

INSTRUKCJA OBSŁUGI



Wersja A

WAŻNE WSKAZÓWKI BEZPIECZEŃSTWA

Dziękujemy za zakup tego produktu. Pomoże Ci on zachować sprawność, zdrowie oraz dobrą kondycję, w prosty sposób.

Przewodnik użytkowania

1. Zawsze podłączaj wtyczkę zasilania do gniazdka z uziemieniem. Gniazdo powinno mieć własny obwód, żeby uniknąć współdzielenia z innymi urządzeniami elektrycznymi.
2. Przed użyciem bieżni upewnij się, że stoi ona stabilnie na podłożu.
3. Przed każdym użyciem bieżni sprawdź, czy funkcjonuje poprawnie.
4. Stój na dwóch bocznych ramach przy uruchomieniu bieżni.
5. Przypnij klucz bezpieczeństwa do ubrania, aby kontrolować każdą sytuację awaryjną.
6. Naciśnij przycisk "Start", aby uruchomić bieżnię.
7. Po uruchomieniu, podążaj lewą nogą za ruchem bieżni. Tylko w momencie, gdy czujesz się w gotowości do biegu, możesz zacząć trening z odpowiednią postawą. Jednocześnie tylko jedna osoba może ćwiczyć na bieżni, a trening z obciążeniami na niej jest niedozwolony.
8. Prędkość bieżni można regulować.
9. Po skończeniu ćwiczeń, możesz zatrzymać bieżnię, wyjmując klucz bezpieczeństwa lub poprzez naciśnięcie przycisku "Stop".
10. Pamiętaj, aby po skończeniu użytkowania urządzenia wyłączyć je i odłączyć je od gniazdka elektrycznego.

Uwagi dot. bezpieczeństwa:

- ◆ Umieść bieżnię wewnątrz pomieszczenia aby trzymać ją z dala od wilgoci. Nie umieszczaj na niej ciężkich przedmiotów.
- ◆ Podczas treningu, noś wygodne ubranie. Zaleca się noszenie sportowego lub aerobicznego obuwia.
- ◆ Trzymaj urządzenie z dala od dzieci, aby uniknąć urazów.
- ◆ Prosimy nie przeciążać maszyny, aby nie uszkodzić silnika, sterownika, rolki i pasa bieżni. Wykonuj regularną konserwację urządzenia.
- ◆ Kontroluj poziom zakurzenia oraz wilgotność pomieszczenia, aby uniknąć uszkodzenia komputera i sterownika.
- ◆ Bieżnia może działać nieprzerwanie nie dłużej niż 2 godziny.
- ◆ Należy zapewnić odpowiednią cyrkulację powietrza podczas pracy.
- ◆ Za końcem bieżni powinno być przynajmniej 2000x1000mm bezpiecznej przestrzeni.
- ◆ Jeśli podczas treningu odczujesz dyskomfort, należy przerwać bieg oraz skonsultować się z lekarzem.
- ◆ Trzymaj butelkę ze smarem silikonowym z dala od dzieci – płynu nie można spożywać.
- ◆ Z bieżni nie należy zeskakiwać.

- ◆ Delikatnie wyciągaj wtyczkę zasilania z gniazdka.
- ◆ W przypadku jeśli bieżnia funkcjonuje nieprawidłowo, należy zatrzymać ją i niezwłocznie odpiąć ją od zasilania.
- ◆ Zwróć się do dystrybutora urządzenia w razie wystąpienia problemów z funkcjonowaniem bieżni oraz w razie potrzeby serwisowania. Nie wolno demontować elementów urządzenia samodzielnie.

UWAGA!

Aby zminimalizować ryzyko urazów, prosimy o przestrzeganie poniższych wytycznych:

- ◆ Przed biegiem upewnij się, że Twoje ubranie jest pozapinane.
- ◆ Nie noś ubrań, które mogą się łatwo zaczepić.
- ◆ Trzymaj przewód zasilania z dala od źródeł ciepła.
- ◆ Trzymaj urządzenie z dala od dzieci.
- ◆ Jeśli wystąpi jakiś problem, opierając się na poręczach unieś się i zejdź z bieżni.
- ◆ Nie używaj bieżni na zewnątrz.
- ◆ Przed przeniesieniem bieżni do innego miejsca, odetnij ją od źródła zasilania.
- ◆ Nie otwieraj pokryw silnika czy rolki bez pomocy profesjonalisty.
- ◆ To urządzenie może być używane w obwodzie 10A.
- ◆ Z urządzenia może korzystać jedna osoba jednocześnie.
- ◆ Rezultaty pomiarów HRC mogą być używane tylko w celach treningowych, nie w celach medycznych.
- ◆ Jeśli poczujesz się źle, odczujesz ból w stawach lub mięśniach, natychmiast przerwij trening. W szczególności należy obserwować jak ciało reaguje na programy ćwiczeń. Zawroty głowy są oznaką, że ćwiczenia na urządzeniu są zbyt intensywne. Przy pierwszych oznakach zawrotów głowy, połóż się, aż poczujesz się lepiej.

OSTRZEŻENIE / ZAKAZ!

- ◆ Osoby z następującymi problemami zdrowotnymi muszą skonsultować się z lekarzem przed rozpoczęciem treningów na urządzeniu.
 - (1) Osoba z bólami pleców czy z nogą, biodrem lub szyją po kontuzji. Osoby z odrętwieniem nóg, bioder, szyi czy rąk (czyli te z chorobami przewlekłymi takimi jak wypukłość krążka międzykręgowego, kręgozmykiem, skrzywieniem kręgosłupa szyjnego itp.).
 - (2) Osoba z deformacyjnym zapaleniem stawów, reumatyzmem lub podagrą.
 - (3) Osoba z osteroporozą.
 - (4) Osoba z zaburzeniami układu krążenia (np. choroby serca, zaburzenia naczyniowe czy nadciśnienie naczyniowe).
 - (5) Osoba z zaburzeniami układu oddechowego.
 - (6) Osoba z arytmia serca.

- (7) Osoba z nowotworem złośliwym.
- (8) Osoba z zakrzepicą.
- (9) Osoba z zaburzeniami percepcji spowodowanymi cukrzycą.
- (10) Osoba z urazem skóry.
- (11) Osoba z gorączką powyżej 38 °C.
- (12) Osoba z lordozą.
- (13) Osoba w ciąży lub w okresie menstruacyjnym.
- (14) Osoba odczuwająca dyskomfort.
- (15) Osoba, która jest widocznie w złym stanie.
- (16) Osoba przed rehabilitacją.
- (17) Osoba posiadająca nienormalne cechy fizyczne.

- Osoby z powyższymi dolegliwościami mają większe szanse na wypadek lub pogorszenie stanu zdrowia przy korzystaniu z bieżni

- ◆ Należy natychmiast przerwać ćwiczenia, jeśli poczujesz ból w stawach czy mięśniach, zawroty głowy, odrętwienie czy nieregularny rytm serca i niezwłocznie skonsultować się z lekarzem.
- ◆ Trzymaj urządzenie z dala od dzieci, zaniedbanie może doprowadzić do urazów.
- ◆ Maszyna ta nie jest zabawką.
- ◆ Podczas korzystania z urządzenia, przenoszenia czy wyjmowania/składowania go, upewnij się, że w pobliżu nie ma przypadkowych ludzi czy zwierząt.
- ◆ Zaprzestań korzystania z produktu, jeśli osłony urządzenia pękną (części wewnętrzne są na wierzchu) czy poszczególne części urządzenia złamią się.
Zaniedbanie może doprowadzić do urazów.
- ◆ Nie zeskakuj z poruszającej się bieżni. Zaniedbanie może doprowadzić do urazów.
- ◆ Nie stawiaj bieżni na dworze lub w pobliżu łazienki, aby unikać kontaktu urządzenia z wodą.
- ◆ Nie stawiaj bieżni w obszarze, gdzie będzie narażona na bezpośrednie działanie promieni słonecznych / na wysoką temperaturę (np. blisko grzejnika). Zaniedbanie może doprowadzić do urazów
- ◆ Nie używaj urządzenia, jeśli przewód zasilania lub wtyczka jest uszkodzona, lub gniazdo zasilania jest luźne. Zaniedbanie może doprowadzić do porażenia prądem lub pożaru.
- ◆ Dołóż wszelkich starań aby nie uszkodzić przewodu zasilania lub jego skręcenia. Nie należy na nim stawiać ciężkich przedmiotów. Zaniedbanie może doprowadzić do porażenia prądem lub pożaru
- ◆ Z urządzenia może korzystać jedna osoba jednocześnie, należy ostrzec wszystkich w pobliżu, aby się nie zbliżali w trakcie, gdy trwa trening.
- ◆ Osoby nieświadome środków bezpieczeństwa lub nie będące w stanie samodzielnie obsłużyć bieżnię, nie mogą z niej korzystać. Zaniedbanie może doprowadzić do urazu.

- ◆ Demontaż, naprawa, wymiany mogą być wykonywane tylko przez profesjonalistę. Zaniedbanie może doprowadzić do uszkodzenia maszyny lub urazu fizycznego.
- ◆ Unikać kontaktu urządzenia z wodą lub płynami. Zaniedbanie może doprowadzić do porażenia prądem i pożaru.
- ◆ Nie należy przeciążać organizmu ćwiczeniami, zwłaszcza, gdy nie jest się profesjonalnym sportowcem.
- ◆ Nie korzystaj z urządzenia krótko po posiłku lub gdy odczuwasz zmęczenie. Zaniedbanie może doprowadzić do uszczerbka na zdrowiu.
- ◆ Produkt do przeznaczenia domowego. Nie przeznaczony do używania w szkole czy siłowni, gdzie jest dużo przypadkowych użytkowników. Zaniedbanie może doprowadzić do urazu
- ◆ Nie korzystaj z urządzenia w trakcie spożywania posiłku lub wykonywania innych aktywności.
- ◆ Nie korzystaj z urządzenia, gdy czujesz spowolnienie ciała po spożyciu napoju. Zaniedbanie może doprowadzić do urazu.
- ◆ Podczas korzystania z urządzenia, upewnij się, że nie masz w kieszeni twardych przedmiotów. Zaniedbanie może doprowadzić do urazu.
- ◆ Upewnij się, że połączenie wtyczki zasilania z gniazdkiem jest czyste i suche. Zaniedbanie może doprowadzić do porażenia prądem, zwarciem i pożarem.
- ◆ Nie wyciągaj wtyczki zasilania ani nie wyłączaj urządzenia przełącznikiem, podczas jej pracy. Zaniedbanie może doprowadzić do urazu.

