



CZ - Běžecký pás MADEROS IN 2033

UŽIVATELSKÝ MANUÁL



ZÁRUČNÍ A POZÁRUČNÍ SERVIS ZAJIŠŤUJE:

SEVEN SPORT s. r. o., Dělnická 957, 749 01 Vítkov

www.insportline.cz

tel/fax: +420 556 770 191, email: servis@insportline.cz

UPOZORNĚNÍ

Přečtěte si pozorně všechny pokyny předtím, než začnete používat tento výrobek. Uschovejte tento manuál pro možné pozdější využití.

----Když používáte tento běžecký pás, mějte na vašem oděvu připnutou bezpečnostní šňůru.

----Když běžíte, nechte ruce pohybovat přirozeně podél těla, dívejte se kupředu a nikdy se nedívejte dolů na vaše nohy.

----Když běžíte, přidávejte rychlost postupně.

----Když se stane nehoda, odpojte ihned bezpečnostní klíč.

----Běžecký pás opouštějte teprve tehdy, až se úplně zastaví.

Upozornění: Čtěte pečlivě montážní instrukce a řiďte se jimi při montáži.

UPOZORNĚNÍ

1、 Než začnete jakýkoliv cvičební program, konzultujte svůj zdravotní stav se svým lékařem nebo zdravotním specialistou.

2、 Zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby dotaženy.

3、 Nikdy neumísťujte běžecký pás do vlhkého prostředí, může to zapříčinit problémy

4、 Výrobce/dodavatel nebere zodpovědnost za jakékoliv problémy nebo zranění způsobené uvedenými důvody.

5、 Před cvičením se oblečte do sportovního oděvu a obujte si sportovní obuv.

6、 Necvičte minimálně 30 minut před a 30 minut po jídle.

7、 Abyste se vyhnuli zranění, rozcvičte se před samotným cvičením na páse.

8、 Pokud máte vysoký krevní tlak, konzultujte jej před cvičením s vaším lékařem.

9、 Běžecký pás je určen ke cvičení pouze pro dospělé.

10、 Poskytněte starším, dětem a handicapovaným dobrou péči, radu a dohled.

11、 Nezasunujte nic do jakékoliv části zařízení, může to způsobit jeho poškození.

12、 Nezapojujte vedení doprostřed kabelu, neprodužujte kabel nebo nevyměňujte zástrčku, nepokládejte na kabel nic těžkého a nenechávejte ho poblíž tepelného zdroje. Použití vícečetné zásuvky(s několika zdířkami) může způsobit požár nebo poranění lidí elektrickým proudem.

13、 Vytáhněte přívodní šňůru, když přístroj nepoužíváte. Když je elektřina vypnuta, netahejte za přívodní šňůru, abyste ji nepoškodili.

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ

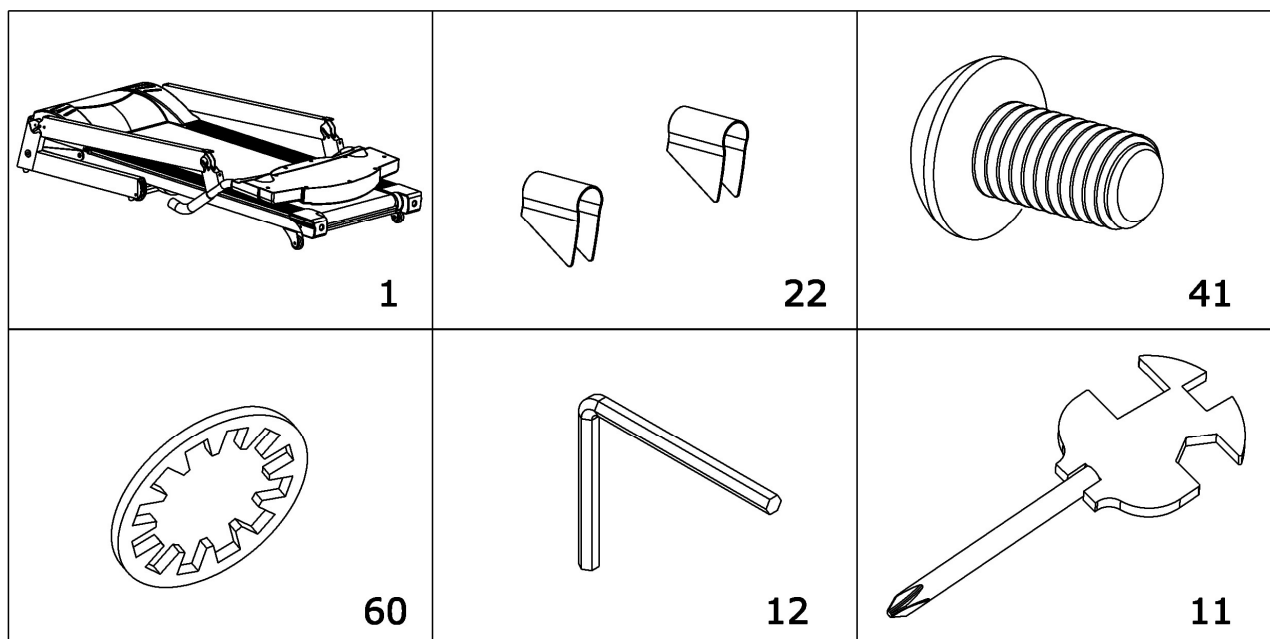
Zasuňte přívodní šňůru běžeckého pásu do vyhrazeného uzemněného elektrického obvodu, který má hodnotu 10 ampérů.

Pokyny pro uzemnění:

1. Tento výrobek musí být uzemněn. V případě zkratu uzemnění poskytuje elektrickému proudu cestu nejmenšího odporu, aby snížilo riziko elektrického šoku.
2. Umístěte běžecký pás na čistý a rovný povrch. Neumísťujte běžecký pás na tlustý koberec, ten by mohl zabránit řádné ventilaci. Neumísťujte běžecký pás do blízkosti vody ani do venkovního prostředí.
3. Umístěte běžecký pás tak, aby zásuvka ve stěně byla na viditelném a přístupném místě.
4. Nikdy neuvádějte běžecký pás do chodu, když stojíte přímo na pásu. Poté co jej zapnete a nastavíte rychlost, může nastat malá prodleva, než se začne pohybovat, vždy stůjte na plošinách po obou stranách pásu, pokud se pás pohybuje.
5. Když cvičíte na běžeckém pásu, noste vhodné oblečení. Nenoste dlouhé volné oděvy, které mohou být zachyceny běžeckým pásem. Noste boty pro běh nebo aerobic s gumovou podrážkou.
6. Vždy vytáhněte přívodní šňůru, pokud sundáváte kryt motoru běžeckého pásu.
7. Během činnosti udržujte malé děti v dostatečné vzdálenosti od běžeckého pásu.
8. Vždy se přidržíte madel, když začínáte s chůzí nebo během na běžeckém pásu, tak dlouho, dokud se necítíte bezpečně a pohodlně.
9. Vždy připojte klip bezpečnostní šňůry k vašemu oděvu, když používáte běžecký pás. Pokud by běžecký pás náhle zvýšil rychlost díky poruše elektroniky nebo kdyby se rychlost zvýšila nedopatřením, běžecký pás se náhle zastaví v případě odpojení bezpečnostního klíče z konzoly.
10. Když běžecký pás nepoužíváte, měli byste vytáhnout přívodní šňůru ze zásuvky a odpojit bezpečnostní klíč.
11. Předtím než začnete jakýkoliv cvičební program, konzultujte to s vaším lékařem nebo zdravotním odborníkem, pomůže vám stanovit frekvenci cvičení, intenzitu (cílovou zónu srdečního rytmu) a dobu cvičení, odpovídající vašemu konkrétnímu věku a kondici. Jestliže pociťujete jakoukoliv bolest nebo napětí na hrudi, máte nepravidelný srdeční rytmus, zkrátí se vám dech, cítíte závrať nebo pociťujete jakoukoliv obtíž v průběhu vašeho cvičení, PŘESTAŇTE! Než budete ve cvičení pokračovat, konzultujte to s vaším lékařem.

MONTÁŽNÍ POKYNY

Při otevření krabici v ní naleznete níže uvedené díly:



Seznam dílů:

Č.	Název	Specifikace	Ks	Č.	Název	Specifikace	Ks
1	Hlavní rám		1	60	Podložka	8	10
22	Krytka podpěry		2	12	5# Allenův utahovací klíč	5mm	1
41	Šroub	M8*16	10	11	Šroubovák	S=13,14,15	1

NÁŘADÍ PRO SESTAVENÍ:

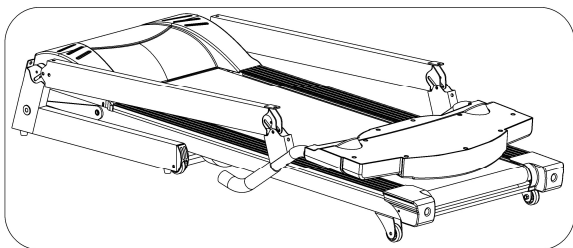
5#ALLENŮV KLÍČ 5mm 1kus

KLÍČ W/ŠROUBOVÁK S=13、 14、 15 1kus

Poznámka:Nezapínejte elektrický proud dříve, než je montáž dokončena.

MONTÁŽNÍ INSTRUKCE

MONTÁŽNÍ KROK 1



Otevřte krabici, vyndejte součástky a položte hlavní rám na podlahu.

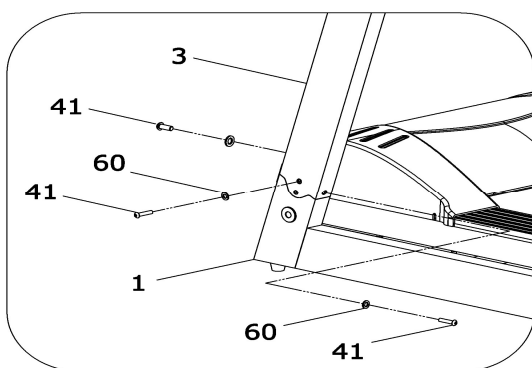
MONTÁŽNÍ KROK 2:



Zvedněte computer a vzpřímený stojan ve směru šipek, jak je vyznačeno na obrázku.

Poznámka: Když je zvedáte, ujistěte se, že vzpřímený stojan netlačí na vodiče, které jsou v něm uvnitř umístěny, přidržujte vzpřímený stojan a computer rukou tak, aby nespadly a nepřivodily vám zranění.

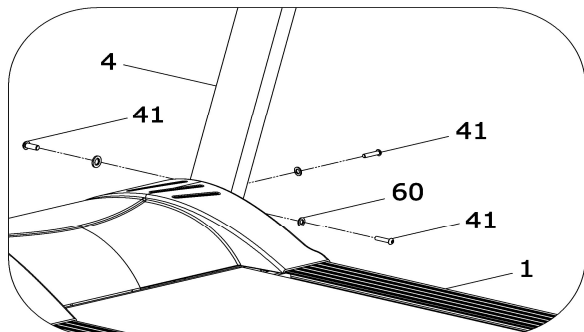
MONTÁŽNÍ KROK 3:



Použijte 5# Allenův klíč, zašroubujte šroub (41) do pérové podložky(60), pak připevněte levý vzpřímený stojan (3) k hlavnímu rámu (1).

Poznámka: Přidržujte rukou levý vzpřímený stojan, abyste se vyhnuli jeho pádu a vašemu následnému úrazu.

MONTÁŽNÍ KROK 4:

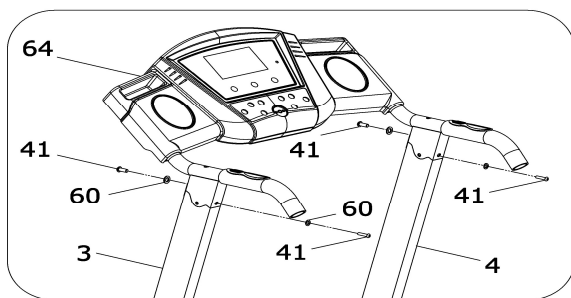


Použijte 5# Allenův klíč, zašroubujte šroub (41) do pérové podložky (60), pak připevněte pravý vzpřímený stojan (4) k hlavnímu rámu (1).

Poznámka: Přidržujte rukou pravý vzpřímený stojan, abyste se vyhnuli jeho pádu a vašemu následnému úrazu.

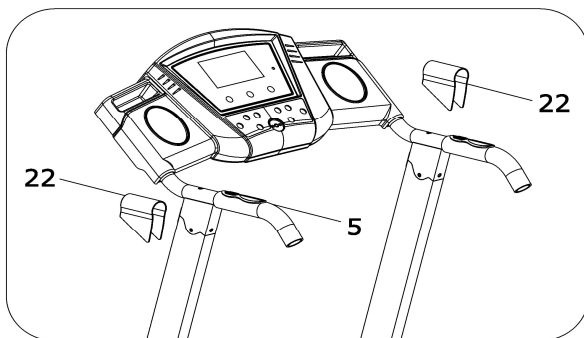
UPOZORNĚNÍ: Musíte provést celkovou montáž, jak je uvedeno výše, a dotáhnout všechny šrouby. Další kroky můžete provést až tehdy, když zkontrolujete, že je všechno v pořádku. Před použitím běžeckého pásu si prosím přečtete pozorně všechny pokyny.

MONTÁŽNÍ KROK 5:



Použijte 5# Allenův klíč, zašroubujte šroub (41) do pérové podložky(60), pak připevněte computer(64) na pravý a levý vzpřímený stojan (3,4).

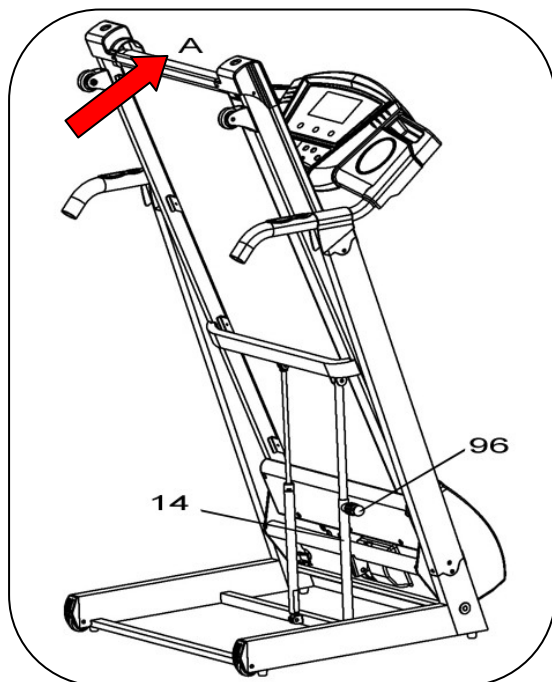
MONTÁŽNÍ KROK 6:



Zasuňte kryt vzpřímeného stojanu(22) na levou a pravou tyč madla (5)

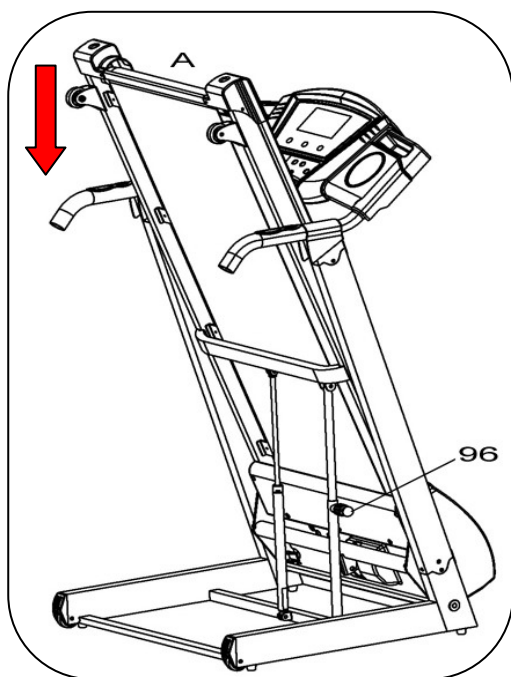
POKYNY PRO SLOŽENÍ

Vytažení:



Uchopte rukou místo A, pak táhněte nahoru ve směru šipky, dokud pružný kolík (96) nezaskočí do zarážky (14).

Stažení:

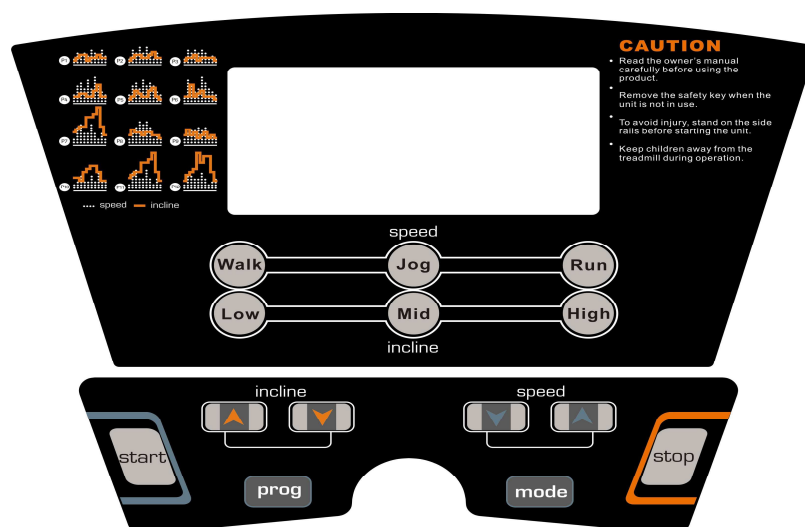


Vytáhněte zajištění (96) jednou rukou, druhou rukou stlačte základní rám ve směru šipky, základní rám se pak posune dolů automaticky.

TECHNICKÉ PARAMETRY

VELIKOST V ROZLOŽENÉM STAVU(mm)	1600*730*1370	EL. PROUD	PODLE OBJEDNÁVKY
VELIKOST VE SLOŽENÉM STAVU(mm)	700*730*1530	MAX VÝSTUPNÍ VÝKON	PODLE OBJEDNÁVKY
BĚŽECKÉ PRKNO - VELIKOST(mm)	1255*420	VSTUPNÍ PROUD	PODLE OBJEDNÁVKY
NETTO VÁHA	55KG	ÚROVEŇ SKLONU	12%
MAX. VÁHA	120KG	ROZSAH RYCHLOSTI	1.0-16KM/h
1LED DISPLAY	RYCHLOST ČAS VZDÁLENOST KALORIE PULS SKLON		

PRŮVODCE OVLÁDÁNÍM



OKÉNKA DISPLEJE:

1. "SPEED/rychlost" okénko: Program ukazuje "P1-P12-FAT/tuk"; Ukazuje rychlost v rozsahu 1.0-16 KM/h.
2. "INCL/sklon" okénko: Ukazuje úhel sklonu v rozsahu 0-12%.
3. "TIME(čas) / DIST(vzdálenost)" okénko: Střídá údaje po 5 sekundách a bude svítit odpovídající světélko. Když ukazuje 'TIME/čas', ukážou hodiny dobu cvičení kladným směrem od 0 : 00 do 99 : 59, Na 99 : 59 se "přelije" z 0 : 00. Resetujte odečítání z nastaveného času po 0:00. Když je na 0 : 00, pak se začne odečítat aktuální doba cvičení kladným směrem.
4. "CAL /PULSE= kalorie/puls" okénko: Ukazuje kalorie a puls běžce. Když ukazuje kalorie, počítá od 0 do 999, na 999 se "přelije" na 0; když kalorie odečítá, bude odečítat od nastavené hodnoty po 0, pak stroj hladce zastaví a ukáže 'End/konec', přejde po 5 sekundách do počátečního stavu. Když běžec uchopí pulsní čidlo, po 5 sekundách bude otestován jeho puls a údaje se ukážou v okénku, zároveň bude svítit indikační světélko, rozsah hodnot pulsu je od 40 do 200 úderů/min (Tyto údaje jsou pouze orientační, nemohou být považovány za lékařské údaje).

FUNKCE TLAČÍTEK:

1. Tlačítko "PROGRAM" : Když běžecký pás neběží, zmáčknete SELECT tlačítko- může kruhovou volbou vybrat a nastavit dobu cvičení a program od "0 : 00", " P1-P2-P3-P4-P5-P6-P7-P8-P9-P10-P10-P12-FAT/tuk". Manuální režim je přednastavený program, nastavená rychlost v kilometrech je 1KM/H. (0:00 je manuální režim, přednastavený program :P1-P12).
2. Tlačítko "MODE/režim" : Zmáčknete toto tlačítko pro kruhový výběr režimů: "0 : 00" "15 : 00", "1.0", "50" ("0 : 00" je manuální režim, "15 : 00" je odpočet času, "1.0" je odpočet vzdálenosti "50" je odpočet kalorií); když si vyberete jednotlivý režim, můžete zmáčknout speed/rychlost tlačítko a incline/sklon tlačítko pro nastavení odpočtu, pak zmáčknete tlačítko start pro nastartování běžecského pásu.
3. Tlačítko "START". Když zapnete elektřinu, připojte magnetickou koncovku bezpečnostního klíče k computeru. Zmáčknete tlačítko kdykoliv a motor nastartuje.
4. Tlačítko "STOP": Zmáčknete toto tlačítko, když pás běží, může zastavit motor a nastavenou předvolbu programů.

5. Tlačítko "SPEED+", "SPEED-/rychlost+/-" nastavuje předvolbu odečtu; pro nastavení rychlosti, když běžecký pás startuje, rozsah je 0.1km/1 krok. Podržte tlačítko déle než 0.5 sekundy a hodnota se bude zvyšovat nebo snižovat postupně.
6. Tlačítko "INC+", "INC-/sklon +/-" nastavuje předvolbu odečtu; pro nastavení sklonu běžeckého pásu, když startuje, rozsah je 1stupeň úrovně. Podržte tlačítko déle než 0.5 sekundy a hodnota se bude zvyšovat nebo snižovat postupně.
7. "SPEED/rychlost : 5, 8, 12" tlačítko rychlého nastavení rychlosti, nastaví rychlost rychle.
8. "INCLINE/sklon : 5, 8, 12" tlačítko rychlého nastavení sklonu, nastaví sklon rychle.

RYCHLÝ START (MANUÁLNÍ)

1. Zapojte spínač elektřiny, připojte magnetickou koncovku bezpečnostního klíče k computeru.
2. Zmáčknete START/STOP tlačítko, systém odpočítá 3 sekundy, bzučák zabzučí a okénko displeje začne odečítat, rychlost stroje bude 1.0km/hod po 3 sekundách.
3. Po nastartování můžete použít speed up/zrychlit nebo down/zpomalit pro nastavení zrychlení nebo zpomalení.

Operace cvičebního procesu:

1. Zmáčknete "SPEED -DOWN" pro snížení rychlosti běhu.
2. Zmáčknete "SPEED-UP" pro zvýšení rychlosti běhu.
3. Zmáčknete "INCLINE- DOWN" pro snížení úrovně sklonu.
4. Zmáčknete "INCLINE-UP" pro zvýšení úrovně sklonu.
5. Zmáčknete "PAUSE" pro snížení rychlosti až po zastavení.
6. Když uživatel podrží pulsní čidlo přibližně 5 sekund, uvidí na displeji údaje o pulsu.

Manuální režim:

1. Jestliže nezvolíte žádnou předvolbu a zmáčknete přímo tlačítko START, běžecký pás začne běžet přímo rychlostí 1.0km/h, ostatní okénka začnou načítat kladným směrem od okének předvolby, zmáčknete "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pro změnu rychlosti.
2. Pro nastavení času zmáčknete "MODE" tlačítko pro vstup do odečítání času, TIME/čas okénko bude ukazovat "15 : 00" a bude blikat. Zmáčknete "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pro nastavení času, který potřebujete. Rozsah nastavení je 5:00-99:00.
3. V režimu nastavení času zmáčknete tlačítko "MODE" pro vstup do odečtu vzdálenosti, DISTANCE/vzdálenost okénko ukáže "1.0" a bude blikat. Zmáčknete "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pro nastavení vzdálenosti, kterou potřebujete. Rozsah nastavení je 0.5—99.9.
4. Pro nastavení kalorií zmáčknete tlačítko "MODE". Vstoupíte do odečtu kalorií, CAL/kalorie okénko ukáže "50" a bude blikat. Zmáčknete "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pro nastavení kalorií, které potřebujete. Rozsah nastavení je 10-999.
5. Když je nastavení dokončeno, zmáčknete tlačítko "START" pro nastartování, běžecký pás se rozběhne po 3 sekundách, zmáčknete "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pro nastavení rychlosti a sklonu, zmáčknete "PAUSE" a běžecký pás se zastaví.

Vnitřní instalační program

Zmáčknete tlačítko "PROGRAM", "CAL /PULSE" okénko ukáže P1-P12 pro výběr programu, který byste chtěli. Nastavte dobu běhu, pak TIME okénko bude blikat. Ukáže přednastavený čas 10:00, zmáčknete "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pro nastavení doby cvičení, kterou potřebujete. Zmáčknete tlačítko "START" pro nastartování vnitřního instalačního programu, ten je

rozdělen do deseti sektorů. Každá cvičební doba sektoru = nastavený čas/10. Když systém vstoupí do dalšího sektoru, vydá tři zvuky "B—B—" a rychlost se bude měnit podle nastaveného programu, pak zmáčknete "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pro změnu INCLINE/sklonu a SPEED/rychlosti. Když program vstoupí do dalšího sektoru, vrátí se k běžné rychlosti a sklonu a spustí ten program, systém vydá tři zvuky "B—B—" a změni se na manuální program automaticky.

Přehled cvičebních programů

Každý program bude rozdělen na 10 stupňů podle doby cvičení a každý časový oddíl má svou vlastní rychlost a sklon.

ČASOVÝ REŽIM		ČASOVÝ INTERVAL									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	RYCHLOST	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	SKLON	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	RYCHLOST	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	SKLON	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	RYCHLOST	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	SKLON	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	RYCHLOST	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	SKLON	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	RYCHLOST	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	SKLON	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	RYCHLOST	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	SKLON	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	RYCHLOST	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	SKLON	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	RYCHLOST	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	SKLON	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	RYCHLOST	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	SKLON	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	RYCHLOST	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	SKLON	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	RYCHLOST	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	SKLON	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P12	RYCHLOST	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	SKLON	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3

ROZSAH PROGRAMŮ

	PROGRAM	ZAČÁTEK	NASTAVENÍ ROZSAH	DISPLEJ ROZSAH
ČAS(MIN:SEKUNDY)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00 - 99:59
SKLON (%)	0	0	0-12	0-12
RYCHLOST (K/h)	1.0	1.0	1.0-16	1.0-16

VZDÁLENOST (Km)	0	1.0	0.5-99.9	0.00 - 99.9
PULS (hypo/min)	P	N/A	N/A	40-200
KALORIE (THERM)	0	50	10-999	0 - 999

BODY TESTER / tělesný testér:

V počátečním stavu zmáčknete "PROGRAM" pro plynulý vstup do testéru FAT (testér tělesného tuku), zmáčknete "MODE" pro vstup do F-1, F-2, F-3, F-4, F-5 (F-1 POHLAVÍ, F-2 VĚK, F-3 VÝŠKA, F-4 VÁHA, F-5 FAT TESTÉR).

Zmáčknete "SPEED+", "SPEED-" pro nastavení F-1 – F-4 (viz následující přehled), pak zmáčknete "MODE" pro nastavení F-5, uchopíte pulsní čidlo, okénko ukáže váš index tělesné kvality po 3 sekundách. Index tělesné kvality slouží k vyjádření poměru mezi výškou a váhou. Ideální FAT/tuk by měl být 20-25, jestliže je pod 19, znamená to podváhu. Je-li mezi 25 a 29, znamená nadváhu, a jestliže je přes 30, znamená obezitu. (Tyto údaje jsou pouze orientační, nejedná se o lékařské údaje.)

F-1	Pohlaví	01 muž	02 žena
F-2	Věk	10-----99	
F-3	Výška	100----200	
F-4	Váha	20-----150	
F-5	TUK	≤19	Podváha
	TUK	=(20---25)	Normální váha
	TUK	=(25---29)	Nadváha
	TUK	≥30	Obezita

Funkce bezpečnostního klíče:

Po vytáhnutí bezpečnostního klíče se běžecský pás ihned zastaví. Všechna okénka ukážou "———", bzučák vydá 3 zvuky "B—B—", nyní se musí běžecský pás zastavit. Připojte bezpečnostní klíč zpět ke computeru a běžecský pás bude zase na počátku běhu/spuštění.

Funkce úspory energie:

Systém pracuje s funkcí úspory energie. Ve stavu, kdy čeká na nějakou operaci a je bez jakékoliv akce, je funkce úspory energie dostupná po 10 minutách a displej se uzavře. Můžete zmáchnout jakékoliv tlačítko, abyste displej znovu vyvolali.

Vypnutí:

Vypněte elektrinu. Můžete vypnout elektrický proud pro zastavení běžecského pásu, nikdy ho tak nepoškodíte.

UPOZORNĚNÍ:

1. Doporučujeme, abyste na počátku cvičení udržovali nízkou rychlost a přidržovali se madel tak dlouho, až se chůze nebo běh na běžeckém páse pro vás stanou pohodlné a příjemné.
2. Připojte magnetický bezpečnostní klíč k computeru a také připněte svorku bezpečnostní šňůry ke svému oděvu.
3. Abyste své cvičení bezpečně zakončili, zmáčkněte tlačítko PAUSE nebo zatáhněte za šňůru bezpečnostního klíče, pak se běžecký pás ihned zastaví.

CVIČEBNÍ POKYNY

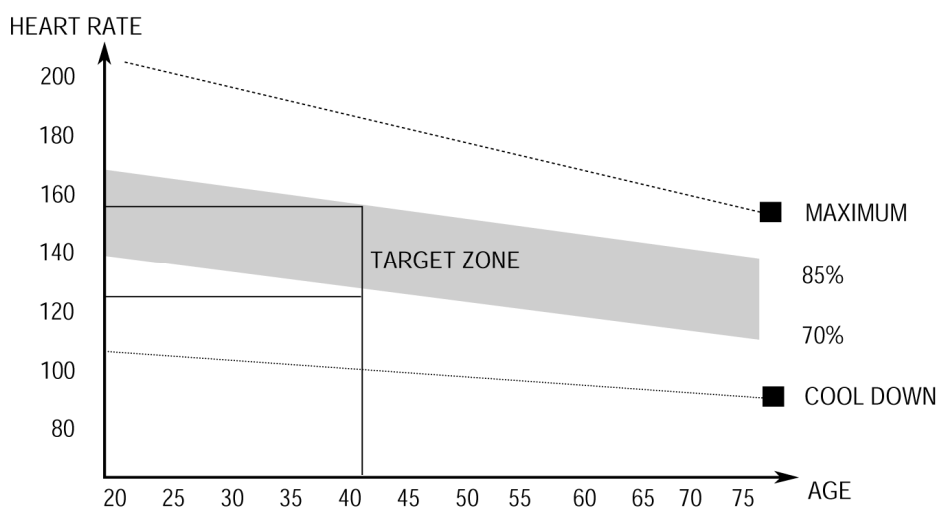
1. Zahřívací(rozcvičovací) fáze

Tato fáze pomáhá rozproudit tělem krev a napomáhá správné funkci svalů. Také snižuje riziko křečí a poranění svalů. Je vhodné udělat několik protahovacích cviků, jak je zobrazeno níže. V každé poloze byste měli vydržet přibližně 30 sekund. Necvičte silou ani nenapínejte svaly prudkým trhnutím. Jestliže pociťujete bolest – PŘESTAŇTE.

