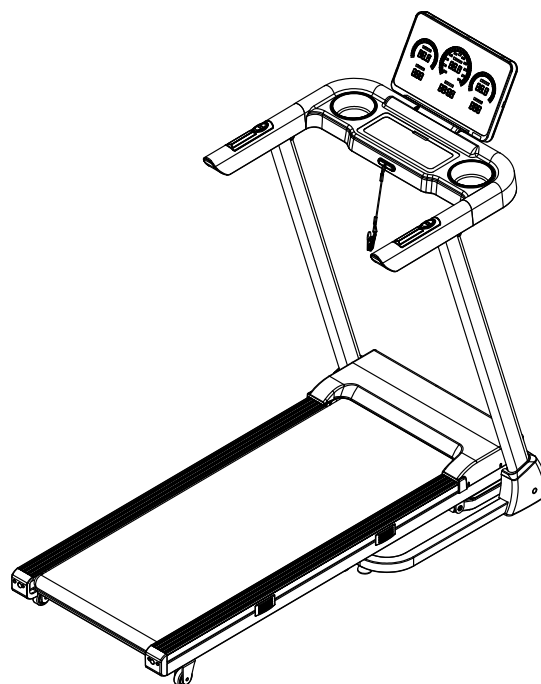


ZIPRO

Luma

PL Bieżnia treningowa
EN Treadmill
DE Trainings-Laufband
RU Тренинговая беговая дорожка
RO Bandă pentru antrenament
LT Bėgimo takelis
CZ Běžecský pás
SK Běžecský trénažér
HU Futópad
BG Бягаща пътека
FR Tapis roulant d'exercice
IT Tapis roulant per allenamento
ES Cinta de correr para ejercicios
NL Oefen loopband
PT Passadeira
LV Skrejceļiņš
EE Jooksurada
FI Juoksumatto
SL Tekalna steza
HR Traka za trčanje
GR Διούδρομος
TR Koşu bandı
DA Løbebånd



PL Podręcznik użytkownika	7
EN User manual	12
DE Bedienungsanleitung	17
RU Руководство пользователя.....	22
RO Manual de utilizare	27
LT Naudojimo instrukcija	32
CZ Návod k použití	37
SK Používateľská príručka.....	42
HU Használati útmutató.....	47
BG Ръководство за употреба.....	52
FR Manuel d'utilisation.....	57
IT Manuale d'uso	62
ES Manual de usuario	67
NL Gebruikershandleiding	72
PT Manual de utilização	77
LV Lietošanas pamācība.....	82
FI Käyttöohje	87
SL Navodila za uporabo	92
HR Upute za uporabu	97
TR Kullanım Kılavuzu	102
DA Brugervejledning.....	107
ET Kasutusjuhend.....	112

PL Producent - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Polska
 EN Manufacturer - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracow, Poland
 DE Hersteller - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakau, Polen
 RU Производитель - ООО Morele.net, д/р. Яна Павла II 43б, 31-864 Краков, Польша
 RO Producător - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovia, Polonia
 LT Gamintojas - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krokuvu, Lenkija
 CZ Výrobce - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Polsko
 SK Výrobca - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Poľsko
 HU Gyártó - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakkó, Lengyelország
 BG Производител - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Краков, Полша
 FR Fabricant - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovie, Pologne
 IT Fabbicante - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovia, Polonia
 ES Fabricante - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864, Cracovia, Polonia
 NL Fabrikant - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakau, Polen
 PT Fabricante - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Polónia
 LV Ražotājs - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakova, Polija
 ET Tootja - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Poola
 FI Valmistaja - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakova, Puola
 SL Proizvajalec - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Poljska
 HR Proizvođač - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Poljska
 GR Κατασκευαστής - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracow, Poland
 TR Üretici - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracow, Poland
 DA Producent - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Polen

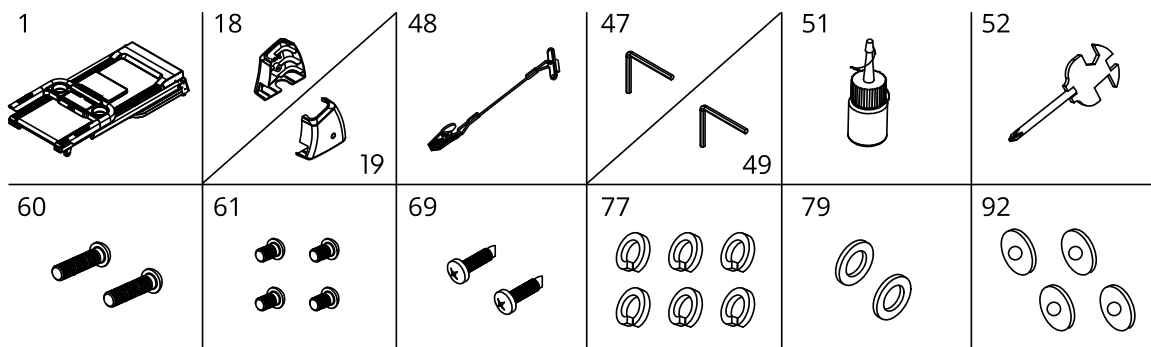


www.zipro.store

PL W KARTONIE ZNAJDUJĄ SIĘ
 EN THE PACKAGE INCLUDES
 DE DAS PAKET ENTHÄLT
 RU В КОРОБКЕ НАХОДЯТСЯ
 RO CUTIA DE CARTON INCLUDE
 LT PAKUOTĖJE YRA
 CZ BALENÍ OBSAHUJE
 SK V KARTÓNE SÚ

HU A DOBOZ TARTALMA
 BG В КУТИЯТА СЕ НАМИРАТ
 FR DANS LA BOÎTE, IL Y A
 IT NELLA SCATOLA CI SONO
 ES EN LA CAJA HAY
 NL IN DE DOOS BEVINDEN ZICH
 LV IEPAKOJUMĀ IEKĻAUTS
 ET PAKEND SISALDAB

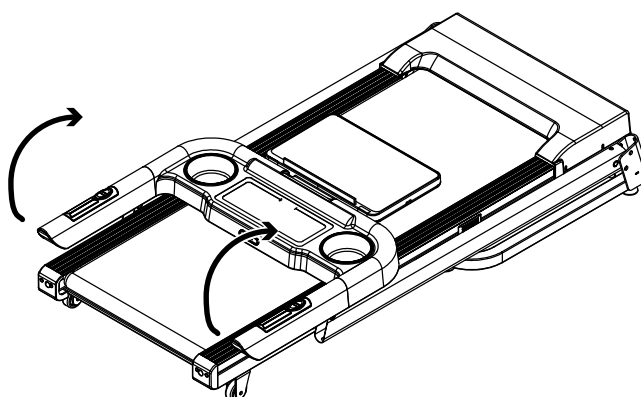
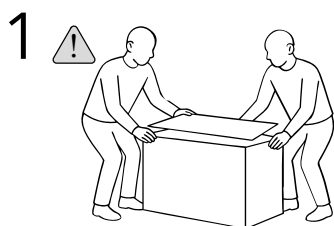
FI PAKKAUS SISÄLTÄÄ
 SL PAKET VKLJUČUJE
 HR PAKET UKLJUČUJE
 GR Η ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ
 TR PAKET İÇERİĞİ
 DA PAKKEN INDEHOLDER



