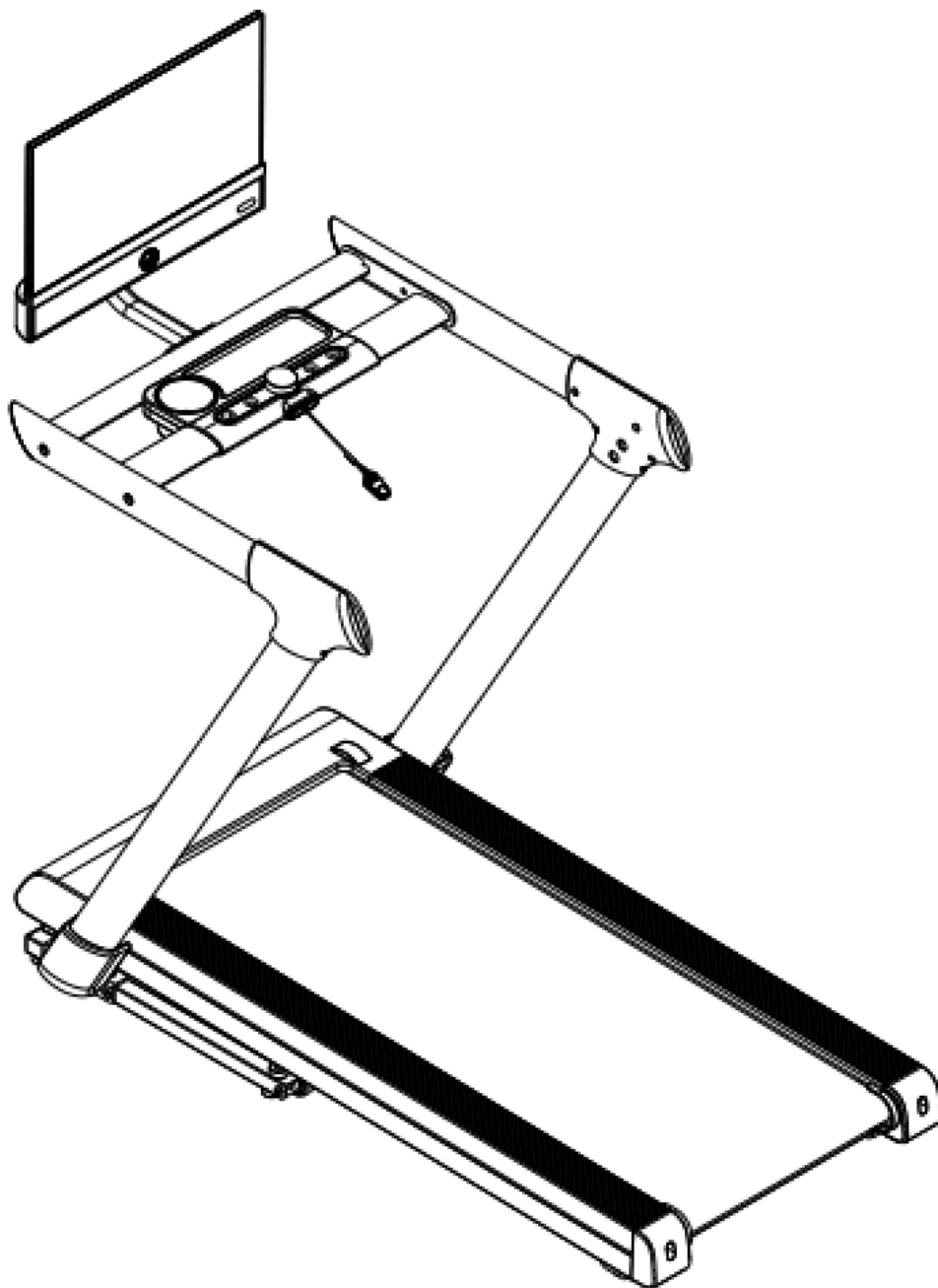




YESOUL

INSTRUKCJA OBSŁUGI YESOUL T3 PLUS



Importer
Aktro Sp. z o. o.
ul. Andersa 7 lok. 4
15-124 Białystok

Specyfikacja produktu

Obsługiwane wersje oprogramowania	iOS 12.0 i nowsze, Android 5.1 i nowsze (włącznie)
Metoda połączenia bezprzewodowego	Technologia bezprzewodowa Bluetooth
Bluetooth	Bieżnia: VG.0, głośnik: VG.3
Napięcie znamionowe	220 V
Częstotliwość znamionowa	50 Hz
Moc znamionowa	3,0 KM (maks.)
Prędkość	1–14 km/h/0,6–8,7 mil/h
Odpowiednia wysokość	155 190 cm/61 74,8 cala
Waga netto	5,5 kg/12,2 funta
Waga brutto	65 kg/143,3 funta
Maksymalne obciążenie znamionowe	136 kg/300 funtów
Powierzchnia robocza	(długość) 1200 mm x (szerokość) 450 mm/ (długość) 47,2 cala x (szerokość) 17,7 cala
Wymiary produktu	Rozmiar przed złożeniem: (długość) 1484 mm x (szerokość) 745 mm (wysokość) 1441 mm Rozmiar po złożeniu: (długość) 925 mm x (szerokość) 45 mm (wysokość) 1441 mm/ Rozmiar po rozłożeniu: (długość) 58,4 cala (szerokość) 29,3 cala x (wysokość) 56,7 cala Rozmiar po złożeniu: (długość) 36,4 cala x (szerokość) 29,3 cala (wysokość) 56,7 cala
Norma wykonawcza	EN ISO 20957-1 : 2013 EN ISO 20957-6: 2010

Specyfikacja monitora

Typ panelu	VA
Krzywizna	Płaski ekran
Proporcje	16:9
Rozmiar	21,5 cala
Typ podświetlenia	Boczne diody LED
Rozmiar wyświetlacza (wys. x szer.)	476 mm*268 mm
Rozdzielczość	1920*1080
Częstotliwość odświeżania	75 Hz (maks.); 60 Hz (typowo)
Jasność	200 cd/m ² (typowa); 150 cd/m ² (min.)
Domyślna temperatura barwowa	6500 K
Kontrast	3000:1 (typowa)
Liczba kolorów	16.7M
Gama kolorów	72% (typowo); 65% (min.) NTSC
Kąt widzenia (poziomy/pionowy)	178
Czas reakcji	7 ms
Wersja interfejsu (HDMI/DP)	HDMI/wyjście audio/DC IN+2USB+port szeregowy
Specyfikacja głośników	Brak
Napięcie wejściowe	Wejście DC: 24 V
Tryb wskaźnika (zasilanie włączone, tryb czuwania)	Zielony podczas uruchamiania, migający zielony w trybie czuwania
Temperatura przechowywania	-20°C →+55°C
Temperatura pracy	5°C →+40°C
Wilgotność podczas pracy	20% - 80%
Wilgotność podczas przechowywania	20% - 80%
Metoda sterowania	5 fizycznych przycisków

Ważne instrukcje dotyczące bezpieczeństwa

Ostrzeżenie! Ten produkt jest produktem podłączanym do gniazdka elektrycznego. Proszę zapoznać się z poniższymi szczegółowymi informacjami dotyczącymi środków bezpieczeństwa związanych z bieżnią i używać jej w sposób właściwy.

- Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy założyć odpowiednią odzież sportową i obuwie. Należy upewnić się, że odzież jest odpowiednio zapięta lub zasunięta, aby nie wplątała się w bieżnię.
- Nie noś twardych przedmiotów w kieszeniach podczas korzystania z bieżni, ponieważ może to spowodować wypadki lub obrażenia.
- Nie korzystaj z bieżni po spożyciu alkoholu, ponieważ może to prowadzić do wypadków lub obrażeń.
- Podczas włączania bieżni należy stać na antypoślizgowych poręczach bocznych.
- Podczas pracy bieżni na bieżni może przebywać tylko jedna osoba.
- Nie jedz ani nie wykonuj innych czynności podczas korzystania z bieżni.
- Upewnij się, że podczas korzystania z bieżni osoby postronne znajdują się w bezpiecznej odległości od urządzenia, aby zapobiec wypadkom lub urazom spowodowanym upadkiem.
- Przed użyciem sprawdź, czy bieżnia jest ustawiona na stabilnej powierzchni.
- Przed użyciem sprawdź, czy bieżnia działa prawidłowo. Sprawdź, czy osłony kolumn i uchwyty są dobrze zamocowane. Jeśli są luźne, może dojść do obrażeń.
- Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy przypiąć klips z kluczem bezpieczeństwa do ubrania, aby zapewnić bezpieczne zatrzymanie bieżni w razie nagłej potrzeby.
- Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy zacząć od powolnego chodzenia na bieżni, kierując lewą stopą zgodnie z kierunkiem taśmy. Gdy poczujesz się komfortowo, rozpocznij ćwiczenia, zachowując prawidłową postawę.
- Podczas użytkowania bieżni należy zachować bezpieczną odległość 2000 x 1000 mm/78,7 x 39,3 cala za bieżnią.
- Stopniowo dostosowuj prędkość do swoich możliwości. Nie zwiększaj nagle prędkości powyżej 3,8 km/h/2,3 mil/h, aby zapobiec upadkom i urazom.
- Nie skacz podczas ćwiczeń, aby uniknąć upadku lub kontuzji.

- Podczas regulacji nachylenia należy stanąć obiema stopami na bocznych podnóżkach bieżni i rozpocząć ćwiczenia dopiero po zakończeniu regulacji.
- Aby zapobiec utracie równowagi i upadkowi, należy unikać znacznych zmian nachylenia podczas pracy urządzenia z dużą prędkością.
- Korzystając z trybu dużego nachylenia, dostosuj prędkość do swojej kondycji fizycznej, aby uniknąć nadmiernego wysiłku.
- Aby zapobiec wypadkom, nie zeskakuj z bieżni po zakończeniu ćwiczeń.
- Aby zatrzymać bieżnię po zakończeniu ćwiczeń, należy pociągnąć w dół klucz bezpieczeństwa lub nacisnąć przycisk stop.
- Po zakończeniu ćwiczeń wyłącz bieżnię i odłącz ją od zasilania.
- Bieżnia jest przeznaczona do użytku w pomieszczeniach. Należy ją utrzymywać w stanie suchym, unikać rozlewania wody i nie umieszczać na niej żadnych obcych przedmiotów.
- Należy unikać długotrwałego nadmiernego użytkowania, ponieważ może to spowodować uszkodzenie silnika i sterownika oraz przyspieszyć zużycie płyty bieżnej i pasa. Zaleca się regularną konserwację.
- Należy ograniczyć poziom zapylenia i utrzymywać odpowiednią wilgotność w pomieszczeniu, aby zapobiec zakłóceniom statycznym konsoli lub sterownika.

- Nie używaj bieżni na zewnątrz. Ten produkt jest przeznaczony do domowego użytku fitness i nie jest urządzeniem medycznym.
- Bieżnia nie powinna pracować nieprzerwanie dłużej niż 1 godzinę.
- Podczas korzystania z bieżni należy zapewnić odpowiednią wentylację pomieszczenia.
- Przed przeniesieniem bieżni należy zawsze odłączyć ją od zasilania.
- W przypadku złego samopoczucia lub zauważenia jakichkolwiek nieprawidłowości należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skonsultować się z lekarzem.
- Osoby, które nie uprawiają regularnej aktywności fizycznej, nie powinny wykonywać nagłych, intensywnych ćwiczeń.
- Po użyciu olej silikonowy należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci, aby zapobiec przypadkowemu spożyciu.
- Dostęp do pokrywy silnika lub obudowy rolki powinny mieć wyłącznie wykwalifikowane osoby.
- Bieżnię należy podłączać wyłącznie do zewnętrznego obwodu o natężeniu co najmniej 15 A.
- Dzieci nie mogą korzystać z bieżni ani bawić się w jej pobliżu. Opiekunowie powinni dopilnować,

aby dzieci nie obsługiwały urządzenia, ponieważ może to spowodować obrażenia.

- Osoby niepełnosprawne powinny unikać korzystania z tej bieżni, aby zapobiec wypadkom lub obrażeniom.

- Podczas użytkowania, przechowywania lub przenoszenia bieżni należy zapewnić bezpieczne środowisko. Aby uniknąć wypadków, należy upewnić się, że za, pod lub przed urządzeniem nie znajdują się żadne osoby ani zwierzęta.

- Nie używaj bieżni, jeśli obudowa jest pęknięta, uszkodzona lub ma odsłonięte części wewnętrzne, ponieważ może to spowodować obrażenia lub nieprawidłowe działanie.

- Nie używaj ani nie przechowuj bieżni na zewnątrz, w pobliżu łazienek lub w wilgotnym otoczeniu, aby zapobiec uszkodzeniom spowodowanym wilgocią.

- Trzymaj bieżnię z dala od bezpośredniego światła słonecznego i miejsc o wysokiej temperaturze (np. w pobliżu pieców, elektrycznych dywanów grzewczych), aby zapobiec zagrożeniom elektrycznym lub pożarowi.

- Nie należy samodzielnie demontować, naprawiać ani modyfikować bieżni, ponieważ może to spowodować awarię mechaniczną i zagrożenie bezpieczeństwa.

- Konsola i korpus bieżni nie mogą mieć kontaktu z wodą ani innymi płynami, aby zapobiec porażeniu prądem lub pożarowi.

- Jeśli bieżnia ulegnie awarii podczas pracy, należy natychmiast przerwać jej użytkowanie i odłączyć zasilanie.

- W przypadku wystąpienia usterki skontaktuj się z lokalnym dystrybutorem w celu naprawy. Nie próbuj demontować żadnych części urządzenia.

- Jeśli jesteś w trakcie leczenia lub należysz do jednej z poniższych grup, przed użyciem tego sprzętu skonsultuj się z lekarzem.

(1) Osoby cierpiące na bóle pleców lub które doznały urazów nóg, pleców lub szyi, a także osoby z drętwieniem nóg, pleców, szyi lub rąk (np. przepuklina dysku, kręgozmyk, spondyloza szyjna).

(2) Osoby cierpiące na zwyrodnieniowe zapalenie stawów, reumatyzm lub dnę moczanową.

(3) Osoby cierpiące na osteoporozę lub inne schorzenia kości.

(4) Osoby z chorobami układu krążenia, takimi jak choroby serca, choroby naczyniowe lub nadciśnienie.

(5) Osoby z zaburzeniami układu oddechowego.

(6) Użytkownicy rozruszników serca lub innych wszczepionych urządzeń medycznych.

- (7) Osoby, u których zdiagnozowano nowotwory złośliwe.
- (8) Osoby z zaburzeniami krzepnięcia krwi, ciężkimi tętniakami, ostrym zapaleniem żył lub infekcjami skóry.
- (9) Osoby z ciężkimi zaburzeniami krążenia obwodowego lub zaburzeniami czucia spowodowanymi cukrzycą.
- (10) Osoby z otwartymi ranami skóry.
- (11) Osoby z wysoką gorączką (38°C lub więcej) spowodowaną chorobą.
- (12) Osoby z nieprawidłowościami lub skrzywieniem kręgosłupa.
- (13) Kobiety w ciąży, kobiety, które mogą być w ciąży lub kobiety w trakcie menstruacji.
- (14) Osoby wymagające leżenia w łóżku lub czujące się źle.
- (15) Osoby w złej kondycji fizycznej.
- (16) Osoby korzystające z bieżni w celach rehabilitacyjnych.
- (17) Osoby, które źle się czują fizycznie lub uważają, że korzystanie z bieżni może pogorszyć ich stan, powinny unikać jej używania, aby zapobiec zagrożeniom dla zdrowia lub wypadkom.
- W razie nagłej sytuacji należy chwycić się bocznych poręczy, podnieść stopy z taśmy bieżni i zejść na boczną powierzchnię bezpieczeństwa bieżni.
 - Jeśli zauważysz jakiegokolwiek problemy z regulacją nachylenia (takie jak zablokowanie lub brak możliwości podnoszenia i opuszczania), natychmiast przestań korzystać z bieżni i skontaktuj się z obsługą klienta.
 - Podczas odłączania przewodu zasilającego należy trzymać wtyczkę i delikatnie pociągnąć, aby uniknąć uszkodzenia wtyczki lub przewodu zasilającego.
 - Nie używaj bieżni, jeśli przewód zasilający lub wtyczka są uszkodzone lub jeśli gniazdko elektryczne jest luźne, ponieważ może to spowodować porażenie prądem, zwarcie lub zagrożenie pożarowe.
 - Przewód zasilający należy trzymać z dala od przedmiotów o wysokiej temperaturze, aby zapobiec przegrzaniu lub uszkodzeniu.
 - Nie należy zginać, skręcać ani mocno ciągnąć przewodu zasilającego, nie należy również kłaść na nim ciężkich przedmiotów ani przyciskać go meblami, aby zapobiec zwarciom, porażeniom prądem lub zagrożeniu pożarowemu.
 - Upewnij się, że wtyczka zasilania jest wolna od ciał obcych, takich jak szpilki, kurz lub wilgoć, aby uniknąć ryzyka porażenia prądem, zwarcia lub pożaru.
 - Nie odłączaj przewodu zasilającego ani nie wyłączaj zasilania podczas pracy bieżni, ponieważ może to spowodować obrażenia.
 - Nie dotykaj wtyczki zasilania mokrymi rękami, aby uniknąć porażenia prądem lub obrażeń.
 - Gdy bieżnia nie jest używana, należy odłączyć ją od zasilania, aby zapobiec pogorszeniu izolacji

spowodowanemu kurzem i wilgocią, co może prowadzić do wycieku prądu lub pożaru.

- Przed przystąpieniem do konserwacji należy zawsze odłączyć bieżnię od zasilania, aby uniknąć ryzyka porażenia prądem lub obrażeń.

- W przypadku awarii bieżni należy natychmiast przerwać jej użytkowanie, odłączyć ją od zasilania i skontaktować się z profesjonalistą w celu przeprowadzenia kontroli i naprawy. Dalsze użytkowanie wadliwej bieżni może spowodować porażenie prądem elektrycznym lub obrażenia ciała.

- W przypadku awarii zasilania należy natychmiast odłączyć przewód zasilający, aby zapobiec wypadkom lub obrażeniom po przywróceniu zasilania.

- Wtyczka zasilająca musi być prawidłowo uziemiona i używana z dedykowanym gniazdem elektrycznym, aby zapobiec zakłóceniom elektrycznym innych urządzeń.

- Bieżnia musi być uziemiona, aby w przypadku awarii prąd elektryczny bezpiecznie przepływał do ziemi, zmniejszając ryzyko porażenia prądem elektrycznym.