Nie obsługuj urządzenia mokrymi rękami!

- ◆ Nie podłączaj / odłączaj zasilania mokrymi rękami. Zaniedbanie może doprowadzić do urazu

Pamiętaj o wyciągnięciu wtyczki zasilania !

- ◆ Pamiętaj, aby wyciągnąć wtyczkę zasilania z gniazdka, gdy urządzenie nie jest używane.
- Pył i wilgoć mogą uszkodzić izolację i doprowadzić do zwarcia i pożaru.
- ◆ Podczas konserwacji urządzenia, pamiętaj aby wtyczka była wyciągnięta z gniazdka.
- Zaniedbanie może doprowadzić do porażenia prądem i urazu.
- ◆ Jeśli urządzenie nie uruchamia się lub funkcjonuje w nieprawidłowy sposób, należy natychmiast zaprzestać użytkowania, wyciągnąć wtyczkę i skontaktować się z punktem serwisowym.
- Zaniedbanie może doprowadzić do porażenia prądem i urazu.
- ◆ Wyciągnij wtyczkę zasilania, jeśli nastąpi awaria prądu.
- Zaniedbanie może doprowadzić do wypadku i urazów w momencie wznowienia zasilania.

- ◆ Podczas wyciągania wtyczki, trzymaj za wtyczkę, nie za kabel.
 - Zaniedbanie może spowodować wypadek, urazy lub pożar.

Instrukcja podłączania do uziemionego

zasilania:

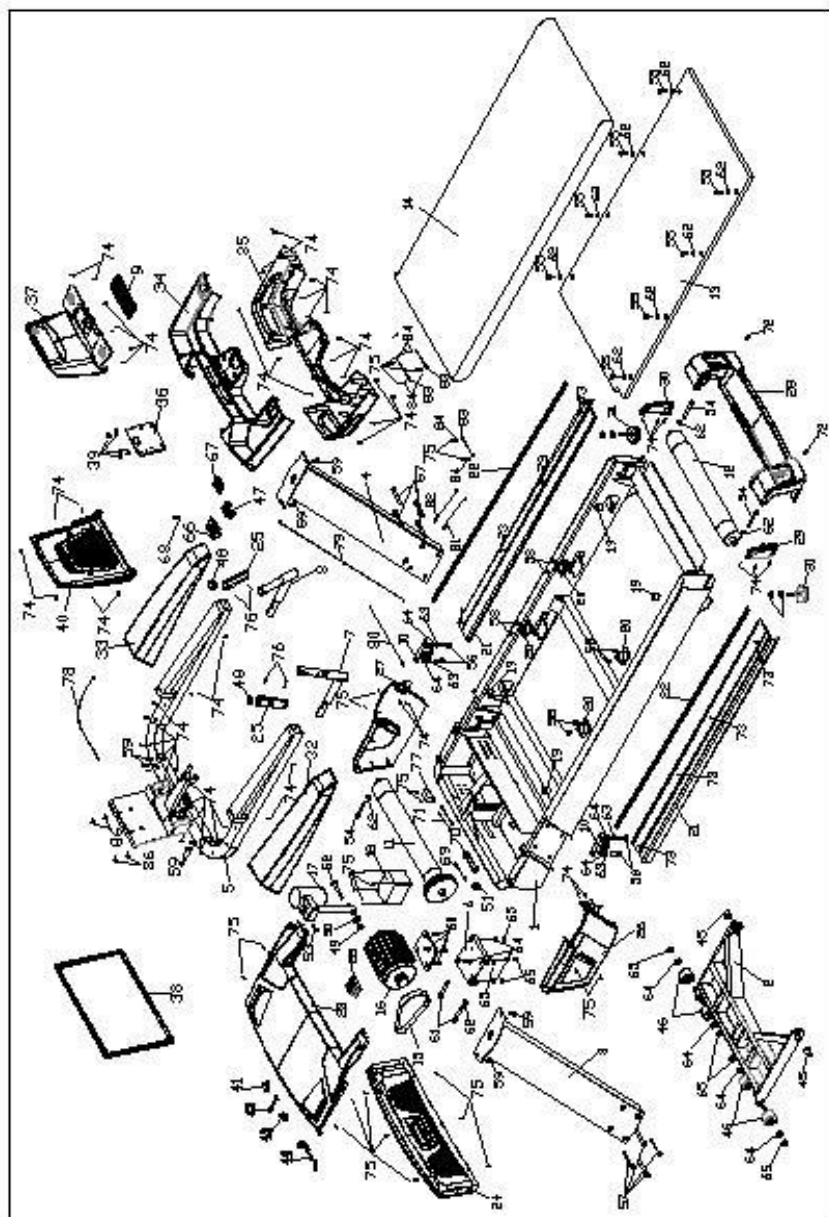
- ◆ Urządzenie musi mieć uziemione połączenie. Zapewnia ono kanał o najmniejszym oporze prądu – jeśli produkt działa nieprawidłowo, zmniejsza to prawdopodobieństwo porażenia prądem.
- ◆ Produkt wyposażony jest w przewód elektryczny do uziemionego przewodnika oraz w wtyczkę do zasilania uziemionego.

Wtyczka musi być podłączona do gniazdka z parametrami zgodnymi z lokalnymi regulacjami.

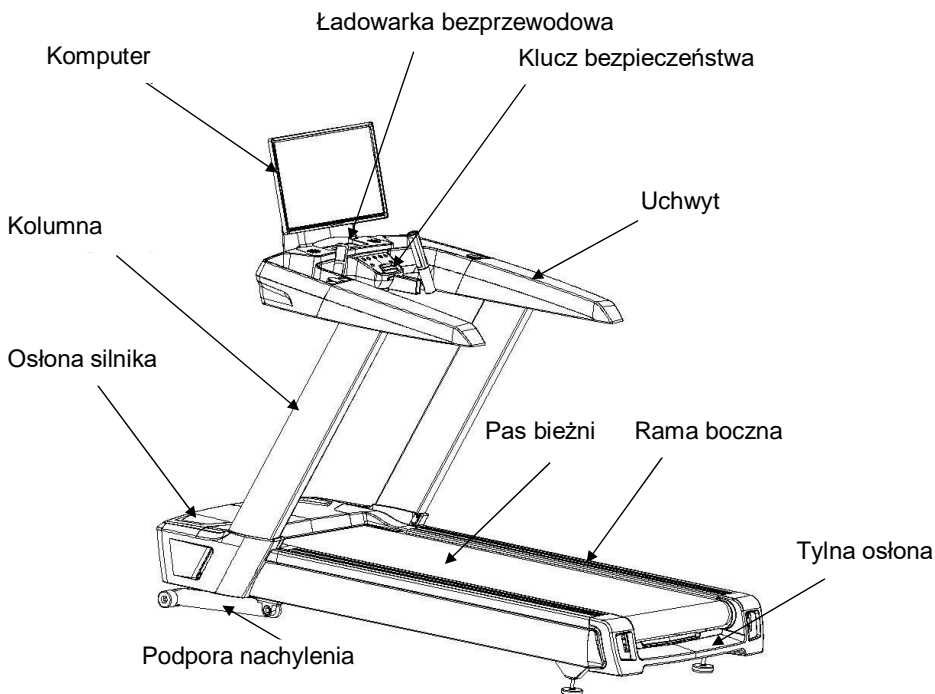
Niebezpieczeństwo!

- ◆ Nieprawidłowe połączenie z zasilaniem może doprowadzić do porażenia prądem. Jeśli nie jesteś pewny połączenia, zasięgnij opinii elektryka. Jeśli wtyczka zasilania nie jest kompatybilna z gniazdkiem, elektryk może zainstalować odpowiednie gniazdko.
- ◆ Produkt posiada wtyczkę uziemiającą. Potwierdź, że masz dopasowane gniazdko. Używanie przejściówek zasilania jest nieodzwolone.

Rysunek techniczny



Przegląd produktu

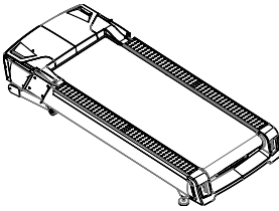


Informacje techniczne

Wymiary	Rozłożona: 2145*930*1680
Powierzchnia treningowa	1580*600
Prędkość	1.0–25.0km/h
Nachylenie	0-15%

Uwaga: ZASTRZEGAMY PRAWO DO MODYFIKACJI PRODUKTU BEZ WCZEŚNIEJSZEGO POWIADOMIENIA.

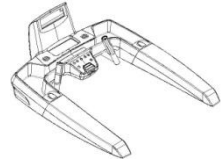
Zawartość kartonu



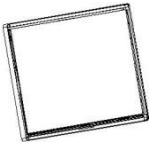
A. Rama główna



B. Kolumny L & R



C. Zespół komputera



D. Komputer



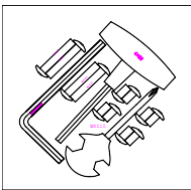
E. Tylna osłona komputera



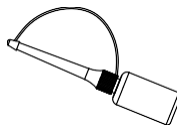
F. Osłona kolumny L



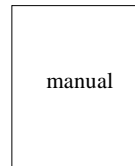
G. Osłona kolumny R



H. Zestaw śrub i narzędzi



I. Smar silikonowy



J. Instrukcja obsługi

Lista śrub i narzędzi



Wpuszczana śruba krzyżowa z dużą, płaską główką (samogwintująca) (ST4*16) 10szt.



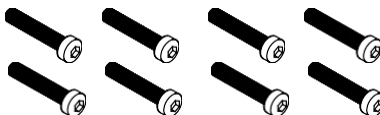
Wpuszczana śruba krzyżowa z dużą, płaską główką (pełny gwint) (ST4*16) 4szt.



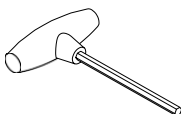
Sześciokątna śruba z dużą, płaską główką (pełny gwint) (M8*20) 4szt



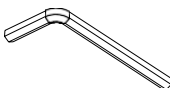
Sześciokątna śruba z dużą, płaską główką (pełny gwint) (M8*15) 4szt.