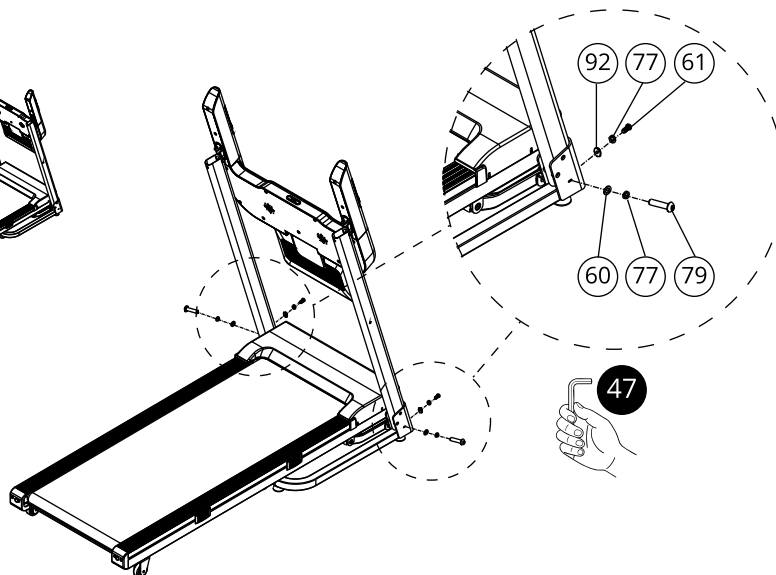
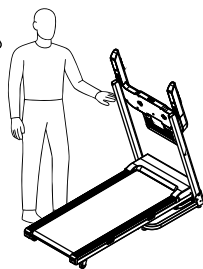
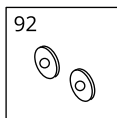
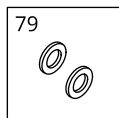
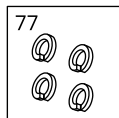
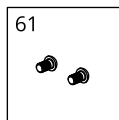
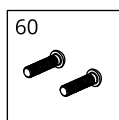
PL INSTRUKCJA MONTAŻU
 EN ASSEMBLY MANUAL
 DE MONTAGEANLEITUNG
 RU ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ
 RO INSTRUCȚIUNI DE MONTAJ
 LT MONTAVIMO INSTRUKCIJA
 CZ NÁVOD NA MONTÁŽ
 SK NÁVOD NA MONTÁŽ

HU ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ
 BG ИНСТРУКЦИЯ ЗА МОНТАЖ
 FR INSTRUCTIONS DE MONTAGE
 IT ISTRUZIONI DI MONTAGGIO
 ES MANUAL DE MONTAJE
 NL MONTAGEHANDLEIDING
 LV MONTĀŽAS ROKASGRĀMATA
 ET KOOSTAMISJUHEND

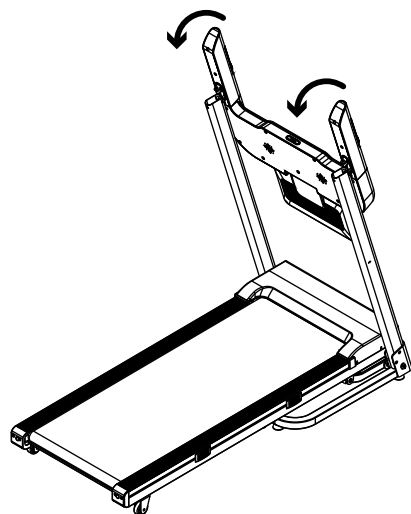
FI ASENNUSOHJE
 SL NAVODILA ZA SESTAVLJANJE
 HR UPUTE ZA SASTAVLJANJE
 GR ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ
 TR MONTAJ KILAVUZU
 DA SAMLEVEJLEDNING



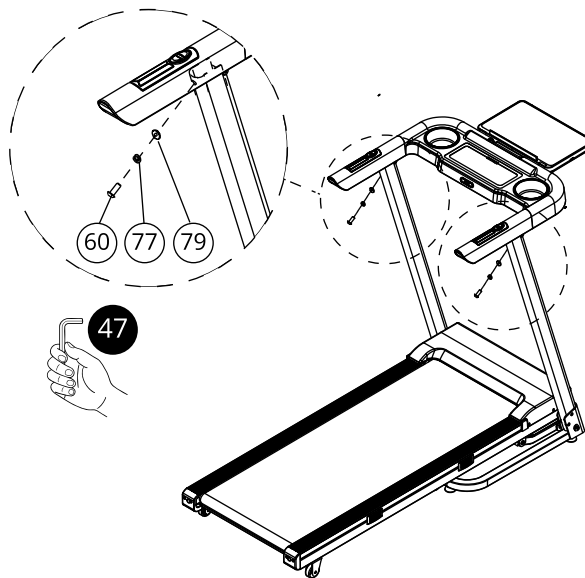
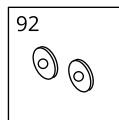
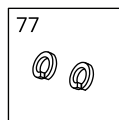
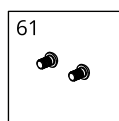
2



3



4



PL Uwaga: Podczas składania upewnij się, że przewód wewnątrz kolumny nie jest ściśnięty i jest prawidłowo podłączony. Podczas dokręcania śruby podtrzymaj wyświetlacz elektroniczny ręką, aby zapobiec jego upadkowi.

EN Note: When folding, ensure the wire inside the column is not pinched and that it is properly connected. When tightening the screw, support the electronic display with your hand to prevent it from falling.

DE Hinweis: Achten Sie beim Zusammenklappen darauf, dass der Draht im Inneren der Säule nicht eingeklemmt und richtig angeschlossen ist. Stützen Sie beim Anziehen der Schraube die elektronische Anzeige mit der Hand ab, um zu verhindern, dass sie herunterfällt.

RU Примечание: при складывании убедитесь, что провод внутри стойки не зажат и правильно подключен. При затягивании винта поддерживайте электронный дисплей рукой, чтобы он не упал.

