

**DO UŻYTKU DOMOWEGO – KLASA „H-C”  
MAKSYMALNA WAGA UŻYTKOWNIKA – 120 KG**



**Koniecznie zapoznaj się z poniższymi informacjami**

**NAZWA I ADRES DYSTRYBUTORA****VICTORIA - SPORT SP ZO.O. SP.K.**

U. MARYNARKI POLSKIEJ 59A

80-557 GDAŃSK

Tel. (58) 5733833

fax (58) 3225252

www.galeriasportowa.pl

SERWIS:

Tel. (58) 5733833

fax (58) 3225252

**OPIS PRODUKTU**

|                              |                                    |
|------------------------------|------------------------------------|
| MAKSYMALNA WAGA UŻYTKOWNIKA  | - 120 kg                           |
| WAGA URZĄDZENIA              | - 65 kg.                           |
| ZAKRES STOSOWANIA URZĄDZENIA | - do użytku domowego – klasa „H-C” |
| KLASA DOKŁADNOŚCI            | „C” (DOKŁADNOŚĆ MINIMALNA)         |
| KLASA UŻYTKOWANIA            | „H” (DO UŻYTKU DOMOWEGO)           |
| ROK PRODUKCJI                | - 2020                             |
| OKRES TRWAŁOŚCI              | - BEZTERMINOWO                     |

**Urządzenie nie jest przeznaczone dla celów terapii – rehabilitacji.**



**PRODUKT ZGODNY Z DYREKTYWĄ 2001/95/EC & 2014/357/EU & 2014/875/EU  
& NORMAMI: EN ISO 20957-1:2013 & EN 957-6:2010+A1:2014**

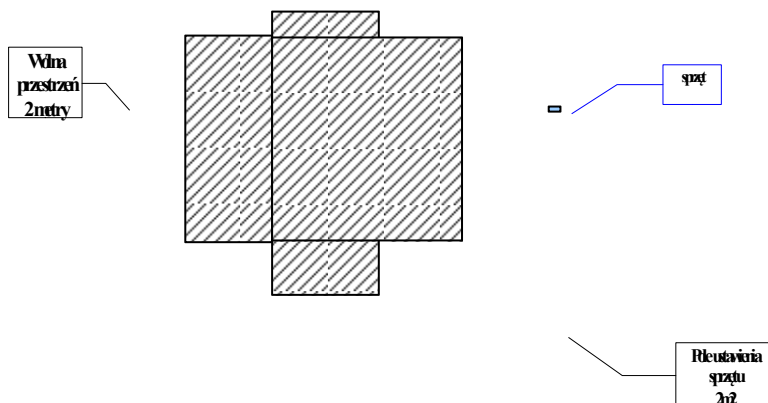
**UWAGI I ZALECENIA**

1. Bardzo uważnie przeczytaj instrukcję przed przystąpieniem do składania i korzystania z bieżni. Bezpieczne i efektywne użytkowanie jest możliwe tylko wtedy, kiedy urządzenie będzie składane, użytkowane i przechowywane zgodnie z instrukcją. Wszystkie osoby chcące korzystać z urządzenia muszą dokładnie zapoznać się z instrukcją.
2. Przed przystąpieniem do ćwiczeń powinieneś skonsultować zakres i intensywność ćwiczeń z lekarzem. Osoby cierpiące na choroby układu krążenia, mające podwyższone ciśnienie krwi, podwyższony poziom cholesterolu, nie mogą przystąpić do ćwiczeń bez konsultacji z lekarzem. KONSULTACJA Z LEKARZEM JEST NIEZBĘDNA.
3. Jeżeli w czasie ćwiczeń pojawiają się jakiegokolwiek niepokojące symptomy np. bóle w klatce piersiowej, płytki oddech, skurcze itp. natychmiast przerwij ćwiczenia i skonsultuj się z lekarzem. Niewłaściwie dobrany program ćwiczeń lub zbyt duża ich intensywność może mieć negatywny wpływ na Twoje zdrowie.
4. Dzieci nie mogą korzystać z bieżni. Jest to urządzenie przeznaczone dla dorosłych. NIE POZOSTAWIAJ DZIECI BEZ OPIEKI W POMIESZCZENIU, GDZIE ZNAJDUJE SIĘ URZĄDZENIE.
5. Zwierzęta domowe trzymaj z dala od urządzenia.
6. Przed przystąpieniem do ćwiczeń UPEWNIJ SIĘ, ŻE WSZYSTKIE ŚRUBY I NAKRĘTKI SĄ WŁAŚCIWIE DOKRĘCONE. Nakrętki samozaciskowe mogą być wykorzystane jednokrotnie.

7. Możesz korzystać z urządzenia, jeżeli jest ono pełnosprawne. Uszkodzone części należy natychmiast wymienić na części wolne od wad. Jeżeli usłyszysz jakiś nienaturalny hałas wydobywający się z urządzenia natychmiast wstrzymaj ćwiczenia. W wypadku jakichkolwiek problemów skontaktuj się z serwisem: **VICTORIA-SPORT Sp. z o.o.**  
**ul. WYBICKIEGO 9, 83-050 BĄKOWO, tel. (58) 5733833.**
8. Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego – klasa H, nie jest przystosowane do użytku w terapii medycznej.
9. Zachowaj szczególną ostrożność w trakcie przenoszenia urządzenia. Raz ustawionego urządzenia staraj się nie przemieszczać. Urządzenie jest na tyle ciężkie, że powinno być przenoszone przez kilka osób, z zachowaniem odpowiednich technik.
10. Użytkownik musi być pewny, że w trakcie ćwiczeń ani on, ani inne osoby nie będą miały kontaktu z częściami będącymi w ruchu.
11. **NIE ZALECA SIĘ POZOSTAWIANIA URZĄDZEŃ REGULACYJNYCH, KTÓRE MOGŁYBY PRZESZKADZAĆ W RUCHU UŻYTKOWNIKA, W TAKIM POŁOŻENIU, ABY WYSTAWAŁ JAKIKOLWIEK ICH ELEMENT.**
12. **W TRAKCIE ĆWICZEŃ NIKT NIE MOŻE PODCHODZIĆ DO URZĄDZENIA.**

#### SPOSÓB KORZYSTANIA Z URZĄDZENIA

1. Ustaw sprzęt na gładkiej, wypoziomowanej i stabilnej powierzchni.
2. Dla bezpiecznego wykonywania ćwiczeń ustaw urządzenie na wolnej przestrzeni o wymiarach co najmniej 2 m<sup>2</sup>. Urządzenie zajmuje około 1 m<sup>2</sup> powierzchni. Wokół urządzenia powinno być co najmniej 2 m wolnej przestrzeni.