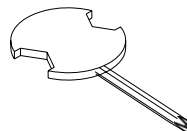
Sześciokątna śruba z cylindryczną główką (pełny gwint) (M8*80) 8szt.



Klucz w kształcie T 1szt.

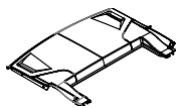


Klucz w kształcie L S6 1szt.

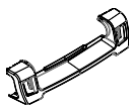


Śrubokręt 1szt.

Lista części głównych



Osłona silnika



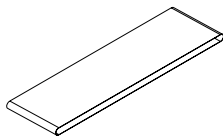
Tylna osłona



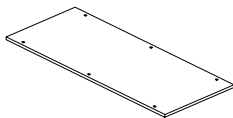
Pas silnika



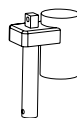
Silnik



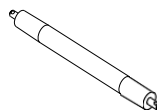
Pas bieżni



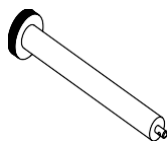
Pokład bieżni



Silnik pochylni



Tylna rolka

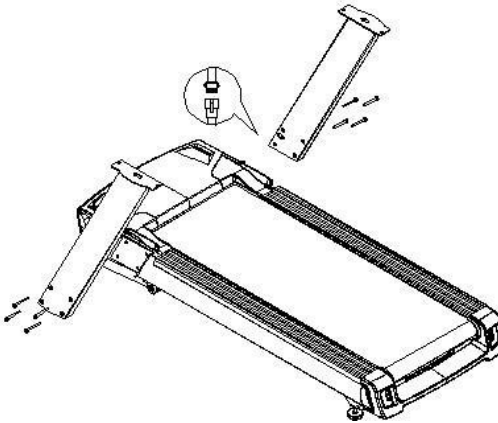


Przednia rolka

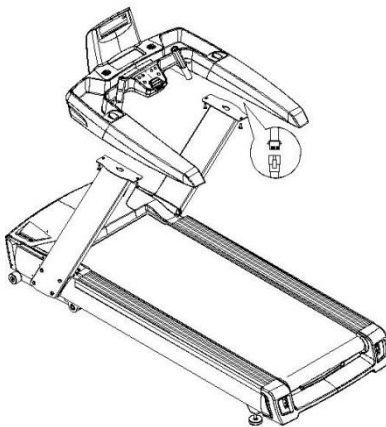


Rama boczna

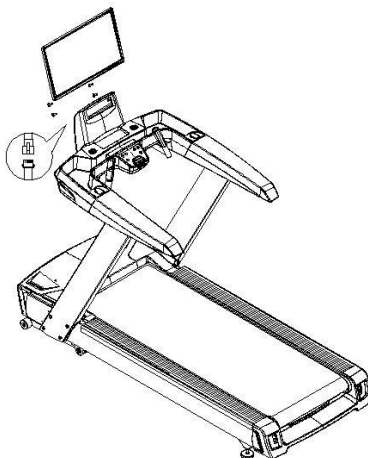
Kroki montażowe



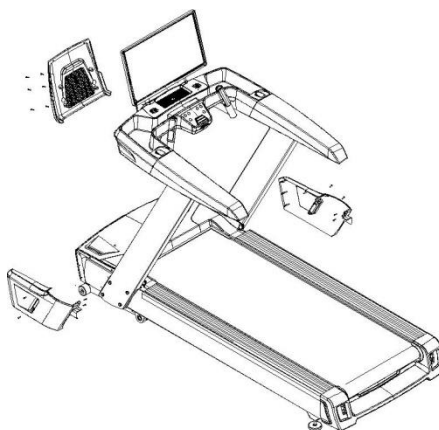
Krok 1: Wymij bieżnię z opakowania, umieść ją na płaskiej powierzchni, wsadź kolumny w rowki montażowe ramy głównej. Zablokuj je w pozycji, używając 4 szt. śrub M8 * 80 po każdej stronie. Podłącz kabel sygnałowy przed zainstalowaniem prawej kolumny (R).



Krok 2: Połącz kabel sygnałowy wewnątrz prawej kolumny (R) do zespołu komputera, umieść zespół komputera na kolumnach i zablokuj go w pozycji, używając 4szt. śrub M8*20.



Krok 3: Zamontuj komputer na kwadratowej tubie ramy komputera jak na rysunku powyżej. Przed włożeniem upewnij się, że kable są uporządkowane. Zablokuj w pozycji, używając 4 szt. śrub M8*15 i podłącz kabel połączeniowy.



Krok 4: Przymocuj lewą osłonę kolumny, używając 2 śrub M4*15, i 2 śrub ST4*15. Zainstaluj prawą osłonę kolumny w taki sam sposób jak lewą. Zamocuj tylną osłonę komputera, używając 4 szt. śrub ST4*15. Dokręć wszystkie śruby.

Ogólne wskazówki treningowe

1. Rozgrzewka

Nie wstrzymuj oddechu przed rozgrzewką i w jej trakcie.

2. Oddech

Zazwyczaj, gdy przygotowujesz się do wzięcia oddechu, wdychaj nosem i wydychaj ustami. Oddech i ruch powinny być skoordynowane, np. gdy oddychanie jest zbyt szybkie, ruch powinien zostać wstrzymany.

3. Częstotliwość

Jedna część mięśnia powinna odpoczywać 48 godzin, można ją więc trenować tylko co drugi dzień.

4. Obciążenie

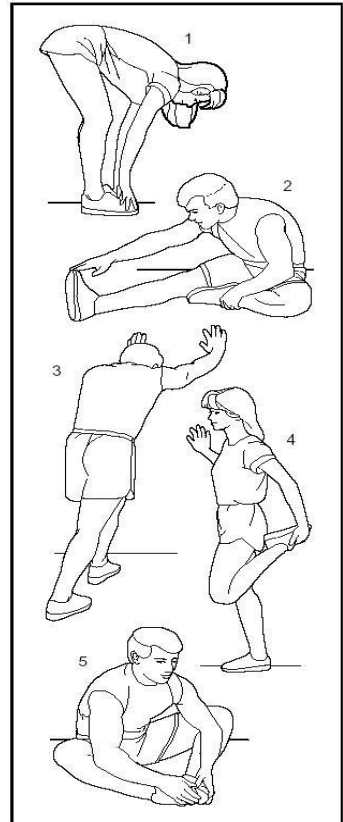
Zgodnie z indywidualną kondycją fizyczną, przede wszystkim trzeba określić optymalną ilość treningów. Zgodnie z zasadą asymptotycznego obciążenia ćwiczeniowego, ból mięśni po treningu jest normalnym zjawiskiem, który można wyeliminować dalszym, regularnym ćwiczeniem.

5. Odpężenie

Wykonuj 5 minut odpoczynku po każdym ćwiczeniu, szczególnie – rozciągaj i rozluźniaj mięśnie stopy, aby uniknąć długotrwałej kondensacji mięśni. Utrzymuj elastyczną dietę mięśniową.

6. Dieta

W celu ochrony układu pokarmowego, zaczynaj treningi nie wcześniej niż godzinę po ostatnim posiłku, spożywaj posiłki co najmniej pół godziny po treningu. Nie pij za dużo wody podczas ćwiczeń, aby nie zwiększać obciążenia serca i nerek.



Ćwiczenia rozciągające

Niezależnie od intensywności treningu, zawsze najlepiej najpierw wykonać ćwiczenia rozciągające. Wykonaj 5-10 minutową rozgrzewkę – rozgrzane mięśnie są mobilniejsze. Wykonaj każde ćwiczenie 5 razy, każdorazowo przez conajmniej 10 sekund. Wykonaj ćwiczenia ponownie po treningu.

1. Rozciąganie w dół

Ugnij kolana, ciało powoli wyginaj do przodu. Niech plecy i ramiona będą rozluźnione, a dłońmi staraj się dotknąć palców stóp przez 10~15 sekund, po czym rozluźnij się. Powtórz 3 razy (jak na rys. 1).

2. Rozciąganie ścięgien

Usiądź na poduszce i wyprostuj jedną nogę. Przełóż drugą nogę do środka tak, aby przylegała do wewnętrznej strony wyprostowanej nogi. Spróbuj dotknąć palcami rąk palce stóp przez 10~15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz 3 razy na każdą nogę (jak na rys.2).

3. Rozciąganie łydek i pięt

Podeprzyj się o ścianę czy drzewo obiema rękami, z jedną nogą z tyłu. Trzymaj ją w wyprostowanej pozycji z piętą na ziemi, pochylając się w kierunku ściany czy drzewa. Utrzymaj pozycję przez 10~15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz 3 razy na każdą nogę (jak na rys. 3).

4. Rozciąganie mięśnia czworogłowego

Złap równowagę trzymając się lewą ręką o stół, następnie wyciągnij prawą rękę o tyłu i złap nią za prawą kostkę. Powoli pociągnij ją w kierunku bioder, aż poczujesz, że mięśnie z przodu ud są napięte. Utrzymaj pozycję przez 10~15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz 3 razy na każdą nogę (jak na rys. 4).

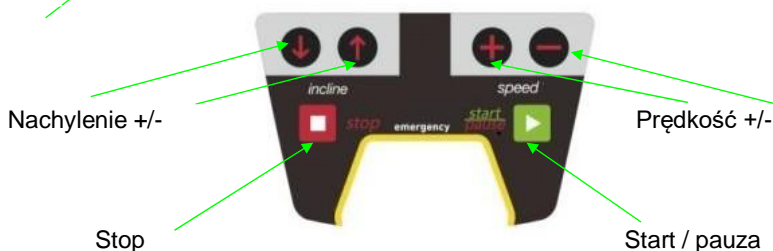
5. Rozciąganie mięśnia krawieckiego (wewnątrz uda)

Usiądź na ziemi, kierując spody stóp ku sobie, żeby się stykały. Chwyć stopy obiema rękami i pociągnij je w kierunku pachwiny. Utrzymaj pozycję przez 10~15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz 3 razy (jak na rys. 5).

