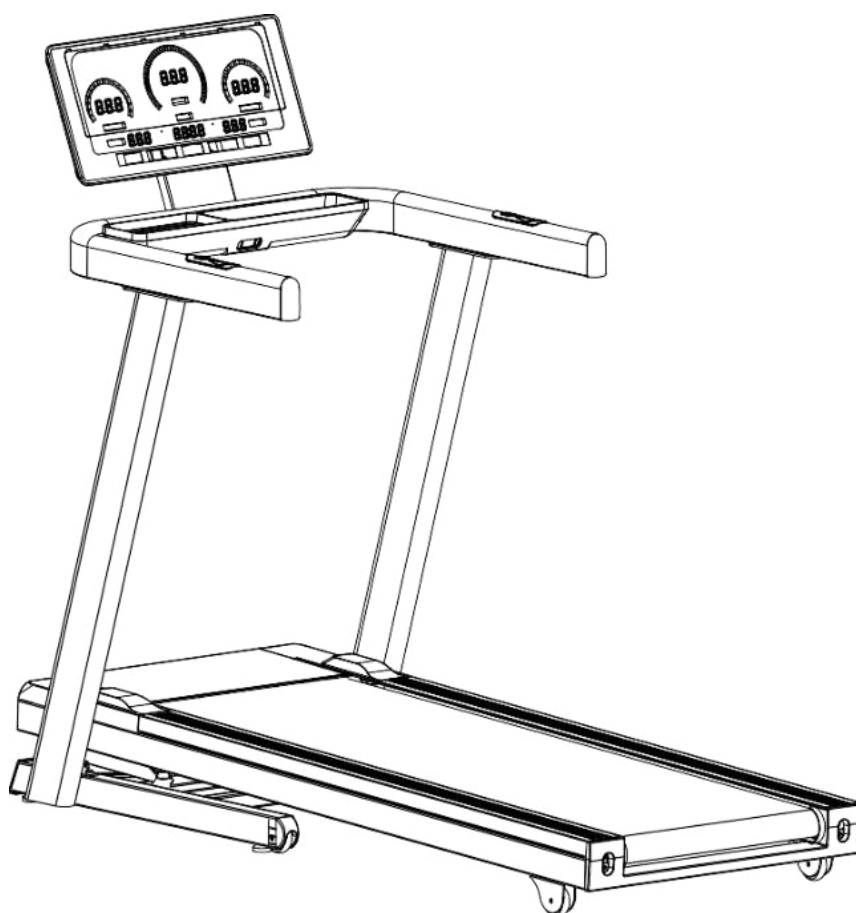




BE5838



PL INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA

EN MANUAL INSTRUCTION

CZ NÁVOD K OBSLUZE

DE BEDIENUNGSANLEITUNG

SK NÁVOD NA OBSLUHU

NL HANDMATIGE INSTRUCTIE

WAŻNE INSTRUKCJE DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Dziękujemy za zakup tego produktu, który w bardzo prosty sposób pomoże Ci zachować lepszą kondycję, zdrowie i samopoczucie.

Podręcznik użytkownika

1. Zawsze podłączaj wtyczkę zasilania do gniazda z uziemieniem. Gniazdo musi mieć specjalny obwód, aby uniknąć współdzielenia z innymi urządzeniami elektrycznymi.
2. Przed użyciem bieżni należy upewnić się, że stoi ona stabilnie na podłożu.
3. Przed uruchomieniem należy sprawdzić, czy bieżnia działa prawidłowo.
4. Po uruchomieniu bieżni należy stanąć na dwóch bocznych stopniach bezpieczeństwa.
5. Przypnij klucz bezpieczeństwa do ubrania.
6. Naciśnij przycisk "start", aby uruchomić bieżnię.
7. Podążaj za pasem biegowym lewą nogą, aby przygotować się do biegu próbnego. Dopiero gdy poczujesz, że możesz biegać, możesz stanąć na bieżni i zrobić to we właściwej pozycji. Na bieżni może ćwiczyć tylko jedna osoba, a ćwiczenia z nadmiernym obciążeniem są surowo zabronione.
8. W razie potrzeby można dostosować prędkość.
9. Po zakończeniu biegu bieżnię można zatrzymać, wyciągając klucz bezpieczeństwa lub naciskając przycisk "stop".
10. Pamiętaj o wyłączeniu zasilania i wyciągnięciu wtyczki po zakończeniu ćwiczeń.

Środki ostrożności :

- ◆ Bieżnię należy umieścić w pomieszczeniu, aby uniknąć kontaktu z wodą i ciężkimi przedmiotami.
- ◆ Podczas korzystania z urządzenia należy nosić wygodną odzież, a najlepiej obuwie sportowe lub do ćwiczeń fitness.
- ◆ Należy trzymać dzieci z dala od bieżni, aby uniknąć wypadków.
- ◆ Nie przeciążać silnika, konsoli czy pasa bieżni, aby nie spowodować ich uszkodzenia. Bieżnia powinna być poddawana rutynowej konserwacji.
- ◆ Należy utrzymywać mniejszą ilość kurzu w pomieszczeniach i pewien poziom wilgotności, aby uniknąć zakłóceń w działaniu konsoli i kontrolera.
- ◆ Bieżnia domowa powinna pracować nieprzerwanie nie dłużej niż 2 godziny.
- ◆ Należy zapewnić dobrą cyrkulację powietrza podczas pracy.
- ◆ Podczas biegania w okół bieżni powinna znajdować się bezpieczna przestrzeń o wymiarach 2000 x 1000 mm.
- ◆ W przypadku odczuwania dyskomfortu należy przerwać bieganie i skonsultować się z lekarzem.
- ◆ Butelkę z silikonem należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci.

- ◆ W razie jakichkolwiek nieprawidłowości należy zatrzymać urządzenie i natychmiast odłączyć zasilanie.
- ◆ Zwrócić się do lokalnego dystrybutora o pomoc lub serwis. Samodzielny demontaż podzespołów jest niedozwolony.

NIEBEZPIECZEŃSTWO!

Aby ograniczyć liczbę wypadków lub obrażeń, należy przestrzegać następujących zasad:

- ◆ Przed rozpoczęciem biegu upewnij się, że twoje ubranie nie wystaje.
- ◆ Nie nosić ubrań, które łatwo się zaczepiają.
- ◆ Przewód zasilający należy trzymać z dala od gorących przedmiotów.
- ◆ Trzymaj dzieci z dala od bieżni.
- ◆ Jeśli coś jest nie tak, należy podeprzeć uchwyt, aby popchnąć go w górę i opuścić pas bieżni.
- ◆ Nie używaj bieżni na zewnątrz.
- ◆ Przed przeniesieniem bieżni należy odłączyć zasilanie.
- ◆ Nie otwieraj pokrywy silnika i rolek, chyba że jest to wymagane.
- ◆ To urządzenie może być używane w obwodzie 10A.
- ◆ Upewnij się, że z urządzenia fitness korzysta tylko jedna osoba na raz.
- ◆ Czujniki tętna mogą nie być tak dokładne, jak w przypadku urządzeń medycznych, więc ich wyniki służą wyłącznie jako odniesienie.
- ◆ W przypadku złego samopoczucia lub bólu stawów lub mięśni należy natychmiast przerwać ćwiczenia. W szczególności należy obserwować reakcję organizmu na program ćwiczeń.
- ◆ Zawroty głowy są oznaką zbyt intensywnych ćwiczeń z urządzeniem. Przy pierwszych oznakach zawrotów głowy należy położyć się na ziemi do czasu poprawy samopoczucia.

Ostrzeżenie i zakaz!

- ◆ Pacjenci w trakcie leczenia powinni korzystać z bieżni po uzyskaniu zgody lekarza.
- ◆ Osoby z bólem pleców lub cierpiące na bóle nóg, talii i szyi. Osoby z drętwieniem nóg, talii, szyi i rąk (osoby z chorobami przewlekłymi, takimi jak wysunięcie krążka międzykręgowego, poślizg kręgosłupa, wysunięcie kręgu szyjnego itp.)
- ◆ Pacjent z deformacyjnym zapaleniem stawów, reumatyzmem lub dną moczanową.
- ◆ Pacjent z osteoporozą.
- ◆ Pacjent ze złym układem krążenia, takim jak choroby serca, zaburzenia naczyniowe i nadciśnienie naczyniowe
- ◆ Pacjent z zaburzeniami oddychania
- ◆ Pacjent z zaburzeniami rytmu serca
- ◆ Pacjent z nowotworem złośliwym
- ◆ Pacjent z zakrzepicą
- ◆ Pacjent z zaburzeniami percepcji spowodowanymi cukrzycą
- ◆ Osoba z uszkodzeniem skóry

- ◆ Pacjent z wysoką gorączką powyżej 38 °C
- ◆ Osoba ze skrzywieniem kręgosłupa
- ◆ Osoba w ciąży lub w okresie (miesiączkowym)
- ◆ Osoba odczuwająca dyskomfort
- ◆ Osoba w trakcie rehabilitacji
- ◆ Osoba w złym stanie
- ◆ Osoba o nietypowych cechach fizycznych.
- Powyższe przypadki mogą spowodować wypadek lub pogorszenie stanu zdrowia
- ◆ W przypadku złego samopoczucia, takiego jak ból stawów lub mięśni, zawroty głowy, drętwienie i nieprawidłowe bicie serca, należy natychmiast przerwać ćwiczenia i jak najszybciej skonsultować się z lekarzem.
- ◆ Należy trzymać dzieci z dala od tego produktu.
- Zignorowanie tego zalecenia może spowodować obrażenia u dzieci.
- ◆ Należy poinformować dzieci, że nie jest to zabawka.
- Zignorowanie tego zalecenia może spowodować obrażenia u dzieci.
- ◆ Podczas używania, wyjmowania, wkładania lub przenoszenia tego produktu należy upewnić się, że w pobliżu nie ma nikogo ani zwierząt.
- ◆ Należy zaprzestać korzystania z produktu w przypadku pęknięcia pokrywy (wypadnięcia wewnętrznych części) lub odpadnięcia spawanych części.
- Może to spowodować niebezpieczeństwo lub obrażenia.
- ◆ Nie należy podskakiwać ani schodzić z bieżni podczas biegu.
- Może to spowodować upadek i obrażenia.
- ◆ Nie używaj bieżni na zewnątrz lub w pobliżu łazienki, aby uniknąć kontaktu z wodą.
- ◆ Nie używaj ani nie rezerwuj bieżni w miejscu narażonym na bezpośrednie działanie promieni słonecznych i unikaj miejsc o wysokiej temperaturze, takich jak koc elektryczny i grzejnik.
- ◆ Może to spowodować upływ prądu lub pożar.
- ◆ Nie używać, gdy przewód zasilający lub wtyczka są uszkodzone lub gniazdo jest poluzowane.
- Może to spowodować porażenie prądem, zwarcie lub pożar.
- ◆ Nie uszkadzaj ani nie skręcaj przewodu zasilającego, a także nie kładź na nim ciężkich przedmiotów.
- Może to spowodować pożar lub porażenie prądem.
- ◆ Urządzenie może być używane tylko przez jedną osobę naraz.
- Może spowodować obrażenia.

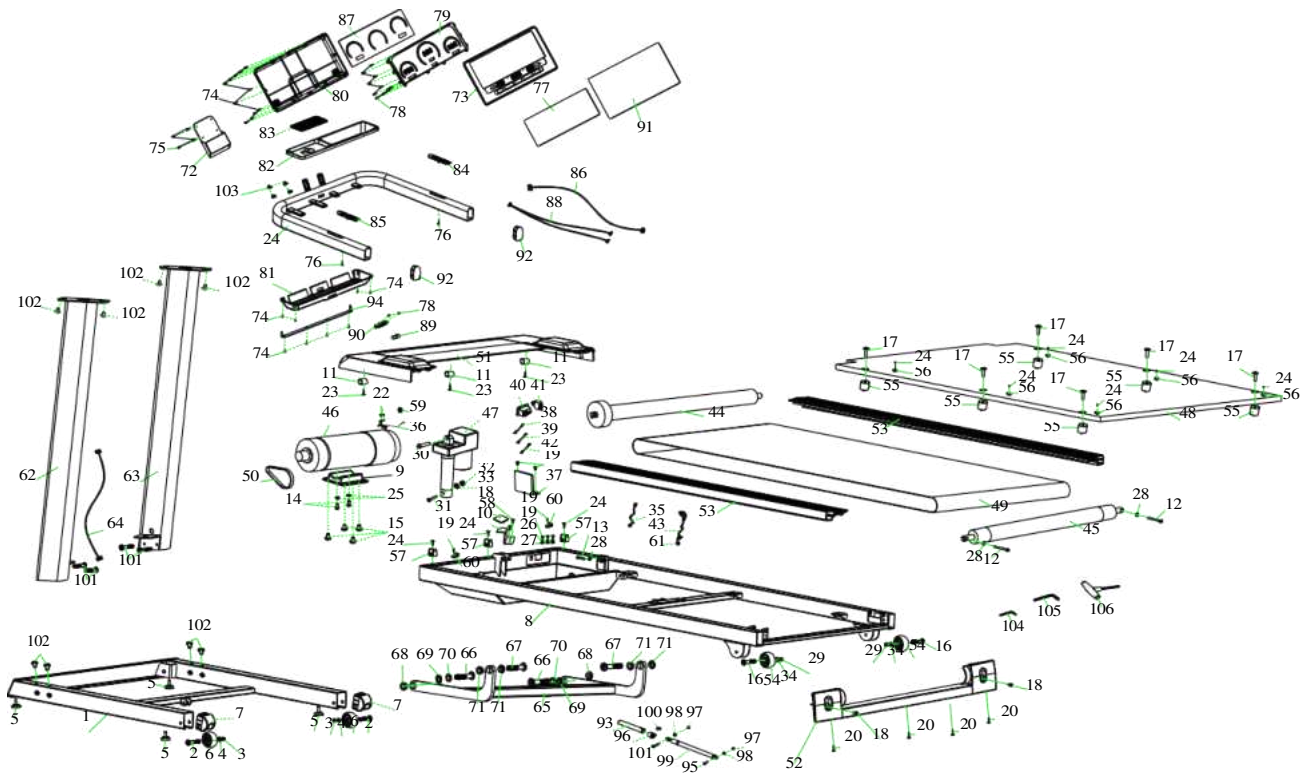
- ◆ Osoby, które nie są przytomne lub nie potrafią samodzielnie obsługiwać bieżni, nie mogą z niej korzystać.
- może spowodować wypadek lub obrażenia.
- ◆ Demontaż, naprawa, zmiana przez klienta są absolutnie zabronione.
- ◆ Może to spowodować awarię mechaniczną i obrażenia
- ◆ Główny korpus i elementy robocze nie mogą stykać się z wodą ani napojami.
- może spowodować porażenie prądem elektrycznym i pożar.
- ◆ Nie ćwicz zbyt dużo, jeśli nie uprawiasz regularnie sportu.
- ◆ Nie używaj bieżni po posiłkach lub gdy czujesz się zmęczony.
- Może to spowodować uszczerbek na zdrowiu.
- ◆ Ten produkt jest przeznaczony do użytku domowego. Nie może być używany w szkole lub sali gimnastycznej, gdzie znajduje się wielu niespecyficznych użytkowników.
- może spowodować obrażenia.
- ◆ Nie używaj produktu podczas spożywania posiłków lub wykonywania innych czynności.
- ◆ Nie używaj produktu, gdy czujesz, że ciało staje się spowolnione po wypiciu napoju.
- Może to spowodować wypadek lub obrażenia.
- ◆ Nie używaj produktu, gdy masz w kieszeni twardy przedmiot.
- może spowodować wypadek lub obrażenia.
- ◆ Wtyczka zasilania nie może być podłączona za pomocą igły, odpadów lub wody.
- Może to spowodować porażenie prądem, zwarcie i pożar.
- ◆ Nie wolno wyciągać wtyczki ani wyłączać zasilania podczas pracy.
- może to spowodować obrażenia.
- ◆ Nie obsługiwać mokrymi rękami !
- ◆ Nie wyciągać ani nie wkładać wtyczki mokrymi rękami.
- Może to spowodować porażenie prądem lub obrażenia ciała.
- ◆ Pamiętaj o wyciągnięciu wtyczki!

- Kurz i wilgoć mogą uszkodzić izolację, a następnie spowodować upływ prądu i pożar.
- ◆ Podczas konserwacji należy wyciągnąć wtyczkę.
- Może to spowodować porażenie prądem i obrażenia ciała.
- ◆ Jeśli produkt nie uruchamia się lub występują nieprawidłowości, należy natychmiast przerwać jego użytkowanie, wyciągnąć wtyczkę i zgłosić usterkę.
- może spowodować porażenie prądem i obrażenia ciała.
- ◆ W przypadku nagłej awarii zasilania należy wyciągnąć wtyczkę.
- Może to spowodować wypadek i obrażenia podczas wznawiania zasilania.
- ◆ Podczas wyciągania wtyczki należy trzymać za wtyczkę, a nie za przewód.
- Może to spowodować zwarcie, porażenie prądem i pożar.

- ◆ Produkt musi być uziemiony. Połączenie z uziemieniem może zapewnić kanał o najmniejszej rezystancji dla prądu, gdy produkt działa nieprawidłowo, co może zmniejszyć ryzyko porażenia prądem.
- ◆ Produkt jest wyposażony w przewód uziemiaczy i wtyczkę uziemiaczą.
- Wtyczka musi być włożona do gniazda zgodnego z lokalnymi przepisami.

Niebezpieczeństwo !

- ◆ Nieprawidłowe podłączenie przewodu uziemiaczego może spowodować porażenie prądem elektrycznym. Jeśli nie masz pewności co do podłączenia uziemienia, poproś profesjonalnego elektryka o sprawdzenie. Jeśli wtyczka produktu nie pasuje do gniazda, należy poprosić elektryka o zainstalowanie prawidłowego gniazda.
- ◆ Produkt jest wyposażony we wtyczkę z uziemieniem. W pierwszej kolejności należy upewnić się, że gniazdo jest odpowiednie. Adapter gniazda jest niedozwolony.



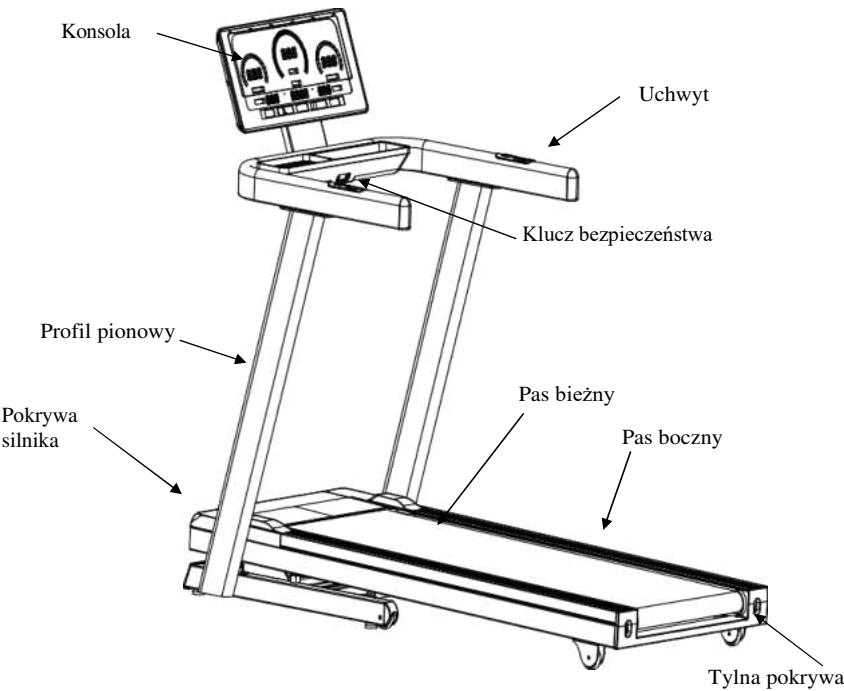
Lista części

Nr	Nazwa	Specyfikacja	Ilość	Nr	Nazwa	Specyfikacja	Ilość
1	Podstawa spawana		1	63	Prawy profil pionowy	0.32 mł	1
2	Śruba sześciokątna	M8×50×20	2	64	Lina komunikacyjna	SM4PIN/SM4PIN/L-1200mm/26#	1
3	Sześciokątna nakrętka zabezpieczająca	M8	2	65	Rama		1
4	Podkładka płaska	Φ8	2	66	Śruba z łbem sześciokątnym	M12×Φ14×35×19	2
5	Stopka (OMA-05-07-005)	Φ50×Φ41×17×M8×27	4	67	Śruba z łbem sześciokątnym płaskim	M10×25×15	2
6	Koło	Φ62×Φ8.0×t22	2	68	Nakrętka	Φ24×Φ19×Φ14×14×3	2
7	Zaślepka	40×60×t2.0	2	69	Tuleja	Φ25×Φ18×t3.0	2
8	Rama główna		1	70	Podkładka płaska	Φ14	2
9	Mocowanie silnika (1320CA-06)		1	71	Tuleja wału podnoszącego (OMA-05-06-023)	Φ25×Φ17×Φ10×6×1	4
10	Płyta pokrywy silnika		1	72	Spawy uchwyty konsoli		1
11	Stała rura pokrywy silnika	Φ16×t1.2×23	1	73	Rama wyświetlacza	498×175×10.1	1
12	Śruba z łbem walcowym sześciokątnym	M8×75	1	74	Duży wkręt z łbem płaskim z wgłębieniem krzyżowym	ST4×16	19
13	Śruba z łbem walcowym sześciokątnym	M8×60	2	75	Śruba z łbem stożkowym	ST4×15	4
14	Śruba z łbem walcowym sześciokątnym	M8×15	2	76	Śruba z łbem stożkowym	ST4×70	2
15	Śruba z łbem sześciokątnym płaskim	M8×15	1	77	Element	t0.5×490×167	1
16	Śruba z łbem sześciokątnym płaskim	M8×45×20	2	78	Wkręt krzyżowy z dużym płaskim łbem gwintowanym	ST4×10	12
17	Śruba z łbem sześciokątnym stożkowym	M6×30×Φ16	4	79	Panel	1136EA/571×277×10.8	1
18	Śruba krzyżakowa z dużym płaskim łbem	M5×10	2	80	Tylna pokrywa panelu	1136EA/571×277×28	1
19	Śruba z wgłębieniem krzyżowym z dużym płaskim łbem	M4×10	6	81	Górna pokrywa		1
20	Śruba samogwintująca z dużym, płaskim łbem z wgłębieniem krzyżowym	ST4×16	4	82	Dolna pokrywa		1
21	Duży wkręt z płaskim łbem z wgłębieniem krzyżowym	ST4×10	7	83	Podkładka antypoślizgowa		1
22	Śruba samogwintująca z wgłębieniem krzyżowym	ST3×10	4	84	Pomiar tętna	7239EA/SM5 PIN/L-50MM/SPEED+/-	1
23	Śruba samogwintująca z łbem stożkowym	ST4×15	2	85	Pomiar tętna	7239EA/L-50MM/SM5 PIN/INCLINE+/-	1
24	Spawy ramy konsoli		1	86	Lina komunikacyjna	SM4PIN/SM4PIN/L-750mm/26#	1
25	Podkładka sprężynowa	Φ8	3	87	Konsola 3338EA		1
26	Podkładka sprężynowa	Φ5	17	88	Ręczny przewód do komunikacji z pulsometrem	3330EA/L-1000mm	1
27	Ząbkowane podkładki	Φ5	2	89	Klucz bezpieczeństwa	J52×15×15 (L/-	1

	zabezpieczające					700	
28	Podkładka płaska	Φ8	3	90	Gniazdo blokady bezpieczeństwa	J86×20×16	1
29	Nakrętka zabezpieczająca sześciokątna	M8	3	91	Panel akrylowy	t1.0×554×260	1
30	Śruba z łbem sześciokątnym	M10×35×20	3	92	Wtyczka w kształcie litery D	DX40×80	2
31	Śruba z łbem sześciokątnym	M10×65×20	2	93	Zawór jednokierunkowy	Φ29×t1.2×340	1
32	Śruba z łbem sześciokątnym	M10	1	94	Oslony		1
33	Podkładka płaska	Φ10	1	95	Śruba sześciokątna	M8×30×20	1
34	Podkładka płaska	Φ8	1	96	Zatyczka	Φ33×Φ23×48	1
35	Lina komunikacyjna	SM5PIN/SM4PIN/L-75 0mm/26#	1	97	Nakrętka zabezpieczająca sześciokątna	M8	2
36	Czujnik fotoelektryczny	L-500	2	98	Płaska podkładka	Φ88×Φ50×Φ17×606	2
37	3330EA Sterownik	AC220V/1-20KM/H/Incline(ERP)	1	99	Pręt	720×318×Φ10×Φ8.2×350N	1
38	Przewód	L-300mm/1.5mm ² /(Re d)	1	100	odłamek-1	t0.6×16.5×43	1
39	Przewód	L-300mm/1.5mm ² /(Bla ck)	1	101	Śruba z łbem sześciokątnym	M8×50×20	4
40	Przełącznik	KCD4	1	102	Śruba z łbem sześciokątnym płaskim	M8×15	8
41	Przełącznik samoresetujący	10A/ABR21-16/250V A C	1	103	Śruba z łbem sześciokątnym	M6×10	4
42	Przewód	L-100mm/1.5mm ² /(Re d)	1	104	Klucz w kształcie litery L	4*30*80	1
43	Wtyczka	3×1.0mm ² ×2000	1	105	Klucz w kształcie litery L	6*35*80	1
44	Walek przedni 3330EA	Φ88×Φ50×Φ17×606	1	106	Klucz w kształcie litery T	6*80	1
45	Walek tylny 3330EA	Φ50×Φ17×529×578	1				
46	Silnik	1.5HP/DC180V/4600R PM/Φ32/36	1				
47	Silnik nachylenia	1/18HP/75mm/AC220 V(195mm)	1				
48	Platforma bieżna 3330EA	1300×604×t18	1				
49	Pas bieżny	2930×500×t1.6	1				
50	Pasek	174 (442) PJ6	1				
51	Pokrywa silnika 3330EA	367.5×673×36.7	1				
52	Tylna pokrywa	673×93×51	1				
53	Szyna boczna	87×34.5×1342	2				
54	Koło	Φ62×Φ8.0×t22	2				
55	Poduszka cylindryczna	Φ30×30×M6×6	6				
56	Okrągły blok prowadzący	φ25×φ5×4.5	10				
57	Taśma	φ16 (white)	3				
58	Podkładka EVA (E21-V1-12)	t15×30×30	1				
59	Pierścień magnetyczny	Φ29×Φ17×t7.5	1				

60	Zacisk kabla	3/8(UC-2)	1				
61	Zacisk kabla zasilającego	SR-5R1	1				
62	Lewy profil pionowy	0.32 m ²	1				

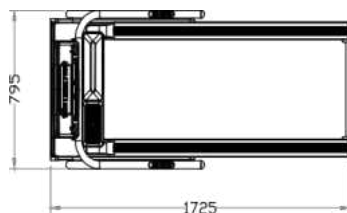
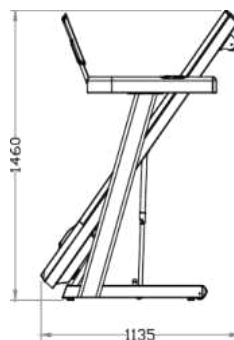
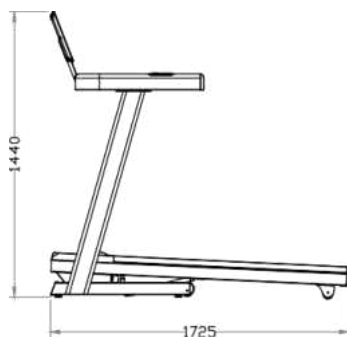
Profil produktu



Informacje techniczne

Rozmiar	Rozłożony: 1135*795*1460
	Złożony: 1720*835*1440
Pas bieżny	1420*500
Prędkość	1.0—20.0km/h

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



Lista pakowania



Główny korpus



Profile



Rama konsoli



Konsola



Klucz
bezpieczeństwa

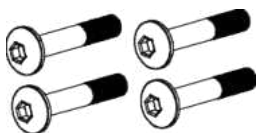


Olej silikonowy

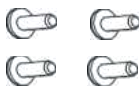
Instrukcja
obsługi

Zestaw śrub

Lista sprzętu



H Śruba sześciokątna z dużym płaskim łbem (M8 * 50 * 20) 4 szt.



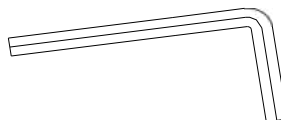
Śruba z łbem sześciokątnym (M6*10)



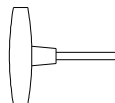
Śruba sześciokątna z łbem płaskim M8×15 8szt.



Klucz w kształcie litery L S4 1szt



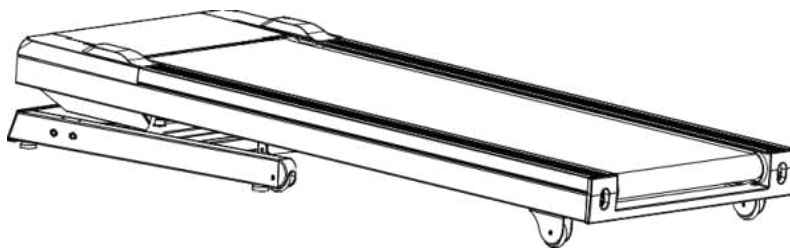
Klucz imbusowy typu L S6 1szt.



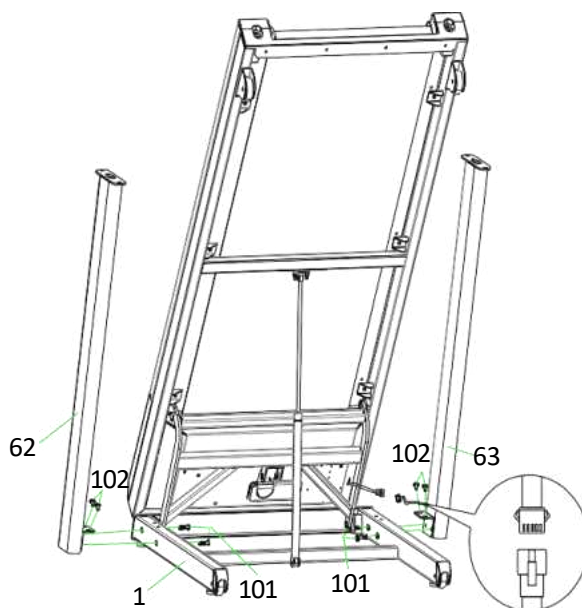
Klucz w kształcie litery T 6×80

Etapy montażu

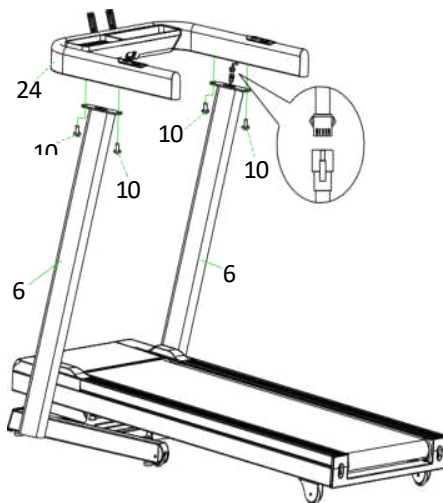
Uwaga: Nie dokręcaj całkowicie wszystkich śrub podczas instalacji. Dokręć wszystkie śruby po całkowitym zainstalowaniu komponentów.



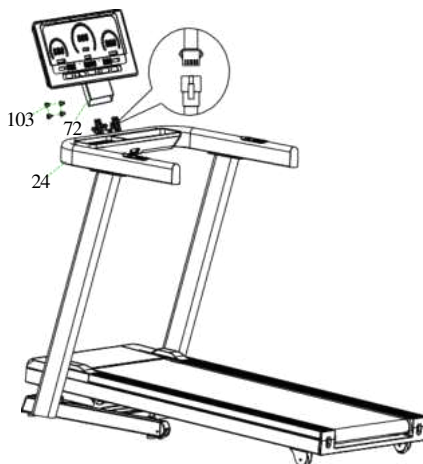
Krok 1: Wyjmij urządzenie z opakowania i umieść je na płaskiej podłodze (jak pokazano na rysunku), zdejmij wszystkie worki i paski ochronne.



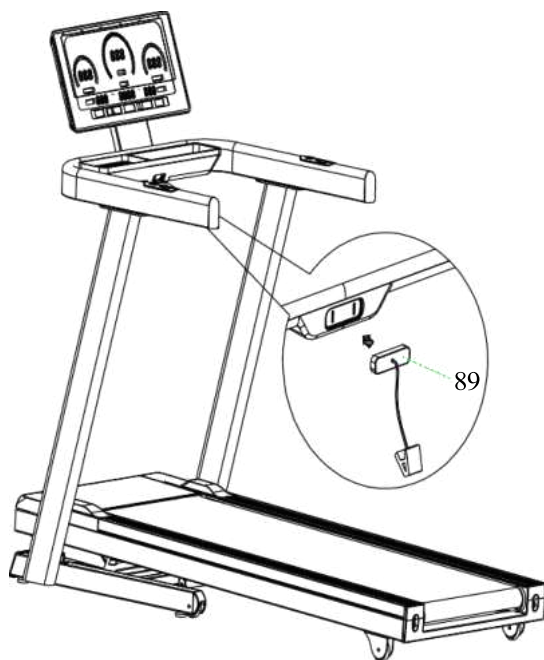
Krok 2: Jak pokazano: Utrzymuj bieżnię w pozycji pionowej, włóż profil pionowy (62) do odpowiedniej pozycji podstawy (1), zablokuj go w odpowiednim otworze za pomocą (101) sześciokątnej śruby $M8 \times 50 \times 20$, a następnie zablokuj go za pomocą (102) sześciokątnej śruby $M8 \times 15$. Operacja po drugiej stronie (63) jest taka sama.



Krok 3: Jak pokazano na rysunku: Po podłączeniu linii komunikacyjnej po prawej stronie ramy poręczy, zainstaluj spawy uchwytu (72) w odpowiednim miejscu (62) (63) słupka pionowego i zablokuj za pomocą (102) sześciokątnej dużej śruby M8×15.



Krok 4: Jak pokazano: po podłączeniu przewodu sygnałowego konsoli, włóż spaw uchwytu (72) do spawu ramy konsoli (24), zablokuj za pomocą (103) śrub sześciokątnych M6 × 10.



Krok 5: Ustaw urządzenie i dokręć wszystkie śruby mocujące. Następnie załóż klucz bezpieczeństwa (89), bieżnia jest gotowa!

Porady i wskazówki dotyczące ćwiczeń

(a) Rozgrzewka

Rozgrzewaj się przez 5-10 minut przed każdą sesją.

(2) Oddychanie

Podczas operacji nie należy wstrzymywać oddechu. Wdychaj powietrze nosem i wydychaj mocno ustami, przygotowując się do ograniczenia ruchu. Oddech i ruch powinny być skoordynowane.

(3) Częstotliwość

Ten sam mięsień powinien być trenowany po 48 godzinach odpoczynku, co oznacza trening tej samej partii co drugi dzień.

(4) Obciążenie

Określ ilość treningu zgodnie z indywidualną kondycją fizyczną, bolesność jest normalna na początku treningu, ale można ją wyeliminować, o ile będziesz kontynuować ćwiczenia.

(5) Relaks

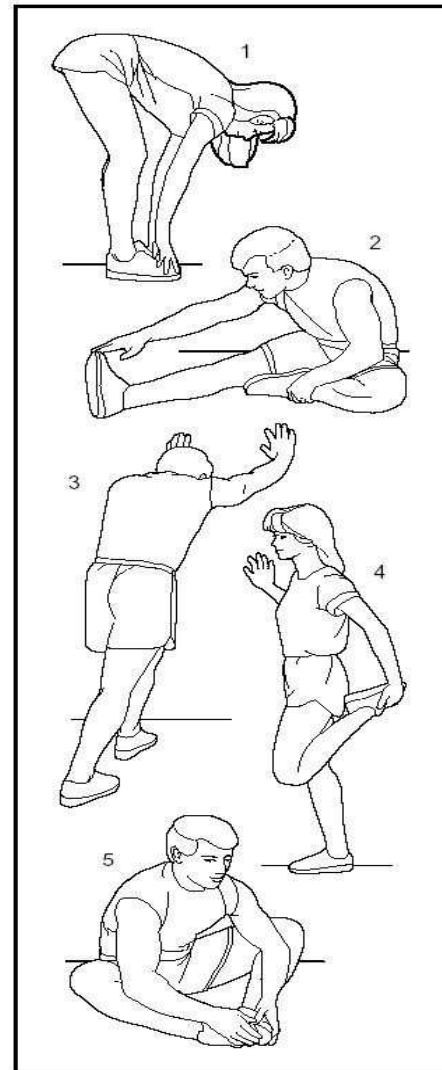
Zrelaksuj się 5 minut po każdym ćwiczeniu, aby mięśnie były silne i elastyczne.

(6) Dieta

Aby chronić układ trawienny, nie należy rozpoczynać ćwiczeń bezpośrednio po posiłku. Po treningu użytkownik nie powinien jeść po ćwiczeniach przez pół godziny, nie pić dużej ilości wody podczas ćwiczeń, aby uniknąć zwiększenia obciążenia serca i nerek.

(7) Rozciąganie

Bez względu na to, jak szybko biegasz, najlepiej najpierw się rozciągnąć. Rozgrzane mięśnie łatwiej się rozciągają, więc najpierw rozgrzej się, spacerując przez 5-10 minut. Następnie zatrzymaj się i rozciągnij w następujący sposób - pięć razy, 10 sekund lub dłużej na każdą nogę; Zrób to ponownie po treningu.



1. Rozciąganie w dół

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

2. Rozciąganie ścięgna podkolanowego

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

3. Rozciąganie ścięgien łydek i pięt

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

4. Rozciąganie mięśnia czworogłowego

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

5. Rozciąganie mięśnia po wewnętrznej stronie uda

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

Instrukcja panelu konsoli



Skróty nachylenia

Pochylenie "w górę" i "w dół"

Program

Stop

Start/Pauza

Program

Prędkość "w górę" i "w dół"

Skróty prędkości

Opis funkcji konsoli

1. P01 to ręczny program użytkownika, P01-P36 to wbudowany automatyczny program treningowy, 3 użytkowników, BMI;
2. Wyświetlacz LED, 14 przycisków operacyjnych;
3. Prędkość, funkcja konwersji systemu odległości;
4. Zakres prędkości roboczej: KM 1.0~20.0KM/H, cale 0.6-12.5MPH;
5. Zakres nachylenia: 0~15%;
6. Przeciążenie, zabezpieczenie nadprądowe, zabezpieczenie przeciwybuchowe, zabezpieczenie przed prędkością, zabezpieczenie przed zakłóceniami elektromagnetycznymi i inne funkcje zabezpieczające;
7. System autotestu, funkcja wyświetlania informacji o nieprawidłowościach;
8. Trzy funkcje niestandardowe;
9. Funkcje ERP;
10. Funkcja przypomnienia o tankowaniu;

Opis okien

1. "CALORIES" window: wyświetla wartość kalorii;
2. "TIME" window: wyświetla wartość czasu;
3. "DISTANCE" window: wyświetlanie wartości dystansu;
4. "INCLINE" window: wyświetlanie wartości nachylenia.
5. "PULSE" window: wyświetla wartość tętna;
6. "SPEED" window: wyświetla wartość prędkości;

Konwersja:

- 1) 1) Po odłączeniu blokady bezpieczeństwa naciśnij jednocześnie przyciski "PROGRAM" i "MODE",
na wyświetlaczu pojawi się 0,6, co oznacza konwersję z kilometrów na mile;
- 2) Po odłączeniu blokady bezpieczeństwa naciśnij jednocześnie przyciski "PROGRAM" i "MODE",

a na wyświetlaczu pojawi się 1,0, co oznacza przeliczenie mil na kilometry;

Funkcje:

1. "PROG": przycisk wyboru programu, w stanie zatrzymania, cykl wyboru programu P0~P36, U01~U03, BMI;
2. "MODE": Po wybraniu TRYBU RĘCZNEGO stanem początkowym jest tryb normalny. Naciśnij przycisk trybu, aby wybrać tryb odliczania -> tryb odległości wstecz -> kalorie wstecz -> tryb normalny w trybie ręcznym; przycisk resetowania dla domyślnego (30 minut) interwału odliczania w P1-P36;
3. "START": Przycisk start/pauza, w stanie zatrzymania, uruchamia bieżnię; w stanie pracy, zawiesza bieżnię;
"pauza" bez efektu, jeśli połączenie Bluetooth;
4. STOP: Przycisk zatrzymania/resetowania 1. W stanie pracy naciśnij przycisk STOP, aby powoli zatrzymać urządzenie; 2. Gdy wyświetlana jest informacja ERR, wyświetlona informacja zostanie wyczyszczona.
5. "+": przycisk przyrostu prędkości, w stanie zatrzymania lub pomiaru tłuszczu, aby ustawić przycisk przyrostu parametru, w stanie pracy, aby ustawić przycisk przyrostu prędkości;
6. "-": klawisz spadku prędkości, w stanie zatrzymania lub pomiaru tłuszczu jest klawiszem spadku ustawionego parametru, w stanie pracy jest klawiszem spadku prędkości;
7. "QUICK SPEED": Przyciski skrótów prędkości 3,6,9, w stanie pracy bieżni, bezpośrednio ustawiają prędkość na określoną wartość przycisku;
8. : Przycisk wzrostu nachylenia;
9. : Przycisk zmniejszenia nachylenia;
10. "QUICK INCLINE": 3,6,9 przyciski skrótów nachylenia, gdy bieżnia pracuje, bezpośrednio

ustawiają prędkość na określoną wartość przycisku;

Klucz bezpieczeństwa :

Klucz bezpieczeństwa składa się z przełącznika dotykowego, spinacza do bielizny i nylonowej liny, która może zapobiec wyłączeniu awaryjnemu. W każdym stanie, gdy blokada bezpieczeństwa znajduje się poza pozycją, bieżnia przestaje działać, obsługa klawiatury konsoli jest zabroniona, a na ekranie wyświetlany jest komunikat "E-07", któremu towarzyszy sygnał dźwiękowy. Po każdym ustawieniu blokady bezpieczeństwa ekran będzie wyświetlany przez 2 sekundy, a następnie przejdzie do domyślnego stanu roboczego systemu.

Program UŻYTKOWNIKA:

USER ma trzy nazwy USER1~USER3. W trybie USER użytkownicy mogą uzyskać dostęp do własnego programu sportowego lub go ustawić. Naciśnij przycisk „PROG”, aby dostosować się do „USER1 ~ USER3”, a następnie naciśnij przycisk „mode”, aby ustawić lub naciśnij przycisk START, aby rozpocząć sport. Naciśnij klawisz „MODE”, aby ustawić 10 sekcji prędkości i wznoszenia własnego programu. Po ustawieniu użytkownik naciska „START”, aby uruchomić bieżnię. Program użytkownika zostanie zapisany i będzie można z niego bezpośrednio skorzystać następnym razem.

Przewodnik bezpieczeństwa

1. Włóż wtyczkę przewodu zasilającego do gniazda zasilania 10 A z uziemieniem, włącz przełącznik zasilania, ekran konsoli zostanie w pełni wyświetlony wraz z sygnałem dźwiękowym, a następnie zidentyfikuj klucz bezpieczeństwa.
2. Umieść klucz bezpieczeństwa w pozycji na konsoli i przypnij spinacz do bielizny do ubrania na klatce piersiowej. Ekran jest w pełni wyświetlany przez 2 sekundy, a następnie przechodzi do domyślnego stanu roboczego: wszystkie liczniki są zerowane, ustawiona wartość jest resetowana, bieżnia jest w trybie

dotadniego pomiaru czasu programu ręcznego P0; 3. Naciśnij przycisk "PROG", aby wybrać program: P01~P36, U01,U02,U03, BMI;

4. "P0" to program zdefiniowany przez użytkownika, naciśnij przycisk "MODE", aby wybrać cztery tryby treningu, prędkość treningu i nachylenie są ustawiane przez użytkownika. Domyślnie: Prędkość 1.0KM/H, nachylenie 0 sekcja. Tryb treningu 1: dodatni czas zliczania, czas, dystans, kalorie są zliczane dodatnio, zamknij funkcję ustawień;

Tryb treningu 2: odliczanie czasu, stan ustawień, migające okno czasu, naciśnij przycisk "+", "-", aby zmodyfikować ustawioną wartość, ustawiony zakres: 5-99 minut, wartość domyślna: 30:00;

Tryb treningowy 3: odliczanie dystansu, ustaw stan, okno dystansu miga, naciśnij przycisk "+", "-", aby zmodyfikować ustawioną wartość, ustaw zakres: 1,0-99,0 KM, wartość domyślna: 1KM;

Tryb treningowy 4: odwrócona kalia, ustawiony stan, okno kalorii miga, naciśnij przycisk "+", "-", aby zmodyfikować ustawioną wartość, ustawiony zakres: 20-990CAL, wartość domyślna: 50CAL;

5. "P01-P36" dla programu konfiguracji systemu, przeszkolony tylko w trybie odliczania, w stanie ustawień okno czasu miga, naciśnij klawisz "+", "-", aby zmodyfikować ustawioną wartość, naciśnij klawisz "MODE", aby zresetować do wartości domyślnej, ustaw zakres: 5-99MIN, wartość domyślna: 30:00;

6. Po ustawieniu trybu treningu naciśnij przycisk "START", ekran zacznie wyświetlać 5-sekundowe odliczanie z 5 sygnałami dźwiękowymi, po odliczeniu 1, bieżnia uruchomi się delikatnie, powoli przyspieszy do wyświetlanej prędkości, a następnie będzie działać płynnie ze stałą prędkością.

7. Podczas biegu naciśnij przycisk "+", "-" lub "QUICK SPEED", aby dostosować prędkość bieżni;

8. W programach P1-P36 prędkość każdego programu jest podzielona na 10 segmentów, każdy okres jest równo podzielony zgodnie z ustawionym czasem. Prędkość ustawiona za pomocą przycisku jest ważna tylko w bieżącym segmencie, a trzy sygnały dźwiękowe zostaną wysłane z trzysiekundowym wyprzedzeniem, gdy segment zostanie zamieniony na inny segment. Silnik zatrzyma się automatycznie, gdy program wypełni 10 segmentów, z sygnałem dźwiękowym;

9. W trybie pracy, naciśnij przycisk "START", silnik będzie przełączał się między dwoma stanami zawieszenia i pracy. Po ponownym uruchomieniu w stanie wstrzymania, zarejestrowane dane pracy i proces pozostaną takie same.

10. Podczas pracy silnika, naciśnij przycisk "STOP", silnik zwolni, aż zatrzyma się płynnie, wszystkie ustawienia zostaną przywrócone do stanu domyślnego;

11. Podczas pracy silnika naciśnij przycisk " ", " " lub " QUICK INCLINE ", aby dostosować nachylenie bieżni;

12. W dowolnym stanie, zdejmij blokadę bezpieczeństwa, na ekranie pojawi się "E-07", a bieżnia przestanie działać przy akompaniamencie sygnału dźwiękowego;

13. System sterowania w dowolnym momencie monitorowania bezpieczeństwa, o ile wykryte zostaną

anomalie, bieżnia zostanie awaryjnie zatrzymana, na ekranie wyświetlone zostaną monity o nieprawidłowych informacjach, którym towarzyszyć będą sygnały dźwiękowe;

14. Gdy na ekranie zostaną wyświetlone nieprawidłowe informacje, naciśnij STOP. System jednorazowo wyczyści wyświetlane informacje.

15. Metoda testu BMI: naciśnij przycisk "PROG", aby wybrać program BMI, naciśnij przycisk "MODE", aby wybrać numer seryjny projektu. naciśnij przyciski "+" i "-", aby ustawić parametry.

16. Pozycja nr F1 (Płeć): wskazuje płeć; ustaw zakres parametrów: 1-2, "1" oznacza mężczyznę, "2" oznacza kobietę, wartość domyślna: 1;

17. Pozycja nr F2 (Wiek): wskazuje wiek; ustaw zakres parametrów: 1-99 lat, wartość domyślna: 25 lat. 18

• Przedmiot nr F3 (Wzrost): wskazuje wzrost; ustawiony zakres parametrów: 100 220 CM, wartość domyślna: 170 CM;

19. Numer seryjny pozycji F4 (Waga): wskazuje wagę; ustawiony zakres parametrów: 20-150KG, wartość

domyślna: 70KG; 20. Numer seryjny pozycji F5 (BMI): wskazuje zakończenie ustawień parametrów,

przejdź do stanu testu BMI, przytrzymaj obie ręce na lewym i prawym uchwycie czujnika tętna, odczekaj 4 sekundy, okno wyświetlania parametrów pokaże wskaźnik tkanki tłuszczowej (BMI) osoby testowanej;

zgodnie ze standardem azjatyckim, tkanka tłuszczowa jest mniejsza niż 18 dla szczupłych, między 18 a 24 dla idealnej masy ciała, między 25 a 28 dla nadwagi, większa niż 29 dla otyłości, a tkanka tłuszczowa osoby testowanej zostanie wyświetlona w oknie. Wartość domyślna: 24 (dane te służą wyłącznie jako odniesienie do ćwiczeń).

21. Brytyjska metoda testu BMI: Naciśnij przycisk "PROG", aby wybrać program BMI, naciśnij przycisk "MODE", aby wybrać numer seryjny pozycji, naciśnij przyciski "+" i "-", aby ustawić parametry. A) Numer pozycji F1 (Sexo): wskazuje płeć; Wartość waha się od 1 do 2, gdzie 1 oznacza mężczyznę, a 2 kobietę. Wartością domyślną jest 1.

B) Numer pozycji F2 (Wiek) : wskazuje wiek; Zakres wartości: 1 do 99 lat. Wartość domyślna: 25 lat;

C) Pozycja nr F3 (Wzrost) : wskazuje wzrost. Wartość mieści się w zakresie od 39 do 87 cali. Wartość domyślna: 67 cali.

D) Numer pozycji F4 (Waga) : wskazuje wagę; Zakres ustawionych parametrów: 44-330 LBS. Wartość domyślna: 154 LBS.

E) Pozycja nr F5 (BMI): wskazuje zakończenie ustawiania parametrów i przejście do stanu testu tkanki tłuszczowej. Po odczekaniu 4 sekund w oknie wyświetlania parametrów pojawi się procentowa zawartość tkanki tłuszczowej (BMI) testowanej osoby; według standardów azjatyckich tkanka tłuszczowa poniżej 18 jest uważana za szczupłą, tkanka tłuszczowa od 18 do 24 jest uważana za idealną, tkanka tłuszczowa od 25 do 28 oznacza nadwagę, a tkanka tłuszczowa powyżej 29 jest uważana za otyłą (dane te służą wyłącznie jako odniesienie do ćwiczeń).

Wartość domyślna: 24 Funkcja transferu ERP:

System domyślnie uruchamia się w trybie ERP. Gdy bieżnia nie jest używana, przejdzie w stan hibernacji

po około 4 i pół minuty w celu oszczędzania energii. Naciśnij dowolny przycisk, aby wybudzić system. W trybie gotowości przytrzymaj przycisk trybu przez 3 sekundy, aby wyświetlić "2222" w celu anulowania funkcji ERP, a następnie przytrzymaj przycisk trybu przez 3 sekundy, aby wyświetlić "1111" w celu powrotu do trybu ERP.

Tabela prędkości i nachylenia dla programów automatycznych P01-P36; metryczna

Pro	Seg Class	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	2	2
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	2.0	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	10	10	10	10	10	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	10	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	7.0
	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	10	7	7	10	10	6	6	6

Tabela prędkości i nachylenia dla programu automatycznego P01-P36; w calach

Pro	Class	Seg									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	0.6	1.8	3.1	3.1	3.1	4.3	4.3	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	1.2	1.8	3.1	5	3.1	3.1	3.7	5	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	1.2	1.8	4.3	5	3.1	3.1	3.1	5	2.5	1.8
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	1.2	1.2	3.1	5	5	5	5.0	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	1.8	2.5	5	5.6	6.2	6.2	6.2	4.3	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	1.8	2.5	3.7	4.3	4.3	4.3	5.6	6.2	3.1	1.8
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	1.8	2.5	2.5	6.2	2.5	5.6	2.5	6.8	1.8	1.2
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	1.8	3.1	4.3	5.6	1.8	3.1	4.3	3.1	6.8	3.1
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	1.8	4.3	6.2	2.5	4.3	6.8	3.1	2.5	7.5	3.7
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	1.8	3.1	5.6	6.2	3.7	3.7	5.6	3.7	6.8	1.8
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	2.5	3.1	6.8	5.6	3.7	5	5.6	6.8	3.7	3.1
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	2.5	3.7	6.2	6.2	6.2	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	1.2	2.5	3.7	3.7	3.7	5	5	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	1.8	2.5	3.7	5.6	3.7	3.7	4.3	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	1.8	2.5	5	5.6	3.7	3.7	3.7	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	1.8	1.8	3.7	5.6	5.6	5.6	5.6	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	2.5	3.1	5.6	6.2	6.8	6.8	6.8	5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	2.5	3.1	4.3	5	5	5	6.2	6.8	3.7	2.5
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	2.5	3.1	3.1	6.8	3.1	6.2	3.1	7.5	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	2.5	3.7	5	6.2	2.5	3.7	5	3.7	7.5	3.7

	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	2.5	5	6.8	3.1	5	7.5	3.7	3.1	7.5	4.3
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	2.5	3.7	6.2	6.8	4.3	4.3	6.2	4.3	7.5	2.5
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	3.1	3.7	7.5	6.2	4.3	5.6	6.2	7.5	4.3	3.7
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	3.1	4.3	6.8	6.8	6.8	5	5	6.8	4.3	3.7
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	1.8	3.1	4.3	4.3	4.3	5.6	5.6	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	2.5	3.1	4.3	6.2	4.3	4.3	5	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	2.5	3.1	5.6	6.2	4.3	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	2.5	2.5	4.3	6.2	6.2	6.2	6.2	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	3.1	3.7	6.2	6.8	7.5	7.5	7.5	5.6	3.7	3.1
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	3.1	3.7	5	5.6	5.6	5.6	6.8	7.5	4.3	3.1
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	3.1	3.7	3.7	7.5	3.7	6.8	3.7	7.5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	3.1	4.3	5.6	6.8	3.1	4.3	5.6	4.3	7.5	4.3
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	3.1	5.6	7.5	3.7	5.6	7.5	4.3	3.7	7.5	5
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	3.1	4.3	6.8	7.5	5	5	6.8	5	7.5	3.1
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	3.7	4.3	7.5	6.8	5	6.2	6.8	7.5	5	4.3
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	3.7	5	7.5	7.5	7.5	5.6	5.6	7.5	5	4.3
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

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. Blokady 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; 2. Ponownie zainstalować mechanizm blokady bezpieczeństwa;
Brak sygnału tętna	A. Przewód uchwytu nie jest włożony na miejsce lub przewód uchwytu nie jest dobry	Sprawdź i podłącz lub wymień przewód uchwytu
	B. Usterka obwodu systemu elektronicznego	Wymień konsolę
Niekompletne lub brakujące linie konsoli	A. Wyświetlacz jest uszkodzony	Wymiana płyty głównej lub ekranu
	B. Awaria systemu	Wymiana konsoli

Składanie i przenoszenie bieżni

1. Składanie bieżni

- 1) Podczas składania należy odłączyć zasilanie.
- 2) Sprawdź, czy nachylenie bieżni jest najniższe.
- 3) Podnieś bieżnię do pozycji pionowej, części łączące automatycznie utkną w układzie hydraulicznym;
- 4) Sprawdź, czy elementy łączące są zablokowane w układzie hydraulicznym, jak pokazano na rysunku.



2. Rozkładanie bieżni

- 1) Aby rozłożyć bieżnię, należy wybrać miejsce oddalone o około 1 metr od gniazdka elektrycznego i płaskie podłoże bez innych przeszkód.
- 2) Podczas rozkładania bieżni należy najpierw przytrzymać bieżnię obiema rękami, nadeprnąć stopami na łącznik, a bieżnia automatycznie opuści się powoli na ziemię; w tym czasie użytkownik musi opuścić bieżnię w odległości około 1 metra, aż bieżnia całkowicie się rozłoży, jak pokazano na rysunku.



3. Przenoszenie bieżni

Podczas przenoszenia należy upewnić się, że

- 1) Wyłącznik zasilania bieżni jest wyłączony;
- 2) Wtyczka zasilania została wyciągnięta z gniazdka;
- 3) Duża rama została złożona;



Po wyjaśnieniu powyższych punktów, przytrzymaj jedną ręką koniec bieżni, a drugą podłokietnik po tej samej stronie i powoli przesuwaj urządzenie, gdy jest ono nachylone pod kątem 40-50° do klatki piersiowej, jak pokazano na rysunku.

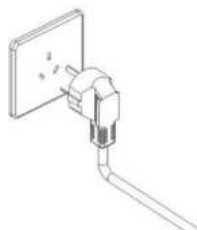
Przewodnik po uziemieniu

Ten produkt jest wyposażony w jeden przewód uziemiający i wtyczkę uziemiającą.

Bieżnia musi być uziemiona za pomocą odpowiedniego gniazda zgodnego z lokalnymi przepisami.

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.