3. Nie należy użytkować go „pod gołym niebem”, a także w pomieszczeniach o dużej wilgotności.
4. Przed korzystaniem z urządzenia należy sprawdzić, czy urządzenie jest sprawne w 100%.
5. Na urządzeniu może ćwiczyć tylko jedna osoba.

#### UWAGA!

1. Zabrania się używania sprzętu przez dzieci. Sprzęt należy składować w miejscu niedostępnym dla dzieci. Urządzenie nie przewiduje tego typu użytkowania. Urządzenie nie służy do zabawy.
2. Dzieci bez opieki należy trzymać z dala od urządzenia.
3. Zakres ćwiczeń i ich rodzaj skonsultuj z lekarzem, aby dobrać je do Twoich potrzeb.
4. Jeżeli jesteś w trakcie leczenia, cierpisz na jakieś choroby, ukończyłeś 35 lat, konsultacja z lekarzem jest wskazana.
5. Unikaj zbytniego wysiłku w trakcie wykonywania ćwiczeń.
6. **„OSTRZEŻENIE ” Systemy monitorowania tętna mogą być niedokładne. Nadmiar ćwiczeń może doprowadzić do poważnych obrażeń lub śmierci. Jeśli czujesz się słabo, natychmiast przerwij ćwiczenie.**
7. Urazy dla zdrowia mogą wynikać z nieprawidłowego lub zbyt intensywnego treningu.
8. Urządzenie zostało zaprojektowane do użytku w pomieszczeniach zamkniętych.
9. Nie wystawiaj urządzenia na działanie wilgoci oraz kurzu, nie używaj poza domem, nie przechowuj w szopie, garażu, przybudówce, pod zadaszeniem.
10. Urządzenie zostało zaprojektowane wyłącznie do użytku domowego. Gwarancja i producent nie

odpowiadają za produkt lub uszkodzenia produktu jeśli używany był w celach komercyjnych, profesjonalnych bądź pół-profesjonalnych.

11. Sprzęt nie służy do celów medycznych.
12. Nie używaj urządzenia w pobliżu wody.
13. Pamiętaj, że przy każdym używaniu narzędzi zachodzi niebezpieczeństwo skaleczenia. Zachowaj wszelkie zasady ostrożności!

## SPOSÓB KORZYSTANIA Z URZĄDZENIA

1. Ustaw sprzęt na gładkiej, wypoziomowanej powierzchni.
2. Bieżnia zajmuje około 1,2 m<sup>2</sup>, wokół urządzenia powinno być co najmniej 2 m wolnej przestrzeni. Ustaw urządzenie z dala od mebli i innych sprzętów domowych.
3. Użytkowanie urządzenia pod gołym niebem jest zabronione.
4. Nie należy użytkować go „pod gołym niebem”, a także w pomieszczeniach o dużej wilgotności.
5. Przed korzystaniem z urządzenia należy sprawdzić, czy urządzenie jest sprawne w 100%.
6. Na urządzeniu może ćwiczyć tylko jedna osoba.



7. Przed przystąpieniem do ćwiczeń należy wykonać krótką rozgrzewkę (przykładowe ćwiczenia – rys.)



**Rozgrzewka<sup>1</sup>** - Jest bardzo istotnym elementem treningu. Zaniedbanie jej lub wykonanie niepoprawnie może być przyczyną wielu, często niebezpiecznych kontuzji. Każdy trening, nawet lekki powinien być nią poprzedzony. Jak powinna wyglądać rozgrzewka? Przede wszystkim powinna obejmować swoim zakresem część ciała, którą będziemy trenować. Jedną ze skuteczniejszych metod, jest wykonywanie rozgrzewki składającej się z trzech części (każda trwająca min. 3-5 minut). Część pierwsza, to wstęp do rozgrzewki. Powinien obejmować ćwiczenia krążeniowe ogólne, jak np. rower stacjonarny, bieżnia, stepper, bieg w miejscu, skakanka, itp. Celem tej części rozgrzewki jest pobudzenie układu krwionośnego, oraz

stawów i ścięgien do wyťažonej pracy. Część druga, to rozgrzewka właściwa-obejmująca swoim zakresem obszar, który będziemy trenowali siłowo. Ma ona za zadanie przygotować konkretne mięśnie, stawy i ścięgna do przeciążeń, na jakie będą narażone podczas treningu. Jakie ćwiczenia są polecane w tej części-opis znajduje się w działach poświęconych treningowi poszczególnych grup mięśniowych. Część trzecia, to rozciąganie mięśni. Jej celem jest zwiększenie zakresu ruchomości stawów, wzmocnienie ścięgien, lepsze ukrwienie mięśni. Konkretny opis ćwiczeń rozciągających polecanych na poszczególne mięśnie jest zawarty w rozdziale **”Strechingu-rozciąganie mięśni”**. Po tak wykonanej rozgrzewce możemy śmiało przystąpić do treningu siłowego. Zalecane jest jednak ostrożne dozowanie obciążeń w pierwszych seriach ćwiczeń na każdą grupę mięśniową. Szczególnie, jeśli planujemy trening z użyciem dużych (powyżej 70% ciężaru maksymalnego) obciążeń. Dobrym rozwiązaniem jest wykonanie 1-2 serii rozgrzewkowych podstawowego ćwiczenia (np. wyciskania na ławce płaskiej lub skośnej, wyciskania w siadzie na barki, przysiadów, prostowania nóg na maszynie, itp.) z mniejszym obciążeniem (40-50% ciężaru

<sup>1</sup> Informacje na temat treningu pochodzą ze strony [www.kulturystyka.pl](http://www.kulturystyka.pl)

maksymalnego) i większą ilością powtórzeń: 12-15. Dopiero teraz możemy bezpiecznie przejść do serii ciężkich, z większym obciążeniem.

### **UWAGI NA TEMAT BEZPIECZEŃSTWA**

## **Przed montażem i użyciem należy zapoznać się z instrukcją obsługi.**

Bieżnia została zaprojektowana i skonstruowana w taki sposób, aby można było bezpiecznie używać jej w domu. Używając produktów elektrycznych należy jednakże przestrzegać podstawowych zasad bezpieczeństwa.

