

GYMOST

SCHODY TRENINGOWE LT04EB

INSTRUKCJA OBSŁUGI



IMPORTER

**del
sport**

DEL SPORT Sp. z o.o.
ul. Polczyńska 63
01-336 Warszawa

www.delsport.pl

Email: delsport@delsport.pl
Tel.: 022/3509420-23
SERWIS: serwis@delsport.pl

Dziękujemy

Dziękujemy za zakup tego produktu. Produkt ten pomoże Ci ćwiczyć mięśnie w prawidłowy sposób i poprawić Twoją kondycję – a wszystko to w znanym środowisku.

INSTRUKCJA BEZPIECZEŃSTWA

1. Wtyczka zasilania musi być niezawodnie uziemiona, a gniazdo musi posiadać specjalny obwód, aby uniknąć dzielenia go z innym sprzętem elektrycznym.
2. Przed użyciem maszyny schodowej należy sprawdzić, czy jest ona ustawiona stabilnie.
3. Przed ćwiczeniami sprawdź, czy funkcje maszyny schodowej są prawidłowe.
4. Podczas uruchamiania maszyny użytkownik powinien stać na stopniu w środkowej części maszyny schodowej.
5. Podczas ćwiczeń należy przypiąć klucz bezpieczeństwa do ubrania; w nagłych wypadkach maszyna zatrzyma się bezpiecznie.
6. Naciśnij przycisk start na konsoli, aby wprawić maszynę schodową w ruch.
7. Przed formalnym ćwiczeniem użytkownicy powinni skorzystać z pierwszego akapitu [etapu], aby wykonać próbny trening wspinaczkowy, aby dostosować się do trybu pracy platformy i zapewnić bezpieczeństwo ćwiczeń!
8. Sportowcy mogą dostosować prędkość do własnych potrzeb. Dla bezpieczeństwa użytkownika sugeruje się, aby początkujący użytkownicy przyspieszali powoli i zmieniali biegi, aby dostosować się do ruchu przed ćwiczeniami, co pozwoli uniknąć niepotrzebnych urazów spowodowanych nadmierną prędkością.
9. Po zakończeniu ćwiczeń użytkownik może bezpośrednio wyciągnąć klucz bezpieczeństwa lub nacisnąć przycisk stop, aby doprowadzić maszynę schodową do stanu zatrzymania.
10. Po ćwiczeniach wyłącz przełącznik mechanicznego i elektrycznego źródła zasilania schodów i odłącz zasilacz.

Środki ostrożności

1. Maszyna schodowa nadaje się do umieszczenia w pomieszczeniach, aby uniknąć wilgoci. Na maszynę schodową nie wolno chlapać wodą i nie wolno na niej umieszczać żadnych obcych przedmiotów.
2. Przed ćwiczeniami prosimy o założenie odpowiedniej odzieży sportowej i obuwia sportowego.
3. Dzieci powinny trzymać się z dala od maszyny, aby uniknąć wypadków.
4. Unikaj długotrwałej pracy pod przeciążeniem, w przeciwnym razie silnik i kontroler zostaną uszkodzone. Łożyska, stopnie, łańcuch i inne części przekładni również ulegną przyspieszonemu zużyciu i starzeniu. Prosimy o regularną konserwację.
5. Redukuj kurz w pomieszczeniu, utrzymuj określoną wilgotność w pomieszczeniu, unikaj powstawania silnych ładunków elektrostatycznych, w przeciwnym razie może to zakłócać normalną pracę konsoli i kontrolera.
6. Zaleca się nie używać maszyny schodowej dłużej niż 2 godziny.
7. Ze względu na specyfikę maszyny zaleca się, aby waga użytkownika nie przekraczała maksymalnej nośności.
8. Podczas korzystania z maszyny schodowej prosimy o dbanie o dopływ powietrza w pomieszczeniu.
9. Podczas ćwiczeń tylny koniec maszyny schodowej powinien mieć wolną od przeszkód strefę bezpieczeństwa o wymiarach 2000x1000mm.
10. Po ćwiczeniach użytkownicy nie powinni zeskakiwać bezpośrednio z maszyny schodowej, aby uniknąć niebezpiecznych konsekwencji.
11. Wtyczkę zasilania należy wyciągać delikatnie.
12. Gdy podczas pracy maszyny schodowej wydarzy się coś nietypowego, należy ją natychmiast zatrzymać i odciąć całe zasilanie.
13. Gdy podczas pracy maszyny schodowej wydarzy się cokolwiek niepokojącego, musi ona zostać natychmiast zatrzymana i należy odciąć całe zasilanie.
14. W przypadku jakiegokolwiek nieprawidłowości maszyny schodowej należy poinformować lokalnego dealera, a do zajęcia się nią i naprawy powinni zostać wysłani profesjonaliści. Zabrania się demontażu jakichkolwiek części maszyny schodowej bez pozwolenia.
15. Jeśli podczas użytkowania poczujesz się niekomfortowo lub nienormalnie, przerwij ćwiczenia i skonsultuj się z lekarzem.

Instrukcje ostrzegawcze

1. Przed użyciem maszyny schodowej sprawdź, czy ubrania są zapięte lub czy zamki błyskawiczne są zaciągnięte.
2. Nie noś ubrań, które mogą zostać łatwo zahaczone przez maszynę schodową.
3. Nie umieszczaj przewodu zasilającego w pobliżu gorących przedmiotów.
4. Trzymaj dzieci z dala od maszyny schodowej.
5. W przypadku jakiegokolwiek nietypowej sytuacji można zastosować podciąganie się przy użyciu bocznej poręczy. Następnie obie stopy opuszczają stopień i odskoczą na zewnątrz stopnia maszyny schodowej.

6. Nie używaj maszyny schodowej na zewnątrz.
7. Przed przeniesieniem maszyny schodowej należy odciąć zasilanie.
8. Osoby niebędące profesjonalistami nie powinny otwierać osłony maszyny schodowej bez upoważnienia.
9. Maszyna schodowa może być używana tylko w obwodzie o natężeniu 10 amperów.
10. Tylko jedna osoba może poruszać się na maszynie schodowej po jej uruchomieniu.
11. Jeśli podczas ćwiczeń wystąpią zawroty głowy, ból w klatce piersiowej, nudności lub duszność, należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skonsultować się z instruktorem fitness.
12. Test tętna nie jest urządzeniem medycznym, co może prowadzić do niedokładnego wyniku testu. Wyniki testu służą wyłącznie jako punkt odniesienia.

Ostrzeżenie!

Obowiązkowo!

Jeśli otrzymujesz pomoc medyczną od lekarza lub jesteś pacjentem z poniższej grupy, przed użyciem należy koniecznie skonsultować się z profesjonalnym lekarzem.

1. Osoby, które cierpią obecnie na ból pleców lub doznały w przeszłości urazów nóg, talii i szyi oraz mają drętwienie nóg, talii, szyi i rąk (choroby przewlekłe, takie jak przepuklina krążka międzykręgowego, kręgoszkielet i przepuklina kręgosłupa szyjnego).
2. Pacjenci ze zdeformowanym zapaleniem stawów, reumatyzmem i dną moczanową.
3. Osteoporoza i inne nieprawidłowości.
4. Osoby mające zaburzenia krążenia (choroba serca, zaburzenia naczyniowe, nadciśnienie itp.).
5. Osoby z zaburzeniami oddechowymi.
6. Osoby używające sztucznych stymulatorów serca lub wszczepialnych medycznych urządzeń elektronicznych.
7. Osoby z nowotworami złośliwymi.
8. Pacjenci z zaburzeniami krążenia krwi lub objawami różnych infekcji skóry, takimi jak zakrzepica, nowotwór o ciężkim przebiegu i nowotwór o ostrym przebiegu. Dotyczy to również zaburzeń percepcyjnych spowodowanych wysokimi zaburzeniami krążenia obwodowego wynikającymi z cukrzycy i innych przyczyn.
9. Osoby z uszkodzeniami skóry.
10. Z powodu choroby z wysoką gorączką (38°C lub powyżej).
11. Nieprawidłowa kość grzbietowa lub skrzywienie kości grzbietowej.
12. Ciąża lub możliwa ciąża, lub menstruacja.
13. Odczuwanie nieprawidłowości w ciele i potrzeba odpoczynku.
14. Ewidentnie słaba kondycja fizyczna.
15. Użytkownicy w celach rehabilitacyjnych.
16. Oprócz powyższych sytuacji, osoby, które odczuwają nieprawidłowości w swoich ciałach.
 1. W trakcie ćwiczeń, jeśli poczujesz ból w dolnej części pleców, drętwienie nóg i stóp, zawroty głowy, bicie serca i inne bóle ciała, które różnią się od normalnych, lub jakiegokolwiek odczucie lub nieprawidłowość w koordynacji, natychmiast przerywaj używanie i skonsultuj się z lekarzem.
 2. Nie pozwalaj dzieciom używać produktu ani bawić się wokół niego. w przeciwnym razie istnieje ryzyko odniesienia obrażeń.

1. Opiekunowie dzieci powinni uważać, aby nie pozwolić dzieciom bawić się tym produktem.
 - w przeciwnym razie istnieje ryzyko odniesienia obrażeń.
2. Upewnij się, że nikt ani żadne zwierzęta nie znajdują się w pobliżu (z tyłu, pod spodem lub z przodu produktu) podczas ładowania lub zdejmowania produktu oraz przesuwania go podczas użytkowania.

Zabronione!