- Przewód zasilający jest wyposażony we wtyczkę uziemiającą i musi być podłączony do prawidłowo zainstalowanego i uziemionego gniazdka, które spełnia lokalne przepisy.




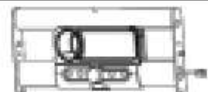









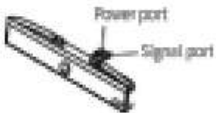
- Nieprawidłowe uziemienie może spowodować porażenie prądem elektrycznym. Jeśli nie masz pewności co do prawidłowego uziemienia, skonsultuj się z profesjonalnym elektrykiem.

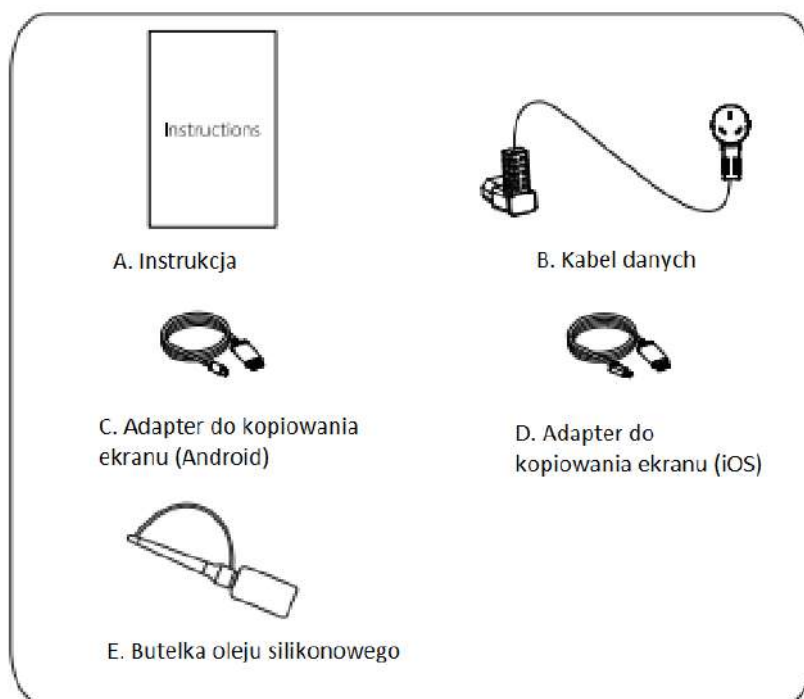
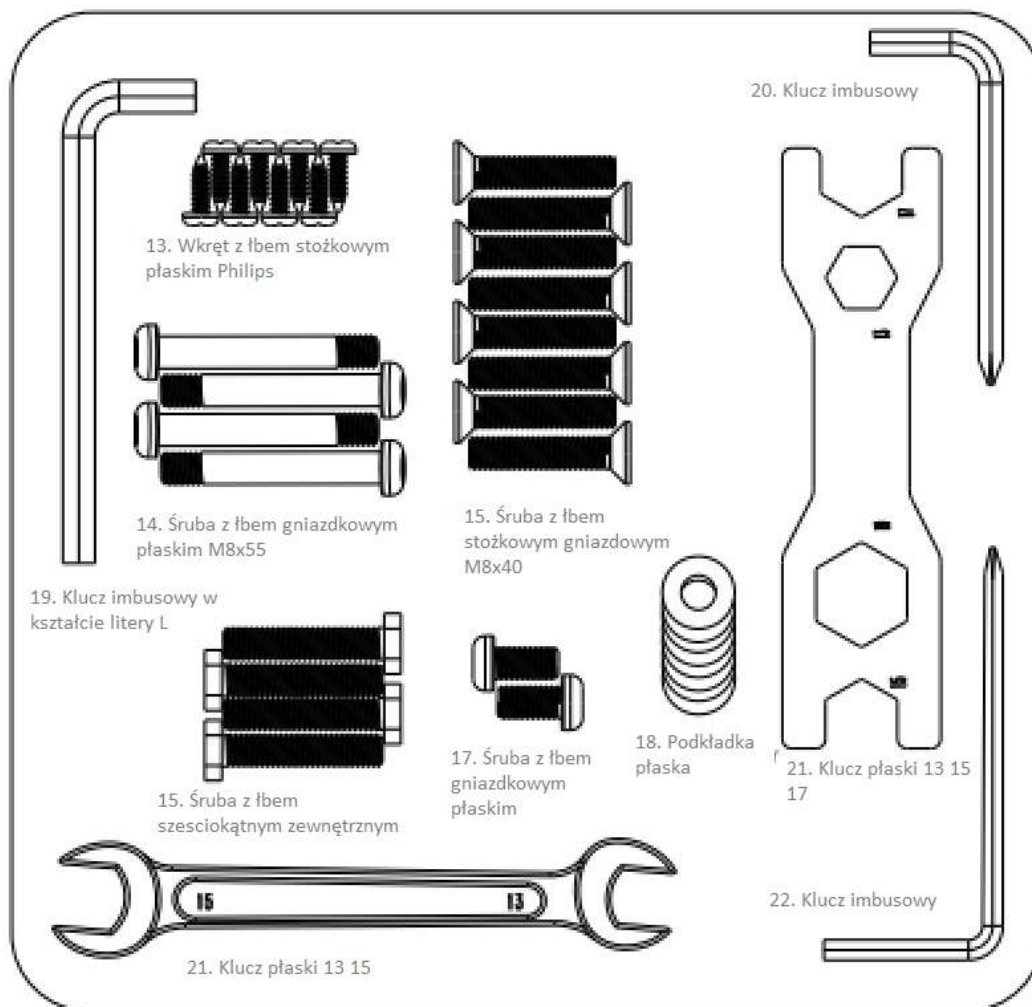
- Nie modyfikuj samodzielnie wtyczki ani gniazdka. W razie potrzeby poproś profesjonalnego elektryka o zainstalowanie odpowiedniego gniazdka.

- Do tego urządzenia należy używać wyłącznie przeznaczonej do niego wtyczki z uziemieniem. Należy upewnić się, że gniazda są dopasowane i nie używać gniazdek przejściowych.

Instrukcja montażu – wykaz części

Krok 1 . Sprawdzenie części

NR	Nazwa	Ilość	Zdjęcie
①	Rama główna ASM.	1	
②	Lewy/prawy słupek	2	 (Lek) U (prawa)
3.	Lewy/prawy kierowniczy	2	 (Lewe (Prawa
④	Konsola ASM.	1	
5.	Uchwyt na butelkę z wodą	1	
⑥	Osłona lewej/prawej poręczy	4	(Lewa)  (Prawa) 
⑦	Lewy/prawy osłona podstawy pionowej	2	(Lewa)  (Prawa) 
⑧	Zamek bezpieczeństwa	1	
9.	Podstawa monitora	1	 1x Prefabek Hexagon Socket Head Screw M8 x 20/ Washer M8
10.	Element mocujący ekran	1	
⑪	Ekran	1	
⑫	Głośnik	1	 Power port Signal port



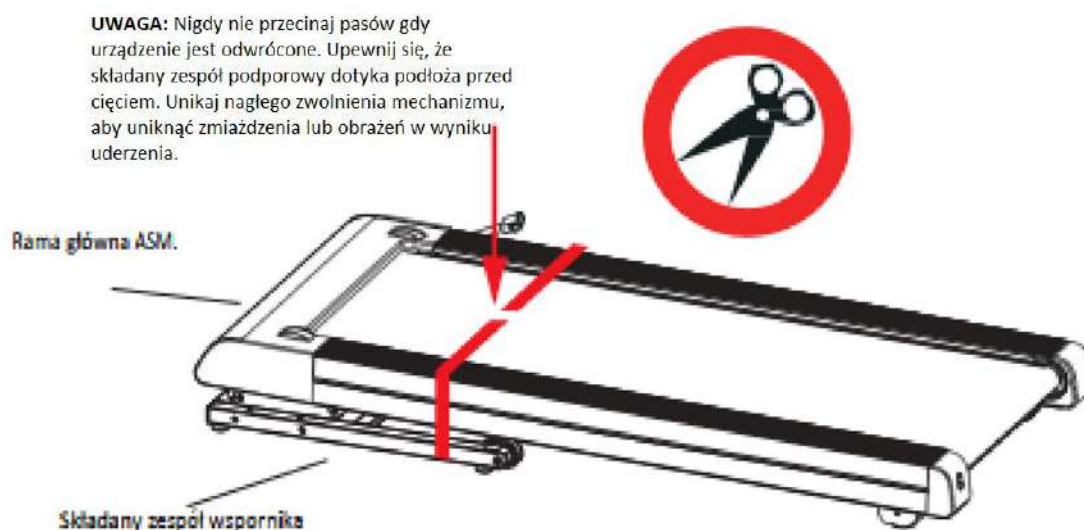
Niektóre śruby mocujące są fabrycznie zamocowane na odpowiednich częściach. Należy je usunąć przed zamontowaniem odpowiednich części podczas montażu. Części zamienne zależą od rzeczywistych warunków.



Metoda mocowania śrub: dokręcaj zgodnie z ruchem wskazówek zegara, poluzuj przeciwnie do ruchu wskazówek zegara

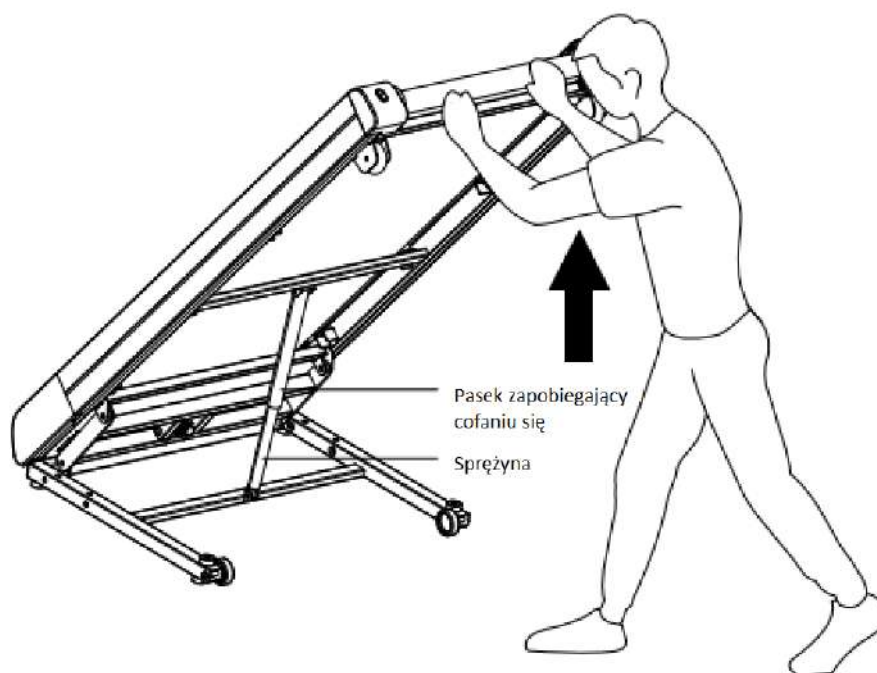
KROK 2: Ustawić główną ramę ASM.

1. Wyjmij ramę główną ASM z opakowania, użyj nożyczek, aby przeciąć taśmę pakową, i umieść ją na płaskiej powierzchni (jak pokazano na rysunku).

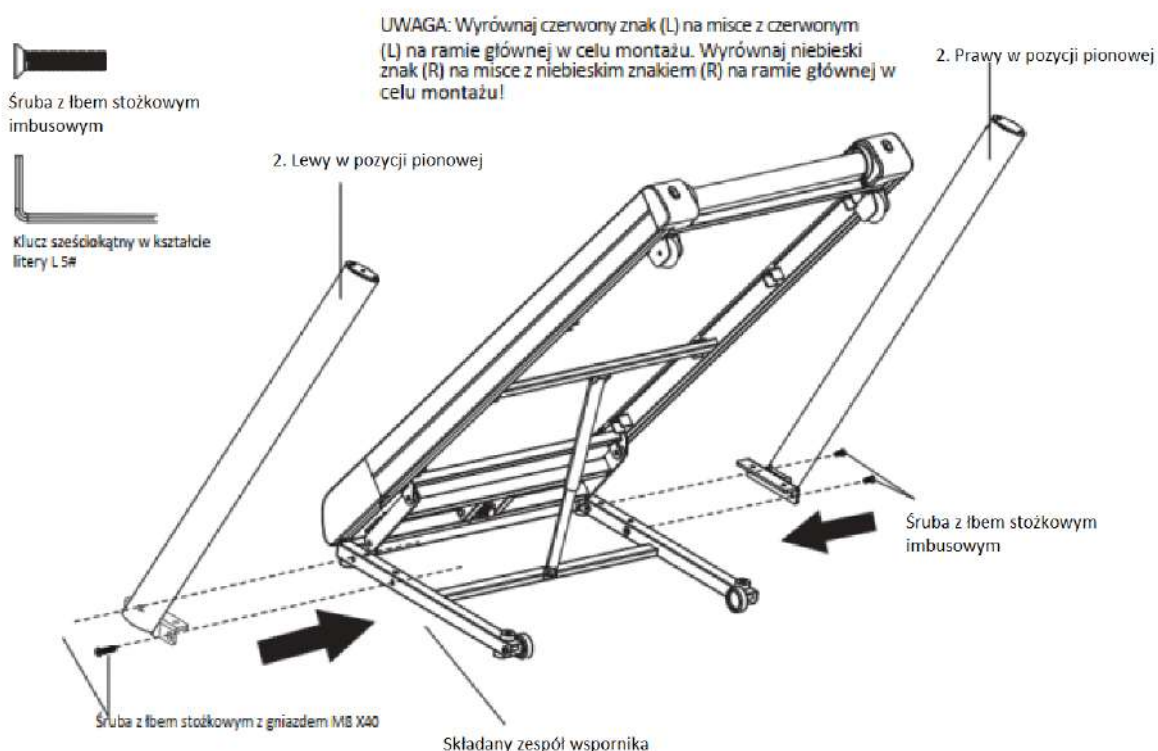


KROK 3: Zmontuj lewą i prawą kolumnę

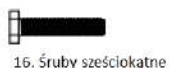
1. Podnieś ramę główną ASM (1), aż pręt zabezpieczający przed cofnięciem zaskoczy na swoje miejsce (upewnij się, że blokada jest prawidłowo zamocowana)



2. Włóż dwie śruby z łbem stożkowym M8x40 przez otwory w dolnej części lewego słupka, wyrównaj je z otworami w składanym wsporniku i dokręć kluczem sześciokątnym w kształcie litery L nr 5 (prawy słupek należy dokręcić w ten sam sposób).



3. Dopasuj dwie śruby z łbem sześciokątnym zewnętrznym M8X40, każda z jedną podkładką płaską GB D8. Włóż je przez wyrównane otwory u góry, gdzie nakładają się 2 lewe pionowe i składane elementy wspornika. Dokręć je za pomocą klucza płaskiego 13# 15# . (Prawy pionowy element należy zamontować w ten sam sposób).