RO Notă: Când pliați, asigurați-vă că firul din interiorul coloanei nu este ciupit și că este conectat corect. Când strângeți șurubul, sprijiniți afișajul electronic cu mâna pentru a preveni căderea acestuia.

LT Pastaba: lankstant įsitikinkite, kad stulpelio viduje esantis laidas nėra suspaustas ir tinkamai prijungtas. Verždami varžtą, palaikykite elektroninį ekraną ranka, kad jis nenukristų.

CZ Poznámka: Při skládání dbejte na to, aby nedošlo ke skřípnutí vodiče uvnitř sloupku a aby byl správně připojen. Při utahování šroubu podpírejte elektronický displej rukou, aby nespadl.

SK Poznámka: Pri skladaní sa uistite, že drôt vo vnútri stĺpika nie je pricviknutý a že je správne pripojený. Pri utahovaní skrutky podoprite elektronický displej rukou, aby nespadol.

HU Megjegyzés: Összecsukáskor ügyeljen arra, hogy az oszlopban lévő vezeték ne csípődjön be, és megfelelően legyen csatlakoztatva. A csavar meghúzásakor tartsa kézzel az elektronikus kijelzőt, hogy megakadályozza a leesését.

BG Забелѝжка: При съѝване се уверете, че проводникът ѝтре в колоната не е прищипан и че е правилно съѝрзан. Когато затыгате винта, подпрете електронния дисплей с ръка, за да предотвратите падането му.

FR Remarque : lors du pliage, assurez-vous que le câble à l'intérieur de la colonne n'est pas pincé et qu'il est correctement connecté. Lors du serrage de la vis, soutenez l'écran électronique avec votre main pour éviter qu'il ne tombe.

IT Nota: durante la piegatura, assicurarsi che il cavo all'interno della colonna non sia schiacciato e che sia collegato correttamente. Quando si stringe la vite, sostenere il display elettronico con la mano per evitare che cada.

ES Nota: Al plegar, asegúrese de que el cable dentro de la columna no esté pellizcado y de que esté correctamente conectado. Al apretar el tornillo, sujete la pantalla electrónica con la mano para evitar que se caiga.

NL Opmerking: Zorg er bij het inklappen voor dat de draad in de kolom niet bekneld raakt en dat deze goed is aangesloten. Ondersteun het elektronische display met uw hand tijdens het aandraaien van de schroef om te voorkomen dat het valt.

PT Nota: Ao dobrar, certifique-se de que o fio dentro da coluna não está preso e que está devidamente conectado. Ao apertar o parafuso, apoie o visor eletrônico com a mão para evitar que ele caia.

LV Piezīme: Salokot pārļiecinieties, vai stieple kolonnas iekšpusē nav saspiesta un vai tā ir pareizi pievienota. Pievelkot skrūvi, atbalstiet elektronisko displeju ar roku, lai tas nenokristu.

ET Märkus: Kokkupandamisel veenduge, et juhe kolonni sees ei oleks pigistatud ja et see oleks korralikult ühendatud. Kruvi pingutamisel toetage elektroonilist ekraani käega, et see ei kukuks.

FI Huomautus: Varmista kokoontaitettaessa, että pylvään sisällä oleva johto ei ole puristuksissa ja että se on kunnolla kiinni. Kun kiristät ruuvia, tue elektronista näyttöä kädelläsi, jotta se ei putoa.

SL Opomba: Pri zlaganju se prepričajte, da žica v notranjosti stebra ni stisnjena in da je pravilno priključena. Pri zategovanju vijaka z roko podprite elektronski zaslon, da ne pade.

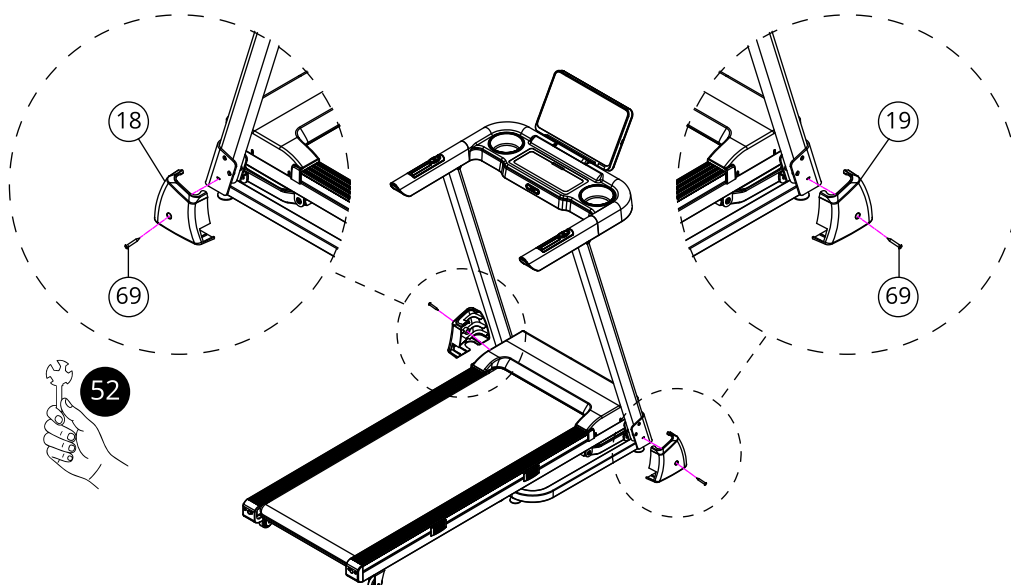
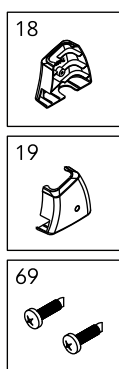
HR Napomena: Prilikom sklapanja, provjerite da žica unutar stupca nije priklještena i da je ispravno spojena. Prilikom zatezanja vijka, pridržavajte elektronički zaslon rukom kako biste spriječili da padne.

GR Σημείωση: Κατά την αναδίπλωση, βεβαιωθείτε ότι το καλώδιο στο εσωτερικό της στήλης δεν έχει τσιμπηθεί και ότι είναι σωστά συνδεδεμένο. Κατά τη σύσφιξη της βίδας, στηρίξτε την ηλεκτρονική οθόνη με το χέρι σας για να αποφύγετε την πτώση της.