1. Nie używaj, gdy obudowa jest pęknięta lub odczepiona (wewnętrzna konstrukcja jest odsłonięta) lub gdy część spawalnicza jest odczepiona.
 - może dojść do wypadku lub obrażeń. Nie skacz w górę ani w dół podczas ćwiczeń.
 - możesz upaść i odnieść obrażenia.
2. Nie używaj ani nie przechowuj produktu na zewnątrz lub w pobliżu łazienki, gdzie jest wilgotno lub gdzie kapie woda.
3. Nie używaj ani nie przechowuj w miejscach narażonych na bezpośrednie działanie promieni słonecznych, takich jak miejsca o wysokiej temperaturze wokół pieca i urządzeń grzewczych, takich jak koc elektryczny.
 - w przeciwnym razie może to doprowadzić do wycieku energii elektrycznej, pożaru.
4. Nie używaj, gdy przewód zasilający lub wtyczka są uszkodzone lub gdy gniazdko jest luźne.
 - może spowodować porażenie prądem, zwarcie, pożar.
5. Nie uszkadzaj ani nie zginaj siłą, ani nie skręcaj przewodu zasilającego. Jednocześnie nie kładź na nim ciężkich przedmiotów, nie dopuszczaj do przyciśnięcia linii.
 - spowoduje to pożar lub porażenie prądem.

6. Nie używaj go w więcej niż dwie osoby jednocześnie i uważaj, aby osoby postronne nie zbliżyły się podczas użytkowania.

- możesz upaść i odnieść obrażenia.

7. Nie używaj go, jeśli nie możesz wyrazić siebie lub jeśli nie możesz się poruszać.

- możliwy wypadek lub obrażenia.

Nie demontować!

1. Demontaż, naprawa i ponowny wybór [przebudowa] są absolutnie niedozwolone.

- ryzyko obrażeń z powodu awarii mechanicznej.

Unikać wody!

2. Nie wylewaj wody ani napojów na korpus główny lub panel sterowania.

- może spowodować porażenie prądem i pożar.

Zabronione!

1. Osoby, które zazwyczaj nie ćwiczą, nie powinny nagle wykonywać forsownych ćwiczeń.

2. Nie używaj go po jedzeniu lub gdy jesteś zmęczony, tuż po ćwiczeniach lub w nienormalnej kondycji fizycznej.

- może spowodować uszczerbek na zdrowiu.

3. Nie używaj go w połączeniu z jedzeniem, pić lub innymi czynnościami. Nie pij alkoholu, dopóki czujesz się ociężały.

- możliwy wypadek lub obrażenia.

4. Nie używaj go z czymś twardym w kieszeni spodni.

- może spowodować wypadek lub obrażenia.

5. Nie przyczepiaj igieł, śmieci ani wody do wtyczki zasilania.

- może spowodować porażenie prądem, zwarcie lub pożar.

6. Nie wyciągaj bezpośrednio wtyczki zasilania ani nie przetaczaj przełącznika zasilania na „off” (wyłączone) podczas użytkowania.

- może spowodować obrażenia.

Nie używać mokrymi rękami!

1. Nie używaj mokrych rąk do wyciągania lub wkładania wtyczki zasilania.

- może spowodować porażenie prądem i obrażenia.

Wyciągnij wtyczkę zasilania!

2. Wyciągnij źródło zasilania z gniazdka, gdy urządzenie nie jest używane.

- kurz i wilgoć mogą pogorszyć izolację, prowadząc do pożarów spowodowanych upływem prądu.

3. Podczas konserwacji należy koniecznie wyciągnąć wtyczkę zasilania z gniazdka.

- nieprzestrzeganie tego zalecenia może skutkować porażeniem prądem lub obrażeniami.

4. Gdy maszyna nie uruchamia się lub działa nienormalnie, przestań jej używać, natychmiast wyciągnij wtyczkę zasilania i zleć przegląd oraz naprawę.

- nieprzestrzeganie tego zalecenia może skutkować porażeniem prądem lub obrażeniami.

5. W przypadku awarii zasilania natychmiast wyciągnij wtyczkę zasilania.

- jeśli zasilanie zostanie przywrócone, może dojść do wypadku lub obrażeń.

6. Podczas odłączania wtyczki zasilania nie trzymaj za część przewodową, musisz trzymać za wtyczkę zasilania, aby ją wyciągnąć.

- może to skutkować zwarcie, porażeniem prądem i pożarem.

Instrukcja uziemienia!

1. Produkt musi być uziemiony. W przypadku awarii urządzenia, uziemienie zapewni kanał o najmniejszym oporze dla prądu, aby zminimalizować ryzyko porażenia prądem.

2. Produkt jest wyposażony w przewód z przewodnikiem uziemiającym sprzęt oraz wtyczkę z uziemieniem. Wtyczka musi być włożona do odpowiedniego gniazdka, które zostało prawidłowo zainstalowane i uziemione w pełnej zgodności z lokalnymi przepisami lub rozporządzeniami.

Niebezpieczeństwo!

1. Niewłaściwe podłączenie przewodu uziemiającego sprzęt może doprowadzić do porażenia prądem. Jeśli masz pytania dotyczące tego, czy uziemienie produktu jest prawidłowe, zleć sprawdzenie profesjonalnemu elektrykowi. Nawet jeśli wtyczka nie pasuje do gniazdka, nie można jej modyfikować. Proszę zlecić profesjonalnemu elektrykowi zainstalowanie odpowiedniego gniazdka.

2. Produkt posiada wtyczkę z uziemieniem. Upewnij się, że produkt jest podłączony do gniazdka o tym samym kształcie. Ten produkt nie może korzystać z gniazda adaptera (przejściówki).

Rysunek rozstrzelony

Lista części

Nr.	Nazwa	Specyfikacja	Ilość
1	Rama główna		1
2	Spawy rami wsporczej		1
3	Części łączące ramy głównej		1
4	Spawy rami mocującej lewy uchwyt		1
5	Spawy rami mocującej prawy uchwyt		1
6	Spawy rury rozprężnej		2
7	Płyta montażowa sterowania elektrycznego		1
8	Części pedału naziemnego		1
9	Listwa przełącznika		1
10	Separator stóp	t2.5*690*440	1
11	Blokada uchwyty	Φ45*t2.0	2
12	Uchwyt dłoni	41*10*10	2
13	Boczna płyta osłonowa	T1.2*1020*286	2
14	Płyta tylna	t1.2*1196*317	1
15	Płyta mocująca listwę boczną	T3.0*1164*81.5	2
16	Wspornik stały	T3.0*618*45	2
17	Lewy wspornik łączący	T3.0*335*50	1
18	Prawy wspornik łączący	T3.0*335*50	1
19	Pedał	435*230*36*t3.0	6
20	Ośłona pedału	430*27*93.5*t2.5	6
21	Wspornik pedału	95*20*55*t2.5	12
22	Tuleja pedału	Φ20*60*t2.5	12
23	Zestaw kół naziemnych	Φ55*25.8	2
24	Zapięcie linii zasilającej		1

Nr.	Nazwa	Specyfikacja	Ilość
78	Pierścień zaciskowy ustalający pedał	J30*50*t2.5*158	12
79	Pierścień osadczy zewnątrzny	Φ15	12
80	Pierścień osadczy zewnątrzny	Φ10	2
81	Pierścień osadczy zewnątrzny	Φ8	12
82	Pierścień osadczy zewnątrzny	Φ7	12
83	Pasek silnika	330JP6	1
84	Pasek silnika	560JP6	1
85	Rolka dociskowa	Φ38*22	2
86	Łożysko kulkowe zwykłe	6000ZZ	4
87	Rura napędowa	Φ14*φ8.2*25	12
88	Urządzenie magnetorezystancyjne		1
89	Śruba z łbem walcowym z niepełnym gwintem	M8x40x20	14
90	Nakrętka zabezpieczająca sześciokątna	M8	14
91	Podkładka płaska	Φ8xφ30xt3.0	5
92	Śruba z łbem walcowym soczewkowym z pełnym gwintem	M8x15 (klasa 8.8)	29
93	Podstawa automatycznego czujnika		1
94	Induktor		1
95	Śruba z łbem walcowym z pełnym gwintem (krzyżakowa)	M5x6 (klasa 6.8)	2
96	Spaw dolnego lewego słupka pionowego		1
97	Spaw górnego lewego słupka pionowego		1
98	Spaw dolnego prawego słupka pionowego		1
99	Spaw górnego prawego słupka pionowego		1
100	Ośłona dekoracyjna lewa lewego słupka	268*87*30*T3.0	1
101	Ośłona dekoracyjna prawa lewego słupka	268*87*30*T3.0	1

25	Śruba z dużym płaskim łbem z pełnym gwintem	M3x10	4
26	Podkładka pod stopy		4
27	Rura napędowa	Φ14*φ10.5*10	2
28	Zaślepka z kwadratową główką	Φ50*t1.5	2
29	Kontroler		1
30	Nadajnik indukcji wzajemnej	34*20*11	1
31	Odbiornik czujnika	34*20*11	1
32	Kabel połączeniowy (odbiór indukcyjny)	L1500mm	1
33	Kabel połączeniowy (emisja indukcyjna)	L1500mm	1
34	Adapter induktora	L150mm	1
35	Kabel połączeniowy wyłącznika awaryjnego	L1500mm	1
36	Pierścień magnetyczny	Φ31*φ19*t16	1
37	Gniazdo zasilania		1
38	Przełącznik		1
39	Przełącznik samoresetujący		1
40	Kabel zasilający	L-500mm/czerwony	1
41	Kabel zasilający	L-500mm/czarny	1
42	Kabel zasilający	L-100mm/18# czerwony	1
43	Przewód komunikacyjny	L1500mm	1
44	Śruba z łbem wpuszczanym z pełnym gwintem	M4x12	20
45	Śruba z łbem walcowym soczewkowym z pełnym	M4x10 czarny	23

102	Ostona dekoracyjna lewa prawego słupka	268*87*30*T3.0	1
103	Ostona dekoracyjna prawa prawego słupka	268*87*30*T3.0	1
104	Zakrzywiona ostona wyłącznika awaryjnego	t2.0x45x83	1
105	Wyłącznik awaryjny		1
106	Wkręt samogwintujący z łbem wpuszczanym (krzyżakowy)	ST4x15	6
107	Rama kierownicy		1
108	Rama łącząca głowicę konsoli		1
109	Maskownica przycisku Start/Stop		1
110	Górna ostona centralnego panelu		1
111	Dolna ostona centralnego panelu		1
112	Górna obudowa poręczy		2
113	Dolna obudowa poręczy		2
114	Przycisk start/stop na poręczy		1
115	Przycisk poziomy +/- na uchwycie		1
116	Maskownica przycisku oporu +/-		1
117	Klawiatura		1
118	Rama klawiatury		1
119	Zacisk klucza bezpieczeństwa		1
120	Konsola		1
121	Przewód połączeniowy	L1000mm	1
122	Ostona dekoracyjna poręczy		2

