konzola nejsou zapnuty	Vyměňte řídicí jednotku nebo konzolu
	D. Špatný kontakt vedení	Zkontrolujte vstupy a výstupy systému a komunikační linky.
Náhlé zastavení v normálním stavu	A. Vypadl bezpečnostní klíč	Znovu nainstalujte
	B. Chyba systému	Požádejte servisního technika, aby se o to postaral.
Porucha klíče	NESPRÁVNÝ KLÍČ	Vyměňte klíč, 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 konzoli
	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	Vyměňte fotosenzor
	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 není ucpaný olej nebo buben.
E-07	Konzola nedetekuje signál bezpečnostního klíče	1. Zkontrolujte, zda je bezpečnostní klíč na svém místě; 2. Znovu nainstalujte bezpečnostní klíč;
Žádný impulsní signál	A. Kabel rukojeti není na svém místě nebo je poškozen	Zkontrolujte a připojte nebo vyměňte kabel rukojeti
	B. Porucha obvodu elektronického systému	Vyměňte konzolu
Neúplné nebo chybějící zobrazení na displeji	A. Displej je vadný	Vyměňte základní desku nebo obrazovku
	B. Porucha systému	Výměna konzole

Skládání a rozkládání běžeckého pásu

1. Skládání - Před skládáním odpojte napájení.
2. Rozkládání
 - Běžecký pás umístěte přibližně 1 m od zásuvky.
 - Podklad musí být rovný a bez překážek.
3. Přemísťování - Před přemístěním běžeckého pásu se ujistěte, že e:
 - je napájení vypnuto.
 - Zástrčka byla vytažena ze zásuvky.
 - Běžecký pás byl složen.
 - Pohybuje se krok za krokem:
 - Jednou rukou uchopíte zadní část běžeckého pásu a druhou rukou madla na stejné straně.
 - Nakloňte jej v úhlu 40-50° směrem k hrudníku.

Nebezpečí:

Pokud nevíte, zda je stroj správně uzemněn, obraťte se na kvalifikovaného elektrikáře nebo servisní pracovníky. Nevyměňujte zástrčku dodanou s tímto výrobkem bez autorizace. Pokud zástrčka není kompatibilní se zásuvkou, měl by kvalifikovaný elektrikář nainstalovat vhodnou zásuvku. Měla by mít napětí 220-240 V a odpovídat tomuto typu zásuvky.

Začínáme s běžeckým pásem

Zapojte a zapněte napájení

Rozložte běžecký pás do nejnižší polohy a zkontrolujte, zda správně funguje.

Připněte si bezpečnostní klíč k oděvu - jedná se o důležitý bezpečnostní prvek.

Správné spuštění a chod

Nestůjte hned na pásu!

Postavte se na bočnice s rukama na madlech. Po

stisknutí tlačítka "START":

Běžecký pás se po 5 sekundách rozběhne rychlostí 1,0 km/h.

Poté pomocí tlačítka "+" zvýšíte rychlost na pohodlných 2,5-3,5 km/h. Držením řídicích postupně vstupujete do dráhy a přizpůsobujete její rychlost.

Změna rychlosti a zastavení

Zrychluje nebo zpomaluje pomocí "+" a "-".

Konkrétní hodnotu rychlosti můžete zvolit také kliknutím na příslušné tlačítko. Stisknutím tlačítka "STOP" motor zastavíte.

Automatické režimy a programy

Zapněte napájení.

Stisknutím tlačítka "SELECT" vyberte režim.

Stisknutím tlačítka "START" spustíte zvolený program.

Během používání můžete upravit rychlost nebo ukončit cvičení tlačítkem "STOP".

Měření pulsu (HRC)

Přidržíte ruce na kovových snímačích - zobrazí se aktuální tepová frekvence (HRC).

Poznámka: Vyjmutím bezpečnostního klíče se běžecký pás okamžitě zastaví a na počítači se zobrazí zpráva.

ÚDRŽBA:

Pro spolehlivý a bezpečný provoz běžeckého 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: Běžecký pás byl při výrobě promazán. Po určité době používání však běžecký 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 běžeckého pásu. Chcete-li zkontrolovat, zda je mazání

potřeba, zvedněte boční části běžeckého pásu a dotkněte se zadní, střední části:

- Pokud je silikon cítit - mazání není nutné.
- Pokud je povrch suchý - je třeba provést mazání.

Pokyny pro mazání:

1. Zastavte stroj a sklopte běžecký pás.

2. Zvedněte běžecký pás ze zadní části hlavního rámu.

3. Držte láhev co nejbližší středu pásu a nastříkejte silikonový olej - na obě strany. Rozjed'te běžecký pás rychlostí 1 km/h, aby se olej rovnoměrně rozprostřel po běžeckém povrchu.

1. Seřízení běžeckého pásu

Z výroby je běžící pás správně seřízen. V důsledku používání se však může uvolnit, což vede k záškubům nebo prokluzování. Pokud k tomu dojde, utáhněte seřizovací šrouby - každý o půl otáčky doleva nebo doprava.

Pokud je pohyblivý pás příliš volný, může na válcích prokluzovat. Příliš velké napnutí může naopak motor přetížit a způsobit poškození motoru, pásu, válců nebo jiných součástí.

2. Nastavení výchylky řemene

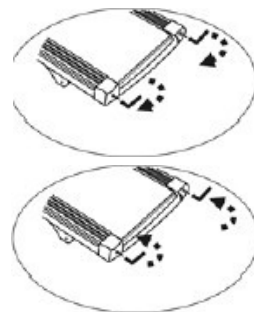
Přestože je pohyblivý pás nastaven z výroby, může se po čase posunout. Nejčastějšími příčinami jsou:

- Nestabilní seřízení běžeckého pásu,
- Běh s posunem do strany,
- Nerovnoměrné rozložení tlaku nohou.

Pokud není odchylka trvalá, může se rovnováha obnovit několikaminutovým spuštěním běžeckého pásu bez zátěže. V případě potřeby proveďte ruční nastavení pomocí imbusového klíče 6 mm - otočením šroubu o půl otáčky.

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

Příklad 2: řemen se pohybuje doprava → utáhněte pravý šroub (ve směru hodinových ručiček) → nebo povolte levý šroub (proti směru hodinových ručiček).



SEŘIZOVACÍ KLÍČ:

Ve směru hodinových ručiček= utahování

Proti směru hodinových ručiček= povolování

Pohyblivý pás se vždy pohybuje na stranu, která je volnější.

Tipy:

Před každým seřízením běžecký pás spusťte při nízké rychlosti.

Neutahujte šrouby příliš silně.

Po každém seřízení sledujte činnost pásu.

Na vychýlení pásu se nevztahuje záruka a odpovědnost za ně nese uživatel. Neověřené a neopravené výchytky mohou vést k vážnému poškození.

**3. Seřízení hnacího řemene (motoru)**

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

1. Klíčem otočte seřizovacím šroubem proti směru hodinových ručiček.

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

Poznámka: Řemeny a drážky řemenic pravidelně čistěte, aby byl zajištěn hladký chod hnacího systému.

a) Seřizovací šroub

b) Motor

c) Přední válec

d) Řemen

Typické závady a způsoby oprav:

Problém	Pravděpodobné příčiny	Metody údržby
Běžecký 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. není zapnuto napájení	Nastavte vypínač napájení do polohy ON
	E. Přepálila se pojistka	Vyměňte pojistku
Nepohybuje se plynule	A. Nedostatečné mazání	Použijte mazivo na bázi metylsilikonového oleje.
	B. Příliš utažený pohyblivý pás	Upravte napnutí pohyblivého pásu
Běžecký pás se prošoupal	A. Pohyblivý pás je příliš volný	Upravte napnutí pohyblivého pásu
	B. Hnací řemen je uvolněný	Upravte napnutí hnacího řemene

Problém	Důvod	Údržba
Systém nefunguje	A. Není napájení	Zkontrolujte zástrčku vypínač
	B. bezpečnostní klíč není ve správné poloze	Nastavte bezpečnostní klíč do správné polohy
	C. transformátor není správně zasunut nebo Transformátor je vadný.	Zkontrolujte a správně připojte transformátor nebo transformátor vyměňte.
	D. přerušený obvod	Zkontrolujte vstupní a výstupní svorky systému a komunikační vedení.
Náhlé zastavení v normálním stavu	A. Vypadnutí bezpečnostního klíče	Správná instalace bezpečnostního klíče
	B. Chyba systému	Kontaktujte servis
Nefunkční tlačítka	A. Některá tlačítka jsou poškozená	Vyměňte tlačítka
	B. Všechna tlačítka jsou poškozena	1. Vyměňte desku tlačítek, vodiče tlačítek 2. Vyměňte základní desku; vyměňte konzoli
E1	Špatné připojení komunikačních kabelů	Znovu připojte komunikační kabel a zkontrolujte, zda je port připojen, nebo komunikační kabel vyměňte.
	B. Konzola je vadná	Výměna konzoly
	C. Transformátor je vadný	Zkontrolujte a vyměňte transformátor
	D. Řídicí jednotka je vadná	Vyměňte řídicí jednotku
E2	A. Kabel motoru nebo motor je vadný	Zkontrolujte a vyměňte kabel motoru nebo motor
	B. Špatné spojení mezi kabelem motoru a řídicí jednotkou nebo vadná řídicí jednotka.	Zkontrolujte a správně připojte kabel nebo vyměňte řídicí jednotku
E3	A. Snímač otáček není správně namontován	Zkontrolujte a správně jej namontujte
	B. Snímač otáček je vadný	Vyměňte snímač rychlosti
	C. Špatné spojení mezi snímačem otáček a řídicí jednotkou	Zkontrolujte a správně připojte
	D. Řídicí jednotka je vadná	Vyměňte řídicí jednotku
E5	A. Řadič je vadný	Vyměňte řídicí jednotku
	B. Motor je vadný	Vyměňte motor
E7	Na konzole nebyl zjištěn signál bezpečnostního klíče	1. Zkontrolujte, zda je bezpečnostní klíč ve správné poloze; 2. Znovu nainstalujte mechanismus bezpečnostního zámku, abyste se ujistili, že je otvor uprostřed a černá fazole zapadne na své místo; Vyměňte konzolu.
Nezobrazují se údaje o srdeční frekvenci	A. Pulzní kabel rukojeti není dobře sestaven nebo je poškozen pulzní kabel rukojeti.	Zkontrolujte a dobře připojte nebo vyměňte pulzní kabel rukojeti.
	B. Porucha vedení elektronického systému	Výměna konzoly
Elektronický displej je neúplný	A. Uvolnily se šrouby vysouvací desky.	Zajišťovací a upevňovací šrouby
	B. Selhání systému	Výměna konzoly



Aplikace Bluetooth pro běžecký pás



Připojení Bluetooth podporuje AnyRun, Zwift a Kinomapa



AnyRun

Stáhněte si, zaregistrujte se a přihlaste se do aplikace AnyRun, přejděte na stránku nastavení: Klikněte na Nastavení, které je v pravém dolním rohu, klikněte na Zařízení, aplikace zjistí kódy Bluetooth, vyberte kód Bluetooth, který je stejný jako kód označený na konzole 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: Zwift si pamatuje zařízení použitá v předchozí relaci a může se pokusit o spárování s těmito zařízeními, pokud jsou přítomna a dostupná. Pokud vidíte spárovaná zařízení, která nechcete používat, můžete je jednoduše zrušit a vybrat zařízení, které chcete spárovat.

Kinomapa

Stáhněte si, zaregistrujte se a přihlaste se do aplikace Kinomapa, 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 vybranou značku Bluetooth, např. Anyrun atd; klikněte na obsah v části Interaktivní, aplikace zjistí nalezený hardware, vyberte kód Bluetooth, který je stejný jako kód označený na konzole hardwaru, poté klikněte na tlačítko PŘIDAT NOVÉ ZAŘÍZENÍ, zobrazí se úspěšně přidáný hardware.



VIGTIGE SIKKERHEDSINSTRUKTIONER

Tak, fordi du har købt dette produkt! Med dets hjælp kan du nemt sørge for bedre kondition, sundhed og velvære.

DA

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 plan overflade i et lukket, tørt rum.
3. Før du starter løbebåndet, skal du stå på siderintrinene 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 når 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, brændt lugt, problemer med skærmen eller båndets bevægelse skal du straks stoppe træningen, afbryde strømforsyningen og kontakte service.

Nr.	Navn på del	Antal	Nr.	Navn på del	Mængde
1	Hovedramme	1	51	Plastskive $\Phi 18 \times \Phi 8,5 \times t2,0$	2
2	Unbrakoskrue med fuldt gevind M8×20	2	52	Knap $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Skrue med fuldt gevind M5×10	8	53	L-formet knop	2
4	Selvskærende skrue ST4×16	9	54	Flaskeholder	1
5	Unbrakoskrue med fuldt gevind M8×75	2	55	Dæksel til venstre konsol	1
6	Flad skive $\Phi 8$	2	56	Dæksel til højre beslag	1
7	Unbrako-cylinder med fuldt gevind M6×45	1	57	Kommunikationskabel	1
8	Selvskærende skrue ST4×10	2	58	Ramme til konsol	1
9	Unbrakobolt med fuldt gevind M6×55× $\Phi 16$	6	59	Fastgørelsesplade til konsol	1
10	Massiv bolt med gevind M4×16	2	60	Fjeder $\Phi 12,5 \times \Phi 6,2 \times 0,7$	4
11	Skrue med fuldt gevind M4×10	2	61	Trinskrive M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4,7$	2
12	Selvskærende skrue ST4×15	8	62	Selvskærende skrue ST4×10	2
13	Flad skive $\Phi 5$	2	63	Selvskærende skrue ST4×16	20
14	Udvendig savtakket låseskrive $\Phi 5$	2	64	Selvskærende skrue ST4×10	16
15	Fjederskrive $\Phi 5$	2	65	Selvskærende skrue ST4×15	4
16	Flad plastskive $\Phi 12 \times \Phi 6 \times t1,0$	6	66	Sekskantbolt med fuldt gevind M6×25	2
17	Magnetisk ring	1	67	Skrue med fuldt gevind	2
18	Forreste rulle	1	68	Sekskantet låsemøtrik	4
19	Bageste rulle	1	69	Konsol	1
20	Motor	1	70	Kommunikationskabel	1
21	Løbebælte	1	71	Konsolpanel	1
22	Trinbræt	1	72	Låg til bageste konsol	1
23	Motorrem 174(442)PJ6	1	73	Sikkerhedsnøglestik	1
24	Forsænket skrue med fuldt gevind M4×8	2	74	Sikkerhedsnøgle	1
25	Dæksel til motor	1	75	Øvre kurv	1
26	Dæksel bagpå	1	76	Nedre kurv	1
27	Sideskinne	2	77	Dekoratív dæksel til frontkonsol	1
28	Firkantet pude	6	78	Dekoratív konsollåge bagpå	1
29	Hjul	2	79	Impulskabel til håndtag	2
30	Styringsklods med rund kant	6	80	Håndtag impulsset start/stop	1
31	Fod	4	81	Hastighedshåndtag pulssæt	1
32	Kabelklemme	2	82	Kabel til berøringsknap	1
33	Kommunikationskabel	1	83	Sammenklappelig støtteramme	2
34	Strømkabel	1	84	Cylindrisk spiralfjeder	2
35	Strømkabel	1	86	Stikhovedskrue med fuldt gevind	2
36	Strømkabel	1	88	EVA-pude	2
37	Strømkabel	1	89	Akrylklistermærke til konsollen	1
38	Hastighedssensor	1	90	Skrue med fuldt gevind	2
39	Kontakt	1	91	Fjeder $\Phi 8 \times \Phi 4,2 \times 0,4$	4
40	Selvnustillende kontakt	1	92	Fjeder $\Phi 40 \times \Phi 20,4 \times t2,0$	2
41	Klemme til strømkabel	1	93	Afstandsstykke t4.0× $\Phi 40$	2
42	Metalbeslag til hastighedssensoren	1	96	Forsyningskabel	1
43	Beslag til venstre hånd	1	97	Svejsninger på bageste beslag	1
44	Højre beslag	1	98	Sekskantbolt med stort fladt hoved med fuld fortanding M8×20	2
45	Unbrakoskrue med fuldt gevind M8×20	4	99	Flad skive $\Phi 8$	2
46	Selvskærende skrue ST4×10	4	100	Sekskantet låsemøtrik M8	2
47	Flad skive $\Phi 8$	2	101	Fjederklemme	1
48	Sekskantet låsemøtrik M8	2			
49	Flad skive $\Phi 32 \times \Phi 8,5 \times t2,0$	2			
50	Plastskive $\Phi 24 \times \Phi 16 \times t2,0$	2			

Advarsler og forbud:

⚠ Brug ikke et løbebånd:

- hvis du er under behandling og ikke har din læges godkendelse,
- hvis du har hjerteproblemer, rygproblemer, ledproblemer, osteoporose eller alvorlige kroniske sygdomme,
- hvis du er gravid, har menstruation eller føler dig utilpas,
- hvis du har indtaget alkohol eller er under indflydelse af stoffer, der nedsætter koncentrationen,
- hvis netledningen er beskadiget, eller 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 eller træde af båndet, mens maskinen kører,
- brug af løbebåndet af børn og personer, der er bevidstløse eller har motoriske funktionsnedsættelser.



- Konsol
- Håndliste
- Knap
- Profil
- Sideskinne
- Løbebælte
- Bageste dæksel
- Hovedramme
- L-formet knop
- Motordæksel
- L-stativ stolpe
- Flaskeholder
- Konsolramme

Teknisk information:

Dimension	Sammenfoldet: 1520*780*265 mm
	Ikke foldet ud: 1520*780*1280
Løbende overflade	1220*440 mm
Hastighed	1,0-16,0 km/t

Bemærk: Vi forbeholder os ret til at ændre produktet uden forudgående varsel.



Pakkeliste:

- Maskine
- Flaskeholder
- Silikonflaske
- Sikkerhedsnøgle
- Betjeningsvejledning
- Udstyrssæt

Liste over hardware:

- Skruenøgle 14x17x75 - x1
- T-nøgle 6 mm - x1
- M4x16 skarp skrue med fuldt gevind - x2



Hoveddele:

- Motordæksel
- Konsol
- Motor
- Motorens bælte
- Kørebælte
- Køreplade
- Sideskinne
- Bageste rulle
- Forreste rulle
- Dæksel bagpå



1. SAMLEVEJLEDNING:

NG:

- Tag maskinen ud af kartonen, og læg den på et fladt gulv (se billedet ovenfor), fjern alle poser og tape, der pakker maskinen ind.
- Løsn de to L-formede knopper i bunden, og løft derefter de lodrette stolper.
- Løft den lodrette profil til øverste position, og lås derefter knappen.
- Løsn drejeknapperne på begge sider, juster konsolrammen til den korrekte position, og lås derefter drejeknapperne.
- Juster konsollen til den korrekte position, og monter flaskeholderen på den venstre profil ved hjælp af en M4*16-skrue med massivt gevind. Når du har dobbelttjekket, at alle drejeknapper er forsvarligt låst, er monteringen færdig.

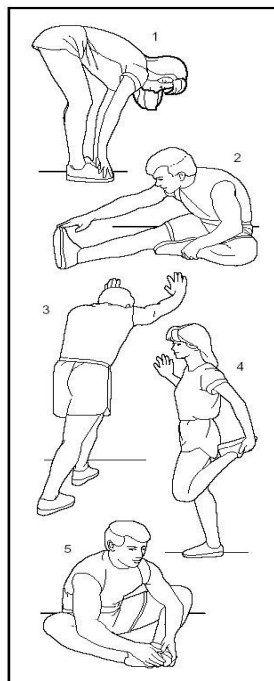
2. MONTERINGSVEJLEDNING:

- Saml løbebanen i henhold til samleproceduren, læg konsollen fladt, hold konsolrammen med den ene hånd, og løsn derefter knopperne med den anden hånd for at folde konsolrammen. Hold profilen med den ene hånd, løsn derefter den L-formede knop med den anden hånd for at folde stativstolpen, og lås til sidst den L-formede knop. Løbebåndet er foldet sammen og kan flyttes og/eller opbevares.
- Drej de sammenklappelige støtter i den retning, der er vist på illustrationerne nedenfor.
- Stil løbebåndet op.
Bemærk: Løbebåndet skal stå tæt på væggen, væk fra børn, i tilfælde af uventede skader.
- Stående løbebånd på egen hånd
Efter montering i henhold til de første tre trin trækkes den venstre lås i bunden af maskinen ud med støtterøret nedad, indtil låsen er på plads med en "klik"-lyd, hvilket resulterer i en opretstående stilling uden modstand.
Bemærk: Holdes væk fra børn i tilfælde af uventede skader.

TIPS OG RÅD OM TRÆNING:

- Opvarmning Varm op i 5-10 minutter før hver træningssession.
- Vejrtrækning Når du træner, må du ikke holde vejret. Træk vejret ind gennem næsen og ud gennem munden, og synkroniser vejrtrækningen med bevægelsen.
- Hyppighed Hver muskel skal trænes efter 48 timers hvile, dvs. hver anden dag.
- Belastning Tilpas træningens intensitet til din fysiske tilstand. Muskelømhed i begyndelsen af træningen er normalt, men kan minimeres ved at fortsætte med regelmæssig aktivitet.
- Afslapning Brug 5 minutter på at slappe af efter træning for at fremme restitutionen og bevare musklernes fleksibilitet.
- Kost For at beskytte dit fordøjelsessystem må du ikke begynde at træne umiddelbart efter et måltid. Vent mindst 30 minutter med at spise efter træning. Undgå at drikke store mængder vand under træningen for at undgå at belaste hjerte og nyrer.
- Udstrækning Uanset dit løbetempo skal du starte med at strække ud. Opvarmede muskler strækker sig lettere, så gå først 5-10 minutter, stop så og stræk hvert ben fem gange i mindst 10 sekunder hver. Gentag også udstrækningen efter din træning.

1. Foroverbøjning Stå lige og bøj dig forover, og prøv at røre tæerne med hænderne. Hold stillingen i 10-15 sekunder, og slap så af. Gentag 3 gange. (Se figur 1)
2. Udstrækning af knæhasen Sid på en ren pude og stræk det ene ben. Bøj det andet ben, så foden rører undersiden af låret på det strakte ben. Læn dig frem, og prøv at røre dine tæer med hånden. Hold i 10-15 sekunder, og slap så af. Gentag 3 gange for hvert ben (se figur 2).
3. Stræk læg og hæl med håndfladerne mod en væg eller et træ, og stræk det ene ben bagud. Hold det bageste ben strakt og hælen presset mod jorden. Læn dig forsigtigt ind mod en væg. Hold i 10-15 sekunder, og slap så af. Gentag 3 gange for hvert ben (se figur 3).
4. Stræk quadriceps-lårmusklen Læn dig op ad en væg eller et bord med din venstre hånd for at få stabilitet. Tag fat om højre ankel med højre hånd, og træk forsigtigt foden op mod bagdelen, indtil du mærker en spænding på forsiden af låret. Hold i 10-15 sekunder, og slap så af. Gentag 3 gange for hvert ben (se figur 4).
5. Adduktorstræk (undersiden af lårene) Sid med fodsålerne samlet og knæene vendt udad. Tag fat om fødderne med begge hænder, og træk dem forsigtigt ind mod lysken. Hold stillingen i 10-15 sekunder, og slap så af. Gentag øvelsen 3 gange. (Se figur 5)



Beskrivelse af konsollens funktioner

1. Træningsprogrammer

P0 bruges til at indstille et individuelt træningsprogram. P1-P36 er indbyggede automatiske træningsprogrammer.

Der er også tre brugerprogrammer (USER) og en BMI-beregner.

2. Display - Konsollen har en LED-skærm og fire kontrolknapper.
3. Målevindue - Hastigheds- og distanceværdier vises med mulighed for at skifte mellem kilometer og miles.
4. Hastighedsinterval - Fra 1,0 til 16,0 km/t.
5. Beskyttelse
 - Overbelastning
 - Overstrøm
 - Eksplosionssikker
 - Mod overhastighed
 - Anti-interferens (EMC)
 - Andre funktioner til beskyttelse af brugeren og enheden
6. Systemets selvtest - Automatisk registrering af fejl og deres meddelelser på skærmen.
7. Tre brugertilpassede funktioner - Brugertilpassede indstillinger.
8. Funktion for energirelaterede produkter (ERP).
9. Buzzer mute - Mulighed for at deaktivere meddelelseslyde.

Instruktioner for ibrugtagning og sikkerhedsprocedurer

- Sæt netledningen i en 10 A stikkontakt med beskyttelsesjerd.
- Tænd for strømafbryderen - konsolskærmen starter op og vises fuldt ud.
- Placer sikkerhedsnøglen på det rigtige sted på konsollen, og sæt dens tøjklæmme fast i brysthøjde.
- Et elektronisk system overvåger konstant sikkerheden. Hvis der registreres noget unormalt, nødstoppes løbebåndet, og der vises en fejlmeddelelse og et lydssignal på skærmen.
- For at fjerne fejlmeddelelsen skal du fjerne sikkerhedsnøglen eller slukke for strømmen.

Beskrivelse af display og knapper

1. LED-display

Vinduet "DISTANCE / TIME" - viser den tilbagelagte distance og træningstiden.

Vinduet "CALORIES / PULSE" - viser værdien af de forbrændte kalorier og hjertefrekvensen. Vinduet "SPEED" - viser den aktuelle hastighed.

2. Skiftende enheder: kilometer ↔ miles

Omregn til kilometer: Fjern sikkerhedsnøglen. Tryk og hold tastene "PROGRAM" og "MODE" nede samtidig, indtil displayet viser 0,6 - dette indikerer omregning til miles.

Omregning til kilometer: Igen, uden sikkerhedsnøglen, tryk på begge knapper ("PROGRAM" og "MODE"), indtil displayet viser 1,0 - dette indikerer en tilbagevenden til kilometer.

3. Kontrolknapper

- "P" - PROGRAM: Tryk på knappen i standbytilstand for at vælge mellem 36 programmer (P1-P36) eller manuel tilstand (P0). Standardhastighed: 1,0 km/t; maksimum: 16 km/t.
- "M" - TILSTAND: Giver dig mulighed for at vælge nedtællingstilstand: tid, distance eller kalorier. Brug knappene "SPEED+" og "SPEED-" til at indstille værdien, og start derefter træningen med START-knappen.
- "START/PAUSE": Starter løbebåndet med en hastighed på 1,0 km/t. Hvis du trykker igen, stopper det midlertidigt, og hvis du trykker igen, genoptages træningen med de tidligere indstillinger.
- "STOP": Stopper løbebåndet med det samme og sletter data.
- "SPEED+" og "SPEED-": Ændrer hastigheden i trin på 0,1. Hvis du holder knappen nede i mere end 2 sekunder, sker der en automatisk acceleration/deceleration.

4. Sikkerhedstast

Består af en magnet, en klemme og et kabel.

- Når nøglen fjernes, stopper løbebåndet med det samme, og displayet viser fejl "E-07" og bipper.
- Når nøglen sættes i igen, aktiveres displayet i 2 sekunder og går derefter i standbytilstand.

5. Programmer og opstart

A. Programtyper

- P0 - Manuel tilstand: enhver indstilling af tid, distance eller kalorier.
- P01-P36 - Automatiske programmer
- U01-U03 - Brugerdefinerede programmer (USER)

B. Start af løbebåndet

C. Sæt sikkerhedsnøglen i åbningen - konsollen viser i 2 sekunder og går derefter i manuel tilstand.

D. Tryk på START - nedtælling 5-4-3-2-1 med lyd, og løbebåndet starter med 1,0 km/t.

E. Hvis du vil stoppe maskinen under et træningspas, skal du trykke på STOP - dataene nulstilles.

Manuel tilstand

1. Sådan starter du manuel tilstand
 - a. Tænd for kontakten - enheden går automatisk i manuel tilstand.
 - b. Når den er stoppet, skal du trykke på PROGRAM for manuelt at gå i manuel tilstand.

2. Tilgængelige indstillinger i manuel tilstand

- Der er tre funktioner at vælge imellem:

- **Nedtællingstid,**
- **Nedtælling af distance,**
- **Nedtælling af kalorier.**

- Når du er i manuel tilstand, skal du trykke på MODE-knappen for at vælge en af nedtællingstilstandene.
- Når du har indstillet den ønskede værdi, skal du trykke på START for at starte din træning.
- Standardstarthastigheden er 1,0 km/t, som indstilles af brugeren.
- Kun én nedtællingstilstand kan aktiveres ad gangen. Den indstillede parameter tælles ned, de andre tælles positivt.

3. Betjening i manuel tilstand

A. Grundlæggende tilstand (uden nedtælling)

- Tidsdisplayet viser 0:00.
- Tid, distance og kalorier tælles automatisk.
- Ved at trykke på STOP stoppes løbebåndet gradvist, og standardindstillingerne gendannes.

B. Tilstand med nedtællingstid

- Standard: 30:00 minutter, indstillingsområde: 5:00-99:00 (trin i intervaller på 1 minut).
- Brug knapperne + / - til at justere værdierne.

C. Nedtælling af distance

- Standard: 1,0 km, område: 1,0-99,0 km (trin i intervaller på 1 km).
- Juster ved hjælp af knapperne + / -.

D. Nedtælling af kalorier

- Standard: 50 kcal, område: 20-990 kcal (trin i intervaller på 10 kcal).
- Juster værdien med + / - knapperne.

E. Betjening under en løbetur

A. Når der trykkes på START, er der en nedtælling på 5 sekunder, hvorefter motoren starter med 1 km/t.

B. Brug knapperne + / - eller QUICK SPEED til at ændre hastigheden.

C-E. Når den valgte tilstand (kalorier, distance eller tid) når nul, vil løbebåndet gradvist sænke farten og stoppe. Enheden vender tilbage til manuel tilstand.

Automatiske programmer (P1-P36)

1. Valg og indstilling af programmer

- Programmerne P1-P36 er indbyggede systemtræningsprogrammer, der kun er beregnet til nedtællingstilstand.
- I opsætningstilstand vil tidsvinduet begynde at blinke - det indikerer, at det kan konfigureres.
- Brug knapperne "+" / "-" til at justere træningstiden. Område: 5:00 - 99:00 minutter (trin i intervaller på 1 minut). Standardværdi: 30:00 minutter.
- Tryk på knappen "MODE" for at gendanne standardværdien.

2. Start træning

- Når du har valgt dit program, skal du trykke på "START" - en nedtælling på 5 sekunder starter, ledsaget af 5 bip.
- Løbebåndet accelererer forsigtigt til den hastighed, der er angivet i det valgte program, og holder tempoet i henhold til indstillingerne (inklusive eventuel hældning).

3. Ændring af hastigheden under programmet

- Du kan til enhver tid bruge knapperne "+", "-" eller "QUICK SPEED" til manuelt at justere løbebåndets hastighed under din løbetur.

4. Afslutning af programmet

- Hvis du trykker på "STOP"-knappen, mens motoren kører, bremser maskinen gradvist op, indtil den stopper helt.
- Dette ledsages af et langt bip, og alle indstillinger nulstilles til standard standbytilstand.

Fedt-testprogram (FAT)

Kropsmasseindekset (FAT) er en forenklet indikator for forholdet mellem højde og vægt, som - i kombination med andre sundhedsparametre - kan hjælpe med at vurdere kropsvægten.

- FAT-referenceværdier:
 - < 18 - for slank figur
 - 18-24 - ideel figur
 - 25-28 - overvægt
 - > 29 - overvægtig
- FAT-indekset er vejledende og bør ikke betragtes som en medicinsk diagnose.

Instruktioner til udførelse af FAT-testen

1. Start af testen

- Når løbebåndet er stoppet, skal du trykke på knappen "PROG" for at gå ind i fedtmålingsprogrammet mærket "FAT".
- Tryk på "MODE" for at vælge punktnummeret, og indstil derefter parametrene med knapperne "+" / "-".

2. Indstilling af køn (F1)

- F1 vises på skærmen "Pulse", og standardværdien 01 (mand) vises i vinduet "Calories".
- Brug "+" / "-" til at vælge:
 - 01 - mand
 - 02 - kvinde

3. Indstilling af alder (F2)

- Når du har trykket på "MODE", skal du gå til aldersindstillingen (F2).
- Vinduet "Kalorier" viser som standard 25.
- Indstillingsområde: 1-99 år.

4. Indstilling af højde (F3)

- Endnu et tryk på "MODE" aktiverer højdeindstillingen (F3).
- Standardværdien er 170 cm (67 tommer).
- Indstillingsområde: 100-220 cm (eller 39-87 tommer).
- Juster værdien ved hjælp af knapperne "+" / "-".

5. Test af kropsfedt (FAT/BMI)

- Tryk på knappen "MODE" - "Pulse"-displayet viser F5, og kalorievinduet viser "-----".
- Placer dine hænder på pulssensorerne - efter 8 sekunder vises BMI-resultatet.

Sikkerhedsnøgle

Nøglen består af en kontakt, en tøjklæmme og en nylonledning. Den bruges til at stoppe løbebåndet i en nødsituation.

- 1. Hvis nøglen fjernes under drift, vil skærmen vise "E-07", og løbebåndet vil stoppe øjeblikkeligt.
- 2. Når du trykker på tasten igen, tændes skærmen i 2 sekunder, og derefter vender løbebåndet tilbage til standardtilstanden (manuel tilstand P0, tællerne nulstilles).

Brugerprogram (U01-U03)

Brugeren kan oprette og gemme 3 brugertilpassede træningsprogrammer. Oprettelse af et program:

1. Tryk på "PROG" for at vælge tilstanden U01-U03.
2. Tryk på "MODE" for at starte indstillingerne:
 - Varighed: 5-99 min
 - Hastighed: 1-20 km/t (hurtigt valg muligt)
 - Hældning: 0-15% (også hurtigt valg)
3. Når du har indstillet hver parameter, skal du trykke på "MODE" for at gå videre til den næste.
4. Indstillingerne gemmes automatisk, når konfigurationen er afsluttet.
5. Tryk på "START" for at starte.

Næste gang du starter, skal du blot vælge programmet og trykke på "START".

Måling af puls

- Når du lægger din hånd på sensorerne, vises din pulsværdi inden for 5 sekunder.
- Visningsområde: 50-200 slag/min.
- Hjertesymbolet pulserer i takt med den målte puls.

Dataene er vejledende og er ikke en erstatning for medicinske målinger.

Værdiområde:

	Indstilling af startværdi	Område	Visningsområde
Tid (minutter: sekunder)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Hastighed (km/t)	IKKE ANVENDELIG	IKKE ANVENDELIG	1-16KM
Hældning (%)	NOT APPLICABLE	IKKE ANVENDELIG	0
Afstand (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalorier (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Indstilling af parametre

Når du indstiller en værdi (f.eks. tid), skal du bruge knapperne "+" / "-" til at øge eller mindske den. Hvis du når den maksimale værdi (99:00) og trykker på "+", vender systemet automatisk tilbage til den minimale værdi (5:00), hvilket skaber en såkaldt cyklus.

Energibesparende funktion (ERP)

- Aktiv som standard.
- Når løbebåndet ikke har været brugt i 4,5 minutter, går det automatisk i dvaletilstand for at spare energi.
- Tryk på en vilkårlig knap for at vække systemet.
- Sådan deaktiveres/aktiveres ERP-tilstand:
- I standby skal du holde knappen "MODE" nede i ca. 3 sekunder.
- Konsollen vil vise "2222" - ERP-funktionen er blevet deaktiveret.
- Gentag handlingen for at aktivere den igen.
- Konsollen viser "1111" - ERP-funktionen er blevet aktiveret.

Almindelige fejl og fejlfindingsmetoder

Kode for problem	Sandsynlig årsag	Reparation
Systemet virker 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. Controller eller konsol er ikke tændt	Udskift controlleren eller konsollen
	D. Dårlig linjekontakt	Tjek systemets ind- og udgange og linjernes 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 TAST	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 ikke tilsluttet controlleren korrekt, eller controlleren er ikke tilsluttet korrekt.	Kontroller og tilslut igen eller udskift controlleren
E-03	A. Den fotoelektriske sensor er ikke korrekt installeret	Kontroller og tilslut igen
	B. Dårlig fotoelektrisk sensor	Udskift fotosensoren
	C. Beskadt fotoelektrisk sensor eller dårlig første kontakt	Tjek 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 sikkerhedsspærresignal	1. Kontrollér, at sikkerhedslåsen er på plads;0 2. Geninstaller sikkerhedslåsemekanismen;
Intet pulssignal	A. Håndtagets kabel er ikke på plads, eller kablet håndtagets kabel er ikke godt	Kontrollér og tilslut eller udskift håndtagets kabel
	B. Fejl i elektronisk systemkredslob	Udskift konsollen
Ufuldstændige eller manglende konsollinjer	A. Skærmen er defekt	Udskift bundkort eller skærm
	B. Systemfejl	Udskiftning af konsol

Foldning og udfoldning af løbebåndet

1. Foldning - Afbryd strømforsyningen før foldning.
2. Udfoldning
 - Placer løbebåndet ca. 1 m fra stikkontakten.
 - Jorden skal være flad og fri for forhindringer.
3. Flytning - Før du flytter løbebåndet, skal du sørge for, at e:
 - Der er slukket for strømmen.
 - Stikket er taget ud af stikkontakten.
 - Løbebåndet er blevet foldet sammen.
 - Bevægelse trin for trin:
 - Tag fat i løbebåndets bagside med den ene hånd og i styret på samme side med den anden.
 - Vip det i en vinkel på 40-50° ind mod brystet.

Der er fare på færde:

Kontakt en kvalificeret elektriker eller servicepersonale, hvis du ikke ved, om maskinen er korrekt jordet. Skift ikke det stik, der følger med dette produkt, uden tilladelse. Hvis stikket ikke er kompatibelt med stikkontakten, skal en kvalificeret elektriker installere en passende stikkontakt. Den skal være på 220-240 volt og passe til denne type stikkontakt.

Kom godt i gang med løbebåndet

Sæt stikket i og tænd for strømforsyningen

Fold løbebåndet ud til den laveste position, og tjek, at det fungerer korrekt.

Fastgør sikkerhedssnoren til dit tøj - det er en vigtig sikkerhedsfunktion.

Start og løb korrekt

Stå ikke på båndet med det samme!

Stå på sideskinne med hænderne på styret. Når du

trykker på "START":

Løbebåndet starter efter 5 sekunder med en hastighed på 1,0 km/t.

Brug derefter "+"-knappen til at øge til en behagelig hastighed på 2,5-3,5 km/t. Hold i styret, og træd gradvist ind på banen, så det passer til dens hastighed.

Ændring af hastighed og stop

Accelerer eller decelerer ved hjælp af "+" og "-".

Du kan også vælge en bestemt hastighedsværdi ved at klikke på den tilsvarende knap. Tryk på "STOP" for at stoppe motoren.

Automatiske tilstande og programmer

Tænd for strømmen.

Tryk på "SELECT" for at vælge en tilstand.

Tryk på "START" for at starte det valgte program.

Under brug kan du justere hastigheden eller afslutte træningen med "STOP"-knappen.

Pulsmåling (HRC)

Hold hænderne på metalsensorerne - den aktuelle puls (HRC) vises.

Bemærk: Hvis du fjerner sikkerhedsnøglen, stopper løbebåndet med det samme, og computeren viser en meddelelse.

VEDLIGEHOLDELSE:

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

SMØRING: Løbebåndet er blevet smurt på fabrikken under fremstillingen. 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 smøring

skal du løfte siderne af løbebåndet og røre ved den bageste, centrale del:

- Hvis du kan mærke silikonen, er det ikke nødvendigt at smøre.
- Hvis overfladen er tør, skal der smøres.

Instruktioner for smøring:

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

1. Justering af løbebåndets bælte

Fra fabrikken er løberemmen korrekt justeret. Men som følge af brug kan det blive løst, hvilket fører til afbrydelser eller glidning. Hvis det sker, skal du stramme justeringsskruerne - hver en halv omgang til venstre eller højre.

Hvis remmen er for løs, kan den glide på remskiven. For meget spænding kan på den anden side overbelaste motoren og forårsage skader på motor, rem, ruller eller andre komponenter.

2. Justering af remudbøjning

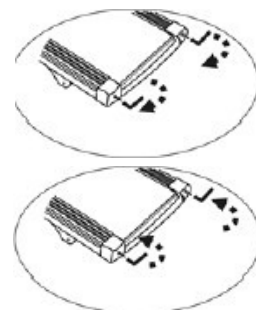
Selv om bæltet er indstillet fra fabrikken, kan det skifte efter et stykke tid. De mest almindelige årsager er:

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

Hvis afvigelsen ikke er permanent, kan man genoprette balancen ved at køre løbebåndet uden belastning i et par minutter. Foretag om nødvendigt en manuel justering med en 6 mm unbrakonøgle - ved at dreje skruen en halv omgang.

Eksempel 1: Båndet bevæger sig mod venstre → Stram den venstre skrue (med uret) → Eller løs den højre skrue (mod uret)

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



JUSTERINGSNØGLE:

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. Overspænd ikke skruerne.

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 drivrem (motor)**

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

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

2. Justeringsintervallet skal sikre en jævn transmission uden glidning.

Bemærk: Rengør remmene og remskivernes riller regelmæssigt for at sikre en jævn drift af drivsystemet.

a) Justeringsskrue

b) Motor

c) Forreste rulle

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 sidder ikke fast	Sæt sikkerhedsnøglen ind i panelet
	C. Åbent signalkredsløb	Kontroller controllerindgang og signalledning
	D. Strømforsyningen er ikke tændt	Sæt afbryderen i positionen NO
	E. Sikringen er sprunget	Udskift sikringen
Bevæger sig ikke jævnt	A. Utilstrækkelig smøring	Brug et smøremiddel baseret på methylsilikoneolie
	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

Problem	Årsag	Vedligeholdelse
Systemet fungerer ikke	A. Ingen strøm	Stik til stikkontakt, indgang med strøm
	B. Sikkerhedsnøglen er ikke i korrekt position	Sæt sikkerhedsnøglen i den rigtige position
	C. Transformeren er ikke sat korrekt i, eller transformeren er defekt	Kontrollér og tilslut transformeren korrekt, eller udskift den.
	D. Brudt kredsløb	Kontrollér systemets indgangs- og udgangsterminal og kommunikationslinjer.
Pludseligt stop i normal tilstand	A. Sikkerhedsnøgle falder af	Korrekt installation af sikkerhedsnøglen
	B. Forkert system	Kontakt service
Knapperne virker ikke	A. Nogle af knapperne er beskadigede	Udskift knapperne
	B. Alle knapper er forkerte	1. Udskift trykknækort og ledninger til trykknapper 2. Udskift bundkortet; udskift konsollen
E1	Dårlig forbindelse af kommunikationskabler	Tilslut kommunikationskablet igen, og kontrollér, at porten er tilsluttet, eller udskift kommunikationskablet.
	B. Konsollen er defekt	Udskiftning af konsol
	C. Transformeren er defekt	Kontrollér og udskift transformatoren
	D. Controlleren er defekt	Udskift controlleren.
E2	A. Motorkabel eller motor er defekt	Kontrollér og udskift motorkabel eller motor
	B. Dårlig forbindelse mellem motorkabel og controller eller defekt controller	Kontrollér og tilslut kablet korrekt, eller udskift controlleren
E3	A. Hastighedssensoren er ikke korrekt monteret	Kontrollér og monter den korrekt
	B. Hastighedssensoren er defekt	Udskift hastighedssensoren
	C. Dårlig forbindelse mellem hastighedssensor og controller	Tjek og tilslut den korrekt
	D. Controlleren er defekt	Udskift controlleren.
E5	A. Controlleren er defekt	Udskift controlleren
	B. Motoren er defekt	Udskift motoren.
E7	Intet signal fra sikkerhedsnøglen registreret på konsollen	1. Kontrollér, at sikkerhedsnøglen sidder i den rigtige position; 2. Geninstaller sikkerhedslåsemekanismen for at sikre, at hullet er i midten, og at den sorte bønne hopper på plads; Udskift konsollen.
Pulsdata vises ikke	A. Håndtagets pulskabel er ikke samlet ordentligt, eller håndtagets pulskabel er beskadiget.	Kontrollér og tilslut godt, eller udskift håndtagets pulskabel.
	B. Linjefejl i det elektroniske system	Udskiftning af konsol
Det elektroniske display er ufuldstændig	A. Skruerne på udskyderpladen har løsnet sig	Låse- og fastgørelsesskruer
	B. Systemfejl	Udskiftning af konsol



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 udstyrets konsol, 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; Klik på indholdet i den interaktive sektion, applikationen registrerer den fundne hardware, vælg den Bluetooth-kode, der er den samme som den kode, der er markeret på hardwarekonsollen, og klik derefter på TILFØJ NYT UDSTYR, og den tilføjede hardware vil blive vist.



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.

DE

Hinweise zum Gebrauch

1. Schließen Sie das Netzkabel ausschließlich 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 2000×1000 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 Stromversorgung unterbrechen und den Kundendienst kontaktieren.

Nr.	Name des Teils	Menge	Nr.	Name des Teils	Menge
1	Hauptrahmen	1	51	Kunststoffunterlegscheibe $\Phi 18 \times \Phi 8,5 \times 2,0$	2
2	Inbusschraube mit Vollgewinde M8*20	2	52	Knopf $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Schraube mit Vollgewinde M5*10	8	53	L-Knopf	2
4	Selbstschneidende Schraube ST4*16	9	54	Flaschenhalter	1
5	Inbusschraube mit Vollgewinde M8*75	2	55	Abdeckung der linken Halterung	1
6	Unterlegscheibe $\Phi 8$	2	56	Abdeckung der rechten Halterung	1
7	Inbuszylinder mit Vollgewinde M6*45	1	57	Kommunikationskabel	1
8	Selbstschneidende Schraube ST4*10	2	58	Rahmen der Konsole	1
9	Inbusschraube mit Vollgewinde M6×55× $\Phi 16$	6	59	Befestigungsplatte der Konsole	1
10	Massiver Gewindebolzen M4*16	2	60	Feder $\Phi 12,5 \times \Phi 6,2 \times 0,7$	4
11	Vollgewindeschraube M4*10	2	61	Stufenscheibe M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4,7$	2
12	Selbstschneidende Schraube ST4*15	8	62	Selbstschneidende Schraube ST4*10	2
13	Unterlegscheibe $\Phi 5$	2	63	Selbstschneidende Schraube ST4*16	20
14	Äußere Fächerscheibe $\Phi 5$	2	64	Selbstschneidende Schraube ST4*10	16
15	Federscheibe $\Phi 5$	2	65	Selbstschneidende Schraube ST4*15	4
16	Flache Kunststoffunterlegscheibe $\Phi 12 \times \Phi 6 \times 1,0$	6	66	Sechskantschraube mit Vollgewinde M6*25	2
17	Magnetischer Ring	1	67	Schraube. mit Vollgewinde	2
18	Vordere Rolle	1	68	Sechskant-Sicherungsmutter	4
19	Hintere Rolle	1	69	Konsole	1
20	Motor	1	70	Kommunikationskabel	1
21	Laufband	1	71	Konsolentafel	1
22	Trittbrett	1	72	Deckel der hinteren Konsole	1
23	Motorriemen 174(442)PJ6	1	73	Sicherheitsschlüssel-Buchse	1
24	Senkkopfschraube mit Vollgewinde M4*8	2	74	Sicherheitsschlüssel	1
25	Motorabdeckung	1	75	Oberer Korb	1
26	Hintere Abdeckung	1	76	Unterer Korb	1
27	Seitengitter	2	77	Dekorative Abdeckung der vorderen Konsole	1
28	Quadratisches Kissen	6	78	Dekorativer Konsolendeckel hinten	1
29	Räder	2	79	Griffimpulsgeber	2
30	Führungsblock mit rundem Rand	6	80	Handgriff Impulsgeber Start/Stop	1
31	Fuß	4	81	Geschwindigkeitsgriff-Impulsset	1
32	Kabelschelle	2	82	Tastenkabel	1
33	Kommunikationskabel	1	83	Klappbarer Stützrahmen	2
34	Stromkabel	1	84	Zylindrische Schraubenfeder	2
35	Stromkabel	1	86	Innensechskantschraube mit Vollgewinde	2
36	Stromkabel	1	88	EVA-Polster	2
37	Netzkabel	1	89	Acrylaufkleber für die Konsole	1
38	Geschwindigkeitssensor	1	90	Vollgewindeschraube	2
39	Schalter	1	91	Feder $\Phi 8 \times \Phi 4,2 \times 0,4$	4
40	Selbstrückstellender Schalter	1	92	Feder $\Phi 40 \times \Phi 20,4 \times 2,0$	2
41	Klemme für Stromkabel	1	93	Abstandhalter $t4,0 \times \Phi 40$	2
42	Metallhalterung für den Geschwindigkeitssensor	1	96	Versorgungskabel	1
43	Linke Halterung	1	97	Schweißnähte der hinteren Halterung	1
44	Rechter Bügel	1	98	Sechskantschraube mit großem Flachkopf mit Vollverzahnung M8×20	2
45	Inbusschraube mit Vollgewinde M8*20	4	99	Unterlegscheibe $\Phi 8$	2
46	Selbstschneidende Schraube ST4*10	4	100	Sechskant-Sicherungsmutter M8	2
47	Unterlegscheibe $\Phi 8$	2	101	Federklammer	1
48	Sechskant-Sicherungsmutter M8	2			
49	Unterlegscheibe $\Phi 32 \times \Phi 8,5 \times 2,0$	2			
50	Kunststoff-Unterlegscheibe $\Phi 24 \times \Phi 16 \times 2,0$	2			

Warnhinweise und Verbote:**⚠ Benutzen Sie kein Laufband:**

- wenn Sie sich in Behandlung befinden und keine Genehmigung Ihres Arztes haben,
- wenn Sie Herzprobleme, Rückenprobleme, Osteoporose oder schwere chronische Krankheiten haben,
- wenn Sie schwanger sind, menstruieren oder sich unwohl fühlen,
- wenn Sie Alkohol getrunken haben oder unter dem Einfluss von Drogen stehen, die die Konzentration beeinträchtigen,
- wenn das Netzkabel beschädigt ist oder die Steckdose locker ist.

⚠ Es ist untersagt:

- das Laufband selbst zu zerlegen, 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,
- Springen oder Absteigen vom Laufband, während das Gerät läuft,
- Benutzung des Laufbandes durch Kinder und Personen, die bewusstlos sind oder motorische Einschränkungen haben.



- Konsole
- Handlauf
- Knopf
- Profil
- Seitengitter
- Laufendes Band
- Hintere Abdeckung
- Hauptrahmen
- L-förmiger Knauf
- Motorabdeckung
- L-Ständer-Säule
- Flaschenhalter
- Konsolenrahmen

n Technische Informationen:

Abmessungen	Zusammengeklappt: 1520*780*265 mm
	Ausgeklappt: 1520*780*1280
Laufende Fläche	1220*440 mm
Geschwindigkeit	1,0-16,0 km/h

Bitte beachten Sie: Wir behalten uns das Recht vor, das Produkt ohne vorherige Ankündigung zu ändern.

**Packliste:**

- Maschine
- Flaschenhalter
- Silikonflasche
- Sicherheitsschlüssel
- Gebrauchsanweisung
- Ausstattung

Materialliste:

- Schraubenschlüssel 14x17x75 - x1
- T-Schlüssel 6 mm - x1
- Scharfe Vollgewindeschraube M4x16 - x2

**Hauptteile:**

- Motorabdeckung
- Konsole
- Motor
- Motorriemen
- Antriebsriemen
- Trittbrett
- Reling
- Hintere Rolle
- Vordere Walze
- Hintere Abdeckung

**1. MONTAGEANLEITUNG:**

- Nehmen Sie die Maschine aus dem Karton und legen Sie sie auf einen ebenen Boden (siehe Foto oben), entfernen Sie alle Beutel und das Klebeband, mit denen die Maschine umwickelt ist.
- Lösen Sie die beiden L-förmigen Knöpfe an der Unterseite und heben Sie dann die vertikalen Pfosten an.
- Heben Sie das vertikale Profil in die oberste Position und schließen Sie dann den Knopf.
- Lösen Sie die Knöpfe auf beiden Seiten, stellen Sie den Konsolenrahmen auf die richtige Position ein und verriegeln Sie dann die Knöpfe.
- Bringen Sie die Konsole in die richtige Position und befestigen Sie den Flaschenhalter mit einer massiven M4 * 16-Gewindeschraube am linken Profil. Nachdem Sie sich vergewissert haben, dass alle Knöpfe fest verriegelt sind, ist die Montage abgeschlossen.

2. MONTAGEANLEITUNG:

- Legen Sie die Konsole flach hin, halten Sie den Konsolenrahmen mit einer Hand fest und lösen Sie dann mit der anderen Hand die Knöpfe, um den Konsolenrahmen zu klappen. Halten Sie das Profil mit einer Hand, lösen Sie dann den L-förmigen Knopf mit der anderen Hand, um den Standfuß einzuklappen, und schließen Sie schließlich den L-förmigen Knopf. Das Laufband ist zusammengeklappt und kann bewegt und/oder gelagert werden.
- Drehen Sie die klappbaren Stützen in die Richtung, die in den Abbildungen unten gezeigt wird.
- Stellen Sie das Laufband auf.
Hinweis: Das Laufband sollte nahe an der Wand stehen, entfernt von Kindern, um unerwartete Verletzungen zu vermeiden.
- Aufstellen des Laufbandes in Eigenregie
Ziehen Sie nach dem Zusammenbau gemäß den ersten drei Schritten die linke Verriegelung an der Unterseite des Geräts heraus, das Stützrohr nach unten, bis die Verriegelung mit einem "Schnapp"-Geräusch einrastet, so dass das Gerät ohne Widerstand aufrecht steht.
Hinweis: Halten Sie das Gerät von Kindern fern, um unerwartete Verletzungen zu vermeiden.

ÜBUNGSTIPPS UND RATSCHLÄGE:

- Aufwärmen Wärmen Sie sich vor jeder Trainingseinheit 5-10 Minuten lang auf.
- Atmung Halten Sie beim Training nicht den Atem an. Atmen Sie durch die Nase ein und durch den Mund aus und synchronisieren Sie Ihre Atmung mit der Bewegung.
- Häufigkeit Jeder Muskel sollte nach 48 Stunden Ruhezeit trainiert werden, d. h. jeden zweiten Tag.
- Belastung Passen Sie die Intensität des Trainings an Ihre körperliche Verfassung an. Muskelkater zu Beginn des Trainings ist normal, kann aber durch die Fortsetzung regelmäßiger Aktivitäten minimiert werden.
- Entspannung Nehmen Sie sich nach dem Training 5 Minuten Zeit, um sich zu entspannen, um die Erholung zu fördern und die Flexibilität der Muskeln zu erhalten.
- Ernährung Um Ihr Verdauungssystem zu schützen, sollten Sie das Training nicht unmittelbar nach einer Mahlzeit beginnen. 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 belasten.
- Dehnen Unabhängig von Ihrem Lauftempo sollten Sie sich zunächst dehnen. Aufgewärmte Muskeln lassen sich leichter dehnen. Gehen Sie daher zunächst 5-10 Minuten, halten Sie dann an und dehnen Sie jedes Bein fünfmal für jeweils mindestens 10 Sekunden. Wiederholen Sie die Dehnübungen auch nach dem Training.

1. Vorwärtsbeuge Stellen Sie sich gerade hin und beugen Sie sich vor, wobei Sie versuchen, mit den Händen die Zehen zu berühren. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden, dann entspannen. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal. (Siehe Abbildung 1)
2. Dehnung der Kniesehne Setzen Sie sich auf ein sauberes Kissen und strecken Sie ein Bein aus. Beugen Sie das andere Bein so, dass Ihr Fuß die Innenseite des Oberschenkels des gestreckten Beins berührt. Lehnen Sie sich nach vorne und versuchen Sie, mit der Hand Ihre Zehen zu berühren. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal für jedes Bein (siehe Abbildung 2).
3. Waden- und Fersendehnung Legen Sie Ihre Handflächen an eine Wand oder einen Baum und strecken Sie ein Bein nach hinten aus. Halten Sie das hintere Bein gerade und drücken Sie die Ferse auf den Boden. Lehnen Sie sich leicht gegen eine Wand. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies für jedes Bein 3 Mal (siehe Abbildung 3).
4. Dehnung des Quadrizeps-Oberschenkelmuskels Lehnen Sie sich mit der linken Hand gegen eine Wand oder einen Tisch, um sich abzustützen. Greifen Sie mit der rechten Hand den rechten Knöchel und ziehen Sie den Fuß sanft zum Gesäß, bis Sie eine Spannung an der Vorderseite des Oberschenkels spüren. Halten Sie die Spannung 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal für jedes Bein (siehe Abbildung 4).
5. Adduktorendehnung (Innenseite der Oberschenkel) Setzen Sie sich mit den Fußsohlen zusammen, die Knie zeigen nach außen. Greifen Sie Ihre Füße mit beiden Händen und ziehen Sie sie sanft in Richtung Leiste. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal. (Siehe Abbildung 5)

Beschreibung der Konsolenfunktionen

1. Trainingsprogramme

Mit P0 kann ein individuelles Trainingsprogramm eingestellt werden. P1-P36 sind integrierte automatische Trainingsprogramme.

Außerdem gibt es drei Benutzerprogramme (USER) und einen BMI-Rechner.

2. Display - Die Konsole verfügt über einen LED-Bildschirm und vier Steuertasten.

3. Messfenster - Geschwindigkeits- und Entfernungswerte werden angezeigt, mit der Möglichkeit, zwischen Kilometern und Meilen zu wechseln.

4. Geschwindigkeitsbereich - Von 1,0 bis 16,0 km/h.

5. Schutzvorrichtungen

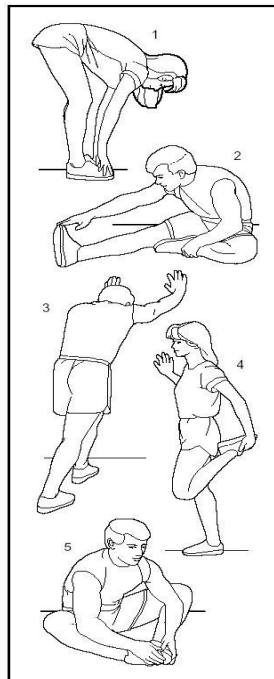
- Überlast
- Überstrom
- Explosionsschutz
- Gegen Überdrehzahl
- Anti-Störungsschutz (EMC)
- Weitere Funktionen zum Schutz des Benutzers und des Geräts

6. Selbsttest des Systems - Automatische Erkennung von Fehlern und deren Meldungen auf dem Bildschirm.

7. Drei benutzerdefinierte Funktionen - Anpassbare Einstellungen.

8. Funktion für energieverbrauchsrelevante Produkte (ERP).

9. Stummschaltung des Summers - Option zur Deaktivierung von Benachrichtigungstönen.



Anweisungen für die Inbetriebnahme und Sicherheitshinweise

- Stecken Sie das Netzkabel in eine 10-A-Steckdose mit Schutzleiter.
- Schalten Sie den Netzschalter ein - der Bildschirm der Konsole fährt hoch und wird vollständig angezeigt.
- Platzieren Sie den Sicherheitsschlüssel an der entsprechenden Stelle der Konsole und befestigen Sie den Kleiderclip in Brusthöhe.
- Ein elektronisches System überwacht ständig die Sicherheit. Wird eine Anomalie festgestellt, schaltet sich das Laufband notfallmäßig ab und eine Fehlermeldung sowie ein akustisches Signal erscheinen auf dem Bildschirm.
- Um die Fehlermeldung zu löschen, ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel ab oder schalten Sie das Gerät aus.

Beschreibung des Displays und der Tasten

1. LED-Anzeige

Fenster "DISTANZ / ZEIT" - zeigt die zurückgelegte Strecke und die Trainingszeit an.

Fenster "CALORIES / PULSE" - zeigt den Wert der verbrannten Kalorien und die Herzfrequenz an.

Fenster "SPEED" - zeigt die aktuelle Geschwindigkeit an.

2. Umschaltung der Einheiten: Kilometer ↔ Meilen

In Meilen umrechnen: Entfernen Sie den Sicherheitsschlüssel. Halten Sie die Tasten "PROGRAM" und "MODE" gleichzeitig gedrückt, bis das Display 0,6 anzeigt - dies bedeutet die Umrechnung in Meilen.

Umrechnung in Kilometer: Wiederum ohne Sicherheitsschlüssel beide Tasten ("PROGRAM" und "MODE") drücken, bis auf dem Display 1,0 erscheint - dies bedeutet eine Rückkehr zu Kilometern.

3. Steuertasten

- **"P"** - PROGRAMM: Drücken Sie die Taste im Standby-Modus, um zwischen 36 Programmen (P1-P36) oder dem manuellen Modus (P0) zu wählen. Standardgeschwindigkeit: 1,0 km/h; Höchstgeschwindigkeit: 16 km/h.
- **"M"** - MODUS: Ermöglicht Ihnen die Auswahl der Countdown-Modi: Zeit, Distanz oder Kalorien. Verwenden Sie die Tasten "SPEED+" und "SPEED-", um den Wert einzustellen, und starten Sie dann das Training mit der START-Taste.
- **"START/PAUSE"**: Startet das Laufband mit einer Geschwindigkeit von 1,0 km/h. Durch erneutes Drücken wird es vorübergehend angehalten und durch erneutes Drücken wird das Training mit den vorherigen Einstellungen fortgesetzt.
- **"STOP"**: Hält das Laufband sofort an und löscht die Daten.
- **"SPEED+" und "SPEED-"**: Ändern Sie die Geschwindigkeit in Schritten von 0,1. Wenn Sie die Taste länger als 2 Sekunden gedrückt halten, erfolgt eine automatische Beschleunigung/Verzögerung.

4. Sicherheitstaste

Besteht aus einem Magneten, einem Clip und einem Kabel.

- Wenn der Schlüssel abgezogen wird, stoppt das Laufband sofort und auf dem Display erscheint die Fehlermeldung "E-07" und ein Signalton.
- Wenn der Schlüssel wieder eingesteckt wird, aktiviert sich das Display für 2 Sekunden und geht dann in den Standby-Modus.

5. Programme und Inbetriebnahme

A. Programmtypen

- P0 - Manueller Modus: beliebige Einstellung von Zeit, Strecke oder Kalorien.
- P01-P36 - Automatische Programme
- U01-U03 - Benutzerdefinierte Programme (USER)

B. Starten des Laufbandes

C. Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel in den Schlitz - die Konsole zeigt 2 Sekunden lang an und wechselt dann in den manuellen Modus.

D. Drücken Sie START - Countdown 5-4-3-2-1 mit Ton und das Laufband startet mit 1,0 km/h.

E. Um das Gerät während eines Trainings zu stoppen, drücken Sie STOP - die Daten werden zurückgesetzt.

Manueller Modus

1. So starten Sie den manuellen Modus

- a. Schalten Sie den Netzschalter ein - das Gerät geht automatisch in den manuellen Modus über.
- b. Wenn das Gerät steht, drücken Sie PROGRAM, um manuell in den manuellen Modus zu wechseln.

2. Verfügbare Einstellungen im manuellen Modus

- Es stehen drei Funktionen zur Auswahl:
 - **Countdown-Zeit,**
 - **Countdown der Entfernung,**
 - **Kalorien-Countdown.**
- Wenn Sie sich im manuellen Modus befinden, drücken Sie die MODE-Taste, um einen der Countdown-Modi auszuwählen.
- Sobald Sie den gewünschten Wert eingestellt haben, drücken Sie START, um Ihr Training zu beginnen.
- Die Standard-Startgeschwindigkeit beträgt 1,0 km/h und wird vom Benutzer eingestellt.
- Es kann jeweils nur ein Countdown-Modus aktiviert werden. Der eingestellte Parameter wird abwärts gezählt, die anderen werden positiv gezählt.

3. Betrieb im manuellen Modus

A. Grundmodus (ohne Countdown)

- Die Zeitanzeige zeigt 0:00 an.
- Zeit, Strecke und Kalorien werden automatisch gezählt.
- Durch Drücken von STOP wird das Laufband schrittweise angehalten und die Standardeinstellungen werden wiederhergestellt.

B. Countdown-Zeitmodus

- Standardeinstellung: 30:00 Minuten, Einstellbereich: 5:00-99:00 (Schritt in 1-Minuten-Schritten).
- Verwenden Sie die Tasten+ / - , um die Werte einzustellen.

C. Countdown-Distanzmodus

- Standardwert: 1,0 km, Bereich: 1,0-99,0 km (in 1 km-Schritten).
- Einstellen mit den Tasten+ / - .

D. Kalorien-Countdown-Modus

- Voreinstellung: 50 kcal, Bereich: 20-990 kcal (Schrittweite in 10 kcal-Schritten).
- Stellen Sie den Wert mit den Tasten+ / - ein.

E. Betrieb während eines Laufs

A. Wenn START gedrückt wird, gibt es einen 5-sekündigen Countdown, nach dem der Motor mit 1 km/h startet.

B. Verwenden Sie die Tasten+ / - oder QUICK SPEED, um die Geschwindigkeit zu ändern.

C-E. Wenn der gewählte Modus (Kalorien, Distanz oder Zeit) Null erreicht, wird das Laufband allmählich langsamer und hält an. Das Gerät kehrt dann in den manuellen Modus zurück.

Automatische Programme (P1-P36)

1. Auswahl und Einstellung der Programme

- Die Programme P1-P36 sind integrierte Trainingsprogramme, die nur für den Countdown-Modus bestimmt sind.
- Im Einstellungsmodus beginnt das Zeitfenster zu blinken - das bedeutet, dass es konfigurierbar ist.
- Verwenden Sie die Tasten "+" / "-", um die Trainingszeit einzustellen. Bereich: 5:00 - 99:00 Minuten (in 1-Minuten-Schritten). Standardwert: 30:00 Minuten.
- Durch Drücken der "MODE"-Taste wird der Standardwert wiederhergestellt.

2. Training starten

- Nachdem Sie Ihr Programm ausgewählt haben, drücken Sie "START" - ein 5-sekündiger Countdown beginnt, begleitet von 5 Signaltönen.
- Das Laufband beschleunigt sanft auf die im gewählten Programm angegebene Geschwindigkeit und hält das Tempo entsprechend den Einstellungen (einschließlich einer eventuellen Steigung).

3. Ändern der Geschwindigkeit während des Programms

- Mit den Tasten "+", "-" oder "QUICK SPEED" können Sie die Geschwindigkeit des Laufbands während des Laufs jederzeit manuell anpassen.

4. Beendigung des Programms

- Wenn Sie bei laufendem Motor die "STOP"-Taste drücken, verlangsamt das Gerät allmählich, bis es zum Stillstand kommt.
- Dies wird von einem langen Piepton begleitet und alle Einstellungen werden auf den Standard-Standby-Modus zurückgesetzt.

Fett-Testprogramm (FAT)

Der Body-Mass-Index (FAT) ist ein vereinfachter Indikator für das Verhältnis zwischen Körpergröße und Gewicht, der - in Kombination mit anderen Gesundheitsparametern - zur Beurteilung des Körpergewichts beitragen kann.

• FAT-Referenzwerte:

- < 18 - zu schlanke Figur
- 18-24 - Idealfigur
- 25-28 - übergewichtig
- > 29 - fettleibig

Der FAT-Index ist indikativ und sollte nicht als medizinische Diagnose betrachtet werden.

Anleitung zur Durchführung des FAT-Tests

1. Beginn des Tests

- Drücken Sie bei gestopptem Laufband die Taste "PROG", um das Körperfett-Testprogramm mit der Bezeichnung "FAT" aufzurufen.
- Drücken Sie die Taste "MODE", um die Programmnummer auszuwählen und stellen Sie dann die Parameter mit den Tasten "+" / "-" ein.

2. Einstellung des Geschlechts (F1)

- F1 erscheint auf dem Bildschirm "Puls" und der Standardwert 01 (männlich) erscheint im Fenster "Kalorien".
- Verwenden Sie "+" / "-" zur Auswahl:
 - 01 - männlich
 - 02 - weiblich

3. Einstellung des Alters (F2)

- Nachdem Sie "MODE" gedrückt haben, gehen Sie zur Alterseinstellung (F2).
- Im Fenster "Kalorien" werden standardmäßig 25 angezeigt.
- Einstellbereich: 1-99 Jahre.

4. Höheneinstellung (F3)

- Ein weiterer Druck auf "MODE" aktiviert die Einstellung der Körpergröße (F3).
- Der Standardwert ist 170 cm (67 Zoll).
- Einstellbereich: 100-220 cm (oder 39-87 Zoll).
- Stellen Sie den Wert mit den Tasten "+" / "-" ein.

5. Körperfett-Test (FAT/BMI)

- Drücken Sie die "MODE"-Taste - auf der "Puls"-Anzeige erscheint F5 und im Kalorienfenster erscheint "-----".
- Legen Sie Ihre Hände auf die Herzfrequenzsensoren - nach 8 Sekunden wird das BMI-Ergebnis angezeigt.

Sicherheitsschlüssel

Der Schlüssel besteht aus einem Schalter, einem Kleiderclip und einer Nylonschnur. Er wird verwendet, um das Laufband im Notfall anzuhalten.

- 1. Wenn der Schlüssel während des Betriebs abgezogen wird, erscheint auf dem Bildschirm "E-07" und das Laufband stoppt sofort.
- 2. Wenn die Taste erneut gedrückt wird, schaltet sich der Bildschirm für 2 Sekunden ein und das Laufband kehrt in den Standardzustand zurück (manueller Modus P0, Zähler auf Null zurückgesetzt).

Benutzerprogramm (U01-U03)

Der Benutzer kann 3 benutzerdefinierte Trainingsprogramme erstellen und speichern. Erstellen eines Programms:

1. Drücken Sie "PROG", um den Modus U01-U03 zu wählen.
2. Drücken Sie "MODE", um die Einstellungen zu starten:
 - Dauer: 5-99 min
 - Geschwindigkeit: 1-20 km/h (Schnellwahl möglich)
 - Steigung: 0-15% (auch Schnellwahl)
3. Nachdem Sie jeden Parameter eingestellt haben, drücken Sie "MODE", um zum nächsten Parameter zu gelangen.
4. Die Einstellungen werden automatisch gespeichert, wenn die Konfiguration abgeschlossen ist.
5. Um zu starten, drücken Sie "START".

Beim nächsten Start wählen Sie einfach das Programm aus und drücken Sie "START". Messung der Herzfrequenz

- Wenn Sie Ihre Hand auf die Sensoren legen, wird Ihr Herzfrequenzwert innerhalb von 5 Sekunden angezeigt.
 - Anzeigebereich: 50-200 Schläge/min.
 - Das Herzsymbol pulsiert im Rhythmus der gemessenen Herzfrequenz.
- Die Daten sind Richtwerte und ersetzen keine medizinischen Messungen.

Wertebereich:

	Einstellen des Anfangswertes	Bereich	Anzeigebereich
Zeit (Minuten: Sekunden)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Geschwindigkeit (km/h)	NICHT ANWENDBAR	NICHT ANWENDBAR	1-16KM
Steigung (%)	NICHT ANWENDBAR	NICHT ANWENDBAR	0
Entfernung (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalorien (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Parameter-Einstellungen

Wenn Sie den Maximalwert (99:00) erreicht haben und "+" drücken, kehrt das System automatisch zum Minimalwert (5:00) zurück, wodurch ein sogenannter Zyklus entsteht.

Energiesparfunktion (ERP)

- Standardmäßig aktiv.
- Wenn das Laufband 4,5 Minuten lang nicht benutzt wurde, schaltet es automatisch in den Ruhemodus, um Energie zu sparen.
- Um das System aufzuwecken, drücken Sie eine beliebige Taste.
- So deaktivieren/aktivieren Sie den ERP-Modus:
- Halten Sie im Standby-Modus die Taste "MODE" etwa 3 Sekunden lang gedrückt.
- Auf der Konsole wird "2222" angezeigt - die ERP-Funktion wurde deaktiviert.
- Wiederholen Sie den Vorgang, um sie wieder zu aktivieren.
- Die Konsole zeigt "1111" an - die ERP-Funktion ist aktiviert.

Häufige Fehler und Methoden zur Fehlerbehebung

Problem-Code	Wahrscheinliche Ursache	Reparatur
System funktioniert nicht	A. Strom ist nicht angeschlossen oder nicht eingeschaltet	Schließen Sie den Strom an oder stellen Sie den Netzschalter in die Position "NO".
	B. Die Sicherheitsverriegelungen sind nicht angebracht	Stellen Sie die Sicherheitsverriegelung in die richtige Position
	C. Steuergerät oder Konsole nicht eingeschaltet	Steuergerät oder Konsole austauschen
	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	TASTE FEHLERHAFT	Konsole oder Hauptplatine austauschen
E-01	A. Das Kommunikationskabel ist schlecht angeschlossen	Schließen Sie das Kommunikationskabel erneut an und prüfen Sie, ob der Anschluss richtig angeschlossen ist, oder ersetzen Sie das Kommunikationskabel.
	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 die Steuerung angeschlossen oder die Steuerung 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. Defekte Lichtschranke	Fotosensor austauschen
	C. Verschmutzter fotoelektrischer Sensor oder schlechter erster Kontakt	Prüfen und neu anschließen/reinigen Sie den Sensor.
	D. Fehlerhaftes 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 kein Signal der Sicherheitsverriegelung	1. Prüfen, ob die Sicherheitsverriegelung vorhanden ist;0 2. Bringen Sie die Sicherheitsverriegelung wieder an;
Kein Impulssignal	A. Griffkabel nicht angebracht oder Kabel Griffkabel ist nicht in Ordnung	Prüfen und anschließen oder ersetzen Sie das Griffkabel
	B. Schaltkreisfehler im elektronischen System	Konsole austauschen
Unvollständige oder fehlende Konsolenleitungen	A. Display ist defekt	Hauptplatine oder Bildschirm auswechseln
	B. Systemausfall	Austausch der Konsole

Auf- und Zuklappen des Laufbandes

1. Zusammenklappen - Trennen Sie das Laufband vor dem Zusammenklappen von der Stromzufuhr.
2. Ausklappen
 - Stellen Sie das Laufband etwa 1 m von der Steckdose entfernt auf.
 - Der Boden muss eben und frei von Hindernissen sein.
3. Bewegen - Vergewissern Sie sich vor dem Bewegen des Laufbandes, dass e:
 - Der Strom ist ausgeschaltet.
 - Der Stecker ist aus der Steckdose gezogen.
 - Das Laufband ist zusammengeklappt.
 - Schritt für Schritt vorgehen:
 - Fassen Sie das Laufband mit einer Hand an der Rückseite und mit der anderen Hand an den Griffstangen auf der gleichen Seite.
 - Kippen Sie es in einem Winkel von 40-50° in Richtung Brust.

Gefahr!

Wenden Sie sich an einen qualifizierten Elektriker oder an das Servicepersonal, wenn Sie nicht wissen, ob das Gerät richtig geerdet ist. Tauschen Sie den mit dem Gerät gelieferten Stecker nicht ohne Genehmigung aus. Wenn der Stecker nicht mit der Steckdose kompatibel ist, sollte ein qualifizierter Elektriker eine geeignete Steckdose installieren. Sie sollte 220-240 Volt haben und für diesen Steckdosentyp geeignet sein.

Erste Schritte mit dem Laufband

Schließen Sie das Netzteil an und schalten Sie es ein.

Klappen Sie das Laufband in die unterste Position aus und überprüfen Sie, ob es ordnungsgemäß funktioniert. Befestigen Sie die Sicherheitsleine an Ihrer Kleidung - dies ist ein wichtiges Sicherheitsmerkmal.

Richtig starten und laufen

Stellen Sie sich nicht sofort auf das Laufband!

Stellen Sie sich auf die seitlichen Schienen und stützen Sie sich mit den Händen auf die Griffstangen. Wenn Sie auf "START" drücken:

Das Laufband startet nach 5 Sekunden mit einer Geschwindigkeit von 1,0 km/h.

Verwenden Sie dann die Taste "+", um die Geschwindigkeit auf komfortable 2,5-3,5 km/h zu erhöhen. Halten Sie den Lenker fest und gehen Sie allmählich in die Bahn hinein, wobei Sie die Geschwindigkeit anpassen.

Ändern der Geschwindigkeit und Anhalten

Beschleunigen oder verlangsamen Sie mit "+" und "-".