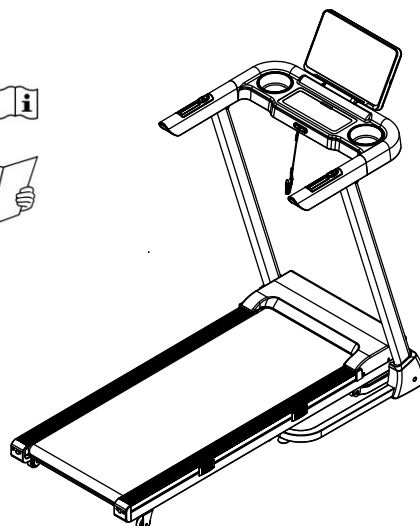
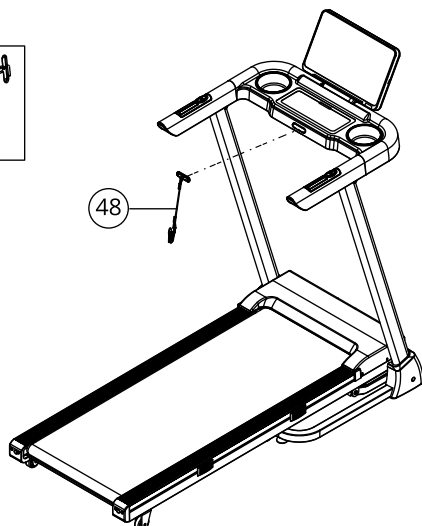
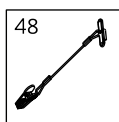
TR Not: Katlarken, sütünun içindeki kablounun sıkışmadığından ve düzgün şekilde bağlandığından emin olun. Vidayı sıkarken, elektronik ekranın düşmesini önlemek için elinizle destekleyin.

DA Bemærk: Sørg for, at ledningen inde i søjlen ikke klemmes, og at den er korrekt tilsluttet under sammenfoldning. Støt det elektroniske display med hånden, når du spænder skruen, for at forhindre, at det falder ned.

5



6



PL INSTRUKCJA SKŁADANIA I ROZKŁADANIA

EN FOLDING AND UNFOLDING

DE ANWEISUNG FÜR DAS AUF- UND ZUKLAPPEN

RU ИНСТРУКЦИЯ ПО СКЛАДЫВАНИЮ И РАСКЛАДЫВАНИЮ

RO INSTRUCȚIUNI DE PLIERE ȘI DESFĂȘURARE

LT LANKSTYMO IR IŠSKLEIDIMO INSTRUKCIJOS

CZ NÁVOD NA SKLÁPĚNÍ A ROZKLÁDÁNÍ

SK NÁVOD NA SKLADANIE A ROZKLADANIE

HU ÖSSZECSSUKÁSI ÉS KIBONTÁSI UTASÍTÁSOK

BG ИНСТРУКЦИИ ЗА СГЪВАНЕ И РАЗГЪВАНЕ

FR INSTRUCTIONS DE PLIAGE ET DE DEPLIAGE

IT ISTRUZIONI DI PIEGARE E RIPIEGARE

ES MANUAL PARA PLEGAR Y DESPLEGAR LA

NL VOUWEN EN ONTVOUWEN

LV SALOCĪŠANAS UN ATLOKOŠANAS ROKASGRĀMATA

ET KOKKUPANDMISE JA LAHTIVÕTMISE JUHEND

FI KOKOONTAITTO- JA AVAUSOHJE

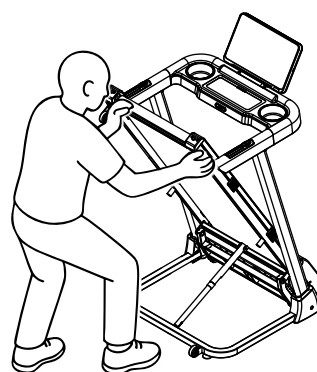
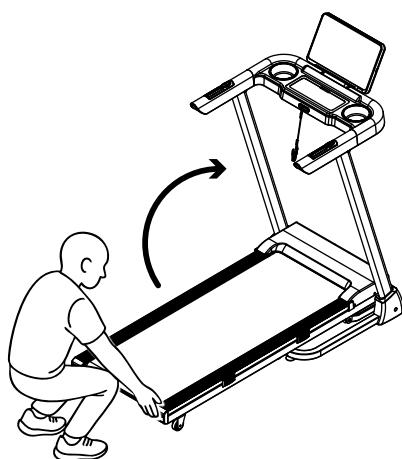
SL NAVODILA ZA ZLAGANJE IN ODVIJANJE

HR UPUTE ZA SKLAPANJE I RASKLAPANJE

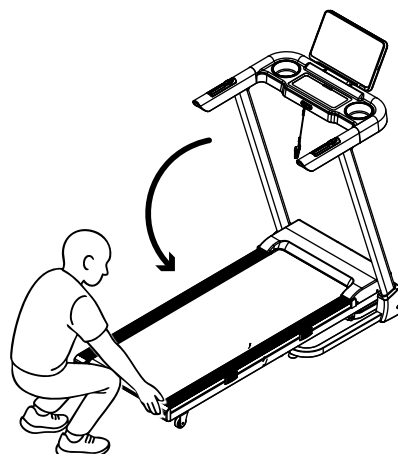
GR ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΑΝΑΔΙΠΛΩΣΗΣ ΚΑΙ ΞΕΔΙΠΛΩΣΗΣ