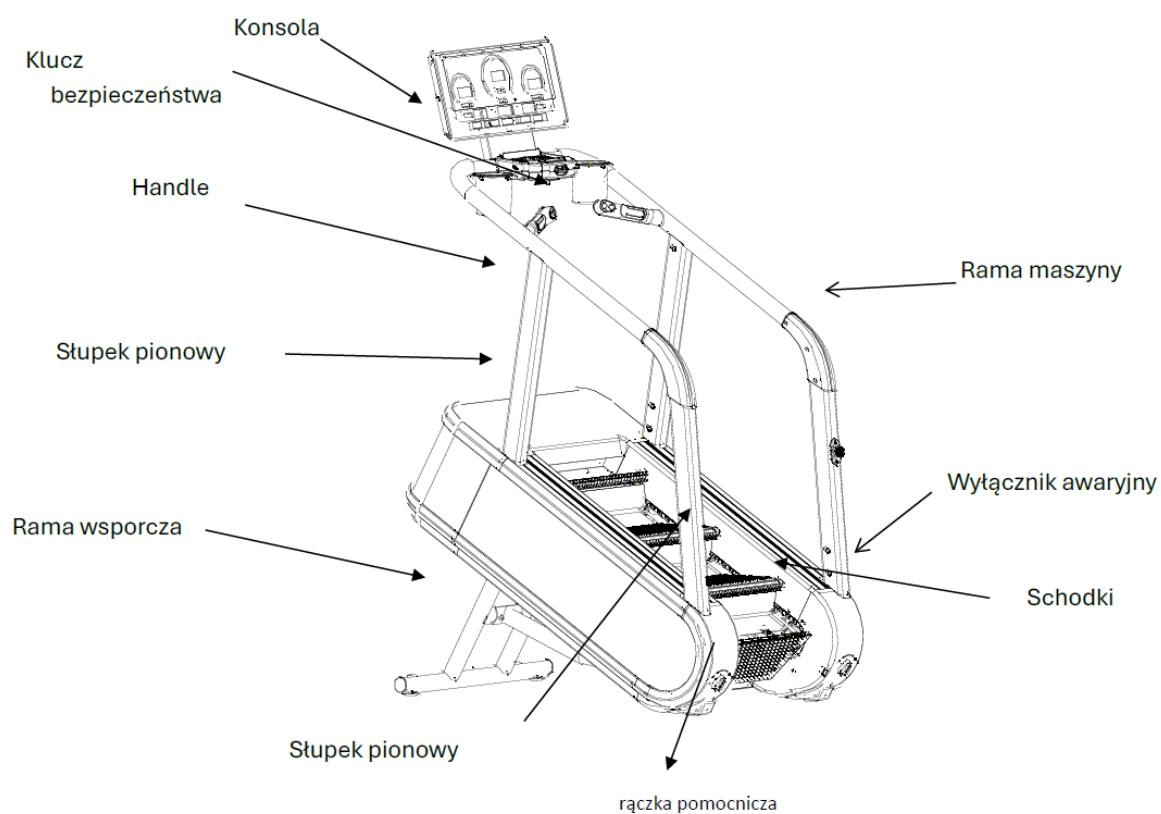
	gwintem		
46	Śruba ostra z pełnym gwintem	M4×16	6
47	Śruba z pełnym gwintem	M4×10	5
48	Wkręt samogwintujący	ST4×16	48
49	Śruba z łbem cylindrycznym z pełnym gwintem	M8×65 czarny	4
50	Podkładki zabezpieczające ząbkowane	Φ5	1
51	Podkładka sprężysta	Φ5	1
52	Nakrętka sześciokątna	M8	4
53	Opaski zaciskowe	3*100	10
54	Wkręty samowierzące	ST4*10	24
55	Śruba Imbusowa z pełnym gwintem	M6×15(klasa 6.8)	8
56	Śruba z łbem wpuszczanym z pełnym gwintem (imbusowa)	M6×15(klasa 8.8)	28
57	Śruba z łbem wpuszczanym z pełnym gwintem (krzyżakowa)	M4x30(klasa 6.8)	4
58	Śruba z pełnym gwintem (krzyżakowa)	M4×8 (klasa 6.8)	2
59	Śruba z pełnym gwintem (imbusowa)	M8×20 (klasa 8.8)	4
60	Śruba z pełnym gwintem (imbusowa)	M8×10 (klasa 6.8)	22
61	Śruba z łbem cylindrycznym z pełnym gwintem (imbusowa)	M8×15 (klasa 8.8)	2
62	Pianka EVA pedału	T3.0*155*25	12

123	Podkładka ładowarki bezprzewodowej	200*100*13	1
124	Mocowanie ładowania bezprzewodowego		1
125	Klucz bezpieczeństwa (z linką)		1
126	Panel przedni	571*277*10.8	1
127	Rama mocująca wyświetlacz		1
128	Tyłna osłona konsoli		1
129	Bidon		2
130	Zaślepka	Φ20	2
131	Przewód połączeniowy poręczy	L700mm	2
132	Pianka EVA panelu centralnego		1
133	Wkręt samogwintujący z łbem walcowym (krzyżakowy)	ST3×25	8
134	Wkręt samogwintujący z łbem walcowym (krzyżakowy)	ST3×15	2
135	Śruba z łbem wpuszczanym z pełnym gwintem (imbusowa)	M8x12 (klasa 8.8)	10
136	Klucz Imbusowy	6x35x80	1
137	Klucz Imbusowy	5x35Sx85	1
138	Zacisk przewodu		1
139	Wtyczka zasilania		1

63	Pianka EVA	T1.0*30*90	12
64	Spawy tylnej zębatki		1
65	Części wspornika taśmy dociskowej		2
66	Przednia zębatka		2
67	Łańcuchy pedałów		2
68	Oś przednia		1
69	Oś środkowa		1
70	Wałek pedału		12
71	Obudowa łożyska	Φ42xφ50x14	4
72	Koło napędowe S	Φ75xφ42xφ17x23.5	1
73	Koło napędowe M	Φ153xφ42xφ17x23.5	1
74	Koło napędowe L	Φ222xφ42xφ17x26	1
75	Rura napędowa	Φ33xφ26xφ17x28	2
76	Łożysko kulkowe zwykłe	6000ZZ	6
77	Koła PU dla zestawów poziomych	Φ35.7×13	24

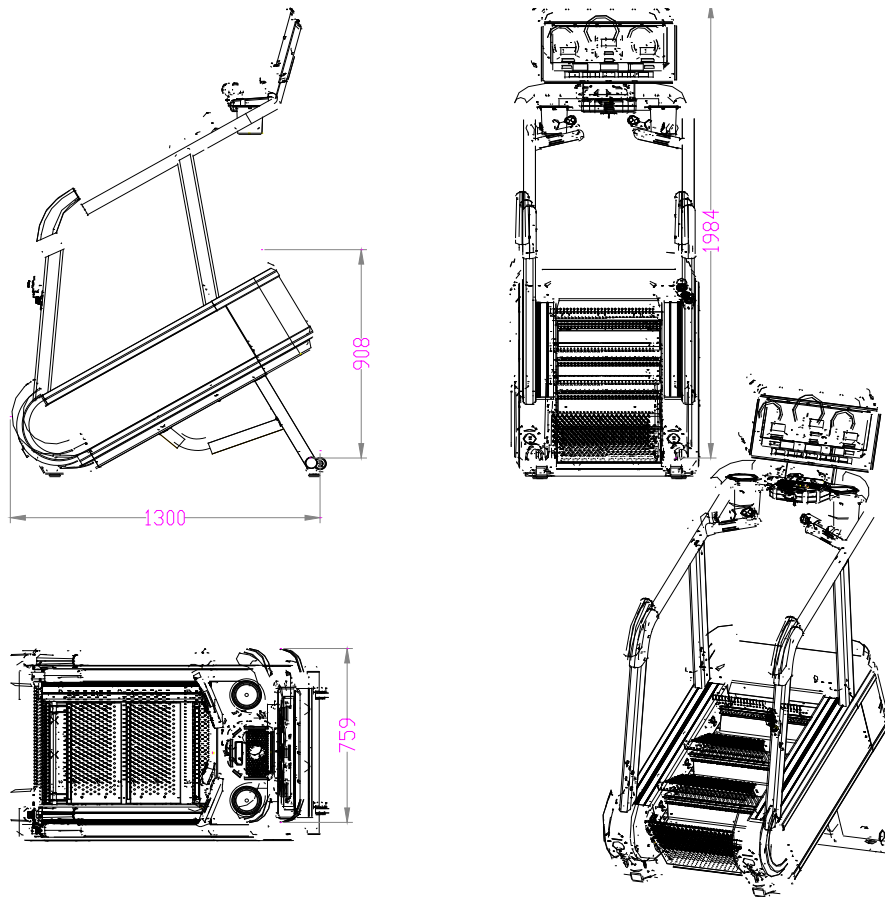
140	Etykieta ostrzegawcza pedału		6
141	Płytką drukowaną klawiatury		1
142	Kontaktron		1
143	Stalowy element klucza bezpieczeństwa		1
144	Etykieta ostrzegawcza		1
145	Filtr		1
146	Górna obudowa		1
147	Dolna obudowa		1
148	Lewa przednia osłona		1
149	Prawa przednia osłona		1
150	Górna szyna boczna		2
151	Dolna szyna boczna		2
152	Zacisk rury		2
153	Rura zabezpieczająca osłonę		2
154	Okrągły blok prowadzący	Φ25xφ5x4.5	16

Najważniejsze części



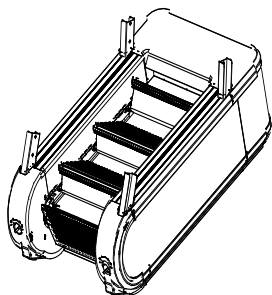
Specyfikacja techniczna

Wymiary całkowite	1300*759*1984
Specyfikacja schodów:	435*230*150
Liczba sekcji prędkości:	1-15 poziomów (14-140 kroki/minutę)
Aktywne stopnie	3

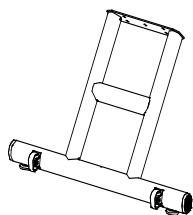


Uwaga: nasza firma zastrzega sobie prawo do modyfikowania produktów bez wcześniejszego powiadomienia.