Sie können auch einen bestimmten Geschwindigkeitswert auswählen, indem Sie auf die entsprechende Schaltfläche klicken. Durch Drücken von "STOP" wird der Motor angehalten.

Automatische Modi und Programme

Schalten Sie den Strom ein.

Drücken Sie "SELECT", um einen Modus zu wählen.

Drücken Sie "START", um das ausgewählte Programm zu starten.

Während der Benutzung können Sie die Geschwindigkeit anpassen oder das Training mit der "STOP"-Taste beenden.

Pulsmessung (HRC)

Halten Sie Ihre Hände auf die Metallsensoren - die aktuelle Herzfrequenz (HRC) wird angezeigt.

Hinweis: Das Entfernen des Sicherheitsschlüssels stoppt das Laufband sofort und der Computer zeigt eine Meldung an.

WARTUNG:

Eine ordnungsgemäße Wartung ist entscheidend für den zuverlässigen und sicheren Betrieb des Laufbandes. Wird sie vernachlässigt, kann sie zu Schäden führen oder die Lebensdauer des Geräts verkürzen. Alle Komponenten sollten regelmäßig überprüft und festgezogen werden. Verschlossene 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

Um zu prüfen, ob eine Schmierung erforderlich ist, heben Sie die Seiten des Laufbandes an und berühren Sie den hinteren, mittleren Teil:

- Wenn Sie das Silikon spüren können, ist eine Schmierung nicht erforderlich.
- Wenn die Oberfläche trocken ist, sollte eine Schmierung durchgeführt werden.

Anweisungen zum Schmieren:

1. Halten Sie das Gerät an und klappen Sie das Laufband zusammen.

2. Heben Sie das Laufband auf der Rückseite des Hauptrahmens ab.

3. Halten Sie die Flasche so nah wie möglich an die Mitte des Bandes und sprühen Sie Silikonöl auf beide Seiten. Lassen Sie das Laufband mit 1 km/h laufen, um das Öl gleichmäßig auf der Lauffläche zu verteilen.

1. Einstellung des Laufbandes

Werkseitig ist der Laufriemen korrekt ausgerichtet. Durch den Gebrauch kann er jedoch locker werden, was zu Unterbrechungen oder Schlupf führt. 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 rutschen. Eine zu starke Spannung hingegen kann den Motor überlasten und Schäden an Motor, Riemen, Rollen oder anderen Komponenten verursachen.

2. Einstellung der Riemenlenkung

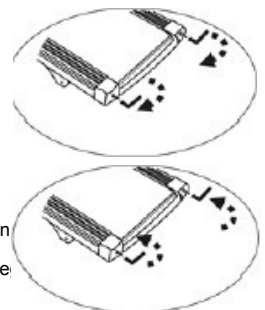
Obwohl der Riemen werkseitig eingestellt ist, kann er sich mit der Zeit verschieben. Die häufigsten Ursachen sind:

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

Wenn die Abweichung nicht dauerhaft ist, können Sie das Laufband einige Minuten lang ohne Belastung 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 bewegt sich nach links→ Ziehen Sie die linke Schraube an (im Uhrzeigersinn)→ Oder lösen Sie die rechte Schraube (gegen

Beispiel 2: Der Riemen bewegt sich nach rechts→ Ziehen Sie die rechte Schraube an (im Uhrzeigersinn)→ Oder lösen Sie die linke Schraube (ge



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 mit 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. Einstellung des Antriebsriemens (Motor)**

Die Antriebsriemen sind werksseitig voreingestellt, können sich aber mit der Zeit lockern, 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
Laufband funktioniert nicht	A. Es ist nicht eingesteckt	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 überprüfen
	D. Spannungsversorgung 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 Schmiermittel auf Basis von Methylsilikonöl
	B. Die Laufbänder sind zu fest angezogen	Laufbänder auf festen Sitz einstellen
Laufband ist verrutscht	A. Laufband ist zu locker	Laufbänder auf festen Sitz einstellen
	B. Riemen ist lose	Spannung des Antriebsriemens einstellen

Problem	Ursache	Wartung
System funktioniert nicht	A. Kein Strom	Stecker in die Steckdose, Eingang mit Strom
	B. Sicherheitsschlüssel ist nicht in der richtigen Position	Bringen Sie den Sicherheitsschlüssel in die richtige Position
	C. der Transformator ist nicht richtig angeschlossen oder Der Transformator ist defekt	Überprüfen Sie den Transformator und schließen Sie ihn richtig an oder tauschen Sie ihn aus.
	D. Unterbrochener Stromkreis	Überprüfen Sie die Eingangs- und Ausgangsklemmen des Systems und die Kommunikationsleitungen.
Plötzlicher Stopp im Normalzustand	A. Abgefallener Sicherheitsschlüssel	Korrekte Installation des Sicherheitsschlüssels
	B. Falsches System	Service kontaktieren
Schaltflächen funktionieren nicht	A. Einige der Tasten sind beschädigt	Tasten austauschen
	B. Alle Tasten sind defekt	1. Tasterplatine und Tastendrähte austauschen 2. Hauptplatine austauschen; Konsole austauschen
E1	Schlechte Verbindung der Kommunikationskabel	Schließen Sie das Kommunikationskabel erneut an und prüfen Sie, ob der Port angeschlossen ist, oder tauschen Sie das Kommunikationskabel aus.
	B. Konsole ist defekt	Austausch der Konsole
	C. Transformator ist defekt	Prüfen und ersetzen Sie den Transformator
	D. Die Steuerung ist defekt	Ersetzen Sie das Steuergerät
E2	A. Motorkabel oder Motor ist defekt	Motorkabel oder Motor prüfen und ersetzen
	B. Schlechte Verbindung zwischen Motorkabel und Regler oder Regler defekt	Kabel prüfen und richtig anschließen oder Regler austauschen
E3	A. Drehzahlsensor ist nicht korrekt montiert	Prüfen und montieren Sie ihn richtig
	B. Der Geschwindigkeitssensor ist defekt	Ersetzen Sie den Geschwindigkeitssensor
	C. Schlechte Verbindung zwischen Geschwindigkeitssensor und Steuergerät	Prüfen Sie den Anschluss und schließen Sie ihn korrekt an.
	D. Steuergerät ist defekt	Ersetzen Sie das Steuergerät
E5	A. Das Steuergerät ist defekt	Ersetzen Sie das Steuergerät
	B. Der Motor ist defekt	Tauschen Sie den Motor aus.
E7	Kein Sicherheitsschlüsselsignal an der Konsole erkannt	1. Prüfen Sie, ob sich der Sicherheitsschlüssel in der richtigen Position befindet; 2. Bringen Sie den Sicherheitsverriegelungsmechanismus wieder an, um sicherzustellen, dass sich das Loch in der Mitte befindet und die schwarze Bohne an ihren Platz springt. dass das Loch in der Mitte ist und die schwarze Bohne einrastet. Ersetzen Sie die Konsole
Die Herzfrequenzdaten werden nicht angezeigt	A. Das Handpuls-Kabel ist nicht richtig angeschlossen oder das Handpuls-Kabel ist beschädigt.	Überprüfen Sie das Kabel und schließen Sie es gut an oder tauschen Sie es aus.
	B. Fehler in der elektronischen Systemleitung	Austausch der Konsole
Die elektronische Anzeige ist unvollständig	A. Die Schrauben der Auswerfplatte haben sich gelöst	Verriegelungs- und Befestigungsschrauben
	B. Systemausfall	Austausch der Konsole



Bluetooth APP für Laufband



Bluetooth-Verbindung unterstützt AnyRun, Zwift und Kinomap



AnyRun

Laden Sie die AnyRun App herunter, registrieren Sie sich, melden Sie sich an und gehen Sie auf die 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 Code auf der Gerätekonsole 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, sie 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; Klicken Sie dann auf die Bluetooth-Marke Ihrer Wahl, z. B. Anyrun usw.; Klicken Sie auf den Inhalt im Abschnitt Interaktiv, die Anwendung erkennt die gefundene Hardware, wählen Sie den Bluetooth-Code aus, der mit dem auf der Hardware-Konsole markierten Code übereinstimmt, klicken Sie dann auf NEUES GERÄT HINZUFÜGEN, die erfolgreich hinzugefügte Hardware 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.

ES

Instrucciones de uso

1. Enchufe el cable de alimentación exclusivamente a una toma con conexión a 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 fíjese 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 2000x 1000 mm.
14. Desconecte siempre la unidad de la red eléctrica durante el mantenimiento.
15. En caso de sonidos extraños, olor a quemado, problemas con la pantalla o el movimiento de la cinta, detenga inmediatamente el entrenamiento, desconecte la alimentación y póngase en contacto con el servicio técnico.

No.	Nombre de la pieza	Cantidad	No.	Nombre de la pieza	Cantidad
1	Bastidor principal	1	51	Arandela de plástico $\Phi 18 \times \Phi 8.5 \times 2.0$	2
2	Tornillo de cabeza cilíndrica con rosca completa M8*20	2	52	Pomo $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Tornillo con rosca completa M5*10	8	53	Pomo en L	2
4	Tornillo autorroscante ST4*16	9	54	Soporte de botella	1
5	Tornillo Allen con rosca completa M8*75	2	55	Tapa del soporte izquierdo	1
6	Arandela plana $\Phi 8$	2	56	Tapa del soporte derecho	1
7	Cilindro Allen con rosca completa M6*45	1	57	Cable de comunicación	1
8	Tornillo autorroscante ST4*10	2	58	Marco de la consola	1
9	Tornillo de cabeza cilíndrica con rosca completa M6*55x $\Phi 16$	6	59	Placa de fijación de la consola	1
10	Perno roscado macizo M4*16	2	60	Muelle $\Phi 12,5 \times \Phi 6,2 \times 0,7$	4
11	Tornillo de rosca completa M4*10	2	61	Arandela escalonada M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4,7$	2
12	Tornillo autorroscante ST4*15	8	62	Tornillo autorroscante ST4*10	2
13	Arandela plana $\Phi 5$	2	63	Tornillo autorroscante ST4*16	20
14	Arandela de seguridad dentada exterior $\Phi 5$	2	64	Tornillo autorroscante ST4*10	16
15	Arandela elástica $\Phi 5$	2	65	Tornillo autorroscante ST4*15	4
16	Arandela plana de plástico $\Phi 12 \times \Phi 6 \times 1,0$	6	66	Tornillo hexagonal con rosca completa M6*25	2
17	Anillo magnético	1	67	Tornillo. con rosca completa	2
18	Rodillo delantero	1	68	Tuerca hexagonal	4
19	Rodillo trasero	1	69	Consola	1
20	Motor	1	70	Cable de comunicación	1
21	Correa de rodadura	1	71	Panel de la consola	1
22	Estríbo	1	72	Tapa consola trasera	1
23	Correa motor 174(442)PJ6	1	73	Llave de seguridad	1
24	Tornillo avellanado con rosca interior M4*8	2	74	Llave de seguridad	1
25	Tapa del motor	1	75	Cesta superior	1
26	Tapa trasera	1	76	Cesta inferior	1
27	Barra lateral	2	77	Tapa decorativa consola delantera	1
28	Cojín cuadrado	6	78	Tapa decorativa trasera de la consola	1
29	Ruedas	2	79	Cable de impulso del asa	2
30	Bloque guía con borde redondo	6	80	Empuñadura de impulso inicio/parada	1
31	Pie	4	81	Conjunto de impulsos de la palanca de velocidad	1
32	Abrazadera de cable	2	82	Cable del botón táctil	1
33	Cable de comunicación	1	83	Bastidor de soporte plegable	2
34	Cable de alimentación	1	84	Muelle helicoidal cilíndrico	2
35	Cable de alimentación	1	86	Tornillo de cabeza cilíndrica con rosca completa	2
36	Cable de alimentación	1	88	Almohadilla de EVA	2
37	Cable de alimentación	1	89	Adhesivo acrílico para la consola	1
38	Sensor de velocidad	1	90	Tornillo de rosca	2
39	Interruptor	1	91	Muelle $\Phi 8 \times \Phi 4,2 \times 0,4$	4
40	Interruptor de rearme automático	1	92	Muelle $\Phi 40 \times \Phi 20,4 \times 2.0$	2
41	Abrazadera del cable de alimentación	1	93	Distanciador t4.0x $\Phi 40$	2
42	Soporte metálico para el sensor de velocidad	1	96	Cable de alimentación	1
43	Soporte izquierdo	1	97	Soldaduras soporte trasero	1
44	Soporte derecho	1	98	Tornillo hexagonal con cabeza plana grande con dentado completo M8*20	2
45	Tornillo Allen con rosca completa M8*20	4	99	Arandela plana $\Phi 8$	2
46	Tornillo autorroscante ST4*10	4	100	Tuerca hexagonal M8	2
47	Arandela plana $\Phi 8$	2	101	Clip de muelle	1
48	Tuerca hexagonal M8	2			
49	Arandela plana $\Phi 32 \times \Phi 8.5 \times 2.0$	2			
50	Arandela de plástico $\Phi 24 \times \Phi 16 \times 2.0$	2			

Advertencias y prohibiciones:

- ⚠ No utilice la cinta de correr
- si está en tratamiento y no cuenta con la aprobación de su médico,
- si tiene problemas de corazón, espalda, articulaciones, osteoporosis o enfermedades crónicas graves,
- si está embarazada, menstruando o se encuentra mal,
- si ha consumido alcohol o está bajo la influencia de drogas que alteren la concentración,
- si el cable de alimentación está dañado o la toma de corriente está suelta.

⚠ 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 o bajarse de la cinta mientras la máquina está en marcha,
- el uso de la cinta de correr por niños y personas inconscientes o con deficiencias motrices.



- Consola
- Pasamanos
- Pomo
- Perfil
- Barandilla lateral
- Correa
- Tapa trasera
- Bastidor principal
- Pomo en L
- Tapa del motor
- Soporte en L
- Soporte para botellas
- Marco de la

consola Información técnica:

Dimensiones	Plegado 1520*780*265 mm
	Desplegado 1520*780*1280
Superficie de rodadura	1220*440 mm
Velocidad	1,0-16,0 km/h

Nota: nos reservamos el derecho de modificar el producto sin previo aviso.



Lista de embalaje:

- Máquina
- Soporte para botellas
- Botella de silicona
- Llave de seguridad
- Manual de instrucciones
- Juego de equipamiento

Lista de herramientas:

- Llave 14x17x75 - x1
- Llave en T 6 mm - x1
- Tornillo afilado de rosca completa M4x16 - x2



Piezas principales:

- Cubierta del motor
- Consola
- Motor
- Correa del motor
- Correa de rodadura
- Estribo
- Barandilla lateral
- Rodillo trasero
- Rodillo delantero
- Cubierta trasera



1. INSTRUCCIONES

DE MONTAJE:

- Saque la máquina de la caja y colóquela sobre un suelo plano (véase la foto de arriba), retire todas las bolsas y la cinta adhesiva que envuelven la máquina.
- Afloje los dos pomos en forma de L de la parte inferior y, a continuación, levante los montantes verticales.
- Levante el perfil vertical hasta la posición superior y, a continuación, bloquee el pomo.
- Afloje los pomos de ambos lados, ajuste el marco de la consola a la posición correcta y, a continuación, bloquee los pomos.
- Ajuste la consola a la posición correcta, monte el portabotellas en el perfil izquierdo utilizando un tornillo de rosca maciza M4 * 16. Después de comprobar dos veces que todos los pomos están bien bloqueados, el montaje está completo.

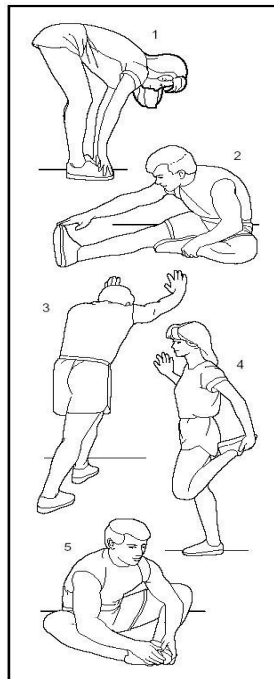
2. INSTRUCCIONES DE MONTAJE:

- Monte la pista de rodadura de acuerdo con el procedimiento de montaje, coloque la consola en posición horizontal, sujete el marco de la consola con una mano y, a continuación, afloje los pomos con la otra mano para plegar el marco de la consola. Sujete el perfil con una mano y, a continuación, afloje el pomo en forma de L con la otra mano para plegar el poste del soporte y, por último, bloquee el pomo en forma de L. La cinta de correr está plegada y puede desplazarse y/o guardarse.
 - Gire los soportes plegables según la dirección indicada en las ilustraciones siguientes.
 - Coloque la cinta de correr de pie.
- Nota: La cinta de correr debe colocarse cerca de la pared, lejos de los niños, para evitar lesiones inesperadas.
- Cinta de correr de pie
- Después de realizar el montaje según los tres primeros pasos, tire del pestillo izquierdo situado en la parte inferior de la máquina, con el tubo de soporte hacia abajo, hasta que el pestillo quede en su sitio con un sonido de "chasquido", lo que dará como resultado una posición vertical sin resistencia.
- Nota: Mantener alejado de los niños, en caso de lesiones inesperadas.

CONSEJOS Y SUGERENCIAS PARA EL EJERCICIO:

- Calentamiento Calienta durante 5-10 minutos antes de cada sesión de ejercicio.
- Respiración Cuando hagas ejercicio, no contengas la respiración. Inspira por la nariz y expira por la boca, sincronizando la respiración con el movimiento.
- Frecuencia Cada músculo debe entrenarse después de 48 horas de descanso, es decir, en días alternos.
- Carga Adapta la intensidad del entrenamiento a su condición física. El dolor muscular al principio del ejercicio es normal, pero puede minimizarse continuando con la actividad regular.
- Relajación Dedique 5 minutos a relajarse después del ejercicio para facilitar la recuperación y mantener la flexibilidad muscular.
- Dieta Para proteger su sistema digestivo, no empiece a hacer ejercicio inmediatamente después de comer. Después de entrenar, 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 Independientemente de tu ritmo de carrera, empieza por estirar. Los músculos calentados se estiran más fácilmente, así que primero camina de 5 a 10 minutos, luego detente y estira cada pierna cinco veces durante al menos 10 segundos cada una. Repite los estiramientos también después del entrenamiento.

1. Flexión hacia delante Ponte recto e inclínate, intentando tocar los dedos de los pies con las manos. Mantenga la posición durante 10-15 segundos y luego relájate. Repita 3 veces. (Véase la figura 1)
2. Estiramiento del tendón de la rodilla Siéntese sobre un cojín limpio y estire una pierna. Doble la otra pierna de modo que el pie toque la parte interior del muslo de la pierna estirada. Inclínese hacia delante e intente tocarse los dedos de los pies con la mano. Mantenga la posición durante 10-15 segundos y relájese. Repita 3 veces con cada pierna (véase la figura 2).
3. Estiramiento de pantorrillas y talones Apoye las palmas de las manos contra una pared o un árbol y extienda una pierna hacia atrás. Mantenga la pierna de atrás estirada y el talón apoyado en el suelo. Inclínese suavemente hacia la pared. Mantenga la posición durante 10-15 segundos y luego relaje. Repita 3 veces con cada pierna (véase la figura 3).
4. Estiramiento del músculo cuádriceps del muslo Apóyese en una pared o mesa con la mano izquierda para mantener la estabilidad. Sujete el tobillo derecho con la mano derecha y lleve suavemente el pie hacia las nalgas hasta que sienta tensión en la parte delantera del muslo. Mantenga la posición durante 10-15 segundos y relájese. Repita 3 veces con cada pierna (véase la figura 4).
5. Estiramiento de los aductores (cara interna de los muslos) Siéntese con las plantas de los pies juntas y las rodillas hacia fuera. Sujete los pies con ambas manos y llévelos suavemente hacia la ingle. Mantenga la posición durante 10-15 segundos y relájese. Repita la operación 3 veces. (Véase la figura 5)



Descripción de las funciones de la consola

1. Programas de entrenamiento

P0 se utiliza para establecer un programa de entrenamiento individual. P1-P36

son programas de entrenamiento automáticos integrados.

También hay tres programas de usuario (USER) y una calculadora de IMC.

2. Pantalla - La consola tiene una pantalla LED y cuatro botones de control.

3. Ventana de medición - Se muestran los valores de velocidad y distancia, con la opción de cambiar entre kilómetros y millas.

4. Rango de velocidad - De 1,0 a 16,0 km/h.

5. Protecciones

- Sobrecarga
- Sobrecorriente
- A prueba de explosiones
- Contra el exceso de velocidad
- Antiinterferencias (CEM)
- Otras funciones para proteger al usuario y al aparato

6. Autotest del sistema - Detección automática de averías y sus mensajes en pantalla.

7. Tres funciones personalizadas - Ajustes personalizables.

8. Función de productos relacionados con la energía (ERP).

9. Silenciamiento del zumbador - Opción de desactivar los sonidos de notificación.

Instrucciones de puesta en marcha y procedimientos de seguridad

- Enchufe el cable de alimentación a una toma de 10 A con toma de tierra.
- Encienda el interruptor de alimentación: la pantalla de la consola se iniciará y se mostrará completamente.
- Coloque la llave de seguridad en el lugar adecuado de la consola y sujete su pinza a la altura del pecho.
- Un sistema electrónico supervisa constantemente la seguridad. Si se detecta alguna anomalía, la cinta se detendrá de emergencia y aparecerá un mensaje de error y una señal acústica en la pantalla.
- Para borrar el mensaje de error, retire la llave de seguridad o desconecte la alimentación.

Descripción de la pantalla y los botones

1. Pantalla LED

Ventana "DISTANCIA / TIEMPO" - muestra la distancia recorrida y el tiempo de entrenamiento. Ventana "CALORÍAS / PULSO" - muestra el valor de las calorías quemadas y la frecuencia cardíaca. Ventana "VELOCIDAD" - muestra la velocidad actual.

2. Cambio de unidades: kilómetros↔ millas

Convertir a millas: Retire la llave de seguridad. Mantenga pulsadas simultáneamente las teclas "PROGRAM" y "MODE" hasta que la pantalla muestre 0,6 - esto indica la conversión a millas.

Conversión a kilómetros: De nuevo, sin la llave de seguridad, pulse ambos botones ("PROGRAM" y "MODE") hasta que la pantalla muestre 1,0 - esto indica la vuelta a kilómetros.

3. Botones de mando

- **"P" - PROGRAMA:** En modo de espera, pulse el botón para seleccionar entre 36 programas (P1-P36) o el modo manual (P0). Velocidad por defecto: 1,0 km/h; máxima: 16 km/h.
- **"M" - MODO:** Permite seleccionar los modos de cuenta atrás: tiempo, distancia o calorías. Utilice los botones "SPEED+" y "SPEED-" para ajustar el valor y, a continuación, inicie el entrenamiento con el botón START.
- **"INICIO / PAUSA:** Pone en marcha la cinta de correr a una velocidad de 1,0 km/h. Pulsando de nuevo la detiene temporalmente y pulsando de nuevo reanuda el entrenamiento con los ajustes anteriores.
- **"STOP":** Detiene inmediatamente la cinta de correr y borra los datos.
- **"VELOCIDAD+" y "VELOCIDAD-":** Cambia la velocidad en incrementos de 0,1. Manteniendo pulsado el botón durante >2 segundos se produce una aceleración/desaceleración automática.

4. Tecla de seguridad

Consta de un imán, un clip y un cable.

- Cuando se extrae la llave, la cinta se detiene inmediatamente y la pantalla muestra el error "E-07" y emite un pitido.
- Al volver a introducir la llave, la pantalla se activa durante 2 segundos y luego pasa al modo de espera.

5. Programas y puesta en marcha

A. Tipos de programas

- P0 - Modo manual: cualquier ajuste de tiempo, distancia o calorías.
- P01-P36 - Programas automáticos
- U01-U03 - Programas personalizados (USUARIO)

B. Puesta en marcha de la cinta

C. Inserte la llave de seguridad en la ranura - la consola mostrará durante 2 segundos y luego entrará en modo manual.

D. Pulse START - cuenta atrás 5-4-3-2-1 con sonido y la cinta arrancará a 1,0 km/h.

E. Para detener la máquina durante un entrenamiento, pulse STOP - los datos se restablecerán.

Modo manual

1. Cómo iniciar el modo manual

- a. Encienda el interruptor de alimentación - la unidad entra automáticamente en modo manual.
- b. Cuando esté parado, pulse PROGRAM para entrar manualmente en el modo manual.

2. Ajustes disponibles en modo manual

- Hay tres funciones para elegir:
 - Cuenta atrás **de tiempo**,
 - Cuenta atrás **de distancia**,
 - Cuenta atrás **de calorías**.
- Una vez en modo manual, pulse el botón MODE para seleccionar uno de los modos de cuenta atrás.
- Una vez que haya ajustado el valor deseado, pulse START para iniciar su entrenamiento.
- La velocidad inicial por defecto es de 1,0 km/h, fijada por el usuario.
- Sólo se puede activar un modo de cuenta atrás a la vez. El parámetro ajustado será objeto de una cuenta atrás, los demás serán objeto de una cuenta positiva.

3. Funcionamiento en modo manual

A. Modo básico (sin cuenta atrás)

- La pantalla de tiempo muestra 0:00.
- El tiempo, la distancia y las calorías se cuentan automáticamente.
- Al pulsar STOP, la cinta se detiene gradualmente y se restablecen los ajustes predeterminados.

B. Modo de cuenta atrás

- Predeterminado: 30:00 minutos, intervalo de ajuste: 5:00-99:00 (paso en incrementos de 1 minuto).
- Utilice los botones+ / - para ajustar los valores.

C. Modo de distancia de cuenta atrás

- Por defecto: 1,0 km, rango: 1,0-99,0 km (paso en incrementos de 1 km).
- Ajuste con los botones+ / -.

D. Modo de cuenta atrás de calorías

- Por defecto: 50 kcal, rango: 20-990 kcal (paso en incrementos de 10 kcal).
- Ajuste el valor con los botones+ / -.

E. Funcionamiento durante un recorrido

A. Cuando se pulsa START, se produce una cuenta atrás de 5 segundos, tras la cual el motor arranca a 1 km/h.

B. Utilice los botones+ / - o QUICK SPEED para cambiar la velocidad.

C-E. Cuando el modo seleccionado (calorías, distancia o tiempo) llegue a cero, la cinta se ralentizará gradualmente y se detendrá. El aparato volverá al modo manual.

Programas automáticos (P1-P36)

1. Selección y ajuste de los programas

- Los programas P1-P36 son programas de entrenamiento integrados en el sistema, diseñados únicamente para el modo de cuenta atrás.
- En el modo de configuración, la ventana de tiempo empezará a parpadear, lo que indica que es configurable.
- Utilice los botones "+" / "-" para ajustar el tiempo de entrenamiento. Intervalo: 5:00 - 99:00 minutos (paso en incrementos de 1 minuto). Valor por defecto: 30:00 minutos.
- Pulsando la tecla "MODE" se restablece el valor por defecto.

2. Iniciar el entrenamiento

- Una vez que haya seleccionado su programa, pulse "START" - se iniciará una cuenta atrás de 5 segundos, acompañada de 5 pitidos.
- La cinta acelerará suavemente hasta alcanzar la velocidad especificada en el programa seleccionado y mantendrá el ritmo de acuerdo con sus ajustes (incluida cualquier inclinación).

3. Modificación de la velocidad durante el programa

- Puede utilizar los botones "+", "-" o "VELOCIDAD RÁPIDA" en cualquier momento para ajustar manualmente la velocidad de la cinta durante la carrera.

4. Finalización del programa

- Si pulsa el botón "STOP" mientras el motor está en marcha, la máquina desacelerará gradualmente hasta detenerse por completo.
- Se emite un pitido largo y todos los ajustes se restablecen en el modo de espera predeterminado.

Programa de prueba de grasa (FAT)

El índice de masa corporal (FAT) es un indicador simplificado de la relación entre la estatura y el peso que, en combinación con otros parámetros de salud, puede ayudar a evaluar el peso corporal.

- Valores de referencia del FAT:
 - < 18 - figura demasiado delgada
 - 18-24 - figura ideal
 - 25-28 - sobrepeso
 - > 29 - obesidad

El índice FAT es indicativo y no debe considerarse como un diagnóstico médico.

Instrucciones para realizar el test FAT

1. Inicio del test

- Con la cinta de correr parada, pulse la tecla "PROG" para acceder al programa de test de grasa corporal denominado "FAT".
- Pulse "MODE" para seleccionar el número de elemento y, a continuación, ajuste los parámetros mediante los botones "+" / "-".

2. Ajuste del sexo (F1)

- F1 aparecerá en la pantalla "Pulso" y el valor predeterminado 01 (hombre) aparecerá en la ventana "Calorías".
- Utilice "+" / "-" para seleccionar:
 - 01 - masculino
 - 02 - mujer

3. Ajuste de la edad (F2)

- Después de pulsar "MODE", vaya al ajuste de la edad (F2).
- La ventana "Calorías" mostrará 25 por defecto.
- Rango de ajuste: 1-99 años.

4. Ajuste de la altura (F3)

- Otra pulsación de "MODE" activa el ajuste de la altura (F3).
- El valor por defecto es 170 cm (67 pulgadas).
- Rango de ajuste: 100-220 cm (o 39-87 pulgadas).
- Ajuste el valor con los botones "+" / "-".

5. Test de grasa corporal (FAT/BMI)

- Pulse el botón "MODE" - la pantalla "Pulso" mostrará F5 y la ventana de calorías mostrará "-----".
- Coloque las manos sobre los sensores de frecuencia cardíaca - después de 8 segundos aparecerá el resultado del IMC.

Llave de seguridad

La llave incluye un interruptor, una pinza para la ropa y un cordón de nailon. Se utiliza para detener la cinta de correr en caso de emergencia.

- 1. si la llave se retira durante el funcionamiento, la pantalla mostrará "E-07" y la cinta se detendrá inmediatamente.
- 2. al volver a pulsar la tecla, la pantalla se encenderá durante 2 segundos y a continuación la cinta volverá al estado por defecto (modo manual P0, contadores puestos a cero).

Programa usuario (U01-U03)

El usuario puede crear y guardar 3 programas de entrenamiento personalizados. Creación de un programa:

1. Pulse "PROG" para seleccionar el modo U01-U03.
2. Pulse "MODE" para iniciar los ajustes:
 - Duración: 5-99 min
 - Velocidad: 1-20 km/h (selección rápida posible)
 - Pendiente: 0-15% (también selección rápida)
3. Después de configurar cada parámetro, pulse "MODE" para pasar al siguiente.
4. Los ajustes se guardan automáticamente al finalizar la configuración.
5. Para arrancar, pulse "START".

La próxima vez que empiece, sólo tiene que seleccionar el programa y pulsar "START". Medición de la frecuencia cardíaca

- Cuando coloque la mano sobre los sensores, el valor de su frecuencia cardíaca se mostrará en 5 segundos.
 - Rango de visualización: 50-200 pulsaciones/min.
 - El símbolo del corazón pulsa al ritmo de la frecuencia cardíaca medida.
- Los datos son indicativos y no sustituyen a las mediciones médicas.

Rango de valores:

	Ajuste del valor inicial	Rango	Rango de visualización
Tiempo (minutos: segundos)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Velocidad (km/h)	NO APLICABLE	NO APLICABLE	1-16KM
Pendiente (%)	NO APLICABLE	NO APLICABLE	0
Distancia (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Calorías (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Ajuste de parámetros

Al ajustar un valor (por ejemplo, el tiempo), utilice los botones "+" / "-" para aumentarlo o disminuirlo. Si alcanza el valor máximo (99:00) y pulsa "+", el sistema vuelve automáticamente al valor mínimo (5:00), creando un ciclo.

Función de ahorro de energía (ERP)

- Activa por defecto.
- Cuando la cinta de correr no se ha utilizado durante 4,5 minutos, entra automáticamente en modo de reposo para ahorrar energía.
- Para despertarla, pulse cualquier botón.
- Cómo desactivar/activar el modo ERP:
- En modo de espera, mantenga pulsado el botón "MODE" durante aproximadamente 3 segundos.
- La consola mostrará "2222": la función ERP se ha desactivado.
- Repita la acción para activarla de nuevo.
- La consola mostrará "1111" - La función ERP ha sido activada.

Averías comunes y métodos de resolución de problemas

Código del problema	Causa probable	Reparar
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 enclavamiento 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
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	LLAVE 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 bien 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 cambie el controlador
E-03	A. La fotocélula no está correctamente instalada	Compruebe y vuelva a conectar
	B. Barrera fotoeléctrica defectuosa	Sustituya la fotocélula
	C. Barrera fotoeléctrica sucia o primer contacto defectuoso	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 enclavamiento de seguridad	1. Verifique que el enclavamiento de seguridad esté en su lugar; 0 2. Reinstale el mecanismo de enclavamiento de seguridad;
No hay señal de pulso	A. El cable de la empuñadura no está colocado o cable de la empuñadura no está bien	Compruebe y conecte o sustituya el cable de la empuñadura
	B. Fallo 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

Plegado y desplegado de la cinta de correr

1. Plegado - Desconecte la alimentación eléctrica antes de plegar la cinta.
2. Despliegue
 - Coloque la cinta de correr aproximadamente a 1 m de la toma de corriente.
 - El suelo debe ser plano y estar libre de obstáculos.
3. Traslado - Antes de trasladar la cinta de correr, asegúrese de que e:
 - La corriente esté desconectada.
 - Se ha retirado el enchufe de la toma de corriente.
 - La cinta de correr se ha plegado.
 - Desplazarse paso a paso:
 - Sujete la parte trasera de la cinta de correr con una mano y el manillar del mismo lado con la otra.
 - Inclínala en un ángulo de 40-50° hacia el pecho.

Peligro:

Consulte a un electricista cualificado o al personal de servicio si no sabe si la máquina está correctamente conectada a tierra. No cambie el enchufe suministrado con este producto sin autorización. Si el enchufe no es compatible con la toma de corriente, un electricista cualificado deberá instalar una toma de corriente adecuada. Debe ser de 220-240 voltios y ajustarse a este tipo de enchufe.

Primeros pasos con la cinta de correr

Enchufe y encienda la fuente de alimentación

Despliegue la cinta de correr hasta su posición más baja y compruebe que funciona correctamente. Enganche el cordón de seguridad a su ropa: es un elemento de seguridad importante.

Arrancar y correr correctamente

No se ponga de pie sobre la cinta inmediatamente.

Colóquese sobre los raíles laterales con las manos en el manillar. Cuando pulse "START"

La cinta se pondrá en marcha después de 5 segundos a una velocidad de 1,0 km/h.

A continuación, utilice el botón "+" para aumentar a una velocidad cómoda de 2,5-3,5 km/h.

Sujetando el manillar, pise gradualmente el carril, igualando su velocidad.

Cambio de velocidad y parada

Acelera o desacelera utilizando "+" y "-".

También puede seleccionar un valor de velocidad específico pulsando el botón correspondiente. Si pulsa "STOP", el motor se detendrá.

Modos y programas automáticos

Conecte la alimentación.

Pulse "SELECT" para seleccionar un modo.

Pulse "START" para iniciar el programa seleccionado.

Durante el uso, puede ajustar la velocidad o finalizar el entrenamiento con el botón "STOP".

Medición del pulso (HRC)

Mantenga las manos sobre los sensores metálicos: se mostrará la frecuencia cardiaca actual (HRC).

Nota: Si retira la llave de seguridad, la cinta se detendrá inmediatamente y el ordenador mostrará un mensaje.

MANTENIMIENTO:

Un mantenimiento adecuado es crucial para el funcionamiento fiable y seguro de la cinta de correr. Si se descuida, puede provocar daños o acortar la vida útil de la máquina. Todos los componentes deben inspeccionarse y apretarse con regularidad. Las piezas desgastadas deben sustituirse inmediatamente.

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

levante los laterales de la cinta de correr y toque la parte trasera central:

- Si se nota la silicona, no es necesario lubricar.
- Si la superficie está seca, es necesario lubricar.

Instrucciones de lubricación:

1. Detenga la máquina y pliegue la cinta de correr.
2. Levante la cinta de correr de la parte posterior 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 a 1 km/h para que el aceite se distribuya uniformemente por la superficie de la cinta.

1. Ajuste de la cinta de correr

De fábrica, la correa de transmisión viene correctamente alineada. Sin embargo, con el uso, puede aflojarse y provocar interrupciones o deslizamientos. Si esto ocurre, apriete los tornillos de ajuste - cada uno media vuelta a la izquierda o a la derecha.

Si la correa está demasiado floja, puede deslizarse sobre 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

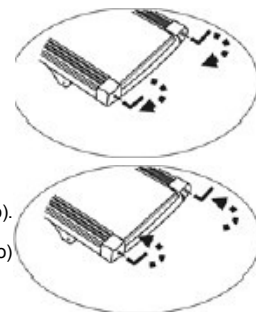
Aunque la correa viene ajustada de fábrica, puede desplazarse con el tiempo. Las causas más comunes son:

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

Si la desviación no es permanente, hacer funcionar la cinta sin carga durante unos minutos 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 desplaza hacia la izquierda→ Apriete el tornillo izquierdo (sentido horario)→ O afloje el tornillo derecho (sentido antihorario).

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 El cinturón 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 rango de ajuste debe asegurar 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 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 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	Utilizar un lubricante a base de aceite de metilsilicona
	B. Las cintas de rodadura están demasiado apretadas	Ajustar las bandas de rodadura
La banda de rodadura 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

Problema	Motivo	Mantenimiento
El sistema no funciona	A. No hay corriente	Enchufe a la toma de corriente, entrada con corriente
	B. La llave de seguridad no está en la posición correcta	Coloque la llave de seguridad en la posición correcta
	C. el transformador no está insertado correctamente o El transformador está defectuoso	Compruebe y conecte el transformador correctamente o sustituya el transformador.
	D. circuito roto	Compruebe el terminal de entrada y salida del sistema y las líneas de comunicación
Parada repentina en condiciones normales	A. Caída de la llave de seguridad	Instalación correcta de la llave de seguridad
	B. Sistema incorrecto	Contacte con el servicio técnico
Los botones no funcionan	A. Algunos botones están dañados	Sustituya los botones
	B. Todos los botones son incorrectos	1. Sustituya la placa de botones, los cables de los botones 2. Sustituir placa base; sustituir consola
E1	Mala conexión de los cables de comunicación	Vuelva a conectar el cable de comunicación y compruebe que el puerto está conectado o sustituya el cable de comunicación.
	B. La consola está defectuosa	Sustitución de la consola
	C. Transformador defectuoso	Compruebe y sustituya el transformador
	D. Controlador defectuoso	Sustituya el controlador
E2	A. Cable del motor o motor defectuoso	Compruebe y sustituya el cable del motor o el motor
	B. Mala conexión entre el cable del motor y el controlador o controlador defectuoso	Compruebe y conecte el cable correctamente o sustituya el controlador
E3	A. Sensor de velocidad mal montado	Compruebe y móntelo correctamente
	B. El sensor de velocidad está defectuoso	Sustituya el sensor de velocidad
	C. Mala conexión entre el sensor de velocidad y el controlador	Compruebe y conéctelo correctamente
	D. Controlador defectuoso	Sustituya el regulador
E5	A. El controlador está defectuoso	Sustituya el controlador
	B. El motor está defectuoso	Sustituya el motor
E7	No se detecta la señal de la llave de seguridad en la consola	1. Compruebe que la llave de seguridad está en la posición correcta; 2. Vuelva a instalar el mecanismo de bloqueo de seguridad para asegurarse de que el agujero está en el centro y la judía negra rebote en su sitio; Sustituya la consola
No se muestran los datos de frecuencia cardíaca	A. El cable del pulso de la empuñadura no está bien ensamblado o el cable del pulso de la empuñadura está dañado.	Compruebe y conecte bien o sustituya el cable del pulso de la empuñadura
	B. Fallo en la línea del sistema electrónico	Sustitución de la consola
La pantalla electrónica está incompleto	A. Los tornillos de la placa eyectora se han aflojado	Tornillos de bloqueo y fijación
	B. Fallo del sistema	Sustitución de la consola



APP Bluetooth para cinta de correr



La conexión Bluetooth es compatible con AnyRun, Zwift y Kinomap



AnyRun

Descarga, regístrate e inicia sesión en la aplicación AnyRun, ve a la página de configuración: 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 empareja.



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, seleccione el código Bluetooth que coincida con el código marcado en la consola del equipo y seleccione 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 un cinta de correr;

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



Kasutusjuhend

1. Ühendage toitejuhe eranditult maandatud pistikupesasse. 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. Soovitav on kanda sobivaid spordiriideid 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 seadme 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× 1000 mm.
14. Hoolduse ajal ühendage seade alati vooluvõrgust lahti.
15. Ebatavaliste helide, põleva lõhna, ekraani või rihma liikumise probleemide korral lõpetage kohe treening, ühendage vooluvõrk lahti ja võtke ühendust teenindusega.

Ei.	Osa nimetus	Kogus	Nr.	Osa nimetus	Kogus
1	Põhiraam	1	51	Plastist aluskate Φ18×Φ8,5×t2,0	2
2	Täieliku keermega M8*20 kruvi	2	52	Nupp Φ35×M8×20	2
3	Täieliku keermega kruvi M5*10	8	53	L-kujuline nupp	2
4	Isekeermestav kruvi ST4*16	9	54	Pudelihoidja	1
5	Täieliku keermega M8*75 kinnituspolt	2	55	Vasakpoolse klambri kate	1
6	Lame alusrõngas Φ8	2	56	Parempoolse klambri kate	1
7	Täiskeermega silinder M6*45	1	57	Sidekaabel	1
8	Isekeermestav kruvi ST4*10	2	58	Konsooli raam	1
9	Täieliku keermega M6×55×Φ16 kinnituspolt	6	59	Konsooli kinnitusplaat	1
10	Massiivne keermestatud polt M4*16	2	60	Vedru Φ12,5×Φ6,2×0,7	4
11	Täielik keermestatud kruvi M4*10	2	61	Astmeline seibike M6 Φ16×Φ8×4,7	2
12	Isekeermestav kruvi ST4*15	8	62	Isekeermestav kruvi ST4*10	2
13	Lame alusrõngas Φ5	2	63	Isekeermestav kruvi ST4*16	20
14	Väline hammaslukkustusrõngas Φ5	2	64	Isekeermestav kruvi ST4*10	16
15	Vedrustusrõngas Φ5	2	65	Isekeermestav kruvi ST4*15	4
16	Lame plastmassist seibike Φ12×Φ6×t1,0	6	66	Kuuskantpolt täismõõduga M6*25	2
17	Magnetõngas	1	67	Kruvi. täiskeermega	2
18	Eesmine rull	1	68	Kuuekant-lukustusmutter	4
19	Tagumine rull	1	69	Konsool	1
20	Mootor	1	70	Sidekaabel	1
21	Jooksev rihm	1	71	Konsooli paneel	1
22	Sõiduplaat	1	72	Tagumise konsooli kaas	1
23	Mootori rihm 174(442)PJ6	1	73	Turvavõti pesa	1
24	Täieliku keermega kruvi M4*8	2	74	Turvavõti	1
25	Mootori kate	1	75	Ülemine korv	1
26	Tagumine kate	1	76	Alumine korv	1
27	Kõlgmine rõõbas	2	77	Esikonsooli dekoratiivne kate	1
28	Ruudukujuline padi	6	78	Tagumise dekoratiivne konsooli kaas	1
29	Rattad	2	79	Käepideme impulsskaabel	2
30	Ümara servaga juhtplokk	6	80	Käepideme impulsskomplekti käivitamine/peatamine	1
31	Jalg	4	81	Kiiruskäepideme impulsskomplekt	1
32	Kaabliklamber	2	82	Puutenupu kaabel	1
33	Sidekaabel	1	83	Kokkupandav tugiraam	2
34	Toitejuhe	1	84	Silindriline spiraalvedru	2
35	Toitejuhe	1	86	Täieliku keermega kruvi	2
36	Toitejuhe	1	88	EVA pad	2
37	Toitejuhe	1	89	Akrüükleebis konsoolile	1
38	Kiirusandur	1	90	Täielik keermestatud kruvi	2
39	Lüliti	1	91	Vedru Φ8×Φ4,2×0,4	4
40	Isereguleeruv lüliti	1	92	Vedru Φ40×Φ20,4×t2,0	2
41	Toitejuhtme klamber	1	93	Vahepealne t4,0×Φ40	2
42	Metallist klamber kiirusanduri jaoks	1	96	Toitekaabel	1
43	Vasakpoolne klamber	1	97	Tagumise klambri keevisõmblused	1
44	Parem klamber	1	98	Kuuskantpolt suure lamepeaga ja täis hammastusega M8×20	2
45	Täieliku keermega kuuskantkruvi M8*20	4	99	Lame alusrõngas Φ8	2
46	Isekeermestav kruvi ST4*10	4	100	Kuuskantmutter M8	2
47	Lame alusrõngas Φ8	2	101	Vedruklamber	1
48	Kuuskantmutter M8	2			
49	Lame alusrõngas Φ32×Φ8,5×t2,0	2			
50	Plastist aluskate Φ24×Φ16×t2,0	2			

Hoiatused ja keelud:

⚠ Ärge kasutage jooksulint:

- kui te läbite ravi ja teil puudub arsti nõusolek,
- kui teil on südameprobleemid, seljaprobleemid, liigeseprobleemid, osteoporoos või tõsised kroonilised haigused,
- kui olete rase, menstruate või tunnete end halvasti,
- kui olete tarvitanud alkoholi või olete keskendumisvõimet kahjustavate ravimite 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 või astuda maha rihmast, kui masin töötab,
- kasutada jooksulint laste ja teadvuseta või liikumispuudega inimeste poolt.



- Konsool
- Käsi
- Nupp
- Profiil
- Külgmine käsi
- Jooksev rihm
- Tagumine kate
- Põhiraam
- L-kujuline nupp
- Mootori kate
- L-stiili post
- Pudelihooldja
- Konsooli raam

Tehniline teave:

Mõõtmed	Kokkupandud: 1520*780*265 mm
	Kokkupandud: 1520*780*1280
Jooksupind	1220*440 mm
Kiirus	1,0-16,0 km/h

Pange tähele: jätame endale õiguse muuta toodet ilma eelneva teatamiseta.



Pakend:

- .
- Pudelihooldja
- Silikonist pudel
- Turvaline võti
- Kasutusjuhend
- Seadmete komplekt

Riistvara nimekiri:

- mutrivõti 14x17x75 - x1
- T-võti 6 mm - x1
- M4x16 terav keermestatud kruvi - x2



Peamised osad:

- Mootori kate
- Konsool
- Mootor
- Mootori rihm
- Jooksev rihm
- Sõiduplaat
- Külgmine rõhtpalk
- Tagumine rull
- Eesmine rull
- Tagumine kate



1. KOKKUPANEKU

JUHISED:

- Võtke masin karbist välja ja asetage see tasasele põrandale (vt ülaltoodud fotot), eemaldage kõik kotid ja teip, millega masin on ümbritsetud.
- Lõdvendage kaks L-kujulist nuppu põhjas, seejärel tõstke vertikaalsed postid üles.
- Tõstke vertikaalprofiil ülemisse asendisse, seejärel lukustage nupp.
- Keerake mõlemal küljel olevad nupud lahti, reguleerige konsooli raam õigesse asendisse ja seejärel lukustage nupud.
- Reguleerige konsool õigesse asendisse, kinnitage pudelihooldja vasakule profiilile, kasutades M4 * 16 täismassiga keermestatud kruvi. Pärast kahekordset kontrollimist, et kõik nupud on kindlalt lukustatud, on kokkupanek lõpetatud.

2. KOKKUPANEKU JUHISED:

- Monteerige jooksurada vastavalt kokkupanekule, asetage konsool lamale, hoidke konsooli raamist ühe käega kinni ja seejärel lahtistage teise käega nupud, et konsooli raami kokku klappida. Hoidke profiil ühe käega kinni, seejärel lahutage teise käega L-kujulist nuppu, et aluse posti kokku voltida, ja lõpuks lukustage L-kujuline nupp. Jooksurada on kokku pandud ja seda saab liigutada ja/või hoiustada.
- Pöörake kokkuklapitavad toed vastavalt allolevatel joonistel näidatud suunale.
- Tõstke jooksulint püsti.
Märkus: ootamatute vigastuste korral peaks jooksulint seisma seina lähedal, eemal lastest.
- Jooksurajal püsti seismine
Pärast kolme esimese sammu kohast kokkupanekut tõmmake masina allosas olev vasakpoolne lukustus, tugitoru allapoole, kuni lukustus on "naksatusega" paigas, mille tulemusel seisab jooksujalg püsti mittevastupidavalt.
Märkus: Hoidke lastest eemal, ootamatute vigastuste korral.

TREENINGU NÕUANDED JA NÄPUNÄITED:

- Soojendus Enne iga treeningut soojendage end 5-10 minutit.
- Hingamine Ärge hoidke treeningu ajal hinge kinni. Hingake sisse läbi nina ja väljahingake läbi suu, sünkroonides oma hingamist liikumisega.
- Sagedus Iga lihast tuleks treenida pärast 48-tunnist puhkust, st iga teine päev.
- Koormus Kohandage treeningu intensiivsust vastavalt oma füüsilisele seisundile. Lihavalu treeningu alguses on normaalne, kuid seda saab vähendada, kui jätkate regulaarset tegevust.
- Lõdvestumine Võtke pärast treeningut 5 minutit lõdvestumiseks, et aidata taastuda ja säilitada lihaste paindlikkust.
- Toitumine Seedetrakti kaitsmiseks ärge alustage treeningut kohe pärast sööki. Pärast treeningut oodake vähemalt 30 minutit enne söömist. Vältige treeningu ajal suurte veeoguste joomist, et vältida südame ja neerude koormamist.
- Venitamine Sõltumata jooksutempost, alustage venitamisega. Soojendatud lihased venivad kergemini, seega tehke kõigepealt 5-10 minutit kõndimist, seejärel peatuge ja venitage iga jalga viis korda vähemalt 10 sekundit. Korda venitamist ka pärast treeningut.

1. Kummardus ettepoole Seiske sirgelt ja kummarduge, püüdes kätega varbaid puudutada. Hoidke seda asendit 10-15 sekundit, seejärel lõdvestuge. Korra 3 korda. (Vt joonis 1)
2. Põlve kõõluse venitamine Istuge puhtale padjale ja sirutage üks jalg. Painutage teist jalg nii, et jalg puudutab sirutatud jala reie sisekülge. Kallutage ettepoole ja püüdke käega puudutada varbaid. Hoidke 10-15 sekundit, seejärel lõdvestuge. Korra 3 korda mõlema jalaga (vt joonis 2).
3. Vasika ja kanna sirutus Toetage peopesad vastu seina või puud ja sirutage üks jalg tahapoole. Hoidke tagumine jalg sirge ja kanna vastu maad. Kalduge õrnalt seina poole. Hoidke 10-15 sekundit ja seejärel lõdvestuge. Korra 3 korda mõlema jalaga (vt joonis 3).
4. Neljajalgse reielihase venitamine Toetuge vasaku käega vastu seina või lauda, et tagada stabiilsus. Võtke parema käega kinni paremast pahklust ja tõmmake jalg õrnalt tagumiku suunas, kuni tunnete pinget reie esiosas. Hoidke 10-15 sekundit ja seejärel lõdvestuge. Korra 3 korda mõlema jalaga (vt joonis 4).
5. Adduktorite venitamine (reie sisekülge) Istuge jalapõhjad koos, põlved suunaga väljapoole. Võtke mõlema käega jalalabadest kinni ja tõmmake neid õrnalt kubemete poole. Hoidke seda asendit 10-15 sekundit, seejärel lõdvestuge. Korra 3 korda. (Vt joonis 5)

Konsooli funktsioonide kirjeldus

1. Treeningprogrammide

P0 kasutatakse individuaalse treeningprogrammi seadmiseks. P1-P36 on sisseehitatud automaatsed treeningprogrammid. Samuti on kolm kasutaja programmi (USER) ja BMI-kalkulaator.

2. Ekraan - Puldil on LED-ekraan ja neli juhtnuppu.

3. Mõõtmisaken - kuvatakse kiiruse ja distantsi väärtused, kusjuures on võimalik vahetada kilomeetrite ja miilide vahel.

4. Kiiruse vahemik - 1,0 kuni 16,0 km/h.

5. Kaitsmed

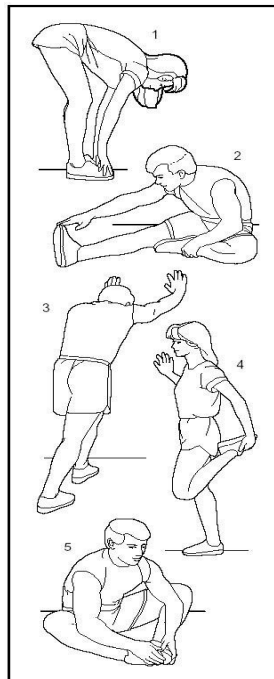
- Ülekoormus
- Ülevool
- Plahvatuskindlus
- Ülevoolu vastu
- Häirete vastu (EMC)
- Muud funktsioonid kasutaja ja seadme kaitsmiseks

6. Süsteemi enesetest - automaatne rikete tuvastamine ja nende sõnumid ekraanil.

7. Kolm kohandatud funktsiooni - Kohandatavad seaded.

8. Energiaga seotud toodete (ERP) funktsioon.

9. Helisignaali vaigistamine - võimalus teatehelide väljalülitamiseks.



Kasutuselevõtu juhised ja ohutusprotseduurid

- Ühendage toitejuhe 10 A kaitsva maandusega pistikupessa.
- Lülitage sisse toitelüliti - konsooli ekraan käivitub ja kuvatakse täielikult.
- Asetage turvavõti sobivasse kohta konsoolil ja kinnitage selle rõivaklamber rinna kõrgusel.
- Elektrooniline süsteem jälgib pidevalt ohutust. Kui tuvastatakse kõrvalekalle, tuleb jooksulint hädaseisma ning ekraanile ilmub veateade ja helisignaali.
- Veateate kustutamiseks eemaldage turvavõti või lülitage seade välja.

Ekraani ja nuppude kirjeldus

1. LED-ekraan

"DISTANCE / TIME" aken - näitab läbitud distantsi ja treeninguaega.

"CALORIES / PULSE" aken - näitab põletatud kaloreid väärtust ja südame löögisagedust. Aken "SPEED" - näitab praegust kiirust.

2. Ühikute vahetamine: kilomeetrid ↔ miilid

Teisenda miilideks: Eemaldage turvavõti. Vajutage ja hoidke samaaegselt all klahve "PROGRAM" ja "MODE", kuni ekraanil kuvatakse 0,6 - see näitab ümberarvestust miilideks.

Ümberarvestamine kilomeetriteks: Jällegi, ilma turvaklahvita, vajutage mõlemat nuppu ("PROGRAM" ja "MODE"), kuni ekraanil kuvatakse 1,0 - see näitab tagasipöördumist kilomeetriteks.

3. Juhtnupud

- **"P"** - PROGRAM: Vajutage ooterežiimis nuppu, et valida 36 programmi (P1-P36) või manuaalse režiimi (P0) vahel. Vaikimisi kiirus: 1,0 km/h; maksimaalne: 16 km/h.
- **"M"** - MODE: Võimaldab valida tagasimõõtmisrežiimi: aeg, distants või kaloreid. Kasutage nuppe "SPEED+" ja "SPEED-" väärtuste määramiseks, seejärel käivitage treening nupuga START.
- **"START / PAUSE"**: Käivitab jooksulint kiirusel 1,0 km/h. Uuesti vajutades peatub see ajutiselt ja uuesti vajutades jätkub treening eelmiste seadistustega.
- **"STOP"**: Peatab jooksulint koheselt ja kustutab andmed.
- **"SPEED+" ja "SPEED-"**: Muudavad kiirust 0,1 kaupa. Nupu all hoidmine >2 sekundit põhjustab automaatse kiirenduse/aeglustuse.

4. Ohutusklahv

Koosneb magnetist, klambrist ja kaablist.

- Kui võti eemaldatakse - jooksulint peatub kohe ja ekraanil kuvatakse viga "E-07" ning antakse helisignaali.
- Kui võti sisestatakse uuesti, aktiveerub ekraan 2 sekundiks ja läheb seejärel ooterežiimi.

5. Programmid ja käivitamine

A. Programmi tüübid

- P0 - manuaalne režiim: aja, distantsi või kaloreid suvaline seadistus.
- P01-P36 - Automaatprogrammid
- U01-U03 - kohandatud programmid (USER).

B. Jooksuraja käivitamine

C. Sisestage turvavõti pessa - konsool kuvab 2 sekundit ja läheb seejärel manuaalsesse režiimi.

D. Vajutage nuppu START - loendur 5-4-3-2-1 koos heliga ja jooksulint käivitub kiirusega 1,0 km/h.

E. Kui soovite masinat treeningu ajal peatada, vajutage STOP - andmed nullistatakse.

Manuaalne režiim

1. Kuidas käivitada manuaalset režiimi

- a. Lülitage sisse toitelüliti - seade lülitub automaatselt manuaalsesse režiimi.
- b. Seiskamise ajal vajutage PROGRAM, et käsitsi manuaalsesse režiimi siseneda.

2. Käsirežiimis saadaval olevad seaded

- On kolm funktsiooni, mille abil saab valida:

- Tagasiarvamise aeg,
- Tagasiarvestus vahemaa,
- Kalorite tagasiarvestus.

- Kui olete manuaalses režiimis, vajutage nuppu MODE, et valida üks loendusrežiimidest.
- Kui olete seadnud soovitud väärtuse, vajutage treeningu alustamiseks START.
- Vaikimisi algkiirus on 1,0 km/h, mille määrab kasutaja.
- Korraga saab aktiveerida ainult ühe loendusrežiimi. Seadistatud parameeter loeb alla, teised loevad positiivselt.

3. Töötamine manuaalses režiimis

A. Põhirežiim (ilma tagasiarvutusega)

- Kellaaja näidik näitab 0:00.
- Aega, distantsi ja kaloreid loetakse automaatselt.
- Vajutades STOP, peatub jooksulint järk-järgult ja taastuvad vaikimisi seaded.

B. Tagasiarvestuse režiim

- Vaikimisi: 30:00 minutit, seadistusvahemik: 5:00-99:00 (samm 1 minuti kaupa).
- Kasutage väärtuste reguleerimiseks nuppe + / -.

C. Tagasiarvamise distantsi režiim

- Vaikimisi: 1,0 km, vahemik: 1,0-99,0 km (samm 1 km sammuga).
- Reguleerige nuppe + / - abil.

D. Kalorite loendamise režiim

- Vaikimisi: 50 kcal, vahemik: 20-990 kcal (samm 10 kcal kaupa).
- Reguleerige väärtust + / - nuppude abil.

E. Töötamine jooksu ajal

A. Kui vajutatakse START, algab 5-sekundiline tagasiarvestus, mille järel mootor käivitub kiirusega 1 km/h.

B. Kiiruse muutmiseks kasutage nuppe + / - või QUICK SPEED.

C-E. Kui valitud režiim (kalorid, distants või aeg) jõuab nullini, aeglustub jooksulint järk-järgult ja peatub. Seade pöördub tagasi manuaalsesse režiimi.

Automaatprogrammid (P1-P36)

1. Programmi valik ja seadistamine

- Programmid P1-P36 on sisesehitatud süsteemi treeningprogrammid, mis on mõeldud ainult loendusrežiimi jaoks.
- Seadistusrežiimis hakkab ajaaken vilkuma - see näitab, et see on seadistatav.
- Kasutage nuppe "+" / "-", et reguleerida treeningu aega. Vahemik: 5:00 - 99:00 minutit (samm 1 minuti kaupa). Vaikimisi väärtus: 30:00 minutit.
- Nupu "MODE" vajutamine taastab vaikeväärtuse.

2. Treeningu alustamine

- Kui olete valinud oma programmi, vajutage "START" - algab 5-sekundiline tagasiarvestus, mida saadab 5 helisignaali.
- Jooksuratas kiirendab õrnalt valitud programmis määratud kiirusele ja hoiab tempot vastavalt oma seadistustele (sh võimalik kalle).

3. Kiiruse muutmine programmi ajal

- Saate igal ajal kasutada nuppe "+", "-" või "QUICK SPEED", et jooksu ajal jooksu kiirust käsitsi reguleerida.

4. Programmi lõpetamine

- Kui vajutate mootori töötamise ajal nuppu "STOP", aeglustub masin järk-järgult kuni täieliku seiskumiseni.
- Sellega kaasneb pikk helisignaali ja kõik seaded lähtestatakse vaikimisi ooterežiimi.

Rasva testprogramm (FAT)

Kehamassiindeks (KMI) on lihtsustatud näitaja pikkuse ja kehakaalu suhte kohta, mis koos teiste terviseparameetritega aitab hinnata kehakaalu.

- FAT-i kontrollväärtused:

- < 18 - liiga sale figuur
- 18-24 - ideaalne figuur
- 25-28 - ülekaaluline
- > 29 - rasvunud

FAT-indeks on soovituslik ja seda ei tohiks pidada meditsiiniliseks diagnoosiks.

Juhised FAT-testi läbiviimiseks

1. Testi alustamine

- Kui jooksulint on peatunud, vajutage nuppu "PROG", et siseneda keharasva testprogrammi, millel on märg "FAT".
- Vajutage "MODE", et valida punkti number ja seejärel seadistage parameetrid, kasutades nuppe "+" / "-".

2. Sooline seadistus (F1)

- F1 ilmub ekraanile "Pulse" ja vaikimisi väärtus 01 (mees) ilmub aknasse "Calories".
- Kasutage valimiseks "+" / "-":

- 01 - mees
- 02 - naine

3. Vanuse seadistus (F2)

- Pärast "MODE" vajutamist minge vanuse seadistusse (F2).
- Aknas "Kalorid" kuvatakse vaikimisi 25.
- Seadistusvahemik: 1-99 aastat.

4. Kõrguse seadistus (F3)

- Teine vajutus "MODE" aktiveerib kõrguse seadistuse (F3).
- Vaikimisi on 170 cm (67 tolli).
- Seadistusvahemik: 100-220 cm (või 39-87 tolli).
- Reguleerige väärtust nuppude "+" / "-" abil.

5. Keharasva test (FAT/BMI)

- Vajutage nuppu "MODE" - ekraanil "Pulse" kuvatakse F5 ja kalorite aknas kuvatakse "-----".
- Asetage käed südame löögisageduse anduritele - 8 sekundi pärast ilmub BMI tulemus.

Turvavõti

Võti sisaldab lüliti, rõivaklambrit ja nailonist nööri. Seda kasutatakse jooksuratta peatamiseks hädaolukorras.

- 1. Kui võti eemaldatakse töö ajal, kuvatakse ekraanil "E-07" ja jooksulint peatub koheselt.
- 2. Kui klavh uuesti asetatakse, lülitub ekraan 2 sekundiks sisse ja seejärel pöördub jooksulint tagasi vaikimisi olekusse (manuaalne režiim P0, loendurid nullitakse).

Kasutajaprogramm (U01-U03)

Kasutaja saab luua ja salvestada 3 kohandatud treeningprogrammi. Programmi loomine:

1. Vajutage "PROG", et valida režiim U01-U03.
2. Vajutage "MODE", et alustada seadistamist:
 - Kestus: 5-99 min.
 - Kiirus: 1-20 km/h (võimalik kiirvalik)
 - Kalda: 0-15% (samuti kiirvalik)
3. Pärast iga parameetri seadistamist vajutage "MODE", et liikuda järgmise parameetri juurde.
4. Seadistused salvestatakse automaatselt, kui seadistamine on lõpetatud.
5. Alustamiseks vajutage "START".

Järgmisel käivitamisel valige lihtsalt programm ja vajutage "START".

Südame löögisageduse mõõtmine

- Kui asetate käe anduritele, kuvatakse südame löögisageduse väärtus 5 sekundi jooksul.
 - Näidiku vahemik: 50-200 lööki/min.
 - Südame sümbol pulseerib rütmis mõõdetud südame löögisageduse järgi.
- Andmed on soovituslikud ja ei asenda meditsiinilisi mõõtmisi.

Väärtuste vahemik:

	Algvaartuse määramine	Vahemik	Näidikuala
Aeg (minutid: sekundid)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Kiirus (km/h)	EI OLE KOHALDATAV	EI KOHALDATA	1-16KM
Kalle (%)	EI KOHALDATA	EI KOHALDATA	0
Kaugus (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalorid (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Parameetri seaded

Väärtuse (nt aja) seadistamisel kasutage nuppe "+" / "-" selle suurendamiseks või vähendamiseks. kui jõuate maksimaalse väärtuseni (99:00) ja vajutate "+", pöördub süsteem automaatselt tagasi minimaalse väärtuseni (5:00), tekitades nn tsükli.

Energiasäästufunktsioon (ERP)

- Valkimisi aktiivne.
- Kui jooksulint ei ole 4,5 minutit kasutatud, lülitub see energia säästmiseks automaatselt puhkeolekusse.
- Süsteemi äratamiseks vajutage ükskõik millist nuppu.
- ERP-režiimi väljalülitamine/aktiveerimine:
- Hoidke ooterežiimil nuppu "MODE" umbes 3 sekundit all.
- Konsoolil kuvatakse "2222" - ERP-funktsioon on deaktiveeritud.
- Selle uuesti aktiveerimiseks korrake toimingut.
- Konsoolil kuvatakse "1111" - ERP-funktsioon on aktiveeritud.

Levinumad vead ja tõrkeotsingumeetodid

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. Kontrollid või konsool ei ole sisse lülitatud	Vahetage kontrollid või konsool välja.
	D. Kehv liinikontakt	Kontrollige süsteemi sisendeid ja väljundeid ning liinide kommunikatsiooniliine.
Äkiline seiskumine normaalses seisundis	A. Turvalukustus on välja kukkunud	Paigaldage uuesti
	B. Süsteemi viga	Paluge hooldustehnikul selle eest hoolitseda
Võtme rike	KEY INCORRECT	Vahetage konsool või emaplaat välja
E-01	A. Sidekaabel on halvasti ühendatud	Ühendage sidekaabel uuesti ja kontrollige, et port oleks korralikult ühendatud, või vahetage sidekaabel välja.
	B. Vigane konsool	Vahetage konsool välja
	C. Vigane kontrollid	Vahetage kontrollid
E-02	A. Vigane mootor	Vahetage mootor välja
	B. Mootori kaabel on valesti ühendatud kontrolliga või kontrollid on valesti ühendatud.	Kontrollige ja ühendage uuesti või vahetage kontrollid välja
E-03	A. Fotoandur ei ole õigesti paigaldatud	Kontrollige ja ühendage uuesti
	B. Valge fotoelektriline andur	Vahetage fotoandur välja
	C. Määratud fotoelektriline andur või halb esimene kontakt	Kontrollige ja ühendage uuesti/puhastage andur
	D. Vigane kontrollid	Kontrollid asendamine
E-05	A. Defektne kontrollid	Vahetage kontrollid välja
	B. Defektne mootor	Vahetage mootor välja
	C. Mehaaniline rike	Kontrollige, et õli või trummel ei oleks ummistunud.
E-07	Konsool ei tuvasta ohutusblokeerimise signaali	1. Kontrollige, kas ohutuslukustus on paigas;0 2. Paigaldage ohutusblokeerimismehhanism uuesti;
Puudub impulsssignaal	A. Käepidemekaabel ei ole paigas või kaabel käepideme kaabel ei ole hea	Kontrollige ja ühendage või asendage käepideme kaabel
	B. Elektroonilise süsteemi vooluahela viga	Vahetage konsool välja
Puudulikud või puuduvad konsooli juhtmed	A. Ekraan on vigane	Vahetage emaplaat või ekraan
	B. Süsteemi rike	Konsooli vahetus

Jooksurada kokku- ja lahti klappimine

1. Kokkuvoldimine - Enne kokkuvoldimist ühendage vooluvõrk lahti.
2. Kokkuvoldimine
 - Asetage jooksulint umbes 1 m kaugusele pistikupesast.
 - Maapind peab olema tasane ja takistusteta.
3. Liigutamine - Enne jooksulint liigutamist veenduge, et e:
 - Toide on välja lülitatud.
 - Pistik on pistikupesast eemaldatud.
 - Jooksurada on kokku pandud.
 - Liigub samm-sammult:
 - Võtke ühe käega kinni jooksulint tagaküljest ja teise käega samal küljel olevast juhtraua käepidemest.
 - Kallutage seda 40-50° nurga all oma rinna suunas.

Oht:

Konsulteerige kvalifitseeritud elektrikuga või hoolduspersonaliga, kui te ei tea, kas masin on korralikult maandatud. Ärge muutke selle tootega kaasasolevat pistikut ilma loata. Kui pistik ei sobi pistikupesaga kokku, peaks kvalifitseeritud elektrimees paigaldada sobiva pistikupesaga. See peaks olema 220-240 volti ja sobima seda tüüpi pistikupesaga.

Jooksurajaga alustamine

Ühendage ja lülitage toiteallikas sisse

Keerake jooksulint kõige madalamasse asendisse ja kontrollige, kas see töötab korralikult. Kinnitage ohutusjuhe oma riide külge - see on oluline turvaelement.

Õigesti käivitamine ja käivitamine

Ärge seiske kohe rihma peal!

Seiske kõlgmistel rööbastel, käed juhtraual. Kui vajutate

"START":

Jooksurada käivitub 5 sekundi pärast kiirusega 1,0 km/h.

Seejärel kasutage nuppu "+", et suurendada kiirust mugavale 2,5-3,5 km/h. Hoidke juhtrauda kinni, astuge järk-järgult rajale, sobitades selle kiirust.

Kiiruse muutmine ja peatamine

Kiirendage või aeglustage, kasutades "+" ja "-".

Samuti saate valida konkreetse kiiruse väärtuse, klõpsates vastavat nuppu. Vajutades "STOP", peatub mootor.

Automaatrežiimid ja programmid

Lülitage seade sisse.

Vajutage "SELECT", et valida režiim.

Valitud programmi käivitamiseks vajutage "START".

Kasutamise ajal saate reguleerida kiirust või lõpetada treeningut nupuga "STOP".

Pulsi mõõtmine (HRC)

Hoidke käsi metallist anduritele - kuvatakse praegune pulsisagedus (HRC).

Märkus: Turvaklahvi eemaldamine peatab jooksulint kohe ja arvuti kuvab teate.

HOOLDUS:

Korralik hooldus on jooksuratta usaldusväärse ja ohutu töö jaoks ülioluline. Hooletusse jätmine võib põhjustada kahjustusi või lühendada masina kasutusiga. Kõiki komponente tuleb regulaarselt kontrollida ja pingutada. Kulunud osad tuleb viivitamatult välja vahetada.

MÄÄRIMINE: Jooksurada on tootmise ajal tehases määritud. 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 tugev jooksulintide eluea ja tööõime seisukohalt. Määrimise kontrollimiseks

on vaja, tõstke jooksurihma küljed üles ja puudutage tagumist, keskmist osa:

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

Määrimise juhised:

1. Peatage masin ja voltige jooksurada kokku.

2. Tõstke jooksurihm põhiraami tagaküljelt ära.

3. Hoidke pudelit võimalikult lähedal rihma keskele, pihustage silikoonõli - mõlemale poole. Käivitage jooksulint kiirusega 1 km/h, et õli jaotuks ühtlaselt jooksurihma pinnale.

1. Jooksurihma reguleerimine

Tehases on jooksev rihm õigesti joondatud. Kasutamise tagajärjel võib see siiski lõdveneda, mis võib põhjustada katkestusi või libisemist. Kui see juhtub, pingutage reguleerimiskruvisid - igaühel pool pööratavale vasakule või paremale.

Kui rihm on liiga lõtv, võib see rihmarattal libiseda. Liiga suur pingutus võib seevastu mootorit üle koormata ja põhjustada mootori, rihma, rullide või muude komponentide kahjustusi.

2. Rihma läbipainde reguleerimine

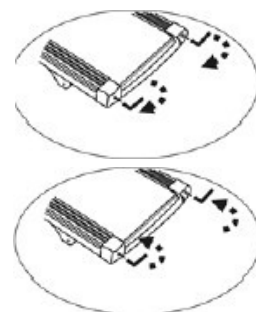
Kuigi rihm on tehases seadistatud, võib see aja möödudes nihkuda. Kõige tavalisemad põhjused on järgmised:

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

Kui kõrvalekalle ei ole püsiv, võib jooksurajal ilma koormuseta jooksmine mõne minuti jooksul taastada tasakaalu. Vajaduse korral tehke käsitsi reguleerimine, kasutades 6 mm sisekuuskantvõtit - keerates kruvi poole pöörde võrra.

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

Näide 2: rihm liigub paremale → Pingutage parempoolset kruvi (päripäeva) → või lõdvendage vasakpoolset kruvi (vastupäeva).



REGULEERIMISVÕTMEGA:

Pingutamine päripäeva= pingutamine vastupäeva=
lõdvendamine Rihm liigub alati lõdvemal poolel.

Näpunäiteid:

Käivitage jooksulint enne iga reguleerimist madalal kiirusel. Ärge pingutage kruvisid üle.

Jälgige rihma tööd pärast iga reguleerimist.

Rihma kõrvalekaldeid ei kuulu garantii alla ja on kasutaja vastutusel. Kontrollimata ja korrigeerimata kõrvalekaldeid võivad põhjustada tõsised kahjustusi.



3. Ajami (mootori) rihma reguleerimine

Veorihmad on tehases eelseadistatud, kuid võivad aja jooksul lõdveneda, mis põhjustab libisemist. Reguleerimine:

1. Kasutage mutrivõtit, et keerata reguleerimiskruvi 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) Eesmine rull

d) Rihm

Tüüpilised vead ja remondimeetodid:

Probleem	Tõenäolised põhjused	Hooldusmeetodid
Jooksuratas ei tööta	A. See on lahti ühendatud	Ühendage see pistikupessa
	B. Turvavõti ei ole paigas	Sisestage turvavõti paneelile
	C. Avatud signaaliühendus	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 metüülsilikonõli põhinevat määrdeainet.
	B. Jooksurihmad on liiga pingul	Reguleerige jooksurihmad tiheduse suhtes
Jooksurihm on libisenud	A. Jooksurihm on liiga lõdvestunud	Reguleerige jooksurihmad tihedaks
	B. Võõr on lahti	Reguleerige veorihma pinget

Probleem	Põhjus	Hooldus
Süsteem ei tööta	A. Ei ole voolu	Pistik pistikupesasse, sisend vooluga
	B. turvavõti ei ole õiges asendis	Pange turvavõti õigesse asendisse
	C. trafo ei ole õigesti sisestatud või Trafo on vigane	Kontrollige ja ühendage trafo õigesti või vahetage trafo välja.
	D. vooluahel on katki	Kontrollige süsteemi sisend- ja väljundterminali ning kommunikatsiooniliini
Äkiline seiskumine normaalses seisundis	A. Turvavõti langeb maha	Turvavõti õige paigaldamine
	B. Vale süsteem	Võtke ühendust teenindusega
Nupud ei tööta	A. Mõned nupud on kahjustatud	Vahetage nupud välja
	B. Kõik nupud on vigased	1. Vahetage nuppude plaat ja nuppude juhtmed välja. 2. Vahetage emaplaat; vahetage konsool välja
E1	Kommunikatsioonikaablite halb ühendus	Ühendage sidekaabel uuesti ja kontrollige, et port oleks ühendatud, või vahetage sidekaabel välja.
	B. Konsool on defektne	Konsooli vahetus
	C. Trafo on vigane	Kontrollige ja vahetage trafo välja.
	D. Kontroller on vigane	Vahetage kontroller välja
E2	A. Mootori kaabel või mootor on defektne	Kontrollige ja vahetage mootorikaabel või mootor välja
	B. Kehv ühendus mootori kaabli ja kontrolleri vahel või kontroller on defektne.	Kontrollige ja ühendage kaabel õigesti või vahetage kontroller välja
E3	A. Kiirusandur ei ole õigesti paigaldatud	Kontrollige ja monteeri see õigesti
	B. Kiirusandur on vigane	Vahetage kiirusandur välja
	C. Puudulik ühendus kiirusanduri ja kontrolleri vahel	Kontrollige ja ühendage see õigesti
	D. Kontroller on vigane	Vahetage kontroller välja
E5	A. Kontroller on defektne	Vahetage kontroller välja
	B. Mootor on defektne	Vahetage mootor välja
E7	Konsoolis ei ole tuvastatud turvavõtme signaali	1. Kontrollige, kas turvavõti on õiges asendis; 2. Paigaldage uuesti turvalukustusmehhanismi turvalukustusmehhanism, et veenduda, et auk on keskel ja must oa põrkab paika; Asendage konsool tagasi
Südame löögisageduse andmeid ei kuvata	A. Käepideme impulsskaabel ei ole korralikult kokku pandud või käepideme impulsskaabel on kahjustatud.	Kontrollige ja ühendage hästi või vahetage käepidemepulsi kaabel välja
	B. Elektroonilise süsteemi liiniviga	Konsooli vahetus
Elektrooniline ekraan on mittetäielik	A. Ejektoriplaadi kruvid on lahti tulnud.	Lukustus- ja kinnituskruvid
	B. Süsteemi rike	Konsooli väljavahetamine



Bluetooth APP jooksulintidele



Bluetooth-ühendus toetab AnyRun, Zwift ja Kinomap



AnyRun

Laadige alla, registreerige 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 JUHTIMINE jooksulint; seejärel klõpsake POWER (vooluvõrk)

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, saate 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 osas sisu, rakendus tuvastab leitud riistvara, valige Bluetooth-kood, mis on sama, mis riistvarakonsoolil märgitud kood, seejärel klõpsake nuppu LISA UUS RAAMAT, kuvatakse edukalt lisatud riistvara.