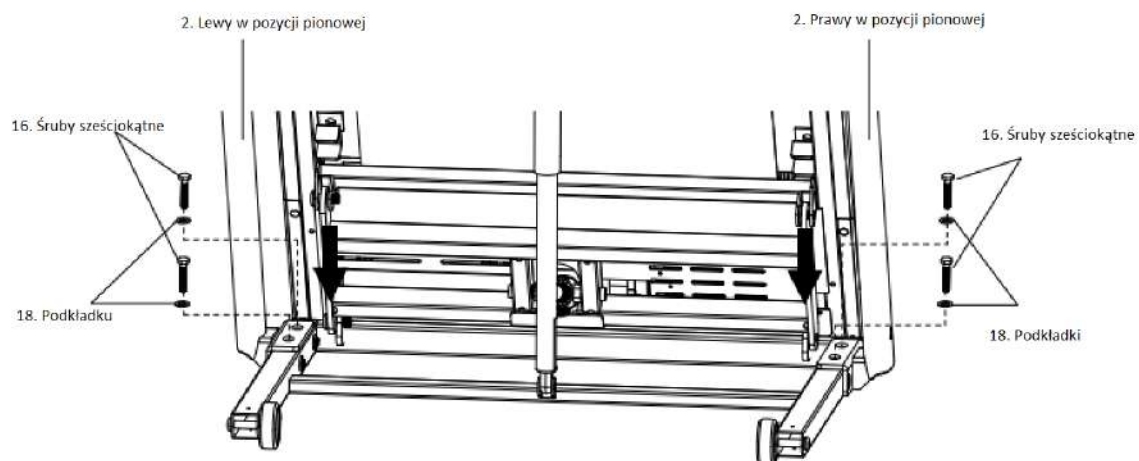
16. Śruby sześciokątne



18. Podkładki

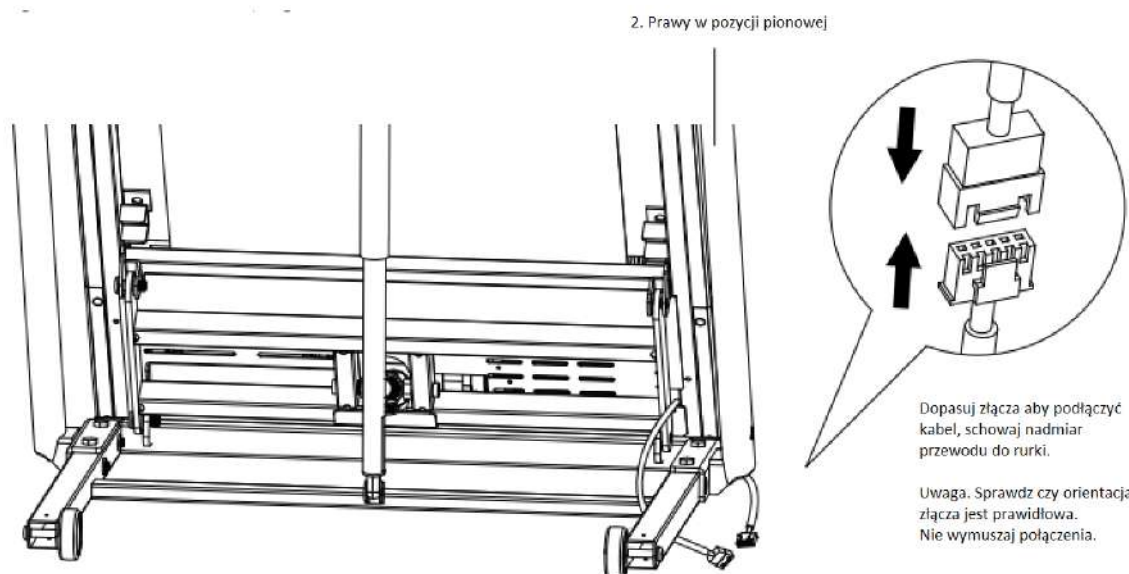


21. Klucz płaski

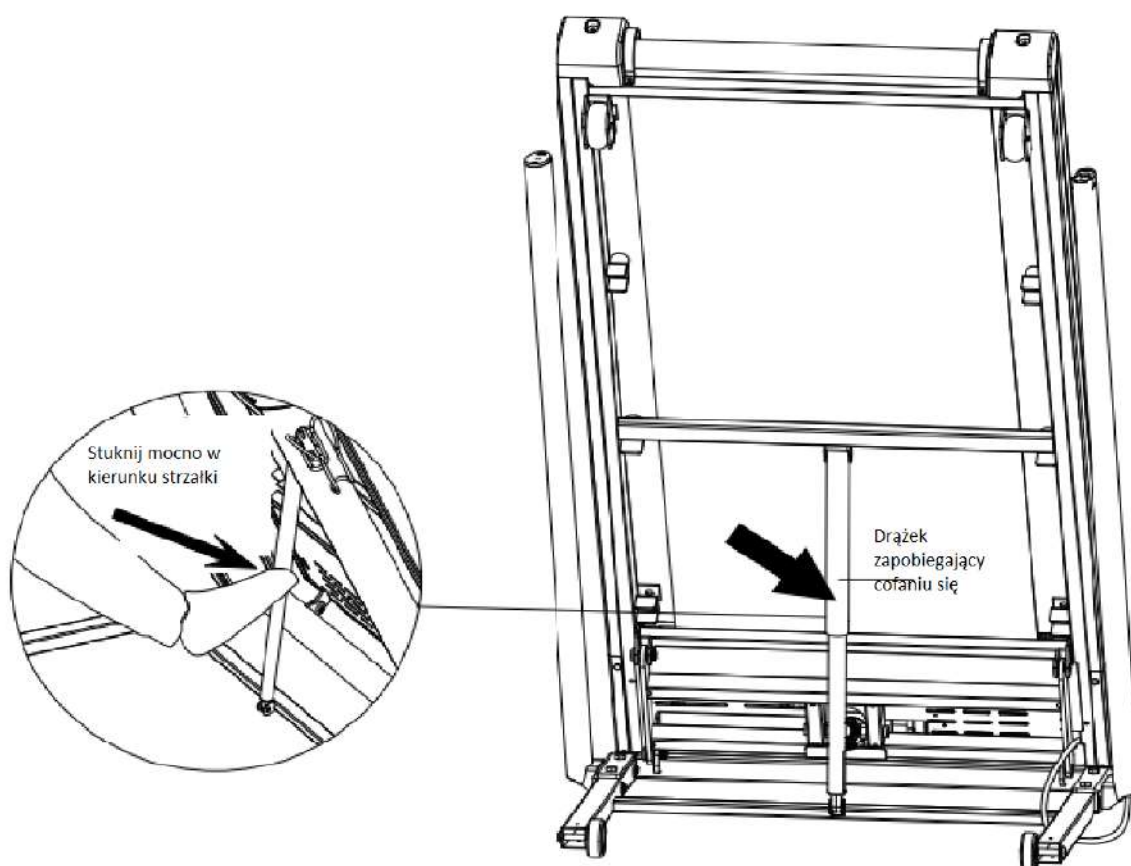


Krok 4. Zainstaluj odpowiednie okablowanie pionowe.

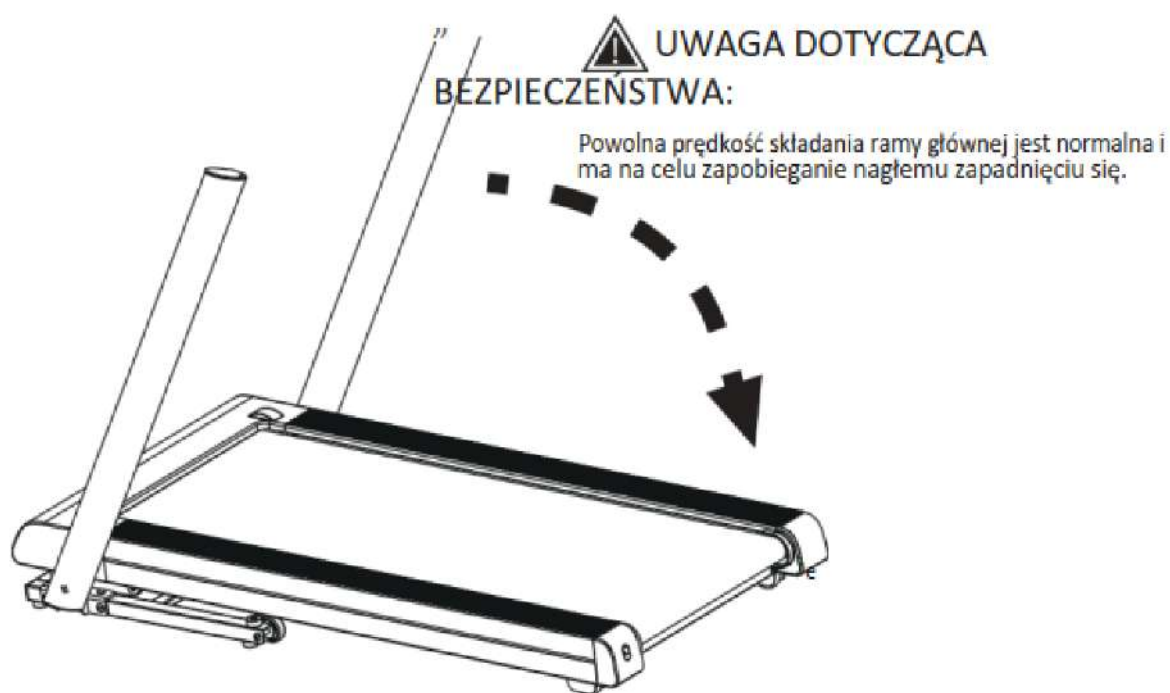
1. Podłącz kabel sygnałowy od prawego słupka do ramy głównej, a następnie przeciągnij go wzdłuż dolnej części słupka.



2. Mocno trzymaj bieżnię obiema rękami i mocno postaw stopę na drążku zabezpieczającym. (Zachowaj bezpieczną odległość 1 metra od bieźni, aż do całkowitego rozłożenia urządzenia)

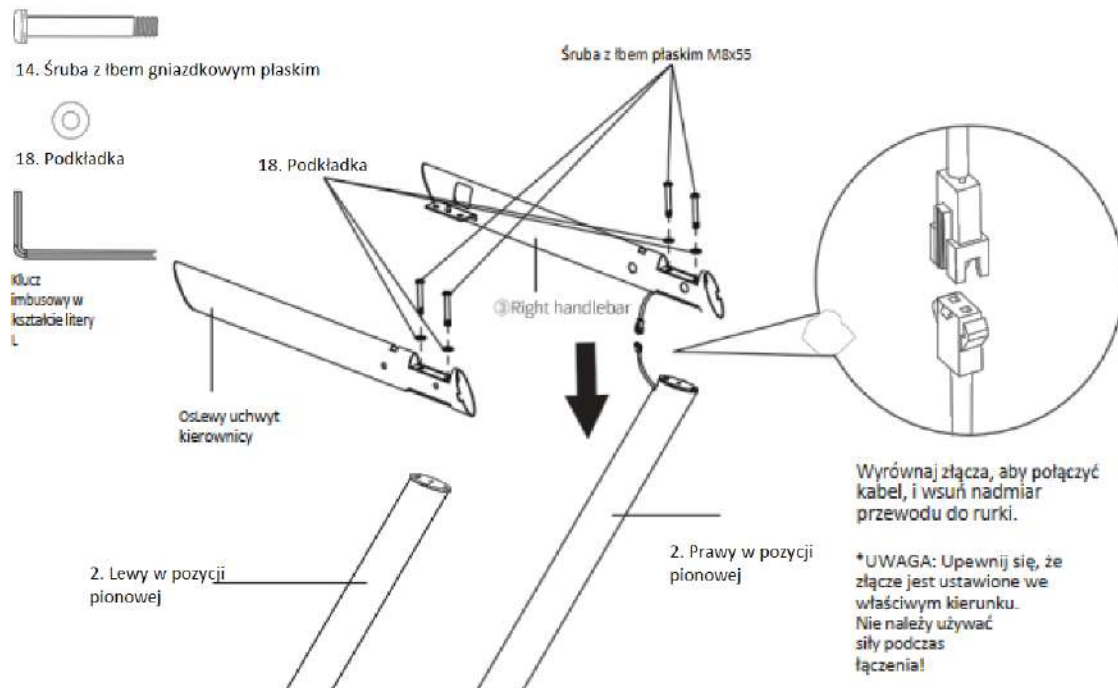


3. Poczekaj, aż rama główna całkowicie opadnie i ustabilizuje się, zanim przejdziesz do następnego kroku



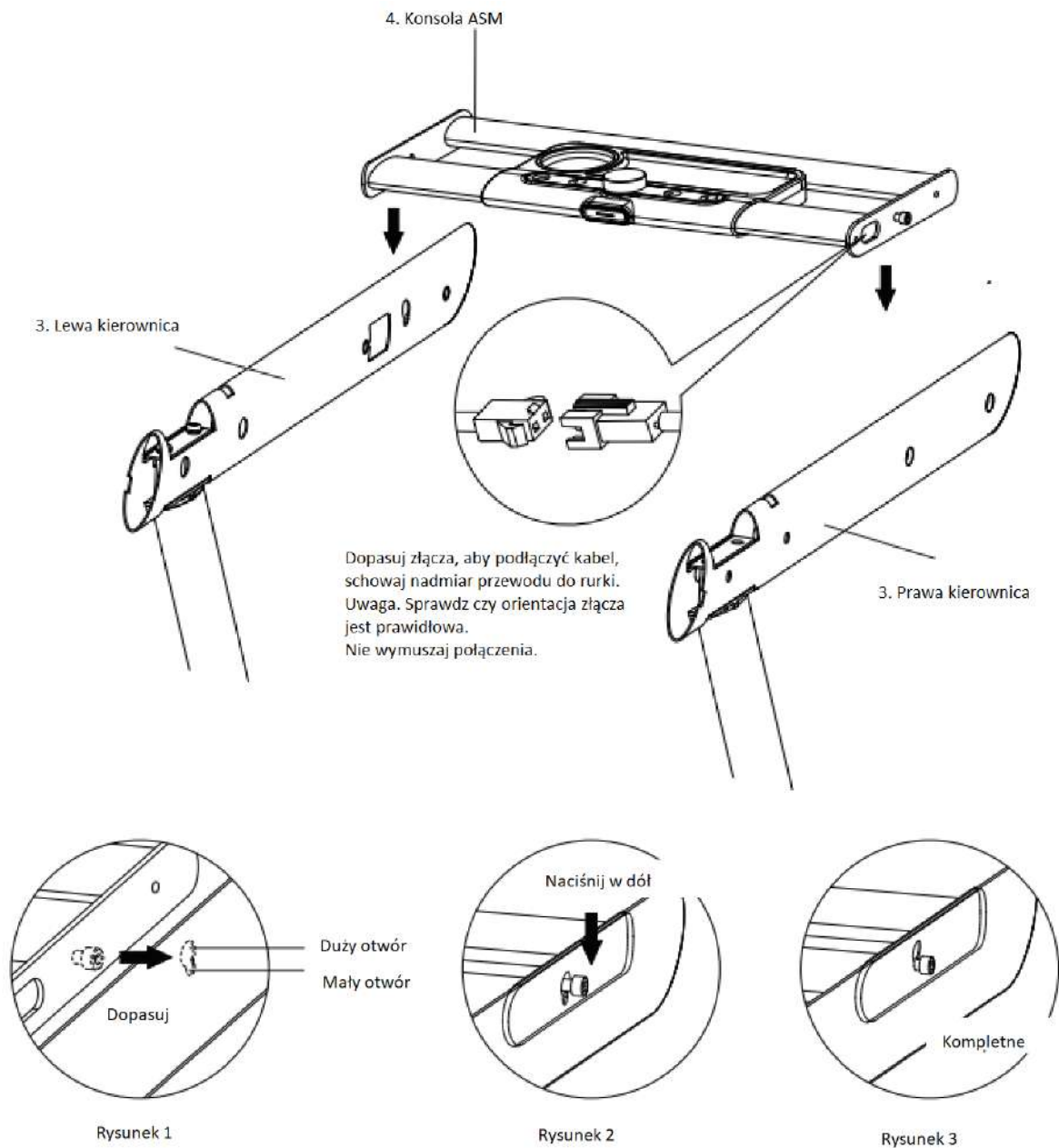
KROK 5: Zamontuj lewą/prawą kierownicę

1. Podłącz kabel sygnałowy prawej kierownicy do kabla sygnałowego prawego słupka.
2. Mocno dociśnij lewą i prawą kierownicę do odpowiednich słupków, wyrównując otwory montażowe.
3. Weź cztery śruby z łbem płaskim z gniazdem M8 X55, każda w połączeniu z jedną płaską podkładką (18) D8. Użyj klucza imbusowego w kształcie litery L, aby dokręcić wszystkie śruby.

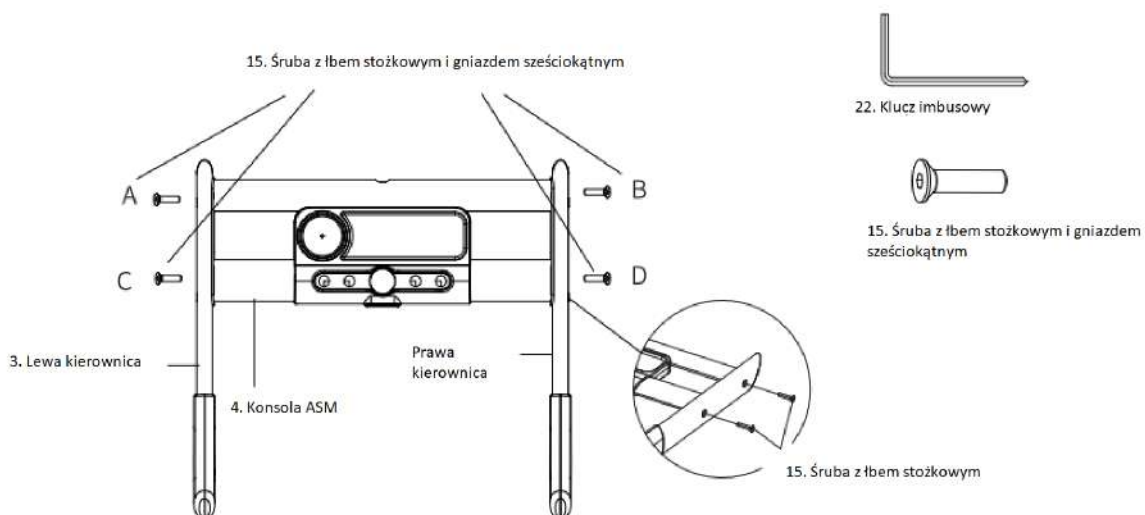


KROK 6: Zainstaluj konsolę ASM.

1. Najpierw podłącz kabel sygnałowy elektronicznego uchwytu konsoli do kabla sygnałowego prawej kierownicy.
2. Jak pokazano na rysunkach 1-3, wyrównaj duże otwory po wewnętrznej stronie kierownicy lewej/prawej z tulejami śrubowymi z boku konsoli ASM i nasuń je. Następnie naciśnij w dół, aż małe otwory zablokują się na śrubach.

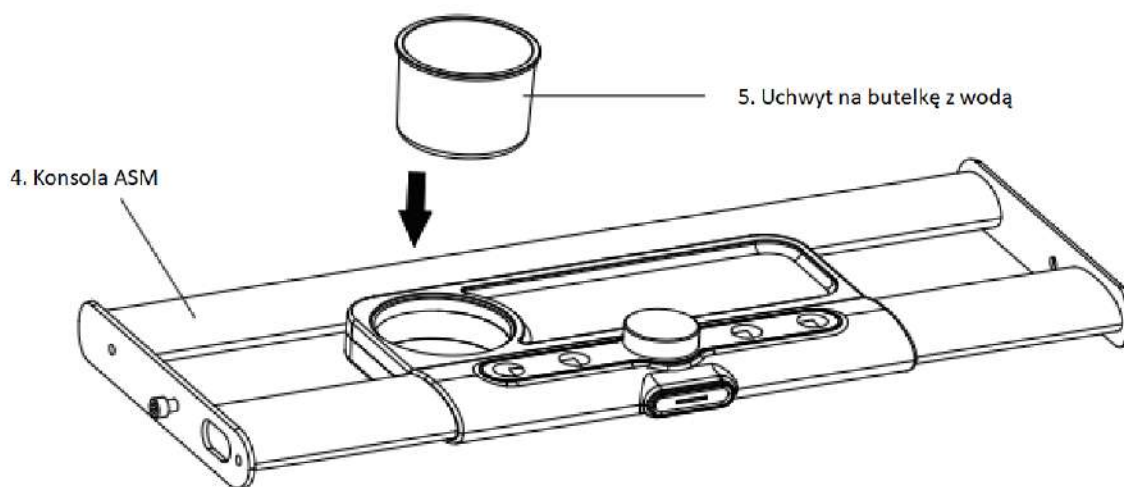


3. Ręcznie wyrównaj konsolę (4) ASM w pionie. Za pomocą klucza imbusowego w kształcie litery L nr 5 dokręć cztery śruby z łbem stożkowym M8x40 w otworach montażowych na lewej/prawej kierownicy w kolejności A-C-B-D, aż do całkowitego zamocowania.