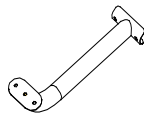
Zawartość opakowania



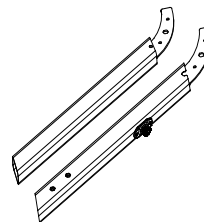
platforma



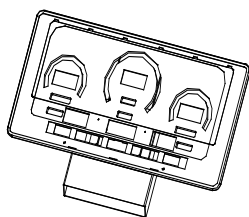
rama wsporcza



łącznik



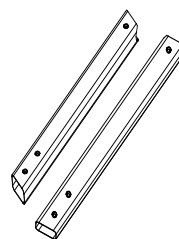
słupek
pionowy
(lewy/prawy)



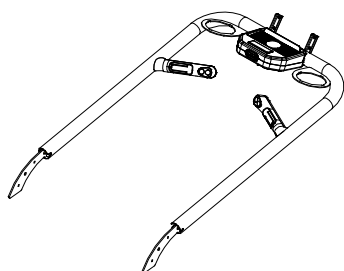
Konsola



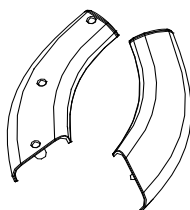
Stojak
na bidon



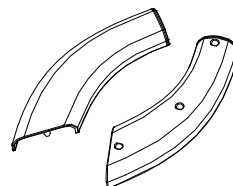
górnny słupek
pionowy (lewy/prawy)



Rama uchwytów



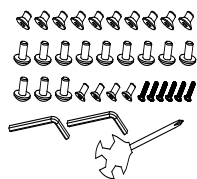
Lewa osłona
dekoracyjna



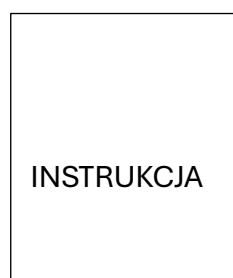
Prawa osłona
dekoracyjna



Klucz bezpieczeństwa



Zestaw śrub i
elementów
montażowych



Instrukcja
obsługi

Wykaz Śrub i Narzędzi



Śruba imbusowa z łbem grzybkowym
(pełny gwint) (M8*15) 12 szt



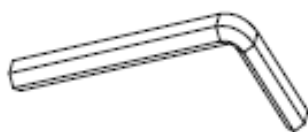
Śruba imbusowa z łbem wpuszczanym
(pełny gwint) (M8*12) 10szt



Wkręt samogwintujący z łbem soczewkowym
(krzyżakowy)
(ST4*16) szt



Śruba imbusowa z łbem wpuszczanym (pełny gwint)
(M6*15) 4szt



Klucz imbusowy
(6*35*80) 1szt



Klucz imbusowy (5*35*85s) 1szt

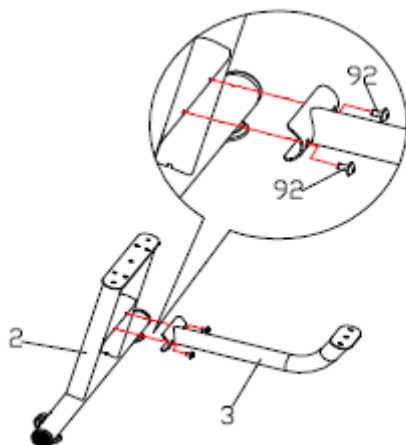


Klucz imbusowy
(4*30*80) 1szt

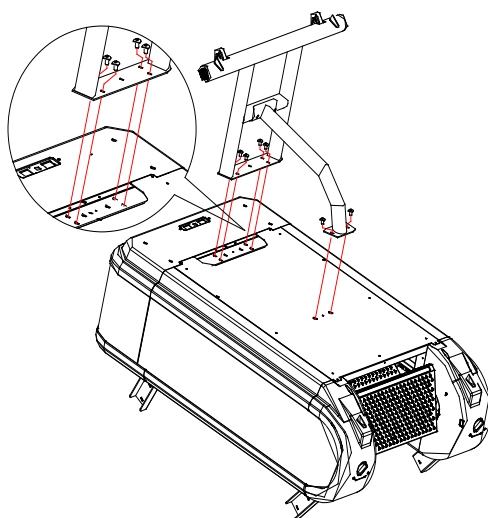
Kroki instalacji

Uwaga ostrzegawcza:

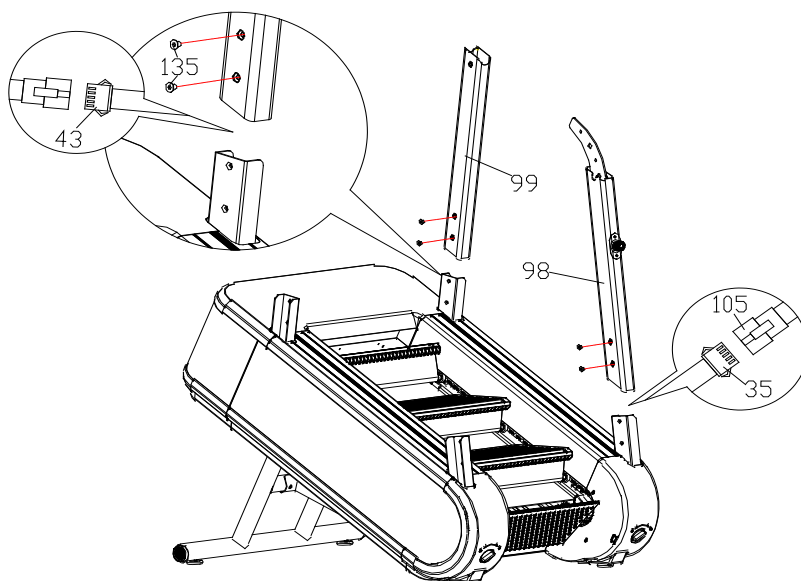
1. Przetnij karton nożyczkami wzdłuż czterech rogów; nie zdejmuj maszyny z drewnianej palety, dopóki maszyna nie zostanie zainstalowana.
 2. Przed instalacją sprawdź, czy maszyna jest w dobrym stanie.
 3. Proszę zsunąć gotową maszynę z drewnianych palet za pomocą kółek transportowych.
 4. Jeśli powyższe kroki nie zostaną zachowane, może to spowodować poważne obrażenia osób podczas instalacji.
- Uwaga: Nie blokuj (nie dokręcaj do końca) śrub podczas instalacji; dokręć wszystkie śruby ponownie dopiero po pełnym zamontowaniu części.



Krok 1: Ułóż wszystkie materiały zgodnie z listą pakowania, umieść ramę wsporczą (2) na stabilnym podłożu, wyjmij 2 sztuki śrub imbusowych z łbem guzikowym (pełny gwint) M8*15 (92) z zestawu śrub i przymocuj za pomocą łącznika (3).

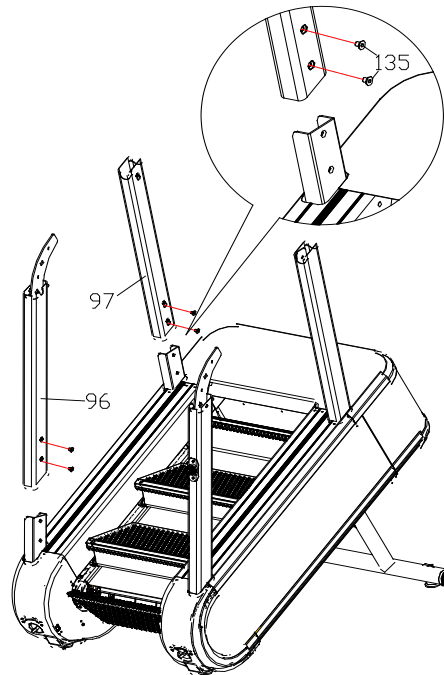


Krok 2: Odwróć maszynę do góry nogami, wyjmij 6 sztuk śrub imbusowych z łbem guzikowym (pełny gwint) M8*15 (92) z worka ze śrubami i przymocuj zespół ramy wsporczej do maszyny!