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.

FR

Instructions d'utilisation

1. Branchez le cordon d'alimentation exclusivement dans une prise de courant avec mise à la terre. N'utilisez pas 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× 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 service après-vente.

Non.	Nom de la pièce	Nombre de pièces	Non.	Nom de la pièce	Quantité
1	Cadre principal	1	51	Rondelle en plastique $\Phi 18 \times \Phi 8,5 \times t 2,0$	2
2	Vis à tête cylindrique à filetage complet M8*20	2	52	Bouton $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Vis à filetage complet M5*10	8	53	Bouton en L	2
4	Vis autotaraudeuse ST4*16	9	54	Porte-bouteille	1
5	Boulon à tête hexagonale avec filetage complet M8*75	2	55	Couvercle du support gauche	1
6	Rondelle plate $\Phi 8$	2	56	Couvercle du support droit	1
7	Cylindre à six pans creux avec filetage complet M6*45	1	57	Câble de communication	1
8	Vis autotaraudeuse ST4*10	2	58	Cadre de la console	1
9	Boulon à tête cylindrique avec filetage complet M6*55× $\Phi 16$	6	59	Plaque de fixation de la console	1
10	Boulon fileté massif M4*16	2	60	Ressort $\Phi 12,5 \times \Phi 6,2 \times 0,7$	4
11	Vis à filetage complet M4*10	2	61	Rondelle à dents M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4,7$	2
12	Vis autotaraudeuse ST4*15	8	62	Vis autotaraudeuse ST4*10	2
13	Rondelle plate $\Phi 5$	2	63	Vis autotaraudeuse ST4*16	20
14	Rondelle d'arrêt dentée externe $\Phi 5$	2	64	Vis autotaraudeuse ST4*10	16
15	Rondelle élastique $\Phi 5$	2	65	Vis autotaraudeuse ST4*15	4
16	Rondelle plate en plastique $\Phi 12 \times \Phi 6 \times t 1,0$	6	66	Boulon hexagonal à filetage complet M6*25	2
17	Anneau magnétique	1	67	Vis avec filetage complet	2
18	Rouleau avant	1	68	Contre-écrou hexagonal	4
19	Rouleau arrière	1	69	Console	1
20	Moteur	1	70	Câble de communication	1
21	Courroie de roulement	1	71	Panneau de console	1
22	Marchepied	1	72	Couvercle de la console arrière	1
23	Courroie du moteur 174(442)PJ6	1	73	Douille de la clé de sécurité	1
24	Vis à tête fraisée à filetage plein M4*8	2	74	Clé de sécurité	1
25	Couvercle du moteur	1	75	Panier supérieur	1
26	Couvercle arrière	1	76	Panier inférieur	1
27	Rail latéral	2	77	Cache décoratif de la console avant	1
28	Coussin carré	6	78	Couvercle décoratif de la console arrière	1
29	Roues	2	79	Câble d'impulsion de la poignée	2
30	Bloc de guidage avec bord arrondi	6	80	Poignée d'impulsion set start/stop	1
31	Pied	4	81	Jeu d'impulsions de la poignée de vitesse	1
32	Serre-câble	2	82	Câble du bouton tactile	1
33	Câble de communication	1	83	Cadre de support pliant	2
34	Câble d'alimentation	1	84	Ressort cylindrique	2
35	Câble d'alimentation	1	86	Vis à tête cylindrique à filetage plein	2
36	Câble d'alimentation	1	88	Coussin EVA	2
37	Câble d'alimentation	1	89	Autocollant acrylique pour la console	1
38	Capteur de vitesse	1	90	Vis à filetage complet	2
39	Interrupteur	1	91	Ressort $\Phi 8 \times \Phi 4,2 \times 0,4$	4
40	Interrupteur à réarmement automatique	1	92	Ressort $\Phi 40 \times \Phi 20,4 \times t 2,0$	2
41	Collier de serrage du câble d'alimentation	1	93	Entretoise t4.0× $\Phi 40$	2
42	Support métallique pour le capteur de vitesse	1	96	Câble d'alimentation	1
43	Support gauche	1	97	Soudures du support arrière	1
44	Support droit	1	98	Boulon hexagonal à tête plate large avec denture complète M8×20	2
45	Vis à tête cylindrique à filetage complet M8*20	4	99	Rondelle plate $\Phi 8$	2
46	Vis autotaraudeuse ST4*10	4	100	Contre-écrou hexagonal M8	2
47	Rondelle plate $\Phi 8$	2	101	Clip à ressort	1
48	Contre-écrou hexagonal M8	2			
49	Rondelle plate $\Phi 32 \times \Phi 8,5 \times t 2,0$	2			
50	Rondelle en plastique $\Phi 24 \times \Phi 16 \times t 2,0$	2			

Avertissements et interdictions :

- △ N'utilisez pas de tapis roulant
- si vous suivez un traitement 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,
- si vous êtes enceinte, si vous avez vos règles ou si vous ne vous sentez pas bien,
- si vous avez consommé de l'alcool ou si vous êtes sous l'influence de drogues qui altèrent la 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 le tapis roulant vous-même,
- 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,
- sauter ou descendre de la bande pendant que l'appareil est en marche,
- l'utilisation du tapis roulant par des enfants et des personnes inconscientes ou souffrant de troubles moteurs.



- a. Console
- b. Main courante
- c. Bouton
- d. Profil
- e. Rail latéral
- f. Ceinture de roulement
- g. Couvercle arrière
- h. Cadre principal
- i. Bouton en forme de L
- j. Couvercle du moteur
- k. Support en L
- l. Porte-bouteille
- m. Cadre de la

console Informations techniques :

Dimensions	plié : 1520*780*265 mm
	Déplié : 1520*780*1280
Surface de roulement	1220*440 mm
Vitesse	1,0-16,0 km/h

Remarque : nous nous réservons le droit de modifier le produit sans notification préalable.



Liste d'emballage :

1. Machine
2. Porte-bouteille
3. Bouteille en silicone
4. Clé de sécurité
5. Mode d'emploi
6. Ensemble d'équipements

Liste du matériel :

7. Clé 14x17x75 - x1
8. Clé en T 6 mm - x1
9. Vis à tête plate M4x16 - x2



Pièces principales :

1. Couvercle du moteur
2. Console
3. Moteur
4. Courroie du moteur
5. Courroie de transmission
6. Plaque de roulement
7. Rail latéral
8. Rouleau arrière
9. Rouleau avant
10. Couvercle arrière



1. INSTRUCTIONS

DE MONTAGE :

- a. Retirez la machine du carton et posez-la sur un sol plat (voir photo ci-dessus), enlevez tous les sacs et le ruban adhésif qui enveloppent la machine.
- b. Desserrez les deux boutons en forme de L sur le fond, puis soulevez les montants verticaux.
- c. Soulevez le profilé vertical jusqu'à la position supérieure, puis verrouillez le bouton.
- d. Desserrez les boutons des deux côtés, ajustez le cadre de la console dans la bonne position, puis verrouillez les boutons.
- e. Ajustez la console dans la bonne position, montez le porte-bouteille sur le profilé gauche à l'aide d'une vis à filetage plein M4 * 16. Après avoir vérifié que tous les boutons sont bien verrouillés, l'assemblage est terminé.

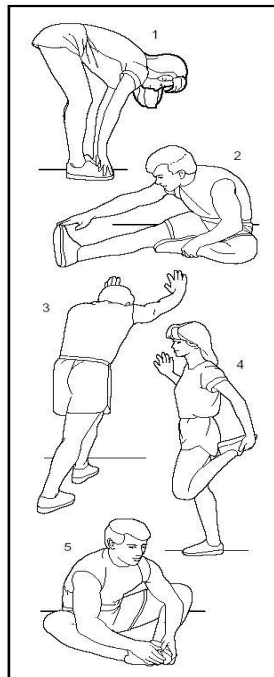
2. INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE :

- a. Assembler le chemin de roulement conformément à la procédure d'assemblage, poser la console à plat, tenir le cadre de la console d'une main, puis desserrer les boutons de l'autre main pour plier le cadre de la console. Tenir le profilé d'une main, puis desserrer le bouton en forme de L de l'autre main pour plier le montant du support, et enfin verrouiller le bouton en forme de L. Le tapis roulant est plié et peut être déplacé et/ou rangé.
- b. Tourner les supports pliants dans le sens indiqué sur les illustrations ci-dessous.
- c. Mettre le tapis roulant debout.
Remarque : le tapis de course doit être placé près du mur, loin des enfants, afin d'éviter toute blessure inattendue.
- d. Mettre le tapis roulant debout tout seul
Après avoir assemblé le tapis roulant conformément aux trois premières étapes, tirer sur le loquet gauche au bas de l'appareil, tube de support vers le bas, jusqu'à ce que le loquet se mette en place avec un "clac", ce qui permet de le mettre debout sans résistance.
Remarque : Tenez l'appareil hors de portée des enfants, en cas de blessure inattendue.

CONSEILS ET ASTUCES POUR L'EXERCICE :

1. Échauffement Échauffez-vous pendant 5 à 10 minutes avant chaque séance d'exercice.
2. Respiration Pendant l'exercice, ne retenez pas votre respiration. Inspirez par le nez et expirez par la bouche en synchronisant votre respiration avec le mouvement.
3. Fréquence Chaque muscle doit être entraîné après 48 heures de repos, c'est-à-dire un jour sur deux.
4. Charge Adaptez l'intensité de l'entraînement à votre condition physique. Les courbatures en début d'exercice sont normales, mais peuvent être minimisées par la poursuite d'une activité régulière.
5. Détente Prenez 5 minutes pour vous détendre après l'exercice afin de favoriser la récupération et de maintenir la souplesse des muscles.
6. Alimentation Pour protéger votre système digestif, ne commencez pas l'exercice immédiatement après un repas. Après l'entraînement, attendez au moins 30 minutes avant de manger. Évitez de boire de grandes quantités d'eau pendant l'exercice afin de ne pas solliciter votre cœur et vos reins.
7. Étirements Quel que soit votre rythme de course, commencez par vous étirer. Les muscles échauffés s'étirent plus facilement. Commencez donc par marcher pendant 5 à 10 minutes, puis arrêtez-vous et étirez chaque jambe cinq fois pendant au moins 10 secondes chacune. Répétez les étirements après votre séance d'entraînement.

1. Flexion avant Tenez-vous droit et penchez-vous en essayant de toucher vos orteils avec vos mains. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis détendez-vous. Répétez l'exercice trois fois. (Voir figure 1)
2. Étirement du tendon du genou Asseyez-vous sur un coussin propre et tendez une jambe. Pliez l'autre jambe de manière à ce que votre pied touche l'intérieur de la cuisse de la jambe tendue. Penchez-vous en avant et essayez de toucher vos orteils avec votre main. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis détendez-vous. Répétez l'exercice 3 fois pour chaque jambe (voir figure 2).
3. Étirement des mollets et des talons Appuyez vos paumes contre un mur ou un arbre et tendez une jambe vers l'arrière. Gardez la jambe arrière droite et le talon appuyé sur le sol. Penchez-vous doucement vers un mur. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis détendez-vous. Répétez l'exercice 3 fois pour chaque jambe (voir figure 3).
4. Étirement du muscle quadriceps de la cuisse Appuyez-vous contre un mur ou une table avec votre main gauche pour vous stabiliser. Saisissez votre cheville droite avec votre main droite et tirez doucement votre pied vers vos fesses jusqu'à ce que vous sentiez une tension à l'avant de votre cuisse. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez 3 fois pour chaque jambe (voir figure 4).
5. Étirement des adducteurs (intérieur des cuisses) Asseyez-vous, la plante des pieds jointe, les genoux tournés vers l'extérieur. Saisissez vos pieds à deux mains et ramenez-les doucement vers votre aine. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez l'exercice 3 fois. (Voir figure 5)



Description des fonctions de la console

1. Programmes d'entraînement

P0 est utilisé pour définir un programme d'entraînement individuel. P1-P36 sont des programmes d'entraînement automatiques intégrés.

Il existe également trois programmes utilisateur (USER) et un calculateur d'IMC.

2. Affichage - La console est dotée d'un écran LED et de quatre boutons de commande.

3. Fenêtre de mesure - Les valeurs de vitesse et de distance sont affichées, avec la possibilité de basculer entre les kilomètres et les miles.

4. Plage de vitesse - De 1,0 à 16,0 km/h.

5. Protections

- Surcharge
- Surintensité
- Antidéflagrant
- Contre la survitesse
- Anti-interférences (CEM)
- Autres fonctions de protection de l'utilisateur et de l'appareil

6. Autotest du système - Détection automatique des défauts et de leurs messages sur l'écran.

7. Trois fonctions personnalisées - Paramètres personnalisables.

8. Fonction Produits liés à l'énergie (ERP).

9. Désactivation du buzzer - Option permettant de désactiver les sons de notification.

Instructions de mise en service et procédures de sécurité

- Branchez le cordon d'alimentation dans une prise de courant de 10 A avec terre de protection.
- Allumez l'interrupteur d'alimentation - l'écran de la console démarre et s'affiche complètement.
- Placez la clé de sécurité à l'endroit approprié de la console et épinglez son clip de vêtement à hauteur de la poitrine.
- Un système électronique contrôle en permanence la sécurité. Si une anomalie est détectée, le tapis roulant s'arrête d'urgence et un message d'erreur ainsi qu'un signal sonore s'affichent à l'écran.
- Pour effacer le message d'erreur, retirez la clé de sécurité ou coupez l'alimentation.

Description de l'écran et des boutons

1. Ecran LED

Fenêtre "DISTANCE / TEMPS" - indique la distance parcourue et le temps d'entraînement. Fenêtre "CALORIES / PULSE" - affiche la valeur des calories brûlées et la fréquence cardiaque. Fenêtre "SPEED" - affiche la vitesse actuelle.

2. Changement d'unité : kilomètres ↔ miles

Convertir en miles : Retirez la clé de sécurité. Appuyez simultanément sur les touches "PROGRAM" et "MODE" et maintenez-les enfoncées jusqu'à ce que l'écran affiche 0,6, ce qui indique une conversion en miles.

Conversion en kilomètres : Toujours sans la clé de sécurité, appuyez sur les deux touches ("PROGRAM" et "MODE") jusqu'à ce que l'écran affiche 1,0 - ce qui indique un retour aux kilomètres.

3. Boutons de commande

- **"P"** - PROGRAMME : En mode veille, appuyez sur le bouton pour sélectionner l'un des 36 programmes (P1-P36) ou le mode manuel (P0). Vitesse par défaut : 1,0 km/h ; maximum : 16 km/h.
- **"M"** - MODE : Permet de sélectionner les modes de compte à rebours : temps, distance ou calories. Utilisez les boutons "SPEED+" et "SPEED-" pour régler la valeur, puis démarrez l'entraînement avec le bouton START.
- **"START / PAUSE"** : Démarre le tapis de course à une vitesse de 1,0 km/h. Une nouvelle pression l'arrête temporairement et une nouvelle pression reprend l'entraînement avec les réglages précédents.
- **"STOP"** : Arrête immédiatement le tapis roulant et efface les données.
- **"SPEED+" et "SPEED-"** : Modifient la vitesse par incréments de 0,1. Le fait de maintenir le bouton enfoncé pendant >2 secondes entraîne une accélération/décélération automatique.

4. Clé de sécurité

Il se compose d'un aimant, d'un clip et d'un câble.

- Lorsque la clé est retirée, le tapis roulant s'arrête immédiatement, l'écran affiche l'erreur "E-07" et émet un signal sonore.
- Lorsque la clé est réinsérée, l'écran s'active pendant 2 secondes, puis passe en mode veille.

5. Programmes et démarrage

A. Types de programmes

- P0 - Mode manuel : tout réglage de temps, de distance ou de calories.
- P01-P36 - Programmes automatiques
- U01-U03 - Programmes personnalisés (USER)

B. Démarrage du tapis de course

C. Insérer la clé de sécurité dans la fente - la console affiche pendant 2 secondes et entre ensuite en mode manuel.

D. Appuyer sur START - compte à rebours 5-4-3-2-1 avec son et le tapis roulant démarre à 1,0 km/h.

E. Pour arrêter l'appareil pendant une séance d'entraînement, appuyez sur STOP - les données seront réinitialisées.

Mode manuel

1. Comment démarrer le mode manuel

- a. Allumez l'interrupteur d'alimentation - l'appareil passe automatiquement en mode manuel.
- b. A l'arrêt, appuyez sur PROGRAM pour passer manuellement en mode manuel.

2. Réglages disponibles en mode manuel

- Trois fonctions sont disponibles trois fonctions :
 - Compte à rebours,
 - Compte à rebours **de la distance**,
 - Compte à rebours des **calories**.
- Une fois en mode manuel, appuyez sur le bouton MODE pour sélectionner l'un des modes de compte à rebours.
- Une fois que vous avez réglé la valeur souhaitée, appuyez sur START pour commencer votre entraînement.
- La vitesse de départ par défaut est de 1,0 km/h, réglée par l'utilisateur.
- Un seul mode de compte à rebours peut être activé à la fois. Le paramètre réglé est décompté, les autres sont décomptés positivement.

3. Fonctionnement en mode manuel

A. Mode de base (sans compte à rebours)

- L'affichage de l'heure indique 0:00.
- Le temps, la distance et les calories sont comptés automatiquement.
- En appuyant sur STOP, le tapis roulant s'arrête progressivement et les paramètres par défaut sont rétablis.

B. Mode compte à rebours

- Valeur par défaut : 30:00 minutes, plage de réglage : 5:00-99:00 (par incréments de 1 minute).
- Utilisez les boutons+ / - pour ajuster les valeurs.

C. Mode de décompte de la distance

- Valeur par défaut : 1,0 km, plage : 1,0-99,0 km (par incréments de 1 km).
- Ajustez à l'aide des boutons+ / -.

D. Mode de compte à rebours des calories

- Valeur par défaut : 50 kcal, plage : 20-990 kcal (pas par incréments de 10 kcal).
- Ajustez la valeur à l'aide des boutons+ / -.

E. Fonctionnement pendant une course

A. Lorsque vous appuyez sur START, il y a un compte à rebours de 5 secondes, après quoi le moteur démarre à 1 km/h.

B. Utilisez les touches+ / - ou QUICK SPEED pour modifier la vitesse.

C-E. Lorsque le mode sélectionné (calories, distance ou temps) atteint zéro, le tapis roulant ralentit progressivement et s'arrête. L'appareil revient en mode manuel.

Programmes automatiques (P1-P36)

1. Sélection et réglage des programmes

- Les programmes P1-P36 sont des programmes d'entraînement intégrés au système, conçus uniquement pour le mode compte à rebours.
- En mode réglage, la fenêtre de temps commence à clignoter, ce qui indique qu'elle est configurable.
- Utilisez les boutons "+" / "-" pour régler la durée de l'entraînement. Plage de réglage : 5:00 - 99:00 minutes (par incréments de 1 minute). Valeur par défaut : 30:00 minutes.
- Une pression sur la touche "MODE" rétablit la valeur par défaut.

2. Démarrer l'entraînement

- Une fois que vous avez sélectionné votre programme, appuyez sur "START" - un compte à rebours de 5 secondes commence, accompagné de 5 bips.
- Le tapis de course accélère doucement jusqu'à la vitesse spécifiée dans le programme sélectionné et maintient le rythme en fonction de ses réglages (y compris l'inclinaison éventuelle).

3. Modification de la vitesse pendant le programme

- Vous pouvez utiliser les touches "+", "-", ou "VITESSE RAPIDE" à tout moment pour ajuster manuellement la vitesse du tapis roulant pendant votre course.

4. Fin du programme

- En appuyant sur la touche "STOP" lorsque le moteur est en marche, l'appareil décélère progressivement jusqu'à l'arrêt complet.
- L'appareil émet alors un long bip et tous les paramètres sont réinitialisés au mode veille par défaut.

Programme de test des graisses (FAT)

L'indice de masse corporelle (IMC) est un indicateur simplifié de la relation entre la taille et le poids qui, en combinaison avec d'autres paramètres de santé, peut aider à évaluer le poids corporel.

- Valeurs de référence de l'indice de masse corporelle :
 - < 18 - silhouette trop mince
 - 18-24 - silhouette idéale
 - 25-28 - surpoids
 - > 29 - obésité
- L'indice FAT est indicatif et ne doit pas être considéré comme un diagnostic médical.

Instructions pour l'exécution du test FAT

1. Commencer le test

- Le tapis de course étant à l'arrêt, appuyez sur la touche "PROG" pour entrer dans le programme de test de la graisse corporelle intitulé "FAT"
- Appuyez sur "MODE" pour sélectionner le numéro de l'élément, puis réglez les paramètres à l'aide des boutons "+" / "-".

2. Réglage du sexe (F1)

- F1 apparaît sur l'écran "Pulse" et la valeur par défaut 01 (homme) apparaît dans la fenêtre "Calories".
- Utilisez les boutons "+" / "-" pour sélectionner :
 - 01 - homme
 - 02 - femme

3. Réglage de l'âge (F2)

- Après avoir appuyé sur "MODE", passez au réglage de l'âge (F2).
- La fenêtre "Calories" affiche 25 par défaut.
- Plage de réglage : 1-99 ans.

4. Réglage de la hauteur (F3)

- Une nouvelle pression sur "MODE" active le réglage de la taille (F3).
- La valeur par défaut est de 170 cm (67 pouces).
- Plage de réglage : 100-220 cm (ou 39-87 pouces).
- Ajustez la valeur à l'aide des boutons "+" / "-".

5. Test de graisse corporelle (FAT/BMI)

- Appuyez sur la touche "MODE" - l'écran "Pulse" affiche F5 et la fenêtre des calories affiche "-----".
- Placez vos mains sur les capteurs de fréquence cardiaque - après 8 secondes, le résultat de l'IMC s'affiche.

Clé de sécurité

La clé est composée d'un interrupteur, d'une pince à vêtements et d'un cordon en nylon. Elle est utilisée pour arrêter le tapis roulant en cas d'urgence.

- 1. Si la clé est retirée pendant le fonctionnement, l'écran affiche "E-07" et le tapis roulant s'arrête immédiatement.
- 2. lorsque la touche est à nouveau placée, l'écran s'allume pendant 2 secondes, puis le tapis roulant revient à l'état par défaut (mode manuel P0, compteurs remis à zéro).

Programme utilisateur (U01-U03)

L'utilisateur peut créer et enregistrer 3 programmes d'entraînement personnalisés. Création d'un programme :

1. Appuyez sur "PROG" pour sélectionner le mode U01-U03.
2. Appuyez sur "MODE" pour lancer les réglages :
 - Durée : 5-99 min
 - Vitesse : 1-20 km/h (sélection rapide possible)
 - Pente : 0-15% (également sélection rapide)
3. Après avoir réglé chaque paramètre, appuyez sur "MODE" pour passer au suivant.
4. Les réglages sont sauvegardés automatiquement lorsque la configuration est terminée.
5. Pour démarrer, appuyez sur "START".

Au prochain démarrage, il suffit de sélectionner le programme et d'appuyer sur "START".

Mesure de la fréquence cardiaque

- Lorsque vous appliquez votre main sur les capteurs, la valeur de votre fréquence cardiaque s'affiche dans les 5 secondes.
 - Plage d'affichage : 50-200 battements/min.
 - Le symbole du cœur bat au rythme de la fréquence cardiaque mesurée.
- Les données sont indicatives et ne remplacent pas les mesures médicales.

Plage de valeurs :

	Réglage de la valeur initiale	Plage de valeurs	Plage d'affichage
Temps (minutes : secondes)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Vitesse (km/h)	NON APPLICABLE	NON APPLICABLE	1-16KM
Pente (%)	NON APPLICABLE	NON APPLICABLE	0
Distance (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Calories (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Réglages des paramètres

Si vous atteignez la valeur maximale (99:00) et que vous appuyez sur "+", le système revient automatiquement à la valeur minimale (5:00), créant ainsi ce que l'on appelle un cycle.

Fonction d'économie d'énergie (ERP)

- Active par défaut.
- Lorsque le tapis roulant n'a pas été utilisé pendant 4,5 minutes, il passe automatiquement en mode veille pour économiser de l'énergie.
- Pour réveiller le système, appuyez sur n'importe quel bouton.
- Comment désactiver/activer le mode ERP :
- En mode veille, maintenez le bouton "MODE" enfoncé pendant environ 3 secondes.
- La console affiche "2222" - la fonction ERP a été désactivée.
- Répétez l'action pour l'activer à nouveau.
- La console affichera "1111" - la fonction ERP a été activée.

Défauts courants et méthodes de dépannage

Code du problème	Cause probable	Réparation
Le système ne fonctionne pas	A. L'alimentation n'est pas branchée ou n'est pas activée	Brancher l'alimentation ou mettre l'interrupteur d'alimentation en position "NO".
	B. Les verrouillages de sécurité ne sont pas en place	Placer le verrouillage 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
Arrêt soudain en condition normale	A. L'interverrouillage 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	Rebrancher le câble de communication et vérifier que le port est correctement connecté ou remplacer 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. Capteur photoélectrique défectueux	Remplacer le capteur photoélectrique
	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;0 2. Réinstaller le mécanisme de verrouillage de sécurité ;
Pas de signal d'impulsion	A. Le câble de la poignée n'est pas en place ou le câble Le câble de la poignée n'est pas bon	Vérifier et connecter ou remplacer le câble de la poignée
	B. Défaut 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

Pliage et dépliage du tapis roulant

1. Pliage - Débrancher l'alimentation électrique avant de plier le tapis roulant.

2. Dépliage

- Placer le tapis roulant à environ 1 m de la prise de courant.
 - Le sol doit être plat et exempt d'obstacles.
3. Déplacement - Avant de déplacer le tapis roulant, s'assurer que :
- L'appareil est hors tension.
 - La fiche a été retirée de la prise.
 - Le tapis roulant a été plié.
 - Déplacement pas à pas :
 - Saisissez le dos du tapis roulant d'une main et le guidon du même côté de l'autre.
 - Inclinez le tapis roulant à un angle de 40-50° vers votre poitrine.

Danger :

Consultez un électricien qualifié ou le personnel d'entretien si vous ne savez pas si l'appareil est correctement mis à la terre. Ne changez pas la fiche fournie avec ce produit sans autorisation. Si la fiche n'est pas compatible avec la prise de courant, un électricien qualifié doit installer une prise de courant appropriée. Elle doit être de 220-240 volts et correspondre à ce type de prise.

Mise en route du tapis de course

Brancher et mettre en marche l'alimentation électrique

Dépliez le tapis roulant dans sa position la plus basse et vérifiez qu'il fonctionne correctement. Attachez le cordon de sécurité à vos vêtements - il s'agit d'un dispositif de sécurité important.

Démarrer et fonctionner correctement

Ne montez pas tout de suite sur la bande !

Tenez-vous sur les rails latéraux, les mains sur le guidon.

Lorsque vous appuyez sur "START" :

Le tapis roulant démarre après 5 secondes à une vitesse de 1,0 km/h.

Utilisez ensuite le bouton "+" pour augmenter la vitesse jusqu'à une vitesse confortable de 2,5-3,5 km/h. En tenant le guidon, entrez progressivement dans le couloir, en vous adaptant à sa vitesse.

Changement de vitesse et arrêt

Accélérez ou décélérez en utilisant les touches "+" et "-".

Vous pouvez également sélectionner une valeur de vitesse spécifique en cliquant sur le bouton correspondant. En appuyant sur "STOP", le moteur s'arrête.

Modes automatiques et programmes

Mettez l'appareil sous tension.

Appuyez sur "SELECT" pour sélectionner un mode.

Appuyez sur "START" pour démarrer le programme sélectionné.

En cours d'utilisation, vous pouvez régler la vitesse ou mettre fin à l'entraînement à l'aide de la touche "STOP".

Mesure du pouls (HRC)

Tenez vos mains sur les capteurs métalliques - la fréquence cardiaque actuelle (HRC) s'affiche.

Remarque : Le retrait de la clé de sécurité arrête immédiatement le tapis roulant et l'ordinateur affiche un message.

ENTRETIEN :

Un bon entretien est essentiel pour un fonctionnement fiable et sûr du tapis roulant. S'il est négligé, il 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 en usine lors de sa fabrication. 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

Pour vérifier si une lubrification est nécessaire, soulevez les côtés de la bande de roulement et touchez la partie centrale arrière :

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

Instructions de lubrification :

1. Arrêter la machine et plier le tapis roulant.

2. Soulever la bande de roulement 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. Faire fonctionner 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 du tapis roulant

En usine, la courroie de transmission est correctement alignée. Toutefois, à l'usage, elle peut se détacher, entraînant des interruptions 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. Une tension trop élevée, en revanche, 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

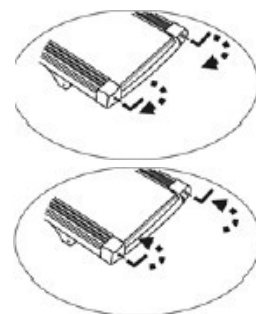
Bien que la courroie soit réglée en usine, elle peut se déplacer avec le temps. Les causes les plus courantes sont les suivantes :

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

Si la déviation n'est pas permanente, faire fonctionner le tapis roulant sans charge pendant quelques minutes peut rétablir l'équilibre. Si nécessaire, procédez à 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 se déplace 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 de droite (dans le sens des aiguilles d'une montre) → Ou desserrer la vis de 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 :

Faites fonctionner le tapis roulant à faible vitesse avant chaque réglage. Ne pas trop serrer les vis.
Observer le fonctionnement de la courroie 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 préréglées en usine, mais peuvent se détendre avec le temps, entraînant 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	Branchez-le 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 un lubrifiant à base d'huile de méthylsilicone.
	B. Les bandes de roulement sont trop serrées	Ajuster les bandes de roulement pour qu'elles soient bien serrées
La courroie de transmission a glissé	A. La ceinture de course est trop lâche	Ajuster les bandes de course à pied pour qu'elles soient bien serrées
	B. La courroie est lâche	Régler la tension de la courroie d'entraînement

Problème	Raison	Entretien
Le système ne fonctionne pas	A. Pas de courant	Brancher la fiche sur la prise, l'alimenter en courant
	B. La clé de sécurité n'est pas dans la bonne position	Mettre la clé de sécurité dans la bonne position
	C. Le transformateur n'est pas inséré correctement ou Le transformateur est défectueux	Vérifier et connecter le transformateur correctement ou remplacer le transformateur.
	D. Circuit interrompu	Vérifier les bornes d'entrée et de sortie du système et les lignes de communication.
Arrêt soudain dans des conditions normales	A. Clé de sécurité tombée	Installer correctement la clé de sécurité
	B. Système incorrect	Contactez le service après-vente
Les boutons ne fonctionnent pas	A. Certains boutons sont endommagés	Remplacer les boutons
	B. Tous les boutons sont incorrects	1. Remplacer la carte à boutons, les fils des boutons 2. Remplacer la carte mère ; remplacer la console
E1	Mauvaise connexion des câbles de communication	Rebrancher le câble de communication et vérifier que le port est connecté ou remplacer le câble de communication.
	B. La console est défectueuse	Remplacer la console
	C. Transformateur défectueux	Vérifier et remplacer le transformateur
	D. Le contrôleur est défectueux	Remplacer le contrôleur
E2	A. Le câble du moteur ou le moteur est défectueux	Vérifier et remplacer le câble du moteur ou le moteur
	B. Mauvaise connexion entre le câble du moteur et le contrôleur ou contrôleur défectueux	Vérifier et connecter correctement le câble ou remplacer le contrôleur
E3	A. Le capteur de vitesse n'est pas correctement monté	Vérifier et monter correctement le capteur de vitesse
	B. Le capteur de vitesse est défectueux	Remplacer le capteur de vitesse
	C. Mauvaise connexion entre le capteur de vitesse et le contrôleur	Vérifier et connecter correctement
	D. Le contrôleur est défectueux	Remplacer le contrôleur
E5	A. Le contrôleur est défectueux	Remplacer le contrôleur
	B. Le moteur est défectueux	Remplacer le moteur
E7	Aucun signal de clé de sécurité détecté sur la console	1. Vérifier que la clé de sécurité est dans la bonne position ; 2. Réinstaller le mécanisme de verrouillage de sécurité pour s'assurer que le trou est au milieu et que le haricot noir rebondit en place ; Remettre la console en place. au milieu et que le haricot noir rebondit en place ; Remplacez la console.
Les données relatives à la fréquence cardiaque ne s'affichent pas	A. Le câble d'impulsion de la poignée n'est pas bien assemblé ou le câble d'impulsion de la poignée est endommagé.	Vérifier et connecter correctement ou remplacer le câble d'impulsion de la poignée.
	B. Défaut de ligne du système électronique	Remplacement de la console
L'affichage électronique est incomplet	A. Les vis de la plaque d'éjection se sont desserrées	Vis de blocage et de fixation
	B. Défaillance du système	Remplacement de la console



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 Paramètres, qui se trouve dans le coin inférieur droit, cliquez sur Appareils, 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 jumeler.



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 le contenu de la section Interactive, l'application détectera le matériel trouvé, sélectionnez le code Bluetooth qui est le même que le code marqué sur la console du matériel, puis cliquez sur AJOUTER UN NOUVEL ÉQUIPEMENT, le matériel ajouté avec succès apparaîtra.



Használati utasítás

1. A tápkábel kizárólag földelt konnektorba dugja be. Ne használjon hosszabbítót vagy adaptert.
2. Ügyeljen arra, hogy a futópáda szilárdan álljon sík felületen, zárt, száraz helyiségben.
3. A futópáda beindítása előtt álljon az oldalsó lépcsőkre, 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 futópádat, állítsa le a futópádat 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 futópádat közvetlenül étkezés után vagy fáradtan.
12. A készülék folyamatos működése nem haladhatja meg a 2 órát.
13. Minimum 2000x 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 a tápellátást, és forduljon a szervizhez.

Nem.	Alkatrész neve	Mennyiség	No.	Alkatrész neve	Mennyiség
1	Főkeret	1	51	Műanyag alátét $\Phi 18 \times \Phi 8.5 \times 2.0$	2
2	M8*20-as teljes menettel rendelkező imbuszcscavar	2	52	Gomb $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Csavar teljes menettel M5*10	8	53	L alakú gomb	2
4	ST4*16 önmetsző csavar	9	54	Palacktartó	1
5	M8*75 teljes menettel rendelkező imbuszcscavar	2	55	Bal oldali konzol fedele	1
6	Lapos alátét $\Phi 8$	2	56	Jobb oldali konzol fedele	1
7	Inverteres henger teljes menettel M6*45	1	57	Kommunikációs kábel	1
8	ST4*10 önmetsző csavar	2	58	Konzol keret	1
9	Imbuszcscavar teljes menettel M6*55* $\Phi 16$	6	59	Konzol rögzítőlemez	1
10	M4*16 tömör menetes csavar	2	60	Rugó $\Phi 12.5 \times \Phi 6.2 \times 0.7$	4
11	Teljes menetes csavar M4*10	2	61	Lépcsős alátét M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4.7$	2
12	ST4*15 önmetsző csavar	8	62	ST4*10 önmetsző csavar	2
13	$\Phi 5$ lapos alátét	2	63	ST4*16 önmetsző csavar	20
14	Külső fogazott alátét $\Phi 5$	2	64	ST4*10 önmetsző csavar	16
15	Rugós alátét $\Phi 5$	2	65	ST4*15 önmetsző csavar	4
16	Lapos műanyag alátét $\Phi 12 \times \Phi 6 \times 1.0$	6	66	Hatszögletű csavar teljes menettel M6*25	2
17	Mágneses gyűrű	1	67	Csavar. teljes menettel	2
18	Első görgő	1	68	Hatszögletű rögzítőanya	4
19	Hátsó görgő	1	69	Konzol	1
20	Motor	1	70	Kommunikációs kábel	1
21	Futószalag	1	71	Konzol panel	1
22	Futópáda	1	72	Hátsó konzolfedél	1
23	Motorszija 174(442)PJ6	1	73	Biztonsági kulcs foglalat	1
24	Süllyesztett csavar teljes menettel M4*8	2	74	Biztonsági kulcs	1
25	Motorburkolat	1	75	Felső kosár	1
26	Hátsó fedél	1	76	Alsó kosár	1
27	Oldalsó sín	2	77	Első konzol dekoratív borítása	1
28	Négyzet alakú párna	6	78	Hátsó dekoratív konzolfedél	1
29	Kerekek	2	79	Fogantyú impulzuskábel	2
30	Vezetőblokk kerek peremmel	6	80	Fogantyú impulzus indítás/leállítás	1
31	Láb	4	81	Sebesség fogantyú impulzus készlet	1
32	Kábelbilincs	2	82	Érintőgomb kábel	1
33	Kommunikációs kábel	1	83	Összecsatolható tartókeret	2
34	Tápkábel	1	84	Hengeres tekercsrugó	2
35	Tápkábel	1	86	Zárófejes csavar teljes menettel	2
36	Tápkábel	1	88	EVA párna	2
37	Tápkábel	1	89	Akrii matrica a konzolhoz	1
38	Sebességérzékelő	1	90	Teljes menetes csavar	2
39	Kapcsoló	1	91	Rugó $\Phi 8 \times \Phi 4.2 \times 0.4$	4
40	Önvisszaállító kapcsoló	1	92	Rugó $\Phi 40 \times \Phi 20.4 \times 2.0$	2
41	Tápkábel bilincs	1	93	Távollító t4,0* $\Phi 40$	2
42	Fém tartó a sebességérzékelőhöz	1	96	Tápkábel	1
43	Bal oldali konzol	1	97	Hátsó konzol hegesztési varratai	1
44	Jobb oldali konzol	1	98	Hatszögletű csavar nagy lapos fejjel, teljes fogazással M8*20	2
45	M8*20 méretű, teljes menettel rendelkező imbuszcscavar	4	99	Lemezes alátét $\Phi 8$	2
46	ST4*10 önmetsző csavar	4	100	Hatszögletű záróanya M8	2
47	Lapos alátét $\Phi 8$	2	101	Rugós klipsz	1
48	M8 hatszögletű rögzítőanya	2			
49	Lapos alátét $\Phi 32 \times \Phi 8.5 \times 2.0$	2			
50	Műanyag alátét $\Phi 24 \times \Phi 16 \times 2.0$	2			

Figyelmeztetések és tilalmak:**⚠ Ne használjon futópadot:**

- ha kezelés alatt áll, és nincs meg az orvosa jóváhagyása,
- ha szívproblémái, hátproblémái, ízületi problémái, csonttritkulása vagy súlyos krónikus betegségei vannak,
- ha terhes, menstruál vagy rosszul érzi magát,
- ha alkoholt fogyasztott, vagy olyan gyógyszerek hatása alatt áll, amelyek rontják a koncentrációt,
- ha a tápkábel megsérült vagy a csatlakozóaljat meglazult.

⚠ Tilos:

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



- Konzol
- Kapaszkodó
- Gomb
- Profil
- Oldalsó korlát
- Futószalag
- Hátsó burkolat
- Főkeret
- L alakú gomb
- Motorburkolat
- L-állványoszlop
- Palacktartó
- Console frame

Technikai információk:

Méret:	Összecsukva: méret: 1520*780*265 mm
	Összecsukva: 1520*780*1280
Futófelület	1220*440 mm
Sebesség	1,0-16,0 km/h

Megjegyzés: fenntartjuk a jogot a termék előzetes értesítés nélküli megváltoztatására.

**Csomagolási lista:**

1. .
2. Palacktartó
3. Szilikon palack
4. Biztonsági kulcs
5. Használati utasítás
6. Felszerelési készlet

Hardverlista:

7. kulcs14x17x75 - x1
8. 6 mm-es csavarkulcs - x1
9. M4x16 éles, teljes menetes csavar - x2

**Főbb alkatrészek:**

1. Motorburkolat
2. Konzol
3. Motor
4. Motorszj
5. Futószj
6. Futópád
7. Oldalsó korlát
8. Hátsó görgő
9. Első görgő
10. Hátsó burkolat



1. ÖSSZESZERELÉSI UTASÍTÁSOK:

- a. Vegye ki a gépet a dobozból, és fektesse sík padlóra (lásd a fenti képet), távolítsa el az összes zacskót és a gépet becsomagoló szalagot.
- b. Lazítsa meg az alján lévő két L alakú gombot, majd emelje fel a függőleges oszlopokat.
- c. Emelje a függőleges profilt a felső állásba, majd rögzítse a gombot.
- d. Lazítsa meg a gombokat mindkét oldalon, állítsa a konzol keretét a megfelelő pozícióba, majd rögzítse a gombokat.
- e. Állítsa a konzolt a megfelelő pozícióba, szerelje fel a palacktartót a bal profilra egy M4 * 16 tömör menetes csavarral. Miután kétszeresen ellenőrizte, hogy minden gomb biztonságosan rögzítve van-e, az összeszerelés befejeződött.

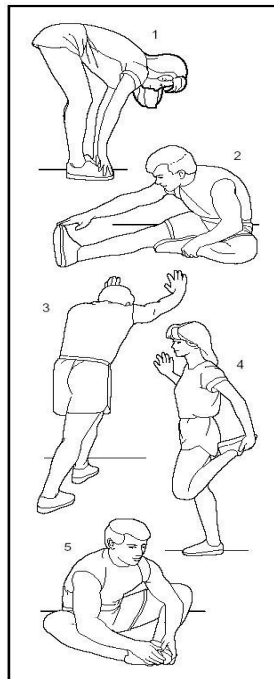
2. ÖSSZESZERELÉSI UTASÍTÁSOK:

- a. Szerelje össze a futópályát az összeszerelési eljárásnak megfelelően, fektesse a konzolt laposra, egyik kezével fogja meg a konzol keretét, majd a másik kezével lazítsa meg a gombokat a konzol keretének összehajtásához. Egyik kezével fogja meg a profilt, majd a másik kezével lazítsa meg az L alakú gombot az állványoszlop összehajtásához, végül zárja be az L alakú gombot. A futópád összecsukva mozgatható és/vagy tárolható.
- b. Forgassa el a hajtogatható tartókat az alábbi ábrákon látható irányoknak megfelelően.
- c. Állítsa fel a futópadot.
Megjegyzés: A futópadot a falhoz közel, gyermekektől távol kell felállítani, váratlan sérülés esetén.
- d. Önállóan álló futópád
Az első három lépés szerinti összeszerelés után húzza ki a gép alján lévő bal oldali reteszt, a tartócsővel lefelé, amíg a retesz "csattanó" hanggal a helyére nem kerül, így a futópád nem áll fel.
Megjegyzés: Váratlan sérülés esetén tartsa távol a gyermekektől.

GYAKORLÁSI TIPPEK ÉS TANÁCSOK:

1. Bemelegítés Minden edzés előtt 5-10 percig melegítsen be.
2. Légzés Edzés közben ne tartsa vissza a lélegzetét. Lélegezzen be az orrán keresztül, és lélegezzen ki a száján keresztül, szinkronizálva a légzést a mozgással.
3. Gyakorlás Minden izmot 48 óra pihenő után, azaz minden második nap kell edzeni.
4. Terhelés Az edzés intenzitását a fizikai állapotához igazítsa. Az izomfájdalom az edzés kezdetén normális, de a rendszeres mozgás folytatásával minimalizálható.
5. Relaxáció Szánjon 5 percet az edzés utáni lazításra, hogy segítse a regenerálódást és fenntartsa az izmok rugalmasságát.
6. Diéta Az emésztőrendszer védelme érdekében ne kezdjen edzésbe közvetlenül étkezés után. Edzés után várjon legalább 30 percet az étkezéssel. Kerülje a nagy mennyiségű víz fogyasztását edzés közben, hogy ne terhelje meg a szívét és a veséjét.
7. Nyújtás Függőlegesen a futótempótól, kezdje a nyújtással. A bemelegített izmok könnyebben nyúlnak, ezért először 5-10 percet sétáljon, majd álljon meg, és nyújtsa mindkét lábát ötször legalább 10 másodpercig. Ismételje meg a nyújtást az edzés után is.

1. Előrehajlás Álljon egyenesen, és hajoljon előre, próbálja meg a lábujjait a kezével megérinteni. Tartsa a pozíciót 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor. (Lásd az 1. ábrát)
2. A térdín nyújtása Üljön le egy tiszta párnára, és egyenesítse ki az egyik lábát. Hajlítsa be a másik lábát úgy, hogy a lábfeje érintse az egyenesített láb combjának belső oldalát. Hajoljon előre, és próbálja megérinteni a lábujjait a kezével. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor mindkét lábával (lásd a 2. ábrát).
3. Vádli- és saroknyújtás Támassza a tenyerét egy falnak vagy fának, és nyújtsa az egyik lábát hátrafelé. Tartsa a hátsó lábát egyenesen, a sarkát pedig nyomja a talajhoz. Hajoljon finoman a fal felé. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor mindkét lábával (lásd a 3. ábrát).
4. Négyfejű combizom nyújtása Bal kezével támaszkodjon a falnak vagy az asztalnak a stabilitás érdekében. Fogja meg a jobb bokáját a jobb kezével, és finoman húzza a lábát a fenéke felé, amíg nem érez feszültséget a combja elülső részén. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor mindkét lábánál (lásd a 4. ábrát).
5. Adduktornyújtás (comb belső oldala) Üljön úgy, hogy a talpát egymás mellé helyezze, a térdai kifelé nézzen. Fogja meg a lábfejét mindkét kezével, és finoman húzza az ágyéka felé. Tartsa a pozíciót 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor. (Lásd az 5. ábrát)



A konzolfunkciók leírása

1. Edzésprogramok

A P0 az egyéni edzésprogram beállítására szolgál. P1-P36 a beépített automatikus edzésprogramok. Három felhasználói program (USER) és egy BMI-számológép is rendelkezésre áll.

2. Kijelző - A konzol LED-képernyővel és négy vezérlőgombbal rendelkezik.
3. Mérőablak - A sebesség és a távolság értékek megjelennek, a kilométerek és a mérföldek közötti váltás lehetőségével.
4. Sebességtartomány - 1,0 és 16,0 km/h között.
5. Védelmek
 - Túlerhelés
 - Túláram
 - Robbanásbiztos
 - Túlsebesség ellen
 - Interferencia elleni védelem (EMC)
 - Egyéb funkciók a felhasználó és a készülék védelmére
6. Rendszer önellenőrzés - A hibák automatikus felismerése és a képernyőn megjelenő üzenetek.
7. Három testreszabható funkció - Testreszabható beállítások.
8. Energiával kapcsolatos termékek (ERP) funkció.
9. A csengőhang elnémítása - Lehetőség az értesítési hangok kikapcsolására.

Üzembe helyezési utasítások és biztonsági eljárások

- Csatlakoztassa a tápkábelt egy 10 A-s, védőföldeléssel ellátott konnektorba.
- Kapcsolja be a hálózati kapcsolót - a konzol képernyője elindul és teljesen megjelenik.
- Helyezze a biztonsági kulcsot a konzol megfelelő helyére, és túsze a ruházati kapcsát mellmagasságban.
- Egy elektronikus rendszer folyamatosan ellenőrzi a biztonságot. Ha rendellenességet észlel, a futópád vészleállásba kerül, és a képernyőn hibaüzenet és hangjelzés jelenik meg.
- A hibaüzenet törléséhez húzza ki a biztonsági kulcsot vagy kapcsolja ki a készüléket.

A kijelző és a gombok leírása

1. LED kijelző

"TÁVOL / IDŐ" ablak - a megtett távolságot és az edzésidőt mutatja.

"CALORIES / PULSE" ablak - megjeleníti az elégetett kalóriák értékét és a pulzusszámot. "SPEED" ablak - az aktuális sebességet mutatja.

2. Egységváltás: kilométer ↔ mérföld

Átváltás mérföldre: Vegye ki a biztonsági kulcsot. Nyomja meg és tartsa lenyomva egyszerre a "PROGRAM" és a "MODE" gombokat, amíg a kijelzőn 0.6 nem jelenik meg - ez jelzi a mérföldekre való átváltást.

Átváltás kilométerre: Ismét a biztonsági kulcs nélkül nyomja meg mindkét gombot ("PROGRAM" és "MODE"), amíg a kijelzőn 1.0 nem jelenik meg - ez jelzi a kilométerekre való visszatérést.

3. Vezérlőgombok

- **"P"** - PROGRAM: Készenléti üzemmódban nyomja meg a gombot a 36 program (P1-P36) vagy a kézi üzemmód (P0) kiválasztásához. Alapértelmezett sebesség: 1,0 km/h; maximális: 16 km/h.
- **"M"** - MODE: Lehetővé teszi a visszaszámlálási módok kiválasztását: idő, távolság vagy kalória. A "SPEED+" és "SPEED-" gombokkal állítsa be az értéket, majd a START gombbal indítsa el az edzést.
- **"START / SZÜNET"**: A futópádot 1,0 km/h sebességgel indítja el. Újbóli megnyomása ideiglenesen leállítja, majd az ismételt megnyomásával az edzés a korábbi beállításokkal folytatódik.
- **"STOP"**: Azonnal leállítja a futópádot és törli az adatokat.
- **"SPEED+" és "SPEED-"**: A sebesség 0,1-es lépésekben történő módosítása. A gomb >2 másodpercig történő nyomva tartása automatikus gyorsítást/lassítást eredményez.

4. Biztonsági gomb

Mágnesből, klipszből és kábelből áll.

- Ha a kulcsot eltávolítják - a futópád azonnal leáll, a kijelzőn pedig az "E-07" hiba jelenik meg és hangjelzés hallatszik.
- A kulcs visszahelyezésekor a kijelző 2 másodpercig aktiválódik, majd készenléti üzemmódba kerül.

5. Programok és indítás

A. Programtípusok

- P0 - Kézi üzemmód: az idő, a távolság vagy a kalóriák bármilyen beállítása.
- P01-P36 - Automatikus programok
- U01-U03 - Testreszabott programok (USER)

B. A futópád elindítása

C. Helyezze be a biztonsági kulcsot a nyílásba - a konzol 2 másodpercig megjelenik, majd kézi üzemmódba lép.

D. Nyomja meg a START gombot - visszaszámlálás 5-4-3-2-1 hanggal és a futópád 1,0 km/h sebességgel indul.

E. Ha edzés közben szeretné leállítani a gépet, nyomja meg a STOP gombot - az adatok visszaállnak.

Kézi üzemmód

1. A manuális üzemmód elindítása

- a. Kapcsolja be a hálózati kapcsolót - a készülék automatikusan manuális üzemmódba lép.
- b. Ha megállt, nyomja meg a PROGRAM gombot a kézi üzemmódba való manuális belépéshez.

2. Elérhető beállítások kézi üzemmódban

- Három funkció áll rendelkezésre közül választhat:
 - Visszaszámlálási idő,
 - A távolság** visszaszámlálása,
 - Kalória** visszaszámlálása.
- Ha kézi üzemmódban van, nyomja meg a MODE gombot a visszaszámlálási módok egyikének kiválasztásához.
- Miután beállította a kívánt értéket, nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez.
- Az alapértelmezett kezdősebesség 1,0 km/h, amelyet a felhasználó állít be.
- Egyszerre csak egy visszaszámlálási mód aktiválható. A beállított paraméter visszaszámlálása lefelé történik, a többi pozitívan számol.

3. Működés kézi üzemmódban

A. Alap üzemmód (visszaszámlálás nélkül)

- Az idő kijelzőn 0:00 jelenik meg.
- Az idő, a távolság és a kalóriák számolása automatikusan történik.
- A STOP gomb megnyomásával a futópád fokozatosan leáll, és visszaállítja az alapértelmezett beállításokat.

B. Visszaszámlálós idő üzemmód

- Alapértelmezett: 30:00 perc, beállítási tartomány: 5:00-99:00 (lépésenként 1 perces lépésekben).
- Az értékek beállításához használja a + / - gombokat.

C. Visszaszámlálás távolság mód

- Alapértelmezett: 1,0 km, tartomány: (lépésenként 1 km-es lépésekben).
- Állítsa be a + / - gombokkal.

D. Kalóriaszámláló mód

- Alapértelmezett: 50 kcal, tartomány: 20-990 kcal (lépés 10 kcal lépésekben).
- Állítsa be az értéket a + / - gombokkal.

E. Működés futás közben

A. A START gomb megnyomásakor 5 másodperces visszaszámlálás indul, majd a motor 1 km/h sebességgel elindul.

B. A + / - vagy a QUICK SPEED gombokkal változtassa a sebességet.

C-E. Amikor a kiválasztott üzemmód (kalória, távolság vagy idő) eléri a nullát, a futópád fokozatosan lelassul és leáll. A készülék visszatér a kézi üzemmódba.

Automatikus programok (P1-P36)

1. Program kiválasztása és beállítása

- A P1-P36 programok kizárólag visszaszámláló üzemmódra tervezett, beépített rendszeredzésprogramok.
- A beállítási módban az időablak villogni kezd - ez azt jelzi, hogy konfigurálható.
- A "+" / "-" gombok segítségével állítsa be az edzési időt. Tartomány: 5:00 - 99:00 perc (1 perces lépésekben). Alapértelmezett érték: 30:00 perc.
- A "MODE" gomb megnyomásával visszaáll az alapértelmezett érték.

2. Kiképzés megkezdése

- Miután kiválasztotta a programot, nyomja meg a "START" gombot - egy 5 másodperces visszaszámlálás indul, amelyet 5 hangjelzés kísér.
- A futópád óvatosan felgyorsul a kiválasztott programban megadott sebességre, és a beállításainak megfelelően tartja a tempót (beleértve az esetleges emelkedőt is).

3. A sebesség megváltoztatása a program közben

- A "+", "-" vagy "QUICK SPEED" gombok segítségével bármikor manuálisan beállíthatja a futópád sebességét futás közben.

4. A program befejezése

- A "STOP" gomb megnyomásával a motor működése közben a gép fokozatosan lassul, amíg teljesen le nem áll.
- Ezt egy hosszú hangjelzés kíséri, és minden beállítás visszaáll az alapértelmezett készenléti üzemmódba.

Zsírteszt program (FAT)

A testtömeg-index (FAT) a testmagasság és a testsúly közötti kapcsolat egyszerűsített mutatója, amely - más egészségügyi paraméterekkel kombinálva - segíthet a testsúly értékelésében.

- FAT referenciaértékek:
 - < 18 - túl karcsú alak
 - 18-24 - ideális testalkat
 - 25-28 - túlsúlyos
 - > 29 - elhízott
- A FAT index tájékoztató jellegű, és nem tekinthető orvosi diagnózisnak.

A FAT-teszt elvégzésére vonatkozó utasítások

- A vizsgálat megkezdése
 - A futópád leállítása után nyomja meg a "PROG" gombot, hogy belépjen a "FAT" feliratú testzsír-tesztprogramba.
 - Nyomja meg a "MODE" gombot a tételszám kiválasztásához, majd állítsa be a paramétereket a "+" / "-" gombok segítségével.
- Nemek beállítása (F1)
 - Az F1 megjelenik a "Pulse" képernyőn, és az alapértelmezett 01 (férfi) érték jelenik meg a "Calories" ablakban.
 - Használja a "+" / "-" gombokat a kiválasztáshoz:
 - 01 - férfi
 - 02 - nő
- Életkor beállítása (F2)
 - A "MODE" megnyomása után lépjen a kor beállítására (F2).
 - A "Kalóriák" ablak alapértelmezés szerint 25-öt jelenít meg.
 - Beállítási tartomány: 1-99 év.
- Magasság beállítása (F3)
 - A "MODE" újabb megnyomásával aktiválható a magasság beállítása (F3).
 - Az alapértelmezett érték 170 cm (67 hüvelyk).
 - Beállítási tartomány: 100-220 cm (vagy 39-87 hüvelyk).
 - Állítsa be az értéket a "+" / "-" gombok segítségével.
- Testzsír-teszt (FAT/BMI)
 - Nyomja meg a "MODE" gombot - a "Pulse" kijelzőn megjelenik az F5, a kalóriaablakban pedig a "-----".
 - Helyezze kezét a pulzusmérő érzékelőkre - 8 másodperc múlva megjelenik a BMI eredmény.

Biztonsági kulcs

A kulcs egy kapcsolót, egy ruházati klipszet és egy nejlonszínort tartalmaz. Vészhelyzetben a futópád leállítására szolgál.

- 1. Ha a kulcsot működés közben eltávolítják, a képernyőn megjelenik az "E-07" felirat, és a futópád azonnal leáll.
- 2. A gomb újbóli elhelyezésekor a képernyő 2 másodpercre bekapcsol, majd a futópád visszatér az alapértelmezett állapotba (kézi üzemmód P0, a számlálók nullára visszaállnak).

Felhasználói program (U01-U03)

A felhasználó 3 személyre szabott edzésprogramot hozhat létre és menthet el. Program létrehozása:

1. Nyomja meg a "PROG" gombot az U01-U03 üzemmód kiválasztásához.
2. Nyomja meg a "MODE" gombot a beállítások elindításához:
 - Időtartam: 5-99 perc
 - Sebesség: 1-20 km/h (gyors kiválasztás lehetséges)
 - Meredekség: 0-15% (szintén gyors kiválasztás)
3. Az egyes paraméterek beállítása után nyomja meg a "MODE" gombot a következő paraméterre való áttéréshez.
4. A beállítások automatikusan elmentésre kerülnek, amikor a konfiguráció befejeződik.
5. Az indításhoz nyomja meg a "START" gombot.

A következő indításkor egyszerűen válassza ki a programot, és nyomja meg a "START" gombot. Szívritmus mérés

- Amikor a kezét az érzékelőkre helyezi, a pulzusszám értéke 5 másodpercen belül megjelenik.
- Kijelzési tartomány: A pulzusszámmérő a következő értékeket mutatja: 1: 50-200 ütés/perc.
- A szív szimbólum a mért pulzusszám ritmusában pulzál.

Az adatok tájékoztató jellegűek, és nem helyettesítik az orvosi méréseket.

Értéktartomány:

	A kezdeti érték beállítása	Tartomány	Megjelenítési tartomány
Idő (percek: másodpercek)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Sebesség (km/h)	NEM ALKALMAZHATÓ	NEM ALKALMAZHATÓ	1-16KM
Meredekség (%)	NEM ALKALMAZHATÓ	NEM ALKALMAZHATÓ	0
Távolság (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalória (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Paraméter beállítások

Egy érték (pl. idő) beállításakor a "+" / "-" gombokkal növelheti vagy csökkentheti azt, ha eléri a maximális értéket (99:00) és megnyomja a "+" gombot, a rendszer automatikusan visszatér a minimális értékre (5:00), létrehozva egy úgynevezett ciklust.

Energiatakarékosági funkció (ERP)

- Alapértelmezés szerint aktív.
- Ha a futópádot 4,5 percig nem használják, az energiatakarékoság érdekében automatikusan alvó üzemmódba kapcsol.
- A rendszer felébresztéséhez nyomja meg bármelyik gombot.
- Az ERP üzemmód letiltása/beállítása:
- Készenléti állapotban tartva lenyomva a "MODE" gombot körülbelül 3 másodpercig.
- A konzolon megjelenik a "2222" felirat - az ERP funkciót kikapcsolták.
- Ismétlje meg a műveletet a funkció újbóli aktiválásához.
- A konzolon megjelenik a "1111" felirat - az ERP funkció aktiválódott.

Gyakori hibák és hibaelhárítási módszerek

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 reteszelvek a megfelelő állásba
	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	KULCS HELYTELENSÉGÉNEK ELLENŐRZÉSE	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 csatlakozik-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 motorkábel rosszul van csatlakoztatva 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 kapcsolat	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 reteszelvek jelét	1. Ellenőrizze, hogy a biztonsági reteszelvek a helyén van-e;0 2. Szerelje vissza a biztonsági reteszelvek mechanizmust;
Nincs impulzusjel	A. A fogantyúkábel nincs a helyén, vagy a kábel a fogantyú kábele nem jó	Ellenőrizze és csatlakoztassa vagy cserélje ki a fogantyúkábelt
	B. Elektronikus rendszer áramköri hiba	Cserélje ki a konzolt
Hiányos vagy hiányzó konzolvezetékek	A. A kijelző hibás	Cserélje ki az alaplapot vagy a képernyőt
	B. Rendszerhiba	Konzolcsere

A futópád össze- és kihajtása

1. Összecsukás - Összecsukás előtt húzza ki a tápellátást.
2. Kihajtás
 - Helyezze a futópádot körülbelül 1 m-re a konnektortól.
 - A talajnak síknak és akadálymentesnek kell lennie.
3. Mozgatás - A futópád mozgatása előtt győződjön meg arról, hogy e:
 - A tápellátás ki van kapcsolva.
 - A dugót kihúzták a konnektorból.
 - A futópádot összehajtották.
 - Lépésről lépésre halad:
 - Fogja meg egyik kezével a futópád hátulját, a másikkal pedig az ugyanazon az oldalon lévő kormányt.
 - Döntse 40-50°-os szögben a mellkasa felé.

Vigyázzon!

Forduljon szakképzett villanyszerelőhöz vagy szervíz szakemberhez, ha nem tudja, hogy a gép megfelelően van-e földelve. Ne cserélje ki a termékhez mellékelte dugót engedély nélkül. Ha a dugó nem kompatibilis a konnektorral, egy szakképzett villanyszerelőnek kell megfelelő konnektort szereljen be. Ennek 220-240 voltosnak kell lennie, és illeszkednie kell az ilyen típusú konnektorhoz.

A futópáddal való kezdés

Csatlakoztassa és kapcsolja be a tápegységet
Hajtsa ki a futópádot a legalsó helyzetbe, és ellenőrizze, hogy megfelelően működik-e. Csatlakoztassa a biztonsági zsinórt a ruházatához - ez egy fontos biztonsági elem.

A helyes indítás és futás

Ne álljon rögtön az övre!
Álljon az oldalsó sínekre, kezeit a kormányon tartva. Amikor megnyomja a "START" gombot:
A futópád 5 másodperc múlva 1,0 km/h sebességgel elindul.
Ezután a "+" gombbal növelje a sebességet kényelmes 2,5-3,5 km/h sebességre. A kormányt megtartva fokozatosan lépjen be a sávba, annak sebességéhez igazodva.

Sebességváltás és megállás

Gyorsítson vagy lassítson a "+" és "-" gombokkal.
A megfelelő gombra kattintva egy adott sebességértéket is kiválaszthat. A "STOP" megnyomásával a motor leáll.

Automatikus üzemmódok és programok

Kapcsolja be a készüléket.
Nyomja meg a "SELECT" gombot az üzemmód kiválasztásához.
Nyomja meg a "START" gombot a kiválasztott program elindításához.
Használat közben a "STOP" gombbal beállíthatja a sebességet vagy befejezheti az edzést.

Pulzusmérés (HRC)

Tartsa kezét a fémérzékelőkre - az aktuális pulzusszám (HRC) megjelenik a kijelzőn.

Megjegyzés: A biztonsági kulcs eltávolítása azonnal leállítja a futópádot, és a számítógép egy üzenetet jelenít meg.

KARBANTARTÁS:

A futópád 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 futópádot a gyártás során gyárilag megolajozták. Egy bizonyos használati idő után azonban a futószalag rendszeres kenést igényel 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 futópád élettartama és teljesítménye szempontjából. A kenés ellenőrzéséhez

szükséges, emelje fel a futószalag oldalait, és érintse meg a hátsó, középső részt:

- Ha érzi a szilikont - nincs szükség kenésre.
- Ha a felület száraz - kenést kell végezni.

Kenési utasítások:

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

1. A futópád szíjának beállítása

A futószíj gyárilag helyesen van beállítva. A használat következtében azonban meglazulhat, ami megszakításokhoz vagy csúszáshoz vezethet. Ha ez megtörténik, húzza meg az állítócsavarokat - egy-egy fél fordulatot balra vagy jobbra.

Ha a futószíj túl laza, megcsúszhat a szíjtárcsán. A túl nagy feszítés viszont túlterhelheti a motort, és károsíthatja a motort, a szíjat, a görgőket vagy más alkatrészeket.

2. A szíj kitérésének beállítása

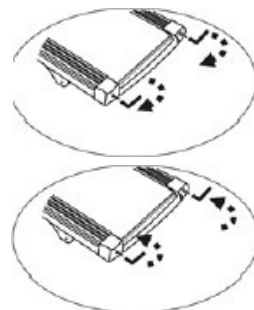
Bár a szíj gyárilag be van állítva, idővel eltolódhat. A leggyakoribb okok a következők:

- A futópád instabil beállítása,
- Oldalra eltoltan futás,
- A lábnyomás egyenlőtlen eloszlása.

Ha az eltérés nem tartós, a futópád néhány perces terhelés nélküli futtatása helyreállíthatja az egyensúlyt. Ha szükséges, végezze el a kézi beállítást egy 6 mm-es imbuszkulcs segítségével - a csavar fél fordulat elfordításával.

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



ÁLLÍTÓKULCCSAL:

Az óramutató járásával megegyező irányban = meghúzás
 Az óramutató járásával ellentétes irányban = lazítás Az őv mindig a lazább oldalra mozog.

Tippek:

Minden beállítás előtt futtassa a futópaddat alacsony sebességgel.
 Ne húzza túl a csavarokat.
 Minden egyes beállítás után figyelje meg a szíj működését.
 Az ékszíj elhajlásait a garancia nem fedezi, és a felhasználó felelőssége. Az ellenőrizetlen és korrígiálatlan kitérések súlyos károkat okozhatnak.

**3. Hajtósíj (motor) beállítása**

A meghajtósíjakat 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 meghajtórendszer 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 futópadd nem működik	A. Ki van húzva	Dugja be egy konnektorba
	B. A biztonsági kulcs nincs behelyezve	Helyezze be a biztonsági kulcsot a panelbe
	C. Nyitott jeláramkör	Ellenőrizze a vezérlő bemenetét és a jelvezetékét
	D. A tápegység nincs bekapcsolva	Állítsa a hálózati kapcsolót NO állásba
	E. A biztosíték kiégett	Cserélje ki a biztosítékot
Nem mozog egyenletesen	A. Elégtelen kenés	Használjon metilszilikonolaj alapú kenőanyagot.
	B. A futószalagok túl szorosak	Állítsa be a futószalagok feszességét
A futószalag elcsúszott	A. A futóöv túl laza	Állítsa be a futószalagok feszességét
	B. Az őv meglazult	Állítsa be a meghajtósíj feszességét

Probléma	Ok	Karbantartás
A rendszer nem működik	A. Nincs áram	Csatlakoztassa a csatlakozót az aljzathoz, tápellátás
	B. a biztonsági kulcs nincs a megfelelő helyzetben	Helyezze a biztonsági kulcsot a megfelelő pozícióba
	C. a transzformátor nincs megfelelően behelyezve vagy A transzformátor hibás	Ellenőrizze és csatlakoztassa helyesen a transzformátort, vagy cserélje ki a transzformátort.
	D. megszakadt az áramkör	Ellenőrizze a rendszer bemeneti és kimeneti terminálját és a kommunikációs vonalakat.
Hirtelen leállás normál állapotban	A. Biztonsági kulcs leesése	A biztonsági kulcs helyes beszerelése
	B. Hibás rendszer	Forduljon a szervizhez
A gombok nem működnek	A. Néhány gomb sérült	Cserélje ki a gombokat
	B. Az összes gomb hibás	1. Cserélje ki a nyomógombok lapját, a nyomógombok vezetékeit. 2. Cserélje ki az alaplapot; cserélje ki a konzolt
E1	A kommunikációs kábelek rossz csatlakoztatása	Csatlakoztassa újra a kommunikációs kábelt, és ellenőrizze, hogy a port csatlakoztatva van-e, vagy cserélje ki a kommunikációs kábelt.
	B. A konzol hibás	A konzol cseréje
	C. A transzformátor hibás	Ellenőrizze és cserélje ki a transzformátort
	D. A vezérlő hibás	Cserélje ki a vezérlőt
E2	A. A motorkábel vagy a motor hibás	Ellenőrizze és cserélje ki a motorkábelt vagy a motort
	B. Rossz kapcsolatot a motorkábel és a vezérlő között vagy a vezérlő hibás.	Ellenőrizze és csatlakoztassa helyesen a kábelt, vagy cserélje ki a vezérlőt
E3	A. A sebességérzékelő nincs megfelelően felszerelve	Ellenőrizze és szerelje fel helyesen
	B. A sebességérzékelő hibás	Cserélje ki a sebességérzékelőt
	C. Rossz kapcsolatot a sebességérzékelő és a vezérlő között	Ellenőrizze és csatlakoztassa helyesen
	D. A vezérlő hibás	Cserélje ki a vezérlőt
E5	A. A vezérlő hibás	Cserélje ki a vezérlőt
	B. A motor meghibásodott	Cserélje ki a motort
E7	A konzolon nem észlelt biztonsági kulcsjelzés	1. Ellenőrizze, hogy a biztonsági kulcs a megfelelő helyzetben van-e; 2. Szerelje vissza a biztonsági reteszelő mechanizmus biztonsági reteszelő mechanizmust, hogy a lyuk középen legyen, és a fekete bab a helyére pattanjon; Cserélje vissza a konzolt
A pulzusszám adatok nem jelennek meg	A. A fogantyú impulzuskábel nincs jól összeszerelve vagy a fogantyú impulzuskábel sérült.	Ellenőrizze és csatlakoztassa jól, vagy cserélje ki a fogantyú impulzuskábelt
	B. Elektronikus rendszer hálózati hiba	Konzol csere
Az elektronikus kijelző hiányos	A. A kidozólemez csavarjai meglazultak.	A rögzítő és rögzítő csavarok
	B. Rendszerhiba	Konzolcsere



Bluetooth APP futópadhoz



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



AnyRun

Töltse le, regisztráljon és jelentkezzen be az AnyRun alkalmazásba, 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 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 megpróbálhat párosítani azokkal az eszközökkel, ha azok jelen vannak és elérhetők. Ha olyan párosított eszközöket 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 a kívánt Bluetooth márkát, pl. Anyrun stb.; Kattintson a tartalomra az Interaktív részen, az alkalmazás felismeri a talált hardvert, válassza ki azt a Bluetooth kódot, amely megegyezik a hardverkonzolon megjelölt kóddal, majd kattintson az ÚJ FELSZERELÉS TOVÁBBRA, megjelenik a sikeresen hozzáadott hardver.



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.

IT

Istruzioni per l'uso

1. Collegare il cavo di alimentazione esclusivamente a una presa con messa a terra. Non utilizzare prolunghe o adattatori.
2. Assicurarsi che il tapis roulant poggia 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 l'assistenza.

No.	Nome del pezzo	Quantità	Numero di pezzi	Nome del pezzo	Quantità
1	Telaio principale	1	51	Rondella di plastica $\Phi 18 \times \Phi 8,5 \times t2,0$	2
2	Vite a brugola con filettatura intera M8*20	2	52	Manopola $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Vite con filettatura intera M5*10	8	53	Manopola a L	2
4	Vite autofilettante ST4*16	9	54	Portabottiglie	1
5	Bullone a brugola con filettatura intera M8*75	2	55	Coperchio della staffa sinistra	1
6	Rondella piatta $\Phi 8$	2	56	Coperchio della staffa destra	1
7	Cilindro a brugola con filettatura intera M6*45	1	57	Cavo di comunicazione	1
8	Vite autofilettante ST4*10	2	58	Telaio della console	1
9	Bullone a brugola con filettatura intera M6*55x $\Phi 16$	6	59	Piastra di fissaggio della console	1
10	Bullone pieno filettato M4*16	2	60	Molla $\Phi 12,5 \times \Phi 6,2 \times 0,7$	4
11	Vite a filettatura completa M4*10	2	61	Rondella a gradino M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4,7$	2
12	Vite autofilettante ST4*15	8	62	Vite autofilettante ST4*10	2
13	Rondella piatta $\Phi 5$	2	63	Vite autofilettante ST4*16	20
14	Rondella dentata esterna $\Phi 5$	2	64	Vite autofilettante ST4*10	16
15	Rondella elastica $\Phi 5$	2	65	Vite autofilettante ST4*15	4
16	Rondella piatta in plastica $\Phi 12 \times \Phi 6 \times t1.0$	6	66	Bullone esagonale con filettatura intera M6*25	2
17	Anello magnetico	1	67	Vite con filettatura completa	2
18	Rullo anteriore	1	68	Dado esagonale di bloccaggio	4
19	Rullo posteriore	1	69	Console	1
20	Motore	1	70	Cavo di comunicazione	1
21	Cinghia di scorrimento	1	71	Pannello console	1
22	Pedana di marcia	1	72	Coperchio della console posteriore	1
23	Cinghia motore 174(442)PJ6	1	73	Presa della chiave di sicurezza	1
24	Vite a testa svasata con filettatura intera M4*8	2	74	Chiave di sicurezza	1
25	Coperchio del motore	1	75	Cestello superiore	1
26	Coperchio posteriore	1	76	Cestino inferiore	1
27	Guida laterale	2	77	Copertura decorativa della console anteriore	1
28	Cuscino quadrato	6	78	Coperchio decorativo della console posteriore	1
29	Ruote	2	79	Cavo d'impulso della maniglia	2
30	Blocco di guida con bordo rotondo	6	80	Impulso di maniglia start/stop	1
31	Piede	4	81	Set di impulsi della maniglia di velocità	1
32	Morsetto per cavo	2	82	Cavo del pulsante a sfioramento	1
33	Cavo di comunicazione	1	83	Telaio di supporto pieghevole	2
34	Cavo di alimentazione	1	84	Molla elicoidale cilindrica	2
35	Cavo di alimentazione	1	86	Vite a testa cilindrica con filettatura intera	2
36	Cavo di alimentazione	1	88	Cuscinetto in EVA	2
37	Cavo di alimentazione	1	89	Adesivo acrilico per la console	1
38	Sensore di velocità	1	90	Vite a filettatura completa	2
39	Interruttore	1	91	Molla $\Phi 8 \times \Phi 4,2 \times 0,4$	4
40	Interruttore auto-ripristinante	1	92	Molla $\Phi 40 \times \Phi 20,4 \times t2,0$	2
41	Morsetto del cavo di alimentazione	1	93	Distanziale t4.0x $\Phi 40$	2
42	Staffa metallica per il sensore di velocità	1	96	Cavo di alimentazione	1
43	Staffa sinistra	1	97	Saldature staffa posteriore	1
44	Staffa destra	1	98	Bullone esagonale a testa piatta grande con dentellatura completa M8x20	2
45	Vite a brugola con filettatura intera M8*20	4	99	Rondella piatta $\Phi 8$	2
46	Vite autofilettante ST4*10	4	100	Dado esagonale di bloccaggio M8	2
47	Rondella piatta $\Phi 8$	2	101	Clip a molla	1
48	Dado esagonale di bloccaggio M8	2			
49	Rondella piatta $\Phi 32 \times \Phi 8,5 \times t2,0$	2			
50	Rondella di plastica $\Phi 24 \times \Phi 16 \times t2.0$	2			

Avvertenze e divieti:**⚠ Non utilizzare un tapis roulant**

- se siete in cura e non avete l'approvazione del vostro medico,
- se avete problemi cardiaci, problemi alla schiena, problemi alle articolazioni, osteoporosi o gravi malattie croniche,
- in caso di gravidanza, mestruazioni o malessere,
- se si è consumato alcol o si è sotto l'effetto di farmaci 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 o scendere dal nastro mentre l'apparecchio è in funzione,
- l'uso del tapis roulant da parte di bambini e persone prive di sensi o con difficoltà motorie.