### **A. BEZPIECZEŃSTWO:**

Aby zredukować ryzyko poparzenia, pożaru, porażenia prądem lub zranienia, należy przestrzegać następujących zasad:

- Nie należy zostawiać urządzenia podłączonego do prądu podczas przerwy w korzystaniu. Po zakończeniu ćwiczeń należy wyłączyć wtyczkę z gniazdka.
- Nie należy używać urządzenia gdy jest mokre, gdy wtyczka lub kabel są uszkodzone lub jeżeli urządzenie nie pracuje prawidłowo. Nie należy używać uszkodzonego urządzenia.
- Kable i wtyczki należy trzymać z dala od źródeł ciepła.
- Nie należy układać przewodu pod dywanem, zabrania się ustawiania przedmiotów na kablu.
- Należy używać tylko przewodów, które zostały dostarczone razem z urządzeniem.
- Aby wyłączyć urządzenie, najpierw należy wyłączyć przełącznik, a następnie wyciągnąć wtyczkę z gniazdka.
- Przed rozpoczęciem ćwiczeń upewnij się, czy urządzenie funkcjonuje prawidłowo. Nie należy używać uszkodzonego urządzenia.
- Zepsute urządzenie należy oddać do naprawy.
- Przed użyciem upewnij się czy wszystkie śruby i nakrętki są mocno przykręcone.
- Nie należy przykręcać innych elementów nie polecanych przez producenta.
- Nie należy wkładać w otwory żadnych przedmiotów.
- Należy ćwiczyć w odpowiednim ubraniu i obuwiu sportowym .
- W czasie ćwiczeń i po ich zakończeniu zadbaj, aby dzieci i zwierzęta nie miały dostępu do urządzenia.
- Urządzenie może być wykorzystywane tylko przez jedną osobę na raz.
- Jeżeli w czasie ćwiczeń pojawią się bóle lub zawroty głowy, ból w klatce piersiowej lub inne niepokojące objawy, należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skonsultować się z lekarzem.
- Przed rozpoczęciem ćwiczeń zawsze wykonaj rozgrzewkę.
- Urządzenie wykorzystuj jedynie w celach opisanych w tej instrukcji.
- Urządzenie nie może być wykorzystywane do celów rehabilitacyjnych i terapeutycznych.

**OSTRZEŻENIE:** PRZED ROZPOCZĘCIEM TRENINGU SKONSULTUJ SIĘ Z LEKARZEM. JEST TO KONIECZNE W PRZYPADKU OSÓB W WIEKU POWYŻEJ 35 LAT ORAZ OSÓB MAJĄCYCH KŁOPOTY ZE ZDROWIEM. PRZED UŻYCIEM SPRZĘTU FITNESS ZAWSZE PRZECZYTAJ WSZYSTKIE INSTRUKCJE. NIE PONOSIMY ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA KONTUZJE LUB USZKODZENIA PRZEDMIOTÓW, KTÓRE ZOSTAŁY SPOWODOWANE NIEWŁAŚCIWYM

UŻYTKOWANIEM PRODUKTU.

PRZEZNACZONY DO UŻYTKU DOMOWEGO, KLASA “H-C”.

WŁAŚCIWA POSTAWA W TRAKCIE UŻYTKOWANIA – NOGI NA PASIE BIEŻNI,  
RĘCE NA KIEROWNICY W TRAKCIE CHODU LUB TEŻ UŁOŻONE W POZYCJI BIEGOWEJ, A  
PLECY PROSTE.

**MAKSYMALNE OBCIĄŻENIE URZĄDZENIA WYNOŚI 120 KG.**

UWAGA!

**ZAPINKA BEZPIECZEŃSTWA POWINNA BYĆ PRZYCZEPIONA DO ODZIEŻY NATYCHMIAST PO WEJŚCIU NA URZĄDZENIE. ZABRANIA SIĘ ĆWICZENIA BEZ ZAPIĘTEJ DO ODZIEŻY ZAPINKI BEZPIECZEŃSTWA. ZAPINKA POWODUJE NATYCHMIASTOWE WYŁĄCZENIE URZĄDZENIA W MOMENCIE ZEJŚCIA Z BIEŻNI.**

**NALEŻY NAJPIERW WŁĄCZYĆ WTYCZKĘ DO PRĄDU, NASTĘPNIE WEJŚĆ NA PAS BIEŻNI I DOPIERO WTEDY WŁĄCZYĆ PAS BIEŻNI, KTÓRY ZACZNIE SIĘ PORUSZAĆ. ZALECA SIĘ TRZYMAĆ RĘCE NA KIEROWNICY W TRAKCIE ĆWICZENIA.**

**OSTRZEŻENIA**

1. POZIOM BEZPIECZEŃSTWA UŻTKOWNIKA SPRZETU MOŻNA UTRZYMAC TYLKO DZIEKI REGULARNEJ KONTROLI, DOTYCZĄCEJ USZKODZEŃ I ZUŻYCIA.
2. USZKODZONE CZĘŚCI NALEŻY NATYCHMIAST WYMIENIĆ.
3. NAJBARDZIEJ NARAŻONYMI NA ZUŻYCIE CZĘŚCIAMI SĄ PEDAŁY, NAKŁADKI.
4. NIE ZALECA SIĘ POZOSTAWIANIA URZĄDZEŃ REGULUJĄCYCH, KTÓRE MOGŁYBY PRZESZKADZAĆ W RUCHU UŻTKOWNIKA, W TAKIM POŁOŻENIU, ABY WYSTAWAŁ JAKIKOLWIEK ELEMENT.