Instrukcje obsługi komputera



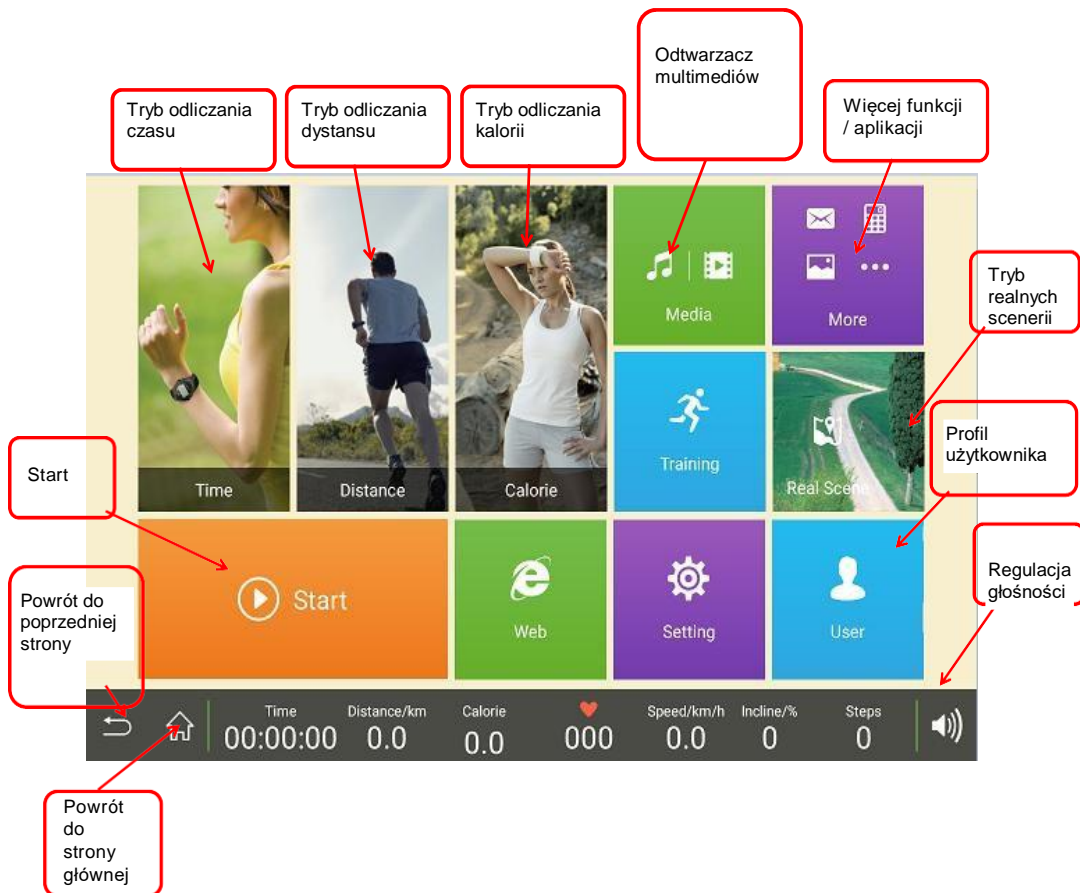
23.8" TFT



Opis funkcji komputera

- 1) P01 jest manualnym programem użytkownika, P01-P36 są programami domyślnymi, 3 programy użytkownika, program FAT (pomiaru tkanki tłuszczowej)
- 2) Wyświetlacz 23.8" TFT, 6 przycisków
- 3) Funkcja konwersji jednostek prędkości i dystansu;
- 4) Zakres prędkości: 1.0~25.0KM/H,
- 5) Zakres nachylenia: 0-15 poziomów;
- 6) Zabezpieczenia: przed przeciążeniem, nadprądowe, przeciw wstrząsom, przed nadmierną prędkością, przed zakłóceniami elektromagnetycznymi i inne;
- 7) Funkcja auto-testu systemu, wyświetlania informacji o błędach;
- 8) Funkcja niestandardowych ustawień użytkownika;

Strona główna



- Okno **"DISTANCE"**: Wyświetla wartość dystansu;
- Okno **"CALORIES"** Wyświetla czas i wartość spalonych kalorii;
- Okno **"TIME"**: Wyświetla czas;
- Okno **"INCLINE"**: Wyświetla poziom nachylenia;
- Okno **"PULSE"**: Wyświetla wartość pulsu;
- Okno **"SPEED"**: Wyświetla wartość prędkości

2

Rozpoczynanie treningu



“START”: przycisk start/pauza. W trybie czuwania, uruchamia bieżnię.; Podczas treningu wstrzymuje pracę bieżni;

“STOP”: Stop/reset. Podczas treningu, naciśnij przycisk STOP, żeby powoli zatrzymać bieżnię / Przy wyświetleniu się komunikatu błędu, naciśnięcie spowoduje wyjście z tego ekranu.

Przycisk "+" : zwiększanie prędkości;

Przycisk "-" : zmniejszanie prędkości;

Przycisk "▲" : zwiększanie nachylenia ;

Przycisk "▼" : zmniejszanie nachylenia;

Klucz bezpieczeństwa :

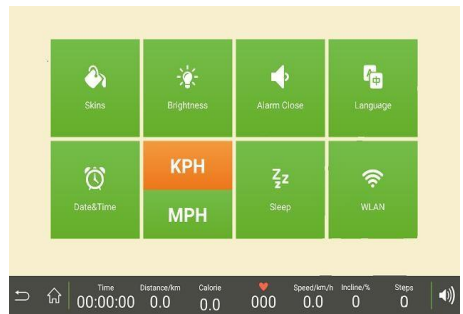
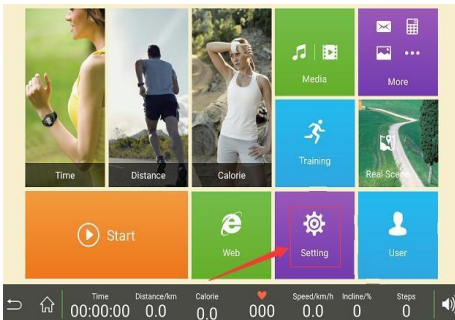
Klucz bezpieczeństwa składa się z przełącznika dotykowego, klipsa do ubrania i nylonowej linki. W dowolnym momencie, zdjęcie klucza bezpieczeństwa zatrzyma bieżnię. Przyciski klawiatury zostaną zablokowane, a na ekranie wyświetlony zostanie komunikat "E-07", wraz z odtworzeniem sygnału dźwiękowego. Po założeniu klucza bezpieczeństwa, ekran podświetli się na 2 sekundy, a następnie przejdzie do domyślnego stanu systemu.

Instrukcje obsługi odtwarzacza MP3:

Wbudowane głośniki stereo, zasilacz z regulacją napięcia. W zestawie kabel adaptera audio. Po podłączeniu urządzenia mobilnego poprzez kabel audio, możliwe odtwarzanie muzyki.

Ustawienia jednostki miary:

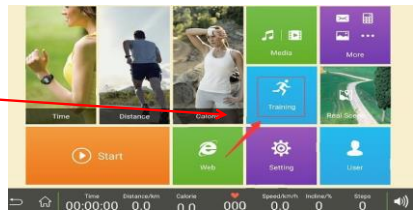
1. Naciśnij ikonę "Setting" na stronie głównej;
2. KPH oznacza system metryczny; "MPH" oznacza system imperialny; kafelek podświetlony na pomarańczowo oznacza wybraną jednostkę.



Program użytkownika

- a) Dostępnych jest 6 trybów USER (użytkownika): USER1~USER6, w tym trybie, użytkownik może stworzyć swój własny, niestandardowy program treningowy (rys. 1);
- b) Naciśnij ikonę Training na stronie głównej i naciśnij Customization, aby przejść do ustawień programów USER1 - USER6 (rys. 2).
- c) Przejdź do trybu użytkownika (rys. 3), i ustaw parametry 10-segmentów treningu (przesuwając palcem po ekranie). Po zakończeniu ustawień, naciśnij "OK", aby przejść do ustawienia czasu (domyślna wartość – 30 minut), po zatwierdzeniu wyborów, trening rozpocznie się. Parametry treningowe użytkownika zostaną zapisane nawet po wyłączeniu bieżni.

(Rysunek 1) : Naciśnij "Training"
na stronie głównej



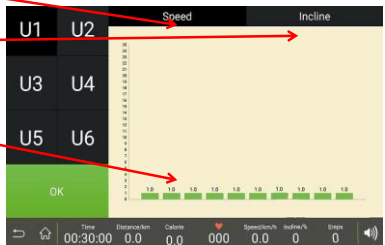
(Rysunek 2) : Naciśnij "Customization"



(Rysunek 3) Wykres Speed: Zielony

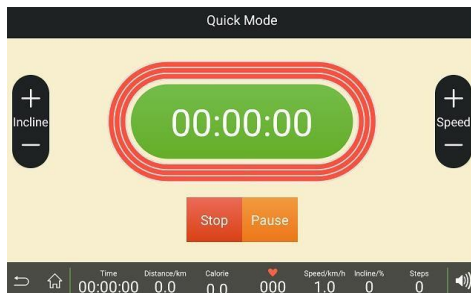
Wykres INCLINE: Czerwony

Przesuwaj palcem bezpośrednio po wykresie, aby
Zmieniać szybkość oraz nachylenie.



Przewodnik użytkownika:

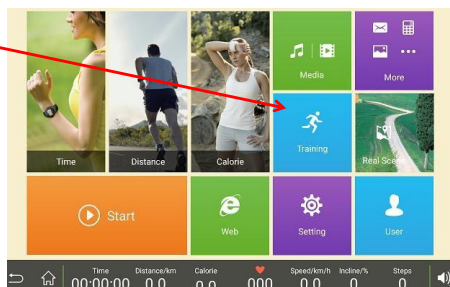
- Włóż wtyczkę przewodu zasilania do gniazda elektrycznego 15 A z uziemieniem, włącz przełącznik zasilania, wówczas wyświetlacz komputera podświetli się i zostanie odtworzony sygnał dźwiękowy;
- Przypnij klucz bezpieczeństwa do ubrania za pomocą klipsu. W razie potrzeby, wyciągnięcie go zatrzyma pracę bieżni;
- "P0" to niestandardowy program użytkownika. Domyślne wartości: prędkość 1.0KM/H, nachylenie 0%.