- Consolle
- Corrimano
- Manopola
- Profilo
- Binario laterale
- Cinghia di scorrimento
- Copertura posteriore
- Telaio principale
- Manopola a L
- Coperchio del motore
- Cavalletto a L
- Portabottiglie
- Telaio della console

Informazioni tecniche:

Dimensioni	Piegato: 1520*780*265 mm
	Dispiegato: 1520*780*1280
Superficie di scorrimento	1220*440 mm
Velocità	1,0-16,0 km/h

Nota bene: ci riserviamo il diritto di modificare il prodotto senza preavviso.

**Elenco degli imballaggi:**

- Macchina
- Portabottiglie
- Bottiglia in silicone
- Chiave di sicurezza
- Istruzioni per l'uso
- Set di attrezzature

Elenco della ferramenta:

- Chiave 14x17x75 - x1
- Chiave a T da 6 mm - x1
- Vite M4x16 a filetto pieno - x2

**Parti principali:**

- Coperchio del motore
- Console
- Motore
- Cinghia motore
- Cinghia di trasmissione
- Pedana di corsa
- Sponda laterale
- Rullo posteriore
- Rullo anteriore
- Coperchio posteriore

**1. ISTRUZIONI DI MONTAGGIO:**

- Togliere la macchina dall'imballo e appoggiarla su un piano (vedi foto sopra), rimuovere tutti i sacchetti e il nastro adesivo che avvolge la macchina.
- Allentare le due manopole a L sul fondo, quindi sollevare i montanti verticali.
- Sollevare il profilo verticale fino alla posizione superiore, quindi bloccare la manopola.
- Allentare le manopole su entrambi i lati, regolare il telaio della console nella posizione corretta, quindi bloccare le manopole.
- Regolare la console nella posizione corretta, montare il portabottiglie sul profilo sinistro utilizzando una vite a filettatura piena M4*16. Dopo aver controllato due volte che tutte le manopole siano saldamente bloccate, il montaggio è completo.

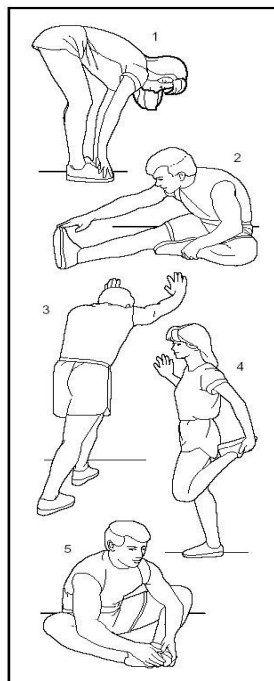
2. ISTRUZIONI DI MONTAGGIO:

- Montare la canalina seguendo la procedura di montaggio, appoggiare la console in piano, tenere il telaio della console con una mano e quindi allentare le manopole con l'altra mano per piegare il telaio della console. Tenere il profilo con una mano, quindi allentare la manopola a forma di L con l'altra mano per piegare il montante del supporto e infine bloccare la manopola a L. Il tapis roulant è piegato e può essere spostato e/o riposto.
 - Ruotare i supporti pieghevoli secondo la direzione indicata nelle illustrazioni seguenti.
 - Mettere in piedi il tapis roulant.
- Nota: il tapis roulant deve essere posizionato vicino alla parete, lontano dai bambini, in caso di lesioni impreviste.
- Tapis roulant in piedi da solo
- Dopo aver eseguito il montaggio secondo le prime tre fasi, estrarre il fermo sinistro nella parte inferiore della macchina, con il tubo di supporto rivolto verso il basso, fino a quando il fermo non si inserisce con un suono "a scatto", ottenendo una posizione eretta senza resistenza.
- Nota: tenere lontano dalla portata dei bambini, in caso di lesioni impreviste.

SUGGERIMENTI E CONSIGLI PER L'ESERCIZIO:

- Riscaldamento Riscaldarsi per 5-10 minuti prima di ogni sessione di esercizio.
- Respirazione Durante l'esercizio, non trattenere il respiro. Inspirare dal naso ed espirare dalla bocca, sincronizzando la respirazione con il movimento.
- Frequenza Ogni muscolo deve essere allenato dopo 48 ore di riposo, cioè a giorni alterni.
- Carico Adattare l'intensità dell'allenamento alle proprie condizioni fisiche. L'indolenzimento muscolare all'inizio dell'esercizio è normale, ma può essere ridotto al minimo continuando l'attività regolare.
- Rilassamento Dedicare 5 minuti al relax dopo l'esercizio fisico per favorire il recupero e mantenere la flessibilità muscolare.
- Dieta Per proteggere l'apparato digerente, non iniziare l'attività fisica subito dopo un pasto. Dopo l'allenamento, attendere almeno 30 minuti prima di mangiare. Evitare di bere grandi quantità di acqua durante l'esercizio per non affaticare il cuore e i reni.
- Stretching Indipendentemente dal ritmo di corsa, iniziare con lo stretching. I muscoli riscaldati si allungano più facilmente, quindi prima fare 5-10 minuti di camminata, poi fermatevi e allungate ogni gamba per cinque volte per almeno 10 secondi ciascuna. Ripetete lo stretching anche dopo l'allenamento.

1. Piegamento in avanti In piedi e piegati, cercando di toccare le dita dei piedi con le mani. Mantenere la posizione per 10-15 secondi, quindi rilassarsi. Ripetere 3 volte. (Vedere figura 1)
2. Stretching del tendine del ginocchio Sedersi su un cuscino pulito e raddrizzare una gamba. Piegare l'altra gamba in modo che il piede tocchi l'interno della coscia della gamba raddrizzata. Piegatevi in avanti e cercate di toccare le dita dei piedi con la mano. Mantenere per 10-15 secondi, quindi rilassarsi. Ripetere 3 volte per ogni gamba. (Vedi Figura 2)
3. Stiramento dei polpacci e dei talloni Appoggiate i palmi delle mani a una parete o a un albero e stendete una gamba all'indietro. Tenete la gamba posteriore dritta e il tallone premuto contro il suolo. Sporgersi delicatamente verso una parete. Mantenere per 10-15 secondi e poi rilassarsi. Ripetere 3 volte per ogni gamba. (Vedi Figura 3)
4. Stiramento del muscolo quadricipite della coscia Appoggiarsi a una parete o a un tavolo con la mano sinistra per avere stabilità. Afferrare la caviglia destra con la mano destra e tirare delicatamente il piede verso i glutei fino a sentire una tensione nella parte anteriore della coscia. Mantenere per 10-15 secondi e poi rilassarsi. Ripetere 3 volte per ogni gamba. (Vedi Figura 4)
5. Allungamento degli adduttori (interno delle cosce) Sedersi con le piante dei piedi unite, con le ginocchia rivolte verso l'esterno. Afferrate i piedi con entrambe le mani e tirateli delicatamente verso l'inguine. Mantenere la posizione per 10-15 secondi, quindi rilassarsi. Ripetere 3 volte. (Vedere Figura 5)



Descrizione delle funzioni della console

1. Programmi di allenamento

P0 serve per impostare un programma di allenamento individuale. P1-P36

sono programmi di allenamento automatici integrati.

Sono inoltre disponibili tre programmi utente (USER) e un calcolatore BMI.

2. Display - La console è dotata di uno schermo a LED e di quattro pulsanti di controllo.
3. Finestra di misurazione - Vengono visualizzati i valori di velocità e distanza, con la possibilità di passare da chilometri a miglia.
4. Intervallo di velocità - Da 1,0 a 16,0 km/h.
5. Protezioni
 - Sovraccarico
 - Sovracorrente
 - A prova di esplosione
 - Contro la sovravelocità
 - Anti-interferenza (EMC)
 - Altre funzioni per proteggere l'utente e il dispositivo
6. Autotest del sistema - Rilevamento automatico dei guasti e dei relativi messaggi sullo schermo.
7. Tre funzioni personalizzate - Impostazioni personalizzabili.
8. Funzione ERP (Energy-Related Products).
9. Silenziamento del cicalino - Possibilità di disattivare i suoni di notifica.

Istruzioni per la messa in funzione e procedure di sicurezza

- Collegare il cavo di alimentazione a una presa di corrente da 10 A con messa a terra.
- Accendere l'interruttore di alimentazione: lo schermo della console si avvia e viene visualizzato completamente.
- Posizionare la chiave di sicurezza nella posizione appropriata sulla console e appuntare la sua clip all'altezza del petto.
- Un sistema elettronico controlla costantemente la sicurezza. Se viene rilevata un'anomalia, il tapis roulant si arresta di emergenza e sullo schermo appaiono un messaggio di errore e un segnale acustico.
- Per cancellare il messaggio di errore, rimuovere la chiave di sicurezza o spegnere l'alimentazione.

Descrizione del display e dei pulsanti

1. Display a LED
Finestra "Distanza / TEMPO": indica la distanza percorsa e il tempo di allenamento. Finestra "CALORIE / PULSE" - visualizza il valore delle calorie bruciate e la frequenza cardiaca. Finestra "VELOCITÀ" - mostra la velocità attuale.
2. Unità di misura: chilometri ↔ miglia
Convertire in miglia: Togliere la chiave di sicurezza. Tenere premuti contemporaneamente i tasti "PROGRAM" e "MODE" finché il display non visualizza 0,6: ciò indica la conversione in miglia.
Conversione in chilometri: Di nuovo, senza la chiave di sicurezza, premere entrambi i tasti ("PROGRAM" e "MODE") finché il display non visualizza 1,0: ciò indica il ritorno ai chilometri.
3. Pulsanti di controllo
 - "P" - PROGRAMMA: In modalità standby, premere il pulsante per selezionare uno dei 36 programmi (P1-P36) o la modalità manuale (P0). Velocità predefinita: 1,0 km/h; massima: 16 km/h.
 - "M" - MODALITÀ: Permette di selezionare le modalità di conto alla rovescia: tempo, distanza o calorie. Utilizzare i pulsanti "VELOCITÀ+" e "VELOCITÀ-" per impostare il valore, quindi avviare l'allenamento con il pulsante START.
 - "AVVIO / PAUSA": Avvia il tapis roulant a una velocità di 1,0 km/h. Premendo di nuovo si arresta temporaneamente e premendo di nuovo si riprende l'allenamento con le impostazioni precedenti.
 - "STOP": Arresta immediatamente il tapis roulant e cancella i dati.
 - "VELOCITÀ+" e "VELOCITÀ-": Modificano la velocità con incrementi di 0,1. Tenendo premuto il pulsante per >2 secondi si ottiene un'accelerazione/decelerazione automatica.
4. Tasto di sicurezza
Consiste in un magnete, una clip e un cavo.
 - Quando la chiave viene rimossa, il tapis roulant si ferma immediatamente e il display visualizza l'errore "E-07" e emette un segnale acustico.
 - Quando la chiave viene reinserita, il display si attiva per 2 secondi e poi passa in modalità standby.
5. Programmi e avvio
 - A. Tipi di programma
 - P0 - Modalità manuale: qualsiasi impostazione di tempo, distanza o calorie.
 - P01-P36 - Programmi automatici
 - U01-U03 - Programmi personalizzati (USER)
 - B. Avvio del tapis roulant
 - C. Inserire la chiave di sicurezza nella fessura - la console visualizza per 2 secondi e poi entra in modalità manuale.
 - D. Premere START - conto alla rovescia 5-4-3-2-1 con suono e il tapis roulant si avvierà a 1,0 km/h.
 - E. Per arrestare la macchina durante un allenamento, premere STOP - i dati verranno azzerati.

Modalità manuale

1. Come avviare la modalità manuale
 - a. Accendere l'interruttore di alimentazione - l'unità entra automaticamente in modalità manuale.
 - b. A macchina ferma, premere PROGRAM per accedere manualmente alla modalità manuale.

2. Impostazioni disponibili in modalità manuale

- Sono disponibili tre funzioni tra cui scegliere:
 - **Tempo di conto alla rovescia,**
 - Conto alla rovescia **della distanza,**
 - Conto alla rovescia delle **calorie.**
- Una volta in modalità manuale, premere il pulsante MODE per selezionare una delle modalità di conto alla rovescia.
- Una volta impostato il valore desiderato, premere START per iniziare l'allenamento.
- La velocità di partenza predefinita è di 1,0 km/h, impostata dall'utente.
- È possibile attivare una sola modalità di conto alla rovescia alla volta. Il parametro impostato viene conteggiato alla rovescia, mentre gli altri vengono conteggiati in positivo.

3. Funzionamento in modalità manuale

A. Modalità di base (senza conto alla rovescia)

- Il display dell'ora visualizza 0:00.
- Il tempo, la distanza e le calorie vengono conteggiati automaticamente.
- Premendo STOP si arresta gradualmente il tapis roulant e si ripristinano le impostazioni predefinite.

B. Modalità conto alla rovescia

- Predefinito: 30:00 minuti, intervallo di impostazione: 5:00-99:00 (incrementi di 1 minuto).
- Utilizzare i pulsanti+ / - per regolare i valori.

C. Modalità conto alla rovescia della distanza

- Predefinito: 1,0 km, intervallo: 1,0-99,0 km (incrementi di 1 km).
- Regolare con i pulsanti+ / -.

D. Modalità conto alla rovescia delle calorie

- Predefinito: 50 kcal, intervallo: 20-990 kcal (incrementi di 10 kcal).
- Regolare il valore con i pulsanti+ / -.

E. Funzionamento durante la corsa

A. Quando si preme START, si verifica un conto alla rovescia di 5 secondi, dopodiché il motore si avvia a 1 km/h.

B. Utilizzare i pulsanti+ / - o QUICK SPEED per modificare la velocità.

C-E. Quando la modalità selezionata (calorie, distanza o tempo) raggiunge lo zero, il tapis roulant rallenta gradualmente e si ferma. L'unità torna alla modalità manuale.

Programmi automatici (P1-P36)

1. Selezione e impostazione dei programmi

- I programmi P1-P36 sono programmi di allenamento integrati nel sistema, progettati esclusivamente per la modalità conto alla rovescia.
- In modalità di impostazione, la finestra temporale inizia a lampeggiare: ciò indica che è configurabile.
- Utilizzare i pulsanti "+" / "-" per regolare il tempo di allenamento. Intervallo: 5:00 - 99:00 minuti (incrementi di 1 minuto). Valore predefinito: 30:00 minuti.
- Premendo il pulsante "MODE" si ripristina il valore predefinito.

2. Avvio dell'allenamento

- Una volta selezionato il programma, premere "START": si avvia un conto alla rovescia di 5 secondi, accompagnato da 5 segnali acustici.
- Il tapis roulant accelera dolcemente fino alla velocità specificata nel programma selezionato e mantiene il ritmo in base alle sue impostazioni (compresa l'eventuale pendenza).

3. Modifica della velocità durante il programma

- Con i pulsanti "+", "-" o "VELOCITÀ RAPIDA" è possibile regolare manualmente la velocità del tapis roulant durante la corsa.

4. Terminare il programma

- Premendo il pulsante "STOP" mentre il motore è in funzione, la macchina decelera gradualmente fino a fermarsi completamente.
- L'operazione è accompagnata da un lungo segnale acustico e tutte le impostazioni vengono riportate alla modalità di standby predefinita.

Programma di test dei grassi (FAT)

L'indice di massa corporea (FAT) è un indicatore semplificato del rapporto tra altezza e peso che, in combinazione con altri parametri sanitari, può aiutare a valutare il peso corporeo.

- Valori di riferimento del FAT:
 - < 18 - figura troppo magra
 - 18-24 - figura ideale
 - 25-28 - sovrappeso
 - > 29 - obeso

L'indice FAT è indicativo e non deve essere considerato una diagnosi medica.

Istruzioni per l'esecuzione del test FAT

1. Inizio del test

- A tapis roulant fermo, premere il pulsante "PROG" per accedere al programma di test del grasso corporeo contrassegnato da "FAT".
- Premere "MODE" per selezionare il numero della voce e impostare i parametri con i pulsanti "+" / "-".

2. Impostazione del genere (F1)

- F1 appare nella schermata "Pulse" e il valore predefinito 01 (uomo) appare nella finestra "Calorie".
- Utilizzare i pulsanti "+" / "-" per selezionare:
 - 01 - maschio
 - 02 - donna

3. Impostazione dell'età (F2)

- Dopo aver premuto "MODE", passare all'impostazione dell'età (F2).
- La finestra "Calorie" visualizza 25 per impostazione predefinita.
- Intervallo di impostazione: 1-99 anni.

4. Impostazione dell'altezza (F3)

- Premendo nuovamente "MODE" si attiva l'impostazione dell'altezza (F3).
- Il valore predefinito è 170 cm (67 pollici).
- Intervallo di impostazione: 100-220 cm (o 39-87 pollici).
- Regolare il valore utilizzando i pulsanti "+" / "-".

5. Test del grasso corporeo (FAT/BMI)

- Premere il pulsante "MODE" - il display "Pulse" visualizza F5 e la finestra delle calorie visualizza "-----".
- Posizionare le mani sui sensori di frequenza cardiaca: dopo 8 secondi apparirà il risultato del BMI.

Chiave di sicurezza

La chiave comprende un interruttore, una clip per abiti e un cavo di nylon. Serve per arrestare il tapis roulant in caso di emergenza.

- 1. Se la chiave viene rimossa durante il funzionamento, sullo schermo viene visualizzato "E-07" e il tapis roulant si arresta immediatamente.
- 2. quando si preme nuovamente il tasto, lo schermo si accende per 2 secondi e poi il tapis roulant torna allo stato di default (modalità manuale P0, contatori azzerati).

Programma utente (U01-U03)

L'utente può creare e salvare 3 programmi di allenamento personalizzati. Creazione di un programma:

1. Premere "PROG" per selezionare la modalità U01-U03.
2. Premere "MODE" per avviare le impostazioni:
 - Durata: 5-99 min
 - Velocità: 1-20 km/h (possibilità di selezione rapida)
 - Pendenza: 0-15% (anche selezione rapida)
3. Dopo aver impostato ciascun parametro, premere "MODE" per passare al successivo.
4. Le impostazioni vengono salvate automaticamente al termine della configurazione.
5. Per avviare il programma, premere "START".

Al successivo avvio, è sufficiente selezionare il programma e premere "START".

Misurazione della frequenza cardiaca

- Quando si applica la mano ai sensori, il valore della frequenza cardiaca viene visualizzato entro 5 secondi.
 - Intervallo di visualizzazione: 50-200 battiti/min.
 - Il simbolo del cuore pulsa al ritmo della frequenza cardiaca misurata.
- I dati sono indicativi e non sostituiscono le misurazioni mediche.

Intervallo di valori:

	Impostazione del valore iniziale	Intervallo	Intervallo di visualizzazione
Tempo (minuti: secondi)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Velocità (km/h)	NON APPLICABILE	NON APPLICABILE	1-16KM
Pendenza (%)	NON APPLICABILE	NON APPLICABILE	0
Distanza (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Calorie (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Impostazioni dei parametri

Quando si imposta un valore (ad esempio l'ora), utilizzare i pulsanti "+" / "-" per aumentarlo o diminuirlo. Se si raggiunge il valore massimo (99:00) e si preme "+", il sistema torna automaticamente al valore minimo (5:00), creando un cosiddetto ciclo.

Funzione di risparmio energetico (ERP)

- Attiva per impostazione predefinita.
- Quando il tapis roulant non viene utilizzato per 4,5 minuti, entra automaticamente in modalità sleep per risparmiare energia.
- Per risvegliare il sistema, premere un pulsante qualsiasi.
- Come disattivare/attivare la modalità ERP:
- In standby, tenere premuto il pulsante "MODE" per circa 3 secondi.
- La console mostrerà "2222" - la funzione ERP è stata disattivata.
- Ripetere l'azione per riattivarla.
- La console visualizzerà "1111" - la funzione ERP è stata attivata.

Guasti comuni e metodi di risoluzione dei problemi

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. Gli interblocchi di sicurezza non sono in posizione	Impostare l'interblocco 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	TASTO NON CORRETTO	Sostituire la console o la scheda madre
E-01	A. Il cavo di comunicazione è mal collegato	Ricollegare il cavo di comunicazione e verificare che la porta sia collegata correttamente o 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 controller
E-03	A. Il sensore fotoelettrico non è installato correttamente	Controllare e ricollegare
	B. Sensore fotoelettrico difettoso	Sostituire il sensore fotoelettrico
	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 interblocco di sicurezza	1. Controllare che l'interblocco di sicurezza sia in posizione;0 2. Reinstallare il meccanismo di interblocco di sicurezza;
Nessun segnale di impulso	A. Il cavo della maniglia non è in posizione o il cavo Il cavo dell'impugnatura non è buono	Controllare e collegare o sostituire il cavo della maniglia
	B. Guasto al 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 dispiegare il tapis roulant

1. Ripiegamento - Scollegare l'alimentazione prima di ripiegare.
2. Dispiegamento
 - Posizionare il tapis roulant a circa 1 m dalla presa di corrente.
 - Il terreno deve essere piano e privo di ostacoli.
3. Spostamento - Prima di spostare il tapis roulant, accertarsi che e:
 - L'alimentazione sia spenta.
 - La spina sia stata rimossa dalla presa.
 - Il tapis roulant è stato piegato.
 - Muoversi passo dopo passo:
 - Afferrare il retro del tapis roulant con una mano e il manubrio sullo stesso lato con l'altra.
 - Inclinare con un angolo di 40-50° verso il petto.

Pericolo:

Consultare un elettricista qualificato o il personale di assistenza se non si sa se la macchina è correttamente collegata a terra. Non cambiare la spina fornita con questo prodotto senza autorizzazione. Se la spina non è compatibile con la presa di corrente, un elettricista qualificato dovrà installare una presa di corrente adeguata. Questa deve essere a 220-240 volt e adatta a questo tipo di presa.

Come iniziare a usare il tapis roulant

Collegare e accendere l'alimentatore

Aprire il tapis roulant nella posizione più bassa e verificare che funzioni correttamente.

Agganciate il cavo di sicurezza ai vostri indumenti: è un importante elemento di sicurezza.

Avvio e funzionamento corretto

Non salire subito sul nastro!

Posizionarsi sulle guide laterali con le mani sul manubrio.

Quando si preme "START":

Il tapis roulant si avvia dopo 5 secondi a una velocità di 1,0 km/h.

Quindi utilizzare il pulsante "+" per aumentare la velocità fino a 2,5-3,5 km/h. Tenendo il manubrio, avanzare gradualmente nella corsia, adeguandosi alla sua velocità.

Modifica della velocità e arresto

Accelerare o decelerare utilizzando i tasti "+" e "-".

È inoltre possibile selezionare un valore di velocità specifico facendo clic sul pulsante corrispondente. Premendo "STOP" si arresta il motore.

Modalità e programmi automatici

Accendere l'apparecchio.

Premere "SELECT" per selezionare una modalità.

Premere "START" per avviare il programma selezionato.

Durante l'uso, è possibile regolare la velocità o terminare l'allenamento con il pulsante "STOP".

Misurazione delle pulsazioni (HRC)

Tenendo le mani sui sensori metallici, viene visualizzata la frequenza cardiaca corrente (HRC).

Nota: rimuovendo la chiave di sicurezza, il tapis roulant si arresta immediatamente e il computer visualizza un messaggio.

MANUTENZIONE:

Una corretta manutenzione è fondamentale per un funzionamento affidabile e sicuro del tapis roulant. Se trascurata, 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

per verificare se è necessaria la lubrificazione, sollevare i lati del nastro del tapis roulant e toccare la parte posteriore, centrale:

- Se si sente il silicone, la lubrificazione non è necessaria.
- Se la superficie è asciutta, è necessario procedere alla lubrificazione.

Istruzioni per la lubrificazione:

1. Arrestare la macchina e ripiegare il tapis roulant.
2. Sollevare il nastro del tapis roulant dal 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 l'olio in modo uniforme sulla superficie del battistrada.

1. Regolazione del nastro del tapis roulant

In fabbrica, la cinghia di trasmissione è allineata correttamente. Tuttavia, con l'uso, può allentarsi, causando interruzioni o slittamenti. In tal 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. Una tensione eccessiva, invece, può sovraccaricare il motore e causare danni al motore, alla cinghia, ai rulli o ad altri componenti.

2. Regolazione della deflessione della cinghia

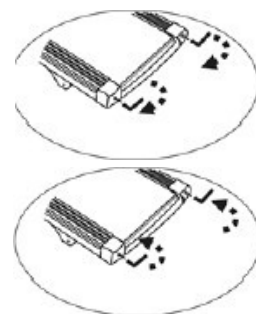
Anche se la cinghia è regolata in fabbrica, può spostarsi nel tempo. Le cause più comuni sono:

- Allineamento instabile del tapis roulant,
- Corsa con un disassamento laterale,
- distribuzione non uniforme della pressione del piede.

Se la deviazione non è permanente, facendo funzionare il tapis roulant senza carico per alcuni minuti 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 si sposta 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→ Stringere 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 verso il 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 possono allentarsi con il tempo, causando slittamenti. Regolazione:

1. Utilizzare una chiave per ruotare la vite di regolazione in senso antiorario.

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. È 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 un lubrificante a base di olio di metilsilicone.
	B. I nastri di scorrimento sono troppo stretti	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

Problema	Motivo	Manutenzione
Il sistema non funziona	A. Assenza di alimentazione	Collegare la spina alla presa, inserire l'alimentazione
	B. La chiave di sicurezza non è in posizione corretta	Mettere la chiave di sicurezza nella posizione corretta
	C. Il trasformatore non è inserito correttamente o il trasformatore è difettoso	Controllare e collegare correttamente il trasformatore o sostituirlo.
	D. circuito interrotto	Controllare il terminale di ingresso e di uscita del sistema e le linee di comunicazione.
Arresto improvviso in condizioni normali	A. Caduta della chiave di sicurezza	Installazione corretta della chiave di sicurezza
	B. Sistema non corretto	Contattare il servizio di assistenza
I pulsanti non funzionano	A. Alcuni pulsanti sono danneggiati	Sostituire i pulsanti
	B. Tutti i pulsanti non sono corretti	1. Sostituire la scheda dei pulsanti, i cavi dei pulsanti 2. Sostituire la scheda madre; sostituire la console
E1	Cattivo collegamento dei cavi di comunicazione	Ricollegare il cavo di comunicazione e verificare che la porta sia collegata o sostituire il cavo di comunicazione.
	B. La console è difettosa	Sostituzione della console
	C. Il trasformatore è difettoso	Controllare e sostituire il trasformatore
	D. Il controller è difettoso	Sostituire il controllore
E2	A. Il cavo del motore o il motore è difettoso	Controllare e sostituire il cavo motore o il motore
	B. Collegamento insufficiente tra il cavo del motore e il controller o controller difettoso	Controllare e collegare correttamente il cavo o sostituire il controllore
E3	A. Il sensore di velocità non è montato correttamente	Controllare e montare correttamente
	B. Il sensore di velocità è difettoso	Sostituire il sensore di velocità
	C. Cattivo collegamento tra il sensore di velocità e il controllore	Controllare e collegare correttamente
	D. Il controller è difettoso	Sostituire il controllore
E5	A. Il controllore è difettoso	Sostituire il controllore
	B. Il motore è difettoso	Sostituire il motore
E7	Nessun segnale della chiave di sicurezza rilevato sulla console	1. Verificare che la chiave di sicurezza sia nella posizione corretta; 2. Reinstallare il meccanismo di interblocco di sicurezza per assicurarsi che il foro sia al centro e che il fagiolo nero rimbalzi in posizione. al centro e che il fagiolo nero rimbalzi in posizione; sostituire la console.
I dati sulla frequenza cardiaca non vengono visualizzati	A. Il cavo degli impulsi dell'impugnatura non è ben assemblato o il cavo degli impulsi dell'impugnatura è danneggiato.	Controllare e collegare bene o sostituire il cavo del polso dell'impugnatura.
	B. Guasto alla linea del sistema elettronico	Sostituzione della console
Il display elettronico è incompleto	A. Le viti della piastra di espulsione si sono allentate	Viti di bloccaggio e fissaggio
	B. Guasto del sistema	Sostituzione della console



APP Bluetooth per tapis roulant



La connessione Bluetooth supporta AnyRun, Zwift e Kinomap



AnyRun

Scaricare, registrarsi e accedere all'app 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'attrezzo 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 della sezione Interattiva, l'applicazione rileverà l'hardware trovato, selezionerà il codice Bluetooth che corrisponde al codice contrassegnato sulla console hardware, quindi fare clic su AGGIUNGI NUOVA ATTREZZATURA; apparirà l'hardware aggiunto con successo.



Naudojimo instrukcijos

1. Maitinimo laidą įjunkite tik į įžemintą kištukinį lizdą. Nenaudokite ilgutuvų 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 treniuotis 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 2000×1000 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 aptarnavimo tarnybą.

Nr.	Dalies pavadinimas	Kiekis	Nr.	Dalies pavadinimas	Kiekis
1	Pagrindinis rėmas	1	51	Plastikinė poveržlė Φ18×Φ8,5×t2,0	2
2	Allen varžtas su pilnu sriegiu M8*20	2	52	Rankenėlė Φ35×M8×20	2
3	Sraigtas su pilnu sriegiu M5*10	8	53	L formos rankenėlė	2
4	Savisriegis varžtas ST4*16	9	54	Butelio laikiklis	1
5	Allen varžtas su pilnu sriegiu M8*75	2	55	Kairės pusės kronšteino dangtelis	1
6	Plokščia poveržlė Φ8	2	56	Dešiniojo kronšteino dangtelis	1
7	Alleninis cilindras su pilnu sriegiu M6*45	1	57	Ryšio kabelis	1
8	Savisriegis varžtas ST4*10	2	58	Konsolės rėmas	1
9	Allen varžtas su pilnu sriegiu M6×55×Φ16	6	59	Konsolės tvirtinimo plokštė	1
10	Tvirtas srieginis varžtas M4*16	2	60	Spyruoklė Φ12,5×Φ6,2×0,7	4
11	Varžtas su pilnu sriegiu M4*10	2	61	Žingsninė poveržlė M6 Φ16×Φ8×4,7	2
12	Savisriegis varžtas ST4*15	8	62	Savisriegis varžtas ST4*10	2
13	Plokščia poveržlė Φ5	2	63	Savisriegis varžtas ST4*16	20
14	Išorinė dantyta fiksavimo poveržlė Φ5	2	64	Savisriegis varžtas ST4*10	16
15	Spyruoklinė poveržlė Φ5	2	65	Savisriegis varžtas ST4*15	4
16	Plokščia plastikinė poveržlė Φ12×Φ6×t1,0	6	66	Šešiakampis varžtas su pilnu sriegiu M6*25	2
17	Magnetinis žiedas	1	67	Sraigtas su pilnu sriegiu	2
18	Priekinis ritinėlis	1	68	Šešiakampė fiksavimo veržlė	4
19	Galinis ritinėlis	1	69	Konsolė	1
20	Variklis	1	70	Ryšio kabelis	1
21	Bėgimo diržas	1	71	Konsolės skydelis	1
22	Važiuklės lenta	1	72	Galinės konsolės dangtis	1
23	Variklio diržas 174(442)PJ6	1	73	Apsauginio rakto lizdas	1
24	Sraigtas su įleistine galvute ir pilnu sriegiu M4*8	2	74	Apsauginis raktas	1
25	Variklio dangtelis	1	75	Viršutinis krepšys	1
26	Galinis dangtis	1	76	Apatinis krepšelis	1
27	Šoninis bėgelis	2	77	Priekinės konsolės dekoratyvinis dangtelis	1
28	Kvadratinė pagalvėlė	6	78	Galinis dekoratyvinis konsolės dangtelis	1
29	Ratai	2	79	Rankenos impulso laidas	2
30	Kreipiamasis blokas su apvalia briauna	6	80	Rankenos impulso nustatymo pradžia ir pabaiga	1
31	Kojos	4	81	Greičio rankenos impulsų rinkinys	1
32	Kabelio spaustukas	2	82	Jutiklinio mygtuko kabelis	1
33	Ryšio kabelis	1	83	Sulankstomas atraminis rėmas	2
34	Maitinimo kabelis	1	84	Cilindrinė ritininė spyruoklė	2
35	Maitinimo kabelis	1	86	Sraigtas su galvute ir pilnu sriegiu	2
36	Maitinimo kabelis	1	88	EVA padas	2
37	Maitinimo kabelis	1	89	Akrylinis konsolės lipdukas	1
38	Greičio jutiklis	1	90	Srieginis varžtas	2
39	Jungiklis	1	91	Spyruoklė Φ8×Φ4,2×0,4	4
40	Savaime išsijungiantis jungiklis	1	92	Spyruoklė Φ40×Φ20,4×t2,0	2
41	Maitinimo kabelio spaustukas	1	93	Tarpinė t4.0×Φ40	2
42	Metalinis greičio jutiklio laikiklis	1	96	Maitinimo kabelis	1
43	Kairės pusės laikiklis	1	97	Galinio kronšteino suvirinimo siūlės	1
44	Dešinysis laikiklis	1	98	Šešiakampis varžtas su didele plokščia galvute ir pilnu dantytu paviršiumi M8×20	2
45	Allen varžtas su pilnu sriegiu M8*20	4	99	Plokščia poveržlė Φ8	2
46	Savisriegis varžtas ST4*10	4	100	Šešiakampė fiksavimo veržlė M8	2
47	Plokščia poveržlė Φ8	2	101	Spyruoklinis spaustukas	1
48	Šešiakampė fiksavimo veržlė M8	2			
49	Plokščioji poveržlė Φ32×Φ8,5×t2,0	2			
50	Plastikinė poveržlė Φ24×Φ16×t2,0	2			

Įspėjimai ir draudimai:**⚠ Nenaudokite bėgimo takelio:**

- jei gydotės ir neturite gydytojo leidimo,
- jei turite širdies, nugaros, sąnarių, osteoporozės ar sunkių lėtinių ligų,
- jei esate nėščia, turite menstruacijų arba blogai jaučiatės,
- jei vartojote alkoholio arba esate apsvaigęs nuo vaistų, kurie blogina koncentraciją,
- jei maitinimo laidas yra pažeistas arba lizdas yra atsilaisvinęs.

⚠ Draudžiama:

- ardyti, modifikuoti ar remontuoti bėgimo takelį patiems,
- naudoti prietaiso lauke arba drėgnose patalpose (pvz., vonios kambaryje),
- įjungti arba išjungti bėgimo takelį drėgnomis rankomis,
- šokinėti arba nultipti nuo diržo, kai treniruoklis veikia,
- bėgimo takeliu naudotis vaikams ir žmonėms, kurie yra be sąmonės arba turi judėjimo sutrikimų.



- Konsolė
- Turėklai
- Rankenėlė
- Profilis
- Šoninis turėklas
- Bėgimo juosta
- Galinis dangtis
- Pagrindinis rėmas
- L formos rankenėlė
- Variklio dangtis
- L-statinio stovas
- Butelio laikiklis
- Konsolės rėmas

Techninė informacija:

Matmenys	Sulankstytas: 1520*780*265 mm
	Išskleistas: 1520*780*1280
Važiuojamasis paviršius	1220*440 mm
Greitis	1,0-16,0 km/val.

Atkreipkite dėmesį: pasilikame teisę keisti gaminių iš anksto nepranešę.

**Pakuotės sąrašas:**

- Mašinos
- Butelių laikiklis
- Silikoninis butelis
- Saugos raktas
- Naudojimo instrukcija
- Įrangos rinkinys

Aparatūros sąrašas:

- Veržliaraktis 14x17x75 - x1
- 6 mm T formos veržliaraktis - x1
- M4x16 aštraus pilno sriegio varžtas - x2

**Pagrindinės dalys:**

- Variklio dangtis
- Konsolė
- Variklis
- Variklio diržas
- Darbinis diržas
- Bėgimo lenta
- Šoninis bėgis
- Galinis ritinėlis
- Priekinis velenėlis
- Galinis dangtis

**1. SURINKIMO INSTRUKCIJOS:**

- Išimkite mašiną iš kartoninės dėžės ir padėkite ją ant lygių grindų (žr. nuotrauką pirmiau), nuimkite visus maišelius ir juosta, kuria apvyniota mašina.
- Atlaisvinkite dvi L formos rankenėles apačioje, tada pakelkite vertikalius stulpelius.
- Pakelkite vertikalųjį profilį į viršutinę padėtį, tada užfiksuokite rankenėlę.
- Atlaisvinkite abiejose pusėse esančias rankenėles, sureguliuokite konsolės rėmelį į reikiamą padėtį ir užfiksuokite rankenėles.
- Sureguliuokite konsolę į tinkamą padėtį, pritvirtinkite butelių laikiklį prie kairiojo profilio naudodami M4 * 16 kietą sriegį turintį varžtą. Dukart patikrinę, ar visos rankenėlės patikimai užfiksuotos, surinkimą užbaigkite.

2. SURINKIMO INSTRUKCIJOS:

- Surinkite bėgimo takelį pagal surinkimo procedūrą, padėkite konsolę lygiai, viena ranka laikykite konsolės rėmelį, kita ranka atlaisvinkite rankenėles, kad sulankstytumėte konsolės rėmelį. Viena ranka laikykite profilį, tada kita ranka atlaisvinkite L formos rankenėlę, kad sulankstytumėte stovo stulpelį, ir galiausiai užfiksuokite L formos rankenėlę. Bėgimo takelis sulankstytas, jį galima perkelti ir (arba) laikyti.
- Pasukite sulankstymo atramą toliau pateiktose iliustracijose nurodyta kryptimi.
- Pastatykite bėgimo takelį į viršų.
Pastaba: Bėgimo takelis turi stovėti arti sienos, atokiau nuo vaikų, kad netikėtai nesusižeistų.
- Bėgimo takelio pastatymas atskirai
Surinkę pagal pirmuosius tris žingsnius, ištraukite kairįjį fiksatorių, esantį treniruoklio apačioje, atraminiu vamzdžiu žemyn, kol fiksatorius su "spragtelėjimo" garsu atsistos į vietą, dėl to bėgimo takelis nespriešindamas atsistos vertikaliai.
Pastaba: laikykite atokiau nuo vaikų, kad netikėtai nesusižeistų.

TRENIRUOČIŲ PATARIMAI IR REKOMENDACIJOS:

- Apšilimas Prieš kiekvieną treniruotę 5-10 minučių apšilkite.
- Kvėpavimas Mankštindamiesi nesulaikykite kvėpavimo. Įkvėpkite pro nosį ir iškvėpkite pro burną, sinchronizuodami kvėpavimą su judesiu.
- Treniruočių dažnumas Kiekvieną raumenį reikėtų treniruoti po 48 valandų poilsio, t. y. kas antrą dieną.
- Apkrova Pritaikykite treniruotės intensyvumą pagal savo fizinę būklę. Raumenų skausmingumas treniruotės pradžioje yra normalus reiškinys, tačiau jį galima sumažinti tęsiant reguliarią veiklą.
- Atsipalaidavimas Po treniruotės 5 minutes atsipalaiduokite, kad lengviau atsigautumėte ir išlaikytumėte raumenų lankstumą.
- Dieta Norėdami apsaugoti virškinimo sistemą, nepradėkite sportuoti iš karto po valgio. Po treniruotės prieš valgį bent 30 minučių. Kad neapkrautumėte širdies ir inkstų, treniruočių metu venkite gerti daug vandens.
- Tempimas Nepriklausomai nuo bėgimo tempo, pradėkite nuo tempimo. Išilę raumenys lengviau išsitempia, todėl iš pradžių 5-10 min. vaikščiokite, tada sustokite ir penkis kartus ištieskite kiekvieną koją bent po 10 sekundžių. Tempimą pakartokite ir po treniruotės.

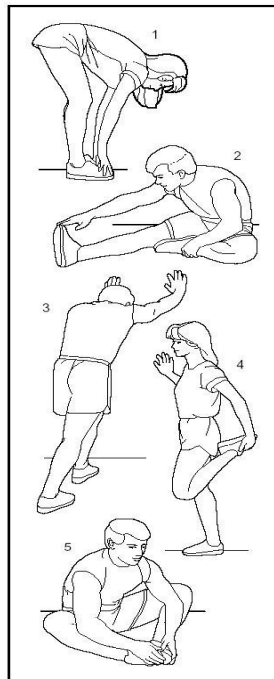
1. Lenkimas į priekį Atsistokite tiesiai ir pasilenkite, stengdamiesi rankomis paliesti kojų pirštus. Išlaikykite šią padėtį 10-15 sekundžių, tada atsipalaiduokite. Pakartokite 3 kartus. (Žr. 1 pav.)
2. Kelio sausgyslės tempimas Atsisėskite ant švarios pagalvėlės ir ištieskite vieną koją. Kitą koją sulenkite taip, kad pėda paliestų ištiesintos kojos vidinę šlaunies pusę. Pasilenkite į priekį ir pabandykite ranka paliesti kojų pirštus. Palaikykite 10-15 sekundžių, tada atsipalaiduokite. Kiekvienai kojai pakartokite po 3 kartus (žr. 2 pav.).
3. Blauzdu ir kulnų tempimas Atsiremkite delnais į sieną arba medį ir ištieskite vieną koją atgal. Užpakalinę koją laikykite tiesią, o kulną prispausta prie žemės. Švelniai atsiremkite į sieną. Palaikykite 10-15 sekundžių ir atsipalaiduokite. Kiekvienai kojai pakartokite po 3 kartus (žr. 3 pav.).
4. Keturgalvio šlaunies raumens tempimas Atsiremkite kaire ranka į sieną ar stalą, kad būtų stabilus. Dešinę ranką suimkite dešinę kulkšnį ir švelniai traukite pėdą link sėdmenų, kol pajusite įtampą priekinėje šlaunies dalyje. Palaikykite 10-15 sekundžių ir atpalaiduokite. Kiekvienai kojai pakartokite po 3 kartus (žr. 4 pav.).
5. Adduktorių tempimas (vidinė šlaunų pusė) Atsisėskite taip, kad pėdos būtų kartu, keliai nukreipti į išorę. Suimkite pėdas abiem rankomis ir švelniai traukite jas link kirkšnių. Išlaikykite padėtį 10-15 sekundžių, tada atsipalaiduokite. Pakartokite 3 kartus. (žr. 5 pav.)

Konsolės funkcijų aprašymas

1. Treniruočių programos

P0 naudojamas individualiai mokymo programai nustatyti. P1-P36 yra integruotos automatinės treniruočių programos. Taip pat yra trys vartotojo (USER) programos ir KMI skaičiuoklė.

2. Ekranas - pultas turi LED ekraną ir keturis valdymo mygtukus.
3. Matavimo langas - rodomos greičio ir atstumo reikšmės su galimybe perjungti tarp kilometrų ir mylių.
4. Greičio diapazonas - nuo 1,0 iki 16,0 km/h.
5. Apsaugos
 - Perkrova
 - Per didelė srovė
 - Sprogimui atsparus
 - Nuo per didelio greičio
 - Apsauga nuo trūkčių (EMC)
 - Kitos naudotojo ir įrenginio apsaugos funkcijos
6. Sistemos savikontrolė - automatinis gedimų aptikimas ir jų pranešimai ekrane.
7. Trys pritaikomos funkcijos - pritaikomi nustatymai.
8. Su energija susijusių produktų (ERP) funkcija.
9. Zumerio išjungimas - galimybė išjungti pranešimų garsus.



Įvedimo į eksploataciją instrukcijos ir saugos procedūros

- Maitinimo laidą įjunkite į 10 A elektros lizdą su apsauginiu žeminiu.
- Įjunkite maitinimo jungiklį - konsolės ekranas įsijungs ir bus visiškai rodomas.
- Įdėkite apsauginį raktą į reikiamą konsolės vietą ir prisekite jo drabužių segtuką krūtinės aukštyje.
- Elektroninė sistema nuolat kontroliuoja saugumą. Aptikus nukrypimą, bėgimo takelis avariniu būdu sustos, o ekrane pasirodys klaidos pranešimas ir garsinis signalas.
- Norėdami ištrinti klaidos pranešimą, išimkite saugos raktą arba išjunkite maitinimą.

Ekranas ir mygtukų aprašymas

1. LED ekranas
"DISTANCE / TIME" (atstumas / laikas) langas - jame rodomas įveiktas atstumas ir treniruotės laikas. "CALORIES / PULSE" (kalorijos / pulsas) langas - rodoma sudegintų kalorijų vertė ir širdies ritmas. "SPEED" langas - rodo esamą greitį.
2. Perjungimo vienetai: kilometrai ↔ mylios
Konvertuoti į Mylias: Išimkite saugos raktą. Vienu metu spauskite ir laikykite paspaudę "PROGRAM" ir "MODE" mygtukus, kol ekrane pasirodys 0,6 - tai rodo perskaičiavimą į mylias.
Perskaičiavimas į kilometrus: Paspauskite abu mygtukus ("PROGRAM" ir "MODE"), kol ekrane pasirodys 1,0 - tai rodo grįžimą prie kilometrų.
3. Valdymo mygtukai
 - "P" - PROGRAM: Paspauskite mygtuką budėjimo režimu, kad pasirinktumėte vieną iš 36 programų (P1-P36) arba rankinį režimą (P0). Numatytasis greitis: 1,0 km/h; didžiausias: 16 km/val.
 - "M" - REŽIMAS: Leidžia pasirinkti skaičiavimo režimus: laiko, atstumo arba kalorijų. Mygtukais "SPEED+" ir "SPEED-" nustatykite vertę, tada pradėkite treniruotę mygtuku START.
 - "START / PAUSE" (PALEISTI / PRISTABDYTI): Pradedą bėgimo takelį 1,0 km/val. greičiu. Paspaudus dar kartą, laikinai sustabdomas, o paspaudus dar kartą treniruotė atnaujinama su ankstesniais nustatymais.
 - "STOP": Iš karto sustabdo bėgimo takelį ir ištrina duomenis.
 - "SPEED+" ir "SPEED-": Keiskite greitį 0,1 žingsniu. Laikant mygtuką >2 sekundes, automatiškai pagreitėja / sulėtėja greitis.
4. Saugos mygtukas
Jį sudaro magnetas, spaustukas ir laidas.
 - Išėmus raktą - bėgimo takelis iš karto sustoja, o ekrane rodoma klaida "E-07" ir pasigirsta garsinis signalas.
 - Vėl įdėjus raktą, ekranas suaktyvėja 2 sekundėms, o tada pereina į budėjimo režimą.
5. Programos ir paleidimas
 - A. Programų tipai
 - P0 - rankinis režimas: bet koks laiko, atstumo ar kalorijų nustatymas.
 - P01-P36 - automatinės programos
 - U01-U03 - pritaikytos programos (USER)
 - B. Bėgimo takelio paleidimas
 - C. Įkiškite saugos raktą į lizdą - pultelis 2 sekundes rodyt ekrane, tada bus įjungtas rankinis režimas.
 - D. Paspauskite START - pasigirs atgalinis skaičiavimas 5-4-3-2-1 ir bėgimo takelis pradės važiuoti 1,0 km/h greičiu.
 - E. Norėdami sustabdyti treniruoklį treniruotės metu, paspauskite STOP - duomenys bus iš naujo nustatyti.

Rankinis režimas

1. Kaip įjungti rankinį režimą
 - a. Įjunkite maitinimo jungiklį - įrenginys automatiškai pereis į rankinį režimą.
 - b. Sustoję paspauskite PROGRAM, kad rankiniu būdu įjungtumėte rankinį režimą.

2. Galimi rankinio režimo nustatymai

- Yra trys funkcijos pasirinkti vieną iš šių funkcijų:
 - Skaiciavimo **laikas**,
 - **atstumo** skaiciavimas,
 - **Kaloriju** skaiciavimas.
 - Ijungę rankinį režimą, paspauskite mygtuką MODE, kad pasirinktumėte vieną iš atgalinio skaiciavimo režimų.
 - Nustatę norimą reikšmę, paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę.
 - Numatytasis pradinis greitis yra 1,0 km/h, kurį nustato naudotojas.
 - Vienu metu galima įjungti tik vieną atgalinio skaiciavimo režimą. Nustatytas parametras bus skaiciuojamas žemyn, kiti bus skaiciuojami teigiamai.
- ### 3. Veikimas rankiniu režimu
- #### A. Pagrindinis režimas (be atgalinio skaiciavimo)
- Laiko ekrane rodoma 0:00.
 - Laikas, atstumas ir kalorijos skaiciuojami automatiškai.
 - Paspaudus STOP palaipsniui sustabdomas bėgimo takelis ir atkuriami numatytieji nustatymai.
- #### B. Laiko skaiciavimo režimas
- Numatytoji reikšmė: 30:00 minučių, nustatymo diapazonas: 5:00-99:00 (žingsnis po 1 minutę).
 - Naudokite + / - mygtukus reikšmėms reguliuoti.
- #### C. Skaiciuojamojo atstumo režimas
- Numatytoji reikšmė: 1,0 km, diapazonas: 1,0-99,0 km (žingsnis po 1 km).
 - Reguliokite naudodami + / - mygtukus.
- #### D. Kalorijų skaiciavimo režimas
- Numatytoji reikšmė: 50 kcal, diapazonas: 20-990 kcal (žingsnis po 10 kcal).
 - Vertę reguliuokite naudodami + / - mygtukus.
- #### E. Veikimas bėgimo metu
- A.** Paspaudus START, prasideda 5 sekundžių atgalinis skaiciavimas, po kurio variklis pradeda važiuoti 1 km/val. greičiu.
- B.** Norėdami keisti greitį, naudokite + / - arba QUICK SPEED mygtukus.
- C-E.** Kai pasirinktas režimas (kalorijos, atstumas arba laikas) pasieks nulį, bėgimo takelis palaipsniui sulėtės ir sustos. Įrenginys grįš į rankinį režimą.

Automatinės programos (P1-P36)

1. Programos pasirinkimas ir nustatymas
 - P1-P36 programos yra integruotos sistemos treniruočių programos, skirtos tik skaiciavimo režimui.
 - Nustatymo režime laiko langelis pradės mirksėti - tai rodo, kad jį galima konfigūruoti.
 - Mygtukais "+" / "-" reguliuokite mokymo laiką. Diapazonas: 5:00 - 99:00 minučių (žingsnis po 1 minutę). Numatytoji vertė: 30:00 minučių.
 - Paspaudus mygtuką "MODE" (režimas), atstatoma numatytosios vertės reikšmė.
2. Pradėti mokymą
 - Pasirinkę programą, paspauskite mygtuką "START" - prasidės 5 sekundžių atgalinis skaiciavimas, kurį lydės 5 garsiniai signalai.
 - Bėgimo takelis švelniai įsibėgės iki pasirinktoje programoje nurodyto greičio ir palaikys tempą pagal savo nustatymus (įskaitant bet kokį nuolydį).
3. Greičio keitimas programos metu
 - Bėgimo takelio greitį bėgimo metu bet kuriuo metu galite rankiniu būdu reguliuoti mygtukais "+", "-" arba "QUICK SPEED".
4. Programos užbaigimas
 - Paspaudus mygtuką "STOP" varikliui veikiant, bėgimo takelis palaipsniui lėtėja, kol visiškai sustoja.
 - Kartu pasigirsta ilgas garsinis signalas ir visi nustatymai grąžinami į numatytąjį budėjimo režimą.

Riebalų testavimo programa (FAT)

Kūno masės indeksas (KMI) yra supaprastintas ūgio ir svorio santykio rodiklis, kuris kartu su kitais sveikatos parametrais gali padėti įvertinti kūno svorį.

- FAT pamatinės vertės:
 - < 18 - per liekną figūrą.
 - 18-24 - ideali figūra
 - 25-28 - antsvoris
 - > 29 - nutukimas
- Riebalų indeksas yra orientacinis ir neturėtų būti laikomas medicinine diagnoze.

FAT testo atlikimo instrukcijos

1. Testo atlikimo pradžia
 - Bėgimo takeliui sustojus, paspauskite mygtuką "PROG", kad įeitumėte į kūno riebalų testo programą su užrašu "FAT".
 - Paspauskite "MODE", kad pasirinktumėte elemento numerį, tada nustatykite parametrus mygtukais "+" / "-".
2. Lyties nustatymas (F1)
 - "Pulsas" ekrane pasirodys F1, o lange "Kalorijos" bus rodoma numatytoji vertė 01 (vyras).
 - Pasirinkite naudodami mygtukus "+" / "-":
 - 01 - vyras
 - 02 - moteris
3. Amžiaus nustatymas (F2)
 - Paspaudę "MODE" (režimas), pereikite prie amžiaus nustatymo (F2).
 - "Kalorijų" lange pagal numatytuosius nustatymus bus rodomos 25 kalorijos.
 - Nustatymo diapazonas: 1-99 metai.
4. Aukščio nustatymas (F3)
 - Dar kartą paspaudus "MODE", įjungiamas aukščio nustatymas (F3).
 - Numatytoji vertė yra 170 cm (67 coliai).
 - Nustatymo diapazonas: 100-220 cm (arba 39-87 coliai).
 - Vertę reguliuokite naudodami mygtukus "+" / "-".
5. Kūno riebalų testas (FAT/BMI)
 - Paspauskite mygtuką "MODE" (režimas) - ekrane "Pulse" (pulsas) bus rodoma F5, o kalorijų lange bus rodoma "-".
 - Uždėkite rankas ant širdies ritmo jutiklių - po 8 sekundžių pasirodys KMI rezultatas.

Saugos raktas

Raktą sudaro jungiklis, drabužių spaustukas ir nailoninis laidas. Jis naudojamas bėgimo takeliui sustabdyti avariniu atveju.

- 1. Jei raktelis išimamas veikimo metu, ekrane pasirodys "E-07" ir bėgimo takelis iš karto sustos.
- 2. dar kartą paspaudus klavišą, ekranas įsijungs 2 sekundėms, tada bėgimo takelis grįš į numatytąją būseną (rankinis režimas P0, skaitikliai nustatyti į nulį).

Vartotojo programa (U01-U03)

Naudotojas gali sukurti ir išsaugoti 3 pritaikytas treniruočių programas. Programos sukūrimas:

1. Paspauskite "PROG", kad pasirinktumėte U01-U03 režimą.
2. Paspauskite "MODE", kad pradėtumėte nustatymus:
 - Trukmė: trukmė: 5-99 min.
 - Greitis: 1-20 km/val.
 - Nuolydis: 0-15 % (taip pat greitas pasirinkimas)
3. Nustatę kiekvieną parametą, paspauskite "MODE", kad pereitumėte prie kito parametro.
4. Užbaigus konfigūravimą, nustatymai išsaugomi automatiškai.
5. Norėdami pradėti, paspauskite "START".

Kitą kartą paleisdami tiesiog pasirinkite programą ir paspauskite "START".

Širdies ritmo matavimas

- Pridėjus ranką prie jutiklio, per 5 sekundes bus rodoma širdies ritmo vertė.
 - Rodymo diapazonas: 50-200 dūžių/min.
 - Širdies simbolis pulsuoja išmatuoto širdies ritmo ritmu.
- Duomenys yra orientaciniai ir nepakeičia medicininių matavimų.

Vertės intervalas:

	Pradinės vertės nustatymas	Diapazonas	Rodymo diapazonas
Laikas (minutėmis: sekundėmis)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Greitis (km/h)	NEGALIMA	NETAIKOMA	1-16 KM
Nuolydis (%)	NEGALIMA NAUDOTI	NETAIKOMA	0
Atstumas (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalorijos (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Parametru nustatymai

Nustatydami reikšmę (pvz., laiką), mygtukais "+" / "-" ją padidinkite arba sumažinkite. jei pasieksite didžiausią reikšmę (99:00) ir paspausite "+", sistema automatiškai grįš prie mažiausios reikšmės (5:00), sukurdamą vadinamąjį ciklą.

Energijos taupymo funkcija (ERP)

- Aktyvi pagal numatytuosius nustatymus.
- Kai bėgimo takelis nenaudojamas 4,5 minutės, jis automatiškai įjungiamas į miego režimą, kad būtų taupoma energija.
- Norėdami pažadinti sistemą, paspauskite bet kurį mygtuką.
- Kaip išjungti / įjungti ERP režimą:
- Budėjimo režimu maždaug 3 sekundes palaikykite nuspaudę "MODE" mygtuką.
- Pulte pasirodys "2222" - ERP funkcija išjungta.
- Norėdami ją vėl įjungti, pakartokite veiksmą.
- Pultelyje bus rodomas užrašas "1111" - ERP funkcija įjungta.

Dažniausiai pasitaikantys gedimai ir jų šalinimo būdai

Problemos 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 blokavimo įtaisą į tinkamą padėtį
	C. Valdiklis arba pultas neįjungtas	Pakeiskite valdiklį arba pultą
	D. Blogas linijos kontaktas	Patikrinkite sistemos įėjimus ir išėjimus bei linijų 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 KLAVIŠAS	Pakeiskite konsolę arba pagrindinę plokštę
E-01	A. Ryšio kabelis prastai sujungtas	Iš naujo prijunkite ryšio kabelį ir patikrinkite, ar tinkamai prijungtas prievadas, 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	Pultas neaptinka saugos blokavimo signalo	1. Patikrinkite, ar įjungta saugos blokavimo sistema;0 2. Iš naujo sumontuokite saugos blokavimo mechanizmą;
Nėra impulso signalo	A. Rankenos kabelis ne vietoje arba kabelis rankenos kabelis nėra geras	Patikrinkite ir prijunkite arba pakeiskite rankenos kabelį
	B. Elektroninės sistemos grandinės gedimas	Pakeiskite konsolę
Nepilnos arba trūkstamos konsolės linijos	A. Sugedęs ekranas	Pakeiskite pagrindinę plokštę arba ekraną
	B. Sistemos gedimas	Pakeiskite konsolę

Bėgimo takelio sulankstymas ir išskleidimas

1. Sulankstymas - prieš sulankstydami atjunkite maitinimo šaltinį.
2. Išskleidimas
 - Pastatykite bėgimo takelį maždaug 1 m atstumu nuo elektros lizdo.
 - Žemė turi būti lygi ir be kliūčių.
3. Perkėlimas - Prieš perkeldami bėgimo takelį įsitikinkite, kad e:
 - bėgimo takelis yra išjungtas.
 - Kištukas ištrauktas iš elektros lizdo.
 - Bėgimo takelis buvo sulankstytas.
 - Judama žingsnis po žingsnio:
 - Bėgimo takelio nugarėlę suimkite viena ranka, o kita - toje pačioje pusėje esantį vairą.
 - Palenkite jį 40-50° kampu krūtinės link.

Pavojus:

Jei nežinote, ar treniruoklis tinkamai įžemintas, kreipkitės į kvalifikuotą elektriką arba aptarnaujantį personalą. Nekeiskite su šiuo gaminiu pateikto kištuko be leidimo. Jei kištukas nesuderinamas su elektros lizdu, kvalifikuotas elektrikas turėtų įrengti tinkamą kištukinį lizdą. Jis turi būti 220-240 voltų ir atitikti šio tipo kištukinį lizdą.

Bėgimo takelio naudojimo pradžia

Prijunkite ir įjunkite maitinimo šaltinį
Išskleiskite bėgimo takelį į žemiausią padėtį ir patikrinkite, ar jis tinkamai veikia.
Prie drabužių prisiekite apsauginį laidą - tai svarbi saugos priemonė.

Teisingas paleidimas ir veikimas

Nestovėkite ant diržo iš karto!
Atsistokite ant šoninių turėklų, rankomis laikydamiesi už rankenų. Kai paspausite mygtuką "START":
Bėgimo takelis įsijungs po 5 sekundžių 1,0 km/h greičiu.
Tada mygtuku "+" padidinkite greitį iki patogaus 2,5-3,5 km/h. Laikydami rankeną, palaipsniui ženkite į takelį, priderindami jo greitį.

Greičio keitimas ir stabdymas

Pagreitinkite arba sulėtinkite greitį naudodami "+" ir "-".
Taip pat galite pasirinkti konkrečią greičio reikšmę spustelėdami atitinkamą mygtuką.
Paspaudus "STOP" variklis bus sustabdytas.

Automatiniai režimai ir programos

Įjunkite maitinimą.
Paspauskite "SELECT", kad pasirinktumėte režimą.
Paspauskite "START", kad paleistumėte pasirinktą programą.
Naudojimo metu galite reguliuoti greitį arba nutraukti treniruotę mygtuku "STOP".

Pulso matavimas (HRC)

Laikykite rankas ant metalinių jutiklių - bus rodomas esamas pulsas (HRC).
Pastaba: Išėmus apsauginį raktą, bėgimo takelis iš karto sustoja ir kompiuteryje pasirodo pranešimas.

PRIEŽIŪRA:

Tinkama priežiūra yra labai svarbi patikimam ir saugiam bėgimo takelio veikimui. Jei jos nepaisoma, ji gali būti sugadinta arba sutrumpinti treniruoklio tarnavimo laiką. Visos sudedamosios dalys turėtų būti reguliariai tikrinamos ir priveržiamos. Susidėvėjusias 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 tepimas

reikia tepti, pakelkite bėgimo juostos šonus ir palieskite galinę, centrinę dalį:

- Jei jaučiate silikoną - tepti nereikia.
- Jei paviršius sausas - reikia sutepti.

Tepimo instrukcijos:

1. Sustabdykite mašiną ir sulankstykite bėgimo takelį.
2. Pakelkite bėgimo diržą nuo pagrindinio rėmo galinės dalies.
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 takelio diržo reguliavimas

Gamykloje važiuojantis diržas yra tinkamai sureguliuotas. Tačiau dėl naudojimo jis gali atsipalaiduoti, todėl gali atsirasti pertrūkių arba pasislinkti. Jei taip atsitiktų, priveržkite reguliavimo varžtus - po pusę apsisukimo į kairę arba į dešinę.

Jei diržas per daug laisvas, jis gali praslysti ant skriemulio. Kita vertus, per didelis įtempimas gali perkrauti variklį ir sugadinti variklį, diržą, ritinėlius ar kitus komponentus.

2. Diržo nuokrypio reguliavimas

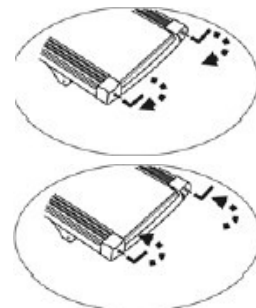
Nors diržas yra nustatytas gamykloje, po kurio laiko jis gali pasislinkti. Dažniausios priežastys yra šios:

- Nestabilus bėgimo takelio suregulavimas,
- Bėgimas pasislinkus į šoną,
- netolygus pėdos spaudimo pasiskirstymas.

Jei nuokrypis nėra nuolatinis, bėgimo takelio paleidimas be apkrovos kelias minutes gali atstatyti pusiausvyrą. Jei reikia, sureguliuokite rankiniu būdu naudodami 6 mm veržliaraktį - pasukdami varžtą pusę apsisukimo.

1 pavyzdys: diržas juda į kairę → priveržkite kairinį 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 kairinį varžtą (prieš laikrodžio rodyklę)



REGULIAVIMO VERŽLIARAKČIU:

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 diržo veikimą.

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, todėl gali praslysti. Reguliavimas:

1. Reguliavimo sraigta sukite veržliarakčiu prieš laikrodžio rodyklę.

2. Reguliavimo diapazonas turėtų 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
Neveikia bėgimo takelis	A. Jis atjungtas nuo elektros tinklo	Ijunkite jį į elektros lizdą
	B. Saugos raktelis neįdėtas	Istatykite 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 tepalą, kurio pagrindą sudaro metilsilikono alyva
	B. Per daug įtemptos važiavimo juostos	Sureguliuokite važiuojamąsias juostas, kad jos būtų sandarios
Bėgimo juosta nuslydo	A. Bėgimo diržas yra per laisvas	Sureguliuokite bėgimo juostas, kad jos būtų tvirtos
	B. Diržas atsilaisvinęs	Sureguliuokite pavaros diržo įtempimą

Problema	Priežastis	Techninė priežiūra
Sistema neveikia	A. Nėra maitinimo	Kištuką įkiškite į kištukinį lizdą, įvadas su maitinimu
	B. apsauginis raktas yra netinkamoje padėtyje	Istatykite saugos raktą į teisingą padėtį
	C. transformatorius įdėtas neteisingai arba Transformatorius sugedęs	Patikrinkite ir teisingai prijunkite transformatorių arba pakeiskite transformatorių.
	D. Nutraukta grandinė	Patikrinkite sistemos įvesties ir išvesties gnybtą bei ryšio linijas
Staigus sustojimas esant normaliai būklei	A. Iškritęs apsauginis raktas	Teisingas apsauginio rakto įrengimas
	B. Netinkama sistema	Kreipkitės į tarnybą
Mygtukai neveikia	A. Kai kurie mygtukai yra pažeisti	Pakeiskite mygtukus
	B. Visi mygtukai neteisingi	1. Pakeiskite mygtukų plokštę, mygtukų laidus 2. Pakeiskite pagrindinę plokštę; pakeiskite pultą
E1	Blogai sujungti ryšio kabeliai	Iš naujo prijunkite ryšio kabelį ir patikrinkite, ar prievadas prijungtas, arba pakeiskite ryšio kabelį.
	B. Konsolė sugedusi	Pakeiskite konsolę
	C. Sugedęs transformatorius	Patikrinkite ir pakeiskite transformatorių
	D. Sugedęs valdiklis	Pakeiskite valdiklį
E2	A. Sugedęs variklio kabelis arba variklis	Patikrinkite ir pakeiskite variklio kabelį arba variklį
	B. Bloga variklio kabelio ir valdiklio jungtis arba sugedęs valdiklis	Patikrinkite ir tinkamai prijunkite kabelį arba pakeiskite valdiklį
E3	A. Netinkamai sumontuotas greičio jutiklis	Patikrinkite ir teisingai sumontuokite jį.
	B. Sugedęs greičio jutiklis	Pakeiskite greičio jutiklį
	C. Bloga greičio jutiklio ir valdiklio jungtis	Patikrinkite ir teisingai prijunkite
	D. Sugedęs valdiklis	Pakeiskite valdiklį
E5	A. Valdiklis sugedęs	Pakeiskite valdiklį
	B. Sugedęs variklis	Pakeiskite variklį
E7	Konsolėje neaptiktas saugumo rakto signalas	1. Patikrinkite, ar saugos raktas yra tinkamoje padėtyje; 2. Iš naujo sumontuokite saugos blokavimo mechanizmo apsaugos užrakto mechanizmą ir įsitikinkite, kad skylė yra viduryje ir juoda pupelė atsitrenkia į vietą; Pakeiskite konsolę
Nerodomi širdies ritmo duomenys	A. Rankenos impulsų laidas nėra gerai sumontuotas arba rankenos impulsų laidas yra pažeistas.	Patikrinkite ir gerai prijunkite arba pakeiskite rankenos impulso kabelį
	B. Elektroninės sistemos linijos gedimas	Pakeiskite pultą
Elektroninis ekranas yra neišsamus	A. Atsilaisvino išstūmimo plokštelės varžtai	Blokavimo ir tvirtinimo varžtai
	B. Sistemos gedimas	Konsolės keitimas



Bėgimo takeliui skirta "Bluetooth" programėlė



"Bluetooth" ryšys palaiko "AnyRun", "Zwift" ir "Kinomap"



AnyRun

Atsisiųskite, užsiregistruokite ir prisijunkite prie "AnyRun" programėlės, eikite į nustatymų puslapį: Spustelėkite Nustatymai, esantį apatiniame dešiniajame kampe, spustelėkite Įrenginiai, programa 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 išskylantysis 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 "Kinomap" programos, 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.; Spustelėkite Interaktyviojoje dalyje esantį turinį, programa aptiks rastą aparatinę įrangą, pasirinkite "Bluetooth" kodą, kuris sutampa su aparatinės įrangos pulte pažymėtu kodu, tada spustelėkite ADD NEW EQUIPMENT, pasirodys sėkmingai pridėta aparatinė įranga.



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 nostāties uz sānu pakāpieniem un pie apgērba piestipriniet drošības atslēgu.
4. Vienlaicīgi uz skrejceļa var nodarboties tikai viena persona.
5. Ieteicams valkāt piemērotu sporta apģērbu un fitnesa apavus.
6. Ja nepieciešams, pielāgojiet treniņa ātrumu, izmantojot vadības ierīces.
7. Kad esat pabeidzis skrīšanu, 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 treniņu, atvienojiet strāvas padevi un sazinieties ar servisu.

Nr.	Detaļas nosaukums	Daudzums	Nr.	Detaļas nosaukums	Daudzums
1	Galvenais rāmis	1	51	Plastmasas paplāksne Φ18×Φ8,5×t2,0	2
2	Sešstūra skrūve ar pilnu vītņi M8*20	2	52	Rokturis Φ35×M8×20	2
3	Skrūve ar pilnu vītņi M5*10	8	53	L-veida rokturis	2
4	Pašvītņgriezies skrūve ST4*16	9	54	Pudeles turētājs	1
5	Seleņskrūve ar pilnu vītņi M8*75	2	55	Kreisās puses kronšteina vāks	1
6	Plakanā paplāksne Φ8	2	56	Labās puses kronšteina vāks	1
7	Sešstūra cilindrs ar pilnu vītņi M6*45	1	57	Sakaru kabelis	1
8	Pašvītņgriezies skrūve ST4*10	2	58	Konsoles rāmis	1
9	Sešstūra skrūve ar pilnu vītņi M6×55×Φ16	6	59	Konsoles stiprinājuma plāksne	1
10	Cieta vītņskrūve M4*16	2	60	Atspera Φ12,5×Φ6,2×0,7	4
11	Pilnas vītnes skrūve M4*10	2	61	Pakāpju paplāksne M6 Φ16×Φ8×4,7	2
12	Pašvītņgriezies skrūve ST4*15	8	62	Pašvītņgriezies skrūve ST4*10	2
13	Plakanā paplāksne Φ5	2	63	Pašvītņgriezies skrūve ST4*16	20
14	Ārējā zobainā fiksācijas paplāksne Φ5	2	64	Pašvītņgriezies skrūve ST4*10	16
15	Atsperes paplāksne Φ5	2	65	Pašvītņgriezies skrūve ST4*15	4
16	Plakanā plastmasas paplāksne Φ12×Φ6×t1,0	6	66	Sešstūra skrūve ar pilnu vītņi M6*25	2
17	Magnētiskais gredzens	1	67	Skrūve. ar pilnu vītņi	2
18	Priekšējais rullītis	1	68	Sešstūra fiksācijas uzgrieznis	4
19	Aizmugurējais rullītis	1	69	Konsole	1
20	Motors	1	70	Sakaru kabelis	1
21	Skrējiena siksna	1	71	Konsoles panelis	1
22	Braukšanas dēlis	1	72	Aizmugurējās konsoles vāks	1
23	Dzinēja siksna 174(442)PJ6	1	73	Drošības atslēgas ligzda	1
24	Skrūve ar iegremdētu vītņi un pilnu vītņi M4*8	2	74	Drošības atslēga	1
25	Motora pārsegs	1	75	Augšējais grozs	1
26	Aizmugurējais vāks	1	76	Apakšējais grozs	1
27	Sānu sliede	2	77	Priekšējās konsoles dekoratīvais pārsegs	1
28	Kvadrātveida spilvens	6	78	Aizmugurējais dekoratīvās konsoles vāks	1
29	Riteņi	2	79	Roktura impulsa trose	2
30	Vadības bloks ar apaļu malu	6	80	Roktura impulsu iestatīšanas sākums/apstāšanās	1
31	Kāja	4	81	Ātruma roktura impulsu komplekts	1
32	Kabeļa skava	2	82	Skārienpogas kabelis	1
33	Sakaru kabelis	1	83	Salokāms atbalsta rāmis	2
34	Barošanas kabelis	1	84	Cilindriska spirālveida atspere	2
35	Barošanas kabelis	1	86	Skrūve ar galviņu un pilnu vītņi	2
36	Barošanas kabelis	1	88	EVA spilventiņš	2
37	Barošanas kabelis	1	89	Akrila uzlīme konsolei	1
38	Ātruma sensors	1	90	Pilnas vītnes skrūve	2
39	Slēdzis	1	91	Atspera Φ8×Φ4,2×0,4	4
40	Pašatjaunojošais slēdzis	1	92	Atspera Φ40×Φ20,4×t2,0	2
41	Strāvas kabeļa skava	1	93	Distanētājs t4.0×Φ40	2
42	Metāla kronšteins ātruma sensoram	1	96	Piegādes kabelis	1
43	Kreisais kronšteins	1	97	Aizmugurējā kronšteina šuves	1
44	Labais kronšteins	1	98	Sešstūra skrūve ar lielu plakanu galvu ar pilnu zobainību M8×20	2
45	Sešstūra skrūve ar pilnu vītņi M8*20	4	99	Plakanā paplāksne Φ8	2
46	Pašvītņgriezies skrūve ST4*10	4	100	Sešstūra fiksācijas uzgrieznis M8	2
47	Plakanā paplāksne Φ8	2	101	Atsperes skava	1
48	Sešstūra fiksācijas uzgrieznis M8	2			
49	Plakanā paplāksne Φ32×Φ8,5×t2,0	2			
50	Plastmasas paplāksne Φ24×Φ16×t2,0	2			

Brīdinājumi un aizliegumi:

⚠ Neizmantojiet skrejceliņu:

- ja ārstēties un nav ārsta apstiprinājuma,
- ja jums ir sirds problēmas, muguras problēmas, locītavu problēmas, osteoporoze vai nopietnas hroniskas slimības,
- ja esat grūtniece, menstruējat vai jūtaties slikti,
- ja esat lietojis(-usi) alkoholu vai esat tādu zāļu ietekmē, kas mazina koncentrēšanās spējas,
- ja strāvas vads ir bojāts vai kontaktligzda ir vajīga.

⚠ Aizliegts:

- pašiem demontēt, pārveidot vai labot skrejceliņu,
- lietot ierīci ārpus telpām vai mitrās telpās (piemēram, vannas istabā),
- ieslēgt vai izslēgt skrejceliņu ar slapjām rokām,
- lēkāt vai atkāpties no siksas, kamēr trenāžieris darbojas,
- skrejceliņu drīkst lietot bērni un cilvēki, kas ir bezsamaņā vai kuriem ir kustību traucējumi.



- Konsole
- Rokturis
- Rokturis
- Profils
- Sānu sliede
- Skrejošā siksna
- Aizmugurējais pārsegs
- Galvenais rāmis
- L-veida rokturis
- Dzinēja pārsegs
- L-veida statīvs
- Pudeles turētājs
- Konsoles rāmis

Tehniskā informācija:

Izmēri	Salocīts: 1520*780*265 mm
	Izlocīts: 1520*780*1280
Ritošā virsma	1220*440 mm
Ātrums	1,0-16,0 km/h

Lūdzu, ņemiet vērā: mēs paturam tiesības mainīt produktu bez iepriekšēja brīdinājuma.



Iepakojuma saraksts:

- Mašīnas
- Pudeles turētājs
- Silikona pudele
- Drošības atslēga
- Lietošanas instrukcija
- Aprīkojuma komplekts

Aparatūras saraksts:

- Atslēga 14x17x75 - x1
- T-veida atslēga 6 mm - x1
- M4x16 asa skrūve ar pilnu vītņi - x2



Galvenās daļas:

- Dzinēja pārsegs
- Konsole
- Dzinējs
- Dzinēja siksna
- Dzenošā siksna
- Braukšanas dēlis
- Sānu sliede
- Aizmugurējais rullītis
- Priekšējais veltnis
- Aizmugurējais pārsegs



1. MONTĀŽAS INSTRUKCIJA:

- Izņemiet mašīnu no kartona kastes un novietojiet to uz līdzenas grīdas (sk. fotoattēlu iepriekš), noņemiet visus maisījumus un lentu, ar ko mašīna ir ietīta.
- Atbrīvojiet abas L veida pogas apakšā, pēc tam paceliet vertikālos statņus.
- Paceliet vertikālo profilu līdz augšējam stāvoklim, pēc tam fiksējiet kloķi.
- Atbrīvojiet abās pusēs esošās pogas, noregulējiet konsoles rāmi pareizā stāvoklī un pēc tam fiksējiet pogas.
- Noregulējiet konsoli pareizajā pozīcijā, piestipriniet pudeles turētāju pie kreisā profila, izmantojot M4 * 16 skrūvi ar cietu vītņi. Pēc divkārtas pārbaudes, vai visas pogas ir droši fiksētas, montāža ir pabeigta.