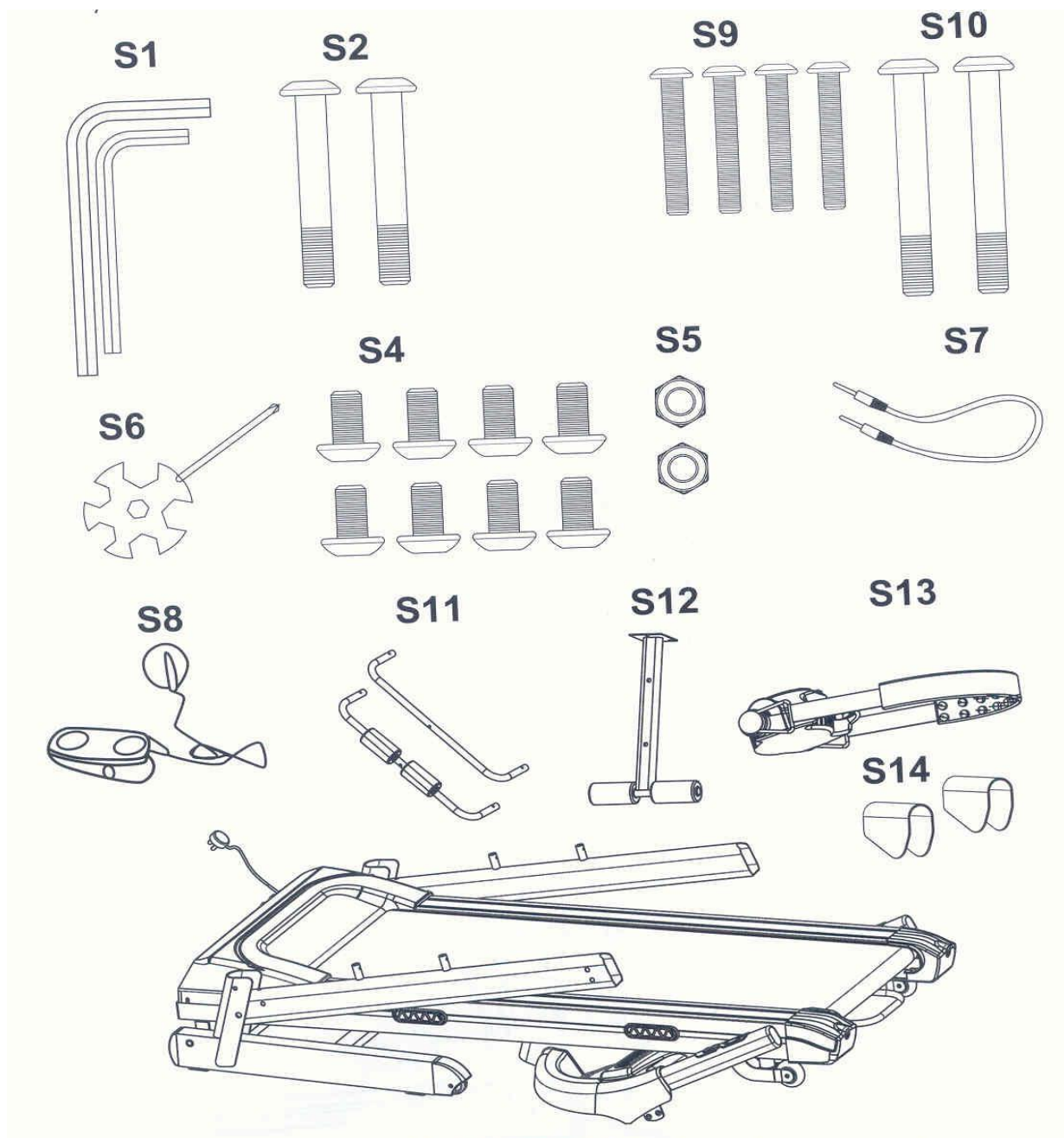


## KROKI MONTAŻOWE

OTWÓRZ KARTON I WYJMIJ WSZYSTKIE CZĘŚCI.

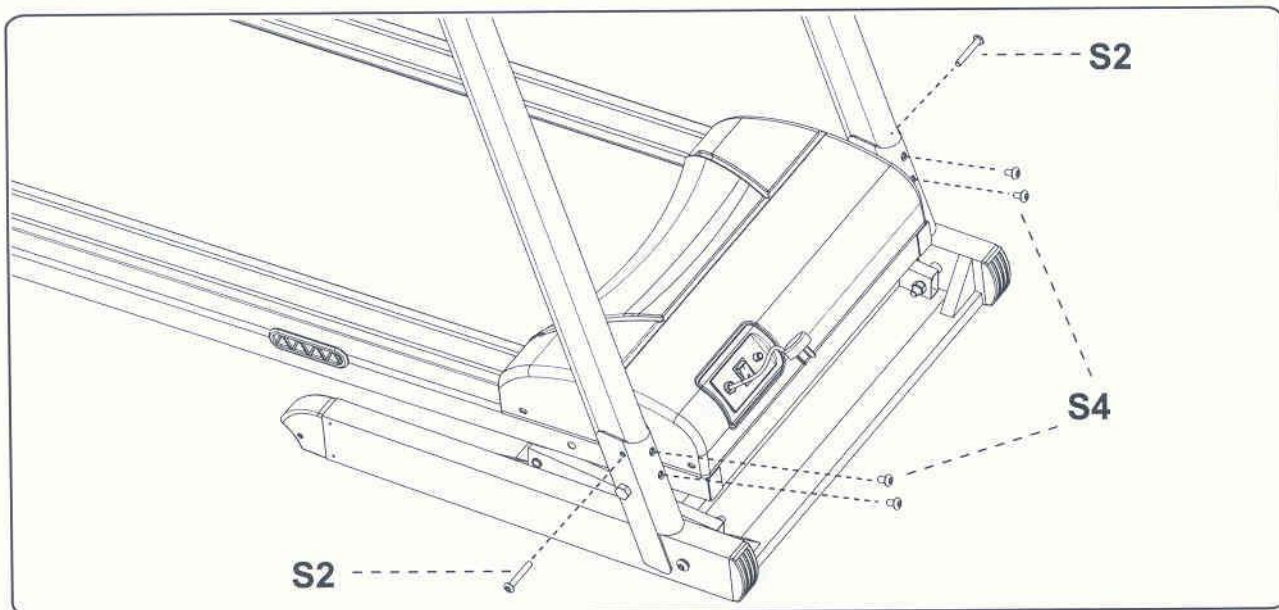
**UWAGA: MONTAŻ WINNY WYKONYWAĆ CO NAJMNIEJ 2 OSOBY DOROSŁE.**

W KARTONIE WINNY ZNAJDOWAĆ SIĘ NASTĘPUJĄCE CZĘŚCI:

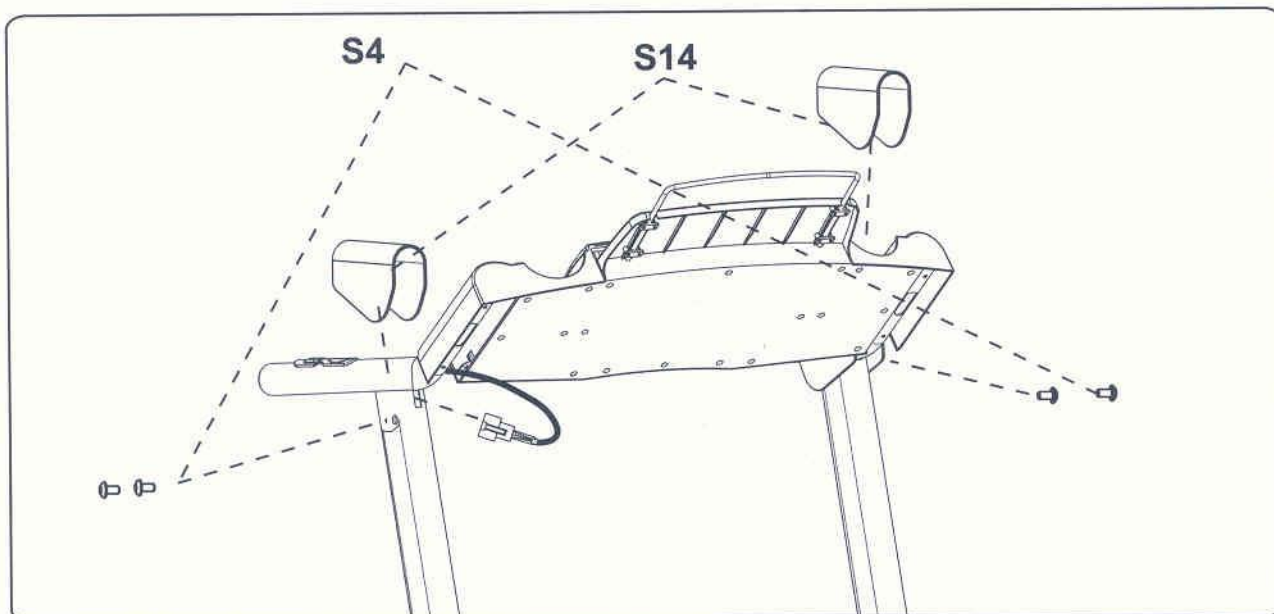


**KROKI MONTAŻOWE:**

**KROK 1:**

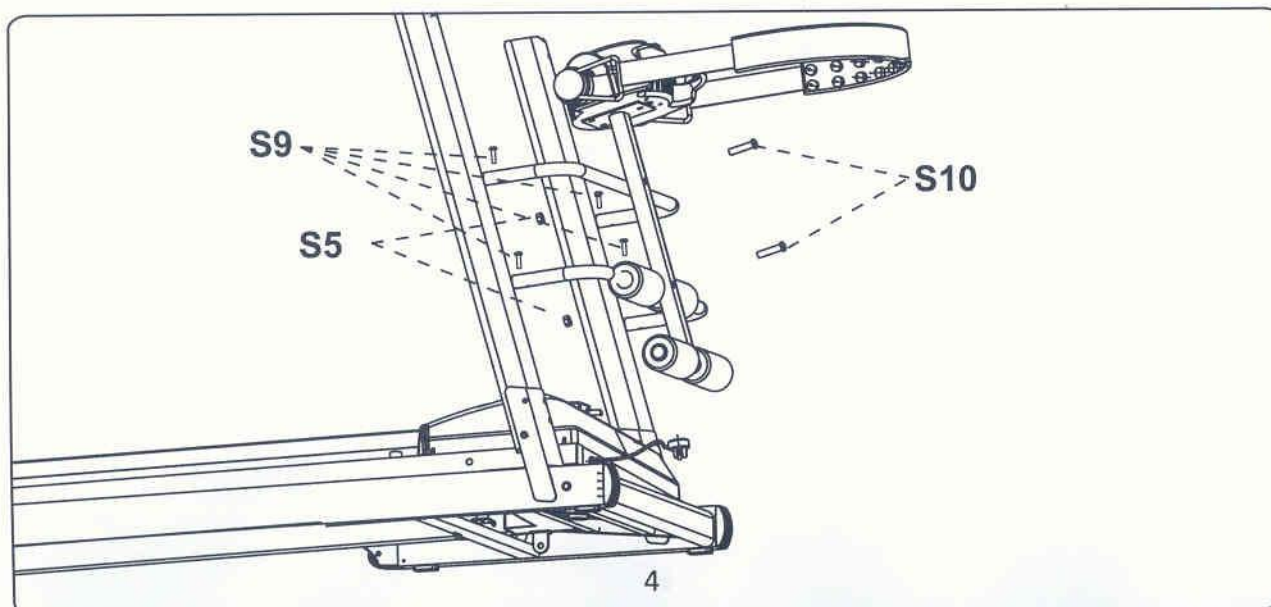


**KROK 2**

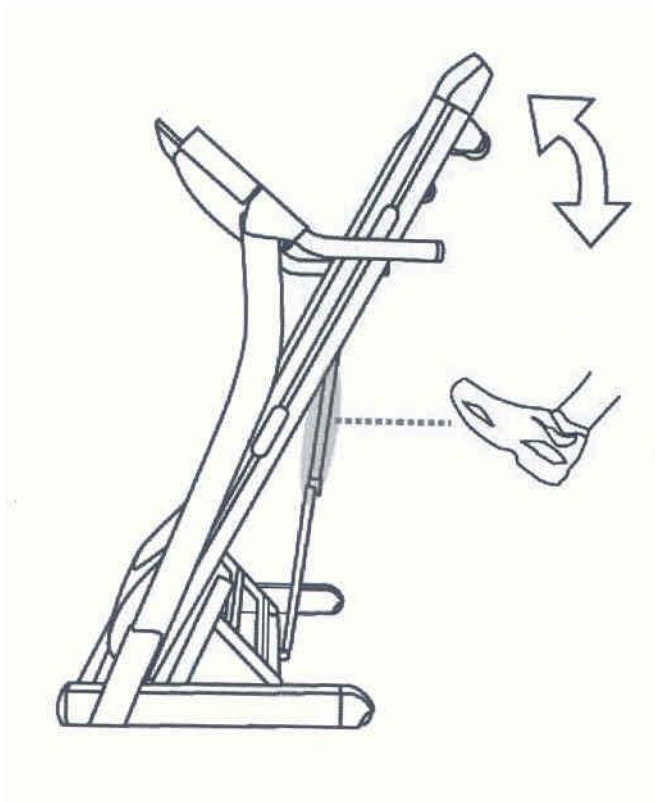




**KROK 3:**



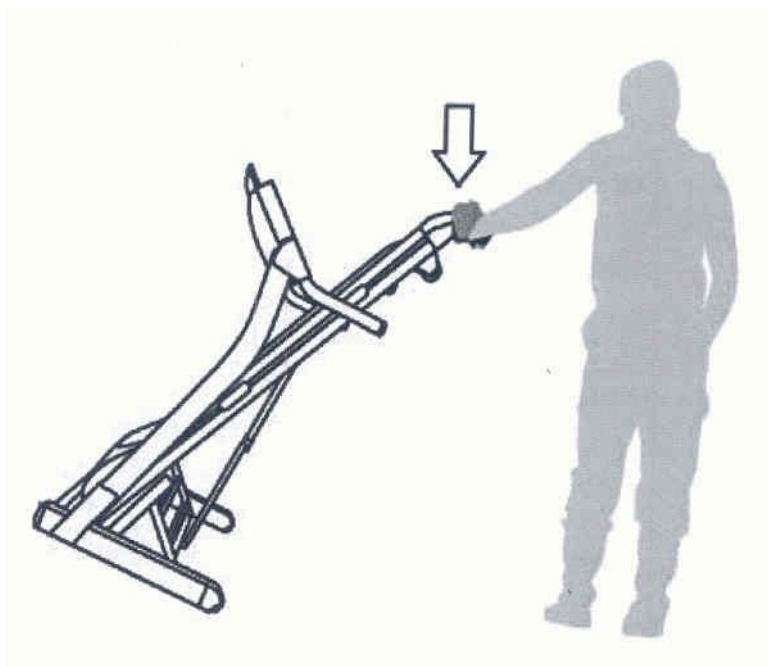
**PRZEMIESZCZANIE & PRZECHOWYWANIE BIEŻNI:**



- A) PO ZAKOŃCZENIU ĆWICZENIA NALEŻY WYŁĄCZYĆ BIEŻNIĘ ORAZ WYJĄĆ WTYCZKĘ Z GNIAZDKA.
- B) UNIEŚ DECK KU GÓRZE – POCZUJESZ PRACĘ SIŁOWNIKA UNOSZĄCEGO BIEŻNIĘ.