TR KATLAMA VE AÇMA KILAVUZU

DA VEJLEDNING TIL SAMMENFOLDNING OG UDFOLDNING

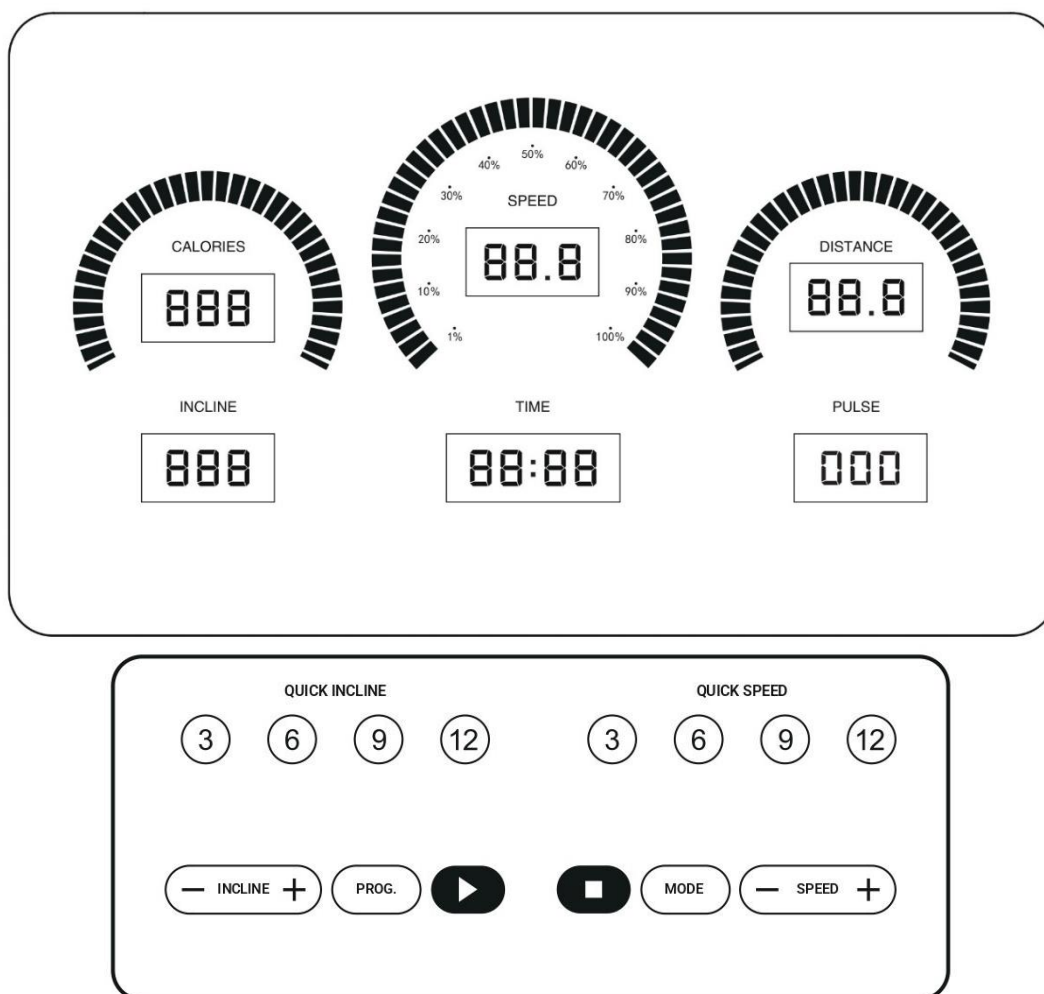


✓
CLICK!





INSTRUKCJA OBSŁUGI KOMPUTERA	9
COMPUTER OPERATION INSTRUCTIONS	14
BEDIENUNGSANLEITUNG FÜR DEN COMPUTER	19
ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ КОМПЬЮТЕРА	24
INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE A COMPUTERULUI	29
KOMPIUTERIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJA	34
NÁVOD K OBSLUZE POČÍTAČE	39
NÁVOD NA OBSLUHU POČÍTAČA	44
A SZÁMÍTÓGÉP HASZNÁLATI ÚTMUTATÓJA	49
ИНСТРУКЦИЯ ЗА ЕКСПЛОАТАЦИЯ НА КОМПЮТЪРА	54
MODE D'EMPLOI DE L'ORDINATEUR	59
ISTRUZIONI PER L'USO DEL COMPUTER	64
INSTRUCCIONES DE MANEJO DEL ORDENADOR	69
HANDLEIDING COMPUTER	74
INSTRUÇÕES DE OPERAÇÃO DO COMPUTADOR	79
DATORA LIETOŠANAS INSTRUKCIJA	84
TIETOKONEEN KÄYTTÖOHJE	89
NAVODILA ZA UPORABO RAČUNALNIKA	94
UPUTE ZA UPOTREBU RAČUNALA	99
BİLGİSAYAR KULLANIM TALİMATLARI	104
BRUGSANVISNING TIL COMPUTER	109
ARVUTI KASUTUSJUHEND	114



PL Podręcznik użytkownika

Użytkowniku,
Zapoznaj się z poniższą instrukcją przed rozpoczęciem montażu i pierwszym użyciem urządzenia. Instrukcja ta zawiera ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa użytkownika i konserwacji sprzętu. Zachowaj ją w celu możliwości skorzystania z informacji dotyczących konserwacji lub zamawiania części zamiennych.

DANE TECHNICZNE

Zasilanie	220V
Moc maksymalna	900 W
Waga	51 kg
Temperatura użytkowania	0°C do +40°C
Temperatura przechowywania	-10°C do +60°C
Maksymalna waga użytkownika	120 kg
Klasa zastosowania	Klasa H
Klasa dokładności	Klasa C
Prędkość	0.8 -12 km/h
Nachylenie	12 poziomów
Norma wyrobu (główna)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Przeznaczenie	Bieżnia elektryczna do użytku domowego

BEZPIECZEŃSTWO

UWAGA! Z urządzenia można korzystać wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem, czyli do treningu przez osoby dorosłe. Każde inne zastosowanie urządzenia może być niebezpieczne. Producent nie może być pociągany do odpowiedzialności za szkody, które zostały spowodowane nieprawidłowym użytkowaniem urządzenia.

- Urządzenie zostało zaprojektowane i skonstruowane w oparciu o najnowszą wiedzę z zakresu bezpieczeństwa. Elementy niebezpieczne, które potencjalnie mogą być stanowić zagrożenie odniesienia obrażeń zostały wyeliminowane lub względnie zabezpieczone.
- Nie dopuszcza się napraw i zmian na własną rękę.
- Raz na jeden lub dwa miesiące sprawdź poprawność dokręcenia śrub, wkrętów i nakrętek.
- W celu trwałego zapewnienia bezpieczeństwa regularnie (czyli jeden raz w roku) sprawdzaj i konserwuj sprzęt w specjalistycznej placówce handlowej.
- Wszystkie zmiany na urządzeniu, które nie zostały opisane w niniejszej instrukcji mogą stanowić przyczynę uszkodzeń lub bezpośrednio zagrażać zdrowiu i życiu osoby ćwiczącej. Zmian na urządzeniu mogą dokonywać wyłącznie pracownicy serwisu producenta lub osoby przeszkolone przez nie w tym zakresie.
- Wszystkie urządzenia podlegają stałym działaniom innowacyjnym w celu zapewnienia wysokiej jakości.
Z tego powodu producent zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian technicznych.
- Wszelkie pytania lub wątpliwości związane ze sprzętem kieruj do specjalistycznej placówki handlowej.

UWAGA! Przestrzegaj zasad ogólnych przepisów i środków bezpieczeństwa obowiązujących dla obchodzenia się z urządzeniami elektrycznymi.