2. Cvičební fáze

Toto je fáze, ve které vyvinete úsilí. Po pravidelném cvičení na běžeckém páse se svaly na vašich nohou stanou silnějšími. Je velmi důležité udržovat při cvičení stále stejné tempo. Množství vynaloženého úsilí by mělo odpovídat zvýšení srdečního rytmu do cílové oblasti tak, jak je uvedeno na grafu níže: heart rate – srdeční rytmus, target zone – cílová oblast, age – věk, cool down – zklidnění.

Tato fáze by měla trvat minimálně 12 minut, ačkoliv většina lidí začíná na 15 – 20 minutách.



3. Fáze zklidnění

Tato fáze má za úkol zklidnit váš kardiovaskulární systém i svaly. Je v podstatě zopakováním zahřívací(rozcvičovací) fáze, takže snižte tempo a pokračujte přibližně 5 minut. Nyní byste měli zopakovat protahovací cvičení, znovu dejte pozor a při protahování nepoužívejte příliš síly nebo nedělejte prudké pohyby.

Až se budete cítit lépe, můžete cvičit déle a více. Je doporučeno trénovat nejméně třikrát týdně, a je-li to možné, rozvrhněte si dobu cvičení pravidelně do celého týdne.

Chcete-li si vypracovat svaly činností na vašem běžeckém páse, budete muset nastavit odpor docela vysoko. To donutí svaly na vašich nohou vyvinout větší úsilí, ale může to znamenat, že nebudete moci cvičit

tak dlouho, jak byste chtěli. Jestliže se také pokoušíte zlepšit svoji kondici, je zapotřebí, abyste cvičební programy střídali. Měli byste cvičit jako obvykle během zahřívací a zklidňovací fáze, ale ke konci cvičební fáze byste měli zvýšit odpor, abyste přinutili pracovat své nohy více než normálně. Možná budete muset snížit vaši rychlost, abyste udrželi činnost srdce v cílové zóně(viz tabulka výše). Důležitým faktorem je velikost úsilí, které vyvinete. Čím více a déle budete cvičit, tím více kalorií spálíte. Je to totéž, jako kdybyste trénovali kvůli zvýšení kondice, jen cíl se liší.

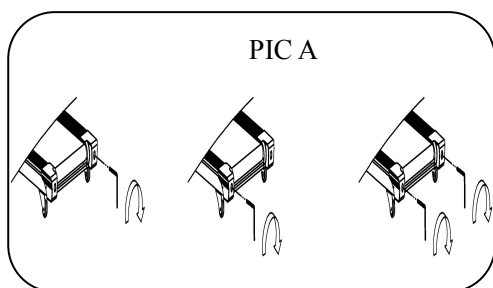
POKYNY K ÚDRŽBĚ

CENTROVÁNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU A SEŘÍZENÍ JEHO VYPNUTÍ

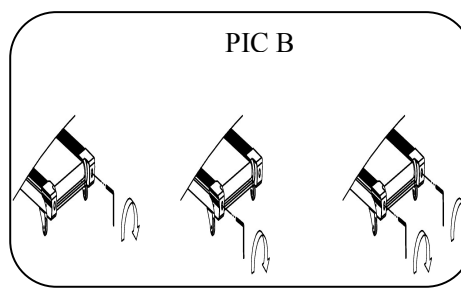
NEPŘETĚŽUJTE běžecký pás. Může to způsobit snížení výkonu motoru a následné větší opotřebení válce.

CENTROVÁNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU:

- Umístěte běžecký pás na rovný povrch.
- Nechte jej běžet rychlostí přibližně 3.5 mil/hod.
- Jestliže se pás vychyluje doprava, otočte pravým seřizovacím šroubem o 1/2 otáčky ve směru hodinových ručiček a levým seřizovacím šroubem 1/2 otáčky proti směru hodinových ručiček.
- Jestliže se pás vychyluje doleva, otočte levým seřizovacím šroubem o 1/2 otáčky ve směru hodinových ručiček a pravým seřizovacím šroubem 1/2 otáčky proti směru hodinových ručiček.



Obr. A pokud se pás vychyluje doleva



Obr. B pokud se pás vychyluje doprava

UPOZORNĚNÍ: VŽDY VYTÁHNĚTE PŘÍVODNÍ ELEKTRICKOU ŠNŮRU ZE ZÁSUVKY PŘED ČISTĚNÍM NEBO OPRAVOU ZAŘÍZENÍ.

ČISTĚNÍ

Celkové čištění stroje velmi prodlouží jeho životnost. Pravidelně čistěte běžecký pás. Dobře čistěte exponované části desky na straně běžeckého pásu a také na straně bočních příček. To sníží hromadění cizího materiálu(špíny) pod běžeckým pásem.

Povrch pásu můžete čistit utěrkou namočenou v mýdlovém roztoku. Dejte pozor, aby se tekutina nedostala do motorizované části rámu nebo pod pás.

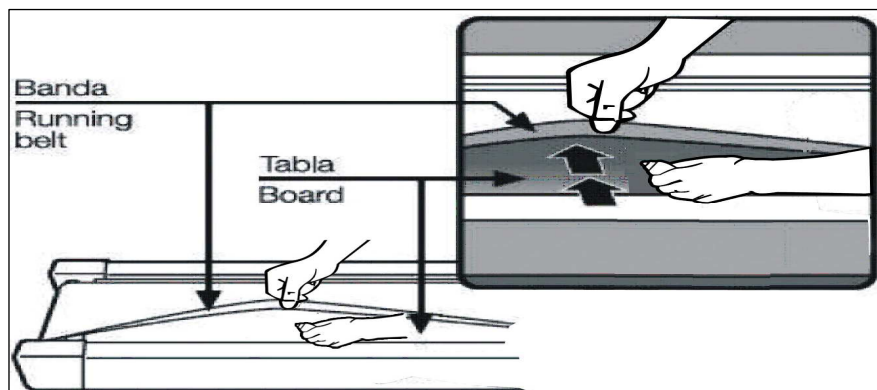
Upozornění: Vždy vypojte elektrickou přívodní šňůru před odstraněním krytu motoru. Nejméně jedenkrát ročně zvedněte kryt motoru a vysajte prostor pod ním.

PROMAZÁNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU A PRKNA

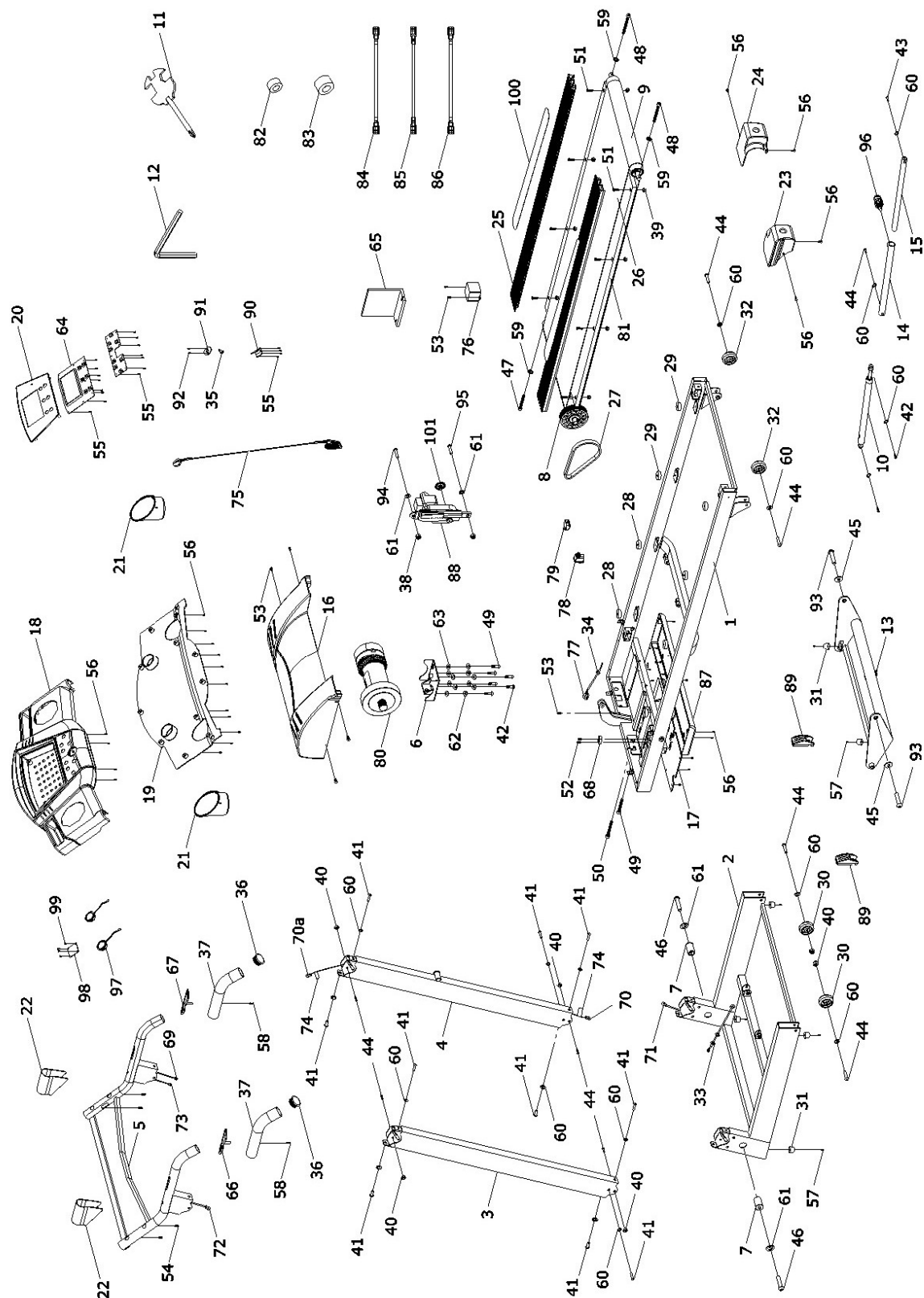
Tento běžecký pás je vybaven systémem promazávání, který nevyžaduje velkou údržbu. Tření pásu/prkna může hrát velkou roli při funkčnosti a životnosti běžeckého pásu, a proto je zapotřebí pravidelné promazávání. Doporučujeme pravidelnou kontrolu prkna.

Doporučujeme pravidelné promazávání prkna podle následujícího rozpisu:

- Nenáročný uživatel (méně než 3 hodiny týdně) jednou ročně
- Průměrný uživatel (3-5 hodin týdně) každých šest měsíců
- Náročný uživatel (více než 5 hodin týdně) každé tři měsíce



Nákres rozloženého stroje



SEZNAM DÍLŮ

#	POPIS	POZNÁMKA	KS	#	POPIS	POZNÁMKA	KS
1	HLAVNÍ RÁM		1	36	VNITŘNÍ KONCOVÁ ZÁSLEPKA		2
2	RÁM ZÁKLADNY		1	37	PĚNA		2
3	LEVÝ VZPŘÍMENÝ RÁM		1	38	POJISTNÁ MATICE	M10	2
4	PRAVÝ VZPŘÍMENÝ RÁM		1	39	POJISTNÁ MATICE	M6	8
5	DRŽÁK COMPUTERU		1	40	POJISTNÁ MATICE	M8	6
6	DRŽÁK MOTORU		1	41	ŠROUB	M8*16	10
7	OTOČNÉ OSY ZÁKLADNÍHO RÁMU		2	42	ŠROUB	M8*25 L15	4
8	PŘEDNÍ VÁLEC/KLADKA		1	43	ŠROUB	M8*35 L25	1
9	ZADNÍ VÁLEC/KLADKA		1	44	ŠROUB	M8*40 L20	9
10	VÁLEC		1	45	PLOCHÁ PODLOŽKA	10	2
11	KLÍČ W/ŠROUBOVÁK	S=13、14、15	1	46	ŠROUB	M10*55	2
12	5#ALLENŮV KLÍČ	5mm	1	47	ŠROUB	M6*45	1
13	RÁM SKLONU		1	48	ŠROUB	M6*55	2
14	CELEK HLADKÉHO TUBUSU		1	49	ŠROUB	M8*35	5
15	HLADKÝ TUBUS		1	50	ŠROUB	M8*45	1
16	HORNÍ KRYT MOTORU		1	51	ŠROUB	M6*35	8
17	SPODNÍ DESKA		1	52	ŠROUB	M3*8	2
18	HORNÍ KRYT COMPUTERU		1	53	ŠROUB	M5*8	7
19	DOLNÍ KRYT COMPUTERU		1	54	ŠROUB	M6*16	4
20	OVLÁDACÍ PANEL COMPUTERU		1	55	ŠROUB	ST2.9*6.5	19
21	LÁHVOVÝ DRŽÁK		2	56	ŠROUB	ST4.2*12	33
22	KRYT VZPŘÍMENÉHO RÁMU		2	57	ŠROUB	M4*16	4
23	LEVÝ ZADNÍ KRYT		1	58	ŠROUB	ST4.0*20	2
24	PRAVÝ ZADNÍ KRYT		1	59	PÉROVÁ PODLOŽKA	6	3
25	BOČNÍ PŘÍČKA		2	60	PÉROVÁ PODLOŽKA	8	16
26	BĚŽECKÝ PÁS		1	61	PÉROVÁ PODLOŽKA	10	2
27	PÁS		1	62	PRUŽNÁ PODLOŽKA	8	6
28	TLUMÍCÍ PODLOŽKA MODRÁ		4	63	PLOCHÁ PODLOŽKA	8	6
29	TLUMÍCÍ PODLOŽKA ČERNÁ		4	64	COMPUTER		1
30	TRANSPORTNÍ KOLO		2	65	DOLNÍ OVLÁDACÍ PANEL		1
31	TLUMÍCÍ PODLOŽKA		6	66	PULSNÍ SPÍNAČ		1
32	NASTAVITELNÉ KOLO VODÍČI KLDKY		2	67	PULSNÍ SPÍNAČ		1
33	KULATÁ ZÁSTRČKA OCHRANNÉHO VODIČE		2	68	MAGNETICKÉ ČIDLO		1
34	SPONA PŘÍVODNÍ ŠNŮRY		1	69	HORNÍ VODIČ COMPUTERU		1
35	BEZPEČNOSTNÍ KLÍČ-KONCOVKA/MAGNET		1	70	PROSTŘEDNÍ VODIČ COMPUTERU		1
71	DOLNÍ VODIČ COMPUTERU		1	87	DOLNÍ KRYT MOTORU		1
72	SPÍNACÍ VEDENÍ		1	88	MOTOR SKLONU		1
73	VODIČ ZRYCHLENÍ PULSU		1	89	OCHRANNÝ KRYT KOLA		2

74	ŠTÍTEK	2	90	SPÍNACÍ PANEL	1
75	BEZPEČNOSTNÍ KLÍČ	1	91	KOVOVÁ SPONA BEZPEČNOSTNÍHO KLÍČE	1
76	TRANSFORMÁTOR	1	92	ŠROUB	ST2.9*8 2
77	ELEKTRICKÝ VODIČ	1	93	ŠROUB	M10*25 2
78	SPÍNAČ	1	94	ŠROUB	M10*25 L15 1
79	OCHRANA PŘEPĚTÍ	1	95	ŠROUB	M10*35 L15 1
80	DC MOTOR	1	96	TAŽNÁ POJISTKA/KOLÍK	1
81	BĚŽECKÉ PRKNO	1	97	REPRODUKTOR	2
82	MAGNETICKÉ JÁDRO	1	98	MP3 MMCB	1
83	MAGNETICKÝ KROUŽEK	1	99	ŠROUB	M4*12 4
84	AC JEDNODUCHÝ VODIČ	1	100	PROTISKLUZOVÁ PODLOŽKA	2
85	AC JEDNODUCHÝ VODIČ	1	101	DESKA/VRSTVA SE SVĚT.SENZORY	1
86	AC JEDNODUCHÝ VODIČ	1			

PŘÍRUČKA PRO VYHLEDÁVÁNÍ A ODSTRAŇOVÁNÍ ZÁVAD

1. Pravděpodobné příčiny, proč computer po zapnutí nepracuje: Vodič z computeru do spodní části řídicího panelu není dobře zapojen nebo je spálený transformátor. Zkontrolujte všechny vodiče vedoucí z computeru do řídicího panelu a ujistěte se, že jsou správně zapojeny. Jestliže je zničen vodič, vyměňte jej. Jestliže výše uvedené kroky nevyřešily problém, zkuste vyměnit transformátor.
2. E01: Porucha hlášení. Pravděpodobná příčina: Vodiče z computeru a spodní části řídicího panelu nejsou dobře propojeny, zkontrolujte prosím každý vodič. Jestliže je vodič zničen, vyměňte jej.
3. E02: Zkrat. Zkontrolujte el.proud. Pro testování použijte správný elektrický proud. Zkontrolujte, zda neshořel řídicí panel, pokud ano, vyměňte jej a znovu připojte vodiče motoru.
4. E03: Žádný signál senzoru/čidla. Špatný vodič senzoru, vyměňte jej. Nefunguje magnetické čidlo, vyměňte jej nebo resetujte.
5. E04: Rozpoznávání náklonu nepracuje. Zkontrolujte VR vodič motoru sklonu, zda je správně zapojen. Jestliže není, znovu připojte VR, aby spojení bylo pevné. Zkontrolujte AC vodič motoru, zda je dobře připojen a AC vodič motoru, zda je zasunut do správné značky řídicího panelu. Zkontrolujte propojovací vodič motoru, pokud je poškozen, vyměňte jej nebo vyměňte motor náklonu. A zmáčkněte "learning/informační" tlačítko dole na řídicím panelu, abyste zjistili, zda je po kontrole vše v pořádku.
6. E05: Ochrana přepětí. Přetížený nebo zastavený/zaseknutý motor z důvodu zvýšení elektrického proudu – stroj nastartuje vlastní ochranný systém. Seřídte přístroj a restartujte jej.. Zkontrolujte, zda motor nevydává(nepatřičný) hluk, nebo jestli vyhořel řídicí panel motoru, vyměňte motor a jeho řídicí část. Použijte správné napětí.

7、 Jestliže motor nepracuje po zmáčknutí tlačítka START, pravděpodobná příčina je následující: vodiče motoru jsou poškozeny, bezpečnostní trubice je pokažená nebo spadla, vodič motoru není dobře zapojen, IGBT na řídícím panelu vyhořel. Zkontrolujte výše uvedené možné příčiny a vyměňte odpovídající součástku.

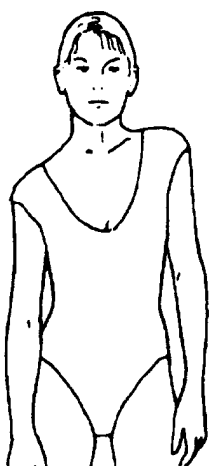
SKLADOVÁNÍ

Skladujte běžecký pás na čistém a suchém místě. Zajistěte, aby bezpečnostní spínač byl vypnutý a v pozici „OFF“/vypnuto a aby kabel přívodu el. proudu byl odpojen z elektrické zásuvky vždy, když běžecký pás nepoužíváte.

DOPORUČENÉ ZAHŘÍVACÍ CVIKY

PROTAŽENÍ KRKU A HLAVY

Uklánějte hlavu doprava na jednu dobu, až ucítíte protažení levé strany krku. Poté se vraťte do původní pozice opět na jednu dobu a uklánějte hlavu na druhou stranu. Poté hlavu zakloňte a otevřete ústa, protahujete tím bradu. Nakonec hlavu skloňte směrem k hrudníku a vraťte se do pozice na začátku.

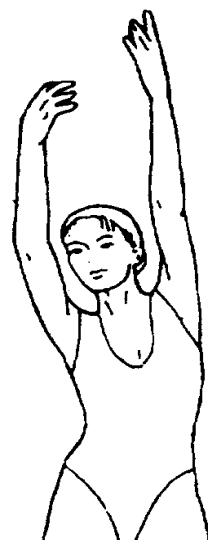


PROTAŽENÍ RAMEN

Zdvihněte pravé rameno k uchu. Pak zdvihněte levé rameno k uchu a zároveň klesejte z pravým ramenem.

BOČNÍ PROTAŽENÍ

Rozpažte a zvedněte ruce nad hlavu. Vytáhněte je co nejvýše a lehce se uklánějte do boku. Měli byste cítit protažení druhé strany zad. Opakujte na druhou stranu.



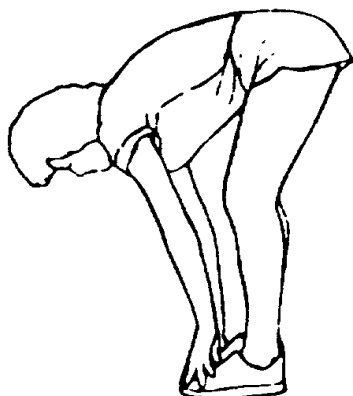
PROTAŽENÍ VNĚJŠÍHO STEHNA

Jednou rukou se opřete o stěnu a druhou uchopte jednu nohu a přitáhněte směrem k hýždím. Přitahujte nohu jak to bude nejbližší snesitelné. Počítejte do patnácti a pak povolte. Opakujte s druhou nohou.

PROTAŽENÍ VNITŘNÍHO STEHNA

Sedněte si s chodidly k sobě, kolena směřují ven. Přitahujte nohy tak blízko k tříslům, jak je to možné. Jemně tlačte kolena směrem k podlaze. Počítejte do patnácti.



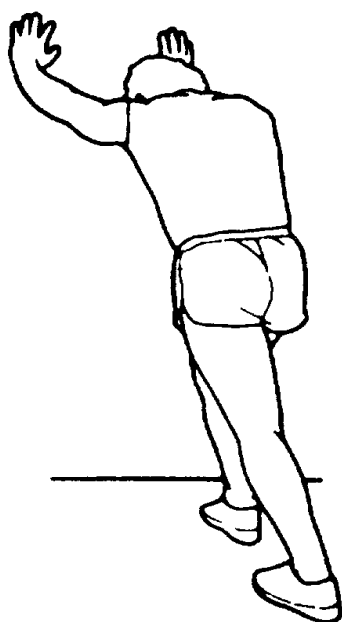
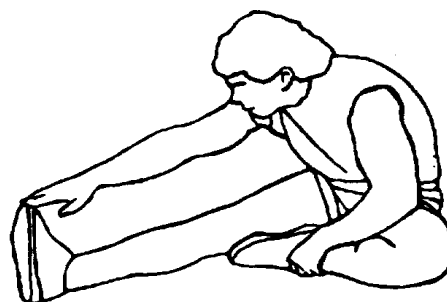


DOTEK PRSTŮ

Pomalou se ohýbejte od pasu dolů k zemi s ohnutými zády a uvolněnými rameny. Snažte se rukama dotknout palců u nohou. Postupujte tak daleko, jak můžete a setrvejte asi 15 sekund

PROTAŽENÍ KOLENNÍ ŠLACHY

Sedněte si s nataženou pravou nohou. Levou nohu pokrčte tak, aby chodidlo směřovalo k pravému vnitřnímu stehnu. Natahujte se směrem k palci na noze co nejvíce, jak je to možné. Počítejte do patnácti. Pak chvíli odpočiňte a opakujte s druhou nohou.



PROTAŽENÍ ACHILLOVY ŠLACHY A LÝTKA

Opřete se o stěnu, ohněte pravou nohu vzad, přitáhněte rukou a pomalu se zhoupněte v bocích. Poté ohněte levou nohu a opakujte stejný pohyb. Vydržte, opakujte s každou nohou 15krát.

Záruční podmínky CZ:

Prodávající poskytuje na tento výrobek následující záruky:

10. záruka na rám vyrobený z oceli pro prvního majitele je 60 měsíců ode dne prodeje zákazníkovi.
11. záruka na computer a elektrozařízení je 60 měsíců ode dne prodeje zákazníkovi.
12. záruka na ostatní díly je 24 měsíců ode dne prodeje zákazníkovi.

Záruka se nevztahuje na závady vzniklé:

2. zaviněním uživatele, tj. poškození výrobku neodbornou repasí, nesprávnou montáží, nedostatečným nebo nadměrným upnutím běžeckého pásu, nedostatečným utáhnutím všech částí stroje
3. nesprávnou údržbou
4. mechanickým poškozením
5. opotřebením dílů při běžném používání (např. gumové a plastové části, pohyblivé mechanismy, atd.)
6. neodvratnou událostí, živelnou pohromou
7. neodbornými zásahy
8. nesprávným zacházením, či nevhodným umístěním, vlivem nízké nebo vysoké teploty, působením vody, neúměrným tlakem a nárazy, úmyslně pozměněným designem, tvarem nebo rozměry

Upozornění:

Cvičení doprovázené zvukovými efekty a občasným vrzáním není závada bránící řádnému užívání stroje a tudíž nemůže být předmětem reklamace. Tento jev lze odstranit běžnou údržbou.

Upozornění: u základních modelů jsou použita věnečková ložiska. Doba životnosti u těchto ložisek může být kratší než je doba záruky. Doba životnosti je přibližně 100 provozních hodin.

V době záruky budou odstraněny veškeré poruchy výrobku způsobené výrobní závadou nebo vadným materiálem výrobku tak, aby věc mohla být řádně užívána.

Reklamáce se uplatňuje zásadně písemně s přesným popisem o závadě a potvrzeným dokladem o zakoupení.

Záruku lze uplatňovat u výrobce: Seven Sport s.r.o, Dělnická 957, 749 01, Vítkov nebo u organizace, ve které byl výrobek zakoupen.

Datum prodeje :

Razítko a podpis prodejce :

Dodavatel:
SEVEN SPORT s. r. o.

Dělnická 957, Vítkov 749 01

www.insportline.cz



ZÁRUČNÍ A POZÁRUČNÍ SERVIS ZAJIŠŤUJE:

SEVEN SPORT s. r. o., Dělnická 957, 749 01 Vítkov

www.insportline.cz

tel: +420 556 770 191, email: servis@insportline.cz

pro Slovensko: inSPORTline s.r.o., Bratislavská 36, 911 05 Trenčín

tel: + 421 32 6526704, email: insportline.reklamacie@stonline.sk



SK- Bežecský pás MADEROS IN 2033

UŽIVATELSKÝ MANUÁL



ZÁRUČNÝ A POZÁRUČNÝ SERVIS ZAISTUJE:

inSPORTline s.r.o., Bratislavská 36, 911 05 Trenčín
tel: + 421 32 6526704, email: insportline.reklamacie@stonline.sk
www.insportline.sk

UPOZORNENIE

Prečítajte si pozorne všetky inštrukcie pred použitím tohto výrobku:

----Pri používaní tohto bežiaceho pásu, majte pripnutú bezpečnostnú sponu k vášmu oblečeniu.

----Pri behu majte vaše ruky v prirodzenej polohe, otočený buďte vpred,

Nikdy sa nepozerajte dole na vaše nohy.

----Pridávajte rýchlosť krok po kroku počas behu.

----V prípade núdze, potiahnite "núdzové stop tlačidlo" okamžite.

----Po ukončení cvičenia na zariadení vystúpte, až keď sa zastaví bežiaci pás.

Upozornenie: Prečítajte si montážne inštrukcie pozorne, držte sa inštrukcií pri montáži zariadenia.

UPOZORNENIE

- 1、Pred začiatkom cvičebného programu, konzultujte tento so svojím lekárom.
- 2、Skontrolujte či sú všetky skrutky riadne pritiažené.
- 3、Nikdy neumiestňujte bežiaci pás do vlhkého prostredia, pretože toto môže spôsobiť problémy.
- 4、Nenesieme žiadnu zodpovednosť za škody alebo zranenia spôsobené hore vyššie uvedenými príčinami.
- 5、Oblečte si športové oblečenie a obuv pred samotným behom.
- 6、Necvičte 40 minút po jedle.
- 7、Aby ste predišli zraneniam, prosím zahrejte sa cvikmi pred samotným cvičením.
- 8、Konzultujte s lekárom pred cvičením ak máte vysoký krvný tlak.
- 9、Bežiaci pás je určený na používanie výhradne dospelými osobami.
- 10、Zabezpečte pre starších, deti a hendikepovaných starostlivosť a dohľad.
- 11、Nezasúvajte nič do žiadnych častí zariadenia, nakoľko by ste ho mohli poškodiť.
- 12、Nezapájajte prípojku do stredu kábla, nepredlžujte kábel alebo nemeňte prípojku, nepokladajte naň žiadne ťažké predmety, nepokladajte kábel do blízkosti horúceho zdroja, je zakázané používať elektrickú zástrčku s niekoľkými vstupmi, môžu spôsobiť oheň alebo môže byť zranený človek elektrickým prúdom.
- 13、Vypnite z elektriky, pokiaľ sa zariadenie nepoužíva. Ak je zariadenie vypnuté, nestáčajte kabala aby ste predišli jeho zlomeniu.

Dôležité bezpečnostné upozornenia

1. Zapojte elektrickú šnúru bežiaceho pásu do priamo do zástrčky ktorá má 10 amps.

Inštrukcie pre uzemnenie:

Tento výrobok musí byť uzemnený. V prípade poruchy alebo výpadku, uzemnenie poskytne cestu pre menší odpor pre risk z elektrického šoku.

2. Umiestnite bežiaci pás na čistý, rovný povrch. Neumiestňujte bežiaci pás na hrubý koberec, pretože ten môže zabrániť správnej ventilácii. Neumiestňujte bežiaci pás v blízkosti vody alebo do vonkajšieho prostredia.

3. Umiestnite bežiaci pás tak, aby bola zástrčka viditeľná a prístupná.

4. Nikdy nezapínajte bežiaci pás vtedy, keď na stojíte alebo kráčate na bežiacej časti. Po zapnutí zariadenia a nastavenia kontroly rýchlosti, môže nastať prestávka pred tým, ako sa bežiaci pás pohne, vždy stojte na bočných lištách rámu, pred tým ako sa pohne bežiaci pás.

5. Vždy si oblečte správne oblečenie, pokiaľ cvičíte na bežiacom páse. Nepoužívajte voľné oblečenie, ktoré sa môže zachytiť do bežiaceho pásu. Vždy používajte bežiacu obuv s gumenou podrážkou

6. Vždy odpojte bežiaci pás od elektriky po ukončení cvičenia.

7. Udržujte malé deti mimo bežiaceho pásu počas jeho prevádzky.

8. Vždy sa držte rukoväti počas behu alebo chôdze na b bežiacom páse, až pokiaľ sa necítite pohodlne s používaním bežiaceho pásu.