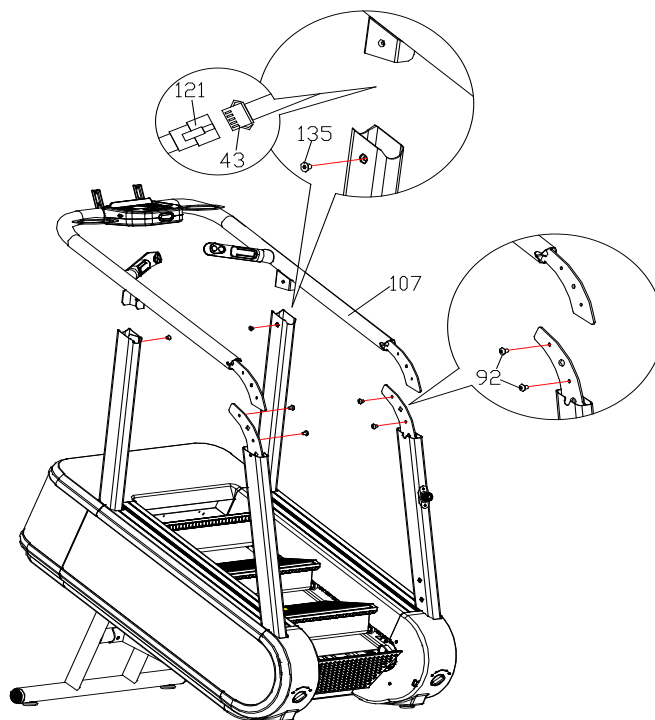


Krok 3: Wyjmij górny i dolny słupek pionowy (Prawy) (98 i 99), połącz i prawidłowo przeprowadź linię połączeniową wyłącznika awaryjnego oraz linię komunikacyjną (35, 43). Włóż je do pierścienia zaciskowego

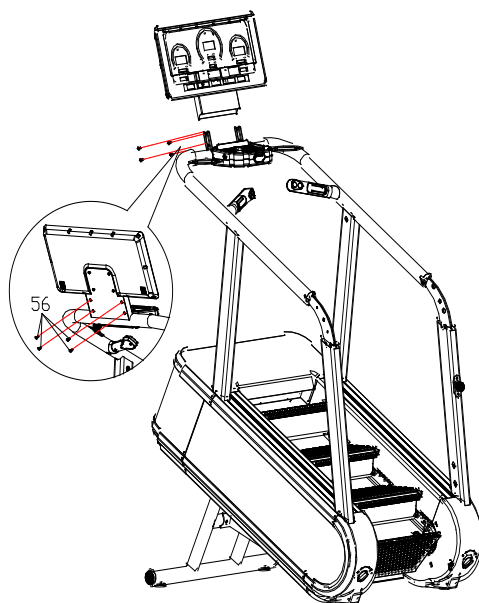
instalacji maszyny, jak pokazano na rysunku, wyjmij 4 sztuki śrub imbusowych z łbem wpuszczanym (pełny gwint) M8*12 (135) i zamocuj słupek pionowy (nie blokuj [nie dokręcaj] śruby, tylko lekko ją załóż).



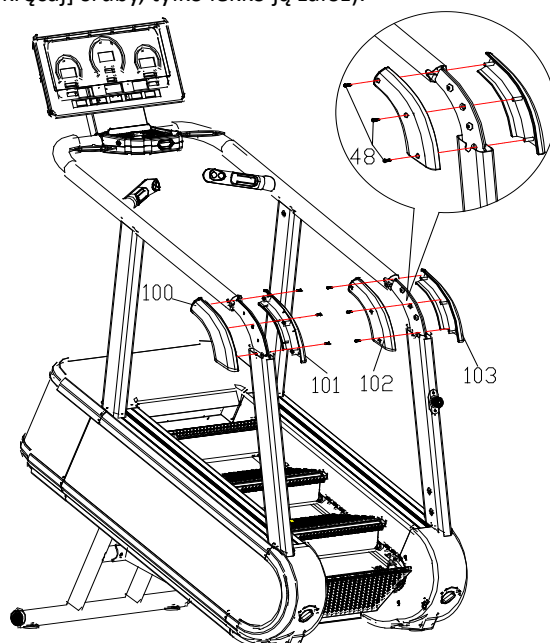
Krok 4: Wyjmij górny i dolny słupek pionowy (Lewy) (96 i 97), włóż je do pierścienia zaciskowego instalacji maszyny, wyjmij 4 sztuki śrub imbusowych z łbem wpuszczanym (pełny gwint) M8*12 (135) i zamocuj słupek pionowy (nie blokuj [nie dokręcaj] śruby, tylko lekko ją załóż).



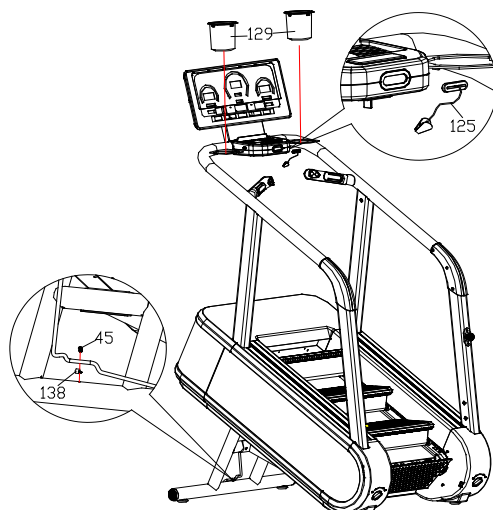
KROK 5: Wyciągnij ramę uchwytu (107), połącz przewody komunikacyjne (43) i (121), a następnie włóż ją w kolumnę pionową zgodnie z rysunkiem. Użyj 2 sztuk śrub M812 z łbem stożkowym płaskim i gniazdem sześciokątnym (pełny gwint) (135), aby zamocować górną część kolumny pionowej. Następnie weź 4 sztuki śrub M815 z łbem soczewkowym i gniazdem sześciokątnym (pełny gwint) (92) i zamontuj je w dolnej części kolumny pionowej (nie dokręcaj śrub do końca, jedynie wstępnie je osadź).



Krok 6: Wyjmij konsolę i włóż ją do rury podłokietnika (poręczy), jak pokazano na rysunku, podłącz kabel komunikacyjny, a następnie użyj 4 sztuk śrub imbusowych z łbem wpuszczanym (pełny gwint) M6*15 (56), aby ją zamocować (nie blokuj [nie dokręcaj] śruby, tylko lekko ją załóż).



Krok 7: Wyjmij lewą i prawą osłonę dekoracyjną słupków pionowych (100–103), dopasuj je do dolnej części słupków pionowych, a następnie użyj 6 sztuk wkrętów samogwintujących Phillips z łbem soczewkowym (133), aby je zamocować.



Krok 8: Otwórz zacisk przewodu (138) na ramie wsporczej, zaciśnij w nim przewód zasilający i ponownie go zablokuj, następnie wyjmij bidon (129) i zainstaluj go, na koniec dokręć wszystkie śruby i sprawdź je ponownie, aby upewnić się, że wszystkie wkręty są stabilne, a następnie zainstaluj blokadę bezpieczeństwa (125). Instalacja jest zakończona.

Ogólne wskazówki fitness

1. Rozgrzewka Nie wstrzymuj oddechu podczas rozgrzewki; przed każdym treningiem wykonuj 5–10 minut rozgrzewki.

2. Oddychanie Zazwyczaj podczas uspokajania oddechu należy wdychać powietrze nosem i wydychać ustami. Oddech powinien być skoordynowany z ruchem; jeśli oddech staje się zbyt szybki, należy natychmiast przerwać ćwiczenie.

3. Częstotliwość Ta sama partia mięśni powinna odpoczywać przez 48 godzin, co oznacza, że tę samą partię można trenować tylko co drugi dzień.

4. Obciążenie Określ intensywność treningu zgodnie z indywidualną kondycją fizyczną, a następnie ćwicz zgodnie z zasadą stopniowego zwiększania obciążenia. Bolesność mięśni (zakwasy) na początku treningów jest zjawiskiem normalnym; przy kontynuowaniu ćwiczeń bolesność ustąpi.

5. Relaksacja (Wyciszenie) Po każdym treningu wykonuj 5 minut ćwiczeń, szczególnie rozciągania i rozluźniania mięśni stóp, aby uniknąć długotrwałego przykurczu mięśni i utrzymać ich elastyczność.

6. Dieta Aby chronić układ trawienny, ćwicz dopiero godzinę po posiłku. Po treningu odczekaj co najmniej pół godziny przed jedzeniem. Podczas ćwiczeń pij mało wody, aby nie obciążać nadmiernie serca i nerek.

Ćwiczenia rozciągające

Niezależnie od tempa treningu, najlepiej najpierw wykonać rozciąganie. Rozgrzane mięśnie łatwiej się rozciągają, więc zacznij od 5–10 minutowej rozgrzewki. Następnie zatrzymaj się i wykonaj poniższe ćwiczenia: 5 powtórzeń, każde przez 10 sekund lub dłużej; powtórz po zakończeniu treningu.

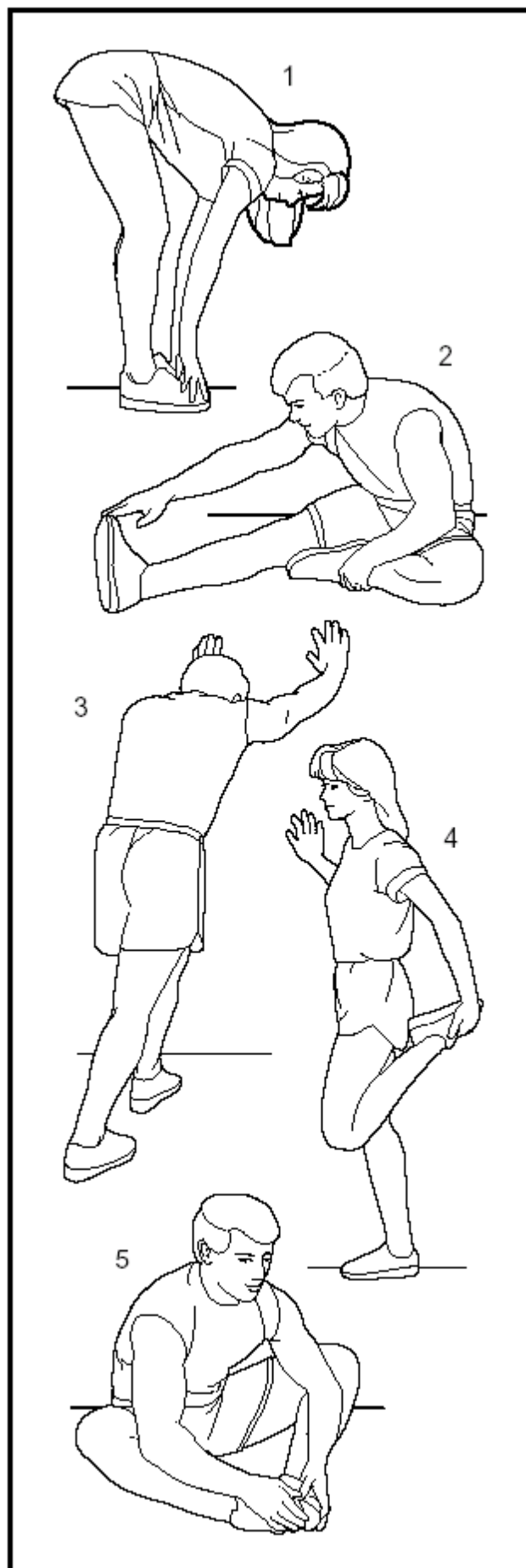
1. Skłon w dół Lekko ugnij kolana, powoli pochyl tułów do przodu, rozluźnij plecy i ramiona, spróbuj dotknąć dłońmi palców stóp. Wytrzymaj 10–15 sekund, a następnie się rozluźnij. Powtórz 3 razy (jak na rys. 1).