- **Urządzenie jest zasilane napięciem sieciowym 220V.**
- Wszystkie urządzenia elektryczne w trakcie pracy emitują promieniowanie elektromagnetyczne. Jeśli w pobliżu elektronicznego układu sterowniczego lub kokpitu umieszczone są inne urządzenia emitujące takie promieniowanie (np. telefony komórkowe), to niektóre wartości (takie jak np. tętno) mogą zostać zniekształcone.
- **UWAGA!** Nigdy nie dokonuj na własną rękę żadnych modyfikacji w sieci elektrycznej. Zmiany takie zlecaj specjalistom.
- **UWAGA!** Pamiętaj, aby przed rozpoczęciem wykonywania wszelkich napraw, konserwacji lub czyszczenia sprzętu wyjąć wtyczkę zasilania z gniazdka.
- Do podłączania urządzenia nie stosuj przedłużaczy.
- Jeśli przez dłuższy nie będziesz korzystać ze sprzętu, wyjmij jego wtyczkę zasilania z gniazdka.
- Zwróć uwagę na to, aby przewód elektryczny nie był przygnieciony i jego ułożenie nie powodowało ryzyka potknięcia się o niego.

UZIEMIENIE

Uziemienie zabezpiecza przed ryzykiem porażenia prądem. Urządzenie posiada przewód i wtyczkę z uziemieniem. Wtyczka musi być podłączona do poprawnie zainstalowanego i właściwie uziemionego gniazdka sieciowego.

NIEBEZPIECZEŃSTWO! Niewłaściwe podłączenie przewodu może powodować ryzyko porażenia prądem elektrycznym.

- Przed podłączeniem urządzenia do zasilania upewnij się, że lokalne napięcie odpowiada rodzajowi wtyczki.
- Nie modyfikuj wtyczki, jeśli nie pasuje ona do gniazdka.

W takim przypadku zleć zainstalowanie innego gniazdka wykwalifikowanemu elektrykowi.

UWAGA! Osoby przebywające w pobliżu w trakcie użytkowania sprzętu należy uprzedzić o ewentualnych zagrożeniach. Zachowaj szczególną ostrożność w obecności dzieci.

UWAGA! Przed przystąpieniem do ćwiczeń skonsultuj się z lekarzem w celu upewnienia się, czy nie masz żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do prowadzenia treningów na urządzeniu. W oparciu o opinię specjalisty możesz opracować swój plan treningowy. Nieprawidłowo dobrany program lub nadmierne ćwiczenia mogą być niebezpieczne dla Twojego zdrowia i życia.

OSTRZEŻENIE! Systemy monitorowania tętna mogą być niedokładne. Przemęczenie podczas ćwiczeń może skutkować poważnymi obrażeniami lub śmiercią. Jeśli czujesz się słabo, natychmiast przestań ćwiczyć.

UWAGA! Bezwzględnie przestrzegaj uwag dotyczących prowadzenia treningu zawartych w niniejszej instrukcji.

- Wybierając miejsce do prowadzenia treningu uwzględnij zapewnienie sobie bezpiecznych odległości od możliwych przeszkód. Nie ustawiaj sprzętu w pobliżu ciągów komunikacyjnych (dróg, bram, przejść itp.).
- Zabrania się użytkowania sprzętu w bliskiej odległości od ściany. Strefa bezpieczeństwa wynosi 2000 mm i co najmniej takiej szerokości jak urządzenie.

UWAGA! W trakcie montażu urządzenia zachowaj ostrożność i nie pozwalaj przebywać w pobliżu dzieciom. Podczas montażu używane są drobne części (nakrętki, śruby itp.), które mogą zostać przez nie połknięte.

RYZIKO RESZTKOWE

- W sytuacji, gdy zabezpieczenie przed upadkiem nie zostanie zastosowane lub zostanie, ale nieprawidłowo, istnieje ryzyko resztkowe, czyli upadek osoby powodujący otarcia skóry, siniaki, złamania lub, w najgorszym przypadku, śmierć.
- Istnieje ryzyko resztkowe niezamierzonego przecięcia osoby ćwiczącej spowodowanego nieprawidłową obsługą lub niewłaściwą oceną, a także nieprawidłowym przesłaniem danych (z powodu zakłóceń elektromagnetycznych, błędów oprogramowania itp.). Nawet najlepsze zabezpieczenie oprogramowania i sprzętu nie wyklucza błędów oprogramowania czy sprzętu i może teoretycznie spowodować przecięcie osoby ćwiczącej.
- Produkt jest urządzeniem elektrycznym, dlatego nie można wykluczyć porażenia prądem, które może doprowadzić do śmierci.
- Nie można wykluczyć ryzyka resztkowego uduszenia.
- Ryzyko można ograniczyć, stosując się do informacji o bezpieczeństwie zawartych w instrukcji obsługi.
- Nie można wykluczyć, że niezamierzone lub niedozwolone użycie spowoduje inne, nieuwzględnione ryzyko, a uwzględnione ryzyko zostało oszacowane nieprawidłowo.

W analizie ryzyka oceny dokonano na podstawie „stanu obecnego urządzenia”. Z przeprowadzonej oceny i kontroli produktu wynika, że prawdopodobieństwo wystąpienia niedopuszczalnego ryzyka jest bardzo niskie. Urządzenie (jego budowa, sposób działania oraz zastosowanie) nie powoduje — w normalnych warunkach — nieuzasadnionego ryzyka dla osoby ćwiczącej ani osób trzecich.

ZNAKI MANIPULACYJNE NA OPAKOWANIACH TRANSPORTOWYCH

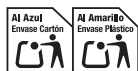
-  Tą stroną w górę. Nie przewracać.
-  Chronić przed upadkiem.
-  Opakowanie nadające się do recyklingu.
-  Elektroodpady. Konieczne oddanie zużytego sprzętu do punktu recyklingu.
-  Ostrożnie, kruche. Możliwość uszkodzenia. Zachować ostrożność.
-  Chronić przed wilgocią.
-  Uwaga ciężki produkt.
-  Składować maksymalnie w 8 warstwach.
-  Produkt zawiera instrukcję obsługi.

DO NOT USE BLADE TO OPEN 

Nie otwierać z użyciem noża.



Opakowanie wykonane z tektury i tworzyw sztucznych.
Prosimy o segregowanie odpadów zgodnie z lokalnymi zasadami.



Opakowanie wykonane z tektury i tworzyw sztucznych.
Prosimy o segregowanie odpadów zgodnie z lokalnymi zasadami.



Opakownie wykonane z tektury.



Opakowanie zostało wyprodukowane z uwzględnieniem odpowiedzialności za środowisko i recykling. Prosimy o segregowanie odpadów zgodnie z lokalnymi zasadami.

OBŚŁUGA

Przed rozpoczęciem treningu upewnij się, że urządzenie zostało prawidłowo zamontowane.