INSTRUKCJE UŻYTKOWANIA PRODUKTU

Instrukcja użytkowania bieżni

1. Włącz zasilanie, rozłóż bieżnię w najniższej pozycji i sprawdź, czy działa prawidłowo.
2. Przypnij linkę zabezpieczającą do ubrania.
3. Upewnij się i sprawdź jego działanie i stabilność przed użyciem. Stanie na pasie bieżni w celu jej uruchomienia jest niedozwolone. Prawidłowym sposobem uruchomienia jest stanie na bocznych szynach z rękami na uchwycie. Po zakończeniu normalnej pracy można ćwiczyć na bieżni. Po naciśnięciu przycisku "START" i przytrzymaniu kierownicy bieżnia uruchomi się z prędkością 1,0 km/h po 5 sekundach. Następnie naciśnij przycisk "+" do prędkości 2,5-3,5 km/h, która jest komfortową prędkością do biegania. Obie ręce powinny złapać kierownicę w tym samym czasie, a stopy powinny kolejno wchodzić na pas bieżni, aby rozpocząć bieg. Biegnij w tym samym tempie, co pas do biegania.
4. Po kilku minutach możesz przyspieszyć, naciskając przycisk "+" lub zwolnić, naciskając przycisk "-", trzymając jednocześnie kierownicę.
5. Podczas biegu naciśnij wartość prędkości, aby wprowadzić żądaną stałą prędkość.
6. Naciśnięcie przycisku "stop" w dowolnym momencie zatrzymuje silnik.
7. Użycie ustawień wstępnych
Podłącz zasilanie. Włącz zasilanie.
Naciśnij przycisk "wybierz", aby wybrać żądany tryb. Naciśnij przycisk "start", aby rozpocząć pracę w wybranym trybie.
Możesz nacisnąć przycisk "+" lub "-", aby zmienić prędkość lub przycisk "stop", aby zatrzymać urządzenie.
8. Testowanie HRC
Po włączeniu bieżni przytrzymaj dłonie na metalowych czujnikach pulsu, a następnie zobaczysz wartość HRC w oknie wyświetlacza.

Uwaga: Po wyciągnięciu przycisku bezpieczeństwa bieżnia natychmiast się zatrzyma, a komputer nie będzie mógł działać, w oknie pojawi się komunikat "-----".

Prawidłowa konserwacja jest bardzo ważna dla zapewnienia bezawaryjnego i sprawnego działania bieżni. Niewłaściwa konserwacja może spowodować uszkodzenie bieżni lub skrócić jej żywotność. Wszystkie części bieżni muszą być regularnie sprawdzane i dokręcane. Zużyte części należy natychmiast wymienić.

Smarowanie

Bieżnia jest smarowana podczas produkcji. Jednak po pewnym czasie użytkowania pasa bieżnego należy go nasmarować specjalnym olejem silikonowym.

Sugestia

Używnie mniej niż 3 godziny tygodniowo - smarowanie raz na 5 miesięcy

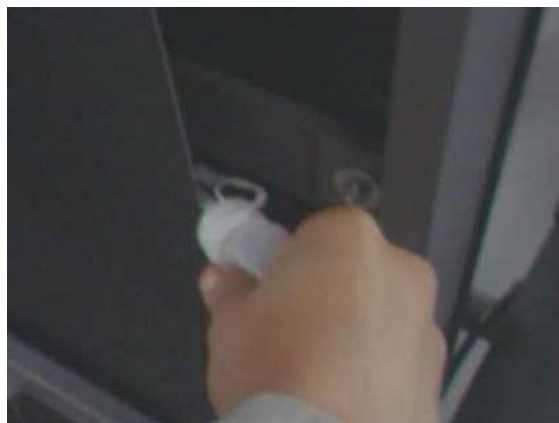
Używnie około 4-7 godzin tygodniowo - smarowanie raz na 2 miesiące

Używnie 7 godzin tygodniowo - smarowanie raz na miesiąc

Nie należy smarować zbyt często. Uwaga: prawidłowe smarowanie jest ważnym czynnikiem wydłużającym żywotność bieżni. Sposobem na sprawdzenie, czy pasek bieżny wymaga smarowania, jest podniesienie boków bieżni i wycucie środkowej tylnej części paska, o ile to możliwe. Jeśli widoczne są ślady silikonu w sprayu, smarowanie nie jest konieczne. Jeśli powierzchnia jest sucha, pas wymaga smarowania.

Aby sprawdzić, czy potrzebne jest dodatkowe smarowanie, użytkownik może chwycić pasek bieżny i dotknąć go jak najbliżej środka tylnej części paska bieżnego, jeśli na dłoni znajduje się silikon, oznacza to, że smarowanie nie jest konieczne. Jeśli pas jest suchy bez oleju silikonowego, oznacza to, że konieczne jest smarowanie.

Kroki nakładania smaru na pasek bieżny (jak pokazano na rysunku)



1. Zatrzymaj się i złóż bieżnię;
2. Podnieś pas bieżny z tyłu ramy głównej;
3. Przytrzymaj butelkę jak najdalej od środka pasa bieżnego i rozpyl olej silikonowy. Spryskaj obie strony pasa bieżnego;
4. Uruchom bieżnię z prędkością 1 km/h, aby równomiernie pokryć silikonem pas bieżny.

1. Regulacja paska

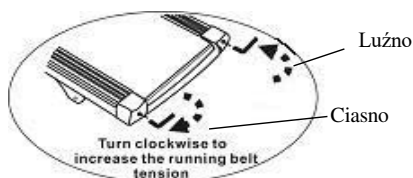
Wszystkie pasy jezdne są prawidłowo ustawione fabrycznie i po montażu. Po pewnym czasie użytkowania może jednak wystąpić luz. Mogą wystąpić przerwy i poślizgi podczas pracy. W przypadku wystąpienia tego zjawiska należy wyregulować pas bieżny i wkręcić śrubę o pół obrotu w lewo i w prawo. Jeśli pas bieżny jest luźny, pas bieżny i rolka będą się po kolei ślizgać. Zbyt ciasne napięcie również nie jest dobre, ponieważ może zwiększyć obciążenie silnika i spowodować uszkodzenie silnika, paska, rolki itp.

2. Regulacja odchyłeń taśmy:

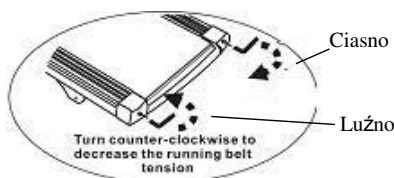
Wszystkie pasy napędowe są prawidłowo ustawione w fabryce i po montażu. Jednak po pewnym czasie pas może ulec odchyleniu. Przyczyny można wymienić w następujący sposób.

- ① Bieżnia jest niestabilna.
- ② Stopy nie znajdują się na środku pasa bieżni podczas biegu.
- ③ Stopy wywierają nierównomierną siłę.

Jeśli odchylenie zostało spowodowane ręcznie, obrót bez obciążenia przez kilka minut może powrócić do normy. Regulacja krok po kroku o pół obrotu za pomocą klucza imbusowego 6 mm, który jest wyposażony losowo i uniemożliwia automatyczne przywrócenie.



Na przykład odchylenie pasa bieżnego w lewo. Wyreguluj lewą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara lub prawą śrubę przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.



Na przykład odchylenie pasa bieżnego w prawo. Wyreguluj prawą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara lub lewą śrubę przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.

KLUCZ:

- Zgodnie z ruchem wskazówek zegara oznacza dokręcanie.
- Przeciwnie do ruchu wskazówek zegara oznacza poluzowanie.
- Pasek bieżny przesunie się na luźną stronę.

1. Jeśli pasek przesunie się w lewo, oznacza to, że lewa strona jest zbyt luźna. Wyreguluj lewą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara, aby zacieśnić lewą stronę. Lub wyreguluj prawą śrubę w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara, aby poluzować prawą.

2. Jeśli pasek przesunął się w prawo, oznacza to, że prawa strona jest zbyt luźna. Wyreguluj prawą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara, aby mocniej dokręcić prawą stronę lub wyreguluj lewą śrubę przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, aby poluzować lewą stronę.

Uwaga:

- Przed regulacją pasa bieżni należy uruchomić bieżnię (pozwolić pasowi pracować) z niską prędkością.
- Podczas regulacji śruby nie należy obracać jej zbyt mocno.
- Po każdej regulacji należy sprawdzić zmiany w pasie bieżni.
- Odchylenia pasa bieżnego nie są objęte gwarancją i są głównie utrzymywane przez użytkowników zgodnie z instrukcjami.
- Odchylenie pasa biegowego może spowodować jego poważne uszkodzenie. Należy je wykryć i skorygować na czas.
- Odchylenie pasa bieżnego nie jest objęte gwarancją i jest głównie utrzymywane przez użytkownika zgodnie z instrukcją.
- Odchylenie może poważnie uszkodzić pas bieżny, musi zostać wykryte na czas i skorygowane w odpowiednim czasie.

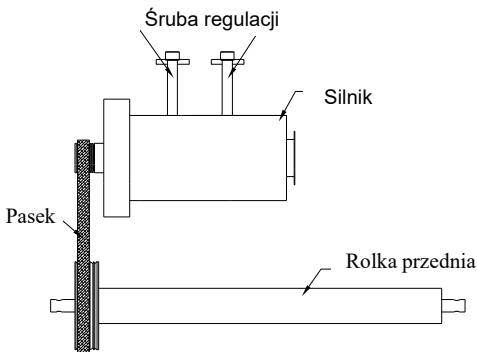
Regulacja paska silnika

Wszystkie paski silnika bieźni muszą być wyregulowane fabrycznie i po montażu. Po pewnym czasie użytkowania może jednak wystąpić zjawisko luzu lub poślizgu.

Kroki regulacji :

- ① Przekręć śrubę regulacyjną kluczem w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara.
- ② Zakres regulacji powinien być uzależniony od tego, czy obciążenie paska nie ślizga się.

UWAGA: Regularne czyszczenie pasków i rowków kół pasowych



Typowe usterki i metody naprawy

Części bieźni

Problem	Prawdopodobne przyczyny	Metody konserwacji
Bieźnia 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
	Paski do biegania są zbyt ciasne	Dostosuj opaski do biegania pod kątem szczelności
Pas biegowy się ześlizgnął	A. Pas bieźni jest zbyt luźny	Dostosuj opaski do biegania pod kątem szczelności
	B. Pasek jest luźny	Wyreguluj napięcie paska napędowego

Kod błędu	Opis błędu	Rozwiązywanie problemów
E 1	Nieprawidłowa komunikacja: pomiędzy sterowaniem a konsolą po włączeniu zasilania.	Kontroler przeszedł w stan błędu. Nie można uruchomić. Konsola wyświetla kod błędu, i emituje trzy sygnały dźwiękowe. Możliwe przyczyny: komunikacja między sterownikiem a konsolą jest zablokowana, sprawdź połączenie linii komunikacyjnej, upewnij się, że każdy rdzeń jest całkowicie włożony. Wymień linię komunikacyjną, jeśli jest uszkodzona.
E 3	Przewód silnika nie jest prawidłowo podłączony.	Wyłączenie do stanu błędu, brzęczyk konsoli zabrzmi 9 razy i wyświetli kod błędu. Jeśli po wyłączeniu urządzenie powróci do normalnego stanu, może przejść do stanu gotowości i zostać ponownie uruchomione. Możliwe przyczyny: Sprawdzić, czy przewód silnika jest podłączony. Sprawdzić, czy kontroler nie wydziela zapachów, wymień kontroler;
	Brak sygnału czujnika prędkości: niższe napięcie sterujące na wyjściu do silnika DC, nie może odbierać informacji zwrotnej o prędkości silnika przez ponad 3 sekundy.	Wyłączenie do stanu błędu, brzęczyk konsoli zabrzmi 9 razy i wyświetli kod błędu. Po wyłączeniu po 10 sekundach można przejść do stanu gotowości i ponownie uruchomić urządzenie. Możliwe przyczyny: Jeśli brak sygnału czujnika prędkości przez 3 sekundy, sprawdź, czy wtyczka czujnika nie jest włożona lub uszkodzona, podłącz ją lub wymień czujnik.
E 4	Nachylenie	Sprawdź, czy przewód indukcyjny silnika podnośnika jest prawidłowo podłączony, ponownie podłącz złącze, aby było niezawodne; sprawdź, czy przewód AC silnika podnośnika jest prawidłowo podłączony, a przewód AC silnika podnośnika i kontrolera są prawidłowo oznaczone; sprawdź, czy przewód łączący silnika jest uszkodzony, wymień przewód łączący lub silnik podnośnika; i naciśnij przycisk uczenia na sterowniku, aby ponownie się nauczyć.
E 5	Zabezpieczenie nadprądowe: w stanie pracy sterowanie wykrywa, że prąd silnika prądu stałego jest większy niż prąd znamionowy + 6A przez ponad 3 sekundy.	Wyłączenie do stanu błędu, brzęczyk konsoli zabrzmi 9 razy i wyświetli kod błędu. Po wyłączeniu po 10 sekundach można ponownie uruchomić urządzenie w trybie gotowości. Możliwe przyczyny: Jeśli prąd przekracza obciążenie znamionowe, samoobrona systemu lub część bieżni jest zablokowana, powodując, że silnik nie może się obracać, obciążenie jest zbyt duże, prąd jest zbyt duży, samoobrona systemu; wyreguluj bieżnię, aby ponownie uruchomić. Sprawdź również, czy silnik ma dźwięk przepływu lub zapach spalenizny, wymień silnik lub wymień kontroler, lub sprawdź, czy zasilanie jest niespójne lub niskie napięcie, ponownie przetestuj z prawidłowym napięciem
E 6	Odporna na eksplozję ochrona przed impulsami: nieprawidłowe napięcie zasilania lub nieprawidłowa praca silnika itp. powodują uszkodzenie obwodu silnika napędu.	Wyłączenie do stanu błędu, brzęczyk konsoli zabrzmi 9 razy i wyświetli kod błędu. Po wyłączeniu 10s, wejdź w stan czuwania, można ponownie uruchomić. Możliwe przyczyny: sprawdź, czy napięcie zasilania jest niższe niż 50% normalnego napięcia, użyj prawidłowego napięcia do ponownego przetestowania; sprawdź, czy kontroler ma zapach, wymień kontroler; sprawdź, czy przewody silnika są podłączone, podłącz ponownie przewody silnika.



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.



IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

Thanks for purchasing this product .The product will help you keep fitter, healthier and better in a very easy way.

User Guide

1. Always connect the power plug to a socket with a grounded circuit and the socket must have a special circuit to avoid sharing with other electrical equipment.
2. Ensure the treadmill stable on the ground before use.
3. Check if its function normal or not before running.
4. Stand on two side rails when the treadmill starts
5. Clipped the safety key to your clothes when upcoming to control any emergency.
6. Press the “start” button to get the treadmill started.
7. Follow the running belt with left leg to do preparation before trial run. Only when you feel you can run, you can stand on the treadmill and do it with the right posture. And only one person is allowed to exercise on the treadmill, and overload exercise is strictly prohibited.
8. You can adjust speed if necessary.
9. After running, you can stop the treadmill by pulling out the safety key or pressing the “stop” button.
10. Remember to turn off the power and pull out the plug when you finish exercising.

Safety precaution:

- ◆ Place the treadmill indoors to avoid any water and no heavy stuff.
- ◆ When using the fitness device, wear comfortable clothing and preferably sports or aerobic shoes.
- ◆ Keep children away from the treadmill to avoid any accident.
- ◆ No overload to give damages to motor, controller, roller and running belt. Make routine maintenance to the treadmill.
- ◆ Keep less indoor dust and a certain extent of humidity to avoid interference of console and controller.
- ◆ Keep the household treadmill continuously running no more than 2 hours.
- ◆ Keep good air circulation when running.
- ◆ There should be 2000x1000mm safe space at the end of treadmill when running。
- ◆ Stop running if any discomfort and consult the doctor.
- ◆ Reserve the silicon bottle to some place that children cannot reach, to avoid serious mistake.
- ◆ Prohibit the user jumping off the treadmill directly after use.

- ◆ Pull out the power plug gently from the socket.
- ◆ Stop the machine if anything wrong and cut the power immediately.
- ◆ Ask local distributor to handle any issue or provide service. Dismantle the components personally is not allowed.

DANGER!

To reduce accidents or harm, please check following rules.

- ◆ Ensure your clothes zipped up before running.
- ◆ Do not wear clothes that easily hooked.
- ◆ Keep power cord away from hot objects.
- ◆ Keep children away from the treadmill.
- ◆ If something wrong , support the handle bar to push up and leave running belt.
- ◆ Do not use the treadmill outdoor.
- ◆ Cut off the power before move of the treadmill .
- ◆ Do not open motor and roller cover unless professionals .
- ◆ This machine can be used under 10A circuit .
- ◆ Ensure that only one person at a time uses the fitness device.
- ◆ The HRC testing may be not as exact as medical devices so its results for reference only .
- ◆ Stop exercising immediately should you feel unwell or if you feel pain in your joints or muscles. In particular, keep an eye on how your body is responding to the exercise program. Dizziness is a sign that you are exercising too intensively with the device. At the first signs of dizziness, lay down on the ground until you feel better.

Warning and Prohibit!

- ◆ Following patients under treatment need to get use of the treadmill after approval of professional doctor.

(1) The person with backache or used to get hurt in the leg ,waist ,neck . Those with numbness of legs, waist, neck and hands (those with chronic diseases such as intervertebral disc protrusion, spinal slip, cervical vertebra protrusion, etc.)

(2) The patient with deformational arthritis , rheumatism or gout .

(3) The patient with osteoporosis .

(4) The patient with a bad circulatory system like heart disease ,vascular disorders and vascular hypertension .

(5) The patient with respiratory disturbance.

(6) The patient with Artificial heart rhythm problem.

- (7) The patient with malignant tumors.
- (8) The patient with thrombosis .
- (9) The patient with diabete-caused perceptual disturbance.
- (10) The person with skin injury .
- (11) The patient with a high fever above 38℃.
- (12) The person with bent back bone.
- (13) The person with pregnancy or in (menstrual) period.
- (14) The person feels uncomfortable .
- (15) The person is obviously in a bad condition.
- (16) The person for the purpose of rehabilitation.
- (17) The person having abnormal physical features.
- Above cases may cause accident or poor health
- ◆ Stop exercising immediately should you feel unwell like pain in your joints or muscles, dizziness, numb, and abnormal heart beat, and consult the doctor as soon as possible.
- ◆ Keep children away from this product.
 - Children may get hurt if you ignore this.
- ◆ Told the children that this is not a toy.
 - Children may get hurt if you ignore this.
- ◆ when using, taking out, putting back or moving this product, please make sure there is nobody or pets around.
- ◆ stop use this product when the cover cracked (inner parts come out) or welded parts drop off.
 - may cause danger or injury.
- ◆ Do not jump up or down from the treadmill when running.
 - may fall down and get injury.
- ◆ Do not use or reserve the treadmill outdoor or near bathroom to avoid water.
- ◆ Do not use or reserve the treadmill in the area exposed to direct sunlight, and avoid high temperature places like electric blanket and warmer.
 - may cause electric leakage or fire.
- ◆ Do not use when the power line or plug damaged, or the socket is loose.
 - may cause electric shock, short circuit or fire.
- ◆ Do not damage or twist the power cord, also do not put heavy things on it.
 - may cause fire or electric shock.
- ◆ Only for one person at a time, tell people around not too close.
 - may fall down and cause injury.
- ◆ people who is not conscious or can't operate by himself can not use the treadmill.

- may cause accident or get injury.
- ◆ disassemble, repair, change by customer themselves are forbid absolutely.
- may cause mechanical breakdown and injury.
- To avoid water !
- ◆ the main body and operating components can not meet with water or drink.
- may cause electric shock and fire.
- ◆ Do not exercise too much if you are not a regular sportspeople.
- ◆ Do not use the treadmill after meals or when feel tired.
- may cause damage to your health.
- ◆ This product is for home use. It cannot be used in school or gymnasium where are lots of unspecific users.
- may cause injury.
- ◆ Do not use the product while you are having meals or doing other activities.
- ◆ Do not use the product when you feel the body become slow after drink.
- may cause accident or injury.
- ◆ Do not use the product when you have hard object in your pocket.
- may cause accident or injury.
- ◆ the power plug cannot be attached with needle, waste or water.
- may cause electric shock, short circuit and fire.
- ◆ Do not pull out the plug or switch the power to “off” while operating.
- may cause injury.

Do not operate with wet hands !

- ◆ Do not pull out or insert the plug with wet hands.
- may cause electric shock or injury.

Remember to pull out the plug !

- ◆ Remember to pull out the plug when not using.
- Dust and dampness can damage insulation and then cause electric leakage and fire.
- ◆ Pull out the plug when maintenance.
- may cause electric shock and injury.
- ◆ stop using immediately when the product can not start or have something abnormal, pull out the plug and make a trouble call.
- may cause electric shock and injury.
- ◆ pull out the plug when meet with power failure suddenly.
- may cause accident and injury when power resumption.

- ◆ You should hold the plug not the wire when pulling out the plug.

- may cause short circuit, electric shock and fire.

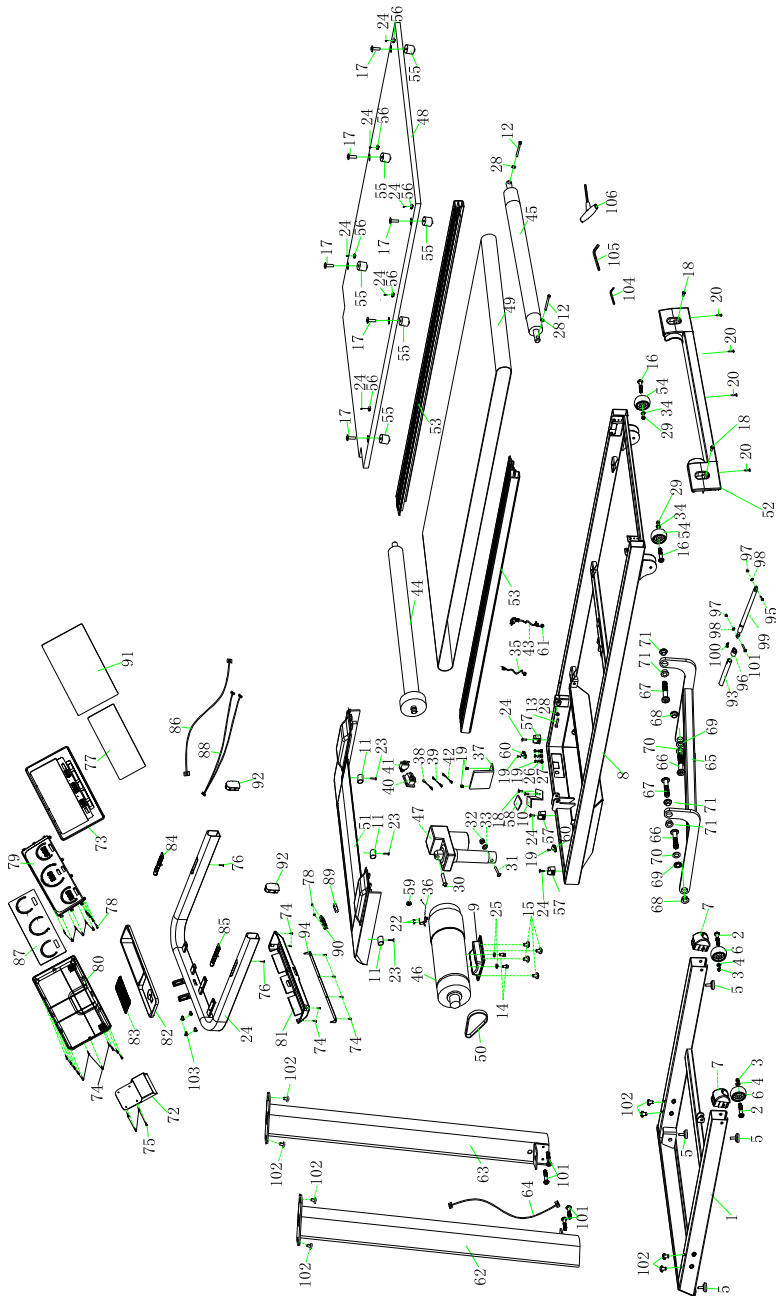
Ground connection instruction !

- ◆ the product must have grounded connection. The grounded connection can provide a channel with least resistance for the current when the product is malfunction, thus can reduce the danger of electric shock.
- ◆ The product is equipped with electric wire for grounding conductor and grounding plug. The plug must insert into the socket that conformed to the local regulations.

Danger !

- ◆ incorrect connection of grounding conductor may cause electric shock. If you are not sure about the grounding connection, please ask a professional electrician to check. If the plug of the product is not match your socket, you should ask for a n electrician to install a correct socket.
- ◆ the product have grounding plug. Please confirm that you have the matched socket first. Socket adapter is not allowed.

Exploded diagram

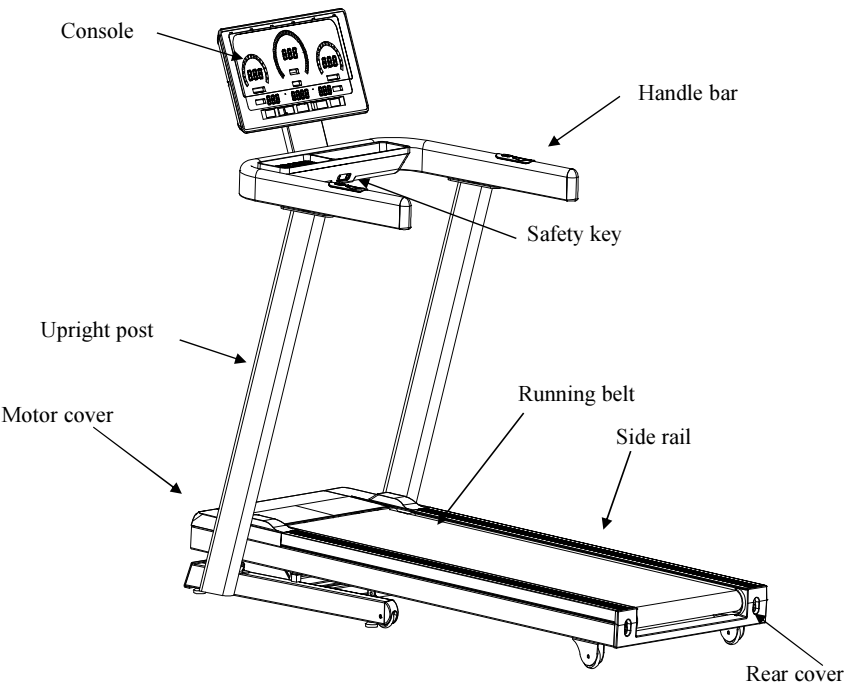


Exploded chart list

No.	Description	Size	QTY	No.	Description	Size	QTY
1	Base weldment		1	63	Upright post R welds	0.32 m ²	1
2	Hexagon large flat head half-tooth bolt	M8×50×20	2	64	communication line	SM4PIN/SM4PIN/L-1200mm/26#	1
3	hexagon lock nut	M8	2	65	Lift frame welds		1
4	flat washer	Φ8	2	66	Hexagon head half-tooth bolt	M12×Φ14×35×19	2
5	Tapered foot pad (OMA-05-07-005)	Φ50×Φ41×17×M8×27	4	67	Hexagon large flat head full tooth bolt	M10×25×15	2
6	wheel	Φ62×Φ8.0×t22	2	68	Powder metallurgy sleeve	Φ24×Φ19×Φ14×14×3	2
7	Curved open pipe plug	40×60×t2.0	2	69	Sleeve	Φ25×Φ18×t3.0	2
8	Main frame weldment		1	70	flat washer	Φ14	2
9	Motor mount (1320CA-06)		1	71	Lifting shaft sleeve (OMA-05-06-023)	Φ25×Φ17×Φ10×6×1	4
10	Motor cover plate		1	72	Console holder welds		1
11	fixed tube of motor cover	Φ16×t1.2×23	1	73	Display frame	498×175×10.1	1
12	Hexagon cylindrical head full tooth bolt	M8×75	1	74	Cross recessed large flat head tapping screw	ST4×16	19
13	Hexagon cylindrical head full tooth bolt	M8×60	2	75	Cross recessed countersunk head tapping screw	ST4×15	4
14	Hexagon cylindrical head full tooth bolt	M8×15	2	76	Cross recessed countersunk head tapping screw	ST4×70	2
15	Hexagon large flat head full tooth bolt	M8×15	1	77	keratoscopic arc	t0.5×490×167	1
16	Hexagon large flat head half-tooth bolt	M8×45×20	2	78	Cross recessed large flat head tapping screw	ST4×10	12
17	Hexagon countersunk head full tooth bolt	M6×30×Φ16	4	79	Panel	1136EA/571×277×10.8	1
18	Cross recessed large flat head full tooth bolt	M5×10	2	80	Panel rear cover	1136EA/571×277×28	1
19	Cross recessed large flat head full tooth bolt	M4×10	6	81	console basket upper cover		1
20	Cross recessed large flat head tapping screw	ST4×16	4	82	console basket lower cover		1
21	Cross recessed large flat head tapping screw	ST4×10	7	83	Anti-slip pad		1
22	Cross recessed pan head tapping screw	ST3×10	4	84	speed hand-held heartbeat components	7239EA/SM5PIN/L-50MM/SPEED+/-	1
23	Cross recessed countersunk head tapping screw	ST4×15	2	85	incline hand-held heartbeat components	7239EA/L-50MM/SM5PIN/INCLINE+/-	1
24	Console frame welds		1	86	communication line	SM4PIN/SM4PIN/L-750mm/26#	1
25	spring washer	Φ8	3	87	3338EA console set		1
26	spring washer	Φ5	17	88	Hand-held heartbeat communication wire	3330EA/L-1000mm	1
27	serrated lock washers	Φ5	2	89	Safety key	J52×15×15 (L-700	1
28	flat washer	Φ8	3	90	Safety lock socket	J86×20×16	1
29	hexagon lock nut	M8	3	91	Acrylic panel	t1.0×554×260	1

30	Hexagon large flat head half-tooth bolt	M10×35×20	3	92	D shaped tube plug	DX40×80	2
31	Hexagon large flat head half-tooth bolt	M10×65×20	2	93	one-way valve	Φ29×t1.2×340	1
32	Hexagon large flat head half-tooth bolt	M10	1	94	miscellaneous basket cover		1
33	flat washer	Φ10	1	95	Hexagon large flat head half-tooth bolt	M8×30×20	1
34	flat washer	Φ8	1	96	Double round tube plug	Φ33×Φ23×48	1
35	communication line	SM5PIN/SM4PIN/L-75 0mm/26#/	1	97	hexagon lock nut	M8	2
36	photoelectric sensor	L-500	2	98	flat washer	Φ88×Φ50×Φ17×606	2
37	3330EA controller(ERP)	AC220V/1-20KM/H/Incline(ERP)	1	99	Pressure rod	720×318×Φ10×Φ8.2×350N	1
38	Connect wire	L-300mm/1.5mm2/(Red)	1	100	shrapnel-1	t0.6×16.5×43	1
39	Connect wire	L-300mm/1.5mm2/(Black)	1	101	Hexagon large flat head half-tooth bolt	M8×50×20	4
40	Rocker switch	KCD4	1	102	Hexagon large flat head full tooth bolt	M8×15	8
41	Self-resetting switch	10A/ABR21-16/250VAC	1	103	Hexagon pan head full tooth bolt	M6×10	4
42	Connect wire	L-100mm/1.5mm2/(Red)	1	104	L-shaped wrench	4*30*80	1
43	Plug	3×1.0mm2×2000	1	105	L-shaped wrench	6*35*80	1
44	3330EA front roller	Φ88×Φ50×Φ17×606	1	106	T-shaped wrench	6*80	1
45	3330EA rear roller	Φ50×Φ17×529×578	1				
46	Motor	1.5HP/DC180V/4600RPM/Φ32/36	1				
47	Incline motor	1/18HP/75mm/AC220V(195mm)	1				
48	3330EA running deck	1300×604×t18	1				
49	Running belt	2930×500×t1.6	1				
50	belt	174 (442) PJ6	1				
51	3330EA motor cover	367.5×673×36.7	1				
52	Rear cover	673×93×51	1				
53	Side rail	87×34.5×1342	2				
54	Wheel	Φ62×Φ8.0×t22	2				
55	Cylindrical cushion	Φ30×30×M6×6	6				
56	Round guide block	φ25×φ5×4.5	10				
57	pipe strap	φ16 (white)	3				
58	EVA pad (E21-V1-12)	t15×30×30	1				
59	magnet ring	Φ29×Φ17×t7.5	1				
60	cable clamp	3/8(UC-2)	1				
61	power cable clip	SR-5R1	1				
62	Upright post L welds	0.32 m ²	1				

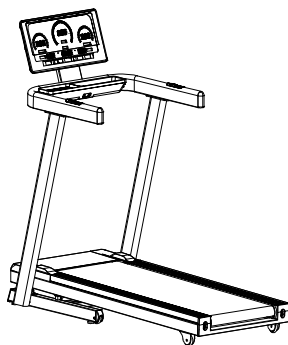
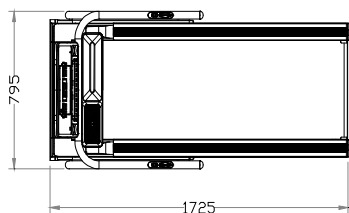
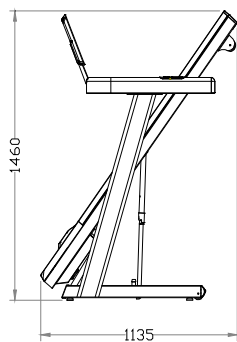
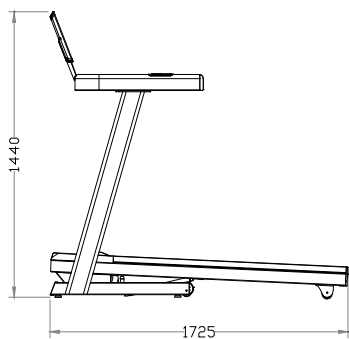
Product introduction



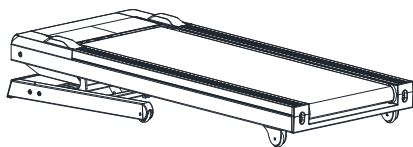
Technical information

Dimension	Fold: 1135*795*1460
	Unfold: 1720*835*1440
Running surface	1420*500
Speed	1.0—20.0km/h

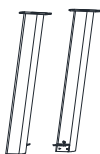
Remark: WE RESERVE THE RIGHT TO AMEND THE PRODUCT WITHOUT PRIOR NOTICE.



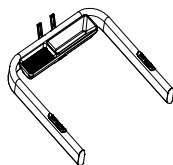
Packing list



Main body



Upright post



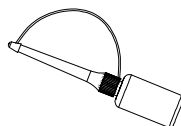
Console frame



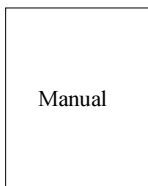
Console



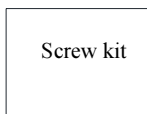
Safety key



silicone oil

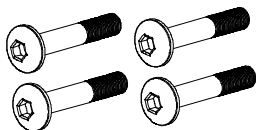


Manual



Screw kit

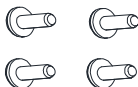
Hardware Pack List



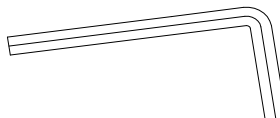
Hexagon large flat head half tooth bolt (M8*50*20)
4pcs



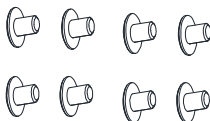
L shape wrench S4 1pc



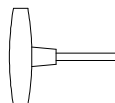
Hexagon pan head full tooth bolt (M6*10) 4pcs



L-type Allen wrench S6 1pc



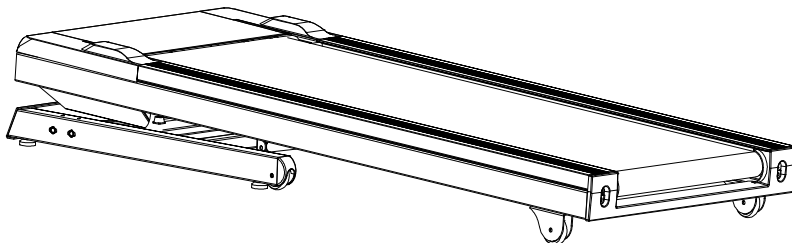
Hexagon large flat head full tooth bolt M8*15 8pcs



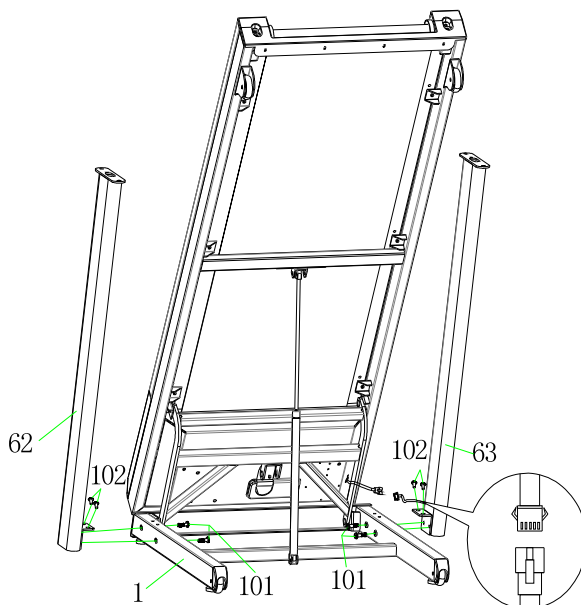
T-shaped wrench 6*80

Installation Steps

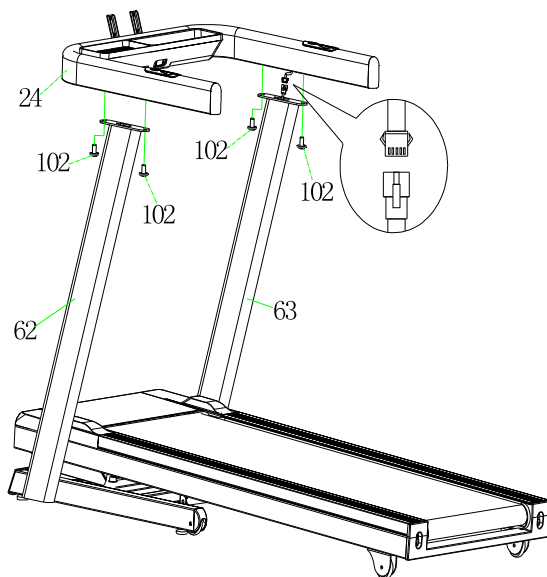
Notes: Please don't totally tighten all screws during installation.
Tighten all bolts after the components are fully installed.



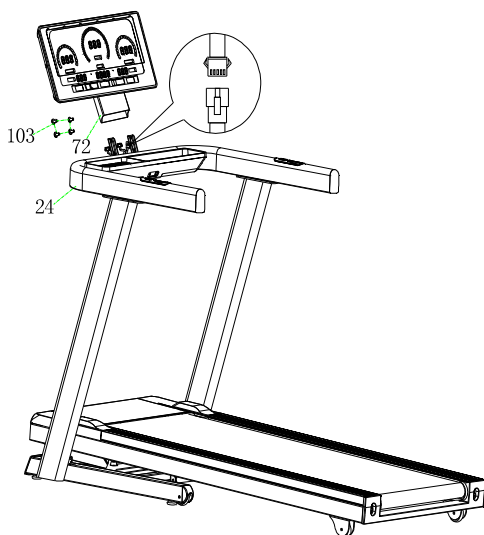
Step 1: Lift the machine out of the packing box and place it on the flat floor. (as shown in the picture), remove all PE bags and packing belts wrapped on the machine!



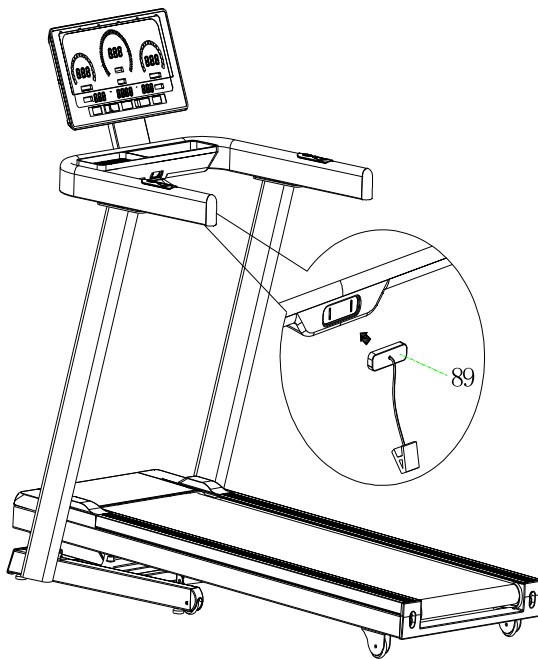
Step 2: As shown :Keep the treadmill upright, insert the (62) upright post into the corresponding position of the (1) base solder, lock it into the corresponding hole of the (62) upright post with the (101) M8×50×20 hexagonal large flat head half-tooth bolt through the (1) base, and lock it into the corresponding hole of the (01) base with the (102) M8×15 hexagonal large flat head half-tooth bolt through the (62) upright post. The operation on the other side (63) is the same after connecting the upright post (please be careful, don't clamp the communication line in the upright post).



Step 3: As shown in the figure: After the signal line on the right side of the handrail frame is connected, install the (72) handrail to the corresponding position of the (62) (63) upright post, and lock the (72) handrail frame through the corresponding hole of the (62) (63) upright post with the (102) M8×15 hexagonal large flat head full-tooth bolt.



Step 4: As shown: after connecting the signal wire of the console, insert the welding fixed mount (72) into the armrest welding holder(24), locked with (103)M6×10 .



Step 5: Set up the machine and tighten all self-mounting bolts. Then put the safety lock (89), the treadmill is completed!

General Fitness Tips

1. Warm-up

Do not hold your breath before warming up for 5-10 minutes before each warm-up.

2. Breathe

Usually when you are preparing to restore your breath, inhale with your nose and spit out your breath with your mouth. The breathing and movement should be coordinated, such as breathing too fast. The movement should be stopped immediately

3. Frequency

The same part of the muscle should have a rest of 48 hours, that is, the same part can only be trained every other day.

4. Load

According to the individual physical condition determine the amount of training, then according to the principle of asymptotic load to practice, the initial training of muscle soreness is a normal phenomenon, as long as continue to practice, soreness can be eliminated.

5. Relax

Do 5 minutes of exercise after each exercise, especially the stretching and relaxation of the muscles of the foot, to avoid long-term muscle condensation, maintain a muscle flexible diet

6. Diet

In order to protect the digestive system, one hour after meals before exercise, training should be at least half an hour before eating, exercise less water, especially drinking water, so as not to increase the heart, kidney burden

Stretching exercises

No matter how fast you walk, it's best to do stretching exercises first. Warm muscles are easier to stretch, so take a 5-10 minute warm-up. Then stop and do the stretching as follows: 5 times, each step for 10 seconds or more; do it again after the workout.

1.Stretch down

The knees are slightly curved, the body slowly bends forward, let the back and shoulders relax, and the hands try to touch the toes. Keep it for 10~15 seconds, then relax. Repeat 3 times (As picture 1 shown).

2. Tendon stretching

Sit on a clean seat cushion and straighten one leg. Put the other leg inward so that it fits snugly against the inside of the straight leg. Try to touch the toes with your hands. Keep it for 10~15 seconds, then relax. Repeat 3 times for each leg (As picture 2 shown).

3. Calf and heel stretch

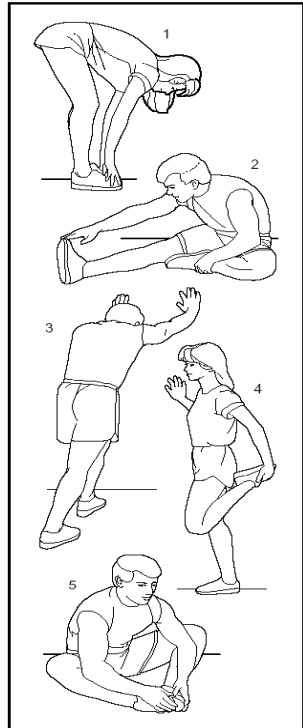
Hold the wall or tree with both hands and one foot behind. Keep your hind legs upright and your heels on the ground, leaning in the direction of the wall or tree. Keep it for 10~15 seconds, then relax. Repeat 3 times for each leg (As picture 3 shown).

4. Quadriceps stretching

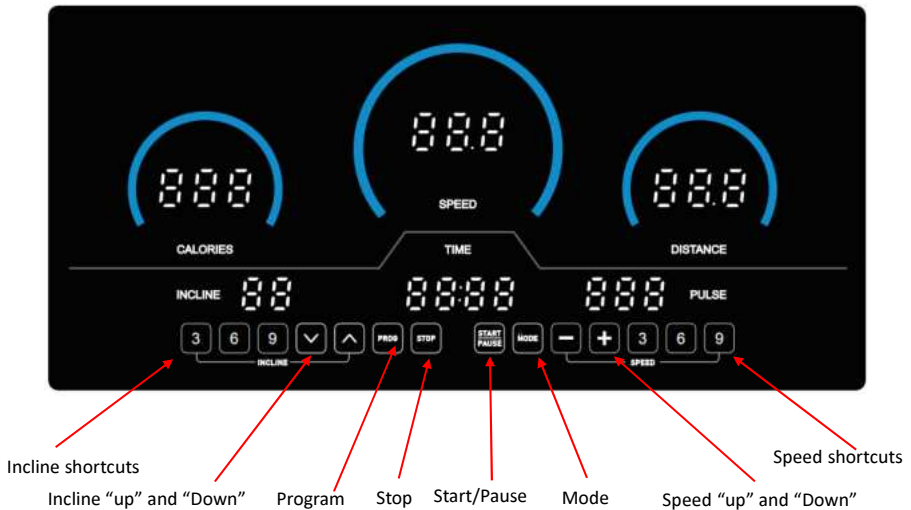
Grasp the balance with your left hand or the table, then extend your right hand backwards and grab your right ankle and slowly pull it toward your hips until you feel the muscles in front of your thighs are tense. Keep it for 10~15 seconds, then relax. Repeat 3 times for each leg (As picture 4 shown).

5. The sartorius muscle (muscle inside the thigh) stretches

The soles of the feet are opposite and the knees sit down. Grasp your feet with both hands and pull them in the direction of the groin. Keep it for 10~15 seconds, then relax. Repeat 3 times. (As picture 5 shown).



Instructions of Console Panel



Console Function Description

- 1、P01 is a user manual program, P01-P36 is a built-in automatic training program, 3 user, BMI;
- 2、LED display, 14 operation keys;
- 3、Speed, distance system conversion function;
- 4、Operating speed range: KM 1.0~20.0KM/H, inch 0.6-12.5MPH;
- 5、Incline range: 0~15%;
- 6、Overload, overcurrent protection, explosion-proof impact, anti-speed, anti-electromagnetic interference and other safety protection functions;
- 7、System self-test, abnormal information prompt function;
- 8、3 custom functions;
- 9、ERP functions;
- 10、Fuel reminder function;

Description of windows

- 1、"CALORIES" window: display the value of Calories;
- 2、"TIME" window: display the value of time;
- 3、"DISTANCE" window: display the value of distance;
- 4、"INCLINE" window: shows the value of incline.
- 5、"PULSE" window: display the value of heart rate;
- 6、"SPEED" window: shows the speed value;

Imperial Conversion Instructions:

- 1) After unplugging the safety lock, press the "PROGRAM" and "MODE" keys at the same time, the display will show 0.6, which means the conversion from kilometers to miles;
- 2) After unplugging the safety lock, press the "PROGRAM" and "MODE" keys at the same time, the display will display 1.0, indicating that miles are converted to kilometers;

KEY FUNCTION

- 1、 "PROG" : program selection key, in the stopped state, cycle to select program P0~P36, U01~U03, BMI;
- 2、 "MODE" : When the manual MODE is selected, the initial state is the normal mode. Press the mode key to select the countdown mode -> Backward distance mode -> Backward calories -> Normal mode in the manual mode; Reset button for the default (30 minutes) countdown interval in P1-P36;
- 3、 "START" : start/pause button, in the stopped state, start the treadmill; In the running state, suspend the treadmill; "pause" without effect if the Bluetooth connection;
- 4、 STOP: Stop/reset key 1. In the running state, press the STOP key for slow stop; 2. When the ERR information is displayed, the information displayed once is cleared.
- 5、 "+" : speed increment key, in the stop or fat measurement state, to set the parameter increment key, in the running state, to speed increment key;
- 6、 "-" : speed decline key, in the stop or fat measurement state, is the set parameter decline key, in the running state, is the speed decline key;
- 7、 "QUICK SPEED" : 3,6,9 speed shortcut keys, in the running state of the treadmill, directly set the speed to the specified value of the key;
- 8、 "▲" : incline increment key;
- 9、 "▼" : incline decline key;
- 10、 "QUICK INCLINE" : 3,6,9 incline shortcut keys, when the treadmill is running, directly set the speed to the specified value of the key;

Safety key :

The safety key is composed of a touch switch, a clothespin and a nylon rope, which can prevent the emergency shutdown. In any state, as long as the safety lock is out of position, the treadmill stops running, the console keyboard is forbidden to operate, and the screen displays "E-07", accompanied by a prompt sound. Each time you place the security lock, the screen will display for 2 seconds and then enter the default working state of the system.

USER program:

USER has three USER1~USER3. In USER mode, users can access or set their own sports program, press

"PROG" key to adjust to "USER1~USER3", then press "mode" key to set or press START key to start sports. Press the "MODE" key to set the 10 sections of speed and ascension of your own program. After setting, the user press "START" to start the treadmill. The user's program will be saved and can be used directly next time.

Safety Guide

- 1、 Insert the power cord plug into the 10A power socket with safety ground, turn on the power switch, the console screen is fully displayed with a prompt sound, then identify the safety key.
- 2、 Place the safety key in the position on the console and clip the clothespin to the clothes on the chest. The screen is fully displayed for 2 seconds then enters the default working state: all counters are cleared to zero, the set value is reset, the treadmill is in the positive timing mode of manual program P0;
- 3、 Press "PROG" key to select a program: P01~P36, U01,U02,U03, BMI;
- 4、 "P0" is a user-defined program, press "MODE" key to select four training modes, the training speed and slope are set by the user. Default: Speed 1.0KM/H, slope 0 section.
Training mode 1: positive counting time, time, distance, calories are positive counting, close the setting function;
Training mode 2: countdown time, setup state, time window flashing, press "+", "-" key to modify the set value, set range: 5-99 minutes, default value: 30:00;
Training mode 3: countdown distance, set the state, the distance window flashes, press "+", "-" key to modify the set value, set the range: 1.0-99.0 KM, the default value: 1KM;
Training mode 4: reverse calorie, set state, calorie window flashes, press "+", "-" key to modify the set value, set range: 20-990CAL, default value: 50CAL;
- 5、 "P01-P36" for the system setup program, only trained in the countdown mode, under the setting state, the time window flashes, press "+", "-" key to modify the set value, press the "MODE" key to reset to the default value, set the range: 5-99MIN, the default value: 30:00;
- 6、 After setting the training mode, press "START" key, the screen starts to display 5 seconds countdown with 5 beeps, after the countdown is 1, the treadmill starts gently, accelerates slowly to the displayed speed, and then runs smoothly at constant speed.
- 7、 In the running state, press "+", "-" key or "QUICK SPEED" key to adjust the speed of the treadmill;
- 8、 In P1-P36, the speed of each program is divided into 10 segments, each period is equally divided according to the set time. The speed adjusted by key is only valid in the current segment, and three beeps will be sent three seconds in advance when the segment is converted to the other segment. The motor stops automatically when the program runs full of 10 segments, with a "beep";
- 9、 In running mode, press "START" key, the motor will change between the two states of suspension and running. Restart in the paused state, the recorded running data and process stay the same.
- 10、 In the motor running, press "STOP" key, the motor will slow down until it stops smoothly, all the settings will be restored to the default state;
- 11、 In the motor running, press ,  "key or" QUICK INCLINE "to adjust the treadmill slope;
- 12、 In any state, pull off the safety lock, the screen displays "E-07", and accompanied by a tone, the treadmill stops running;

13、The control system at any time in the safety monitoring, as long as the discovery of anomalies, the treadmill will be emergency stopped, the screen displays abnormal information prompts, accompanied by beeps;

14、When the abnormal information is displayed on the screen, press STOP. The system clears the displayed information one time.

15、BMI test method: press the "PROG" key to select the program BMI, press the "MODE" key to select the project serial number. press the "+" and "-" keys to set the parameters.

16、Item No. F1 (Sex): indicates the gender; set the parameter range: 1-2, "1" indicates male, "2" indicates female, default value: 1;

17、Item No. F2 (Age): indicates age; set parameter range: 1-99 years old, default value: 25 years old.

18、Item No. F3 (Height): indicates height; set parameter range: 100-220CM, default value: 170CM;

19、Item serial number F4 (Weight): indicates weight; set parameter range: 20-150KG, default value: 70KG;

20、Item serial number F5 (BMI): indicates the completion of parameter settings, enter the BMI test state, please hold both hands to the left and right handles of the heart rate sensing piece, wait for 4 seconds, the parameter display window will show the test person's body fat rate (BMI); to the standard of the Asian people, the body fat is less than 18 for thin, between 18 and 24 for the ideal body weight, between 25 and 28 for overweight, greater than 29 for obese, and the body fat of the person under test will be shown in the window. Default value: 24 (this data is only for exercise reference).

21、British BMI test method: Press the "PROG" key to select program BMI, press the "MODE" key to select item serial number, press the "+" and "-" keys to set parameters.

A) Item number F1 (Sexo) : indicates gender; The value ranges from 1 to 2, where 1 indicates male and 2 indicates female. The default value is 1.

B) Item number F2 (Age) : indicates age; Value range: 1 to 99 years old. Default value: 25 years old ;

C) Item No. F3 (Height) : indicates height. The value ranges from 39 to 87 inches. Default value: 67 inches.

D) Item number F4 (Weight) : indicates weight; Set parameters range: 44-330 LBS. Default: 154 LBS.

E) Item No. F5 (BMI) : indicates the completion of parameter setting and entering the body fat test state. Please hold both hands on the heart rate sensor on the left and right handles. Wait 4 seconds, the parameter display window will display the body fat percentage (BMI) of the tested person; By Asian standards, a body fat of less than 18 is considered lean, a body fat of 18 to 24 is considered ideal, a body fat of 25 to 28 is overweight, and a body fat of more than 29 is considered obese (this data is for exercise reference only). Default value: 24

ERP transfer function:

The system starts in ERP mode by default. When the treadmill is not operated, it will enter hibernation state in about 4 and a half minutes to save power consumption. Press any key to wake up the system. In standby MODE, hold down the mode key for 3S to display '2222' to cancel the ERP function, and hold down the mode key for 3S to display '1111' to return to ERP mode.