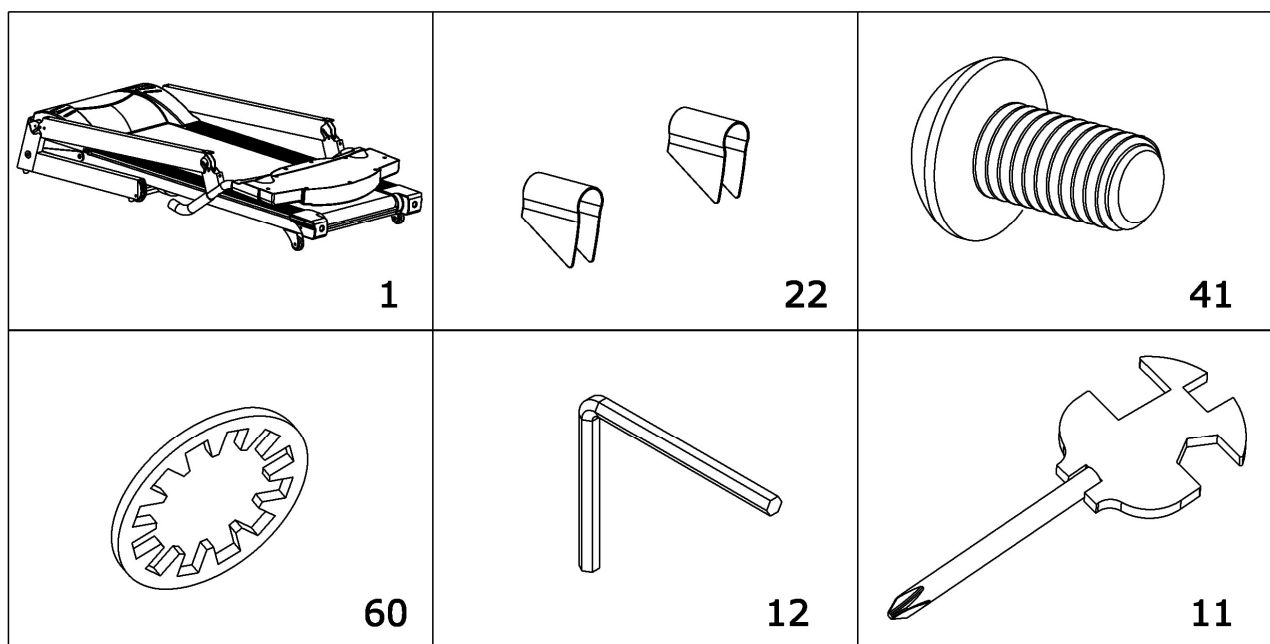
9. Vždy majte pripnutú bezpečnostnú sponu na vaše oblečenie počas používania bežiaceho pásu. Ak by sa mala nečakane zmeniť rýchlosť bežiaceho pásu kvôli elektrickej poruche, alebo sa rýchlosť zvýšila, bežiaci pás sa zastaví pri vytiahnutí bezpečnostnej spony z konzoly.

10. Pokiaľ sa bežiaci pás nepoužíva, mala by byť elektrická šnúra vytiahnutá zo zástrčky a bezpečnostná spona vytiahnutá z konzoly.

11. Pred začatím cvičebného programu, konzultujte so svojím lekárom. Môže vám pomôcť nastaviť správnu cvičebnú frekvenciu, intenzitu (cieľovú srdcovú zónu) a čas ktoré sú primerané vášmu veku a fyzickej kondícii. Ak pociťujete nevoľnosť, alebo nepravidelnú dýchavičnosť, búšenie srdca, alebo akékoľvek iné príznaky nevoľnosti, okamžite prestaňte s cvičením. Konzultujte so svojím lekárom, pred tým ako budete pokračovať.

MONTÁŽNE INŠTRUKCIE

Po otvorení krabice nájdete nasledujúce časti zariadenia:



Zoznam súčiastok :

Č.	Popis.	Špecifikácia	počet.	Č.	Popis.	Špecifikácia	počet.
1	Hlavný rám		1	60	podložka	8	10
22	Krytka podpery		2	12	5#uťahovací kľúč	5mm	1
41	skrutka	M8*16	10	11	skrutkovač	S=13、14、15	1

UPEVNŮVACIE NÁSTROJE:

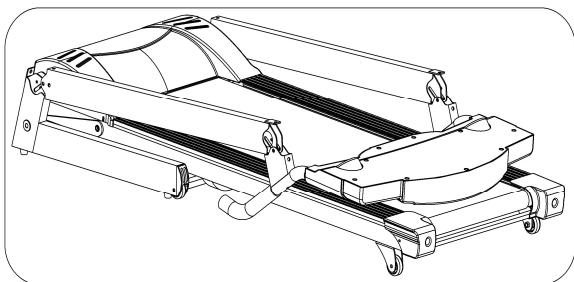
5#UŤAHOVACÍ KLÍČ 5mm 1 ks、

SKRUTKOVAČ S=13、14、15 1ks

Upozornenie: Nezapínajte do električky pred kompletným ukončením montáže.

MONTÁŽNE INŠTRUKCIE

MONTÁŽ PRVÝ KROK :



Otvorte krabicu, vyberte jednotlivé časti, položte hlavný rám na podlahu.

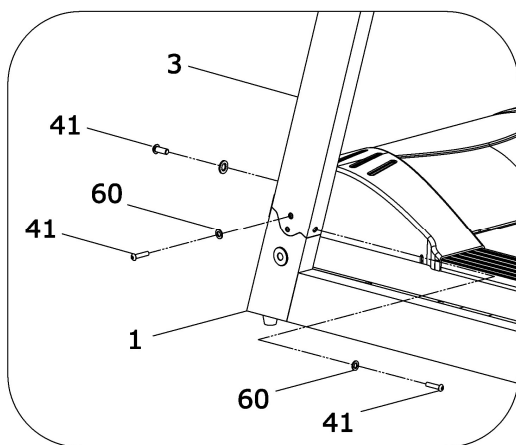
MONTÁŽ DRUHÝ KROK:



Nasmerujte počítač a podpery smerom dopredu ako ukazujú šípky.

poznámka: Pri tom ako ich budete vyťahovať, presvedčte sa, že podpery nestláčajú kábel, pridržujte si podpery a počítač druhou rukou aby vám pri montáži nespadli a nespôsobili poranenie.

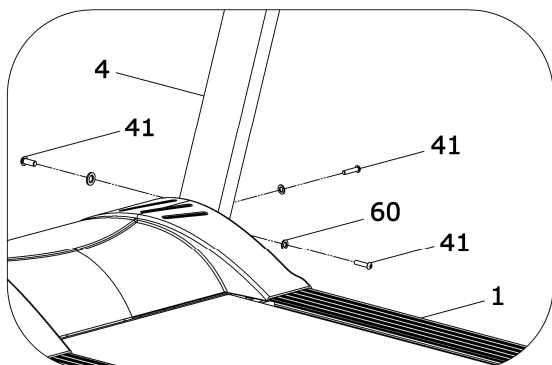
MONTÁŽ TRETÍ KROK:



Použite kľúč 5# , zaskrutkujte až po podložku (41) (60), potom utiahnite ľavú podperu (3) k HLAVNÉMU RÁMU (1)

Poznámka: Podprite ľavú podperu s rukou, predídete jej spadnutiu a prípadnému zraneniu.

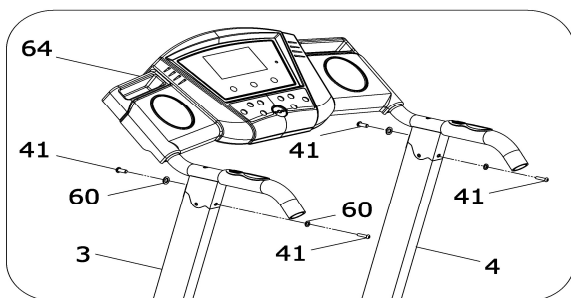
MONTÁŽ KROK 4:



Použite 5# kľúč, zaskrutkujte až po (41) podložku, (60), potom utiahnite pravú podperu (4) k HLAVNÉMU RÁMU (1)

Poznámka: Podprite pravú podperu s rukou, predídete jej spadnutiu a prípadnému zraneniu.

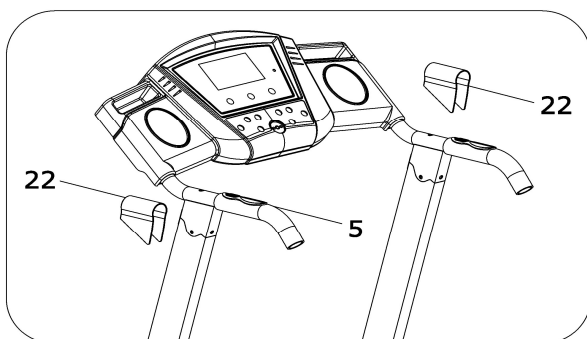
MONTÁŽ KROK 5:



Použite kľúč 5# , zaskrutkujte (41) až po podložku(60), potom utiahnite počítač (64) k pravej a ľavej podpere (3,4).

UPOZORNENIE : je potrebné vykonať kompletnú montáž, ako je ukázané hore vyššie, a riadne utiahnuť všetky skrutky. Nasledujúci krok vykonávajú až potom, ako sa presvedčíte, že všetko je OK. Pred použitím bežiaceho pásu, si prosím pozorne prečítajte návod na použitie.

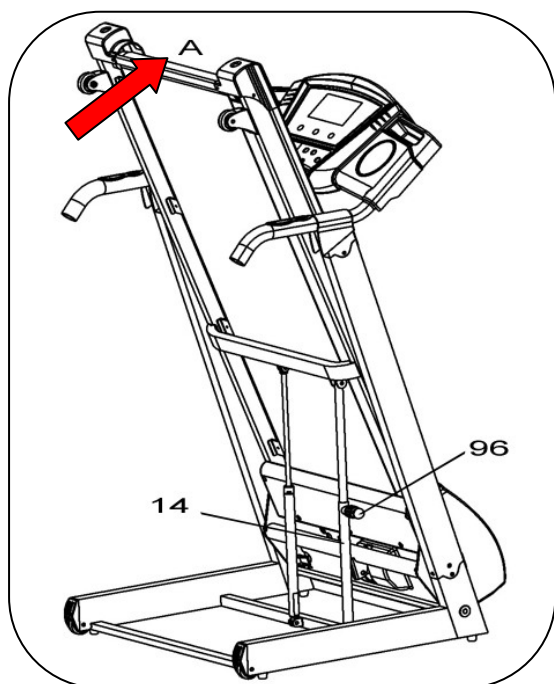
MONTÁŽ KROK 6:



Namontujte krytky podper (22) na ľavú a pravú podperu rukoväte (5)

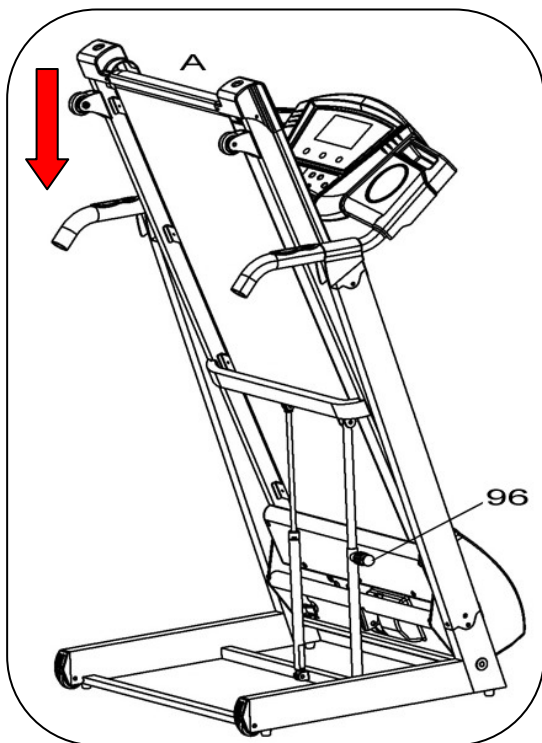
INŠTRUKCIE PRE ROZKLADANIE A SKLADANIE

Rozloženie:



Podržte si miesto A s rukou, potom zatlačte smerom vyznačeným šípkou, až pokiaľ podperná tyč (96) nezapadne do bloku (14)

Zloženie:

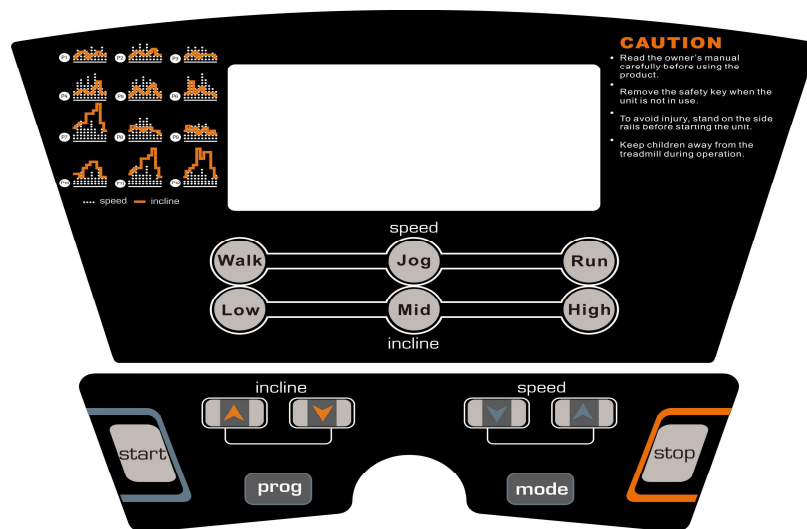


Po vytiahnutí tlačidla (96) jednou rukou, stlačte hlavný rám v smere ako ukazuje šípka, nato sa hlavný rám zloží dole automaticky

TECHNICKÉ PARAMETRE

ROZLOŽENÁ VEĽKOSŤ(mm)	1600*730*1370	VÝKON	PODLA POZIADAVKY
ZLOŽENÁ VEĽKOSŤ(mm)	700*730*1530	MAX VÝCHODZÍ VÝKON	PODLA POZIADAVKY
VEĽKOSŤ BEŽIACEJ PLOCHY(mm)	1255*420	ELEKTRICKÝ VSTUP	PODLA POZIADAVKY
VÁHA ZARIAD.	55KG	ÚROVNE SKLONU	12%
MAX VÁHA	120KG	ÚROVNE RÝCHLOSTI	1.0-16KM/h
1LED DISPLEJ	RÝCHLOST CAS VZDIALENOST KALÓRIE PULZ SKLON		

NÁVOD NA POUŽITIE



DISPLEJ POČÍTAČA:

1. “RÝCHLOS’T” : Program zobrazí “P1-P12-FAT(tuk)”; zobrazí rýchlosť, rozpätie: 1.0-16 KM/h.
2. “SKLON”: Zobrazí úroveň sklonu 0-12%
3. “ČAS / VZDIALENOSŤ” : Zapnite údaje na 5 sekúnd, a zasvieti sa prislúchajúce svetlo. Pri zobrazovaní ‘ČASU’ , zobrazí čas cvičenia a hodiny od 0 : 00-99 : 59 , do 99 : 59 začína znovu od 0 : 00 zresetuje sa, odrátavanie sa začne znovu od 0 : 00 , Pri zobrazení 0 : 00, sa aktuálny cvičebný čas začne odrátavať.
4. “KALÓRIE /PULZ” : Zobrazí bežcove spálené kalórie a pulz . Pri zobrazení kalórií, odpočítavanie sa začína od 0 do 999, od 999 sa údaje vyčistia a začína sa odpočítavať znovu od 0; keď sa odrátavajú kalórie od prednastavenej hodnoty, pri 0, sa zariadenie pomaly zastaví a zobrazí sa KONIEC End’, vráti sa k počiatočnému stavu po 5 sekundách. Keď sa bežec pridrží rukoväti na senzore pulzu, zariadenie otestuje pulz a po 5 sekundách zobrazí údaje na displeji sa v rovnakom čase zobrazí rozpätie pulzu od 40 do 200 hypo/min (údaje sú iba orientačné, nemôžu byť využívané ako lekárske údaje).

FUNKCIE TLAČIDIEL:

1. “PROGRAM” Tlačidlo : Pokiaľ nie je bežiaci pás v prevádzke, stlačte SELECT , ktorým si môžete navoliť cvičebný čas a program od “0 : 00”“ P1-P2-P3-P4-P5-P6-P7-P8-P9-P10-P10-P12-FAT”. Manuálna úroveň je predvoliteľný program, nastavenie rýchlosti v je 1KM/H. (0:00 je manuálna úroveň, pred nastavený program je :P1-P12)
2. “MODE” Úroveň tlačidlo : Stlačte pre navolenie úrovne: “0 : 00” “15 : 00”, “1.0”, “50” (“0 : 00” je

manuálny model, "15 : 00" je čas ktorý sa bude odrátavať, "1.0" je vzdialenosť ktorá sa odpočítava a "50" kalórie); keď si nastavíte všetky úrovne, môžete stlačiť tlačidlo rýchlosti a tlačidlo sklonu pre nastavenie odpočítavania a potom stlačte START pre spustenie bežiaceho pásu.

- 3, "START" tlačidlo : pri spustení a pripevnení koniec magnetu bezpečnostnej spony na počítač, stlačte tlačidlo kedykoľvek pre naštartovanie motora..
- 4, "STOP" tlačidlo: stlačte počas behu, zastaví sa motor a môžete nastaviť program ktorý požadujete
- 5, "SPEED+", "RÝCHLOSŤ-" Tlačidlo : nastavte odrátavanie; nastavte si rýchlosť keď sa zapne bežiaci pás, prírastok je 0.1km/hypo in kilometer. Stlačte tlačidlo na viac ako 0.5 sekundy, rýchlosť pôjde smerom hore alebo dole trvácne.
- 6, "INC+", "SKLON-" Tlačidlo : nastavte odrátavanie; nastavte si sklon keď sa zapne bežiaci pás, prírastok je 1/hypo na úroveň. Stlačte tlačidlo na viac ako 0.5 sekundy, sklon pôjde smerom hore alebo dole trvácne.
- 7, "RÝCHLOSŤ : 5, 8, 12" tlačidlo rýchlosti pre skrátenie : rýchlo nastaví rýchlosť
- 8, "SKLON : 5, 8, 12 " tlačidlo sklonu pre skrátenie : rýchlo nastaví sklon

RÝCHLY ŠTART (MANUÁL)

- 1, Otvorte štart tlačidlo, pripevnite koniec magnetu bezpečnostnej spony do počítača.
- 2, Stlačte STATR/STOP , systém začne do 3 sekúnd odpočítavanie, bzučiak vydá zvuk a displej času začne odpočítavať, rýchlosť zobrazí 1.0km/hod po 3 sekundách.
- 3, Po štarte, môžete nastaviť rýchlosť smerom hore alebo dole.

Proces cvičenia na bežiacom páse:

- 1, Stlačte rýchlosť-dole pre zníženie bežiacej rýchlosti.
- 2, Stlačte rýchlosť-hore pre zvýšenie bežiacej rýchlosti.
- 3, Stlačte sklon-dole pre zníženie úrovne sklonu.
- 4, Stlačte sklon-hore pre zvýšenie úrovne sklonu.
- 5, Stlačte PAUSE pre zníženie až po úplne zastavenie.
- 6, Keď užívateľ podrží na rukoväti senzor pulzu na 5 sekúnd, zobrazia sa pulzové údaje užívateľa.

Manuálna úroveň:

1. Ak si nenastavíte žiadnu funkciu a stlačíte START tlačidlo priamo, bežiaci pás sa zapne a začne s rýchlosťou 1.0km/h, ostatné okienka začnú odpočítavať od pozitívneho smeru prednastavení, stlačte "INCLINE+" sklon,"INCLINE-", "SPEED+rýchlosť", "SPEED-" pre zmenu rýchlosti.
2. nastavte si ČAS, stlačte "MODE" tlačidlo pre zadanie odpočítavacieho času, TIME okno zobrazí "15 : 00" a zabliká. Stlačte "INCLINE+"sklon,"INCLINE-", "SPEED+"rýchlosť, "SPEED-" pre nastavenie času ktorý požadujete. Úroveň nastavenia je 5:00-99:00.
3. Nastavenie v modeli času, stlačte " MODE " tlačidlo a zadajte opočítavaciu vzdialenosť, okienko

vzdialenosti zobrazí "1.0" a zabliká. Stlačte "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pre nastavenie požadovanej vzdialenosti. Rozpätie vzdialenosti je 0.5—99.9.

4、Pre nastavenie kalórií stlačte "MODE" tlačidlo pre zadanie požadovaných kalórií, CAL okno zobrazí "50" a zabliká. Stlačte "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pre nastavenie požadovaných kalórií. Rozpätie kalórií je 10-999.

5、Po ukončení nastavovania stlačte "START" tlačidlo pre naštartovanie, bežiaci pás sa spustí po 3 sekundách, stlačte "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pre nastavenie rýchlosti a sklonu, stlačte PAUSE, bežiaci pás sa zastaví.

Inštalácia vnútorného programu

Stlačte "PROGRAM" tlačidlo "CAL /PULSE" okno zobrazí P1-P12 zvolte si program ktorý vám vyhovuje. Nastavenie bežiaceho času, okno TIME zabliká. Zobrazí sa požadovaný čas 10:00, stlačte "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pre nastavenie času, aký požadujete. Stlačte "START" pre spustenie vnútorného inštaláčného programu, vnútorný inštaláčny program je rozdelený do 10 sekcií. Každý cvičiaci čas = nastavenie času / 10. Keď sa systém dostane do ďalšej sekcie, zaznejú tri zvuky "B—B—" a rýchlosť sa zmení podľa predvoleného programu, potom stlačte "INCLINE+", "INCLINE-", "SPEED+", "SPEED-" pre zmenu SKLONU alebo RÝCHLOSTI. Keď sa program dostane do ďalšej sekcie, vráti sa späť predvolená rýchlosť a sklon, a bude bežať jeden program, systém spustí tri krátke zvuky "B—B—" a automaticky sa zmení na manuálny program.

Tabuľka cvičiaceho programu

Každý program sa rozdeľuje do 10 stupňov pre čas cvičenia a každá časová sekcia má prispôsobenú rýchlosť a sklon.

ČAS Úroveň		ČASOVÝ INTERVAL									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	RÝCHLOSŤ	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	SKLON	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	RÝCHLOSŤ	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	SKLON	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	RÝCHLOSŤ	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	SKLON	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	RÝCHLOSŤ	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	SKLON	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	RÝCHLOSŤ	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	SKLON	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	RÝCHLOSŤ	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	SKLON	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	RÝCHLOSŤ	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	SKLON	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	RÝCHLOSŤ	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	SKLON	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	RÝCHLOSŤ	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	SKLON	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2

P10	RÝCHLOSŤ	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	SKLON	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	RÝCHLOSŤ	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	SKLON	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P12	RÝCHLOSŤ	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	SKLON	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3

Rozsah programov

	PROGRAM	ZAČIATOK	NASTAVENIE ROZSAH	DISPLEJ ROZSAH
ČAS(MIN:SEKUNDY)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00 - 99:59
SKLON(%)	0	0	0-12	0-12
RÝCHLOSŤ(K/h)	1.0	1.0	1.0-16	1.0-16
VZDIALENOSŤ(K)	0	1.0	0.5-99.9	0.00 - 99.9
PUZ(hypo/min)	P	N/A	N/A	40-200
KALÓRIE(THERM)	0	50	10-999	0 - 999

TELESNÝ TESTER:

V začiatkovej fáze, stlačte “ PROGRAM” potom na to zadajte FAT TUK telesný tester, stlačte MODE “ zadajte F-1, F-2, F-3, F-4, F-5 (F-1 POHLAVIE, F-2 VEK, F-3 VÝŠKA, F-4 VÁHA, F-5 FAT TUK TESTER),

Stlačte “SPEED+”, “SPEED -” nastavte F-1 – F4 (postupujte podľa nasledujúcej tabuľky), potom stlačte “ MODE” nastavte F-5, chytte sa pulzových senzorov, na obrazovke sa zobrazí váš telesný index po 3 sekúnd. Telesný index je testom pomeru medzi výškou a váhou. Telesný tuk sa dá použiť tak ako pre mužov tak aj pre ženy, pre upravenie telesnej hmotnosti spolu s ďalšími telesnými indexmi kvality. Myšlienkou TUKU je, že by mal byť v rozpätí od 20-25, ak je hodnota pod 19, znamená to podváhu. Ak je medzi 25 a 29, znamená to nadváhu, ak je nad 30, znamená obezitu. (Údaje sú iba referenčné, nemôžu byť využívané ako lekárske údaje)

F-1	Sek	01 muž	02 žena
F-2	Vek	10-----99	
F-3	Výška	100----200	
F-4	Váha	20-----150	
F-5	TUK	≤19	Podváha
	TUK	=(20---25)	Normálna váha
	TUK	=(25---29)	Nadváha
	TUK	≥30	Obezita

Funkcia bezpečného uzamknutia:

Vytiahnite bezpečnostnú sponu, potom sa bežiaci pás zastaví okamžite. Na displeji sa zobrazí“———”, bzučiak vydá tri krát zvuk 3 “B—B—”, teraz sa bežiaci pás zastaví . pripevnite koniec magnetu bezpečnostnej spony k počítaču, a bežiaci pás sa znovu rozbehne.

Funkcia uloženia:

Systém automaticky ukladá nastavenia, v štádiu čakania na ďalší proces, ak sa nežadá ďalšia úroveň, funkcia uloženia bude automaticky k dispozícii po 10 minútach, displej sa uzavrie. Stlačte ktorékoľvek tlačidlo pre zobudenie displeja.

Uzavretie:

Môžete uzavrieť hlavný vypínač, pre zastavenie bežiaceho pásu.

Upozornenie:

1. Odporúčame vám začínať s nižšou rýchlosťou pre začiatok cvičenia, držte sa rukovätí, dokiaľ sa nebudete cítiť pohodlne a familiárne s bežiacim pásom.
2. Pripevnite koniec magnetu bezpečnostnej spony k počítaču, a taktiež si druhý koniec pripevnite na vaše oblečenie.
3. Pre bezpečné ukončenie vášho cvičenia, stlačte PAUSE tlačidlo, alebo vytiahnite bezpečnostnú sponu, bežiaci pás sa zastaví okamžite.

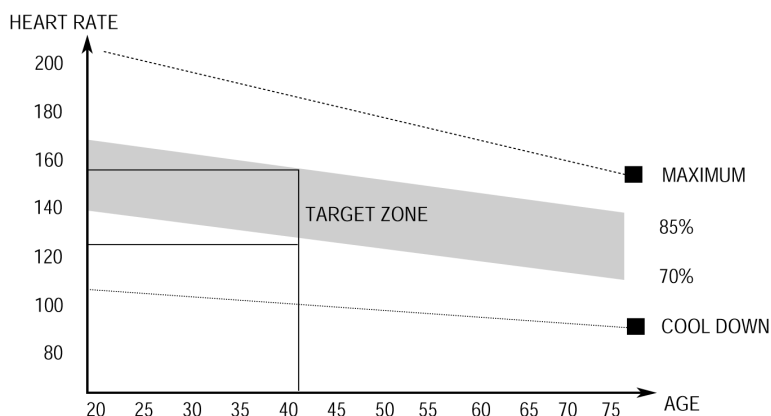
CVIČIACE INŠTRUKCIE

1. Zahrievacia fáza

Tento stupeň pomáha krvnému obehu a svalom pracovať správne. Taktiež pomáha znižovať riziko kŕčov a úrazov svalstva. Odporúča sa niekoľko strečových cvičení ako je ukázané dole nižšie. Každé natáhovacie cvičenie by malo približne 30 sekúnd, neprepínajte svoje svalstvo, ak pociťujete bolesť **PRESTAŇTE**.

2. Cvičebná fáza

Toto je fáza do ktorej vkladáte svoje úsilie. Po pravidelnom používaní zariadenia, sa svaly na vašich nohách stanú silnejšími a pevnejšími. Cvičte podľa svojich možností, ale je dôležité počas cvičenia zachovávať rovnaké tempo. Intenzita cvičenia by mala byť dostatočná pre zvýšenie vášho srdcového tepu v cieľovej zóne ako je ukázané na dolnom grafe.



Tento stupeň by mal trvať minimálne 12 minút aj keď väčšina ľudí začína zhruba na 15-20 minútach

3. Fáza vychladnutia

Toto je fáza, kedy by sa mal váš kardiovaskulárny systém a svalstvo uvoľniť. Toto je opakovanie zahrievacích cvičení, t.j. zníženie vášho tempa, pokračujte cca. 5 minút. Teraz by ste mali zopakovať cvičenia, znovu si pamätajte, že nesmiete prepínať svoje svalstvo a vystavovať ho prílišnej námahe.

Ako bude vaša fyzická kondícia narastať, budete potrebovať cvičiť dlhšie a tvrdšie. Odporúča sa cvičiť minimálne tri krát do týždňa, a ak je to možné pokúste sa cvičenie rozložiť rovnomerne počas celého týždňa.

Pre vypracovanie svalstva na vašom bežiacom páse, budete potrebovať nastaviť odpor na vyššiu úroveň ako pri bežnom cvičení. Toto zabezpečí, že budete na vaše svaly na nohách vyvíjať väčšiu záťaž a že nebudete môcť trénovať tak dlho ako by ste chceli. Ak sa taktiež snažíte zlepšiť vašu fyzickú kondíciu, bude potrebné k tomu prispôbiť váš cvičebný program. Počas zahrievania a vychladnutia by ste mali trénovať normálne, ale počas cvičenia a ku koncu cvičiacej fázy budete musieť zvýšiť odpor, aby sa vaše nohy pracovali tvrdšie ako normálne. Možno budete musieť znížiť rýchlosť aby ste váš srdcový tep udržali v požadovanej cieľovej úrovni.

Dôležitým faktorom je množstvo úsilia a námahy, ktoré vkladáte do samotného cvičenia. Čím tvrdšie a dlhšie cvičíte, tým viac kalórií spálite. Čo sa týka efektu z cvičenia, je toto také isté ako keď cvičíte pre zlepšenie vašej fyzickej kondície, jediný rozdiel je samotný výsledok a cieľ cvičenia.

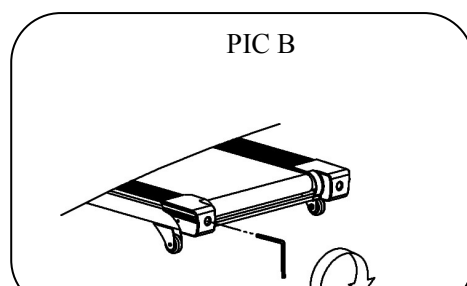
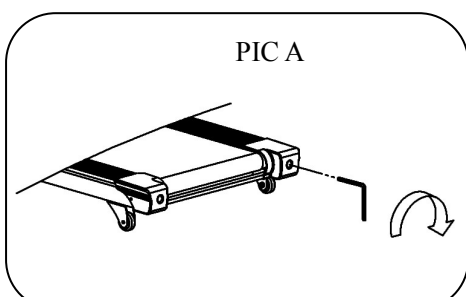
INŠTRUKCIE PRE ÚDRŽBU

VYCENTROVANIE BEŽIACEHO PÁSA A NASTAVENIE NAPNUTIA

NEPREPÍNAJTE BEŽIACI PÁS. Toto môže znížiť výkonnosť motora a zvýšiť opotrebenie bežiaceho pásu..

VYCENTROVANIE BEŽIACEHO PÁSA:

- Položte bežiaci pás na rovný povrch
- Nechajte bežať zariadenie na rýchlosť cca. 3.5 mph
- Ak je bežiaci pás naklonený doprava, otočte pravou skrutkou o 1/2 v smere hodinových ručičiek a ľavú skrutku o 1/2 v proti smere hodinových ručičiek
- Ak je bežiaci pás naklonený doľava, otočte ľavou skrutkou o 1/2 v smere hodinových ručičiek a pravou skrutkou o 1/2 v proti smere hodinových ručičiek



Obrázok A Ak je pás naklonený doľava **Obrázok B** Ak je pás naklonený doprava

UPOZORNENIE: VŽDY VYPNITE BEŽIACI PÁS Z ELEKTRIKY PRED ČISTENÍM ALEBO PRED ÚDRŽBOU ZARIADENIA.