2. MONTĀŽAS NORĀDĪJUMI:

- Salieciet konsoles riteni ceļu saskaņā ar montāžas procedūru, nolieciet konsoli līdzeni, ar vienu roku turiet konsoles rāmi un pēc tam ar otru roku atbrīvojiet pogas, lai salocītu konsoles rāmi. Ar vienu roku turiet profilu, pēc tam ar otru roku atbrīvojiet L-veida kloķi, lai salocītu statņa statni, un visbeidzot bloķējiet L-veida kloķi. Skrejceļš ir salocīts, un to var pārvietot un/vai uzglabāt.
- Pagrieziet salokāmos balstus saskaņā ar turpmāk attēlā redzamo virzienu.
- Uzceliet skrejceliņu uz augšu.
Piezīme: skrejceļš jānovieto tuvu pie sienas, tālu no bērniem, lai negaidītu traumu gūšanas gadījumā.
- Atsevišķa skrejceliņa novietošana
Pēc montāžas saskaņā ar pirmajiem trim soļiem izvelciet kreiso fiksatoru trenāžiera apakšdaļā, atbalsta cauruli uz leju, līdz fiksators ar "snap" skaņu nostājas vietā, kā rezultātā trenāžieris nostājas stāvs bez pretestības.
Piezīme: Sargāt no bērniem, lai negaidītu traumu gūšanas gadījumā.

VINGROŠANAS PADOMI UN IETEIKUMI:

- Iesildīšanās Iesildīšanās pirms katras treniņa sesijas 5-10 minūtes.
- Elpošana Veicot vingrinājumus, neaizturiet elpu. Ielpojiet caur degunu un izelpojiet caur muti, sinhronizējot elpošanu ar kustībām.
- Biežums Katru muskuli vajadzētu trenēt pēc 48 stundu atpūtas, t. i., katru otro dienu.
- Slodze Treniņa intensitāti pielāgojiet savam fiziskajam stāvoklim. Muskuļu sāpīgums treniņa sākumā ir normāla parādība, taču to var mazināt, turpinot regulāras aktivitātes.
- Relaksācija Atpūties 5 minūtes pēc treniņa, lai atvieglotu atveseļošanās un saglabātu muskuļu elastību.
- Uzturs Lai aizsargātu gremošanas sistēmu, neuzsāciet vingrinājumus uzreiz pēc ēšanas. Pēc treniņa pirms ēšanas pagaidiet vismaz 30 minūtes. Lai nepārslogotu sirdi un nieres, izvairieties no liela ūdens daudzuma dzeršanas treniņa laikā.
- Izstiepšanās Neatkarīgi no skriešanas tempa sāciet ar stiepšanos. Iesildīti muskuļi stiepjas vieglāk, tāpēc vispirms veiciet 5-10 minūšu pastaigu, pēc tam apstājieties un izstiepiet katru kāju piecas reizes vismaz 10 sekundes katru. Atkārtojiet stiepšanos arī pēc treniņa.

1. Liekšanās uz priekšu Stāviet taisni un noliecieties, mēģinot ar rokām pieskarties pirkstu pirkstiem. Noturiet šo pozīciju 10-15 sekundes, pēc tam atpūties. Atkārtojiet 3 reizes. (Skatīt 1. attēlu)
2. Cēla cīpslas stiepšana Sēdēt uz tīra spilvena un iztaisnoiet vienu kāju. Salieci otru kāju tā, lai pēda pieskartos iztaisnotās kājas augšstilba iekšpusei. Noliecieties uz priekšu un mēģiniet ar roku pieskarties pirkstu pirkstiem. Turiet 10-15 sekundes, pēc tam atslābstiet. Atkārtojiet 3 reizes katrā kājai (skatīt 2. attēlu).
3. Gurnu un papēžu stiepšanās Nolieci plaukstu pret sienu vai koku un izstiepi vienu kāju uz aizmuguri. Aizmugurējo kāju turiet taisnu un papēdi piespiedi pie zemes. Viegli noliecieties pret sienu. Turiet 10-15 sekundes un pēc tam atslābstiet. Atkārtojiet 3 reizes katrā kājai (skatīt 3. attēlu).
4. Kvadricekšu augšstilba muskuļu stiepšanās Nostiepieties pret sienu vai galdam ar kreiso roku, lai nodrošinātu stabilitāti. Ar labo roku satveriet labo potīti un viegli pavelci kāju uz sēžamvietu, līdz sajūtat sasprindzinājumu augšstilba priekšpusē. Turpiniet 10-15 sekundes un pēc tam atslābstiet. Atkārtojiet 3 reizes katrā kājai (skatīt 4. attēlu).
5. Adduktoru stiepšanās (augšstilba iekšpusē) Sēdēt ar kāju pēdām kopā, ceļgali vērsti uz āru. Satveriet pēdas ar abām rokām un viegli pavelci tās uz cirkšņa pusi. Noturiet šo pozīciju 10-15 sekundes, pēc tam atpūties. Atkārtojiet 3 reizes. (Skatīt 5. attēlu)

Konsoles funkciju apraksts

1. Treniņu programmas

P0 tiek izmantots, lai iestatītu individuālo treniņu programmu. P1-P36 ir iebūvētas automātiskās treniņu programmas.

Ir arī trīs lietotāja (USER) programmas un KMI kalkulators.

2. Displejs - Konsolei ir LED ekrāns un četras vadības pogas.

3. Mērījumu logs - tiek rādītas ātruma un attāluma vērtības ar iespēju pārslēgties starp kilometriem un jūdžiem.

4. Ātruma diapazons - no 1,0 līdz 16,0 km/h.

5. Aizsardzība

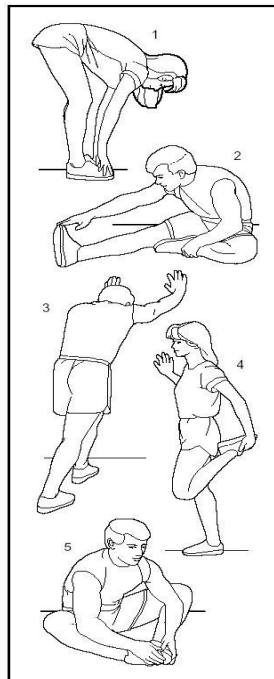
- Pārslodze
- Pārslodzes strāva
- Sprādziendrošs
- Pret ātruma pārsniegšanu
- Pret traucējumiem (EMC)
- Citas funkcijas lietotāja un ierīces aizsardzībai

6. Sistēmas pašpārbaude - automātiska defektu un to ziņojumu atklāšana ekrānā.

7. Trīs pielāgotas funkcijas - Pielāgojami iestatījumi.

8. Ar enerģiju saistīto produktu (ERP) funkcija.

9. Skaņas signāla izslēgšana - iespēja izslēgt paziņojumu skaņas signālu.



Nodošanas ekspluatācijā instrukcijas un drošības procedūras

- Pieslēdziet strāvas vadu 10 A kontaktligzdai ar aizsargzemējumu.
- Ieslēdziet strāvas slēdzi - konsoles ekrāns ieslēgsies un tiks pilnībā parādīts.
- Novietojiet drošības atslēgu attiecīgajā vietā uz pults un piespraudiet tās apgērba skavu krūšu augstumā.
- Elektroniskā sistēma pastāvīgi uzrauga drošību. Ja tiek konstatētas novirzes, skrejceļš avārijas režīmā apstāsies un ekrānā parādīsies kļūdas ziņojums un skaņas signāls.
- Lai dzēstu kļūdas ziņojumu, izņemiet drošības atslēgu vai izslēdziet strāvas padevi.

Displeja un pogu apraksts

1. LED displejs

"DISTANCE / TIME" (Attālums / Laiks) logs - parāda nobraukto attālumu un treniņa laiku. "CALORIES / PULSE" logs - parāda sadedzināto kaloriju vērtību un sirdsdarbības frekvenci. "SPEED" logs - parāda pašreizējo ātrumu.

2. Pārslēgšanas vienības: kilometri↔ jūdzes.

Konvertēt uz jūdzes: Izņemiet drošības atslēgu. Nospiediet un turiet vienlaicīgi taustiņus "PROGRAM" un "MODE", līdz displejā parādās 0,6 - tas norāda uz pārrēķinu jūdžēs.

Pārrēķināšana uz kilometriem: Nospiediet abas pogas ("PROGRAM" un "MODE"), līdz displejā parādās 1,0 - tas norāda uz atgriešanos pie kilometriem.

3. Vadības pogas

- **"P"** - PROGRAM: Gaidīšanas režīmā nospiediet pogu, lai izvēlētos kādu no 36 programmām (P1-P36) vai manuālo režīmu (P0). Noklusējuma ātrums: 1,0 km/h; maksimālais: 16 km/h.
- **"M"** - REŽĪMS: Jau izvēlēties atpakaļskaitīšanas režīmus: laiks, attālums vai kalorijas. Izmantojiet pogas "SPEED+" un "SPEED-", lai iestatītu vērtību, pēc tam sāciet treniņu ar START pogu.
- **"START / PAUZE"**: Palaist skrejceļiņu ar ātrumu 1,0 km/h. Nospiežot vēlreiz, tas uz laiku apstājas, un, nospiežot vēlreiz, atsāk treniņu ar iepriekšējiem iestatījumiem.
- **"STOP"**: Tūlīt aptur skrejceļiņu un dzēš datus.
- **"SPEED+" un "SPEED-"**: Maina ātrumu ar 0,1 soli. Pogas turēšana > 2 sekundes izraisa automātisku paātrinājumu/ palēninājumu.

4. Drošības taustiņš

Sastāv no magnēta, skavas un kabeļa.

- Kad atslēga ir izņemta, skrejceļš nekavējoties apstājas, un displejā tiek parādīta kļūda "E-07" un atskan skaņas signāls.
- Kad atslēga tiek ievietota no jauna, displejs aktivizējas uz 2 sekundēm un pēc tam pāriet gaidīšanas režīmā.

5. Programmas palaišana

A. Programmu veidi

- P0 - manuālais režīms: jebkurš laiks, attāluma vai kaloriju iestatījums.
- P01-P36 - automātiskās programmas
- U01-U03 - pielāgotas programmas (USER)

B. Skrejceļiņa palaišana

C. Ievietojiet drošības atslēgu ligzdā - konsole 2 sekundes rādīs displeju un pēc tam pāries manuālajā režīmā.

D. Nospiediet START - atskaite 5-4-3-2-1 ar skaņu, un skrejceļš sāks darboties ar ātrumu 1,0 km/h.

E. Lai apturētu treniņu laikā, nospiediet STOP - dati tiks atiestatīti.

Manuālais režīms

1. Kā iedarbināt manuālo režīmu

- a. Ieslēdziet strāvas slēdzi - ierīce automātiski pāriet manuālajā režīmā.
- b. Kad trenižieris ir apstājies, nospiediet PROGRAM, lai manuāli ieslēgtu manuālo režīmu.

2. Manuālajā režīmā pieejamie iestatījumi

- Ir trīs funkcijas, lai var izvēlēties vienu no šīm funkcijām:
 - atpakaļskaitīšanas **laiks**,
 - **Attāluma** atpakaļskaitīšana,
 - **Kaloriju** atpakaļskaitīšana.
- Kad esat manuālajā režīmā, nospiediet MODE pogu, lai izvēlētos vienu no atpakaļskaitīšanas režīmiem.
- Kad esat iestatījis vēlamu vērtību, nospiediet START, lai sāktu treniņu.
- Noklusējuma sākuma ātrums ir 1,0 km/h, ko nosaka lietotājs.
- Vienlaicīgi var aktivizēt tikai vienu atpakaļskaitīšanas režīmu. Iestatītais parametrs tiks skaitīts uz leju, pārējie tiks skaitīti pozitīvi.

3. Darbība manuālajā režīmā

- A. Pamata režīms (bez atpakaļskaitīšanas)
- Laika displejā tiek rādīts 0:00.
 - Laiks, attālums un kalorijas tiek skaitītas automātiski.
 - Nospiežot STOP, skrejceļš pakāpeniski apstājas un tiek atjaunoti noklusējuma iestatījumi.
- B. Laika atpakaļskaitīšanas režīms
- Noklusējuma iestatījums: 30:00 minūtes, iestatījumu diapazons: 5:00-99:00 (soli pa 1 minūtei).
 - Izmantojiet + / - pogas, lai pielāgotu vērtības.
- C. Attāluma atpakaļskaitīšanas režīms
- Noklusējuma iestatījums: 1,0 km, diapazons: 1,0-99,0 km (solis pa 1 km).
 - Pielāgojiet, izmantojot + / - pogas.
- D. Kaloriju atpakaļskaitīšanas režīms
- Noklusējuma iestatījums: 50 kcal, diapazons: 20-990 kcal (solis pa 10 kcal).
 - Noregulējiet vērtību, izmantojot + / - pogas.

E. Darbība skrējiena laikā

- A. Nospiežot START, notiek 5 sekunžu atpakaļskaitīšana, pēc kuras motors sāk kustību ar ātrumu 1 km/h.
- B. Lai mainītu ātrumu, izmantojiet + / - vai QUICK SPEED pogas.
- C-E. Kad izvēlētais režīms (kalorijas, attālums vai laiks) sasniegs nulli, skrejceļš pakāpeniski palēnināsies un apstāsies. Ierīce atgriezīsies manuālajā režīmā.

Automātiskās programmas (P1-P36)

1. Programmas izvēle un iestatīšana
 - P1-P36 programmas ir iebūvētas sistēmas treniņu programmas, kas paredzētas tikai atpakaļskaitīšanas režīmam.
 - Iestatīšanas režīmā laika logs sāks mirgot - tas norāda, ka tas ir konfigurējams.
 - Izmantojiet pogas "+" / "-", lai pielāgotu treniņa laiku. Diapazons: 5:00 - 99:00 minūtes (soli pa 1 minūtei). Noklusējuma vērtība: 30:00 minūtes.
 - Nospiežot pogu "MODE", tiek atjaunota noklusējuma vērtība.
2. Uzsākt apmācību
 - Kad esat izvēlējis programmu, nospiediet "START" - sāksies 5 sekunžu atpakaļskaitīšana, ko pavadīs 5 skaņas signāli.
 - Skrejceļš viegli paātrināsies līdz izvēlētajā programmā norādītajam ātrumam un uzturēs tempu atbilstoši tā iestatījumiem (ieskaitot jebkuru slīpumu).
3. Ātruma maiņa programmas laikā
 - Jūs varat jebkurā laikā izmantot pogas "+", "-" vai "QUICK SPEED", lai manuāli pielāgotu skrejceļa ātrumu skriešanas laikā.
4. Programmas pabeigšana
 - Nospiežot pogu "STOP" motora darbības laikā, trenižieris pakāpeniski palēninās savu darbību, līdz pilnībā apstājas.
 - To pavadā garš skaņas signāls, un visi iestatījumi tiek atiestatīti noklusējuma gaidīšanas režīmā.

Tauku testa programma (FAT)

Ķermeņa masas indekss (KMI) ir vienkāršots rādītājs, kas raksturo auguma un svara attiecību un kopā ar citiem veselības rādītājiem palīdz novērtēt ķermeņa svaru.

- FAT atsaucēs vērtības:
 - < 18 - pārāk slaida figūra
 - 18-24 - ideāla figūra
 - 25-28 - liekais svars
 - > 29 - aptaukošanās
- Taukaudu indekss ir orientējošs, un to nevajadzētu uzskatīt par medicīnisku diagnozi.

Norādījumi FAT testa veikšanai

1. Testa uzsākšana
 - Kad skrejceļš ir apstājies, nospiediet pogu "PROG", lai ievadītu ķermeņa tauku testa programmu ar norādi "FAT".
 - Nospiediet "MODE", lai izvēlētos elementa numuru, un pēc tam iestatiet parametrus, izmantojot pogas "+" / "-".
2. Dzimuma iestatījums (F1)
 - F1 parādīsies ekrānā "Pulss", un logā "Kalorijas" parādīsies noklusējuma vērtība 01 (vīrietis).
 - Izmantojiet "+" / "-", lai izvēlētos:
 - 01 - vīrietis
 - 02 - sievietes
3. Vecuma iestatījums (F2)
 - Pēc nospiešanas "MODE" (REŽĪMS) dodieties uz vecuma iestatījumu (F2).
 - "Kaloriju" logā pēc noklusējuma tiks rādītas 25.
 - Iestatīšanas diapazons: 1-99 gadi.
4. Augstuma iestatījums (F3)
 - Vēlreiz nospiežot "MODE", tiek aktivizēts augstuma iestatījums (F3).
 - Noklusējuma vērtība ir 170 cm (67 collas).
 - Iestatīšanas diapazons: 100-220 cm (vai 39-87 collas).
 - Noregulējiet vērtību, izmantojot pogas "+" / "-".
5. Ķermeņa tauku tests (FAT/BMI)
 - Nospiediet pogu "MODE" (REŽĪMS) - "Pulsa" displejā parādīsies F5 un kaloriju logā parādīsies "-----".
 - Novietojiet rokas uz sirds darbības sensora - pēc 8 sekundēm parādīsies KMI rezultāts.

Drošības taustiņš

Atslēgā ir slēdzis, apgērba skava un neilona aukla. To izmanto, lai apturētu skrejceļa avārijas gadījumā.

1. Ja atslēga tiek izņemta darbības laikā, ekrānā parādīsies "E-07" un skrejceļš nekavējoties apstāsies.
2. kad taustiņš tiks novietots vēlreiz, ekrāns ieslēgsies uz 2 sekundēm, un pēc tam skrejceļš atgriezīsies noklusējuma stāvoklī (manuālais režīms P0, skaitītāji tiks atiestatīti līdz nullei).

Lietotāja programma (U01-U03)

Lietotājs var izveidot un saglabāt 3 pielāgotas treniņu programmas. Programmas izveide:

1. Nospiediet "PROG", lai izvēlētos U01-U03 režīmu.
2. Nospiediet "MODE", lai sāktu iestatījumus:
 - Programmas ilgums: 5-99 min.
 - Ātrums: 1-20 km/h (iespējama ātra izvēle)
 - Slīpums: 0-15% (arī ātra izvēle)
3. Pēc katra parametra iestatīšanas nospiediet "MODE", lai pārietu uz nākamo parametru.
4. Kad konfigurēšana ir pabeigta, iestatījumi tiek automātiski saglabāti.
5. Lai sāktu, nospiediet "START".

Nākamajā palaišanas reizē vienkārši izvēlieties programmu un nospiediet "START". Sirds ritma mērīšana

- Kad pieliksiet roku pie sensoriem, 5 sekunžu laikā tiks parādīta sirdsdarbības frekvences vērtība.
 - Displeja diapazons: 50-200 sitieni/min.
 - Sirds simbols pulsē izmērītā sirdsdarbības ātruma rītmā.
- Dati ir orientējoši un neaizstāj medicīniskos mērījumus.

Vērtību diapazons:

	Sākotnējās vērtības iestatīšana	Diapazons	Rādīšanas diapazons
Laiks (minūtes: sekundes)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Ātrums (km/h)	NEPIEMĒRO	NEPIEMĒRO	1-16KM
Slīpums (%)	NEPIEMĒRO NEPIEMĒRO NEPIEMĒRO	NEPIEMĒRO NEPIEMĒRO	0
Attālums (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalorijas (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Parametru iestatījumi

Nosakot vērtību (piemēram, laiku), izmantojiet pogas "+" / "-", lai to palielinātu vai samazinātu. Ja sasniedzat maksimālo vērtību (99:00) un nospiežat "+", sistēma automātiski atgriežas pie minimālās vērtības (5:00), izveidojot tā saucamo ciklu.

Enerģijas taupīšanas funkcija (ERP)

- Aktīva pēc noklusējuma.
- Ja skrejceļš nav izmantots 4,5 minūtes, tas automātiski pāriet miega režīmā, lai taupītu enerģiju.
- Lai sistēmu pamodinātu, nospiediet jebkuru pogu.
- Kā atslēgt/ieslēgt ERP režīmu:
- Gaidīšanas režīmā aptuveni 3 sekundes turiet nospiestu pogu "MODE".
- Uz pults parādīsies "2222" - ERP funkcija ir deaktivizēta.
- Atkārtotiet darbību, lai to atkal aktivizētu.
- Konsole parādīs "1111" - ERP funkcija ir aktivizēta.

Biežāk sastopamie traucējumi un to novēršanas metodes

Problēmas kods	Iespējamais cēlonis	Remonts
Sistēma nedarbojas	A. Nav pieslēgts vai nav ieslēgts strāvas padeves avots	Pievienojiet strāvu vai iestatiet strāvas slēdzi pozīcijā "NO".
	B. Nav uzstādīti drošības bloķētāji	Iestatiet drošības bloķēšanu pareizā stāvoklī
	C. Nav ieslēgts kontrolieris vai konsole	Nomainiet kontrolieri vai pulti
	D. Slikts līnijas kontakts	Pārbaudiet sistēmas ieejas un izejas un līniju sakaru līnijas.
Pēkšņa apstāšanās normālā stāvoklī	A. Drošības bloķētājs ir izkritis	Atkārtoti uzstādiet
	B. Sistēmas kļūda	Palūdziet servisa tehniķim par to parūpēties
Atslēgas atteice	KEY INCORRECT	Nomainiet konsoli vai pamatplati
E-01	A. Komunikācijas kabelim ir slikts savienojums	Atkārtoti pievienojiet sakaru kabeli un pārbaudiet, vai ports ir pareizi savienots, vai arī 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/attīriet sensoru
	D. Bojāts kontrolieris	Kontroliera nomaiņa
E-05	A. Bojāts kontrolieris	Nomainiet kontrolieri
	B. Bojāts motors	Nomainiet motoru
	C. Mehāniskais defekts	Pārbaudiet, vai eļļa vai cilindrs nav aizsprostots.
E-07	Konsole neuztver drošības bloķēšanas signālu	1. Pārbaudiet, vai ir uzstādīta drošības bloķēšana;0 2. No jauna uzstādiet drošības bloķēšanas mehānismu;
Nav impulsa signāla	A. Roktura kabelis nav vietā vai kabelis roktura kabelis nav labs	Pārbaudiet un pievienojiet vai nomainiet roktura kabeli
	B. Elektroniskās sistēmas kēdes kļūme	Nomainiet konsoli
Nepilnīgas vai iztrūkstošas konsoles līnijas	A. Displejs ir bojāts	Nomainiet pamatplati vai ekrānu
	B. Sistēmas kļūme	Konsoles nomaiņa

Skrejceļa locīšana un izlocīšana

1. Salokīšana - Pirms salokīšanas atvienojiet strāvas padevi.
2. Izlocīšana
 - Novietojiet skrejceļu aptuveni 1 m attālumā no kontaktligzdas.
 - Zemei jābūt līdzenai un bez šķēršļiem.
3. Pārvietošana - Pirms skrejceļa pārvietošanas pārliecinieties, vai e:
 - strāvas padeve ir izslēgta.
 - kontaktdakša ir izņemta no kontaktligzdas.
 - Skrejceļš ir salocīts.
 - Pārvietojas soli pa solim:
 - Ar vienu roku satveriet skrejceļa aizmuguri, ar otru - rokturi tajā pašā pusē.
 - Nolieciet to 40-50° leņķī pret krūtīm.

Bīstamība:

Ja nezināt, vai treniņieris ir pareizi iezemēts, konsultējieties ar kvalificētu elektriķi vai servisa darbinieku. Bez atļaujas nemainiet šim izstrādājumam pievienoto kontaktdakšu. Ja kontaktdakša nav saderīga ar kontaktligzdu, jāvērsas pie kvalificēta elektriķa. Jāuzstāda piemērota kontaktligzda. Tai jābūt 220-240 voltu sprieguma un atbilstoši šāda tipa kontaktligzdai.

Darba sākšana ar skrejceļu

Pieslēdziet un ieslēdziet strāvas padevi
Izlociet skrejceļu līdz zemākajam stāvoklim un pārbaudiet, vai tas darbojas pareizi.
Piespraudiet drošības auklu pie apgērba - tas ir svarīgs drošības elements.

Pareiza iedarbināšana un darbība

Uzreiz neuzkāpiet uz siksnas!
Nostājiēties uz sānu slīdēm, rokām atbalstoties uz stūres.
Nospiežot "START":
Pēc 5 sekundēm skrejceļš sāks darboties ar ātrumu 1,0 km/h.
Pēc tam izmantojiet "+" pogu, lai palielinātu ātrumu līdz ērtajiem 2,5-3,5 km/h. Turēdami rokturi, pakāpeniski spēriē soli uz ceļa, pielāgojot tā ātrumu.

Ātruma maiņa un apstāšanās

Paātriniet vai palēniniet ātrumu, izmantojot "+" un "-".
Varat arī izvēlēties konkrētu ātruma vērtību, noklikšķinot uz attiecīgās pogas. Nospiežot "STOP", motors apstāsies.

Automātiskie režīmi un programmas

Ieslēdziet strāvas padevi.
Nospiediet "SELECT", lai izvēlētos režīmu.
Nospiediet "START", lai uzsāktu izvēlēto programmu.
Lietošanas laikā varat regulēt ātrumu vai pārtraukt treniņu, izmantojot pogu "STOP".

Pulsa mērīšana (HRC)

Turiet rokas uz metāla sensoriem - tiks parādīts pašreizējais pulss (HRC).
Piezīme: Drošības atslēgas noņemšana nekavējoties aptur skrejceļu, un datorā tiek parādīts ziņojums.

UZTURĒŠANA:

Pareiza apkope ir ļoti svarīga, lai nodrošinātu skrejceļa drošu un uzticamu darbību. Ja to nolaidīgi veicat, tas var radīt bojājumus vai saīsināt ierīces kalpošanas laiku. Visas sastāvdaļas regulāri jāpārbauda un jāpievelk. Noliektās detaļas nekavējoties jānomaina.

ELLĪŠANA: skrejceļš ir 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 skrejceļa kalpošanas ilgumu un veiktspēju. Lai pārbaudītu, vai eļļošana

ir nepieciešama eļļošana, paceliet skrejceļa siksnas sānus un pieskarieties aizmugurējai, centrālajai daļai:

- Ja jūtat silikona - eļļošana nav nepieciešama.
- Ja virsma ir sausa - jāveic eļļošana.

Norādījumi par eļļošanu:

1. Izslēdziet mašīnu un salieciet skrejceļu.
2. Paceliet skrejceļu no galvenā rāmja aizmugures.
3. Turot pudeli pēc iespējas tuvāk siksnas centram, izsmidziniet silikona eļļu - no abām pusēm. Palaidiet skrejceļu ar ātrumu 1 km/h, lai eļļa vienmērīgi sadalītos pa skrejceļa virsmu.

1. Skrejceļa siksnas regulēšana

Rūpnīcā darba siksnā ir pareizi noregulēta. Tomēr lietošanas rezultātā tā var kļūt vajīga, izraisot pārrāvumus vai slīdēšanu. Ja tā notiek, pievelciet regulēšanas skrūves - katru pusapgriezenu pa labi vai pa kreisi.

Ja siksnā ir pārāk vajīga, tā var izslīdēt uz skriemeļa. Savukārt pārāk liels spriegojums var pārslogot motoru un izraisīt motora, siksnas, veltņu vai citu sastāvdaļu bojājumus.

2. Siksnas novirzes regulēšana

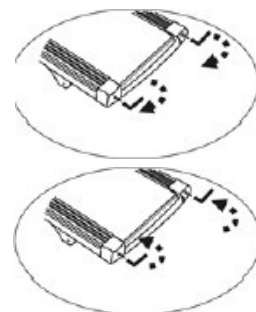
Lai gan josta ir iestatīta rūpnīcā, pēc laika tā var mainīties. Visbiežāk sastopamie iemesli ir šādi:

- Nestabils skrejceļa izlīdzinājums,
- skriešana ar nobīdi uz sāniem,
- nevienmērīgs pēdas spiediena sadalījums.

Ja novirze nav pastāvīga, dažu minūšu ilga skrejceļa palaišana bez slodzes var atjaunot līdzsvaru. Ja nepieciešams, veiciet manuālu regulēšanu, izmantojot 6 mm sešstūra atslēgu - pagriežot skrūvi par pus apgriezenu.

piemērs: josta pārvietojas pa kreisi→ Pievelciet kreiso skrūvi (pulksteņrādītāja kustības virzienā)→ Vai arī atskrūvējiet labo skrūvi (pretēji pulksteņrādītāja kustības virzienam).

2. piemērs: siksnā pārvietojas pa labi→ Pievelciet labo skrūvi (pulksteņrādītāja kustības virzienā)→ Vai atskrūvējiet kreiso skrūvi (pretēji pulksteņrādītāja virzienam).



REGULĒŠANAS UZGRIEŽNU ATSLĒGU:

=Siksna vienmēr pārvietojas uz to pusi, kas ir brīvāka.

Padomi:

Pirms katras regulēšanas palaidiet skrejceļu 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) siksna regulēšana**

Piedziņas siksna ir iepriekš iestatīta rūpnīcā, taču laika gaitā tās var kļūt vaļīgas, izraisot slīdēšanu. Regulēšana:

1. Lai pagrieztu regulēšanas skrūvi pretēji pulksteņrādītāja virzienam, izmantojiet uzgriežņu atslēgu.

2. Regulēšanas diapazonam jānodrošina vienmērīga transmisija bez slīdēšanas.

Piezīme: Lai nodrošinātu vienmērīgu piedziņas sistēmas darbību, regulāri tīriet siksna un skriemeļu rievsavienojumus.

a) Regulēšanas skrūve

b) Motors

c) Priekšējais rullītis

d) Siksna

Tipiski bojājumi un remonta metodes:

Problēma	Iespējamie cēloņi	Tehniskās apkopes metodes
Nestrādā skrejceļš	A. Tas ir atvienots no tīkla	Iespraidiet to kontaktligzdā
	B. Drošības atslēga nav ievietota	Ievietojiet drošības atslēgu panelī
	C. Atvērtā signāla ķēde	Pārbaudiet kontroliera ieeju un signāla līniju
	D. nav ieslēgts barošanas avots	Iestatiet strāvas slēdzi NO pozīcijā
	E. Ir pārsprādzis drošinātājs	Nomainiet drošinātāju
Nekustas vienmērīgi	A. Nepietiekama eļļošana	Izmantot smērvielu uz metilsilīkona eļļas bāzes.
	B. Pārāk stingras kustības lentes	Noregulējiet slīdes, lai tās būtu stingrākas.
Ritošā siksna ir noslīdējusi	A. Skriešanas siksna ir pārāk vaļīga	Noregulējiet skriešanas siksna, lai tās būtu stingrākas
	B. Josta ir vaļīga	Noregulējiet piedziņas siksna spriegojumu

Problēma	Iemesls	Tehniskā apkope
Sistēma nedarbojas	A. Nav strāvas	Kontaktdakša kontaktligzdā, ieeja ar strāvu
	B. drošības atslēga nav pareizā pozīcijā	Iestatiet drošības atslēgu pareizajā pozīcijā
	C. transformators nav pareizi ievietots vai Transformators ir bojāts.	Pārbaudiet un pareizi pievienojiet transformatoru vai nomainiet transformatoru.
	D. pārtrūkusi ķēde	Pārbaudiet sistēmas ieejas un izejas spaili un sakaru līnijas.
Pēkšņa apstāšanās normālā stāvoklī	A. Drošības atslēgas nokrišana	Pareiza drošības atslēgas uzstādīšana
	B. Nepareiza sistēma	Sazinieties ar servisa dienestu
Pogas nedarbojas	A. Dažas pogas ir bojātas	Nomainiet pogas
	B. Visas pogas ir nepareizas	1. Nomainiet pogu plati, pogu vadus. 2. Nomainiet pamatplati; nomainiet pultī
E1	Slikts sakaru kabeļu savienojums	Atkārtoti pievienojiet sakaru kabeli un pārbaudiet, vai ir pieslēgts ports, vai nomainiet sakaru kabeli.
	B. Konsole ir bojāta	Konsoles nomaīņa
	C. Transformators ir bojāts	Pārbaudiet un nomainiet transformatoru
	D. Vadības ierīce ir bojāta	Nomainiet kontrolieri
E2	A. Motora kabelis vai motors ir bojāts	Pārbaudiet un nomainiet motora kabeli vai motoru
	B. Nepietiekams savienojums starp motora kabeli un kontrolieri vai bojāts kontrolieris.	Pārbaudiet un pareizi pievienojiet kabeli vai nomainiet kontrolieri
E3	A. Ātruma sensors nav pareizi uzstādīts	Pārbaudiet un pareizi samontējiet
	B. Ātruma sensors ir bojāts	Nomainiet ātruma sensoru
	C. Slikts savienojums starp ātruma sensoru un kontrolieri	Pārbaudiet un pareizi savienojiet
	D. Bojāts kontrolieris	Nomainiet kontrolieri
E5	A. Kontrolieris ir bojāts	Nomainiet kontrolieri
	B. Motors ir bojāts	Nomainiet motoru
E7	Konsolei nav konstatēts drošības atslēgas signāls	1. Pārbaudiet, vai drošības atslēga ir pareizā pozīcijā; 2. No jauna uzstādiet drošības bloķēšanas mehānisma drošības slēdzenes mehānismu, lai pārliecinātos, ka caurums ir atvērts, ir pa vidu un melnā pupiņa atlec savā vietā; Nomainiet pultī.
Sirds ritma dati netiek rādīti	A. Roktura impulsa kabelis nav labi samontēts vai roktura impulsa kabelis ir bojāts.	Pārbaudiet un labi savienojiet vai nomainiet roktura impulsa kabeli.
	B. Elektroniskās sistēmas līnijas kļūme	Pults nomaīņa
Elektroniskais displejs ir nepilnīgs	A. Izstumšanas plāksnes skrūves ir atlauztas.	Bloķēšanas un fiksācijas skrūves
	B. Sistēmas kļūme	Konsoles nomaīņa



Bluetooth lietotne skrejceļam



Bluetooth savienojums atbalsta AnyRun, Zwift un Kinomap



AnyRun

Lejupielādējiet, reģistrējieties un piesakieties AnyRun lietotnē, atveriet iestatījumu lapu: Noklikšķiniet uz Settings (Iestatījumi), kas atrodas apakšējā labajā stūrī, noklikšķiniet uz Devices (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 uznirošā 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 savienotas ierīces, kuras nevēlaties izmantot, varat vienkārši atcelt to atlasi un izvēlēties ierīci, kuru vēlaties savienot.

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 izvēlēto Bluetooth zīmolu, piemēram, Anyrun u. c.; noklikšķiniet uz satura sadaļā Interactive, programma noteiks atrasto aparātūru, atlasiet Bluetooth kodu, kas ir tāds pats kā aparātūras konsoles atzīmētais kods, pēc tam noklikšķiniet uz ADD NEW EQUIPMENT, parādīsies veiksmīgi pievienotā aparātūra.



Instructies voor gebruik

1. Steek het netsnoer uitsluitend 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 wanneer 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× 1000 mm vrije ruimte zijn.
14. Koppel het apparaat altijd los van de stroomvoorziening tijdens onderhoud.
15. In geval van ongewone geluiden, een brandlucht, problemen met het scherm of de beweging van de band, moet u de training onmiddellijk stoppen, de voeding uitschakelen en contact opnemen met de serviceafdeling.

Nr.	Naam onderdeel	Hoeveelheid	Aantal	Naam onderdeel	Hoeveelheid
1	Hoofdframe	1	51	Kunststof sluitring $\Phi 18 \times \Phi 8.5 \times 2.0$	2
2	Inbusschroef met volle draad M8*20	2	52	Knop $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Schroef met volle draad M5*10	8	53	L-vormige knop	2
4	Zelftappende schroef ST4*16	9	54	Flessenhouder	1
5	Inbusbout met volle draad M8*75	2	55	Linker beugelafdekking	1
6	Vlakke sluitring $\Phi 8$	2	56	Rechter beugelafdekking	1
7	Inbuscilinder met volle draad M6*45	1	57	Communicatiekabel	1
8	Zelftappende schroef ST4*10	2	58	Console frame	1
9	Inbusbout met volle draad M6*55* $\Phi 16$	6	59	Console bevestigingsplaat	1
10	Stevige draadbout M4*16	2	60	Veer $\Phi 12.5 \times \Phi 6.2 \times 0.7$	4
11	Volle draadschroef M4*10	2	61	Borgring M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4.7$	2
12	Zelftappende schroef ST4*15	8	62	Zelftappende schroef ST4*10	2
13	Vlakke sluitring $\Phi 5$	2	63	Zelftappende schroef ST4*16	20
14	Externe getande borgring $\Phi 5$	2	64	Zelftappende schroef ST4*10	16
15	Veerring $\Phi 5$	2	65	Zelftappende schroef ST4*15	4
16	Vlakke plastic ring $\Phi 12 \times \Phi 6 \times 1.0$	6	66	Zeskantbout met volle draad M6*25	2
17	Magneetring	1	67	Schroef. met volle draad	2
18	Voorrol	1	68	Zeskant borgmoer	4
19	Achterrol	1	69	Console	1
20	Motor	1	70	Communicatiekabel	1
21	Lopende riem	1	71	Consolepaneel	1
22	Treep plank	1	72	Deksel achterconsole	1
23	Motorriem 174(442)PJ6	1	73	Veiligheidscontactdoos	1
24	Verzonken schroef met volle draad M4*8	2	74	Veiligheidssleutel	1
25	Motor kap	1	75	Bovenste korf	1
26	Deksel achteraan	1	76	Onderste mand	1
27	Zijhek	2	77	Sierplaat voorconsole	1
28	Vierkant kussen	6	78	Deksel sierconsole achteraan	1
29	Wielen	2	79	Impulskabel handvat	2
30	Geleidingsblok met ronde rand	6	80	Handgreep impuls set start/stop	1
31	Voet	4	81	Impulsset snelheidshendel	1
32	Kabelklem	2	82	Kabel aanraaktoetsen	1
33	Communicatiekabel	1	83	Vouwbaar steunframe	2
34	Stroomkabel	1	84	Cilindrische spiraalveer	2
35	Stroomkabel	1	86	Inbusbout met volle draad	2
36	Stroomkabel	1	88	EVA-kussentje	2
37	Stroomkabel	1	89	Acrylsticker voor de console	1
38	Snelheidssensor	1	90	Volle draad schroef	2
39	Schakelaar	1	91	Veer $\Phi 8 \times \Phi 4.2 \times 0.4$	4
40	Zelf-resettende schakelaar	1	92	Veer $\Phi 40 \times \Phi 20.4 \times 2.0$	2
41	Stroomkabel klem	1	93	Afstandsbus t4.0* $\Phi 40$	2
42	Metalen beugel voor snelheidssensor	1	96	Voedingskabel	1
43	Linker beugel	1	97	Achterste beugel lassen	1
44	Rechter beugel	1	98	Zeskantbout met grote platte kop met volledige vertanding M8*20	2
45	Inbusbout met volle draad M8*20	4	99	Vlakke sluitring $\Phi 8$	2
46	Zelftappende schroef ST4*10	4	100	Zeskant borgmoer M8	2
47	Vlakke sluitring $\Phi 8$	2	101	Veer klem	1
48	Zeskant borgmoer M8	2			
49	Vlakke sluitring $\Phi 32 \times \Phi 8.5 \times 2.0$	2			
50	Plastic ring $\Phi 24 \times \Phi 16 \times 2.0$	2			

Waarschuwingen en verboden:

⚠ Gebruik geen loopband:

- als je een behandeling ondergaat en geen goedkeuring van je arts hebt,
- als je hartproblemen, rugproblemen, gewrichtsproblemen, osteoporose of ernstige chronische ziekten hebt,
- als u zwanger bent, menstrueert of zich onwel voelt,
- als je alcohol hebt gedronken of onder invloed bent van drugs die het concentratievermogen 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,
- springen of van de band stappen terwijl het apparaat loopt,
- gebruik van de loopband door kinderen en mensen die bewusteloos zijn of motorische beperkingen hebben.



- Console
- Leuning
- Knop
- Profiel
- Zijrail
- Lopende riem
- Achterklep
- Hoofdframe
- L-vormige knop
- Motorkap
- L-standaard
- Flessenhouder
- Consoleframe

Technische informatie:

Afmeting	Gevouwen: 1520*780*265 mm
	Uitgevouwen: 1520*780*1280
Lopend oppervlak	1220*440 mm
Snelheid	1.0-16.0 km/h

Let op: we behouden ons het recht voor om het product zonder voorafgaande kennisgeving te wijzigen.



Paklijst:

1. Machine
2. Fleshouder
3. Siliconen fles
4. Veiligheidssleutel
5. Gebruiksaanwijzing
6. Uitrusting

Hardware lijst:

7. Moersleutel 14x17x75 - x1
8. T-sleutel 6 mm - x1
9. M4x16 schroef met scherpe volle draad - x2



Belangrijkste onderdelen:

1. Motorkap
2. Console
3. Motor
4. Motorriem
5. Riem
6. Treeplank
7. Zijhek
8. Achterrol
9. Voorrol
10. Deksel achteraan



1. MONTAGEHANDLEIDING:

- Haal de machine uit de doos en leg hem op een vlakke vloer (zie foto hierboven), verwijder alle zakken en tape die de machine omhullen.
- Draai de twee L-vormige knoppen aan de onderkant los en til vervolgens de verticale stijlen op.
- Breng het verticale profiel omhoog naar de bovenste positie en vergrendel de knop.
- Draai de knoppen aan beide zijden los, stel het consoleframe in op de juiste positie en vergrendel de knoppen.
- Stel de console in op de juiste positie en monteer de fleshouder op het linkerprofiel met een M4 * 16 schroef met stevige schroefdraad. Nadat je dubbel hebt gecontroleerd of alle knoppen goed zijn vergrendeld, is de montage voltooid.

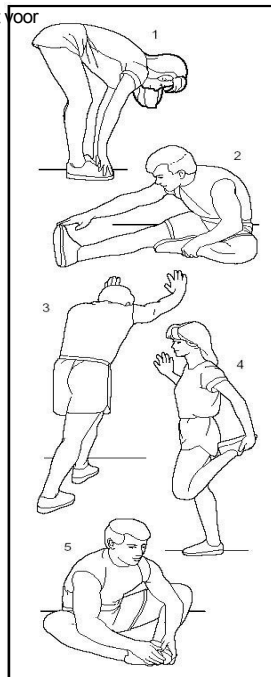
2. MONTAGE-INSTRUCTIES:

- Monteer het raceway volgens de montageprocedure, leg de console plat, houd het consoleframe met één hand vast en draai vervolgens met de andere hand de knoppen los om het consoleframe in te klappen. Houd het profiel met één hand vast, draai vervolgens met de andere hand de L-vormige knop los om de staander in te klappen en vergrendel ten slotte de L-vormige knop. De loopband is ingeklapt en kan verplaatst en/of opgeborgen worden.
- Draai de inklapbare steunen in de richting zoals aangegeven in de onderstaande illustraties.
- Zet de loopband recht op.
Let op: De loopband moet dicht tegen de muur staan, uit de buurt van kinderen, voor het geval dat u zich onverwacht verwondt.
- Staande loopband
Trek, na de montage volgens de eerste drie stappen, de linker vergrendeling aan de onderkant van het apparaat uit, steunbuis naar beneden, totdat de vergrendeling met een "klik"-geluid op zijn plaats zit, waardoor de loopband niet meer rechtop staat.
Let op: Houd het apparaat uit de buurt van kinderen, voor onverwacht letsel.

TRAININGSTIPS EN ADVIEZEN:

1. Warming-up Doe een warming-up van 5-10 minuten voor elke trainingssessie.
2. Ademhaling Houd tijdens het trainen uw adem niet in. Adem in door uw neus en uit door uw mond en synchroniseer uw ademhaling met de beweging.
3. Frequentie Elke spier moet getraind worden na 48 uur rust, dus om de dag.
4. Belasting Pas de intensiteit van de training aan uw lichamelijke conditie aan. Spierpijn aan het begin van de training is normaal, maar kan geminimaliseerd worden door regelmatig te blijven trainen.
5. Ontspanning Neem 5 minuten de tijd om te ontspannen na het sporten om het herstel te bevorderen en de flexibiliteit van de spieren te behouden.
6. Dieet Om je spijsvertering te beschermen, mag je niet meteen na een maaltijd beginnen met trainen. Wacht na de training minstens 30 minuten met eten. Drink geen grote hoeveelheden water tijdens het trainen om je hart en nieren niet te belasten.
7. Rekken Ongeacht je looptempo, begin met rekken en strekken. Opgewarmde spieren rekken gemakkelijker op, dus wandel eerst 5-10 minuten, stop dan en rek elk been vijf keer minstens 10 seconden. Herhaal het rekken ook na je training.

1. Voorover buigen Ga rechtop staan en buig voorover, waarbij je met je handen je tenen probeert aan te raken. Houd deze positie vast voor 10-15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer. (Zie afbeelding 1)
2. De kniepees strekken Ga op een schoon kussen zitten en strek één been. Buig je andere been zodat je voet de binnenkant van de dij van het gestrekte been raakt. Leun naar voren en probeer met je hand je tenen aan te raken. Houd 10-15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie figuur 2).
3. Kuit- en hielstrekk Leun met je handpalmen tegen een muur of boom en strek één been naar achteren. Houd het achterste been recht en de hiel tegen de grond gedrukt. Leun zachtjes naar een muur. Houd 10-15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie figuur 3).
4. Quadriceps bovenbeenspier rekken Leun met je linkerhand tegen een muur of tafel voor stabiliteit. Pak je rechterenkel vast met je rechterhand en trek je voet zachtjes naar je billen totdat je spanning voelt aan de voorkant van je dij. Houd 10-15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie figuur 4).
5. Adductor stretch (binnenkant dijen) Ga zitten met de zolen van je voeten tegen elkaar, knieën naar buiten gericht. Pak je voeten met beide handen vast en trek ze zachtjes naar je lies. Houd de positie 10-15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer. (Zie afbeelding 5)



Beschrijving van functies van de console

1. Trainingsprogramma's

P0 wordt gebruikt om een individueel trainingsprogramma in te stellen. P1-P36 zijn ingebouwde automatische trainingsprogramma's.

Er zijn ook drie gebruikersprogramma's (USER) en een BMI-calculator.

2. Display - De console heeft een LED-scherm en vier bedieningsknoppen.

3. Meetvenster - Snelheids- en afstandswaarden worden weergegeven, met de optie om te schakelen tussen kilometers en mijlen.

4. Snelheidsbereik - Van 1,0 tot 16,0 km/u.

5. Beveiligingen

- Overbelasting
- Overstroom
- Explosieveilig
- Tegen te hoge snelheid
- Anti-interferentie (EMC)
- Andere functies om de gebruiker en het apparaat te beschermen

6. Zelftest van het systeem - Automatische detectie van storingen en hun meldingen op het scherm.

7. Drie aangepaste functies - Aanpasbare instellingen.

8. Energiegerelateerde producten (ERP)-functie.

9. Zoemer dempen - Optie om meldingsgeluiden uit te schakelen.

Inbedrijfstellingsinstructies en veiligheidsprocedures

- Steek het netsnoer in een 10 A stopcontact met randaarde.
- Zet de aan/uit-schakelaar aan - het scherm van de console start op en wordt volledig weergegeven.
- Plaats de veiligheidssleutel op de juiste plaats op de console en bevestig de kledingclip op borsthoogte.
- Een elektronisch systeem controleert voortdurend de veiligheid. Als er een abnormaliteit wordt gedetecteerd, komt de loopband tot een noodstop en verschijnt er een foutmelding en een geluidssignaal op het scherm.
- Om de foutmelding te wissen, verwijdert u de veiligheidssleutel of schakelt u de stroom uit.

Beschrijving van het display en de knoppen

1. LED-display

"DISTANCE / TIME" venster - toont de afgelegde afstand en de trainingstijd. Venster "CALORIES / PULSE" (calorieën / hartslag) - toont de verbrande calorieën en de hartslag. Venster "SPEED" - toont de huidige snelheid.

2. Schakeleenheden: kilometers ↔ mijlen

Converteer naar mijlen: Verwijder de veiligheidssleutel. Houd de toetsen "PROGRAM" en "MODE" tegelijkertijd ingedrukt tot op het display 0,6 verschijnt - dit geeft de conversie naar mijlen aan.

Omrekenen naar kilometers: Druk opnieuw, zonder de veiligheidssleutel, op beide toetsen ("PROGRAM" en "MODE") tot op het display 1,0 verschijnt - dit geeft een terugkeer naar kilometers aan.

3. Bedieningsknoppen

- **"P"** - PROGRAM: Druk in stand-by op de knop om te kiezen uit 36 programma's (P1-P36) of handmatige modus (P0). Standaardsnelheid: 1,0 km/u; maximaal: 16 km/u.
- **"M"** - MODE: Hiermee kun je de aftelmodi selecteren: tijd, afstand of calorieën. Gebruik de knoppen "SPEED+" en "SPEED-" om de waarde in te stellen en start de training met de knop START.
- **"START / PAUZE"**: Start de loopband met een snelheid van 1,0 km/u. Als u er opnieuw op drukt, stopt hij tijdelijk en als u er opnieuw op drukt, wordt de training hervat met de vorige instellingen.
- **"STOP"**: Stopt de loopband onmiddellijk en wist de gegevens.
- **"SPEED+" en "SPEED-"**: Verander de snelheid in stappen van 0,1. Als je de knop >2 seconden ingedrukt houdt, wordt er automatisch versneld/vertraagd.

4. Veiligheidstoets

Bestaat uit een magneet, clip en kabel.

- Als de sleutel wordt verwijderd - stopt de loopband onmiddellijk en toont het display de foutmelding "E-07" en een pieptoon.
- Als de sleutel er weer in wordt gestoken, wordt het display gedurende 2 seconden geactiveerd en gaat het vervolgens naar de stand-bymodus.

5. Programma's en opstarten

A. Soorten programma's

- P0 - Handmatige modus: elke instelling van tijd, afstand of calorieën.
- P01-P36 - Automatische programma's
- U01-U03 - Aangepaste programma's (USER)

B. De loopband starten

C. Steek de veiligheidssleutel in de gleuf - de console zal gedurende 2 seconden verschijnen en vervolgens naar de handmatige modus gaan.

D. Druk op START - aftellen 5-4-3-2-1 met geluid en de loopband start bij 1,0 km/u.

E. Om het apparaat tijdens een training te stoppen, drukt u op STOP - de gegevens worden gereset.

Handmatige modus

1. Hoe de handmatige modus te starten

- a. Zet de aan/uit-schakelaar aan - het apparaat gaat automatisch naar de handmatige modus.
- b. Druk op PROGRAM om de handmatige modus handmatig te starten.

2. Beschikbare instellingen in handmatige modus

- U kunt kiezen uit drie functies kiezen:
 - **Afteltijd.**
 - **Aftellen van afstand.**
 - **Aftellen van calorieën.**
- Druk in de handmatige modus op de knop MODE om een van de aftelfuncties te selecteren.
- Zodra je de gewenste waarde hebt ingesteld, druk je op START om je training te starten.
- De standaard startsnellheid is 1,0 km/u, ingesteld door de gebruiker.
- Er kan maar één aftelmodus tegelijk geactiveerd zijn. De ingestelde parameter wordt afgeteld, de andere worden positief afgeteld.

3. Werking in handmatige modus

A. Basismodus (zonder aftellen)

- Het tijddisplay geeft 0:00 weer.
- Tijd, afstand en calorieën worden automatisch geteld.
- Als u op STOP drukt, stopt de loopband geleidelijk en worden de standaardinstellingen hersteld.

B. Afteltijdmodus

- Standaard: 30:00 minuten, instelbereik: 5:00-99:00 (stap in stappen van 1 minuut).
- Gebruik de toetsen+ / - om de waarden aan te passen.

C. Aftelafstandmodus

- Standaard: 1,0 km, bereik: 1,0-99,0 km (stap in stappen van 1 km).
- Pas aan met de toetsen+ / -.

D. Calorieën aftellen

- Standaard: 50 kcal, bereik: 20-990 kcal (stap in stappen van 10 kcal).
- Pas de waarde aan met de knoppen+ / -.

E. Bediening tijdens het hardlopen

A. Wanneer er op START wordt gedrukt, wordt er 5 seconden afgeteld, waarna de motor start met 1 km/u.

B. Gebruik de knoppen+ / - of QUICK SPEED om de snelheid te wijzigen.

C-E. Wanneer de geselecteerde modus (calorieën, afstand of tijd) nul bereikt, zal de loopband geleidelijk vertragen en stoppen. Het apparaat keert terug naar de handmatige modus.

Automatische programma's (P1-P36)

1. Programma's selecteren en instellen

- De P1-P36 programma's zijn ingebouwde systeemtrainingsprogramma's die alleen ontworpen zijn voor de aftelmodus.
- In de instelmodus begint het tijdvenster te knipperen - dit geeft aan dat het instelbaar is.
- Gebruik de knoppen "+" / "-" om de trainingstijd aan te passen. Bereik: 5:00 - 99:00 minuten (stap in stappen van 1 minuut). Standaardwaarde: 30:00 minuten.
- Als u op de knop "MODE" drukt, wordt de standaardwaarde hersteld.

2. Training starten

- Nadat u uw programma hebt geselecteerd, drukt u op "START" - een aftelling van 5 seconden begint, vergezeld door 5 pieptonen.
- De loopband zal zachtjes versnellen tot de snelheid die is opgegeven in het geselecteerde programma en het tempo aanhouden volgens de instellingen (inclusief eventuele helling).

3. De snelheid wijzigen tijdens het programma

- Je kunt de knoppen "+", "-" of "QUICK SPEED" op elk moment gebruiken om de snelheid van de loopband handmatig aan te passen tijdens het hardlopen.

4. Het programma beëindigen

- Als je op de "STOP"-knop drukt terwijl de motor draait, zal het apparaat geleidelijk afremmen tot het volledig stilstaat.
- Dit gaat gepaard met een lange pieptoon en alle instellingen worden teruggezet naar de standaard stand-by modus.

Vettestprogramma (FAT)

De body mass index (FAT) is een vereenvoudigde indicator van de relatie tussen lengte en gewicht, die - in combinatie met andere gezondheidsparameters - kan helpen om het lichaamsgewicht te beoordelen.

FAT-referentiewaarden:

- < 18 - te slank figuur
- 18-24 - ideaal figuur
- 25-28 - overgewicht
- > 29 - zwaarlijvig

De FAT-index is indicatief en mag niet worden beschouwd als een medische diagnose.

Instructies voor het uitvoeren van de FAT-test

1. De test starten

- Druk, terwijl de loopband stilstaat, op de knop "PROG" om het testprogramma voor lichaamsvet te openen met het label "FAT".
- Druk op "MODE" om het itemnummer te selecteren en stel vervolgens de parameters in met de knoppen "+" / "-".

2. Geslachtsinstelling (F1)

- F1 verschijnt op het scherm "Pulse" (hartslag) en de standaardwaarde 01 (mannelijk) verschijnt in het venster "Calories" (calorieën).
- Gebruik "+" / "-" om te selecteren:
 - 01 - mannelijk
 - 02 - vrouw

3. Leeftijd instellen (F2)

- Nadat u op "MODE" hebt gedrukt, gaat u naar de leeftijdsinstelling (F2).
- Het venster "Calorieën" toont standaard 25 calorieën.
- Instelbereik: 1-99 jaar.

4. Hoogte-instelling (F3)

- Door nogmaals op "MODE" te drukken wordt de hoogte-instelling (F3) geactiveerd.
- De standaardwaarde is 170 cm (67 inch).
- Instelbereik: 100-220 cm (of 39-87 inch).
- Pas de waarde aan met de knoppen "+" / "-".

5. Lichaamsvet test (FAT/BMI)

- Druk op de knop "MODE" - het "Pulse"-display toont F5 en het calorievenster toont "-----".
- Plaats je handen op de hartslagsensoren - na 8 seconden verschijnt het BMI-resultaat.

Veiligheidsleutel

De sleutel bestaat uit een schakelaar, een kledingklep en een nylon koord. Hij wordt gebruikt om de loopband in geval van nood te stoppen.

- 1. Als de sleutel tijdens het gebruik wordt verwijderd, verschijnt op het scherm "E-07" en stopt de loopband onmiddellijk.
- 2. wanneer de toets opnieuw wordt ingedrukt, gaat het scherm gedurende 2 seconden aan en keert de loopband terug naar de fabrieksinstellingen (handmatige modus P0, tellers worden op nul gezet).

Gebruikersprogramma (U01-U03)

De gebruiker kan 3 aangepaste trainingsprogramma's maken en opslaan. Een programma maken:

1. Druk op "PROG" om de U01-U03 modus te selecteren.
2. Druk op "MODE" om de instellingen te starten:
 - Duur: 5-99 min.
 - Snelheid: 1-20 km/u (snelle selectie mogelijk)
 - Helling: 0-15% (ook snelselectie mogelijk)
3. Druk na het instellen van elke parameter op "MODE" om naar de volgende parameter te gaan.
4. De instellingen worden automatisch opgeslagen wanneer de configuratie voltooid is.
5. Druk op "START" om te starten.

De volgende keer dat je start, selecteer je gewoon het programma en druk je op "START".

Hartslagmeting

- Wanneer je je hand op de sensoren legt, wordt je hartslagwaarde binnen 5 seconden weergegeven.
- Weergavebereik: 50-200 slagen/min.
- Het hartsymbool pulseert op het ritme van de gemeten hartslag.

De gegevens zijn indicatief en zijn geen vervanging voor medische metingen.

Waardebereik:

	Instellen van de beginwaarde	Bereik	Weergavebereik
Tijd (minuten: seconden)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Snelheid (km/h)	NIET VAN TOEPASSING	NIET VAN TOEPASSING	1-16KM
Helling (%)	NIET VAN TOEPASSING	NIET VAN TOEPASSING	0
Afstand (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Calorieën (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Parameter-instellingen

Als u de maximumwaarde (99:00) bereikt en op "+" drukt, keert het systeem automatisch terug naar de minimumwaarde (5:00), waardoor een zogenaamde cyclus wordt gecreëerd.

Energiebesparingsfunctie (ERP)

- Standaard actief.
- Als de loopband 4,5 minuten niet gebruikt wordt, gaat hij automatisch in de slaapstand om energie te besparen.
- Druk op een willekeurige knop om het systeem te wekken.
- ERP-modus uitschakelen/inschakelen:
- Houd in stand-by de knop "MODE" ongeveer 3 seconden ingedrukt.
- Op de console verschijnt "2222" - de ERP-functie is uitgeschakeld.
- Herhaal deze handeling om de functie weer te activeren.
- De console geeft "1111" weer - ERP-functie is geactiveerd.

Veelvoorkomende storingen en probleemoplossingsmethoden

Probleemcode	Waarschijnlijke oorzaak	Repareren
Systeem werkt niet	A. 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 eruit gevallen	Herinstalleer
	B. Systeemfout	Vraag servicetechnicus om het te repareren
Fout in sleutel	SLEUTEL DEFECT	Vervang console of moederbord
E-01	A. Communicatiekabel heeft slechte verbinding	Sluit de communicatiekabel opnieuw aan en controleer of de poort goed 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.	Controleer en sluit opnieuw aan of vervang de controller
E-03	A. Foto-elektrische sensor is niet correct geïnstalleerd	Controleren en opnieuw aansluiten
	B. Slechte foto-elektrische sensor	Foto-elektrische sensor vervangen
	C. Vuile foto-elektrische sensor of slecht eerste contact	Controleren en sensor opnieuw aansluiten/schoonmaken
	D. Defecte controller	Controller vervangen
E-05	A. Defecte regelaar	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; 0 2. Installeer het veiligheidsvergrendelingsmechanisme opnieuw;
Geen pulssignaal	A. Handgreepkabel niet op zijn plaats of handgreepkabel is niet goed	Controleer en sluit aan of vervang de handgreepkabel
	B. Storing in elektronisch systeemcircuit	Console vervangen
Onvolledige of ontbrekende consolebekabeling	A. Beeldscherm is defect	Moederbord of scherm vervangen
	B. Systeemstoring	Console vervangen

De loopband in- en uitklappen

1. Opvouwen - Koppel de stroomtoevoer los voordat u de loopband opvouwt.
2. Uitklappen
 - Plaats de loopband ongeveer 1 m van het stopcontact.
 - De grond moet vlak zijn en vrij van obstakels.
3. Verplaatsen - Voordat u de loopband verplaatst, moet u ervoor zorgen dat e:
 - De stroom is uitgeschakeld.
 - De stekker uit het stopcontact is verwijderd.
 - De loopband is ingeklapt.
 - Stap voor stap bewegen:
 - Pak met één hand de achterkant van de loopband vast en met de andere hand het stuur aan dezelfde kant.
 - Kantel hem in een hoek van 40-50° naar je borst.

Gevaar:

Raadpleeg een gekwalificeerde elektricien of onderhoudspersoneel als u niet weet of het apparaat goed geaard is. Vervang de bij dit product geleverde stekker niet zonder toestemming. Als de stekker niet compatibel is met het stopcontact, moet een gekwalificeerde elektricien een geschikt stopcontact installeren. Het moet 220-240 volt zijn en in dit type stopcontact passen.

Aan de slag met de loopband

Steek de stekker in het stopcontact en zet deze aan.

Klap de loopband uit tot de laagste positie en controleer of hij goed werkt. Klem het veiligheidskoord aan je kleding - dit is een belangrijk veiligheidskenmerk.

Starten en correct lopen

Ga niet meteen op de band staan!

Ga op de zijrails staan met je handen op het stuur. Wanneer je

op "START" drukt:

De loopband start na 5 seconden met een snelheid van 1,0 km/u.

Gebruik vervolgens de "+"-knop om de snelheid te verhogen tot een comfortabele 2,5-3,5 km/u.

Houd het stuur vast en stap geleidelijk in de baan met dezelfde snelheid.

Snelheid wijzigen en stoppen

Versnel of vertraag met "+" en "-".

Je kunt ook een specifieke snelheidswaarde selecteren door op de bijbehorende knop te klikken.

Als je op "STOP" drukt, stopt de motor.

Automatische modi en programma's

Schakel de stroom in.

Druk op "SELECT" om een modus te selecteren.

Druk op "START" om het geselecteerde programma te starten.

Tijdens het gebruik kun je de snelheid aanpassen of de training beëindigen met de knop "STOP".

Polsslagmeting (HRC)

Houd je handen op de metalen sensoren - de huidige hartslag (HRC) wordt weergegeven.

Opmerking: Als je de veiligheidssleutel verwijderd, stopt de loopband onmiddellijk en verschijnt er een bericht op de computer.

ONDERHOUD:

Goed onderhoud is cruciaal voor de betrouwbare en veilige werking van de loopband. Als het verwaarloosd wordt, kan het leiden tot schade of de levensduur van het apparaat verkorten. Alle onderdelen moeten regelmatig worden geïnspecteerd en vastgedraaid. Versleten onderdelen moeten onmiddellijk worden vervangen.

Smering: De loopband is tijdens de fabricage in de fabriek gesmeerd. Na een bepaalde gebruikperiode moet de loopband echter regelmatig worden gesmeerd met 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 de zijanten van de loopband op en raak het achterste, centrale deel aan:

- Als je de siliconen kunt voelen, is smering niet nodig.
- Als het oppervlak droog is, moet er worden gesmeerd.

Smeerinstructies:

1. Stop de machine en klap de loopband in.

2. Til de loopband van de achterkant van het hoofdframe.

3. Houd de fles zo dicht mogelijk bij het midden van de band en spuit siliconenolie - aan beide zijden. Laat de loopband 1 km/u draaien om de olie gelijkmatig over het loopvlak te verdelen.

1. Afstellen van de loopband

In de fabriek is de lopende riem correct uitgelijnd. Door het gebruik kan deze echter losraken, wat leidt tot onderbrekingen of slippen. Als dit gebeurt, draai dan de stelschroeven aan - elk een halve slag naar links of rechts.

Als de riem te los zit, kan hij over de poelie slippen. Een te hoge spanning daarentegen kan de motor overbelasten en schade veroorzaken aan de motor, riem, rollen of andere onderdelen.

2. Riem doorbuigen afstellen

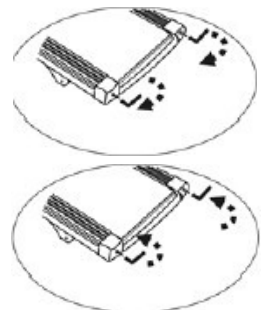
Hoewel de riem in de fabriek is ingesteld, kan deze na verloop van tijd verschuiven. De meest voorkomende oorzaken zijn:

- Instabiele uitlijning van de loopband,
- Lopen met een zijwaartse verschuiving,
- Ongelijke verdeling van de voetdruk.

Als de afwijking 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 beweegt naar links → Draai de linkerschroef vast (met de klok mee) → Of draai de rechterschroef los (tegen de klok in)

Voorbeeld 2: de riem beweegt naar rechts → Draai de rechterschroef vast (met de klok mee) → Of draai de linkerschroef los (tegen de klok in)



INSTELSLEUTEL:

Rechtsom= vastdraaien Linksom=losdraaien De riem beweegt altijd naar de kant die losser zit.

Tips:

Laat de loopband op lage snelheid draaien voor elke afstelling. Draai de schroeven niet te vast aan.
Controleer de werking van de riem na elke afstelling.
Doorbuiging van de band valt niet onder de garantie en is de verantwoordelijkheid van de gebruiker. Niet-gecontroleerde en niet gecorrigeerde doorbuigingen kunnen tot ernstige schade leiden.

**3. Aandrijfriem (motor) afstellen**

De aandrijfriemen zijn vooraf afgesteld in de fabriek, 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) Instelschroef
- 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 een smeermiddel op basis van methylsiliconeolie.
	B. Lopende banden zijn te strak	Stel de riemen af op strakheid
Loopband is doorgeslipt	A. De hardloopriem zit te los	Stel de riemen strak af
	B. De riem zit los	Stel de spanning van de aandrijfriem af

Probleem	Reden	Onderhoud
Systeem werkt niet	A. Geen stroom	Stekker in stopcontact, ingang met stroom
	B. De veiligheidssleutel zit niet goed	Plaats de veiligheidssleutel in de juiste positie
	C. de transformator is niet goed aangesloten of de transformator is defect	Controleer en sluit de transformator correct aan of vervang de transformator.
	D. gebroken circuit	Controleer de ingangs- en uitgangsklem van het systeem en de communicatielijnen.
Plotselinge stop in normale toestand	A. Veiligheidssleutel valt eraf	Correcte installatie van de veiligheidssleutel
Knoppen werken niet	B. Verkeerd systeem	Neem contact op met de serviceafdeling
	A. Sommige knoppen zijn beschadigd	Vervang de knoppen
E1	B. Alle knoppen werken niet	1. Printplaat met drukknoppen vervangen, draden van drukknoppen vervangen 2. Moederbord vervangen; console vervangen
	Slechte aansluiting van de communicatiekabels	Sluit de communicatiekabel opnieuw aan en controleer of de poort is aangesloten of vervang de communicatiekabel.
E2	B. Console is defect	Console vervangen
	C. Transformator is defect	Controleer en vervang de transformator
	D. Controller is defect	Vervang de regelaar
	A. Motorkabel of motor is defect	Controleer en vervang de motorkabel of motor
E3	B. Slechte verbinding tussen motorkabel en controller of controller defect	Controleer en sluit de kabel goed aan of vervang de controller
	A. Snelheidssensor is niet correct gemonteerd	Controleren en correct monteren
	B. Snelheidssensor is defect	Vervang de snelheidssensor
	C. Slechte verbinding tussen snelheidssensor en controller	Controleren en correct aansluiten
E5	D. Regelaar is defect	Vervang de regelaar
	A. De controller is defect	Vervang de controller
E7	B. De motor is defect	Vervang de motor
	Geen signaal van veiligheidssleutel gedetecteerd op console	1. Controleer of de veiligheidssleutel zich in de juiste positie bevindt; 2. Installeer het veiligheidsvergrendelingsmechanisme opnieuw om ervoor te zorgen dat het gat in het midden zit en de zwarte boon op zijn plaats stuitert; Vervang de console
Hartslaggegevens worden niet weergegeven	A. Handgreepkabel is niet goed aangesloten of handgreepkabel is beschadigd.	Controleer en sluit goed aan of vervang de handgreepkabel.
	B. Fout in elektronische systeemkabel	Console vervangen
Het elektronische display is onvolledig	A. De schroeven van de uitwerplaat zijn losgeraakt	Vergrendel- en bevestigingsschroeven
	B. Systeemstoring	Console vervangen



Bluetooth APP voor loopband



Bluetooth-verbinding ondersteunt AnyRun, Zwift en Kinomap



AnyRun

Download, registreer en log in op de AnyRun app, ga naar de instellingenpagina: Klik op Instellingen, in de rechterbenedenhoek, 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 u gekoppelde apparaten ziet die u niet wilt gebruiken, kunt u deze gewoon deselecteren en het apparaat selecteren dat u wilt koppelen.



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 de inhoud in de interactieve sectie, de applicatie zal de gevonden hardware detecteren, selecteer de Bluetooth-code die hetzelfde is als de code die is gemarkeerd op de hardwareconsole, klik vervolgens op ADD NEW EQUIPMENT, de succesvol toegevoegde hardware zal verschijnen.



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.

PT

Instruções de utilização

1. Ligar o cabo de alimentação exclusivamente a uma tomada com ligação à terra. Não utilizar 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 × 1000 mm.
14. Durante a manutenção, desligar sempre o aparelho da corrente eléctrica.
15. Em caso de sons anormais, cheiro a queimado, problemas com o ecrã ou com o movimento da correia, interromper imediatamente o treino, desligar a alimentação eléctrica e contactar a assistência técnica.

Não.	Nome da peça	Quantidade	Não.	Nome da peça	Quantidade
1	Estrutura principal	1	51	Anilha de plástico Φ18×Φ8.5×t2.0	2
2	Parafuso Allen com rosca completa M8*20	2	52	Manípulo Φ35×M8×20	2
3	Parafuso com rosca completa M5*10	8	53	Botão em forma de L	2
4	Parafuso auto-roscante ST4*16	9	54	Suporte para garrafas	1
5	Parafuso Allen de rosca completa M8*75	2	55	Tampa do suporte esquerdo	1
6	Anilha plana Φ8	2	56	Tampa do suporte do lado direito	1
7	Cilindro Allen de rosca completa M6*45	1	57	Cabo de comunicação	1
8	Parafuso auto-roscante ST4*10	2	58	Estrutura da consola	1
9	Parafuso Allen com rosca completa M6×55×Φ16	6	59	Placa de fixação da consola	1
10	Parafuso roscado sólido M4*16	2	60	Mola Φ12,5×Φ6,2×0,7	4
11	Parafuso de rosca total M4*10	2	61	Arruela de pressão M6 Φ16×Φ8×4,7	2
12	Parafuso auto-roscante ST4*15	8	62	Parafuso auto-roscante ST4*10	2
13	Anilha plana Φ5	2	63	Parafuso auto-roscante ST4*16	20
14	Anilha de bloqueio serrilhada externa Φ5	2	64	Parafuso auto-roscante ST4*10	16
15	Anilha de mola Φ5	2	65	Parafuso auto-roscante ST4*15	4
16	Anilha plana de plástico Φ12×Φ6×t1.0	6	66	Parafuso sextavado com rosca completa M6*25	2
17	Anel magnético	1	67	Parafuso de rosca completa	2
18	Rolo frontal	1	68	Porca de bloqueio hexagonal	4
19	Rolo traseiro	1	69	Consola	1
20	Motor	1	70	Cabo de comunicação	1
21	Cinto de rolamento	1	71	Painel da consola	1
22	Painel de direção	1	72	Tampa da consola traseira	1
23	Correia do motor 174(442)PJ6	1	73	Tomada da chave de segurança	1
24	Parafuso de cabeça escareada com rosca completa M4*8	2	74	Chave de segurança	1
25	Tampa do motor	1	75	Cesto superior	1
26	Tampa traseira	1	76	Cesto inferior	1
27	Calha lateral	2	77	Cobertura decorativa da consola frontal	1
28	Almofada quadrada	6	78	Tampa decorativa da consola traseira	1
29	Rodas	2	79	Cabo de impulso do punho	2
30	Bloco guia com rebordo redondo	6	80	Manípulo de impulso de arranque/paragem	1
31	Pé	4	81	Conjunto de impulsos do manípulo de velocidade	1
32	Braçadeira de cabo	2	82	Cabo do botão tátil	1
33	Cabo de comunicação	1	83	Estrutura de suporte rebatível	2
34	Cabo de alimentação	1	84	Mola helicoidal cilíndrica	2
35	Cabo de alimentação	1	86	Parafuso de cabeça cilíndrica com rosca completa	2
36	Cabo de alimentação	1	88	Almofada EVA	2
37	Cabo de alimentação	1	89	Autocolante acrílico para a consola	1
38	Sensor de velocidade	1	90	Parafuso de rosca total	2
39	Interruptor	1	91	Mola Φ8×Φ4,2×0,4	4
40	Interruptor de rearme automático	1	92	Mola Φ40×Φ20.4×t2.0	2
41	Braçadeira do cabo de alimentação	1	93	Espaçador t4.0×Φ40	2
42	Suporte metálico para o sensor de velocidade	1	96	Cabo de alimentação	1
43	Suporte esquerdo	1	97	Soldaduras do suporte traseiro	1
44	Suporte direito	1	98	Parafuso sextavado com cabeça chata grande com serrilha completa M8×20	2
45	Parafuso Allen com rosca completa M8*20	4	99	Anilha plana Φ8	2
46	Parafuso auto-roscante ST4*10	4	100	Porca de bloqueio hexagonal M8	2
47	Anilha plana Φ8	2	101	Grampo de mola	1
48	Porca de bloqueio hexagonal M8	2			
49	Anilha plana Φ32×Φ8.5×t2.0	2			
50	Anilha de plástico Φ24×Φ16×t2.0	2			

Avisos e proibições:

⚠ Não utilize uma passadeira de corrida:

- se estiver a fazer um tratamento e não tiver a autorização do seu médico,
- se tiver problemas cardíacos, problemas de coluna, problemas nas articulações, osteoporose ou doenças crónicas graves,
- se estiver grávida, menstruada ou a sentir-se mal,
- se tiver consumido álcool ou estiver sob a influência de drogas que afectem a 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 ou sair do tapete rolante enquanto a máquina está a funcionar,
- utilização da passadeira por crianças e pessoas inconscientes ou com deficiências motoras.



- Consola
- Corrimão
- Botão
- Perfil
- Calha lateral
- Cinto de segurança
- Tampa traseira
- Estrutura principal
- Manípulo em forma de L
- Tampa do motor
- Suporte em L
- Suporte para garrafas
- Estrutura da consola

Informações técnicas:

Dimensão	Dobrado: 1520*780*265 mm
	Desdobrado: 1520*780*1280
Superfície de funcionamento	1220*440 mm
Velocidade	1,0-16,0 km/h

Nota: reservamo-nos o direito de alterar o produto sem notificação prévia.



Lista de embalagem:

- Máquina
- Suporte de garrafa
- Garrafa de silicone
- Chave de segurança
- Manual de instruções
- Conjunto de equipamento

Lista de ferragens:

- Chave inglesa 14x17x75 - x1
- Chave T de 6 mm - x1
- Parafuso de rosca completa afiada M4x16 - x2



Peças principais:

- Cobertura do motor
- Consola
- Motor
- Correia do motor
- Cinto de rolamento
- Tabuleiro de rolamento
- Calha lateral
- Rolo traseiro
- Rolo dianteiro
- Tampa traseira



1. INSTRUÇÕES DE MONTAGEM:

- Retirar a máquina da caixa de cartão e colocá-la num chão plano (ver foto acima), retirar todos os sacos e a fita que envolve a máquina.
- Desapertar os dois botões em forma de L na parte inferior e, em seguida, levantar os postes verticais.
- Levante o perfil vertical até à posição superior e, em seguida, bloqueie o botão.
- Desapertar os botões de ambos os lados, ajustar a estrutura da consola para a posição correta e, em seguida, bloquear os botões.
- Ajuste a consola para a posição correta, monte o suporte para garrafas no perfil esquerdo utilizando um parafuso de rosca sólida M4 * 16. Depois de verificar duas vezes se todos os botões estão bem bloqueados, a montagem está concluída.