Speed and slope table for the automatic program P01-P36: metric

Pro	Seg Class	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	2	2
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	2.0	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	10	10	10	10	10	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	10	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	7.0
	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	10	7	7	10	10	6	6	6

Speed and slope table for the automatic program P01-P36: inch

Pro	Class	Seg									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	0.6	1.8	3.1	3.1	3.1	4.3	4.3	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	1.2	1.8	3.1	5	3.1	3.1	3.7	5	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	1.2	1.8	4.3	5	3.1	3.1	3.1	5	2.5	1.8
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	1.2	1.2	3.1	5	5	5	5.0	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	1.8	2.5	5	5.6	6.2	6.2	6.2	4.3	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	1.8	2.5	3.7	4.3	4.3	4.3	5.6	6.2	3.1	1.8
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	1.8	2.5	2.5	6.2	2.5	5.6	2.5	6.8	1.8	1.2
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	1.8	3.1	4.3	5.6	1.8	3.1	4.3	3.1	6.8	3.1
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	1.8	4.3	6.2	2.5	4.3	6.8	3.1	2.5	7.5	3.7
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	1.8	3.1	5.6	6.2	3.7	3.7	5.6	3.7	6.8	1.8
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	2.5	3.1	6.8	5.6	3.7	5	5.6	6.8	3.7	3.1
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	2.5	3.7	6.2	6.2	6.2	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	1.2	2.5	3.7	3.7	3.7	5	5	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	1.8	2.5	3.7	5.6	3.7	3.7	4.3	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	1.8	2.5	5	5.6	3.7	3.7	3.7	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	1.8	1.8	3.7	5.6	5.6	5.6	5.6	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	2.5	3.1	5.6	6.2	6.8	6.8	6.8	5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	2.5	3.1	4.3	5	5	5	6.2	6.8	3.7	2.5
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	2.5	3.1	3.1	6.8	3.1	6.2	3.1	7.5	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	2.5	3.7	5	6.2	2.5	3.7	5	3.7	7.5	3.7

	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	2.5	5	6.8	3.1	5	7.5	3.7	3.1	7.5	4.3
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	2.5	3.7	6.2	6.8	4.3	4.3	6.2	4.3	7.5	2.5
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	3.1	3.7	7.5	6.2	4.3	5.6	6.2	7.5	4.3	3.7
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	3.1	4.3	6.8	6.8	6.8	5	5	6.8	4.3	3.7
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	1.8	3.1	4.3	4.3	4.3	5.6	5.6	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	2.5	3.1	4.3	6.2	4.3	4.3	5	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	2.5	3.1	5.6	6.2	4.3	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	2.5	2.5	4.3	6.2	6.2	6.2	6.2	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	3.1	3.7	6.2	6.8	7.5	7.5	7.5	5.6	3.7	3.1
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	3.1	3.7	5	5.6	5.6	5.6	6.8	7.5	4.3	3.1
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	3.1	3.7	3.7	7.5	3.7	6.8	3.7	7.5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	3.1	4.3	5.6	6.8	3.1	4.3	5.6	4.3	7.5	4.3
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	3.1	5.6	7.5	3.7	5.6	7.5	4.3	3.7	7.5	5
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	3.1	4.3	6.8	7.5	5	5	6.8	5	7.5	3.1
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	3.7	4.3	7.5	6.8	5	6.2	6.8	7.5	5	4.3
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	3.7	5	7.5	7.5	7.5	5.6	5.6	7.5	5	4.3
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

Common faults and troubleshooting methods:

Problem code	Possible reasons	Solution
System does not work	A、The power is not connected or the power is not turned on	Connect the power supply, or turn the power switch to the "NO" position
	B、Safety locks are not in place	Put the safety lock in the correct position
	C、The controller or console is not powered on	Replace the controller or console
	D、Poor line contact	Check system input and output and communication lines
Suddenly stop in normal condition	A、Safety lock dropped	Reinstall the safety lock
	B、system error	Ask the repairman to deal with it
Keys failure	KEY INVALID	1、Replace the key board and keyboard cable 2、replace the motherboard 3、replace the console
E-01	A、The communication cable is in poor contact	Reconnect the communication cable and check whether the port is properly inserted or replace the communication cable.
	B、Defective console	Change the console
	C、Defective controller	Change the controller
E-02	A、Defective Motor cable and motor	Change the motor
	B、The motor cable is improperly connected to the controller or the controller is improperly connected	Check and reconnect or replace the controller
E-03	A、The photoelectric sensor is not installed correctly	Check and reconnect
	B、Poor photoelectric sensor	Replacement of photosensor
	C、Photoelectric sensor dirty or poor first contact	Check and reconnect/clean light sensor
	D、Defective controller	Change the controller
E-05	A、Controller damaged	Replace the controller
	B、Motor damaged	Replace the motor
	C、mechanical failure	Check the running oil or drum for blockage
E-07	The console is not detecting the safety lock signal	1、check whether the safety lock is put in place; 3. Reinstall the safety lock mechanism; 3. Replace the electronic watch
No heart rate	A、The grip wire is not inserted in place or the grip wire is not good	Check and connect or replace the grip cable
	B、Electronic system circuit fault	Change the console
console incomplete or missing lines	A、LED digital tube or screen is bad	Replace the mainboard or screen
	B、system failure	Change the console

Folding and Moving of Treadmill

1 Folding Treadmill

- 1) When folding, the power must be disconnected.
- 2) Check the incline of the treadmill for the lowest position.
- 3) Lift the treadmill to the upright position, the Ezfit linking parts automatically get stuck on the hydraulic;
- 4) Check whether the check Ezfit linking parts is stuck on the hydraulic, as shown in the figure.



2 Treadmill unfolds

- 1) To unfold the treadmill, you need to choose a place about 1 meter away from the power outlet and the ground is flat without other obstacles.
- 2) When unfolding the treadmill, firstly, you need to hold the treadmill with both hands, step on the Ezfit linking with your feet, and the treadmill will automatically drop to the ground slowly; at this time, the user must leave the treadmill about 1 meter away until the treadmill is completely Expand. as the picture shows:

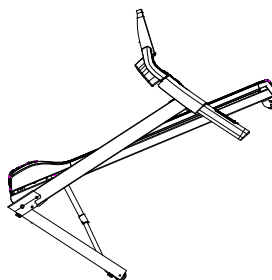


3 Moving Treadmill

When moving, must ensure that:

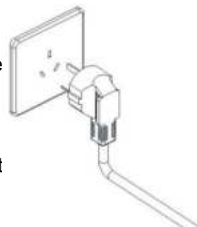
- 1) The power switch of the treadmill is turned off;
- 2) The power plug has been pulled out from the socket;
- 3) The large frame has been folded;

After clarifying the above points, hold the end of the treadmill with one hand and the armrest on the same side with the other hand, and move the machine slowly when it is tilted 40~50° to the chest. as the picture shows.



Grounding guide

This product must have grounding. If error and damage occurred to the treadmill, grounding wire can form one circuit with lowest resistance, the current can be guided into the ground to reduce the danger of electric shock. This product is equipped with one cable, which has one grounding conductor and grounding plug. The treadmill must be grounded with correct socket that is compatible with local rules.



Danger! If you do not know whether the equipment is properly grounded, please consult a qualified electrician or maintenance personnel. Please do not change the plug attached to this product without authorization. If the plug is inconsistent with the socket, let a qualified electrician install a suitable socket.

PRODUCT USING INSTRUCTIONS

Using instruction of treadmill

1. Turn the power on, keep the treadmill spread out at its lowest position and check if its function is normal.
2. Clip the safety key cord with your clothes.
3. Ensure and check its function and stability before using. Standing on the Running belt to get it started is not allowed. The correct way to start is standing on side rails with hands on the handle bar. After normal working, you can exercise with the treadmill. Hold the handle bar when press the "START" key, the treadmill running at the speed of 1.0km/h after 5 seconds. Then press "+" "Key to 2.5-3.5 km/h which is the comfort speed for running. Both of hands are supposed to catch handle bar at the same time and feet step to the running belt successively to start running. Run at the same pace as your running belt.
4. After several minutes, you can speed up by pressing "+" key or slow down by "-" key meanwhile holding the hand bar.
5. When running, press speed value, you can enter into the fixed speed you want.
6. Pressing "stop" key at any time to stop the motor.
7. Pre-setting Use

Connect the power .Turn the power on.

Press "choose" key to select what mode you want.

Press "starts" key to get started in your selected mode.

You can press "+" or "-" to change the speed or "stop" key to make it stop.

8. HRC testing

After the treadmill is powered on, hold your hands on the metal pulse sensors, then you can see HRC value on the display window.

Note: When the safety key pull out ,the treadmill will stop immediately,

And the computer can not work ,the window shows "----".

Treadmill Maintenance

1. Lubrication

After the running belt has been used for a period of time, it must be lubricated with the configured methyl silicone oil. Suggestion :

Using time less than 3 hours every week	lubrication once every 5 months
Using time equal to 4-7 hours every week	lubrication once every 2 months
Using time more than 7 hours every week	lubrication once every month

No excessive lubrication. Note: the important factor of increase the lifetime for treadmill is proper lubrication.

2. The way of checking whether the running belt need lubrication is, lift the side soft the treadmill and feel the central back of the belt, as far as possible. If traces of silicon spray are found, lubrication is not necessary. If the surface is dry, the belt needs lubrication.

Application of lubricant on the belt: (as shown)

- Stop the running belt, and fold the treadmill. Put up the belt of back main frame so that the oil can reach the middle position.
- Spraying silicone oil on the inner side of the running belt and coating silicone oil on both sides of the running belt.
- Run the treadmill at a speed of 1km/h to apply silicone evenly. And tread lightly on the running belt from left to right.

Wait several minutes to let the silicon spray spread,

- before starting the machine



Cleaning

Regular cleaning of the striding belt ensures a long product life.

Warning: The treadmill must be turned off to avoid electrical shocks. The power cord must be pulled out of the socket, before starting the cleaning or maintenance.

- After training: Wipe the console and other surfaces with a clean soft and damp cloth to remove sweat residues.

Caution: Do not use any abrasives or solvents. To avoid damage to the computer, keep any liquids away. Do not expose the computer to direct sunlight.

- Weekly: To make the cleaning easier it is recommended to use a mat for the treadmill. Shoes can leave dirt on the striding belt that can fall beneath the treadmill. Clean the mat under the treadmill once a week.

Storage: Store you treadmill in a clean and dry environment. Ensure the master powers witch is off and is unplugged from the electrical wall outlet.

1. Belt Adjustment

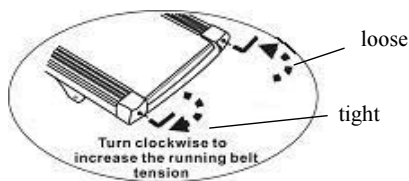
All running belts are properly set at the factory and after assembly. However, slack may occur after a period of use. Such as : pause and slip may occur when running. When this phenomenon occurs, adjust the running belt and screw in half a turn left and right. If the running belt is loose, the running belt and the roller will slip in turn. But too tight is also not good, which is easy to increase the load of the motor and damage the motor, running belt and roller, etc.

2. Adjusting the belt deviation:

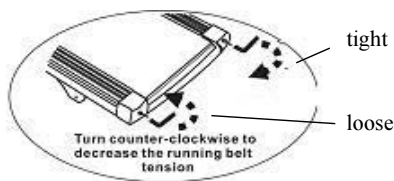
All running belts are properly set at the factory and after assembly. But after a period, the belt have the possibility for deviation. The reasons can be listed as follows.

- ① The treadmill is unstable.
- ② Feet didn't in the central of the running belt when running.
- ③ Feet exert uneven force.

If deviation caused by manual, No - load rotation for a few minutes can return to normal. Adjusting step by step in half a turn with a 6mm Allen wrench that is equipped randomly for unable to restore automatically.



Such as left deviation of running belt.
Adjust the left screw clockwise or the right screw anti-clockwise.



Such as right deviation of running belt.
Adjust the right screw clockwise or the left screw anti-clockwise.

KEY POINT:

- Clockwise means tighten.
- Anti-clockwise means loosen.
- Running belt will shift to the loose side.

① If the running belt shifts to the left, that means the left side is too loose.

Adjust the left bolt clockwise to make the left tighter.

Or adjust the right screw anti-clockwise to make the right looser.

② If the running belt shifts to the right, that means the right side is too loose.

Adjust the right bolt clockwise to make the right tighter

Or adjust the left screw anti-clockwise to make the left looser.

Attention:

- You need to start the treadmill (let the belt run) at a low speed before you adjust the running belt.
- When you adjust the bolt, don't rotate it too much.
- After each adjustment you need to look for the changes in the running belt.

Running belt deviation is not covered by the warranty, and is mainly maintained by users according to the instructions. Running deviation can seriously damage the running belt. It must be found and corrected in time.

Running belt deviation does not belong to the scope of warranty, mainly by the user in accordance with the manual self-maintenance. Deviation will seriously damage the running belt, must be found in time, timely correction.

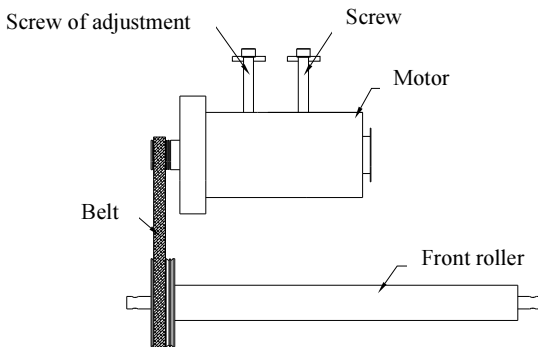
Adjustment of the motor's belt

All the motor belt of treadmill must be adjust in the factory and after assembly. However, after a period of use, there may be slack or slip phenomenon.

Adjustment Steps: ① Turn the adjusting screw counterclockwise with wrench

② The adjustment range shall be subject to the belt load not slipping.

NOTE: Regular cleaning of belts and pulley grooves



Common faults and treatment methods

Part of the treadmill

The problem	Possible causes	Maintenance methods
The treadmill doesn't work	A is unplugged	Plug into socket
	B the security key is not embedded	Embed the safety key in the panel
	C circuit signal system open	Check the controller input and signal line
	D power supply not turned on	Place power switch in NO position
	E the fuse blew	Replace the fuse
Run with it Not moving smoothly	A not enough lubrication	Using a methyl silicone oil lubricant
	Running straps are too tight	Adjust your running bands for tightness
The running belt slipped	A the running belt is too loose	Adjust your running bands for tightness
	B the belt is loose	Adjust drive belt tightness

Part of the console

Fault code	Fault description	Trouble shooting
E 1	Abnormal communication: between control and console after power-on.	Controller shutdown into a fault state. Unable to start. The console shows the failure code, and the buzzer beeps three times. Possible reasons: control and the console communication is blocked, check the connection of the communication line, ensure that each core fully inserted. Replace the connection line if it is broken..
E 3	The motor cord is not connected properly.	Shutdown into the fault state, the console buzzer sound 9times, and showing the fault code. If it returns to normal after shutdown, it can enter the standby state and restarted. Possible causes: Check whether the motor wire is connected, keep the wire is connected. Check whether the controller has any odor, replace the controller;
	No speed sensor signal: the lower control voltage output to the DC motor, can not receive the motor speed feedback for more than 3 seconds.	Shutdown into the fault state, the console buzzer sound 9times, and showing the fault code. After shutdown 10s, enter the standby state, can be restarted. Possible causes: If no speed sensor signal for 3 seconds, check whether the sensor plug is not inserted or damaged, plug it in or replace the sensor.
E 4	Incline learning	Check whether the lifting motor induction line is plugged in properly, re-plug the connector to make it reliable; check whether the AC line of the lift motor is plugged in correctly, and the AC line of the jack motor and the controller are marked correctly; check whether the connecting line of the motor is broken, replace the connecting line or the lift motor; and press the learning key on the control to learn again.
E 5	Over-current protection: under the running state, the control detects that the DC motor current is greater than the rated current + 6A for more than 3 seconds.	Shutdown into the fault state, the console buzzer sound 9times, and showing the fault code. After shutdown 10s, enter the standby state, can be restarted. Possible causes: If the current exceeds the rated load, the system self-protection, or a part of the treadmill is stuck, causing the motor can not turn, the load is too heavy, the current is too large, the system self-protection; adjust the treadmill to start up again. Also, check whether the motor has a flow sound or burnt odor, replace the motor, or replace the controller, or check whether the power supply is inconsistent or low voltage, retest with correct voltage.
E 6	Explosion-proof impulse protection: the power supply voltage is abnormal or the motor is abnormal etc. causes the drive motor circuit to be damaged.	Shutdown into the fault state, the console buzzer sound 9times, and showing the fault code. After shutdown 10s, enter the standby state, can be restarted Possible causes: check power supply voltage is lower than 50% of normal voltage, please use the correct voltage to re-test; check whether the controller has a smell, replace the controller; check whether the motor wires are connected, reconnect the motor wires.



Bluetooth APP for Treadmill



Bluetooth connection supports Anyrun, Zwift and Kinomap



AnyRun

Download, register and log in the AnyRun APP, enter the setting page:

Click **Setting**, which is at the right lower corner, click **Devices**, the APP will detect the Bluetooth codes, select the Bluetooth code, which is same as the code tagged on the equipment console, and pair.



Zwift

Download, register and log in the Zwift APP, enter the setting page:

Under **PAIRED DEVICES** page, click **RUN** for treadmill; Then click **POWER SOURCE**, and there is pop-up menu, select the Bluetooth code, which is same as the code tagged on the equipment console, then select **OK** to be paired.

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



Kinomap

Download, register and log in the Kinomap APP, enter the setting page:

click **More** in the right lower corner, click **Equipment management**, click **+** at the right upper area, select  for treadmill;

Then select the Bluetooth brand of your choice e.g., Anyrun etc.; Click the content under Interactive, the APP detects found equipment, select the Bluetooth code, which is same as the code tagged on the equipment console, then click **ADD NEW EQUIPMENT**, it will pop out **equipment successfully added**.



DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Děkujeme za zakoupení tohoto produktu .Produkt vám pomůže udržet se fit, zdravější a lepší velmi snadným způsobem.

Uživatelská příručka

1. Zástrčku vždy připojte do zásuvky s uzemněným obvodem a zásuvka musí mít speciální obvod, aby se zabránilo sdílení s jinými elektrickými zařízeními.
2. Před použitím se ujistěte, že běžecký pás stojí stabilně na zemi.
3. Před spuštěním zkontrolujte, zda je jeho funkce normální nebo ne.
4. Při spuštění běžeckého pásu se postavte na dvě boční lišty.
5. Bezpečnostní klíč si připevněte k oděvu, když se blíží případná nouzová situace.
6. Stisknutím tlačítka "start" spustíte běžecký pás.
7. Před zkušebním během se připravte levou nohou za běžeckým pásem. Teprve až budete mít pocit, že běh zvládnete, můžete se postavit na běžecký pás a provádět ho ve správném postoji. A na běžeckém pásu smí cvičit pouze jedna osoba a cvičení s přetížením je přísně zakázáno.
8. V případě potřeby můžete upravit rychlost.
9. Po ukončení běhu můžete běžecký pás zastavit vytažením bezpečnostního tlačítka nebo stisknutím tlačítka "stop".
10. Po skončení cvičení nezapomeňte vypnout napájení a vytáhnout zástrčku ze zásuvky.

Bezpečnostní opatření :

- ◆ Umístěte běžecký pás do interiéru, abyste se vyhnuli vodě a žádným těžkým věcem.
- ◆ Při používání fitness zařízení noste pohodlné oblečení a nejlépe sportovní nebo aerobní obuv.
- ◆ Abyste předešli nehodám, držte děti od běžeckého pásu dál.
- ◆ Nedochází k přetížení, které by poškodilo motor, řídící jednotku, válec a běžící pás. Provádějte běžnou údržbu běžeckého pásu.
- ◆ Udržujte v místnosti méně prachu a určitou míru vlhkosti, aby nedocházelo k rušení konzole a ovladače.
- ◆ Běžecký pás pro domácnost udržujte v nepřetržitém provozu maximálně 2 hodiny.
- ◆ Při provozu udržujte dobrou cirkulaci vzduchu.
- ◆ Na konci běžeckého pásu by měl být při běhu bezpečný prostor o rozměrech 2000x1000 mm. .
- ◆ Při jakýchkoli potížích přestaňte běhat a poraďte se s lékařem.
- ◆ Silikonovou láhev uložte na místo, kam nedosáhnou děti, aby nedošlo k vážné chybě.
- ◆ Zakažte uživateli skákat z běžeckého pásu bezprostředně po jeho použití.

- ◆ Opatrně vytáhněte zástrčku ze zásuvky.
- ◆ Pokud se něco děje, zastavte stroj a okamžitě přerušte přívod proudu.
- ◆ Požádejte místního distributora o vyřízení případného problému nebo o poskytnutí servisu. Osobní demontáž součástí není povolena.

NEBEZPEČÍ!

Abyste snížili počet nehod nebo zranění, dodržujte následující pravidla.

- ◆ Před běháním se ujistěte, že máte oblečení zapnuté.
- ◆ Nenoste oblečení, které se snadno zahákne.
- ◆ Napájecí kabel udržujte mimo dosah horkých předmětů.
- ◆ Dbejte na to, aby se k běžeckému pásu nepřibližovali děti.
- ◆ Pokud je něco špatně , podepřete rukojeť, abyste zatlačili nahoru a nechali běžet pás.
- ◆ Nepoužívejte běžecký pás venku.
- ◆ Před pohybem běžeckého pásu vypněte napájení.
- ◆ Neotvírejte kryt motoru a válce, pokud se nejedná o odborníky .
- ◆ Tento stroj lze použít v obvodu 10 A.
- ◆ Zajistěte, aby fitness zařízení používala vždy pouze jedna osoba.
- ◆ Testování HRC nemusí být tak přesné jako u zdravotnických prostředků, takže jeho výsledky jsou pouze referenční.
- ◆ Pokud se necítíte dobře nebo pociťujete bolest kloubů či kloubů, okamžitě přestaňte cvičit.
svaly. Zejména sledujte, jak vaše tělo reaguje na cvičební program. Závratě jsou známkou toho, že s přístrojem cvičíte příliš intenzivně. Při prvních příznacích závratí si lehněte na zem, dokud se nebudete cítit lépe.

Varování a zákaz!

- ◆ Léčící se pacienti musí běžecký pás používat po schválení odborným lékařem.
 - (1) Osoba s bolestmi zad nebo bývá zraněná v noze, pase, krku. Osoby s necitlivostí nohou, pasu, krku a rukou (osoby s chronickým onemocněním, např. výhřez meziobratlové ploténky, skluz páteře, výhřez krčního obratle atd.)
 - (2) Pacient s deformační artritidou , revmatismem nebo dnou .
 - (3) Pacient s osteoporózou .
 - (4) Pacient se špatným oběhovým systémem, jako je onemocnění srdce , cévní poruchy a cévní hypertenze .
 - (5) Pacient s poruchou dýchání.
 - (6) Pacient s umělým srdečním rytmem.

- (7) Pacient s maligními nádory.
- (8) Pacient s trombózou .
- (9) Pacient s poruchou vnímání způsobenou diabetem.
- (10) Osoba s poraněním kůže .
- (11) Pacient s vysokou horečkou nad 38 °C.
- (12) Osoba s ohnutou páteří.
- (13) Osoba s těhotenstvím nebo v (menstruačním) období.
- (14) Osoba se cítí nepříjemně .
- (15) Osoba je zjevně ve špatném stavu.
- (16) Osoba za účelem rehabilitace.
- (17) Osoba s abnormálními fyzickými rysy.

- Výše uvedené případy mohou způsobit nehodu nebo špatný zdravotní stav

- ◆ Pokud se cítíte špatně, jako je bolest kloubů nebo svalů, závratě, otupělost a abnormální srdeční tep, okamžitě přestaňte cvičit a co nejdříve vyhledejte lékaře.
- ◆ Zabraňte přístupu dětí k tomuto výrobku.
 - Pokud to budete ignorovat, může dojít ke zranění dětí.
- ◆ Řekl dětem, že to není hračka.
 - Pokud to budete ignorovat, může dojít ke zranění dětí.
- ◆ při používání, vyjímání, vracení nebo přenášení tohoto výrobku se ujistěte, že se v jeho blízkosti nenachází nikdo ani domácí zvířata.
- ◆ přestaňte tento výrobek používat, když kryt praskne (vnitřní části vypadnou) nebo odpadnou svařované části.
 - může způsobit nebezpečí nebo zranění.
- ◆ Při běhu neskákejte z běžeckého pásu nahoru ani dolů.
 - může spadnout a zranit se.
- ◆ Běžecký pás nepoužívejte venku nebo v blízkosti koupelny, abyste se vyhnuli vodě.
- ◆ Běžecký pás nepoužívejte ani jej neukládejte na místě vystaveném přímému slunečnímu záření a vyhýbejte se místům s vysokou teplotou, jako jsou elektrické deky a ohřívače.
 - může způsobit únik elektrického proudu nebo požár.
- ◆ Nepoužívejte, pokud je poškozeno napájecí vedení nebo zástrčka, případně je uvolněná zásuvka.
 - může způsobit úraz elektrickým proudem, zkrat nebo požár.
- ◆ Napájecí kabel nepoškozujte ani nepřekrčujte a nepokládejte na něj těžké předměty.
 - může způsobit požár nebo úraz elektrickým proudem.
- ◆ Pouze pro jednu osobu najednou, řekněte lidem kolem, aby nebyli příliš blízko.
 - může spadnout a způsobit zranění.
- ◆ lidé, kteří nejsou při vědomí nebo se nedokáží sami ovládat, nemohou běžecký pás používat.

- může způsobit nehodu nebo zranění.
- ◆ demontáž, oprava, výměna samotným zákazníkem jsou absolutně zakázány.
 - může způsobit mechanickou poruchu a zranění. Abyste se vyhnuli vodě !
- ◆ hlavní těleso a provozní součásti se nemohou setkat s vodou nebo nápoji.
 - může způsobit úraz elektrickým proudem a požár.
- ◆ Pokud nejste pravidelným sportovcem, necvičte příliš mnoho.
- ◆ Nepoužívejte běžecký pás po jídle nebo když se cítíte unavení.
 - může poškodit vaše zdraví.
- ◆ Tento výrobek je určen pro domácí použití. Nelze jej používat ve škole nebo v tělocvičně, kde je mnoho nespecifických uživatelů.
 - může způsobit zranění.
- ◆ Nepoužívejte přípravek během jídla nebo jiných činností.
- ◆ Nepoužívejte produkt, pokud máte pocit, že se tělo po napití zpomaluje.
 - může způsobit nehodu nebo zranění.
- ◆ Nepoužívejte výrobek, když máte v kapse tvrdý předmět.
 - může způsobit nehodu nebo zranění.
- ◆ zástrčku nelze připojit jehlou, odpadem nebo vodou.
 - může způsobit úraz elektrickým proudem, zkrat a požár.
- ◆ Během provozu nevytahujte zástrčku ze zásuvky ani nepřepínáte napájení do polohy "vypnuto".
 - může způsobit zranění.

Nepracujte s mokrými **rukama** !

- ◆ Zástrčku nevytahujte ani nezasouvejte mokrými rukama.
 - může způsobit úraz elektrickým proudem nebo zranění.

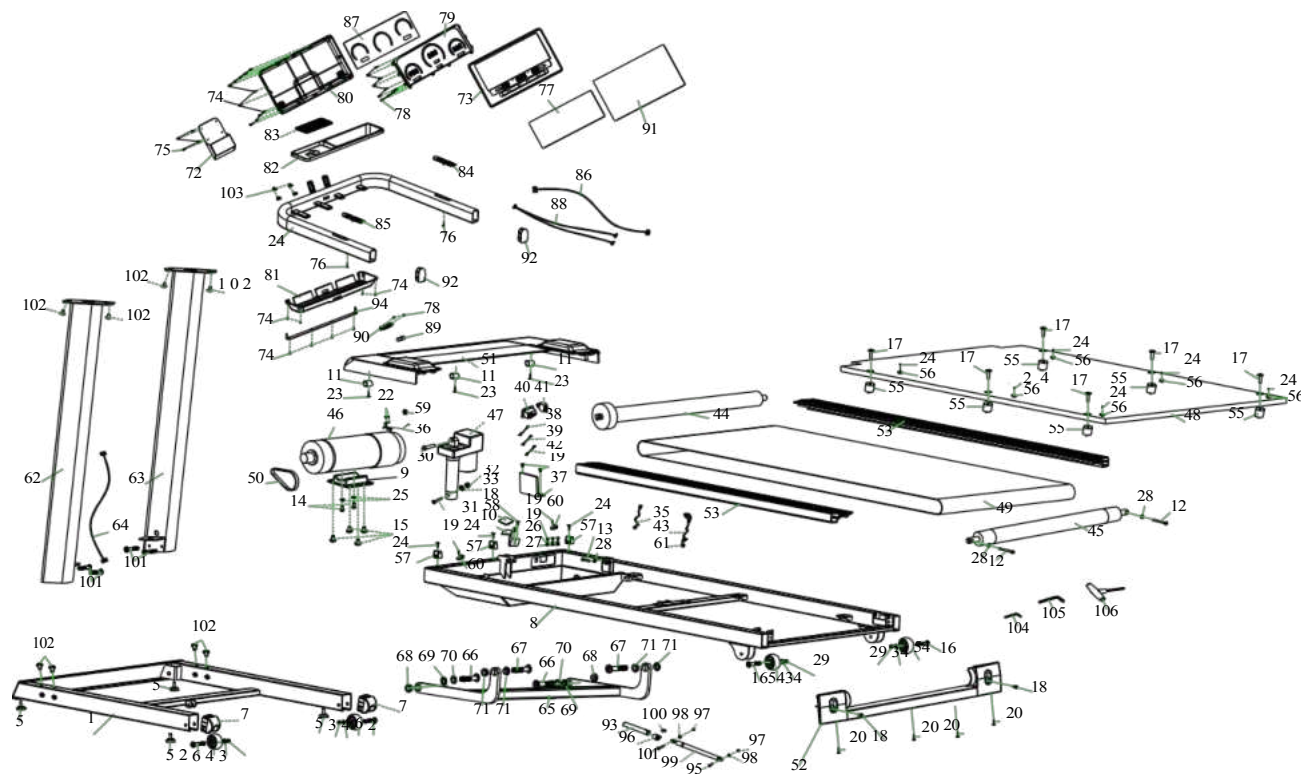
Nezapomeňte vytáhnout **zástrčku** !

- ◆ Nezapomeňte vytáhnout zástrčku, pokud ji nepoužíváte.
 - Prach a vlhkost mohou poškodit izolaci a následně způsobit únik elektrického proudu a požár.
- ◆ Při údržbě vytáhněte zástrčku.
 - může způsobit úraz elektrickým proudem a zranění.
- ◆ okamžitě přestaňte výrobek používat, když se nemůže spustit nebo se na něm objeví něco neobvyklého, vytáhněte zástrčku a zavolejte na poruchu.
 - může způsobit úraz elektrickým proudem a zranění.
- ◆ při náhlém výpadku proudu vytáhněte zástrčku ze zásuvky.
 - může způsobit nehodu a zranění při obnovení napájení.

- ◆ Při vytahování zástrčky byste měli držet zástrčku, nikoli kabel.
- může způsobit zkrat, úraz elektrickým proudem
a požár. Pokyny k uzemnění!
- ◆ výrobek musí mít uzemněné připojení. Uzemněné připojení může zajistit kanál s nejmenším odporem pro proud při poruše výrobku, čímž lze snížit nebezpečí úrazu elektrickým proudem.
- ◆ Výrobek je vybaven elektrickým vodičem pro uzemnění a uzemňovací zástrčkou. Zástrčka musí být zasunuta do zásuvky, která odpovídá místním předpisům.

Nebezpečí !

- ◆ nesprávné připojení uzemňovacího vodiče může způsobit úraz elektrickým proudem. Pokud si nejste jisti připojením uzemnění, požádejte o kontrolu odborného elektrikáře. [if](#)
zástrčka výrobku neodpovídá vaší zásuvce, měli byste požádat elektrikáře o instalaci správné zásuvky.
- ◆ výrobek má uzemňovací zástrčku. Zkontrolujte, zda máte odpovídající zásuvku. první. Zásuvkový adaptér není povolen.



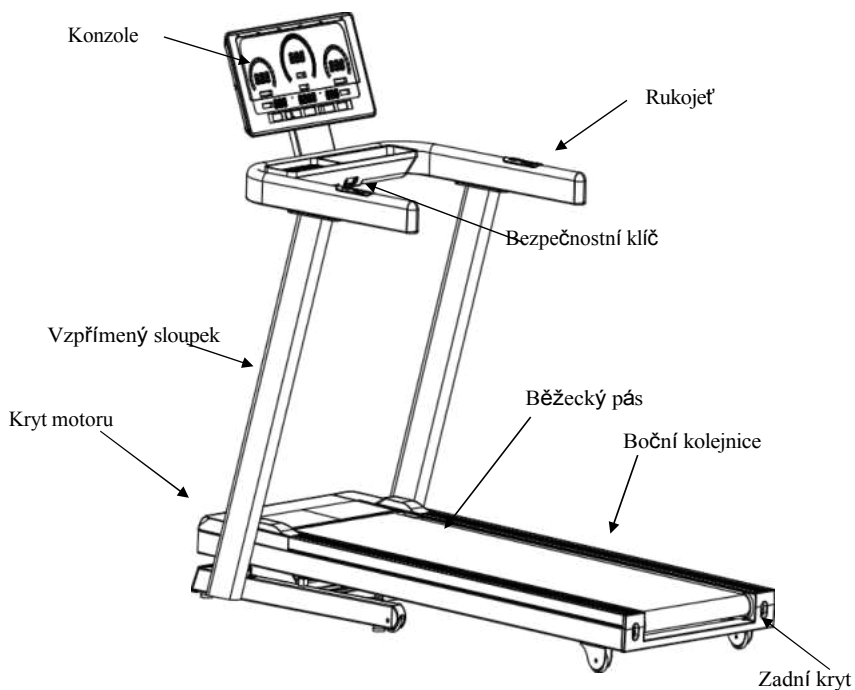
Seznam rozpracovaných grafů

Ne.	Popis	Velikost	MNOŽ STVÍ	Ne.	Popis	Velikost	MNOŽ STVÍ
1	Základní svařenec		1	63	Svislé R svary sloupku	0,32 m ²	1
2	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a půlzubem	M8×50×20	2	64	komunikační linka	SM4PIN/SM4PIN/L-12 00mm/26#	1
3	šestihranná pojistná matice	M8	2	65	Sváry rámu výtahu		1
4	plochá podložka	Φ8	2	66	Šroub se šestihrannou hlavou a půlzubem	M12×Φ14×35×19	2
5	Kuželová podložka pod nohy (OMA-05-07-005)	Φ50×Φ41×17×M8×27	4	67	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a plným ozubením	M10×25×15	2
6	kolo	Φ62×Φ8,0×t22	2	68	Práškové metalurgické pouzdro	Φ24×Φ19×Φ14×14×3	2
7	Zakřivená otevřená trubková zátka	40×60×t2,0	2	69	Rukáv	Φ25×Φ18×t3,0	2
8	Svařenec hlavního rámu		1	70	plochá podložka	Φ14	2
9	Držák motoru (1320CA-06)		1	71	Objímka zvedacího hřídele (OMA-05-06-023)	Φ25×Φ17×Φ10×6×1	4
10	Krycí deska motoru		1	72	Sváry držáku konzoly		1
11	pevná trubka krytu motoru	Φ16×t1,2×23	1	73	Rám displeje	498×175×10,1	1
12	Šestihranný šroub s válcovou hlavou s plným ozubením	M8×75	1	74	Velký závitový šroub s plochou hlavou s křížovým zapuštěním	ST4×16	19
13	Šestihranný šroub s válcovou hlavou s plným ozubením	M8×60	2	75	Křížová zápuštná hlava závitový šroub	ST4×15	4
14	Šestihranný šroub s válcovou hlavou s plným ozubením	M8×15	2	76	Křížový závitový šroub se zápuštnou hlavou	ST4×70	2
15	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a plným ozubením	M8×15	1	77	keratoskopický oblouk	t0,5×490×167	1
16	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a půlzubem	M8×45×20	2	78	Velký závitový šroub s plochou hlavou s křížovým zapuštěním	ST4×10	12
17	Šestihranný šroub se zápuštnou hlavou a plným ozubením	M6×30×Φ16	4	79	Panel	1136EA/571×277×10,8	1
18	Křížový šroub s velkou plochou hlavou a plným ozubením	M5×10	2	80	Zadní kryt panelu	1136EA/571×277×28	1
19	Křížový šroub s velkou plochou hlavou a plným ozubením	M4×10	6	81	horní kryt koše konzoly		1
20	Velký závitový šroub s plochou hlavou s křížovým zapuštěním	ST4×16	4	82	spodní kryt koše konzoly		1
21	Velký závitový šroub s plochou hlavou s křížovým zapuštěním	ST4×10	7	83	Protiskluzová podložka		1
22	Šroub s křížovou zápuštnou hlavou	ST3×10	4	84	rychlost ručních komponentů srdečního tepu	7239EA/SM5PIN/L-50 MM/Rychlost+/-	1
23	Křížový závitový šroub se zápuštnou hlavou	ST4×15	2	85	ruční komponenty pro měření srdečního tepu	7239EA/L-50MM/SM5 P IN/INCLINE+/-	1

24	Sváry rámu konzoly		1	86	komunikační linka	SM4PIN/SM4PIN/L-75 0 mm/26#	1
25	pružinová podložka	Φ8	3	87	Sada konzol 3338EA		1
26	pružinová podložka	Φ5	17	88	Ruční komunikační drát pro srdeční tep	3330EA/L-1000mm	1
27	vroubkované pojistné podložky	Φ5	2	89	Bezpečnostní klíč	J52×15×15 (L-700	1
28	plochá podložka	Φ8	3	90	Zásuvka s bezpečnostním zámkem	J86×20×16	1
29	šestihranná pojistná matice	M8	3	91	Akrylový panel	t1.0×554×260	1
30	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a půlzubem	M10×35×20	3	92	Trubková zátka ve tvaru D	DX40×80	2
31	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a půlzubem	M10×65×20	2	93	jednocestný ventil	Φ29×t1,2×340	1
32	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a půlzubem	M10	1	94	kryt různých košů		1
33	plochá podložka	Φ10	1	95	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a půlzubem	M8×30×20	1
34	plochá podložka	Φ8	1	96	Dvojitá kulatá trubková zástrčka	Φ33×Φ23×48	1
35	komunikační linka	SM5PIN/SM4PIN/L-75 0 mm/26#	1	97	šestihranná pojistná matice	M8	2
36	fotoelektrický senzor	L-500	2	98	plochá podložka	Φ88×Φ50×Φ17×606	2
37	3330EA controlle (r ERP)	AC220V/1-20KM/H/Incl ine(ERP)	1	99	Tlaková tyč	720×318×Φ10×Φ8,2× 350N	1
38	Připojte drát	L-300mm/1,5mm2/(Re d)	1	100	šrapnel-1	t0.6×16.5×43	1
39	Připojte drát	L-300mm/1,5mm2/(Bla ck)	1	101	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a půlzubem	M8×50×20	4
40	Kolébkový spínač	KCD4	1	102	Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a plným ozubením	M8×15	8
41	Samonastavovací spínač	10A/ABR21-16/250VA C	1	103	Šestihranný šroub s plným ozubením	M6×10	4
42	Připojte drát	L-100mm/1,5mm2/(Re d)	1	104	Klíč ve tvaru písmene L	4*30*80	1
43	Zástrčka	3×1,0 mm2×2000	1	105	Klíč ve tvaru písmene L	6*35*80	1
44	3330EA přední válec	Φ88×Φ50×Φ17×606	1	106	Klíč ve tvaru T	6*80	1
45	3330EA zadní válec	Φ50×Φ17×529×578	1				
46	Motor	1,5HP/DC180V/4600R PM/Φ32/36	1				
47	Šikmý motor	1/18HP/75mm/AC220 V(195mm)	1				
48	3330EA pojezdová plošina	1300×604×t18	1				
49	Běžecový pás	2930×500×t1.6	1				
50	řemen	174 (442) PJ6	1				
51	Kryt motoru 3330EA	367.5×673×36.7	1				

52	Zadní kryt	673×93×51	1				
53	Boční kolejnice	87×34.5×1342	2				
54	Kola	Φ62×Φ8,0×t22	2				
55	Válcový polštář	Φ30×30×M6×6	6				
56	Kulatý vodící blok	φ25×φ5×4,5	10				
57	pásek na trubku	φ16 (bílá)	3				
58	Podložka EVA (E21-V1-12)	t15×30×30	1				
59	magnetický kroužek	Φ29×Φ17×t7,5	1				
60	kabelová svorka	3/8(UC-2)	1				
61	svorka napájecího kabelu	SR-5R1	1				
62	Svislé L svary sloupků	0.32 m ²	1				

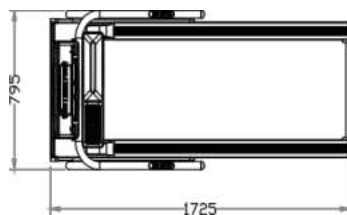
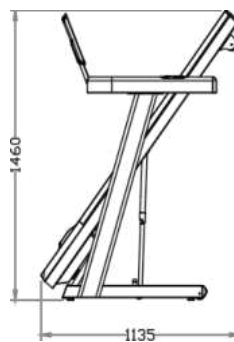
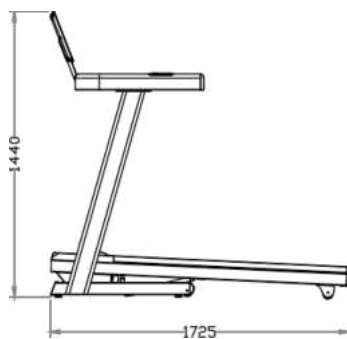
Představení produktu



Technické informace

Rozměr	Složení: 1135*795*1460
	Rozložení: 1720*835*1440
Povrch vozovky	1420*500
Rychlost	1,0-20,0 km/h

Poznámka: VYHRAZUJEME SI PRÁVO NA ZMĚNU VÝROBKU BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.



Balící seznam



Hlavní tělo



Vzpřímený
sloupek



Rám konzoly



Konzole



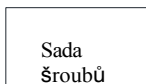
Bezpečnostní klíč



silikonový olej

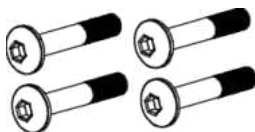


Manuální



Sada šroubů

Seznam balení hardwaru



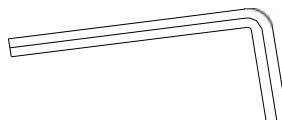
Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a půl
zubem (M8*50*20) 4ks



Klíč ve tvaru L S4 1ks



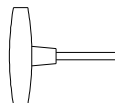
Šestihranný šroub s plným ozubením (M6*10) 4ks



Imbusový klíč typu L S6 1ks



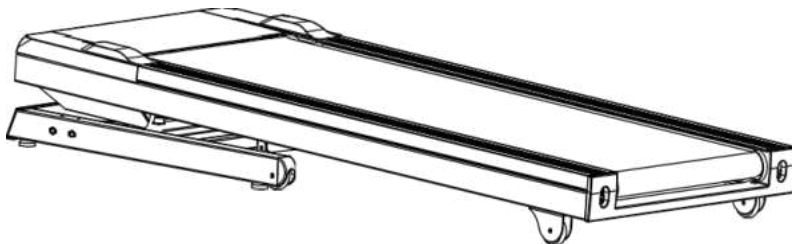
Šestihranný šroub s velkou plochou hlavou a plným ozubením M8×15 8ks



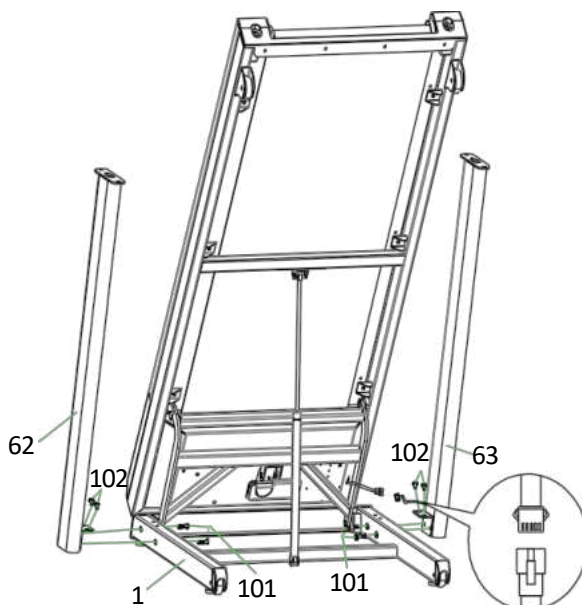
Klíč ve tvaru T 6×80

Instalační kroky

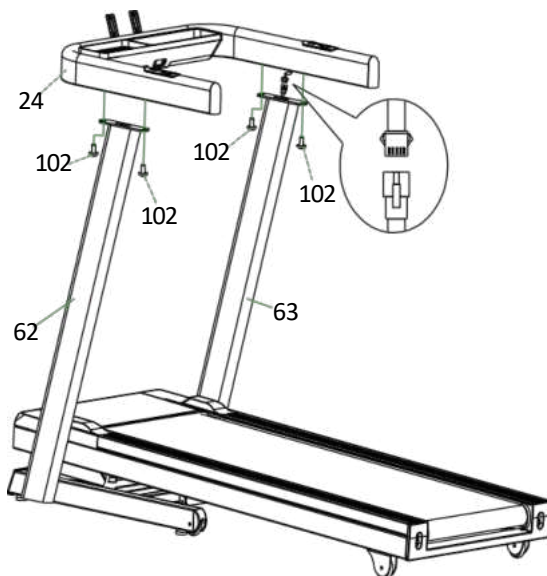
Poznámky: Při instalaci nedotahujte úplně všechny šrouby.
Všechny šrouby utáhněte až po úplné instalaci komponent.



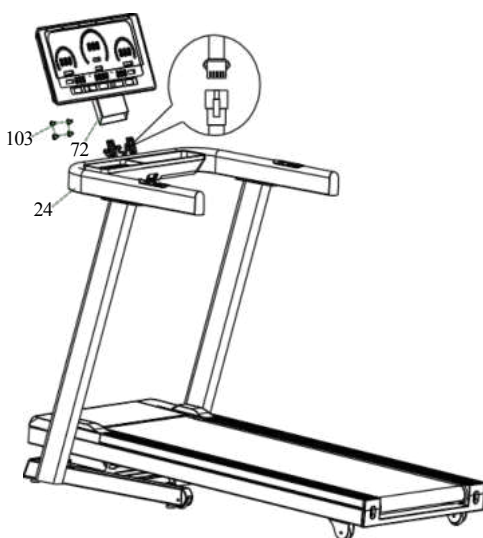
Krok 1: Vyjměte stroj z balicí krabice a položte jej na rovnou podlahu (jak je znázorněno na obrázku), odstraňte všechny PE sáčky a balicí pásy, které jsou na stroji zabaleny!



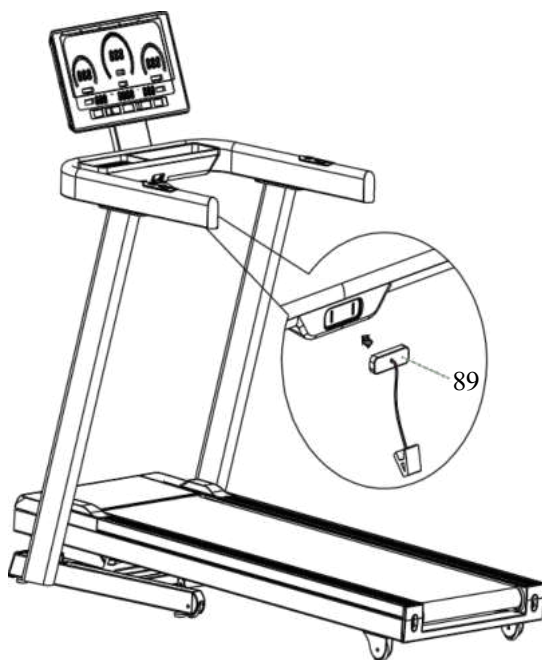
Krok 2: Jak je znázorněno na obrázku : Udržujte běžecký pás ve vzpřímené poloze, vložte (62) vzpřímený sloupek do odpovídající pozice (1) základny, zajistěte jej do odpovídajícího otvoru (62) vzpřímeného sloupku pomocí (101) šestihranného šroubu $M8 \times 50 \times 20$ s velkou plochou hlavou s půlzubem přes (1) základnu a zajistěte jej do odpovídajícího otvoru (01) základny pomocí (102) šestihranného šroubu $M8 \times 15$ s velkou plochou hlavou s půlzubem přes (62) vzpřímený sloupek. Operace na druhé straně (63) je po připojení svislého sloupku stejná (buďte opatrní, nesvírejte komunikační vedení ve svislém sloupku).



Krok 3: Jak je znázorněno na obrázku: Po připojení signální čáry na pravé straně rámu madla nainstalujte madlo (72) na odpovídající místo sloupku (62) (63) a zajistěte rám madla (72) odpovídajícím otvorem sloupku (62) (63) pomocí šestihranného šroubu (102) M8 × 15 s velkou plochou hlavou a plným ozubením.



Krok 4: Podle obrázku: po připojení signálního vodiče konzoly vložte pevný držák pro svařování (72) do držáku pro svařování opěrky (24) a zajistěte jej pomocí (103)M6×10 .



Krok 5: Nastavte stroj a utáhněte všechny samomontážní šrouby. Poté nasadte bezpečnostní zámek (89), běžecký pás je dokončen!

Obecné tipy pro fitness

1. Rozcvička

Před každou rozcvičkou nezadržujte dech po dobu 5-10 minut.

2. Dýchejte

Když se připravujete na obnovení dechu, obvykle se nadechnete nosem a vyplivnete dech ústy. Dýchání a pohyb by měly být koordinované, např.

přiliš rychlé dýchání. Pohyb je třeba okamžitě zastavit

3. Frekvence

Stejná část svalu by měla odpočívat 48 hodin, to znamená, že stejnou část lze trénovat pouze každý druhý den.

4. Zatížení

Podle individuálního fyzického stavu určete množství tréninku, pak podle principu asymptotické zátěže cvičit, počáteční trénink svalové bolestivosti je normální jev, tak dlouho, jak pokračovat v tréninku, bolestivost může být odstraněna.

5. Uvolněte se

Po každém cvičení proveďte 5 minut cvičení, zejména protažení a uvolnění svalů chodidla, abyste se vyhnuli dlouhodobé kondenzaci svalů, udržujte pružnou svalovou stravu.

6. Dieta

Za účelem ochrany trávicího systému, jednu hodinu po jídle před cvičením, trénink by měl být alespoň půl hodiny před jídlem, cvičení méně vody, zejména pitné vody, aby nedošlo ke zvýšení srdce, ledviny zátěž

Protahovací cvičení

Bez ohledu na to, jak rychle chodíte, je nejlepší nejprve provést protahovací cvičení. Zahřáté svaly se lépe protahují, proto si dopřejte 5-10minutovou rozcvičku. Poté se zastavte a proveďte strečink následujícím způsobem: Protahujte se 5krát, každý krok po dobu 10 sekund nebo déle; po tréninku jej zopakujte.

1. Protáhnout se dolů

Kolena jsou mírně pokrčená, tělo se pomalu předklání, záda a ramena jsou uvolněná a ruce se snaží dotknout prstů. Vydržte tak 10 ~ 15 sekund, pak se uvolněte. Opakujte 3krát (jak ukazuje obrázek 1).

2. Protažení šlach

Posadte se na čistý sedák a narovnejte jednu nohu. Druhou nohu dejte dovnitř tak, aby těsně přiléhala k vnitřní straně rovné nohy. Pokuste se dotknout rukama prstů na nohou. Vydržte tak 10 ~ 15 sekund, pak se uvolněte. Opakujte 3x pro každou nohu (jak ukazuje obrázek 2).

3. Protažení lýtek a pat

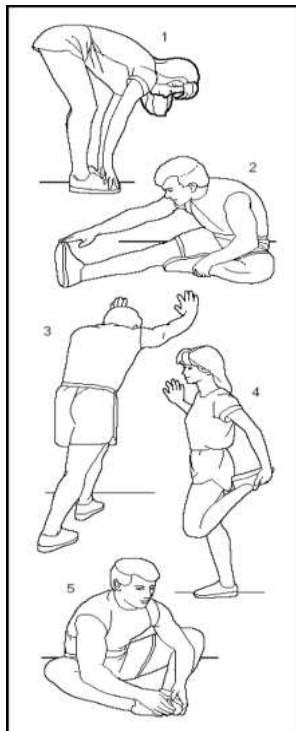
Oběma rukama se držte zdi nebo stromu, jednu nohu dejte za sebe. Zadní nohy držte vzpřímeně, paty na zemi a nakloňte se směrem ke zdi nebo stromu. Vydržte tak 10 ~ 15 sekund, poté se uvolněte. Opakujte 3x pro každou nohu (jak ukazuje obrázek 3).

4. Protahování čtyřhlavého svalu stehenního

Uchopte rovnováhu levou rukou nebo stůl, pak natáhněte pravou ruku dozadu, uchopte pravý kotník a pomalu ho přitahujte k bokům, dokud neucítíte, že se svaly před stehny napínají. Vydržte tak 10 ~ 15 sekund, poté se uvolněte. Opakujte 3x pro každou nohu (jak ukazuje obrázek 4).

5. Sval sartorius (sval uvnitř stehna) se natahuje.

Chodidla jsou naproti sobě a kolena sedí. Uchopte chodidla oběma rukama a přitahněte je směrem k třísliům. Vydržte tak 10~15 sekund, poté se uvolněte. Opakujte 3x. (Jak ukazuje obrázek 5).



Pokyny k panelu konzoly



Klávesové zkratky

Sklon "nahoru" a "dolů"

Program

Stop

Start/Pauza

Režim

Rychlost "nahoru" a "dolů"

Rychlostní zkratky

Popis funkce konzoly

- 1、 P01 je uživatelský manuální program, P01-P36 je vestavěný tréninkový program, 3 uživatelé, BMI;
- 2、 LED displej, 14 ovládacích tlačítek;
- 3、 Funkce převodu systému rychlosti, vzdálenosti;
- 4、 Rozsah pracovních otáček: 5、 Rozsah rychlosti: KM 1,0 ~ 20,0KM/H, palec 0,6-12,5MPH; 5、 Rozsah sklonu: 1: 0~15%;
- 6、 Ochrana proti přetížení, nadproudová ochrana, ochrana proti nárazu při výbuchu, proti rychlosti, proti elektromagnetickému rušení a další bezpečnostní ochranné funkce;
- 7、 Systémový autotest, funkce výzvy k zobrazení abnormálních informací; 8、 3 vlastní funkce;
- 9、 ERP funkce;
- 10、 Funkce připomínání paliva;

Popis oken

- 1、 okno "CALORIES": zobrazení hodnoty kalorií; 2、 okno "TIME": zobrazení hodnoty času;
- 3、 okno "DISTANCE": zobrazuje hodnotu vzdálenosti;
- 4、 okno "INCLINE": zobrazuje hodnotu sklonu.
- 5、 okno "PULSE": zobrazuje hodnotu tepové frekvence; 6、 okno "SPEED": zobrazuje hodnotu rychlosti;

Pokyny k převodu na císařskou měnu:

- 1) Po odpojení bezpečnostního zámku stiskněte současně tlačítka "PROGRAM" a "MODE", na displeji se zobrazí 0,6, což znamená přepočítání z kilometrů na míle;
- 2) Po odpojení bezpečnostního zámku stiskněte současně tlačítka "PROGRAM" a "MODE", na displeji se zobrazí 1,0, což znamená, že míle jsou přepočítány na kilometry;

KLÍČOVÁ FUNKCE

1. "PROG" : tlačítko pro výběr programu, v zastaveném stavu, cyklus pro výběr programu P0~P36, U01~U03, BMI;
2. "REŽIM" : Pokud je zvolen ruční REŽIM, výchozím stavem je normální režim. Stiskněte tlačítko režimu pro výběr režimu odpočítávání -> Režim zpětného odpočítávání vzdálenosti -> Zpětné kalorie -> Normální režim v manuálním režimu; tlačítko Reset pro výchozí (30 minut) interval odpočítávání v P1-P36;
3. "START" : tlačítko start/pauza, v zastaveném stavu spustí běžecký pás; v běžícím stavu pozastaví běh. běžecký pás; " pauza" bez účinku, pokud je připojení Bluetooth;
4. STOP: Tlačítko Stop/reset 1. V běžícím stavu stiskněte klávesu STOP pro pomalé zastavení; 2. Když se zobrazí informace ERR, jednou zobrazená informace se vymaže.
5. "+" : tlačítko přírůstku otáček, ve stavu zastavení nebo měření tuku nastavit tlačítko přírůstku parametrů, v běžícím stavu tlačítko přírůstku otáček;
6. "-" : tlačítko poklesu otáček, ve stavu zastavení nebo měření tuku je tlačítko poklesu nastavených parametrů, ve stavu chodu je tlačítko poklesu otáček;
7. "QUICK SPEED" : 3,6,9 klávesové zkratky rychlosti, ve stavu běhu běžeckého pásu přímo nastaví rychlost na zadanou hodnotu klávesy;
8. "▲" : tlačítko pro zvýšení sklonu; 9. "▼" : tlačítko pro snížení sklonu;
10. "QUICK INCLINE" : 3,6,9 klávesové zkratky pro nastavení sklonu, když je běžecký pás v chodu, přímo nastaví rychlost na zadanou hodnotu klávesy;

Safety :

Bezpečnostní klíč se skládá z dotykového spínače, kolíčku na prádlo a nylonového lanka, které může zabránit nouzové vypnutí. V jakémkoli stavu, dokud je bezpečnostní pojistka mimo svou polohu, běžecký pás přestane běžet, klávesnice konzoly je zakázána a na displeji se zobrazí "E-07", doprovázený výzvou. Při každém umístění bezpečnostního zámku se na obrazovce zobrazí 2 sekundy a poté přejde do výchozího pracovního stavu systému.

Program USER: USER má tři položky USER1~USER3. V režimu USER mohou uživatelé přistupovat k vlastnímu sportovnímu programu nebo jej nastavit, stisknout tlačítko

Tlačítkem "PROG" nastavte "USER1~USER3", poté stiskněte tlačítko "mode" pro nastavení nebo stiskněte tlačítko START pro zahájení sportování. Stisknutím klávesy "MODE" nastavte 10 úseků rychlosti a stoupání vlastního programu. Po nastavení uživatel stiskne tlačítko "START" pro spuštění běžeckého pásu. Uživatelův program se uloží a lze jej příště použít přímo.

Bezpečnostní příručka

1、 Zasuňte zástrčku napájecího kabelu do 10A zásuvky s bezpečnostním uzemněním, zapněte vypínač, na obrazovce konzoly se plně zobrazí zvuková výzva a poté identifikujte bezpečnostní klíč.

2、 Umístěte bezpečnostní klíč do polohy na konzole a připněte kolíček na prádlo k oblečení na hrudi.

Obrazovka se na 2 sekundy plně zobrazí a poté přejde do výchozího pracovního stavu: všechna počítadla se vymažou na hodnotu

nula, nastavená hodnota se vynuluje, běžecký pás je v pozitivním časovém režimu

manuálního programu P0; 3、 Stisknutím tlačítka "PROG" zvolte program: P01~P36,

U01,U02,U03, BMI;

4、 "P0" je uživatelsky definovaný program, stisknutím tlačítka "MODE" vyberte čtyři tréninkové režimy, rychlost tréninku a

sklon nastavuje uživatel. Výchozí hodnota: Rychlost 1,0KM/H, sklon 0 úsek.