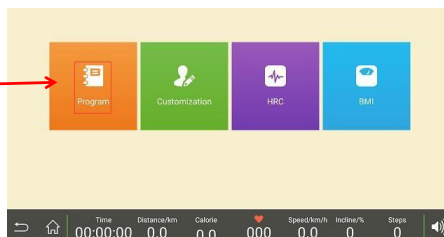
- a) Tryb treningowy 1: naliczanie czasu, dystansu i spalonych kalorii;
- b) Tryb treningowy 2: odliczanie czasu: podczas ustawień trybu, okno czasu miga, naciskaj przyciski "+" i "-" aby modyfikować wartość, zakres ustawień: 5-99, domyślna wartość: 30:00;
- c) Tryb treningowy 3: Odliczanie dystansu: podczas ustawień trybu, okno dystansu miga, naciskaj przyciski "+" i "-" aby modyfikować wartość, zakres ustawień: 1.0-99.0KM, domyślna wartość: 1.0KM;
- d) Tryb treningowy 4: Odliczanie spalonych kalorii: podczas ustawień trybu, okno kalorii miga, naciskaj przyciski "+" i "-" aby modyfikować wartość, zakres ustawień: 20-9990 CAL, domyślna wartość: 50CAL;
- e) " P 1 - P 36 " to domyślne, interwałowe programy treningowe (odliczanie czasu). Naciskaj przyciski "+" i "-" aby modyfikować wartości, zakres ustawień: 5-99 MIN, domyślna wartość: 30:00;

Rysunek 1:

Na stronie głównej, naciśnij ikonę Training, aby przejść do ekranu wyboru programu



Rysunek 2: Wybierz "Program", aby wybrać jeden z domyślnych programów treningowych;

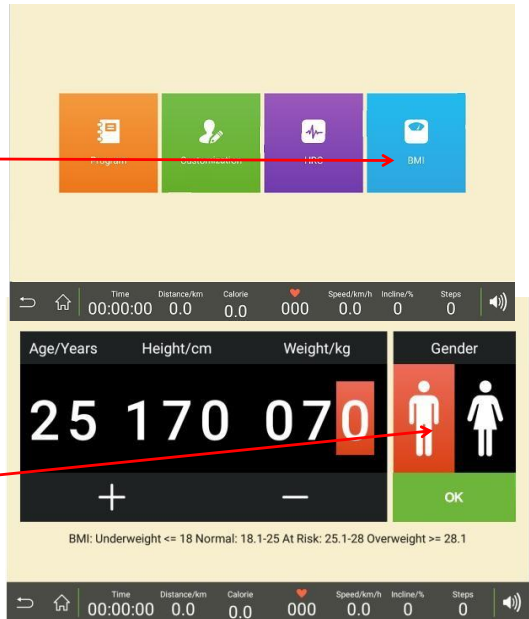


Rysunek 3: Programy domyślne: "Warm-up (rozgrzewka), Cardio, weight loss (zmniejszanie wagi). 6 trybów sportowych, zdrowotny, wspinaczka górską, profesjonalny, Opcjonalne zmiany intensywności treningu (każdy tryb ma ustaloną, niezmienną długość trwania);



- a) Podczas treningu, naciskaj przyciski "+" i "-" aby modyfikować prędkość treningu;
- b) Programy P1-P36, podzielone są na 10 segmentów, każdy mający inne ustawienia prędkości i nachylenia. Każdy segment trwa tyle samo czasu, długość uzależniona jest od całkowitego czasu trwania programu. Ręczne ustawienia prędkości i nachylenia w trakcie trwania segmentu ważne są do zakończenia danego segmentu. Przed przejściem do następnego segmentu, odtworzone zostaną trzy sygnały dźwiękowe. Program kończy się po przejściu przez wszystkie 10 segmentów,
- c) W trakcie treningu, naciśnij "START", aby wstrzymać pracę bieżni. Naciśnij ponownie "START", aby wznowić trening. W trakcie paury, wszystkie dane treningowe zostają zachowane w stanie sprzed paury (dane treningowe zostają wymazane po przejściu urządzenia do trybu uśpienia);
- d) W trakcie treningu, naciśnij "STOP", aby stopniowo zatrzymać pracę bieżni, wówczas ustawienia treningowe zostaną zresetowane;
- e) Naciskaj "▲" "▼", aby modyfikować poziom nachylenia w trakcie treningu;
- f) W dowolnym momencie, zdjęcie klucza bezpieczeństwa spowoduje zatrzymanie bieżni, na ekranie wyświetli się komunikat "E07- Safety lock off" i odtworzony zostanie sygnał dźwiękowy.;
- g) Elektryczny system bieżni stale monitoruje stan urządzenia pod kątem bezpieczeństwa. W przypadku wykrycia nieprawidłowości, praca bieżni zostanie wstrzymana, odtworzony zostanie sygnał dźwiękowy, a na ekranie wyświetli się kod błędu;
- h) Jeśli na ekranie wyświetla się kod błędu, naciśnij "STOP", aby powrócić do poprzedniego ekranu;
- i) Pomiar tkanki tłuszczowej: naciśnij "Training", i wybierz program pomiaru wskaźnika BMI, naciskaj przyciski "+" i "-", aby modyfikować wyświetlane parametry.

Na stronie głównej wybierz
"Training", a następnie "BMI"



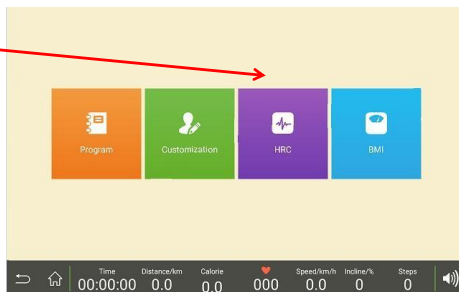
Ustaw wartości dla Age (wieku),
Height (wzrostu), weight (wagi) oraz
Gender (płci) (na pomarańczowo
podświetlany jest aktualny wybór),
naciśnij OK, następnie połóż dłonie na
czujnikach pulsu. Po 5-8 sekundach
wyświetli się wynik pomiaru.

- Gender : wybór płci; ikona po lewej – płć męska, ikona po prawej – żeńska. Domyślnie ustawiona jest płć męska;
- Age/Years : wiek użytkownika; zakres ustawień: 1 do 99 lat. Domyślna wartość: 25 lat
- Height/cm : wzrost użytkownika w centymetrach; zakres ustawień: 100-220CM. Domyślna wartość: 170CM.
- Weight/kg: waga użytkownika w kilogramach; zakres ustawień: 20-150KG. Domyślna wartość: 70KG.
- BMI: Po wprowadzeniu i potwierdzeniu powyższych danych, naciśnij „confirm”, aby przejść do pomiaru tkanki tłuszczowej. Połóż obie dłonie na lewym i prawym uchwycie z czujnikami pulsu, po 8 sekundach na ekranie wyświetli się wynik pomiaru (BMI) użytkownika; wg azjatyckich standardów wynik poniżej 18 oznacza szczupłą sylwetkę, wynik między 18 a 24 oznacza optymalną sylwetkę, między 25 a 28 oznacza nadwagę, wynik powyżej 29 oznacza otyłość (dane te nie powinny służyć celom medycznym). Domyślna wartość: 24

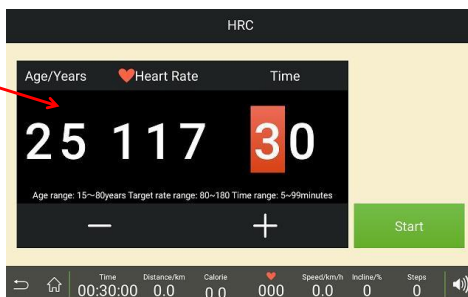
Program HRC (kontrola pulsu):

- 1) Maksymalna prędkość trybu HRC wynosi 13 km/h.
- 2) Naciskaj "+" i "-", aby modyfikować parametry trybu HRC.

Na stronie głównej, naciśnij **"Training"** i wybierz "HRC".



Ustaw wiek użytkownika, docelową wartość pulsu oraz czas treningu. Naciśnij Start, aby rozpocząć trening.



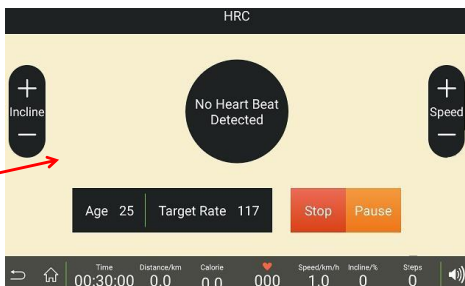
A: Zakres ustawień wieku: 15-80 lat, domyślną wartością jest 25 lat

B: Domyślna wartość docelowa pulsu (THR) : $(220 - \text{wiek}) * 0.6$

C: Wartość docelowa pulsu może być modyfikowana, zakres ustawień: 80-180

D: Domyślna wartość czasu treningu: 30 minut. Zakres ustawień: 5 - 99 minut.

Interfejs trybu HRC



a) Zależności zmian prędkości;

A: Częstotliwość: program HRC mierzy wartość pulsu co 30 sekund (wartość pulsu jest stale wyświetlana).

B: Jeśli aktualna wartość pulsu użytkownika jest o 30 uderzeń/min niższa od docelowej wartości pulsu, prędkość treningu zwiększy się o 2.0 km/h.

C: Jeśli aktualna wartość pulsu użytkownika jest o 6-29 uderzeń /min niższa od docelowej wartości pulsu, prędkość treningu zwiększy się o 1.0 km/h.

D: Jeśli aktualna wartość pulsu użytkownika jest o 30 uderzeń/min wyższa od docelowej wartości pulsu, prędkość treningu zmniejszy się o 2.0 km/h.

E: Jeśli aktualna wartość pulsu użytkownika jest o 6-29 uderzeń/min wyższa od docelowej wartości pulsu, prędkość treningu zmniejszy się o 1.0 km/h.

G: Jeśli aktualna wartość pulsu użytkownika jest o 0-5 uderzeń/min wyższa lub niższa od docelowej wartości pulsu, prędkość treningu nie zmieni się.

b) W następujących wypadkach, bieżnia zminimalizuje prędkość pracy w ciągu 20 sekund , będzie pracować z najniższą prędkością przez 15 sekund po czym zatrzyma się, wraz z odtwarzaniem co jedną sekundę sygnałem dźwiękowym;

A: Jeśli puls nie zostanie wykryty dwa pomiary z rzędu.

B: Aktualna wartość pulsu powoduje spadek prędkości do 1 km/h (0.6 MPH).

C: Jeśli aktualny puls użytkownika przekracza (220 - wiek).