2. Rozciąganie ścięgien podkolanowych Usiądź na czystej podkładce i wyprostuj jedną nogę. Przyciągnij drugą nogę do wewnątrz, tak aby stopa przylegała do wewnętrznej strony uda wyprostowanej nogi. Spróbuj dotknąć dłońmi palców stóp. Wytrzymaj 10–15 sekund, a następnie się rozluźnij. Powtórz 3 razy dla każdej nogi (jak na rys. 2).

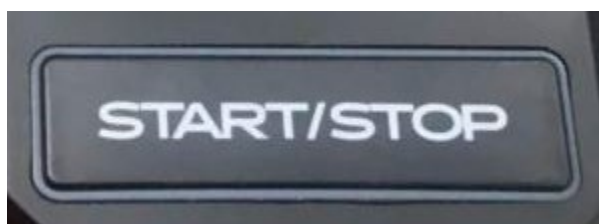
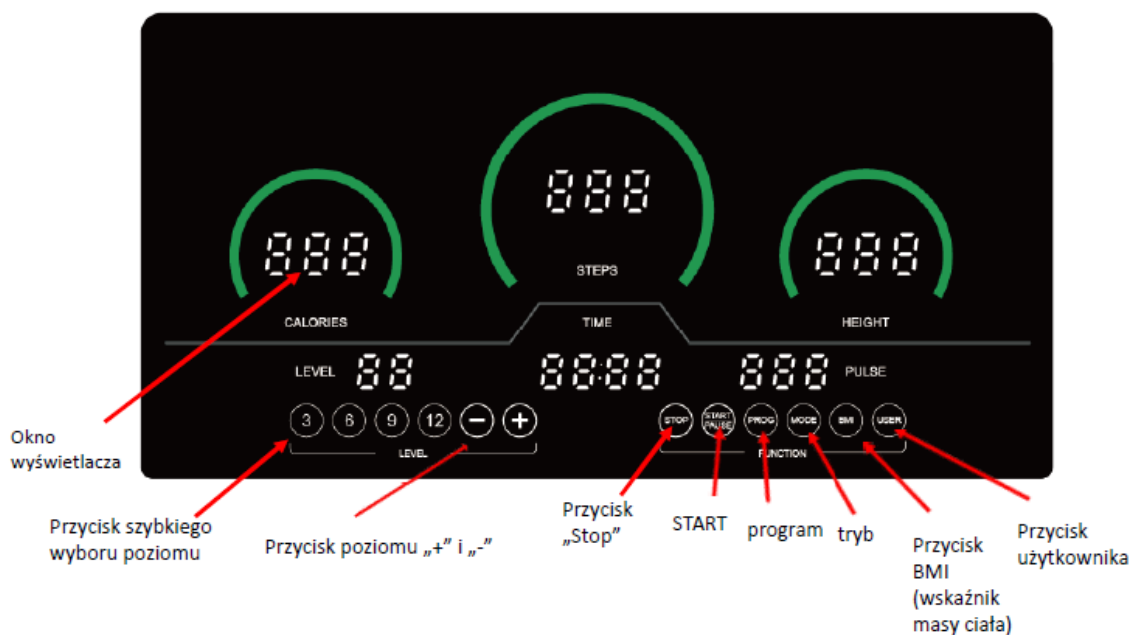
3. Rozciąganie łydek i pięt Oprzyj się obiema rękami o ścianę lub drzewo, jedną nogę odstaw do tyłu. Trzymaj tylną nogę wyprostowaną, a piętę na ziemi, pochylając się w stronę ściany lub drzewa. Wytrzymaj 10–15 sekund, a następnie się rozluźnij. Powtórz 3 razy dla każdej nogi (jak na rys. 3).

4. Rozciąganie mięśnia czworogłowego uda Złap równowagę lewą ręką (opierając się np. o stół), prawą rękę wyciągnij do tyłu, złap za prawą kostkę i powoli przyciągaj ją do pośladków, aż poczujesz napięcie z przodu uda. Wytrzymaj 10–15 sekund, a następnie się rozluźnij. Powtórz 3 razy dla każdej nogi (jak na rys. 4).

5. Rozciąganie mięśnia krawieckiego (wewnętrzna strona uda) Usiądź ze złączonymi podeszwami stóp i kolanami skierowanymi na zewnątrz. Chwyć stopy obiema rękami i przyciągaj je w kierunku pachwin. Wytrzymaj 10–15 sekund, a następnie się rozluźnij. Powtórz 3 razy (jak na rys. 5).



Instrukcja obsługi konsoli (funkcje)



1. Opis funkcji konsoli:

1. PO to program manualny użytkownika; P1–P36 to wbudowane automatyczne programy treningowe; ponadto dostępne są 3 programy definiowane przez użytkownika oraz funkcja FA (pomiar tkanki tłuszczowej).
2. Wyświetlacz LED 0,8 cala z białymi cyframi, 12 przycisków dotykowych + 1 przycisk fizyczny.
3. Zakres prędkości roboczej: 1–12 poziomów (od 14 do 140 kroków na minutę).
4. Autotest systemu oraz funkcja wyświetlania komunikatów o błędach (nieprawidłowościach).
5. HRC (opcjonalnie) – sterowanie tętnem.
6. Bluetooth (opcjonalnie).
7. Funkcje niestandardowe.

2. Instrukcja okien wyświetlacza

1. Okno „STEPS”: wyświetla liczbę wykonanych kroków.
2. Okno „PULSE”: wyświetla wartość tętna (pulsu).
3. Okno „TIME”: wyświetla czas trwania treningu.
4. Okno „LEVEL”: wyświetla aktualny poziom oporu (intensywności).
5. Okno „CALORIES”: wyświetla liczbę spalonych kalorii.
6. Okno „HEIGHT”: wyświetla wartość pokonanej wysokości.

3. Instrukcja obsługi klawiatury:

1. „PROG”: Przycisk wyboru programu. Gdy maszyna jest zatrzymana, służy do cyklicznego wybierania programów: P1~P36, U01, U02, U03 oraz FAT.
2. „MODE”: Gdy wybrany jest tryb manualny, naciśnięcie przycisku MODE przełącza tryby w pętli: odliczanie czasu -> odliczanie kalorii -> tryb pomiaru czasu dodatkiego (stoper). W programach P01-P36 przycisk ten resetuje czas do wartości domyślnej (30 minut).
3. „START/STOP”: Przycisk start/stop. Gdy maszyna stoi – uruchamia ją; gdy maszyna pracuje – zatrzymuje ją.
4. „+”: Przycisk zwiększania poziomu prędkości/oporu. W trybie zatrzymania lub testu tkanki tłuszczowej (FAT) zwiększa parametry; w trakcie biegu zwiększa prędkość.
5. „-”: Przycisk zmniejszania poziomu prędkości/oporu. W trybie zatrzymania lub testu FAT zmniejsza parametry; w trakcie biegu zmniejsza prędkość.

4. Opis funkcji klucza bezpieczeństwa:

Klucz bezpieczeństwa składa się z miedzianej wkładki, klamerki do ubrań i nylonowego sznurka. Służy do awaryjnego zatrzymania. W dowolnym momencie, jeśli klucz zostanie wyciągnięty, maszyna natychmiast się zatrzyma, klawiatura zostanie zablokowana, a na ekranie pojawi się komunikat „E-07” z sygnałem dźwiękowym. Po ponownym włożeniu klucza, ekran zaświeci się na 2 sekundy, po czym przejdzie w domyślny stan gotowości.