Tréninkový režim 1: pozitivní počítání času, času, vzdálenosti, kalorií se počítá pozitivně, zavřete funkci nastavení;

Tréninkový režim 2: odpočítávání času, stav nastavení, časové okno bliká, stisknutím kláves

"+" , "-" upravte nastavenou hodnotu, nastavte rozsah: minut, výchozí hodnota: 5-99 minut:

30:00;

Tréninkový režim 3: odpočítávání vzdálenosti, nastavte stav, okno vzdálenosti bliká, stiskněte "+" , "-" .

upravit nastavenou hodnotu, nastavit rozsah: 1,0-99,0 KM, výchozí hodnota: 1KM;

Tréninkový režim 4: reverzní kalorie, nastavený stav, okénko s kaloriemi bliká, stisknutím

kláves "+" , "-" upravte nastavenou hodnotu, nastavený rozsah: 20-990CAL, výchozí hodnota:

50CAL;

5、 "P01-P36" pro program nastavení systému, trénuje se pouze v režimu odpočítávání, ve stavu

nastavení bliká časové okno, stisknutím klávesy "+" , "-" upravte nastavenou hodnotu, stisknutím klávesy

"MODE" obnovte výchozí hodnotu, nastavte rozsah: Nastavte rozsah: 5-99MIN, výchozí hodnota: 30:00;

6、 Po nastavení tréninkového režimu stiskněte tlačítko "START", na obrazovce se začne zobrazovat 5sekundové odpočítávání s.

5 pípnutí, po odpočítání 1 se běžecký pás mírně rozjede, pomalu zrychluje na zobrazenou rychlost a poté běží plynule konstantní rychlostí.

7、 V běžeckém stavu stiskněte tlačítko "+" , "-" nebo "QUICK SPEED" pro nastavení rychlosti běžeckého pásu;

8、 V P1-P36 je rychlost každého programu rozdělena do 10 segmentů, každá perioda je rovnoměrně rozdělena.

podle nastaveného času. Rychlost nastavená tlačítkem je platná pouze v aktuálním segmentu a při převodu segmentu na jiný segment se ozvou tři pípnutí s třísekundovým předstihem. Motor se automaticky zastaví, když program proběhne naplno do 10 segmentů, s "pípnutím";

9、 V provozním režimu stiskněte tlačítko "START", motor bude přecházet mezi dvěma stavy zavěšení a rozběhu. běh. Restartujte ve stavu pozastavení, zaznamenaná běžící data a proces zůstanou stejné.

- 10、Při běžícím motoru stiskněte tlačítko "STOP", motor se zpomalí, až se plynule zastaví, všechna nastavení se vrátí do výchozího stavu;
 - 11、Při chodu motoru stiskněte tlačítko " " , " " nebo" QUICK INCLINE" pro nastavení sklonu běžeckého pásu;
 - 12、V jakémkoli stavu sejměte bezpečnostní pojistku, na displeji se zobrazí "E-07" a za doprovodu tónu se běžecký pás zastaví;
 - 13、Řídicí systém kdykoli v rámci bezpečnostního monitorování, pokud dojde k objevení anomálií. se běžecký pás nouzově zastaví, na obrazovce se zobrazí abnormální informační pokyny doprovázené zvukovými signály;
 - 14、Když se na obrazovce zobrazí abnormální informace, stiskněte tlačítko STOP. Systém vymaže jednorázově zobrazené informace.
 - 15、BMI testovací metoda: stisknutím tlačítka "PROG" vyberte program BMI, stisknutím tlačítka "MODE" vyberte pořadové číslo projektu. stisknutím tlačítek "+" a "-" nastavte parametry.
 - 16、Položka č. F1 (Pohlaví): označuje pohlaví; nastavte rozsah parametru: 1-2, "1" označuje muže, "2" označuje ženu, výchozí hodnota: 1;
 - 17、Položka č. F2 (Věk): udává věk; rozsah nastavených parametrů: 1-99 let, výchozí hodnota: 25 let.
 - 18、Položka č. F3 (Výška): udává výšku; rozsah nastavených parametrů: 100-220 cm, výchozí hodnota: 170 cm;
 - 19、Pořadové číslo položky F4 (Hmotnost): označuje hmotnost; rozsah nastavení parametrů: 20-150 kg, výchozí hodnota: 70 kg; 20、Pořadové číslo položky F5 (BMI): označuje dokončení nastavení parametrů, vstup do stavu testu BMI, podržte obě ruce na levé a pravé rukojeti snímače srdečního tepu, počkejte 4 sekundy, v okénku zobrazení parametrů se zobrazí míra tělesného tuku testované osoby (BMI); podle standardu asijských lidí je tělesný tuk menší než 18 pro štíhlé, mezi 18 a 24 pro ideální tělesnou hmotnost, mezi 25 a 28 pro nadváhu, větší než 29 pro obezní a v okénku se zobrazí tělesný tuk testované osoby. Výchozí hodnota: 24 (tento údaj slouží pouze jako referenční údaj pro cvičení).
 - 21、Britská testovací metoda BMI: Stiskněte tlačítko "PROG" pro výběr programu BMI, stiskněte tlačítko "MODE" pro volbu sériové číslo položky, stiskněte tlačítka "+" a "-" pro nastavení parametrů.
- A) Číslo položky F1 (Sexo) : označuje pohlaví; hodnota se pohybuje od 1 do 2, kde 1 označuje muže a 2 ženu. Výchozí hodnota je 1.
- B) Číslo položky F2 (Věk) : udává věk; Rozsah hodnot: 1 až 99 let. Výchozí hodnota: 25 let ;
- C) Položka č. F3 (výška) : udává výšku. Hodnota se pohybuje od 39 do 87 palců. Výchozí hodnota: 67 palců.
- D) Číslo položky F4 (Hmotnost) : udává hmotnost; rozsah nastavených parametrů: 44-330 LBS. Výchozí hodnota: 154 LBS.
- E) Položka č. F5 (BMI) : indikuje dokončení nastavení parametrů a zadání testu tělesného tuku. stát. Podržte obě ruce na snímači srdečního tepu na levé a pravé ruce. Počkejte 4 sekundy, v okně s parametry se zobrazí procento tělesného tuku (BMI) testované osoby; podle asijských standardů je tělesný tuk nižší než 18 považován za štíhlý, tělesný tuk 18 až 24 za ideální, tělesný tuk 25 až 28 za nadváhu a 23 tělesný tuk vyšší než 29 za obezní (tento údaj slouží pouze pro orientaci při cvičení). Výchozí hodnota: 24

Přenosová funkce ERP:

Systém se ve výchozím nastavení spouští v režimu ERP. Pokud není běžecký pás provozován, přejde přibližně za 4 a půl minuty do stavu hibernace, aby se šetřila spotřeba energie. Systém probudíte stisknutím libovolného tlačítka. V pohotovostním REŽIMU podržte stisknutou klávesu režimu po dobu 3S, aby se na displeji zobrazilo "2222", čímž zrušíte funkci ERP, a podržte stisknutou klávesu režimu po dobu 3S, aby se na displeji zobrazilo "1111", čímž se vrátíte do režimu ERP.

Tabulka rychlosti a sklonu pro automatický program P01-P36: metrická

Pro	Seg Třída	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	2	2
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	2.0	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	10	10	10	10	10	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	10	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	7.0
	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	10	7	7	10	10	6	6	6

Tabulka rychlosti a sklonu pro automatický program P01-P36: palec

Pro	Třída	Seg									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	0.6	1.8	3.1	3.1	3.1	4.3	4.3	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	1.2	1.8	3.1	5	3.1	3.1	3.7	5	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	1.2	1.8	4.3	5	3.1	3.1	3.1	5	2.5	1.8
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	1.2	1.2	3.1	5	5	5	5.0	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	1.8	2.5	5	5.6	6.2	6.2	6.2	4.3	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	1.8	2.5	3.7	4.3	4.3	4.3	5.6	6.2	3.1	1.8
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	1.8	2.5	2.5	6.2	2.5	5.6	2.5	6.8	1.8	1.2
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	1.8	3.1	4.3	5.6	1.8	3.1	4.3	3.1	6.8	3.1
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	1.8	4.3	6.2	2.5	4.3	6.8	3.1	2.5	7.5	3.7
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	1.8	3.1	5.6	6.2	3.7	3.7	5.6	3.7	6.8	1.8
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	2.5	3.1	6.8	5.6	3.7	5	5.6	6.8	3.7	3.1
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	2.5	3.7	6.2	6.2	6.2	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	1.2	2.5	3.7	3.7	3.7	5	5	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	1.8	2.5	3.7	5.6	3.7	3.7	4.3	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	1.8	2.5	5	5.6	3.7	3.7	3.7	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	1.8	1.8	3.7	5.6	5.6	5.6	5.6	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	2.5	3.1	5.6	6.2	6.8	6.8	6.8	5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	2.5	3.1	4.3	5	5	5	6.2	6.8	3.7	2.5
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	2.5	3.1	3.1	6.8	3.1	6.2	3.1	7.5	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	2.5	3.7	5	6.2	2.5	3.7	5	3.7	7.5	3.7

	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	2.5	5	6.8	3.1	5	7.5	3.7	3.1	7.5	4.3
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	2.5	3.7	6.2	6.8	4.3	4.3	6.2	4.3	7.5	2.5
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	3.1	3.7	7.5	6.2	4.3	5.6	6.2	7.5	4.3	3.7
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	3.1	4.3	6.8	6.8	6.8	5	5	6.8	4.3	3.7
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	1.8	3.1	4.3	4.3	4.3	5.6	5.6	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	2.5	3.1	4.3	6.2	4.3	4.3	5	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	2.5	3.1	5.6	6.2	4.3	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	2.5	2.5	4.3	6.2	6.2	6.2	6.2	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	3.1	3.7	6.2	6.8	7.5	7.5	7.5	5.6	3.7	3.1
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	3.1	3.7	5	5.6	5.6	5.6	6.8	7.5	4.3	3.1
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	3.1	3.7	3.7	7.5	3.7	6.8	3.7	7.5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	3.1	4.3	5.6	6.8	3.1	4.3	5.6	4.3	7.5	4.3
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	3.1	5.6	7.5	3.7	5.6	7.5	4.3	3.7	7.5	5
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	3.1	4.3	6.8	7.5	5	5	6.8	5	7.5	3.1
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	3.7	4.3	7.5	6.8	5	6.2	6.8	7.5	5	4.3
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	3.7	5	7.5	7.5	7.5	5.6	5.6	7.5	5	4.3
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

Komunikační výzkumy a troubleshootingové metody :

Kód problému	Možné důvody	Řešení
Systém nefunguje	A. Není připojeno napájení nebo napájení není zapnuto	Připojte napájecí zdroj nebo přepněte vypínač napájení do polohy "NO".
	B. Bezpečnostní zámky nejsou na svém místě	Nastavte bezpečnostní pojistku do správné polohy
	C. Řadič nebo konzola není zapnuto	Výměna ovladače nebo konzole
	D. Špatný kontakt na lince	Kontrola vstupních a výstupních a komunikačních linek systému
Náhle se zastaví v normálním stav	A. Bezpečnostní zámek vypadl	Opětovná instalace bezpečnostního zámku
	B. chyba systému	Požádejte opraváře, aby se s tím vypořádal
Selhání klíče	KEY INVALID	1. Vyměňte klávesnici a kabel klávesnice 2. vyměňte základní desku 3. vyměňte konzolu
E-01	A. Komunikační kabel je ve stavu špatný kontakt	Znovu připojte komunikační kabel a zkontrolujte, zda je port správně zasunut, nebo komunikační kabel vyměňte.
	B. Defektivní konzola	Změna konzoly
	C. Vadný regulátor	Změna ovladače
E-02	A. Vadný kabel motoru a motor	Výměna motoru
	B. Kabel motoru je nesprávně veden připojené k řídicí jednotce nebo řídicí jednotka je nesprávně připojena	Zkontrolujte a znovu připojte nebo vyměňte řídicí jednotku
E-03	A. Fotoelektrický snímač není správně nainstalovaný	Kontrola a opětovné připojení
	B. Špatný fotoelektrický senzor	Výměna fotosenzoru
	C. Fotoelektrický snímač znečištěný nebo špatný první kontakt	Kontrola a opětovné připojení/vyčištění světelného senzoru
	D. Vadný regulátor	Změna ovladače
E-05	A. poškozený ovladač	Výměna řídicí jednotky
	B. poškozený motor	Vyměňte motor
	C. mechanická porucha	Zkontrolujte, zda není tekoucí olej nebo buben ucpaný.
E-07	Konzola nedetekuje signál bezpečnostního zámku.	1. zkontrolujte, zda je bezpečnostní zámek nasazen; 3. Znovu nainstalujte bezpečnostní pojistku; 3. Vyměňte elektronické hodinky
Žádná srdeční frekvence	A. Uchopovací drát není vložen do místo, nebo není úchytný drát v pořádku	Zkontrolujte a připojte nebo vyměňte kabel rukojeti
	B. Závada obvodu elektronického systému	Změna konzoly
neúplná nebo chybějící konzola řádky	A. LED digitální trubice nebo obrazovka je špatná	Výměna základní desky nebo obrazovky
	B. porucha systému	Změna konzoly

Skládání a přemísťování

běžecského pásu 1 Skládací

běžecský pás

- 1) Při skládání je nutné odpojit napájení.
- 2) Zkontrolujte, zda je sklon běžecského pásu v nejnižší poloze.
- 3) Zvedněte běžecský pás do vzpřímené polohy, spojovací díly Ezfit se automaticky zaseknou na hydraulice;
- 4) Zkontrolujte, zda je kontrolní spojovací díl Ezfit zaseknutý na hydraulický, jak je znázorněno na obrázku.



Whe el

2 Běžecský pás se rozkládá

- 1) Pro rozložení běžecského pásu je třeba zvolit místo vzdálené asi 1 metr od elektrické zásuvky a rovnou zem bez dalších překážek.
- 2) Při rozkládání běžecského pásu je nejprve třeba držet běžecský pás oběma rukama, nohama šlápnout na propojení Ezfit a běžecský pás automaticky pomalu spadne na zem; v této chvíli musí uživatel nechat běžecský pás asi 1 metr daleko, dokud se běžecský pás zcela nerozloží. jak ukazuje obrázek:

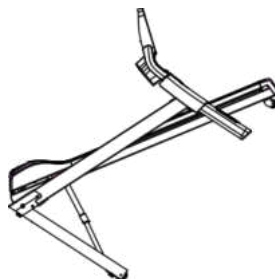


3 Pohyblivý běžecský pás

Při stěhování je třeba zajistit, aby:

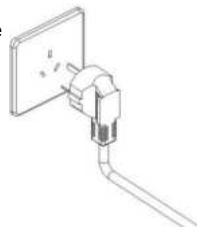
- 1) Vypínač napájení běžecského pásu je vypnutý;
- 2) Zástrčka byla vytažena ze zásuvky;
- 3) Velký rám byl složen;

Po objasnění výše uvedených bodů přidržujte jednou rukou konec běžecského pásu a druhou rukou opěrku na stejné straně a pomalu pohybujte strojem, když je nakloněn o 40 ~ 50° k hrudníku, jak ukazuje obrázek.



Průvodce uzemněním

Tento výrobek musí být uzemněn. Pokud by došlo k chybě a poškození běžického pásu, uzemňovací vodič může vytvořit jeden obvod s nejnižším odporem, proud může být veden do země, aby se snížilo nebezpečí úrazu elektrickým proudem. Tento výrobek je vybaven jedním kabelem, který má jeden uzemňovací vodič a uzemňovací zástrčku. Běžický pás musí být uzemněn správnou zásuvkou, která je kompatibilní s místními předpisy.



Nebezpečí! Pokud nevíte, zda je zařízení správně uzemněno, obraťte se na kvalifikovaného elektrikáře nebo pracovníka údržby. Neměňte zástrčku připojenou k tomuto výrobku bez autorizace. Pokud zástrčka neodpovídá zásuvce, nechte kvalifikovaného elektrikáře nainstalovat vhodnou zásuvku.

NÁVOD K POUŽITÍ VÝROBKU

Používání pokynů běžického pásu

1. Zapněte napájení, nechte běžický pás rozložený v nejnižší poloze a zkontrolujte, zda je jeho funkce normální.
2. Bezpečnostní šňůrku klíče připněte k oděvu.
3. Před použitím se ujistěte a zkontrolujte jeho funkci a stabilitu. Není dovoleno stát na běžickém pásu, abyste jej nastartovali. Správný způsob startování je stát na bočních kolejnicích s rukama na rukojeti. Po normální práci můžete s běžickým pásem cvičit. Při stisknutí tlačítka "START" držte rukojeť, běžický pás se po 5 sekundách rozběhne rychlostí 1,0 km/h. Po stisknutí tlačítka "START" se běžický pás spustí. Poté stisknete klávesu "+" na rychlost 2,5-3,5 km/h, což je komfortní rychlost pro běh. Obě ruce mají současně chytit rukojeť a nohy postupně našlapují na běžický pás, aby se rozběhly. Běžte stejným tempem jako běžický pás.
4. Po několika minutách můžete zrychlit stisknutím tlačítka "+" nebo zpomalit stisknutím tlačítka "-" a přitom držet ručičku.

5. Za chodu stiskněte hodnotu rychlosti, můžete zadat požadovanou pevnou rychlost.

6. Stisknutím tlačítka "stop" kdykoli zastavíte motor.

7. Přednastavení Použití

Připojte napájení. Zapněte napájení.

Stisknutím tlačítka "vybrat" vyberte požadovaný režim.

Stisknutím klávesy "starts" spustíte vybraný režim.

Stisknutím tlačítka "+" nebo "-" můžete změnit rychlost nebo stisknutím tlačítka "stop" rychlost zastavit.

8. Testování HRC

Po zapnutí běžického pásu přidržte ruce na kovových snímačích pulsu, poté se v okně displeje zobrazí hodnota HRC.

Poznámka: Po vytažení bezpečnostního klíče se běžický pás okamžitě zastaví,

A počítáč nemůže pracovat, v okně se zobrazí "-----".

Údržba běžeckého pásu

1. Mazání

Po určité době používání je třeba běžící řemen namazat konfigurovaným metylsilikonovým olejem. Návrh :

Využití času méně než 3 hodiny týdně mazání jednou za 5 měsíců

Doba používání 4-7 hodin týdně mazání jednou za 2 měsíce

Doba používání více než 7 hodin týdně mazání jednou za měsíc

Žádné nadměrné mazání. Poznámka: důležitým faktorem prodloužení životnosti běžeckého pásu je správné mazání.

2. Zda je třeba běžecký pás namazat, zkontrolujete tak, že zvednete boční měkkou část běžeckého pásu a nahmatáte střed zadní části pásu, pokud je to možné. Pokud naleznete stopy silikonového spreje, mazání není nutné. Pokud je povrch suchý, je třeba pás namazat.

Nanášení maziva na řemen: (podle obrázku)

- Zastavte běžecký pás a sklopte běžecký pás. Zvedněte pás zadního hlavního rámu tak, aby se olej dostal do střední polohy.
- Nastříkání silikonového oleje na vnitřní stranu pojezdového pásu a nanesení silikonového oleje na obě strany pojezdového pásu.
- Běžte na běžeckém pásu rychlostí 1 km/h, abyste rovnoměrně rozmazali olej. A lehce našlapujte na běžící pás zleva doprava.
- Počkejte několik minut, aby se silikonový sprej rozprostřel,
- před spuštěním stroje



Čištění

Pravidelné čištění krokového pásu zajišťuje dlouhou životnost výrobku.

Varování: Běžecký pás musí být vypnutý, aby nedošlo k úrazu elektrickým proudem. Napájecí kabel musí být vytážen ze zásuvky, před zahájením čištění nebo údržby.

- Po školení: Očistěte konzolu a ostatní povrchy čistým měkkým a vlhkým hadříkem, abyste odstranili zbytky potu.
Upozornění: Nepoužívejte žádné brusné prostředky ani rozpouštědla. Aby nedošlo k poškození počítače, nepoužívejte žádné kapaliny. Nevystavujte počítač přímému slunečnímu záření.
- Týdenní: Pro usnadnění čištění se doporučuje používat podložku pod běžecký pás. Boty mohou na běžeckém pásu zanechávat nečistoty, které mohou spadnout pod běžecký pás. Podložku pod běžeckým pásem čistíte jednou týdně. Skladování: V případě, že je běžecký pás v provozu, je třeba jej uskladnit: Skladujte běžecký pás v čistém a suchém prostředí. Ujistěte se, že je hlavní vypínač vypnutý a odpojený od elektrické zásuvky.

1. Nastavení pásu

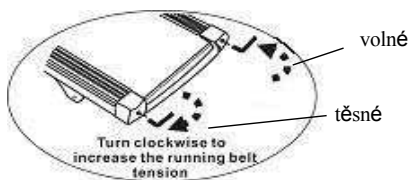
Všechny pojezdové pásy jsou správně nastaveny z výroby a po montáži. Po určité době používání se však může objevit vůle. Jako například : při chodu může dojít k pauze a prokluzu. Pokud se tento jev vyskytne, seřídte pojezdový řemen a zašroubujte jej o půl otáčky doleva a doprava. Pokud je pojezdový pás volný, pojezdový pás a válec se střídavě prokluzují. Příliš těsné utažení však také není dobré, což snadno zvýší zatížení motoru a poškodí motor, běžící pás a válec atd.

2. Nastavení odchylky pásu:

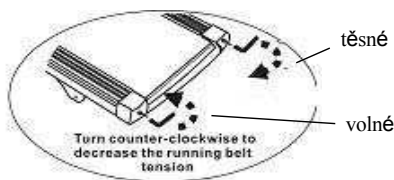
Všechny pojzdové pásy jsou správně nastaveny z výroby a po montáži. Po určité době se však řemen může odchýlit. Důvody lze vyjmenovat následovně.

- ① Běžecský pás je nestabilní.
- ② Nohy nebyly při běhu ve středu běžecského pásu.
- ③ Nohy působí nerovnoměrnou silou.

Pokud je odchylka způsobena ručním, Ne - otáčením zátěže po dobu několika minut se může vrátit do normálu. Nastavení krok za krokem po půl otáčky imbusovým klíčem 6 mm, který je vybaven náhodně pro nemůže obnovit automaticky.



Například levá odchylka běžícího pásu.
Nastavte levý šroub ve směru hodinových ručiček
proti směru hodinových ručiček.



Například pravá odchylka běžícího pásu.
Nastavte pravý šroub ve směru hodinových ručiček
nebo levý šroub proti směru hodinových ručiček.

KLÍČOVÝ BOD:

- Ve směru hodinových ručiček znamená utahování.
- Proti směru hodinových ručiček znamená povolit.
- Běžící pás se posune na volnou stranu.

① Pokud se pojzdový pás posouvá doleva, znamená to, že je levá strana příliš volná. Nastavte levý šroub ve směru hodinových ručiček, aby byla levá strana pevnější.

Nebo nastavte pravý šroub proti směru hodinových ručiček, aby se pravá strana uvolnila.

② Pokud se pojzdový pás posouvá doprava, znamená to, že je pravá strana příliš volná. Nastavte pravý šroub ve směru hodinových ručiček, aby byla pravá strana pevnější.

Nebo nastavte levý šroub proti směru hodinových ručiček, aby se levá strana uvolnila.

Pozor:

- Před nastavením běžecského pásu musíte běžecský pás spustit (nechat běžet) na nízkou rychlost.
- Při seřizování šroubu jím příliš neotáčejte.
- Po každém seřízení je třeba sledovat změny na běžícím pásu.

Na odchylku běžecského pásu se nevztahuje záruka a uživatelé je udržují především podle návodu. Odchylka pojzdu může vážně poškodit pojzdový pás. Je třeba ji včas zjistit a opravit.

Odchylka pojzdového pásu nepatří do rozsahu záruky, hlavně uživatel v souladu s návodem k vlastní údržbě. Odchylka vážně poškodí pojzdový pás, musí být zjištěna včas, včasná oprava.

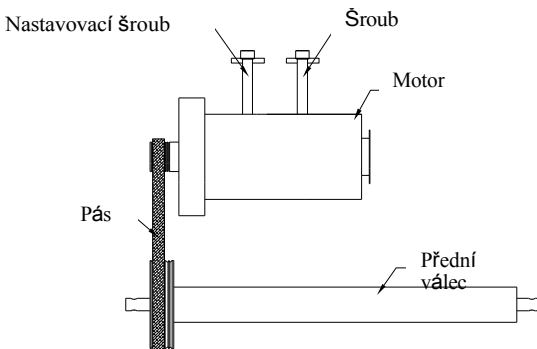
Nastavení řemene motoru

Všechny motorové řemeny běžeckého pásu musí být seřizeny ve výrobním závodě a po montáži. Po určité době používání se však může objevit vůle nebo prokluzování.

Kroky seřízení: ① Otočte seřizovací šroub klíčem proti směru hodinových ručiček.

② Rozsah nastavení musí být podmíněn tím, že zatížení pásu neprokluzuje.

POZNÁMKA: Pravidelné čištění řemenů a drážek řemenic



Běžné závady a metody léčby

Část běžeckého pásu

Problém	Možné příčiny	Metody údržby
Běžecký pás nefunguje	A je odpojen od sítě	Zástrčka do zásuvky
	B bezpečnostní klíč není vložen	Zabudování bezpečnostního klíče do panelu
	Signální systém obvodu C otevřený	Zkontrolujte vstupní a signální vedení regulátoru
	D zdroj napájení není zapnutý	Umístěte vypínač napájení do polohy NO
	E pojistka vyhořela	Vyměňte pojistku
Běžte s ním Neplynulý pohyb	A nedostatečné mazání	Používání maziva s methylsilikonovým olejem
	Běžecské popruhy jsou příliš těsné	Nastavte si běžecské pásky na těsnost
Běžecký pás sklouzl	A běžecský pás je příliš volný	Nastavte si běžecské pásky na těsnost
	B řemen je uvolněný	Nastavení napnutí hnacího řemene

Část konzoly

Kód závady	Popis závady	Řešení problémů
E 1	Abnormální komunikace: mezi řídicí jednotkou a konzolou po zapnutí.	Vypnutí řídicí jednotky do poruchového stavu. Nelze spustit. Na konzole se zobrazí kód poruchy a třikrát zazní zvukový signál. Možné příčiny: komunikace ovládání a konzoly je zablokována, zkontrolujte připojení komunikační linky, ujistěte se, že je každé jádro zcela zasunuto. Pokud je propojovací vedení přerušené, vyměňte ho..
E 3	Kabel motoru není správně připojen.	Vypnutí do poruchového stavu, 9násobný bzučák na konzole a zobrazení kódu poruchy. Pokud se po vypnutí vrátí do normálního stavu, může přejít do pohotovostního režimu a znovu se spustit. Možné příčiny: Zkontrolujte, zda je připojen vodič motoru, zda je vodič připojen. Zkontrolujte, zda řídicí jednotka nemá zápach, vyměňte řídicí jednotku;
	Žádný signál ze snímače otáček: nižší výstup řídicího napětí na stejnosměrný motor, nelze přijímat zpětnou vazbu otáček motoru po dobu delší než 3 sekundy.	Vypnutí do poruchového stavu, 9násobný bzučák na konzole a zobrazení kódu poruchy. Po 10s vypnutí přejde do pohotovostního stavu, může být znovu spuštěn. Možné příčiny: Zkontrolujte, zda není zasunutá zástrčka snímače nebo zda není poškozená, zasuněte ji nebo snímač vyměňte.
E 4	Učení se nakloněním	Zkontrolujte, zda je indukční vedení zvedacího motoru správně zapojeno, znovu zapojte konektor, aby byl spolehlivý; zkontrolujte, zda je správně zapojeno střídavé vedení zvedacího motoru a zda jsou střídavé vedení zvedacího motoru a řídicí jednotka správně označeny; zkontrolujte, zda není přerušeno připojovací vedení motoru, vyměňte připojovací vedení nebo zvedací motor; a stiskněte tlačítko učení na řídicí jednotce, abyste se znovu naučili.
E 5	Nadměrný proud ochrana: pod běžící stav, kontrola detekuje že stejnosměrný motor proud je větší než je jmenovitá hodnota proud + 6A pro více než 3 sekund.	Vypnutí do poruchového stavu, devítinásobný bzučák konzoly a... zobrazující chybový kód. Po vypnutí 10s přejde do pohotovostního stavu, může restartovat. Možné příčiny: Pokud proud překročí jmenovitou zátěž, dojde k poškození. nebo se zasekla část běžeckého pásu, což způsobilo, že se motor zastavil. nemůže otáčet, zátěž je příliš velká, proud je příliš velký, systém samočinná ochrana; nastavte běžecký pás tak, aby se znovu rozběhl. Zkontrolujte také, zda se motor vydává zvuk proudění nebo zápach spáleniny, vyměňte motor nebo napětí, opakujte test se správným napětím.
E 6	Nevýbušná impulsní ochrana: abnormální napájecí napětí nebo abnormální motor atd. způsobí poškození obvodu hnacího motoru.	Vypnutí do poruchového stavu, 9násobný bzučák na konzole a zobrazení kódu poruchy. Po vypnutí 10 s přejde do pohotovostního stavu, lze jej znovu spustit. Možné příčiny: zkontrolujte, zda je napájecí napětí nižší než 50 % normálního napětí, použijte správné napětí k opakovanému testu; zkontrolujte, zda je v regulátoru cítit zápach, vyměňte regulátor; zkontrolujte, zda jsou připojeny vodiče motoru, znovu připojte vodiče motoru.



Aplikace Bluetooth pro běžecký pás



Připojení Bluetooth podporuje aplikace Anyrun, Zwift a Kinomap.



AnyRun

Stáhněte si, zaregistrujte se a přihlaste se do aplikace AnyRun APP, vstupte na stránku nastavení: APP zjistí kódy Bluetooth, vybere kód Bluetooth, který je stejný jako kód označený na konzole zařízení, a spáruje.

Zwift

Stáhněte si, zaregistrujte se a přihlaste se do aplikace Zwift APP, vstupte na stránku nastavení:



Poté klikněte na položku ZDROJ NAPÁJENÍ a zobrazí se vyskakovací nabídka, vyberte kód Bluetooth, který je stejný jako kód označený na konzole zařízení, a vyberte možnost OK pro spárování.

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

Kinomap



Stáhněte si, zaregistrujte se a přihlaste se do aplikace Kinomap APP, vstupte na stránku nastavení: klikněte na Více v pravém dolním rohu, klikněte na Správa zařízení, klikněte na + v pravé horní oblasti, vyberte  pro běžecký pás; Poté vyberte značku Bluetooth podle svého výběru, např. Anyrun atd.; klikněte na obsah v části Interaktivní, APP zjistí nalezené zařízení, vyberte kód Bluetooth, který je stejný jako kód označený na konzole zařízení, poté klikněte na tlačítko PŘIDAT NOVÉ ZAŘÍZENÍ, vyskočí úspěšně přidané zařízení.



WICHTIGE SICHERHEITSANWEISUNGEN

Vielen Dank für den Kauf dieses Produkts, das Ihnen helfen wird, auf einfache Weise fitter, gesünder und besser zu werden.

Benutzerhandbuch

1. Schließen Sie den Netzstecker immer an eine Steckdose mit geerdetem Stromkreis an, und die Steckdose muss einen speziellen Stromkreis haben, um eine gemeinsame Nutzung mit anderen elektrischen Geräten zu vermeiden.
2. Vergewissern Sie sich vor der Benutzung, dass das Laufband stabil auf dem Boden steht.
3. Prüfen Sie vor der Inbetriebnahme, ob die Funktion normal ist oder nicht.
4. Stellen Sie sich beim Starten des Laufbands auf zwei Seitenschienen
5. Befestigen Sie den Sicherheitsschlüssel an Ihrer Kleidung, wenn ein Notfall eintritt.
6. Drücken Sie die "Start"-Taste, um das Laufband zu starten.
7. Folgen Sie dem Laufband mit dem linken Bein, um sich auf den Probelauf vorzubereiten. Erst wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie laufen können, können Sie sich auf das Laufband stellen und in der richtigen Haltung trainieren. Außerdem darf nur eine Person auf dem Laufband trainieren, und Überlastungsübungen sind streng verboten.
8. Sie können die Geschwindigkeit bei Bedarf anpassen.
9. Nach dem Laufen können Sie das Laufband anhalten, indem Sie den Sicherheitsschlüssel herausziehen oder die "Stopp"-Taste drücken.
10. Denken Sie daran, das Gerät auszuschalten und den Stecker zu ziehen, wenn Sie mit dem Training fertig sind.

Sicherheitsvorkehrungen :

- ◆ Stellen Sie das Laufband in einem Raum auf, um Wasser und schwere Gegenstände zu vermeiden.
- ◆ Tragen Sie bei der Benutzung des Fitnessgeräts bequeme Kleidung und vorzugsweise Sport- oder Aerobic-Schuhe.
- ◆ Halten Sie Kinder von dem Laufband fern, um Unfälle zu vermeiden.
- ◆ Keine Überlastung, die den Motor, die Steuerung, die Rolle und das Laufband beschädigen könnte. Führen Sie eine routinemäßige Wartung des Laufbandes durch.
- ◆ Achten Sie auf eine geringe Staubbelastung und ein gewisses Maß an Luftfeuchtigkeit, um Störungen der Konsole und des Controllers zu vermeiden.
- ◆ Lassen Sie das Haushaltslaufband nicht länger als 2 Stunden ununterbrochen laufen.
- ◆ Sorgen Sie während des Betriebs für eine gute Luftzirkulation.
- ◆ Es sollte 2000x1000mm sicheren Raum am Ende des Laufbandes beim Laufen geben.
- ◆ Hören Sie bei Beschwerden auf zu laufen und suchen Sie einen Arzt auf.
- ◆ Bewahren Sie die Silikonflasche an einem Ort auf, der für Kinder unerreichbar ist, um schwere Fehler zu vermeiden.
- ◆ Verboten Sie dem Benutzer, direkt nach der Benutzung vom Laufband zu springen.

- ◆ Ziehen Sie den Netzstecker vorsichtig aus der Steckdose.
- ◆ Halten Sie die Maschine an, wenn etwas nicht stimmt, und unterbrechen Sie sofort die Stromzufuhr.
- ◆ Wenden Sie sich an Ihren Händler vor Ort, um Probleme zu lösen oder Serviceleistungen zu erhalten. Es ist nicht erlaubt, die Komponenten selbst zu demontieren.

GEFAHR!

Um Unfälle oder Schäden zu vermeiden, beachten Sie bitte die folgenden Regeln.

- ◆ Vergewissern Sie sich, dass Ihre Kleidung vor dem Laufen zugezogen ist.
- ◆ Tragen Sie keine Kleidung, die sich leicht verhakt.
- ◆ Halten Sie das Netzkabel von heißen Gegenständen fern.
- ◆ Halten Sie Kinder von dem Laufband fern.
- ◆ Wenn etwas nicht stimmt, stützen Sie den Lenker ab, um ihn nach oben zu drücken und den Riemen laufen zu lassen.
- ◆ Benutzen Sie das Laufband nicht im Freien.
- ◆ Schalten Sie den Strom ab, bevor Sie das Laufband bewegen.
- ◆ Motor- und Walzenabdeckung nur von Fachleuten öffnen lassen.
- ◆ Diese Maschine kann unter 10A Stromkreis verwendet werden.
- ◆ Achten Sie darauf, dass jeweils nur eine Person das Fitnessgerät benutzt.
- ◆ Die HRC-Prüfung ist möglicherweise nicht so genau wie bei medizinischen Geräten, so dass die Ergebnisse nur als Referenz dienen.
- ◆ Hören Sie sofort auf zu trainieren, wenn Sie sich unwohl fühlen oder wenn Sie Schmerzen in den Gelenken oder Muskeln. Achten Sie vor allem darauf, wie Ihr Körper auf das Trainingsprogramm reagiert. Schwindel ist ein Zeichen dafür, dass Sie zu intensiv mit dem Gerät trainieren. Legen Sie sich bei den ersten Anzeichen von Schwindel auf den Boden, bis Sie sich besser fühlen.

Warnung und Verbot!

- ◆ Nachfolgende Patienten, die sich in Behandlung befinden, müssen das Laufband nach Genehmigung durch einen Facharzt benutzen.

(1) Die Person mit Rückenschmerzen oder verwendet werden, um in den Beinen verletzt, Taille, Hals. Diejenigen mit Taubheit der Beine, Taille, Hals und Hände (die mit chronischen Krankheiten wie

Bandscheibenvorwölbung, Wirbelgleiten, Halswirbelvorwölbung, etc.)

- (2) Der Patient mit deformierenden Arthritis, Rheuma oder Gicht.
- (3) Der Patient mit Osteoporose .
- (4) Der Patient mit einem schlechten Kreislaufsystem wie Herzerkrankungen, Gefäßerkrankungen
- (5) Erkrankungen und vaskulärem Bluthochdruck.
- (6) Der Patient mit Atmungsstörung.
- (7) Der Patient mit künstlichen Herzrhythmusstörungen.

- (7) Der Patient mit bösartigen Tumoren.
- (8) Der Patient mit Thrombose .
- (9) Der Patient mit diabetisch bedingter Wahrnehmungsstörung.
- (10) Die Person mit der Hautverletzung .
- (11) Der Patient mit einem hohen Fieber über 38°C.
- (12) Die Person mit gebogenem Rückgrat.
- (13) Die Person mit Schwangerschaft oder in (Menstruation) Periode.
- (14) Die Person fühlt sich unbehaglich.
- (15) Die Person befindet sich offensichtlich in einem schlechten Zustand.
- (16) Die Person zum Zweck der Rehabilitation.
- (17) Die Person mit abnormen körperlichen Merkmalen.
 - In den oben genannten Fällen kann es zu Unfällen oder Gesundheitsschäden kommen.
- ◆ Brechen Sie das Training sofort ab, wenn Sie sich unwohl fühlen, z. B. bei Schmerzen in den Gelenken oder Muskeln, Schwindel, Taubheit und abnormalem Herzschlag, und suchen Sie so schnell wie möglich einen Arzt auf.
- ◆ Halten Sie Kinder von diesem Produkt fern.
 - Kinder können verletzt werden, wenn Sie dies ignorieren.
- ◆ Sagen Sie den Kindern, dass es sich nicht um ein Spielzeug handelt.
 - Kinder können verletzt werden, wenn Sie dies ignorieren.
- ◆ Wenn Sie dieses Produkt benutzen, herausnehmen, zurücklegen oder transportieren, achten Sie bitte darauf, dass sich keine Personen oder Haustiere in der Nähe befinden.
- ◆ Verwenden Sie dieses Produkt nicht mehr, wenn die Abdeckung gesprungen ist (innere Teile kommen heraus) oder geschweißte Teile abfallen.
 - Gefahr oder Verletzungen verursachen können.
- ◆ Springen Sie beim Laufen nicht vom Laufband auf oder ab.
 - können herunterfallen und sich verletzen.
- ◆ Benutzen oder reservieren Sie das Laufband nicht im Freien oder in der Nähe von Toiletten, um Wasser zu vermeiden.
- ◆ Benutzen oder reservieren Sie das Laufband nicht in einem Bereich, der direkter Sonneneinstrahlung ausgesetzt ist, und vermeiden Sie Orte mit hohen Temperaturen wie Heizdecken und Heizgeräte.
 - kann zu elektrischen Lecks oder Bränden führen.
- ◆ Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn das Stromkabel oder der Stecker beschädigt oder die Steckdose locker ist.
 - kann zu einem elektrischen Schlag, Kurzschluss oder Brand führen.
- ◆ Beschädigen oder verdrehen Sie das Netzkabel nicht, stellen Sie auch keine schweren Gegenstände darauf ab.
 - kann Feuer oder einen elektrischen Schlag verursachen.
- ◆ Nur für jeweils eine Person, sagen Sie den Leuten in der Nähe nicht zu nahe.
 - kann herunterfallen und Verletzungen verursachen.
- ◆ Menschen, die nicht bei Bewusstsein sind oder das Laufband nicht selbst bedienen können, können es nicht benutzen.

- kann einen Unfall verursachen oder zu Verletzungen führen.
- ◆ Demontage, Reparatur, Änderung durch den Kunden selbst sind absolut untersagt.
- kann zu mechanischen Schäden und Verletzungen führen. Um Wasser zu vermeiden
- !
- ◆ das Hauptgehäuse und die Bedienelemente nicht mit Wasser oder Getränken in Berührung kommen können.
- kann zu Stromschlägen und Bränden führen.
- ◆ Trainieren Sie nicht zu viel, wenn Sie nicht regelmäßig Sport treiben.
- ◆ Benutzen Sie das Laufband nicht nach den Mahlzeiten oder wenn Sie sich müde fühlen.
- kann Ihre Gesundheit schädigen.
- ◆ Dieses Produkt ist für den Heimgebrauch bestimmt. Es kann nicht in Schulen oder Turnhallen verwendet werden, wo es viele unspezifische Benutzer gibt.
- kann zu Verletzungen führen.
- ◆ Verwenden Sie das Produkt nicht, während Sie essen oder andere Aktivitäten ausführen.
- ◆ Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn Sie das Gefühl haben, dass der Körper nach dem Trinken träge wird.
- kann zu Unfällen oder Verletzungen führen.
- ◆ Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn Sie einen harten Gegenstand in der Tasche haben.
- kann zu Unfällen oder Verletzungen führen.
- ◆ Der Netzstecker kann nicht mit Nadel, Abfall oder Wasser verbunden werden.
- kann zu Stromschlag, Kurzschluss und Brand führen.
- ◆ Ziehen Sie während des Betriebs nicht den Stecker und schalten Sie das Gerät nicht aus.
- kann zu Verletzungen führen.

Nicht mit nassen Händen **bedienen** !

- ◆ Ziehen Sie den Stecker nicht mit nassen Händen heraus oder stecken Sie ihn ein.
- kann einen elektrischen Schlag oder Verletzungen verursachen.

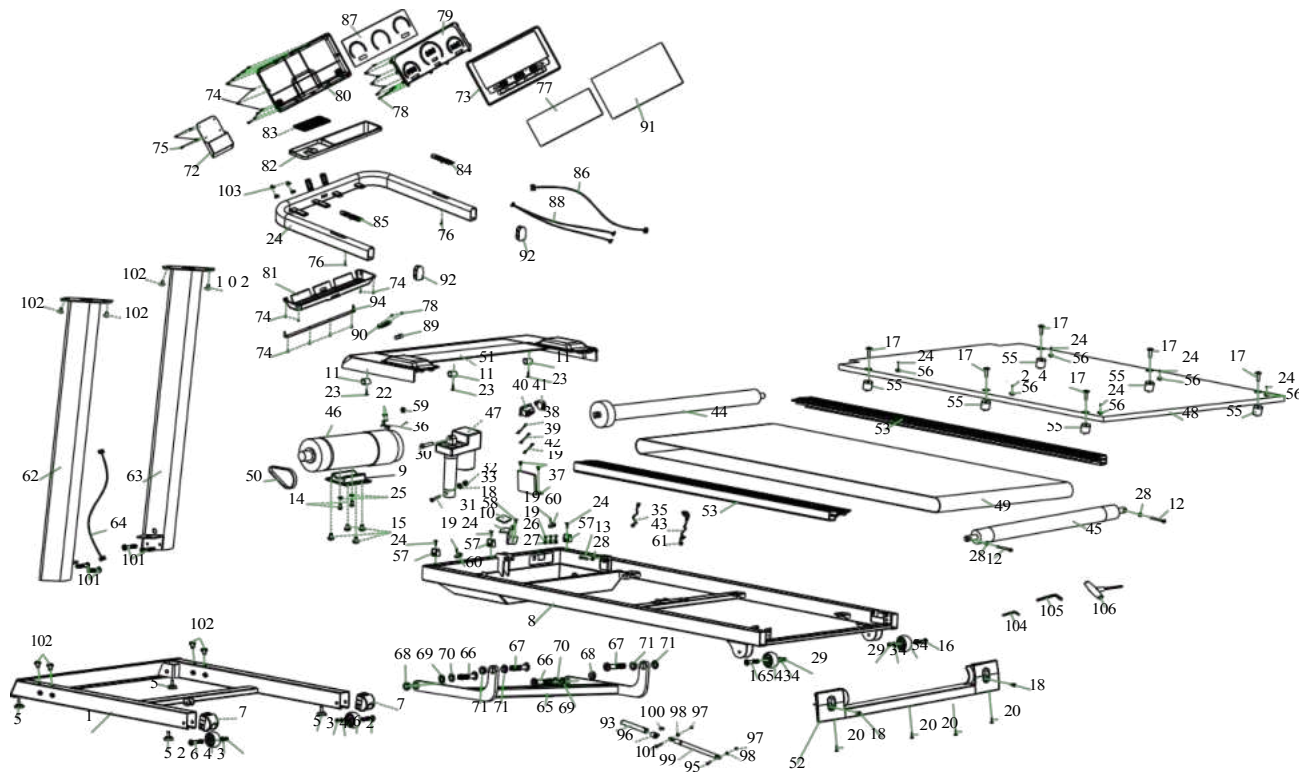
Denken Sie daran, den Stecker zu **ziehen** !

- ◆ Denken Sie daran, den Stecker zu ziehen, wenn Sie ihn nicht benutzen.
- Staub und Feuchtigkeit können die Isolierung beschädigen und dann elektrische Lecks und Brände verursachen.
- ◆ Ziehen Sie bei der Wartung den Stecker heraus.
- kann zu Stromschlägen und Verletzungen führen.
- ◆ Stellen Sie den Betrieb sofort ein, wenn das Gerät nicht startet oder etwas Ungewöhnliches auftritt, ziehen Sie den Stecker und rufen Sie einen Störungsdienst an.
- kann zu Stromschlägen und Verletzungen führen.
- ◆ Ziehen Sie den Stecker, wenn der Strom plötzlich ausfällt.
- kann zu Unfällen und Verletzungen führen, wenn der Strom wieder eingeschaltet wird.

- ◆ Beim Herausziehen des Steckers sollten Sie den Stecker und nicht das Kabel festhalten.
- kann zu Kurzschluss, Stromschlag und Feuer führen. Anweisung zum Erdungsanschluss !
- ◆ Das Produkt muss einen geerdeten Anschluss haben. Der geerdete Anschluss kann eine Kanal mit dem geringsten Widerstand für den Strom, wenn das Produkt eine Fehlfunktion aufweist, wodurch die Gefahr eines Stromschlags verringert werden kann.
- ◆ Das Produkt ist mit einem elektrischen Kabel für den Erdungsleiter und einem Erdungsstecker ausgestattet.
Der Stecker muss in eine Steckdose gesteckt werden, die den örtlichen Vorschriften entspricht.

Gefahr !

- ◆ Wenn Sie sich über den Erdungsanschluss nicht sicher sind, lassen Sie ihn bitte von einem professionellen Elektriker überprüfen. wenn der Stecker des Produkts nicht mit Ihrer Steckdose übereinstimmt, sollten Sie einen Elektriker bitten, eine korrekte Steckdose zu installieren.
- ◆ das Produkt hat einen geerdeten Stecker. Bitte stellen Sie sicher, dass Sie die passende Steckdose haben
erstens. Ein Steckdosenadapter ist nicht zulässig.



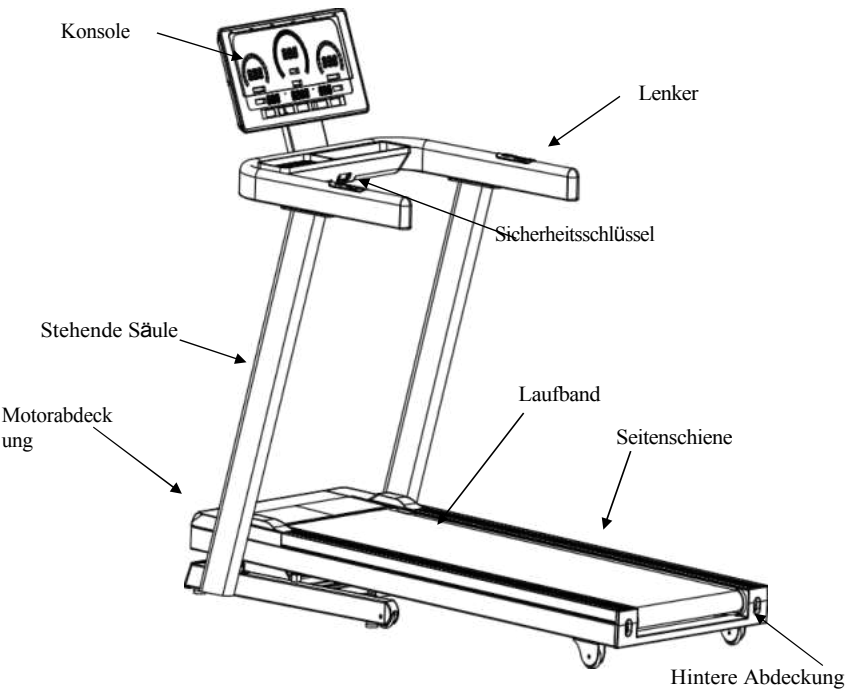
Liste der Explosionskarten

Nein.	Beschreibung	Größe	QTY	Nein.	Beschreibung	Größe	QTY
1	Bodenschweißstück		1	63	Aufrechter Pfosten R-Schweißnähte	0.32 m ²	1
2	Sechskantschraube mit großem Flachkopf und Halbzahn	M8×50×20	2	64	Kommunikationslinie	SM4PIN/SM4PIN/L-12 00mm/26#	1
3	Sechskant-Sicherungsmutter	M8	2	65	Schweißnähte am Aufzugsrahmen		1
4	Unterlegscheibe	Φ8	2	66	Sechskantkopf - Halbzahnschraube	M12×Φ14×35×19	2
5	Kegelförmige Fußauflage (OMA-05-07-005)	Φ50×Φ41×17×M8×27	4	67	Sechskantschraube mit großem Flachkopf und voller Verzahnung	M10×25×15	2
6	Rad	Φ62×Φ8,0×t22	2	68	Pulvermetallurgische Hülse	Φ24×Φ19×Φ14×14×3	2
7	Gebogener offener Rohrstopfen	40×60×t2.0	2	69	Ärmel	Φ25×Φ18×t3.0	2
8	Schweißnaht des Hauptrahmens		1	70	Unterlegscheibe	Φ14	2
9	Motorhalterung (1320CA-06)		1	71	Manschette für die Hebewelle (OMA-05-06-023)	Φ25×Φ17×Φ10×6×1	4
10	Motorabdeckplatte		1	72	Schweißnähte am Konsolenhalter		1
11	Festes Rohr der Motorabdeckung	Φ16×t1,2×23	1	73	Rahmen anzeigen	498×175×10.1	1
12	Sechskant-Zylinderkopf-Vollzahnschraube	M8×75	1	74	Große Flachkopf-Blechschaube mit Kreuzschlitz	ST4×16	19
13	Sechskant-Zylinderkopf-Vollzahnschraube	M8×60	2	75	Kreuzschlitz-Senkkopf Blechschaube	ST4×15	4
14	Sechskant-Zylinderkopf-Vollzahnschraube	M8×15	2	76	Kreuzschlitz-Senkkopf-Blechschaube	ST4×70	2
15	Sechskantschraube mit großem Flachkopf und voller Verzahnung	M8×15	1	77	keratoskopischer Bogen	t0.5×490×167	1
16	Sechskantschraube mit großem Flachkopf und Halbzahn	M8×45×20	2	78	Große Flachkopf-Blechschaube mit Kreuzschlitz	ST4×10	12
17	Sechskant-Senkkopf-Vollzahnschraube	M6×30×Φ16	4	79	Panel	1136EA/571×277×10.8	1
18	Kreuzschlitzschraube mit großem Flachkopf und voller Verzahnung	M5×10	2	80	Hintere Abdeckung der Schalttafel	1136EA/571×277×28	1
19	Kreuzschlitzschraube mit großem Flachkopf und voller Verzahnung	M4×10	6	81	Obere Abdeckung des Konsolenkorbs		1
20	Große Flachkopf-Blechschaube mit Kreuzschlitz	ST4×16	4	82	Untere Abdeckung des Konsolenkorbs		1
21	Große Flachkopf-Blechschaube mit Kreuzschlitz	ST4×10	7	83	Anti-Rutsch-Pad		1
22	Kreuzschlitz-Blechschaube mit Innensechskant	ST3×10	4	84	Geschwindigkeit handgehaltener Herzschiagkomponenten	7239EA/SM5PIN/L-50 MM/GESCHWINDIGK EIT +/-	1

23	Kreuzschlitz-Senkkopf-Blechschaube	ST4×15	2	85	geneigte handgehaltene Herzschlagkomponenten	7239EA/L-50MM/SM5 P IN/INCLINE+/-	1
24	Schweißnähte am Konsolenrahmen		1	86	Kommunikationsleitung	SM4PIN/SM4PIN/L-75 0mm/26#	1
25	Federunterlegscheibe	Φ8	3	87	3338EA Konsolensatz		1
26	Federunterlegscheibe	Φ5	17	88	Handgehaltenes Herzschlag-Kommunikationskabel	3330EA/L-1000mm	1
27	Fächerscheiben	Φ5	2	89	Sicherheitsschlüssel	J52×15×15 (L-700	1
28	Unterlegscheibe	Φ8	3	90	Steckdose mit Sicherheitsschloss	J86×20×16	1
29	Sechskant-Sicherungsmutter	M8	3	91	Acrylglasscheibe	t1.0×554×260	1
30	Sechskantschraube mit großem Flachkopf und Halbzahn	M10×35×20	3	92	D-förmiger Rohrstopfen	DX40×80	2
31	Sechskantschraube mit großem Flachkopf und Halbzahn	M10×65×20	2	93	Einwegventil	Φ29×t1,2×340	1
32	Sechskantschraube mit großem Flachkopf und Halbzahn	M10	1	94	diverse Korbabdeckungen		1
33	Unterlegscheibe	Φ10	1	95	Sechskantschraube mit großem Flachkopf und Halbzahn	M8×30×20	1
34	Unterlegscheibe	Φ8	1	96	Doppelter Rundrohrstecker	Φ33×Φ23×48	1
35	Kommunikationslinie	SM5PIN/SM4PIN/L-75 0mm/26#	1	97	Sechskant-Sicherungsmutter	M8	2
36	fotoelektrische Sonde	L-500	2	98	Unterlegscheibe	Φ88×Φ50×Φ17×606	2
37	3330EA controlle (r ERP)	A C 2 2 0 V / 1 - 2 0 K M / H / E i n s c h l i e ß l i c h (ERP)	1	99	Druckstab	720×318×Φ10×Φ8,2×350N	1
38	Draht anschließen	L-300mm/1,5mm2/(Red)	1	100	Schrapnell-1	t0.6×16.5×43	1
39	Draht anschließen	L-300mm/1,5mm2/(Black)	1	101	Sechskantschraube mit großem Flachkopf und Halbzahn	M8×50×20	4
40	Wippschalter	KCD4	1	102	Sechskantschraube mit großem Flachkopf und voller Verzahnung	M8×15	8
41	Selbststrückstellender Schalter	10A/ABR21-16/250VAC	1	103	Sechskant-Flachkopf-Vollzahnsschraube	M6×10	4
42	Draht anschließen	L-100mm/1,5mm2/(Red)	1	104	L-Schlüssel	4°30°80	1
43	Stecker	3×1,0mm2×2000	1	105	L-Schlüssel	6°35°80	1
44	3330EA vordere Walze	Φ88×Φ50×Φ17×606	1	106	T-Schlüssel	6°80	1
45	3330EA hintere Walze	Φ50×Φ17×529×578	1				
46	Motor	1.5HP/DC180V/4600RPM/Φ32/36	1				
47	Neigungsmotor	1/18HP/75mm/AC220V(195mm)	1				

48	3330EA Laufdeck	1300×604×t18	1				
49	Laufband	2930×500×t1.6	1				
50	Gürtel	174 (442) PJ6	1				
51	3330EA Motorabdeckung	367.5×673×36.7	1				
52	Hintere Abdeckung	673×93×51	1				
53	Seitenschiene	87×34.5×1342	2				
54	Rad	Φ62×Φ8,0×t22	2				
55	Zylindrisches Kissen	Φ30×30×M6×6	6				
56	Runder Führungsblock	φ25×φ5×4,5	10				
57	Rohrschelle	φ16 (Weiß)	3				
58	EVA-Polster (E21-V1-12)	t15×30×30	1				
59	Magnetring	Φ29×Φ17×t7,5	1				
60	Kabelschelle	3/8(UC-2)	1				
61	Netzkabelklemme	SR-5R1	1				
62	Ständer L.-Nähte	0.32 m ²	1				

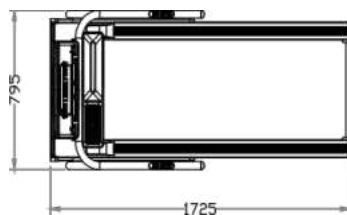
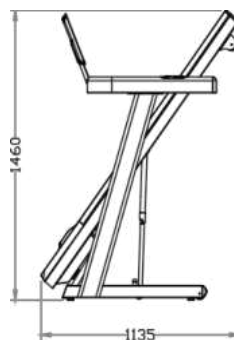
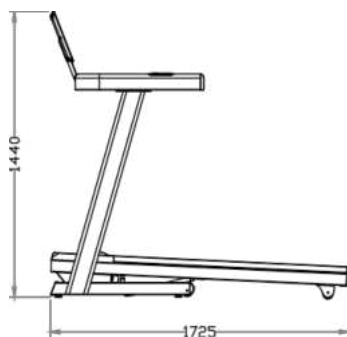
Einführung des Produkts



Technische Informationen

Dimension	Falten: 1135*795*1460
	Ausgeklappt: 1720*835*1440
Lauffläche	1420*500
Geschwindigkeit	1,0-20,0km/h

Bemerkung: Wir behalten uns das Recht vor, das Produkt ohne vorherige Ankündigung zu ändern.