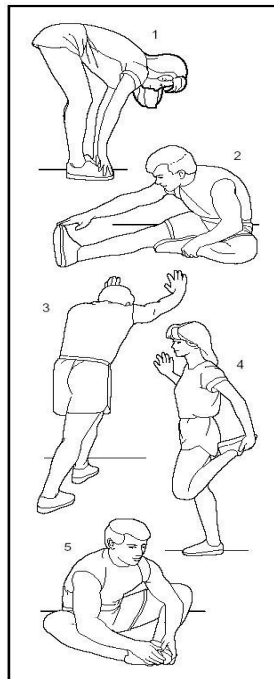
2. INSTRUÇÕES DE MONTAGEM:

- Monte a pista de acordo com o procedimento de montagem, coloque a consola na horizontal, segure a estrutura da consola com uma mão e, em seguida, desaperte os botões com a outra mão para dobrar a estrutura da consola. Segure o perfil com uma mão, depois desaperte o botão em forma de L com a outra mão para dobrar a coluna do suporte e, por fim, bloqueie o botão em forma de L. A passadeira está dobrada e pode ser deslocada e/ou guardada.
- Rode os suportes dobráveis de acordo com a direção indicada nas ilustrações abaixo.
- Colocar a passadeira em pé.
Nota: A passadeira deve ficar junto à parede, longe das crianças, para evitar ferimentos inesperados.
- Colocar a passadeira de pé sozinha
Após a montagem de acordo com os três primeiros passos, puxe o trinco esquerdo na parte inferior da máquina, com o tubo de suporte para baixo, até o trinco encaixar com um som de "estalido", resultando numa posição vertical sem resistência.
Nota: Manter afastado das crianças, em caso de ferimentos inesperados.

CONSELHOS E SUGESTÕES DE EXERCÍCIO:

- Aquecimento Aquecer durante 5 a 10 minutos antes de cada sessão de exercício.
- Respiração Durante o exercício, não sustenha a respiração. Inspire pelo nariz e expire pela boca, sincronizando a respiração com o movimento.
- Frequência Cada músculo deve ser treinado após 48 horas de repouso, ou seja, de dois em dois dias.
- Carga Adapte a intensidade do treino à sua condição física. As dores musculares no início do exercício são normais, mas podem ser minimizadas pela continuação da atividade regular.
- Relaxamento Dedique 5 minutos a relaxar após o exercício para ajudar na recuperação e manter a flexibilidade muscular.
- Dieta Para proteger o seu sistema digestivo, não comece a fazer exercício imediatamente após uma refeição. Após o treino, aguarde pelo menos 30 minutos antes de comer. Evite beber grandes quantidades de água durante o exercício para não sobrecarregar o coração e os rins.
- Alongamentos Independentemente do seu ritmo de corrida, comece por fazer alongamentos. Os músculos aquecidos alongam-se mais facilmente, por isso comece por fazer 5-10 minutos de caminhada, depois pare e alongue cada perna cinco vezes durante pelo menos 10 segundos cada. Repita os alongamentos também depois do treino.

1. Flexão para a frente Ponha-se direito e incline-se, tentando tocar nos dedos dos pés com as mãos. Mantenha a posição durante 10-15 segundos, depois relaxe. Repetir 3 vezes. (Ver Figura 1)
2. Alongamento do tendão do joelho Sente-se numa almofada limpa e estique uma perna. Dobrar a outra perna de modo a que o pé toque na parte interior da coxa da perna esticada. Inclina-se para a frente e tente tocar nos dedos dos pés com a mão. Mantenha a posição durante 10-15 segundos e depois descontrai-a. Repita 3 vezes para cada perna (ver Figura 2).
3. Alongamento da barriga da perna e do calcanhar Encoste as palmas das mãos a uma parede ou a uma árvore e estenda uma perna para trás. Mantenha a perna de trás direita e o calcanhar encostado ao chão. Inclina-se suavemente em direção a uma parede. Mantenha a posição durante 10-15 segundos e depois relaxe. Repita 3 vezes para cada perna (ver Figura 3).
4. Alongamento do músculo quadríceps da coxa Encoste-se a uma parede ou a uma mesa com a mão esquerda para obter estabilidade. Segure o tornozelo direito com a mão direita e puxe suavemente o pé em direção às nádegas até sentir tensão na parte da frente da coxa. Mantenha a posição durante 10-15 segundos e depois relaxe. Repita 3 vezes para cada perna (ver Figura 4).
5. Alongamento dos adutores (parte interna das coxas) Sente-se com as plantas dos pés juntas e os joelhos virados para fora. Segure os pés com as duas mãos e puxe-os suavemente em direção às virilhas. Mantenha a posição durante 10-15 segundos e depois relaxe. Repetir 3 vezes. (Ver figura 5)



Descrição das funções da consola

1. Programas de exercício

P0 é utilizado para definir um programa de treino individual. P1-P36 são programas de treino automáticos incorporados. Existem também três programas de utilizador (USER) e uma calculadora de IMC.

2. Ecrã - A consola tem um ecrã LED e quatro botões de controlo.

3. Janela de medição - São apresentados os valores de velocidade e distância, com a opção de alternar entre quilómetros e milhas.

4. Gama de velocidades - De 1,0 a 16,0 km/h.

5. Protecções

- Sobrecarga
- Sobrecorrente
- À prova de explosão
- Contra excesso de velocidade
- Anti-interferência (EMC)
- Outras funções para proteger o utilizador e o dispositivo

6. Auto-teste do sistema - Detecção automática de falhas e respectivas mensagens no ecrã.

7. Três funções personalizadas - Definições personalizáveis.

8. Função de produtos relacionados com a energia (ERP).

9. Silenciamento da campainha - Opção para desativar os sons de notificação.

Instruções de colocação em funcionamento e procedimentos de segurança

- Ligue o cabo de alimentação a uma tomada de 10 A com ligação à terra.
- Ligue o interruptor de alimentação - o ecrã da consola arrancará e será totalmente apresentado.
- Coloque a chave de segurança no local adequado da consola e prenda o clipe de roupa à altura do peito.
- Um sistema eletrónico controla constantemente a segurança. Se for detectada uma anomalia, a passadeira pára de emergência e aparece no ecrã uma mensagem de erro e um sinal sonoro.
- Para eliminar a mensagem de erro, retire a chave de segurança ou desligue a alimentação.

Descrição do ecrã e dos botões

1. Ecrã LED

Janela "DISTÂNCIA / TEMPO" - mostra a distância percorrida e o tempo de treino.

Janela "CALORIAS / PULSO" - mostra o valor das calorias queimadas e o ritmo cardíaco. Janela "VELOCIDADE" - mostra a velocidade atual.

2. Unidades de comutação: quilómetros↔ milhas

Converter para quilómetros: Retirar a chave de segurança. Premir e manter premidas simultaneamente as teclas "PROGRAM" e "MODE" até aparecer no visor 0,6 - isto indica a conversão em milhas.

Conversão para quilómetros: Mais uma vez, sem a chave de segurança, pressione ambos os botões ("PROGRAM" e "MODE") até que o visor mostre 1.0 - isto indica um retorno aos quilómetros.

3. Botões de controlo

- **"P"** - PROGRAM: No modo de espera, pressione o botão para seleccionar entre 36 programas (P1-P36) ou o modo manual (P0). Velocidade por defeito: 1,0 km/h; máxima: 16 km/h.
- **"M"** - MODE: Permite-lhe seleccionar os modos de contagem decrescente: tempo, distância ou calorias. Utilizar os botões "SPEED+" e "SPEED-" para definir o valor e, em seguida, iniciar o treino com o botão START.
- **"START / PAUSE"**: Inicia a passadeira a uma velocidade de 1,0 km/h. Premindo novamente, pára-a temporariamente e premindo novamente retoma o treino com as definições anteriores.
- **"STOP"**: Pára imediatamente a passadeira e apaga os dados.
- **"SPEED+" e "SPEED-"**: Altera a velocidade em incrementos de 0,1. Manter o botão premido durante >2 segundos provoca uma aceleração/desaceleração automática.

4. Tecla de segurança

É composto por um íman, um clipe e um cabo.

- Quando a chave é retirada - a passadeira pára imediatamente e o visor apresenta o erro "E-07" e emite um sinal sonoro.
- Quando a chave é reintroduzida, o visor ativa-se durante 2 segundos e depois entra em modo de espera.

5. Programas e arranque

A. Tipos de programas

- P0 - Modo manual: qualquer regulação de tempo, distância ou calorias.
- P01-P36 - Programas automáticos
- U01-U03 - Programas personalizados (USER)

B. Arranque da passadeira

C. Introduza a chave de segurança na ranhura - a consola exhibe o ecrã durante 2 segundos e depois entra no modo manual.

D. Prima START - contagem decrescente 5-4-3-2-1 com som e a passadeira arranca a 1,0 km/h.

E. Para parar a máquina durante um exercício, prima STOP - os dados serão repostos.

Modo manual

1. Como iniciar o modo manual

- a. Ligue o interruptor de alimentação - a unidade entra automaticamente no modo manual.
- b. Quando estiver parada, prima PROGRAM para entrar manualmente no modo manual.

2. Definições disponíveis no modo manual

- Existem três funções para escolher:
 - Tempo de contagem decrescente,**
 - Contagem decrescente **da distância,**
 - Contagem decrescente **de calorias.**
- Uma vez no modo manual, prima o botão MODE para selecionar um dos modos de contagem decrescente.
- Depois de definir o valor pretendido, prima START para iniciar o treino.
- A velocidade inicial predefinida é de 1,0 km/h, definida pelo utilizador.
- Só pode ser ativado um modo de contagem decrescente de cada vez. O parâmetro definido será objeto de contagem decrescente, os outros serão objeto de contagem positiva.

3. Funcionamento em modo manual

A. Modo básico (sem contagem decrescente)

- O ecrã da hora mostra 0:00.
- O tempo, a distância e as calorias são contados automaticamente.
- Premir STOP pára gradualmente a passadeira e repõe as predefinições.

B. Modo de contagem decrescente

- Predefinição: 30:00 minutos, intervalo de definição: 5:00-99:00 (passo em incrementos de 1 minuto).
- Utilize os botões+ / - para ajustar os valores.

C. Modo de contagem decrescente da distância

- Predefinição: 1,0 km, gama: 1,0-99,0 km (passo em incrementos de 1 km).
- Ajuste utilizando os botões+ / -.

D. Modo de contagem decrescente de calorias

- Predefinição: 50 kcal, gama: 20-990 kcal (passo em incrementos de 10 kcal).
- Ajustar o valor com os botões+ / -.

E. Funcionamento durante uma corrida

A. Quando START é premido, há uma contagem decrescente de 5 segundos, após a qual o motor arranca a 1 km/h.

B. Utilize os botões+ / - ou QUICK SPEED para alterar a velocidade.

C-E. Quando o modo selecionado (calorias, distância ou tempo) chega a zero, a passadeira abranda gradualmente e pára. O aparelho regressa ao modo manual.

Programas automáticos (P1-P36)

1. Seleção e definição dos programas

- Os programas P1-P36 são programas de treino integrados no sistema, concebidos apenas para o modo de contagem decrescente.
- No modo de configuração, a janela de tempo começa a piscar - isto indica que é configurável.
- Utilize os botões "+" / "-" para ajustar o tempo de treino. Intervalo: 5:00 - 99:00 minutos (passo em incrementos de 1 minuto). Valor predefinido: 30:00 minutos.
- Premir o botão "MODE" repõe o valor predefinido.

2. Iniciar o treino

- Depois de ter selecionado o seu programa, prima "START" - inicia-se uma contagem decrescente de 5 segundos, acompanhada de 5 sinais sonoros.
- A passadeira acelera suavemente até à velocidade especificada no programa selecionado e mantém o ritmo de acordo com as suas definições (incluindo qualquer inclinação).

3. Alterar a velocidade durante o programa

- Pode utilizar os botões "+", "-" ou "QUICK SPEED" em qualquer altura para ajustar manualmente a velocidade da passadeira durante a corrida.

4. Terminar o programa

- Premir o botão "STOP" com o motor em funcionamento provoca uma desaceleração progressiva do aparelho até à paragem total.
- Este processo é acompanhado de um longo sinal sonoro e todas as definições são repostas no modo de espera predefinido.

Programa de teste de gorduras (FAT)

O índice de massa corporal (IMC) é um indicador simplificado da relação entre a altura e o peso, que - em combinação com outros parâmetros de saúde - pode ajudar a avaliar o peso corporal.

- Valores de referência do índice de massa corporal:

- < 18 - figura demasiado magra
- 18-24 - peso ideal
- 25-28 - excesso de peso
- > 29 - obeso

O índice de gordura é indicativo e não deve ser considerado como um diagnóstico médico.

Instruções para efetuar o teste FAT

1. Iniciar o teste

- Com a passadeira parada, prima o botão "PROG" para entrar no programa de teste de gordura corporal intitulado "FAT"
- Prima "MODE" para selecionar o número do item e, em seguida, defina os parâmetros utilizando os botões "+" / "-".

2. Definição do género (F1)

- F1 aparece no ecrã "Pulse" e o valor predefinido 01 (masculino) aparece na janela "Calories".
- Utilize "+" / "-" para selecionar:

- 01 - masculino
- 02 - feminino

3. Definição da idade (F2)

- Depois de premir "MODE", vá para a definição da idade (F2).
- A janela "Calorias" apresenta 25 por defeito.
- Intervalo de definição: 1-99 anos.

4. Regulação da altura (F3)

- Premir novamente "MODE" ativa a regulação da altura (F3).
- O valor predefinido é 170 cm (67 polegadas).
- Gama de regulação: 100-220 cm (ou 39-87 polegadas).
- Ajuste o valor utilizando os botões "+" / "-".

5. Teste de gordura corporal (FAT/BMI)

- Prima o botão "MODE" - o visor "Pulse" apresenta F5 e a janela de calorias apresenta "-----".
- Coloque as mãos sobre os sensores de frequência cardíaca - após 8 segundos, aparece o resultado do IMC.

Chave de segurança

A chave inclui um interruptor, um clipe de roupa e um fio de nylon. É utilizada para parar a passadeira em caso de emergência.

- 1. Se a chave for retirada durante o funcionamento, aparece no ecrã "E-07" e a passadeira pára imediatamente.
- 2. Quando a tecla é novamente colocada, o ecrã acende-se durante 2 segundos e, em seguida, a passadeira volta ao estado de origem (modo manual P0, contadores repostos a zero).

Programa do utilizador (U01-U03)

O utilizador pode criar e guardar 3 programas de treino personalizados. Criar um programa:

1. Premir "PROG" para seleccionar o modo U01-U03.
2. Premir "MODE" para iniciar as definições:
 - Duração: 5-99 min
 - Velocidade: 1-20 km/h (seleção rápida possível)
 - Inclinação: 0-15% (também seleção rápida)
3. Depois de definir cada parâmetro, prima "MODE" para passar ao parâmetro seguinte.
4. As definições são guardadas automaticamente quando a configuração estiver concluída.
5. Para arrancar, prima "START".

Na próxima vez que iniciar, basta seleccionar o programa e premir "START".

Medição do ritmo cardíaco

- Quando coloca a mão nos sensores, o valor do seu ritmo cardíaco é visualizado em 5 segundos.
 - Intervalo de visualização: 50-200 batimentos/min.
 - O símbolo do coração pulsa ao ritmo do ritmo cardíaco medido.
- Os dados são indicativos e não substituem as medições médicas.

Gama de valores:

	Definição do valor inicial	Gama	Intervalo de visualização
Tempo (minutos: segundos)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Velocidade (km/h)	NÃO APLICÁVEL	NÃO APLICÁVEL	1-16KM
Declive (%)	NÃO APLICÁVEL	NÃO APLICÁVEL	0
Distância (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Calorias (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Definições de parâmetros

Ao definir um valor (por exemplo, tempo), utilize os botões "+" / "-" para o aumentar ou diminuir. Se atingir o valor máximo (99:00) e premir "+", o sistema regressa automaticamente ao valor mínimo (5:00), criando o chamado ciclo.

Função de poupança de energia (ERP)

- Ativa por defeito.
- Se a passadeira não for utilizada durante 4,5 minutos, entra automaticamente no modo de repouso para poupar energia.
- Para acordar o sistema, prima qualquer botão.
- Como desativar/ativar o modo ERP:
- No modo de espera, mantenha premido o botão "MODE" (modo) durante cerca de 3 segundos.
- A consola apresentará "2222" - a função ERP foi desactivada.
- Repita a ação para a ativar novamente.
- A consola mostrará "1111" - a função ERP foi activada.

Avárias comuns e métodos de resolução de problemas

Código do problema	Causa provável	Reparação
O sistema não está a funcionar	A. A alimentação não está ligada ou não está ligada	Ligar a alimentação ou colocar o interruptor de alimentação na posição "NO"
	B. Os encravamentos de segurança não estão no lugar	Colocar o bloqueio de segurança na posição correta
	C. O controlador ou a consola não estão ligados	Substituir o controlador ou a consola
	D. Mau contacto da 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 sensor fotoelétrico
	C. Sensor fotoelétrico sujo ou primeiro contacto deficiente	Verificar e voltar a ligar/limpar o sensor
	D. Controlador avariado	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. Verificar se o bloqueio de segurança está no lugar;0 2. Reinstalar o mecanismo de bloqueio de segurança;
Nenhum sinal de impulso	A. O cabo do manípulo não está no sítio ou o cabo O cabo do punho não está bom	Verificar e ligar ou substituir o cabo do manípulo
	B. Falha no 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 desdobrar a passadeira

1. Dobrar - Desligue a alimentação eléctrica antes de dobrar.
2. Desdobramento
 - Colocar a passadeira a cerca de 1 m da tomada.
 - O solo deve ser plano e sem obstáculos.
3. Deslocação - Antes de deslocar a passadeira, certifique-se de que e:
 - A corrente está desligada.
 - A ficha foi retirada da tomada.
 - A passadeira foi dobrada.
 - Deslocação passo a passo:
 - Segure a parte de trás da passadeira com uma mão e o guiador do mesmo lado com a outra.
 - Incline-a num ângulo de 40-50° na direção do peito.

Perigo:

Consultar um electricista qualificado ou o pessoal de assistência técnica se não souber se a máquina está bem ligada à terra. Não mudar a ficha fornecida com este produto sem autorização. Se a ficha não for compatível com a tomada, um electricista qualificado deve instalar uma tomada de corrente adequada. Esta deve ser de 220-240 volts e adaptar-se a este tipo de tomada.

Começar a utilizar a passadeira

Ligar a ficha e a fonte de alimentação

Desdobre a passadeira para a sua posição mais baixa e verifique se está a funcionar corretamente. Prenda o cabo de segurança à sua roupa - trata-se de um elemento de segurança importante.

Arranque e funcionamento corretos

Não se ponha de imediato em cima do tapete!

Apoie-se nas calhas laterais com as mãos no guiador. Quando premir "START":

A passadeira arranca após 5 segundos a uma velocidade de 1,0 km/h.

De seguida, utilize o botão "+" para aumentar a velocidade para uns confortáveis 2,5-3,5 km/h.

Segurando no guiador, avance gradualmente para a faixa de rodagem, acompanhando a sua velocidade.

Alterar a velocidade e parar

Acelerar ou desacelerar utilizando "+" e "-".

Também pode selecionar um valor de velocidade específico clicando no botão correspondente. Ao premir "STOP", o motor pára.

Modos e programas automáticos

Ligar a alimentação.

Prima "SELECT" para selecionar um modo.

Prima "START" para iniciar o programa selecionado.

Durante a utilização, pode ajustar a velocidade ou terminar o treino com o botão "STOP".

Medição do pulso (HRC)

Mantenha as mãos sobre os sensores metálicos - o ritmo cardíaco atual (HRC) será apresentado.

Nota: Ao retirar a chave de segurança, a passadeira pára imediatamente e o computador apresenta uma mensagem.

MANUTENÇÃO:

A manutenção adequada é crucial para o funcionamento fiável e seguro da passadeira. Se for negligenciada, pode provocar danos ou reduzir a vida útil da máquina. Todos os componentes devem ser inspeccionados e apertados regularmente. As peças gastas devem ser substituídas imediatamente.

LUBRIFICAÇÃO: A passadeira foi lubrificada na fábrica durante o fabrico. No entanto, após um certo período de utilização, a correia de corrida necessita de uma lubrificação regular com 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. Uma lubrificação adequada é um fator essencial para a vida útil e o desempenho da passadeira. Para verificar se a lubrificação

para verificar se é necessário lubrificar, levante os lados da correia de transmissão e toque na parte central traseira:

- Se conseguir sentir o silicone - não é necessário lubrificar.
- Se a superfície estiver seca - a lubrificação deve ser efectuada.

Instruções de lubrificação:

1. Pare a máquina e dobre a passadeira.
2. Levante o tapete de corrida da parte de trás da estrutura principal.
3. Segurando o frasco o mais próximo possível do centro da correia, pulverize óleo de silicone - de ambos os lados. Faça a passadeira funcionar a 1 km/h para distribuir o óleo uniformemente pela superfície do tapete.

1. Ajuste da correia da passadeira

Na fábrica, a correia de transmissão está corretamente alinhada. No entanto, com a utilização, pode ficar solta, provocando interrupções ou deslizamentos. Se isto acontecer, aperte os parafusos de ajuste - meia volta cada um para a esquerda ou para a direita.

Se a correia estiver demasiado solta, pode escorregar na polia. Por outro lado, uma tensão excessiva pode sobrecarregar o motor e causar danos no motor, na correia, nos rolos ou noutros componentes.

2. Ajuste da deflexão da correia

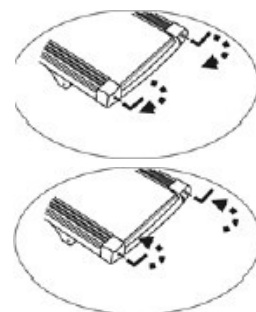
Embora a correia seja ajustada na fábrica, pode deslocar-se com o tempo. As causas mais comuns são:

- Alinhamento instável da passadeira,
- Correr com um desvio para o lado,
- Distribuição desigual da pressão do pé.

Se o desvio não for permanente, o funcionamento da passadeira sem carga durante alguns minutos pode restabelecer o equilíbrio. Se necessário, efetuar um ajuste manual com uma chave allen de 6 mm - rodando o parafuso meia volta.

Exemplo 1: o tapete desloca-se 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 desloca-se 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 regulação, a passadeira deve funcionar a baixa velocidade. Não aperte demasiado os parafusos. Observar o funcionamento da correia após cada regulação. 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. Ajuste da correia de acionamento (motor)

As correias de transmissão 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: Limpe 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 dianteiro
- d) Correia

Avarias típicas 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 alimentação eléctrica não está ligada	Colocar o interruptor de alimentação na posição NÃO
	E. O fusível está queimado	Substituir o fusível
Não se move suavemente	A. Lubrificação insuficiente	Utilização de um lubrificante à base de óleo de metilsilicone
	B. As correias de transmissão estão demasiado apertadas	Ajustar os elásticos de rolamento para os apertar
O tapete de corrida escorregou	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

Problema	Motivo	Manutenção
O sistema não funciona	A. Sem energia	Ligar a ficha à tomada, entrada de corrente
	B. A chave de segurança não está na posição correta	Colocar a chave de segurança na posição correta
	C. O transformador não está inserido corretamente ou O transformador está avariado	Verifique e ligue o transformador corretamente ou substitua o transformador.
	D. Circuito interrompido	Verifique o terminal de entrada e saída do sistema e as linhas de comunicação
Paragem súbita em condições normais	A. Queda da chave de segurança	Instalação correta da chave de segurança
	B. Sistema incorreto	Contactar o serviço de assistência
Os botões não funcionam	A. Alguns dos botões estão danificados	Substituir os botões
	B. Todos os botões estão incorrectos	1. Substituir a placa dos botões, os fios dos botões 2. Substituir a placa-mãe; substituir a consola
E1	Má ligação dos cabos de comunicação	Voltar a ligar o cabo de comunicação e verificar se a porta está ligada ou substituir o cabo de comunicação.
	B. A consola está com defeito	Substituir a consola
	C. O transformador está avariado	Verificar e substituir o transformador
	D. O controlador está avariado	Substituir o controlador
E2	A. O cabo do motor ou o motor está defeituoso	Verificar e substituir o cabo do motor ou o motor
	B. Má ligação entre o cabo do motor e o controlador ou controlador defeituoso	Verificar e ligar corretamente o cabo ou substituir o controlador
E3	A. O sensor de velocidade não está corretamente montado	Verifique e monte-o corretamente
	B. O sensor de velocidade está avariado	Substituir o sensor de velocidade
	C. Má ligação entre o sensor de velocidade e o controlador	Verifique e ligue-o corretamente
	D. O controlador está avariado	Substituir o controlador
E5	A. O controlador está avariado	Substituir o controlador
	B. O motor está avariado	Substituir o motor
E7	Não foi detectado qualquer sinal de chave de segurança na consola	1. Verifique se a chave de segurança está na posição correta; 2. Reinstalar o mecanismo de bloqueio de segurança do mecanismo de bloqueio de segurança para garantir que o orifício está no meio e que o feijão preto salta para o lugar; Substitua a consola
Os dados do ritmo cardíaco não são apresentados	A. O cabo de impulso do punho não está bem montado ou o cabo de impulso do punho está danificado.	Verificar e ligar bem ou substituir o cabo de pulsação do punho
	B. Falha na linha do sistema eletrónico	Substituição da consola
O visor eletrónico está incompleto	A. Os parafusos da placa ejetora soltaram-se	Parafusos de bloqueio e de fixação
	B. Falha do sistema	Substituição da consola



APP Bluetooth para passadeira



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 e aparece um menu de contexto, seleccionar o código Bluetooth que corresponde ao código marcado na consola do equipamento e seleccionar 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 no conteúdo da secção Interactiva, a aplicação detectará o hardware encontrado, selecione o código Bluetooth que é o mesmo que o código marcado na consola do hardware e, em seguida, clique em ADICIONAR NOVO EQUIPAMENTO, aparecendo o hardware adicionado com êxito.



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.

RO

Instrucțiuni de utilizare

1. Conectați cablul de alimentare exclusiv 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 caz de sunete neobișnuite, miros de arsură, probleme cu ecranul sau cu mișcarea curelei, opriți imediat antrenamentul, deconectați sursa de alimentare și contactați service-ul.

Nr.	Denumirea piesei	Cantitate	Nr.	Denumirea piesei	Cantitate
1	Cadru principal	1	51	Șaibă din plastic Φ18×Φ8.5×t2.0	2
2	Șurub Allen cu filet complet M8*20	2	52	Buton Φ35×M8×20	2
3	Șurub cu filet complet M5*10	8	53	Buton în formă de L	2
4	Șurub autofiletant ST4*16	9	54	Suport pentru sticlă	1
5	Șurub Allen cu filet complet M8*75	2	55	Capacul suportului din stânga	1
6	Șaibă plată Φ8	2	56	Capacul suportului din dreapta	1
7	Cilindru Allen cu filet complet M6*45	1	57	Cablu de comunicare	1
8	Șurub autofiletant ST4*10	2	58	Cadru consolă	1
9	Șurub Allen cu filet complet M6×55×Φ16	6	59	Placă de fixare a consolei	1
10	Șurub filetat solid M4*16	2	60	Arc Φ12,5×Φ6,2×0,7	4
11	Șurub cu filet complet M4*10	2	61	Șaibă M6 Φ16×Φ8×4,7	2
12	Șurub autofiletant ST4*15	8	62	Șurub autofiletant ST4*10	2
13	Șaibă plată Φ5	2	63	Șurub autofiletant ST4*16	20
14	Șaibă de blocare externă zimțată Φ5	2	64	Șurub autofiletant ST4*10	16
15	Șaibă elastică Φ5	2	65	Șurub autofiletant ST4*15	4
16	Șaibă plată din plastic Φ12×Φ6×t1.0	6	66	Șurub hexagonal cu filet complet M6*25	2
17	Inel magnetic	1	67	Șurub. cu filet complet	2
18	Rulou frontal	1	68	Piuliță de blocare hexagonală	4
19	Rolă spate	1	69	Consolă	1
20	Motor	1	70	Cablu de comunicație	1
21	Curea de rulare	1	71	Panou consolă	1
22	Panou de rulare	1	72	Capacul consolei spate	1
23	Curea motor 174(442)PJ6	1	73	Priză cheie de siguranță	1
24	Șurub cu filet complet M4*8	2	74	Cheie de siguranță	1
25	Capac motor	1	75	Coș superior	1
26	Capac spate	1	76	Coș inferior	1
27	Șină laterală	2	77	Capac decorativ pentru consola din față	1
28	Pernă pătrată	6	78	Capac decorativ pentru consola din spate	1
29	Roți	2	79	Cablu impuls mâner	2
30	Bloc de ghidare cu margine rotundă	6	80	Mâner set impuls start/stop	1
31	Picior	4	81	Set impulsuri mâner viteză	1
32	Clemă pentru cablu	2	82	Cablu buton tactil	1
33	Cablu de comunicare	1	83	Cadru suport rabatabil	2
34	Cablu de alimentare	1	84	Arc elicoidal cilindric	2
35	Cablu de alimentare	1	86	Șurub cu cap pătrat cu filet complet	2
36	Cablu de alimentare	1	88	Tampon EVA	2
37	Cablu de alimentare	1	89	Abțibild acrilic pentru consolă	1
38	Senzor de viteză	1	90	Șurub cu filet complet	2
39	Comutator	1	91	Arc Φ8×Φ4,2×0,4	4
40	Înterupător cu revenire automată	1	92	Arc Φ40×Φ20,4×t2.0	2
41	Clemă pentru cablu de alimentare	1	93	Distanțiere t4.0×Φ40	2
42	Suport metalic pentru senzorul de viteză	1	96	Cablu de alimentare	1
43	Suport stânga	1	97	Suduri suport spate	1
44	Suport dreapta	1	98	Șurub hexagonal cu cap plat mare cu serrare completă M8×20	2
45	Șurub Allen cu filet complet M8*20	4	99	Șaibă plată Φ8	2
46	Șurub autofiletant ST4*10	4	100	Piuliță de blocare hexagonală M8	2
47	Șaibă plată Φ8	2	101	Clemă cu arc	1
48	Piuliță hexagonală de blocare M8	2			
49	Șaibă plată Φ32×Φ8.5×t2.0	2			
50	Șaibă din plastic Φ24×Φ16×t2.0	2			

Avertismente și interdicții:**⚠ Nu utilizați o bandă de alergare:**

- dacă sunteți sub tratament și nu aveți aprobarea medicului dumneavoastră,
- dacă aveți probleme cardiace, probleme cu spatele, probleme articulare, osteoporoză sau boli cronice grave,
- dacă sunteți însărcinată, aveți menstruație sau nu vă simțiți bine,
- dacă ați consumat alcool sau sunteți sub influența unor medicamente care afectează concentrarea,
- dacă cablul de alimentare este deteriorat sau dacă priza este slăbită.

⚠ Este interzis să:

- să dezasmblați, 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,
- săriți sau pășiți de pe bandă în timp ce aparatul este în funcțiune,
- utilizarea benzii de alergare de către copii și persoane inconștiente sau cu deficiențe motorii.



- Consolă
- Balustradă
- Buton
- Profil
- Șină laterală
- Curea de rulare
- Capac spate
- Cadru principal
- Buton în formă de L
- Capacul motorului
- Stâlp stand L
- Suport pentru sticle
- Cadru consolă

Informații tehnice:

Dimensiuni	Plecat: 1520*780*265 mm
	Desfășurat: 1520*780*1280
Suprafața de rulare	1220*440 mm
Viteză	1.0-16.0 km/h

Vă rugăm să rețineți: ne rezervăm dreptul de a modifica produsul fără notificare prealabilă.

**Lista de ambalare:**

- Mașină
- Suport pentru sticlă
- Sticlă din silicon
- Cheie de siguranță
- Instrucțiuni de utilizare
- Set de echipamente

Lista de feronerie:

- Cheie 14x17x75 - x1
- Cheie în T 6 mm - x1
- Șurub ascuțit cu filet complet M4x16 - x2

**Piese principale:**

- Capacul motorului
- Consolă
- Motor
- Cureaua motorului
- Curea de rulare
- Placă de rulare
- Șină laterală
- Cilindru spate
- Rolă față
- Capac spate

**1. INSTRUCȚIUNI DE ASAMBLARE:**

- Scoateți mașina din cutie și așezați-o pe o podea plană (a se vedea fotografia de mai sus), îndepărtați toate pungile și banda care învelesc mașina.
- Slăbiți cele două butoane în formă de L de pe partea inferioară, apoi ridicați stâlpii verticali.
- Ridicați profilul vertical până la poziția superioară, apoi blocați butonul.
- Slăbiți butoanele de pe ambele părți, reglați cadrul consolei la poziția corectă, apoi blocați butoanele.
- Reglați consola în poziția corectă, montați suportul pentru sticle pe profilul din stânga folosind un șurub cu filet solid M4 * 16. După dubla verificare a faptului că toate butoanele sunt bine blocate, asamblarea este completă.

2. INSTRUCȚIUNI DE ASAMBLARE:

- Montați calea de rulare în conformitate cu procedura de asamblare, așezați consola în poziție plană, țineți cadrul consolei cu o mână și apoi slăbiți butoanele cu cealaltă mână pentru a plia cadrul consolei. Țineți profilul cu o mână, apoi slăbiți butonul în formă de L cu cealaltă mână pentru a plia stâlpul suportului și, în final, blocați butonul în formă de L. Banda de alergare este pliată și poate fi mutată și/sau depozitată.
 - Rotiți suporturile rabatabile în conformitate cu direcția prezentată în ilustrațiile de mai jos.
 - Ridicați banda de alergare.
- Notă: Banda de alergare trebuie să stea aproape de perete, departe de copii, în caz de rănire neașteptată.
- Ridicarea benzii de rulare pe cont propriu

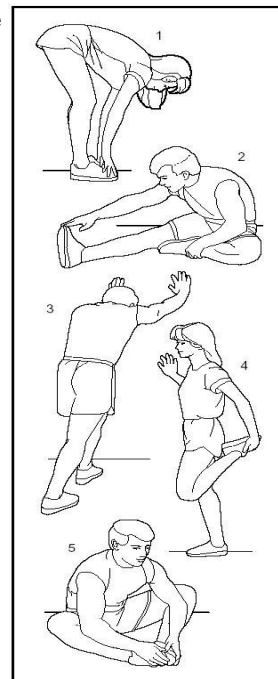
După asamblarea conform primilor trei pași, trageți zăvorul stâng din partea de jos a mașinii, tubul de susținere în jos, până când zăvorul este în poziție cu un sunet "snap", rezultând o poziție verticală fără rezistență.

Notă: Țineți departe de copii, în caz de rănire neașteptată.

SFATURI ȘI SFATURI PENTRU EXERCITII:

- Încălzire Încălziți-vă timp de 5-10 minute înainte de fiecare sesiune de exerciții.
- Respirația Când faceți exerciții fizice, nu vă țineți respirația. Inspirați pe nas și expirați pe gură, sincronizându-vă respirația cu mișcarea.
- Frecvență Fiecare mușchi trebuie antrenat după 48 de ore de odihnă, adică la două zile.
- Sarcina Adaptați intensitatea antrenamentului la condiția dumneavoastră fizică. Durerea musculară de la începutul exercițiului este normală, dar poate fi minimizată prin continuarea activității regulate.
- Relaxare Luați-vă 5 minute pentru a vă relaxa după exerciții pentru a facilita recuperarea și a menține flexibilitatea musculară.
- Dieta Pentru a vă proteja sistemul digestiv, nu începeți exercițiile imediat după masă. După antrenament, așteptați cel puțin 30 de minute înainte de a mânca. Evitați să beți cantități mari de apă în timpul exercițiilor pentru a nu pune la încercare inima și rinichii.
- Întinderea Indiferent de ritmul de alergare, începeți prin a vă întinde. Mușchii încălziți se întind mai ușor, așa că mai întâi faceți 5-10 minute de mers, apoi opriți-vă și întindeți fiecare picior de cinci ori timp de cel puțin 10 secunde fiecare. Repetați întinderile și după antrenament.

1. Aplecare înainte Stați drept și aplecați-vă, încercând să vă atingeți degetele de la picioare cu mâinile. Mențineți poziția timp de 10-15 secunde, apoi relaxați-vă. Repetați de 3 ori. (A se vedea figura 1)
2. Întinderea tendonului genunchiului Așezați-vă pe o pernă curată și întindeți un picior. Îndoiti celălalt picior astfel încât piciorul să atingă partea interioară a coapsei piciorului întins. Aplecați-vă înainte și încercați să vă atingeți degetele de la picioare cu mâna. Țineți timp de 10-15 secunde, apoi relaxați-vă. Repetați de 3 ori pentru fiecare picior (a se vedea figura 2).
3. Întinderea gambei și a călcâiului Sprijiniți palmele de un perete sau de un copac și întindeți un picior în spate. Țineți piciorul din spate drept și călcâiul lipit de sol. Înclinați-vă ușor spre un perete. Țineți timp de 10-15 secunde și apoi relaxați-vă. Repetați de 3 ori pentru fiecare picior (a se vedea figura 3).
4. Întindere mușchi cvadriceps coapsă Sprijiniți-vă de un perete sau de o masă cu mâna stângă pentru stabilitate. Prindeți glezna dreaptă cu mâna dreaptă și trageți ușor piciorul spre fese până când simțiți tensiune în partea din față a coapsei. Țineți timp de 10-15 secunde și apoi relaxați-vă. Repetați de 3 ori pentru fiecare picior (a se vedea figura 4).
5. Întinderea aductorilor (interiorul coapselor) Așezați-vă cu tălpile picioarelor apropiate, cu genunchii orientați spre exterior. Prindeți-vă picioarele cu ambele mâini și trageți-le ușor spre inghinali. Mențineți poziția timp de 10-15 secunde, apoi relaxați-vă. Repetați de 3 ori. (A se vedea figura 5)



Descrierea funcțiilor consolei

1. Programe de antrenament

- P0 este utilizat pentru a seta un program de antrenament individual. P1-P36 sunt programe automate de antrenament încorporate.
- Există, de asemenea, trei programe de utilizator (USER) și un calculator BMI.
- 2. Afișaj - Consola are un ecran LED și patru butoane de control.
- 3. Fereastra de măsurare - Sunt afișate valorile vitezei și distanței, cu opțiunea de a comuta între kilometri și mile.
- 4. Intervalul de viteză - De la 1,0 la 16,0 km/h.
- 5. Protecții
 - Suprasarcină
 - Supracurent
 - Protecție împotriva exploziilor
 - Împotriva supravitezei
 - Anti-interferențe (EMC)
 - Alte funcții pentru a proteja utilizatorul și dispozitivul
- 6. Autotestare sistem - Detectarea automată a defecțiunilor și mesajele acestora pe ecran.
- 7. Trei funcții personalizate - Setări personalizabile.
- 8. Funcție ERP (Energy-Related Products).
- 9. Amortizarea soneriei - Opțiune de dezactivare a sunetelor de notificare.

Instrucțiuni de punere în funcțiune și proceduri de siguranță

- Conectați cablul de alimentare la o priză de 10 A cu împământare de protecție.
- Porniți comutatorul de alimentare - ecranul consolei va porni și va fi afișat complet.
- Așezați cheia de securitate în locația corespunzătoare de pe consolă și fixați clema de îmbrăcăminte la înălțimea pieptului.
- Un sistem electronic monitorizează constant siguranța. Dacă este detectată o anomalie, banda de alergare se va opri de urgență și pe ecran vor apărea un mesaj de eroare și un semnal sonor.
- Pentru a șterge mesajul de eroare, scoateți cheia de siguranță sau întrerupeți alimentarea.

Descrierea afișajului și a butoanelor

1. Afișaj LED

Fereastra "DISTANȚĂ / TIMP" - afișează distanța parcursă și timpul de antrenament. Fereastra "CALORII / PULS" - afișează valoarea calorilor arse și ritmul cardiac. Fereastra "SPEED" - afișează viteza curentă.

2. Unități de comutare: kilometri↔ mile

Conversia în mile: Scoateți cheia de siguranță. Țineți apăsat simultan tastele "PROGRAM" și "MODE" până când afișajul indică 0,6 - aceasta indică conversia la mile.

Conversia la kilometri: Din nou, fără cheia de siguranță, apăsați ambele butoane ("PROGRAM" și "MODE") până când afișajul indică 1,0 - aceasta indică revenirea la kilometri.

3. Butoane de control

- "P" - PROGRAM: În modul de așteptare, apăsați butonul pentru a selecta din 36 de programe (P1-P36) sau modul manual (P0). Viteză implicită: 1,0 km/h; maximă: 16 km/h.
- "M" - MOD: Vă permite să selectați modulele de numărătoare inversă: timp, distanță sau calorii. Utilizați butoanele "SPEED+" și "SPEED-" pentru a seta valoarea, apoi începeți antrenamentul cu butonul START.
- "START / PAUSE" (PORNIRE / PAUZĂ): Pornește banda de alergare la o viteză de 1,0 km/h. Apăsarea din nou o oprește temporar și apăsarea din nou reia antrenamentul cu setările anterioare.
- "STOP" (OPRIRE): Oprește imediat banda de alergare și șterge datele.
- "SPEED+" și "SPEED-": Modificați viteza în trepte de 0,1. Menținerea butonului timp de >2 secunde determină accelerarea/decelerarea automată.

4. Tastă de siguranță

Constă dintr-un magnet, o clemă și un cablu.

- Când cheia este scoasă - banda de alergare se oprește imediat, iar afișajul indică eroarea "E-07" și emite un semnal sonor.
- Când cheia este reintrodusă, afișajul se activează timp de 2 secunde și apoi trece în modul de așteptare.

5. Programe și pornire

A. Tipuri de programe

- P0 - Mod manual: orice setare de timp, distanță sau calorii.
- P01-P36 - Programe automate
- U01-U03 - Programe personalizate (USER)

B. Pornirea benzii de alergare

- C. Introduceți cheia de siguranță în fantă - consola va afișa timp de 2 secunde și apoi va intra în modul manual.

D. Apăsăți START - numărătoare inversă 5-4-3-2-1 cu sunet și banda de alergare va porni la 1,0 km/h.

E. Pentru a opri aparatul în timpul unui antrenament, apăsați STOP - datele vor fi resetate.

Modul manual

1. Cum să porniți modul manual
 - a. Porniți întrerupătorul - aparatul intră automat în modul manual.
 - b. Când este oprit, apăsați PROGRAM pentru a intra manual în modul manual.

2. Setări disponibile în modul manual

- Există trei funcții pentru
 - Numărătoare inversă,
 - Numărătoarea inversă a distanței,
 - Numărătoare inversă a caloriilor.
- Odată ajuns în modul manual, apăsați butonul MODE pentru a selecta unul dintre modulele de numărătoare inversă.
- Odată ce ați setat valoarea dorită, apăsați START pentru a începe antrenamentul.
- Viteza de pornire implicită este de 1,0 km/h, setată de utilizator.
- Se poate activa un singur mod de numărătoare inversă la un moment dat. Parametrul setat va fi numărat descrescător, celelalte vor fi numărate pozitiv.

3. Funcționarea în modul manual

A. Modul de bază (fără numărătoare inversă)

- Afișajul timpului arată 0:00.
- Timpul, distanța și caloriile sunt numărate automat.
- Apăsarea STOP oprește treptat banda de alergare și restabilește setările implicite.

B. Modul numărătoare inversă

- Implicit: 30:00 minute, interval de setare: 5:00-99:00 (pas în pas de 1 minut).
- Utilizați butoanele + / - pentru a regla valorile.

C. Modul numărătoare inversă distanță

- Implicit: 1,0 km, interval: 1,0-99,0 km (pas cu pas de 1 km).
- Reglați utilizând butoanele + / -.

D. Modul de numărătoare inversă a caloriilor

- Valoarea implicită: 50 kcal, interval: 20-990 kcal (pas în trepte de 10 kcal).
- Reglați valoarea cu ajutorul butoanelor + / -.

E. Funcționare în timpul unei alergări

A. Când se apasă START, are loc o numărătoare inversă de 5 secunde, după care motorul pornește la 1 km/h.

B. Utilizați butoanele + / - sau QUICK SPEED pentru a schimba viteza.

C-E. Când modul selectat (calorii, distanță sau timp) ajunge la zero, banda de alergare va încetini treptat și se va opri. Aparatul va reveni la modul manual.

Programe automate (P1-P36)

1. Selectarea și setarea programelor

- Programele P1-P36 sunt programe de antrenament cu sistem încorporat concepute numai pentru modul numărătoare inversă.
- În modul de configurare, fereastra de timp va începe să clipească - acest lucru indică faptul că este configurabilă.
- Utilizați butoanele "+" / "-" pentru a regla timpul de antrenament. Intervalul: 5:00 - 99:00 minute (pas în pas de 1 minut). Valoarea implicită: 30:00 minute.
- Apăsarea butonului "MODE" restabilește valoarea implicită.

2. Începeți antrenamentul

- După ce ați selectat programul, apăsați "START" - va începe o numărătoare inversă de 5 secunde, însoțită de 5 semnale sonore.
- Banda de alergare va accelera ușor până la viteza specificată în programul selectat și va menține ritmul în conformitate cu setările sale (inclusiv orice înclinare).

3. Modificarea vitezei în timpul programului

- Puteți utiliza în orice moment butoanele "+", "-" sau "QUICK SPEED" pentru a regla manual viteza benzii de alergare în timpul alergării.

4. Încheierea programului

- Apăsarea butonului "STOP" în timp ce motorul este în funcțiune determină decelerarea treptată a aparatului până la oprirea completă.
- Acest lucru este însoțit de un semnal sonor lung și toate setările sunt resetate la modul implicit de așteptare.

Programul de testare a grăsimilor (FAT)

Indicele de masă corporală (IMC) este un indicator simplificat al relației dintre înălțime și greutate, care - în combinație cu alți parametri de sănătate - poate ajuta la evaluarea greutateii corporale.

• Valori de referință FAT:

- < 18 - siluetă prea subțire
- 18-24 - siluetă ideală
- 25-28 - supraponderal
- > 29 - obezitate

Indicele FAT este orientativ și nu trebuie considerat un diagnostic medical.

Instrucțiuni pentru efectuarea testului FAT

1. Începerea testului

- Cu banda de alergare oprită, apăsați butonul "PROG" pentru a intra în programul de testare a grăsimii corporale etichetat "FAT"
- Apăsați "MODE" pentru a selecta numărul elementului și apoi setați parametrii utilizând butoanele "+" / "-".

2. Setarea sexului (F1)

- F1 va apărea pe ecranul "Puls" și valoarea implicită 01 (bărbat) va apărea în fereastra "Calorii".
- Utilizați "+" / "-" pentru a selecta:
 - 01 - bărbat
 - 02 - femeie

3. Setarea vârstei (F2)

- După ce apăsați "MODE", accesați setarea vârstei (F2).
- Fereastra "Calorii" va afișa 25 în mod implicit.
- Intervalul de setare: 1-99 ani.

4. Setarea înălțimii (F3)

- O altă apăsare a butonului "MODE" activează setarea înălțimii (F3).
- Valoarea implicită este 170 cm (67 inch).
- Interval de setare: 100-220 cm (sau 39-87 inch).
- Reglați valoarea utilizând butoanele "+" / "-".

5. Testul de grăsime corporală (FAT/BMI)

- Apăsați butonul "MODE" - afișajul "Pulse" va afișa F5 și fereastra de calorii va afișa "-----".
- Puneți-vă mâinile pe senzorii de ritm cardiac - după 8 secunde va apărea rezultatul IMC.

Cheie de siguranță

Cheia include un comutator, o clemă pentru îmbrăcăminte și un cablu de nailon. Aceasta este utilizată pentru a opri banda de alergare în caz de urgență.

- 1. Dacă cheia este îndepărtată în timpul funcționării, ecranul va afișa "E-07" și banda de alergare se va opri imediat.
- 2. când tasta este plasată din nou, ecranul se va aprinde timp de 2 secunde și apoi banda de alergare va reveni la starea implicită (modul manual P0, contoare resetate la zero).

Programul utilizatorului (U01-U03)

Utilizatorul poate crea și salva 3 programe de antrenament personalizate. Crearea unui program:

1. Apăsați "PROG" pentru a selecta modul U01-U03.
2. Apăsați "MODE" pentru a începe setările:
 - Durată: 5-99 min
 - Viteză: 1-20 km/h (este posibilă selectarea rapidă)
 - Panta: 0-15% (de asemenea, selecție rapidă)
3. După setarea fiecărui parametru, apăsați "MODE" pentru a trece la următorul.
4. Setările sunt salvate automat atunci când configurarea este finalizată.
5. Pentru a porni, apăsați "START".

Data viitoare când porniți, selectați pur și simplu programul și apăsați "START". Măsurarea ritmului cardiac

- Când aplicați mâna pe senzori, valoarea ritmului cardiac va fi afișată în termen de 5 secunde.
 - Intervalul de afișare: 50-200 bătăi/min.
 - Simbolul inimii pulsează în ritm cu frecvența cardiacă măsurată.
- Datele sunt orientative și nu înlocuiesc măsurătorile medicale.

Intervalul de valori:

	Setarea valorii inițiale	Interval	Interval de afișare
Timp (minute: secunde)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Viteza (km/h)	NU SE APLICĂ	NU SE APLICĂ	1-16KM
Panta (%)	NU SE APLICĂ	NU SE APLICĂ	0
Distanța (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Calorii (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Setări ale parametrilor

Când setați o valoare (de exemplu, timpul), utilizați butoanele "+" / "-" pentru a o crește sau a o micșora. Dacă ajungeți la valoarea maximă (99:00) și apăsați "+", sistemul revine automat la valoarea minimă (5:00), creând un așa-numit ciclu.

Funcția de economisire a energiei (ERP)

- Activată în mod implicit.
- Când banda de alergare nu a fost utilizată timp de 4,5 minute, aceasta intră automat în modul de așteptare pentru a economisi energie.
- Pentru a trezi sistemul, apăsați orice buton.
- Cum să dezactivați/activați modul ERP:
- În standby, țineți apăsat butonul "MODE" timp de aproximativ 3 secunde.
- Consola va afișa "2222" - funcția ERP a fost dezactivată.
- Repetați acțiunea pentru a o activa din nou.
- Consola va afișa "1111" - funcția ERP a fost activată.

Defecțiuni frecvente și metode de depanare

Codul problemei	Cauza probabilă	Reparare
Sistemul nu funcționează	A. Alimentarea nu este conectată sau nu este pornită	Conectați alimentarea sau poziționați comutatorul de alimentare în poziția "NO"
	B. Blocajele de siguranță nu sunt în poziție	Setați interblocarea de siguranță în poziția corectă
	C. Controlerul sau consola nu sunt pornite	Înlocuiți controlerul sau consola
	D. Contact slab între linii	Verificați intrările și ieșirile sistemului și liniile de comunicații
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
Eșecul cheii	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 senzorul fotoelectric
	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 siguranță	1. Verificați dacă mecanismul de blocare de siguranță este în poziție;0 2. Reinstalați mecanismul de interblocare de siguranță;
Nu există semnal de impuls	A. Cablul mânerului nu este în poziție sau cablul cablului 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	Înlocuiți consola

Plecarea și desfășurarea benzii de alergare

1. Pliere - Deconectați sursa de alimentare înainte de pliere.
2. Depliere
 - Așezați banda de alergare la aproximativ 1 m de priză.
 - Terenul trebuie să fie plat și lipsit de obstacole.
3. Mutare - Înainte de a muta banda de alergare, asigurați-vă că e:
 - Alimentarea este oprită.
 - Ștecherul a fost scos din priză.
 - Banda de alergare a fost pliată.
 - Deplasarea pas cu pas:
 - Prindeți partea din spate a benzii de alergare cu o mână și ghidonul de pe aceeași parte cu cealaltă.
 - Înclinați-o la un unghi de 40-50° spre piept.

Pericol:

Consultați un electrician calificat sau personalul de service dacă nu știți dacă mașina este corect legată la pământ. Nu schimbați ștecherul furnizat cu acest produs fără autorizație. Dacă ștecherul nu este compatibil cu priza, un electrician calificat trebuie să
să instaleze o priză adecvată. Aceasta trebuie să fie de 220-240 volți și să se potrivească acestui tip de priză.

Pornirea cu banda de alergare

Conectați și porniți sursa de alimentare
Deplasați banda de alergare în poziția cea mai joasă și verificați dacă funcționează corect. Prindeți cordonul de siguranță de haine - aceasta este o caracteristică importantă de siguranță.

Pornirea și rularea corectă

Nu stați imediat pe bandă!

"START" (POșin Rele lateralNIRE):e cu mâinile pe ghidon. Când apăsați

Banda de alergare va porni după 5 secunde la o viteză de 1,0 km/h.

Utilizați apoi butonul "+" pentru a crește la o viteză confortabilă de 2,5-3,5 km/h. Ținând ghidonul, pășiți treptat în bandă, potrivindu-i viteza.

Modificarea vitezei și oprirea

Accelerați sau decelerați utilizând "+" și "-".

De asemenea, puteți selecta o anumită valoare a vitezei făcând clic pe butonul corespunzător. Apăsarea butonului "STOP" va opri motorul.

Moduri și programe automate

Porniți alimentarea.

Apăsați "SELECT" pentru a selecta un mod.

Apăsați "START" pentru a porni programul selectat.

În timpul utilizării, puteți regla viteza sau puteți încheia antrenamentul cu butonul "STOP".

Măsurarea pulsului (HRC)

Țineți-vă mâinile pe senzorii metalici - se va afișa ritmul cardiac curent (HRC).

Notă: Îndepărtarea cheii de siguranță oprește imediat banda de alergare, iar computerul va afișa un mesaj.

ÎNȚREȚINERE:

Întreținerea corespunzătoare este esențială pentru funcționarea fiabilă și sigură a benzii de alergare. Dacă este neglijată, aceasta 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 fabricației. Cu toate acestea, după o anumită perioadă de utilizare, cureaua de rulare necesită lubrifiere regulată cu ulei special de silikon.

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 este necesară, ridicați părțile laterale ale benzii de rulare și atingeți partea din spate, centrală:

- Dacă puteți simți siliconul - lubrifierea nu este necesară.
- Dacă suprafața este uscată - trebuie efectuată lubrifierea.

Instrucțiuni de lubrifiere:

1. Opriti mașina și pliați banda de alergare.
2. Ridicați banda de rulare de pe partea din spate a cadrului principal.
3. Ținând sticla cât mai aproape de centrul curelei, pulverizați ulei de silikon - pe ambele părți. Rulați banda de alergare la 1 km/h pentru a distribui uniform uleiul pe suprafața benzii de alergare.

1. Reglarea curelei benzii de rulare

În fabrică, cureaua de rulare este corect aliniată. Cu toate acestea, ca urmare a utilizării, aceasta se poate slăbi, ducând la întreruperi sau alunecări. Dacă se întâmplă acest lucru, 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. Pe de altă parte, o tensiune prea mare poate suprasolicita motorul și provoca deteriorarea motorului, curelei, roților sau a altor componente.

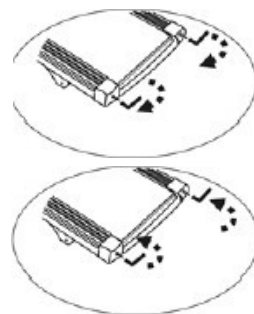
2. Reglarea deviației curelei

Deși cureaua este setată în fabrică, aceasta se poate deplasa după un anumit timp. Cele mai frecvente cauze sunt:

- Alinierea instabilă a benzii de alergare,
- Alergarea cu o deplasare laterală,
- Distribuția inegală a presiunii piciorului.

Dacă abaterea nu este permanentă, rularea benzii de alergare fără sarcină timp de câteva minute poate restabili echilibrul. Dacă este necesar, efectuați o ajustare manuală folosind o cheie Allen de 6 mm - prin rotirea șurubului cu o jumătate de tură.

Exemplul 1: banda se deplasează 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 sensul invers acelor de ceasornic)



CHEIE DE REGLARE:

În sensul acelor de ceasornic= strângere în sens invers
 acelor de ceasornic= slăbire Curea 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 curei după fiecare reglare.
 Deviațiile centurii nu sunt acoperite de garanție și sunt responsabilitatea utilizatorului.
 Defecțiunile neverificate și necorectate pot duce la deteriorări grave.



3. Reglarea curei de transmisie (motor)

Curelele de transmisie sunt presetate din 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 funcționarea fără probleme a sistemului de transmisie.

- a) Șurub de reglare
- b) Motor
- c) Cilindru frontal
- d) Curea

Defecțiuni tipice și metode de reparare:

Problema	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 conectată	Puneți întrerupătorul de alimentare în poziția NO
	E. Siguranța a sărit	Înlocuiți siguranța
Nu se mișcă lin	A. Lubrifiere insuficientă	Utilizați un lubrifiant pe bază de ulei de metilsilicone
	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 curei de transmisie

Problema	Motivul	Întreținere
Sistemul nu funcționează	A. Nu există curent	Conectați fișa la priză, introduceți sursa de alimentare
	B. Cheia de siguranță nu este în poziția corectă	Puneți cheia de siguranță în poziția corectă
	C. Transformatorul nu este introdus corect sau Transformatorul este defect	Verificați și conectați transformatorul corect sau înlocuiți transformatorul.
	D. circuit întrerupt	Verificați terminalul de intrare și ieșire al sistemului și liniile de comunicație
Oprire bruscă în condiții normale	A. Căderea cheii de siguranță	Instalarea corectă a cheii de siguranță
	B. Sistem incorect	Contactați service-ul
Butoanele nu funcționează	A. Unele dintre butoane sunt deteriorate	Înlocuiți butoanele
	B. Toate butoanele sunt incorecte	1. Înlocuiți placa cu butoane, cablurile butoanelor 2. Înlocuiți placa de bază; înlocuiți consola
E1	Conexiune necorespunzătoare a cablurilor de comunicare	Reconectați cablul de comunicare și verificați dacă portul este conectat sau înlocuiți cablul de comunicare.
	B. Consola este defectă	Înlocuiți consola
	C. Transformatorul este defect	Verificați și înlocuiți transformatorul
	D. Controlerul este defect	Înlocuiți controlerul
E2	A. Cablul motorului sau motorul este defect	Verificați și înlocuiți cablul motorului sau motorul
	B. Conexiune slabă între cablul motorului și controler sau controler defect	Verificați și conectați corect cablul sau înlocuiți controlerul
E3	A. Senzorul de viteză nu este montat corect	Verificați și montați-l corect
	B. Senzorul de viteză este defect	Înlocuiți senzorul de viteză
	C. Conexiune defectuoasă între senzorul de viteză și controler	Verificați și conectați-o corect
	D. Controlerul este defect	Înlocuiți controlerul
E5	A. Controlerul este defect	Înlocuiți controlerul
	B. Motorul este defect	Înlocuiți motorul
E7	Nu este detectat niciun semnal de cheie de securitate pe consola	1. Verificați dacă cheia de securitate este în poziția corectă; 2. Reinstalați mecanismul de blocare de siguranță mecanismul de blocare de siguranță pentru a vă asigura că gaura este în mijloc și fasolea neagră sare în poziție; Înlocuiți consola
Datele privind ritmul cardiac nu sunt afișate	A. Cablul pulsului mânerului nu este bine asamblat sau cablul pulsului mânerului este deteriorat.	Verificați și conectați bine sau înlocuiți cablul pulsului mânerului
	B. Eroare de linie a sistemului electronic	Înlocuirea consolei
Afișajul electronic este incomplet	A. Șuruburile plăcii de eiecție s-au desfăcut	Șuruburi de blocare și fixare
	B. Eșecul sistemului	Înlocuirea consolei



Aplicație Bluetooth pentru banda de alergare



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: În secțiunea 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 asociere.

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 conținutul din secțiunea Interactive, aplicația va detecta hardware-ul găsit, selectați codul Bluetooth care este același cu codul marcat pe consola hardware, apoi faceți clic pe ADD NEW EQUIPMENT, hardware-ul adăugat cu succes va apărea.



DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Ďakujeme vám za zakúpenie tohto výrobku! S jeho pomocou sa ľahko postaráte o svoju lepšiu kondíciu, zdravie a pohodu.

SK**Návod na použitie**

1. Napájací kábel zapájajte výlučne 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 bočné schodíky 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 × 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 servis.

Č.	Názov dielu	Množstvo	Č.	Názov dielu	Množstvo
1	Hlavný rám	1	51	Plastová podložka Φ18×Φ8,5×t2,0	2
2	Imbusová skrutka s plným závitom M8*20	2	52	Kľučka Φ35×M8×20	2
3	Skrutka s plným závitom M5*10	8	53	Kľučka v tvare písmena L	2
4	Samorezná skrutka ST4*16	9	54	Držiak fľaše	1
5	Imbusová skrutka s plným závitom M8*75	2	55	Kryt ľavej konzoly	1
6	Plochá podložka Φ8	2	56	Kryt pravej konzoly	1
7	Allenový valec s plným závitom M6*45	1	57	Komunikačný kábel	1
8	Samorezná skrutka ST4*10	2	58	Rám konzoly	1
9	Imbusová skrutka s plným závitom M6×55×Φ16	6	59	Upevňovacia doska konzoly	1
10	Pevná závitová skrutka M4*16	2	60	Pružina Φ12,5×Φ6,2×0,7	4
11	Skrutka s plným závitom M4*10	2	61	Podložka M6 Φ16×Φ8×4,7	2
12	Samorezná skrutka ST4*15	8	62	Samorezná skrutka ST4*10	2
13	Plochá podložka Φ5	2	63	Samorezná skrutka ST4*16	20
14	Vonkajšia vrúbkovaná poistná podložka Φ5	2	64	Samorezná skrutka ST4*10	16
15	Pružná podložka Φ5	2	65	Samorezná skrutka ST4*15	4
16	Plochá plastová podložka Φ12×Φ6×t1,0	6	66	Šesťhranná skrutka s plným závitom M6*25	2
17	Magnetický krúžok	1	67	Skrutka s plným závitom	2
18	Predný valec	1	68	Šesťhranná poistná matica	4
19	Zadný valček	1	69	Konzola	1
20	Motor	1	70	Komunikačný kábel	1
21	Bežecký pás	1	71	Panel konzoly	1
22	Podjazdová doska	1	72	Veko zadnej konzoly	1
23	Pás motora 174(442)PJ6	1	73	Zásuvka bezpečnostného kľúča	1
24	Skrutka so zápusťou hlavou a plným závitom M4*8	2	74	Bezpečnostný kľúč	1
25	Kryt motora	1	75	Horný kôš	1
26	Zadný kryt	1	76	Dolný kôš	1
27	Bočná lišta	2	77	Dekoratívny kryt prednej konzoly	1
28	Štvorcový vankúš	6	78	Zadné dekoratívne veko konzoly	1
29	Kolesá	2	79	Impulzný kábel rukoväte	2
30	Vodiaci blok s oblým okrajom	6	80	Impulzné nastavenie rukoväte štart/stop	1
31	Noha	4	81	Pulzná súprava rukoväte rýchlosti	1
32	Svorka kábla	2	82	Kábel dotykového tlačidla	1
33	Komunikačný kábel	1	83	Sklopný nosný rám	2
34	Napájací kábel	1	84	Valcová vinutá pružina	2
35	Napájací kábel	1	86	Skrutka s nástrčnou hlavou s plným závitom	2
36	Napájací kábel	1	88	Podložka EVA	2
37	Napájací kábel	1	89	Akrylová nálepka pre konzolu	1
38	Snímač rýchlosti	1	90	Celozávitová skrutka	2
39	Prepínač	1	91	Pružina Φ8×Φ4,2×0,4	4
40	Samonastavovací spínač	1	92	Pružina Φ40×Φ20,4×t2,0	2
41	Svorka napájacieho kábla	1	93	Rozpierka t4,0×Φ40	2
42	Kovová konzola pre snímač rýchlosti	1	96	Prívodný kábel	1
43	Ľavý držiak	1	97	Zváry zadnej konzoly	1
44	Pravá konzola	1	98	Šesťhranná skrutka s veľkou plochou hlavou s plným ozubením M8×20	2
45	Skrutka s imbusom s plným závitom M8*20	4	99	Plochá podložka Φ8	2
46	Samorezná skrutka ST4*10	4	100	Šesťhranná poistná matica M8	2
47	Plochá podložka Φ8	2	101	Pružinová svorka	1
48	Šesťhranná poistná matica M8	2			
49	Plochá podložka Φ32×Φ8,5×t2,0	2			
50	Plastová podložka Φ24×Φ16×t2,0	2			

Upozornenia a zákazy:

⚠ Nepoužívajte bežecký pás:

- ak sa liečite a nemáte súhlas lekára,
- ak máte problémy so srdcom, chrbticou, kĺbmi, osteoporózou alebo závažné chronické ochorenia,
- ak ste tehotná, menštruujete alebo sa necítite dobre,
- ak ste požíli alkohol alebo ste pod vplyvom liekov, ktoré zhoršujú koncentráciu,
- ak je napájací kábel poškodený alebo je uvoľnená zásuvka.

⚠ Je zakázané:

- rozoberať, upravovať alebo opravovať bežecký pás svojpomocne,
- používať spotrebič vonku alebo vo vlhkých priestoroch (napr. v kúpeľni),
- zapínať alebo vypínať bežecký pás mokrymi rukami,
- skákať alebo šliapať z pásu počas chodu stroja,
- používanie bežeckého pásu deťmi a osobami v bezvedomí alebo s motorickými poruchami.



- Konzola
- Madlo
- Kľučka
- Profil
- Bočná lišta
- Bežecký pás
- Zadný kryt
- Hlavný rám
- Kľučka v tvare písmena L
- Kryt motora
- Stĺpik L-stojanu
- Držiak na fľašu
- Rám konzoly

Technické informácie:

Rozmery	V zloženom stave: 1520*780*265 mm
	V rozloženom stave: 1520*780*1280
Pojazdná plocha	1220*440 mm
Rýchlosť	1,0-16,0 km/h

Upozornenie: vyhradujeme si právo na zmenu výrobku bez predchádzajúceho upozornenia.



Zoznam balenia:

- Stroj
- Držiak na fľašu
- Silikónová fľaša
- Bezpečnostný kľúč
- Návod na obsluhu
- Súprava náradia

Zoznam náradia:

- Kľúč 14x17x75 - x1
- T-kľúč 6 mm - x1
- Skrutka s ostrým plným závitom M4x16 - x2



Hlavné časti:

- Kryt motora
- Konzola
- Motor
- Pás motora
- Bežecký remeň
- Bežecká doska
- Bočná lišta
- Zadný valec
- Predný valec
- Zadný kryt



1. NÁVOD NA MONTÁŽ:

- Vyberte stroj z kartónovej škatule a položte ho na rovnú podlahu, odstráňte všetky vrecká a pásky, ktorými je stroj oblepený.
- Uvoľnite dva gombíky v tvare písmena L na spodnej strane, potom zdvihnite zvislé stĺpiky.
- Zdvihnite vertikálny profil do hornej polohy a potom uzamknite gombík.
- Uvoľnite gombíky na oboch stranách, nastavte rám konzoly do správnej polohy a potom gombíky zaistíte.
- Nastavte konzolu do správnej polohy, namontujte držiak na fľašu na ľavý profil pomocou skrutky s pevným závitom M4 * 16. Po dvojitej kontrole, či sú všetky gombíky bezpečne zaistené, je montáž dokončená.

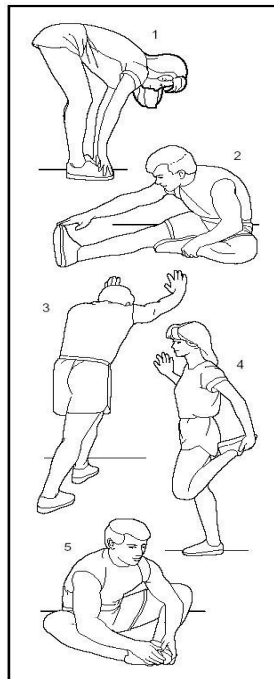
2. NÁVOD NA ZLOŽENIE:

- Jednou rukou pridržte rám konzoly a potom druhou rukou uvoľnite gombíky, aby ste rám konzoly zložili. Jednou rukou držte profil, potom druhou rukou uvoľnite gombík v tvare L, aby ste zložili stĺpik stojana, a nakoniec uzamknite gombík v tvare L. Bežecký pás je zložený (Obrázok 2a) a možno ho premiestňovať a/alebo skladovať.
- Otočte sklopné podpory podľa smeru znázorneného na obrázkoch 2b.
- Postavte bežecký pás (Obrázok 2c).
- Poznámka: Bežecký pás by mal stáť v blízkosti steny, mimo dosahu detí, pre prípad neočakávaného zranenia.
- Samostatné postavenie bežeckého pásu
Po zostavení podľa prvých troch krokov vytiahnite ľavú západku v spodnej časti stroja (Obrázok 2d), opornou trubicou nadol, až kým západka so zvukom "cvaknutia" nezapadne na miesto, čím vznikne pevná vzpera.
Poznámka: Udržujte mimo dosahu detí, pre prípad neočakávaného poranenia.

TIPY A RADY PRE CVIČENIE:

- Rozcvička: Pred každým cvičením sa 5-10 minút rozcvičte.
- Dýchanie: Pri cvičení nezadržujte dych. Vdychujte nosom a vydychujte ústami, pričom synchronizujte dýchanie s pohybom.
- Frekvencia: Každý sval by sa mal precvičovať po 48 hodinách odpočinku, t. j. každý druhý deň.
- Záťaž: Intenzitu tréningu prispôbte svojej fyzickej kondícii. Bolesť svalov na začiatku cvičenia je normálna, ale možno ju minimalizovať pokračovaním v pravidelnej aktivite.
- Relaxácia: Po cvičení si doprajte 5 minút na relaxáciu, aby ste podporili regeneráciu a udržali pružnosť svalov.
- Strava: Aby ste chránili svoj tráviaci systém, nezačínajte cvičiť hneď po jedle. Po tréningu počkajte s jedlom aspoň 30 minút. Počas cvičenia nepite veľké množstvo vody, aby ste nezaťažovali srdce a obličky.
- Strečing: Bez ohľadu na tempo behu začnite strečingom. Zahriate svaly sa ľahšie natiahnu, preto najprv 5 - 10 minút chodte, potom sa zastavte a každú nohu päťkrát natiahnite aspoň na 10 sekúnd. Strečing zopakujte aj po tréningu.

1. Predklon: Stojte rovno, predkloňte sa a snažte sa rukami dotknúť prstov na nohách. V tejto polohe vydržte 10-15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát. (Pozri obrázok 1)
2. Natiahnutie kolennej šľachy: Posadte sa na čistý vankúš a narovnajete jednu nohu. Druhá nohu pokrčte tak, aby sa chodidlo dotýkalo vnútornej strany stehna narovnanej nohy. Nakloňte sa dopredu a pokúste sa rukou dotknúť prstov na nohách. Vydržte 10-15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát pre každú nohu (pozri obrázok 2).
3. Natiahnutie lýtk a päty: Oprite sadlaňami o stenu alebo strom a natiahnite jednu nohu dozadu. Zadnú nohu držte na päťu prítlačte k zemi. Jemne sa nakloňte k stene. Vydržte 10-15 sekúnd a potom uvoľnite. Opakujte 3-krát pre každú nohu (pozri obrázok 3).
4. Natiahnutie štvorhlavého stehenného sval: Ľavou rukou sa oprite o stenu alebo stôl, aby ste dosiahli stabilitu. Pravou rukou uchopíte pravý členok a jemne priťahujete chodidlo k zadku, kým nepocítite napätie v prednej časti stehna. Vydržte 10-15 sekúnd a potom uvoľnite. Opakujte 3-krát pre každú nohu (pozri obrázok 4).
5. Natiahnutie adduktorov (vnútorná strana stehien): Posadte sa s chodidlami pri sebe, koléná smerujú von. Uchopte chodidlá oboma rukami a jemne ich priťahnite k slabinám. V tejto polohe vydržte 10 - 15 sekúnd, potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát. (Pozri obrázok 5)



Popis funkcií konzoly

1. Tréningové programy

P0 sa používa na nastavenie individuálneho tréningového programu. P1-P36 sú zabudované automatické tréningové programy. K dispozícii sú aj tri užívateľské programy (USER) a kalkulačka BMI.

2. Displej - Konzola má LED displej a štyri ovládacie tlačidlá.

3. Okno merania - Zobrazujú sa hodnoty rýchlosti a vzdialenosti s možnosťou prepínania medzi kilometrami a míľami.

4. Rozsah rýchlosti - od 1,0 do 16,0 km/h.

5. Ochrana

- Preťaženie
- Nadprúd
- Nevýbušnosť
- Proti prekročeniu rýchlosti
- Proti rušeniu (EMC)
- Ďalšie funkcie na ochranu používateľa a zariadenia

6. Autotest systému - automatická detekcia porúch a ich hlásení na obrazovke.

7. Tri prispôbené funkcie - Prispôsobiteľné nastavenia.

8. Funkcia ERP (Energy-Related Products).

9. Stlmenie bzučiaka - Možnosť vypnutia zvukových upozornení.

Pokyny na uvedenie do prevádzky a bezpečnostné postupy

- Napájací kábel zapojte do 10 A zásuvky s ochranným uzemnením.
- Zapnite vypínač napájania - spustí sa obrazovka konzoly a zobrazí sa celá.
- Umiestnite bezpečnostný kľúč na príslušné miesto na konzole a pripnite jeho sponu na oblečenie vo výške hrudníka.
- Elektronický systém neustále monitoruje bezpečnosť. Ak sa zistí abnormalita, bežecký pás sa núdzovo zastaví a na obrazovke sa zobrazí chybové hlásenie a zvukový signál.
- Ak chcete odstrániť chybové hlásenie, vyberte bezpečnostný kľúč alebo vypnite napájanie.

Popis displeja a tlačidiel

1. LED displej

Okno "DISTANCE / TIME" (Vzdialenosť/čas) - zobrazuje prejdenu vzdialenosť a čas tréningu. Okno "CALORIES / PULSE" - zobrazuje hodnotu spálených kalórií a tepovú frekvenciu. Okno "SPEED" - zobrazuje aktuálnu rýchlosť.

2. Prepínanie jednotiek: kilometre ↔ míle

Previesť na míle: Odstráňte bezpečnostný kľúč. Stlačte a podržte súčasne tlačidlá "PROGRAM" a "MODE", kým sa na displeji nezobrazí 0,6 - to znamená prepočet na míle.

Prepočet na kilometre: Opäť bez bezpečnostného tlačidla stláčajte obe tlačidlá ("PROGRAM" a "MODE"), kým sa na displeji nezobrazí 1,0 - to znamená návrat na kilometre.

3. Ovládacie tlačidlá

- **"P"** - PROGRAM: V pohotovostnom režime stlačte tlačidlo a vyberte jeden z 36 programov (P1-P36) alebo manuálny režim (P0). Predvolená rýchlosť: 1,0 km/h; maximálna: 16 km/h.
- **"M"** - REŽIM: Umožňuje vybrať režim odpočítavania: čas, vzdialenosť alebo kalórie. Pomocou tlačidiel "SPEED+" a "SPEED-" nastavte hodnotu a potom spustíte tréning pomocou tlačidla START.
- **"START/PAUZA"**: Spustí bežecký pás s rýchlosťou 1,0 km/h. Opätovným stlačením sa dočasne zastaví a opätovným stlačením sa tréning obnoví s predchádzajúcim nastavením.
- **"STOP"**: Okamžite zastaví bežecký pás a vymaže údaje.
- **"SPEED+" a "SPEED-"**: Zmena rýchlosti v krokoch po 0,1. Podržanie tlačidla na >2 sekundy spôsobí automatické zrýchlenie/zníženie rýchlosti.

4. Bezpečnostné tlačidlo

Skladá sa z magnetu, klipu a kábla.

- Po vybratí kľúča sa bežecký pás okamžite zastaví a na displeji sa zobrazí chyba "E-07" a zaznie zvukový signál.
- Po opätovnom vložení kľúča sa displej aktivuje na 2 sekundy a potom prejde do pohotovostného režimu.