5. Przewodnik bezpieczeństwa i obsługi:

1. Włóż wtyczkę do gniazda 10A z uziemieniem i włącz przełącznik zasilania. Konsola wyemituje sygnał i zidentyfikuje blokadę bezpieczeństwa.
2. Umieść klucz bezpieczeństwa na konsoli, a klamerkę przypnij do ubrania na klatkę piersiową. Po 2 sekundach system przejdzie w tryb P0 (manualny).
3. Przycisk „PROG” pozwala wybrać programy: P1~P36, U1, U2, U3 lub FAT.
4. „P0” to program użytkownika. Przycisk „MODE” wybiera tryb treningu. Opór ustawia użytkownik (domyślnie: Poziom 1).
5. Tryb treningu 1 (Standardowy): Czas, dystans i kalorie są liczone w górę.
6. Tryb treningu 2 (Odliczanie czasu): Okno czasu miga; ustaw zakres 5–99 minut za pomocą „+” / „-” (domyślnie 30:00).
7. Tryb treningu 3 (Odliczanie kalorii): Okno kalorii miga; ustaw zakres 20–990 kcal (domyślnie 50 kcal).
8. „P1-P36” to programy systemowe działające tylko w trybie odliczania czasu (5–99 min).
9. Po ustawieniu parametrów naciśnij „START”. Ekran wyświetli 5-sekundowe odliczanie z sygnałami dźwiękowymi. Po odliczeniu maszyna powoli przyspieszy do ustawionego poziomu.
10. Podczas biegu możesz regulować opór przyciskami „+”, „-” lub przyciskami szybkiego wyboru (QUICK SPEED).
11. W programach P1-P36 trening podzielony jest na 10 segmentów. Zmiana segmentu sygnalizowana jest trzema dźwiękami na 3 sekundy przed zmianą. Po zakończeniu 10. segmentu silnik zatrzyma się automatycznie.
12. W trybie czuwania naciśnięcie „START” natychmiast uruchamia silnik.
13. Naciśnięcie „STOP” podczas pracy powoduje płynne zwalnianie aż do całkowitego zatrzymania i zresetowania ustawień.
14. W dowolnym stanie wyciągnięcie blokady bezpieczeństwa powoduje wyświetlenie na ekranie komunikatu „- ----” wraz z sygnałem dźwiękowym i zatrzymanie pracy urządzenia. 15. Elektroniczny system sterowania przez cały czas monitoruje bezpieczeństwo. W przypadku wykrycia jakiegokolwiek nieprawidłowości, pracujące schody zatrzymają się w trybie awaryjnym, a na ekranie pojawi się komunikat o błędzie wraz z sygnałem dźwiękowym.
16. System odmawia uruchomienia bez obciążenia; gdy maszyna jest w trybie gotowości i nie wykryje użytkownika (obciążenia), nie można rozpocząć pracy.
17. Jeśli podczas normalnej pracy obciążenie nagle zniknie, maszyna natychmiast zwolni i zacznie się zatrzymywać.
18. Jeśli podczas procesu zwalniania system nadal nie wykryje obciążenia, nastąpi całkowite wyłączenie, a maszyna będzie wymagać ponownego uruchomienia.
19. Jeśli proces zwalniania nie został jeszcze zakończony i obciążenie zostanie ponownie wykryte, prędkość wzrośnie do pierwotnego poziomu oporu.
20. Metoda testu tkanki tłuszczowej: Naciśnij „PROG”, aby wybrać program FAT. Okno „CALORIES” wyświetli numer ustawianego parametru, wybieraj go przyciskiem „MODE”. Okno „PULSE” wyświetli wartość parametru, którą ustawiasz przyciskami „+” i „-”.
21. Numer parametru F1 (Płeć): zakres ustawień 1-2; „1” oznacza mężczyznę, „2” oznacza kobietę, wartość domyślna: 1.
22. Numer parametru F2 (Wiek): zakres ustawień 1-99 lat, wartość domyślna: 25 lat.
23. Numer parametru F3 (Wzrost): zakres ustawień 100-220 cm, wartość domyślna: 170 cm.
24. Numer parametru F4 (Waga): zakres ustawień 20-200 kg, wartość domyślna: 70 kg.
25. Numer parametru F5 (BMI): oznacza zakończenie ustawień i przejście do testu. Trzymaj obie dłonie na czujnikach tętna na uchwytach przez 8 sekund. Okno wyświetli procentową zawartość tkanki tłuszczowej (BMI). Zgodnie ze standardami azjatyckimi: poniżej 18 – niedowaga, 18-24 – waga idealna, 25-28 – nadwaga, powyżej 29 – otyłość (dane wyłącznie do celów orientacyjnych).

6. Program HRC (opcjonalnie):

1. HRC ma domyślnie jedną grupę; HRC1 ogranicza prędkość do 9 kroków.
2. Metoda ustawiania HRC (kolejność i zakresy): naciśnij przycisk programu, aż pojawi się HRC, naciśnij MODE, aby zatwierdzić i przejść do kolejnego ustawienia, używaj przycisków prędkości do regulacji. Po ustawieniu ostatniego parametru naciśnij START:
3. Zakres ustawienia wieku: 15–80 lat, domyślnie 25 lat.
4. Domyślne docelowe tętno (THR): $(220 - \text{wiek}) \times 0,6$.
5. Możliwość modyfikacji tętna docelowego: w zakresie 80–180 uderzeń/min.
6. Ustawienie czasu: domyślnie 30 minut, zakres modyfikacji: 5–99 minut.

7. Zależność zmiany poziomu prędkości (oporu) od tętna.
8. Częstotliwość zmian: system HRC sprawdza tętno co 30 sekund (tętno jest wyświetlane przez cały czas).
9. Jeśli tętno użytkownika jest niższe od docelowego o ponad 30 uderzeń/min, opór zwiększa się o 2 poziomy.
10. Jeśli tętno użytkownika jest niższe od docelowego o 6–29 uderzeń/min, opór zwiększa się o 1 poziom.
11. Jeśli tętno użytkownika jest wyższe od docelowego o ponad 30 uderzeń/min, opór zmniejsza się o 2 poziomy.
12. Jeśli tętno użytkownika jest wyższe od docelowego o 6–29 uderzeń/min, opór zmniejsza się o 1 poziom.
13. Jeśli różnica tętna wynosi od 0 do 5 uderzeń/min (powyżej lub poniżej celu), opór pozostaje bez zmian.
14. W przypadku wystąpienia poniższych warunków, maszyna zwalnia do minimum w ciągu 20 sekund, zatrzymuje się po 15 sekundach pracy na najniższej prędkości i wydaje sygnał dźwiękowy co sekundę:
15. Tętno jest sprawdzane co 30 sekund i nie zostanie wykryte dwukrotnie z rzędu.
16. Praca przy tętnie wymuszającym dalsze zwalnianie poniżej 1. poziomu.
17. Maszyna zatrzyma się (zgodnie z procedurą opisaną w punkcie 14), gdy tętno przekroczy wartość maksymalną obliczoną według wzoru: 220–ustawiony wiek.
18. Przez pierwszą minutę od rozpoczęcia pracy system nie jest sterowany tętnem; po upływie 1 minuty urządzenie zaczyna automatycznie regulować opór zgodnie z wbudowaną formułą na podstawie odczytów tętna.

7. Specyfikacja licznika kroków:

Okno liczby kroków wyświetla tylko 3 cyfry. Po przekroczeniu 999 kroków, okno wyświetli przez 3 sekundy komunikat "01" (oznaczający 1000), a następnie wróci do odliczania kolejnych kroków. Po przekroczeniu 2000 kroków wyświetli "02" przez 3 sekundy i tak dalej.

8. Programy UŻYTKOWNIKA (USER):

W trybie USER dostępne są trzy programy: USER1~USER3. Pozwalają one użytkownikom na wywołanie lub ustawienie własnych, ekskluzywnych programów ćwiczeń.

1.1 W stanie zatrzymania naciśnij przycisk "PROG", aby wybrać U01~U03, lub użyj przycisku szybkiego wyboru "USER", aby przejść do U01.

1.2 Naciśnij przycisk "MODE", aby przejść do ustawień parametrów oporu. Można je ustawić bezpośrednio przyciskami SPEED "+", "-" lub przyciskami skrótów.

1.3 Po ustawieniu wszystkich 10 segmentów (parametrów), naciśnij przycisk "MODE", aby powrócić do okna ustawień czasu, a następnie możesz bezpośrednio rozpocząć trening.

1.4 Po skonfigurowaniu programu użytkownika, zostaje on zapisany w pamięci (nawet po wyłączeniu zasilania). W przyszłości wystarczy odnaleźć tryb USER przyciskiem "PROG" i po ewentualnej zmianie czasu od razu zacząć bieg.

9. Programy automatyczne P1-P36 :

Seg.		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Program											
P1	POZIOM	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	3.0	2.0
P2	POZIOM	2.0	3.0	5.0	6.0	5.0	5.0	6.0	6.0	4.0	3.0
P3	POZIOM	2.0	3.0	6.0	6.0	5.0	5.0	5.0	6.0	4.0	3.0
P4	POZIOM	2.0	2.0	5.0	7.0	7.0	6.0	7.0	5.0	3.0z	2.0
P5	POZIOM	3.0	4.0	6.0	5.0	4.0	4.0	5.0	5.0	4.0	3.0
P6	POZIOM	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	6.0	6.0	5.0	3.0
P7	POZIOM	3.0	4.0	4.0	3.0	4.0	3.0	4.0	4.0	3.0	2.0
P8	POZIOM	3.0	5.0	7.0	7.0	3.0	5.0	7.0	5.0	5.0	1.0
P9	POZIOM	3.0	3.0	3.0	4.0	5.0	6.0	5.0	4.0	5.0	1.0
P10	POZIOM	3.0	5.0	6.0	7.0	6.0	6.0	5.0	5.0	3.0	3.0
P11	POZIOM	4.0	5.0	3.0	3.0	6.0	7.0	7.0	6.0	6.0	1.0
P12	POZIOM	4.0	6.0	5.0	3.0	4.0	7.0	7.0	3.0	2.0	1.0
P13	POZIOM	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
P14	POZIOM	3.0	4.0	6.0	5.0	6.0	6.0	7.0	6.0	5.0	4.0
P15	POZIOM	3.0	4.0	8.0	8.0	6.0	6.0	6.0	4.0	5.0	4.0
P16	POZIOM	3.0	3.0	6.0	5.0	4.0	3.0	4.0	5.0	4.0	3.0

P17	POZIOM	4.0	5.0	6.0	7.0	6.0	5.0	4.0	3.0	2.0	2.0
P18	POZIOM	4.0	5.0	7.0	7.0	5.0	5.0	4.0	4.0	3.0	1.0
P19	POZIOM	4.0	5.0	5.0	4.0	5.0	6.0	5.0	4.0	3.0	3.0
P20	POZIOM	4.0	6.0	7.0	8.0	7.0	6.0	5.0	6.0	5.0	2.0
P21	POZIOM	4.0	4.0	7.0	7.0	5.0	5.0	6.0	5.0	4.0	3.0
P22	POZIOM	4.0	6.0	5.0	4.0	3.0	3.0	4.0	4.0	3.0	2.0
P23	POZIOM	5.0	6.0	6.0	6.0	7.0	7.0	8.0	8.0	7.0	4.0
P24	POZIOM	5.0	7.0	5.0	5.0	6.0	6.0	8.0	5.0	5.0	3.0
P25	POZIOM	3.0	5.0	7.0	6.0	5.0	6.0	6.0	5.0	5.0	2.0
P26	POZIOM	4.0	5.0	7.0	8.0	7.0	7.0	8.0	5.0	6.0	2.0
P27	POZIOM	4.0	5.0	4.0	5.0	6.0	7.0	6.0	5.0	6.0	3.0
P28	POZIOM	4.0	4.0	7.0	7.0	8.0	8.0	7.0	7.0	5.0	4.0
P29	POZIOM	5.0	6.0	8.0	8.0	7.0	6.0	5.0	6.0	6.0	5.0
P30	POZIOM	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	8.0	8.0	7.0	5.0
P31	POZIOM	5.0	6.0	6.0	8.0	6.0	8.0	6.0	8.0	5.0	4.0
P32	POZIOM	5.0	7.0	9.0	8.0	5.0	7.0	9.0	7.0	6.0	4.0
P33	POZIOM	5.0	9.0	8.0	7.0	9.0	8.0	7.0	6.0	5.0	3.0
P34	POZIOM	5.0	7.0	8.0	9.0	8.0	8.0	9.0	8.0	6.0	5.0
P35	POZIOM	6.0	7.0	7.0	8.0	8.0	9.0	8.0	7.0	8.0	4.0
P36	POZIOM	6.0	8.0	8.0	7.0	7.0	9.0	9.0	6.0	6.0	3.0