ČISTENIE

Všeobecné čistenie alebo predlžovanie životnosti bežiaceho pásu. Udržujte bežiaci pás čistý pravidelným utieraním prachu. Presvedčte sa, že očistíte všetky viditeľné časti na paneli alebo po stranách bežiaceho pásu a taktiež rukovätí. Toto zabráni kopeniu prachu na materiály alebo pod bežiacim pásom.

Povrch bežiaceho pásu by mal byť čistený s čistou navlhčenou utierkou. Buďte opatrný aby sa čistiaci roztok sa nedostal do vnútornej motorizovanej časti bežiaceho pásu alebo pod samotnú bežiacu plochu.

Upozornenie : Vždy odpojte bežiaci pás z elektriky pre zložením krytu motora. Minimálne raz do roka, zložte kryt motora a povysávajte pod krytom.

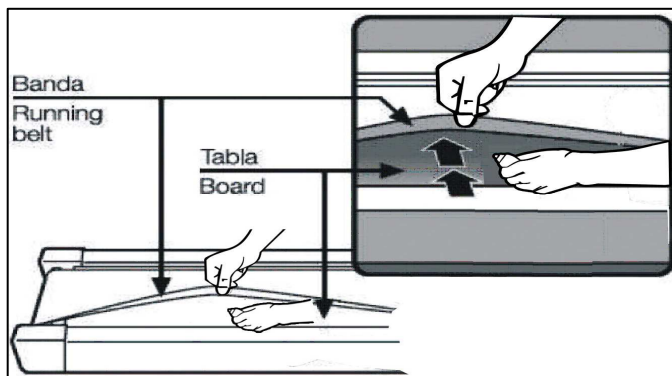
BEŽIACI PÁS A MAZANIE PALUBOVKY

Tento bežiaci pás je vybavený s predmazaním palubného systému. Pás/palubovka a trenie zohrávajú hlavnú úlohu v životnosti vášho bežiaceho pásu, preto je za potreby pravidelné mazanie.

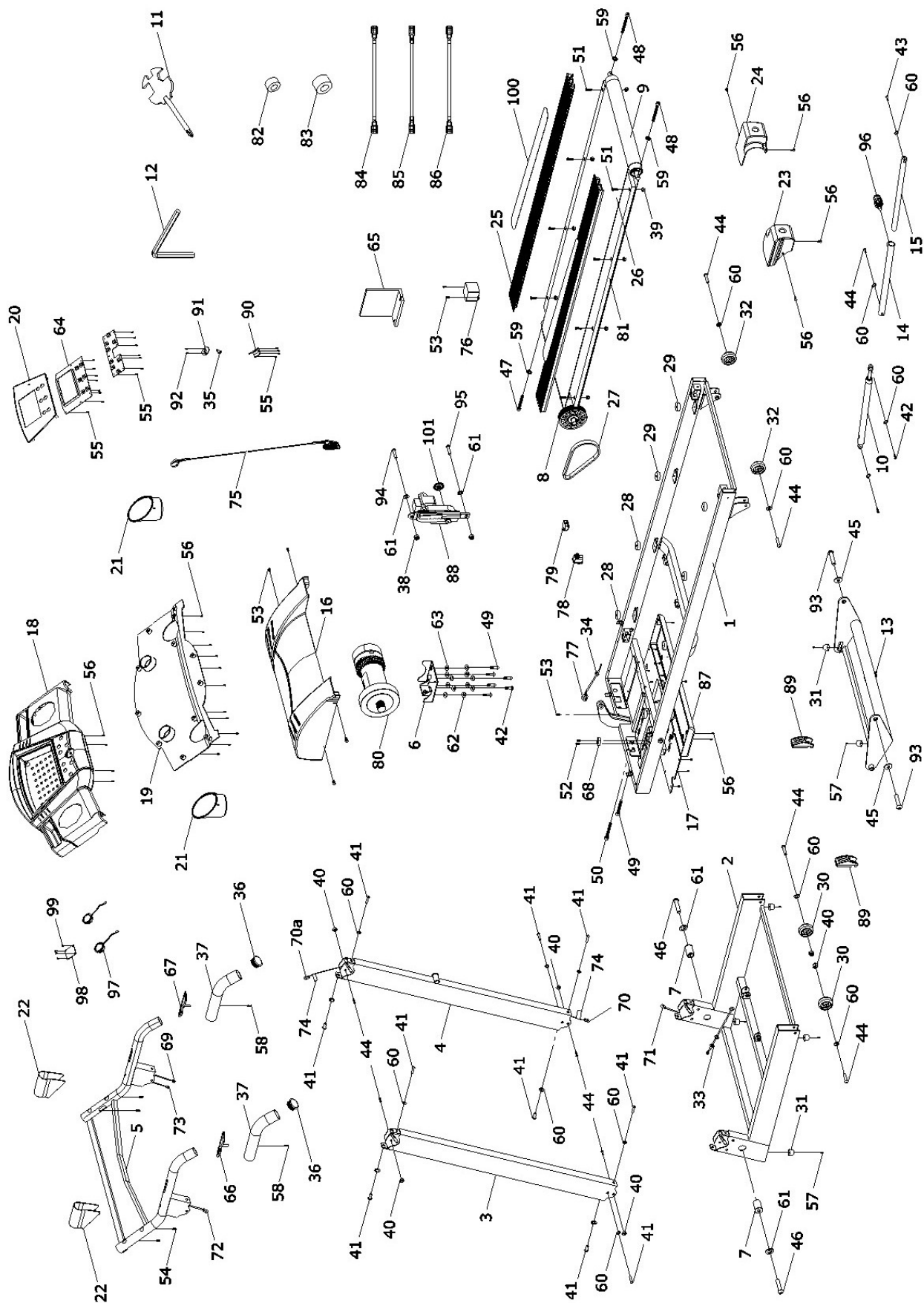
Odporúčame vám pravidelnú kontrolu palubovky a povrchu pásu.

Odporúčame vám mazanie povrchu bežiaceho pásu podľa priloženej časovej tabuľky:

- Slabší užívateľ (menej ako 3 hodiny/ týždeň) raz do roka
- Stredný užívateľ (3-5 hodín/ týždeň) každých 6 mesiacov
- Častý užívateľ (viac ako 5 hodín/ týždeň) každé tri mesiace



NÁHLAD VÝKRESU



ZOZNAM SÚČIASTOK

#.	POPIS	POZNÁMKA	MNOŽ.	#.	POPIS	POZNÁMKA	MNOŽ.
1	HLAVNÝ RÁM		1	36	VNÚTORNÁ KONCOVKA		2
2	ZÁKLAD RÁMU		1	37	PENA		2
3	ĽAVÁ PODPERA		1	38	UZAMYKATEĽNÁ MATKA	M10	2
4	PRAVÁ PODPERA		1	39	UZAMYKATEĽNÁ MATKA	M6	8
5	DRŽIAK POČÍTAČA		1	40	UZAMYKATEĽNÁ MATKA	M8	6
6	DRŽIAK MOTORA		1	41	SKRUTKA	M8*16	10
7	OTÁČAVÉ OSI ZÁKL.RÁMU		2	42	SKRUTKA	M8*25 L15	4
8	PREDNÝ VALEC		1	43	SKRUTKA	M8*35 L25	1
9	ZADNÝ VALEC		1	44	SKRUTKA	M8*40 L20	9
10	CYLINDER		1	45	PLOCHÁ PODLOŽKA	10	2
11	SKRUTKOVAC	S=13、 14、 15	1	46	SKRUTKA	M10*55	2
12	5#SKRUTKOVAC	5mm	1	47	SKRUTKA	M6*45	1
13	SKLONOVÝ RÁM		1	48	SKRUTKA	M6*55	2
14	MONTÁŽ HLADKEJ TRUBICE		1	49	SKRUTKA	M8*35	5
15	HLADKÁ TRUBICA		1	50	SKRUTKA	M8*45	1
16	VRCHNÝ KRYT MOTORA		1	51	SKRUTKA	M6*35	8
17	SPODNÝ PANEL		1	52	SKRUTKA	M3*8	2
18	VRCHNÝ RYT POČÍTAČA		1	53	SKRUTKA	M5*8	7
19	SPODNÝ KRYT POČÍTAČA		1	54	SKRUTKA	M6*16	4
20	PANEL POČÍTAČA		1	55	SKRUTKA	ST2.9*6.5	19
21	DRŽIAK FLAŠE		2	56	SKRUTKA	ST4.2*12	33
22	KRYTKA PODPORY		2	57	SKRUTKA	M4*16	4
23	ĽAVÝ ZADNÝ KRYT		1	58	SKRUTKA	ST4.0*20	2
24	PRAVÝ ZADNÝ KRYT		1	59	PODLOŽKA	6	3
25	POSTRANNÉ NOSNÍKY		2	60	PODLOŽKA	8	16
26	BEŽIACI PÁS		1	61	PODLOŽKA	10	2
27	PÁS		1	62	PODLOŽKA	8	6
28	MODRÁ PODLOŽKA		4	63	PLOCHÁ PODLOŽKA	8	6
29	ČIERNA PODLOŽKA		4	64	POČÍTAČ		1
30	PREPRAVNÉ KOLIESKO		2	65	SPODNÝ KONTROLNÝ PANEL		1
31	NOŽNÁ PODLOŽKA		6	66	TLAČIDLO PULZU		1
32	NASTAVITEĽNÉ KOLIESKO		2	67	PULZ S RÝCHLOSŤOU		1
33	KRUHOVÁ BEZPEČNÁ		2	68	MAGNETICKÝ		1

	KÁBLOVÁ VLOŽKA			SENZOR	
34	KÁBLOVÁ SPONA	1	69	HORNÝ KÁBEL	1
				POČÍTAČA	
35	PRUŽNÁ LOPTA BEZP.	1	70	TREDNÝ KÁBEL	1
	KLÚČA			POČÍTAČA	
71	SPODNÝ KÁBLE	1	87	SPODNÝ KÁBEL	1
	POČÍTAČA			POČÍTAČA	
72	HORNÉ TLAČIDLO NA	1	88	SKLONOVÝ MOTOR	1
	KÁBLY				
73	PULZ A RÝCHLOSTNÝ	1	89	KRYT KOLESA	2
	KÁBEL				
74	ŠTÍTOK	2	90	PANEL S VYPÍNAČMI	1
75	BEZPEČNOSTNÝ KLÚČ	1	91	BEZPEČNOSTNÝ KLÚČ	1
76	TRANSFORMER	1	92	SKRUTKA	ST2.9*8 2
77	POWER KÁBEL	1	93	SKRUTKA	M10*25 2
78	SPÍNAČ	1	94	SKRUTKA	M10*25 L15 1
79	OCHRANA	1	95	SKRUTKA	M10*35 L15 1
	PREŤAŽENIA				
80	DC MOTOR	1	96	VYŤAHOVACÍ KOLÍK	1
81	BEŽIACI PANEL	1	97	REPRODUKTOR	2
82	MAGNETIC VLOŽKA	1	98	MP3 MMCB	1
83	MAGNETIC KRÚŽOK	1	99	SKRUTKA	M4*12 4
84	AC JEDNOSTRANNÁ	1	100	NEKLZAVÁ PODLOŽKA	2
	ŠNÚRA				
85	AC JEDNOSTRANNÁ	1	101	SENZOROVÉ SVETLO	1
	ŠNÚRA				
86	AC JEDNOSTRANNÁ	1			
	ŠNÚRA				

RIEŠENIE PROBLÉMOV

1. Možná príčina prečo počítač pri štarte nepracuje: Kábel z počítača k spodnej časti kontrolného panela nie je správne zapojený alebo sa vyskratoval transformátor. Skontrolujte každý kábel z počítača ku kontrolnému panelu, presvedčte sa, že tieto sú správne zapojené. Ak je kábel poškodený, vymeňte ho. Ak vyššie uvedené príčiny nevedú k vyriešeniu problému, skúste vymeniť transformátor za nový.
2. E01: Porucha zobrazenia správ. Možná príčina: Káble z počítača a spodného kontrolného panela nie sú správne zapojené, prosím skontrolujte zapojenie každého kábla. Ak je kábel poškodený, prosím vymeňte ho za nový.

- 3、 E02: Impulzívny šum. Skontrolujte pripojenie, použite správny pripojovací test, skontrolujte či nie je spodná kontrolka vypálená, ak áno vymeňte ju za novú, znovu zapojte kábel motora.
- 4、 E03: Nie je senzorový signál. Senzorový kábel je poškodený, vymeňte ho za dobrý, ak nefunguje magnet motora, vymeňte ho, alebo resetujte motor;
- 5.E04: Chyba na sklone, Skontrolujte VR kábel sklonu a motora, či sú správne zapojené. Ak nie, znovu zapojte VR na pevno, skontrolujte AC kábel motora či je správne zapojený, a AC kábel motora či je zapojený správnou stranou ku kontrolnému panelu, skontrolujte zapojenie motora, či nie je poškodené, ak áno vymeňte ho za dobré. A stlačte "learning" tlačidlo, potom ako ste sa presvedčili, že všetko ostatné je v poriadku.
- 6、 E05: Aktuálna prevencia pred preťažením. Ak sa stane, že sa motor zasekne, po neúmernom cvičení, zariadenie automaticky spustí systém prevencie pre zábranu preťaženia. Nastavte zariadenie a reštartujte ho, skontrolujte či z motora nevychádzajú nežiaduce zvuky /spodná časť kontrolného panela nie je vypálená, ak áno je potrebné vymeniť motor za nový a taktiež spodnú časť kontrolného panela, použite správnu voltáž.
- 7、 Ak motor nezačne pracovať po stlačení tlačidla START , možná príčina je: je zlomený motorový kábel, bezpečnostný kľúč je zlomený , kábel motora nie je správne zapojený, IGBT na spodnej časti kontrolného panela je vypálené. Skontrolujte vyššie uvedené príčiny a vymeňte poškodené časti.

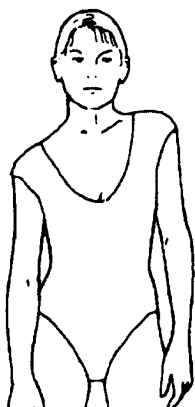
SKLADOVANIE

Skladujte bežecský pás na čistom a suchom mieste. Zaistíte, aby bezpečnostný spínač bol vypnutý a v pozícii „OFF“/vypnuto a aby kábel prívodu el. prúdu bol odpojený z elektrickej zásuvky vždy, kedy bežecský pás nepoužívate.

TIPY NA PROTAŽENIE

PROTAŽENÍ KRKU A HLAVY

Uklánějte hlavu doprava na jednu dobu, až ucítíte protažení levé strany krku. Poté se vraťte do původní pozice opět na jednu dobu a uklánějte hlavu na druhou stranu. Poté hlavu zakloňte a otevřete ústa, protahujete tím bradu. Nakonec hlavu skloňte směrem k hrudníku a vraťte se do pozice na začátku.



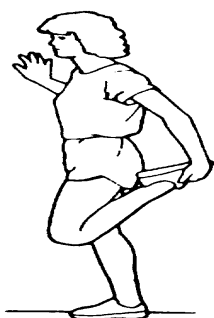
PROTAŽENÍ RAMEN

Zdvihněte pravé rameno k uchu. Pak zdvihněte levé rameno k uchu a zároveň klesejte z pravým ramenem.



BOČNÍ PROTAŽENÍ

Rozpažte a zvedněte ruce nad hlavu. Vytáhněte je co nejvýše a lehce se uklánějte



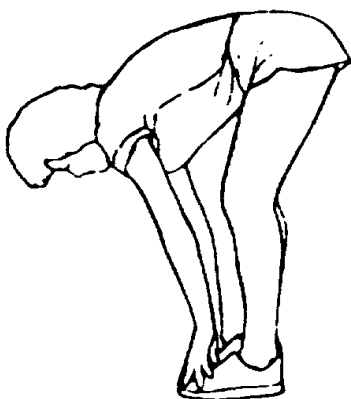
PROTAŽENÍ VNĚJŠÍHO STEHNA

Jednou rukou se opřete o stěnu a druhou uchopte jednu nohu a přitáhněte směrem k hýždím. Přitahujte nohu jak

PROTAŽENÍ VNITŘNÍHO STEHNA

Sedněte si s chodidly k sobě, kolena směřují ven. Přitahujte nohy tak blízko k tříslům, jak je to



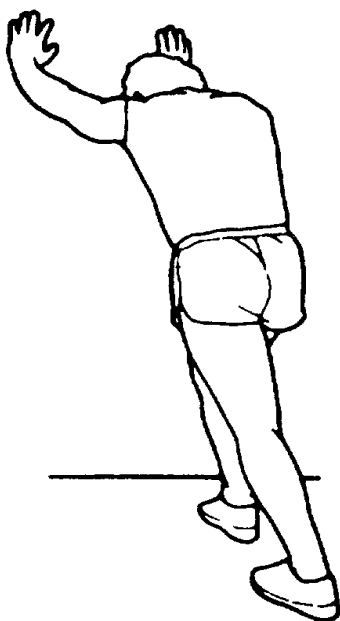
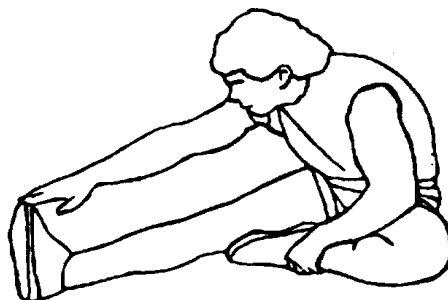


DOTEK PRSTŮ

Pomalu se ohýbejte od pasu dolů k zemi s ohnutými zády a uvolněnými rameny. Snažte se rukama dotknout palců u nohou. Postupujte tak daleko, jak můžete a setrvejte asi 15 sekund

PROTAŽENÍ KOLENNÍ ŠLACHY

Sedněte si s nataženou pravou nohou. Levou nohu pokrčte tak, aby chodidlo směřovalo k pravému vnitřnímu stehnu. Natahujte se směrem k palci na noze co nejvíce, jak je to možné. Počítejte do patnácti. Pak chvíli odpočiňte a opakujte s druhou nohou.



PROTAŽENÍ ACHILLOVY ŠLACHY A LÝTKA

Opřete se o stěnu, ohněte pravou nohu vzad, přitáhněte rukou a pomalu se zhoupněte v bocích. Poté ohněte levou nohu a opakujte stejný pohyb. Vydržte, opakujte s každou nohou 15krát.

Záručné podmienky:

Predávajúci poskytuje na tento výrobok nasledujúce záruky:

- a.. záruka na rám vyrobený z ocele pre prvého majiteľa je 60 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi.
- b.. záruka na computer a elektrozariadením je 60 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi.
- c.. záruka na ostatné diely je 24 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi.

Záruka sa nevzťahuje na závady vzniknuté:

- a.. zavinením užívateľa tj. poškodením výrobku neodborným používaním, nesprávnou montážou, nedostatočným zasunutím sedlovej tyče do rámu, nedostatočným utiahnutím pedálov v kľukách a kľuke k stredovej osi
- b.. nesprávnou údržbou
- c.. mechanickým poškodením
- d.. opotrebením dielov pri bežnom používaní (napr. gumové a plastové časti, pohyblivé mechanizmy, atď.)
- e.. neodvratnou udalosťou, živelnou pohromou
- f.. neodbornými zásahmi
- g.. nesprávnym používaním, či nevhodným umiestnením, vplyvom nízkej alebo vysokej teploty, pôsobením vody, neúmerným tlakom a nárazmi, úmyselne pozmeneným designem, tvarom alebo rozmermi

Upozornenie:

- 1.. cvičenie sprevádzajúce zvukovými efektami a občasným vrzáním nie je závada brániaca riadnemu užívaniu stroja a teda nemôže byť predmetom reklamácie. Tento jav možno odstrániť bežnou údržbou.
- 2.. upozornenie: u základných modelov sú použité venčekové ložiská. Doba životnosti u týchto ložisiek môže byť kratšia ako je doba záruky. Doba životnosti je asi 100 prevádzkových hodín.
- 3.. v dobe záruky budú odstránené všetky poruchy výrobku spôsobené výrobnou závadou alebo chybným materiálom výrobku tak, aby vec mohla byť riadne používaná.
- 4.. Reklamácia sa uplatňuje zásadne písomne s presným popisom o chybe a potvrdeným dokladom o zakúpení.
- 5.. Záruku uplatnite u výrobcu: inSPORTline, s.r.o.Bratislavská 36, 911 05 Trenčín alebo u organizácie, v ktorej bol výrobok zakúpený.

Dátum predaja:

Razítko a podpis predajcu:

Dodávateľ:
inSPORTline, s.r.o.
Bratislavská 36, 911 05 Trenčín
www.insportline.sk



ZÁRUČNÝ A POZÁRUČNÝ SERVIS ZAISTŮJE:

pro Slovensko: inSPORTline s.r.o., Bratislavská 36, 911 05 Trenčín
tel: + 421 32 6526704, email: insportline.reklamacie@stonline.sk



HU - Használati utasítás
Futópad MADEROS IN 2033



A SZERVIZT ÉS AZ ALKATRÉSZEKET AZ ELADÓ BIZTOSÍTJA!

Insportline Hungary kft., Kossuth Lajos utca 65, 2500 Esztergom
tel/fax: +36(06)33 313242, mobil: (0670)2118227

www.insportline.hu

Figyelmeztetés:

Vegye figyelembe a használati utasításban leírtakat, valamint tartsa meg a későbbi problémák esetére:

- Használat közben a biztonsági kulcsot mindig csatolja a ruhájához
- Futás közben kezeit hagyja természetesen mozogni, soha ne nézze a lábait.
- Abban az esetben, ha baleset történik, azonnal húzza ki a biztonsági kulcsot.
- Futás után a szalagot hagyja folyamatosan lelassulni.

Figyelmeztetés: a használati utasítást figyelmesen olvassa el, valamint pontosan kövesse az összeszerelési instrukciókat

Figyelmeztetés

1. Az edzés megkezdése előtt kérje ki kezelőorvosa véleményét
2. Ellenőrizze a csavarokat és anyákat, hogy azok kellően meg vannak-e húzva
3. A futópádot száraz környezetben tárolja, a nedvesség károkat okozhat
4. A cég nem vállal felelősséget azokért a hibákért, melyeket a gép helytelen kezelése okoz
5. Edzéshez megfelelő ruhát viseljen
6. 40 perccel evés után ne edzzen
7. Edzés előtt kérem melegítsen be
8. Edzés előtt kérje ki orvosa véleményét a vérnyomásával kapcsolatosan
9. A futópádot csak felnőttek használják
10. Gyermekek és testileg, vagy szellemileg sérült személyek ne használják a gépet
11. Ne dugjon be semmi oda nem tartozót a gép részeibe
12. Fokozottan ügyeljen a kábelek épségére.
13. Amikor a gépet nem használja, húzza ki a hálózathoz

Fontos biztonsági instrukciók

Elhelyezés:

- A futópádot egyenes, kemény felületen helyezze el. Kerülje a szőnyegen való elhelyezést, mivel a gép szellőzését gátolja
- A gépet úgy helyezze el, hogy a hálózati csatlakozó jól látható legyen
- A futószalagot soha ne indítsa el, ha áll rajta. Amíg a gép nem indul el teljesen, álljon a két oldalon

található síneken

5. Mindig az edzéshez megfelelő ruhát viseljen

6. A gépet mindig távolítsa el a hálózatról, mielőtt levenné a motor takaróját

7. Gyermekeket tartsa távol a géptől

8. Edzés közben mindig tartsa a markolatokat.

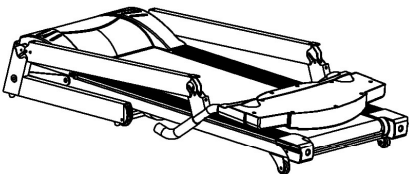
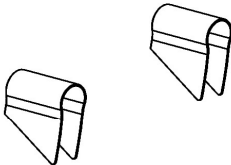
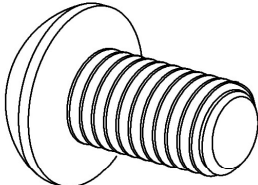
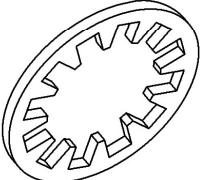
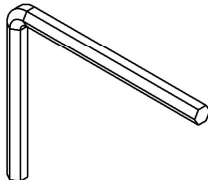
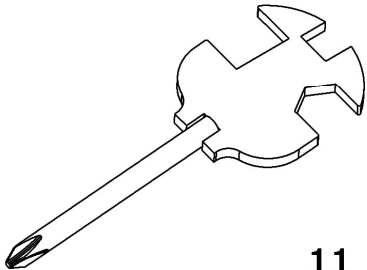
9. Mindig csatlakoztassa ruhájához a biztonsági kulcsot.

10. Amikor a gép nincs használat alatt, távolítsa azt el a hálózatról.

11. Edzés előtt kérje ki orvosa véleményét. Abban az esetben, ha bármilyen rosszul érez, azonnal szakítsa meg az edzést

Összeszerelési instrukciók

A dobozban a következő tartozékokat találja:

 1	 22	 41
 60	 12	 11

Részek

NO.	DES.	Specification	Nos.	NO.	DES.	specification	Nos.
1	main frame		1	60	lock washer	8	10
22	upright cover		2	12	5#allen wrench	5mm	1
41	bolt	M8*16	10	11	wrench w/screw driver	S=13、14、15	1

Szerszámok:

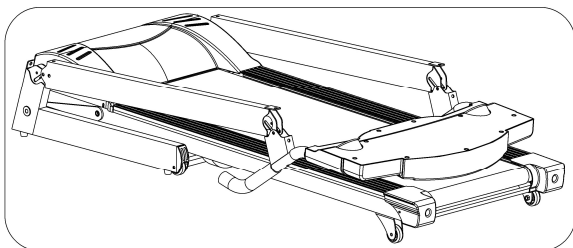
Imbuszkulcs 5mm

Csavarkulcs 13, 14, 15

Megjegyzés: A teljes összeszerelés befejezte előtt a gépet ne csatlakoztassa az áramkörbe

Összeszerelés

1. lépés:



Nyissa ki a dobozt, majd helyezze a fő vázat a talajra

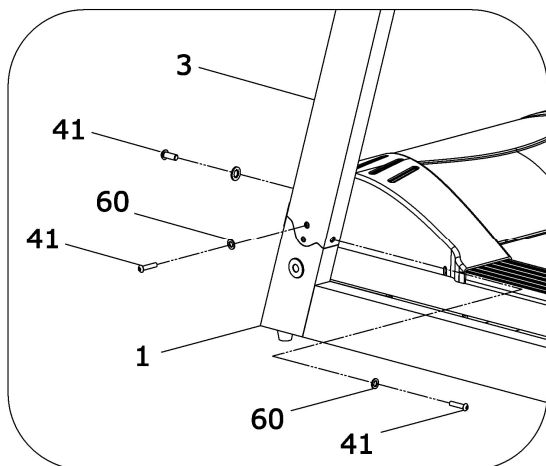
2. lépés:



Emelje fel a computer részt, majd rögzítse azt.

Megjegyzés: Ügyeljen a kábelek épségére, valamint arra, hogy a kar ne essen le.

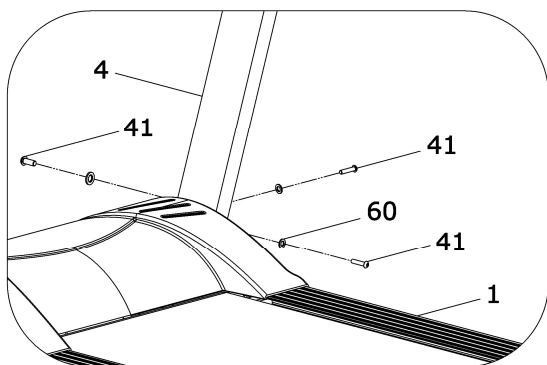
3. lépés:



Helyezze a csavart (41) az alátétet (60), a vázba, majd a csavarkulcs segítségével rögzítse a bal oldali kart (3) a fő vázhoz (1)

Megjegyzés: Szerelés közben tartsa a kart, így az nem eshet le.

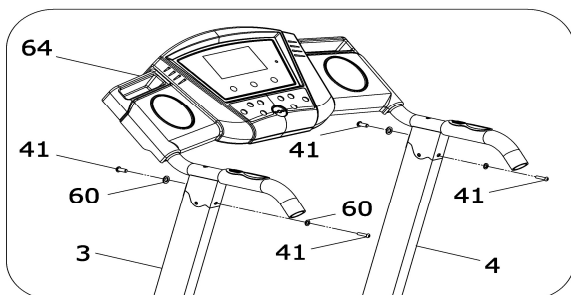
1. lépés



Helyezze a csavart (41) az alátétén át (60), majd a csavarkulcs segítségével erősítse a jobb oldali kart (4) a fő vázhoz (1)

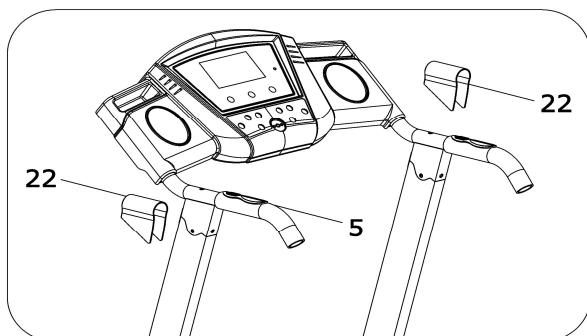
Megjegyzés: Szerelés közben tartsa a kart, így az nem eshet le.

2. Lépés:



Csavarral és alátéttel , rögzítse a computert a karokhoz .

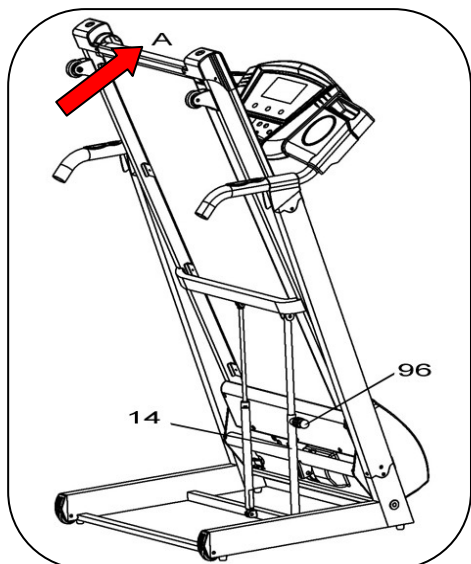
3. Lépés:



Helyezze a kormánytakarókat a(22) jobb és bal oldali markolatokra (5)

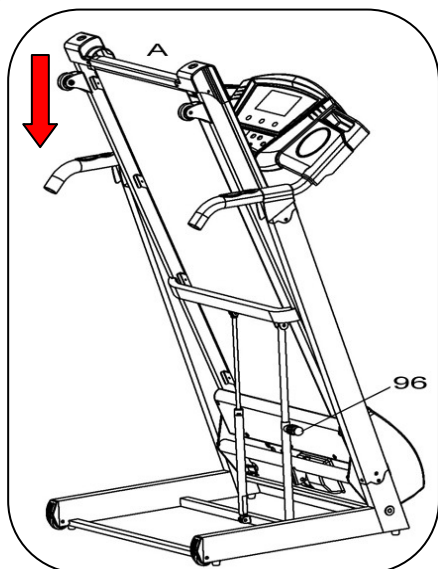
A gép összecsuksa

Összecsuks



Az A pontnál megtartva nyomja felfelé a futó részt, amíg a pöcök (96) be nem pattan a támasztékba (14)

Lenyitás:

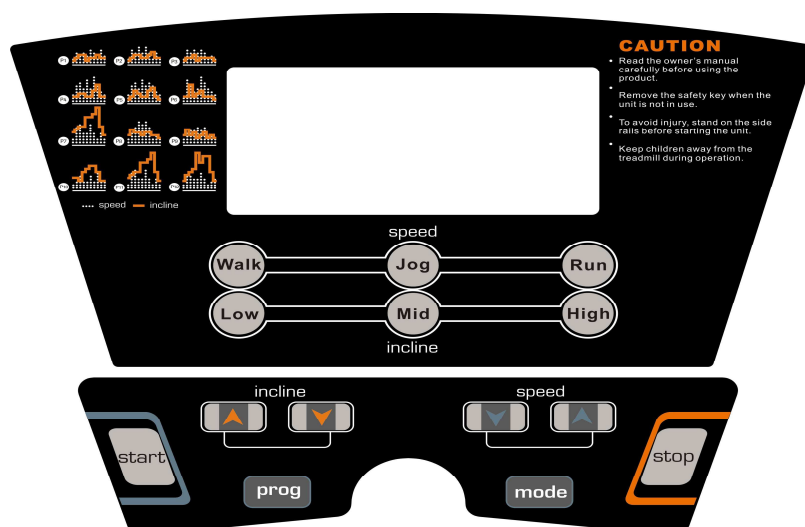


Húzza ki a pöcköt (96) kézzel, nyomja meg lefelé a gépet, majd az lassan leereszkedik.