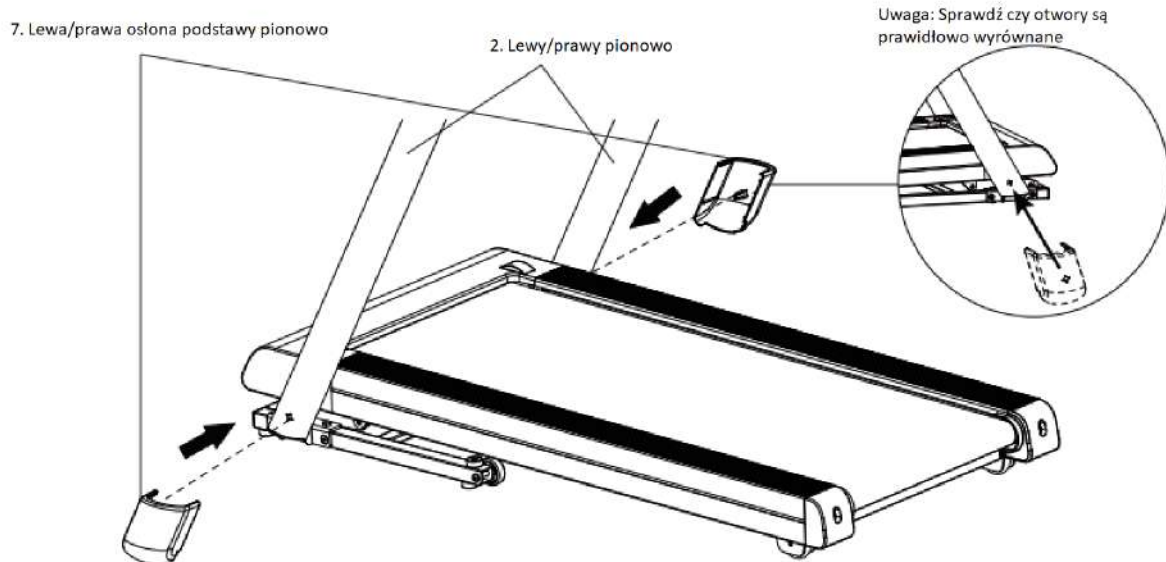
KROK 7: Zamontuj uchwyt na bidon

1. Wyrównaj uchwyt na butelkę z wodą z otworami montażowymi w konsoli ASM i włóż go na miejsce



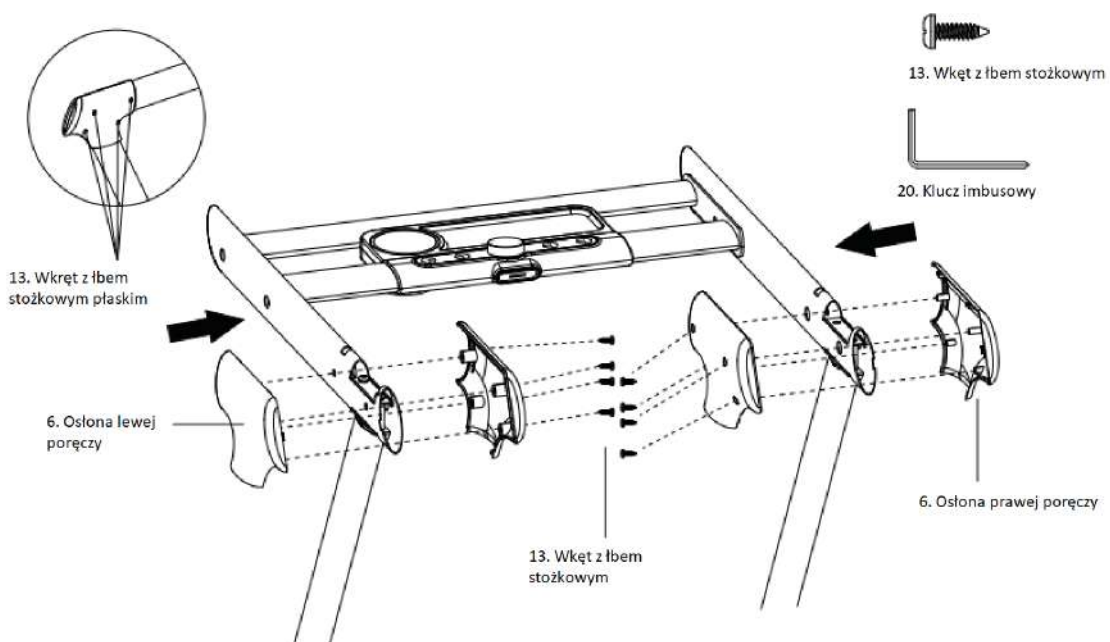
Krok 8: Zamontuj osłony słupków bazowych

1. Dopasuj osłony lewego/prawego słupka podstawy do otworów na lewym/prawym słupku po obu stronach podstawy i zatrzaśnij je na miejscu.



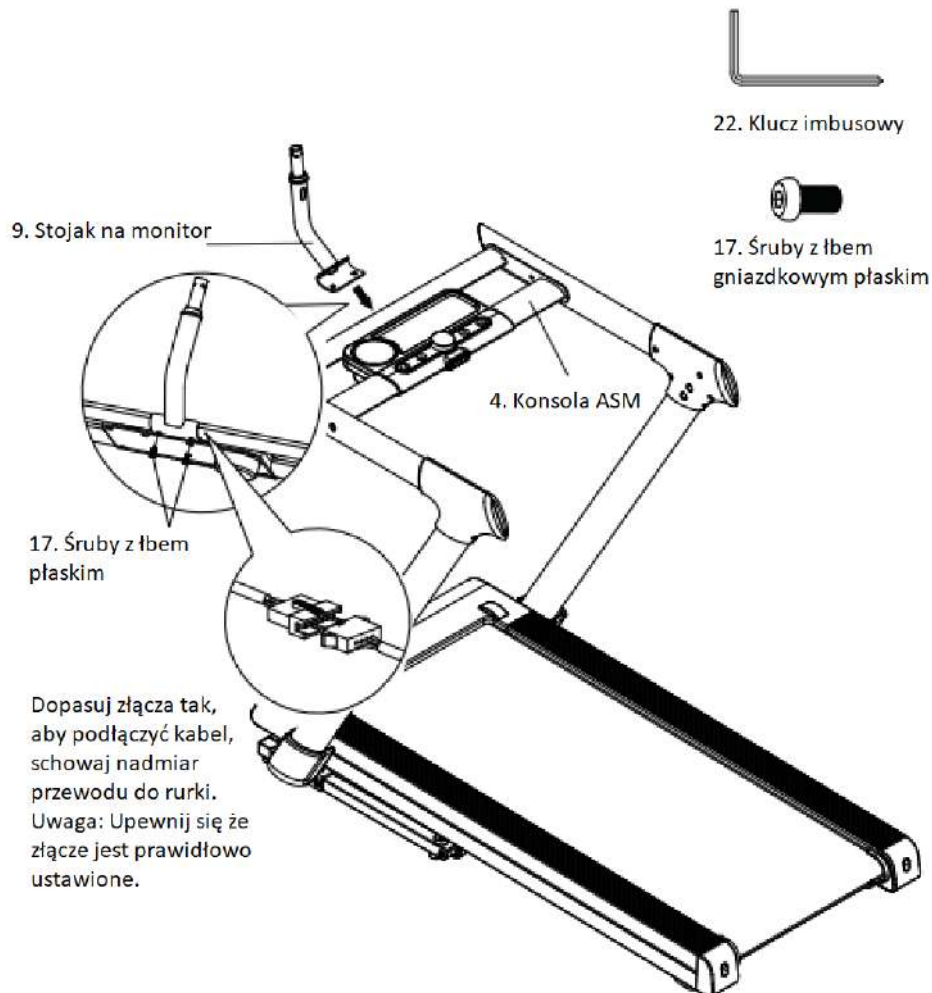
Krok 9: Montaż osłon poręczy.

1. Umieść lewą/prawą osłonę po obu stronach poręczy i wyrównaj otwory jak pokazano na zdjęciu. Zamknij osłony i mocno je dociśnij. Za pomocą klucza imbusowego dokręć cztery wkręty z łbem stożkowym krzyżakowym. Drugą stronę należy zamontować w ten sam sposób.



KROK 10: Zainstaluj podstawkę Monitora

1. Najpierw podłącz kabel ze stojaka monitora do kabla z konsoli ASM.
2. Następnie wyrównaj dwie śruby z łbem płaskim M8x15 z gniazdem z dwoma otworami w dolnej części podstawy monitora i użyj klucza imbusowego w kształcie litery L 5#, aby je wkręcić, aż podstawa monitora zostanie bezpiecznie przymocowana do konsoli ASM.



KROK 11: Montaż ekranu i głośnika

1. Za pomocą klucza imbusowego w kształcie litery L nr 6 należy odkręcić śruby krzyżakowe z łbem stożkowym (M4 X10) zamontowane fabrycznie na ekranie, jak pokazano poniżej.

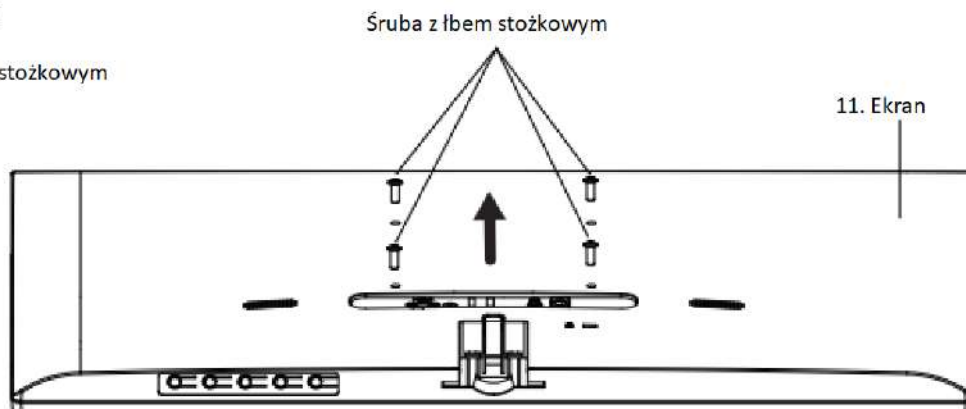
* Proszę położyć ekran płasko na biurku. Nie uderzać ekranu twardymi przedmiotami, aby uniknąć jego uszkodzenia!



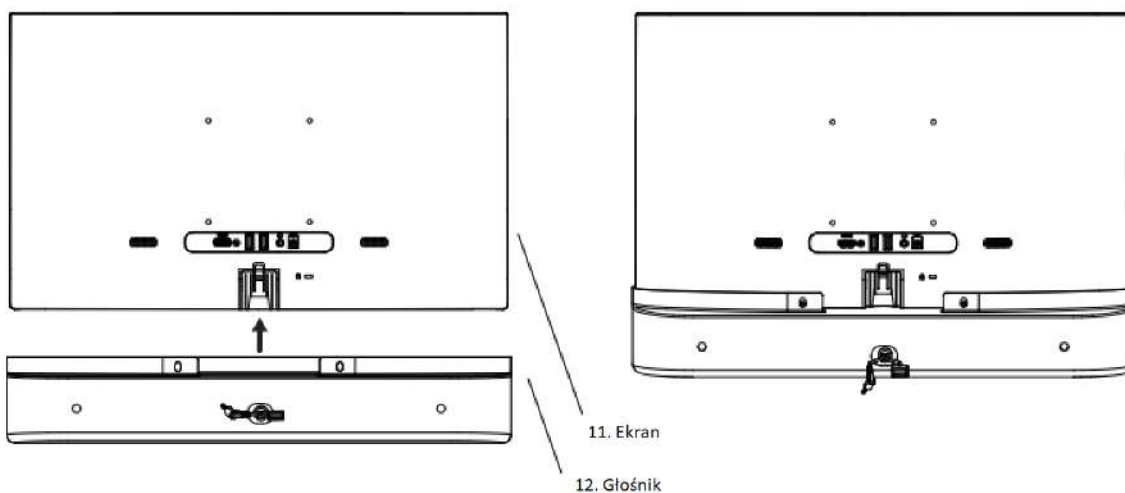
20. Klucz imbusowy



Śruba z łbem stożkowym



2. Po wyjęciu ekranu i ustawieniu go równoległe do ekranu, umieść ekran w rowku głośnika z, jak pokazano na zdjęciu. (Uwaga: głośnik jest wyposażony w obudowę. Podczas wyjmowania upewnij się, że przednia strona kartonu jest skierowana do góry, aby zapobiec uszkodzeniom).



3. Wyjmij element mocujący ekran i użyj klucza imbusowego 6#, aby odkręcić śruby krzyżakowe z łbem stożkowym (M4X 10) wstępnie zamocowane w elemencie mocującym ekran.

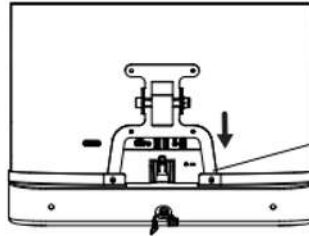
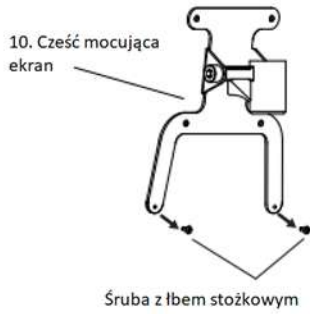
4. Umieść element mocujący ekran na tylnej obudowie ekranu (Uwaga: umieść jeden koniec długiej metalowej nóżki ekranu płasko, a następnie włóż ją do wnętrza plastikowej części audio).



20. Klucz imbusowy



Śruba z łbem stożkowym



Położ jeden koniec nogi metalowej ekranu płasko a następnie włóż go do wnętrza plastikowej części audio.



5. Wyrównaj otwory w elemencie mocującym z otworami w głośniku i ekranie, wstępnie dokręć sześć wykręconych śrub w kolejności, wyreguluj równoległość między elementem mocującym a ekranem, a następnie dokręć wszystkie śruby zgodnie z ruchem wskazówek zegara.



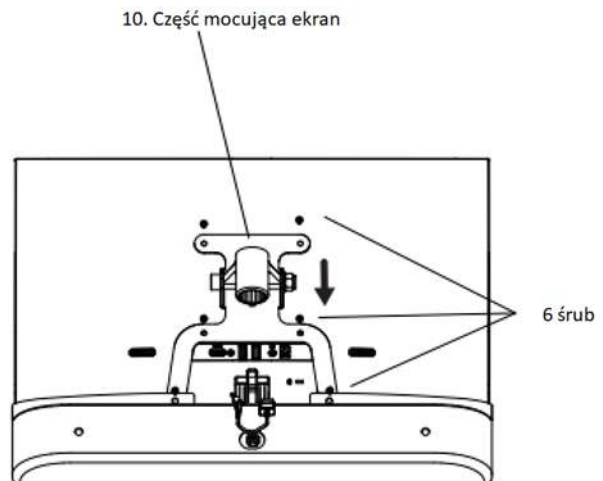
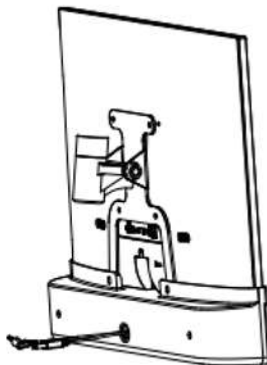
20. Klucz imbusowy



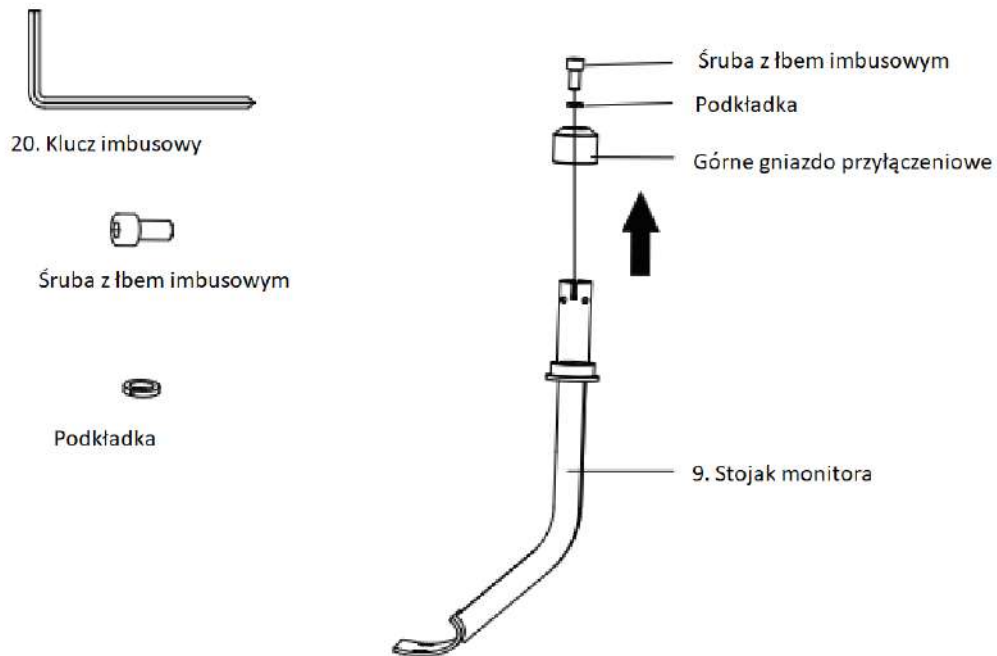
Śruby krzyżakowe z łbem stożkowym



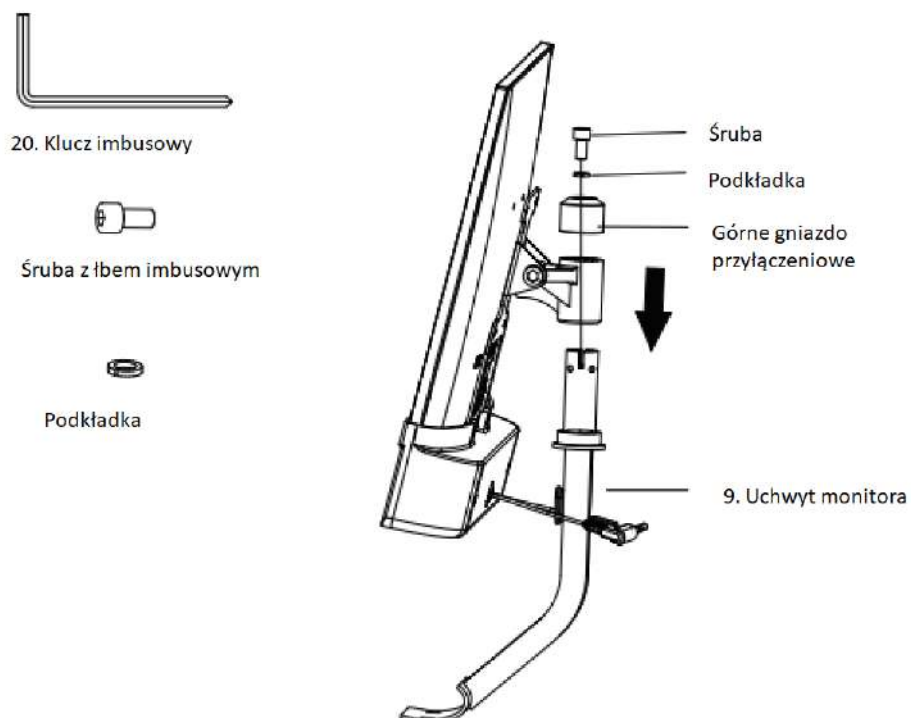
Śruby z łbem stożkowym



6. Odkręć śrubę z łbem gniazdowym sześciokątnym i podkładkę zamontowaną wcześniej na stojaku monitora za pomocą klucza imbusowego w kształcie litery L, a następnie zdejmij górne mocowanie.