Typowe usterki i rozwiązania:

Problem	Przyczyna	Rozwiązanie
Maszyna nie działa	A. Brak zasilania	Podłącz zasilanie lub przełącz włącznik zasilania w pozycję "ON"
	B. Klucz bezpieczeństwa nie włożony	Umieść klucz bezpieczeństwa we właściwym miejscu.
	C. Uszkodzony bezpiecznik	Umieść klucz bezpieczeństwa we właściwym miejscu.
Przyczyny i rozwiązania nagłego zatrzymania	A. Poluzowany klucz bezpieczeństwa	popraw klucz bezpieczeństwa
	B. Błąd systemu	Skontaktuj się z profesjonalnym serwisantem
Klucz	Nieprawidłowy klucz bezpieczeństwa	1. Wymiana panelu przycisków oraz jej okablowania. 2. Wymiana płyty głównej 3. Wymiana całej konsoli
E-01	Błąd komunikacji między konsolą a sterownikiem	1. Sprawdź, czy kabel komunikacyjny ma słaby kontakt. 2. Usterka sterownika 3. Usterka konsoli
E-02	Uszkodzenie tranzystora IGBT lub elektromagnes nie jest podłączony.	Wymień sterownik lub rezystor magnetyczny
E-05	Zabezpieczenie nadprądowe	Wymień silnik lub sterownik.

E-06	Awaria czujnika podczerwieni	Wadliwy czujnik podczerwieni lub zasłonięcie przez ciało obce. (jeśli czujnik został wyzwolony przez przeszkodę, błąd zostanie automatycznie usunięty po 5 sekundach od usunięcia obiektu.
E-08	Czujnik przeciążenia.	Czujnik oporu magnetycznego nie jest zablokowany lub wystąpił błąd czujnika.
-----	Otwarty obwód przełącznika mechanicznego (samoblokującego) rezystora magnetycznego.	Rezystor magnetyczny jest uszkodzony lub wyłącznik awaryjny jest nieprawidłowo podłączony.
	Błąd klucza bezpieczeństwa.	Klucz bezpieczeństwa wypadł lub wystąpił błąd konsoli.
Konsola nie wyświetla tętna	A.Przewód indukcyjny nie jest poprawnie wpięty lub sam przewód jest uszkodzony.	Sprawdź i podłącz lub wymień przewód pomiaru tętna w uchwycie
	B、 Uszkodzenie przewodu elektrycznego	Wymień konsolę
Konsola wyświetla niekompletne dane na ekranie	A、 Poluzowana śruba płytki wyświetlacza	Dokręć śruby
	B、 Awaria systemu	Wymień konsolę

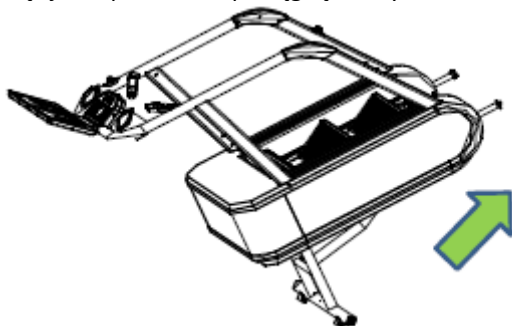
Instrukcja obsługi platformy

1. Przenoszenie schodów treningowych Przed przystąpieniem do przemieszczania urządzenia należy upewnić się, że:

1.1 Przełącznik zasilania schodów jest wyłączony;

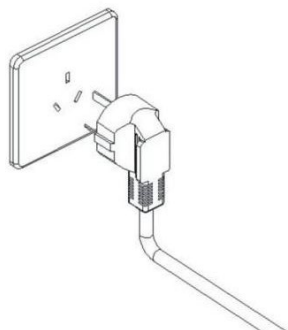
1.2 Wtyczka zasilania została wyciągnięta z gniazdka elektrycznego;

Po spełnieniu powyższych punktów, chwyć obiema rękami za koniec urządzenia (tylną część) i unieś je pod kątem 30-40 stopni do góry, aby pchnąć je do przodu lub pociągnąć do tyłu na rolkach transportowych!



Instrukcja uziemienia

Produkt ten musi być uziemiony. W przypadku awarii lub uszkodzenia schodów, przewód uziemiający tworzy obwód o najniższym oporze, który odprowadza prąd do ziemi, zmniejszając tym samym ryzyko porażenia prądem. Produkt wyposażony jest w kabel z przewodem uziemiającym urządzenie oraz wtyczkę z uziemieniem. Wtyczka musi być podłączona do gniazdka, które spełnia lokalne wymagania instalacyjne i dotyczące uziemienia. Niebezpieczeństwo! Nieprawidłowe podłączenie przewodu uziemiającego może doprowadzić do porażenia prądem. Jeśli nie masz pewności czy urządzenie jest prawidłowo uziemione, skonsultuj się z wykwalifikowanym elektrykiem lub serwisantem. Nie wolno modyfikować wtyczki dostarczonej z produktem. Jeśli wtyczka nie pasuje do gniazdka, zleć wykwalifikowanemu elektrykowi montaż odpowiedniego gniazda. Produkt ten jest przeznaczony do użytku w sieci o napięciu 220–240 voltów i jest wyposażony we wtyczkę z uziemieniem, jak pokazano na poniższej ilustracji.



Instrukcja użytkowania schodów

1. Włącz zasilanie, ustaw maszynę na płaskiej powierzchni i sprawdź, czy urządzenie działa prawidłowo.

2. Przytnij klamerkę klucza bezpieczeństwa do ubrania na klatce piersiowej osoby ćwiczącej.

3. Przed rozpoczęciem ćwiczeń sprawdź stabilność i funkcjonalność urządzenia. Surowo zabrania się uruchamiania maszyny, gdy nikt z niej nie korzysta. Przed startem stań na drugim stopniu i pewnie chwyć się poręczy. Podczas uruchamiania trzymaj się jedną ręką poręczy, a drugą naciśnij przycisk „START”. Maszyna odliczy 5 sekund i zacznie pracować na 1. poziomie prędkości. Gdy bieg schodów się ustabilizuje, możesz dostosować prędkość za pomocą przycisków +/- na klawiaturze.

4. W trakcie ćwiczeń możesz używać przycisków skrótów prędkości, aby szybko ustawić pożądane tempo wspinaczki. (Uwaga: wysokie poziomy prędkości są bardzo szybkie – zwiększaj bieg ostrożnie i upewnij się, że prędkość jest w akceptowalnym dla Ciebie zakresie, aby uniknąć wypadku).

5. Naciśnięcie przycisku „STOP” w dowolnym momencie spowoduje zatrzymanie silnika.

6. Korzystanie z trybów zaprogramowanych (Preset mode) Włącz zasilanie i przełącznik główny. Gdy ekran się uruchomi, naciśnij przycisk „SELECT” (wybór), aby wybrać jeden z automatycznych trybów pracy. Naciśnij „START”, aby rozpocząć trening – maszyna będzie automatycznie zmieniać parametry zgodnie z wybranym

programem. W trakcie pracy możesz korygować prędkość bieżącego segmentu czasowego przyciskami „Speed +” lub „Speed -”. Naciśnij „STOP”, aby przerwać ćwiczenie.

7. Test tętna Po włączeniu zasilania połóż dłoń na metalowych czujnikach tętna. Okno wyświetlacza pokaże wartość Twojego tętna po kilku sekundach. (Uwaga: Wartość ta nie jest daną medyczną i służy wyłącznie jako odniesienie sportowe).

Uwaga: Jeśli podczas ruchu klucz bezpieczeństwa zostanie wyciągnięty, maszyna natychmiast przestanie działać. Konsola zablokuje możliwość jakiegokolwiek operacji, a w oknie pojawi się komunikat „----” lub E07!

Konserwacja produktu

1. Regularne czyszczenie: Podczas użytkowania schodów treningowych na powierzchni stopni może łatwo gromadzić się kurz i zanieczyszczenia. Zaleca się czyszczenie urządzenia co najmniej raz w tygodniu, zwracając szczególną uwagę na usuwanie zanieczyszczeń znajdujących się między bokami stopni a obudową.

2. Smarowanie: Niewystarczające smarowanie schodów może skrócić ich żywotność. Zaleca się dodawanie odpowiedniej ilości oleju smarowego do elementów ruchomych urządzenia mniej więcej co trzy miesiące.

3. Konserwacja i inspekcja: Jeśli schody wykazują nietypowe problemy, takie jak nadmierny hałas lub nieprawidłowa praca powierzchni stopni, należy niezwłocznie skontaktować się z profesjonalistą w celu przeprowadzenia przeglądu i naprawy.

Uwaga: Należy regularnie czyścić pasek napędowy oraz rowki koła pasowego.



DEL SPORT Sp. z o.o.
ul. Potczyńska 63
01-336 Warszawa
Email: delsport@delsport.pl
Tel.: 022/3509420-23 www.delsport.pl
SERWIS: serwis@delsport.pl