- Przed rozpoczęciem pierwszego treningu zapoznaj się ze wszystkimi funkcjami i możliwościami regulacji urządzenia.
- Urządzenie posiada elementy, które mogą być narażone na korozję. Z tego powodu nie zaleca się, aby pozostawało w wilgotnym pomieszczeniu. Należy również dbać o to, aby sprzęt (szczególnie jego elementy wewnętrzne oraz elektroniczne) nie był narażony na kontakt z wodą, napojami, potem itp.
- Urządzenie jest przeznaczone tylko do prowadzenia treningu tylko przez osoby dorosłe i absolutnie nie jest zabawką dla dzieci. Jeśli na własną odpowiedzialność pozwolisz z niego korzystać dzieciom, bezwzględnie poinstruuje o prawidłowym korzystaniu i stałe nadzoruj.
- Sprzęt nie nadaje się do przeznaczenia terapeutycznego.
- Podczas pracy urządzenia mogą występować ciche szumy przy ruchu bezwładnym masy zamachowej, które wynikają z rodzaju konstrukcji. Nie mają one żadnego wpływu na działanie sprzętu.
- Emisja hałasu podczas obciążenia jest większa niż bez obciążenia.
- Przed rozpoczęciem każdego treningu sprawdź prawidłowość zabezpieczeń oraz połączeń śrubowych i wtykowych.
- W czasie treningu na urządzeniu pamiętaj o odpowiednim obuwiu (buty sportowe).

KONSERWACJA

W celu zapewnienia maksymalnego bezpieczeństwa użytkownika bieżni, zaleca się jej regularne sprawdzanie pod kątem zużycia elementów. Dotyczy to kontroli dokręcenia i stanu nakrętek, śrub, części ruchomym, tulei itp. Przechowuj urządzenie w suchym i ciepłym miejscu. Nie wystawiaj urządzenia na działanie promieni słonecznych.

UWAGA! Przed rozpoczęciem konserwacji zawsze wyłącz bieżnię i odłącz ją od zasilania.

CZYSZCZENIE

Regularne czyszczenie urządzenia wydłuży jego żywotność i zachowa jego wysoką wydajność.

Do czyszczenia bieżni używaj miękkiej wilgotnej szmatki. Nie dotyczy to elementów elektrycznych, silnika, części wewnętrznych - nie pozwól, by w te miejsca nie przedostawała się woda. Chroń powierzchnię pasa biegowego (oraz przestrzeń pod nim) przed działaniem wody.

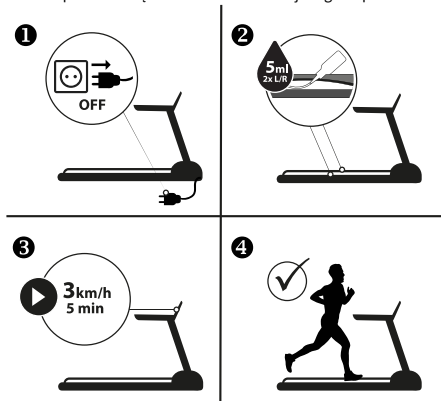
CZYSZCZENIE SILNIKA

Przynajmniej raz w roku pozbywaj się kurzu z silnika. Aby to zrobić najpierw wyłącz bieżnię z zasilania i po odczekaniu około 1 godziny zdejmij osłonę silnika. Używając sprężonego powietrza lub pędzelka ostrożnie usuń zalegający kurz. Po ponownym zamontowaniu osłony silnika i podłączeniu do zasilania, możesz uruchomić bieżnię.

SMAROWANIE BIEŻNI

Częstotliwość smarowania bieżni jest zależna od intensywności jej użytkowania. Jeśli urządzenie pracuje więcej niż 5 godzin tygodniowo, zaleca się smarowanie co 2-3 miesiące. W przypadku mniej intensywnego korzystania z bieżni, smarować należy ją raz na 7-8 miesięcy.

1. Przed przystąpieniem do smarowania pasa biegowego wyłącz bieżnię i odłącz ją od zasilania. 2. Nakładaj smar pod pasem biegowym z obu stron po około 5 ml. Najwięcej używaj go w miejscach, w których stopy mają kontakt z pasem w trakcie biegu. 3. Uruchom bieżnię z niską prędkością (np. 3 km/h) i poczekaj aż smar rozprowadzi się równomiernie na całej długości pasa.



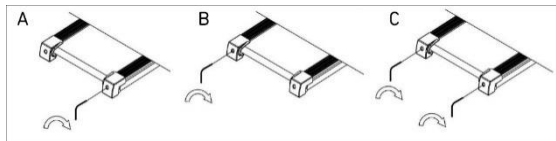
REGULACJA NAPRĘŻENIA PASA

Pas biegowy na skutek stałego użytkowania bieżni może wymagać naprężenia. Pas wymaga naciągnięcia, gdy podczas treningu zacznie się ślizgać, przesuwając na boki lub podwijając.

Zbyt luźno naciągnięty pas może się zatrzymać w trakcie pracy silnika.

Umieść bieżnię na płaskiej powierzchni. Uruchom bieżnię z prędkością około 6-8 km/h, obserwuj stopień odchylenia pasa bieżni.

- Nie należy naciągać pasa zbyt mocno, ponieważ może to spowodować usterki m.in. silnika, wałka lub łożysk.
- Prawidłowo naciągnięty pas można unieść na jego brzegach na wysokość około 5-7,5 cm. Bardzo łatwo to sprawdzić - poprawnie naprężony jest, gdy mieszczą się pod nim 3 palce.



ZWIĘKSZANIE NAPRĘŻENIA PASA

W zestawie części znajdziesz specjalny klucz. Umieść go w lewej śrubie do regulacji pasa umieszczonej w tylnej części bieżni. Przekręć klucz zgodnie z ruchem wskazówek zegara o 90 stopni (rysunek C).

W ten sposób naciągniesz tylną rolkę i zwiększysz naprężenie pasa. Powtórz czynność przekręcając śrubę z prawej strony. Zwróć uwagę na to, by jednakowo przekręcić śruby.

Powtarzaj czynności dla obu śrub do czasu aż pas nie będzie prawidłowo naprężony.

ZMNIEJSZANIE NAPRĘŻENIA PASA

Aby zmniejszyć naprężenie pasa postępuj tak, jak przy jego zwiększaniu. Klucz przekręcaj w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara.

WYŚRODKOWANIE PASA BIEGOWEGO

Wskutek różnego stylu biegania (najczęściej większego obciążenia przenoszonego na jedną nogę) pas może przesunąć się na boki i nie być wyśrodkowany. Z tego powodu pas może wymagać co jakiś czas regulacji.

Pas samodziennie powinien się wyśrodkować w trakcie pracy bieżni. Wymaga on regulacji w przypadku, gdy przesunął się w kierunku prawej lub lewej strony.

Uruchom bieżnię i ustaw jej niską prędkość (np. 3 km/h). Sprawdź w którym kierunku przesunął się pas.