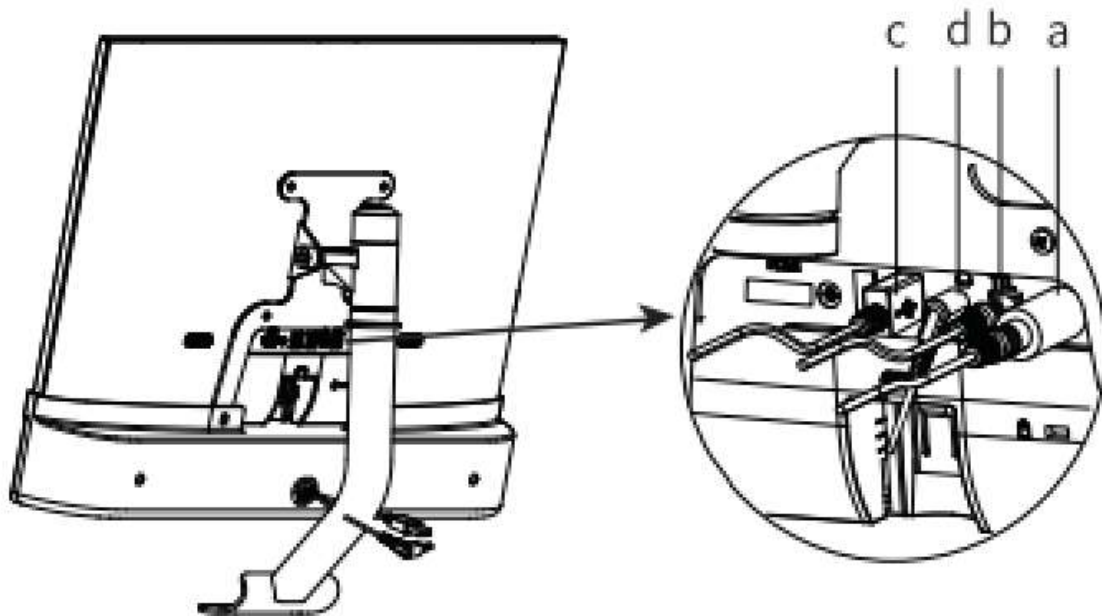
7. Włóż ekran i głośnik zamontowane w poprzednim kroku do podstawy monitora, a następnie umieść górne gniazdo łączące i śrubę z łbem sześciokątnym (M8X20) oraz podkładkę w kolejności, a następnie użyj klucza sześciokątnego w kształcie litery L 6#, aby dokręcić do momentu, aż będzie dobrze zamocowane



KROK 12: Podłącz kabel połączeniowy

1. Podłącz port zasilania monitora (a), port sygnału (b), port zasilania głośnika (c) i port sygnału (d) do odpowiednich gniazd w dolnej tylnej części monitora. Upewnij się, że są one całkowicie włożone i nie są luźne. (Uwaga: Dopasuj porty do gniazd według kodów kolorystycznych. Porty zasilania muszą być mocno dokręcone poprzez obrót w prawo; luźne połączenia są surowo zabronione).

2. Wybierz odpowiedni interfejs HDMI kabla projekcyjnego i gniazdo HDMI pod monitorem. (Zwróć uwagę na różnicę między systemami iOS i Android. W przypadku systemu Android interfejs zasilania należy podłączyć do gniazda, a nadmiar przewodu należy przymocować rzepem)

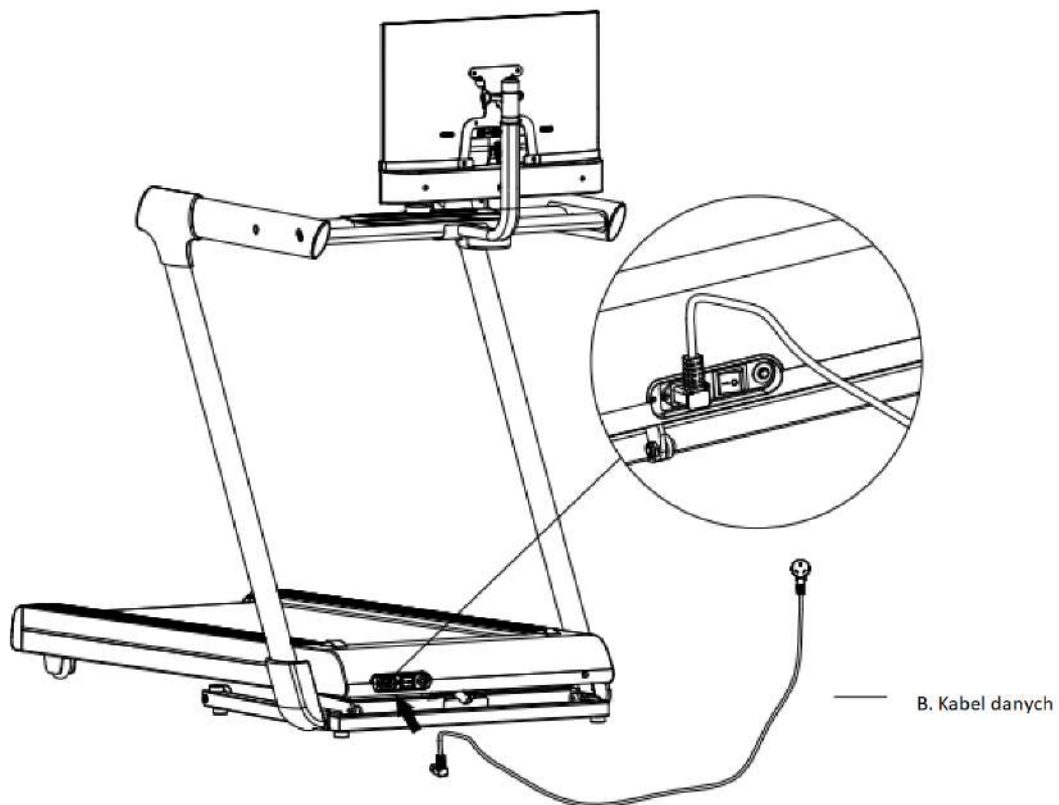


Nie podłączaj ani nie odłączaj interfejsu monitora bez odłączenia zasilania.

- W przypadku niekorzystania z urządzenia należy odłączyć zasilanie.
- Nie używaj tego urządzenia podczas burzy. Natychmiast odłącz zasilanie!

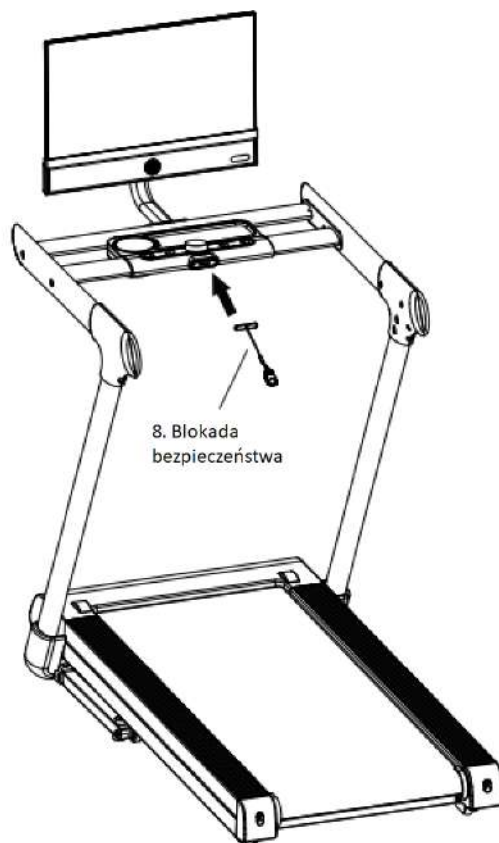
KROK 13: Podłącz kabel zasilający

1. Jak pokazano na rysunku, podłącz zasilanie, włącz przełącznik zasilania, a urządzenie przejdzie w stan gotowości.



KROK 14: Zainstaluj blokadę bezpieczeństwa

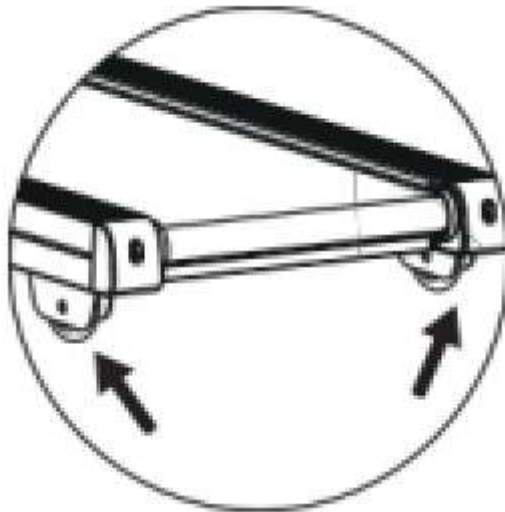
1. Wyrównaj otwory i zainstaluj blokadę bezpieczeństwa.



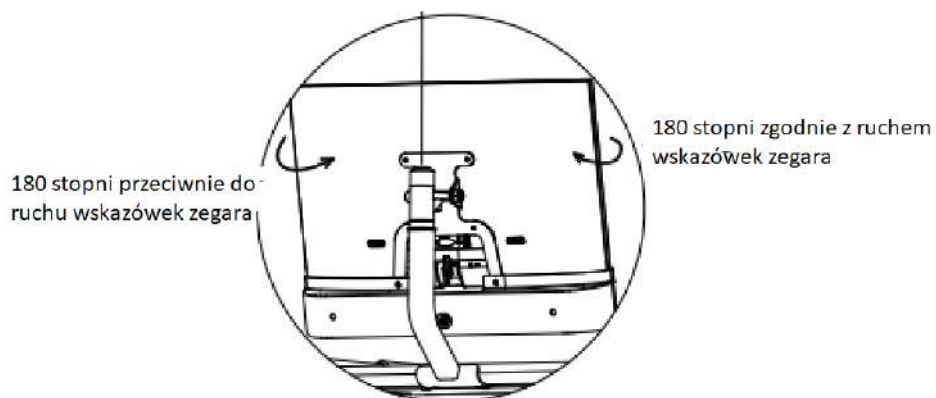
Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa:

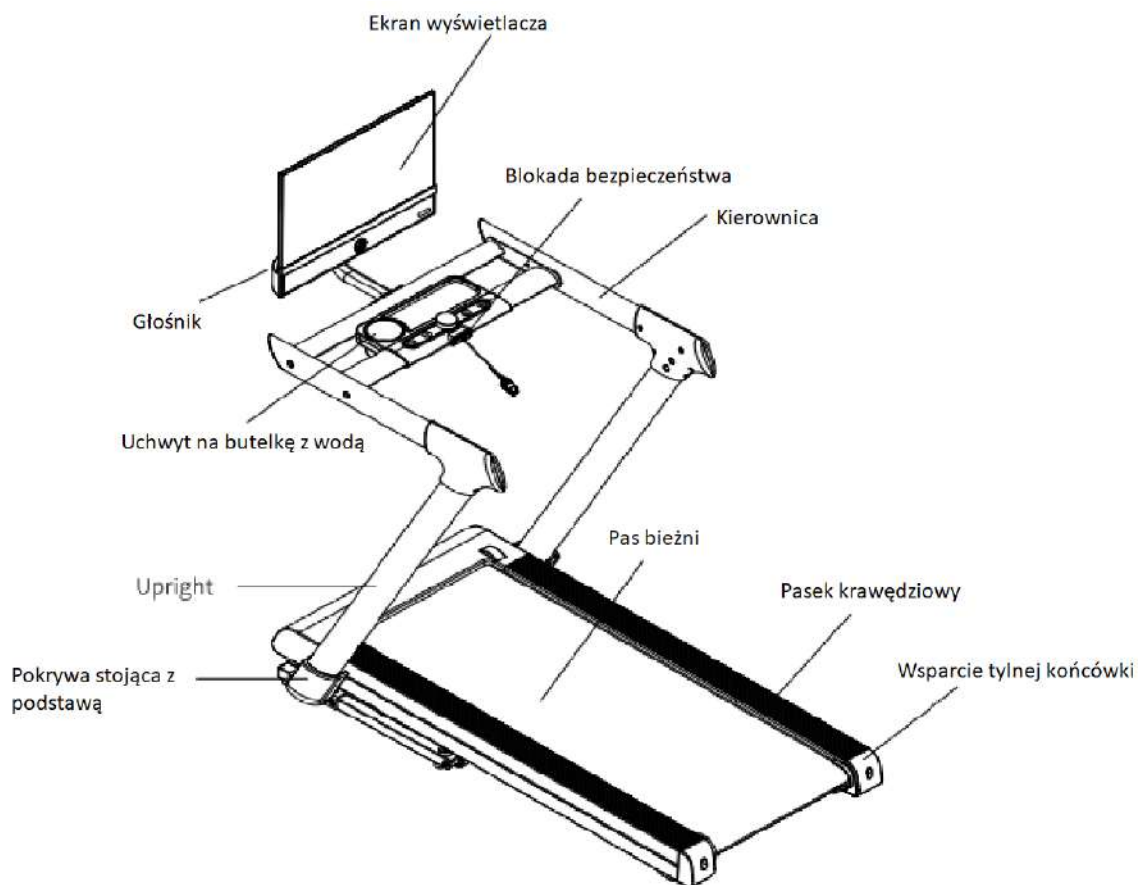
- Przed rozpoczęciem pracy należy przymocować klucz bezpieczeństwa do odzieży.
- Urządzenie nie będzie działać bez włożonego klucza bezpieczeństwa.
- W przypadku wyjęcia klucza bezpieczeństwa podczas pracy urządzenie wykona zatrzymanie awaryjne.
- Gdy urządzenie nie jest używane, należy wyjąć klucz zabezpieczający, aby uniemożliwić dzieciom uruchomienie maszyny.

Przed użyciem należy sprawdzić, czy podkładka pod stopę znajdującą się w dolnej części bieźni jest stabilnie umieszczona i nie chwieje się.



Ekran umożliwia obrót o 360 stopni, co pozwala na obrót o 180 stopni w prawo lub w lewo. (W razie potrzeby użyj klucza imbusowego w kształcie litery I nr 6, aby dokręcić lub poluzować).





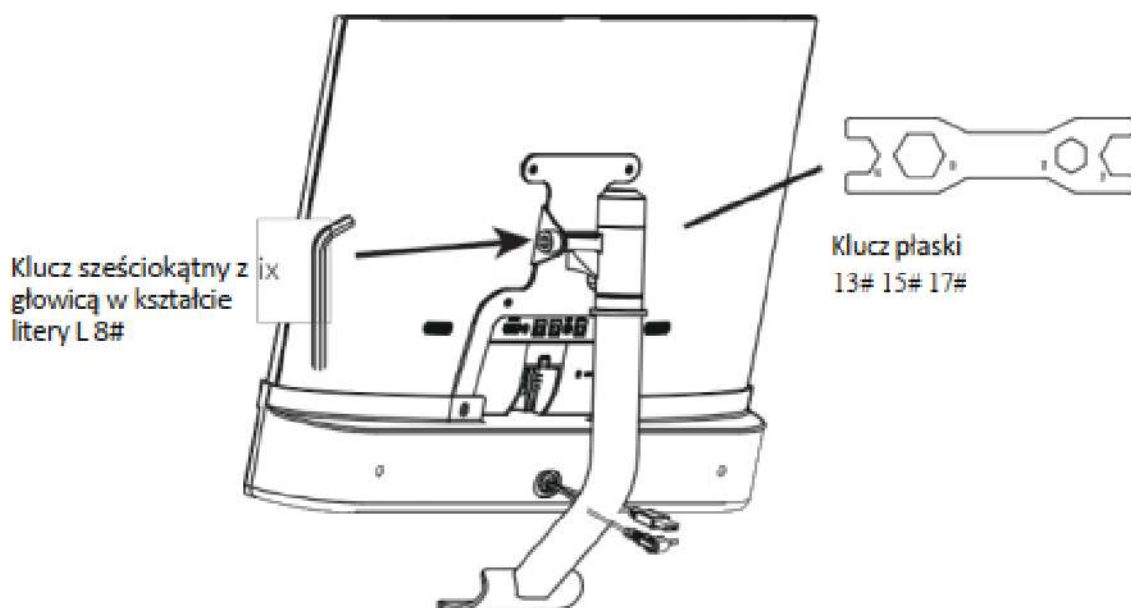
Oświadczenie:

Niniejsza instrukcja zawiera wyczerpujące wprowadzenie do funkcji produktu oraz instrukcje obsługi aktualne w momencie drukowania. Jednakże, ze względu na ciągłe ulepszenia sprzętu, oprogramowania i konstrukcji, mogą wystąpić różnice między niniejszą instrukcją a zakupionym produktem. W przypadku jakichkolwiek rozbieżności w wyglądzie, interfejsie lub kolorze, należy odnieść się do rzeczywistego produktu.

Sprawdź ekran

Po instalacji sprawdź, czy ekran nie opada po odwróceniu urządzenia do góry nogami.

Jeśli tak, użyj klucza sześciokątnego z głowicą w kształcie litery L 8# oraz klucza płaskiego 13# 15# 17#, aby dokręcić go zgodnie z rysunkiem. (Jeśli ekran poluzuje się podczas użytkowania lub jeśli połączenie wymaga regulacji, wykonaj poniższe czynności, aby wprowadzić niezbędne poprawki)

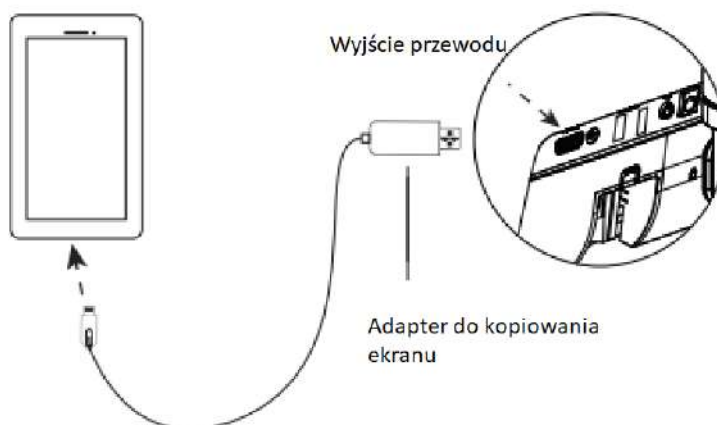


Regulacja ekranu

Jeśli chcesz wyregulować ekran monitora, użyj klucza imbusowego w kształcie litery I nr 6, aby odkręcić śruby krzyżakowe z podkładką na obudowie głośnika, umieść go w pozycji pionowej, wyjmij głośnik, a następnie postępuj zgodnie z instrukcją obsługi przycisków (jak pokazano na rysunku) i dokonaj regulacji przed ponownym zamontowaniem głośnika. (Przed regulacją ekranu upewnij się, że urządzenie do mirroringu ekranu jest podłączone, w przeciwnym razie nie będzie można uzyskać dostępu do menu OSD).