5. Programy a spustenie

A. Typy programov

- P0 - manuálny režim: ľubovoľné nastavenie času, vzdialenosti alebo kalórií.
- P01-P36 - automatické programy
- U01-U03 - prispôbené programy (USER)

B. Spustenie bežeckého pásu

C. Vložte bezpečnostný kľúč do otvoru - na displeji konzoly sa zobrazia 2 sekundy a potom sa spustí manuálny režim.

D. Stlačte tlačidlo START - odpočítavanie 5-4-3-2-1 so zvukom a bežecký pás sa rozbehne na rýchlosť 1,0 km/h.

E. Ak chcete stroj zastaviť počas tréningu, stlačte STOP - údaje sa vynulujú.

Manuálny režim

1. Ako spustiť manuálny režim

- a. Zapnite vypínač - zariadenie automaticky prejde do manuálneho režimu.
- b. Pri zastavení stlačte PROGRAM, aby ste manuálne vstúpili do manuálneho režimu.

2. Dostupné nastavenia v manuálnom režime

- K dispozícii sú tri funkcie z ktorých si môžete vybrať:
 - Odpočítavanie času,
 - Odpočet vzdialenosti,
 - Odpočítavanie kalórií.
 - Keď ste v manuálnom režime, stlačením tlačidla MODE vyberte jeden z režimov odpočítavania.
 - Po nastavení požadovanej hodnoty stlačte tlačidlo START, čím spustíte tréning.
 - Predvolená počiatočná rýchlosť je 1,0 km/h, ktorú nastaví používateľ.
 - V jednom čase môže byť aktivovaný len jeden režim odpočítavania. Nastavený parameter sa bude odpočítavať, ostatné sa budú odpočítavať kladne.
- ### 3. Prevádzka v manuálnom režime
- #### A. Základný režim (bez odpočítavania)
- Na displeji sa zobrazí čas 0:00.
 - Čas, vzdialenosť a kalórie sa počítajú automaticky.
 - Stlačením tlačidla STOP sa bežecký pás postupne zastaví a obnovia sa predvolené nastavenia.
- #### B. Režim odpočítavania času
- Predvolené nastavenie: 30:00 minút, rozsah nastavenia: 5:00-99:00 (krok po 1 minúte).
 - Na nastavenie hodnôt použite tlačidlá + / -.
- #### C. Režim odpočítavania vzdialenosti
- Predvolené nastavenie: 1,0 km, rozsah: 1,0-99,0 km (krok po 1 km).
 - Nastavte pomocou tlačidiel + / -.
- #### D. Režim odpočítavania kalórií
- Predvolené nastavenie: 50 kcal, rozsah: 20-990 kcal (krok po 10 kcal).
 - Hodnotu nastavte pomocou tlačidiel + / -.
- #### E. Prevádzka počas behu
- A.** Po stlačení tlačidla START sa spustí 5-sekundové odpočítavanie, po ktorom sa motor rozbehne na rýchlosť 1 km/h.
- B.** Na zmenu rýchlosti použite tlačidlá + / - alebo QUICK SPEED.
- C-E.** Keď zvolený režim (kalórie, vzdialenosť alebo čas) dosiahne nulu, bežecký pás sa postupne spomalí a zastaví. Zariadenie sa vráti do manuálneho režimu.

Automatické programy (P1-P36)

1. Výber a nastavenie programu

- Programy P1-P36 sú vstavané systémové tréningové programy určené len pre režim odpočítavania.
- V režime nastavenia začne časové okno blikať - to znamená, že je možné ho nastaviť.
- Pomocou tlačidiel "+" / "-" upravte čas tréningu. Rozsah: 5:00 - 99:00 minút (krok po 1 minúte). Predvolená hodnota: 30:00 minút.
- Stlačením tlačidla "MODE" obnovíte predvolenú hodnotu.

2. Spustenie tréningu

- Po výbere programu stlačte tlačidlo "START" - spustí sa 5-sekundové odpočítavanie sprevádzané 5 pípnutiami.
- Bežecký pás bude jemne zrýchľovať na rýchlosť určenú vo vybranom programe a udržiavať tempo podľa jeho nastavení (vrátane prípadného sklonu).

3. Zmena rýchlosti počas programu

- Tlačidlami "+", "-" alebo "QUICK SPEED" môžete kedykoľvek manuálne upraviť rýchlosť bežeckého pásu počas behu.

4. Ukončenie programu

- Stlačením tlačidla "STOP" počas chodu motora spôsobíte postupné spomaľovanie stroja, až kým sa úplne nezastaví.
- To je sprevádzané dlhým pípnutím a všetky nastavenia sa vrátia do predvoleného pohotovostného režimu.

Program na testovanie tuku (FAT)

Index telesnej hmotnosti (FAT) je zjednodušený ukazovateľ vzťahu medzi výškou a hmotnosťou, ktorý - v kombinácii s ďalšími zdravotnými parametrami - môže pomôcť posúdiť telesnú hmotnosť.

- Referenčné hodnoty FAT:
 - < 18 - príliš štíhla postava
 - 18-24 - ideálna postava
 - 25-28 - nadváha
 - > 29 - obezita
- Index FAT je orientačný a nemal by sa považovať za lekársku diagnózu.

Pokyny na vykonanie testu FAT

1. Začiatok testu
 - Keď je bežecký pás zastavený, stlačte tlačidlo "PROG", aby ste vstúpili do programu na testovanie telesného tuku označeného "FAT".
 - Stlačením tlačidla "MODE" vyberte číslo položky a potom nastavte parametre pomocou tlačidiel "+" / "-".
2. Nastavenie pohlavia (F1)
 - Na obrazovke "Pulz" sa zobrazí F1 a v okne "Kalórie" sa zobrazí predvolená hodnota 01 (muž).
 - Na výber použite tlačidlá "+" / "-":
 - 01 - muž
 - 02 - žena
3. Nastavenie veku (F2)
 - Po stlačení tlačidla "MODE" prejdite na nastavenie veku (F2).
 - V okne "Kalórie" sa predvolene zobrazí 25.
 - Rozsah nastavenia: 1-99 rokov.
4. Nastavenie výšky (F3)
 - Ďalším stlačením tlačidla "MODE" sa aktivuje nastavenie výšky (F3).
 - Predvolená hodnota je 170 cm (67 palcov).
 - Rozsah nastavenia: 100-220 cm (alebo 39-87 palcov).
 - Hodnotu nastavte pomocou tlačidiel "+" / "-".
5. Test telesného tuku (FAT/BMI)
 - Stlačte tlačidlo "MODE" (Režim) - na displeji "Pulse" (Pulz) sa zobrazí F5 a v okienku s kalóriami sa zobrazí "-----".
 - Položte ruky na snímače srdcovej frekvencie - po 8 sekundách sa zobrazí výsledok BMI.

Bezpečnostný kľúč

Kľúč obsahuje spínač, sponu na odev a nylonový šnúru. Služí na zastavenie bežeckého pásu v núdzovej situácii.

- 1. Ak sa kľúč počas prevádzky odstráni, na obrazovke sa zobrazí "E-07" a bežecký pás sa okamžite zastaví.
- 2. po opätovnom stlačení tlačidla sa obrazovka na 2 sekundy zapne a potom sa bežecký pás vráti do predvoleného stavu (manuálny režim P0, počítadlá sa vynulujú).

Užívateľský program (U01-U03)

Používateľ môže vytvoriť a uložiť 3 prispôsobené tréningové programy. Vytvorenie programu:

1. Stlačením tlačidla "PROG" vyberte režim U01-U03.
2. Stlačením tlačidla "MODE" spustíte nastavenia:
 - Trvanie: 5-99 min.
 - Rýchlosť: 1-16 km/h (možnosť rýchlej voľby)
3. Po nastavení každého parametra stlačte tlačidlo "MODE", čím prejdete na ďalší parameter.
4. Nastavenia sa po dokončení konfigurácie automaticky uložia.
5. Ak chcete začať, stlačte tlačidlo "START".

Pri ďalšom spustení jednoducho vyberte program a stlačte "START". Meranie srdcovej frekvencie

- Keď priložíte ruku k snímačom, do 5 sekúnd sa zobrazí hodnota srdcovej frekvencie.
 - Rozsah zobrazenia: 50-200 úderov/min.
 - Symbol srdca pulzuje v rytme nameranej srdcovej frekvencie.
- Údaje sú orientačné a nenahrádzajú lekárske merania.

Rozsah hodnôt:

	Nastavenie počiatočnej hodnoty	Rozsah	Rozsah zobrazenia
Čas (minúty: sekundy)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Rýchlosť (km/h)	NEPLATÍ	NEPLATÍ	1-16 KM
Sklon (%)	NIE JE DOSTUPNÉ	NIE JE DOSTUPNÉ	NIE JE DOSTUPNÉ
Vzdialenosť (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalórie (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Nastavenie parametrov

Pri nastavovaní hodnoty (napr. času) použite tlačidlá "+" / "-" na jej zvýšenie alebo zníženie. ak dosiahnete maximálnu hodnotu (99:00) a stlačíte "+", systém sa automaticky vráti na minimálnu hodnotu (5:00), čím sa vytvorí tzv. cyklus.

Funkcia úspory energie (ERP)

- V predvolenom nastavení aktívna.
- Keď sa bežecký pás nepoužíva 4,5 minúty, automaticky prejde do režimu spánku, aby sa šetrila energia.
- Ak chcete systém prebudiť, stlačte ľubovoľné tlačidlo.
- Ako vypnúť/zapnúť režim ERP:
- V pohotovostnom režime podržte tlačidlo "MODE" približne 3 sekundy.
- Na konzole sa zobrazí "2222" - funkcia ERP bola deaktivovaná.
- Ak ju chcete opäť aktivovať, zopakujte túto činnosť.
- Na konzole sa zobrazí "1111" - funkcia ERP bola aktivovaná.

Bežné poruchy a spôsoby ich odstraňovania

Kód problému	Pravdepodobná príčina	Oprava
Systém nefunguje	A. Napájanie nie je pripojené alebo nie je zapnuté	Pripojte napájanie alebo nastavte vypínač napájania do polohy "NO".
	B. Bezpečnostné blokovanie nie je na svojom mieste	Nastavte bezpečnostné blokovanie do správnej polohy
	C. Ovládač alebo konzola nie sú zapnuté	Vymeňte ovládač alebo konzolu
	D. Zlý kontakt vedenia	Skontrolujte vstupy a výstupy systému a komunikačné linky
Náhle zastavenie v normálnom stave	A. Vypadlo bezpečnostné blokovanie	Znovu nainštalujte
	B. Chyba systému	Požiadajte servisného technika, aby sa o to postaral
Zlyhanie kľúča	NESPRÁVNY KL'ÚČ	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 radič	Vymeňte radič
E-02	A. Chybný motor	Vymeňte motor
	B. Kábel motora je nesprávne pripojený k riadiacej jednotke alebo je riadiaca jednotka 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	Vymeňte fotosenzor
	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 blokovania	1. Skontrolujte, či je bezpečnostné blokovanie na svojom mieste; 2. Opätovne nainštalujte mechanizmus bezpečnostného blokovania;
Žiadny impulzný signál	A. Kábel rukoväte nie je na mieste alebo kábel	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

Skladanie a rozkladanie bežeckého pásu

1. Skladanie - Pred skladaním odpojte napájanie.
2. Rozkladanie
 - Bežecký pás umiestnite približne 1 m od zásuvky.
 - Zem musí byť rovná a bez prekážok.
3. Premiestňovanie - Pred premiestňovaním bežeckého pásu sa uistite, že e:
 - je napájanie vypnuté.
 - Zástrčka bola vytiahnutá zo zásuvky.
 - Bežecký pás bol zložený.
 - Pohybuje sa krok za krokom:
 - Jednou rukou uchopíte zadnú časť bežeckého pásu a druhou rukou riadidlá na tej istej strane.
 - Nakloňte ho pod uhlom 40 - 50° smerom k hrudníku.

Nebezpečenstvo:

Ak neviete, či je stroj správne uzemnený, obráťte sa na kvalifikovaného elektrikára alebo servisný personál. Zástrčku dodanú s týmto výrobkom nemeňte bez oprávnenia. Ak zástrčka nie je kompatibilná so zásuvkou, kvalifikovaný elektrikár by mal nainštalovať vhodnú zásuvku. Mala by mať napätie 220-240 V a vyhovovať tomuto typu zásuvky.

Začínáme s bežeckým pásom

Zapojte a zapnite napájanie

Rozložte bežecký pás do najnižšej polohy a skontrolujte, či správne funguje. Bezpečnostnú šnúru si pripnite k odevu - ide o dôležitý bezpečnostný prvok.

Správne spustenie a chod

Nestojte hneď na páse!

Postavte sa na bočné koľajnice s rukami na riadidlách. Keď stlačíte tlačidlo "START".

Bežecký pás sa spustí po 5 sekundách rýchlosťou 1,0 km/h.

Potom pomocou tlačidla "+" zvýšte rýchlosť na pohodlných 2,5 - 3,5 km/h. Držiak riadidla postupne vykročte do dráhy a prispôbte jej rýchlosť.

Zmena rýchlosti a zastavenie

Zrýchľujte alebo spomaľujte pomocou "+" a "-".

Konkrétnu hodnotu rýchlosti môžete vybrať aj kliknutím na príslušné tlačidlo. Stlačením tlačidla "STOP" sa motor zastaví.

Automatické režimy a programy

Zapnite napájanie.

Stlačením tlačidla "SELECT" vyberte režim.

Stlačením tlačidla "START" spustíte zvolený program.

Počas používania môžete upraviť rýchlosť alebo ukončiť cvičenie pomocou tlačidla "STOP".

Meranie pulzu (HRC)

Podržte ruky na kovových snímačoch - na displeji sa zobrazí aktuálna tepová frekvencia (HRC).

Poznámka: Odstránením bezpečnostného kľúča sa bežecký pás okamžite zastaví a na počítači sa zobrazí správa.

ÚDRŽBA:

Správna údržba je rozhodujúca pre spoľahlivú a bezpečnú prevádzku bežeckého pásu. Ak sa zanedbá, môže viesť k poškodeniu alebo skráteniu životnosti stroja. Všetky súčasti by sa mali pravidelne kontrolovať a doťahovať. Opatrované diely by sa mali okamžite vymeniť.

MAZANIE: Bežecký pás bol počas výroby namazaný 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 mazanie

je potrebné, nadvihnite bočné časti bežeckého pásu a dotknite sa zadnej, stredovej časti:

- Ak cítite silikón - mazanie nie je potrebné.
- Ak je povrch suchý - je potrebné vykonať mazanie.

Pokyny na mazanie:

1. Zastavte stroj a zložte bežecký pás.
2. Zdvihnite bežecký pás zo zadnej časti hlavného rámu.
3. Držiak fľašu čo najbližšie k stredu pásu nastriekajte silikónový olej - na obe strany. Bežecký pás spustíte rýchlosťou 1 km/h, aby sa olej rovnomerne rozdelil po bežekom povrchu.

1. Nastavenie bežeckého pásu

Vo výrobnom závode je bežecký pás správne nastavený. V dôsledku používania sa však môže uvoľniť, čo vedie k prerušeniu alebo preklzávaniu. Ak sa tak stane, dotiahnite nastavovacie skrutky - každú o pol otáčky doľava alebo doprava.

Ak je remeň príliš voľný, môže na remenici skĺznuť. Na druhej strane príliš veľké napnutie môže motor preťažiť a spôsobiť poškodenie motora, remeňa, valčekov alebo iných komponentov.

2. Nastavenie vychýlenia remeňa

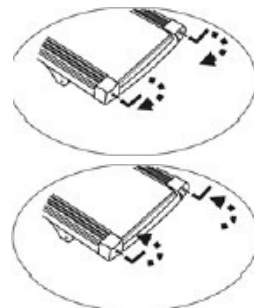
Hoci je pás nastavený z výroby, môže sa po čase posunúť. Najčastejšími príčinami sú:

- Nestabilné nastavenie bežeckého pásu,
- Behanie s posunom do strany,
- Nerovnomerné rozloženie tlaku chodidla.

Ak odchýlka nie je trvalá, spustenie bežeckého pásu bez záťaže na niekoľko minút môže obnoviť rovnováhu. V prípade potreby vykonajte manuálne nastavenie pomocou 6 mm imbusového kľúča - otočením skrutky o pol otáčky.

Príklad 1: pás sa pohybuje doľava → utiahnite ľavú skrutku (v smere hodinových ručičiek) → alebo uvoľnite pravú skrutku (proti smeru hodinových ručičiek)

Príklad 2: pás sa pohybuje doprava → utiahnite pravú skrutku (v smere hodinových ručičiek) → alebo uvoľnite ľavú skrutku (proti smeru hodinových ručičiek)



NASTAVOVACÍ KLÍČ:

V smere hodinových ručičiek= uťahovanie Proti smeru hodinových ručičiek = uvoľňovanie Pás sa vždy posúva na stranu, ktorá je voľnejšia.

Tipy:

Pred každým nastavením spustite bežecký pás pri nízkej rýchlosti.

Skrutky nedotahujte príliš silno.

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 remeňa (motora)**

Hnacie remene sú prednastavené z výroby, ale časom sa môžu uvoľniť, čo vedie 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 nasadený	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 NO
	E. Prepálila sa poistka	Vymeňte poistku
Nepohybuje sa plynulo	A. Nedostatočné mazanie	Použite mazivo na báze metylsilikónového oleja
	B. Bežecské pásy sú príliš napnuté	Upravte tesnosť jazdných pásov
Bežecský pás sa posunul	A. Bežecský pás je príliš voľný	Nastavte tesnosť bežecských pásov
	B. Pás je uvoľnený	Nastavte napnutie hnacieho remeňa

Problém	Príčina	Údržba
Systém nefunguje	A. Nie je napájanie	Zástrčka do zásuvky, vstup s napájaním
	B. bezpečnostný kľúč nie je v správnej polohe	Umiestnite bezpečnostný kľúč do správnej polohy
	C. transformátor nie je správne vložený alebo Transformátor je chybný	Skontrolujte a správne pripojte transformátor alebo transformátor vymeňte.
	D. prerušený obvod	Skontrolujte vstupnú a výstupnú svorku systému a komunikačné vedenia
Náhle zastavenie v normálnom stave	A. Vypadnutie bezpečnostného kľúča	Správna inštalácia bezpečnostného kľúča
	B. Nesprávny systém	Kontaktujte servis
Nefungujúce tlačidlá	A. Niektoré tlačidlá sú poškodené	Vymeňte tlačidlá
	B. Všetky tlačidlá sú nesprávne	1. Vymeňte dosku tlačidiel, vodiče tlačidiel 2. Vymeňte základnú dosku; vymeňte konzolu
E1	Zlé pripojenie komunikačných káblov	Znovu pripojte komunikačný kábel a skontrolujte, či je port pripojený, alebo komunikačný kábel vymeňte.
	B. Konzola je poškodená	Výmena konzoly
	C. Transformátor je chybný	Skontrolujte a vymeňte transformátor
	D. Riadiaca jednotka je chybná	Vymeňte regulátor
E2	A. Kábel motora alebo motor je poškodený	Skontrolujte a vymeňte kábel motora alebo motor
	B. Zlé spojenie medzi káblom motora a riadiacou jednotkou alebo chybná riadiaca jednotka	Skontrolujte a správne pripojte kábel alebo vymeňte regulátor
E3	A. Snímač otáčok nie je správne namontovaný	Skontrolujte a správne ho namontujte
	B. Snímač otáčok je chybný	Vymeňte snímač rýchlosti
	C. Zlé spojenie medzi snímačom rýchlosti a regulátorom	Skontrolujte a správne pripojte
	D. Riadiaca jednotka je chybná	Vymeňte regulátor
E5	A. Riadiaca jednotka je chybná	Vymeňte radič
	B. Motor je poškodený	Vymeňte motor
E7	Na konzole nebol zistený žiadny signál bezpečnostného kľúča	1. Skontrolujte, či je bezpečnostný kľúč v správnej polohe; 2. Opätovne nainštalujte bezpečnostný blokovací mechanizmus bezpečnostného zámku a uistite sa, že je otvor v strede a čierna fazuľka sa odrazí na miesto; Vymeňte konzolu
Údaje o srdcovej frekvencii sa nezobrazujú	A. Pulzný kábel rukoväte nie je dobre zmontovaný alebo je poškodený pulzný kábel rukoväte.	Skontrolujte a dobre pripojte alebo vymeňte pulzný kábel rukoväte
	B. Porucha linky elektronického systému	Výmena konzoly
Elektronický displej je neúplný	A. Uvoľnili sa skrutky výsuvacej dosky	Zaistovacie a upevňovacie skrutky
	B. Zlyhanie systému	Výmena konzoly



Bluetooth APP pre bežecký pás



Pripojenie Bluetooth podporuje aplikácie AnyRun, Zwift a Kinomapa



AnyRun

Stiahnite si, zaregistrujte sa a prihláste sa do aplikácie AnyRun, prejdite na stránku nastavení: 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 používať, 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 nájdený hardvér, vyberte kód Bluetooth, ktorý je rovnaký ako kód označený na konzole hardvéru, potom kliknite na tlačidlo PRIDAŤ NOVÉ ZARIADENIE, zobrazí sa úspešne pridaný hardvér.



Navodila za uporabo

1. Napajalni kabel priključite izključno 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 izvlečete varnostni ključ.
8. Po vadbi ali pred prestavljanjem naprave vedno izklopite napajanje in izvlecite 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. Tekaske 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 × 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 servisno službo.

Ne.	Ime dela	Količina	Št.	Ime dela	Količina
1	Glavni okvir	1	51	Plastična podložka $\Phi 18 \times \Phi 8,5 \times t2,0$	2
2	Vijak s polnim navojem M8*20	2	52	Gumb $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Vijak s polnim navojem M5*10	8	53	Gumb v obliki črke L	2
4	Samorezni vijak ST4*16	9	54	Nosilec steklenice	1
5	Vijak s polnim navojem M8*75	2	55	Pokrov levega nosilca	1
6	Ploščata podložka $\Phi 8$	2	56	Pokrov desnega nosilca	1
7	Allenov valj s polnim navojem M6*45	1	57	Komunikacijski kabel	1
8	Samorezni vijak ST4*10	2	58	Okvir konzole	1
9	Allen vijak s polnim navojem M6*55* $\Phi 16$	6	59	Plošča za pritrditev konzole	1
10	Vijak z masivnim navojem M4*16	2	60	Vzmet $\Phi 12,5 \times \Phi 6,2 \times 0,7$	4
11	Vijak s polnim navojem M4*10	2	61	Stopenjska podložka M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4,7$	2
12	Samorezni vijak ST4*15	8	62	Samorezni vijak ST4*10	2
13	Ploščata podložka $\Phi 5$	2	63	Samorezni vijak ST4*16	20
14	Zunanja nazobčana varovalna podložka $\Phi 5$	2	64	Samorezni vijak ST4*10	16
15	Vzmetna podložka $\Phi 5$	2	65	Samorezni vijak ST4*15	4
16	Ploščata plastična podložka $\Phi 12 \times \Phi 6 \times t1,0$	6	66	Šestkotni vijak s polnim navojem M6*25	2
17	Magnetni obroč	1	67	Vijak s polnim navojem	2
18	Sprednji valjček	1	68	Šestkotna zaklepna matica	4
19	Zadnji valj	1	69	Konzola	1
20	Motor	1	70	Komunikacijski kabel	1
21	Tekaški jermen	1	71	Plošča konzole	1
22	Tekalna plošča	1	72	Pokrov zadnje konzole	1
23	Pas motorja 174(442)PJ6	1	73	Vtičnica za varnostni ključ	1
24	Vijak s poševnim navojem M4*8	2	74	Varnostni ključ	1
25	Pokrov motorja	1	75	Zgornja košara	1
26	Zadnji pokrov	1	76	Spodnja košara	1
27	Stranska tirnica	2	77	Okrasni pokrov sprednje konzole	1
28	Kvadratna blazina	6	78	Pokrov zadnje okrasne konzole	1
29	Kolesa	2	79	Impulzni kabel ročaja	2
30	Vodilni blok z okroglim robom	6	80	Nastavitev zagona/zaustavitve impulza ročaja	1
31	Noga	4	81	Nastavitev impulzov ročice hitrosti	1
32	Kabelska objemka	2	82	Kabel gumba na dotik	1
33	Komunikacijski kabel	1	83	Zložljivi podporni okvir	2
34	Napajalni kabel	1	84	Cilindrična vzmet	2
35	Napajalni kabel	1	86	Vijak z vijačno glavo s polnim navojem	2
36	Napajalni kabel	1	88	Podloga EVA	2
37	Napajalni kabel	1	89	Akrlina nalepka za konzolo	1
38	Senzor hitrosti	1	90	Vijak s polnim navojem	2
39	Stikalo	1	91	Vzmet $\Phi 8 \times \Phi 4,2 \times 0,4$	4
40	Samonastavitveno stikalo	1	92	Vzmet $\Phi 40 \times \Phi 20,4 \times t2,0$	2
41	Sponka napajalnega kabla	1	93	Distančnik t4.0* $\Phi 40$	2
42	Kovinski nosilec za senzor hitrosti	1	96	Napajalni kabel	1
43	Levi nosilec	1	97	Zvarji zadnjega nosilca	1
44	Desni nosilec	1	98	Šestkotni vijak z veliko ravno glavo s polnim nazobčanjem M8*20	2
45	Vijak s polnim navojem M8*20	4	99	Ploščata podložka $\Phi 8$	2
46	Samorezni vijak ST4*10	4	100	Šestkotna varovalna matica M8	2
47	Ploščata podložka $\Phi 8$	2	101	Vzmetna sponka	1
48	Šestkotna varovalna matica M8	2			
49	Ploščata podložka $\Phi 32 \times \Phi 8,5 \times t2,0$	2			
50	Plastična podložka $\Phi 24 \times \Phi 16 \times t2,0$	2			

Opozorila in prepovedi:

⚠ Ne uporabljajte tekalne steze:

- če se zdravite in nimate odobritve zdravnika,
- če imate težave s srcem, hrbtom, sklepi, osteoporozo ali resne kronične bolezni,
- če ste noseči, imate menstruacijo ali se slabo počutite,
- če ste uživali alkohol ali ste pod vplivom zdravil, ki zmanjšujejo koncentracijo,
- če je napajalni kabel poškodovan ali če je vtičnica ohlapna.

⚠ Prepovedano je:

- razstavljati, spreminjati ali popravljati tekalne steze sami,
- uporabljati naprave na prostem ali v vlažnih prostorih (npr. v kopalnici),
- vklapljati ali izklapljati tekalne steze z mokrimi rokami,
- skakanje ali stopanje s traku med delovanjem naprave,
- uporaba tekaške steze s strani otrok in ljudi, ki so nezavestni ali imajo motnjen motorični sistem.



- Konzola
- Držalo
- Ročica
- Profil
- Stranska tirnica
- Tekalni trak
- Zadnji pokrov
- Glavni okvir
- Gumb v obliki črke L
- Pokrov motorja
- Stojalo L
- Držalo za steklenico
- Okvir konzole

Tehnične informacije:

Dimenzije	V zloženem stanju: 1520*780*265 mm
	Razložena: 1520*780*1280
Tekalna površina	1220*440 mm
Hitrost	1,0-16,0 km/h

Upoštevajte: pridržujemo si pravico do spremembe izdelka brez predhodnega obvestila.



Seznam pakiranja:

1. .
2. Nosilec za steklenice
3. Silikonska steklenica
4. Varnostni ključ
5. Navodila za uporabo
6. Komplet opreme

Seznam strojne opreme:

7. Ključ 14x17x75 - x1
8. T-ključ 6 mm - x1
9. Vijak z ostrim polnim navojem M4x16 - x2



Glavni deli:

1. Pokrov motorja
2. Konzola
3. Motor
4. jermen motorja
5. Pogonski jermen
6. Tekalna deska
7. Stranska tirnica
8. Zadnji valjček
9. Sprednji valj
10. Zadnji pokrov

1. NAVODILA ZA
MONTAŽO:

- Odstranite stroj iz škatle in ga položite na ravna tla (glejte zgornjo fotografijo), odstranite vse vrečke in trakove, s katerimi je stroj ovit.
- Odvijte dva gumba v obliki črke L na dnu, nato pa dvignite navpične stebričke.
- Dvignite navpični profil do zgornjega položaja, nato zaklenite gumb.
- Sprostite gumba na obeh straneh, nastavite okvir konzole v pravi položaj in nato zaklenite gumba.
- Nastavite konzolo v pravi položaj in pritrdite držalo za steklenico na levi profil z vijakom s polnim navojem M4 * 16. Ko dvakrat preverite, ali so vsi gumbi varno zaklenjeni, je montaža končana.

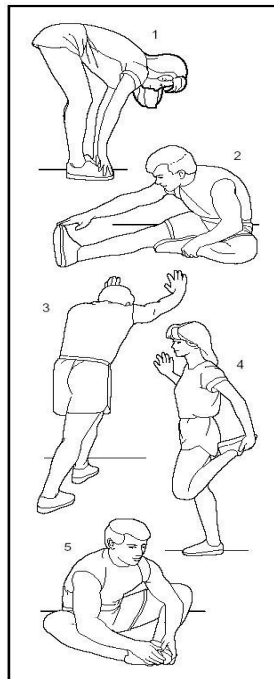
2. NAVODILA ZA SESTAVLJANJE:

- Dirkalnik sestavite v skladu s postopkom montaže, konzolo položite ravno, z eno roko primite okvir konzole in nato z drugo roko sprostite gumbe, da zložite okvir konzole. Z eno roko držite profil, nato z drugo roko sprostite gumb v obliki črke L, da zložite stojalo, in na koncu zaklenite gumb v obliki črke L. Tekaška steza je zložena in jo lahko premikate in/ali shranjujete.
- Zložne nosilce obrnite v smeri, ki je prikazana na spodnjih slikah.
- Tekaško stezo postavite pokonci.
- Opomba: Tekalna steza naj stoji blizu stene, stran od otrok, v primeru nepričakovanih poškodb.
- Samostojno postavljanje tekalne steze
- Po sestavi v skladu s prvimi tremi koraki izvlecite levo zaporo na dnu naprave, podporno cev navzdol, dokler se zapora z zvokom "snap" ne postavi na svoje mesto, zaradi česar tekaška steza ne stoji pokonci.
- Opomba: V primeru nepričakovanih poškodb hranite stran od otrok.

NASVETI IN NAPOTKI ZA VADBO:

- Ogrevanje Pred vsako vadbo se ogrevajte 5-10 minut.
- Dihanje Med vadbo ne zadržujte diha. Vdihnite skozi nos in izdihnite skozi usta ter dihanje uskladite z gibanjem.
- Pogostost Vsako mišico je treba vaditi po 48 urah počitka, tj. vsak drugi dan.
- Obremenitev Intenzivnost vadbe prilagodite svojemu telesnemu stanju. Bolečine v mišicah na začetku vadbe so normalne, vendar jih lahko zmanjšate z nadaljevanjem redne dejavnosti.
- Sprostitev Po vadbi si vzemite 5 minut za sprostitve, da se lažje okrevate in ohranite prožnost mišic.
- Prehrana Za zaščito prebavnega sistema ne začnite z vadbo takoj po obroku. Po vadbi počakajte vsaj 30 minut, preden začnete jesti. Med vadbo se izogibajte pitju velikih količin vode, da ne obremenite srca in ledvic.
- Raztezanje Ne gledajte na hitrost teka začnite z raztezanjem. Ogrete mišice se lažje raztegnejo, zato najprej 5-10 minut hodite, nato pa se ustavite in petkrat raztegnite vsako nogo po najmanj 10 sekund. Raztezanje ponovite tudi po treningu.

1. Upogib naprej Stojte vzravnan in se sklonite ter se z rokami poskušajte dotakniti prstov na nogah. V tem položaju vztrajajte 10-15 sekund, nato se sprostite. Ponovite trikrat. (Glej sliko 1)
2. Raztezanje kolenske tetive Sedite na čisto blazino in zravnajte eno nogo. Drugo nogo pokrčite tako, da se stopalo dotakne notranje strani stegna zravnane noge. Nagnite se naprej in se poskusite z roko dotakniti prstov na nogi. Vztrajajte 10-15 sekund, nato pa se sprostite. Ponovite trikrat za vsako nogo. (Glej sliko 2)
3. Raztezanje ledvenega dela in pete Naslonite dlani na steno ali drevo in iztegnite eno nogo nazaj. Zadnja noga naj bo ravna, peta pa pritisnjena ob tla. Rahlo se nagnite proti steni. Vztrajajte 10-15 sekund in se nato sprostite. Ponovite trikrat za vsako nogo. (Glej sliko 3)
4. Raztezanje mišic štiriglave stegenske mišice Za stabilnost se z levo roko naslonite na steno ali mizo. Z desno roko primite desni gleženj in nežno povlecite stopalo proti zadnjici, dokler ne začutite napetosti v sprednjem delu stegna. Vztrajajte 10-15 sekund, nato pa se sprostite. Ponovite trikrat za vsako nogo. (Glej sliko 4)
5. Raztezanje adduktorjev (notranja stran stegen) Sedite s stopali skupaj, kolena so obrnjena navzven. Z obema rokama primite stopala in jih nežno povlecite proti dimljam. V položaju vztrajajte 10-15 sekund, nato pa se sprostite. Ponovite trikrat. (Glej sliko 5)



Opis funkcij konzole

1. Programi vadbe

P0 se uporablja za nastavev individualnega programa usposabljanja.

P1-P36 so vgrajeni samodejni vadbeni programi.

Na voljo so tudi trije uporabniški programi (USER) in kalkulator BMI.

2. Zaslona - Konzola ima zaslon LED in štiri gumbje za upravljanje.

3. Merilno okno - Prikazane so vrednosti hitrosti in razdalje z možnostjo preklopa med kilometri in miljami.

4. Razpon hitrosti - od 1,0 do 16,0 km/h.

5. Zaščita

- Preobremenitev
- Prekomerni tok
- Zaščita pred eksplozijo
- Proti preveliki hitrosti
- Proti motnjam (EMC)
- Druge funkcije za zaščito uporabnika in naprave

6. Samopreizkus sistema - samodejno odkrivanje napak in njihovih sporočil na zaslonu.

7. Tri prilagojene funkcije - Prilagodljive nastavitve.

8. Funkcija za izdelke, povezane z energijo (ERP).

9. Izklop zvočnega signala - možnost izklopa zvokov obvestil.

Navodila za zagon in varnostni postopki

- Napajalni kabel priključite v 10 A vtičnico z zaščitno ozemljitvijo.
- Vključite stikalo za napajanje - zaslon konzole se bo zagnal in v celoti prikazal.
- Varnostni ključ namestite na ustrezno mesto na konzoli in pripnite sponko za oblačila v višini prsi.
- Elektronski sistem stalno nadzoruje varnost. Če zazna nepravilnosti, se tekalna steza ustavi v sili, na zaslonu pa se prikaže sporočilo o napaki in zvočni signal.
- Če želite izbrisati sporočilo o napaki, odstranite varnostni ključ ali izklopite napajanje.

Opis zaslona in gumbov

1. Prikaz LED

Okno "DISTANCE / TIME" (razdalja / čas) - prikazuje pretečeno razdaljo in čas vadbe. Okno "CALORIES / PULSE" (kalorije / srčni utrip) - prikazuje vrednost pokurenih kalorij in srčni utrip. Okno "SPEED" - prikazuje trenutno hitrost.

2. Preklopne enote: kilometri ↔ milje

Pretvori v milje: Odstranite varnostni ključ. Hkrati pritisnite in držite tipki "PROGRAM" in "MODE", dokler se na zaslonu ne prikaže 0,6 - to pomeni pretvorbo v milje.

Pretvorba v kilometre: Ponovno brez varnostne tipke pritisnite obe tipki ("PROGRAM" in "MODE"), dokler se na zaslonu ne prikaže vrednost 1,0 - to pomeni, da ste se vrnili na kilometre.

3. Gumbi za upravljanje

- "P" - PROGRAM: V stanju pripravljenosti pritisnite gumb za izbiro enega od 36 programov (P1-P36) ali ročnega načina (P0). Privzeta hitrost: 1,0 km/h; največja: 16 km/h.
- "M" - REŽIM: Omogoča izbiro načinov odštevanja: čas, razdalja ali kalorije. Z gumboma "SPEED+" in "SPEED-" nastavite vrednost, nato pa začnite vadbo z gumbom START.
- "START / PAVZA": Zagon tekalne steze s hitrostjo 1,0 km/h. S ponovnim pritiskom jo začasno zaustavite, s ponovnim pritiskom pa nadaljujete vadbo s prejšnjimi nastavitvami.
- "STOP": Takoj ustavi tekalno stezo in izbriše podatke.
- "SPEED+" in "SPEED-": Spreminjate hitrost v korakih po 0,1. Če držite gumb > 2 sekundi, se sproži samodejno pospeševanje/zmanjševanje hitrosti.

4. Varnostna tipka

Sestavljajo ga magnet, sponka in kabel.

- Ko ključ odstranite, se tekalna steza takoj ustavi, na zaslonu pa se prikaže napaka "E-07" in piska.
- Ko ključ ponovno vstavite, se zaslon za 2 sekundi aktivira, nato pa preide v stanje pripravljenosti.

5. Programi in zagon

A. Vrste programov

- P0 - ročni način: poljubna nastavev časa, razdalje ali kalorij.
- P01-P36 - samodejni programi
- U01-U03 - Prilagojeni programi (USER)

B. Zagon tekalne steze

C. Vstavite varnostni ključ v režo - konzola bo prikazovala 2 sekundi in nato prešla v ročni način.

D. Pritisnite START - odštevanje 5-4-3-2-1 z zvokom in tekalna steza se bo zagnala s hitrostjo 1,0 km/h.

E. Če želite napravo ustaviti med vadbo, pritisnite STOP - podatki se bodo ponastavili.

Ročni način

1. Kako zažene ročni način

- a. Vključite stikalo za napajanje - naprava samodejno preide v ročni način.
- b. Ko je naprava ustavljena, pritisnite PROGRAM, da ročno vstopite v ročni način.

2. Razpoložljive nastavitve v ročnem načinu

- Na voljo so tri funkcije za med katerimi lahko izbirate:
 - Čas odštevanja,
 - Odštevanje razdalje,
 - odštevanje kalorij.
 - Ko ste v ročnem načinu, pritisnite gumb MODE, da izberete enega od načinov odštevanja.
 - Ko nastavite želeno vrednost, pritisnite START, da začnete vadbo.
 - Privzeta začetna hitrost je 1,0 km/h, ki jo določi uporabnik.
 - Naenkrat je lahko aktiviran samo en način odštevanja. Nastavljeni parameter se odštevava navzdol, ostali se odštevajo pozitivno.
- ### 3. Delovanje v ročnem načinu
- #### A. Osnovni način (brez odštevanja)
- Na prikazovalniku časa je prikazana ura 0:00.
 - Čas, razdalja in kalorije se štejejo samodejno.
 - S pritiskom na tipko STOP se tekalna steza postopoma ustavi in obnovijo se privzete nastavitve.
- #### B. Način odštevanja časa
- Privzeto: 30:00 minut, razpon nastavitve: 5:00-99:00 (korak po 1 minuti).
 - Za nastavev vrednosti uporabite gumb + / -.
- #### C. Način odštevanja razdalje
- Privzeto: 1,0 km, območje: 1,0-99,0 km (korak po 1 km).
 - Prilagodite z gumbi + / -.
- #### D. Način odštevanja kalorij
- Privzeto: 50 kcal, razpon: 20-990 kcal (korak v korakih po 10 kcal).
 - Vrednost prilagodite z gumbi + / -.
- #### E. Delovanje med tekom
- A.** Ko pritisnete gumb START, se sproži petsekundno odštevanje, po katerem se motor zažene s hitrostjo 1 km/h.
- B.** Za spreminjanje hitrosti uporabite gumb + / - ali QUICK SPEED.
- C-E.** Ko izbrani način (kalorije, razdalja ali čas) doseže ničlo, se tekalna steza postopoma upočasni in ustavi. Naprava se bo vrnila v ročni način.

Samodejni programi (P1-P36)

1. Izбира in nastavitve programa
 - Programi P1-P36 so vgrajeni sistemski vadbeni programi, namenjeni samo načinu odštevanja.
 - V nastavitvenem načinu bo časovno okno začelo utripati - to pomeni, da ga je mogoče nastaviti.
 - Z gumbi "+" / "-" prilagodite čas usposabljanja. Razpon: 5:00 - 99:00 minut (korak po 1 minuti). Privzeta vrednost: 30:00 minut.
 - S pritiskom na gumb "MODE" ponovno nastavite privzeto vrednost.
2. Začetek usposabljanja
 - Ko izberete program, pritisnite gumb "START" - začelo se bo 5-sekundno odštevanje, ki ga bo spremljalo 5 zvočnih signalov.
 - Tekaška steza bo nežno pospešila do hitrosti, določene v izbranem programu, in vzdrževala tempo v skladu z nastavitvami (vključno z morebitnim naklonom).
3. Spreminjanje hitrosti med programom
 - Z gumbi "+", "-" ali "QUICK SPEED" lahko kadar koli ročno prilagodite hitrost tekalne steze med tekom.
4. Zaključek programa
 - Če med delovanjem motorja pritisnete gumb "STOP", se naprava postopoma upočasni, dokler se popolnoma ne ustavi.
 - To spremlja dolg zvočni signal, vse nastavitve pa se ponastavijo na privzeti način pripravljenosti.

Program za testiranje maščobe (FAT)

Indeks telesne mase (ITM) je poenostavljen kazalnik razmerja med višino in težo, ki lahko v kombinaciji z drugimi zdravstvenimi parametri pomaga oceniti telesno težo.

- Referenčne vrednosti FAT:
 - < 18 - preveč vitka postava
 - 18-24 - idealna postava
 - 25-28 - prekomerna telesna teža
 - > 29 - debelost
- Indeks FAT je okviren in se ne sme obravnavati kot medicinska diagnoza.

Navodila za izvedbo testa FAT

1. Začetek testa
 - Ko je tekalna steza ustavljena, pritisnite gumb "PROG", da vstopite v program za testiranje telesne maščobe z oznako "FAT".
 - Pritisnite "MODE", da izberete številko elementa, nato pa nastavite parametre z gumbi "+" / "-".
2. Nastavev spola (F1)
 - F1 se prikaže na zaslonu "Pulse" (Pulz), v oknu "Calories" (Kalorije) pa se prikaže privzeta vrednost 01 (moški).
 - Za izbiro uporabite gumb "+" / "-":
 - 01 - moški
 - 02 - ženska
3. Nastavev starosti (F2)
 - Po pritisku na "MODE" (Način) preidite na nastavev starosti (F2).
 - V oknu "Kalorije" je privzeto prikazanih 25 kalorij.
 - Razpon nastavitve: 1-99 let.
4. Nastavev višine (F3)
 - Z novim pritiskom na gumb "MODE" aktivirate nastavev višine (F3).
 - Privzeta vrednost je 170 cm (67 palcev).
 - Območje nastavitve: 100-220 cm (ali 39-87 palcev).
 - Vrednost prilagodite z gumbi "+" / "-".
5. Test telesne maščobe (FAT/BMI)
 - Pritisnite gumb "MODE" (Način) - na zaslonu "Pulse" (Pulz) se prikaže F5, v oknu za kalorije pa se prikaže "-----".
 - Roke položite na senzorje srčnega utripa - po 8 sekundah se prikaže rezultat indeksa telesne mase.

Varnostni ključ

Ključ vključuje stikalo, sponko za oblačila in najlonsko vrstico. Uporablja se za zaustavitev tekalne steze v nujnih primerih.

- 1. Če ključ med delovanjem odstranite, se na zaslonu prikaže "E-07" in tekalna steza se takoj ustavi.
- 2. ko ponovno pritisnete tipko, se zaslon vklopi za 2 sekundi, nato pa se tekalna steza vrne v privzeto stanje (ročni način P0, števcu so ponastavljeni na nič).

Uporabniški program (U01-U03)

Uporabnik lahko ustvari in shrani 3 prilagojene programe vadbe. Ustvarjanje programa:

1. Za izbiro načina U01-U03 pritisnite "PROG".
2. Pritisnite "MODE", da začnete z nastavitvami:
 - Trajanje: Trajanje: 5-99 min.
 - Hitrost: 1-20 km/h (možna hitra izbira)
 - Naklon: 1: 0-15 % (tudi hitra izbira)
3. Po nastavitvi vsakega parametra pritisnite "MODE", da preidete na naslednji parameter.
4. Nastavitve se samodejno shranijo, ko je konfiguracija končana.
5. Za začetek pritisnite "START".

Ob naslednjem zagonu preprosto izberite program in pritisnite "START".

Merjenje srčnega utripa

- Ko približate roko senzorjem, se v 5 sekundah prikaže vrednost srčnega utripa.
 - Območje prikaza: 50-200 utripov/min.
 - Simbol srca utripa v ritmu izmerjenega srčnega utripa.
- Podatki so okvirni in ne nadomeščajo medicinskih meritev.

Razpon vrednosti:

	Nastavitev začetne vrednosti	Razpon	Razpon prikaza
Čas (minute: sekunde)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Hitrost (km/h)	NE UPORABLJA SE	NE UPORABLJA SE	1-16 KM/H
Naklon (%)	NE UPORABLJA SE	NE UPORABLJA SE	0
Razdalja (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalorije (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Nastavitve parametrov

Ko nastavljate vrednost (npr. čas), jo z gumbi "+" / "-" povečajte ali zmanjšajte. Če dosežete najvišjo vrednost (99:00) in pritisnete "+", se sistem samodejno vrne na najnižjo vrednost (5:00) in tako ustvari tako imenovani cikel.

Funkcija varčevanja z energijo (ERP)

- Privzeto je aktivna.
- Ko tekalne steze ne uporabljate 4,5 minute, samodejno preklopi v način mirovanja, da varčuje z energijo.
- Če želite sistem zbuditi, pritisnite kateri koli gumb.
- Kako onemogočiti/izključiti način ERP:
- V stanju pripravljenosti približno 3 sekunde držite pritisnjen gumb "MODE".
- Na konzoli se prikaže "2222" - funkcija ERP je deaktivirana.
- Ponovite dejanje, če jo želite znova aktivirati.
- Na konzoli se prikaže "1111" - funkcija ERP je bila aktivirana.

Pogoste napake in načini odpravljanja težav

Koda težave	Verjeten vzrok	Popravila
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 napeljavo	Preverite sistemske vhode in izhode ter 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	NEPRAVILNI KLJUČ	Zamenjajte konzolo ali matično ploščo
E-01	A. Komunikacijski kabel je slabo povezan	Ponovno povežite komunikacijski kabel in preverite, ali so vrata pravilno povezana, 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 priključite/očistite senzor
	D. Napačen krmilnik	Zamenjava krmilnika
E-05	A. Pomanjkljiv 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 blokade	1. Preverite, ali je nameščena varnostna blokada;0 2. Ponovno namestite mehanizem varnostne blokade;
Ni pulznega signala	A. Kabel ročaja ni na mestu ali kabel kabel ročaja ni dober	Preverite in povežite ali zamenjajte kabel ročaja
	B. Okvara 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 razlaganje tekalne steze

1. Zlaganje - Pred zlaganjem izklopite napajanje.
2. Razlaganje
 - Tekaško stezo postavite približno 1 m od vtičnice.
 - Tla morajo biti ravna in brez ovir.
3. Premikanje - Pred premikanjem tekalne steze se prepričajte, da je e:
 - je elektrika izklopljena.
 - je vtič izvlečen iz vtičnice.
 - Tekalna steza je zložena.
 - Premikanje korak za korakom:
 - Z eno roko primite hrbtni del tekalne steze, z drugo pa krmilo na isti strani.
 - Nagnite jo pod kotom 40-50° proti prsnemu košu.

Nevarnost:

Če ne veste, ali je naprava pravilno ozemljena, se posvetujte z usposobljenim električarjem ali servisnim osebjem. Vtiča, ki je priložen temu izdelku, ne menjajte brez dovoljenja. Če vtič ni združljiv z vtičnico, mora usposobljen električar namestiti ustrezno vtičnico. Vtič mora biti napetosti 220-240 voltov in ustrezati tej vrsti vtičnice.

Začetek uporabe tekalne steze

Priključite in vklopite napajanje

Razložite tekalno stezo v najnižji položaj in preverite, ali deluje pravilno. Varnostno vrstico pripnite na oblačila - gre za pomemben varnostni element.

Pravilen zagon in delovanje

Ne stojte takoj na traku!

Postavite se na stranske tirnice z rokami na krmilu. Ko

pritisnete gumb "START":

Tekaška steza se bo po 5 sekundah zagnala s hitrostjo 1,0 km/h.

Nato z gumbom "+" povečajte hitrost na udobnih 2,5-3,5 km/h. Z držanjem ročajev postopoma stopajte na stezo in pri tem prilagodite njeno hitrost.

Spreminjanje hitrosti in ustavljanje

Pospesujete ali upočasnjujete z uporabo "+" in "-".

S klikom na ustrezen gumb lahko izberete tudi določeno vrednost hitrosti. S pritiskom na "STOP" se motor ustavi.

Samodejni načini in programi

Vklopite napajanje.

Pritisnite "SELECT", da izberete način.

Pritisnite "START" za zagon izbranega programa.

Med uporabo lahko prilagodite hitrost ali končate vadbo z gumbom "STOP".

Merjenje utripa (HRC)

Roke držite na kovinskih senzorjih - prikazal se bo trenutni srčni utrip (HRC).

Opomba: Če odstranite varnostni ključ, se tekalna steza takoj ustavi in na računalniku se prikaže sporočilo.

VZDRŽEVANJE:

Za zanesljivo in varno delovanje tekalne steze je ključnega pomena pravilno vzdrževanje. Če ga zanemarite, lahko povzroči poškodbe ali skrajša življenjsko dobo naprave. Vse sestavne dele je treba redno pregledovati in zategovati. Obrabljene dele je treba takoj zamenjati.

MAZANJE: Tekalna steza je bila med izdelavo 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

je potrebno mazanje, dvignite stranice tekalnega traku in se dotaknite zadnjega, osrednjega dela:

- Če čutite silikon, mazanje ni potrebno.
- Če je površina suha - je treba opraviti mazanje.

Navodila za mazanje:

1. Ustavite stroj in zložite tekalno stezo.

2. Dvignite tekalni trak z zadnje strani glavnega okvirja.

3. Držite steklenico čim bližje sredini traku in razpršite silikonsko olje - na obeh straneh. Tekalno stezo poganjajte s hitrostjo 1 km/h, da se olje enakomerno porazdeli po tekalni površini.

1. Nastavitev jermena tekalne steze

V tovarni je tekoči jermen pravilno poravnan. Vendar se lahko zaradi uporabe razrahlja, kar povzroči prekinitev ali zdrs. Če se to zgodi, 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 povzroči poškodbe motorja, jermena, valjev ali drugih sestavnih delov.

2. Nastavitev odklona jermena

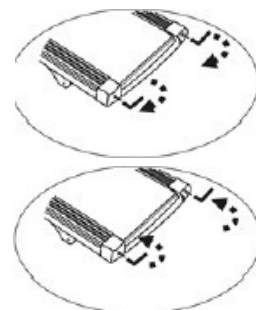
Čeprav je jermen tovarniško nastavljen, se lahko po določenem času premakne. Najpogostejši vzroki so:

- Nestabilna nastavitve tekalne steze,
- tek z odklikom v stran,
- neenakomerna porazdelitev pritiska stopal.

Če odstopanje ni trajno, lahko s tekalno stezo brez obremenitve nekaj minut tečete brez obremenitve in ponovno vzpostavite ravnovesje. Če je potrebno, opravite ročno nastavitve z uporabo 6 mm ključa z nastavkom - tako, da vijak zavrtite za pol obrata.

Primer 1: jermen se premika 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)



NASTAVITVENI KLJUČ:

Vijak za zategovanje v smeri urinega kazalca =
Zategovanje v nasprotni smeri urinega kazalca = rahljanje
Pas se vedno premika na stran, ki je bolj ohlapna.

Nasveti:

Pred vsako nastavitvijo tekalno stezo poganjajte pri nizki hitrosti.
Vijakov ne zategujte preveč.
Po vsaki nastavitvi opazujte delovanje jermena.
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 nastavljeni, vendar se lahko sčasoma sprostijo in povzročijo zdrs. Nastavitev:

1. S ključem obrnite nastavitveni vijak v nasprotni smeri urinega kazalca.

2. Območje nastavitve mora zagotavljati nemoten prenos brez zdrsa.

Opomba: Redno čistite jermene in utore 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 odklopljena iz električnega omrežja	Priključite jo v vtičnico.
	B. Varnostni ključ ni nameščen	Varnostni ključ vstavite 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. Nezadostno mazanje	Uporabite mazivo na osnovi metilsilikonskega olja
	B. Preveč zategnjeni tekoči trakovi	Prilagodite tekaške trakove, da bodo tesni
Tekški trak je zdrsnil	A. Tekški pas je preohlapen	Nastavite tekaške trakove, da bodo tesni
	B. Pas je zrahljan	Nastavite napetost pogonskega jermena

Težava	Razlog	Vzdrževanje
Sistem ne deluje	A. Ni napajanja	Priključite vtič v vtičnico, vhod z napajanjem
	B. varnostni ključ ni v pravilnem položaju	Postavite varnostni ključ v pravilen položaj
	C. transformator ni pravilno vstavljen ali Transformator je okvarjen	Preverite in pravilno priključite transformator ali ga zamenjajte.
	D. prekinjen tokokrog	Preverite vhodni in izhodni terminal sistema ter komunikacijske linije
Nenadna zaustavitev v normalnem stanju	A. Padec varnostnega ključa	Pravilna namestitev varnostnega ključa
	B. Nepravilen sistem	Obrnite se na servisno službo
Gumbi ne delujejo	A. Nekateri gumbi so poškodovani	Zamenjajte gumbe
	B. Vsi gumbi so nepravilni	1. Zamenjajte ploščo z gumbi, žice za gumbe 2. Zamenjajte matično ploščo; zamenjajte konzolo
E1	Slaba povezava komunikacijskih kablov	Ponovno povežite komunikacijski kabel in preverite, ali so vrata povezana, ali pa komunikacijski kabel zamenjajte.
	B. Konzola je okvarjena	Zamenjava konzole
	C. Transformator je pokvarjen	Preverite in zamenjajte transformator
	D. Krmilnik je okvarjen	Zamenjajte krmilnik
E2	A. Motorni kabel ali motor je okvarjen	Preverite in zamenjajte motorni kabel ali motor
	B. Slaba povezava med kablom motorja in krmilnikom ali okvara krmilnika	Preverite in pravilno povežite kabel ali zamenjajte krmilnik
E3	A. Senzor hitrosti ni pravilno nameščen	Preverite in ga pravilno namestite.
	B. Senzor hitrosti je okvarjen	Zamenjajte senzor hitrosti
	C. Slaba povezava med senzorjem hitrosti in krmilnikom	Preverite in pravilno povežite
	D. Krmilnik je pokvarjen	Zamenjajte krmilnik
E5	A. Krmilnik je okvarjen	Zamenjajte krmilnik
	B. Motor je pokvarjen	Zamenjajte motor
E7	Na konzoli ni zaznan signal varnostnega ključa	1. Preverite, ali je varnostni ključ v pravilnem položaju; 2. Ponovno namestite varnostni zaklepni mehanizem in preverite, ali je luknja na sredini in da črni zrnice odskoči na svoje mesto; zamenjajte konzolo
Podatki o srčnem utripu niso prikazani	A. Impulzni kabel ročice ni dobro sestavljen ali pa je impulzni kabel ročice poškodovan.	Preverite in dobro povežite ali zamenjajte kabel pulza ročaja
	B. Napaka na liniji elektronskega sistema	Zamenjava konzole
Elektronski zaslon je nepopoln	A. Vijaki izvlečne plošče so se sprostili	Zaklepni in pritrdilni vijaki
	B. Okvara sistema	Zamenjava konzole



Aplikacija Bluetooth APP za tekalno stezo



Povezava Bluetooth podpira AnyRun, Zwift in Kinomap



AnyRun

Prenesite, registrirajte in se prijavite v aplikacijo AnyRun ter pojdite na stran z nastavitvami: Kliknite Nastavitve, ki je v spodnjem desnem kotu, kliknite Naprave, 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: Zwift si zapomni naprave, ki so bile uporabljene v prejšnji seji, in jih lahko poskusi seznaniti, 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 blagovno znamko Bluetooth po svoji izbiri, npr. Anyrun itd; kliknite vsebino v razdelku Interaktivno, aplikacija bo zaznala najdeno strojno opremo, izberite kodo Bluetooth, ki je enaka kodi, označeni na konzoli za strojno opremo, nato kliknite ADD NEW EQUIPMENT, prikazana bo uspešno dodana strojna oprema.



Instruktioner för användning

1. Anslut endast nätkabeln till ett jordat uttag. Använd inte förlängningssladdar eller adaptarar.
2. Se till att löpbandet står stadigt på en plan yta i ett slutet, torrt rum.
3. Innan du startar löpbandet ska du ställa dig på sidostegarna och fästa 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. Vid ovanliga ljud, brännande lukt, problem med skärmen eller bandrörelser, avbryt omedelbart träningen, koppla bort strömförsörjningen och kontakta service.

Nr.	Delens namn	Kvantitet	Nr.	Delens namn	antal
1	Huvudram	1	51	Plastbricka $\Phi 18 \times \Phi 8,5 \times 2,0$	2
2	Insexskruv med full gänga M8*20	2	52	Ratt $\Phi 35 \times M8 \times 20$	2
3	Skruv med full gänga M5*10	8	53	L-formad knopp	2
4	Självgängande skruv ST4*16	9	54	Flaskhållare	1
5	Insexbult med full gänga M8*75	2	55	Lock för vänster konsol	1
6	Plan bricka $\Phi 8$	2	56	Skydd för höger konsol	1
7	Insexcylinder med full gänga M6*45	1	57	Kommunikationskabel	1
8	Självgängande skruv ST4*10	2	58	Ram för konsol	1
9	Insexbult med full gänga M6*55× $\Phi 16$	6	59	Konsolens fästplatta	1
10	Massiv gängad bult M4*16	2	60	Fjäder $\Phi 12,5 \times \Phi 6,2 \times 0,7$	4
11	Skruv med full gänga M4*10	2	61	Stegbricka M6 $\Phi 16 \times \Phi 8 \times 4,7$	2
12	Självgängande skruv ST4*15	8	62	Självgängande skruv ST4*10	2
13	Plan bricka $\Phi 5$	2	63	Självgängande skruv ST4*16	20
14	Extern tandad låsbricka $\Phi 5$	2	64	Självgängande skruv ST4*10	16
15	Fjäderbricka $\Phi 5$	2	65	Självgängande skruv ST4*15	4
16	Platt plastbricka $\Phi 12 \times \Phi 6 \times 1,0$	6	66	Sexkantsbult med full gänga M6*25	2
17	Magnetisk ring	1	67	Skruv med full gänga	2
18	Främre rulle	1	68	Sexkantig låsmutter	4
19	Bakre rulle	1	69	Konsol	1
20	Motor	1	70	Kommunikationskabel	1
21	Löpande bälte	1	71	Konsolpanel	1
22	Styrbord	1	72	Lock till bakre konsol	1
23	Motorrem 174(442)PJ6	1	73	Uttag för säkerhetsnyckel	1
24	Försänkt skruv med full gänga M4*8	2	74	Säkerhetsnyckel	1
25	Motorskydd	1	75	Övre korg	1
26	Bakre lock	1	76	Nedre korg	1
27	Sidoskena	2	77	Dekoratив täckning för främre konsol	1
28	Fyrkantig kudde	6	78	Bakre dekorativt konsollock	1
29	Hjulen	2	79	Impulskabel för handtag	2
30	Styrkloss med rund kant	6	80	Handtag impuls set start/stopp	1
31	Fot	4	81	Hastighetshandtag pulsuppsättning	1
32	Kabelklämma	2	82	Kabel för tryckknapp	1
33	Kommunikationskabel	1	83	Fällbar stödrum	2
34	Strömkabel	1	84	Cylindrisk spiralfjäder	2
35	Kabel för strömförsörjning	1	86	Hylshuvudskruv med full gänga	2
36	Strömkabel	1	88	EVA-dyna	2
37	Strömkabel	1	89	Akrylklistermärke för konsolen	1
38	Hastighetssensor	1	90	Skruv med full gänga	2
39	Strömbrytare	1	91	Fjäder $\Phi 8 \times \Phi 4,2 \times 0,4$	4
40	Själväterställande brytare	1	92	Fjäder $\Phi 40 \times \Phi 20,4 \times 2,0$	2
41	Klämma för strömkabel	1	93	Distansbricka t4,0× $\Phi 40$	2
42	Metallfäste för hastighetssensor	1	96	Kabel för matning	1
43	Fäste för vänster hand	1	97	Svetsar för bakre konsol	1
44	Höger fäste	1	98	Sexkantsbult med stort platt huvud med full tandning M8*20	2
45	Insexskruv med full gänga M8*20	4	99	Plan bricka $\Phi 8$	2
46	Självgängande skruv ST4*10	4	100	Sexkantig låsmutter M8	2
47	Plan bricka $\Phi 8$	2	101	Fjäderklämma	1
48	Sexkantig låsmutter M8	2			
49	Plan bricka $\Phi 32 \times \Phi 8,5 \times 2,0$	2			
50	Plastbricka $\Phi 24 \times \Phi 16 \times 2,0$	2			

Varningar och förbud:

⚠ Använd inte ett löpband:

- om du genomgår behandling och inte har din läkares godkännande,
- om du har hjärtproblem, ryggproblem, ledproblem, benskörhet eller allvarliga kroniska sjukdomar,
- om du är gravid, menstruerar eller mår dåligt,
- om du har druckit alkohol eller är påverkad av droger som försämrar koncentrationsförmågan,
- om nätsladden är skadad eller om uttaget är löst.

⚠ Det är förbjudet att:

- demontera, modifiera eller reparera löpbandet själv,
- använda apparaten utomhus eller i våtrum (t.ex. badrum),
- sätta på eller stänga av löpbandet med våta händer,
- hoppa eller kliva av bandet när maskinen är igång,
- använda löpbandet av barn och personer som är medvetlösa eller har motoriska funktionsnedsättningar.



- Konsol
- Ledstång
- Knopp
- Profil
- Sidoskenor
- Körbälte
- Bakre skydd
- Huvudram
- L-formad knopp
- Motorhölje
- L-stativ stolpe
- Flaskhållare
- Konsolram

Teknisk information:

Dimension	Fälld: 1520*780*265 mm
	Utfälld: 1520*780*1280
Körbar yta	1220*440 mm
Hastighet	1,0-16,0 km/h

Observera: Vi förbehåller oss rätten att ändra produkten utan föregående meddelande.



Förpackningslista:

- Maskin
- Flaskhållare
- Flaska i silikon
- Säkerhetsnyckel
- Bruksanvisning
- Utrustningssats

Lista över hårdvara:

- Skiftnyckel 14x17x75 - x1
- T-skruvnyckel 6 mm - x1
- M4x16 skarp skruv med full gänga - x2



Huvuddelar:

- Motorskyddsskåpa
- Konsol
- Motor
- Motorbälte
- Körbälte
- Tröskelbräda
- Sidoskena
- Bakre rulle
- Främre rulle
- Bakre lock



1. MONTERINGSANVISNINGAR:

- Ta ut maskinen ur kartongen och lägg den på ett plant golv (se bilden ovan), ta bort alla påsar och tejp som omsluter maskinen.
- Lossa de två L-formade knapparna på undersidan och lyft sedan de vertikala stolparna.
- Lyft den vertikala profilen till det övre läget och lås sedan vredet.
- Lossa på vredet på båda sidor, justera konsolramen till rätt läge och lås sedan vredet.
- Justera konsolen till rätt position, montera flaskhållaren på vänster profil med en M4 * 16 massiv gängad skruv. Efter att ha dubbelkollat att alla vred är ordentligt låsta är monteringen klar.

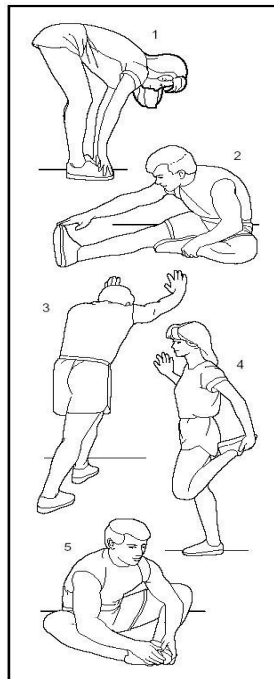
2. MONTERINGSANVISNINGAR:

- Montera banan enligt monteringsanvisningen, lägg konsolen plant, håll konsolramen med en hand och lossa sedan på vredet med den andra handen för att fälla konsolramen. Håll profilen med en hand, lossa sedan den L-formade knoppen med den andra handen för att fälla ihop stativstolpen och lås slutligen den L-formade knoppen. Löpbandet är hopfällt och kan flyttas och/eller förvaras.
- Vrid de hopfällbara stöden i den riktning som visas i illustrationerna nedan.
- Ställ upp löpbandet.
Obs: Löpbandet bör stå nära väggen, på avstånd från barn, för att undvika oväntade skador.
- Ställa upp löpbandet på egen hand
Efter att ha monterat enligt de tre första stegen, dra ut den vänstra spärren längst ner på maskinen, stödröret nedåt, tills spärren är på plats med ett "snäpp"-ljud, vilket resulterar i en motståndsfri upprätt ställning.
Obs: Förvaras åtskilt från barn, i händelse av oväntad skada.

TIPS OCH RÅD OM TRÄNING:

- Uppvärmning Värm upp i 5-10 minuter före varje träningspass.
- Andning Håll inte andan när du tränar. Andas in genom näsan och ut genom munnen och synkronisera andningen med rörelsen.
- Frekvens Varje muskel bör tränas efter 48 timmars vila, d.v.s. varannan dag.
- Belastning Anpassa träningspassets intensitet till din fysiska kondition. Muskelömheter i början av träningen är normalt, men kan minimeras genom att du fortsätter med regelbunden aktivitet.
- Avkoppling Ta 5 minuter för att koppla av efter träningen för att underlätta återhämtningen och bibehålla musklernas flexibilitet.
- Kost För att skydda matsmältningssystemet ska du inte börja träna direkt efter en måltid. Vänta minst 30 minuter efter träningen innan du äter. Undvik att dricka stora mängder vatten under träningen för att inte belasta hjärta och njurar.
- Stretching Oavsett vilket tempo du springer i ska du börja med att stretcha. Uppvärmda muskler sträcker sig lättare, så gå först 5-10 minuter, stanna sedan och sträck ut varje ben fem gånger i minst 10 sekunder vardera. Upprepa även stretchingen efter träningspasset.

1. Framåtböjning Stå rakt och böj dig framåt och försök att nudda tårna med händerna. Håll positionen i 10-15 sekunder och slappna sedan av. Upprepa 3 gånger. (Se figur 1)
2. Sträck knäsenan Sitt på en ren dyna och sträck ut ena benet. Böj det andra benet så att foten vidrör insidan av låret på det raka benet. Luta dig framåt och försök att nudda tårna med handen. Håll i 10-15 sekunder och slappna sedan av. Upprepa 3 gånger för varje ben (se figur 2).
3. Vad- och hälstretch Luta handflatorna mot en vägg eller ett träd och sträck ut ena benet bakåt. Håll det bakre benet rakt och hälen pressad mot marken. Luta dig försiktigt mot en vägg. Håll i 10-15 sekunder och slappna sedan av. Upprepa 3 gånger för varje ben (se figur 3).
4. Quadriceps lärmuskelstretch Luta dig mot en vägg eller ett bord med vänster hand för stabilitet. Ta tag i höger fotled med höger hand och dra försiktigt foten mot skinkan tills du känner en spänning i framsidan av låret. Håll i 10-15 sekunder och slappna sedan av. Upprepa 3 gånger för varje ben (se figur 4).
5. Adduktorstretch (insidan av låren) Sitt med fotsulorna ihop och knäna vända utåt. Ta tag i fötterna med båda händerna och dra dem försiktigt mot ljumsken. Håll positionen i 10-15 sekunder och slappna sedan av. Upprepa 3 gånger. (Se bild 5)



Beskrivning av konsolens funktioner

1. Träningsprogram

P0 används för att ställa in ett individuellt träningsprogram. P1-P36 är inbyggda automatiska träningsprogram. Det finns också tre användarprogram (USER) och en BMI-kalkylator.

2. Display - Konsolen har en LED-skärm och fyra manöverknappar.
3. Måtfönster - Hastighets- och distansvärden visas, med möjlighet att växla mellan kilometer och miles.
4. Hastighetsintervall - Från 1,0 till 16,0 km/h.
5. Skydd

- Överbelastning
- Överström
- Explosionsskydd
- Mot överhastighet
- Antistörning (EMC)
- Andra funktioner för att skydda användaren och enheten

6. Systemets självtest - Automatisk detektering av fel och deras meddelanden på skärmen.
7. Tre skräddarsydda funktioner - Anpassningsbara inställningar.
8. ERP-funktion (Energy-Related Products).
9. Summer mute - Möjlighet att stänga av aviseringsljud.

Instruktioner för idrifttagning och säkerhetsprocedurer

- Anslut nätsladden till ett 10 A-uttag med skyddsjord.
- Slå på strömbrytaren - konsolskärmen startar upp och visas i sin helhet.
- Placera säkerhetsnyckeln på lämplig plats på konsolen och fäst dess klädklämma i brösthöjd.
- Ett elektroniskt system övervakar ständigt säkerheten. Om något avvikande upptäcks nödstoppar löpbandet och ett felmeddelande och en ljudsignal visas på skärmen.
- Ta bort säkerhetsnyckeln eller stäng av strömmen för att rensa felmeddelandet.

Beskrivning av displayen och knapparna

1. LED-display

Fönstret "DISTANCE / TIME" - visar den tillryggagångna sträckan och träningstiden. Fönstret "CALORIES / PULSE" - visar förbrända kalorier och hjärtfrekvens. Fönstret "SPEED" - visar den aktuella hastigheten.

2. Växling av enheter: kilometer ↔ miles

Konvertera till miles: Ta bort säkerhetsknappen. Håll knapparna "PROGRAM" och "MODE" intryckta samtidigt tills 0,6 visas på displayen - detta är en omräkning till miles.

Omvandling till kilometer: Tryck på båda knapparna ("PROGRAM" och "MODE") utan säkerhetsnyckeln tills displayen visar 1,0 - detta indikerar en återgång till kilometer.

3. Manöverknappar

- **"P"** - PROGRAM: I standby-läge, tryck på knappen för att välja mellan 36 program (P1-P36) eller manuellt läge (P0). Standardhastighet: 1,0 km/h; max: 16 km/h.
- **"M"** - LÄGE: Ger dig möjlighet att välja nedräkningsläge: tid, distans eller kalorier. Använd knapparna "SPEED+" och "SPEED-" för att ställa in värdet och starta sedan träningspasset med START-knappen.
- **"START / PAUS"**: Startar löpbandet med en hastighet på 1,0 km/h. Om du trycker på knappen igen stoppas det tillfälligt och om du trycker på knappen igen återupptas träningen med tidigare inställningar.
- **"STOP"**: Stoppa löpbandet omedelbart och rensar data.
- **"SPEED+" och "SPEED-"**: Ändra hastigheten i steg om 0,1. Om knappen hålls intryckt i >2 sekunder sker automatisk acceleration/deceleration.

4. Säkerhetsknapp

Består av en magnet, ett clips och en kabel.

- När nyckeln tas ut - stannar löpbandet omedelbart och displayen visar felet "E-07" och piper.
- När nyckeln sätts i igen aktiveras displayen i 2 sekunder och går sedan in i standby-läge.

5. Program och uppstart

A. Typ av program

- P0 - Manuellt läge: valfri inställning av tid, distans eller kalorier.
- P01-P36 - Automatiska program
- U01-U03 - Kundenpassade program (USER)

B. Starta löpbandet

C. Sätt i säkerhetsnyckeln i facket - konsolen visas i 2 sekunder och går sedan in i manuellt läge.

D. Tryck på START - nedräkning 5-4-3-2-1 med ljud och löpbandet startar i 1,0 km/h.

E. För att stoppa maskinen under ett träningspass, tryck på STOP - data återställs.

Manuellt läge

1. Så här startar du det manuella läget
 - a. Slå på strömbrytaren - enheten går automatiskt in i manuellt läge.
 - b. Vid stopp, tryck på PROGRAM för att manuellt gå in i manuellt läge.

2. Tillgängliga inställningar i manuellt läge

- Det finns tre funktioner att välja mellan:
 - **Nedräkningstid,**
 - Nedräkning **av avstånd,**
 - Nedräkning **av kaloriintag.**
- När du är i manuellt läge trycker du på MODE-knappen för att välja ett av nedräkningslägena.
- När du har ställt in önskat värde trycker du på START för att starta träningspasset.
- Den förvalda starthastigheten är 1,0 km/h och ställs in av användaren.
- Endast ett nedräkningsläge kan aktiveras åt gången. Den inställda parametern räknas ned, de övriga räknas upp.

3. Manövrering i manuellt läge

A. Grundläge (utan nedräkning)

- Tidsdisplayen visar 0:00.
- Tid, distans och kalorier räknas automatiskt.
- Genom att trycka på STOP stannar löpbandet gradvis och återställer standardinställningarna.

B. Läge för nedräkningstid

- Standard: 30:00 minuter, inställningsintervall: 5:00-99:00 (steg om 1 minut).
- Använd knapparna + / - för att justera värdena.

C. Läge för nedräkning av distans

- Standard: 1,0 km, intervall: 1,0-99,0 km (steg i steg om 1 km).
- Justera med hjälp av knapparna + / -.

D. Nedräkningsläge för kalori

- Standard: 50 kcal, intervall: 20-990 kcal (steg i 10 kcal-steg).
- Justera värdet med knapparna + / -.

E. Användning under köring

A. När du trycker på START startar en nedräkning på 5 sekunder, varefter motorn startar i 1 km/h.

B. Använd knapparna + / - eller QUICK SPEED för att ändra hastigheten.

C-E. När det valda läget (kalorier, distans eller tid) når noll, kommer löpbandet gradvis att sakta ner och stanna. Enheten återgår till manuellt läge.

Automatiska program (P1-P36)

1. Programval och inställning

- P1-P36-programmen är inbyggda systemträningsprogram som endast är avsedda för nedräkningsläget.
- I inställningsläget börjar tidsfönstret att blinka - detta indikerar att det är konfigurerbart.
- Använd knapparna "+" / "-" för att justera träningstiden. Intervall: 5:00 - 99:00 minuter (steg i intervaller om 1 minut). Standardvärde: 30:00 minuter.
- Tryck på "MODE"-knappen för att återställa standardvärdet.

2. Starta träningen

- När du har valt ditt program trycker du på "START" - en nedräkning på 5 sekunder startar, åtföljd av 5 ljudsignaler.
- Löpbandet accelererar försiktigt till den hastighet som anges i det valda programmet och håller takten enligt inställningarna (inklusive eventuell lutning).

3. Ändra hastigheten under programmet

- Du kan när som helst använda knapparna "+", "-" eller "QUICK SPEED" för att manuellt justera löpbandets hastighet under löpningen.

4. Avsluta programmet

- Om du trycker på "STOP"-knappen medan motorn är igång saktar maskinen gradvis ner tills den stannar helt.
- Detta åtföljs av en lång ljudsignal och alla inställningar återställs till standby-läget.

Fett-testprogram (FAT)

Body Mass Index (FAT) är en förenklad indikator på förhållandet mellan längd och vikt, som - i kombination med andra hälsoparametrar - kan hjälpa till att bedöma kroppsvikten.

Referensvärden för FAT:

- < 18 - för smal figur
 - 18-24 - idealisk figur
 - 25-28 - övervikt
 - > 29 - fetma
- FAT-indexet är vägledande och ska inte betraktas som en medicinsk diagnos.

Instruktioner för att utföra FAT-testet

1. Starta testet

- När löpbandet är stoppat, tryck på "PROG"-knappen för att gå till programmet för kroppsfettmätning märkt "FAT"
- Tryck på "MODE" för att välja objekt nummer och ställ sedan in parametrarna med knapparna "+" / "-".