Technikai paraméterek

Összecsukott méret (mm)	1600*730*1370	POWER	AS ORDER REQUIRE
Nyitott méret (mm)	700*730*1530	MAX OUTPUT POWER	AS ORDER REQUIRE
Futó felület mérete (mm)	1255*420	INPUT CURRENT	AS ORDER REQUIRE
Netó tömeg	55KG	Maximális dőlés szög	12%
Maximális terhelhetőség	120KG	Sebesség tartomány	1.0-16KM/h
1LED kijelző	SPEED TIME DISTANCE CALORIES PULSE INCLINE		

Computer használata



Kijelző:

- 1、“SPEED”: A programok közül választhatunk vele “P1-P12-FAT”; Mutatja a sebességet: 1.0-16 Km/h.
- 2、“INCL”: Mutatja az aktuális dőlésszöveget 0-12%
- 3、“TIME / DIST”: Az egyes értékek minden 5 másodpercben változnak. A ‘TIME’ mutatja az edzéssel töltött idő hosszát 0:00-99:59 közt. Abban az esetben, ha beállít edzéstartamot a gép visszszámol 0:00-ig , majd az edzés leteltével jelez.
- 4、“CAL /PULSE”: Mutatja az elégetett kalória mennyiségét és az aktuális pulzust 0 – 999 közt,; Abban az esetben, ha beállít kalóriamennyiséget a gép visszszámol 0 – ig, majd az edzés végén lassan leáll és megjelenik az ‘End’ felirat, Ha megfogja a pulzus érzékelő markolatokat 5 másodperc múlva megjelenik a mért pulzus a kijelzőn, 40 - 200 ütés/min közt

Gombok:

- 1、“PROGRAM” : Amikor a gép nem fut nyomja meg a SELECT gombot, mely megnyomásával választhat az egyes programok közül “0:00”, “ P1-P2-P3-P4-P5-P6-P7-P8-P9-P10-P10-P12-FAT”. A manuális módban az előre beállított sebesesség 1Km/h. (0:00 manuális mód, előre beállított program: P1-P12)
- 2、“MODE” : A gomb megnyomásával választhat az egyes paraméterek között: “0 : 00”
“15 : 00”、“1.0”、“50” (“0 : 00” manuális mód, “15 : 00” idő visszszámológó mód, “1.0” távolságot visszszámológó mód “50” kalória visszszámolás); Ha minden módot kiválasztott a speed és incline gombokkal állítsa be a szükséges értékeket ,nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez
- 3、“START” : Abban az esetben, ha csatlakoztatta a biztonsági kulcsot, a motor bármikor elindítható a gomb megnyomásával.

- 4、“STOP”: a gomb megnyomásával bármikor leállítható a gép, valamint programok állíthatók be
- 5、“SPEED+”、“SPEED-” : megnyomásával beállítható a sebesség.
- 6、“INC+”、“INC-” : A gomb megnyomásával a futószalag dőlésszöge állítható.
- 7、“SPEED : 5、8、12” sebesség gyorsbeállító gomb: a sebesség gyorsan változtatható megnyomásával
- 8、“INCLINE : 5、8、12 ” dőlésszög gyorsbeállító gomb: megnyomásával a dőlésszög gyorsan állítható

Gyors START (MANUÁLIS)

- 1、Csatlakoztassa a biztonsági kulcsot a computerhez, majd elindíthatja
- 2、Nyomja meg a STATR/STOP gombot, a computer 3 másodpercet visszaszámol, majd a gép elindul 1.0km/hour sebességgel
- 3、A speed gombokkal állíthatja ezek után a sebességet szükség szerint

Manuális mód:

1. Ha nem szeretne semmit sem beállítani, nyomja meg a START gombot. A szalag elindul 1.0km/h sebességgel. A “INCLINE+”, “INCLINE-”, “SPEED+”, “SPEED-” gombokkal szükség szerint állítsa be a kívánt értékeket .
2. állítsa be az időt , nyomja meg a “MODE” gombot a visszaszámolásba való belépéshez, a TIME ablakban megjelenik a “15 : 00” felirat. A “INCLINE+”, “INCLINE-”, “SPEED+”, “SPEED-” gombokkal beállíthatja a kívánt értékeket 5:00-99:00 között.
- 3.TIME beállításban nyomja meg a “ MODE “ gombot a távolság visszaszámolásba való belépéshez, a DISTANCE ablakban megjelenik a “1.0” felirat. Az “INCLINE+”, “INCLINE-”, “SPEED+”, “SPEED-” gombokkal beállíthatja a kívánt értékeket 0.5—99.9 között.
- 4、kalória beállításához nyomja meg a “MODE” gombot, a CAL ablakban megjelenik az “50’ felirat. Az “INCLINE+”, “INCLINE-”, “SPEED+”, “SPEED-” gombokkal beállíthatja a kívánt értékeket 10-999 között.
- 5、Ha befejezte a beállítást nyomja meg a “START” gombot, a futószalag 3 másodperc múlva elindul, az “INCLINE+”, “INCLINE-”, “SPEED+”, “SPEED-” gombokkal állítsa be a kívánt értékeket; a PAUSE gomb megnyomásával a szalag leáll.

Előre beállított programok

A “PROGRAM” gomb megnyomásával a “CAL /PULSE” ablakban megjelenik a P1-P12 programkínálat, melyek közül választhat. Megjelenik az előre beállított futás időtartama 10:00, az “INCLINE+”, “INCLINE-”, “SPEED+”, “SPEED-” gombokkal beállíthatja a szükséges edzéstartamot. A “START” gomb megnyomásával elindítja a programot. A program 10 szekcióra van felosztva. Egy szekció= edzés

időtartama/10. Amikor a gép belép a következő szekcióba sípoló hanggal jelez "Bi--" , ez után a sebesség változik az aktuális program szerint. A "SPEED+", "SPEED -" gomb megnyomásával a sebesség változtatható. Amikor a program a következő szekcióba lép, automatikusan igazodik az előre beállított sebességhez. A program lejártakor a rendszer sípolással jelez, majd a futószalag lassan leáll.

Torna program

Az egyes szekciók felosztása.

TIME \ MODE		Idő intervallum									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	INCLINE	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	SPEED	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	INCLINE	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	SPEED	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	INCLINE	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	SPEED	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	INCLINE	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	SPEED	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	INCLINE	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	SPEED	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	INCLINE	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	SPEED	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	INCLINE	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	SPEED	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINE	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	SPEED	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INCLINE	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	SPEED	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	INCLINE	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	SPEED	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	INCLINE	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P12	SPEED	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	INCLINE	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3

Programok értékei

	PROGRAM	Kezdet	Beállítható érték	Kijelzett érték
TIME(MIN:SECOND)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00 - 99:59
INCLINE(%)	0	0	0-12	0-12
SPEED(K/h)	1.0	1.0	1.0-16	1.0-16

DISTANCE(K)	0	1.0	0.5-99.9	0.00 - 99.9
PULSE(hypo/min)	P	N/A	N/A	40-200
CALORIE(THERM)	0	50	10-999	0 - 999

BODY (test) TESZTER:

Nyomja meg a “ PROGRAM” gombot annyiszor, amíg nem jut el a FAT body fat tester módhoz. A “ MODE “ gomb megnyomásával lépjen be: F-1、 F-2、 F-3、 F-4、 F-5 (F-1 nem, F-2 kor, F-3 magasság, F-4 súly, F-5 testzsírmérés),

A “SPEED+”、 “SPEED -” gombbal állítsa be a F1 – F4 értékeit, ezek után nyomja meg a “ MODE” gombot az F-5 beállításához, majd fogja meg a pulzusmérő szenzorokat. A teszt a magasságot és a testsúlyt hasonlítja össze. A megfelelő FAT érték 20-25 közt van, 19 alatt túl sovány. 25 – 29 túlsúlyos, 30 felett súlyos túlsúlyról beszélünk.

F-1	Nem	01 male	02 female
F-2	Kor	10-----99	
F-3	Magasság	100----200	
F-4	súly	20-----150	
F-5	FAT	≤19	Sovány
	FAT	=(20---25)	Normális
	FAT	=(25---29)	Túlsúly
	FAT	≥30	Súlyos túlsúly

Biztonsági kulcs funkció:

Abban az esetben, ha kihúzza a biztonsági kulcsot, a futópad leáll. Abban az esetben pedig, ha visszahelyezi a futópad újra működőképes

Energiatakarékos funkció:

Abban az esetben, ha a gép nem érzékel jelet 10 percre, automatikusan kikapcsol. Bekapcsoláshoz bármely gomb használható

Figyelmeztetés:

4. Ajánlott az edzés kezdetén a lassú futás, valamint a markolatok tartása, amíg nem érzi magát teljesen magabiztosnak
5. A biztonsági kulcsot mindig csatlakoztassa a computerhez, annak másik végét pedig a ruhájához.
6. Abban az esetben, ha be szeretné fejezni az edzést nyomja meg a PAUSE gombot, vagy húzza ki a biztonsági kulcsot

Torna:

Ezen gép használatával jobb kondícióra tehet szert, ugyanakkor formálja az izmait is. Fogókúra esetén segít a súly csökkentésében.

1. Bemelegítő gyakorlatok

Biztosítják a megfelelő vérkeringést. Meggátolja a görcsöket és az izomfájdalmat. Minden nyújtógyakorlatnak 30 másodpercig kellene tartania. Az izmokat csak addig nyújtsa, amíg a fájdalom elfogadható. Ha a gyakorlat nagyon fáj, lazítson.



Az oldalsó hasizmok nyújtása

Comb hátsó része

Comb első része

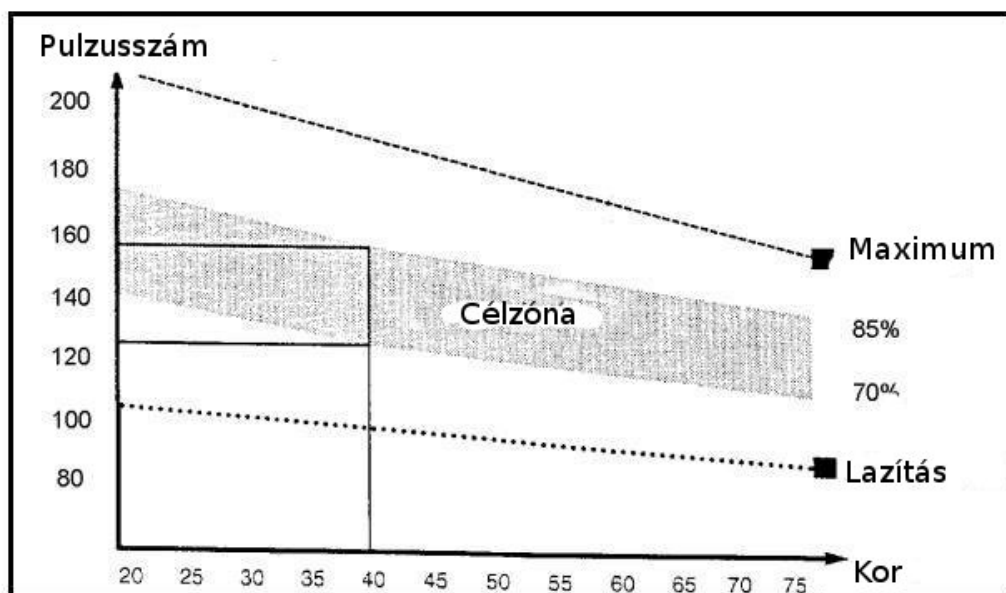
Comb belső része

Vádli és Achilleusz izom

2. Maga a torna

Edzés, mely közben meg kell erőltetnie magát. A rendszeres edzésnek köszönhetően a lábai hajlékonyabbak lesznek. Fontos a tempó megtartása. Az edzés akkor a leghatékonyabb, ha a pulzusát a grafikonon látható maximumig emeli.

Ennek a résznek 12 percig kellene tartania.



3. Lazítógyakorlatok

Ezek a gyakorlatok segítenek a kardio-vaszkuláris rendszernek megnyugodni. Ez lényegében a

bemelegítő gyakorlatok megismétlése. A tempó és terhelés csökkentése legalább 5 percen keresztül. A nyújtógyakorlatokat sem szabad abbahagyni. Ne feledkezzen meg róla, hogy a gyakorlatokat lassan kell elvégezni. 3-szor ajánlott naponta tornázni.

Az izmok formázása

Az izmok formálásához a terhelés növelése szükséges. A bemelegítő és lazító gyakorlatok egyformák, csak az edzés végén növelje meg a terhelést. Időnként szabályozza a sebességet úgy, hogy megtartsa optimális pulzusát.

Súly csökkenése

Az alap faktor a megerőltetés. Minél tovább és keményebben fog edzeni, annál több kalóriát éget el, ugyanakkor jobb kondícióra is szert tehet.

Figyelmeztetés:

1. Edzés előtt bizonyosodjon meg róla, hogy a csavarok és az anyák megfelelően meg vannak-e húzva.
2. A használatról konzultáljon kezelőorvosával vagy háziorvosával
3. Hordjon megfelelő öltözetet
4. Ne hagyja a gyerekeket a kerékpárral felügyelet nélkül
5. Evés után 1-2 óráig ne tornázzon
6. Abban az esetben, ha a felhasználó hányingert, fájdalmat vagy bármilyen kényelmetlenséget észlel, azonnal szakítsa meg az edzést és kérje ki orvosa véleményét.

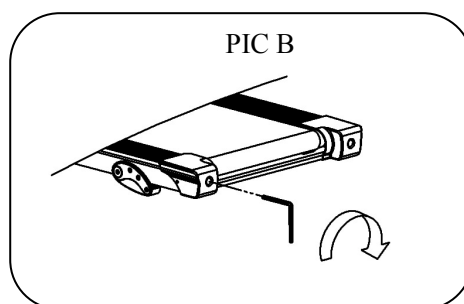
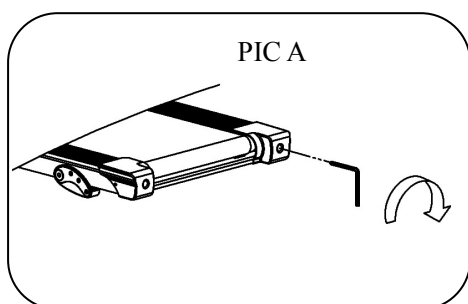
Karbantartási instrukciók

A futószalag beállítása

Ne feszítse túl a futószalagot. Ez kisebb motor teljesítményt eredményezhet.

A szalag centralizálása:

- Helyezze a futó részt lapos felületre
- Kapcsolja be a szalagot 3.5 mp/h sebességre
- Ha a szalag elcsúszott jobbra, állítsa meg azt, kapcsolja ki a computert, majd forgassa el a jobb oldali beállítócsavart 1/4 résszel az óramutó irányával azonos irányban, ismétlje a lépést addig, amíg a szalag nem marad középen.
- Ha a szalag elcsúszott balra, állítsa le azt, kapcsolja ki a computert, majd forgassa el a bal oldali beállítócsavart 1/4 résszel az óramutatóval azonos irányban, ismétlje a lépést, amíg a szalag nem marad középen.

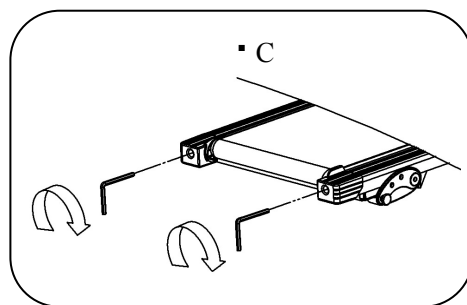


A szalag jobb oldalra csúszott el

B szalag a bal oldalra csúszott el

A futószalag feszességének beállítása:

- Állítsa le a szalagot és kapcsolja ki a gépet
 - Csavarkulcs segítségével fordítsa el mindkét beállítócsavart az 1/4 részben az óramutatóval azonos irányban
- Abban az esetben, ha nem eredményes ismételje meg a lépéseket



Figyelmeztetés: Minden tisztítás és szerelés előtt húzza ki a hálózati konektorból a futópadozt.

Tisztítás

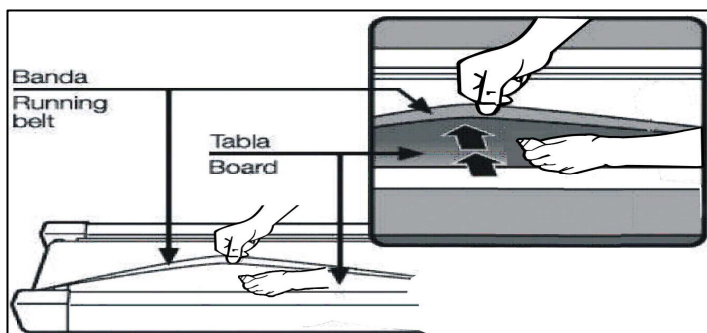
A futószalagot mindig tartsa tisztán. Tisztítsa meg a szalag külső és belső felét, valamint a mellette levő síneket is. Így kevesebb idegen anyag kerül be a szalag alá.

A szalag tetejét nedves ronggyal tisztítsa. Tisztításhoz soha ne használjon maró hatású anyagokat. **Figyelmeztetés : A motor takarójának eltávolítása előtt mindig húzza ki a kábelt az elektromos hálózatból.** Évente egyszer tisztítsa ki a motor környékét a motortakaró eltávolítása után.

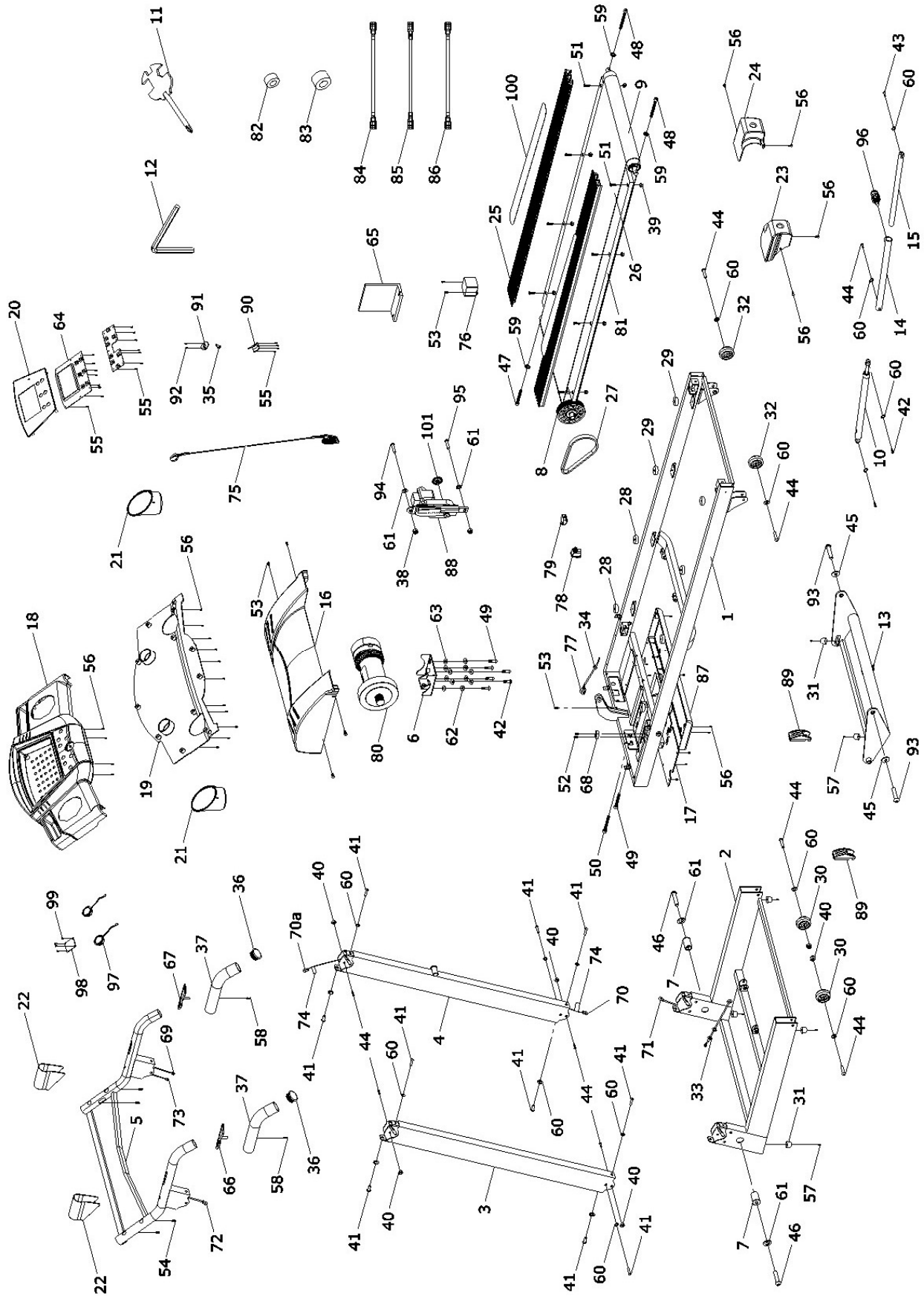
A futószalag kenése

A szalag kenése nagyon fontos a súrlódás csökkentése érdekében. Ajánlott követni a következő utasításokat. Kenéssel meghosszabbítja a gép élettartamát.:

- Light felhasználó (kevesebb, mint 3 óra/ hét) évente
- Medium felhasználó (3-5 óra/ hét) minden 6 hónapban
- Heavy felhasználó (több, mint 5 óra/ hét) minden 3 hónapban



A gép részeinek listája



A gép részeinek listája

#.	DESCRIPTION	REMARK	QTY	#.	DESCRIPTION	REMARK	QTY
1	MAIN FRAME		1	36	INNER END CAP		2
2	BASE FRAME		1	37	FOAM		2
3	LEFT UPRIGHT		1	38	LOCK NUT	M10	2
4	RIGHT UPRIGHT		1	39	LOCK NUT	M6	8
5	COMPUTER BRACKET		1	40	LOCK NUT	M8	6
6	MOTOR BRACKET		1	41	BOLT	M8*16	10
7	BASE FRAME TURN AXES		2	42	BOLT	M8*25 L15	4
8	FRONT ROLLER		1	43	BOLT	M8*35 L25	1
9	REAR ROLLER		1	44	BOLT	M8*40 L20	9
10	CYLINDER		1	45	FLAT WASHER	10	2
11	WRENCH W/SCREW DRIVER	S=13、 14、 15	1	46	BOLT	M10*55	2
12	5#ALLEN WRENCH	5mm	1	47	BOLT	M6*45	1
13	INCLINE FRAME		1	48	BOLT	M6*55	2
14	SLEEK TUBE ASSEMBLY		1	49	BOLT	M8*35	5
15	SLEEK TUBE		1	50	BOLT	M8*45	1
16	MOTOR TOP COVER		1	51	BOLT	M6*35	8
17	BOTTOM BOARD		1	52	BOLT	M3*8	2
18	COMPUTER TOP COVER		1	53	BOLT	M5*8	7
19	COMPUTER BOTTOM COVER		1	54	BOLT	M6*16	4
20	COMPUTER PANEL		1	55	SCREW	ST2.9*6.5	19
21	BOTTLE BRACKET		2	56	SCREW	ST4.2*12	33
22	UPRIGHT COVER		2	57	BOLT	M4*16	4
23	LEFT BACK COVER		1	58	SCREW	ST4.0*20	2
24	RIGHT BACK COVER		1	59	LOCK WASHER	6	3
25	SIDE RAIL		2	60	LOCK WASHER	8	16
26	RUNNING BELT		1	61	LOCK WASHER	10	2
27	BELT		1	62	SPRING WASHER	8	6
28	BLUE CUSHION PAD		4	63	FLAT WASHER	8	6
29	BLACK CUSHION PAD		4	64	COMPUTER		1
30	TRANSPORT WHEEL		2	65	BOTTOM CONTROL BOARD		1
31	FOOT PAD		6	66	PULSE WITH SWITCH		1
32	ADJUSTIVE IDLER WHEEL		2	67	PULSE WITH SPEED		1
33	RING PROTECTING WIRE PLUG		2	68	MAGNETIC SENSOR		1
34	POWER WIRE BUCKLE		1	69	COMPUTER UP WIRE		1
35	SAFETY KEY SPRING BALL		1	70	COMPUTER MIDDLE WIRE		1

71	COMPUTER BOTTOM WIRE	1	87	MOTOR BOTTOM COVER	1
72	PULSE WITH SWITCH UP WIRE	1	88	INCLINE MOTOR	1
73	PULSE SPEED UP WIRE	1	89	WHEEL PROTECT COVER	2
74	CABLE	2	90	SWITCH BOARD	1
75	SAFETY KEY	1	91	SAFETY KEY IRON SLIP	1
76	TRANSFORMER	1	92	SCREW	ST2.9*8 2
77	POWER WIRE	1	93	BOLT	M10*25 2
78	SWITCH	1	94	BOLT	M10*25 L15 1
79	OVERLOAD PROTECTOR	1	95	BOLT	M10*35 L15 1
80	DC MOTOR	1	96	PULLING PIN	1
81	RUNNING BOARD	1	97	SPEAKER	2
82	MAGNETIC CORE	1	98	MP3 MMCB	1
83	MAGNETIC RING	1	99	BOLT	M4*12 4
84	AC SINGLE LINE	1	100	NONSLIP MAT	2
85	AC SINGLE LINE	1	101	LIGHT SENSOR FLAKE	1
86	AC SINGLE LINE	1			

A SZERVIZT ÉS AZ ALKATRÉSZEKET AZ ELADÓ BIZTOSÍTJA!

Insportline Hungary kft., Kossuth Lajos utca 65, 2500 Esztergom

tel/fax: +36(06)33 313242, mobil: (0670)2118227

www.insportline.hu



RO - MADEROS IN 2033

MANUAL DE UTILIZARE



ALAGEN S. R. L.

Etaj 4, apod. 43, Judetul Hunedoara, Aleea Panselutelor, Bloc 30, Deva

Tel.: 0354 882222

office@insportline.ro

www.insportline.ro

AVERTIZARE

Va rugam cititi toate instructiunile cu grija inainte de a folosi acest produs. Pastrati acest manual pentru consultari ulterioare:

---Cand folositi aceasta banda de alergare, tineti atasata de haine sfoara ce trage cheia de siguranta.

---Cand alergati, lasati mainile sa se balanseze intr-un mod natural. Priviti inainte, nu va uitati niciodata in jos la picioarele dumneavoastra.

---Cresteti viteza pas cu pas cand alergati, asteptati pana cand treapta de viteza este adaptata de banda, apoi mai adaugati inca o treapta.

---Daca apar urgente, apasati imediat butonul "Stop".

---Opriti banda de alergare dupa ce v-ati oprit din alergare.

Avertisment: cititi cu atentie instructiunile de asamblare, urmati aceste instructiuni.

ATENTIE

1. Inainte de a incepe orice program de exercitii, consultati medicul
2. Verificati daca toate suruburile sunt bine stranse.
3. Nu puneti banda de alergare in zone cu umiditate ridicata, va va provoca probleme.
4. Nu ne asumam nici o responsabilitate pentru orice tip de probleme sau accidente aparute din cauza nerespectarii indicatiilor de mai sus.
5. Purtati haine si papuci sport cand alergati.
6. Nu va antrenati in primele 40 minute dupa ce ati mancat.
7. Pentru a preveni accidentarile incalziti-va muschii inainte de exercitii.
8. Consultati-va doctorul inainte de exersare daca suferiti de hipertensiune.
9. Banda de alergare este doar pentru adulti.
10. Supravegheati: persoanele in varsta, copii, si persoanele cu dizabilitati in timp ce utilizeaza banda de alergare.
11. Nu adaugati nimic acestui aparat, puteti sa-l stricati.
12. Nu prelungiti cablul de alimentare, nu modificati stecherului, nu conectati firul din mijloc la tensiune. Nu plasati obiecte grele pe cablul de alimentare, nu lasati cablul de alimentare langa surse de caldura. Este interzis folosirea unei prize cu mai multe gauri, poate cauza incendii sau electrocutari.
13. Intrerupeti alimentarea cu tensiune cand aparatul nu este folosit. Cand intrerupeti alimentarea nu trageți de cablul.

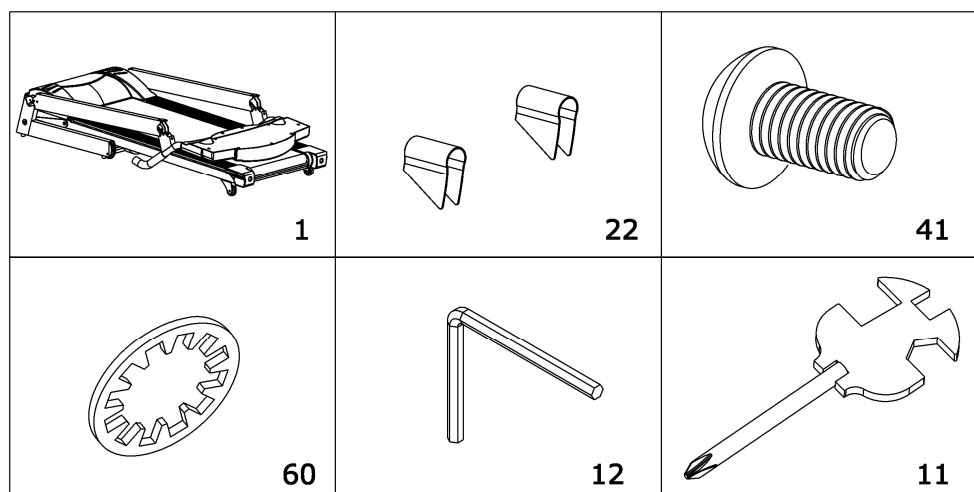
INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA SI PREVENIRE

1. Conectati cablul de alimentare la o priza cu impamantare, cu circuit de 10 Amp dedicat. Acest aparat trebuie conectat la o priza cu impamantare. Daca se strica, impamantarea asigura reducerea riscului de electrocutare.
2. Pozitionati banda de alergare pe o suprafata curata si nivelata. Nu puneti pe un covor gros, ce ar putea interfera cu ventilatia motorului. Nu montati banda de alergare in exterior sau in zone interioare umede.
3. Pozitionati banda de alergare in asa fel incat priza sa fie vizibila si accesibila.
4. Nu porniti banda de alergare in timp ce sunteti deasupra ei. Dupa ce porniti si reglati viteza asteptati pana cand banda ajunge la viteza setata. Intotdeauna stati pe suporturile laterale inainte de a pasi pe banda.
5. Purtati haine sport cand va antrenati pe banda de alergare. Purtati haine adecvate miscarii, nu purtati haine lungi, haine care atarna ce s-ar putea prinde in banda de alergat. Intotdeauna alergati cu pantofi sport cu talpa din cauciuc.