1. Podłącz urządzenie do kopiowania ekranu

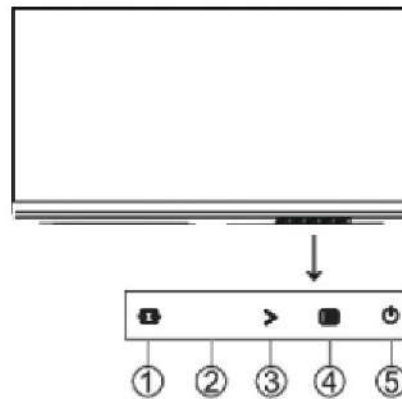
Urządzenie mobilne



Regulacja ekranu monitora

(2) Regulacja ekranu monitora

1. Widok wersji/Wyjdź
2. Zmniejsz
3. Zwiększ
4. Menu/Wybór
5. Wytątnik zasilania

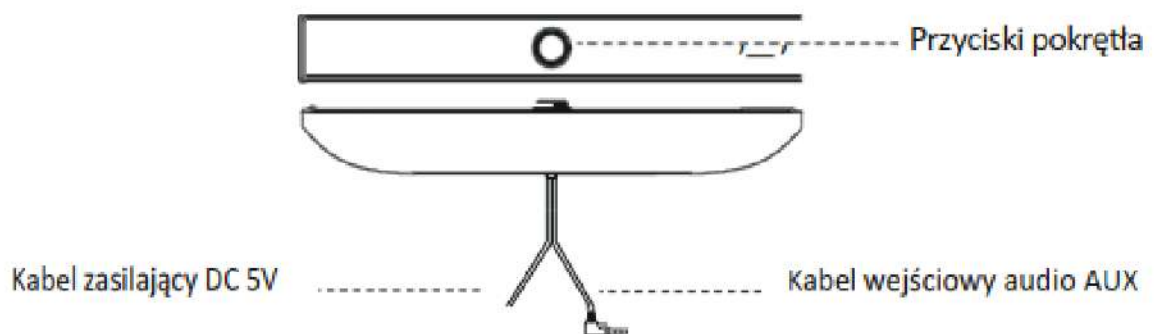


Przełącznik km lub mi



1. Upewnij się, że monitor jest włączony i znajduje się w trybie mirroringu ekranu;
2. Naciśnij przycisk „Menu”, aby wejść do menu OSD.
3. Naciśnij przyciski „Zmniejsz/Zwiększ”, aby wybrać żądaną opcję (opcja przełączania jednostek znajduje się w sekcji „Dodatkowe”), a następnie naciśnij przycisk „Wybór”, aby wejść.
4. Naciśnij przyciski „Zmniejsz/Zwiększ”, aby znaleźć opcję „Km lub mi”, a następnie naciśnij przycisk „Wybór”, aby przejść do trybu regulacji.
5. Naciśnij przyciski „Zmniejsz/Zwiększ”, aby wybrać żądaną jednostkę, a następnie naciśnij przycisk „Wybór”, aby zapisać ustawienie;
6. Naciśnij przycisk „Exit” (Wyjdź), aby wyjść z menu OSD i przywrócić głośnik do pierwotnego położenia

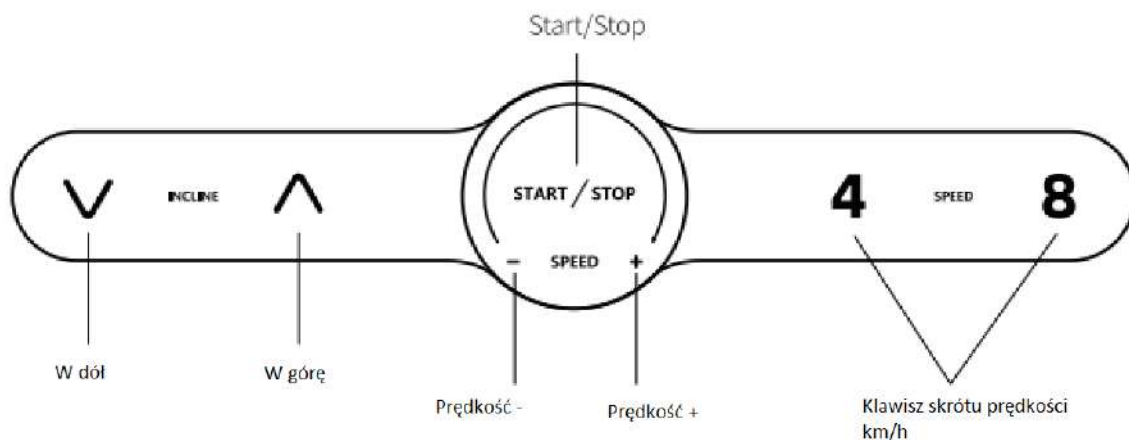
Obsługa funkcji audio



	Projekt	Warunki wstępne	Kroki operacyjne	Efekt	Dźwięk	LED
ON/OFF	Włączenie zasilania	/	Krótko naciśnij przelącznik Potary	Włączenie zasilania	Po włączeniu zasilania	Czerwona dioda zawsze włączona
	Wyłączenie zasilania	/	Naciśnij i przytrzymaj kłob przycisk przez 3 sekundy	Wyłączenie	Dźwięk wyłączenia	Czerwona dioda
Stan uśpienia	Włączenie zasilania	/	Głośnik nie ma sygnału AUX a m i sygnału Bluetooth przez ponad	Głośnik przechodzi w stan uśpienia	/	Czerwona dioda gaśnie
Funkcja budzenia	Stan uśpienia	Stan uśpienia	burton (clicking does not switch modes), inputting audio signals, adjusting the volume and connecting Bluetooth can wake up	Przejdzie do stanu przed pobudką	/	Czerwona dioda zawsze włączona
EQ/MP3/Function	Zwiększenie głośności	/	Przekręć przelącznik w prawo	Głośność zwiększa się stopniowo wraz z obrotem	Głośność maksymalna	Dioda zawsze włączona
	Zmniejsz głośność	/	Turn the switch anticlockwise	Głośność zmniejsza się stopniowo wraz z obrotem	/	Zawsze włączona
	Przelącznik trybu pracy	Włącz zasilanie	Short press the Rotary switch	Przelączenie trybu AUX i trybu Bluetooth	Tryb paszek (Bluetooth pairing on)	W trybie AUX i trybie Bluetooth
Parowanie function	Parowanie Bluetooth	Włącz	Kliknij przycisk pokrętki, aby przelączyć tryb na tryb Bluetooth	1. Pairing search status, red light flashes quickly 2. If pairing times out in 10mins, it will enter sleep state	Shutdown tone Shutdown sound	Dioda miga
	Switch to Pairing mode (the bluetooth can be found from the upgrade)	Włącz	Otwórz Bluetooth i wyszukaj urządzenie	Urządzenie Bluetooth wyszukuje „Głośnik” and connects, successful pairing announces a tone	successful connection (Paired (long))	Zawsze włączona
	Rozłączenie	Połączone	Close your device bluetooth function Anulowanie parowania przez urządzenie Rozłącz połączenie Bluetooth przez urządzenie	1. Sygnał dźwiękowy (parowanie) 2. Głośnik przechodzi w tryb parowania	sygnał (Parowanie)	Czerwona dioda miga szybko
	Ponowne połączenie z zasięgiem BT	Rozłączone	1. Connected with device, the bluetooth disconnected after move the device out of the BT range 2. If reconnected successful, it back in BT range within 10mins	1. After over-distance disconnection, the speaker enters the pairing state and the red light flashes quickly 2. After 10 mins, no device is connected and the speaker enters sleep state	Disconnect tone (BT disconn)	Dioda miga szybko
	Ponowne połączenie	Tryb Bluetooth (sparowany z urządzeniem)	Switch to bluetooth mode, speaker try to reconnect with the last device	If unable to reconnect within 10mins, enter sleep state	The tone of successful connection (Paired)	Dioda zawsze włączona
	Przywrócenie (In the case of the mechanical)	Power On	W trybie Bluetooth kliknij trzykrotnie przycisk pokrętki głośnika	flex front a "8" SPEAKERS" Parowanie Głośnik, przywrócono głośność 10 dB (0dB) volume (maximum volume 50%) 3. Wejść w tryb AUX	ze "ze" (hello)	Zawsze włączona

Uwaga: Gdy telefon jest połączony z głośnikiem przez Bluetooth i podłączony do przewodowego wyświetlacza ekranowego, przełącz głośnik w tryb AUX.

Obsługa funkcji wyświetlacza elektronicznego



1. Opis parametrów

Parametry ćwiczeń dla różnych trybów ćwiczeń:

Minimalna prędkość wyświetlana wynosi 1 km/h (0,62 mil/h). Maksymalna prędkość wyświetlana wynosi 14 km/h (8 mil/h).

2. Funkcje przycisków panelu i instrukcje obsługi

Pokrętko --- Opis funkcji: Zwiększanie/zmniejszanie prędkości, przycisk Start/Pauza/Stop.

Instrukcja obsługi:

W trybie czuwania naciśnij pokrętko, aby uruchomić bieżnię. W trybie pracy obróć pokrętko, aby dostosować prędkość.

W trybie pracy naciśnij pokrętko, aby wstrzymać działanie bieżni.

W trybie pracy przytrzymaj pokrętko, aby zatrzymać bieżnię. Klawisze skrótów prędkości

%, @ — opis funkcji: szybka regulacja prędkości.

Instrukcja obsługi funkcji:

W trybie pracy naciśnij klawisz skrótu prędkości, aby dostosować odpowiednią prędkość. Klawisz regulacji nachylenia — opis funkcji: steruje kątem nachylenia platformy bieżowej. Instrukcja obsługi:

Każde naciśnięcie klawisza w górę powoduje zwiększenie nachylenia o 10%. Długie naciśnięcie powoduje dalsze zwiększanie nachylenia. Każde naciśnięcie klawisza w dół powoduje zmniejszenie nachylenia o 1%. Długie naciśnięcie powoduje dalsze zmniejszanie nachylenia.

3. Opis trybu ćwiczeń Tryb ręczny Opis

funkcji

Przechodzenie do trybu ręcznego: Po włączeniu bieżni i zapaleniu się wszystkich wyświetlaczy urządzenie przechodzi w tryb pełnej obsługi ręcznej. W tym momencie należy nacisnąć pokrętko, aby przejść do trybu obsługi ręcznej.

Instrukcja obsługi:

„Początkowa prędkość robocza wynosi 1 km/h (0,62 mil/h), a okna czasu, odległości i kalorii zaczynają odliczać od zera.

Obróć pokrętko, aby dostosować prędkość roboczą.

Naciśnij klawisze skrótów prędkości @, @, aby szybko dostosować odpowiednią prędkość. Naciśnij pokrętko, aby wstrzymać działanie bieżni (przytrzymaj pokrętko, aby zatrzymać działanie bieżni).

Wyciągnięcie blokady bezpieczeństwa powoduje natychmiastowe zatrzymanie silnika.

4. Zakres wyświetlania poszczególnych wartości:				
Ustaw parametry	Początkowe	Ustaw wartość początkową	Ustaw zakres	Zakres wyświetlania
Czas (godziny: minuty: sekundy)	0:00			00:00:00—18:15:12 (godziny: minuty: sekundy)
Prędkość (km/h)/ (mph)	0	1 (km/h)/ 0,62 (mph)	1-14 (km/h)/ 0,62-8,7 (mph)	1-14 (km/h)/ 0,62-8,7 (mph)
Odległość (km)/(mil)	0,00	—		0,00-9999 (km) / 0,00-9999 (mile)
Kalorie (kcal)	0			0,0-9999
Nachylenie (%)	0		0-10	0-10

Uwaga: Ze względu na odchylenia w produkcji sprzętu powyższe dane mogą nieznacznie różnić się od rzeczywistych wartości i mają charakter wyłącznie informacyjny.

5. Funkcja uśpienia Opis:
 Gdy bieżnia przestaje działać i przez ponad 10 minut nie wykonuje się żadnych czynności, przechodzi ona w tryb uśpienia. Wyświetlacz na monitorze elektronicznym wyłącza się automatycznie. Aby wybudzić monitor, należy nacisnąć dowolny klawisz, a po zapaleniu się wszystkich wyświetlaczy powróci on do początkowego stanu gotowości.

6. Zakres wyświetlania poszczególnych wartości:
 Podczas normalnego użytkowania, aby uruchomić monitor elektroniczny, należy włożyć blokadę bezpieczeństwa w wyznaczone miejsce.
 Po wyjęciu klucza bezpieczeństwa rozlegnie się sygnał ostrzegawczy.
 Jeśli blokada bezpieczeństwa zostanie wyjęta podczas pracy, system szybko się zatrzyma, a po ponownym włożeniu blokady bezpieczeństwa wszystkie dane treningowe zostaną zresetowane do zera.

Obsługa panelu sterowania

<p>Start</p>	<p>Enter →]+ → Tryb gotowości tryb ——— Krótkie naciśnięcie przycisku pokrętko ——— Brzęczyk wydaje trzy sygnały dźwiękowe Prędkość ustawiona na najniższą prędkość</p> <p>Pauzestan ——— chub +Fwd H+ ——— Brzęczyk wydaje trzy sygnały Prędkość ustawiona na najniższą wartość</p>
<p>Regulacja prędkości</p>	<p>Ćwiczeniestan ——— Obrót pokrętko w prawo ——— Prędkość wzrasta o 0,1 km/h na każdy obrót pokrętki; Każdy obrót powoduje wyemitowanie sygnału dźwiękowego informującego o zmianie prędkości.</p> <p>Ćwiczeniestan ——— Obrót pokrętko w lewo ——— Prędkość zmniejsza się o 0,1 km/h na każdy obrót pokrętki; Przy każdej zmianie prędkości rodzi się sygnał dźwiękowy.</p> <p>W stanie paury/zatrzymania Pokrętko regulacji lewej/prawej strony ——— Nieważne</p>
<p>Regulacja nachylenia</p>	<p>Training/Pauza/ W trybie ćwiczenia</p> <p>powoduje zwiększenie przytrzymanie przycisku powoduje zwiększenie nachylenia. Ikona nachylenia zapala się, a na wyświetlaczu jednocyfrowym pojawia się poziom nachylenia.</p> <p>Naciśnij przycisk</p> <p>Kąt nachylenia zwiększa się. Każde naciśnięcie przycisku powoduje w górę/klawisz powoduje ciągłe zwiększenie nachylenia. Ikona nachylenia zapala się, a na wyświetlaczu jednocyfrowym pojawia się poziom nachylenia.</p> <p>Kąt nachylenia zmniejsza się. Każde naciśnięcie przycisku powoduje w dół/klawisz powoduje ciągłe zmniejszenie nachylenia. Nachylenie ikona zapala się, a jednocyfrowy wyświetlacz pokazuje poziom nachylenia.</p> <p>Nieważny</p> <p>Tryb zatrzymania/wyłączenia ekranu</p> <p>Pro → przycisk w górę/w dół ——— 0 Każdy poziom zwiększa się o 1%, do łącznej wartości 10%. Po zatrzymaniu lub wygaszeniu ekranu następuje reset do 0°.</p>

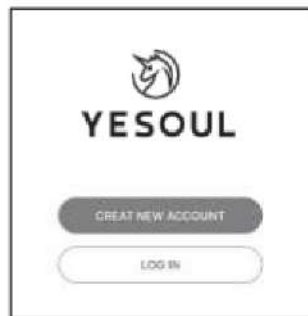
Pauza	<p>Podczas treningu ——— Krótkie naciśnięcie treningu ———> Pause</p> <div style="float: right; border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">Interfejs prędkości wyświetla 0</div> <div style="float: right; border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">Interfejs odległości wyświetla wstrzymane pokrętko przebiegu</div> <div style="float: right; border: 1px solid black; padding: 5px;">Interfejs czasu/kalorii wyświetla czas/kalorie przed wstrzymaniem</div>
	<p>Wstrzymane — Naciśnij i przytrzymaj przez 3 sekundy —> # Koniec treningu</p>
	<p>Stan wstrzymania — Brak działania —> Wyświetlacz wyłączy się po 10 minutach bezczynności</p>
Koniec trening	<p>Stan zatrzymania — Naciśnij i przytrzymaj przycisk przez 3 sekundy —> Zakończ trening Prędkość zmniejsza się o 0,5 km/h na sekundę do osiągnięcia wartości 0</p> <p>Dane treningu z wyjątkiem prędkości, co pokazuje 00, inne wartości wyświetlają się dane przed zakończeniem treningu, aż</p>
	<p>Stan zatrzymania — Brak działania —> Wyświetlacz wyłączy się po 10 minutach bezczynności</p>
Stop	<p>blokada bezpieczeństwa</p> <p>Dane przed ćwiczeniem —> EGG. Odablokuj blokadę bezpieczeństwa</p> <ul style="list-style-type: none"> → Sygnal dźwiękowy będzie wydawał ciągły dźwięk, dopóki zablokowanie bezpieczeństwa → Na wyświetlaczu pojawi się kod błędu → Dane treningu: z wyjątkiem prędkości, która pokazuje „00”, pozostałe wartości są wyświetlane dane przed zatrzymaniem awaryjnym → Brak reakcji na naciśnięcie przycisku
	<p>Zabezpiecz zatrzaśk bezpieczeństwa</p> <p>→ Kod błędu znika</p> <p>Przyciski działają normalnie</p>
	<p>Zabezpiecz zatrzaśk bezpieczeństwa — Zakończ bieżący trening — Zresetuj dane</p>
Wyłącz ekran	<p>Stan zatrzymania/pauzy/zakończenia — Brak działania —> Wyświetlacz/ekran (wyłączy się) po 10 minutach bezczynności</p>
Trening automatycznie zatrzymuje	<p>Wyłączy się automatycznie po >90 minutach bezczynności, resetuje timer po uruchomieniu.</p>

Rejestracja aplikacji

-Możesz zeskanować poniższy kod QR, aby pobrać aplikację i zarejestrować konto w aplikacji.