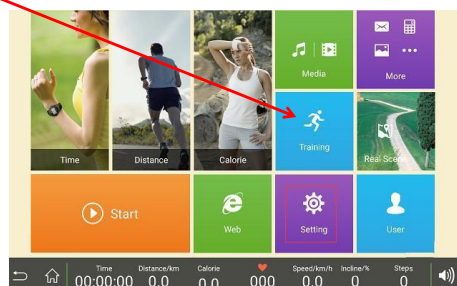
Prędkość bieżni nie może spaść poniżej 1 km/h (0.6 MPH): jeśli bieżnia działa z prędkością 1.6 km/h (1.0 MPH), spadki prędkości spowodowane aktualną wartością pulsu nie będą ważne.

Poziom nachylenia jest niezależny od aktualnej wartości pulsu użytkownika i może być ustawiany ręcznie. Zmiany prędkości zależne od aktualnego pulsu użytkownika zaczynają działać 1 minutę po rozpoczęciu treningu.

Funkcja ERP (uśpienia):

1) Domyślnie, funkcja oszczędzania energii jest włączona. Jeśli przez 4,5 minuty nie zostanie wykryta żadna aktywność, urządzenie przejdzie w tryb hibernacji. Naciśnij dowolny przycisk, aby wzbudzić urządzenie.

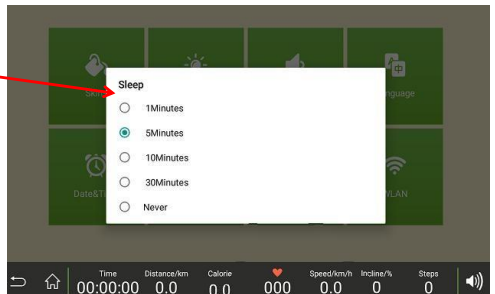
2) Ustawienia trybu uśpienia: na stronie głównej naciśnij „Settings”.



Wybierz "Sleep"



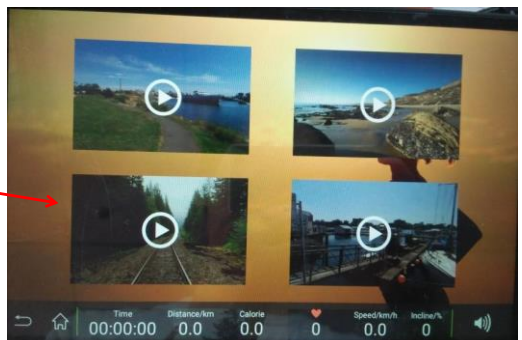
Zakres ustawień :
Przejsie do trybu
uspiania po 1 minucie
bezczynności;
po 4,5 minuty;
po 10 minutach;
po 30 minutach;
Never (nigdy);
Domylna wartosc:
4,5 minuty



Tryb Real Scene (realnych scenerii)

6 klipów realnych scenerii do wyboru, animacja zmienia się w zależności od prędkości treningu.

Klipy zapętlają się;
Na stronie głównej, wybierz "Real Scene", aby przejść do trybu.



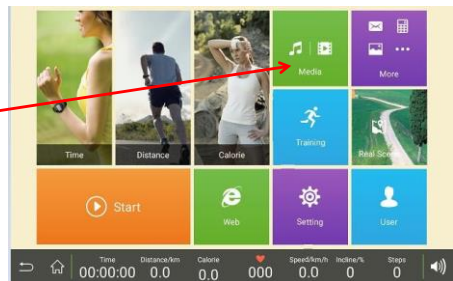
Wybierz pożądaną scenę i naciśnij Start. Po 5 sekundach, przyciski ustawiania prędkości oraz nachylenia po lewej i prawej stronie znikną. Naciśnij ekran dotykowy, aby ponownie wywołać przyciski.



Jeśli przez 5 sekund nie będzie żadnych operacji na ekranie, przyciski ustawień automatycznie znikną.



Funkcja multimedii;
Na stronie głównej wybierz "Media".

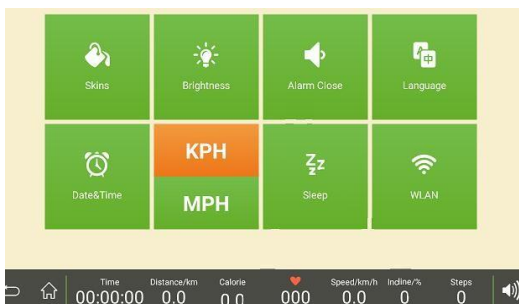


Wybierz typ mediów, który chcesz odtworzyć.



Ustawienia:

Poniżej pokazane są dodatkowe funkcje systemowe:

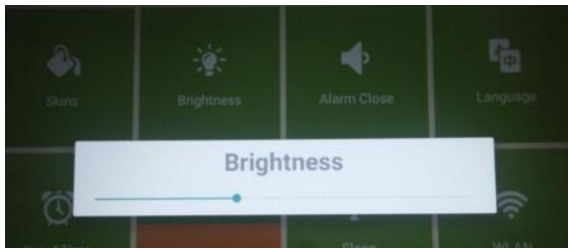


“Skins” – pozwala na wybór niestandardowego tła systemu;
Przesuwaj w lewo/prawo, aby wybrać tło;

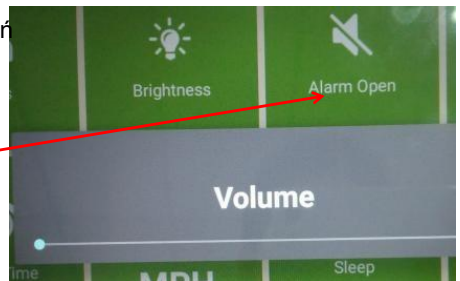


“Bright ness” – jasność wyświetlacza;

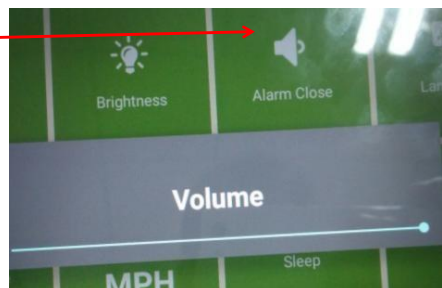
Przesuń suwak w lewo, aby zmniejszyć jasność wyświetlacza, w prawo, aby ją zwiększyć.



“Alarm” - wyciszenie/odcisanie powiadomień
Przekreślona ikona głośnika oznacza wyciszone sygnaly dźwiękowe. Kliknij ikonę głośnika w prawym, dolnym rogu, aby dostosować głośność systemu.



Nieprzekreślona ikona
oznacza włączone
powiadomienia
dźwiękowe.

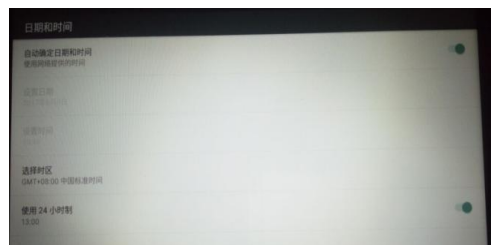
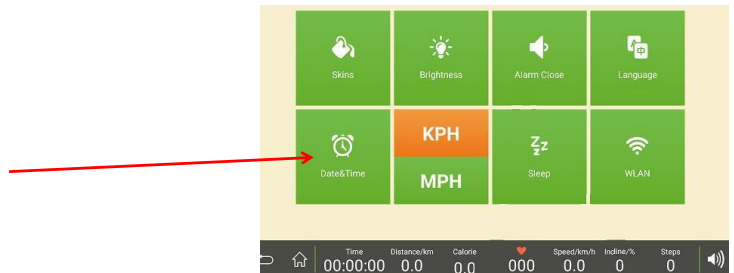


“Language ” - język: Dostępne są trzy języki: angielski, chiński i francuski.

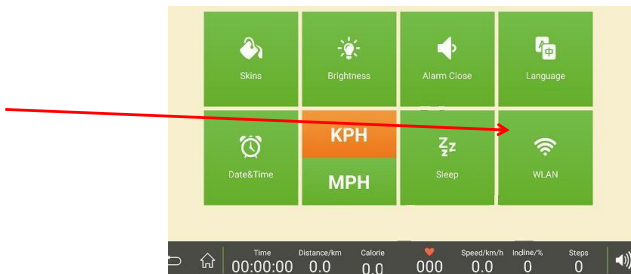


Date/time – ustawienia daty/godziny; Data i godzina może być ustawiona automatycznie poprzez sieć lub ręcznie.

Domyślnie, czas jest ustawiany automatycznie przez sieć. Dostępne są formaty 24 lub 12 godzinne.



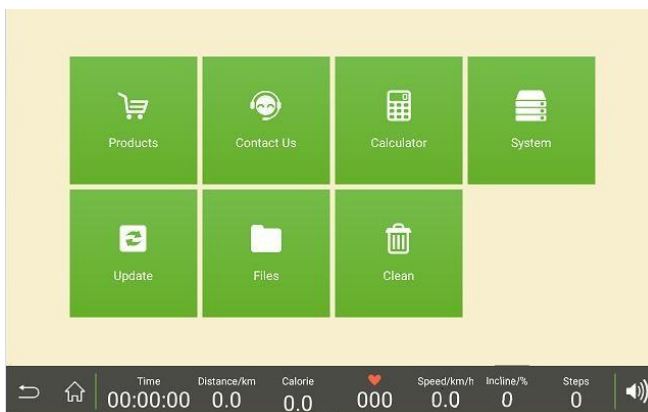
Ustawienia sieci bezprzewodowej "WLAN"; system wyszuka dostępne, lokalne sieci bezprzewodowe



Po ustanowieniu połączenia z siecią, naciśnij przycisk „wstecz” lub „HOME”, aby powrócić do strony głównej.