6. Intotdeauna intrerupeti alimentarea cu tensiune inainte de a inlatura capacul motorului.
7. Tineti copii mici departe de banda de alergare in timp ce aceasta functioneaza.
8. Intotdeauna tineti-va de manere cand incepeti sa mergeti sau sa alergati, asta pana cand v-ati obisnuit cu viteza..
9. Intotdeauna atasati de haine cordonul cheiei de siguranta cand folositi banda de alergare. Daca banda isi mareste viteza brusc din cauza unei defectiuni electronice, ea se va opri automat cand cheia de siguranta este trasa.
10. Cand banda de alergare nu este folosita intrerupeti alimentarea electrica si inlaturati cheia de siguranta.
11. Inainte de a incepe orice program de pregatire folosind banda de alergare consultati-va medicul. Acesta va poate ajuta sa stabiliti frecventa, intensitatea si durata exercitiilor adecvate pentru varsta si conditia fizica dumneavoastra. Daca simtit durere, o apasare pe piept, batai ale inimii iregulate, apnee sau aveti orice tip de disconfort in timpul exercitiilor, OPRITI-VA. Consultati-va medicul inainte de a relua exercitiile.

INSTRUCTIUNI ASAMBLARE

Cand deschideti cutia o sa gasiti urmatoarele parti componente:



Lista pieselor:

Nr.	Descriere	Specificatii	Cant.	Nr.	Descriere	Specificatii	Cant.
1	Cadru principal		1	60	Saiba fixare	8	10
22	Protectii superioare		2	12	Imbus 5# allen	5mm	1
41	Bolt	M8*16	10	11	Cheie multi	S=13, 14, 15	1

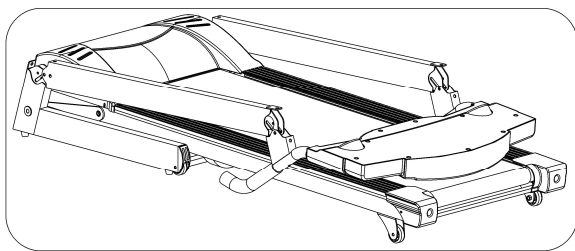
Unelte de fixare:

Imbus 5# ALLEN WRENCH 5mm 1 buc.

Cheie multi S=13;14;15 1 buc.

Nota: Nu porniti aparatul pana cand nu l-ati asamblat complet.

PASUL 1:



Deschideti cutia, scoateti toate piesele, puneti cadrul principal pe jos.

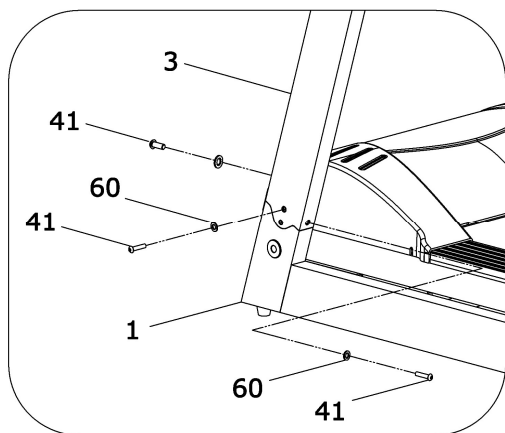
PASUL 2:



Ridicati computerul tragang in directia aratata de sageti.

Nota: Cand ridicati computerul aveti grija sa nu presati firele, tineti de computer ca sa evitati caderea lui.

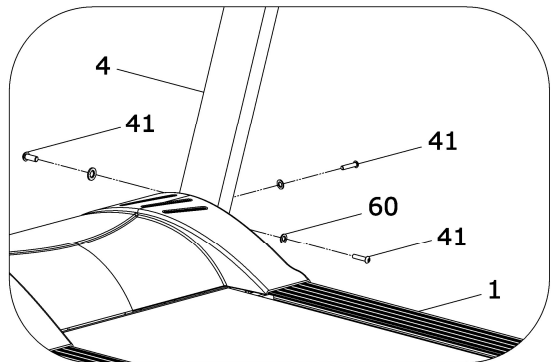
PASUL 3:



Folositi imbusul 5# Allen pentru a strange surubul (41) cu saiba (60) si fixa suportul stang (3) de cadrul principal (1).

Nota: Tineti suportul stang cu mana evitand caderea si deteriorarea lui.

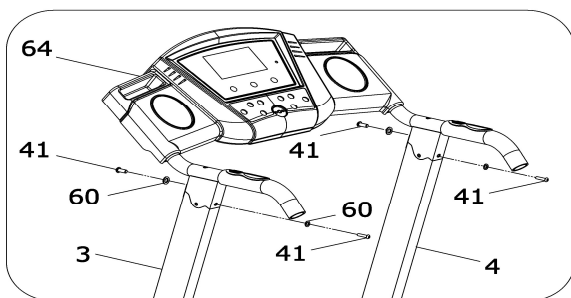
Pasul 4:



Folositi imbusul 5# Allen pentru a strange surubul (41) cu saiba (60) si fixa suportul drept (4) de cadrul principal (1).

Nota: Tineti suportul drept cu mana evitand caderea si deteriorarea lui.

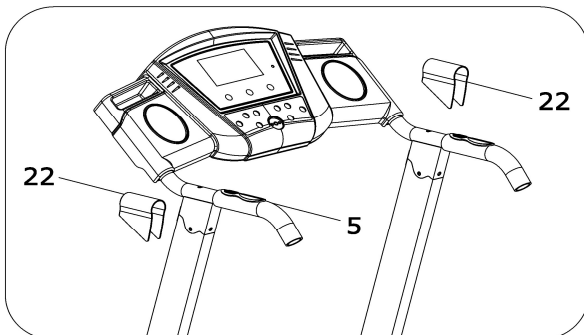
PASUL 5:



Folositi imbusul 5# allen, strangeti suruburile (41) si saibele de fixare(60), pentru a fixa computerul (75) pe bratele de suport R&L (3,4).

Folositi imbusul 5# allen, strangeti suruburile (41) si saibele de fixare(60), pentru a fixa computerul (75) pe bratele de suport R&L (3,4).

PASUL 5:

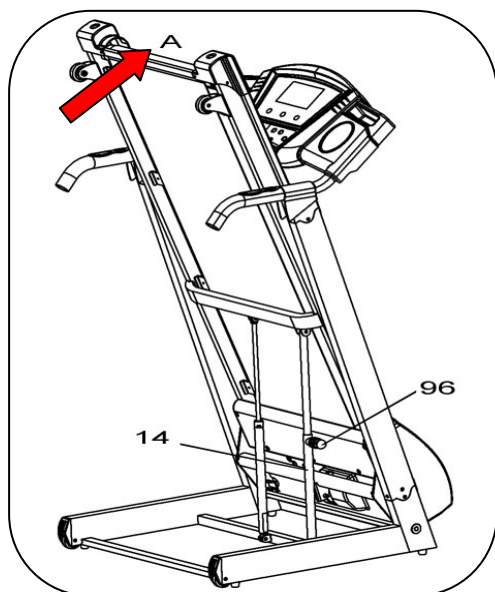


Introduceti protectiile superioare (22) pe manerele (5) L&R.

ATENTIE: Inainte de a porni banda de alergare asigurati-va ca ati asamblat complet si toate suruburile sunt bine stranse. Inainte de a folosi banda va rugam sa cititi instructiunile cu atentie.

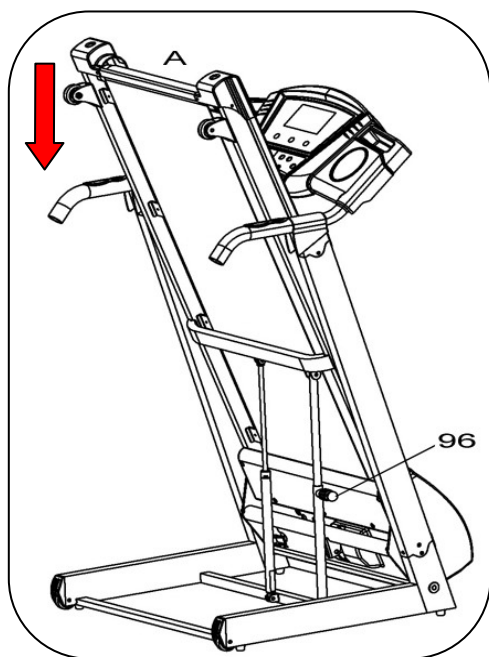
INSTRUCTIUNI DE STRANGERE

Strangerea :



Tineti suportul A cu mana, trageți in directia aratata de sageata pana cand surubul cu arc(96) aluneca in gaura (14).

Desfacerea:

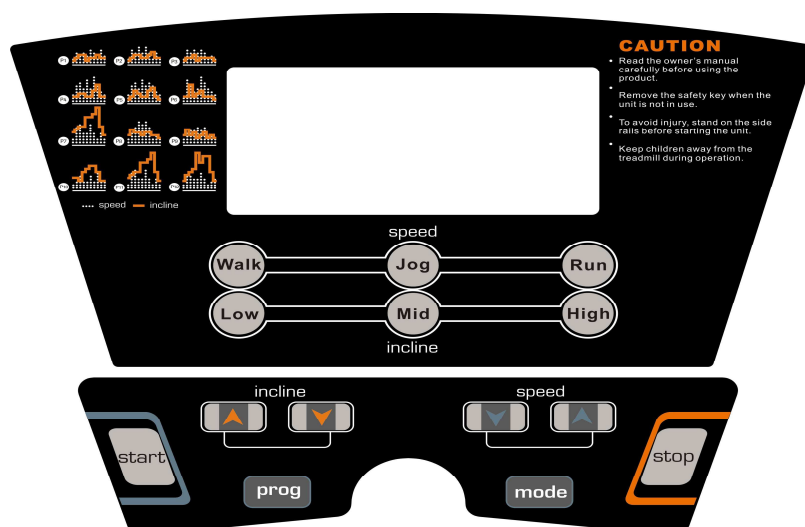


Trageti cu o mana de surubul (96), cu cealalta mana apasati cadrul in directia aratata de sageata si acesta va aluneca in mod automat

PARAMETRII TEHNICI

Marime dupa montare (mm)	1600*730*1370	NIVELE INCLINATIE	12%
Marime dupa strangere (mm)	700*730*1530	INTERVAL VITEZA	1.0-16KM/h
Suprafata banda de alergare (mm)	1255*420		
GREUTATE APARAT	55KG		
GREUTATE MAXIM ADMISA	120KG		
AFISARE	VITEZA, TIMP, DISTANTA, CALORII, PULS si INCLINATIE		

GHID DE OPERARE



AFISAJ:

- 1 **“SPEED”** : in aceasta fereasta se afiseaza programele “P1-P12-FAT” si viteza, intervalul vitezei fiind in intervalul : 1.0-16 KM/h.
- 2 **“INCL”** : afiseaza inclinatia, intervalul valorii fiind cuprins intre 0-12%
- 3 **“TIME / DIST”** : afiseaza intermitent pentru cate 5 secunde valorile timpului si distantei alergate. Valoarea timpului afisat este cuprinsa in intervalul 0 pana la 99:59. Daca setati o numaratoare inversa a timpului cand se va ajunge la 0 banda de alergare se va opri si se va afisa “END”. Cand este afisata distanta va numara de la 0 pana la 99.9. Va numara inspre 0 atunci cand ati setat o tinta. Cand ajunge la finalul numaratorii banda de alergare se va opri usor si va afisa “END” in fereasta.
- 4 **“CAL /PULSE”** Acesta fereasta afiseaza distanta pulsul si caloriile consumate de alergator. Cand este afisat numarul de calorii consumate va numara de la 0 la 999, daca numarul depaseste 999, va numara de la 0 numarul depasit. Cand ati setat un numar de calorii se va numara pana la 0, cand se va ajunge la 0 aparatul se va opri si fereasta va afisa “END”. Sistemul ia pulsul in mod automat daca utilizatorul tine mana pe senzorul de puls pentru mai mult de 5 secunde si il va afisa in fereasta concomitent cu luminarea ledului corespunzator. Valoarea pulsului este cuprinsa in intervalul: 40-200 batai/minut. (aceste informatii este doar pentru referintasi nu au valoare medicala)

FUNCTIILE BUTOANELOR:

- 1 **“PROGRAM”**: in timp ce aparatul se afla in starea de asteptare folositi acest buton pentru selectarea programului: “0:00“, P1-P2-P3-P4-P5-P6-P7-P8-P9-P10-P10-P12-FAT”. (“0.0” este modul manual “P1-P12” sunt programe presetate, “FAT” este program testare tesut adipos)
- 2 **“MODE”**: apasati acest buton pentru a opta pentru un mod : “0:00”, “15:00”, “1.0”, “50” (“0:00” este modul manual, “15:00” este numaratoare inversa a timpului, “1.0” este numaratoarea inversa a distantei si “50” este numaratoarea inversa a caloriilor arse); dupa ce ati ales unul dintre aceste moduri apasati “speed+/-“ pebtru a creste sau a scadea valoarea de inceput, apasati START pentru a incepe.
- 3 **“START”**:dupa ce ati pornit aparatul si ati atasat cheia de siguranta, apasati butonul pentru a incepe.
- 4 **“STOP”**: apasand acest buton in timp ce banda de alergare functioneaza veti opri motorul.
- 5 **“SPEED+” “SPEED-”**: este pentru a regla valoarea vitezei in timp ce banda de alergare este in functiune. Apasand in timpul alergarii veti schimba viteza cu cate 0.1KM/H de fiecare data cand apasati. Daca apasati pentru mai mult de 0.5S continuu, viteza se va schimba mai repede.
- 6 **“INC+” “INC-”** aceste butoane sunt pentru a regla inclinatia, fiecare apasare va reduce sau va creste inclinatia cu cate un nivel. Apasati pentru mai mult de 0.5s continuu pentru a schimba inclinatia mai repede
- 7 **“INCLINE 5 8 12”** reglare rapida a inclinatiei la valoarea aleasa.

8 “SPEED 5 8 12 ” reglare rapida a vitezei la valoarea aleasa.

Start rapid (Modul manual)

- 1 Aprindeti de la intrerupator, atasati cheia de siguranta.
- 2 Apasati butonul de START, sistemul va numara de la 3 secunde, “Buzzerul” va face un sunet in timp ce pe afisaj va fi aratat timpul care a mai ramas pana la pornire. Banda de alergare va porni cu viteza de 1.0KM/H dupa 3 secunde.
- 3 Apasati “SPEED +/-” pentru a regla viteza si “INCLINE+/-” pentru a regla inclinatia.

Operari in timpul programelor:

- 1 Apasati speed- pentru a reduce viteza.
- 2 Apasati speed+ pentru a creste viteza.
- 3 Apasati incline- pentru a reduce inclinatia.
- 4 Apasati incline+ pentru a creste inclinatia.
- 5 Apasati PAUSE pentru a incetini banda de alergare pana la oprire..
- 6 Cand utilizatorul tine senzorul de puls valoarea pulsului va fi afisata peste aproximativ 5 secunde.

Modul manual:

1. . Daca nu faceti nici un fel de setare si apasati direct butonul de START, banda va incepe sa functioneze cu viteza de 0.8km/h, apasati “SPEED+”, “SPEED-” pentru a schimba viteza.
2. Setati timpul, apasati “MODE” pentru a introduce valoarea timpului, fereastra pentru timp va afisa “15:00”. Apasati “SPEED+”, “SPEED-” si “INCLINE+”, “INCLINE-” pentru a seta timpul pentru exercitiu. Timpul poate fi setat in intervalul 5:00-99:00.
3. In modelul de setare a timpului, apasati “ MODE ” pentru a introduce distanta dorita, fereastra pentru distanta va afisa “1.0”. Apasati “SPEED+”, “SPEED-” si “INCLINE+”, “INCLINE-” pentru a introduce distanta dorita. Intervalul pentru distanta este 0.5—99.9.
- 4 Pentru setarea numarului de calorii apasati “MODE” pentru a introduce valoarea dorita, fereastra pentru calorii va afisa “50”. Apasati “SPEED+”, “SPEED-” si “INCLINE+”, “INCLINE-” pentru a introduce nomarul caloriilor dorit. Intervalul pentru calorii 10-999.
- 5 Apasati “START” dupa ce ati terminat cu setarile. Banda de alergare va incepe sa functioneze dupa 3 secunde. Apasati “SPEED+”, “SPEED-” pentru a schimba viteza, “INCLINE+”, “INCLINE-” pentru a modifica inclinatia si “STOP” pentru a opri.

Programe presetate:

Apasati “PROGRAM”, fereastra “CAL /PULSE” va afisa pentru alegere programele P1-P12. Setarea timpului de alergare se face cand fereastra pentru timp lumineaza. Timpul afisat va fi 10:00, apasati “SPEED+”, “SPEED -” pentru a seta durata dorita pentru alergare. Apasati “START” pentru am incepe programul presetat, acest program este impartit in 10 parti. Fiecare parte este egala cu timpul setat/10. Cand sistemul trece intro noua parte va scoate 3 sunete “B—B—“ si viteza va fi schimbata potrivit programului presetat. Daca doriti sa schimbati viteza pe o sectiune din program apasati “SPEED+”, “SPEED -” sau daca doriti sa modificati inclinatia apasati “SPEED+”,

“SPEED-”, cand programul va trece la o noua sectiune el va avea viteza si inclinatia presetate in program. La terminarea programului presetat sistemul va face 3 sunete “B—B—” si banda de alergare va reduce viteza pana cand se va opri dupa 5 secunde.

Diagrama cu programele presetate

Fiecare program este impartit in 10 parti egale, durata intregului program este aleasa de dumneavoastra, viteza este impartita pe sectiuni dupa cum urmeaza:

TIMP \ MODE		Interval timp									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VITEZA	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	INCLINATIA	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	VITEZA	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	INCLINATIA	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	VITEZA	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	INCLINATIA	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	VITEZA	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	INCLINATIA	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	VITEZA	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	INCLINATIA	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	VITEZA	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	INCLINATIA	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	VITEZA	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	INCLINATIA	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	VITEZA	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINATIA	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	VITEZA	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INCLINATIA	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	VITEZA	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	INCLINATIA	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	VITEZA	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	INCLINATIA	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P12	VITEZA	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	INCLINATIA	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3

Intervalele programelor:

	Program	Inceput	Setare interval	Afisare interval
TIME(MIN:SECOND)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00 - 99:59
INCLINE(%)	0	0	0-12	0-12
SPEED(K/h)	1.0	1.0	1.0-16	1.0-16
DISTANCE(K)	0	1.0	0.5-99.9	0.00-99.9
PULSE(hypo/min)	P	N/A	N/A	40-200
CALORIE(THERM)	0	50	10-999	0 - 999

BODY TESTER:

At the beginning state, press “ PROGRAM” continually entering FAT body fat tester, press “ MODE “ enter F-1、 F-2、 F-3、 F-4、 F-5 (F-1 SEX, F-2 AGE, F-3 HEIGHT, F-4 WEIGHT, F-5 FAT TESTER),

Press “SPEED+”、“SPEED -” to set F-1 – F4 (refer to the following chart), after that, press “ MODE” to set F-5, grasp the hand pulse, the window will display your body quality index after 3 seconds. The body quality index is to test the relation between height and weight. The body FAT suits for any male and female, to adjust the weight according it together with other body quality index. The idea FAT should be 20-25, if under 19, it means too thin. If between 25 and 29, it means overweight, if over 30, it means obesity. (The data is just for reference, can not be as medicinal data)

F-1	Sex	01 barbat(male)	02femeie (female)
F-2	Age(varsta)	10-----99	
F-3	Hight(inaltime)	100----200	
F-4	Weight(greutate)	20-----150	
F-5	FAT	≤ 19	Slab
	FAT	$= (20---25)$	Greutate normala
	FAT	$= (25---29)$	Greutate mare
	FAT	≥ 30	Obezitate

Funcția cheii de siguranță:

Dacă trageți cheia de siguranță, banda de alergare se va opri imediat. Toate ferestrele de afișaj vor afișa “———” și buzzerul va scoate 3 sunete “B—B—”. Când reatașați cheia de siguranță banda de alergare este în starea inițială dinaintea folosirii.

Funcția de economisire energie:

Aparatul are funcția de economisire energie, dacă nu este folosit această funcție se va activa după 10 minute, afișajul se va închide. Pentru a porni afișajul puteți apăsa orice buton.

Inchiderea:

Stingeți aparatul de la întrerupător , puteți opri banda de alergare și întrerupând alimentarea cu energie electrică, aceasta nu va fi afectată.

Atenționare:

7. Va recomandăm să mențineți o viteză redusă la începutul programului de pregătire și să țineți mâinile pe maneră până când va simți confortabil pe banda de alergat.
8. Atașați cheia de siguranță la computer și prindeți cordonul cheii de siguranță de haine.
9. Pentru a termina sesiunea de antrenament în siguranță apăsați PAUSE sau trageți cheia de siguranță oprind banda imediat.

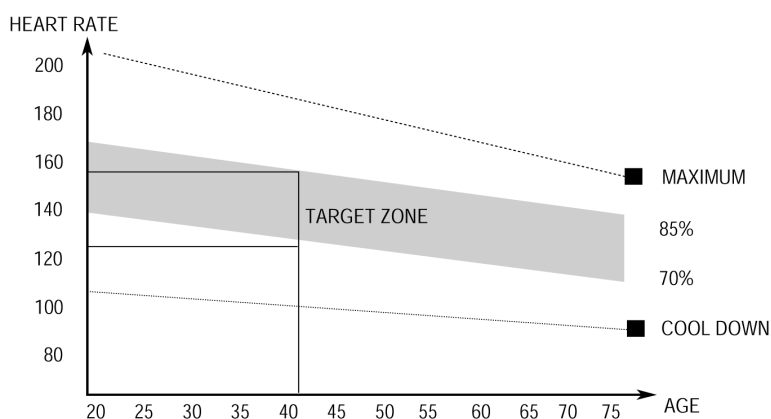
INSTRUCTIUNILE EXERCITIILOR

1. INCALZIREA

Scopul incalzirii este de a va pregatii corpul pentru exercitiu si a reduce riscul de a va accidenta. Incalziti-va cel putin 2 minute inainte de a incepe exercitiile. Pentru incalzire folositi miscari de aerobic sau de stretching. Acest lucru va creste ritmul pulsului si va va incalzi muschii care vor lucra. Intinderea muschilor este foarte importanta pentru a reduce riscul de a va accidenta. Intinderile ar trebui sa dureze intre 15 si 30secunde, nu fortati intinderile prin sarituri.

2. EXERCITIILE

Aceasta este etapa in care dumneavoastra depuneti effort. Dupa exercitii regulate muschii picioarelor dumneavoastra vor deveni mai flexibili. Munciti in ritmul dumneavoastra, dar este foarte important sa pastrati un ritm constant. Rata muncii ar trebui sa fie suficienta ca sa va ridice ritmul pulsului in zona aratata de de graficul de mai jos



Aceasta etapa ar trebui sa dureze minimum 12 minute, cei mai multi oameni incep cu 15-20 minute.

3. RELAXAREA MUSCHILOR

Aceasta etapa lasa sistemul cardio-vascular si muschii sa se destinda. Aceasta este o repetitie a miscarilor de incalzire si ar trebui sa dureze inca aproximativ minute. Exercitiile de intindere ar trebui repetate.

Cut cat sunteti mai in forma puteti sa va antrenati mai mult si mai intens. Este de recomandat sa va antrenati de cel putin 3 ori pe saptamana.

4. TONIFIEREA MUSCHILOR

Pentru a va tonifia muschii folosind aceasta banda de alergare ar trebui sa aveti o rezistenta fizica destul de mare. Trebuie sa va supuneti picioarelor unui efort mai sustinut ceea ce inseamna ca durata exercitiilor nu o sa fie asa mare cum ati dori. Daca incercati sa va imbunatatiti starea fizica aveti nevoie sa alternati programul de antrenament. Trebuie sa va antrenati normal in timpul incalzirii si relaxarii muschilor, dar spre finalul programului de antrenament sa trageti mai tare. Este posibil sa trebuiasca sa reduceti viteza de alergare pentru a va mentine

nivelul pulsului in zona tinta. Un factor foarte important este cat efort depuneti. Cu cat va antrenati mai tare si o perioada mai indelungata de timp cu atat veti arde mai multe calorii.

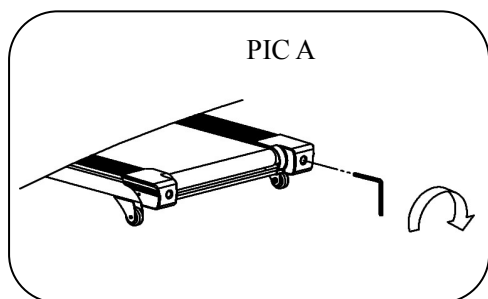
INSTRUCTIUNI DE INTRETINERE

Reglarea tensiunii benzii de alergare

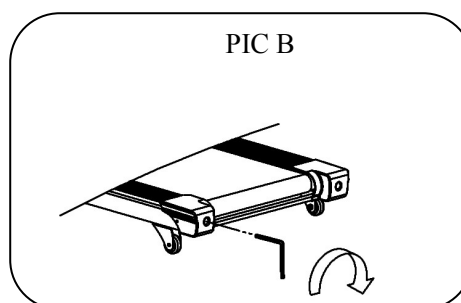
NU INTINETI PREA TARE BANDA DE ALERGARE. Aceasta va reduce performantele motorului si va scurta durata de viata a bandei de alergare.

CENTRAREA BANZII DE ALERGARE:

- Puneti banda pe o suprafata orizontala
- Rulati banda cu o viteza de aproximativ 5 km/h
- Daca banda este deviata spre dreapta, opriti alimentarea cu energie electrica si reglati prin rotirea surubului de reglare din partea dreapta cu jumatate de rotatie in sensul acelor de ceasornic. Repetati pana cand banda este centrata.
- Daca banda este deviata spre stanga, opriti alimentarea cu energie electrica si reglati prin rotirea surubului de reglare din partea stanga cu jumatate de rotatie in sensul acelor de ceasornic. Repetati pana cand banda este centrata.



Imaginea A: banda este deviata spre dreapta



Imaginea B: banda este deviata spre stanga

CURATAREA

ATENTIE: INTOTDEAUNA INTRERUPETI ALIMENTAREA CU ENERGIE ELECTRICA A BANDEI INAINTE DE A O CURATA.

Curatarea generala a bandei de alergare va prelungi durata de functionare a acesteia. Stergeti de praf si curatati in mod regulat. Asigurati-va ca ati curatat toata banda integral. In acest mod se reduc

acumularile de praf si materiale straine sub banda. Partea superioara a bandei poate fi curatata cu o carpa umeda, aveti grija sa nu existe scurgeri de lichide in interior.

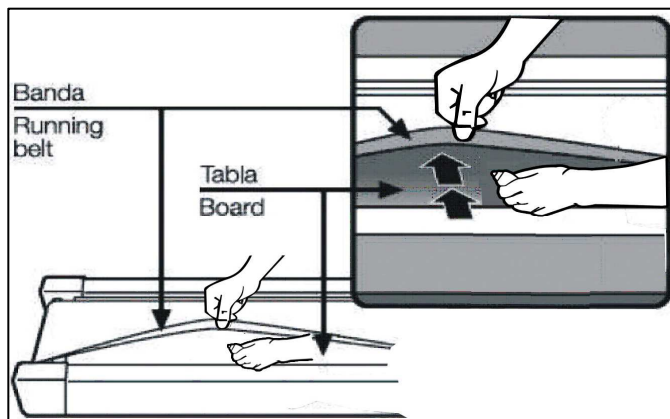
Atentie: Intotdeauna intrerupeti alimentare cu energie electrica cand inlaturati capacul motorului. Aspirati cel putin odata pe an praful strans la motor.

UNGerea BANDEI DE ALERGAT

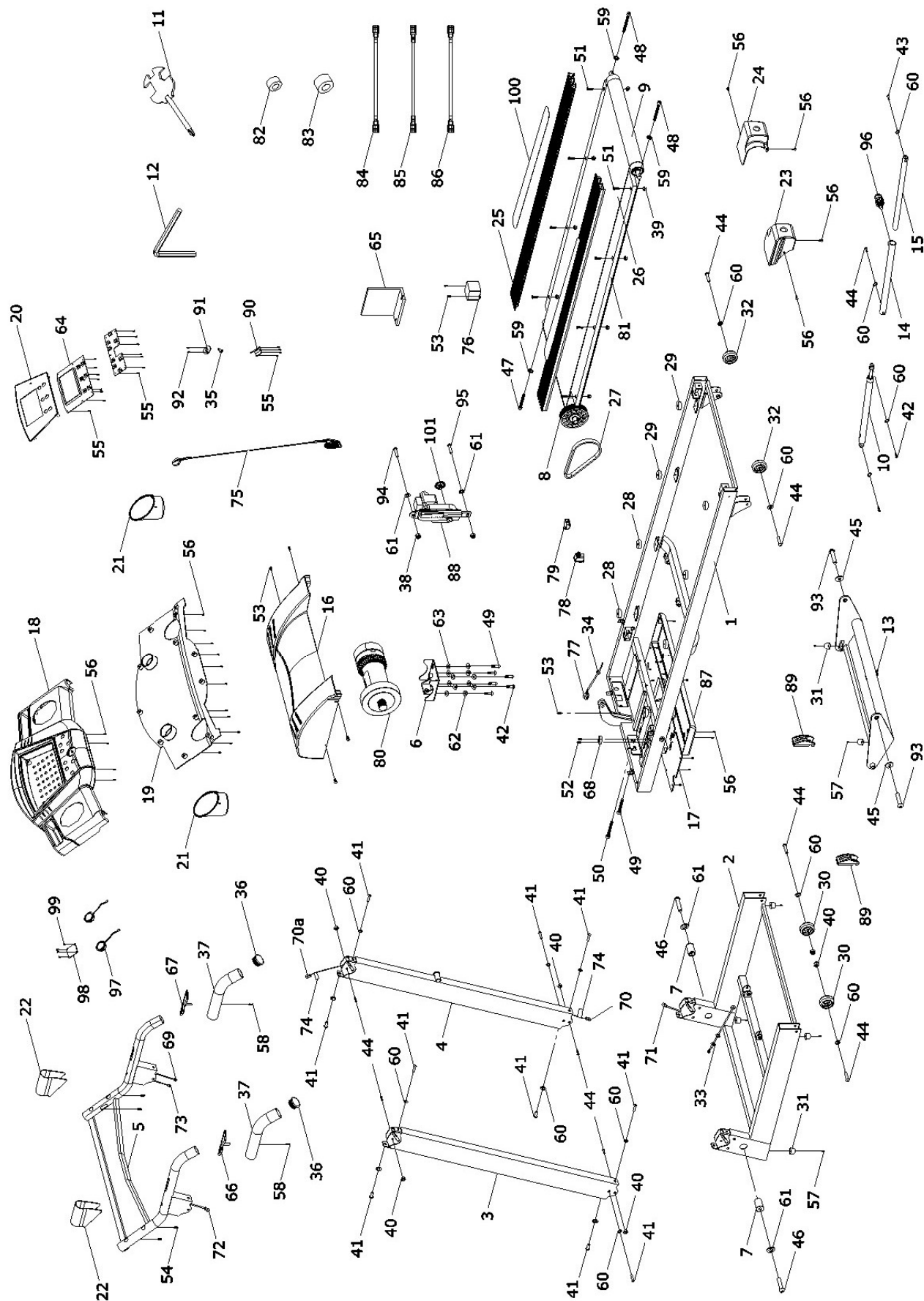
Aceasta banda de alergat este echipata cu un sistem de ungere ce necesita putina intretinere. Frecarea banda/punte joaca un rol major in durata de viata a bandei de alergare , necesita o ungere periodica. Va recomandam o inspectare periodica a puntii.