2. Inställning av kön (F1)

- F1 visas på "Pulse"-skärmen och standardvärdet 01 (man) visas i "Calories"-fönstret.
- Använd "+" / "-" för att välja:
 - 01 - man
 - 02 - kvinna

3. Inställning av ålder (F2)

- När du har tryckt på "MODE" går du till åldersinställningen (F2).
- I fönstret "Calories" visas 25 som standard.
- Inställningsområde: 1-99 år.

4. Inställning av höjd (F3)

- Ytterligare en tryckning på "MODE" aktiverar höjdinställningen (F3).
- Standardvärdet är 170 cm (67 tum).
- Inställningsintervall: 100-220 cm (eller 39-87 tum).
- Justera värdet med hjälp av knapparna "+" / "-".

5. Test av kroppsfett (FAT/BMI)

- Tryck på "MODE"-knappen - "Pulse"-displayen visar F5 och kalorifönstret visar "-----".
- Placera dina händer på pulssensorerna - efter 8 sekunder visas BMI-resultatet.

Säkerhetsnyckel

Nyckeln består av en strömbrytare, en klädklämma och en nylonsladd. Den används för att stoppa löpbandet i en nödsituation.

- 1. Om nyckeln tas bort under drift kommer skärmen att visa "E-07" och löpbandet kommer att stanna omedelbart.
- 2. När du trycker på knappen igen tänds skärmen i 2 sekunder och därefter återgår löpbandet till standardläget (manuellt läge P0, räknarna nollställda).

Användarprogram (U01-U03)

Användaren kan skapa och spara 3 skräddarsydda träningsprogram. Skapa ett program:

1. Tryck på "PROG" för att välja läget U01-U03.
2. Tryck på "MODE" för att starta inställningarna:
 - Varaktighet: 5-99 min
 - Hastighet: 1-20 km/h (snabbval möjligt)
 - Lutning: 0-15% (även snabbval)
3. När du har ställt in varje parameter trycker du på "MODE" för att gå till nästa.
4. Inställningarna sparas automatiskt när konfigurationen är klar.
5. Tryck på "START" för att starta.

Nästa gång du startar väljer du bara programmet och trycker på "START".

Mätning av hjärtfrekvensen

- När du lägger handen på sensorerna visas ditt pulsvärde inom 5 sekunder.
 - Visningsintervall: 50-200 slag/min.
 - Hjärtsymbolen pulserar i takt med den uppmätta hjärtfrekvensen.
- Uppgifterna är vägledande och ersätter inte medicinska mätningar.

Värdeintervall:

	Inställning av startvärde	Område	Visningsintervall
Tid (minuter: sekunder)	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Hastighet (km/h)	EJ TILLÄMPLIG	EJ TILLÄMPLIG	1-16KM
Lutning (%)	EJ TILLÄMPLIG	EJ TILLÄMPLIGT	0
Avstånd (km)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Kalorier (kcal)	50	1.0-99.0	0-999

Inställning av parametrar

När du ställer in ett värde (t.ex. tid) använder du knapparna "+" / "-" för att öka eller minska värdet. Om du når maxvärdet (99:00) och trycker på "+" återgår systemet automatiskt till minvärdet (5:00), vilket skapar en s.k. cykel.

Energibesparingsfunktion (ERP)

- Aktiv som standard.
- När löpbandet inte har använts på 4,5 minuter går det automatiskt in i viloläge för att spara energi.
- För att väcka systemet, tryck på valfri knapp.
- Så här inaktiverar/aktiverar du ERP-läget
- Håll "MODE"-knappen intryckt i cirka 3 sekunder i standby-läge.
- Konsolen visar "2222" - ERP-funktionen har avaktiverats.
- Upprepa åtgärden för att aktivera den igen.
- På konsolen visas "1111" - ERP-funktionen har aktiverats.

Vanliga fel och felsökningsmetoder

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	Ställ säkerhetsspärren i rätt läge
	C. Styrenheten eller konsolen är inte påslagen	Byt ut styrenheten eller konsolen
	D. Dålig linjekontakt	Kontrollera systemets in- och utgångar samt kommunikationslinjerna
Plötsligt stopp i normalt tillstånd	A. Säkerhetsspärren har fallit ur	Sätt tillbaka den
	B. Fel i systemet	Be serviceteknikern att ta hand om det
Fel på nyckeln	FELAKTIG NYCKEL	Byt ut konsolen eller moderkortet
E-01	A. Kommunikationskabeln har dålig anslutning	Anslut kommunikationskabeln igen 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. Felaktig 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 från säkerhetsspärren	1. Kontrollera att säkerhetsspärren är på plats;0 2. Återmontera säkerhetsspärren;
Ingen pulssignal	A. Handtagskabeln sitter inte på plats eller kabeln handtagskabeln är inte bra	Kontrollera och anslut eller byt ut handtagskabeln
	B. Fel i elektronisksystemets krets	Byt ut konsolen
Ofullständiga eller saknade konsollinjer	A. Displayen är felaktig	Byt ut moderkortet eller skärmen
	B. Fel i systemet	Byte av konsol

Fälla ihop och fälla ut löpbandet

1. Fällning - Koppla bort strömförsörjningen innan du fäller ihop bandet.
2. Fäller ut
 - Placera löpbandet ca 1 m från eluttaget.
 - Underlaget måste vara plant och fritt från hinder.
3. Flytta - Innan du flyttar löpbandet ska du kontrollera att e:
 - Strömmen är avstängd.
 - Stickkontakten har dragits ut ur vägguttaget.
 - Löpbandet har fällts ihop.
 - Förflyttning steg för steg:
 - Ta tag i löpbandets baksida med ena handen och i styret på samma sida med den andra.
 - Luta löpbandet i en vinkel på 40-50° mot bröstet.

Risk för skada:

Kontakta en behörig elektriker eller servicepersonal om du inte vet om maskinen är korrekt jordad. Byt inte ut stickkontakten som medföljer denna produkt utan tillstånd. Om stickkontakten inte är kompatibel med vägguttaget ska en behörig elektriker installera ett lämpligt eluttag. Den ska vara på 220-240 volt och passa till den här typen av uttag.

Komma igång med löpbandet

Koppla in och slå på strömförsörjningen

Fäll ut löpbandet till dess lägsta läge och kontrollera att det fungerar som det ska.

Fäst säkerhetssnöret i kläderna - det är en viktig säkerhetsanordning.

Starta och kör på rätt sätt

Ställ dig inte på bandet direkt!

Ställ dig på sidogrindarna med händerna på styret. När du

trycker på "START":

Löpbandet startar efter 5 sekunder med en hastighet på 1,0 km/h.

Använd sedan "+"-knappen för att öka till en bekväm hastighet på 2,5-3,5 km/h. Håll i styret och gå gradvis in i körfältet och matcha dess hastighet.

Ändra hastighet och stanna

Öka eller minska hastigheten med hjälp av "+" och "-".

Du kan också välja ett specifikt hastighetsvärde genom att klicka på motsvarande knapp. Om du trycker på "STOP" stannar motorn.

Automatiska lägen och program

Slå på strömmen.

Tryck på "SELECT" för att välja ett läge.

Tryck på "START" för att starta det valda programmet.

Under användningen kan du justera hastigheten eller avsluta träningspasset med "STOP"-knappen.

Pulsmätning (HRC)

Håll händerna på metallsensorerna - den aktuella hjärtfrekvensen (HRC) visas på displayen.

Obs: Om du tar bort säkerhetsnyckeln stannar löpbandet omedelbart och ett meddelande visas på datorn.

UNDERHÅLL:

Korrekt underhåll är avgörande för att löpbandet ska fungera tillförlitligt och säkert. Om det försummas kan det leda till skador eller förkorta maskinens livslängd.

Alla komponenter ska inspekteras och dras åt regelbundet. Slitna delar ska bytas ut omedelbart.

SMÖRJNING: Löpbandet har smörjts 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

lyft upp sidorna på löpbandet och rör vid den bakre, centrala delen:

- Om du kan känna silikonet - smörjning är inte nödvändig.
- Om ytan är torr - bör smörjning utföras.

Instruktioner för smörjning:

1. Stoppa maskinen och fäll ihop löpbandet.
2. Lyft av löpbandet från 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 löpbandets bälte

På fabriken är löpremmen korrekt inriktad. Vid användning kan den dock lossna, vilket kan leda till avbrott eller glidning. Dra i så fall åt justerskruvarna - vardera ett halvt varv åt vänster eller höger.

Om remmen är för lös kan den glida på remskivan. För hög spänning kan å andra sidan överbelasta motorn och orsaka skador på motor, rem, rullar eller andra komponenter.

2. Justering av remmens avböjning

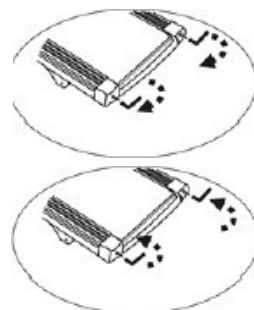
Även om remmen är inställd på fabriken kan den förskjutas efter en tid. De vanligaste orsakerna är:

- Instabil inriktning av löpbandet,
- Löpning med förskjutning åt sidan,
- Ojämn fördelning av fottrycket.

Om avvikelser 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 - genom att vrida skruven ett halvt varv.

Exempel 1: bandet rör sig åt vänster → Dra åt den vänstra skruven (medurs) → Eller lossa den högra skruven (moturs)

Exempel 2: remmen rör sig åt höger → Dra åt den högra skruven (medurs) → Eller lossa den vänstra skruven (moturs)



JUSTERINGSNYCKEL:

Medurs= åtdragning Moturs= lossning Remmen rör sig alltid till 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 allvarliga skador.

**3. Justering av drivremmen (motor)**

Drivremmarna är förinställda på fabriken, men kan lossna med tiden, vilket leder till glidning. Justering:

1. Använd en skiftnyckel för att vrida justeringsskruven moturs.

2. Justeringsintervallet bör säkerställa en jämn transmission utan glidning.

Obs: Rengör remmarna och remskivornas spår regelbundet för att säkerställa att drivsystemet fungerar smidigt.

a) Justeringsskruv

b) Motor

c) Främre rulle

d) Rem

Typiska fel och reparationsmetoder:

Problem	Troliga orsaker	Metoder för underhåll
Löpbandet fungerar inte	A. Det är urkopplat	Anslut den till ett uttag
	B. Säkerhetsnyckeln sitter inte i	Sätt in säkerhetsnyckeln i panelen
	C. Öppen signalkrets	Kontrollera styrenhetens ingång och signalledningen
	D. Strömförsörjningen är inte påslagen	Ställ strömbrytaren i läge NO
	E. Säkringarna har gått	Byt ut säkringen
Rör sig inte mjukt	A. Otillräcklig smörjning	Använd ett smörjmedel baserat på metylsilikonolja
	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

Problem	Orsak till felet	Underhåll
Systemet fungerar inte	A. Ingen ström	Anslut kontakten till uttaget, mata in strömmen
	B. Säkerhetsnyckeln är inte i rätt läge	Sätt säkerhetsnyckeln i rätt läge
	C. transformatorn är inte korrekt isatt eller transformatorn är defekt	Kontrollera och anslut transformatorn korrekt eller byt ut transformatorn.
	D. Bruten krets	Kontrollera systemets in- och utgångar samt kommunikationslinjerna
Plötsligt stopp under normala förhållanden	A. Säkerhetsnyckeln har fallit av	Korrekt installation av säkerhetsnyckeln
	B. Felaktigt system	Kontakta serviceavdelningen
Knapparna fungerar inte	A. Några av knapparna är skadade	Byt ut knapparna
	B. Alla knappar är felaktiga	1. Byt ut tryckknappskortet och tryckknapparnas kablar 2. Byt ut moderkortet; byt ut konsolen
E1	Dålig anslutning av kommunikationskablar	Återanslut kommunikationskabeln och kontrollera att porten är ansluten eller byt ut kommunikationskabeln.
	B. Konsolen är defekt	Byt ut konsolen
	C. Transformatorn är defekt	Kontrollera och byt ut transformatorn
	D. Styrenheten är defekt	Byt ut styrenheten
E2	A. Motorkabeln eller motorn är defekt	Kontrollera och byt ut motorkabeln eller motorn
	B. Dålig anslutning mellan motorkabeln och styrenheten eller defekt styrenhet	Kontrollera och anslut kabeln korrekt eller byt ut styrenheten
E3	A. Hastighetssensorn är inte korrekt monterad	Kontrollera och montera den korrekt
	B. Hastighetssensorn är defekt	Byt ut hastighetssensorn
	C. Dålig anslutning mellan hastighetssensorn och styrenheten	Kontrollera och anslut den korrekt
	D. Styrenheten är defekt	Byt ut styrenheten
E5	A. Styrenheten är defekt	Byt ut styrenheten
	B. Motorn är defekt	Byt ut motorn
E7	Ingen signal från säkerhetsnyckeln detekterad på konsolen	1. Kontrollera att säkerhetsnyckeln är i rätt läge; 2. Återinstallera säkerhetsspärrmekanismen säkerhetslåsmekanismen för att säkerställa att hålet är i mitten och att den svarta bönan studsar på plats; Byt ut konsolen
Hjärtfrekvensdata visas inte	A. Handtagets pulskabel är inte ordentligt monterad eller handtagets pulskabel är skadad.	Kontrollera och anslut ordentligt eller byt ut handtagets pulskabel
	B. Linjefel i elektroniskt system	Byte av konsol
Den elektroniska displayen är ofullständig	A. Utmatningsplattans skruvar har lossnat	Lås- och fästsruvar
	B. Fel i systemet	Byte av konsol



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 utrustningskonsolen och para 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 är närvarande och 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 ettlöpband; Klicka på innehållet i avsnittet Interaktiv, applikationen kommer att upptäcka den hittade hårdvaran, välj Bluetooth-koden som är densamma som koden som är markerad på hårdvarukonsolen, klicka sedan på LÄGG TILL NY UTRUSTNING, den framgångsrikt tillagda hårdvaran kommer att visas.



Інструкція з використання

1. Підключайте шнур живлення виключно 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. Рекомендуються 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 та зверніться до сервісного центру.

Немає в наявності.	Найменування деталі	Кількість	Немає в наявності	Найменування деталі	Кількість
1	Основна рама	1	51	Пластикова шайба Ф18×Ф8.5×t2.0	2
2	Гвинт з внутрішнім шестигранником М8*20	2	52	Ручка Ф35×М8×20	2
3	Гвинт з повним різьбленням М5*10	8	53	Г-подібна ручка	2
4	Саморіз ST4*16	9	54	Тримач для пляшок	1
5	Болт з внутрішнім шестигранником з повним різьбленням М8*75	2	55	Ліва кришка кронштейна	1
6	Плоска шайба Ф8	2	56	Кришка правого кронштейна	1
7	Шестиграний циліндр з повним різьбленням М6*45	1	57	Кабель зв'язку	1
8	Саморіз ST4*10	2	58	Рама консолі	1
9	Болт з внутрішнім шестигранником з повним різьбленням М6×55×Ф16	6	59	Кріпильна пластина консолі	1
10	Болт із суцільною різьбою М4*16	2	60	Пружина Ф12,5×Ф6,2×0,7	4
11	Гвинт з повною різьбою М4*10	2	61	Ступінчаста шайба М6 Ф16×Ф8×4.7	2
12	Саморіз ST4*15	8	62	Саморіз ST4*10	2
13	Плоска шайба Ф5	2	63	Саморіз ST4*16	20
14	Зовнішня зубчаста стопорна шайба Ф5	2	64	Саморіз ST4*10	16
15	Пружинна шайба Ф5	2	65	Саморіз ST4*15	4
16	Плоска пластикова шайба Ф12×Ф6×t1.0	6	66	Болт з шестигранною головкою з повним різьбленням М6*25	2
17	Магнітне кільце	1	67	Гвинт. з повною різьбою	2
18	Передній ролик	1	68	Шестигранна контргайка	4
19	Задній ролик	1	69	Консоль	1
20	Двигун	1	70	Комунікаційний кабель	1
21	Біговий ремінь	1	71	Консольна панель	1
22	Бігова дошка	1	72	Кришка задньої консолі	1
23	Ремінь двигуна 174(442)PJ6	1	73	Гніздо для запобіжного ключа	1
24	Гвинт з потайною головкою з повним різьбленням М4*8	2	74	Запобіжний ключ	1
25	Кришка двигуна	1	75	Верхній кошик	1
26	Задня кришка	1	76	Нижній кошик	1
27	Бічна рейка	2	77	Декоративна накладка передньої консолі	1
28	Квадратна подушка	6	78	Задня декоративна кришка консолі	1
29	Колеса	2	79	Ручка імпульсного кабелю	2
30	Направляючий блок з круглим краєм	6	80	Рукоятка імпульсного набору старт/стоп	1
31	Лопка	4	81	Набір імпульсів ручки швидкості	1
32	Затискач кабелю	2	82	Кабель сенсорної кнопки	1
33	Комунікаційний кабель	1	83	Складана опорна рама	2
34	Кабель живлення	1	84	Циліндрична спіральна пружина	2
35	Кабель живлення	1	86	Гвинт з внутрішнім шестигранником з повним різьбленням	2
36	Кабель живлення	1	88	Прокладка EVA	2
37	Кабель живлення	1	89	Акрилова наклейка на консоль	1
38	Датчик швидкості	1	90	Гвинт з повною різьбою	2
39	Перемикач	1	91	Пружина Ф8×Ф4,2×0,4	4
40	Перемикач із самоскиданням	1	92	Пружина Ф40×Ф20,4×t2.0	2
41	Затискач кабелю живлення	1	93	Розпірка t4.0×Ф40	2
42	Металевий кронштейн для датчика швидкості	1	96	Кабель живлення	1
43	Лівий кронштейн	1	97	Зварні шви заднього кронштейна	1
44	Правий кронштейн	1	98	Болт із шестигранною головкою з великою плоскою головкою та повним шліфуванням М8×20	2
45	Гвинт з внутрішнім шестигранником з повним різьбленням М8*20	4	99	Шайба плоска ф8	2
46	Саморіз ST4*10	4	100	Шестигранна контргайка М8	2
47	Плоска шайба Ф8	2	101	Пружинний затискач	1
48	Шестигранна контргайка М8	2			
49	Плоска шайба Ф32×Ф8.5×t2.0	2			
50	Пластикова шайба Ф24×Ф16×t2.0	2			

Попередження та заборони:

⚠ Не використовуйте бігову доріжку:

- якщо ви проходите лікування і не маєте дозволу лікаря,
- якщо у вас проблеми з серцем, спиною, суглобами, остеопороз або серйозні хронічні захворювання
- якщо ви вагітні, під час менструації або погано себе почуваєте
- якщо ви вживали алкоголь або перебуваєте під впливом препаратів, що погіршують концентрацію уваги,
- якщо шнур живлення пошкоджений або розетка не закріплена.

⚠ 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 або сходити з ременя під час роботи тренажера,
- використання бігової доріжки дітьми та людьми, які перебувають у непритомному стані або мають рухові порушення.



- Консоль
- Поручень
- Ручка
- Профіль
- Бічне поруччя
- Бігове полотно
- Задня кришка
- Основна рама
- Г-подібна ручка
- Кришка двигуна
- Г-подібна стійка
- Тримач для пляшки
- Рама консолі

Технічна інформація:

Розмір	У складеному вигляді 1520*780*265 mm
	В розкладеному вигляді 1520*780*1280
Ходова поверхня	1220*440 мм
Швидкість	1,0-16,0 км/год

Зверніть увагу: ми залишаємо за собою право змінювати товар без попереднього повідомлення.



Пакувальний лист:

- Машина
- Тримач для пляшки
- Силиконова пляшка
- Запобіжний ключ
- Інструкція з експлуатації
- Комплект обладнання

Список обладнання:

- Ключ 14x17x75 - x1
- Т-подібний ключ 6 мм - x1
- Гострий гвинт з повним різьбленням M4x16 - x2



Основні частини:

- Кришка двигуна
- Консоль
- Двигун
- Ремінь двигуна
- Біговий ремінь
- Бігова дошка
- Бічна рейка
- Задній ролик
- Передній ролик
- Задня кришка



1. ІНСТРУКЦІЯ ПО ЗБІРЦІ:

- Вийміть машину з коробки і покладіть її на рівну підлогу (див. фото вище), зніміть всі пакети і скотч, якими обмотана машина.
- Ослабте дві Г-подібні ручки внизу, потім підніміть вертикальні стійки.
- Підніміть вертикальний профіль у верхнє положення, потім зафіксуйте ручку.
- Ослабте ручки з обох боків, відрегулюйте раму консолі в правильне положення, потім зафіксуйте ручки.
- Відрегулюйте консоль у правильному положенні, прикріпіть тримач для пляшок до лівого профілю за допомогою гвинта M4 * 16 з суцільною різьбою. Після повторної перевірки надійності фіксації всіх ручок, збірка завершена.

2. ІНСТРУКЦІЯ ПО ЗБІРЦІ:

- Зберіть доріжку відповідно до процедури складання, покладіть консоль на рівну поверхню, притримуйте раму консолі однією рукою, а потім ослабте ручки іншою рукою, щоб скласти раму консолі. Тримаючи профіль однією рукою, іншою рукою послабте Г-подібну ручку, щоб скласти стійку, і, нарешті, зафіксуйте Г-подібну ручку. Бігова доріжка складена, і її можна переміщати та/або зберігати.
- Поверніть відкидні опори у напрямку, показаному на малюнках нижче.
- Підніміть бігову доріжку.
Примітка: Бігова доріжка повинна стояти близько до стіни, подалі від дітей, на випадок несподіваної травми.
- Самостійне встановлення бігової доріжки
Після складання відповідно до перших трьох кроків, витягніть ліву засувку в нижній частині тренажера, опорною трубкою вниз, доки засувка не стане на місце зі звуком "клацання", в результаті чого тренажер стане у вертикальне положення без опору.
Примітка: Тримайте тренажер подалі від дітей, на випадок несподіваної травми.

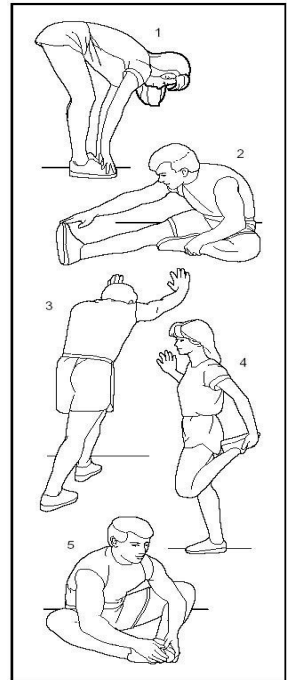
ПОРАДИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ТРЕНУВАНЬ:

- Розминка Розминайтеся протягом 5-10 хвилин перед кожним тренуванням.
- Дихання Під час виконання вправ не затримуйте дихання. Вдихайте через ніс і видихайте через рот, синхронізуючи дихання з рухом.
- Частота Тренувати кожен м'яз слід після 48 годин відпочинку, тобто через день.
- Навантаження Відрегулюйте інтенсивність тренування відповідно до свого фізичного стану. Біль у м'язах на початку тренування є нормальним явищем, але його можна звести до мінімуму, продовжуючи регулярні заняття.
- Розслаблення Приділіть 5 хвилин розслабленню після тренування, щоб сприяти відновленню та підтримці гнучкості м'язів.
- Дієта Щоб захистити свою травну систему, не починайте тренування одразу після їжі. Після тренування зачекайте щонайменше 30 хвилин, перш ніж їсти. Уникайте вживання великої кількості води під час тренування, щоб не створювати навантаження на серце і нирки.
- Розтяжка Незалежно від темпу бігу, починайте з розтяжки. Розігріті м'язи розтягуються легше, тому спочатку походите 5-10 хвилин, потім зупиніться і розтягніть кожную ногу п'ять разів по 10 секунд. Повторіть розтяжку і після тренування.

1. Нахил вперед Встаньте прямо і нахилившись, намагаючись торкнутися руками пальців ніг. Утримуйте позицію протягом 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази. (Див. Малюнок 1)
2. Розтягнення колінного сухожилля Сядьте на чисту подушку і випряміть одну ногу. Зігніть другу ногу так, щоб стопа торкалася внутрішньої сторони стегна випрямленої ноги. Нахилившись вперед і спробуйте торкнутися рукою пальців ніг. Затримайтесь на 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (див. рис. 2).
3. Розтяжка литок і п'ят Зіпріться долонями об стіну або дерево і витягніть одну ногу назад. Тримайте задню ногу прямою, а п'яту притиснутою до землі. Обережно нахилившись до стіни. Затримайтесь на 10-15 секунд, а потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (див. малюнок 3).
4. Розтягування чотириголового м'яза стегна Зіпріться лівою рукою об стіну або стіл для стійкості. Візьміться правою рукою за праву щиколотку і плавно тягніть ногу до сидиць, поки не відчуєте напруження в передній частині стегна. Затримайтесь на 10-15 секунд, а потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (див. рис. 4).
5. Розтягування привідних м'язів (внутрішня частина стегон) Сядьте, з'єднавши підшви ніг, коліна спрямовані назовні. Візьміться за ступні обома руками і обережно підтягніть їх до паху. Затримайтесь в такому положенні на 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази. (Див. Малюнок 5)

Опис функцій консолі

1. Програми тренувань
P0 використовується для встановлення індивідуальної програми тренування. P1-P36 - це вбудовані автоматичні програми тренувань.
Також є три програми для користувача (USER) і калькулятор IMT.
2. Дисплей - консоль має світлодіодний екран і чотири кнопки керування.
3. Вікно вимірювань - відображаються значення швидкості та відстані, з можливістю перемикання між кілометрами та милями.
4. Діапазон швидкості - від 1,0 до 16,0 км/год.
5. Захист
 - Перевантаження
 - Перевантаження по струму
 - Вибухозахищений
 - Від перевищення швидкості
 - Захист від перешкод (EMC)
 - Інші функції для захисту користувача та пристрою
6. Самотестування системи - Автоматичне виявлення несправностей і повідомлення про них на екрані.
7. Три індивідуальні функції - Налаштовувані параметри.
8. функція Energy-Related Products (ERP).
9. Вимкнення звукового сигналу - можливість вимкнення звуків сповіщень.



Інструкції з введення в експлуатацію та заходи безпеки

- Підключіть шнур живлення до розетки на 10 А із захисним заземленням.
- Увімкніть вимикач живлення - екран консолі завантажиться і повністю відобразиться.
- Покладіть ключ безпеки у відповідне місце на консолі та прикріпіть його до застібки на рівні грудей.
- Електронна система постійно контролює безпеку. У разі виявлення відхилення від норми бігова доріжка аварійно зупиниться, а на екрані з'явиться повідомлення про помилку та звуковий сигнал.
- Щоб очистити повідомлення про помилку, вийміть ключ безпеки або вимкніть живлення.

Опис дисплея та кнопок

1. Світлодіодний дисплей
Вікно "ДИСТАНЦІЯ / ЧАС" - показує пройдено відстань і час тренування. Вікно "CALORIES / PULSE" - відображає значення спалених калорій та частоту серцевих скорочень. Вікно "ШВИДКІСТЬ" - відображає поточну швидкість.
2. Перемикач одиниць виміру: кілометри ↔ милі
Перевести в милі: Вийміть ключ безпеки. Натисніть і утримуйте одночасно кнопки "PROGRAM" і "MODE", поки на дисплеї не з'явиться 0.6 - це означає переведення в милі.
Перетворення в кілометри: Знову, без ключа безпеки, натисніть обидві кнопки ("PROGRAM" і "MODE"), доки на дисплеї не з'явиться 1.0 - це означає повернення до кілометрів.
3. Кнопки управління
 - "P" - ПРОГРАМА: У режимі очікування натисніть кнопку для вибору однієї з 36 програм (P1-P36) або ручного режиму (P0). Швидкість за замовчуванням: 1,0 км/год; макс: 16 км/год.
 - "M" - РЕЖИМ: Дозволяє вибрати режим зворотного відліку: час, відстань або калорії. За допомогою кнопок "SPEED+" та "SPEED-" встановіть значення, а потім розпочніть тренування кнопкою START.
 - "СТАРТ/ПАУЗА": Запускає бігову доріжку зі швидкістю 1,0 км/год. Повторне натискання тимчасово зупиняє її, а повторне натискання відновлює тренування з попередніми налаштуваннями.
 - "STOP": Негайно зупиняє бігову доріжку та очищає дані.
 - "SPEED+" та "SPEED-": Зміна швидкості з кроком 0,1. Якщо утримувати кнопку більше 2 секунд, відбувається автоматичне прискорення/сповільнення.
4. Клавіша безпеки
Складається з магніту, кліпси та кабелю.
 - Коли ключ виймається - бігова доріжка негайно зупиняється, а на дисплеї відображається помилка "E-07" і подається звуковий сигнал.
 - Коли ключ вставляється знову, дисплей активується на 2 секунди, а потім переходить в режим очікування.
5. Програми та запуск
 - A. Типи програм
 - P0 - Ручний режим: будь-яке налаштування часу, відстані або калорій.
 - P01-P36 - Автоматичні програми
 - U01-U03 - Індивідуальні програми (USER)
 - B. Запуск бігової доріжки
 - C. Вставте ключ безпеки в гніздо - консоль відобразиться на 2 секунди, а потім перейде в ручний режим.
 - D. Натисніть START - почнеться зворотний відлік 5-4-3-2-1 зі звуком, і бігова доріжка почне рухатися зі швидкістю 1,0 км/год.
 - E. Щоб зупинити тренажер під час тренування, натисніть STOP - дані будуть скинуті.

Ручний режим

1. Як запустити ручний режим
 - a. Увімкніть вимикач живлення - пристрій автоматично перейде в ручний режим.
 - b. Після зупинки натисніть PROGRAM, щоб вручну перейти в ручний режим.

2. Доступні налаштування в ручному режимі

- Існує три функції на вибір на вибір:
 - Зворотний відлік **часу**,
 - Зворотний **відлік відстані**,
 - Зворотний відлік **калорій**.
- Перейшовши в ручний режим, натисніть кнопку MODE, щоб вибрати один з режимів зворотного відліку.
- Встановивши потрібне значення, натисніть кнопку START, щоб розпочати тренування.
- Стартова швидкість за замовчуванням - 1,0 км/год, встановлюється користувачем.
- Одночасно можна активувати лише один режим зворотного відліку. Встановлений параметр буде відлічуватися у зворотному напрямку, інші будуть відлічуватися позитивно.

3. Робота в ручному режимі

A. Базовий режим (без зворотного відліку)

- Дисплей часу показує 0:00.
- Час, відстань і калорії підраховуються автоматично.
- Натискання кнопки STOP поступово зупиняє бігову доріжку і відновлює налаштування за замовчуванням.

B. Режим зворотного відліку часу

- За замовчуванням: 30:00 хвилин, діапазон налаштувань: 5:00-99:00 (крок в 1 хвилину).
- Використовуйте кнопки "+" / "-" для налаштування значень.

C. Режим зворотного відліку відстані

- За замовчуванням: 1.0 км, діапазон: 1.0-99.0 км (крок з кроком 1 км).
- Налаштуйте за допомогою кнопок "+" / "-".

D. Режим зворотного відліку калорій

- За замовчуванням: 50 ккал, діапазон: 20-990 ккал (крок 10 ккал).
- Налаштуйте значення за допомогою кнопок "+" / "-".

E. Робота під час пробіжки

A. При натисканні кнопки СТАРТ починається 5-секундний зворотний відлік, після чого двигун запускається зі швидкістю 1 км/год.

B. Для зміни швидкості використовуйте кнопки "+" / "-" або QUICK SPEED.

C-E. Коли обраний режим (калорії, відстань або час) досягне нуля, бігова доріжка поступово сповільниться і зупиниться. Пристрій повернеться до ручного режиму.

Автоматичні програми (P1-P36)

1. Вибір та налаштування програми

- Програми P1-P36 - це вбудовані системні тренувальні програми, призначені лише для режиму зворотного відліку.
- У режимі налаштування часове вікно почне блимати - це означає, що його можна налаштувати.
- За допомогою кнопок "+" / "-" налаштуйте час тренування. Діапазон: 5:00 - 99:00 хвилин (крок по 1 хвилині). Значення за замовчуванням: 30:00 хвилин.
- Натискання кнопки "MODE" відновлює значення за замовчуванням.

2. Початок тренування

- Після того, як ви вибрали програму, натисніть кнопку "START" - почнеться 5-секундний зворотний відлік, який супроводжуватиметься 5 звуковими сигналами.
- Бігова доріжка плавно прискориться до швидкості, зазначеної у вибраній програмі, і буде підтримувати темп відповідно до її налаштувань (включаючи будь-який нахил).

3. Зміна швидкості під час програми

- Ви можете в будь-який момент за допомогою кнопок "+" / "-" або "QUICK SPEED" вручну відрегулювати швидкість бігової доріжки під час тренування.

4. Завершення програми

- Натискання кнопки "STOP" під час роботи двигуна призводить до того, що тренажер поступово сповільнюється до повної зупинки.
- Це супроводжується довгим звуковим сигналом, а всі налаштування повертаються до стандартного режиму очікування.

Програма перевірки жиру (FAT)

Індекс маси тіла (ІМТ) - це спрощений показник взаємозв'язку між зростом і вагою, який - у поєднанні з іншими параметрами здоров'я - може допомогти оцінити масу тіла.

• Референтні значення ІМТ:

- < 18 - надто струнка фігура
- 18-24 - ідеальна фігура
- 25-28 - надмірна вага
- > 29 - ожиріння

Індекс FAT є орієнтовним і не повинен розглядатися як медичний діагноз.

Інструкція по проведенню тесту на визначення індексу жирової маси

1. Початок тестування

- Зупинивши бігову доріжку, натисніть кнопку "PROG", щоб увійти в програму вимірювання рівня жиру в організмі, позначену як "FAT"
- Натисніть кнопку "MODE", щоб вибрати номер пункту, а потім встановіть параметри за допомогою кнопок "+" / "-".

2. Налаштування статі (F1)

- На екрані "Пульс" з'явиться F1, а у вікні "Калорії" з'явиться значення за замовчуванням 01 (чоловік).
- Використовуйте "+" / "-" для вибору:

- 01 - чоловіча
- 02 - жіноча

3. Встановлення віку (F2)

- Після натискання кнопки "MODE" перейдіть до налаштування віку (F2).
- За замовчуванням у вікні "Калорії" буде показано 25.
- Діапазон налаштування: 1-99 років.

4. Налаштування висоти (F3)

- Ще одне натискання кнопки "MODE" активує налаштування зросту (F3).
- Значення за замовчуванням - 170 см (67 дюймів).
- Діапазон налаштування: 100-220 см (або 39-87 дюймів).
- Відрегулюйте значення за допомогою кнопок "+" / "-".

5. Тест на вміст жиру в організмі (FAT/BMI)

- Натисніть кнопку "MODE" - на дисплеї "Pulse" з'явиться F5, а у вікні калорій з'явиться "-----".
- Покладіть руки на датчики пульсу - через 8 секунд з'явиться результат ІМТ.

Ключ безпеки

Ключ має вимикач, застібку для одягу та нейлоновий шнур. Він використовується для екстреної зупинки бігової доріжки.

- 1. якщо ключ вийняти під час роботи, на екрані з'явиться напис "E-07" і бігова доріжка негайно зупиниться.
- 2. при повторному натисканні клавіші екран увімкнеться на 2 секунди, а потім бігова доріжка повернеться до стану за замовчуванням (ручний режим P0, лічильники обнуляються).

Програма користувача (U01-U03)

Користувач може створити та зберегти 3 індивідуальні програми тренування. Створення програми:

1. Натисніть "PROG", щоб вибрати режим U01-U03.
2. Натисніть "MODE", щоб розпочати налаштування:
 - Тривалість: 5-99 хв
 - Швидкість: 1-20 км/год (можливий швидкий вибір)
 - Нахил: 0-15% (також швидкий вибір)
3. Після налаштування кожного параметра натисніть "MODE", щоб перейти до наступного.
4. Налаштування зберігаються автоматично після завершення конфігурації.
5. Для запуску натисніть "START".

Під час наступного запуску просто виберіть програму і натисніть "START". Вимірювання частоти серцевих скорочень

- Коли ви прикладаєте руку до датчиків, значення вашого пульсу буде відображатися протягом 5 секунд.
 - Діапазон відображення: 50-200 уд/хв.
 - Символ серця пульсує в ритмі з вимірюванням пульсом.
- Дані є орієнтовними і не замінюють медичні вимірювання.

Діапазон значень:

	Встановлення початкового значення	Діапазон	Діапазон відображення
Час (хвилини: секунди)	30:00	5:00-99:00	0:00-99:59
Швидкість (км/год)	НЕ ЗАСТОСОВУЄТЬСЯ	НЕ ЗАСТОСОВУЄТЬСЯ	1-16 КМ
Нахил (%)	НЕ ЗАСТОСОВУЄТЬСЯ	НЕ ЗАСТОСОВУЄТЬСЯ	0
Відстань (км)	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Калорійність (ккал)	50	1.0-99.0	0-999

Налаштування параметрів

Встановлюючи значення (наприклад, час), використовуйте кнопки "+" / "-" для його збільшення або зменшення. Якщо ви досягнете максимального значення (99:00) і натиснете "+", система автоматично повернеться до мінімального значення (5:00), створюючи так званий цикл.

Функція енергозбереження (ERP)

- За замовчуванням активна.
- Якщо бігова доріжка не використовується протягом 4,5 хвилин, вона автоматично переходить у сплячий режим для економії енергії.
- Щоб розбудити систему, натисніть будь-яку кнопку.
- Як вимкнути/ввімкнути режим ERP:
- У режимі очікування утримуйте кнопку "MODE" приблизно 3 секунди.
- На пульті відобразиться "2222" - функція ERP вимкнена.
- Повторіть дію, щоб активувати її знову.
- На консолі відобразиться "1111" - функція ERP активована.

Поширені несправності та способи їх усунення

Код несправності	Ймовірна причина	Ремонт
Система не працює	A. Живлення не підключено або не ввімкнено	Підключіть живлення або встановіть перемикач живлення в положення "Н"
	B. Блокування безпеки не на місці	Встановіть запобіжник у правильне положення
	C. Контролер або пульт не ввімкнено	Замініть контролер або консоль
	D. Поганий лінійний контакт	Перевірте входи і виходи системи та лінії зв'язку
Раптова зупинка в нормальному стані	A. Випав запобіжник	Встановити заново
	B. Системна помилка	Попросіть сервісного фахівця вирішити проблему
Несправність клавіш	КЛАВІША НЕПРАВИЛЬНА	Замініть консоль або материнську плату
E-01	A. Комунікаційний кабель має погане з'єднання	Повторно підключіть комунікаційний кабель і перевірте, чи правильно підключено порт, або замініть комунікаційний кабель.
	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. Пошкоджений фотоелектричний датчик	Замініть фотодатчик
	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 захисного блокування	1. Перевірте, чи захисне блокування на місці;0 2. Перевстановіть захисне блокування;
Немає імпульсного сигналу	A. Відсутній трос рукоятки або трос трос ручки несправний	Перевірте та під'єднайте або замініть трос рукоятки
	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 розкладання бігової доріжки

1. Складання - перед складанням відключіть живлення.
2. Розкладання
 - Встановіть бігову доріжку на відстані приблизно 1 м від розетки.
 - Поверхня повинна бути рівною та вільною від перешкод.
3. Переміщення - Перед переміщенням бігової доріжки переконайтеся, що є:
 - Живлення вимкнено.
 - Вилка витягнута з розетки.
 - Бігова доріжка складена.
 - Рухайтесь крок за кроком:
 - Візьміться однією рукою за задню частину бігової доріжки, а іншою - за кермо з того ж боку.
 - Нахиліть її під кутом 40-50° до грудей.

Небезпека:

Зверніться до кваліфікованого електрика або сервісного персоналу, якщо ви не знаєте, чи правильно заземлено тренажер. Не змінюйте штепсельну вилку, що постачається з цим виробом, без дозволу. Якщо вилка не сумісна з розеткою, кваліфікований електрик повинен встановити відповідну розетку. Вона повинна мати напругу 220-240 вольт і підходити до цього типу розетки.

Початок роботи з біговою доріжкою

Підключіть та увімкніть блок живлення
Розкладіть бігову доріжку в найнижче положення і перевірте, чи працює вона належним чином.
Закріпіть запобіжний шнур на одязі - це важливий елемент безпеки.

Правильний запуск і робота

Не ставайте одразу на стрічку!
Встаньте на бічні поручні, поклавши руки на кермо. Коли ви натиснете кнопку "СТАРТ":
Бігова доріжка запуснеться через 5 секунд зі швидкістю 1,0 км/год.
Потім за допомогою кнопки "+" збільште швидкість до комфортних 2,5-3,5 км/год. Тримайтеся за кермо, поступово виходьте на смугу, підлаштовуючись під її швидкість.

Зміна швидкості та зупинка

Прискорюйте або сповільнюйте рух за допомогою кнопок "+" і "-".
Ви також можете вибрати конкретне значення швидкості, натиснувши відповідну кнопку. Натискання кнопки "STOP" зупинить двигун.

Автоматичні режими та програми

Увімкніть живлення.
Натисніть "SELECT", щоб вибрати режим.
Натисніть "START", щоб запустити обрану програму.
Під час використання ви можете регулювати швидкість або завершити тренування за допомогою кнопки "STOP".

Вимірювання пульсу (HRC)

Потримайте руки на металевих датчиках - на дисплеї відобразиться поточна частота серцевих скорочень (HRC).

Примітка: Виймання ключа безпеки негайно зупиняє бігову доріжку, а на комп'ютері з'являється відповідне повідомлення.

ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ:

Належне технічне обслуговування має вирішальне значення для надійної та безпечної роботи бігової доріжки. Якщо ним нехтувати, це 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 виготовлення. 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 мастило

підніміть бігове полотно з боків і доторкніться до задньої, центральної частини:

- Якщо ви відчуваєте силікон - змащувати не потрібно.
- Якщо поверхня суха - змащення необхідно провести.

Інструкція по змащенню:

1. Зупиніть тренажер і складіть бігову доріжку.
2. Підніміть бігове полотно з задньої частини основної рами.
3. Тримайте пляшечку якомога ближче до центру стрічки, розпиліть силіконове мастило - з обох боків. Запустіть бігову доріжку зі швидкістю 1 км/год, щоб рівномірно розподілити мастило по поверхні бігового полотна.

1. Регулювання ремня бігової доріжки

На заводі бігова стрічка правильно відрегульована. Однак в результаті використання він може ослабнути, що призводить до перебоїв або ковзання. Якщо це сталося, затягніть регулювальні гвинти - кожен на півоберту вліво або вправо.

Якщо ремінь занадто ослаблений, він може зісковзнути зі шківів. Занадто сильний натяг, з іншого боку, може перевантажити двигун і призвести до пошкодження двигуна, ремня, роликів або інших компонентів.

2. Регулювання відхилення ремня

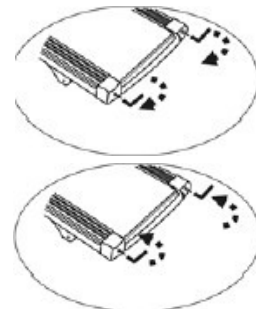
Хоча ремінь встановлюється на заводі, з часом він може зміщуватися. Найпоширенішими причинами є

- Нестабільне вирівнювання бігової доріжки,
- Біг зі зміщенням убік,
- Нерівномірний розподіл тиску на стопу.

Якщо відхилення не є постійним, бігова доріжка без навантаження протягом декількох хвилин може відновити рівновагу. При необхідності зробіть ручне регулювання за допомогою шестигранного ключа 6 мм - повернувши гвинт на пів-обероту.

Приклад 1: стрічка рухається вліво→ Затягніть лівий гвинт (за годинниковою стрілкою)→ Або ослабте 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, який ослаблений.

Поради:

Перед кожним регулюванням запустіть бігову доріжку на низькій швидкості. Не затягуйте гвинти занадто сильно.

Спостерігайте за роботою ремня після кожного регулювання.

Гарантія не поширюється на відхилення ремня і є відповідальністю користувача. Непереверені та невіправлені відхилення можуть призвести до серйозних пошкоджень.



3. Регулювання приводного (моторного) ремня

Приводні ремні попередньо відрегульовані на заводі, але з часом можуть ослабнути, що призводить до прослизання. Регулювання:

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.

a) Регулювальний гвинт

b) Двигун

c) Передній ролик

d) Ремінь

Типові несправності та способи їх усунення:

Проблема	Ймовірні причини	Методи технічного обслуговування
Бігова доріжка не працює	A. Вона відключена від мережі	Увімкніть її в розетку
	B. Ключ безпеки не вставлений	Вставте ключ безпеки в панель
	C. Обрив сигнального кола	Перевірте вхід контролера та сигнальну лінію
	D. Не ввімкнено живлення	Переведіть вимикач живлення в положення NO
	E. Перегорів запобіжник	Замініть запобіжник
Не плавно рухається	A. Недостатнє мастило	Використовуйте мастило на основі метилсіліконової 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 ремня

Проблема	Причина	Обслуговування
Система не працює	A. Немає живлення	Підключіть вилку до розетки, вхід з живленням
	B. Ключ безпеки знаходиться в неправильному положенні	Встановіть запобіжний ключ у правильне положення
	C. Трансформатор встановлено неправильно або Трансформатор несправний	Перевірте і правильно підключіть трансформатор або замініть його.
	D. обірваний ланцюг	Перевірте вхідні та вихідні клеми системи та лінії зв'язку
Раптова зупинка в нормальному стані	A. Випадання запобіжного ключа B. Неправильна система	Правильно встановіть ключ безпеки Зверніться до сервісної служби
Не працюють кнопки	A. Деякі кнопки пошкоджені B. Всі кнопки неправильні	Замініть кнопки 1. Замінити плату кнопок, дрти кнопок 2. Замінити материнську плату; замінити консоль
E1	Погане підключення комунікаційних кабелів	Перепідключіть комунікаційний кабель і перевірте, чи підключений порт, або замініть комунікаційний кабель.
	B. Консоль несправна	Заміна консолі
	C. Несправний трансформатор	Перевірте та замініть трансформатор
	D. Несправний контролер	Замініть контролер
E2	A. Несправний кабель двигуна або двигун B. Погане з'єднання кабелю двигуна з контролером або несправний контролер	Перевірте та замініть кабель двигуна або двигун Перевірте і правильно підключіть кабель або замініть контролер
E3	A. Неправильно встановлений датчик швидкості	Перевірте та встановіть його правильно
	B. Датчик швидкості несправний	Замініть датчик швидкості
	C. Погане з'єднання між датчиком швидкості та контролером	Перевірте та правильно підключіть його
	D. Несправний контролер	Замініть контролер
E5	A. Контролер несправний B. Несправний двигун	Замініть контролер Замініть двигун
E7	На пульті не виявлено сигналу ключа безпеки	1. Переконайтеся, що ключ безпеки знаходиться у правильному положенні; 2. Встановіть на місце механізм блокування безпеки механізму блокування безпеки, щоб переконатися, що отвір знаходиться посередині, а чорний боб відскочив на місце; Замініть консоль
Не відображаються дані про частоту серцевих скорочень	A. Неправильно під'єднано кабель пульсу до рукоятки або пошкоджено кабель пульсу до рукоятки. B. Несправність лінії електронної системи	Перевірте та під'єднайте належним чином або замініть кабель пульсу на рукоятці Заміна консолі
Електронний дисплей неповний	A. Ослабили гвинти виштовхувальної пластини B. Збій системи	Блокувальні та фіксувальні гвинти Заміна консолі



Bluetooth додаток для бігової доріжки



Bluetooth-з'єднання підтримує AnyRun, Zwift та 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 спливне меню, виберіть код Bluetooth, який збігається з кодом, зазначеним на консолі обладнання, і натисніть ОК, 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 ви не хочете використовувати, ви можете просто зняти з них позначку і вибрати пристрій, який ви хочете спарити.



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, Aunur і т.д.; натисніть на вміст в інтерактивному розділі, додаток виявить знайдене обладнання, виберіть код Bluetooth, який збігається з кодом, зазначеним на консолі обладнання, 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 nolietotās elektriskās un elektroniskās iekārtas ir aizliegts novietot kopā ar citiem atkritumiem. Saskaņā ar EEIA direktīvu par nolietotu elektrisko un elektronisko iekārtu atkritumu apsaimniekošanu šāda veida iekārtām jāizmanto atsevišķas iznīcināšanas metodes.

Lietotājam, kurš vēlas atbrīvoties no šī produkta, ir pienākums to nogādāt nolietoto elektrisko un elektronisko iekārtu savākšanas punktā, tādējādi veicinot atkārtotu izmantošanu, pārstrādi vai reģenerāciju un tādējādi vides aizsardzību. Lai to izdarītu, lūdzu, 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, laagrid jne kahjustused ja kulumine.
6. Garantii kaotab kehtivuse juhul, kui:
 - kehtivuse lõppemise kuupäev,
 - eneseparandus,
 - õige kasutamise reeglite eiramine.
7. Remondiks tagastatud toode peab olema täielik ja puhas. Defektide korral on teenindusel õigus keelduda remondiks vastuvõtmisest. Kui toode on tarnitud määrduud, võib teeninduskeskus keelduda selle vastuvõtmisest või puhastada selle kliendi kulul tema kirjalikul nõusolekul.
8. Garantii ei hõlma paigaldus- ja hooldustõid, mida vastavalt kasutusjuhendile peab kasutaja ise tegema.
9. Garantii andja teavitab ka sellest, et ta pakub garantijärgset 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 szennyezett állapotban szállítják, a szerviz a vevő írásbeli hozzájárulásával megtagadhatja az átvételt, vagy a vevő költségére megtisztíthatja azt.
8. A garancia nem terjed ki a telepítési és karbantartási munkákra, amelyeket a használati útmutató szerint a felhasználónak magának kell elvégeznie.
9. A garanciovállaló tájékoztat arról is, hogy garanciát követő szervizszolgáltatást nyújt.
10. Az árut a szállításhoz védeni kell.
11. A garancia igénybeviteléhez kérjük, kövesse a weboldalon található eljárást: <https://serwis.abisal.pl/>.

Az eladott dolog szerződésnek való meg nem felelése esetén a vevő a törvény szerint jogosult jogorvoslatra az eladótól és annak költségére. A garancia nem érinti ezeket a jogorvoslati lehetőségeket.

A BERENDEZÉS NEM REHABILITÁCIÓS ÉS TERÁPIÁS CÉLOKRA SZOLGÁL.

A JAVÍTÁS MENETÉRE VONATKOZÓ MEGJEGYZÉSEK

Tétel	A bejelentés dátuma	A szolgáltatás időpontja	A javítás menete	A címzett aláírása (üzlet, tulajdonos)

CARTA DI GARANZIA

Nome dell'articolo:.....

Codice EAN:.....

Data di vendita:

TERMINI DI GARANZIA:

1. Il Venditore, per conto del Garante, fornisce una garanzia nel territorio della Repubblica di Polonia per un periodo di 24 mesi dalla data di vendita.
2. La garanzia sarà onorata dal negozio o dal centro di assistenza dietro presentazione da parte del cliente di:
 - una scheda di garanzia compilata in modo leggibile e corretto con il timbro di vendita e la firma del venditore,
 - una prova d'acquisto valida dell'apparecchiatura con la data di vendita/ricezione, la merce reclamata.
3. Eventuali difetti e danni riscontrati durante il periodo di garanzia saranno riparati gratuitamente entro un massimo di 21 giorni dalla data di consegna della merce al servizio.
4. Nel caso in cui sia necessario importare parti di ricambio, il periodo di riparazione può essere prolungato del tempo necessario per la loro importazione, ma non oltre i 90 giorni.
5. La garanzia non copre:
 - danni meccanici e difetti da essi causati,
 - danni e difetti derivanti da uso e conservazione impropri,
 - montaggio e manutenzione impropri,
 - danni e usura di componenti quali cavi, cinghie, parti in gomma, pedali, impugnature in spugna, ruote, cuscinetti, ecc.
6. La garanzia decade in caso di:
 - scadenza,
 - auto-riparazione,
 - mancato rispetto delle regole di corretto funzionamento.
7. Il prodotto restituito per la riparazione deve essere completo e pulito. In caso di difetti, il servizio di assistenza ha il diritto di rifiutare l'accettazione per la riparazione. Se il prodotto viene consegnato sporco, il centro di assistenza può rifiutarlo o pulirlo a spese del cliente con il suo consenso scritto.
8. La garanzia non copre i lavori di installazione e manutenzione che, secondo il manuale d'uso, devono essere eseguiti dall'utente stesso.
9. Il garante informa inoltre che fornisce assistenza post-garanzia.
10. La merce deve essere protetta per la spedizione.
11. Per avvalersi della garanzia, seguire la procedura indicata sul sito web: <https://serwis.abisal.pl/>.

In caso di non conformità della cosa venduta al contratto, l'acquirente ha diritto per legge a rimedi legali da parte del venditore e a spese di quest'ultimo. La garanzia non pregiudica tali rimedi.

L'APPARECCHIATURA NON È DESTINATA ALLA RIABILITAZIONE E ALLA TERAPIA

NOTE SUL CORSO DELLE RIPARAZIONI

Oggetto	Data di notifica	Data della fornitura	Corso delle riparazioni	Firma del destinatario (negozio, proprietario)

GARANTIJOS KORTELĖ

Straipsnio pavadinimas:.....

EAN kodas:.....

Pardavimo data:

GARANTIJOS SĄLYGOS

1. Pardavėjas Garanto vardu suteikia garantiją Lenkijos Respublikos teritorijoje 24 mėnesių laikotarpiui nuo pardavimo dienos.
2. Parduotuvė arba aptarnavimo centras garantiją įvykdys pirkėjui ją pateikus:
 - įskaitomai ir teisingai užpildytą garantijos kortelę su pardavimo antspaudu ir pardavėjo parašu,
 - galiojantį įrangos įsigijimo įrodymą su pardavimo data / kvitu, pretenduojamą prekę.
3. Visi garantiniu laikotarpiu nustatyti defektai ir pažeidimai bus nemokamai pašalinti ne vėliau kaip per 21 dieną nuo prekių pristatymo į servisą dienos.
4. Jei reikia importuoti detales, remonto laikotarpis gali būti pratęstas jų importui reikalingam laikui, bet ne ilgiau kaip 90 dienų.
5. Garantija netaikoma:
 - mechaniniams pažeidimams ir jų sukeltiems defektams,
 - pažeidimams ir defektams, atsiradusiems dėl netinkamo naudojimo ir laikymo,
 - netinkamo surinkimo ir priežiūros,
 - tokių sudedamųjų dalių, kaip trosai, dirželiai, guminės dalys, pedalai, kempininės rankenos, ratai, guoliai ir pan., pažeidimams ir nusidėvėjimui.
6. Garantija negalioja, jei:
 - pasibaigus galiojimo laikui,
 - savaiminio remonto,
 - nesilaikant taisyklingos eksploatacijos taisyklių.
7. Remontui grąžinamas gaminytis turi būti sukomplektuotas ir švarus. Esant defektų, servisas turi teisę atsisakyti priimti remontui. Jei gaminytis pristatomas nešvarus, servisas gali atsisakyti jį priimti arba išvalyti kliento sąskaita, gavęs jo raštišką sutikimą.
8. Garantija netaikoma montavimo ir priežiūros darbams, kuriuos pagal naudotojo vadovą turi atlikti pats naudotojas.
9. Garantantas taip pat informuoja, kad teikia pogarantinį aptarnavimą.
10. Prekės turi būti apsaugotos gabenimui.
11. Norėdami pasinaudoti garantija, vadovaukitės interneto svetainėje <https://serwis.abisal.pl/> pateikta tvarka.

Pirkėjas pagal įstatymą turi teisę į teises gynimo priemones iš pardavėjo ir jo sąskaita. Garantija neturi įtakos tokioms teisių gynimo priemonėms.

ĮRANGA NĖRA SKIRTA REABILITACIJAI IR TERAPIJAI

PASTABOS DĖL REMONTO EIGOS

Prekė	Notifikavimo data	Pateikimo data	Remonto eiga	Gavėjo parašas (parduotuvė, savininkas)

GARANTIJAS KARTE

Raksta nosaukums:.....
EAN kods:.....
Pārdošanas datums:

GARANTIJAS NOTEIKUMI:

1. Pārdevējs Garantijas devēja vārdā sniedz garantiju Polijas Republikas teritorijā uz 24 mēnešiem no pārdošanas dienas.
2. Garantijas garantiju piešķirs veikals vai servisa centrs pēc tam, kad pircējs to būs uzrādījis:
 - salasāmi un pareizi aizpildītu garantijas karti ar pārdošanas zīmogu un pārdevēja parakstu,
 - derīgu iekārtas iegādi apliecinošu dokumentu, kurā norādīts pārdošanas datums / saņemšanas datums, pieprasītās preces.
3. Visi garantijas laikā konstatētie defekti un bojājumi tiks bez maksas novērsti ne vēlāk kā 21 dienas laikā no preces piegādes servisam.
4. Gadījumā, ja nepieciešams importēt detaļas, remonta periods var tikt pagarināts par laiku, kas nepieciešams to importēšanai, bet ne ilgāk kā par 90 dienām.
5. Garantija neattiecas uz:
 - mehāniskiem bojājumiem un to izraisītiem defektiem,
 - bojājumiem un defektiem, kas radušies nepareizas lietošanas un uzglabāšanas rezultātā,
 - nepareizu montāžu un apkopi,
 - tādu sastāvdaļu bojājumiem un nolietojumu kā trosses, siksnas, gumijas detaļas, pedāļi, sūkļa rokturi, riteni, gultņi utt.
6. Garantija zaudē spēku, ja:
 - beidzas derīguma termiņš,
 - pašremontēšana,
 - nepareizas ekspluatācijas noteikumu neievērošana.
7. Remontam atdotajam izstrādājumam jābūt pilnīgam un tīram. Defektu gadījumā servisam ir tiesības atteikties pieņemšanu remontam. Ja izstrādājums tiek piegādāts netīrs, servisa centrs ar klienta rakstisku piekrišanu var atteikties to pieņemt vai iztīrīt uz klienta rēķina.
8. Garantija neattiecas uz uzstādīšanas un apkopes darbiem, kas saskaņā ar lietotāja rokasgrāmatu jāveic pašam lietotājam.
9. Garantijas devējs arī informē, ka tas nodrošina pēcgarantijas apkalpošanu.
10. Precei jābūt aizsargātai transportēšanai.
11. Lai izmantotu garantiju, lūdzam ievērot tīmekļa vietnē: <https://serwis.abisal.pl/> norādīto procedūru.

Pircējs ir tiesīgs saskaņā ar likumu izmantot tiesiskās aizsardzības līdzekļus no pārdevēja un uz pārdevēja rēķina:
Gadījumā, ja pārdotā prece neatbilst līgumam. Garantija neietekmē šādus tiesiskās aizsardzības līdzekļus.

IEKĀRTA NAV PAREDZĒTA REHABILITĀCIJAI UN TERAPIJAI

PIEZĪMES PAR REMONTA GAITU

Prece	Paziņojuma datums	Nodošanas datums	Remonta gaita	Saņēmēja (veikala, īpašnieka) paraksts

GARANTIEKAART

Naam artikel:.....
EAN-code:.....
Verkoopdatum:.....

GARANTIEVOORWAARDEN:

1. De Verkoper verstrekt, namens de Garant, een garantie op het grondgebied van de Republiek Polen voor een periode van 24 maanden vanaf de verkoopdatum.
2. De garantie zal worden gehonoreerd door de winkel of het servicecentrum op vertoon van:
 - een leesbaar en correct ingevulde garantiekaart met het verkoopstempel en de handtekening van de verkoper,
 - een geldig aankoopbewijs van de apparatuur met de datum van verkoop/ontvangst, de geclaimde goederen.
3. Alle defecten en beschadigingen die tijdens de garantieperiode worden ontdekt, worden gratis gerepareerd binnen maximaal 21 dagen vanaf de datum van levering van de goederen aan de service.
4. In het geval dat onderdelen moeten worden geïmporteerd, kan de reparatieperiode worden verlengd met de tijd die nodig is voor de import, maar niet langer dan 90 dagen.
5. De garantie dekt niet
 - mechanische schade en defecten die hierdoor worden veroorzaakt,
 - schade en defecten als gevolg van onjuist gebruik en onjuiste opslag,
 - onjuiste montage en onjuist onderhoud,
 - schade en slijtage van onderdelen zoals kabels, riemen, rubberen onderdelen, pedalen, sponsgreps, wielen, lagers, enz.
6. De garantie vervalt in geval van:
 - vervaldatum,
 - zelfreparatie,
 - het niet naleven van de regels voor correct gebruik.
7. Product teruggestuurd voor reparatie moet compleet en schoon zijn. In geval van defecten heeft de service het recht om acceptatie voor reparatie te weigeren. Als het product vuil wordt aangeleverd, kan de service weigeren het te accepteren of het op kosten van de klant met zijn schriftelijke toestemming reinigen.
8. De garantie geldt niet voor installatie- en onderhoudswerkzaamheden, die volgens de gebruikershandleiding door de gebruiker zelf moeten worden uitgevoerd.
9. De garantiegever informeert ook dat hij service na garantie biedt.
10. De goederen moeten beschermd worden voor verzending.
11. Om gebruik te maken van de garantie, volg de procedure op de website: <https://serwis.abisal.pl/>.

In geval van niet-overeenstemming van het verkochte met het contract, heeft de koper volgens de wet recht op rechtsmiddelen van en op kosten van de verkoper. De garantie heeft geen invloed op dergelijke rechtsmiddelen.

DE APPARATUUR NIET BEDOELD IS VOOR REVALIDATIE EN THERAPIE

OPMERKINGEN OVER HET VERLOOP VAN REPARATIES

Item	Datum van kennisgeving	Datum van verstrekking	Verloop van reparaties	Handtekening van de ontvanger (winkel, eigenaar)

CARTÃO DE GARANTIA

Designação do artigo:.....

Código EAN:.....

Data de venda:

CONDIÇÕES DE GARANTIA:

1. O Vendedor, em nome do Garante, presta uma garantia no território da República da Polónia por um período de 24 meses a partir da data de venda.
2. A garantia será honrada pela loja ou pelo centro de assistência técnica mediante a apresentação pelo cliente de
 - um cartão de garantia preenchido de forma legível e correta com o carimbo de venda e a assinatura do vendedor,
 - um comprovativo válido de compra do equipamento com a data de venda/recibo, a mercadoria reclamada.
3. Os defeitos e danos detectados durante o período de garantia serão reparados gratuitamente num prazo máximo de 21 dias a contar da data de entrega da mercadoria ao serviço.
4. Em caso de necessidade de importação de peças, o período de reparação pode ser prolongado pelo tempo necessário para a sua importação, mas não superior a 90 dias.
5. A garantia não cobre
 - danos mecânicos e defeitos causados pelos mesmos,
 - danos e defeitos resultantes de utilização e armazenamento incorrectos
 - montagem e manutenção incorrectas,
 - os danos e o desgaste de componentes como cabos, correias, peças de borracha, pedais, punhos de esponja, rodas, rolamentos, etc.
6. A garantia é anulada em caso de:
 - data de expiração,
 - auto-reparação,
 - não observância das regras de funcionamento correto.
7. O produto devolvido para reparação deve estar completo e limpo. Em caso de defeitos, o serviço de assistência tem o direito de recusar a aceitação para reparação. Se o produto for entregue sujo, o centro de assistência pode recusar-se a aceitá-lo ou limpá-lo a expensas do cliente, com o seu consentimento por escrito.
8. A garantia não cobre os trabalhos de instalação e manutenção que, de acordo com o manual do utilizador, devem ser efectuados pelo próprio utilizador.
9. O garante informa ainda que presta serviço pós-garantia.
10. Os bens devem ser protegidos para o transporte.
11. Para fazer uso da garantia, siga o procedimento no sítio Web: <https://serwis.abisal.pl/>.

Em caso de não conformidade do objeto vendido com o contrato, o comprador tem direito, nos termos da lei, a recursos legais por parte do vendedor e a expensas deste. A garantia não afecta essas vias de recurso.

O APARELHO NÃO SE DESTINA A REABILITAÇÃO E TERAPIA

NOTAS SOBRE O CURSO DAS REPARAÇÕES

Item	Data de notificação	Data da prestação	Curso das reparações	Assinatura do destinatário (loja, proprietário)

CARD DE GARANȚIE

Denumirea articolului:.....

Cod EAN:.....

Data vânzării:

TERMENI DE GARANȚIE:

1. Vânzătorul, în numele garantului, oferă o garanție pe teritoriul Republicii Polonia pentru o perioadă de 24 de luni de la data vânzării.
2. Garanția va fi onorată de magazin sau centrul de service la prezentarea de către client
 - un card de garanție completat lizibil și corect, cu ștampila de vânzare și semnătura vânzătorului,
 - o dovadă valabilă de cumpărare a echipamentului cu data vânzării / chitanței, bunurile revendicate.
3. Orice defecte și deteriorări descoperite în perioada de garanție vor fi reparate gratuit în termen de maximum 21 de zile de la data livrării bunurilor la service.
4. În cazul necesității de a importa piese, perioada de reparație poate fi prelungită cu timpul necesar importului acestora, dar nu mai mult de 90 de zile.
5. Garanția nu acoperă:
 - deteriorările mecanice și defectele cauzate de acestea,
 - deteriorările și defectele cauzate de utilizarea și depozitarea necorespunzătoare,
 - asamblarea și întreținerea necorespunzătoare,
 - deteriorarea și uzura componentelor precum cabluri, curele, piese din cauciuc, pedale, mânere din burete, roți, rulmenți etc.
6. Garanția este anulată în caz de:
 - data expirării,
 - auto-reparare,
 - nerespectarea regulilor de funcționare corectă.
7. Produsul returnat pentru reparație trebuie să fie complet și curat. În caz de defecte, service-ul are dreptul de a refuza acceptarea pentru reparație. În cazul în care produsul este livrat murdar, centrul de service poate refuza să îl accepte sau să îl curețe pe cheltuiala clientului, cu acordul scris al acestuia.
8. Garanția nu acoperă lucrările de instalare și întreținere, care, în conformitate cu manualul de utilizare, trebuie efectuate chiar de către utilizator.
9. De asemenea, garantul informează că oferă servicii post-garanție.
10. Bunurile trebuie protejate pentru expediere.
11. Pentru a face uz de garanție, vă rugăm să urmați procedura de pe site-ul web: <https://serwis.abisal.pl/>.

În caz de neconformitate a lucrului vândut cu contractul, cumpărătorul are dreptul prin lege la remedii legale din partea și pe cheltuiala vânzătorului. Garanția nu afectează aceste c

ECHIPAMENTUL NU ESTE DESTINAT REABILITĂRII ȘI TERAPIEI

NOTE PRIVIND CURSUL REPARAȚIILOR

Punct	Data notificării	Data furnizării	Desfășurarea reparațiilor	Semnătura beneficiarului (magazin, proprietar)

ZÁRUČNÁ KARTA

Názov článku:.....
EAN kód:.....
Dátum predaja:

ZÁRUČNÉ PODMIENKY:

1. Predávajúci v mene ručiteľa poskytuje záruku na území Poľskej republiky na obdobie 24 mesiacov od dátumu predaja.
2. Záruku poskytne predajňa alebo servisné stredisko na základe predloženia záruky zákazníkom:
 - čitateľne a správne vyplnený záručný list s pečiatkou predajcu a podpisom predávajúceho,
 - platného dokladu o kúpe zariadenia s dátumom predaja/prijatia, reklamovaného tovaru.
3. Všetky závady a poškodenia zistené počas záručnej doby budú bezplatne odstránené najneskôr do 21 dní odo dňa doručenia tovaru do servisu.
4. V prípade nutnosti dovozu dielov sa môže doba opravy predĺžiť o čas potrebný na ich dovoz, maximálne však o 90 dní.
5. Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a nimi spôsobené závady,
 - poškodenia a závady spôsobené nesprávnym používaním a skladovaním,
 - nesprávnej montáže a údržby,
 - poškodenie a opotrebovanie komponentov, ako sú káble, remienky, gumové časti, pedále, hubové rukoväte, kolesá, ložiská atď.
6. Záruka zaniká v prípade:
 - Dátum skončenia platnosti,
 - samoopravy,
 - nedodržania pravidiel správnej prevádzky.
7. Výrobok vrátený na opravu by mal byť kompletný a čistý. V prípade závad má servis právo odmietnuť prijatie do opravy. Ak je výrobok dodaný znečistený, servisné stredisko ho môže odmietnuť prijať alebo ho s písomným súhlasom zákazníka vyčistiť na jeho náklady.
8. Záruka sa nevzťahuje na inštalačné a údržbárske práce, ktoré si podľa návodu na obsluhu musí vykonať používateľ sám.
9. Garant zároveň informuje, že poskytuje pozáručný servis.
10. Tovar by mal byť chránený pri preprave.
11. Ak chcete využiť záruku, postupujte podľa postupu na webovej stránke: <https://serwis.abisal.pl/>.

ZARIADENIE NIE JE URČENÉ NA REHABILITÁCIU A TERAPIU

POZNÁMKY K PRIEBEHU OPRÁV

Položka	Dátum notifikácie	Dátum poskytnutia	Priebeh opravy	Podpis príjemcu (predajňa, vlastník)

GARANCIJSKA KARTICA

Ime izdelka:.....
Koda EAN:.....
Datum prodaje:

GARANCIJSKI POGOJI:

1. Prodajalec v imenu garanta zagotavlja garancijo na ozemlju Republike Poljske za obdobje 24 mesecev od datuma prodaje.
2. Garancijo bo trgovina ali servisni center priznal ob predložitvi garancije s strani kupca:
 - čitljivo in pravilno izpolnjen garancijski list s prodajnim žigom in podpisom prodajalca,
 - veljavnega dokazila o nakupu opreme z datumom prodaje/prezema, reklamiranega blaga.
3. Vse napake in poškodbe, ugotovljene v garancijskem roku, bodo brezplačno odpravljene najkasneje v 21 dneh od datuma dostave blaga na servis.
4. V primeru potrebe po uvozu delov se lahko obdobje popravila podaljša za čas, potreben za njihov uvoz, vendar ne več kot 90 dni.
5. Garancija ne zajema:
 - mehanskih poškodb in napak, ki jih te povzročijo,
 - poškodb in napak, ki so posledica nepravilne uporabe in skladiščenja,
 - nepravilne montaže in vzdrževanja,
 - poškodb in obrabe sestavnih delov, kot so kabli, trakovi, gumijasti deli, pedala, gobasti ročaji, kolesa, ležaji itd.
6. Garancija preneha veljati v primeru:
 - datum izteka veljavnosti,
 - samopopravila,
 - neupoštevanja pravil pravičnega delovanja.
7. Izdelek, vrnjen v popravilo, mora biti popoln in čist. V primeru napak ima servis pravico zavrniti sprejem v popravilo. Če je izdelek dostavljen umazan, ga lahko servisni center zavrne ali pa ga na stroške stranke z njenim pisnim soglasjem očisti.
8. Garancija ne zajema namestitvenih in vzdrževalnih del, ki jih mora v skladu z navodili za uporabo opraviti uporabnik sam.
9. Garant prav tako obvešča, da zagotavlja tudi pogarancijski servis.
10. Blago mora biti zaščiteno za pošiljanje.
11. Za uveljavljanje garancije upoštevajte postopek na spletni strani: <https://serwis.abisal.pl/>.

V primeru neskladnosti prodane stvari s pogodbo je kupec po zakonu upravičen do pravnih sredstev od prodajalca in na njegove stroške. Garancija ne vpliva na ta pravna sredstva.

OPREMA NI NAMENJENA ZA REHABILITACIJO IN TERAPIJO

OPOMBE O POTEKU POPRAVIL

Artikel	Datum uradnega obvestila	Datum zagotovitve	Potek popravil	Podpis prejemnika (trgovina, lastnik)

GARANTIKORT FÖR GARANTI

Artikelnamn:.....
EAN-kod:.....
Datum för försäljning:.....

GARANTIVILLKOR:

1. Säljaren, på uppdrag av Garanten, lämnar en garanti inom Republiken Polens territorium under en period av 24 månader från försäljningsdatumet.
2. Garantin kommer att uppfyllas av butiken eller servicecentret mot uppvisande av kunden:
 - ett läsligt och korrekt ifyllt garantikort med försäljningsstämpel och säljarens underskrift,
 - ett giltigt inköpsbevis för utrustningen med försäljningsdatum/kvitto, de varor som åberopas.
3. Eventuella defekter och skador som upptäcks under garantiperioden kommer att repareras kostnadsfritt inom högst 21 dagar från det datum då varorna levererades till tjänsten.
4. Om det är nödvändigt att importera delar kan reparationsperioden förlängas med den tid som krävs för deras import, men inte längre än 90 dagar.
5. Garantin täcker inte:
 - mekaniska skador och defekter som orsakats av dessa,
 - skador och defekter till följd av felaktig användning och förvaring
 - felaktig montering och felaktigt underhåll,
 - skador och slitage på komponenter som kablar, remmar, gummidelar, pedaler, svamphandtag, hjul, lager etc.
6. Garantin är ogiltig i händelse av:
 - utgångsdatum,
 - självreparation,
 - underlåtenhet att följa reglerna för korrekt användning.
7. Produkter som returneras för reparation ska vara kompletta och rena. Vid defekter har servicecentret rätt att vägra ta emot produkten för reparation. Om produkten levereras smutsig kan servicecentret vägra att ta emot den eller rengöra den på kundens bekostnad med dennes skriftliga medgivande.
8. Garantin omfattar inte installations- och underhållsarbeten, som enligt bruksanvisningen måste utföras av användaren själv.
9. Garantigivaren informerar också om att denne tillhandahåller service efter garantitiden.
10. Varorna bör skyddas för frakt.
11. För att utnyttja garantin ska du följa förfarandet på webbplatsen: <https://serwis.abisal.pl/>.

Om den sålda varan inte överensstämmer med avtalet har köparen enligt lag rätt till rättsmedel från och på bekostnad av säljaren. Garantin påverkar inte sådana rättsmedel.

UTRUSTNINGEN ÄR INTE AVSEDD FÖR REHABILITERING OCH TERAPI

ANTECKNINGAR OM REPARATIONSFÖRLOPPET

Ämne	Datum för anmälan	Datum för tillhandahållande	Reparationens förlopp	Mottagarens underskrift (butik, ägare)

ГАРАНТІЙНИЙ ТАЛОН

Найменування товару:.....

EAN код:.....

Дата продажу:.....

ГАРАНТІЙНІ УМОВИ:

1. Продавець від імені Гаранта надає гарантію на території Республіки Польща терміном на 24 місяці від дати продажу.
2. Гарантія буде виконана магазином або сервісним центром після пред'явлення покупцем
- розбірливо і правильно заповненого гарантійного талона з печаткою та підписом продавця
- дійсного документа, що підтверджує купівлю обладнання із зазначенням дати продажу/отримання, заявленого товару.
3. Будь-які дефекти і пошкодження, виявлені протягом гарантійного терміну, будуть безкоштовно усунені протягом максимум 21 дня з моменту доставки товару в сервіс.
4. У разі необхідності імпорту запчастин термін ремонту може бути продовжений на час, необхідний для їх імпорту, але не більше ніж на 90 днів.
5. Гарантія не поширюється на
- механічні пошкодження і викликані ними дефекти,
- пошкодження і дефекти, що виникли в результаті неправильного використання і зберігання
- неправильного монтажу та обслуговування,
- пошкодження та знос компонентів, таких як кабелі, реміні, гумові деталі, педалі, губки, колеса, підшипники тощо.
6. Гарантія втрачає чинність у разі
- закінчення терміну придатності,
- самостійного ремонту,
- недотримання правил правильної експлуатації.
7. Виріб, що повертається в ремонт, повинен бути укомплектований і чистий. У разі виявлення дефектів сервісний центр має право відмовити в прийомі в ремонт. Якщо виріб доставлений брудним, сервісний центр може відмовити в його прийомі або провести чистку за рахунок замовника за його письмовою згодою.
8. Гарантія не поширюється на роботи з монтажу та технічного обслуговування, які, згідно з інструкцією з експлуатації, повинні виконуватися користувачем самостійно.
9. Гарант також повідомляє, що забезпечує післягарантійне обслуговування.
10. Товар повинен бути захищений для транспортування.
11. Для того, щоб скористатися гарантією, будь ласка, дотримуйтеся 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



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