- C) ABY ROZŁOŻYĆ BIEŻNIĘ NALEŻY ZWOLNIĆ STOPĄ SYSTEM SIŁOWNIKA BIEŻNI.KTÓRY SPOWODUJE OPUSZCZANIE BIEŻNI.

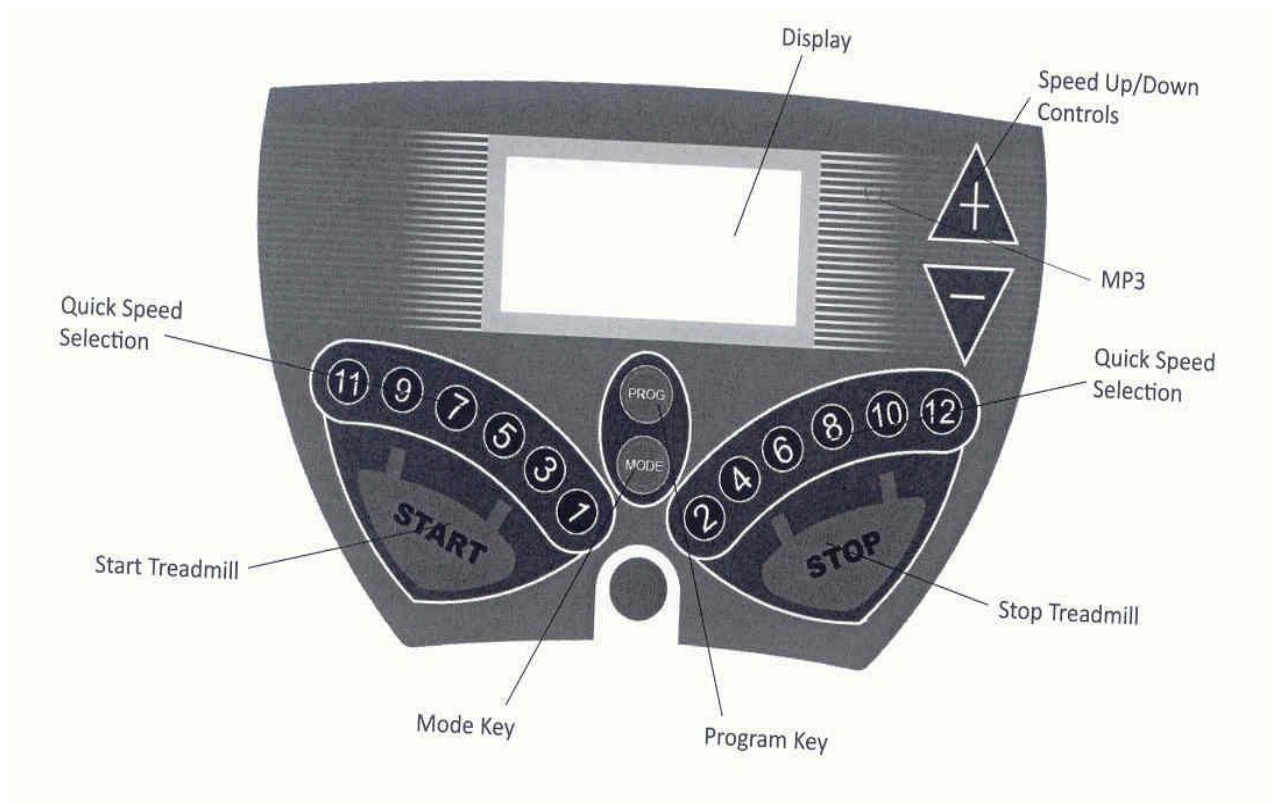
## INSTRUKCJA MONTAŻU I UŻYTKOWANIA – BIEŻNIA HSM-T08C (TM7897)

### PRZEMIESZCZANIE BIEŻNI.



ABY PRZESUNĄĆ BIEŻNIĘ NALEŻY POCHYLIĆ BIEŻNIĘ KU PRZODOWI, A NASTĘPNIE, UZYWAJĄC KÓŁEK TRANSPORTOWYCH PRZEMIESZCIĆ BIEŻNIĘ – PATRZ NA RYSUNEK POWYŻEJ.