Recomadam ca ungerea puntii sa aibe loc dupa perioadele:

- Folosire usoara (mai putin de 3 ore/saptamana) anual
- Folosire medie (3-5 ore/saptamana) la fiecare 6 luni
- Folosire indelungata (mai mult de 5 ore/saptamana) la fiecare 3 luni



DESEN DETALIIAT



LISTA CU PARTI COMPONENTE:

#.	DESCRIPTION	REMARK	QTY	#.	DESCRIPTION	REMARK	QTY
1	MAIN FRAME		1	36	INNER END CAP		2
2	BASE FRAME		1	37	FOAM		2
3	LEFT UPRIGHT		1	38	LOCK NUT	M10	2
4	RIGHT UPRIGHT		1	39	LOCK NUT	M6	8
5	COMPUTER BRACKET		1	40	LOCK NUT	M8	6
6	MOTOR BRACKET		1	41	BOLT	M8*16	10
7	BASE FRAME TURN AXES		2	42	BOLT	M8*25 L15	4
8	FRONT ROLLER		1	43	BOLT	M8*35 L25	1
9	REAR ROLLER		1	44	BOLT	M8*40 L20	9
10	CYLINDER		1	45	FLAT WASHER	10	2
11	WRENCH W/SCREW DRIVER	S=13,14,15	1	46	BOLT	M10*55	2
12	5#ALLEN WRENCH	5mm	1	47	BOLT	M6*45	1
13	INCLINE FRAME		1	48	BOLT	M6*55	2
14	SLEEK TUBE ASSEMBLY		1	49	BOLT	M8*35	5
15	SLEEK TUBE		1	50	BOLT	M8*45	1
16	MOTOR TOP COVER		1	51	BOLT	M6*35	8
17	BOTTOM BOARD		1	52	BOLT	M3*8	2
18	COMPUTER TOP COVER		1	53	BOLT	M5*8	7
19	COMPUTER BOTTOM COVER		1	54	BOLT	M6*16	4
20	COMPUTER PANEL		1	55	SCREW	ST2.9*6.5	19
21	BOTTLE BRACKET		2	56	SCREW	ST4.2*12	33
22	UPRIGHT COVER		2	57	BOLT	M4*16	4
23	LEFT BACK COVER		1	58	SCREW	ST4.0*20	2
24	RIGHT BACK COVER		1	59	LOCK WASHER	6	3
25	SIDE RAIL		2	60	LOCK WASHER	8	16
26	RUNNING BELT		1	61	LOCK WASHER	10	2
27	BELT		1	62	SPRING WASHER	8	6
28	BLUE CUSHION PAD		4	63	FLAT WASHER	8	6
29	BLACK CUSHION PAD		4	64	COMPUTER		1
30	TRANSPORT WHEEL		2	65	BOTTOM CONTROL BOARD		1
31	FOOT PAD		6	66	PULSE WITH SWITCH		1
32	ADJUSTIVE IDLER WHEEL		2	67	PULSE WITH SPEED		1
33	RING PROTECTING WIRE PLUG		2	68	MAGNETIC SENSOR		1
34	POWER WIRE BUCKLE		1	69	COMPUTER UP WIRE		1
35	SAFETY KEY SPRING BALL		1	70	COMPUTER MIDDLE WIRE		1
71	COMPUTER BOTTOM		1	87	MOTOR BOTTOM		1

WIRE			COVER		
72	PULSE WITH SWITCH UP WIRE	1	88	INCLINE MOTOR	1
73	PULSE SPEED UP WIRE	1	89	WHEEL PROTECT COVER	2
74	LABLE	2	90	SWITCH BOARD	1
75	SAFETY KEY	1	91	SAFETY KEY IRON SLIP	1
76	TRANSFORMER	1	92	SCREW	ST2.9*8 2
77	POWER WIRE	1	93	BOLT	M10*25 2
78	SWITCH	1	94	BOLT	M10*25 L15 1
79	OVERLOAD PROTECTOR	1	95	BOLT	M10*35 L15 1
80	DC MOTOR	1	96	PULLING PIN	1
81	RUNNING BOARD	1	97	SPEAKER	2
82	MAGNETIC CORE	1	98	MP3 MMCB	1
83	MAGNETIC RING	1	99	BOLT	M4*12 4
84	AC SINGLE LINE	1	100	NONSLIP MAT	2
85	AC SINGLE LINE	1	101	LIGHT SENSOR FLAKE	1
86	AC SINGLE LINE	1			

GHID DE DEPANARE

1 Motivele pentru care computerul nu functioneaza dupa pornire pot fi: firele din spatele computerului nu sunt bine conectate sau transformatorul s-a ars. Verificati fiecare firele de la computer la placa de control, daca fac contacte sau daca firele sunt distruse si trebuie inlocuite. Daca nu ati putut rezolva problema incercati sa puneti un transformator nou.

2 **E01**: Mesaj de avarie. Motiv probabil: firele dintre computer si placa de control nu sunt bine conectate sau firele sunt distruse si trebuie inlocuite.

3 **E02**: Functionare cu socuri. Verificati daca tensiunea de alimentare este corecta sau daca controlerul este ars si trebuie inlocuit.

4 **E03**: Lipsa semnal de la sezor. Firul pentru senzor este rau, schimbati-l cu unul bun;

5 **E04**: Controlul inclinatiei defect, verificati daca motorul este bine conectat sau daca motorul mai functioneaza. Dupa ce ati remediat defectul apasati butonul de “invatare” de pe placa de control.

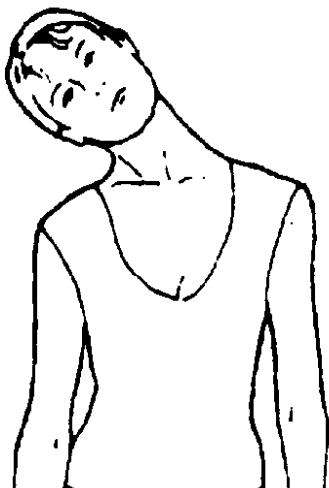
6 **E05**: Protectie supratensiuni. Acest mesaj de eroare cand motorul este supus la supratensiuni si este activ sistemul de protectie. Reglati banda si reporniti-o, verificati daca motorul afce zgomot sau daca placa de control este arsa. Puneti un motor sau o placa de control noua. Folositi un voltaj corect.

7 Daca motorul nu porneste dupa ce ati apasat START, motivele probabile sunt: ca firele motrului sa fie intrerupte; tuburile de protectie sunt rupte sau au cazut; motorul nu este bine conectat; Tranzistorul *IGBT* de pe placa de control este ars. Verificati fiecare dintre posibilele motive si schimbati partile defecte.

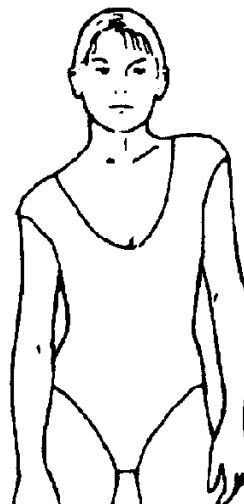
Incalzirea

Aceasta etapa este foarte folositoare, ajuta sangele sa circule in corpul dumneavoastra si muschii vor lucra normal, reducand astfel riscul de crampe sau leziuni ale muschilor. Este recomandat sa faceti cateva miscari de intindere. Fiecare intindere trebuie sa dureze cam 30 secunde fara sa forteze muschiul.

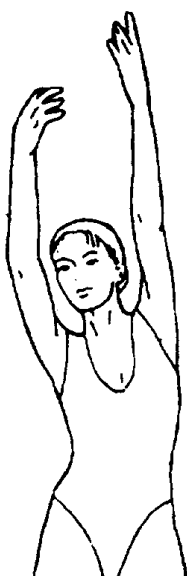
RELAXAREA GATULUI



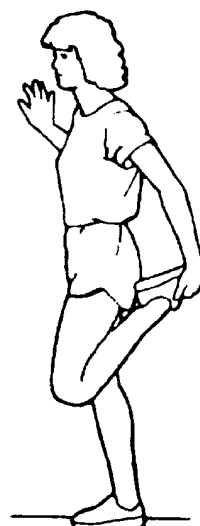
RIDICAREA UMERILOR



INTINDERI CU MAINILE RIDICATE



INTINDEREA PICIOARELOR, GENUNCHILOR

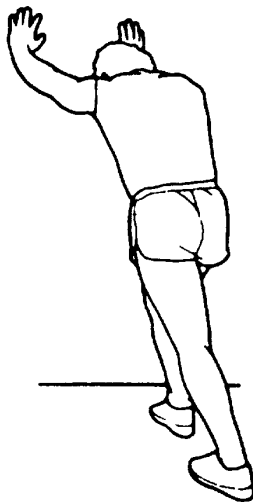
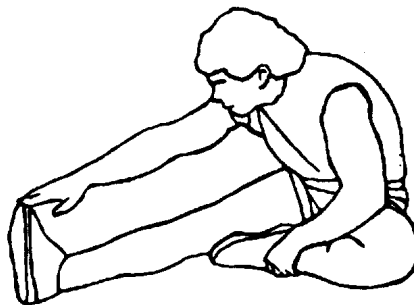
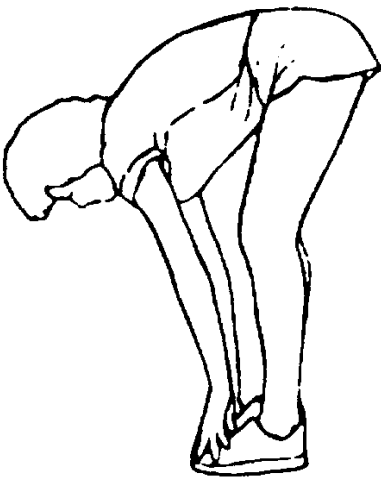


INTINDERI CU PICIOARELE IMPREUNATE



APLECARI CU PICIOARELE LIPITE UNUL DE
ALUL, PANA LA ATINGEREA DEGETELOR
PICIOARELOR

INTINDERI DIN POZITIA SEZUT



PL - BIEŻNIA MADEROS IN 2033

INSTRUKCJA OBSŁUGI



Dostawca: INSPORTLINE PL

Ul .Kantorowicka 400 , 31-763 Kraków

Tel/fax 012/ 417-38-50 0602 218 882 012/645-60-00

www.insportline.pl biuro@insportline.pl

OSTRZEŻENIE

Przeczytaj uważnie wszystkie instrukcje. Zachowaj tę instrukcję dla przyszłego odwołania się:

----Podczas używania bieżni, trzymaj przymocowaną do ubrania linkę bezpieczeństwa.

----Kiedy biegasz, pozwól swoim ręką na naturalne wymachy, patrz przed siebie, nigdy w dół na stopy.

----Dodawaj powoli prędkość podczas biegania i oczekuj, kiedy zaadaptujesz isę do prędkości dodaj następną.

----Kiedy zdaży się wypadek, naciśnij natychmiast przycisk "emergent stop press-button".

----Po bieganiu pozostaw Leave the treadmill after the running belt stop stably.

Uwaga: przeczytaj uważnie instrukcję obsługi i postępuj zgodnie z nią podczas montażu.

UWAGA

4. Przed rozpoczęciem ćwiczeń, skonsultuj się ze swoim lekarzem.
5. Sprawdź wszystkie śruby.
6. Nigdy nie umieszczaj bieżni na mokrej powierzchni przeciwnym wypadku spowoduje to szkodę.
7. Nie bierzemy odpowiedzialności za problemy i zranienia związane z powyższymi przyczynami.
8. Ubierz przed ćwiczeniami sportową odzież i obuwie.
9. Nie ćwicz przed upływem 40 minut od posiłku.
10. Aby uniknąć zranień, rozgrzej się przed ćwiczeniami.
11. Skonsultuj się z lekarzem przed ćwiczeniami, jeśli masz wysokie ciśnienie.
12. Bieżnia przeznaczona jest jedynie do użytku dla dorosłych.
13. Zapewnij starszym, dzieciom i upośledzonym umysłowo dobrą opiekę i nadzór.
14. Nie wtykaj niczego w części tego sprzętu, w przeciwnym razie może to wywołać szkodę.
15. Nie podłączaj przewodu w środek kabla, nie wydłużaj go, lub nie zmieniaj wtyczki, nie kładź ciężkich rzeczy na kabel, nie umieszczaj go w pobliżu źródeł ciepła, zabronione jest używanie gniazdek z kłokoma otworami, to może spowodować ogień lub porażenie prądem.
16. Wyłącz bieżnię z prądu kiedy nie jest używana. Kiedy prąd jest wyłączony nie ciągnij kabla.

WAŻNE ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

1. Włącz przewód sieciowy bieżni prosto do przeznaczonego uziemionego obwodu z napięciem 10 amps.

Instrukcje uziemienia

Ten produkt musi być uziemiony. Jeśli ma awarie, uziemienie zapewni ścieżkę najmniejszego oporu dla aktualnej elektryczności aby zredukować ryzyko szoku elektrycznego.

2. Umieść bieżnię na czystej, poziomej powierzchni. Nie umieszczaj bieżni na grubym dywanie ponieważ to może zaburzyć prawidłową wentylację. Również nie umieszczaj bieżni blisko wody lub na zewnątrz.

3. Umieść bieżnię tak aby była widoczna i dostępna ściana z wtyczką.

4. Nigdy nie włączaj bieżni kiedy stoisz na pasie. Po włączeniu prądu i ustawieniu prędkości, może być przerwa przed rozpoczęciem ruchu pasa, zawsze stawaj na szynie po bokach ramy dopóki pas porusza się.

5. Ubieraj odpowiednią odzież kiedy ćwiczysz na bieżni. Nie ubieraj długiej, luźnej odzieży, która może zostać wciągnięta przez bieżnię. Zawsze ubieraj sportowe buty z gumową podeszwą.

6. Zawsze wyłączaj kabel z prądem przed zdejmowaniem osłony motora.

7. Trzymaj dzieci z daleka od bieżni podczas ćwiczeń.

8. Zawsze trzymaj uchwyty, kiedy chodzisz lub biegasz na bieżni, dopóki czujesz się komfortowo używając bieżni.

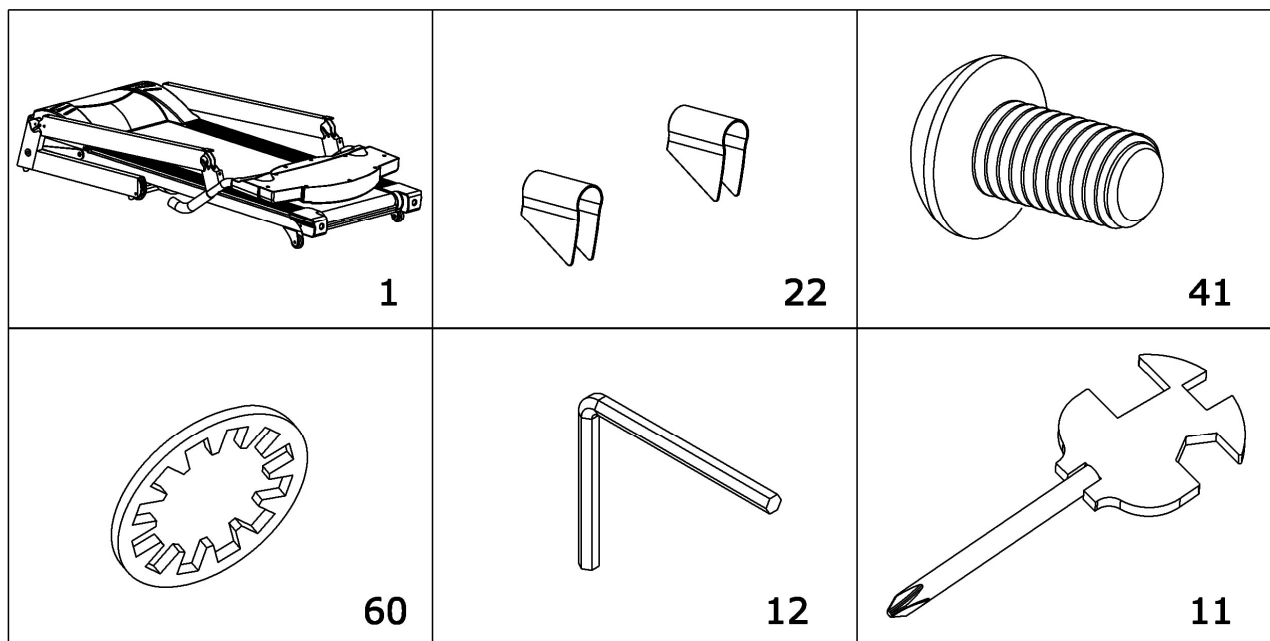
9. Zawsze przypinaj linkę bezpieczeństwa do ubrania podczas ćwiczeń na bieżni. Jeśli bieżnia nagle zwiększy prędkość w związku z uszkodzeniami elektryczności lub jeśli prędkość będzie Always attach the safety pull pin rope to your clothing when using the treadmill. If the treadmill should suddenly increase in speed due to an electronics failure or the speed being nieumyślnie zwiększona, bieżnia nagle wyłączy się kiedy szpilka kabla bezpieczeństwa uwolni się z konsoli.

10. Kiedy bieżnia nie jest używana, kabel prądu powinien być wyłączony a kabel bezpieczeństwa wyjęty.

11. Przed rozpoczęciem ćwiczeń, skonsultuj się ze swoim lekarzem. Może on pomóc ustalić częstotliwość ćwiczeń, intensywność (docelową akcję serca) i czas odpoczynku do twojego wieku i kondycji. Jeśli poczujesz jakiś ból lub słabość w klatce, nieregularne bicie serca, skrócenie oddechów, słabość lub jakiś dyskomfort podczas ćwiczeń, PRZERWIJ JE! Skonsultuj się ze swoim lekarzem przed ponownym rozpoczęciem ćwiczeń.

INSTRUKCJA MONTAŻU

Kiedy otworzysz karton, znajdziesz następujące części



Spare parts list :

NO.	DES.	Specyfikacja	Nos.	NO.	DES.	Specyfikacja	Nos.
1	Główny ramek		1	60	Podkład	8	10
22	Pionowej okładka		2	12	5# Allen klucz montażu	5mm	1
41	Rygiel	M8*16	10	11	klucz montażu s śrubokrętem	S=13、14、15	1

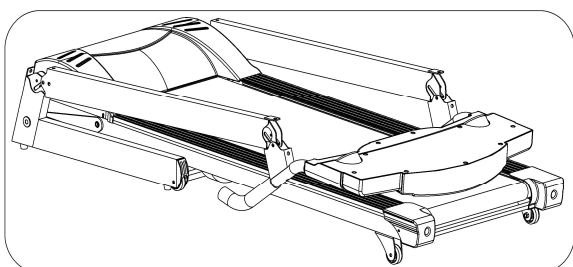
NARZĘDZIA:

5#klucz francuski 5mm 1szt.

śrubokręt s=13、14、15 1szt.

Uwaga: Nie podłączaj urządzenia do prądu przed zakończeniem montażu.

KROK 1



Otwórz karton wyjmij powyższe części
umieść GŁÓWNĄ RAMĘ na ziemi.

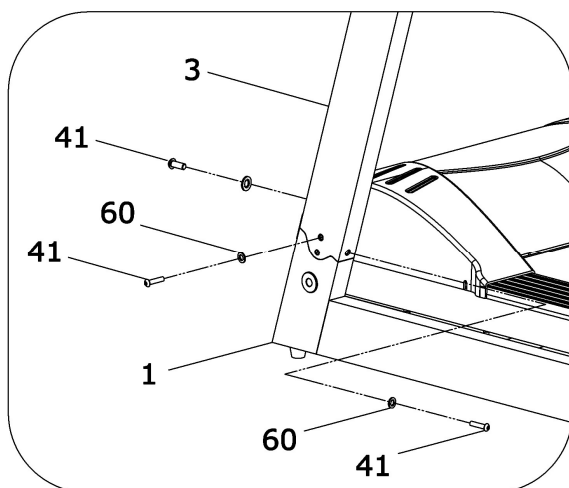
KROK 2



Podnieś komputer i słupki wspornika jak na rysunku obok.

Uwaga: Kiedy je podniesiesz upewnij się że słupki wspornika nie naciskają na kable. Trzymaj słupki wspornika i komputer rękami aby uniknąć jego upadku i zepsucia.

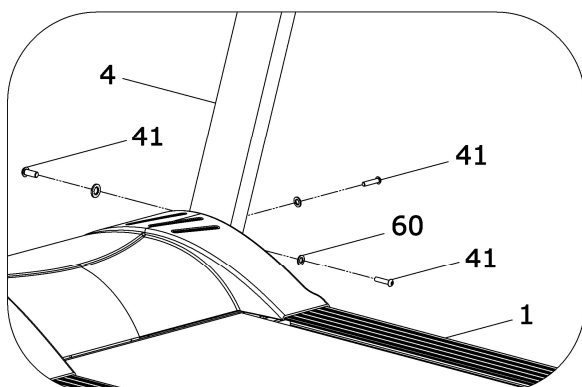
KROK 3



Wkręć śrubę (41) do uszczelki (60), następnie użyj klucza francuskiego 5# aby zakręcić lewy słupek wspornika (3) do GŁÓWNEJ RAMY (1)

Uwaga: wesprzuj lewy słupek wspornika rękami, aby uniknąć upadku i zepsucia.

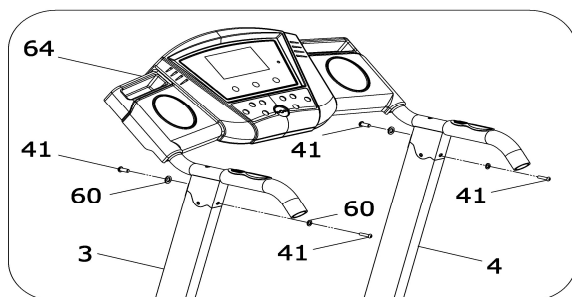
KROK 4



Wkręć śrubę (41) do uszczelki (60), następnie użyj klucza francuskiego 5# aby zakręcić prawy słupek wspornika (4) do GŁÓWNEJ RAMY (1)

Uwaga: wesprzuj prawy słupek wspornika rękami, aby uniknąć upadku i zepsucia.

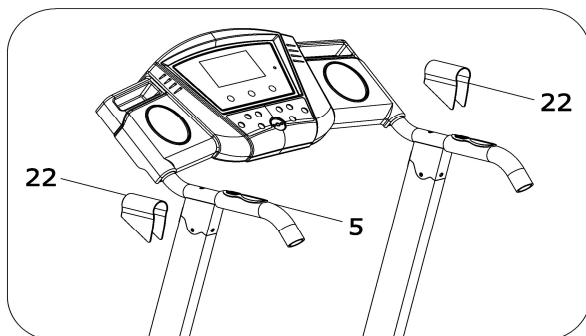
KROK 5



Wkręć śrubę (41) do uszczelki (60), następnie użyj klucza francuskiego 5# aby zakręcić KOMPUTER (64) do L&P słupka wspornika (3,4).

UWAGA: musisz potwierdzić ukończenie montażu według powyższych wymagań i dokręcić wszystkie śruby. Rozpocznij ćwiczenia jeśli wszystko zostanie sprawdzone. Przed rozpoczęciem ćwiczeń, przeczytaj uważnie instrukcję.

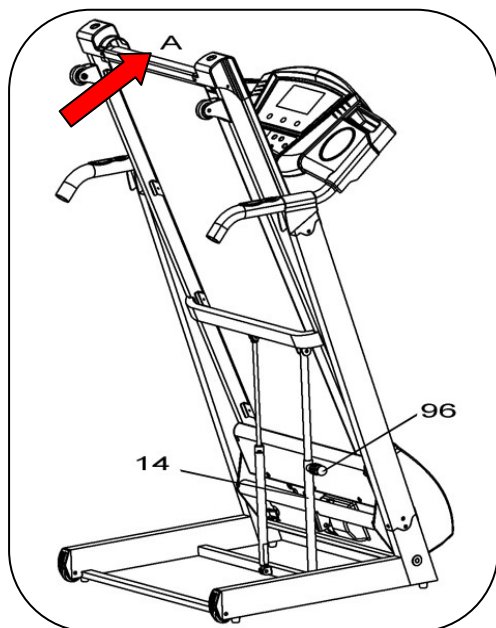
KROK 6



Włóż GÓRNĄ POKRYWĘ(22) na L&P uchwyty kierownicy (5)

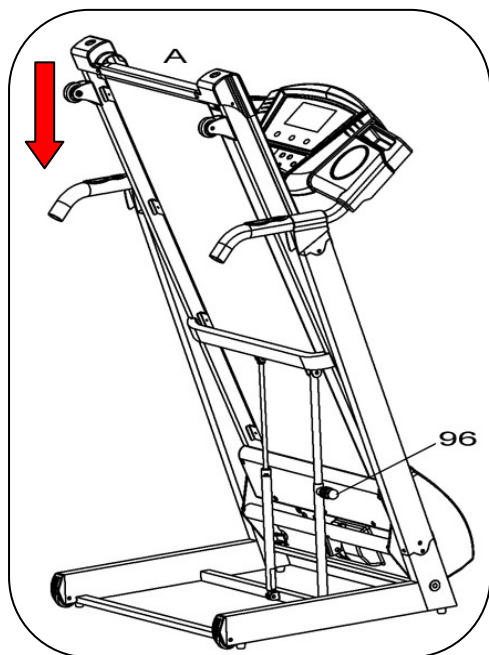
INSTRUKCJA SKŁADANIA

Składanie:



Wesprzyj miejsce A ręką, następnie podnieś zgodnie z kierunkiem strzałki dopóki gałka (96) wejdzie do blokady (14)

Opuszczanie:

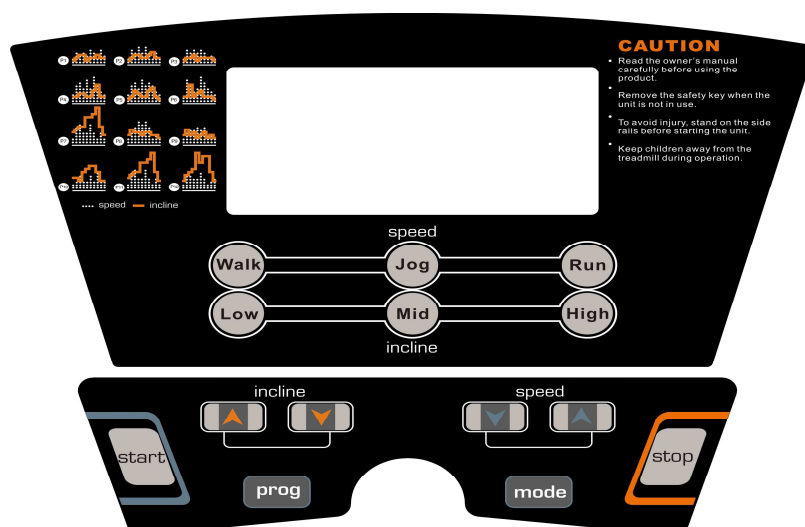


Pociągnij gałkę(96) jedną ręką, naciśnij na ramę podstawy drugą ręką jak pokazano na rysunku, rama podstawy opadnie automatycznie.

PARAMETRY TECHNICZNE

BUILT UP SIZE(mm)	1600*730*1370	POWER	AS ORDER REQUIRE
FOLDABLE IZE(mm)	700*730*1530	MAX OUTPUT POWER	AS ORDER REQUIRE
RUNNING BOARD SIZE(mm)	1255*420	INPUT CURRENT	AS ORDER REQUIRE
NET WEIGHT	55KG	INCLINE LEVELS	12%
MAX WEIGHT	120KG	SPEED RANGE	1.0-16KM/h
1LED DISPLAY	SPEED TIME DISTANCE CALORIES PULSE INCLINE		

OPERATION GUIDE



WINDOW DISPLAY:

1. Okno "PRĘDKOŚCI": Program pokazuje "P1-P12-FAT"; Wyświetla prędkość: pokazuje przedział: 1.0-16 KM/h.
2. "INCL" okno: wyświetla poziom nachylenia, pokazuje przedział 0-12%
- 3 okno, "TIME / DIST": Zmienia dane co 5 sekund. Kiedy wyświetla czas pokazuje czas ćwiczeń na zegarze od 0 : 00-99 : 59 , Po 99 : 59 pokazuje znowu 0 : 00 aby restartować odliczanie od ustawionego czasu do 0 : 00 ,
4. "Okno CAL /PULSE": Wyświetla kalorie i puls biegacza. Kiedy pokazuje kalorie, liczy od 0 do 999, do 999 wyświetli znowu 0; kiedy odlicza kalorie, odlicza je od wprowadzonych danych do 0, następnie urządzenie zatrzyma się powoli i pokaże 'End', wejdź w stan początkujący po 5 sekundach. Kiedy biegacz chwyci czujnik pulsu, przeanalizuje puls po 5 sekundach i pokaże dane w oknie, przedział pulsu to od 40 do 200 hypo/min.

PRZYCISKI:

1. Przycisk, "PROGRAM" Kiedy bieżnia nie chodzi, naciśnij SELECT wybierz obwód i ustaw czas ćwiczeń i program od "0 : 00", P1-P2-P3-P4-P5-P6-P7-P8-P9-P10-P10-P12-FAT".
2. Przycisk, "MODE" : Naciśnij ten przycisk aby wybrać tryb: "0 : 00" "15 : 00", "1.0", "50" ("0 : 00" to tryb ręczny, "15 : 00" to odliczanie czasu, "1.0" to odliczanie dystansu and "50" odliczanie kalorii); kiedy wybierzesz każdy tryb, możesz nacisnąć przycisk prędkości i przycisk równi aby nastawić odliczanie, po tym naciśnij START aby rozpocząć ćwiczenia.
3. Przycisk "START" kiedy podłączysz prąd i przypniesz magnes linki bezpieczeństwa do komputera.

Naciśnij przycisk w każdym czasie, to włączy monitor.