Dodatkowe funkcje:

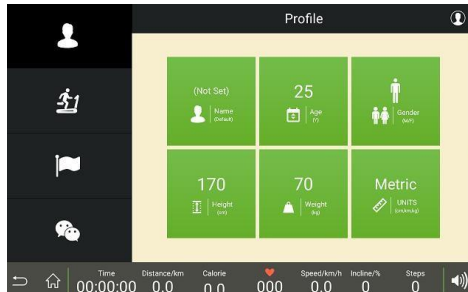
Informacje o wersji systemu, kalkulator, aktualizacja systemu, czyszczenie systemu i inne:



- 1) „Products” – przekierowanie do strony internetowej producenta, gdzie można znaleźć podobne produkty sportowe;
- 2) "Contact Us" : kontakt z producentem urządzenia
- 3) "Calculator" : kalkulator;
- 4) "System" – informacje o systemie: wyświetlanie wersji oprogramowania systemu oraz parametry techniczne urządzenia;
- 5) "Update" - sprawdzanie dostępności aktualizacji oprogramowania systemu: aktualizacje systemowe pobierane i instalowane są automatycznie, jednakże, jeśli z jakiegoś powodu oprogramowanie systemu nie zostanie zaktualizowane, możliwa jest ręczna instalacja.
- 6) "Files" – menedżer plików: instalowanie innych aplikacji, informacje o plikach i pamięci systemu;
- 7) "Clean" – czyszczenie systemu: ręczne czyszczenie plików tymczasowych cache;

Zarządzanie profilami użytkownika

1) "Profile" informacje użytkownika: tutaj możesz ustawić nickname (pseudonim), age (wiek), gender (płeć), height (wzrost) oraz weight (waga) użytkownika, jak i przełączać między wyświetlaniem systemu metrycznego lub imperialnego;



2) "Device" - urządzenie: tutaj możesz wyświetlić informacje takie jak: całkowity czas spędzony na treningach, całkowita przebyta odległość, całkowita wartość spalonych kalorii, ilość odbytych treningów, średnia prędkość treningu oraz data i godzina ostatniego odbytego treningu.



3) "Workout Records" - zapisy treningów : szczegółowe informacje o odbytych treningach;



Wykres prędkości i nachylenia programów treningowych P01-P36:

Klasa	Prog	Seg									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Pręđ	3.0	4.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	3.0
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P2	Pręđ	3.5	4.5	5.5	5.5	5.5	5.5	5.5	5.5	5.5	3.5
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P3	Pręđ	4.0	5.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	4.0
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P4	Pręđ	4.5	5.5	6.5	6.5	6.5	6.5	6.5	6.5	6.5	4.5
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P5	Pręđ	5.0	6.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	5.0
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P6	Pręđ	5.5	6.0	6.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	5.5
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P7	Pręđ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Nach	3	4	5	4	5	4	5	4	5	2
P8	Pręđ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Nach	4	5	6	5	6	5	6	5	6	3
P9	Pręđ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Nach	5	6	7	6	7	6	7	6	7	4
P10	Pręđ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Nach	6	7	8	7	8	7	8	7	8	5
P11	Pręđ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Nach	7	8	9	8	9	8	9	8	9	6
P12	Pręđ	5.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	7.0	6.0	4.0
	Nach	8	9	10	9	10	9	10	9	10	7
P13	Pręđ	6.0	8.0	9.0	8.0	9.0	8.0	9.0	8.0	9.0	3.0
	Nach	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P14	Pręđ	7.0	9.0	10.0	9.0	10.0	9.0	10.0	9.0	10.0	4.0
	Nach	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P15	Pręđ	8.0	10.0	11.0	10.0	11.0	10.0	11.0	10.0	11.0	5.0
	Nach	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P16	Pręđ	9.0	11.0	12.0	11.0	12.0	11.0	12.0	11.0	12.0	6.0
	Nach	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P17	Pręđ	10.0	12.0	13.0	12.0	13.0	12.0	13.0	12.0	13.0	7.0
	Nach	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P18	Pręđ	11.0	13.0	14.0	13.0	14.0	13.0	14.0	13.0	14.0	8.0
	Nach	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P19	Pręđ	3.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	6.0	3.0
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P20	Pręđ	4.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	7.0	4.0
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

P2 1	Pręđ	5.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	8.0	5.0
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P2 2	Pręđ	6.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	9.0	6.0
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P2 3	Pręđ	7.0	11.0	11.0	11.0	11.0	11.0	11.0	11.0	10.0	7.0
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P2 4	Pręđ	8.0	12.0	12.0	12.0	12.0	12.0	12.0	12.0	11.0	8.0
	Nach	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P2 5	Pręđ	4.0	7.0	5.0	7.0	5.0	7.0	5.0	7.0	5.0	3.0
	Nach	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P2 6	Pręđ	4.5	7.5	5.5	7.5	5.5	7.5	5.5	7.5	5.5	3.5
	Nach	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P2 7	Pręđ	5.0	8.0	6.0	8.0	6.0	8.0	6.0	8.0	6.0	4.0
	Nach	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P2 8	Pręđ	5.5	8.5	6.5	8.5	6.5	8.5	6.5	8.5	6.5	4.5
	Nach	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P2 9	Pręđ	6.0	9.0	7.0	9.0	7.0	9.0	7.0	9.0	7.0	5.0
	Nach	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P3 0	Pręđ	6.5	9.5	7.5	9.5	7.5	9.5	7.5	9.5	7.5	5.5
	Nach	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P3 1	Pręđ	8.0	12.0	10.0	12.0	10.0	12.0	10.0	12.0	10.0	5.0
	Nach	3	6	3	6	3	6	3	6	3	0
P3 2	Pręđ	9.0	13.0	11.0	13.0	11.0	13.0	11.0	13.0	11.0	6.0
	Nach	4	7	4	7	4	7	4	7	4	1
P3 3	Pręđ	10.0	14.0	12.0	14.0	12.0	14.0	12.0	14.0	12.0	7.0
	Nach	5	8	5	8	5	8	5	8	5	2
P3 4	Pręđ	11.0	15.0	13.0	15.0	13.0	15.0	13.0	15.0	13.0	8.0
	Nach	6	9	6	9	6	9	6	9	6	3
P3 5	Pręđ	12.0	17.0	14.0	17.0	14.0	17.0	14.0	17.0	14.0	9.0
	Nach	7	10	7	10	7	10	7	10	7	4
P3 6	Pręđ	13.0	16.0	14.0	16.0	14.0	16.0	14.0	16.0	14.0	9.0
	Nach	8	11	8	11	8	11	8	11	8	5

Najczęstsze usterki i ich rozwiązania:

Problem i kod błędu	Możliwa przyczyna	Rozwiązanie
System nie działa	A.Brak zasilania spowodowany nie podłączeniem urządzenia do źródła zasilania lub nie włączeniem przełącznika zasilania	Podłącz urządzenie do prądu i/lub włącz przełącznik zasilania do pozycji „ON”
	B. Klucz bezpieczeństwa nie jest założony	Założenie klucza bezpieczeństwa lub jego wymiana
	C. Transformator nie jest włożony w poprawne miejsce bądź jest uszkodzony	Sprawdź, czy transformator jest poprawnie włożony lub wymień go.
	D. Przerwanie obwodu	Sprawdź stan wejść i wyjść systemu oraz przewodu komunikacyjnego
Nagle zatrzymanie w normalnych warunkach	A. Klucz bezpieczeństwa nie jest założony	Założenie klucza bezpieczeństwa lub jego wymiana
	B. System jest uszkodzony	Kontakt z serwisem technicznym
Przyciski nie funkcjonują poprawnie	A.Przyciski są uszkodzone	Wymień uszkodzone przyciski
	B. Przewód silnika nie jest podłączony do sterownika lub jest uszkodzony	Sprawdź połączenia sterownika lub wymień go
E01	A.Przewód komunikacyjny nie jest poprawnie podłączony	Sprawdź połączenie przewodu komunikacyjnego oraz stan portu lub wymień przewód komunikacyjny
	B. Komputer jest uszkodzony	Wymień komputer
	C. Falownik jest uszkodzony	Wymień falownik
E7	Nie wykryto sygnału klucza bezpieczeństwa	1.Sprawdź, czy klucz bezpieczeństwa znajduje się na odpowiednim miejscu; 2. Załóż ponownie klucz bezpieczeństwa; 3. Wymień komputer

Sygnał pulsu nie jest wykrywany	A. Przewód czujnika pulsu jest uszkodzony lub niepoprawnie podłączony	Sprawdź połączenie przewodu czujnika pulsu lub wymień go
	B. Uszkodzony przewód systemu komputera	Wymień komputer
Wyświetlacz nie działa lub pokazuje niekompletne informacje	A. Wyświetlacz jest uszkodzony	Wymień komputer
	B. Awaria systemu	Wymień komputer
EO1	Niskie napięcie falownika	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E02	Anomalia czujnika temperatury	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E04	Zadziałanie bezpiecznika nadprądowego wyjścia falownika	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E06	Zadziałanie bezpiecznika przeciwprzepięciowego falownika	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E08	Wyciek z silnika lub utrata fazy	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E09	Zadziałanie bezpiecznika przed przegrzaniem falownika	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E21	Błąd program Flash	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E22	Błąd pamięci EEPROM	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E23	Niskie napięcie	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E25	Zatrzymanie awaryjne	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E0A	Zadziałanie bezpiecznika przed przeciążeniem silnika	Wymień silnik lub falownik
E0B	Zadziałanie bezpiecznika przed przeciążeniem falownika	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym
E0C	Przeciążenie systemu	Wymień falownik lub skontaktuj się z serwisem technicznym

PRZEMIESZCZANIE BIEŻNI

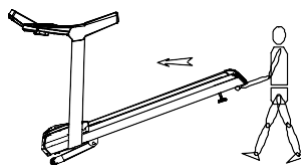
Podczas przemieszczania bieżni, upewnij się, że:

A: Pokład bieżni jest obniżony do

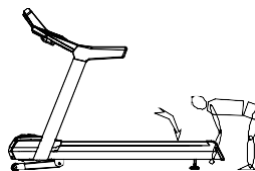
najniższej pozycji

B: Przełącznik zasilania jest wyłączony

C: Przewód zasilania jest odłączony od gniazdka



Po sprawdzeniu powyższych punktów, chwyć za koniec bieżni obiema rękami i podnieś pokład bieżni do góry. W ten sposób, możesz przesuwać urządzenie w dowolnym kierunku. Powoli przemieszczaj bieżnię i opuść ją ostrożnie w miejscu docelowym

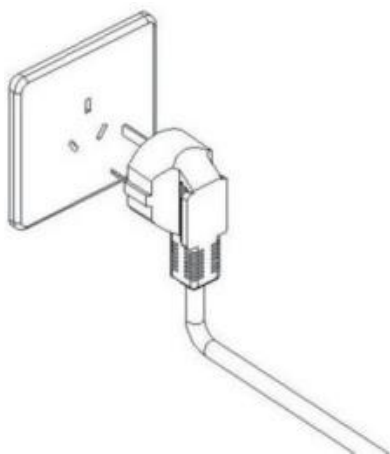


Instrukcje zasilania

Urządzenie musi być uziemione. Jeśli bieżnia ulegnie awarii lub uszkodzeniu, przewód uziemiający tworzy obwód o najniższym oporze, a prąd jest prowadzony ziemią, co zmniejsza ryzyko porażenia prądem. Urządzenie dostarczane jest z kablem, który ma przewodnik oraz wtyczkę uziemiającą.