Packliste



Hauptteil



Stehende
Säule



Rahmen der Konsole



Konsole



Sicherheitsschlüssel

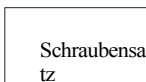


Silikonöl



Handbuch

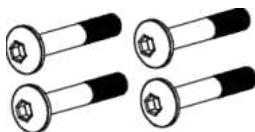
Handbuch



Schraubensatz

Schraubensatz

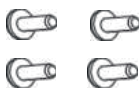
Hardware-Packliste



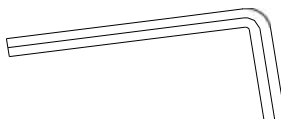
Sechskantschraube mit flachem Kopf und halbem Zahn (M8*50*20) 4Stück



L-Form-Schlüssel S4 1St.



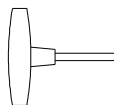
Sechskant-Pfannenkopfschraube mit Vollzahn (M6*10) 4Stück



L-Inbusschlüssel S6 1St.



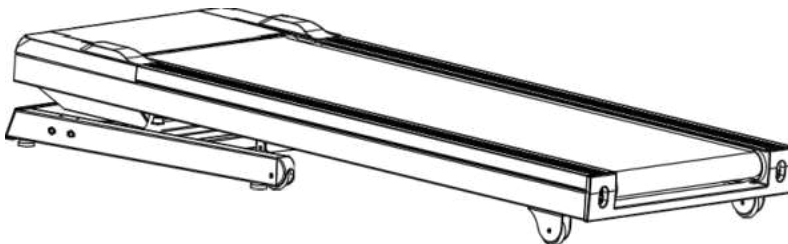
Sechskantschraube mit flachem Kopf und voller Verzahnung M8×15 8 St.



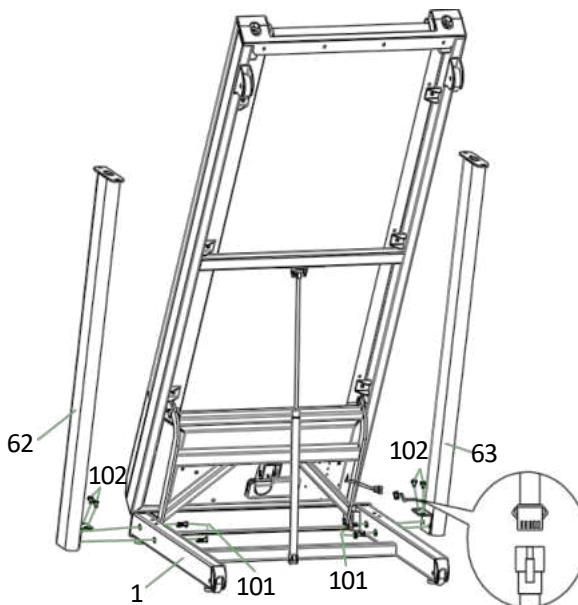
T-Schlüssel 6×80

Schritte zur Installation

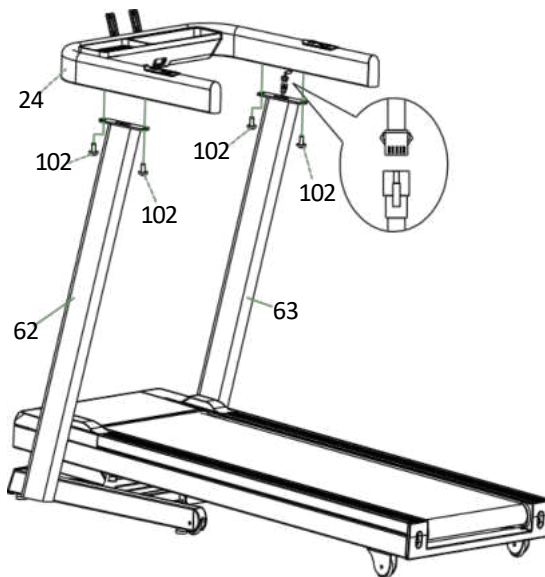
Hinweise: Bitte ziehen Sie während der Installation nicht alle Schrauben vollständig an. Ziehen Sie alle Schrauben fest, nachdem die Komponenten vollständig installiert sind.



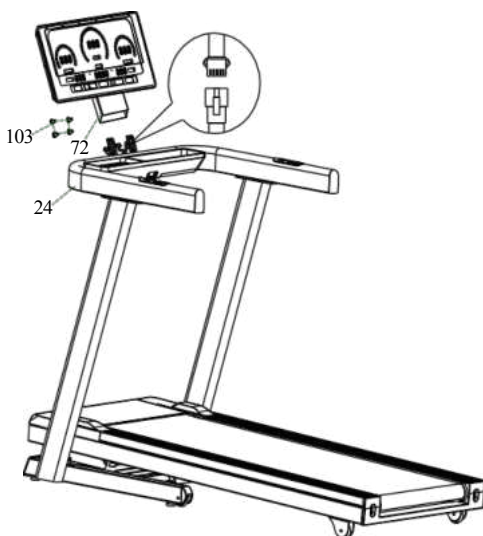
Schritt 1: Heben Sie die Maschine aus dem Verpackungskarton und stellen Sie sie auf den flachen Boden (wie auf dem Bild zu sehen), entfernen Sie alle PE-Beutel und Verpackungsbänder, die um die Maschine gewickelt sind!



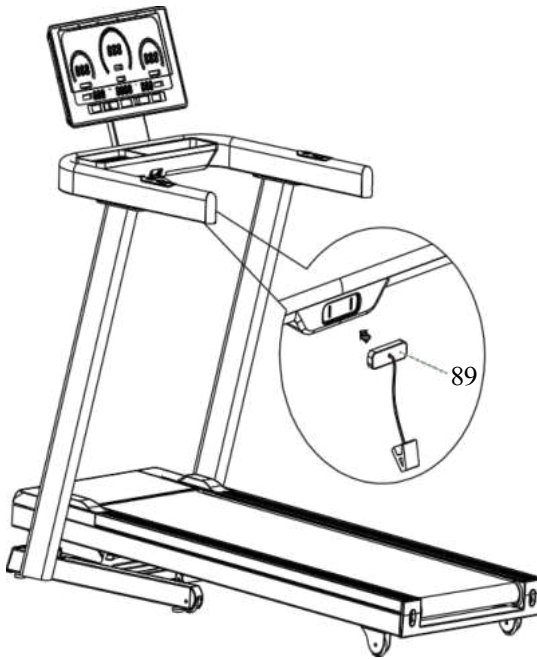
Schritt 2: Wie gezeigt: Halten Sie das Laufband aufrecht, setzen Sie den (62) senkrechten Pfosten in die entsprechende Position des (1) Sockels ein, verriegeln Sie ihn in dem entsprechenden Loch des (62) senkrechten Pfostens mit der (101) M8×50×20 Sechskantschraube mit großem Flachkopf und Halbzahn durch den (1) Sockel, und verriegeln Sie ihn in dem entsprechenden Loch des (01) Sockels mit der (102) M8*15 Sechskantschraube mit großem Flachkopf und Halbzahn durch den (62) senkrechten Pfosten. Der Vorgang auf der anderen Seite (63) ist derselbe, nachdem Sie den Pfosten angeschlossen haben (bitte seien Sie vorsichtig, klemmen Sie die Kommunikationsleitung nicht in den P f o s t e n).



Schritt 3: Wie in der Abbildung gezeigt: Nachdem die Signalleitung auf der rechten Seite des Handlaufrahmens angeschlossen ist, installieren Sie den (72) Handlauf an der entsprechenden Position des (62) (63) Pfostens und verriegeln Sie den (72) Handlaufrahmen durch das entsprechende Loch des (62) (63) Pfostens mit der (102) M8×15 Sechskantschraube mit großem Flachkopf und Vollzahn.



Schritt 4: Wie gezeigt: Nach dem Anschluss des Signalkabels der Konsole wird die feste Schweißhalterung (72) in die Schweißhalterung der Armlehne (24) eingesetzt und mit (103)M6×10 gesichert.



Schritt 5: Stellen Sie das Gerät auf und ziehen Sie alle Befestigungsschrauben fest. Dann das Sicherheitsschloss (89) anbringen, das Laufband ist fertig!

Allgemeine Fitness-Tipps

1. Aufwärmen

Halten Sie vor jedem Aufwärmen 5-10 Minuten lang nicht den Atem an.

2. Atmen

Wenn Sie sich darauf vorbereiten, Ihren Atem wiederherzustellen, atmen Sie normalerweise mit der Nase ein und spucken den Atem mit dem Mund aus. Die Atmung und die Bewegung sollten koordiniert sein, wie zum Beispiel

zu schnelles Atmen. Die Bewegung sollte sofort gestoppt werden

3. Frequenz

Ein und derselbe Teil des Muskels sollte eine Pause von 48 Stunden einlegen, das heißt, derselbe Teil kann nur jeden zweiten Tag trainiert werden.

4. Laden Sie

Nach der individuellen körperlichen Zustand bestimmen die Höhe der Ausbildung, dann nach dem Prinzip der asymptotischen Belastung zu üben, die erste Ausbildung von Muskelkater ist ein normales Phänomen, solange weiter zu üben, kann Wundsein beseitigt werden.

5. Entspannen Sie sich

Machen Sie 5 Minuten Übung nach jeder Übung, vor allem die Dehnung und Entspannung der Muskeln des Fußes, zur Vermeidung von langfristigen Muskel-Kondensation, pflegen einen Muskel flexibel Ernährung

6. Diät

Um das Verdauungssystem zu schützen, eine Stunde nach den Mahlzeiten vor dem Training, Ausbildung sollte mindestens eine halbe Stunde vor dem Essen, Bewegung weniger Wasser, vor allem Trinkwasser, um nicht zu erhöhen, das Herz, Niere Belastung

Dehnungsübungen

Unabhängig davon, wie schnell Sie laufen, sollten Sie zuerst Dehnübungen machen. Warme Muskeln lassen sich leichter dehnen, also machen Sie ein 5-10-minütiges Aufwärmtraining. Halten Sie dann an und machen Sie die Dehnübungen wie folgt: 5 Mal, jeder Schritt für 10 Sekunden oder länger; wiederholen Sie dies nach dem Training.

1. Nach unten strecken

Die Knie sind leicht gebeugt, der Körper beugt sich langsam nach vorne, der Rücken und die Schultern entspannen sich, und die Hände versuchen, die Zehen zu berühren. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden, dann entspannen Sie sich. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal (wie in Abbildung 1 gezeigt).

2. Dehnung der Sehnen

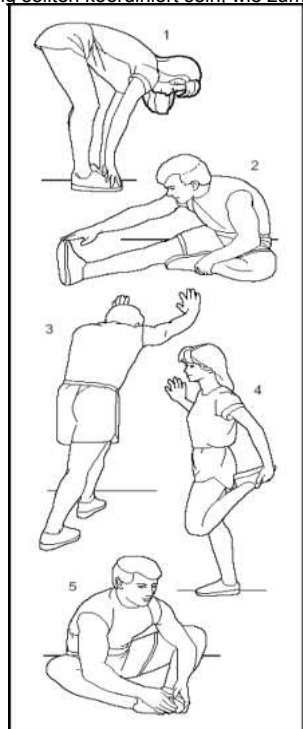
Setzen Sie sich auf ein sauberes Sitzkissen und strecken Sie ein Bein aus. Ziehen Sie das andere Bein nach innen, so dass es eng an der Innenseite des gestreckten Beins anliegt. Versuchen Sie, mit den Händen die Zehen zu berühren. Halten Sie diese Position für 10 bis 15 Sekunden und entspannen Sie sich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

3. Wade und Ferse dehnen

Halten Sie sich mit beiden Händen an der Wand oder dem Baum fest und stellen Sie einen Fuß dahinter. Halten Sie Ihre Hinterbeine aufrecht und Ihre Fersen auf dem Boden, lehnen Sie sich in Richtung der Wand oder des Baumes. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden, dann entspannen Sie sich. Wiederholen Sie dies 3 Mal für jedes Bein (wie in Abbildung 3 gezeigt).

4. Quadrizeps-Dehnung

Greifen Sie die Waage mit der linken Hand oder den Tisch, strecken Sie dann die rechte Hand nach hinten aus, greifen Sie den rechten Knöchel und ziehen Sie ihn langsam in Richtung Hüfte, bis Sie spüren, dass



die Muskeln vor den Oberschenkeln angespannt sind. Halten Sie die Spannung für 10 bis 15 Sekunden, dann entspannen Sie sich. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal für jedes Bein (wie in Abbildung 4 gezeigt).

5. Der Musculus sartorius (Muskel an der Innenseite des Oberschenkels) dehnt sich

Die Fußsohlen liegen gegenüber und die Knie setzen sich auf. Greifen Sie Ihre Füße mit beiden Händen und ziehen Sie sie in Richtung Leiste. Halten Sie diese Position für 10-15 Sekunden, dann entspannen Sie sich. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal. (Wie in Abbildung 5 dargestellt).

Anweisungen des Konsolenpanels



Abkürzungen für die Neigung

Neigung "auf" und "ab"

Programm

Stop

Start/Pause

Modus

Geschwindigkeit "auf" und "ab"

Geschwindigkeits-Shortcuts

Konsole Funktion Beschreibung

- 1、 P01 ist ein manuelles Programm, P01-P36 ist ein eingebautes automatisches Trainingsprogramm, 3 Benutzer, BMI;
- 2、 LED-Display, 14 Bedientasten;
- 3、 Geschwindigkeit, Entfernung Systemkonvertierungsfunktion;
- 4、 Betriebsgeschwindigkeitsbereich: KM 1.0~20.0KM/H, Zoll 0.6-12.5MPH;
- 5、 Steigungsbereich: 0~15%;
- 6、 Überlast-, Überstromschutz-, Explosionsschutz-, Antidrehzahl-, Anti-Elektromagnetische-Störungs- und andere Sicherheitsfunktionen;
- 7、 System Selbsttest, abnorme Informationen Prompt-Funktion;
- 8、 3 benutzerdefinierte Funktionen;
- 9、 ERP-Funktionen;
- 10、 Kraftstoff-Erinnerungsfunktion;

Beschreibung der Fenster

- 1、 "CALORIES"-Fenster: Anzeige des Kalorienwerts;
- 2、 "TIME"-Fenster: Anzeige des Zeitwerts;
- 3、 "DISTANCE"-Fenster: zeigt den Wert der Entfernung an;
- 4、 "INCLINE"-Fenster: zeigt den Wert der Steigung an.
- 5、 "PULSE"-Fenster: zeigt den Wert der Herzfrequenz an;
- 6、 "SPEED"-Fenster: zeigt den Geschwindigkeitswert an;

Anweisungen für die imperiale Umrechnung:

- 1) Nachdem Sie das Sicherheitsschloss entfernt haben, drücken Sie gleichzeitig die Tasten "PROGRAM" und "MODE". Auf dem Display wird 0,6 angezeigt, was die Umrechnung von Kilometern in Meilen bedeutet;
- 2) Nachdem Sie das Sicherheitsschloss entfernt haben, drücken Sie gleichzeitig die Tasten "PROGRAM" und "MODE". Auf dem Display wird 1.0 angezeigt, was bedeutet, dass die Meilen in Kilometer umgerechnet werden;

SCHLÜSSELFUNKTION

- 1、 "PROG" : Programmwahltaste, im gestoppten Zustand, zyklisch zur Programmwahl P0~P36, U01~U03, BMI;
- 2、 "MODE" : Wenn der manuelle MODE ausgewählt wird, ist der Ausgangszustand der normale Modus. Drücken Sie die Modus-Taste zur Auswahl des Countdown-Modus -> Rückwärts-Distanz-Modus -> Rückwärts-Kalorien -> Normal-Modus im manuellen Modus; Reset-Taste für das Standard-Countdown-Intervall (30 Minuten) in P1-P36;
- 3、 "START" : Start/Pause-Taste, im gestoppten Zustand startet das Laufband; im laufenden Zustand wird das Laufband angehalten
Laufband; " Pause" ohne Wirkung, wenn die Bluetooth-Verbindung;
- 4、 STOP: Stopp-/Rücksetztaste 1. Drücken Sie im laufenden Betrieb die STOP-Taste zum langsamen Anhalten; 2. Wenn die ERR-Information angezeigt wird, wird die einmal angezeigte Information gelöscht.
- 5、 "+" : Taste für die Geschwindigkeitszunahme, im Stopp- oder Fettmessungszustand, um die Taste für die Parameterzunahme einzustellen, im Betriebszustand, um die Taste für die Geschwindigkeitszunahme;
- 6、 "-" : Taste zur Geschwindigkeitsreduzierung, im Stopp- oder Fettmessungszustand ist es die Taste zur Reduzierung der eingestellten Parameter, im Betriebszustand ist es die Taste zur Reduzierung der Geschwindigkeit;
- 7、 "QUICK SPEED" : 3,6,9 Geschwindigkeitskurzwahlkosten, im Laufzustand des Laufbandes, setzen die Geschwindigkeit direkt auf den angegebenen Wert der Taste;
- 8、 "▲" : Taste zum Erhöhen der Steigung; 9、 "▼" : Taste zum Senken der Steigung;
- 10、 "QUICK INCLINE" : 3,6,9 Steigungskurztasten, wenn das Laufband läuft, stellen Sie die Geschwindigkeit direkt auf den angegebenen Wert der Taste ein;

S a f e t y k e y :

Der Sicherheitsschlüssel besteht aus einem Berührungsschalter, einer Wäscheklammer und einem Nylonseil, die verhindern können, dass die

Notabschaltung. Solange die Sicherheitssperre nicht in Position ist, läuft das Laufband nicht, die Konsolentastatur kann nicht bedient werden und auf dem Bildschirm erscheint "E-07", begleitet von einem

Signalton. Jedes Mal, wenn Sie die Sicherheitssperre anbringen, wird der Bildschirm 2 Sekunden lang angezeigt und geht dann in den Standardbetriebszustand des Systems über.

USER-Programm:

USER hat drei USER1~USER3. Im USER-Modus können die Benutzer auf ihr eigenes Sportprogramm zugreifen oder es einstellen, indem sie

"PROG"-Taste, um "USER1~USER3" einzustellen, dann drücken Sie die "Mode"-Taste, um die Einstellung vorzunehmen oder drücken Sie die START-Taste, um mit dem Sport zu beginnen. Drücken Sie die "MODE"-Taste, um die 10 Geschwindigkeits- und Steigungsabschnitte Ihres eigenen Programms einzustellen. Nach der Einstellung drücken Sie "START", um das Laufband zu starten. Das Programm des Benutzers wird gespeichert und kann beim nächsten Mal direkt verwendet werden.

Sicherheitsleitfaden

1、 Stecken Sie den Stecker des Netzkabels in die geerdete 10-A-Steckdose, schalten Sie den Netzschalter ein, der Bildschirm der Konsole wird vollständig angezeigt und ein Signalton ertönt, dann drücken Sie den Sicherheitsschlüssel.

2、 Setzen Sie den Sicherheitsschlüssel in die Position auf der Konsole und befestigen Sie die Wäscheklammer an der Kleidung auf der Brust. Der Bildschirm wird 2 Sekunden lang vollständig angezeigt und geht dann in den Standardarbeitszustand über: Alle Zähler werden auf Null, der eingestellte Wert wird zurückgesetzt, das Laufband befindet sich im positiven

Zeitmodus des manuellen Programms P0; 3、 Drücken Sie die Taste "PROG", um ein Programm auszuwählen: P01~P36, U01,U02,U03, BMI;

4、 "P0" ist ein benutzerdefiniertes Programm, drücken Sie die Taste "MODE", um vier Trainingsmodi, die Trainingsgeschwindigkeit und Neigung werden vom Benutzer festgelegt. Voreinstellung: Geschwindigkeit 1.0KM/H, Steigung 0 Abschnitt. Trainingsmodus 1: positive Zählung der Zeit, Zeit, Entfernung, Kalorien werden positiv gezählt, schließen Sie die Einstellfunktion;

Trainingsmodus 2: Countdown-Zeit, Setup-Status, Zeitfenster blinkt, drücken Sie die "+", "-" Taste, um den eingestellten Wert zu ändern, Einstellbereich: 5-99 Minuten, Standardwert: 30:00;

Trainingsmodus 3: Countdown-Distanz, den Status einstellen, das Distanzfenster blinkt, "+", "-" drücken Taste, um den eingestellten Wert zu ändern, stellen Sie den Bereich ein: 1.0-99,0 KM, der Standardwert: 1KM; Trainingsmodus 4: Umgekehrte Kalorie, eingestellter Zustand, Kalorienfenster blinkt, drücken Sie "+", "-" Taste, um den eingestellten Wert zu ändern, Einstellbereich: 20-990CAL, Standardwert: 50CAL;

5、 "P01-P36" für das System-Setup-Programm, nur im Countdown-Modus trainiert, unter dem Einstellungsstatus, das Zeitfenster blinkt, drücken Sie "+", "-" Taste, um den eingestellten Wert zu ändern, drücken Sie die "MODE"-Taste, um auf den Standardwert zurückzusetzen, stellen Sie den Bereich: 5-99MIN, der Standardwert: 30:00;

6、 Nachdem Sie den Trainingsmodus eingestellt haben, drücken Sie die Taste "START", auf dem Bildschirm erscheint ein 5-Sekunden-Countdown mit Nach 5 Pieptönen und einem Countdown von 1 startet das Laufband sanft, beschleunigt langsam auf die angezeigte Geschwindigkeit und läuft dann gleichmäßig mit konstanter Geschwindigkeit.

7、 Drücken Sie im laufenden Betrieb die Taste "+", "-" oder "QUICK SPEED", um die Geschwindigkeit des Laufbands einzustellen;

8、 In P1-P36 ist die Geschwindigkeit jedes Programms in 10 Segmente unterteilt, wobei jede Periode gleichmäßig aufgeteilt ist. Die mit der Taste eingestellte Geschwindigkeit gilt nur für das aktuelle Segment, und drei Pieptöne werden drei Sekunden im Voraus gesendet, wenn das Segment in

das andere Segment umgewandelt wird. Der Motor stoppt automatisch, wenn das Programm 10 Segmente voll ist, mit einem "Piepton";

9、 Drücken Sie im laufenden Betrieb die Taste "START", der Motor wechselt zwischen den beiden Zuständen der Aufhängung und

läuft. Beim Neustart im angehaltenen Zustand bleiben die aufgezeichneten laufenden Daten und der Prozess erhalten.

10、 Wenn der Motor läuft, drücken Sie die Taste "STOP", der Motor wird langsamer, bis er sanft stoppt, alle Einstellungen werden auf den Standardzustand zurückgesetzt;

11、 Drücken Sie bei laufendem Motor die "  ", "  "-Taste oder" QUICK INCLINE "um die Steigung des Laufbandes einzustellen;

12、 Ziehen Sie in jedem Zustand die Sicherheitssperre ab, auf dem Bildschirm wird "E-07" angezeigt, und das Laufband stoppt, begleitet von einem Ton, den Betrieb;

13、Das Kontrollsystem kann jederzeit in der Sicherheitsüberwachung, solange die Entdeckung von Anomalien, die

Das Laufband wird notgestoppt, auf dem Bildschirm erscheinen abnormale Informationsaufforderungen, begleitet von Signaltönen;

14、Wenn die abnorme Information auf dem Bildschirm angezeigt wird, drücken Sie STOP. Das System löscht die

Informationen einmalig angezeigt.

15、BMI-Prüfverfahren: Taste "PROG" drücken, um das Programm BMI auszuwählen, Taste "MODE" drücken, um die Seriennummer des Projekts auszuwählen. die Tasten "+" und "-" drücken, um die Parameter einzustellen.

16、Punkt Nr. F1 (Geschlecht): gibt das Geschlecht an; stellen Sie den Parameterbereich ein: 1-2, "1" steht für männlich, "2" für weiblich, Standardwert: 1;

17、Punkt Nr. F2 (Alter): gibt das Alter an; eingestellter Parameterbereich: 1-99 Jahre alt,

Standardwert: 25 Jahre alt. 18、Eintrag Nr. F3 (Größe): gibt die Größe an; Einstellbereich der Parameter: 100-220CM, Standardwert: 170CM;

19、Seriennummer F4 (Gewicht): zeigt das Gewicht an; Einstellbereich: 20-150KG, Standardwert: 70KG; 20

、Seriennummer F5 (BMI): zeigt den Abschluss der Parametereinstellungen an, ruft den BMI-Teststatus auf,

Bitte halten Sie beide Hände an die linken und rechten Griffe des Herzfrequenzmessgeräts, warten Sie 4 Sekunden, das Parameteranzeigefenster zeigt den Körperfettanteil (BMI) der Testperson an; nach dem Standard der asiatischen Menschen liegt der Körperfettanteil unter 18 für dünn, zwischen 18 und 24 für das ideale Körpergewicht, zwischen 25 und 28 für übergewichtig, größer als 29 für fettleibig, und der Körperfettanteil der Testperson wird im Fenster angezeigt. Standardwert: 24 (diese Daten dienen nur als Übungsreferenz).

21、Britisches BMI-Testverfahren: Drücken Sie die "PROG"-Taste, um das Programm BMI auszuwählen, drücken Sie die "MODE"-Taste, um die

Artikel-Seriennummer, drücken Sie die Tasten "+" und "-", um Parameter einzustellen.

A) Positionsnummer F1 (Sexo) : gibt das Geschlecht an; der Wert reicht von 1 bis 2, wobei 1 für männlich und 2 für weiblich steht. Der Standardwert ist 1.

B) Positionsnummer F2 (Alter) : gibt das Alter an; Wertebereich: 1 bis 99 Jahre alt. Standardwert: 25 Jahre alt;

C) Posten Nr. F3 (Höhe) : gibt die Höhe an. Der Wert reicht von 39 bis 87 Zoll. Standardwert: 67 Zoll.

D) Positionsnummer F4 (Gewicht): gibt das Gewicht an; Einstellbereich der Parameter: 44-330 LBS. Standardwert: 154 LBS.

E) Nr. F5 (BMI) : zeigt den Abschluss der Parametereinstellung und die Eingabe des Körperfetttests an Zustand. Warten Sie 4 Sekunden, dann wird im Parameterfenster der Körperfettanteil (BMI) der getesteten Person angezeigt; nach asiatischem Standard gilt ein Körperfettanteil von weniger als 18 als schlank, ein Körperfettanteil von 18 bis 24 als ideal, ein Körperfettanteil von 25 bis 28 als übergewichtig und ein Körperfettanteil von mehr als 29 als fettleibig (diese Daten sind nur für Trainingszwecke). Standardwert: 24

ERP-Übertragungsfunktion:

Das System startet standardmäßig im ERP-Modus. Wenn das Laufband nicht benutzt wird, geht es nach etwa

4,5 Minuten in den Ruhezustand über, um Strom zu sparen. Drücken Sie eine beliebige Taste, um das System aufzuwecken. Halten Sie im Standby-Modus die Modus-Taste 3 Sekunden lang gedrückt, bis '2222' angezeigt wird, um die ERP-Funktion zu deaktivieren, und halten Sie die Modus-Taste 3 Sekunden lang gedrückt, bis '1111' angezeigt wird, um in den ERP-Modus zurückzukehren.

Geschwindigkeits- und Steigungstabelle für das Automatikprogramm P01-P36: metrisch

Pro	Seg Klasse	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	2	2
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	2.0	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	10	10	10	10	10	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	10	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	7.0
	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	10	7	7	10	10	6	6	6

Geschwindigkeits- und Steigungstabelle für das Automatikprogramm P01-P36: Zoll

Pro	Klasse	Seg									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	0.6	1.8	3.1	3.1	3.1	4.3	4.3	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	1.2	1.8	3.1	5	3.1	3.1	3.7	5	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	1.2	1.8	4.3	5	3.1	3.1	3.1	5	2.5	1.8
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	1.2	1.2	3.1	5	5	5	5.0	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	1.8	2.5	5	5.6	6.2	6.2	6.2	4.3	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	1.8	2.5	3.7	4.3	4.3	4.3	5.6	6.2	3.1	1.8
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	1.8	2.5	2.5	6.2	2.5	5.6	2.5	6.8	1.8	1.2
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	1.8	3.1	4.3	5.6	1.8	3.1	4.3	3.1	6.8	3.1
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	1.8	4.3	6.2	2.5	4.3	6.8	3.1	2.5	7.5	3.7
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	1.8	3.1	5.6	6.2	3.7	3.7	5.6	3.7	6.8	1.8
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	2.5	3.1	6.8	5.6	3.7	5	5.6	6.8	3.7	3.1
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	2.5	3.7	6.2	6.2	6.2	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	1.2	2.5	3.7	3.7	3.7	5	5	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	1.8	2.5	3.7	5.6	3.7	3.7	4.3	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	1.8	2.5	5	5.6	3.7	3.7	3.7	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	1.8	1.8	3.7	5.6	5.6	5.6	5.6	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	2.5	3.1	5.6	6.2	6.8	6.8	6.8	5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	2.5	3.1	4.3	5	5	5	6.2	6.8	3.7	2.5
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	2.5	3.1	3.1	6.8	3.1	6.2	3.1	7.5	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	2.5	3.7	5	6.2	2.5	3.7	5	3.7	7.5	3.7

	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	2.5	5	6.8	3.1	5	7.5	3.7	3.1	7.5	4.3
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	2.5	3.7	6.2	6.8	4.3	4.3	6.2	4.3	7.5	2.5
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	3.1	3.7	7.5	6.2	4.3	5.6	6.2	7.5	4.3	3.7
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	3.1	4.3	6.8	6.8	6.8	5	5	6.8	4.3	3.7
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	1.8	3.1	4.3	4.3	4.3	5.6	5.6	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	2.5	3.1	4.3	6.2	4.3	4.3	5	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	2.5	3.1	5.6	6.2	4.3	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	2.5	2.5	4.3	6.2	6.2	6.2	6.2	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	3.1	3.7	6.2	6.8	7.5	7.5	7.5	5.6	3.7	3.1
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	3.1	3.7	5	5.6	5.6	5.6	6.8	7.5	4.3	3.1
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	3.1	3.7	3.7	7.5	3.7	6.8	3.7	7.5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	3.1	4.3	5.6	6.8	3.1	4.3	5.6	4.3	7.5	4.3
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	3.1	5.6	7.5	3.7	5.6	7.5	4.3	3.7	7.5	5
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	3.1	4.3	6.8	7.5	5	5	6.8	5	7.5	3.1
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	3.7	4.3	7.5	6.8	5	6.2	6.8	7.5	5	4.3
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	3.7	5	7.5	7.5	7.5	5.6	5.6	7.5	5	4.3
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

Kom m unale Fehlfunktionen und die Durchführung von Me thoden :

Problem-Code	Mögliche Gründe	Lösung
Das System funktioniert nicht	A. Der Strom ist nicht angeschlossen oder der Strom nicht eingeschaltet ist	Schließen Sie die Stromversorgung an oder schalten Sie den Netzschalter in die Position "NO".
	B. Sicherheitsschlösser sind nicht vorhanden	Bringen Sie das Sicherheitsschloss in die richtige Position
	C. Der Controller oder die Konsole ist nicht eingeschaltet	Ersetzen Sie den Controller oder die Konsole
	D. Schlechter Leitungskontakt	Überprüfen Sie die Ein- und Ausgänge des Systems und die Kommunikationsleitungen
Plötzlich im Normalbetrieb anhalten Zustand	A. Sicherheitsschloss gefallen	Bringen Sie das Sicherheitsschloss wieder an.
	B. Systemfehler	Bitten Sie den Techniker, sich darum zu kümmern.
Ausfall von Schläs	SCHLÜSSEL UNGÜLTIG	1, Ersetzen Sie das Tastenfeld und das Tastaturkabel 2, ersetzen Sie die Hauptplatine 3, ersetzen Sie die Konsole
E-01	A. Das Kommunikationskabel ist in schlechter Kontakt	Schließen Sie das Kommunikationskabel wieder an und prüfen Sie, ob der Anschluss richtig eingesteckt ist, oder ersetzen Sie das Kommunikationskabel.
	B. Defekte Konsole	Ändern Sie die Konsole
	C. Defektes Steuergerät	Ändern Sie den Controller
E-02	A. Defektes Motorkabel und Motor	Wechseln Sie den Motor
	B. Das Motorkabel ist unsachgemäß mit dem Controller oder dem der Controller ist nicht richtig angeschlossen	Prüfen Sie den Controller und schließen Sie ihn wieder an oder tauschen Sie ihn aus.
E-03	A. Die Lichtschanke ist nicht korrekt installiert	Prüfen und wieder anschließen
	B. Schlechte Lichtschanke	Auswechseln des Fotosensors
	C. Photoelektrischer Sensor verschmutzt oder schlecht Erstkontakt	Lichtsensoren prüfen und wieder anschließen/reinigen
	D. Defektes Steuergerät	Ändern Sie den Controller
E-05	A. Controller beschädigt	Ersetzen Sie den Controller
	B. Motor beschädigt	Ersetzen Sie den Motor
	C. mechanisches Versagen	Prüfen Sie das laufende Öl oder das Fass auf Verstopfung
E-07	Die Konsole erkennt das Signal der Sicherheitssperre nicht	1. Prüfen Sie, ob die Sicherheitsverriegelung angebracht ist; 3. Bringen Sie die Sicherheitsverriegelung wieder an; 3. Ersetzen Sie die elektronische Uhr
Keine Herzfrequenz	A. Das Griffkabel ist nicht in Platz oder das Griffkabel ist nicht gut	Überprüfen und Anschließen oder Austauschen des Griffkabels
	B. Elektronischer Systemstromkreisfehler	Ändern Sie die Konsole
Konsole unvollständig oder fehlend Zeilen	A. LED-Digitalröhre oder Bildschirm ist defekt	Hauptplatine oder Bildschirm austauschen
	B. Systemausfall	Ändern Sie die Konsole

Zusammenklappen und

Bewegen des Laufbands 1

Zusammenklappbares Laufband

- 1) Beim Zusammenklappen muss der Strom abgeschaltet werden.
- 2) Überprüfen Sie die Neigung des Laufbands auf die niedrigste Position.
- 3) Heben Sie das Laufband in die aufrechte Position, die Ezfit-Verbindungsteile bleiben automatisch an der Hydraulik hängen;
- 4) Prüfen Sie, ob die Ezfit-Verbindungsteile an der hydraulisch, wie in der Abbildung dargestellt.



2 Laufband entfaltet sich

- 1) Um das Laufband aufzustellen, müssen Sie einen Platz wählen, der etwa 1 Meter von der Steckdose entfernt ist und einen ebenen Boden ohne andere Hindernisse aufweist.
- 2) Wenn Sie das Laufband ausklappen, müssen Sie zunächst das Laufband mit beiden Händen festhalten und mit den Füßen auf die Ezfit-Verbindung treten, woraufhin das Laufband automatisch langsam zu Boden fällt; zu diesem Zeitpunkt muss der Benutzer das Laufband ca. 1 Meter entfernt stehen lassen, bis das Laufband vollständig ausgeklappt ist. wie auf dem Bild zu sehen:



3 Bewegliches Laufband

Beim Umzug müssen Sie sicherstellen, dass:

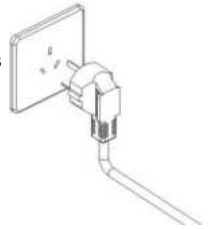
- 1) Der Netzschalter des Laufbandes ist ausgeschaltet;
- 2) Der Netzstecker ist aus der Steckdose gezogen worden;
- 3) Der große Rahmen ist gefaltet;

Nachdem Sie die oben genannten Punkte geklärt haben, halten Sie das Ende des Laufbandes mit einer Hand und die Armlehne auf der gleichen Seite mit der anderen Hand fest und bewegen Sie das Gerät langsam, wenn es um 40-50° zur Brust geneigt ist, wie in der Abbildung gezeigt.



Anleitung zur Erdung

Dieses Produkt muss geerdet sein. Im Falle eines Fehlers und einer Beschädigung des Laufbandes kann das Erdungskabel einen Stromkreis mit dem geringsten Widerstand bilden, der Strom kann in den Boden geleitet werden, um die Gefahr eines Stromschlags zu verringern. Dieses Produkt ist mit einem Kabel ausgestattet, das einen Erdungsleiter und einen Erdungsstecker hat. Das Laufband muss mit der richtigen Steckdose geerdet werden, die den örtlichen Vorschriften entspricht.



Gefahr! Wenn Sie nicht wissen, ob das Gerät richtig geerdet ist, wenden Sie sich bitte an einen qualifizierten Elektriker oder an das Wartungspersonal. Ändern Sie den an diesem Gerät angebrachten Stecker nicht ohne Genehmigung. Wenn der Stecker nicht mit der Steckdose übereinstimmt, lassen Sie einen qualifizierten Elektriker eine geeignete Steckdose installieren.

PRODUKTGEBRAUCHSANWEISUNGEN

Gebrauchsanweisung des Laufbandes

1. Schalten Sie das Gerät ein, halten Sie das Laufband in der untersten Position ausgebreitet und überprüfen Sie, ob es normal funktioniert.
2. Befestigen Sie die Schnur des Sicherheitsschlüssels an Ihrer Kleidung.
3. Stellen Sie sicher und überprüfen Sie seine Funktion und Stabilität vor der Verwendung. Stehend auf dem Laufband, um es zu starten, ist nicht erlaubt. Der richtige Weg, um zu starten, ist auf den Seitenschienen mit den Händen auf dem Griffbar stehen. Nach dem normalen Betrieb können Sie mit dem Laufband trainieren. Halten Sie die Griffstange, wenn Sie die "START"-Taste drücken, läuft das Laufband mit einer Geschwindigkeit von 1,0 km/h nach 5 Sekunden. Dann drücken Sie die "+"-Taste, um die Geschwindigkeit auf 2,5-3,5 km/h zu erhöhen, was die Komfortgeschwindigkeit für das Laufen ist. Fassen Sie mit beiden Händen gleichzeitig den Lenker und treten Sie mit den Füßen nacheinander auf das Laufband, um mit dem Laufen zu beginnen. Laufen Sie in der gleichen Geschwindigkeit wie Ihr Laufband.
4. Nach einigen Minuten können Sie durch Drücken der "+"-Taste beschleunigen oder durch Drücken der "-"-Taste verlangsamen, während Sie die Handleiste gedrückt halten.
5. Wenn Sie laufen, drücken Sie den Geschwindigkeitswert und geben Sie die gewünschte feste Geschwindigkeit ein.
6. Durch Drücken der "Stop"-Taste kann der Motor jederzeit angehalten werden.
7. Voreinstellung Verwendung
Schließen Sie das Gerät an und schalten Sie es ein.
Drücken Sie die Taste "Wählen", um den gewünschten Modus auszuwählen. Drücken Sie die Taste "Start", um im gewählten Modus zu starten.
Sie können die Geschwindigkeit mit "+" oder "-" ändern oder mit der Taste "Stop" anhalten.
8. HRC-Prüfung

Nachdem das Laufband eingeschaltet ist, halten Sie Ihre Hände auf die Metallpulssensoren, dann können Sie den HRC-Wert auf dem Anzeigefenster sehen.

Hinweis: Wenn Sie den Sicherheitsschlüssel herausziehen, wird das Laufband sofort angehalten, Und der Computer kann nicht arbeiten, das Fenster zeigt " " .

Wartung von Laufbändern

1. Schmierung

Nachdem der Laufriemen eine Zeit lang benutzt wurde, muss er mit dem konfigurierten Methylsilikonöl geschmiert werden. Anregung :

Nutzungsdauer weniger als 3 Stunden pro Woche	Schmierung einmal alle 5 Monate
Nutzungsdauer 4-7 Stunden pro Woche	Schmierung einmal alle 2 Monate
Nutzungsdauer mehr als 7 Stunden pro Woche	Schmierung einmal pro Monat

Keine übermäßige Schmierung. Hinweis: Der wichtigste Faktor zur Verlängerung der Lebensdauer des Laufbandes ist die richtige Schmierung.

2. Um zu prüfen, ob das Laufband geschmiert werden muss, heben Sie das Laufband an der Seite an und fühlen Sie den mittleren Rücken des Bandes, so weit wie möglich. Wenn Spuren von Silikon spray zu finden sind, ist eine Schmierung nicht erforderlich. Wenn die Oberfläche trocken ist, muss der Gürtel geschmiert werden.

Auftragen des Schmiermittels auf das Band: (wie abge-



- Stoppen Sie das Laufband, und klappen Sie das Laufband zusammen. Stellen Sie das Band des hinteren Hauptrahmens so auf, dass das Öl die mittlere Position erreichen kann.
- Sprühen von Silikonöl auf die Innenseite des Laufbandes und Auftragen von Silikonöl auf beide Seiten des Laufbandes.
- Laufen Sie auf dem Laufband mit einer Geschwindigkeit von 1km/h, um das Silikon gleichmäßig aufzutragen. Treten Sie dabei leicht von links nach rechts auf das Laufband.

Warten Sie einige Minuten, damit sich das Silikon spray verteilen kann,

- vor der Inbetriebnahme der Maschine

Reinigung

Die regelmäßige Reinigung des Laufbandes sorgt für eine lange Lebensdauer des Produktes.

Warnung: Das Laufband muss ausgeschaltet sein, um elektrische Schläge zu vermeiden. Das Netzkabel muss aus der Steckdose gezogen werden, bevor Sie mit der Reinigung oder Wartung beginnen.

- Nach dem Training: Wischen Sie die Konsole und andere Oberflächen mit einem sauberen, weichen und feuchten Tuch ab, um Schweißrückstände zu entfernen.
Vorsicht! Verwenden Sie keine Scheuermittel oder Lösungsmittel. Um Schäden am Computer zu vermeiden, halten Sie alle Flüssigkeiten fern. Setzen Sie den Computer nicht dem direkten Sonnenlicht aus.
- Wöchentlich: Um die Reinigung zu erleichtern, empfiehlt es sich, eine Matte für das Laufband zu verwenden. Schuhe können Schmutz auf dem Laufband hinterlassen, der unter das Laufband fallen kann. Reinigen Sie die Matte unter dem Laufband einmal pro Woche. Aufbewahrung: Lagern Sie Ihr Laufband in einer sauberen und trockenen Umgebung. Vergewissern Sie sich, dass der Hauptstromschalter ausgeschaltet und der Stecker aus der Steckdose gezogen ist.

1. Einstellung des Gürtels

Alle Laufbänder sind werkseitig und nach der Montage richtig eingestellt. Nach einer gewissen Nutzungsdauer kann jedoch ein Durchhängen auftreten. Zum Beispiel: Pausen und Schlupf können beim Laufen auftreten.

Wenn dieses Phänomen auftritt, stellen Sie den Laufriemen ein und drehen Sie ihn eine halbe Umdrehung nach links und rechts. Wenn der Laufriemen locker ist, rutschen der Laufriemen und die Rolle abwechselnd.

Aber auch ein zu fester Sitz ist nicht gut, da dies die Belastung des Motors erhöhen und den Motor, den Laufriemen und die Rolle usw. beschädigen kann.

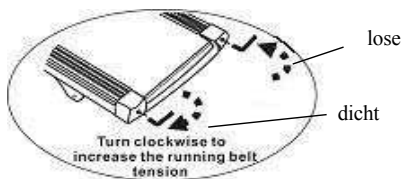
2. Einstellen der Bandabweichung:

Alle Laufbänder werden im Werk und nach der Montage richtig eingestellt. Aber nach einer gewissen Zeit kann der Riemen abweichen. Die Gründe können wie folgt aufgelistet werden.

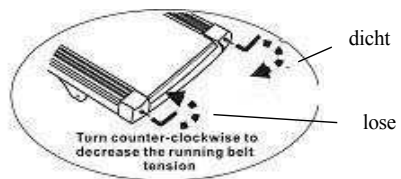
- ① Das Laufband ist instabil.
- ② Die Füße waren beim Laufen nicht in der Mitte des Laufbandes.
- ③ Füße üben ungleichmäßige Kraft aus.

Wenn die Abweichung durch manuelle, No - Last Rotation für ein paar Minuten kann wieder normal.

Einstellen Schritt für Schritt in einer halben Umdrehung mit einem 6mm Inbusschlüssel, die zufällig für nicht automatisch wiederherstellen ausgestattet ist.



Z.B. Linksabweichung des laufenden Bandes. Stellen Sie die linke Schraube im Uhrzeigersinn oder die rechte Schraube gegen den Uhrzeigersinn ein.



Z.B. Rechtsabweichung des Laufbandes. Stellen Sie die rechte Schraube im Uhrzeigersinn oder die linke Schraube gegen den Uhrzeigersinn ein.

SCHLUSSPUNKT:

- Im Uhrzeigersinn bedeutet festziehen.
- Gegen den Uhrzeigersinn bedeutet Lösen.
- Der laufende Riemen verschiebt sich auf die lose Seite.

① Wenn sich der Laufriemen nach links verschiebt, bedeutet das, dass die linke Seite zu locker ist. Stellen Sie die linke Schraube im Uhrzeigersinn ein, um die linke Seite fester zu machen.

Oder stellen Sie die rechte Schraube gegen den Uhrzeigersinn ein, um die rechte Seite lockerer zu machen.

② Wenn sich der Laufriemen nach rechts verschiebt, bedeutet das, dass die rechte Seite zu locker ist. Stellen Sie die rechte Schraube im Uhrzeigersinn ein, um die rechte Seite fester zu machen.

Oder stellen Sie die linke Schraube gegen den Uhrzeigersinn ein, um die linke Seite zu lockern.

Achtung!

-Sie müssen das Laufband mit einer niedrigen Geschwindigkeit starten (das Band laufen lassen), bevor Sie das Laufband einstellen.

-Wenn Sie den Bolzen einstellen, drehen Sie ihn nicht zu sehr.

-Nach jeder Einstellung müssen Sie auf die Veränderungen am laufenden Band achten.

Eine Laufbandabweichung ist nicht von der Garantie abgedeckt und wird hauptsächlich von den Benutzern gemäß den Anweisungen gewartet. Eine Laufabweichung kann das Laufband ernsthaft beschädigen. Sie muss rechtzeitig erkannt und behoben werden.

Laufband Abweichung gehört nicht zum Umfang der Garantie, vor allem durch den Benutzer in Übereinstimmung mit dem Handbuch Selbst-Wartung. Abweichung wird schwerwiegende Schäden an der Laufband, muss in der Zeit gefunden werden, rechtzeitige Korrektur.

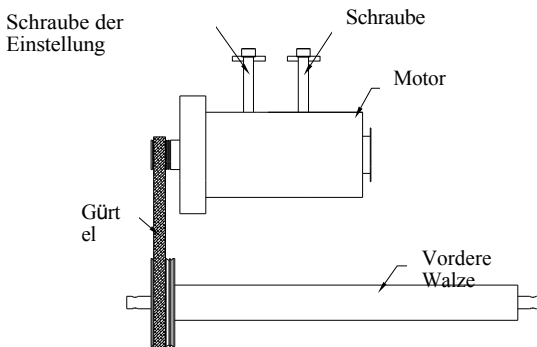
Einstellung des Riemens des Motors

Alle Motorgürtel des Laufbandes müssen in der Fabrik und nach der Montage eingestellt werden. Nach einer gewissen Zeit der Nutzung kann es jedoch zu einem Durchhängen oder Rutschen kommen.

Einstellschritte : ① Drehen Sie die Einstellschraube mit einem Schraubenschlüssel gegen den Uhrzeigersinn.

② Der Einstellbereich muss so bemessen sein, dass die Bandlast nicht durchrutscht.

HINWEIS: Regelmäßige Reinigung der Riemen und Riemenscheibenrillen



Häufige Fehler und Behandlungsmethoden

Teil des Laufbandes

Das Problem	Mögliche Ursachen	Methoden der Instandhaltung
Das Laufband funktioniert nicht	A ist abgesteckt	Stecker in die Steckdose
	B der Sicherheitsschlüssel ist nicht eingebettet	Einbetten des Sicherheitsschlüssels in die Platte
	C-Kreis-Signalanlage offen	Prüfen Sie den Controllereingang und die Signalleitung
	D Stromzufuhr nicht eingeschaltet	Stellen Sie den Netzschalter in die Position NO
	E ist die Sicherung durchgebrannt	Ersetzen Sie die Sicherung
Lauf mit ihm Keine reibungslose Bewegung	A nicht genügend Schmierung	Verwendung eines Methylsilikonöl-Schmiermittels
	Die Laufgurte sind zu eng	Passen Sie Ihre Laufbänder auf Dichtigkeit an
Der Laufgurt ist verrutscht	A der Laufgurt ist zu locker	Passen Sie Ihre Laufbänder auf Dichtigkeit an
	B der Riemen ist lose	Spannung des Antriebsriemens einstellen

Teil der Konsole

Störungscode	Beschreibung des Fehlers	Fehlersuche
E 1	Abnormale Kommunikation: zwischen Steuerung und Konsole nach dem Einschalten.	Der Controller ist in einen Fehlerzustand übergegangen. Kann nicht gestartet werden. Auf der Konsole wird der Fehlercode angezeigt, und der Summer ertönt dreimal. Mögliche Ursachen: Die Kommunikation zwischen der Steuerung und der Konsole ist blockiert, überprüfen Sie die Verbindung der Kommunikationsleitung und stellen Sie sicher, dass jede Ader vollständig eingesteckt ist. Ersetzen Sie die Verbindungsleitung, wenn sie unterbrochen ist...
E 3	Das Motorkabel ist nicht richtig angeschlossen.	Beim Herunterfahren in den Fehlerzustand ertönt der Konsolensummer 9-mal und zeigt den Fehlercode an. Wenn es nach dem Herunterfahren wieder normal ist, kann es in den Standby-Zustand gehen und neu gestartet werden. Mögliche Ursachen: Prüfen Sie, ob das Motorkabel angeschlossen ist, lassen Sie das Kabel angeschlossen. Prüfen Sie, ob die Steuerung einen Geruch hat, ersetzen Sie die Steuerung;
	Kein Drehzahlsensor-Signal: Die niedrigere Steuerungsspannung, die an den DC-Motor ausgegeben wird, kann die Motordrehzahlrückmeldung für mehr als 3 Sekunden nicht empfangen.	Beim Herunterfahren in den Fehlerzustand ertönt der Konsolensummer 9-mal und zeigt den Fehlercode an. Nach dem Herunterfahren 10s, geben Sie den Standby-Zustand, kann neu gestartet werden. Mögliche Ursachen: Wenn 3 Sekunden lang kein Signal vom Geschwindigkeitssensor kommt, prüfen Sie, ob der Sensorstecker nicht eingesteckt oder beschädigt ist, stecken Sie ihn ein oder tauschen Sie den Sensor aus.
E 4	Neigungslernen	Prüfen Sie, ob die Induktionsleitung des Hebemotors richtig eingesteckt ist, stecken Sie den Stecker wieder ein, um ihn zuverlässig zu machen; prüfen Sie, ob die Wechselstromleitung des Hebemotors richtig eingesteckt ist und die Wechselstromleitung des Hebemotors und der Steuerung richtig markiert sind; prüfen Sie, ob die Anschlussleitung des Motors unterbrochen ist, tauschen Sie die Anschlussleitung oder den Hebemotor aus; und drücken Sie die Lerntaste an der Steuerung, um erneut zu lernen.
E 5	Überstrom Schutz: unter den laufenden Zustand, die Steuerung erkennt dass der Gleichstrommotor Strom ist größer als der Nennwert Strom + 6A für mehr als 3 Sekunden.	Beim Herunterfahren in den Fehlerzustand ertönt der Konsolensummer 9-mal, und Anzeige des Fehlercodes. Nach dem Herunterfahren 10s, in den Standby-Zustand, kann neu gestartet werden. Mögliche Ursachen: Wenn der Strom die Nennlast überschreitet, kann die Selbstschutz des Systems, oder ein Teil des Laufbandes klemmt, wodurch der Motor nicht drehen kann, die Last zu schwer ist, der Strom zu groß ist, das System Selbstschutz; stellen Sie das Laufband so ein, dass es wieder anläuft; prüfen Sie auch, ob der Motor ein Fließgeräusch oder einen verbrannten Geruch aufweist, tauschen Sie den Motor aus, oder ersetzen Sie das Controller, oder prüfen Sie, ob die Stromversorgung uneinheitlich oder niedrig ist Spannung, Prüfung mit korrekter Spannung wiederholen.

E 6	Explosionssicherer Impulsschutz: Eine abnormale Versorgungsspannung oder ein abnormaler Motor usw. führt zu einer Beschädigung des Antriebsmotorkreises.	Beim Herunterfahren in den Fehlerzustand ertönt der Konsolensummer 9-mal und zeigt den Fehlercode an. Nach dem Herunterfahren 10s, geben Sie den Standby-Zustand, kann neu gestartet werden Mögliche Ursachen: Prüfen Sie, ob die Versorgungsspannung weniger als 50 % der normalen Spannung beträgt, verwenden Sie die korrekte Spannung, um den Test zu wiederholen; prüfen Sie, ob der Regler einen Geruch hat, tauschen Sie den Regler aus; prüfen Sie, ob die Motorkabel angeschlossen sind, schließen Sie die Motorkabel wieder an.
-----	--	--



Bluetooth APP für Laufband



Bluetooth-Verbindung unterstützt Anyrun, Zwift und Kinomap



AnyRun

Laden Sie die AnyRun APP herunter, registrieren Sie sich, loggen Sie sich ein und gehen Sie auf die Einstellungsseite: Klicken Sie auf "Einstellungen" in der rechten unteren Ecke, klicken Sie auf "Geräte", die APP erkennt die Bluetooth-Codes, wählen Sie den 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 und loggen Sie sich ein, öffnen Sie die Einstellungsseite:



Unter PAIRED DEVICES Seite, klicken Sie auf RUN für das Laufband; Dann klicken Sie auf POWER SOURCE, und es gibt Pop-up-Menü, wählen Sie den Bluetooth-Code, die gleich ist, wie der Code auf der Gerätekonsole markiert, dann wählen Sie OK, um gekoppelt werden.

HINWEIS: Zwift merkt sich die in der vorherigen Sitzung verwendeten Geräte und kann versuchen, diese Geräte zu koppeln, wenn sie vorhanden und verfügbar sind. Wenn Sie gepaarte Geräte sehen, die Sie nicht verwenden möchten, können Sie diese einfach abwählen und das Gerät auswählen, das Sie paaren möchten.

Kinomap



Laden Sie die Kinomap APP herunter, registrieren Sie sich und loggen Sie sich ein. Rufen Sie die Einstellungsseite auf: Klicken Sie auf Mehr in der rechten unteren Ecke, klicken Sie auf Geräteverwaltung, klicken Sie auf + im rechten oberen Bereich, wählen Sie für das Laufband;

Dann wählen Sie die Bluetooth-Marke Ihrer Wahl, z. B. Anyrun usw.; Klicken Sie auf den Inhalt unter Interaktiv, die APP erkennt gefundene Geräte, wählen Sie den Bluetooth-Code, der mit dem Code auf der Gerätekonsole übereinstimmt, dann klicken Sie auf NEUES GERÄT HINZUFÜGEN, es erscheint ein erfolgreich hinzugefügtes Gerät.



DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Ďakujeme za zakúpenie tohto produktu .Produkt vám pomôže udržať si lepšiu kondíciu, zdravie a lepšiu kondíciu veľmi jednoduchým spôsobom.

Používateľská príručka

1. Zástrčku vždy pripojte do zásuvky s uzemneným obvodom a zásuvka musí mať špeciálny obvod, aby sa zabránilo zdieľaniu s inými elektrickými zariadeniami.
2. Pred použitím uistite, že je bežecký pás stabilný na zemi.
3. Pred spustením skontrolujte, či je jeho funkcia normálna alebo nie.
4. Pri spustení bežeckého pásu sa postavte na dve bočné lišty
5. Bezpečnostný kľúč si pripnite k oblečeniu, keď sa chystáte kontrolovať akúkoľvek núdzovú situáciu.
6. Stlačením tlačidla "Štart" spustíte bežecký pás.
7. Pred skúšobným behom sa pripravte ľavou nohou za bežeckým pásom. Až keď budete mať pocit, že môžete bežať, môžete sa postaviť na bežecký pás a robiť to v správnom postoji. A na bežecskom páse môže cvičiť len jedna osoba a cvičenie s preťažením je prísne zakázané.
8. V prípade potreby môžete upraviť rýchlosť.
9. Po skončení behu môžete bežecký pás zastaviť vytiahnutím bezpečnostného tlačidla alebo stlačením tlačidla "stop".
10. Po skončení cvičenia nezabudnite vypnúť napájanie a vytiahnuť zástrčku zo zásuvky.

Bezpečnostné opatrenia :

- ◆ Umiestnite bežecký pás do interiéru, aby ste sa vyhli vode a žiadnym ťažkým veciam.
- ◆ Pri používaní fitnes zariadenia noste pohodlné oblečenie a najlepšie športovú alebo aeróbnú obuv.
- ◆ Aby sa predišlo akejkoľvek nehode, držte deti ďalej od bežeckého pásu.
- ◆ Žiadne preťaženie, ktoré by mohlo poškodiť motor, regulátor, valec a bežecký pás. Vykonať bežnú údržbu bežeckého pásu.
- ◆ Udržujte v interiéri menej prachu a určitú vlhkosť, aby ste zabránili rušeniu konzoly a ovládača.
- ◆ Udržujte bežecký pás v nepretržitom chode maximálne 2 hodiny.
- ◆ Počas prevádzky udržiavajte dobrú cirkuláciu vzduchu.
- ◆ Na konci bežeckého pásu by mal byť pri behu bezpečný priestor 2000x1000mm.
- ◆ V prípade akýchkoľvek ťažkostí prestaňte behať a poraďte sa s lekárom.
- ◆ Silikónovú fľašu odložte na miesto, na ktoré nedosiahnu deti, aby nedošlo k vážnej chybe.
- ◆ Používateľovi zakážte zoskakovanie z bežeckého pásu bezprostredne po použití.