### INSTRUKCJA LICZNIKA



## INSTRUKCJA MONTAŻU I UŻYTKOWANIA – BIEŻNIA HSM-T08C (TM7897)

DISPLAY = WYŚWIETLACZ; SPEED UP/DOWN CONTROLS = USTAWIANIE PRĘDKOŚCI UP/W GÓRĘ & DOWN / W DÓŁ; QUICK SPEED SELECTION = SZYBKI WYBÓR PRĘDKOŚCI; STOP TREADMILL = ZATRZYMANIE BIEŻNI; PROGRAM KEY = PRZYCISK WYBORU PROGRAMU; MODE KEY = PRZYCISK „MODE”; START TREADMILL = START BIEŻNI; QUICK SPEED SELECTION = SZYBKI WYBÓR PRĘDKOŚCI.

### FUNKCJE WYŚWIETLANE:

TIME / CZAS: ODLICZNIK CZASU OD 00:00 DO 99:00;

USTAWIENIE CZASU – ODLICZANIE OD WARTOŚCI ZADANEJ DO „0”.

MOŻLIWOŚĆ USTAWIENIA CZASU OD 5 DO 99:00 MIN. ( CO 1 MINUTĘ ).

SPEED / PRĘDKOŚĆ: PRĘDKOŚĆ ĆWICZENIA W ZAKRESIE OD 1.0 DO 12.0 KM/H

DISTANCE / DYSTANS: ODLICZNIK DYSTANSU OD 00:00 DO 99:50 KM ( CO 0.1 KM );

USTAWIENIE DYSTANSU ĆWICZENIA – ODLICZANIE OD WARTOŚCI ZADANEJ DO „0”.

MOŻLIWOŚĆ USTAWIENIA DYSTANSU OD 0.5 DO 99:50 KM. ( CO 0.50 KM ).

CALORIES / KALORIE: ODLICZNIK WARTOŚCI SZACUNKOWEJ ZUŻYTYCH KALORII OD 0 DO 995;

USTAWIENIE WARTOŚCI – ODLICZANIE OD WARTOŚCI ZADANEJ DO „0”.

MOŻLIWOŚĆ USTAWIENIA WARTOŚCI OD 5 DO 995 KALORII. ( CO 5 KALORII ).

PULSE / PULS: ABY URUCHOMIĆ POMIAR NALEŻY TRZYMAĆ DŁONIE NA CZUJNIKACH. W TRAKCIE POMIARU N/A WYŚWIETLACZU POKAŻE SIĘ IKONKA SERCA.

### PRZYCISKI FUNKCYJNE:

1.MODE: POTWIERDZANIE USTAWIEŃ & WEJŚCIE W ĆWICZENIA.

2.SPEED +: ZWIĘKSZANIE WARTOŚCI FUNKCJI PRĘDKOŚCI.

3 SPEED -: ZMNIEJSZANIE WARTOŚCI FUNKCJI PRĘDKOŚCI.

### POWER ON / WŁACZENIE ZASILANIA:

NALEŻY WŁOŻYĆ WTYCZKĘ W GNIAZDKO Z UZIEMNIENIEM, ZAPIĄĆ „ZAPINKĘ BEZPIECZEŃSTWA” ( SAFETY KEY ), A NASTĘPNIE WYSTARTOWAĆ BIEŻNIĘ.

### SZYBKI WYBÓR PRĘDKOŚCI:

BIEŻNIA UMOZLIWIA SZYBKI WYBÓR PRĘDKOŚCI – OD 1 DO 12 KM/H.

ZMIANY PRĘDKOŚCI W TRAKCIE ĆWICZENIA JEST MOŻLIWA.

ABY WYŁĄCZYĆ BIEŻNIĘ W TRAKCIE ĆWICZENIA NALEŻY NACISNĄĆ PRZYCISK „STOP” LUB ODPIĄĆ „ZAPINKĘ BEZPIECZEŃSTWA”.

**PROGRAMY LICZNIKA.**

LICZNIK MA ZAPROGRAMOWANE 12 PROGRAMÓW. WYBÓR PROGRAMÓW OD P1 DO -12 PRZYCISKIEM „PROGRAM”, A NASTĘPNIE NALEŻY PRZYCISNAĆ „START” ABY ROZPOCZĄĆ ĆWICZENIE W DANYM PROGRAMIE.

|    |  |               |     |  |                    |
|----|--|---------------|-----|--|--------------------|
| P1 |  | WARM-UP       | P7  |  | TIME GOAL          |
| P2 |  | RANDOM        | P8  |  | DISTANCE GOAL      |
| P3 |  | 5K RUN        | P9  |  | CALORIES GOAL      |
| P4 |  | COMPETITION   | P10 |  | MOUNTAIN CLIMB     |
| P5 |  | WEIGHT - LOSS | P11 |  | BEACH SPORT        |
| P6 |  | HILL          | P12 |  | CROSS COUNTRY RACE |

**UTRZYMANIE PRODUKTU W CZYSTOŚCI**

BIEŻNIA WINNA BYĆ UTRZYMANA W CZYSTOŚCI, A W SZCZEGÓLNOŚCI ŚCIEŻKA, RELINGI BOCZNE, A TAKŻE CAŁE POMIŚCZENIE, W KTÓRYM ĆWICZYSZ.. PRZED KAŻDYM UŻYCIEM NALEŻY WYTRZEĆ ŚCIEŻKĘ Z KURZU MIĘKKĄ, SUCHĄ SZMATKĄ. W TRAKCIE CZYSZCZENIA BIEŻNIA WINNA BYĆ WYŁĄCZONA Z PRĄDU.

**CZYSZCZENIE**

PRZED KAŻDYM UŻYCIEM SPRAWDZAJ CZY BIEŻNIA JEST CZYSTA. ZALECA SIĘ CZYSZCZENIE BIEŻNI MIĘKKĄ, SUCHĄ SZMATKĄ. LICZNIK BIEŻNI WYCIERAJ SUCHĄ SZMATKĄ. CHROŃ LICZNIK,, SILNIK I POWIERZCHNIĘ, PO KTÓREJ PORUSZA SIĘ ŚCIEŻKA BIEŻNI PRZED WILGOCIĄ.