Wtyczka ta musi być podłączona do gniazdka, która spełnia regulacyjne standardy instalacji i uziemiania urządzeń elektrycznych.

Uwaga! Nieprawidłowe połączenie przewodu uziemiającego urządzenia może doprowadzić do porażenia prądem. Prosimy skonsultować się z elektrykiem lub pracownikiem serwisu, jeśli nie wiesz, czy urządzenie jest odpowiednio uziemione. Nie zmieniaj wtyczki dostarczonej z tym produktem. Jeśli wtyczka nie pasuje do gniazdka, poproś elektryka o zainstalowanie odpowiedniego gniazdka.



INSTRUKCJE UŻYTKOWANIA PRODUKTU

A: Włącz zasilanie, rozłóż bieżnię do najniższej pozycji i sprawdź, czy funkcjonuje prawidłowo.

B: Przypnij klucz bezpieczeństwa do ubrania.

C: Przed rozpoczęciem treningu, sprawdź, czy bieżnia jest stabilna i działa poprawnie. Pod żadnym pozorem nie należy uruchamiać bieżni podczas, gdy stoi się na jej pasie. Przed rozpoczęciem treningu, postaw nogi na szynach bocznych i trzymaj za uchwyt. Podczas rozpoczynania, trzymaj za uchwyt jedną ręką, drugą naciśnij pokrętko "start/pauza". Bieżnia rozpoczyna pracę z 3-sekundowym opóźnieniem i z prędkością 1.0km /h. Naciśnij przycisk "speed+" (prędkość+), prędkość bieżni wzrośnie do 2.5-3.5km /h (jest to optymalna prędkość biegu), trzymając się uchwytów obiema rękami, ostrożnie wejdź nogami na ruchomy pas bieżni.

D: Po paru minutach, możesz przyspieszyć, naciskając przycisk "prędkość+" lub zwolnić, naciskając przycisk "prędkość-".

E: Podczas treningu, naciśnij przycisk szybkiej regulacji prędkości, aby natychmiastowo zmienić prędkość.

F: Aby zatrzymać bieżnię, naciśnij środkowe pokrętko.

G: Pomiar HRC (pulsu): Po włączeniu bieżni, połóż dłonie na metalowych czujnikach pulsu, po chwili na wyświetlaczu pokaże się aktualna wartość pulsu.

(Uwaga: Dane te służą wyłącznie celom odniesieniowym między treningami, nie powinny być stosowane w celach medycznych).

Konserwacja bieżni

1. Smarowanie

Po okresie użytkowania bieżni, musi być ona nasmarowana smarem silikonowym. Sugerowana częstotliwość:

Czas użytkowania mniejszy niż 3 godziny na tydzień - smarowanie raz na 5 miesięcy

Czas użytkowania równy 4-7 godzinom na tydzień - smarowanie raz na 2 miesiące

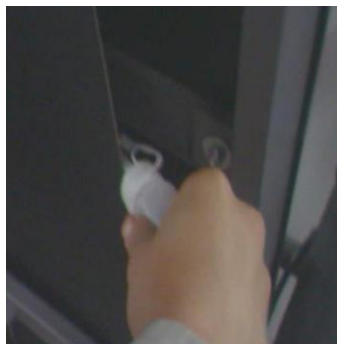
Czas użytkowania większy niż 7 godzin na tydzień - smarowanie raz na miesiąc

Nie smaruj bieżni nadmiernie. Uwaga: Utrzymanie właściwego poziomu nasmarowania jest ważnym czynnikiem zwiększającym żywotność bieżni.

2. Sposób sprawdzania stanu nasmarowania bieżni: podnieś boki pasa bieżni i wyczuź tylną, środkową część pasa tak daleko, jak sięgniesz palcami. Jeśli wyczujesz ślady oleju, smarowanie nie jest konieczne. Jeśli powierzchnia jest sucha, potrzebne jest nasmarowanie.

Nakładanie smaru na pas bieżni: (patrz: rys. obok)

- Zatrzymaj pas bieżni i złóż urządzenie. Podnieś pas tylnej ramy głównej tak, aby olej mógł dotrzeć do środkowej pozycji.
- Rozpyl olej na wewnętrznej stronie pasa bieżni, po obu stronach.
- Uruchoom bieżnię z prędkością 1km/h, aby równomiernie nałożyć olej. Lekko stąpaj po pasie bieżni od lewej do prawej strony,
- Poczekaj parę minut przed rozpoczęciem treningu, aby pozwolić olejowi rozprowadzić się.



Czyszczenie

Regularne czyszczenie pasa bieżni wydłuży żywotność produktu.

Uwaga: Podczas czyszczenia, urządzenie musi być wyłączone, aby uniknąć porażenia prądem. Przed rozpoczęciem czyszczenia lub konserwacji, przewód zasilania musi zostać wyjęty z gniazdka.

- Po treningu: Przetrzyj komputer i inne powierzchnie urządzenia czystą, miękką i wilgotną ściereczką, aby usunąć pozostałości potu.

Uwaga: Nie używaj żadnych materiałów ściernych ani rozpuszczalników. Aby uniknąć uszkodzenia komputera, trzymaj go z dala od płynów. Nie wystawiaj komputera na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.

- Co tydzień: Aby ułatwić czyszczenie, zaleca się położenie maty pod bieżnią. Buty mogą pozostawiać brud na pasie bieżni, który może spaść pod urządzenie. Matę pod bieżnią należy czyścić raz w tygodniu.

Składowanie: Bieżnię należy przechowywać w czystym i suchym miejscu. Upewnij się, że główny przełącznik zasilania jest wyłączony i odłączony od gniazdka elektrycznego.

3. Regulowanie pasa bieżni

Pas bieżni fabrycznie, oraz po montażu jest odpowiednio ustawiony, jednakże po okresie użytkowania mogą wystąpić luzy, co objawi się przykładowo przerwą i poślizgiem podczas biegania. Jeśli coś takiego nastąpi, wyreguluj pas bieżni kręcąc śrubą o pół obrotu w lewo lub w prawo. Jeśli pas bieżni jest luźny, pas i rolka będą kolejno się ślizgać. Zbyt napięty też nie jest dobry, jako że zwiększa obciążenie silnika, co może doprowadzić do uszkodzenia silnika, pasa bieżni, rolki itd.

4. Regulacja pozycji pasa bieżni:

Pas bieżni fabrycznie, oraz po montażu jest odpowiednio ustawiony, jednakże po okresie użytkowania, może się on przesunąć. Może się tak stać z następujących powodów:

- ① Bieżnia nie jest stabilna.
- ② Podczas biegu, stopa użytkownika stąpając nierówno na pas bieżni, przesunęła go.
- ③ Stopy wywierają nierówną siłę.

Jeśli przesunięcie spowodowane było manualnie, obieg obciążenia po paru minutach może przywrócić jej odpowiednią pozycję. Jeśli przesunięcie nie przywraca się automatycznie, użyj dostarczonego klucza imbusowego 6mm i kręć nim o pół obrotu na raz.



PUNKTY KLUCZOWE:

- Kierunek zgodny z ruchem wskazówek zegara dokręca.
- Kierunek przeciwny do ruchu wskazówek zegara luzuje.
- Pas bieżni przesunie się na luźną stronę.

① Jeśli pas bieżni przesunie się w lewo, oznacza to, że lewa strona jest zbyt luźna. Wyreguluj lewą śrubę w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, aby lewa strona była bardziej napięta, albo wyreguluj prawą śrubę w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara, aby poluzować prawą

② Jeśli pas bieżni przesunęła się w prawo, oznacza to, że prawa strona jest zbyt luźna. Wyreguluj prawą śrubę w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, aby zacieśnić prawą stronę, lub wyreguluj lewą śrubę w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara, aby lewa była luźniejsza.

Uwaga:

- Przed przystąpieniem do regulacji pasa bieżni, należy ją uruchomić i pozwolić jej działać przy małej prędkości.

- Gdy regulujesz śrubę, nie obracaj nią zbyt mocno.

- Po każdej regulacji należy zwrócić uwagę na zmiany pasa bieżni.

Odchylenie pasa bieżni nie jest objęte gwarancją i jest głównie utrzymywane przez użytkownika, zgodnie z instrukcją. Odchylenie pasa bieżni może poważnie go uszkodzić. Należy je znaleźć i skorygować w odpowiednim czasie.

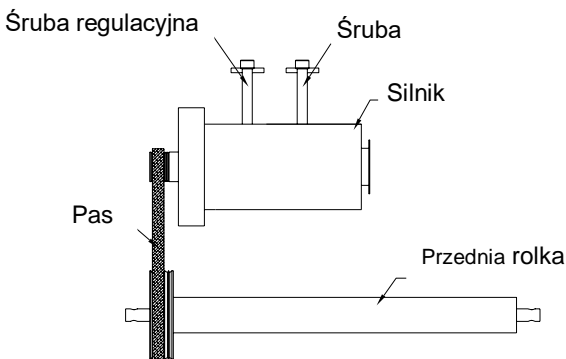
5. Regulacja pasa silnika

Pas silnika fabrycznie, oraz po montażu jest odpowiednio ustawiony, jednakże po okresie użytkowania, może się poluzować lub ślizgać.

Regulacja:

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

UWAGA: Regularnie czyść pasy i rowki kół pasowych



DYSTRYBUTOR:



Del Sport Sp. z o.o.

ul. Połczyńska 63 01-336 Warszawa

tel. 22/3509420-23 www.delsport.pl

email: delsport@delsport.pl

SERWIS:

serwis@delsport.pl tel. 22/3509420-23

FORMULARZ ZGŁOSZENIA SERWISOWEGO:

<https://delsport.pl/zgloszenie-serwisowe/>