- ◆ Opatrne vytiahnite zástrčku zo zásuvky.
- ◆ Ak sa niečo deje, zastavte stroj a okamžite prerušte napájanie.
- ◆ Požiadajte miestneho distribútora, aby vyriešil akýkoľvek problém alebo poskytol servis. Osobná demontáž komponentov nie je povolená.

NEBEZPEČENSTVO!

Aby ste znížili počet nehôd alebo poškodení, skontrolujte nasledujúce pravidlá.

- ◆ Pred behom sa uistite, že máte zapnuté oblečenie.
- ◆ Nenoste oblečenie, ktoré sa ľahko zahákne.
- ◆ Napájací kábel držte mimo dosahu horúcich predmetov.
- ◆ Deti držte mimo dosahu bežeckého pásu.
- ◆ Ak niečo nie je v poriadku, podoprite rukoväť, aby ste zatlačili nahor a nechali bežať pás.
- ◆ Nepoužívajte bežecký pás vonku.
- ◆ Pred presunom bežeckého pásu vypnite napájanie.
- ◆ Neotvárajte kryt motora a valca, pokiaľ ho neotvorí odborník.
- ◆ Tento stroj sa môže používať pod 10A obvodom.
- ◆ Zabezpečte, aby fitness zariadenie používala vždy len jedna osoba.
- ◆ Testovanie HRC nemusí byť také presné ako pri zdravotníckych pomôckach, takže jeho výsledky sú len referenčné.
- ◆ Ak sa necítite dobre alebo pociťujete bolesť kĺbov, okamžite prestaňte cvičiť. svalu. Sledujte najmä to, ako vaše telo reaguje na cvičebný program. Závraty sú znakom toho, že so zariadením cvičíte príliš intenzívne. Pri prvých príznakoch závratov si ľahnite na zem, kým sa nebudete cítiť lepšie.

Varovanie a zákaz!

- ◆ Liečení pacienti musia používať bežecký pás po schválení odborným lekárom.
 - (1) Osoba s bolesťami chrbta alebo zvykne byť zranená v nohe, páse, krku. Osoby s necitlivosťou nôh, pása, krku a rúk (osoby s chronickými ochoreniami, ako napr. výhrez medzistavcovej platničky, skĺznutie chrbtice, výhrez krčného stavca atď.)
 - (2) Pacient s deformačnou artritídou , reumatizmom alebo dnou .
 - (3) Pacient s osteroporózou .
 - (4) Pacient so zlým obehovým systémom, ako je ochorenie srdca ,cievne poruchy a cievna hypertenzia .
 - (5) Pacient s poruchou dýchania.
 - (6) Pacient s umelým srdcovým rytmom.

- (7) Pacient s malígnymi nádormi.
- (8) Pacient s trombózou .
- (9) Pacient s poruchou vnímania spôsobenou cukrovkou.
- (10) Osoba s poranením kože .
- (11) Pacient s vysokou horúčkou nad 38 °C.
- (12) Osoba s ohnutou chrbtovou kosťou.
- (13) Osoba s tehotenstvom alebo v (menštruačnom) období.
- (14) Osoba sa cíti nepríjemne .
- (15) Osoba je zjavne v zlom stave.
- (16) Osoba na účely rehabilitácie.
- (17) Osoba s abnormálnymi fyzickými znakmi.

- Vyššie uvedené prípady môžu spôsobiť nehodu alebo zhoršenie zdravotného stavu

- ◆ Ak sa necítite dobre, ako napríklad bolesť kĺbov alebo svalov, závraty, necitlivosť a abnormálny srdcový tep, okamžite prestaňte cvičiť a čo najskôr vyhľadajte lekára.
- ◆ Držte deti mimo dosahu tohto výrobku.
 - Ak to budete ignorovať, deti sa môžu zraniť.
- ◆ Povedal deťom, že toto nie je hračka.
 - Ak to budete ignorovať, deti sa môžu zraniť.
- ◆ pri používaní, vyberaní, vracaní alebo premiestňovaní tohto výrobku sa uistite, že sa v jeho blízkosti nenachádza nikto ani domáce zvieratá.
- ◆ prestaňte používať tento výrobok, keď je kryt prasknutý (vnútorné časti vypadnú) alebo zvarené časti odpadnú.
 - môže spôsobiť nebezpečenstvo alebo zranenie.
- ◆ Pri behu neskáčte hore ani dole z bežeckého pásu.
 - môže spadnúť a zraniť sa.
- ◆ Nepoužívajte ani nevyhradujte bežecký pás vonku alebo v blízkosti kúpeľne, aby ste sa vyhli vode.
- ◆ Nepoužívajte ani nerezervujte bežecký pás na mieste vystavenom priamemu slnečnému žiareniu a vyhýbajte sa miestam s vysokou teplotou, ako je elektrická deka a ohrievač.
 - môže spôsobiť únik elektrického prúdu alebo požiar.
- ◆ Nepoužívajte, ak je poškodené napájacie vedenie alebo zástrčka, prípadne je uvoľnená zásuvka.
 - môže spôsobiť úraz elektrickým prúdom, skrat alebo požiar.
- ◆ Nepoškodzuje ani nekrúťte napájací kábel a nekladte naň ťažké predmety.
 - môže spôsobiť požiar alebo úraz elektrickým prúdom.
- ◆ Vždy len pre jednu osobu, povedzte ľuďom okolo, aby neboli príliš blízko.
 - môže spadnúť a spôsobiť zranenie.
- ◆ ľudia, ktorí nie sú pri vedomí alebo sa nedokážu sami ovládať, nemôžu používať bežecký pás.

- môže spôsobiť nehodu alebo zranenie.
- ◆ demontáž, oprava, výmena samotným zákazníkom sú absolútne zakázané.
 - môže spôsobiť mechanickú poruchu a zranenie. Aby ste zabránili pôsobeniu vody !
- ◆ hlavné teleso a prevádzkové komponenty sa nemôžu stretnúť s vodou alebo nápojmi.
 - môže spôsobiť úraz elektrickým prúdom a požiar.
- ◆ Ak nie ste pravidelný športovec, necvičte príliš veľa.
- ◆ Nepoužívajte bežeký pás po jedle alebo keď sa cítite unavení.
 - môže spôsobiť poškodenie vášho zdravia.
- ◆ Tento výrobok je určený na domáce použitie. Nemôže sa používať v škole alebo v telocvični, kde je veľa nešpecifických používateľov.
 - môže spôsobiť zranenie.
- ◆ Nepoužívajte výrobok počas jedla alebo iných činností.
- ◆ Nepoužívajte výrobok, keď máte pocit, že sa telo po pití stáva pomalým.
 - môže spôsobiť nehodu alebo zranenie.
- ◆ Nepoužívajte výrobok, keď máte vo vrecku tvrdý predmet.
 - môže spôsobiť nehodu alebo zranenie.
- ◆ zástrčku nemožno pripojiť ihlou, odpadom alebo vodou.
 - môže spôsobiť úraz elektrickým prúdom, skrat a požiar.
- ◆ Počas prevádzky nevyťahujte zástrčku ani nevypínajte napájanie.
 - môže spôsobiť zranenie.

Nepracujte s mokrými **rukami** !

- ◆ Zástrčku nevyťahujte ani nezasúvajte mokrými rukami.
 - môže spôsobiť úraz elektrickým prúdom alebo zranenie.

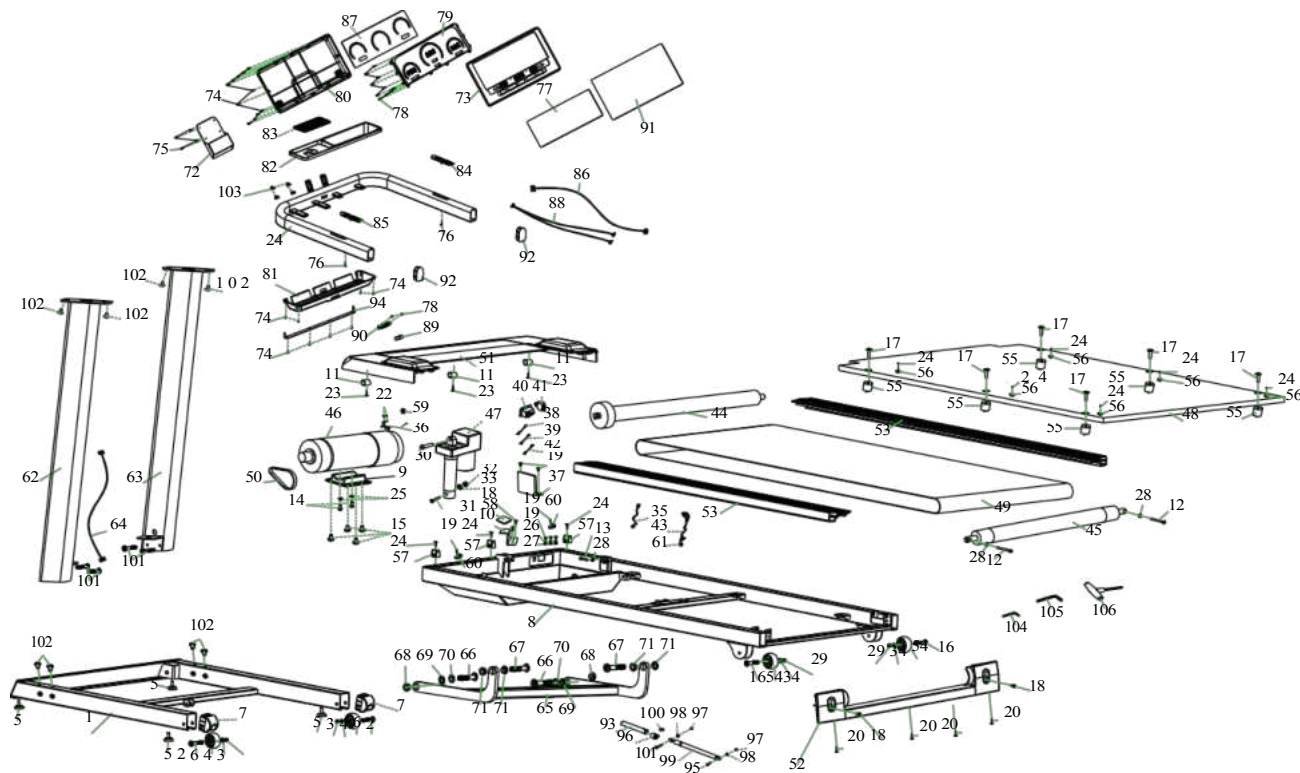
Nezabudnite vytiahnuť **zástrčku** !

- ◆ Nezabudnite vytiahnuť zástrčku, keď ju nepoužívate.
 - Prach a vlhkosť môžu poškodiť izoláciu a následne spôsobiť únik elektrického prúdu a požiar.
- ◆ Pri údržbe vytiahnite zástrčku.
 - môže spôsobiť úraz elektrickým prúdom a zranenie.
- ◆ okamžite prestaňte používať, keď sa výrobok nemôže spustiť alebo sa na ňom vyskytne niečo neobvyklé, vytiahnite zástrčku a zavolajte na poruchu.
 - môže spôsobiť úraz elektrickým prúdom a zranenie.
- ◆ pri náhlom výpadku prúdu vytiahnite zástrčku.
 - môže spôsobiť nehodu a zranenie pri obnovení napájania.

- ◆ Pri vyťahovaní zástrčky by ste mali držať zástrčku, nie kábel.
- môže spôsobiť skrat, úraz elektrickým prúdom
a požiar. Pokyny na pripojenie uzemnenia!
- ◆ výrobok musí mať uzemnené pripojenie. Uzemnené pripojenie môže poskytnúť kanál s najmenším odporom pre prúd pri poruche výrobku, čím sa môže znížiť nebezpečenstvo úrazu elektrickým prúdom.
- ◆ Výrobok je vybavený elektrickým vodičom pre uzemňovací vodič a uzemňovacou zástrčkou.
Zástrčka sa musí zasunúť do zásuvky, ktorá je v súlade s miestnymi predpismi.

Nebezpečenstvo !

- ◆ nesprávne pripojenie uzemňovacieho vodiča môže spôsobiť úraz elektrickým prúdom. Ak si nie ste istí pripojením uzemnenia, požiadajte o kontrolu odborného elektrikára.
zástrčka výrobku nezodpovedá vašej zásuvke, mali by ste požiadať elektrikára o inštaláciu správnej zásuvky.
- ◆ výrobok má uzemňovaciu zástrčku. Skontrolujte, či máte zodpovedajúcu zásuvku prvý. Zásuvkový adaptér nie je povolený.



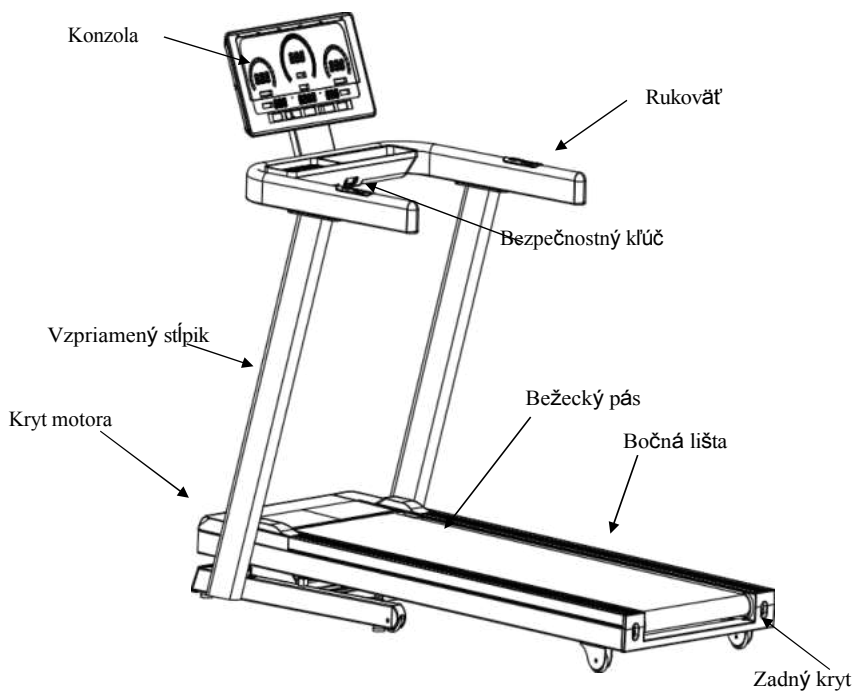
Zoznam explodovaných grafov

Nie.	Popis	Veľkosť	QTY	Nie.	Popis	Veľkosť	QTY
1	Základný zvar		1	63	Zváry R vzpriameného stĺpika	0.32 m ²	1
2	Šesťhranná skrutka s veľkou plochou hlavou s polovičným zubom	M8×50×20	2	64	komunikačná linka	SM4PIN/SM4PIN/L-12 00mm/26#	1
3	šesťhranná poistná matica	M8	2	65	Zváry rámu výťahu		1
4	plochá podložka	Φ8	2	66	Skrutka so šesťhrannou hlavou a polovičným zubom	M12×Φ14×35×19	2
5	Zúžená podložka pod nohy (OMA-05-07-005)	Φ50×Φ41×17×M8×27	4	67	Šesťhranná skrutka s veľkou plochou hlavou s plným ozubením	M10×25×15	2
6	koleso	Φ62×Φ8,0×t22	2	68	Rukáv z práškovej metalurgie	Φ24×Φ19×Φ14×14×3	2
7	Zakrivená zátka otvoreného potrubia	40×60×t2.0	2	69	Rukáv	Φ25×Φ18×t3,0	2
8	Zvar hlavného rámu		1	70	plochá podložka	Φ14	2
9	Držiak motora (1320CA-06)		1	71	Objímka zdvíhacieho hriadeľa (OMA-05-06-023)	Φ25×Φ17×Φ10×6×1	4
10	Krycia doska motora		1	72	Zváry držiaka konzoly		1
11	pevná rúrka krytu motora	Φ16×t1,2×23	1	73	Rám displeja	498×175×10.1	1
12	Šesťhranná skrutka s valcovou hlavou s plným ozubením	M8×75	1	74	Krížom zapustená veľká závitová skrutka s plochou hlavou	ST4×16	19
13	Šesťhranná skrutka s valcovou hlavou s plným ozubením	M8×60	2	75	Krížová zapustená hlava so zápusťou hlavou závitová skrutka	ST4×15	4
14	Šesťhranná skrutka s valcovou hlavou s plným ozubením	M8×15	2	76	Krížová skrutka so zapustenou hlavou	ST4×70	2
15	Šesťhranná skrutka s veľkou plochou hlavou s plným ozubením	M8×15	1	77	keratoskopický oblúk	t0.5×490×167	1
16	Šesťhranná skrutka s veľkou plochou hlavou s polovičným zubom	M8×45×20	2	78	Krížom zapustená veľká závitová skrutka s plochou hlavou	ST4×10	12
17	Šesťhranná skrutka so zápusťou hlavou s plným zubom	M6×30×Φ16	4	79	Panel	1136EA/571×277×10.8	1
18	Krížová skrutka s veľkou plochou hlavou s plným ozubením	M5×10	2	80	Zadný kryt panelu	1136EA/571×277×28	1
19	Krížom zapustená skrutka s veľkou plochou hlavou a plným zubom	M4×10	6	81	horný kryt koša konzoly		1
20	Krížom zapustená veľká závitová skrutka s plochou hlavou	ST4×16	4	82	spodný kryt koša konzoly		1
21	Krížom zapustená veľká závitová skrutka s plochou hlavou	ST4×10	7	83	Protišmyková podložka		1
22	Krížová závitová skrutka so zapustenou hlavou	ST3×10	4	84	rychlostné ručné komponenty srdcového tepu	7239EA/SM5PIN/L-50 MM/RÝCHLOSTĽ+/-	1

23	Křížová skrutka so zápsnou hlavou	ST4×15	2	85	náklon ručných komponentov srdcového tepu	7239EA/L-50MM/SM5 P IN/INCLINE+/-	1
24	Zváry rámu konzoly		1	86	komunikačná linka	SM4PIN/SM4PIN/L-75 0 mm/26#	1
25	pružinová podložka	Φ8	3	87	Súprava konzol 3338EA		1
26	pružinová podložka	Φ5	17	88	Ručný komunikačný drôt na prenos srdcového tepu	3330EA/L-1000mm	1
27	ozubené poistné podložky	Φ5	2	89	Bezpečnostný kľúč	J52×15×15 (L-700	1
28	plochá podložka	Φ8	3	90	Zásuvka s bezpečnostným zámkom	J86×20×16	1
29	šesthranná poistná matica	M8	3	91	Akrylový panel	t1.0×554×260	1
30	Šesthranná skrutka s veľkou plochou hlavou s polovičným zubom	M10×35×20	3	92	Rúrková zátka v tvare D	DX40×80	2
31	Šesthranná skrutka s veľkou plochou hlavou s polovičným zubom	M10×65×20	2	93	jednosmerný ventil	Φ29×t1,2×340	1
32	Šesthranná skrutka s veľkou plochou hlavou s polovičným zubom	M10	1	94	kryt na rôzne koše		1
33	plochá podložka	Φ10	1	95	Šesthranná skrutka s veľkou plochou hlavou s polovičným zubom	M8×30×20	1
34	plochá podložka	Φ8	1	96	Dvojité okružla rúrková zástrčka	Φ33×Φ23×48	1
35	komunikačná linka	SM5PIN/SM4PIN/L-75 0 mm/26#	1	97	šesthranná poistná matica	M8	2
36	fotoelektrický senzor	L-500	2	98	plochá podložka	Φ88×Φ50×Φ17×606	2
37	3330EA controlle (r ERP)	AC220V/1-20KM/H/Incline(ERP)	1	99	Tlaková tyč	720×318×Φ10×Φ8,2×350N	1
38	Pripojenie drôtu	L-300mm/1,5mm2/(Red)	1	100	šrapnel-1	t0.6×16.5×43	1
39	Pripojenie drôtu	L-300mm/1,5mm2/(Black)	1	101	Šesthranná skrutka s veľkou plochou hlavou s polovičným zubom	M8×50×20	4
40	Kolískový spínač	KCD4	1	102	Šesthranná skrutka s veľkou plochou hlavou s plným ozubením	M8×15	8
41	Samonastavovací spínač	10A/ABR21-16/250VAC	1	103	Šesthranná skrutka s plným ozubením	M6×10	4
42	Pripojenie drôtu	L-100mm/1,5mm2/(Red)	1	104	Kľúč v tvare L	4°30°80	1
43	Zástrčka	3 × 1,0 mm2 × 2000	1	105	Kľúč v tvare L	6°35°80	1
44	3330EA predný valec	Φ88×Φ50×Φ17×606	1	106	Kľúč v tvare T	6°80	1
45	3330EA zadný valec	Φ50×Φ17×529×578	1				
46	Motor	1.5HP/DC180V/4600RPM/Φ32/36	1				
47	Šikmý motor	1/18HP/75mm/AC220V(195mm)	1				

48	Podvozok 3330EA	1300×604×t18	1			
49	Bežecový pás	2930×500×t1.6	1			
50	opasok	174 (442) PJ6	1			
51	Kryt motora 3330EA	367.5×673×36.7	1			
52	Zadný kryt	673×93×51	1			
53	Bočná lišta	87×34.5×1342	2			
54	Koleso	Φ62×Φ8,0×t22	2			
55	Valcový vankúš	Φ30×30×M6×6	6			
56	Okrúhly vodiaci blok	φ25×φ5×4,5	10			
57	pásik na potrubie	φ16 (biela)	3			
58	Podložka EVA (E21-V1-12)	t15×30×30	1			
59	krúžok s magnetom	Φ29×Φ17×t7,5	1			
60	káblové svorky	3/8(UC-2)	1			
61	svorka napájacieho kábla	SR-5R1	1			
62	Zvárané spoje v tvare písmena L na vzpriamenom stĺpiku	0.32 m ²	1			

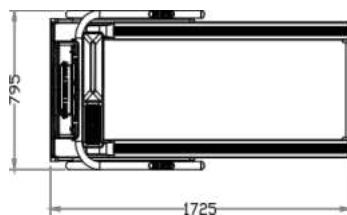
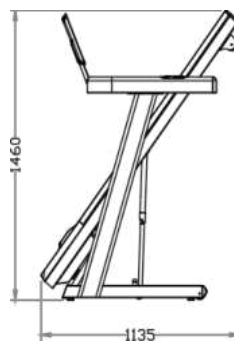
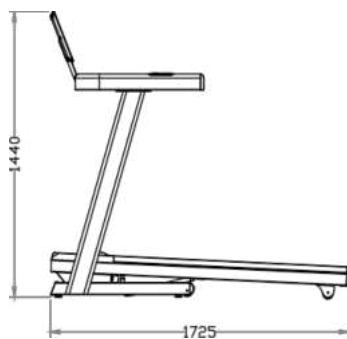
Predstavenie produktu



Technické informácie

Rozmer	Zloženie: 1135*795*1460
	Rozloženie: 1720*835*1440
Bežecský povrch	1420*500
Rýchlosť	1,0-20,0 km/h

Poznámka: VYHRADILI SME SI PRÁVO NA ZMENU VÝROBKU BEZ PREDCHÁDZAJÚCEHO UPOZORNENIA.



Baliaci zoznam



Hlavné telo



Vzpriamený
stĺpik



Rám konzoly



Konzola



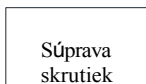
Bezpečnostný kľúč



silikónový olej

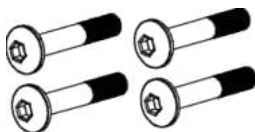


Manuálne



Súprava skrutiek

Zoznam balení
hardvéru



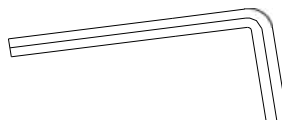
Šesťhranná skrutka s veľkou plochou hlavou s
polovičným zubom (M8*50*20) 4ks



Kľúč v tvare L S4 1ks



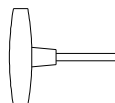
Šesťhranná skrutka s plným ozubením (M6*10) 4ks



Imbusový kľúč typu L S6 1ks



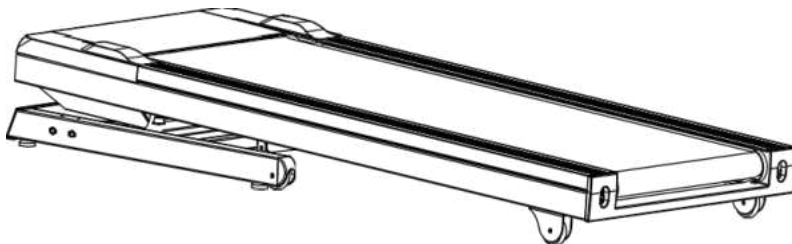
Šesťhranná skrutka s veľkou plochou hlavou a plným zubom M8 × 15 8ks



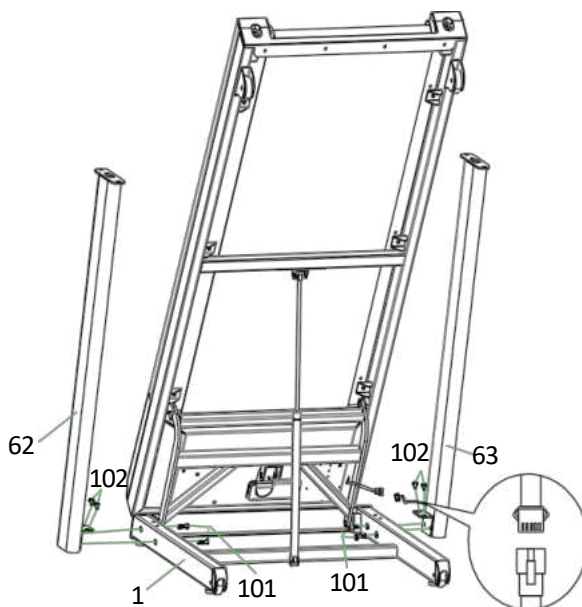
Kľúč v tvare T 6×80

Kroky inštalácie

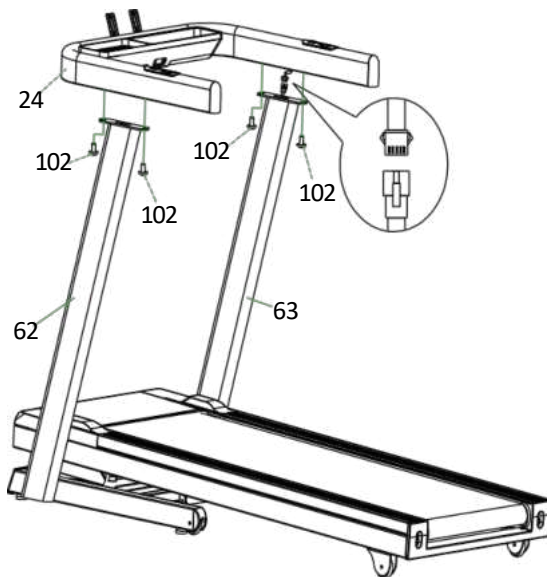
Poznámky: Počas inštalácie nedotiahnite úplne všetky skrutky.
Všetky skrutky utiahnite až po úplnej inštalácii komponentov.



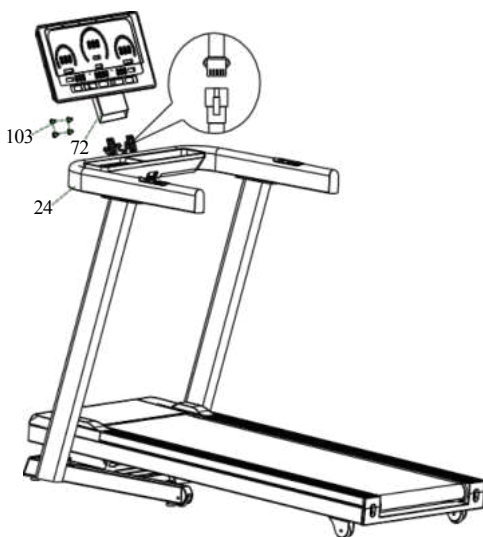
Krok 1: Stroj vyberte z baliacej škatule a položte ho na rovnú podlahu (ako je znázornené na obrázku), odstráňte všetky PE vrecká a baliace pásy zabalené na stroji!



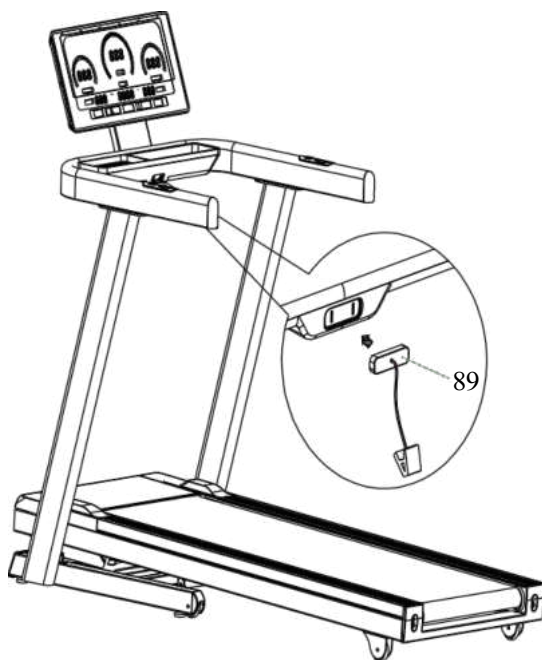
Krok 2: Ako je znázornené na obrázku :Udržujte bežecký pás vo vzpriamenej polohe, vložte (62) vzpriamený stĺpik do príslušnej polohy spájky (1) základne, zaistite ho do príslušného otvoru (62) vzpriameného stĺpika pomocou (101) šesťhrannej skrutky s veľkou plochou hlavou s polovičným zubom M8 × 50 × 20 cez (1) základňu a zaistite ho do príslušného otvoru (01) základne pomocou (102) šesťhrannej skrutky s veľkou plochou hlavou s polovičným zubom M8 × 15 cez (62) vzpriamený stĺpik. Operácia na druhej strane (63) je rovnaká po pripojení zvislého stĺpika (buďte opatrní, nezacvaknite komunikačné vedenie do zvislého stĺpika).



Krok 3: Ako je znázornené na obrázku: Po pripojení signálnej čiary na pravej strane rámu zábradlia nainštalujte zábradlie (72) na príslušnú pozíciu zvislého stĺpika (62) (63) a zaistite rám zábradlia (72) cez príslušný otvor zvislého stĺpika (62) (63) pomocou šesťhrannej skrutky (102) M8 × 15 s veľkou plochou hlavou s plným zubom.



Krok 4: Ako je znázornené na obrázku: po pripojení signálneho vodiča konzoly vložte pevný držiak na zváranie (72) do držiaka na zváranie opierky (24) a zaistíte ho pomocou (103) M6 × 10.



Krok 5: Nastavte stroj a utiahnite všetky samomontážne skrutky. Potom nasadíte bezpečnostný zámok (89), bežecký pás je hotový!

Všeobecné tipy pre fitness

1. Rozcvička

Pred každou rozcvičkou nezadržujte dych 5-10 minút.

2. Dýchajte

Keď sa pripravujete na obnovenie dychu, zvyčajne sa nadýchnete nosom a vyplujete dych ústami. Dýchanie a pohyb by mali byť koordinované, napr.

príliš rýchle dýchanie. Pohyb by sa mal okamžite zastaviť

3. Frekvencia

Tá istá časť svalu by mala odpočívať 48 hodín, to znamená, že tú istú časť možno trénovať len každý druhý deň.

4. Zaťaženie

Podľa individuálnej fyzickej kondície určte množstvo tréningu, potom podľa princípu asymptotického zaťaženia cvičte, počiatočný tréning svalovej bolestivosti je normálnym javom, pokiaľ pokračujete v tréningu, bolestivosť môže byť odstránená.

5. Uvoľnite sa

Po každom cvičení vykonajte 5 minút cvičenia, najmä natáhanie a uvoľňovanie svalov chodidla, aby ste sa vyhli dlhodobej kondenzácii svalov, udržujte pružnú svalovú diétu

6. Diéta

S cieľom chrániť tráviaci systém, hodinu po jedle pred cvičením, tréning by mal byť aspoň pol hodiny pred jedlom, cvičenie menej vody, najmä pitnej vody, aby sa nezvyšila záťaž srdca, obličiek

Strečingové cvičenia

Bez ohľadu na to, ako rýchlo chodíte, je najlepšie najprv urobiť strečingové cvičenia. Teplé svaly sa ľahšie natáhajú, preto si doprajte 5 až 10 minútovú rozcvičku. Potom sa zastavte a vykonajte strečing nasledovne: 5-krát, každý krok po dobu 10 sekúnd alebo dlhšie; po tréningu ho zopakujte.

1. Natiahnite sa

Kolená sú mierne pokrčené, telo sa pomaly nakláňa dopredu, chrbát a ramená sú uvoľnené a ruky sa snažia dotknúť prstov. Vydržte 10 ~ 15 sekúnd, potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát (ako na obrázku 1).

2. Natáhanie šliach

Posaďte sa na čistý sedací vankúš a narovnajte jednu nohu. Druhú nohu položte dovnútra tak, aby tesne priliehala k vnútornej strane rovnkej nohy. Snažte sa rukami dotknúť prstov na nohách. Vydržte tak 10 ~ 15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát pre každú nohu (ako na obrázku 2).

3. Natiahnutie lýtka a päty

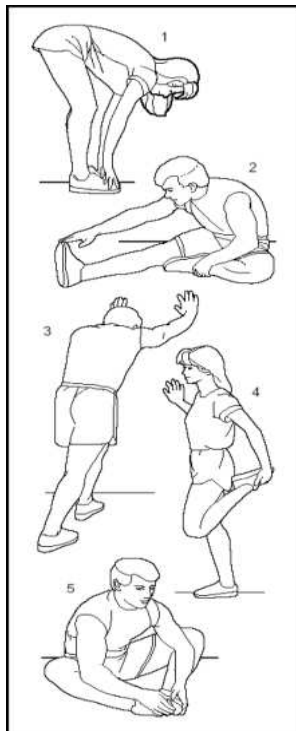
Držte sa steny alebo stromu oboma rukami a jednou nohou za sebou. Zadné nohy držte vzpriamene, päty na zemi a nakláňajte sa smerom k stene alebo stromu. Vydržte tak 10 ~ 15 sekúnd, potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát pre každú nohu (ako je znázornené na obrázku 3).

4. Strečing štvorhlavého svalu

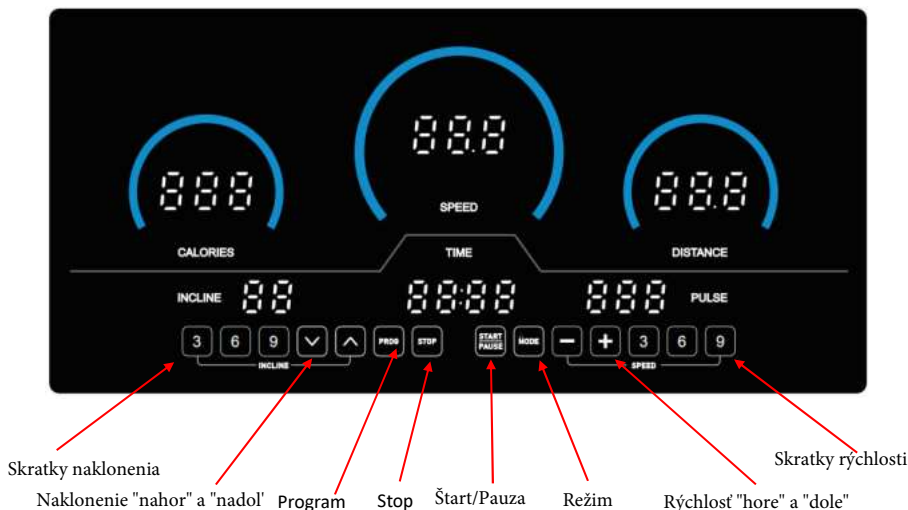
Ľavou rukou uchopíte rovnováhu alebo stôl, potom pravú ruku natiahnite dozadu, chyťte pravý členok a pomaly ho ťahajte smerom k bokom, kým neucítite, že svaly pred stehnami sú napäté. Vydržte tak 10 ~ 15 sekúnd, potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát pre každú nohu (ako je znázornené na obrázku 4).

5. Sval sartorius (sval vo vnútri stehna) sa natiahne

Chodidlá sú oproti sebe a kolena sedia. Uchopte chodidlá oboma rukami a ťahajte ich smerom k slabinám. Vydržte tak 10 ~ 15 sekúnd, potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát. (Ako je znázornené na obrázku 5).



Pokyny pre panel konzoly



Funkcia konzoly Popis

- 1、P01 je užívateľský manuálny program, P01-P36 je zabudovaný automatický tréningový program, 3 používatelia, BMI;
- 2、LED displej, 14 ovládacích tlačidiel;
- 3、Funkcia prevodu systému rýchlosti, vzdialenosti;
- 4、Rozsah pracovných otáčok: 5、Rozsah sklonu: KM 1,0 ~ 20,0KM/H, palec 0,6-12,5MPH; 5、Rozsah sklonu: 1: 0~15%;
- 6、Ochrana proti preťaženiu, nadprúdová ochrana, ochrana proti nárazu pri výbuchu, proti rýchlosti, proti elektromagnetickému rušeniu a ďalšie funkcie bezpečnostnej ochrany;
- 7、System self-test, abnormal information prompt function;
- 8、3 custom functions;
- 9、ERP funkcie;
- 10、Funkcia pripomínania paliva;

Popis okien

- 1、okno "CALORIES": zobrazenie hodnoty kalórií; 2、okno "TIME": zobrazenie hodnoty času;
- 3、okno "DISTANCE": zobrazuje hodnotu vzdialenosti;
- 4、okno "INCLINE": zobrazuje hodnotu sklonu.
- 5、okno "PULSE": zobrazuje hodnotu srdcovej frekvencie; 6、okno "SPEED": zobrazuje hodnotu rýchlosti;

Pokyny na konverziu v cisárskych cenách:

- 1) Po odpojení bezpečnostného zámku stlačte súčasne tlačidlá "PROGRAM" a "MODE", na displeji sa zobrazí 0,6, čo znamená prepočet z kilometrov na míle;
- 2) Po odpojení bezpečnostného zámku stlačte súčasne tlačidlá "PROGRAM" a "MODE", na displeji sa zobrazí 1,0, čo znamená, že míle sú prepočítané na kilometre;

KLÚČOVÁ FUNKCIA

1. "PROG" : tlačidlo výberu programu, v zastavenom stave, cyklus na výber programu P0~P36, U01~U03, BMI;
2. "MODE" : Keď je zvolený manuálny režim MODE, počiatočný stav je normálny režim. Stlačte tlačidlo režimu na výber režimu odpočítavania -> režim spätného odpočítavania vzdialenosti -> spätné kalórie -> normálny režim v manuálnom režime; tlačidlo Reset pre predvolený (30 minút) interval odpočítavania v P1-P36;
3. "START" : tlačidlo štart/pauza, v zastavenom stave spustíte bežecský pás; v bežiacom stave pozastavte bežecský pás; " pauza" bez účinku, ak je pripojenie Bluetooth;
4. STOP: Tlačidlo Stop/reset 1. V stave chodu stlačte tlačidlo STOP pre pomalé zastavenie; 2. Keď sa zobrazí informácia ERR, zobrazená informácia sa raz vymaže.
5. "+" : tlačidlo prírastku rýchlosti, v stave zastavenia alebo merania tuku nastaviť tlačidlo prírastku parametrov, v stave chodu tlačidlo prírastku rýchlosti;
6. "-" : tlačidlo poklesu rýchlosti, v stave zastavenia alebo merania tuku je tlačidlo poklesu nastavených parametrov, v stave chodu je tlačidlo poklesu rýchlosti;
7. "QUICK SPEED" : 3,6,9 klávesové skratky rýchlosti, v stave behu bežecského pásu priamo nastavujú rýchlosť na zadanú hodnotu klávesu;
8. "▲" : tlačidlo zvyšovania sklonu; 9. "▼" : tlačidlo znižovania sklonu;
10. "QUICK INCLINE" : 3,6,9 klávesová skratka sklonu, keď je bežecský pás v chode, priamo nastaví rýchlosť na zadanú hodnotu klávesu;

Safety key :

Bezpečnostný kľúč sa skladá z dotykového spínača, štipca na bielizeň a nylonového lana, ktoré môže zabrániť núdzové vypnutie. V akomkoľvek stave, pokiaľ je bezpečnostný zámok mimo svojej polohy, bežecský pás prestane bežať, klávesnica konzoly je zakázaná a na obrazovke sa zobrazí "E-07" sprevádzaný výstražným zvukom. Pri každom umiestnení bezpečnostného zámku sa na obrazovke zobrazia 2 sekundy a potom prejde do predvoleného pracovného stavu systému.

Program USER: USER má tri USER1~USER3. V režime USER môžu používatelia pristupovať alebo nastavovať svoj vlastný športový program, stlačiť

Tlačidlo "PROG" nastavte na "USER1~USER3", potom stlačte tlačidlo "mode" na nastavenie alebo stlačte tlačidlo START na spustenie športovania. Stlačením tlačidla "MODE" nastavte 10 sekcií rýchlosti a stúpania vlastného programu. Po nastavení používateľ stlačí tlačidlo "START" na spustenie bežeckého pásu. Program používateľa sa uloží a môže sa použiť priamo nabudúce.

Bezpečnostná príručka

1. Zasuňte zástrčku napájacieho kábla do 10A zásuvky s bezpečnostným uzemnením, zapnite vypínač, obrazovka konzoly sa úplne zobrazí so zvukovou výzvou, potom identifikujte bezpečnostný kľúč.
2. Umiestnite bezpečnostný kľúč do polohy na konzole a pripnite sponu na oblečenie na hrudníku. Obrazovka sa na 2 sekundy úplne zobrazí a potom prejde do predvoleného pracovného stavu: všetky počítadlá sa vymažú na nula, nastavená hodnota sa vynuluje, bežecký pás je v režime pozitívneho časovania manuálneho programu P0; 3. Stlačením tlačidla "PROG" vyberte program: P01~P36, U01,U02,U03, BMI;
4. "P0" je program definovaný používateľom, stlačením tlačidla "MODE" vyberte štyri tréningové režimy, rýchlosť tréningu a sklon nastavuje používateľ. Predvolené nastavenie: Rýchlosť 1,0KM/H, sklon 0 sekcia. Tréningový režim 1: pozitívne počítanie času, času, vzdialenosti, kalórií sa počíta pozitívne, zatvorte funkciu nastavenia; Tréningový režim 2: odpočítavanie času, stav nastavenia, blikanie časového okna, stlačením tlačidla "+", "-" upravte nastavenú hodnotu, nastavte rozsah: 5 - 99 minút, predvolená hodnota: 30:00; Tréningový režim 3: odpočítavanie vzdialenosti, nastavte stav, okno vzdialenosti bliká, stlačte "+", "-" upraviť nastavenú hodnotu, nastaviť rozsah: 1,0-99,0 KM, predvolená hodnota: 1KM; Tréningový režim 4: reverzné kalórie, nastavený stav, bliká okienko s kalóriami, stlačením tlačidla "+", "-" upravte nastavenú hodnotu, nastavený rozsah: 20-990CAL, predvolená hodnota: 50CAL;
5. "P01-P36" pre program nastavenia systému, trénuje sa len v režime odpočítavania, v stave nastavenia bliká časové okno, stlačením tlačidla "+", "-" upravte nastavenú hodnotu, stlačením tlačidla "MODE" obnovte predvolenú hodnotu, nastavte rozsah: 5-99MIN, predvolená hodnota: 30:00;
6. Po nastavení tréningového režimu stlačte tlačidlo "START", na obrazovke sa začne zobrazovať 5-sekundové odpočítavanie s 5 pípnutí, po odpočítaní 1 sa bežecký pás jemne rozbehne, pomaly zrýchľuje na zobrazenú rýchlosť a potom beží plynule konštantnou rýchlosťou.
7. V stave behu stlačte tlačidlo "+", "-", alebo tlačidlo "QUICK SPEED" na nastavenie rýchlosti bežeckého pásu;
8. V P1-P36 je rýchlosť každého programu rozdelená na 10 segmentov, každá perióda je rovnomerne rozdelená podľa nastaveného času. Rýchlosť nastavená tlačidlom je platná len v aktuálnom segmente a pri prevode segmentu na iný segment sa trikrát ozve pípnutie tri sekundy vopred. Motor sa automaticky zastaví, keď program prebehne naplno z 10 segmentov, s "pípnutím";
9. V prevádzkovom režime stlačte tlačidlo "START", motor sa zmení medzi dvoma stavmi zavesenia a beží. Reštartujte v pozastavenom stave, zaznamenané bežiace údaje a proces zostanú rovnaké.

10、 Pri chode motora stlačte tlačidlo "STOP", motor sa spomalí, až sa plynulo zastaví, všetky nastavenia sa obnovia do predvoleného stavu;

11、 Počas chodu motora stlačte tlačidlo "", " " alebo " QUICK INCLINE "na nastavenie sklonu bežeckého pásu; 12、 V akomkoľvek stave stiahnite bezpečnostný zámok, na obrazovke sa zobrazí "E-07" a za sprievodného tónu sa bežecký pás zastaví;

13、Kontrolný systém kedykoľvek v rámci bezpečnostného monitorovania, pokiaľ sa zistia anomálie. bežec pás sa núdzovo zastaví, na obrazovke sa zobrazia abnormálne informačné výzvy sprevádzané zvukovými signálmi;

14、Keď sa na obrazovke zobrazia abnormálne informácie, stlačte tlačidlo STOP. Systém vymaže zobrazené informácie jedenkrát.

15、BMI testovacia metóda: stlačením tlačidla "PROG" vyberte program BMI, stlačením tlačidla "MODE" vyberte sériové číslo projektu. stlačením tlačidiel "+" a "-" nastavte parametre.

16、Položka č. F1 (Pohlavie): označuje pohlavie; nastavte rozsah parametrov: 1-2, "1" označuje muža, "2" označuje ženu, predvolená hodnota: 1;

17、Položka č. F2 (Vek): udáva vek; rozsah nastavených parametrov: 1-99 rokov, predvolená hodnota:

25 rokov. 18、Položka č. F3 (Výška): udáva výšku; rozsah nastavených parametrov: 100-220 cm, predvolená hodnota: 170 cm;

19、Sériové číslo položky F4 (Hmotnosť): označuje hmotnosť; rozsah nastavených parametrov: 20-150 kg,

predvolená hodnota: 70 kg; 20、Sériové číslo položky F5 (BMI): označuje ukončenie nastavenia parametrov, vstup do stavu testu BMI,

podržte obe ruky na ľavej a pravej rukoväti snímača srdcovej frekvencie, počkajte 4 sekundy, v okne zobrazenia parametrov sa zobrazí miera telesného tuku testovanej osoby (BMI); podľa normy ázijských ľudí je telesný tuk menej ako 18 pre štíhlych, medzi 18 a 24 pre ideálnu telesnú hmotnosť, medzi 25 a 28 pre nadváhu, viac ako 29 pre obéznych a v okne sa zobrazí telesný tuk testovanej osoby. Predvolená hodnota: 24 (tento údaj slúži len na referenčné cvičenie).

21、Britská testovacia metóda BMI: Stlačením tlačidla "PROG" vyberte program BMI, stlačením tlačidla "MODE" vyberte

sériové číslo položky, stlačte tlačidlá "+" a "-" na nastavenie parametrov.

A) Číslo položky F1 (Sexo) : označuje pohlavie; hodnota sa pohybuje od 1 do 2, pričom 1 označuje muža a 2 ženu. Predvolená hodnota je 1.

B) Číslo položky F2 (Vek) : udáva vek; rozsah hodnôt: 1 až 99 rokov. Predvolená hodnota: 25 rokov ;

C) Položka č. F3 (Výška) : udáva výšku. Hodnota sa pohybuje od 39 do 87 palcov. Predvolená hodnota: 67 palcov.

D) Číslo položky F4 (Hmotnosť) : udáva hmotnosť; Rozsah nastavených parametrov: 44-330 LBS. Predvolené nastavenie: 154 LBS.

E) Položka č. F5 (BMI) : označuje ukončenie nastavenia parametrov a zadanie testu telesného tuku stav. Počkajte 4 sekundy, v okne zobrazenia parametrov sa zobrazí percento telesného tuku (BMI) testovanej osoby; podľa ázijských noriem sa za štíhlu považuje telesný tuk nižší ako 18, za ideálnu telesnú hmotnosť sa považuje telesný tuk od 18 do 24, za nadváhu sa považuje telesný tuk od 25 do 28 a za obezitu sa považuje telesný tuk vyšší ako 29 (tieto údaje slúžia len na porovnanie pri cvičení). Predvolená hodnota: 24

Prenosová funkcia ERP:

Tabuľka rýchlosti a sklonu pre automatický program P01-P36: metrická

Pro	Seg Trieda	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	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	RÝCHLOS ↑	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE										

	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	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	2	2
P18	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	INCLINE	2.0	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	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	RŶCHLOS †	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	10	8	4
P32	RŶCHLOS	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	RŸCHLOS †	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	RŸCHLOS †	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	RŸCHLOS †	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	RŸCHLOS †	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

Tabuľka rýchlosti a sklonu pre automatický program P01-P36: palec

Pro	Seg Trieda	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	RÝCHLOSŤ	0.6	1.8	3.1	3.1	3.1	4.3	4.3	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	RÝCHLOSŤ	1.2	1.8	3.1	5	3.1	3.1	3.7	5	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	RÝCHLOSŤ	1.2	1.8	4.3	5	3.1	3.1	3.1	5	2.5	1.8
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	RÝCHLOSŤ	1.2	1.2	3.1	5	5	5	5.0	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	RÝCHLOSŤ	1.8	2.5	5	5.6	6.2	6.2	6.2	4.3	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	RÝCHLOSŤ	1.8	2.5	3.7	4.3	4.3	4.3	5.6	6.2	3.1	1.8
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	RÝCHLOSŤ	1.8	2.5	2.5	6.2	2.5	5.6	2.5	6.8	1.8	1.2
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	RÝCHLOSŤ	1.8	3.1	4.3	5.6	1.8	3.1	4.3	3.1	6.8	3.1
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	RÝCHLOSŤ	1.8	4.3	6.2	2.5	4.3	6.8	3.1	2.5	7.5	3.7
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	RÝCHLOSŤ	1.8	3.1	5.6	6.2	3.7	3.7	5.6	3.7	6.8	1.8
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	RÝCHLOSŤ	2.5	3.1	6.8	5.6	3.7	5	5.6	6.8	3.7	3.1
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	RÝCHLOSŤ	2.5	3.7	6.2	6.2	6.2	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	RÝCHLOSŤ	1.2	2.5	3.7	3.7	3.7	5	5	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	RÝCHLOSŤ	1.8	2.5	3.7	5.6	3.7	3.7	4.3	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	RÝCHLOSŤ	1.8	2.5	5	5.6	3.7	3.7	3.7	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	RÝCHLOSŤ	1.8	1.8	3.7	5.6	5.6	5.6	5.6	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	RÝCHLOSŤ	2.5	3.1	5.6	6.2	6.8	6.8	6.8	5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	RÝCHLOSŤ	2.5	3.1	4.3	5	5	5	6.2	6.8	3.7	2.5
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	RÝCHLOSŤ	2.5	3.1	3.1	6.8	3.1	6.2	3.1	7.5	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	RÝCHLOSŤ	2.5	3.7	5	6.2	2.5	3.7	5	3.7	7.5	3.7

	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	RÝCHLOSŤ	2.5	5	6.8	3.1	5	7.5	3.7	3.1	7.5	4.3
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	RÝCHLOSŤ	2.5	3.7	6.2	6.8	4.3	4.3	6.2	4.3	7.5	2.5
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	RÝCHLOSŤ	3.1	3.7	7.5	6.2	4.3	5.6	6.2	7.5	4.3	3.7
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	RÝCHLOSŤ	3.1	4.3	6.8	6.8	6.8	5	5	6.8	4.3	3.7
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	RÝCHLOSŤ	1.8	3.1	4.3	4.3	4.3	5.6	5.6	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	RÝCHLOSŤ	2.5	3.1	4.3	6.2	4.3	4.3	5	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	RÝCHLOSŤ	2.5	3.1	5.6	6.2	4.3	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	RÝCHLOSŤ	2.5	2.5	4.3	6.2	6.2	6.2	6.2	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	RÝCHLOSŤ	3.1	3.7	6.2	6.8	7.5	7.5	7.5	5.6	3.7	3.1
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	RÝCHLOSŤ	3.1	3.7	5	5.6	5.6	5.6	6.8	7.5	4.3	3.1
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	RÝCHLOSŤ	3.1	3.7	3.7	7.5	3.7	6.8	3.7	7.5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	RÝCHLOSŤ	3.1	4.3	5.6	6.8	3.1	4.3	5.6	4.3	7.5	4.3
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	RÝCHLOSŤ	3.1	5.6	7.5	3.7	5.6	7.5	4.3	3.7	7.5	5
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	RÝCHLOSŤ	3.1	4.3	6.8	7.5	5	5	6.8	5	7.5	3.1
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	RÝCHLOSŤ	3.7	4.3	7.5	6.8	5	6.2	6.8	7.5	5	4.3
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	RÝCHLOSŤ	3.7	5	7.5	7.5	7.5	5.6	5.6	7.5	5	4.3
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

Komunikácieapredpokladnémetódy :

Kód problému	Možné dôvody	Riešenie
Systém nefunguje	A. Napájanie nie je pripojené alebo napájanie nie je zapnuté	Pripojte napájací zdroj alebo prepnite vypínač napájania do polohy "NO".
	B. Bezpečnostné zámky nie sú na mieste	Nastavte bezpečnostný zámok do správnej polohy
	C. Riadiaca jednotka alebo konzola nie je zapnuté	Vymeňte ovládač alebo konzolu
	D. Slabý kontakt na linke	Kontrola vstupných a výstupných a komunikačných liniek systému
Náhle zastaviť v normálnom stave	A. Bezpečnostný zámok vypadol	Opätovná inštalácia bezpečnostného zámku
	B. systémová chyba	Požiadajte opravára, aby sa s tým vysporiadal
Zlyha nie kľúčov	KLÚČ INVALID	1. Vymeňte klávesnicu a kábel klávesnice 2. vymeňte základnú dosku 3. vymeňte konzolu
E-01	A. Komunikačný kábel je v slabý kontakt	Znovu pripojte komunikačný kábel a skontrolujte, či je port správne zasunutý, alebo komunikačný kábel vymeňte.
	B. Vadná konzola	Zmena konzoly
	C. Vadný ovládač	Zmena ovládača
E-02	A. Vadný kábel motora a motor	Výmena motora
	B. Kábel motora je nesprávne pripojený k riadiacej jednotke alebo riadiaca jednotka je nesprávne pripojená	Skontrolujte a znovu pripojte alebo vymeňte riadiacu jednotku
E-03	A. Fotoelektrický senzor nie je správne nainštalované	Kontrola a opätovné pripojenie
	B. Slabý fotoelektrický senzor	Výmena fotosenzora
	C. Fotoelektrický snímač znečistený alebo zlý prvý kontakt	Kontrola a opätovné pripojenie/vyčistenie svetelného snímača
	D. Vadný ovládač	Zmena ovládača
E-05	A. Poškodený ovládač	Výmena ovládača
	B. poškodený motor	Vymeňte motor
	C. mechanická porucha	Skontrolujte, či nie je upchatý tečúci olej alebo bubon
E-07	Konzola nedetektuje signál bezpečnostného zámku	1. kontrolujte, či je bezpečnostný zámok nasadený; 3. Opätovne nainštalujte bezpečnostný mechanizmus; 3. Vymeňte elektronické hodinky
Žiadna srdcová frekvencia	A. Uchopovací drôt nie je vložený do miesta alebo uchopovací drôt nie je dobrý	Skontrolujte a pripojte alebo vymeňte kábel rukoväte
	B. Závada obvodu elektronického systému	Zmena konzoly
konzola je neúplná alebo chýba linky	A. LED digitálna trubica alebo obrazovka je zlá	Výmena základnej dosky alebo obrazovky
	B. zlyhanie systému	Zmena konzoly

Skladanie a premiestňovanie

bežeckého pásu 1 Skladací

bežecký pás

- 1) Pri skladaní sa musí odpojiť napájanie.
- 2) Skontrolujte, či je sklon bežeckého pásu v najnižšej polohe.
- 3) Zdvihnite bežecký pás do zvislej polohy, spojovacie časti Ezfit sa automaticky zaseknú na hydraulike;
- 4) Skontrolujte, či je kontrolná časť Ezfit, ktorá spája časti, prilepená na hydraulický, ako je znázornené na obrázku.



2 Bežecký pás sa rozkladá

- 1) Ak chcete bežecký pás rozložiť, musíte si vybrať miesto vzdialené približne 1 meter od elektrickej zásuvky a rovnú zem bez iných prekážok.
- 2) Pri rozkladaní bežeckého pásu je potrebné najprv držať bežecký pás oboma rukami, nohami stúpiť na prepojenie Ezfit a bežecký pás automaticky pomaly klesne na zem; v tomto čase musí používateľ nechať bežecký pás vo vzdialenosti asi 1 meter, kým sa bežecký pás úplne nerozloží. ako ukazuje obrázok:

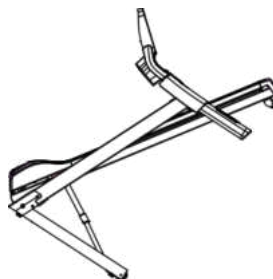


3 Pohyblivý bežecký pás

Pri sťahovaní je potrebné zabezpečiť, aby:

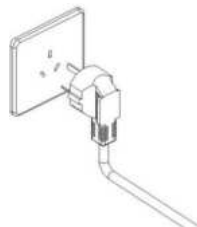
- 1) Vypínač napájania bežeckého pásu je vypnutý;
- 2) Sieťová zástrčka bola vytiahnutá zo zásuvky;
- 3) Veľký rám bol zložený;

Po objasnení vyššie uvedených bodov držte jednou rukou koniec bežeckého pásu a druhou rukou opierku na ruku na tej istej strane a pomaly pohybujte strojom, keď je naklonený o 40 ~ 50° k hrudníku, ako ukazuje obrázok.