- 4、 Przycisk “STOP”: naciśnij przycisk podczas biegania, to zatrzyma motor i ustawi brak programu.
5. Przycisk “SPEED+”, “SPEED-” ustaw brak naliczania, aby ustawić prędkość kiedy bieżnia zacznie chodzić, zakres to 0.1km/hypo na kilometr. Przytrzymaj przycisk dłużej niż 0.5 sekundy, przejdzie szybciej w górę lub w dół.
- 6、 Przycisk “INC+”, “INC-” ustaw brak naliczania, aby ustawić pochylenie kiedy bieżnia zacznie chodzić , zakres to 1/hypo na poziom. Naciśnij przycisk dłużej niż 0.5 sekundy, przejdzie szybciej w górę lub w dół.
- 7、 “SPEED : 5、 8、 12” przycisk skrótu dla prędkości, ustawia szybko predkość.
- 8、 “INCLINE : 5、 8、 12 ” przycisk skrótu do równi, ustawia równię szybko.

Szybki Start

- 1、 Otwórz kontakt, przypnij magnetyczną końcówkę linki bezpieczeństwa do komputera.
- 2、 Naciśnij przycisk STATR/STOP system wejdzie w 3 sekundowe odliczanie, buzzer wyda dźwięk i okno czasu wyświetli odliczanie, prędkość 1.0km/hour po 3 sekundach. .
- 3、 Po rozpoczęciu możesz użyć przycisków speed up lub down aby ustawić prędkość.

Ustawienia procesów ćwiczeń:

- 1、 Naciśnięcie speed-down zredukuje prędkość.
- 2、 Naciśnięcie speed-up zwiększy prędkość.
- 3、 Naciśnięcie incline-down zredukuje poziom równi.
- 4、 Naciśnięcie incline-up will zwiększy poziom równi.
- 5、 Naciśnięcie PAUSE zredukuje do zatrzymania.
- 6、 Kiedy użytkownik trzyma czujnik pulsu przez 5 sekund wyświetlacz pokaże dane w oknie.

Tryb ręczny:

1. Jeśli nie wprowadzisz żadnych danych i naciśniesz przycisk START, bieżnia zacznie działać od prędkości 0.8km/h, inne okno zacznie odliczać, naciśnij “SPEED+”, “SPEED-” aby zmienić prędkość.
2. Ustaw czas, naciśnij przycisk “MODE” aby wejść w odliczanie czasu operuj H-1, okno CZASU wyświetli “15 : 00” i zamigocze. Naciśnij “SPEED+”, “SPEED-” aby ustawić czas ćwiczeń. Przedział ustawień to 5:00-99:00.
- 3.W czasie ustawienia modelu, naciśnij przycisk MODE aby wejść w odliczanie dystansu operuj H-2, okno DYSTANSU wyświetli “1.0” i zamigocze. Naciśnij “SPEED+”, “SPEED-” aby ustawić dystans ćwiczeń. Przedział ustawień to 0.5—99.9.
- 4 W trybie ustawienia dystansu, naciśnij przycisk “MODE” aby wejść odliczanie kalorii operuj H-3, okno CAL wyświetli 1.0 i zamigocze. Naciśnij “SPEED+”, “SPEED-” aby ustwić kalorie. Przedział ustawień to 10-999.
- 5 Wciśnij przycisk “START/STOP” po zakończeniu ustawień. Bieżnia zacznie działać po 3 sekundach, naciśnij “SPEED+”, “SPEED-” aby zmienić prędkość. Naciśnij ponownie “START/STOP” i urządzenie zatrzyma się.

Wewnętrzna instalacja programu

Naciśnij przycisk "PROGRAM" okno "CAL /PULSE" wyświetli P1-P9 aby wybrać program jaki chcesz. Ustawienia czasu biegania, kiedy okno CZAS migoce. Ustaw czas biegania, następnie okno CZAS zamigoce. Wyświetli zaawansowane ustawienia czasu 10:00, naciśnij "SPEED+" "SPEED -" aby stawić czas ćwiczeń jaki chcesz. Naciśnij przycisk "START" aby rozpocząć wewnętrzną instalację programu, wewnętrzna instalacja programu jest podzielona na 10 sekund. Każda sekcja ćwiczeń czas= ustawiony czas/ 10. Kiedy system wejdzie w następną sekcję wyda 1 sekundowy odgłos "Bi--" i prędkość zmieni się zgodnie do ustawień programu. Naciśnij "SPEED+" "SPEED -" aby zmienić PRĘDKOŚĆ. Kiedy program wejdzie w następną sekcję wróci do prędkości pre-set. Kiedy skończy pre-set program, system wyda 10 sekundowy odgłos "Bi—Bi—" i urządzenie zredukuje prędkość aż do czasu kiedy się zatrzyma po 5 sekundach.

Tabela programu ćwiczeń

Każdy program jest podzielony na 10 sekcji dla czasu ćwiczeń i każdy czas sekcji ma odpowiednią prędkość.

CZAS TRYB		CZAS PRZERW									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	PRĘDKOŚĆ	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	RÓWNIA	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	PRĘDKOŚĆ	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	RÓWNIA	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	PRĘDKOŚĆ	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	RÓWNIA	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	PRĘDKOŚĆ	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	RÓWNIA	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	PRĘDKOŚĆ	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	RÓWNIA	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	PRĘDKOŚĆ	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	RÓWNIA	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	PRĘDKOŚĆ	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	RÓWNIA	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	PRĘDKOŚĆ	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	RÓWNIA	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	PRĘDKOŚĆ	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	RÓWNIA	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	PRĘDKOŚĆ	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	RÓWNIA	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	PRĘDKOŚĆ	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	RÓWNIA	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P12	PRĘDKOŚĆ	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	RÓWNIA	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3

Ustawienia programów

	PROGRAM	BEGIN	SET UP RANGE	DISPLAY RANGE
TIME(MIN:SECOND)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00 - 99:59
INCLINE(%)	0	0	0-12	0-12
SPEED(K/h)	1.0	1.0	1.0-16	1.0-16
DISTANCE(K)	0	1.0	0.5-99.9	0.00 - 99.9
PULSE(hypo/min)	P	N/A	N/A	40-200
CALORIE(THERM)	0	50	10-999	0 - 999

TESTER CIAŁA:

W początkowym stadium, naciśnij “ PROGRAM” wchodząc w FAT body fat tester, naciśnij “ MODE “ wchodząc w F-1, F-2, F-3, F-4, F-5 (F-1 płeć, F-2 wiek, F-3 wysokość, F-4 waga F-5 badanie tłuszczu),

Naciśnij “SPEED+”, “SPEED -” aby ustawić F-1 – F4 (odpowiednio do poniższej tabeli), po tym, naciśnij “ MODE” aby ustawić F-5, chwycić czujnik pulsu, okno wyświetli twój indeks masy ciała po 3 sekundach. Indeks masy ciała to test relacji między wysokością i wagą. Tkanka tłuszczowa jest dopasowana do kobiety i mężczyzny, aby ustawić wagę w związku z tym razem z innym indeksem masy ciała. Idealna ilość tłuszczu powinna mieścić się w przedziale 20-25, jeśli jest niższa niż 19, to znaczy że jesteś za chudy. Jeśli między 25 i 29, to oznacza nadwagę, jeśli powyżej 30, to znaczy otyłość.

F-1	Seg	01 male	02 female
F-2	Age	10-----99	
F-3	Hight	100----200	
F-4	Weight	20-----150	
F-5	FAT	≤19	Underweight
	FAT	=(20---25)	Normalweight
	FAT	=(25---29)	Overweight
	FAT	≥30	Obesity

Bezpieczne funkcje :

Wyrwij bezpieczne zamknięcie, a bieżnia zatrzyma się natychmiast. Wszystkie okna wyświetlą “———” buzzer wyda dźwięk “BB”. Przypnij zamknięcie bezpieczeństwa, bieżnia będzie gotowa do biegania.

Funkcja oszczędzania energii:

System posiada funkcję oszczędzania energii, w stanie oczekiwania na operację, jeśli nie ma operacji funkcja oszczędzania energii będzie dostępna po 10 minutach, wyświetlacz wyłączy się. Możesz nacisnąć każdy przycisk, aby włączyć wyświetlacz.

Zamykanie:

1. Wyłączanie prądu: możesz odciąć dopływ prądu aby zatrzymać bieżnię, nie zostanie ona przez to zniszczona.

Uwaga:

- 13、 Rekomendujemy utrzymanie małej prędkości na początku sesji i trzymanie uchwytów dopóki nie poczujesz się komfortowo z bieżnią.
- 14、 Przypnij bezpieczne zamknięcie do komputera i do ubrania.
- 15、 Na końcu ćwiczeń, naciśnij przycisk PULSU albo wyciągnij bezpieczne zamknięcie, to spowoduje że bieżnia zatrzyma się natychmiast.

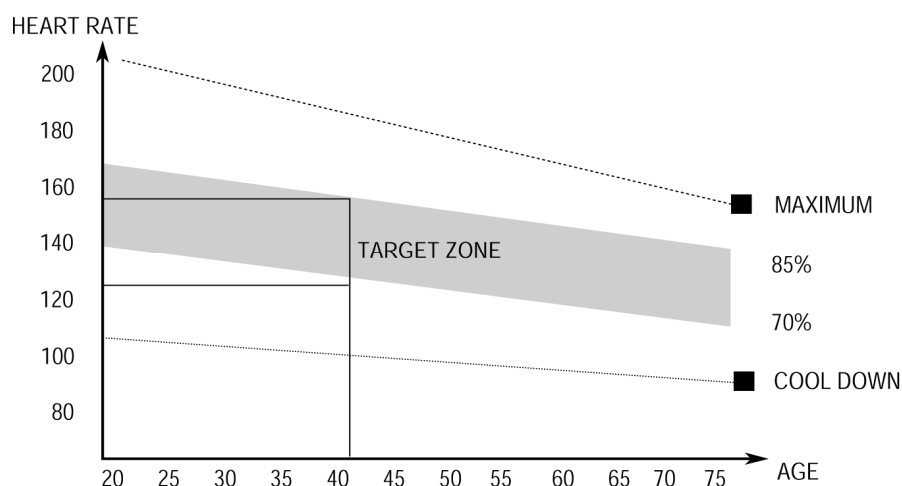
INSTRUKCJE DO ĆWICZEŃ

9. Faza rozgrzewki

Ten poziom pozwoli uzyskać przepływ krwi i odpowiednią pracę mięśni. To także zredukuje ryzyko skurczu i zranienia mięśni. Doradzamy zrobienie kilku rozciągających ćwiczeń jak pokazano poniżej. Każdy ruch powinien być zatrzymany na około 30 sekund, nie przeciążaj mięśni podczas rozciągania – jeśli czujesz ból- **PRZERWIJ JE!**

10. Faza ćwiczeń

To jest poziom w który wkładasz wysiłek. Po regularnym użyciu, mięśnie w twoich nogach staną się mocniejsze. Bardzo ważne jest abyś utrzymywał równe tempo przez całe ćwiczenie. Poziom ćwiczeń powinien być wystarczający aby podnieść bicie serca do strefy docelowej pokazanej na grafie poniżej.



Ten poziom powinien trwać przez minimum 12 minut, większość ludzi zaczyna od około 15-20 minut.

11. Faza uspokojenia

Ten poziom jest po to aby pozwolić twojemu systemowi krążenia i mięśni odpocząć. To jest potwórka ćwiczeń rozgrzewających aby zredukować tempo, kontynuowane przez około 5 minut. Ćwiczenia rozciągające powinny teraz być powtórzone, ponownie pamiętaj aby nie przeciążyć swoich mięśni.

Podczas jak stajesz się wyćwiczony, możesz potrzebować trenować dłużej i mocniej. Doradzamy ćwiczyć około 3 razy tygodniowo i jeśli to możliwe rozszerzaj swoje ćwiczenia w ciągu tygodnia.

Aby napinać mięśnie podczas ćwiczeń na bieżni będziesz potrzebował ustawić dość wysoki opór. To dołoży więcej napięcia do mięśni nóg i może oznaczać że nie możesz trenować tak długo jak chcesz. Jeśli także starsz się ulepszyć swoją kondycję potrzebujesz zmienić swój program treningów. Powinieneś trenować normalnie podczas rozgrzewki i fazy odpoczynku, ale pod koniec fazy ćwiczeń powinieneś podnieść opór, sprawiając, że twoje nogi będą pracowały mocniej niż normalnie. Możliwe że będziesz musiał zredukować prędkość aby utrzymać swoją akcję serca w strefie docelowej.

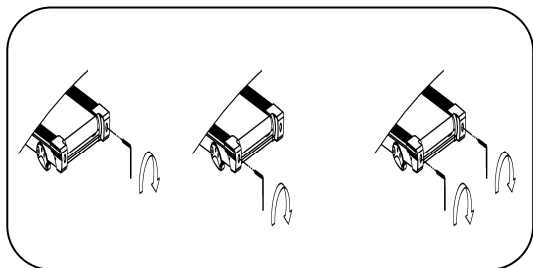
Ważnymi czynnikami tutaj są ilość wysiłku jaki wkładasz. Im ciężiej i dłużej ćwiczysz tym więcej kalorii spalasz. Efektywnie to jest to samo jakbyś ćwiczył aby polepszyć swoją kondycję, różnicą jest cel.

INSTRUKCJE UTRZYMANIA PAS BIEŻNI I USTAWIENIA NAPIĘCIA

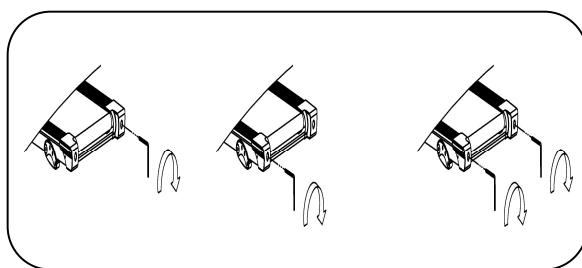
NIE PRZECIĄŻAJ pasa bieżni. To może spowodować redukcję pracy motora i nadmierne zwijanie rolki.

PAS BIEŻNI:

- Umieść bieżnię na poziomej powierzchni.
- Biegnij po bieżni z około 3.5 mp/h
- Jeśli pasek przemieści się na prawo, przekręć prawy rygiel nastawczy o ½ obrotu zgodnie z ruchem wskazówek zegara i lewy rygiel nastawczy o ½ obrotu przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.
- Jeśli pasek przemieści się w lewo, przekręć lewy rygiel nastawczy o ½ obrotu zgodnie z ruchem wskazówek zegara i prawy rygiel nastawczy o ½ obrotu przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.



RysunekA Jeśli pasek przemieści się w LEWO



RyunekB Jeśli rysunek przemieści się w PRAWO

Aby nastawić napięcie pasa bieżni:

- Biegnij po bieżni z około 3.5 mph
- Urzuwając klucza francuskiego, przekręć oba prawy i lewy rygiel nastawczy o $\frac{1}{4}$ obrotu zgodnie z ruchem wskazówek zegara.
- Jeśli przemieszczanie będzie się powtarzało podczas użycia powtórz powyższe kroki.

UWAGA: Zalecamy aby zacisk klucza francuskiego, został zamocowany w odpowiednim miejscu w bieżni.

OSTRZEŻENIE: ZAWSZE NAJPIERW ODŁĄCZAJ BIEŻNIĘ OD PRĄDU PRZED JEJ CZYSZCZENIEM LUB SERWISEM.

CZYSZCZENIE

Ogólne czyszczenie urządzenia znacząco przedłuży żywotność bieżni. Odkurzaj bieżnię regularnie.

Upewnij się, że wyczyściłeś wszystkie odsłonięte części urządzenia, obie strony pasa bieżni i szyny. To zredukuje gromadzenie się obcych materiałów pod pasem bieżni.

Góra pasa może być czyszczona wilgotną ściereczką z mydłem. Uważaj aby trzymać wilgotne rzeczy z daleka od wewnętrznej części ramy bieżni lub spodniej części pasa.

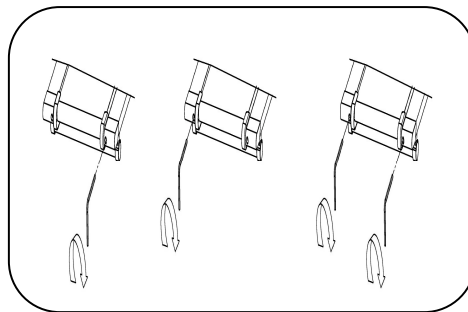
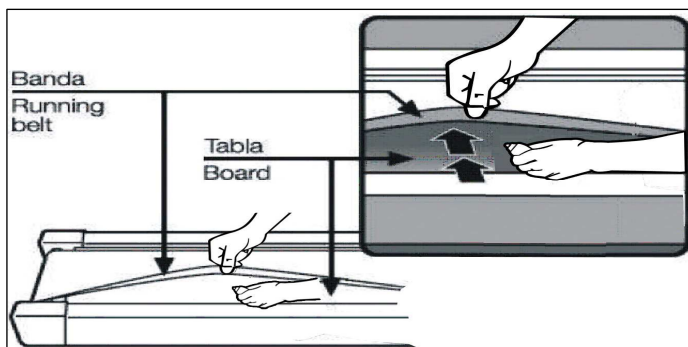
Ostrzeżenie Zawsze odłączaj bieżnię od prądu przed zdejmowaniem pokrywy motora. Przynajmniej raz w roku zdejmuj pokrywę motora i odkurzaj miejsca pod nią.

SMAROWANIE PASA I POKŁADU

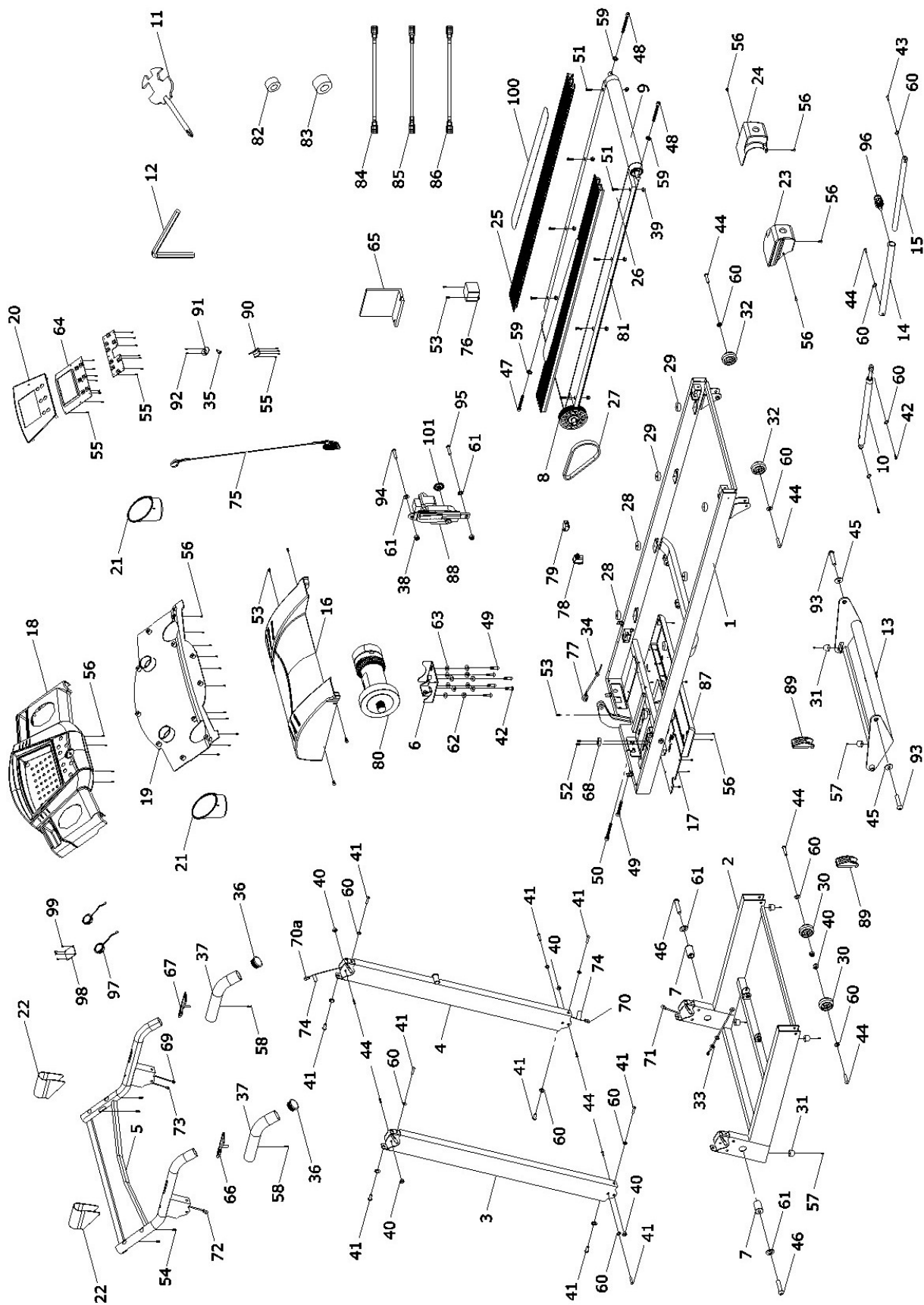
Tarcie pasa/pokładu może odegrać znaczącą rolę w funkcjonowaniu i żywotności twojej bieżni, dlatego też rekomendujemy okresowe smarowanie i inspekcję pokładu.

Zalecamy smarowanie pokładu zgodnie z poniższymi danymi:

- | | |
|---|---------------|
| ➤ lekki użytkownik (mniej niż 3 h/ tydzień) | co rok |
| ➤ średni użytkownik (3-5 h/tydzień) | co 6 miesięcy |
| ➤ Ciężki użytkownik (więcej niż 5 h/ tydzień) | co 3 miesiące |



RYСУNEK CZĘŚCI



LISTA CZĘŚCI

#.	OPIIS	ZNAK	ILOŚĆ	#.	OPIIS	ZNAK	ILOŚĆ
1	GŁÓWNA RAMA		1	36	IWEWNETRZNA KOŃCÓWKA		2
2	RAMA PODSTAWY		1	37	PIANKA		2
3	LEWY WSPORNIK		1	38	NAKRĘTKA	M10	2
4	PRAWY WSPORNIK		1	39	NAKRĘTKA	M6	8
5	WSPORNIK KOMPUTERA		1	40	NAKRĘTKA	M8	6
6	WSPORNIK MOTORA		1	41	ŚRUBA	M8*16	10
7	OŚ PODSTAWY RAMY		2	42	ŚRUBA	M8*25 L15	4
8	PRZEDNI WAŁEK		1	43	ŚRUBA	M8*35 L25	1
9	TYLNY WAŁEK		1	44	ŚRUBA	M8*40 L20	9
10	CYLINDER		1	45	PŁASKA USZCZELKA	10	2
11	ŚRUBOKRĘT	S=13, 14 、 15	1	46	ŚRUBA	M10*55	2
12	5#KLUCZ FRANCUSKI	5mm	1	47	ŚRUBA	M6*45	1
13	RAMA RÓWNI		1	48	ŚRUBA	M6*55	2
14	RURA		1	49	ŚRUBA	M8*35	5
15	RURA		1	50	ŚRUBA	M8*45	1
16	GÓRNA POKRYWA MOTORA		1	51	ŚRUBA	M6*35	8
17	DOLNA DESKA		1	52	ŚRUBA	M3*8	2
18	POKRYWA GÓRNA KOMPUTERA		1	53	ŚRUBA	M5*8	7
19	POKRYWA DOLNA KOMPUTERA		1	54	ŚRUBA	M6*16	4
20	PANEL KOMPUTERA		1	55	ŚRUBA	ST2.9*6.5	19
21	UCHWYT NA BUTELKĘ		2	56	ŚRUBA	ST4.2*12	33
22	POKRYWA WSPORNIKA		2	57	ŚRUBA	M4*16	4
23	LEWA TYLNA POKRYWA		1	58	ŚRUBA	ST4.0*20	2
24	PRAWA TYLNA POKRYWA		1	59	USZCZELKA	6	3
25	SZYNA		2	60	USZCZELKA	8	16
26	PAS BIEGOWY		1	61	USZCZELKA	10	2
27	PASEK		1	62	USZCZELKA	8	6
28	NIEBIESKA PODSTAWA NA PODUSZKĘ		4	63	PŁASKA USZCZELKA	8	6
29	CZARNA PODSTAWA NA PODUSZKĘ		4	64	COMPUTER		1
30	KOŁO TRANSPORTOWE		2	65	DOLNA DESKA KONTROLNA		1
31	PODSTAWA NA STOPE		6	66	PULS Z WŁĄCZNIKIME		1
32	KOŁO		2	67	PULS Z PRĘDKOŚCIĄ		1
33	PIERŚCIEŃ WTYCZKI		2	68	CZUJNIK MAGNETYCZNY		1
34	KLAMRA DRUTA		1	69	COMPUTER UP WIRE		1
35	KLUCZ BEZPIECZEŃSTWA		1	70	DRUT ŚRODKOWY KOMPUTERA		1
71	DRUT DOLNY KOMPUTERA		1	87	POKRYWA DOLNA MOTORA		1
72	DRUT		1	88	RÓWNIA MOTORA		1
73	DRUT		1	89	POKRYWA KOŁA		2
74	LABLE		2	90	DESKA KONTAKTU		1

75	KLUCZ BEZPIECZEŃSTWA	1	91	KLUCZ BEZPIECZEŃSTWA	1
76	TRANSFORMER	1	92	ŚRUBA ST2.9*8	2
77	DRUT	1	93	ŚRUBA M10*25	2
78	KONTAKT	1	94	ŚRUBA M10*25 L15	1
79	OCHRONA PRZECIĄŻENIA	1	95	ŚRUBA M10*35 L15	1
80	DC MOTOR	1	96	GWÓZDŹ	1
81	DESKA BIEGOWA	1	97	GŁOŚNIK	2
82	RDZEŃ MAGNETYCZNY	1	98	MP3 MMCB	1
83	PIERŚCIEŃ MAGNETYCZNY	1	99	ŚRUBA M4*12	4
84	AC KABEL	1	100	PODKŁADKA	2
85	AC KABEL	1	101	CZUJNIK	1
86	AC KABEL	1			

PROBLEMY

1. Prawdopodobne problemy nie działania komputera po włączeniu. Drut z komputera do dolnej deski kontrolnej nie jest dobrze podłączony lub transformator spalił się. Sprawdź każdy drut z komputera do deski kontrolnej, upewnij się, że są dobrze podłączone. Jeśli drut jest zniszczony, zmień go. Jeśli to nie pomoże, spróbuj zmienić transformator.
2. E01: Awaria przełącznika. Prawdopodobny powód: Drut z komputera i dolnej deski kontrolnej nie są dobrze połączone, sprawdź każdy drut. Jeśli drut został zniszczony, zastąp go nowym.
3. E02: Odgłos wybuchu . Sprawdź czy prąd jest dobry, jeśli nie, użyj odpowiedniego prądu do testu. Sprawdź czy dolna kontrolka spaliła się, wymień ją, przełącz drut motora.
4. E03: Brak sygnału czujnika. Kiepski gatunek drutu czujnika, zmień na dobry drut; Imotor magnetyczny nie działa, wymień go lub go restartuj.
5. E04: Defekt równi pochyłej, Sprawdź drut VR motora równi czy jest dobrze podłączony, jeśli nie, przełącz go, Sprawdź drut AC motora czy jest dobrze podłączony I drut AC motora czy jest włożony z dobrym sygnałem z deski kontrolnej; Sprawdź kabel połączenia motora czy nie jest zniszczony, zmień go lub pochyl motor. I naciśnij przycisk "learning" na desce kontrolnej po sprawdzeniu wszystkiego.
6. E05: Ochrona przed przeładowaniem. Zbyt duża waga ładunku lub motor zatrzymał się, urządzenie rozpoczęło samo-ochronny system. Ustaw urządzenie I restartuj je. Sprawdź czy motor wydaje hałas lub czy motor/ dolna kontrolka zostały spalone, jeśli tak, wymień motor lub dolną kontrolkę. Użyj odpowiednie napięcie.

7. Jeśli motor nie działa po naciśnięciu przycisku START, prawdopodobny powód: drut motora jest zniszczony, ochronna rura jest zniszczona; drut motora nie jest odpowiedni podłączony; IGBT na dolnej desce kontrolki jest spalony. Przetestuj powyższe rzeczy i wymień odpowiednie części.

Konserwacja

Regularnie wykonywać konserwacji urządzenia na podstawie jego zużycia, jednak co najmniej po 20 godzinach pracy urządzenia.

Konserwacja obejmuje:

Kontrolę wszystkich ruchomych części urządzenia (osie, zagięcia umożliwiające ruch, itd.), czy są dostatecznie nasmarowane. Jeśli nie, natychmiast je nasmarować. Zaleca się zwykły olej do rowerów lub maszyn do szycia albo oleje silikonowe.

Regularną kontrolę wszystkich części – śruby i nakętki oraz regularne dokręcanie.

Do czyszczenia używać roztworu wody z mydłem, nie używać ostrych środków czyszczących.

Chronić komputer przed uszkodzeniem i kontaktem z płynami czy potem.

Urządzenie przechowywać zawsze na suchym i ciepłym miejscu.

Warunki gwarancji:

Dystrybutor udziela na niniejszy produkt następującej gwarancji:

1. gwarancja na ramę wykonaną ze stali dla pierwszego właściciela wynosi 2 lata od dnia sprzedaży klientowi.
2. gwarancja na cały osprzęt elektroniczny wynosi 2 lata od dnia sprzedaży klientowi.
3. gwarancja na pozostałe części 2 lata od dnia sprzedaży klientowi.

Gwarancja nie obejmuje wad powstałych:

- Z winy użytkownika tj. uszkodzenie produktu nieprofesjonalną próbą naprawy, niewłaściwym montażem,
 - uszkodzeniem mechanicznym,
 - zająciem nieodwracalnym, klęską żywiołową,
 - nieprofesjonalną próbą dokonywania zmian,
- - nieprawidłowym użyciem, czy nieodpowiednim przechowywaniem, wpływem niskiej lub wysokiej temperatury, działaniem wody, nadmiernym naciskiem lub uderzeniem, zamierzeniem zmienionym designem, kształtem lub wymiarem
- zużyciem części podczas normalnego używania (np. gumowe i plastikowe części, mechanizmy ruchome, itp.)

UWAGA:

1. ćwiczenie któremu towarzyszą efekty dźwiękowe oraz skrzypienie nie stanowi wady, która broniłaby prawidłowemu użytkowaniu urządzenia i nie może stanowić przedmiot reklamacji. Zjawisko to można zlikwidować podczas bieżącej konserwacji.
2. uwaga: w modelach podstawowych użyto łożysk wieńcowych. Czas żywotności tych łożysk może być krótszy niż czas gwarancji. Czas żywotności to około 100 godzin pracy urządzenia.
3. podczas trwania gwarancji zostaną usunięte różne wady produktu spowodowane wadą produkcyjną lub wadliwym materiałem, w taki sposób by urządzenie nadawało się do ponownego użytku.
4. W zasadzie reklamacji dokonuje się pisemnie z podaniem informacji dotyczących wady i potwierdzoną niniejszą kartą gwarancyjną.
4. Gwarancja obowiązuje tylko w tym punkcie sprzedaży, w którym wyrób zakupiono.

Data sprzedaży:

Sprzedawca:

Dostawca: INSPORTLINE PL
Ul .Kantorowicka 400 , 31-763 Kraków
Tel/fax 012/ 417-38-50 0602 218 882 012/645-60-00
www.insportline.pl biuro@insportline.pl