1. Zeskanuj kod QR i pobierz aplikację



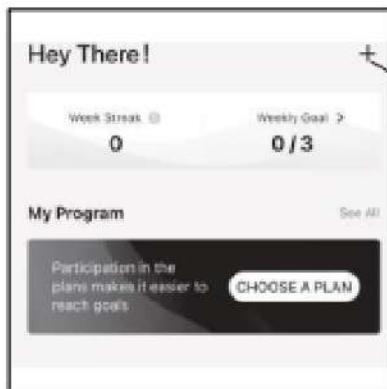
2. Wejdź na stronę logowania do aplikacji aplikacji



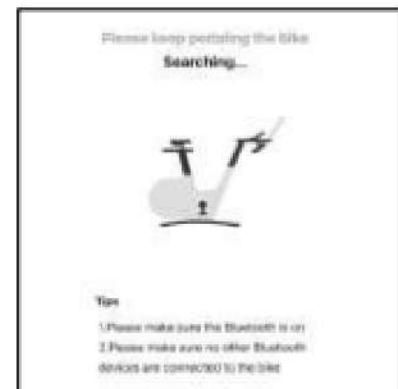
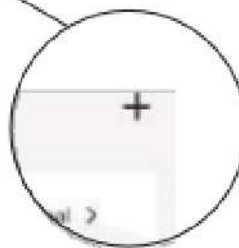
3. Zarejestruj konto w

- Przy pierwszym użyciu kliknij przycisk (+) w prawym górnym rogu (Home)


lub wejdź na kurs i podłącz urządzenie zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.



4. Wejdź na stronę główną aplikacji



5. Wyszukaj urządzenia

Włącz przycisk  dla trybu sportowego lub kursu w aplikacji, aby automatycznie nawiązać połączenie.

Urządzenie nie obsługuje jednoczesnego podłączenia wielu telefonów komórkowych.

Przed użyciem upewnij się, że w danym momencie żaden inny użytkownik nie są połączony z urządzeniem. Po wyłączeniu Bluetooth zostanie automatycznie rozłączony.

Oprócz połączenia z aplikacją YESOUL FITNESS APP, Bluetooth można również połączyć z oprogramowaniem Kinomap i Zwift.

Wyświetlacz automatycznie przejdzie w tryb uśpienia 10 minut po zakończeniu ćwiczeń.



Kinomap



Zwift

Zakup członkostwa w aplikacji

Otwórz aplikację i znajdź (Strona główna) – (Ustawienia) – (Prawa członkowskie),
a następnie postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby dokonać
zakupu członkostwa.

① ② ③ ④ ⑤ ⑥



1. Odłącz i monitoruj tętno
2. Synchronizacja danych z urządzeniami na siłowni
3. Tłumaczenie audio i napisów
4. Regulacja jakości obrazu na ekranie
5. Przełączanie wyświetlania na system imperialny/metryczny
6. Regulacja głośności głosu i muzyki

Ikona „Synchronizuj dane z urządzeniami na siłowni” może się różnić w zależności od typu urządzenia obsługiwane przez każdy kurs. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby podłączyć odpowiednie urządzenie.

Ze względu na różnice w konfiguracji urządzeń końcowych niektóre funkcje mogą nie działać

prawidłowo. Wybierz urządzenie kompatybilne z Twoją aktualną sytuacją.

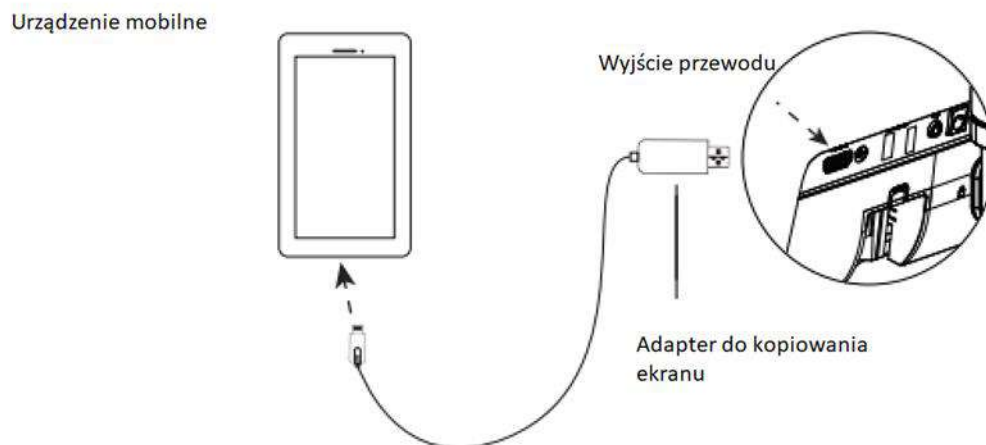
Powyższe ilustracje i dane mogą nieznacznie różnić się od rzeczywistego produktu.

Ze względu na ciągłe aktualizacje oprogramowania i tolerancje produkcyjne, w celu uzyskania dokładnych informacji należy zapoznać się z rzeczywistym użytkowaniem.

Instrukcja instalacji do projekcji na ekranie przewodowym:

1. Pobierz aplikację Yesoul Fitness i zarejestruj się.
2. Podłącz swoje urządzenie w aplikacji.
3. Podłącz telefon za pomocą kabla do przesyłania obrazu. (Telefon musi obsługiwać DisplayPort).

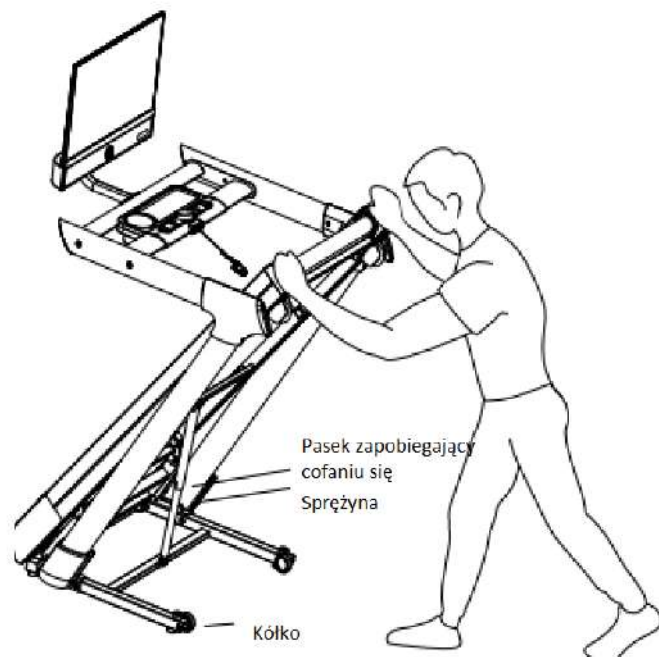
Uwaga: W zestawie znajdują się dwa adaptery do mirroringu ekranu dla systemów Android i iOS. Należy używać ich zgodnie z modelem telefonu.



Składanie i przenoszenie bieżni

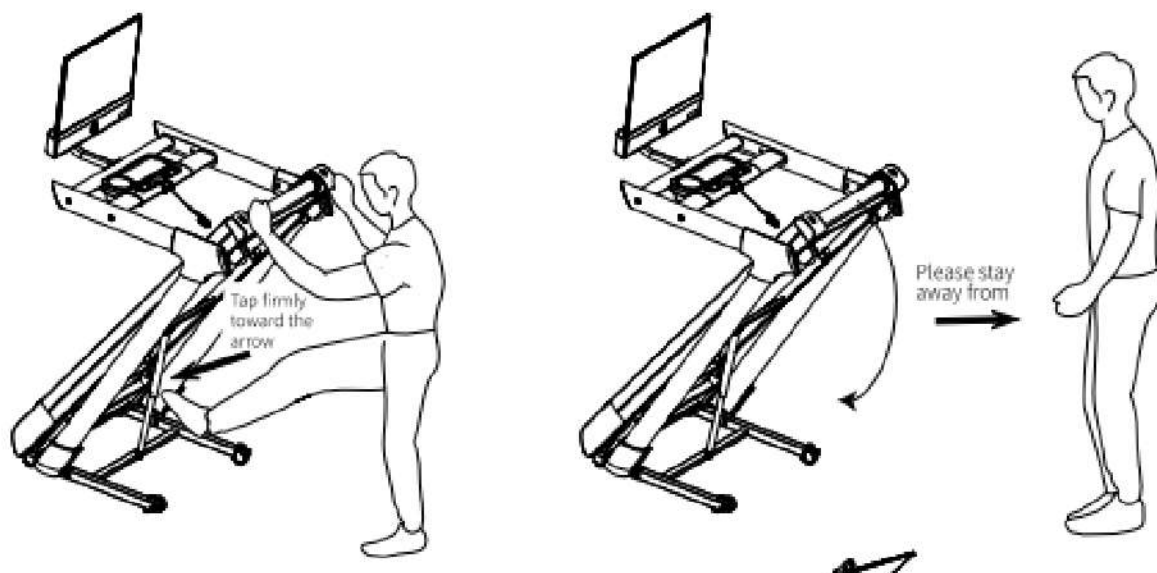
• Składanie bieżni

1. Przed złożeniem bieżni należy upewnić się, że jest ona odłączona od zasilania.
2. Sprawdź, czy nachylenie bieżni jest w najniższym położeniu.
3. Podnieś bieżnię do pozycji pionowej, a rura zwrotna automatycznie zablokuje się na siłowniku pneumatycznym.
4. Sprawdź, czy rura zwrotna jest prawidłowo zamocowana do cylindra pneumatycznego.



Rozkładanie bieżni

1. Aby rozłożyć bieżnię, należy wybrać miejsce oddalone o około 1 metr od gniazdka elektrycznego, z płaską powierzchnią i bez innych przeszkód.
2. Podczas rozkładania bieżni należy najpierw przytrzymać ją obiema rękami i nacisnąć stopami rurkę zabezpieczającą przed cofnięciem. Bieżnia automatycznie opuści się powoli na podłoże. W tym czasie osoba obsługująca musi pozostać w odległości około 1 metra od bieżni, aż do momentu jej całkowitego rozłożenia.



Przemieszczanie bieżni

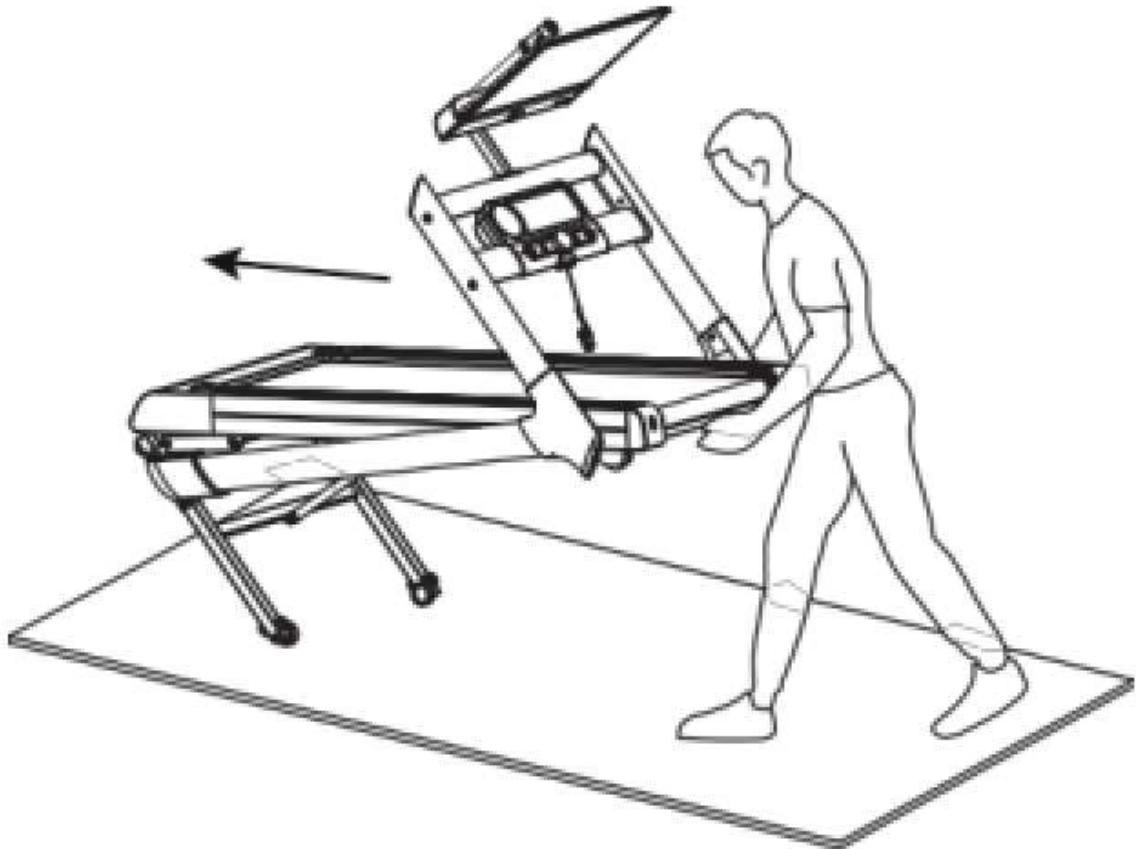
Podczas przenoszenia urządzenia należy upewnić się, że:

- 1: Wyłącznik zasilania bieżni jest wyłączona.

2: Wtyczka zasilania została wyjęta z gniazdka elektrycznego.

3: Duża rama została złożona. Po wyjaśnieniu powyższych kwestii, chwyć jedną ręką za koniec bieżni, a drugą ręką za poręcz po tej samej stronie.

Przechylając urządzenie o 40–50 stopni w kierunku klatki piersiowej, możesz powoli je przesunąć.



Smarowanie

Po pewnym czasie użytkowania taśmy bieżni należy ją nasmarować specjalnym olejem metylosilikonowym.

Zalecenia: Używaj mniej niż 3 godziny tygodniowo. Smaruj raz na 5 miesięcy.

Używaj 4–7 godzin tygodniowo. Smarować raz na 2 miesiące.

Używać więcej niż 7 godzin tygodniowo. Smarować raz w miesiącu.

Uwaga: Nie należy stosować nadmiernej ilości smaru. Więcej smaru nie zawsze oznacza lepszy efekt.

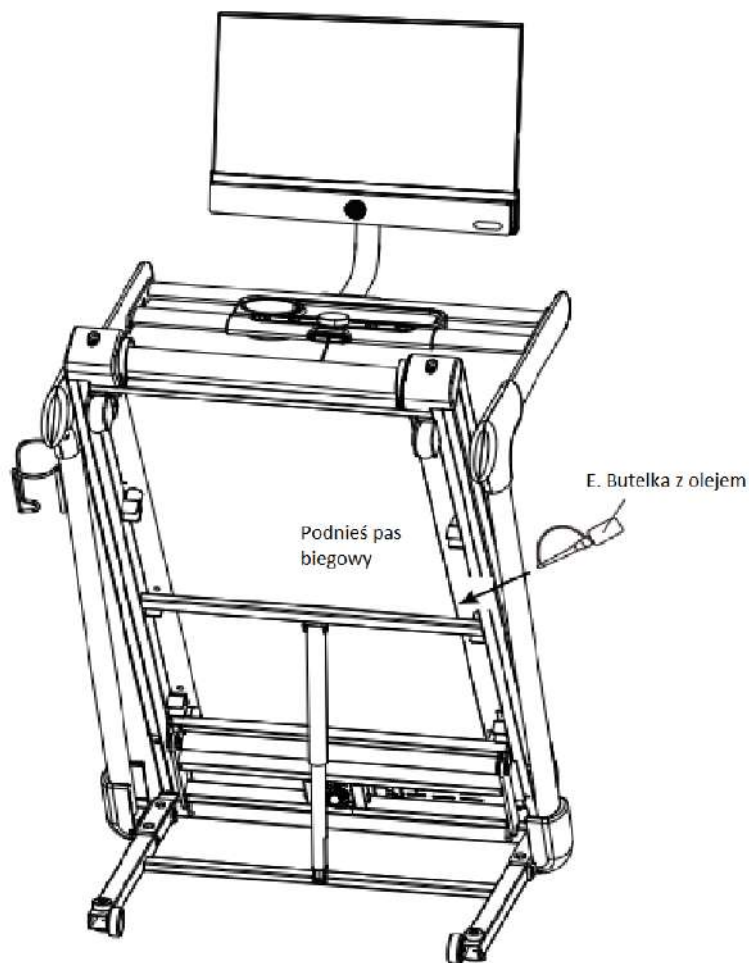
Prawidłowe smarowanie jest ważnym czynnikiem wpływającym na wydłużenie żywotności bieżni.

- Jak ocenić, czy smar należy ponownie nałożyć

Wystarczy chwycić pas biegowy i dotknąć dłonią jak najdalej do środka tylnej części pasa biegowego. Jeśli na dłoni pozostał silikon (jest lekko wilgotna), oznacza to, że nie trzeba dodawać smaru. Jeśli pas biegowy jest suchy i na dłoni nie pozostał silikon, należy dodać smar.

- Kroki nakładania smaru na paski biegowe

Zatrzymaj pas biegowy i złóż urządzenie. Podnieś pas biegowy z tyłu ramy głównej, wysuń aplikator smaru tak daleko, jak to możliwe, do środkowej części pasa biegowego i spryskaj olejem silikonowym wewnętrzną powierzchnię pasa biegowego, pokrywając obie strony silikonem. Uruchom bieżnię z najniższą prędkością, aby równomiernie rozprowadzić silikon, a następnie delikatnie naciskaj pas biegowy od lewej do prawej strony, wywierając niewielki nacisk. Utrzymuj tę pozycję przez kilka minut, aby silikon został całkowicie wchłonięty przez pas biegowy. (Jak pokazano na rysunku)



Regulacja napięcia taśmy biegowej

Użytkownik ma tendencję do zatrzymywania się i poślizgów podczas biegania. Gdy wystąpi to zjawisko, należy jednocześnie wyregulować śruby regulacyjne pasa biegowego w lewo i w prawo, obracając je o pół obrotu w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara. Jeśli pas biegowy jest zbyt luźny, pas biegowy i rolki będą się ślizgać podczas naciskania na pas. Jednak zbyt mocne napięcie również nie jest dobre.