Sprievodca uzemnením

Tento výrobok musí mať uzemnenie. Ak by došlo k chybe a poškodeniu bežeckého pásu, uzemňovací vodič môže vytvoriť jeden obvod s najnižším odporom, prúd môže byť vedený do zeme, aby sa znížilo nebezpečenstvo úrazu elektrickým prúdom. Tento výrobok je vybavený jedným káblom, ktorý má jeden uzemňovací vodič a uzemňovaciu zástrčku. Bežecký pás musí byť uzemnený správnou zásuvkou, ktorá je kompatibilná s miestnymi predpismi.



Nebezpečenstvo! Ak neviete, či je zariadenie správne uzemnené, obráťte sa na kvalifikovaného elektrikára alebo pracovníkov údržby. Zástrčku pripojenú k tomuto výrobku nemeňte bez oprávnenia. Ak zástrčka nezodpovedá zásuvke, nechajte kvalifikovaného elektrikára nainštalovať vhodnú zásuvku.

NÁVOD NA POUŽITIE VÝROBKU

Používanie pokynov bežeckého pásu

1. Zapnite napájanie, nechajte bežecký pás rozložený v najnižšej polohe a skontrolujte, či je jeho funkcia normálna.
2. Bezpečnostnú šnúru kľúča si pripnite k oblečeniu.
3. Pred použitím sa uistite a skontrolujte jeho funkčnosť a stabilitu. Nie je dovolené stáť na bežekom páse, aby ste ho naštartovali. Správny spôsob štartovania je stáť na bočných lištách s rukami na rukoväti. Po normálnej práci môžete s bežeckým pásom cvičiť. pri stlačení tlačidla "START" držte rukoväť, bežecký pás sa po 5 sekundách rozbehne rýchlosťou 1,0 km/h. Potom stlačte tlačidlo "+" na rýchlosť 2,5 - 3,5 km/h, čo je komfortná rýchlosť behu. Obe ruky majú súčasne chytiť rukoväť a nohy postupne stúpajú na bežecký pás, aby sa spustil beh. Bežte rovnakým tempom ako bežecký pás.
4. Po niekoľkých minútach môžete zrýchliť stlačením tlačidla "+" alebo spomaliť stlačením tlačidla "-", pričom budete držať ručičku.
5. Pri spustení stlačte hodnotu rýchlosti, môžete zadať požadovanú pevnú rýchlosť.
6. Stlačením tlačidla "stop" kedykoľvek zastavíte motor.
7. Prednastavenie Použitie
Pripojte napájanie .Zapnite napájanie.
Stlačením tlačidla "vybrať" vyberte požadovaný režim.
Stlačením tlačidla "starts" spustíte vybraný režim.
Stlačením tlačidla "+" alebo "-" môžete meniť rýchlosť alebo stlačením tlačidla "stop" ho zastaviť.
8. Testovanie HRC
Po zapnutí bežeckého pásu podržte ruky na kovových snímačoch pulzu, potom sa na displeji zobrazí hodnota HRC.

Poznámka: Keď vytiahnete bezpečnostný kľúč, bežecký pás sa okamžite zastaví,
A počítač nemôže pracovať, v okne sa zobrazí "-----".

Údržba bežeckého pásu

1. Mazanie

Po určitom čase používania bežeckého pásu je potrebné ho namazať nakonfigurovaným metylsilikónovým olejom. Návrh :

Využitie času menej ako 3 hodiny týždenne mazanie raz za 5 mesiacov

Čas používania rovnajúci sa 4-7 hodín každý týždeň mazanie raz za 2

mesiace Čas používania viac ako 7 hodín každý týždeň mazanie raz za mesiac

Žiadne nadmerné mazanie. Poznámka: dôležitým faktorom predĺženia životnosti bežeckého pásu je správne mazanie.

2. Kontrolu, či je potrebné bežecký pás namazať, vykonáte tak, že zdvihnete bočnú mäkkú časť bežeckého pásu a nahmatáte stredovú zadnú časť pásu, pokiaľ je to možné. Ak sa nájdú stopy silikónového nástreku, mazanie nie je potrebné. Ak je povrch suchý, pás je potrebné namazať

Nanesenie maziva na remeň: (podľa obrázku)

- Zastavte bežecký pás a zložte bežecký pás. Pás zadného hlavného rámu postavte tak, aby sa olej dostal do strednej polohy.
- Nastriekanie silikónového oleja na vnútornú stranu bežeckého pásu a nanesenie silikónového oleja na obe strany bežeckého pásu.
- Bežte na bežiacom páse rýchlosťou 1 km/h, aby ste silikón naniesli rovnomerne na pás. A na bežiacom páse šľapajte zľahka zľava doprava.

Počkajte niekoľko minút, aby sa silikónový sprej rozotrel,

- pred spustením stroja

Čistenie

Pravidelné čistenie pásov zaručuje dlhú životnosť výrobku.

Varovanie: Bežecký pás musí byť vypnutý, aby nedošlo k úrazu elektrickým prúdom. Napájací kábel musí byť vytiahnutý zo zásuvky, pred začatím čistenia alebo údržby.

- Po tréningu: Utrite konzolu a ostatné povrchy čistou mäkkou a vlhkou handričkou, aby ste odstránili zvyšky potu.
Upozornenie: Nepoužívajte žiadne abrazíva ani rozpúšťadlá. Aby ste zabránili poškodeniu počítača, nepúšťajte doň žiadne kvapaliny. Nevystavujte počítač priamemu slnečnému žiareniu.
- Týždenník: Na uľahčenie čistenia sa odporúča používať podložku pod bežecký pás. Obuv môže zanechávať na bežeckom páse nečistoty, ktoré sa môžu dostať pod bežecký pás. Podložku pod bežecký pás čistite raz týždenne. Uskladnenie: Bežecký pás skladujte v čistom a suchom prostredí. Uistite sa, že hlavný vypínač je vypnutý a je odpojený od elektrickej zásuvky.

1. Nastavenie pásu

Všetky bežiacie pásy sú správne nastavené vo výrobe a po montáži. Po určitom čase používania sa však môže objaviť vôľ a. Ako napríklad : pri chode sa môže vyskytnúť pauza a sklz. Keď sa tento jav vyskytne, nastavte bežecký pás a zaskrutkujte ho o pol otáčky doľava a doprava. Ak je bežecký pás voľný, bežecký pás a valec sa budú striedavo prešmykovať. Príliš tesné ťahovanie však tiež nie je dobré, čo ľahko zvýši zaťaženie motora a poškodí motor, bežecký pás a valec atď.

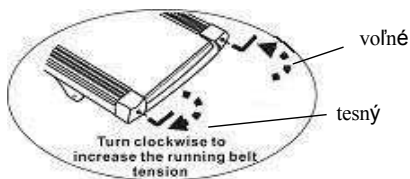


2. Nastavenie odchýlky pásu:

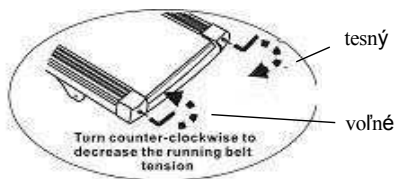
Všetky bežiacie pásy sú správne nastavené vo výrobe a po montáži. Po určitom čase sa však pásy môžu odchýliť. Dôvody možno uviesť nasledovne.

- ① Bežecský pás je nestabilný.
- ② Nohy neboli pri behu v strede bežecského pásu.
- ③ Nohy pôsobia nerovnomernou silou.

Ak je odchýlka spôsobená manuálnym, Nie - otáčanie záťaže sa na niekoľko minút môže vrátiť do normálu. Nastavenie krok za krokom po pol otáčke pomocou 6 mm imbusového kľúča, ktorý je vybavený náhodne pre nemôže obnoviť automaticky.



Napríklad ľavá odchýlka bežecského pásu. Nastavte ľavú skrutku v smere hodinových ručičiek alebo pravú skrutku proti smeru hodinových ručičiek.



Napríklad pravá odchýlka bežecského pásu. Nastavte pravú skrutku v smere hodinových ručičiek alebo ľavú skrutku proti smeru hodinových ručičiek.

KLÚČOVÝ BOD:

- V smere hodinových ručičiek znamená utiahnuť.
- Proti smeru hodinových ručičiek znamená uvoľniť.
- Bežecský pás sa posunie na voľnú stranu.

① Ak sa bežecský pás posunie doľava, znamená to, že ľavá strana je príliš voľná. Nastavte ľavú skrutku v smere hodinových ručičiek, aby bola ľavá strana pevnejšia.

Alebo nastavte pravú skrutku proti smeru hodinových ručičiek, aby bola pravá strana voľnejšia.

② Ak sa bežecský pás posúva doprava, znamená to, že pravá strana je príliš voľná. Nastavte pravú skrutku v smere hodinových ručičiek, aby bola pravá strana pevnejšia.

Alebo nastavte ľavú skrutku proti smeru hodinových ručičiek, aby bola ľavá strana voľnejšia.

Pozor:

- Pred nastavením bežecského pásu musíte bežecský pás spustiť (nechať bežať) na nízku rýchlosť.
- Pri nastavovaní skrutky ju príliš neotáčajte.
- Po každom nastavení je potrebné skontrolovať zmeny na bežiacom páse.

Na odchýlku bežecského pásu sa nevzťahuje záruka a používatelia ho udržiavajú hlavne podľa návodu. Bežecská odchýlka môže vážne poškodiť bežecský pás. Musí sa včas zistiť a odstrániť.

Odchýlka bežecského pásu nepatrí do rozsahu záruky, hlavne používateľ v súlade s manuálom samoúdržby. Odchýlka vážne poškodí bežecský pás, musí byť zistená včas, včasná oprava.

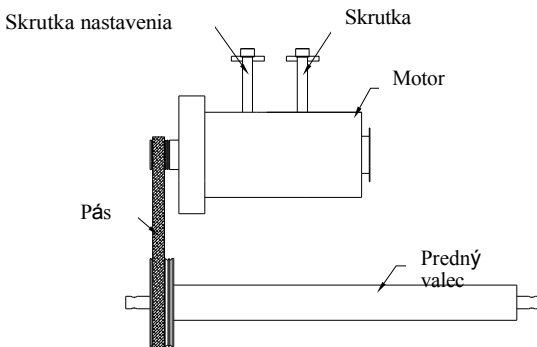
Nastavenie remeňa motora

Všetky remene motora bežekého pásu sa musia nastaviť vo výrobe a po montáži. Po určitom čase používania však môže dôjsť k uvoľneniu alebo preklzu.

Kroky nastavenia: ① Otočte nastavovaciu skrutku kľúčom proti smeru hodinových ručičiek

② Rozsah nastavenia musí byť podmienený tým, aby zaťaženie pásu neprekľovalo.

POZNÁMKA: Pravidelné čistenie remeňov a drážok remenice



Bežné chyby a metódy liečby

Časť bežekého pásu

Problém	Možné príčiny	Metódy údržby
Bežeký pás nefunguje	A je odpojený od siete	Zástrčka do zásuvky
	B bezpečnostný kľúč nie je vložený	Zabudovanie bezpečnostného kľúča do panela
	Signálny systém obvodu C otvorený	Skontrolujte vstupné a signálne vedenie regulátora
	D napájanie nie je zapnuté	Prepínač napájania umiestnite do polohy NO
	E poistka vybuchla	Vymeňte poistku
Bežte s ním Nehladký pohyb	A nedostatočné mazanie	Používanie metylsilikónového oleja
	Bežeké popruhy sú príliš tesné	Upravte si bežeké pásy, aby boli tesné
Bežeký pás skĺzol	A bežeký pás je príliš voľný	Upravte si bežeké pásy, aby boli tesné
	B remeň je uvoľnený	Nastavenie napnutia hnacieho remeňa

Časť konzoly

Kód poruchy	Popis poruchy	Odstraňovanie problémov
E 1	Abnormálna komunikácia: medzi riadiacou jednotkou a konzolou po zapnutí.	Vypnutie riadiacej jednotky do stavu poruchy. Nemožnosť spustenia. Na konzole sa zobrazí kód poruchy a trikrát zaznie zvukový signál. Možné príčiny: komunikácia ovládania a konzoly je zablokovaná, skontrolujte pripojenie komunikačného vedenia, uistite sa, že každé jadro je úplne vložené. Ak je spojovacie vedenie poškodené, vymeňte ho.
E 3	Kábel motora nie je správne pripojený.	Vypnutie do stavu poruchy, bzučiak konzoly zaznie 9-krát a zobrazí sa kód poruchy. Ak sa po vypnutí vráti do normálneho stavu, môže prejsť do pohotovostného stavu a znovu sa spustiť. Možné príčiny: Skontrolujte, či je pripojený vodič motora, či je vodič pripojený. Skontrolujte, či regulátor nemá nejaký zápach, vymeňte regulátor;
	Žiadny signál snímača otáčok: nižší výstup riadiaceho napätia na jednosmerný motor, nemôže prijímať spätnú väzbu otáčok motora dlhšie ako 3 sekundy.	Vypnutie do stavu poruchy, bzučiak konzoly zaznie 9-krát a zobrazí sa kód poruchy. Po vypnutí 10 s vstúpi do pohotovostného stavu, môže sa znovu spustiť. Možné príčiny: Skontrolujte, či zástrčka snímača nie je zasunutá alebo poškodená, zasunúť ju alebo vymeňte snímač.
E 4	Šikmé učenie	Skontrolujte, či je indukčné vedenie zdvíhacieho motora správne zapojené, opätovne zapojte konektor, aby bol spoľahlivý; skontrolujte, či je správne zapojené striedavé vedenie zdvíhacieho motora a či sú striedavé vedenie zdvíhacieho motora a ovládač správne označené; skontrolujte, či nie je prerušené spojovacie vedenie motora, vymeňte spojovacie vedenie alebo zdvíhací motor; a stlačte tlačidlo učenia na ovládači, aby ste sa znovu naučili.
E 5	Nadprúd ochrana: pod bežiacom stave, kontrola zistí že motor na jednosmerný prúd prúd je väčší ako je menovitá hodnota prúd + 6A pre viac ako 3 sekúnd.	Vypnutie do stavu poruchy, bzučiak konzoly zaznie 9-krát a zobrazenie kódu poruchy. Po vypnutí 10s vstúpi do pohotovostného stavu, môže reštartovať. Možné príčiny: Ak prúd prekročí menovité zaťaženie, dôjde k systém vlastnej ochrany, alebo sa zasekla časť bežeckého pásu, čo spôsobilo, že motor nemôže otáčať, záťaž je príliš veľká, prúd je príliš veľký, systém samočinná ochrana; nastavte bežecký pás tak, aby sa opäť spustil. motor vydáva zvuk prúdenia alebo zápach spáleniny, vymeňte motor alebo alebo skontrolujte, či je napájanie nekonzistentné alebo nízke. napätie, opakujte test so správnym napätím.
E 6	Nevýbušná impulzná ochrana: abnormálne napájacie napätie alebo abnormálne napätie motora atď. spôsobí poškodenie obvodu motora pohonu.	Vypnutie do stavu poruchy, bzučiak konzoly zaznie 9-krát a zobrazí sa kód poruchy. Po vypnutí 10s vstúpi do pohotovostného stavu, môže sa reštartovať Možné príčiny: skontrolujte, či je napájacie napätie nižšie ako 50 % normálneho napätia, použite správne napätie na opätovný test; skontrolujte, či ovládač nezapácha, vymeňte ovládač; skontrolujte, či sú pripojené vodiče motora, znovu pripojte vodiče motora.



APP Bluetooth pre bežecký pás



Pripojenie Bluetooth podporuje aplikácie Anyrun, Zwift a Kinomap



AnyRun

Stiahnite si, zaregistrujte a prihláste sa do aplikácie AnyRun APP, vstúpte na stránku s nastaveniami: APP zistí kódy Bluetooth, vyberie kód Bluetooth, ktorý je rovnaký ako kód označený na konzole zariadenia, a spáruje sa.

Zwift

Stiahnite si, zaregistrujte sa a prihláste sa do aplikácie Zwift APP, vstúpte na stránku nastavenia:



Potom kliknite na položku POWER SOURCE a zobrazí sa vyskakovacia ponuka, vyberte kód Bluetooth, ktorý je rovnaký ako kód označený na konzole zariadenia, a potom vyberte položku OK, aby ste sa spárovali.

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.

Kinomap



Stiahnite si, zaregistrujte sa a prihláste do aplikácie Kinomap APP, vstúpte na stránku s nastaveniami: kliknite na Viac v pravom dolnom rohu, kliknite na Správa zariadení, kliknite na + v pravej hornej časti, vyberte  pre bežecký pás;

Potom vyberte značku Bluetooth podľa vlastného výberu, napr. Anyrun atď; kliknite na obsah v časti Interaktívne, APP zistí nájdené zariadenie, vyberte kód Bluetooth, ktorý je rovnaký ako kód označený na konzole zariadenia, potom kliknite na tlačidlo PRIDAŤ NOVÉ ZARIADENIE, vyskočí úspešne pridané zariadenie.



BELANGRIJKE VEILIGHEIDSIINSTRUCTIES

Bedankt voor de aankoop van dit product. Het product zal je helpen om fitter, gezonder en beter te worden op een zeer eenvoudige manier.

Gebruikershandleiding

1. Sluit de stekker altijd aan op een stopcontact met een geaard circuit en het stopcontact moet een speciaal circuit hebben om te voorkomen dat het gedeeld wordt met andere elektrische apparatuur.
2. Zorg ervoor dat de loopband stabiel op de grond staat voor gebruik.
3. Controleer of de werking normaal is of niet voordat u begint.
4. Ga op twee zijrails staan als de loopband start
5. Bevestig de veiligheidssleutel aan je kleding wanneer je aankomt om een noodgeval onder controle te houden.
6. Druk op de "start"-knop om de loopband te starten.
7. Volg de loopband met het linkerbeen om je voor te bereiden op de proefloop. Pas als je voelt dat je kunt rennen, kun je op de loopband gaan staan en het met de juiste houding doen. Er mag maar één persoon op de loopband trainen en overbelasting is ten strengste verboden.
8. Indien nodig kun je de snelheid aanpassen.
9. Na het hardlopen kun je de loopband stoppen door de veiligheidssleutel uit te trekken of op de "stop"-knop te drukken.
10. Vergeet niet om de stroom uit te schakelen en de stekker uit het stopcontact te trekken als je klaar bent met trainen.

Veiligheidsmaatregel: </ li

- ◆ Plaats de loopband binnen om water te vermijden en geen zware spullen.
- ◆ Draag comfortabele kleding en bij voorkeur sport- of gymnastiekschoenen wanneer u het fitnessapparaat gebruikt.
- ◆ Houd kinderen uit de buurt van de loopband om ongelukken te voorkomen.
- ◆ Geen overbelasting die schade kan toebrengen aan de motor, controller, roller en lopende band. Verricht regelmatig onderhoud aan de loopband.
- ◆ Zorg ervoor dat er minder stof binnenshuis is en dat de luchtvochtigheid niet te hoog is om interferentie tussen de console en de controller te voorkomen.
- ◆ Laat de loopband niet langer dan 2 uur continu draaien.
- ◆ Zorg voor een goede luchtcirculatie tijdens het draaien.
- ◆ Er moet 2000x1000mm veilige ruimte zijn aan het uiteinde van de loopband tijdens het hardlopen.
- ◆ Stop met hardlopen bij ongemak en raadpleeg de dokter.
- ◆ Zet de siliconenfles op een plek waar kinderen niet bij kunnen om ernstige fouten te voorkomen.
- ◆ Verbied de gebruiker om direct na gebruik van de loopband af te springen.

- ◆ Trek de stekker voorzichtig uit het stopcontact.
- ◆ Stop de machine als er iets mis is en schakel de stroom onmiddellijk uit.
- ◆ Vraag de plaatselijke distributeur om eventuele problemen op te lossen of service te verlenen. Het is niet toegestaan de onderdelen zelf te demonteren.

GEVAAR!

Controleer de volgende regels om ongelukken of schade te voorkomen.

- ◆ Zorg dat je kleding goed dichtgeritst is voordat je gaat hardlopen.
- ◆ Draag geen kleding die gemakkelijk blijft haken.
- ◆ Houd het netsnoer uit de buurt van hete voorwerpen.
- ◆ Houd kinderen uit de buurt van de loopband.
- ◆ Als er iets mis is, steun dan het stuur om het omhoog te duwen en laat de riem lopen.
- ◆ Gebruik de loopband niet buitenshuis.
- ◆ Sluit de stroom af voordat u de loopband verplaatst.
- ◆ Open het motor- en roldeksel alleen door vakmensen .
- ◆ Deze machine kan worden gebruikt onder een circuit van 10 A.
- ◆ Zorg ervoor dat slechts één persoon tegelijk het fitnessapparaat gebruikt.
- ◆ De HRC-tests zijn mogelijk niet zo nauwkeurig als medische apparatuur, dus de resultaten zijn alleen bedoeld als referentie.
- ◆ Stop onmiddellijk met sporten als u zich onwel voelt of als u pijn voelt in uw gewrichten of spieren.
spieren. Houd vooral in de gaten hoe je lichaam reageert op het trainingsprogramma.
Duizeligheid is een teken dat je te intensief traint met het apparaat. Ga bij de eerste tekenen van duizeligheid op de grond liggen tot u zich beter voelt.

Waarschuwen en verbieden!

◆ Patiënten die onder behandeling zijn, moeten de loopband kunnen gebruiken na goedkeuring van een professionele arts.

(1) De persoon met rugpijn of gebruikt om pijn in het been, taille, nek. Die met gevoelloosheid van benen, taille, nek en handen (die met chronische ziekten zoals tussenwervelschijf protrusie, spinale slip, cervicale wervel protrusie, enz.)

(2) De patiënt met misvormde artritis , reuma of jicht .

(3) De patiënt met osteroporose .

(4) De patiënt met een slechte bloedsomloop zoals hartaandoeningen, vasculaire aandoeningen en vasculaire hypertensie .

(5) De patiënt met ademhalingsstoornissen.

(6) De patiënt met een kunstmatig hartritme probleem.

- (7) De patiënt met kwaadaardige tumoren.
- (8) De patiënt met trombose .
- (9) De patiënt met door diabetes veroorzaakte perceptuele stoornissen.
- (10) De persoon met huidletsel .
- (11) De patiënt met hoge koorts boven 38°C.
- (12) De persoon met gebogen ruggengraat.
- (13) De persoon is zwanger of ongesteld.
- (14) De persoon voelt zich ongemakkelijk .
- (15) De persoon is duidelijk in een slechte toestand.
- (16) De persoon voor rehabilitatie.
- (17) De persoon met abnormale fysieke kenmerken.
 - Bovenstaande gevallen kunnen ongelukken of een slechte gezondheid veroorzaken
- ◆ Stop onmiddellijk met sporten als je je onwel voelt, zoals pijn in je gewrichten of spieren, duizeligheid, gevoelloosheid en een abnormale hartslag, en raadpleeg zo snel mogelijk een arts.
- ◆ Houd kinderen uit de buurt van dit product.
 - Kinderen kunnen gewond raken als je dit negeert.
- ◆ Vertel de kinderen dat dit geen speelgoed is.
 - Kinderen kunnen gewond raken als je dit negeert.
- ◆ Zorg ervoor dat er niemand of huisdieren in de buurt zijn wanneer u dit product gebruikt, verwijdt, terugplaatst of verplaatst.
- ◆ Gebruik dit product niet meer als het deksel gebarsten is (binnenste onderdelen komen naar buiten) of als gelaste onderdelen loslaten.
 - kan gevaar of letsel veroorzaken.
- ◆ Spring tijdens het hardlopen niet op of van de loopband.
 - kan vallen en letsel oplopen.
- ◆ Gebruik of reserveer de loopband niet buiten of in de buurt van een badkamer om water te voorkomen.
- ◆ Gebruik of reserveer de loopband niet op plaatsen die blootstaan aan direct zonlicht en vermijd plaatsen met een hoge temperatuur, zoals elektrische dekens en verwarmingstoestellen.
 - kan elektrische lekkage of brand veroorzaken.
- ◆ Niet gebruiken als het netsnoer of de stekker beschadigd is of als het stopcontact los zit.
 - kan een elektrische schok, kortsluiting of brand veroorzaken.
- ◆ Beschadig of verdraai het netsnoer niet en zet er geen zware dingen op.
 - kan brand of elektrische schokken veroorzaken.
- ◆ Alleen voor één persoon tegelijk, vertel mensen in de buurt niet te dichtbij te komen.
 - kan vallen en letsel veroorzaken.
- ◆ Mensen die niet bij bewustzijn zijn of niet zelfstandig kunnen werken, kunnen de loopband niet gebruiken.

- kan ongelukken of verwondingen veroorzaken.
- ◆ Demontage, reparatie, verandering door de klant zelf zijn absoluut verboden.
- kan mechanische pech en letsel veroorzaken.

Om water te vermijden !

- ◆ het hoofdgedeelte en de bedieningscomponenten kunnen niet in contact komen met water of drank.
- kan elektrische schokken en brand veroorzaken.
- ◆ Train niet te veel als je niet regelmatig sport.
- ◆ Gebruik de loopband niet na de maaltijd of als u zich moe voelt.
- kan uw gezondheid schaden.
- ◆ Dit product is voor thuisgebruik. Het kan niet worden gebruikt in scholen of sportzalen waar veel ongespecificeerde gebruikers zijn.
- letsel kan veroorzaken.
- ◆ Gebruik het product niet tijdens het eten of andere activiteiten.
- ◆ Gebruik het product niet als je voelt dat je lichaam traag wordt na het drinken.
- kan ongelukken of verwondingen veroorzaken.
- ◆ Gebruik het product niet wanneer je een hard voorwerp in je zak hebt.
- kan ongelukken of verwondingen veroorzaken.
- ◆ de stekker kan niet worden aangesloten met naald, afval of water.
- kan elektrische schokken, kortsluiting en brand veroorzaken.
- ◆ Trek de stekker er niet uit en zet de stroom niet op "uit" tijdens het gebruik.
- letsel kan veroorzaken.

Niet bedienen met natte **handen** !

- ◆ Trek de stekker er niet uit en steek hem er niet in met natte handen.
- kan een elektrische schok of letsel veroorzaken.

Vergeet niet de stekker eruit te **trekken** !

- ◆ Vergeet niet de stekker uit het stopcontact te trekken als je het apparaat niet gebruikt.
- Stof en vocht kunnen de isolatie beschadigen en vervolgens elektrische lekkage en brand veroorzaken.
- ◆ Trek de stekker uit het stopcontact voor onderhoud.
- kan elektrische schokken en letsel veroorzaken.
- ◆ stop onmiddellijk met het gebruik als het product niet kan starten of als er iets abnormaals is, trek de stekker uit het stopcontact en bel de storingsdienst.
- kan elektrische schokken en letsel veroorzaken.
- ◆ Trek de stekker uit het stopcontact als de stroom plotseling uitvalt.
- kan ongelukken en verwondingen veroorzaken wanneer de stroom wordt hervat.

- ◆ Je moet de stekker vasthouden en niet de draad wanneer je de stekker eruit trekt.
 - kan kortsluiting, elektrische schokken en brand veroorzaken. Instructie voor aardverbinding !
- ◆ het product moet een geaarde aansluiting hebben. De geaarde aansluiting kan een kanaal met de minste weerstand voor de stroom wanneer het product defect is, waardoor het gevaar van elektrische schokken wordt beperkt.
- ◆ Het product is uitgerust met een elektrische draad voor de aardingsgeleider en een aardingsstekker.

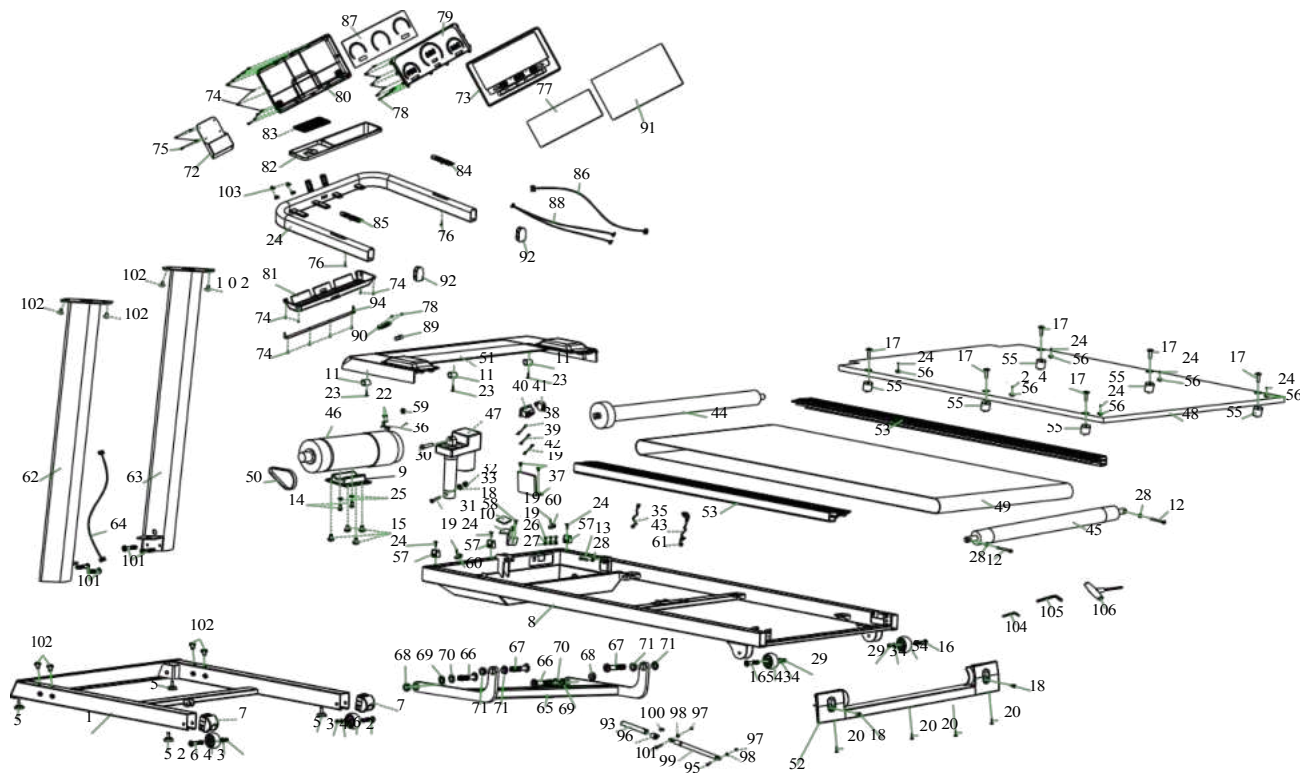
De stekker moet in het stopcontact worden gestoken dat voldoet aan de plaatselijke voorschriften.

Gevaar

- ◆ Als u niet zeker bent van de aarding, vraag dan een professionele elektricien om dit te controleren.

Als de stekker van het product niet overeenkomt met uw stopcontact, moet u een elektricien vragen een correct stopcontact te installeren.
- ◆ Het product heeft een geaarde stekker. Controleer of u het juiste stopcontact hebt eerst. Stopcontactadapter is niet toegestaan.

Exploded diagram



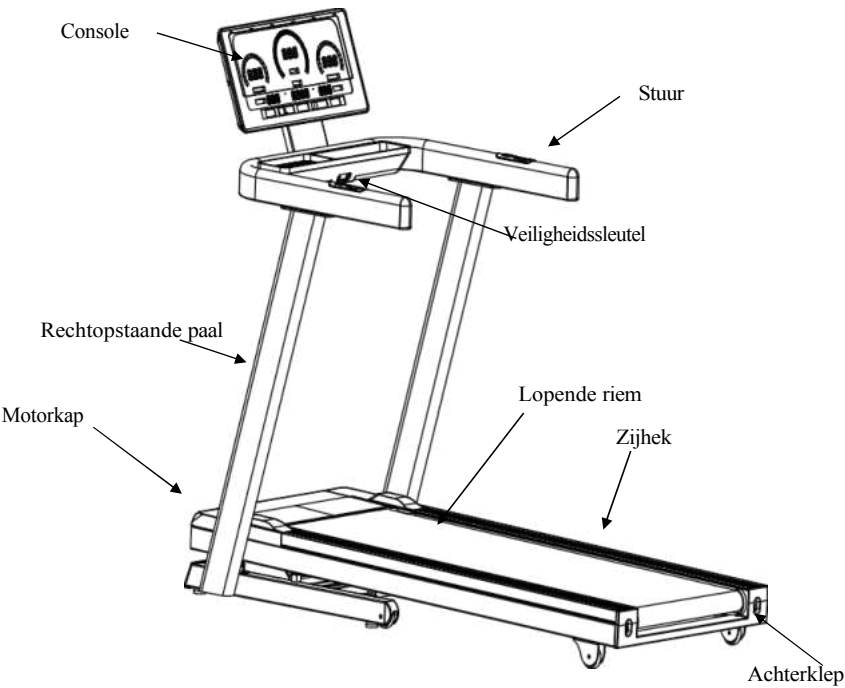
Lijst met explosietabellen

Nee.	Beschrijving	Maat	QTY	Nee.	Beschrijving	Maat	QTY
1	Basis lasnaad		1	63	Staande paal R-lassen	0.32 m ²	1
2	Zeskantbout met grote platte kop en halve vertanding	M8×50×20	2	64	communicatielijn	SM4PIN/SM4PIN/L-12 00mm/26#	1
3	zeskant borgmoer	M8	2	65	Lassen liftframe		1
4	platte ring	Φ8	2	66	Zeskantkop halfandbout	M12×Φ14×35×19	2
5	Taps toelopen voetstuk (OMA-05-07-005)	Φ50×Φ41×17×M8×27	4	67	Zeskantbout met grote platte kop en volle vertanding	M10×25×15	2
6	wiel	Φ62×Φ8.0×t22	2	68	Poedermetallurgie huls	Φ24×Φ19×Φ14×14×3	2
7	Gebogen open buisplug	40×60×t2.0	2	69	Mouw	25×Φ18×t3.0	2
8	Hoofdframe lasnaad		1	70	platte ring	Φ14	2
9	Motorsteun (1320CA-06)		1	71	Hefashuls (OMA-05-06-023)	Φ25×Φ17×Φ10×6×1	4
10	Afdekplaat motor		1	72	Consolehouder lassen		1
11	vaste buis van motorkap	16×t1,2×23	1	73	Frame weergeven	498×175×10.1	1
12	Cilindrische zeskantbout met volle vertanding	M8×75	1	74	Kruiskopschroef met grote platte kop	ST4×16	19
13	Cilindrische zeskantbout met volle vertanding	M8×60	2	75	Verzonken kop met kruisgleuf tapschroef	ST4×15	4
14	Cilindrische zeskantbout met volle vertanding	M8×15	2	76	Verzonken plaatschroef met kruisgleuf	ST4×70	2
15	Zeskantbout met grote platte kop en volle vertanding	M8×15	1	77	keratoscopische boog	t0.5×490×167	1
16	Zeskantbout met grote platte kop en halve vertanding	M8×45×20	2	78	Kruiskopschroef met grote platte kop	ST4×10	12
17	Zeskantbout met verzonken kop en volle vertanding	M6×30×Φ16	4	79	Paneel	1136EA/571×277×10.8	1
18	Grote platte bout met kruisgleuf en volledige vertanding	M5×10	2	80	Achterpaneel	1136EA/571×277×28	1
19	Grote platte bout met kruisgleuf en volledige vertanding	M4×10	6	81	console mand bovenklep		1
20	Kruiskopschroef met grote platte kop	ST4×16	4	82	console mand onderste deksel		1
21	Kruiskopschroef met grote platte kop	ST4×10	7	83	Antislipmat		1
22	Panhead tapschroef met kruisgleuf	ST3×10	4	84	snelheid hand-held harts slag componenten	7239EA/SM5PIN/L-50 MM/SNELHEID+/-	1
23	Verzonken plaatschroef met kruisgleuf	ST4×15	2	85	helling hand-held harts slag componenten	7239EA/L-50MM/SM5 P IN/INCLINE+/-	1
24	Lassen frame console		1	86	communicatielijn	SM4PIN/SM4PIN/L-75 0mm/26#	1

25	veerring	Φ8	3	87	3338EA consoleset		1
26	veerring	Φ5	17	88	Draad voor handmatige hartslagcommunicatie	3330EA/L-1000mm	1
27	getande borgringen	Φ5	2	89	Veiligheidssleutel	J52×15×15 (L-700)	1
28	platte ring	Φ8	3	90	Veiligheidscontactdoos	J86×20×16	1
29	zeskant borgmoer	M8	3	91	Acrylpaneel	t1.0×554×260	1
30	Zeskantbout met grote platte kop en halve vertanding	M10×35×20	3	92	D-vormige buisplug	DX40×80	2
31	Zeskantbout met grote platte kop en halve vertanding	M10×65×20	2	93	eenrichtingsventiel	Φ29×t1,2×340	1
32	Zeskantbout met grote platte kop en halve vertanding	M10	1	94	divers manddeksel		1
33	platte ring	Φ10	1	95	Zeskantbout met grote platte kop en halve vertanding	M8×30×20	1
34	platte ring	Φ8	1	96	Dubbele ronde buisplug	33×Φ 23×48	1
35	communicatielij	SM5PIN/SM4PIN/L-750mm/26#	1	97	zeskant borgmoer	M8	2
36	foto-elektrische sensor	L-500	2	98	platte ring	Φ88×Φ50×Φ17×606	2
37	3330EA besturingselement ERP)	AC220V/1-20KM/H/Incline (ERP)	1	99	Drukstang	720×318×Φ10×Φ8.2×350N	1
38	Draad aansluiten	L-300mm/1,5mm2/(Red)	1	100	granaatscherf-1	t0.6×16.5×43	1
39	Draad aansluiten	L-300mm/1,5mm2/(Black)	1	101	Zeskantbout met grote platte kop en halve vertanding	M8×50×20	4
40	Tuimelschakelaar	KCD4	1	102	Zeskantbout met grote platte kop en volle vertanding	M8×15	8
41	Zelf-resetende schakelaar	10A/ABR21-16/250VAC	1	103	Zeskant pan kop volle tand bout	M6×10	4
42	Draad aansluiten	L-100mm/1,5mm2/(Red)	1	104	L-vormige sleutel	4*30*80	1
43	Stekker	3×1.0mm2×2000	1	105	L-vormige sleutel	6*35*80	1
44	3330EA voorrol	Φ88×Φ50×Φ17×606	1	106	T-vormige sleutel	6*80	1
45	3330EA achterrol	Φ50×Φ17×529×578	1				
46	Motor	1,5 PK/DC180V/4600RPM/Φ32/36	1				
47	Hellingsmotor	1/18HP/75mm/AC220V(195mm)	1				
48	3330EA loopdek	1300×604×t18	1				
49	Lopende riem	2930×500×t1.6	1				
50	riem	174 (442) PJ6	1				
51	3330EA motorkap	367.5×673×36.7	1				
52	Achterklep	673×93×51	1				
53	Zijhek	87×34.5×1342	2				
54	Wiel	Φ62×Φ8.0×t22	2				

55	Cilindrisch kussen	Φ30×30×M6×6	6				
56	Rond geleideblok	φ25×φ5×4,5	10				
57	buisband	φ16 (wit)	3				
58	EVA-onderlegger (E21-V1-12)	t15×30×30	1				
59	magneetring	29×Φ17×t7,5	1				
60	kabelklem	3/8 (UC-2)	1				
61	voedingskabel clip	SR-5R1	1				
62	Staande paal L-naden	0.32 m ³	1				

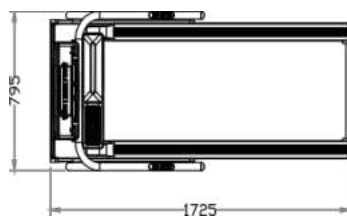
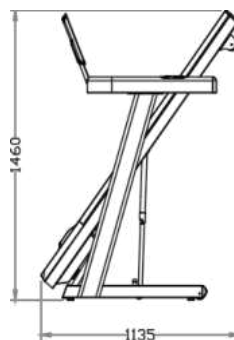
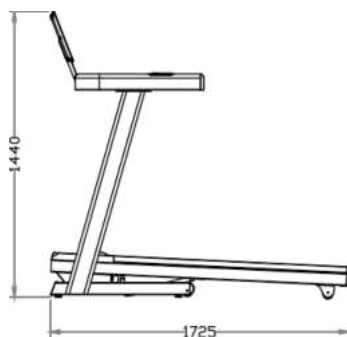
Product Introductie



Technische informatie

Afmeting	Vouwen: 1135*795*1460
	Uitvouwen: 1720*835*1440
Loopvlak	1420*500
Snelheid	1,0-20,0 km/u

Opmerking: WIJ HEBBEN HET RECHT VOOR ZONDER VOORAFGAANDE MEDEDELING HET PRODUCT TE WIJZIGEN.



Paklijst



Hoofdgedeelte



Rechtopstaande
paal



Console frame



Console



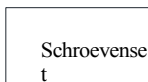
Veiligheidsleutel



siliconenolie

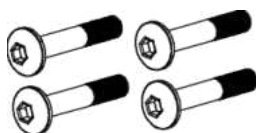


Handmatig



Schroevenset

Hardware Paklijst



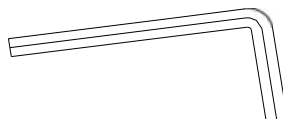
Zeskant grote platte kop halve tand bout (M8 * 50 * 20) 4st



L-vormige moersleutel S4 1pc



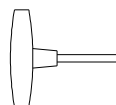
Zeskant pan hoofd volle tand bout (M6 * 10) 4 stuks



L-type inbussleutel S6 1pc



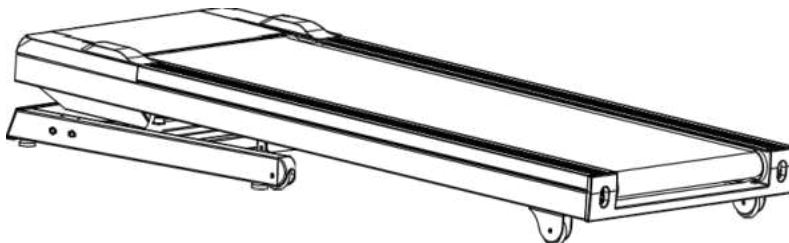
Zeskant grote platte kop volle tand bout M8x15 8st



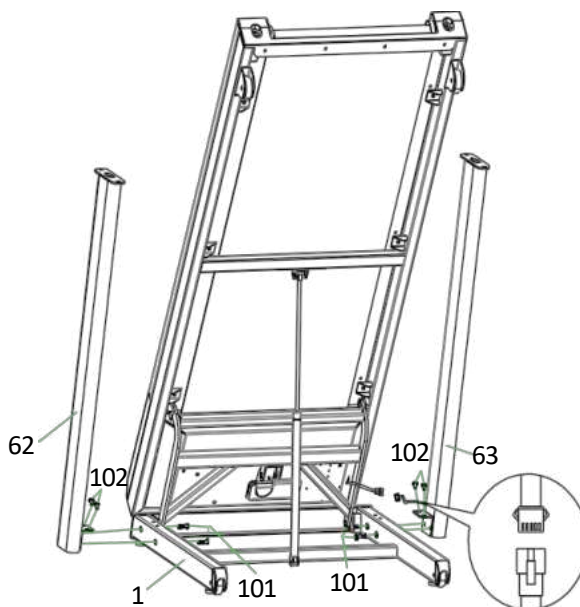
T-vormige moersleutel 6x80

Installatie Stappen

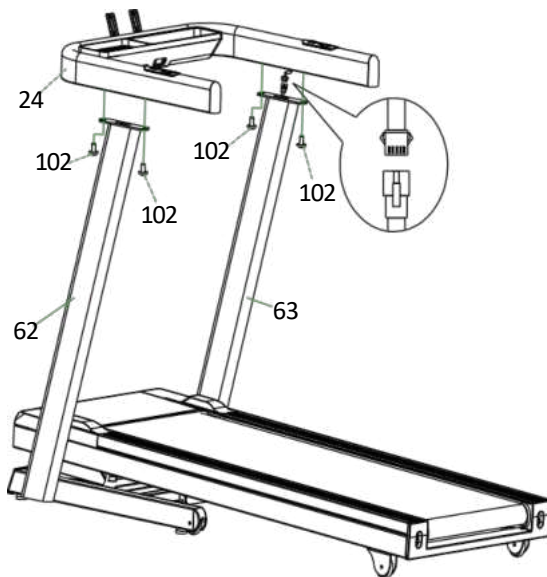
Opmerkingen: Draai niet alle schroeven helemaal vast tijdens de installatie. Draai alle bouten aan nadat de onderdelen volledig zijn geïnstalleerd.



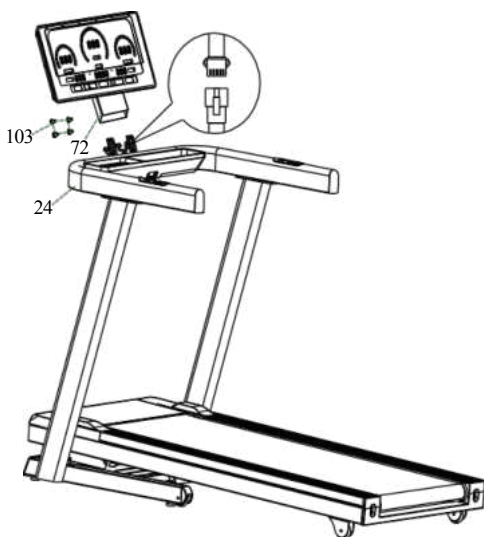
Stap 1: Til de machine uit de verpakkingsdoos en plaats hem op de vlakke vloer (zoals op de foto), verwijder alle PE-zakken en verpakkingsbanden die om de machine gewikkeld zijn!



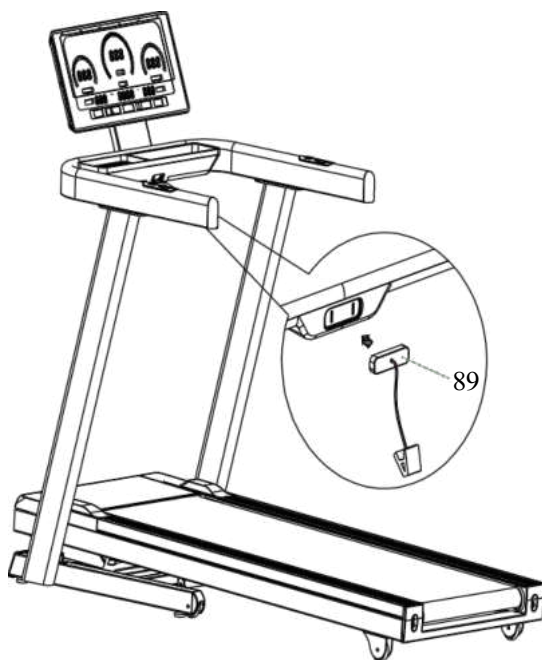
Stap 2: Zoals afgebeeld: Houd de loopband rechtop, plaats de (62) staande paal in de corresponderende positie van de (1) basis soldeer, vergrendel het in het corresponderende gat van de (62) staande paal met de (101) M8×50×20 zeskantbout met grote platte kop en halve tand door de (1) basis, en vergrendel het in het corresponderende gat van de (01) basis met de (102) M8*15 zeskantbout met grote platte kop en halve tand door de (62) staande paal. De handeling aan de andere kant (63) is hetzelfde na het aansluiten van de staander (wees voorzichtig, klem de communicatielij niet in de s t a a n d e r).



Stap 3: Zoals getoond in de afbeelding: Nadat de signaallijn aan de rechterkant van het leuningframe is aangesloten, installeert u de (72) leuning op de corresponderende positie van de (62) (63) staande paal en vergrendelt u het (72) leuningframe door het corresponderende gat van de (62) (63) staande paal met de (102) M8×15 zeskantbout met grote platte kop en volle vertanding.



Stap 4: Zoals afgebeeld: na het aansluiten van de signaaldraad van de console, plaatst u de vaste lassteun (72) in de lassteunhouder (24), vergrendeld met (103)M6×10 .



Stap 5: Stel de machine op en draai alle zelfbevestigingsbouten vast. Plaats vervolgens het veiligheidsslot (89), de loopband is klaar!

Algemene fitnesstips

1. Opwarming

Houd je adem niet in voor de warming-up gedurende 5-10 minuten voor elke warming-up.

2. Adem

Meestal als je je voorbereidt om je adem te herstellen, adem je in met je neus en spuug je je adem uit met je mond. De ademhaling en beweging moeten gecoördineerd zijn, zoals te snel ademen. De beweging moet onmiddellijk worden gestopt

3. Frequentie

Hetzelfde deel van de spier moet 48 uur rusten, dat wil zeggen dat hetzelfde deel slechts om de dag getraind kan worden.

4. Belasting

Volgens de individuele fysieke conditie bepalen de hoeveelheid van de opleiding, dan volgens het principe van asymptotische belasting te oefenen, de eerste training van spierpijn is een normaal verschijnsel, zolang blijven oefenen, kan de pijn worden geëlimineerd.

5. Relax

Doe 5 minuten oefeningen na elke oefening, vooral het rekken en ontspannen van de spieren van de voet, om langdurige spiercondensatie te voorkomen, een spier flexibel dieet te handhaven

6. Dieet

Met het oog op het spijsverteringsstelsel te beschermen, een uur na de maaltijd voor de training, moet de training ten minste een half uur voor het eten, de oefening minder water, vooral het drinken van water, om niet naar het hart, nieren last te verhogen

Rekoefeningen

Hoe snel je ook loopt, je kunt het beste eerst rekoefeningen doen. Warme spieren zijn gemakkelijker te rekken, dus doe een warming-up van 5-10 minuten. Stop dan en doe de stretching als volgt: 5 keer, elke stap 10 seconden of langer; doe het opnieuw na de training.

1. Uitrekken

De knieën zijn licht gebogen, het lichaam buigt langzaam naar voren, laat de rug en schouders ontspannen en de handen proberen de tenen aan te raken. Houd dit 10~15 seconden vol en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer (zie afbeelding 1).

2. Strekken van pezen

Ga op een schoon zitkussen zitten en strek één been. Zet het andere been naar binnen zodat het goed aansluit tegen de binnenkant van het rechte been. Probeer met je handen de tenen aan te raken. Houd dit 10~15 seconden vol en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie afbeelding 2).

3. Kuit- en hielstretch

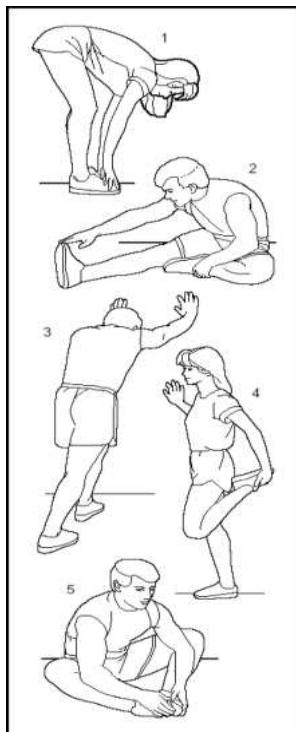
Houd de muur of boom vast met beide handen en een voet erachter. Houd je achterbenen rechtop en je hielen op de grond, leun in de richting van de muur of boom. Houd dit 10~15 seconden vol en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie afbeelding 3).

4. Rekken van de quadriceps

Pak de balans vast met je linkerhand of de tafel, strek dan je rechterhand naar achteren en pak je rechterenkel vast en trek deze langzaam naar je heupen totdat je voelt dat de spieren voor je dijen gespannen zijn. Houd dit 10~15 seconden vol en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie afbeelding 4).

5. De sartoriusspier (spier aan de binnenkant van de dij) strekt zich uit

De voetzolen zijn tegenovergesteld en de knieën zitten naar beneden. Pak je voeten met beide handen vast en trek ze in de richting van je lies. Houd dit 10~15 seconden vol en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer. (Zoals afbeelding 5 laat zien).



Instructies van Consolepaneel



Snelkoppelingen voor hellingen

Hellingshoek "omhoog" en "omlaag"

Programma

Stoppen

Start/Pauze

Modus

Snelheid "omhoog" en "omlaag"

Snelheid snelkoppelingen

Console Functie Beschrijving

- 1, P01 is een gebruiker handmatige programma, P01-P36 is een ingebouwde automatische trainingsprogramma, 3 gebruiker, BMI;
- 2, LED-scherm, 14 bedieningstoetsen;
- 3, snelheid, afstand systeem conversie functie;
- 4, Operationele snelheidsbereik: KM 1.0 ~ 20.0KM / H, inch 0.6-12.5MPH; 5, Hellingshoek bereik: 0~15%;
- 6, Overbelasting, overstroombeveiliging, explosieveilige impact, anti-snelheid, anti-elektromagnetische interferentie en andere veiligheidsfuncties;
- 7, Systeem zelftest, abnormale informatie prompt functie; 8, 3 aangepaste functies;
- 9, ERP-functies;
- 10, Brandstofherinneringsfunctie;

Beschrijving van ramen

- 1, "CALORIES" venster: weergave van de caloriewaarde; 2, "TIME" venster: weergave van de tijdswaarde;
- 3, "DISTANCE" venster: toont de waarde van de afstand; 4, "INCLINE" venster: toont de waarde van de helling.
- 5, "PULSE" venster: toont de waarde van de hartslag; 6, "SPEED" venster: toont de waarde van de snelheid;

Instructies voor keizerlijke omrekening:

- 1) Na het loskoppelen van het veiligheidsslot, druk tegelijkertijd op de "PROGRAM" en "MODE" toetsen, op het display verschijnt 0,6, wat de omzetting van kilometers naar mijlen betekent;
- 2) Nadat u het veiligheidsslot hebt losgekoppeld, drukt u tegelijkertijd op de toetsen "PROGRAM" en "MODE". Op het display verschijnt 1,0, wat aangeeft dat mijlen worden omgezet in kilometers;

SLEUTEL FUNCTIE

- 1, "PROG" : programmakeuzetoets, in gestopte toestand, cyclus om programma P0~P36, U01~U03, BMI te selecteren;
- 2, "MODE" : Wanneer de handmatige MODE geselecteerd is, is de beginstand de normale stand. Druk op de mode toets om de aftelmodus te selecteren -> Achterwaartse afstandmodus -> Achterwaartse calorieën -> Normale modus in de handmatige modus; Reset-knop voor het standaard (30 minuten) aftelinterval in P1-P36;
- 3, "START" : start/pauzeknop, in stilstaande toestand start de loopband; in lopende toestand onderbreekt u de loopband; " pauze" zonder effect als de Bluetooth-verbinding;
- 4, STOP: Stop/reset toets 1. 2. Wanneer de ERR-informatie wordt weergegeven, wordt de eenmaal weergegeven informatie gewist.
- 5, "+" : snelheid increment toets, in de stop-of vetmeting staat, aan de parameter increment toets, in de lopende staat, op snelheid increment toets in te stellen;
- 6, "-" : snelheid achteruitgang toets, in de stop of vetmeting staat, is de ingestelde parameter achteruitgang toets, in de lopende staat, is de snelheid achteruitgang toets;
- 7, "QUICK SPEED" : snelkeuzetoetsen voor 3,6,9 snelheden, in de loopstand van de loopband wordt de snelheid direct ingesteld op de opgegeven waarde van de toets;
- 8, "▲" "9", "▼" : incline decline toets;;
- 10, "QUICK INCLINE" : 3,6,9 helling sneltoetsen, wanneer de loopband loopt, stel direct de snelheid in op de opgegeven waarde van de toets;

Sa f e t y k e y :

De veiligheidssleutel bestaat uit een aanraakschakelaar, een wasknijper en een nylon koord, die de noodstop. In elke toestand, zolang het veiligheidsslot uit de positie is, stopt de loopband met lopen, is het verboden om het toetsenbord van de console te bedienen en verschijnt op het scherm "E-07", vergezeld van een promptgeluid. Telkens wanneer u de veiligheidsvergrendeling plaatst, zal het scherm gedurende 2 seconden verschijnen en vervolgens de standaard werkstatus van het systeem inschakelen.

Gebruikersprogramma:

USER heeft drie USER1~USER3. In de USER-modus kunnen gebruikers hun eigen sportprogramma openen of instellen, druk op

Druk op de "PROG" toets om in te stellen op "USER1~USER3", druk dan op de "mode" toets om in te stellen of druk op de START toets om te beginnen met sporten. Druk op de "MODE" toets om de 10 secties van snelheid en stijging van je eigen programma in te stellen. Na het instellen drukt de gebruiker op "START" om de loopband te starten. Het programma van de gebruiker wordt opgeslagen en kan de volgende keer direct worden gebruikt.