**UWAGA: W TRAKCIE CZYSZCZENIA BIEŻNI, A TAKŻE W TRAKCIE WSZELKICH CZYNNOŚCI SERWISOWYCH WTYCZKA BIEŻNI POWINNA BYĆ WYCIĄGNIĘTA Z GNIAZDKA.**

**ŚCIEŻKA ORAZ SMAROWANIE DECK’U.**

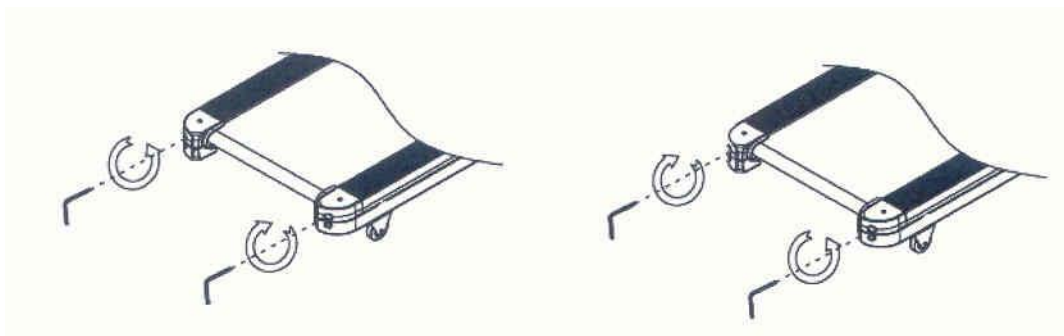
ZALECANE SMAROWANIE DECK’U, KAŻDORAZOWO, PO 30 UŻYCIACH:

**CENTROWANIE ŚCIEŻKI**

**CENTROWANIE ŚCIEŻKI:**

## INSTRUKCJA MONTAŻU I UŻYTKOWANIA – BIEŻNIA HSM-T08C (TM7897)

- USTAW ŚCIEŻKĘ NA WYPOZIOMOWANYM PODŁOŻU.
- WŁĄCZ SZYBKOŚĆ ŚCIEŻKI NA MAKSYMALNIE 6 – 8 km/h
- JEŻELI ŚCIEŻKA SCHODZI W PRAWO, PRZEKRĘĆ PRAWĄ ŚRUBĘ O 1/2 OBROTU ZGODNIE ZE WSKAZÓWKAMI ZEGARA, A LEWĄ ŚRUBĘ O 1/2 OBROTU W KIERUNKU PRZECIWNYM ( RYS.C).
- JEŻELI PAS SCHODZI W LEWO, PRZEKRĘĆ LEWĄ ŚRUBĘ O 1/2 OBROTU ZGODNIE ZE WSKAZÓWKAMI, A ŚRUBĘ PRAWĘ O 1/2 OBROTU W KIERUNKU PRZECIWNYM.



**RYS.C**

**RYS.D**

PO ZAKOŃCZENIU USTAWIANIA NALEŻY WŁĄCZYĆ ŚCIEŻKĘ NA 15 SEKUND Z PRĘDKOŚCIĄ 14 KM/GODZ ABY SPRAWDZIĆ CZY ŚCIEŻKA JEST WŁAŚCIWIE SCENTROWANA.

**ŚCIEŻKA NIE MOŻE BYĆ ZA BARDZO NACIĄGNĘTA.** MOŻE TO SPWODOWAĆ SZBSZE ZUŻYCIE SILNIKA ORAZ ŚCIEŻKI.

### **PRZECHOWYWANIA**

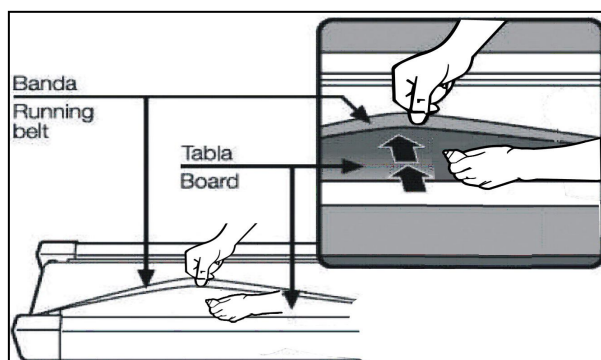
PRZECHOWUJ BIEŻNIĘ W SUCHYM POMIESZCZENIU W TEMPERATURZE POKOJOWEJ.

| <b>PROBLEM</b>      | <b>PRZYCZYNA</b> | <b>ROZWIĄZANIE</b>  |
|---------------------|------------------|---|
| BIEŻNIA NIE PRACUJE | BRAK ZASILANIE.  | SPRAWDŹ CZY BIEŻNIA JEST WTYCZKA JEST WŁĄCZONA DO KONTAKTU. |

**INSTRUKCJA MONTAŻU I UŻYTKOWANIA – BIEŻNIA HSM-T08C (TM7897)**

|                     |   |   |
|---------------------|---|---|
| BIEŻNIA NIE PRACUJE | BRAK ZASILANIA  | SPRAWDŹ CZY WŁĄCZNIK ZASILANIA JEST WE WŁAŚCIWEJ POZYCJI.   |
| BIEŻNIA NIE PRACUJE | BRAK ZASILANIA W GNAIZDKU   | ELEKTRY WINIEN SPRADZIĆ ZASILANIE GNIAZDKA  |
| BIEZNIA NIE PRACUJE | WYRZUCONY BEZPIECZNIK.  | WCIŚNIJ CZERWONY GUZIK BEZPIECZNIKA ZNAJDUJĄCY SIĘ Z PRZODU OSŁONY SILNIKA..  |
| ŚCIEŻKA HAŁASUJE.   | ZBYT DUŻE OBCIĄŻENIE ŚCIEŻKI, MAX. 120 KG. LUB KONIECZNOŚCI CENTROWANIA ŚCIEŻKI | CENTRUJ ŚCIEŻKĘ ZGODNIE Z KROKAMI ZE STR. 11.   |
| ZBYT LUŻNA ŚCIEŻKA. | ZA SŁABO NACIĄGNIETA ŚCIEŻKA.   | ŚCIEŻKĘ NACIĄGA SIĘ UŻYWAJĄC ŚRUB ZANJDUJĄCYCH SIĘ Z TYŁU BIEŻNI, PRZEKRĘĆ PO OBU STRONACH W KERUNKU PRZECIWNYM DO RUCHU WSKZÓWEK ZEGARA. |

**SMAROWANIE DECK'U ŚCIEŻKI**



**RUNNING BELT = ŚCIEŻKA**

**BOARD = DECK**