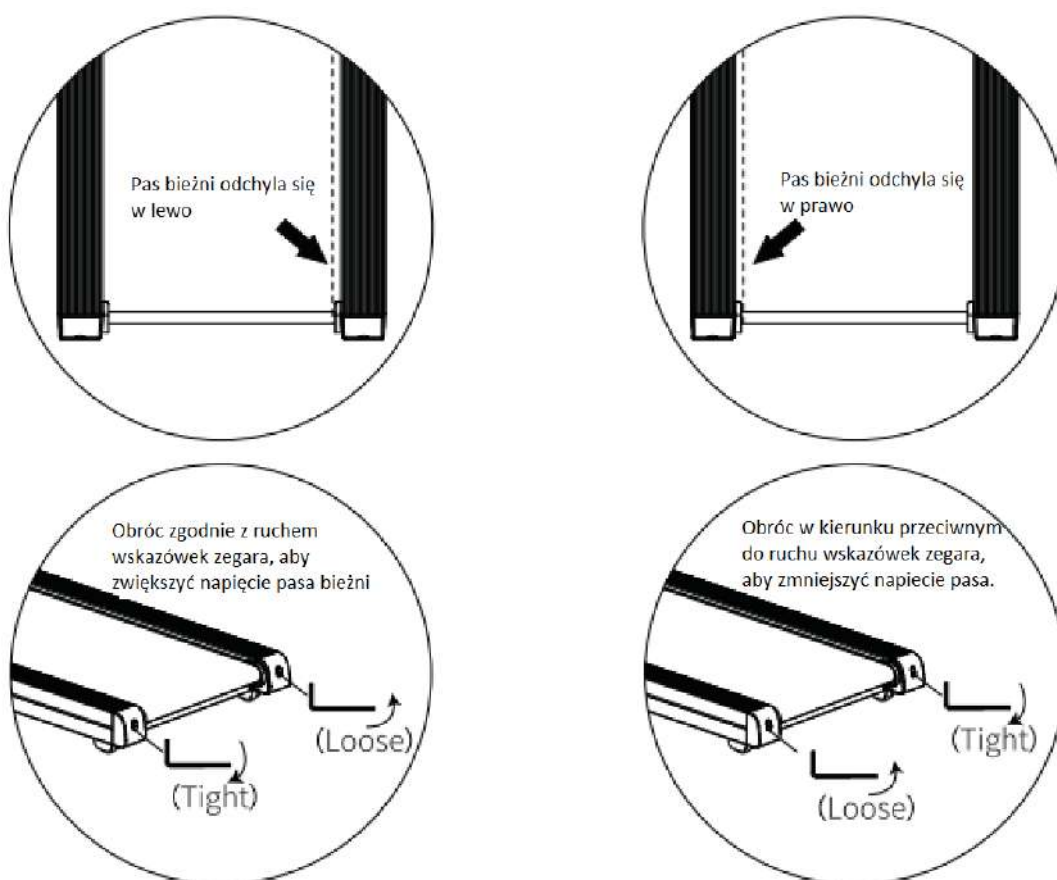
Zwiększa to obciążenie silnika i może spowodować uszkodzenie silnika, pasa biegowego i rolek.

•Regulacja odchylenia taśmy biegowej

Wszystkie bieżnie wymagają regulacji taśmy biegowej przed opuszczeniem fabryki i po instalacji. Jednak po pewnym czasie użytkowania może ona nadal się przesunąć. Przyczyny tego zjawiska są następujące:

1. Urządzenie nie jest ustawione równo
2. Podczas ćwiczeń stopy użytkownika nie znajdują się na środku pasa biegowego
3. Użytkownik wywiera nierównomierną siłę na obie stopy

Jeśli niewspółosiowość jest spowodowana czynnikiem zewnętrznym, może powrócić do normy po kilku minutach pracy bez obciążenia. W przypadku niewspółosiowości, której nie można przywrócić automatycznie, należy użyć dołączonego do urządzenia klucza sześciokątnej w kształcie litery L nr 6, aby stopniowo regulować ją w krokach co pół obrotu.



Jeśli taśma biegowa odchyła się w lewo, należy wyregulować lewą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara lub prawą śrubę przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.

Jeśli pas biegowy odchyła się w prawo, wyreguluj prawą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara lub lewą śrubę przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.

Komunikaty o błędach systemu bezszczotkowego bieźni.

Kody błędów	Znaczenie kodu błędu	Metoda przetwarzania kodu błędu
-------------	----------------------	---------------------------------

Er01: wskazuje na nieprawidłową komunikację między miernikiem elektronicznym a sterowaniem elektronicznym

Er01	Górne i dolne złącze głównej linii sterującej jest luźne	Wzmocnić połączenie przewodów
	Górna i dolna główna linia sterująca jest uszkodzona	Wymień górną i dolną główną linię sterującą
	Elektroniczny miernik jest uszkodzony	Wymień miernik elektroniczny
	Uszkodzenie kontrolera	Wymień sterownik

Er02: wskazuje komunikat dotyczący zabezpieczenia przed przepięciem dolnego wejścia zasilania sterownika

Er02	Napięcie sieci użytkownika jest niestabilne, a napięcie szczytowe jest zbyt wysokie	Należy dodać zewnętrzny regulator filtra.
	Sterownik jest uszkodzony	Wymień dolny element sterujący, czekając na naprawę

Er03: wskazuje informacje dotyczące zabezpieczenia przed zbyt niskim napięciem wejściowym dolnego zasilacza sterującego

Er03	Napięcie sieci użytkownika jest niestabilne, a napięcie szczytowe jest niskie	Należy dodać zewnętrzny regulator filtra
	Sterownik jest uszkodzony	Wymień dolny układ sterowania, czekaj na naprawę

Er04: Wskazuje, że silnik główny ma przerwę w obwodzie, komunikat o zjawisku

Er04	Główna linia silnika nie jest podłączona lub jest luźna	Wzmocnij przewód połączeniowy silnika głównego
	Silnik główny ma przerwę w obwodzie, jest uszkodzony	Wymień silnik
	Sterownik ma przerwę w obwodzie lub jest uszkodzony	Wymień sterownik
	Silnik główny jest zablokowany i uszkodzony	Wymień silnik

Er05: wskazuje, że aktualny ADC jest nieprawidłowy

E 05	Obciążenie bieźni przekracza znamionowy prąd roboczy silnika	Zaleca się, aby prąd mieścił się w zakresie znamionowego prądu roboczego silnika.
	Występuje problem z konstrukcją montażową bieźni i silnika, powodujący opór lub zablokowanie silnika	Sprawdź, czy konstrukcja bieźni jest w normie.
	Awaria dolnego systemu ograniczającego prąd sterujący.	Wymień dolny układ sterowania i poczekaj na naprawę.

Er06: wskazuje na nieprawidłowość napięcia ADC

Er06	Napięcie sieci użytkownika jest niestabilne, a napięcie szczytowe jest zbyt wysokie	Konieczność dodania zewnętrznego stabilizatora filtra
	Nieprawidłowe ustawienie wartości średnicy koła	Zresetuj wartość średnicy koła i staraj się nie przekraczać napięcia znamionowego silnika
	Uszkodzenie sterownika	Wymień dolny element sterujący, czekając na naprawę

Er08: wskazuje, że odchylenie prądu trójfazowego 3s jest większe niż wartość zadana

Er08	Uszkodzenie silnika głównego	Wymień silnik
	Nieprawidłowe uszkodzenie sterownika	Wymień sterownik

Er11: wskazuje, że maksymalny prąd przekracza ustawienie

Er11	Uszkodzenie silnika głównego	Wymień silnik
	Kontroler jest poważnie uszkodzony	Wymień kontroler

Er13: wskazuje nieprawidłową wartość sygnału *Halla* lub błąd synchronizacji

Er13	Uszkodzenie silnika głównego	Wymień silnik
	Nieprawidłowe uszkodzenie sterownika	Wymień sterownik

Er14: Temperatura sterownika jest zbyt wysoka

Er14	Temperatura sterownika jest zbyt wysoka	Przerwać użytkowanie na ponad 1 godzinę
------	---	---

Er15: wskazuje awarię lampy mocy, wyświetla komunikat dotyczący ochrony przeciwwybuchowej

Er15	Awaria tranzystora mocy kontroler jest uszkodzony	Wymień sterownik
------	---	------------------

Er17: Wskazuje, że błąd sygnału *Halla* jest zbyt duży

Er17	Sterownik jest uszkodzony w sposób nietypowy	Wymień sterownik
------	--	------------------

Er18: Wskazuje ostrzeżenie o usterce podczas procesu kalibracji wysokości

Er18	Usterka przewodu połączeniowego silnika wysokości	Sprawdź przewody połączeniowe (łącznie 4 przewody)
	Usterka windy	Wymień windę
	Błąd kalibracji	Przeprowadź ponowną kalibrację

Er19: Wskazuje ostrzeżenie o usterce silnika windy

Er19	Usterka przewodu połączeniowego silnika podnoszenia	Sprawdź przewody połączeniowe (łącznie 4 przewody)
	Usterka windy	Wymień windę
	Błąd kalibracji	Przeprowadź ponowną kalibrację

Er98: Wskazuje, że klucz bezpieczeństwa nie został prawidłowo włożony

Er98	Klucz bezpieczeństwa odłączony	Sprawdź okablowanie
------	--------------------------------	---------------------

Er99: Wskazuje ostrzeżenie o utracie informacji dotyczących dolnej kontroli

Er99	Połączenie nie jest zabezpieczone	Sprawdź okablowanie
------	-----------------------------------	---------------------

UWAGA: Powyższe czynności należy wykonywać wyłącznie po odłączeniu zasilania.

Jeśli kod błędu nadal się pojawia, skontaktuj się z zespołem obsługi posprzedażowej w celu uzyskania pomocy.

Przewodnik uziemienia

1. Ten produkt musi być uziemiony. Jeśli bieżnia nie działa prawidłowo lub ulegnie uszkodzeniu, przewód uziemiający tworzy obwód o najniższym oporze i przewodzi prąd pod ziemią, zmniejszając ryzyko porażenia prądem elektrycznym. Ten produkt jest wyposażony w kabel z przewodnikiem i wtyczką uziemiającą, która uziemia urządzenie.
2. Wtyczkę należy podłączyć do gniazdka zgodnego z lokalnymi przepisami i wymaganiami dotyczącymi instalacji i uziemienia.
3. Nieprawidłowe podłączenie przewodu uziemiającego urządzenia może spowodować porażenie prądem elektrycznym. Jeśli nie masz pewności, czy urządzenie jest prawidłowo uziemione, skonsultuj się z wykwalifikowanym elektrykiem lub serwisantem. Nie modyfikuj wtyczki dostarczonej wraz z tym produktem bez upoważnienia. Jeśli wtyczka nie pasuje do gniazdka, poproś wykwalifikowanego elektryka o zainstalowanie odpowiedniego gniazdka.

Rozgrzewka

Przed ćwiczeniami najlepiej wykonać ćwiczenia rozciągające. Rozgrzane mięśnie łatwiej się rozciągają, dlatego najpierw rozgrzej się przez 5–10 minut. Następnie zatrzymaj się i wykonaj rozciąganie w następujący sposób:

5 razy po 10 sekund lub dłużej na każdą nogę, a następnie powtórz to na koniec ćwiczeń

1. Rozciąganie poprzez dotknięcie palców stóp

Stań z lekko ugiętymi kolanami i biodrami przesuwającymi się powoli do przodu. Dotknij palców stóp tak daleko, jak to możliwe, rozluźniając plecy i ramiona. Utrzymaj tę pozycję przez 15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz ćwiczenie trzy razy.

Rozciągane części: więzadła, wewnętrzne części kolan i plecy.

(Zobacz rysunek 1)

2. Ćwiczenie rozciągające więzadła

Usiądź z jedną nogą wyprostowaną do przodu. Drugą stopę połóż blisko do ciała i po wewnętrznej stronie uda wyprostowanej nogi. Dotknij palców stóp tak daleko, jak to możliwe. Utrzymaj tę pozycję przez 15 sekund, a następnie rozluźnij się. Wykonaj ćwiczenie trzy razy dla każdej nogi.

Rozciągane partie: więzadła, plecy i pachwina. (Patrz rysunek 2)

3. Ćwiczenie rozciągające łydkę/piętę

Oprzyj się jedną ręką o ścianę, aby utrzymać równowagę, a drugą ręką sięgnij do tyłu, aby chwycić stopę. Przyciągnij piętę jak najbliżej pośladków. Utrzymaj tę pozycję przez 15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz ćwiczenie trzy razy dla każdej nogi. Rozciągane partie: mięśnie czworogłowe i biodrowe. (Zobacz rysunek 3)

4. Ćwiczenie rozciągające mięsień czworogłowy uda

Oprzyj się jedną ręką o ścianę, aby utrzymać równowagę, a drugą ręką sięgnij do tyłu, aby chwycić stopę. Przyciągnij piętę jak najbliżej pośladków. Utrzymaj tę pozycję przez 15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz ćwiczenie trzy razy dla każdej nogi.

Rozciągane partie: mięśnie czworogłowe i mięśnie bioder. (Zobacz rysunek 4)

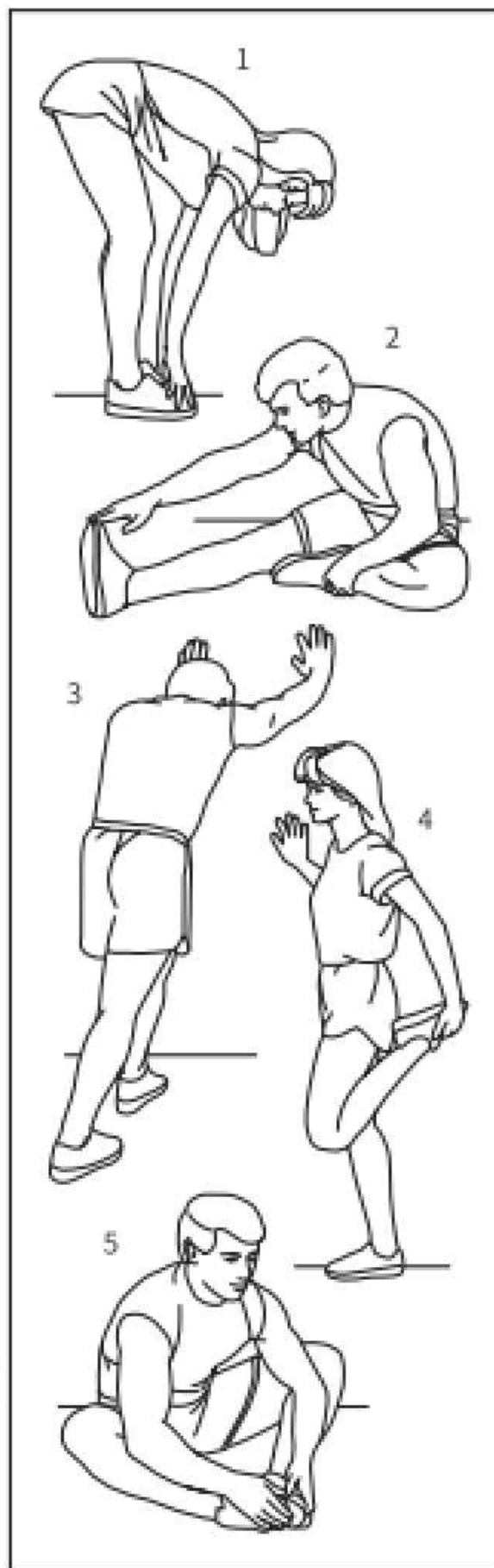
5. Ćwiczenie rozciągające wewnętrzną część uda

Usiądź z podeszwami stóp złączonymi i kolanami skierowanymi na zewnątrz. Przybliż stopy jak najbliżej do pachwiny. Utrzymaj tę pozycję przez 15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz ćwiczenie trzy razy.

Rozciągane partie: mięśnie czworogłowe i mięśnie bioder. (Patrz rysunek 5)

Uwaga: Ten produkt jest sprzętem do treningu całego ciała,

proszę wykonać ćwiczenia rozgrzewające zgodnie z powyższymi wskazówkami



EC Declaration of Conformity

In accordance with the following Directive(s),
Directive 2014/53/EU

Hereby declare that ;
Equipment: YESOUL TREADMILL
Model number: YS-TT3 (T3, T3S, T3PRO, T3SPRO, T3PLUS, T3SPLUS)

is in conformity with the applicable requirements of the following documents;

ETSI EN 300 328 V2.2.2
ETSI EN 300 440 V2.2.1
ETSI EN 301 489-1 V2.2.3
ETSI EN 301 489-3 V2.3.2
ETSI EN 301 489-17 V3.2.4
EN 60335-1:2012 + AC:2014 + A11:2014 + A13:2017 + A1:2019 + A14:2019
+ A2:2019+ A15:2021 +A16:2023
EN 62233:2008
EN IEC 62311:2020; EN 50665:2017

I hereby declare that the equipment named above has been designed to comply with the relevant sections of the above referenced specifications. The unit complies with all applicable Essential Requirements of the Directives.

Signed by: FUJIAN YESOUL HEALTH TECHNOLOGY CO., LTD

Address : 29TH FLOOR, SHENGHUI INTERNATIONAL BUILDING, No.169 QIANHENG ROAD, JINAN DISTRICT FUZHOU CITY, FUJIAN, CHINA

Signature: 洪文溪

Position: Manager

Date: 28th, Sept. 2025



Postanowienia gwarancyjne

Produkty marki YESOUL są objęte 24-miesięczną gwarancją dla konsumentów lub 12-miesięczną gwarancją dla przedsiębiorców(zakupów na firmę).

Gwarancji nie podlegają: materiały eksploatacyjne(w tym baterie i akumulatory) uszkodzenia produktu będące wynikiem niewłaściwego użytkowania lub powstałe z winy użytkownika włączając w to niewłaściwe przechowywanie, upuszczenie, uderzenie, korozję, brud, piasek, zalanie, zamoczenie, wady spowodowane użytkowaniem innych akcesoriów niż fabryczne oraz szkody powstałe w wyniku niewłaściwego zabezpieczenia przesyłki z reklamowanym urządzeniem.

Utylizacja sprzętu i ochrona środowiska

Wszystkie produkty, na których umieszczony jest symbol zostały sklasyfikowane jako odpady elektryczne(WEEE zgodnie z dyrektywą 2012/19/EU). Z tego względu muszą być utylizowane w punktach recyklingu odpadów elektrycznych. Pod żadnym pozorem nie powinny być wyrzucane razem z odpadami komunalnymi.