Veiligheidsgids

- 1、 Steek de stekker van het netsnoer in het 10A stopcontact met randaarde, zet de aan/uit-schakelaar aan, het scherm van de console wordt volledig weergegeven met een geluidssignaal, identificeer vervolgens de veiligheidssleutel.
- 2、 Plaats de veiligheidssleutel in de positie op de console en klem de wasknijper vast aan de kleding op de borst. Het scherm wordt gedurende 2 seconden volledig weergegeven en komt dan in de standaard werkstatus: alle tellers worden gewist tot nul, de ingestelde waarde wordt gereset, de loopband staat in de positieve timermodus van het handmatige programma P0; 3、 Druk op de "PROG" toets om een programma te selecteren: P01~P36, U01,U02,U03, BMI;
- 4、 "P0" is een door de gebruiker gedefinieerd programma, druk op de "MODE" toets om vier trainingsmodi te selecteren, de trainingssnelheid en hellingen worden ingesteld door de gebruiker. Standaard: Snelheid 1.0KM/H, helling 0 sectie. Trainingsmodus 1: positief tellen van tijd, tijd, afstand, calorieën zijn positief tellen, sluit de instelfunctie;
Trainingsmodus 2: afteltijd, instelstatus, tijdvenster knippert, druk op de "+", "-" toets om de ingestelde waarde te wijzigen, instelbereik: 5-99 minuten, standaardwaarde: 30:00;
Trainingsmodus 3: afstand aftellen, stel de status in, het afstandsvenster knippert, druk op "+", "-". om de ingestelde waarde te wijzigen, stel het bereik in: 1.0-99.0 KM, de standaardwaarde: 1 KM;
Trainingsmodus 4: omgekeerde calorie, ingestelde status, het calorievenster knippert, druk op de "+", "-" toets om de ingestelde waarde te wijzigen, instelbereik: 20-990CAL, standaardwaarde: 50CAL;
- 5、 "P01-P36" voor het systeem setup-programma, alleen getraind in de aftelmodus, onder de instelling staat, het tijdvenster knippert, druk op "+", "-" toets om de ingestelde waarde te wijzigen, druk op de "MODE" toets om terug te zetten naar de standaard waarde, het bereik in te stellen: 5-99MIN, de standaardwaarde: 30:00;
- 6、 Na het instellen van de trainingsmodus, druk op de "START" toets, het scherm begint 5 seconden af te tellen met 5 pieptonen, nadat het aftellen 1 is, start de loopband zachtjes, versnelt langzaam tot de weergegeven snelheid en loopt dan soepel op constante snelheid.
- 7、 Druk in de loopstand op de "+", "-" of "QUICK SPEED" toets om de snelheid van de loopband aan te passen;
- 8、 In P1-P36 is de snelheid van elk programma verdeeld in 10 segmenten, elke periode is gelijk verdeeld volgens de ingestelde tijd. De snelheid die wordt aangepast met de toets is alleen geldig in het huidige segment en er klinken drie piepjes drie seconden vooraf wanneer het segment wordt omgezet naar het andere segment. De motor stopt automatisch wanneer het programma 10 segmenten vol is, met een "piep";

- 9、 In de lopende modus, druk op de "START"-toets, de motor zal veranderen tussen de twee staten van opschorting en lopend. Herstart in de gepauzeerde status, de opgenomen lopende gegevens en het proces blijven hetzelfde.
- 10、 In de draaiende motor, druk op de "STOP"-toets, de motor zal vertragen totdat deze stopt soepel, zullen alle instellingen worden hersteld naar de standaard staat;
- 11、 In de draaiende motor drukt u op "  ", "  "toets of" QUICK INCLINE "om de helling van de loopband aan te passen;
- 12、 In elke toestand, trek de veiligheidsvergrendeling uit, het scherm geeft "E-07" weer en vergezeld van een toon stopt de loopband met lopen;

13、Het besturingssysteem op elk moment in de veiligheidscontrole, zolang de ontdekking van anomalieën, de Als de loopband een noodstop maakt, verschijnen er abnormale informatiemeldingen op het scherm, vergezeld van pieptonen;

14、Druk op STOP wanneer de abnormale informatie op het scherm wordt weergegeven. Het systeem wist de weergegeven informatie één keer.

15、BMI testmethode: druk op de "PROG" toets om het programma BMI te selecteren, druk op de "MODE" toets om het project serienummer te selecteren. druk op de "+" en "-" toetsen om de parameters in te stellen.

16、Item No. F1 (Sex): geeft het geslacht aan; stel het parameterbereik in: 1-2, "1" geeft man aan, "2" geeft vrouw aan, standaardwaarde: 1;

17、Item nr. F2 (Leeftijd): geeft leeftijd aan; instelbaar parameterbereik: 1-99 jaar, standaardwaarde:

25 jaar. 18、Item No. F3 (Hoogte): geeft de hoogte; ingestelde parameter bereik: 100-220CM, standaardwaarde: 170CM;

19、Item serienummer F4 (Gewicht): geeft het gewicht aan; instelbaar parameterbereik: 20-150KG, standaardwaarde: 70KG; 20、Item serienummer F5 (BMI): geeft de voltooiing van de parameterinstellingen aan, activeer de BMI-teststatus, Houd beide handen tegen de linker- en rechterhendels van het hartslagmeetapparaat, wacht 4 seconden, het parameterdisplayvenster toont het lichaamsvetpercentage (BMI) van de testpersoon; volgens de standaard van Aziatische mensen is het lichaamsvet minder dan 18 voor dun, tussen 18 en 24 voor het ideale lichaamsgewicht, tussen 25 en 28 voor overgewicht, meer dan 29 voor obesitas, en het lichaamsvet van de geteste persoon wordt in het venster getoond. Standaardwaarde: 24 (deze gegevens zijn alleen bedoeld als referentie voor oefeningen).

21、Britse BMI testmethode: Druk op de "PROG" toets om het programma BMI te selecteren, druk op de "MODE" toets om te selecteren item serienummer, druk op de "+" en "-" toetsen om parameters in te stellen.

A) Artikelnummer F1 (Sexo) : geeft het geslacht aan; de waarde gaat van 1 tot 2, waarbij 1 staat voor man en 2 voor vrouw. De standaardwaarde is 1.

B) Artikelnummer F2 (Leeftijd) : geeft leeftijd aan; Waardebereik: 1 tot 99 jaar oud. Standaardwaarde: 25 jaar oud ;

C) Item Nr. F3 (Hoogte): geeft de hoogte aan. De waarde gaat van 39 tot 87 inch. Standaardwaarde: 67 inch.

D) Artikelnummer F4 (Gewicht) : geeft het gewicht aan; instelparameterbereik: 44-330 LBS. Standaard: 154 LBS.

E) Item No. F5 (BMI) : geeft aan dat de parameterinstelling is voltooid en dat de test van het lichaamsvet is ingevoerd.

staat. Houd beide handen op de hartslagsensor op de linker- en rechterhandgreep. Wacht 4 seconden en het parameterscherm toont het lichaamsvetpercentage (BMI) van de geteste persoon; volgens Aziatische normen wordt een lichaamsvet van minder dan 18 als mager beschouwd, een lichaamsvet van 18 tot 24 wordt als ideaal beschouwd, een lichaamsvet van 25 tot 28 is overgewicht en een lichaamsvet van meer dan 29 wordt als zwaarlijvig beschouwd (deze gegevens zijn alleen bedoeld als referentie voor oefeningen). Standaardwaarde: 24

ERP-overdrachtsfunctie:

Het systeem start standaard in de ERP-modus. Als de loopband niet wordt gebruikt, gaat het na ongeveer 4

en een halve minuut in de slaapstand om stroom te besparen. Druk op een willekeurige toets om het systeem te wekken. Houd in de stand-bymodus de modusknop 3S ingedrukt tot '2222' verschijnt om de ERP-functie te annuleren en houd de modusknop 3S ingedrukt tot '1111' verschijnt om terug te keren naar de ERP-modus.

Snelheids- en hellingtabel voor het automatische programma P01-P36: metrisch

Pro	Seg Klasse	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	2	2
P18	SNELHEID	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	SNELHEID	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	INCLINE	2.0	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	10	8	4
P32	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	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	SNELHEID	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SNELHEID	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

Snelheids- en hellingtabel voor het automatische programma P01-P36: inch

Pro	Seg Klasse	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SNELHEID	0.6	1.8	3.1	3.1	3.1	4.3	4.3	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SNELHEID	1.2	1.8	3.1	5	3.1	3.1	3.7	5	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SNELHEID	1.2	1.8	4.3	5	3.1	3.1	3.1	5	2.5	1.8
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SNELHEID	1.2	1.2	3.1	5	5	5	5.0	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SNELHEID	1.8	2.5	5	5.6	6.2	6.2	6.2	4.3	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SNELHEID	1.8	2.5	3.7	4.3	4.3	4.3	5.6	6.2	3.1	1.8
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SNELHEID	1.8	2.5	2.5	6.2	2.5	5.6	2.5	6.8	1.8	1.2
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SNELHEID	1.8	3.1	4.3	5.6	1.8	3.1	4.3	3.1	6.8	3.1
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SNELHEID	1.8	4.3	6.2	2.5	4.3	6.8	3.1	2.5	7.5	3.7
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SNELHEID	1.8	3.1	5.6	6.2	3.7	3.7	5.6	3.7	6.8	1.8
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SNELHEID	2.5	3.1	6.8	5.6	3.7	5	5.6	6.8	3.7	3.1
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SNELHEID	2.5	3.7	6.2	6.2	6.2	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SNELHEID	1.2	2.5	3.7	3.7	3.7	5	5	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SNELHEID	1.8	2.5	3.7	5.6	3.7	3.7	4.3	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SNELHEID	1.8	2.5	5	5.6	3.7	3.7	3.7	5.6	3.1	2.5
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SNELHEID	1.8	1.8	3.7	5.6	5.6	5.6	5.6	3.7	2.5	1.8
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SNELHEID	2.5	3.1	5.6	6.2	6.8	6.8	6.8	5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SNELHEID	2.5	3.1	4.3	5	5	5	6.2	6.8	3.7	2.5
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SNELHEID	2.5	3.1	3.1	6.8	3.1	6.2	3.1	7.5	2.5	1.8
	INCLINE	2	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SNELHEID	2.5	3.7	5	6.2	2.5	3.7	5	3.7	7.5	3.7

	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SNELHEID	2.5	5	6.8	3.1	5	7.5	3.7	3.1	7.5	4.3
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SNELHEID	2.5	3.7	6.2	6.8	4.3	4.3	6.2	4.3	7.5	2.5
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SNELHEID	3.1	3.7	7.5	6.2	4.3	5.6	6.2	7.5	4.3	3.7
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SNELHEID	3.1	4.3	6.8	6.8	6.8	5	5	6.8	4.3	3.7
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SNELHEID	1.8	3.1	4.3	4.3	4.3	5.6	5.6	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SNELHEID	2.5	3.1	4.3	6.2	4.3	4.3	5	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SNELHEID	2.5	3.1	5.6	6.2	4.3	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SNELHEID	2.5	2.5	4.3	6.2	6.2	6.2	6.2	4.3	3.1	2.5
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SNELHEID	3.1	3.7	6.2	6.8	7.5	7.5	7.5	5.6	3.7	3.1
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SNELHEID	3.1	3.7	5	5.6	5.6	5.6	6.8	7.5	4.3	3.1
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SNELHEID	3.1	3.7	3.7	7.5	3.7	6.8	3.7	7.5	3.1	2.5
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SNELHEID	3.1	4.3	5.6	6.8	3.1	4.3	5.6	4.3	7.5	4.3
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SNELHEID	3.1	5.6	7.5	3.7	5.6	7.5	4.3	3.7	7.5	5
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SNELHEID	3.1	4.3	6.8	7.5	5	5	6.8	5	7.5	3.1
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SNELHEID	3.7	4.3	7.5	6.8	5	6.2	6.8	7.5	5	4.3
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SNELHEID	3.7	5	7.5	7.5	7.5	5.6	5.6	7.5	5	4.3
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

Com mon faults and trou ble shoo ting metho ds :

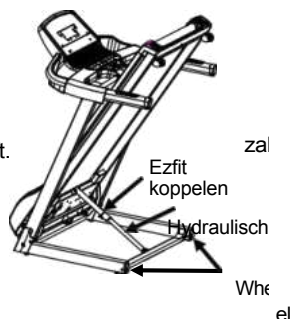
Code probleem	Mogelijke redenen	Oplossing
Systeem werkt niet	A, De stroom is niet aangesloten of de stroom is niet ingeschakeld	Sluit de voeding aan of zet de aan/uit-schakelaar in de stand "NO".
	B, Veiligheidssloten zijn niet op hun plaats	Zet het veiligheidsslot in de juiste stand
	C, De controller of console is niet ingeschakeld	Vervang de controller of console
	D, slecht lijncontact	Controleer de in- en uitvoer en communicatielijnen van het systeem
Plotseling stoppen in normaal voorwaarde	A, veiligheidsslot gedaald	Plaats het veiligheidsslot terug
	B, systeemfout	Vraag de reparateur om het af te handelen
Storing sleutels	SLEUTEL ONGELDIG	1, Vervang het toetsenbord en de toetsenbordkabel 2, vervang het moederbord 3, vervang de console
E-01	A, De communicatiekabel zit in slecht contact	Sluit de communicatiekabel opnieuw aan en controleer of de poort goed is aangesloten of vervang de communicatiekabel.
	B, defecte console	De console wijzigen
	C, defecte regelaar	Verander de controller
E-02	A, defecte motorkabel en motor	Vervang de motor
	B, De motorkabel is onjuist aangesloten op de controller of de controller is niet goed aangesloten	Controleer en sluit de controller opnieuw aan of vervang deze
E-03	A, de foto-elektrische sensor is niet correct geïnstalleerd	Controleren en opnieuw aansluiten
	B, slechte foto-elektrische sensor	Vervanging van fotosensor
	C, foto-elektrische sensor vuil of slecht eerste contact	Lichtsensoren controleren en opnieuw aansluiten/schoonmaken
	D, defecte regelaar	Verander de controller
E-05	A, controller beschadigd	De controller vervangen
	B, motor beschadigd	Vervang de motor
	C, mechanisch defect	Controleer de stromende olie of het vat op verstopping
E-07	De console detecteert het signaal van de veiligheidsvergrendeling niet	1, controleer of het veiligheidsslot op zijn plaats zit; 3. Installeer het veiligheidsvergrendelingsmechanisme opnieuw; 3. Vervang het elektronische horloge
Geen hartslag	A, De gripdraad is niet geplaatst in plaats of de draad van de greep is niet goed	Controleer en sluit de handgreepkabel aan of vervang deze
	B, storing in het elektronische systeemcircuit	De console wijzigen
console onvolledig of ontbreekt regels	A, LED digitale buis of scherm is slecht	Het moederbord of het scherm vervangen
	B, systeemfout	De console wijzigen

Opvouwen en verplaatsen van

loopband 1 Opvouwbare

loopband

- 1) Bij het opvouwen moet de stroom worden uitgeschakeld.
- 2) Controleer of de helling van de loopband de laagste stand heeft.
- 3) Til de loopband rechtop, de Ezfit koppeldelen komen automatisch vast te zitten op de hydrauliek;
- 4) Controleer of de controle Ezfit koppeldelen vastzit op de hydrauliek, zoals weergegeven in de figuur.



2 Loopband ontvouwt

- 1) Om de loopband uit te klappen, moet je een plek kiezen op ongeveer 1 meter afstand van het stopcontact en een vlakke ondergrond zonder andere obstakels.
- 2) Wanneer u de loopband uitvouwt, moet u eerst de loopband met beide handen vasthouden, stap met uw voeten op de Ezfit-linking en de loopband zal automatisch langzaam op de grond vallen; op dat moment moet de gebruiker de loopband ongeveer 1 meter van zich vandaan laten totdat de loopband volledig is uitgeklappt. zoals de afbeelding laat zien:

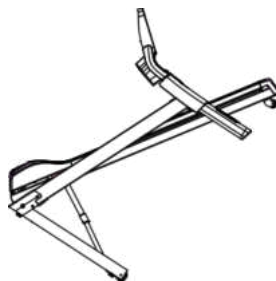


3 Bewegende loopband

Zorg er bij het verplaatsen voor dat:

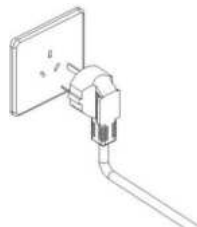
- 1) De aan/uit-schakelaar van de loopband is uitgeschakeld;
- 2) De stekker is uit het stopcontact getrokken;
- 3) Het grote frame is gevouwen;

Houd na het verduidelijken van de bovenstaande punten het uiteinde van de loopband met één hand en de armsteun aan dezelfde kant met de andere hand vast en beweeg het apparaat langzaam wanneer het 40~50° naar de borst gekanteld is. zoals de afbeelding laat zien.



Aardingsgids

Dit product moet geaard zijn. Als er een fout is opgetreden en de loopband is beschadigd, kan de aardingsdraad een circuit vormen met de laagste weerstand, de stroom kan naar de grond worden geleid om het gevaar van elektrische schokken te verminderen. Dit product is uitgerust met een kabel met een aardingsgeleider en een aardingsstekker. De loopband moet worden geaard met de juiste contactdoos die compatibel is met de plaatselijke regels.



Gevaar! Als u niet weet of het apparaat correct is geaard, neem dan contact op met een gekwalificeerde elektricien of onderhoudspersoneel. Verander de stekker van dit product niet zonder toestemming. Als de stekker niet overeenkomt met het stopcontact, laat dan een gekwalificeerde elektricien een geschikt stopcontact installeren.

GEBRUIKSAANWIJZING VAN HET PRODUCT

Gebruiksaanwijzing loopband

1. Schakel de stroom in, laat de loopband uitgespreid op zijn laagste stand staan en controleer of de werking normaal is.
2. Klem het veiligheidssleutelkoord vast aan je kleding.
3. Sta op de lopende band om deze te starten is niet toegestaan. De juiste manier om te starten is staand op de zijrails met de handen op de handgreep. Na de normale werking kunt u trainen met de loopband. Houd de handgreep vast wanneer u op de "START"-toets drukt, de loopband loopt op de snelheid van 1,0 km/u na 5 seconden. Druk vervolgens op de "+"-toets om de snelheid van 2,5-3,5 km/u te verhogen. Beide handen moeten tegelijkertijd de handgreep vastpakken en de voeten moeten achtereenvolgens op de lopende band gaan staan om te beginnen met hardlopen. Ren in hetzelfde tempo als je hardloopt.
4. Na enkele minuten kun je versnellen door op de "+"-toets te drukken of vertragen door op de "-"-toets te drukken terwijl je de handbalk vasthoudt.
5. Als je tijdens het hardlopen op snelheidswaarde drukt, kun je de vaste snelheid invoeren die je wilt.
6. Druk op elk moment op de "stop"-toets om de motor te stoppen.

7. Vooraf instellen Gebruik

Sluit de voeding aan. Schakel de voeding in.

Druk op de "choose" toets om de gewenste modus te selecteren. Druk op de "start"-toets om te beginnen in de geselecteerde modus.

Je kunt op "+" of "-" drukken om de snelheid te veranderen of op de "stop"-toets om het te laten stoppen.

8. HRC testen

Nadat de loopband is ingeschakeld, houdt u uw handen op de metalen polssensoren, waarna u de HRC-waarde op het displayvenster kunt zien.

Opmerking: Wanneer de veiligheidssleutel wordt uitgetrokken, stopt de loopband onmiddellijk. En de computer kan niet werken, het venster toont "-----".

Onderhoud loopband

1. Smering

Nadat de lopende riem enige tijd is gebruikt, moet deze worden gesmeerd met de geconfigureerde methylsiliconeolie. Suggestie :

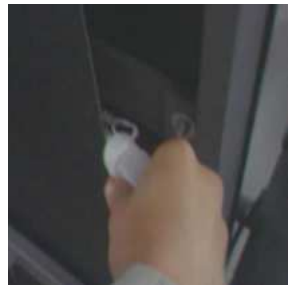
Gebruiktijd minder dan 3 uur per week	smering elke 5 maanden
Gebruiktijd gelijk aan 4-7 uur per week	smeringeens per 2 maanden
Gebruiktijd meer dan 7 uur per week	smering eens per maand

Geen overmatige smering. Opmerking: de belangrijkste factor om de levensduur van de loopband te verlengen is een goede smering.

2. De manier om te controleren of de loopband gesmeerd moet worden is door de zijkant van de loopband op te tillen en aan de centrale achterkant van de band te voelen, voor zover mogelijk. Als er sporen van siliconenspray worden gevonden, is smering niet nodig. Als het oppervlak droog is, moet de riem worden gesmeerd.

Aanbrengen van smeermiddel op de riem: (zoals afgebeeld)

- Stop de lopende band en klap de loopband in. Zet de riem van het achterste hoofdframe omhoog zodat de olie de middenpositie kan bereiken.
- Siliconenolie aan de binnenkant van de loopband spuiten en siliconenolie aan beide kanten van de loopband aanbrengen.
- Laat de loopband draaien met een snelheid van 1 km/u om de silicone gelijkmatig aan te brengen. En loop lichtjes over de lopende band van links naar rechts.
Wacht enkele minuten zodat de siliconenspray zich kan verspreiden,
- voordat u de machine start



Schoonmaken

Regelmatige reiniging van de loopband zorgt voor een lange levensduur van het product.

Waarschuwing: De loopband moet worden uitgeschakeld om elektrische schokken te voorkomen. Trek het netsnoer uit het stopcontact voordat u begint met schoonmaken of onderhoud.

- Na de training: Neem de console en andere oppervlakken af met een schone zachte en vochtige doek om zweetresten te verwijderen.
Let op: Gebruik geen schuurmiddelen of oplosmiddelen. Houd vloeistoffen uit de buurt van de computer om schade te voorkomen. Stel de computer niet bloot aan direct zonlicht.
- Wekelijks: Om het schoonmaken te vergemakkelijken is het aan te raden om een mat voor de loopband te gebruiken. Schoenen kunnen vuil achterlaten op de loopband dat onder de loopband kan vallen. Reinig de mat onder de loopband één keer per week. Opbergen: Berg je loopband op in een schone en droge omgeving. Zorg ervoor dat de hoofdschakelaar uit staat en dat de stekker uit het stopcontact getrokken is.

1. Riem afstellen

Alle riemen zijn in de fabriek en na montage goed afgesteld. Na verloop van tijd kan er echter speling ontstaan. Zoals: pauze en slippen tijdens het lopen. Wanneer dit verschijnsel zich voordoet, moet u de loopriem en de schroef een halve slag naar links en rechts bijstellen. Als de aandrijfriem los zit, zullen de aandrijfriem en de rol om de beurt slippen. Maar te strak is ook niet goed, want door de motor gemakkelijker zwaarder wordt belast en de motor, aandrijfriem en rol enz. beschadigd raken.

2. De riemafwijking aanpassen:

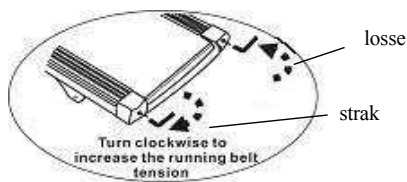
Alle lopende riemen worden in de fabriek en na montage goed afgesteld. Maar na verloop van tijd kan de riem afwijken. De redenen hiervoor kunnen als volgt worden opgesomd.

De loopband is instabiel.

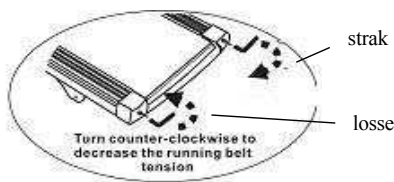
② Voeten stonden niet in het midden van de hardloopband tijdens het hardlopen.

Voeten oefenen ongelijke kracht uit.

Als de afwijking wordt veroorzaakt door handmatig, No - load draaien gedurende een paar minuten kan weer normaal worden. Afstellen stap voor stap in een halve slag met een 6mm inbussleutel die willekeurig is uitgerust voor niet in staat om automatisch te herstellen.



Zoals linker afwijking van de lopende riem. Stel de linkerschroef rechtsom of de rechterschroef linksom af.



Zoals de rechterafwijking van de lopende riem. Stel de rechterschroef rechtsom of de linkerschroef linksom af.

BELANGRIJKSTE PUNT:

-Rechtsom betekent vastdraaien.

-Tegen de klok in betekent losmaken.

-Loopband verschuift naar de losse kant.

①Als de lopende riem naar links verschuift, betekent dit dat de linkerkant te los zit. Stel de linkerbout rechtsom af om links strakker te maken.

Of stel de rechterschroef linksom af om hem losser te maken.

②Als de lopende riem naar rechts verschuift, betekent dit dat de rechterkant te los zit. Draai de rechterbout rechtsom om de rechterkant strakker te maken.

Of stel de linkerschroef linksom af om links losser te maken.

Attentie:

-Je moet de loopband starten (laten lopen) op een lage snelheid voordat je de loopband aanpast.

-Wanneer je de bout afstelt, draai hem dan niet te veel.

-Na elke aanpassing moet je kijken naar de veranderingen in de lopende riem.

Afwijking van de aandrijfriem valt niet onder de garantie en wordt voornamelijk onderhouden door gebruikers volgens de instructies. Afwijkingen in de loopband kunnen de loopband ernstig beschadigen. Dit moet tijdig worden opgespoord en gecorrigeerd.

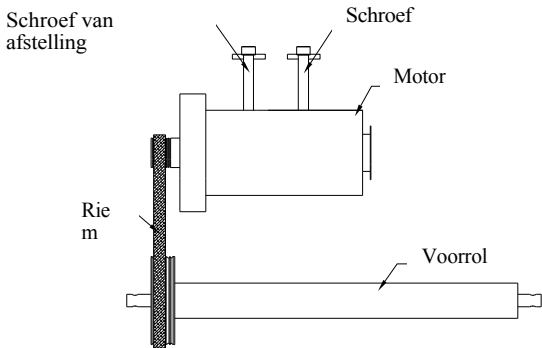
Lopende riem afwijking behoort niet tot de reikwijdte van de garantie, voornamelijk door de gebruiker in overeenstemming met de handleiding zelfonderhoud. Afwijking zal ernstige schade aan de lopende riem, moet worden gevonden in de tijd, tijdige correctie.

Afstelling van de riem van de motor

De motorriem van de loopband moet in de fabriek en na montage worden afgesteld. Na een periode van gebruik kan er echter speling of slip optreden.

- Aanpassing Stappen : ① Draai de stelschroef linksom met de sleutel
- ② Het afstelbereik is afhankelijk van de belasting van de riem.

OPMERKING: Regelmatig reinigen van riemen en poeliegroeven



Veelvoorkomende fouten en behandelingsmethoden

Deel van de loopband

Het probleem	Mogelijke oorzaken	Onderhoudsmethoden
De loopband werkt niet	A is losgekoppeld	Stekker in stopcontact
	B de beveiligingssleutel is niet ingebed	Bevestig de veiligheidssleutel in het paneel
	C-circuit signaalsysteem open	Controleer de ingang van de controller en de signaallijn
	D voeding niet ingeschakeld	Zet de aan/uit-schakelaar in de stand NO
	E de zekering is gesprongen	Vervang de zekering
Loop ermee weg Niet soepel bewegen	A niet genoeg smering	Een smeermiddel met methylsiliconeolie gebruiken
	De riemen zitten te strak	Stel je hardloopbanden af op strakheid
De lopende band gleed uit	A de lopende riem zit te los	Stel je hardloopbanden af op strakheid
	B de riem zit los	Stel de spanning van de aandrijfriem af



Bluetooth APP voor loopband



Bluetooth-verbinding ondersteunt Anyrun, Zwift en Kinomap



AnyRun

Download, registreer en log in op de AnyRun APP en ga naar de instellingenpagina: De APP zal de Bluetooth-codes detecteren, de Bluetooth-code selecteren die hetzelfde is als de code die op de console van het apparaat staat, en koppelen.

Zwift



Download, registreer en log in op de Zwift APP en ga naar de instellingenpagina: Onder PAIRED DEVICES klikt u op RUN voor de loopband; klik vervolgens op POWER SOURCE en er verschijnt een pop-up menu. Selecteer de Bluetooth code die overeenkomt met de code op de console van het apparaat en selecteer OK om te koppelen.

OPMERKING: Zwift onthoudt de apparaten die in de vorige sessie zijn gebruikt en kan proberen deze apparaten te koppelen als ze aanwezig en beschikbaar zijn. Als u apparaten gekoppeld ziet die u niet wilt gebruiken, kunt u deze gewoon deselecteren en het apparaat selecteren dat u wel wilt koppelen.

Kinomap



Download, registreer en log in op de Kinomap APP, ga naar de instellingenpagina: klik rechtsom op Meer, klik op Apparaatbeheer, klik rechtsboven op +, selecteer voor  loopband;

Klik op de inhoud onder Interactief, de APP detecteert de gevonden apparatuur, selecteer de Bluetooth-code die overeenkomt met de code op de console van de apparatuur, klik vervolgens op NIEUWE APPARATUUR TOEVOEGEN, de apparatuur die met succes is toegevoegd verschijnt.



PL: Informacja o Właściwym Zwrocie Zużytych Baterii i Akumulatorów

Zgodnie z ustawą o bateriach (BattG) w Niemczech, jako firma Abisal Sp. z o.o. jesteśmy zobowiązani do informowania naszych klientów o właściwym postępowaniu z zużytymi bateriami litowymi i zestawami baterii wielokrotnego ładowania, wszystkich systemów elektrochemicznych. Poniżej znajdują się szczegółowe instrukcje dotyczące zwrotu i zabezpieczenia zużytych baterii:

1. Zwrot Zużytych Baterii:

Zużyte baterie litowe oraz zestawy baterii wielokrotnego ładowania mogą być zwracane do punktów zbiórki tylko wtedy, gdy są całkowicie rozładowane. Stan "całkowite rozładowanie" oznacza osiągnięcie końca użytkowania, np. wyłączenie urządzenia po osiągnięciu braku napięcia lub pojawienie się zakłóceń funkcjonalnych z powodu niewystarczającego naładowania baterii lub akumulatora.

2. Zabezpieczenie Przed Zwarcim:

Jeśli baterie nie są całkowicie rozładowane, należy je odpowiednio zabezpieczyć przed zwarcim. Zaleca się, aby bieguny baterii były izolowane za pomocą pasków samoprzylepnych. Jest to ważne, aby uniknąć potencjalnych zagrożeń związanych ze zwarcim.

Dodatkowe Informacje

1. Oddzielny Recykling "Starych Urządzeń":

Urządzenia elektryczne i elektroniczne, które stały się odpadami, muszą być przetwarzane i rejestrowane oddzielnie od stałych odpadów komunalnych. Stare urządzenia nie mogą trafiać do śmieci domowych. Muszą być zbierane w specjalnych systemach zbiórki i recyklingu.

2. Baterie i Akumulatory:

Jeśli to możliwe, sprzęt elektryczny i elektroniczny musi być utylizowany oddzielnie od wbudowanych baterii i/lub akumulatorów.

3. Możliwość Utylizacji "Starych Urządzeń":

Właściciele starych urządzeń z prywatnych gospodarstw domowych mogą pozbyć się ich w publicznych zakładach utylizacji odpadów lub dostarczyć je do punktów utylizacji powiązanych z producentem lub sprzedawcą. Miejsca utylizacji można znaleźć w Internecie: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4. Informacje o Prywatności:

Stare urządzenia często zawierają prywatne dane, zwłaszcza urządzenia do przetwarzania danych i komunikacji, takie jak smartfony lub dyski twarde. Prosimy o usunięcie wszystkich danych osobowych i prywatnych z utylizowanego sprzętu we własnym interesie.

Dziękujemy za przestrzeganie powyższych wytycznych i przyczynienie się do ochrony środowiska.

EN: Information on the Proper Return of Waste Batteries and Accumulators

In accordance with the Battery Act (BattG) in Germany, we as Abisal Sp. z o.o. are obliged to inform our customers about the proper handling of used lithium batteries and rechargeable battery packs of all electrochemical systems. Below are detailed instructions on how to return and secure used batteries:

1. Return of Used Batteries:

Used lithium batteries and rechargeable battery packs may only be returned to collection points when fully discharged. The state of "completely discharged" means that the end of use has been reached, e.g. the device is switched off when no voltage is reached or a functional disturbance occurs due to insufficient charge of the battery or rechargeable battery.

2 Short-circuit protection:

If the batteries are not completely discharged, they must be adequately protected against short-circuiting. It is recommended that the battery terminals are insulated with adhesive strips. This is important to avoid potential short circuit hazards.

Additional information

1 Separate Recycling of 'Old Appliances':

Electrical and electronic appliances that have become waste must be recycled and registered separately from municipal solid waste. Old appliances must not end up in household rubbish. They must be collected in special collection and recycling systems.

2 Batteries and Accumulators:

If possible, electrical and electronic equipment must be disposed of separately from built-in batteries and/or accumulators.

3. Disposability of 'Old Appliances':

Owners of old appliances from private households can dispose of them at public waste disposal facilities or take them to disposal sites linked to the manufacturer or seller.

Disposal sites can be found on the Internet: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4 Privacy information:

Old devices often contain private data, especially data processing and communication devices such as smartphones or hard drives. Please remove all personal and private data from the disposed equipment in your own interest.

Thank you for following the above guidelines and contributing to environmental protection.

CZ: Informace o správném odevzdávání odpadních baterií a akumulátorů

V souladu s německým zákonem o bateriích (BattG) jsme jako společnost Abisal Sp. z o.o. povinni informovat naše zákazníky o správném nakládání s použitými lithiovými bateriemi a akumulátory všech elektrochemických systémů. Níže uvádíme podrobné pokyny k odevzdání a zabezpečení použitých baterií:

1. Vrácení použitých baterií:

Použité lithiové baterie a dobíjecí akumulátorové sady lze na sběrná místa vracet pouze zcela vybité. Stav "zcela vybitý" znamená, že bylo dosaženo konce používání, např. zařízení se vypne, když není dosaženo žádného napětí nebo dojde k poruše funkce v důsledku nedostatečného nabití baterie nebo akumulátoru.

2 Ochrana proti zkratu:

Pokud nejsou baterie zcela vybité, musí být odpovídajícím způsobem chráněny proti zkratu. Doporučuje se izolovat vývody akumulátorů lepicími páskami. Je to důležité, aby se zabránilo potenciálnímu nebezpečí zkratu.

Další informace

1 Oddělená recyklace "starých spotřebičů":

Elektrické a elektronické spotřebiče, které se staly odpadem, musí být recyklovány a evidovány odděleně od pevného komunálního odpadu. Staré spotřebiče nesmí skončit v domovním odpadu. Musí být shromažďovány ve speciálních systémech sběru a recyklace.

2 Baterie a akumulátory:

Elektrická a elektronická zařízení musí být pokud možno likvidována odděleně od vestavěných baterií a/nebo akumulátorů.

3. Likvidace "starých spotřebičů":

Majitelé starých spotřebičů ze soukromých domácností je mohou odevzdat ve veřejných zařízeních na likvidaci odpadů nebo je odvézt do míst určených k likvidaci spojených s výrobcem nebo prodejcem. Místa pro likvidaci lze nalézt na internetu: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4 Informace o ochraně osobních údajů:

Stará zařízení často obsahují soukromé údaje, zejména zařízení pro zpracování dat a komunikaci, jako jsou chytré telefony nebo pevné disky. Ve vlastním zájmu odstraňte z likvidovaných zařízení všechny osobní a soukromé údaje.

Děkujeme, že se budete řídit výše uvedenými pokyny a přispějete k ochraně životního prostředí.

DE: Informationen zur ordnungsgemäßen Rückgabe von Altbatterien und -akkumulatoren

Gemäß dem Batteriegesetz (BattG) in Deutschland sind wir als Abisal Sp. z o.o. verpflichtet, unsere Kunden über den ordnungsgemäßen Umgang mit gebrauchten Lithiumbatterien und Akkus aller elektrochemischen Systeme zu informieren. Nachfolgend finden Sie detaillierte Hinweise zur Rückgabe und Sicherung gebrauchter Batterien:

1 Rückgabe von gebrauchten Batterien:

Gebrauchte Lithiumbatterien und -akkus dürfen nur in vollständig entladene Zustand an Sammelstellen zurückgegeben werden. Der Zustand "vollständig entladen" bedeutet, dass das Ende der Nutzungsdauer erreicht ist, z.B. das Gerät wird bei Spannungslosigkeit abgeschaltet oder es kommt zu einer Funktionsstörung aufgrund unzureichender Ladung der Batterie oder des Akkus.

2 Kurzschlusschutz:

Wenn die Batterien nicht vollständig entladen sind, müssen sie ausreichend gegen Kurzschluss geschützt werden. Es wird empfohlen, die Batteriepole mit Klebestreifen zu isolieren. Dies ist wichtig, um mögliche Kurzschlussgefahren zu vermeiden.

Zusätzliche Informationen

1 Getrenntes Recycling von "Altgeräten":

Elektrische und elektronische Geräte, die zu Abfall geworden sind, müssen getrennt von den festen Siedlungsabfällen recycelt und registriert werden. Altgeräte dürfen nicht im Hausmüll landen. Sie müssen in speziellen Sammel- und Recyclingsystemen gesammelt werden.

2 Batterien und Akkumulatoren:

Elektro- und Elektronikgeräte sind nach Möglichkeit getrennt von eingebauten Batterien und/oder Akkumulatoren zu entsorgen.

3 Entsorgbarkeit von "Altgeräten":

Besitzer von Altgeräten aus Privathaushalten können diese bei den öffentlichen Abfallentsorgungseinrichtungen entsorgen oder sie zu den mit dem Hersteller oder Verkäufer verbundenen Entsorgungsstellen bringen. Entsorgungsstellen sind im Internet zu finden: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4 Informationen zum Datenschutz:

Altgeräte enthalten oft private Daten, insbesondere Datenverarbeitungs- und Kommunikationsgeräte wie Smartphones oder Festplatten. Bitte entfernen Sie in Ihrem eigenen Interesse alle persönlichen und privaten Daten von den entsorgten Geräten.

Wir danken Ihnen, dass Sie die oben genannten Richtlinien befolgen und damit einen Beitrag zum Umweltschutz leisten.

SK: Informácie o správnom vrátení použitých batérií a akumulátorov

V súlade so zákonom o batériách (BattG) v Nemecku sme ako spoločnosť Abisal Sp. z o.o. povinní informovať našich zákazníkov o správnom zaobchádzaní s použitými lítiovými batériami a akumulátormi všetkých elektrochemických systémov. Nižšie uvádzame podrobné pokyny na vrátenie a zabezpečenie použitých batérií:

1. Vrátenie použitých batérií:

Použité lítiové batérie a akumulátorové súpravy sa môžu vracat' na zberné miesta len úplne vybité. Stav "úplne vybitý" znamená, že sa dosiahol koniec používania, napr. zariadenie sa vypne, keď sa nedosiahne žiadne napätie alebo dôjde k funkčnej poruche z dôvodu nedostatočného nabitia batérie alebo akumulátora.

2 Ochrana proti skratu:

Ak batérie nie sú úplne vybité, musia byť primerane chránené proti skratu. Odporúča sa, aby boli póly batérie izolované lepiacimi páskami. Je to dôležité, aby sa predišlo možnému nebezpečenstvu skratu.

Ďalšie informácie

1 Separovaná recyklácia "starých spotrebičov":

Elektrické a elektronické spotrebiče, ktoré sa stali odpadom, sa musia recyklovať a evidovať oddelene od tuhého komunálneho odpadu. Staré spotrebiče nesmú skončiť v domácom odpade. Musia sa zbierať v špeciálnych systémoch zberu a recyklácie.

2 Batérie a akumulátory:

Ak je to možné, elektrické a elektronické zariadenia sa musia likvidovať oddelene od zabudovaných batérií a/alebo akumulátorov.

3. Likvidácia "starých spotrebičov":

Majitelia starých spotrebičov zo súkromných domácností ich môžu zlikvidovať vo verejných zariadeniach na likvidáciu odpadu alebo ich odniesť na miesta likvidácie spojené s výrobcom alebo predajcom. Miesta na likvidáciu možno nájsť na internete: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4 Informácie o ochrane osobných údajov:

Staré zariadenia často obsahujú súkromné údaje, najmä zariadenia na spracovanie údajov a komunikáciu, ako sú smartfóny alebo pevné disky. Vo vlastnom záujme odstráňte z likvidovaných zariadení všetky osobné a súkromné údaje.

Ďakujeme, že sa budete riadiť vyššie uvedenými pokynmi a prispějete k ochrane životného prostredia.

NL: Informatie over de juiste terugname van gebruikte batterijen en accu's

In overeenstemming met de Battery Act (BattG) in Duitsland, zijn wij als Abisal Sp. z o.o. verplicht om onze klanten te informeren over de juiste verwerking van gebruikte lithiumbatterijen en oplaadbare batterijpakketten van alle elektrochemische systemen. Hieronder vindt u gedetailleerde instructies voor het retourneren en beveiligen van gebruikte batterijen:

1. Inleveren van gebruikte batterijen:

Gebruikte lithiumbatterijen en oplaadbare batterijpakketten mogen alleen worden ingeleverd bij inzamelpunten als ze volledig ontladen zijn. De toestand "volledig ontladen" betekent dat het einde van het gebruik is bereikt, bijv. het apparaat wordt uitgeschakeld als er geen spanning meer is of er treedt een functiestoring op als gevolg van onvoldoende lading van de batterij of oplaadbare accu.

2 Kortsluitbeveiliging:

Als de accu's niet volledig ontladen zijn, moeten ze afdoende worden beschermd tegen kortsluiting. Het wordt aanbevolen om de accupolen te isoleren met plakstrips. Dit is belangrijk om potentiële kortsluitingsgevaaren te voorkomen.

Aanvullende informatie

1 Gescheiden recycelen van 'Oude apparaten:

Elektrische en elektronische apparaten die afval zijn geworden, moeten worden gerecycled en apart van het vast huishoudelijk afval worden geregistreerd. Oude apparaten mogen niet bij het huisvuil terechtkomen. Ze moeten worden ingezameld in speciale inzamelings- en recyclingsystemen.

2 Batterijen en accu's:

Indien mogelijk moet elektrische en elektronische apparatuur gescheiden van ingebouwde batterijen en/of accu's worden verwijderd.

3. Verwijdering van "Oude apparaten":

Eigenaars van oude apparaten uit particuliere huishoudens kunnen deze naar openbare afvalverwijderingsinstallaties brengen of naar verwijderingslocaties die verbonden zijn met de fabrikant of verkoper. Verwijderingssites zijn te vinden op het internet: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4 Informatie over privacy:

Oude apparaten bevatten vaak privégegevens, vooral apparaten voor gegevensverwerking en communicatie zoals smartphones of harde schijven. Verwijder in uw eigen belang alle persoonlijke en privégegevens van de afgedankte apparatuur.

Hartelijk dank dat u de bovenstaande richtlijnen volgt en bijdraagt aan de bescherming van het milieu.



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.

EN: Marking the equipment with a symbol of a crossed-out waste container informs about prohibition of placing used electrical and electronic equipment with other household waste. According to the WEEE Directive on used electrical and electronic waste management, separate disposal methods must be applied for this type of equipment. A user, who intends to dispose this product, is required to deliver it to a collection point for used electrical and electronic equipment in order to contribute to reuse, recycling, or recovery and consequently, to protect the environment. To do this, contact the point where the device was purchased or local government officials. Hazardous components contained in the electronic equipment can cause long-lasting adverse changes in the environment, as well as have a harmful effect on human health.

CZ: Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpad informuje o zákazu ukládání použitých elektrických a elektronických zařízení společně s ostatním 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 zpracování na druhotné suroviny, a tím přispěje k ochraně životního prostředí. Za tímto účelem se obraťte na místo, kde byl spotřebič zakoupen, nebo na místní úřad. Nebezpečné složky obsažené v elektronických zařízeních mohou způsobit dlouhodobé nepříznivé změny v životním prostředí a také mít škodlivý vliv na lidské zdraví.

DE: Die Kennzeichnung von Geräten mit einem durchgestrichenen Abfallbehälter weist darauf hin, dass das Produkt vom normalen Haushaltsabfall getrennt gesammelt und entsorgt werden muss. Nach der WEEE-Richtlinie über Elektro- und Elektronik-Altgeräte muss man diese Art der Geräte getrennt entsorgen. Der Nutzer, der dieses Gerät entsorgen will, ist dazu verpflichtet, es an die Sammelstelle für Elektro- und Elektronik-Altgeräte zurückzugeben, was zur Wiederverwendung, zum Recycling oder zur Verwertung und damit zum Schutz der Umwelt beiträgt. Wenden Sie sich dazu bitte an Ihren Händler oder an die örtlichen Behörden. Gefährliche Komponenten in elektronischen Geräten können zu dauerhaften nachteiligen Veränderungen der Umwelt und zu schädlichen Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit führen.

SK: Označenie zariadenia symbolom preškrtnutého kontajnera na odpad informuje o zákaze umiestňovať použité elektrické a elektronické zariadenia do iného odpadu z domácnosti. 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 pre použité elektrické a elektronické zariadenia, aby tak prispel k opätovnému použitiu, recyklácii alebo zhodnoteniu a následne k ochrane životného prostredia. Za týmto účelom sa obráťte na miesto, kde bolo zariadenie zakúpené, alebo na predstaviteľov miestnej samosprávy. Nebezpečné zložky obsiahnuté v elektronickom zariadení môžu spôsobiť dlhotrvajúce nepriaznivé zmeny v životnom prostredí, ako aj mať škodlivý vplyv na ľudské zdravie.

NL: Het markeren van de apparatuur met een symbool van een doorgekruiste afvalcontainer informeert over het verbod om gebruikte elektrische en elektronische apparatuur bij ander huishoudelijk afval te plaatsen. Volgens de WEEE-richtlijn voor het beheer van gebruikt elektrisch en elektronisch afval, moeten aparte verwijderingsmethoden worden toegepast voor dit type apparatuur. Een gebruiker die van plan is om dit product weg te gooien, moet het inleveren bij een inzamelpunt voor gebruikte elektrische en elektronische apparatuur om bij te dragen aan hergebruik, recycling of terugwinning en zo het milieu te beschermen. Neem hiervoor contact op met het punt waar het apparaat is gekocht of met lokale overheidsfunctionarissen. Gevaarlijke onderdelen in de elektronische apparatuur kunnen langdurige negatieve veranderingen in het milieu veroorzaken en een schadelijk effect hebben op de menselijke gezondheid.



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)

GUARANTEE CARD

Article name:.....

EAN code:.....

Date of sale:

GUARANTEE TERMS:

1. The Seller provides guarantee on behalf of the Guarantor within the territory of the Republic of Poland for the period of 24 months from the date of sale: electric power assisted booster 24 months, charger 6 months.
2. The Guarantee will be recognised by the shop or service centre after the client provides:
 - clearly and correctly filled-in guarantee card with the sale stamp and the seller's signature
 - valid purchase confirmation for the equipment including the date of sale / bill, complained product.
3. Possible defects and damages revealed during the guarantee period shall be remedied free of charge within not more than 21 days from the delivery of the product to the shop or service.
4. Should it be necessary to import some components, the guarantee term can be extended by the period required to import such part, however such period shall not be longer than 90 days.
5. The guarantee does not cover:
 - mechanical damages and subsequent defects,
 - damages and defects resulting from incorrect storage and usage of the equipment against its purpose,
 - incorrect assembly and maintenance,
 - damages and consumption of such elements as: cables, straps, rubber parts, pedals, sponge grips, wheels, bearings, etc.
6. The guarantee expires in the event of:
 - expiry of the validity term,
 - self-repairs,
 - failure to follow the rules of correct operation.
7. The product handed over for repair should be complete and clean. If some parts are missing, the service is entitled to refuse to accept the product for repair. The service may refuse to accept a dirty product or clean in on the client's expense after the client's written permit.
8. The guarantee does not cover activities related to assembly, maintenance, which, according to the instruction, the user is obliged to perform themselves.
9. The Guarantor also informs that they offer post-guarantee service.
10. The product should be provided in its original packaging and should be secured for shipment.
11. To exercise the guarantee follow the procedure posted 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)

GARANTIEKARTE

Artikelname:.....

EAN-Code:.....

Verkaufsdatum:.....

GARANTIEBEDINGUNGEN:

1. Der Verkäufer gewährt im Namen des Garanten eine Garantie für 24 Monate nach dem Verkaufsdatum auf dem Hoheitsgebiet der Republik Polen: Roller 24 Monate, Akku 6 Monate.
2. Die Garantie wird von dem Laden oder dem Service nach Vorlage:
 - der leserlich und korrekt ausgefüllten Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers,
 - eines gültigen Kaufnachweises für das Gerät mit dem Verkaufsdatum / Rechnung, der beanstandeten Ware durch den Kunden respektiert.
3. Während der Garantiezeit festgestellte Mängel und Schäden werden innerhalb von 21 Tagen nach dem Datum der Lieferung an den Laden oder den Service kostenlos repariert.
4. Falls es erforderlich ist, importierte Ersatzteile einzuführen, kann die Gewährleistungsfrist um die Zeit, die erforderlich ist, um den Import durchzuführen, jedoch nicht länger als 90 Tage verlängert werden.
5. Die Garantie umfasst nicht:
 - mechanische Schäden und die durch Schäden verursachten Mängel,
 - Schäden und Mängel infolge unsachgemäßer Verwendung und Lagerung,
 - falsche Montage und Wartung,
 - Beschädigung und Verschleiß von Elementen wie: Kabeln, Riemen, Gummielementen, Pedalen, Schwammhaltern, Rädern, Lagern usw.
6. Die Garantie erlischt:
 - nach Ablauf der Haltbarkeit,
 - bei freiwilligen Reparaturen,
 - Nichteinhaltung der Regeln für den ordnungsgemäßen Betrieb.
7. Das zu reparierende Produkt sollte vollständig und sauber sein. Bei Feststellung von Mängeln ist der Service, die Annahme zur Reparatur zu verweigern. Im Falle der Lieferung eines verschmutzten Produkts kann der Service die Annahme verweigern oder auf Kosten des Kunden mit seiner schriftlichen Genehmigung die Reinigung durchführen.
8. Die Garantie erstreckt sich nicht auf Tätigkeiten im Zusammenhang mit Montage und Wartung, zu deren Durchführung der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung selbst verpflichtet ist.
9. Der Garant teilt ferner mit, dass er einen Nachgarantieservice durchführt.
10. Das Produkt sollte sich in der Originalverpackung befinden und für den Versand gesichert sein.
11. Um die Garantie zu beanspruchen, folgen Sie dem Reklamationsverfahren 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)

ZÁRUČNÍ LIST

Název produktu:.....

EAN kód:.....

Datum prodeje:.....

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY:

1. Prodávající jménem Ručitele poskytuje záruku na území Polska po dobu 24 měsíců od data prodeje: skútr 24 měsíců, baterie po dobu 6 měsíců.
2. Záruka bude respektována obchodem nebo servisem po předložení zákazníkem:
 - čitelně a správně vyplněného záručního listu s razítkem a podpisem prodávajícího,
 - platného doklad o koupi produktu s datem prodeje (účtu),
 - reklamovaného produktu.
3. Jakékoli závady a poškození odhalené během záruční doby budou opraveny bezplatně nejdéle do 21 dnů ode dne doručení do obchodu nebo servisu.
4. Je-li třeba produkt převézt z jiné země, může být záruční lhůta prodloužena o dobu nezbytnou k jeho vrácení, nejdéle však o 90 dnů.
5. Záruka se nevztahuje na:
 - mechanické poškození a vady způsobené nimi,
 - poškození a vady vyplývající z nesprávného použití a skladování,
 - špatnou montáž a údržbu,
 - poškození a opotřebení součástí které podléhají zkáze, jako jsou kabely, pásy, pryžové prvky, pedály, držáky na houby, kola, ložiska atd.
6. Záruka zaniká, pokud:
 - vyprší její platnost,
 - bylo do produktu neodborně zasaženo,
 - nebyla dodržena pravidla řádné údržby.
7. Produkt dodaný do opravy by měl být kompletní a čistý, v opačném případě má servis právo odmítnout přijetí produktu do opravy. V případě dodání špinavého produktu může servis odmítnout jeho přijetí do opravy, nebo na náklady zákazníka stroj vyčistit s jeho písemným svolením k čištění.
8. Záruka se nevztahuje na činnosti související s montáží a údržbou, které musí podle uživatelské příručky provádět sám uživatel.
9. Ručitel také informuje, že provozuje pozáruční servis.
10. Výrobek by měl být v původním obalu a zajištěn pro přepravu.
11. V případě reklamace zboží prosím postupujte podle návodu na webových 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)

ZÁRUČNÁ KARTA

Názov článku:.....
EAN kód:.....
Dátum predaja:

ZÁRUČNÉ PODMIENKY:

1. Predávajúci poskytuje záruku v mene ručiteľa na území Poľskej republiky na obdobie 24 mesiacov od dátumu predaja: elektrický posilňovač 24 mesiacov, nabíjačka 6 mesiacov.
2. Záruka bude uznaná predajňou alebo servisným strediskom po poskytnutí zákazníkom:
 - jasne a správne vyplnený záručný list s pečiatkou predaja a podpisom predávajúceho
 - platné potvrdenie o kúpe zariadenia vrátane dátumu predaja/účtu, reklamovaný výrobok.
3. Prípadné vady a poškodenia zistené počas záručnej doby sa bezplatne odstránia najneskôr do 21 dní od doručenia výrobku do predajne alebo servisu.
4. Ak by bolo potrebné doviezť niektoré súčasti, záručná doba sa môže predĺžiť o dobu potrebnú na dovoz takejto súčasti, táto doba však nesmie byť dlhšia ako 90 dní.
5. Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a následné vady,
 - poškodenia a závady vyplývajúce z nesprávneho skladovania a používania zariadenia v rozpore s jeho účelom,
 - nesprávnu montáž a údržbu,
 - poškodenia a spotrebu takých prvkov, ako sú: káble, popruhy, gumové časti, pedále, hubové rukoväte, kolesá, ložiská atď.
6. Záruka zaniká v prípade:
 - uplynutím doby platnosti,
 - samoopravy,
 - nedodržania pravidiel správnej prevádzky.
7. Výrobok odovzdaný na opravu by mal byť kompletný a čistý. Ak niektoré časti chýbajú, servis je oprávnený odmietnuť prijatie výrobku do opravy. Servis môže odmietnuť prevziať znečistený výrobok alebo ho vyčistiť na náklady klienta po jeho písomnom súhlase.
8. Záruka sa nevzťahuje na činnosti spojené s montážou, údržbou, ktoré je podľa návodu povinný vykonať užívateľ sám.
9. Garant zároveň informuje, že ponúka pozáručný servis.
10. Výrobok by mal byť dodaný v originálnom balení a mal by byť zabezpečený na prepravu.
11. Na uplatnenie záruky postupujte podľa postupu zverejneného na webovej stránke: <https://serwis.abisal.pl/>.

V prípade nesúladu predanej veci so zmluvou má kupujúci zo zákona právo na právne prostriedky nápravy od predávajúceho a na jeho náklady. Záruka nemá vplyv na tieto opravné prostriedky.

ZARIADENIE NIE JE URČENÉ NA REHABILITÁCIU A TERAPIU

POZNÁMKY K PRIEBEHU OPRÁV

Položka	Dátum notifikácie	Dátum poskytnutia	Priebeh opravy	Podpis príjemcu (predajňa, vlastník)

GARANTIEKAART

Naam artikel:.....
EAN-code:.....
Verkoopdatum:.....

GARANTIEVOORWAARDEN:

1. De Verkoper biedt garantie namens de Garant binnen het grondgebied van de Republiek Polen voor een periode van 24 maanden vanaf de verkoopdatum: elektrische booster 24 maanden, lader 6 maanden.
2. De garantie wordt erkend door de winkel of het servicecentrum nadat de klant deze heeft verstrekt:
 - duidelijk en correct ingevulde garantiekaart met het verkoopstempel en de handtekening van de verkoper
 - geldige aankoopbevestiging van de apparatuur met inbegrip van de verkoopdatum / factuur, geklaagd product
3. Eventuele gebreken en beschadigingen die tijdens de garantieperiode aan het licht komen, worden binnen maximaal 21 dagen na levering van het product aan de winkel of service gratis verholpen.
4. Mocht het nodig zijn om bepaalde onderdelen te importeren, dan kan de garantietermijn worden verlengd met de periode die nodig is om een dergelijk onderdeel te importeren, deze periode mag echter niet langer zijn dan 90 dagen.
5. De garantie dekt niet:
 - mechanische schade en daaropvolgende defecten,
 - schade en defecten als gevolg van onjuiste opslag en onjuist gebruik van de apparatuur,
 - onjuiste montage en onjuist onderhoud,
 - schade en verbruik van elementen zoals: kabels, riemen, rubberen onderdelen, pedalen, sponshandvatten, wielen, lagers, enz.
6. De garantie vervalt in geval van:
 - het verstrijken van de geldigheidsduur,
 - zelfreparatie,
 - het niet opvolgen van de regels voor correct gebruik.
7. Het product dat ter reparatie wordt aangeboden moet compleet en schoon zijn. Als er onderdelen ontbreken, heeft de service het recht om het product te weigeren voor reparatie. De service kan weigeren een vuil product in ontvangst te nemen of het op kosten van de klant reinigen na schriftelijke toestemming van de klant.
8. De garantie geldt niet voor werkzaamheden met betrekking tot montage, onderhoud, die de gebruiker volgens de instructie zelf dient uit te voeren.
9. De garantieverstrekker informeert ook dat zij service na garantie bieden.
10. Het product moet worden geleverd in de originele verpakking en moet worden beveiligd voor verzending.
11. Om gebruik te maken van de garantie volgt u 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)

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

abisal@abisal.pl www.abisal.pl