- Jeśli pas przesunął się w prawą stronę, umieść klucz w prawej śrubie do regulacji. Przekręć klucz o 90 stopni w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara (rysunek A). Obserwuj, czy pas zostanie wyśrodkowany. Jeśli wciąż przesunął się w prawo, ponownie przekręć śrubę o 90 stopni.
- Jeśli pas przesunął się w lewo, postępuj tak samo jak w przypadku powyżej, ale przekręcaj śrubę umieszczoną z lewej strony (rysunek B).

ŚRODOWISKO

Urządzenie jest dostarczane w opakowaniu w celu ochrony przed ewentualnymi uszkodzeniami w czasie transportu. Opakowania są surowcami nieprzetworzonymi i mogą być recyklingowane. Wyrzuć te materiały do odpowiednich kolorowych pojemników przeznaczonych do selektywnej zbiórki.



Chroń środowisko i nie wyrzucaj zużytych baterii do domowego kosza na śmieci. Oddawaj je w miejscu zakupu lub przekazuj do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych. Zużyte urządzenie elektryczne (w tym licznik, zasilacz) są surowcami wtórnymi - nie wyrzucaj ich do pojemników na odpady domowe, ponieważ mogą one zawierać substancje niebezpieczne dla zdrowia i środowiska. Prosimy o aktywną pomoc w oszczędnym gospodarowaniu zasobami naturalnymi i ochronie środowiska naturalnego przez przekazanie zużytego urządzenia do punktu składowania surowców wtórnych - zużytych urządzeń elektrycznych.

MONTAŻ

Montaż urządzenia musi zostać przeprowadzony starannie przez osobę dorosłą. W przypadku wątpliwości poproś o pomoc kogoś z większym doświadczeniem w tej dziedzinie.

- Przed rozpoczęciem montażu upewnij się, czy zestaw z urządzeniem zawiera wszystkie elementy z listy części oraz czy jakieś elementy nie uległy zniszczeniu podczas transportu. W przypadku braku elementów lub zastrzeżeń skontaktuj się ze sprzedawcą.
- Zapoznaj się z rysunkami oraz objaśnieniami i dokonuj montażu zgodnie z kolejnością zawartą w instrukcji montażu.
- Zachowaj ostrożność podczas montażu. W trakcie korzystania z narzędzi i elementów istnieje ryzyko skaleczenia się.
- Pamiętaj o zachowaniu bezpiecznego otoczenia. Nie rozkładaj chaotycznie narzędzi i elementów montażowych. Pamiętaj, że folie i torby z tworzywa sztucznego stanowią zagrożenie uduszeniem się przez dzieci.
- Elementy montażowe potrzebne do wykonania danego kroku instrukcji montażu zostały przedstawione na rysunkach i objaśnieniach. Korzystaj z elementów wskazanych w instrukcji montażu.
- W pierwszych fazach montażu nie dokręcaj części do oporu. Zrób to po umieszczeniu wszystkich i upewnieniu się, że są prawidłowo osadzone.
- Producent zastrzega sobie prawo do wstępnego montażu niektórych elementów.

SCHEMAT MONTAŻOWY (→ Patrz strona 3)

UWAGA! Zabrania się używania części pochodzących z innych źródeł niż od producenta.

LISTA CZĘŚCI

Pełna lista części dostępna po kontakcie z serwis@zipro.pl lub na stronie Zipro.store w opisie produktu.

NR	OPIS	ILOŚĆ
1	Rama główna	1
18	Lewa pokrywa podstawy	1
19	Prawa pokrywa podstawy	1
47	Klucz imbusowy	1
48	Blokada bezpieczeństwa	1
49	Klucz imbusowy 6#	1
51	Olej silikonowy	1
52	Uchwyt krzyżowy S = 13, 14, 15	1
60	Śruba z łbem walcowym płaskim z gniazdem sześciokątnym M8 * 45	2
61	Śruba z łbem walcowym płaskim z gniazdem sześciokątnym M8 * 16	4
	Wkręt samogwintujący i samowiercący z łbem stożkowym krzyżowym z podkładką 4.2*19	15
69	Podkładka sprężysta standardowa #8	8
77	Podkładka płaska klasy C #8	4
92	Uszczelka wygięta #8	4

INSTRUKCJA MONTAŻU (→ Patrz strona 3)

UWAGA! W trakcie montażu przestrzegaj poniższych kroków i korzystaj z narzędzi dołączonych do produktu.

Przygotuj odpowiednio dużo wolnego miejsca do montażu urządzenia. Ze względu na dużą wagę niektórych elementów zaleca się montaż w dwie osoby.

INSTRUKCJA SKŁADANIA I ROZKŁADANIA (→ Patrz strona 6)

SKŁADANIE URZĄDZENIA

UWAGA! Przed przystąpieniem do składania, sprawdź dokładnie czy wszystkie śruby są dokręcone.

UWAGA! Podczas składania uważaj na swoje dłonie i palce, aby nie zostały przytrzaśnięte.

Unoś pas biegowy urządzenia do pozycji pionowej do momentu, aż usłyszysz dźwięk blokady mechanizmu składania.

ROZKŁADANIE URZĄDZENIA

UWAGA! Zwróć uwagę, by w trakcie opuszczania pasa biegni w bezpośrednim pobliżu nie znajdowały się osoby trzecie i zwierzęta.

Trzymając pas biegowy, zwolnij nogą blokadę mechanizmu składania (wskazaną strzałką). Opuść pomost do wysokości poręczy ramy głównej.

Od tej wysokości pas będzie samoczynnie opadać w kierunku podłoża.

REGULACJE

Poziomowanie urządzenia

Wypoziomuj urządzenie odkręcając lub dokręcając stopki poziomicujące znajdujące się na przedniej i tylnej podstawie.

INSTRUKCJA OBSŁUGI KOMPUTERA

ROZPOCZĘCIE

W ciągu 3 sekund po wciśnięciu przycisku **START** urządzenie rozpocznie pracę.

FUNKCJA OSZCZĘDZANIA ENERGII

Komputer biegni przejdzie do trybu oszczędzania energii automatycznie, jeśli w ciągu 10 minut, nie wystąpią żadne działania. Naciśnij dowolny klawisz, aby wznowić system.

AWARYJNE ZATRZYMANIE URZĄDZENIA

UWAGA! Klucz bezpieczeństwa należy przyczepić do ubrania podczas każdego treningu.

Powinien być używany wyłącznie w sytuacjach awaryjnych, nie należy używać go jako normalnego przycisku zatrzymania.

Niepoprawnie założony klucz bezpieczeństwa uniemożliwia uruchomienie biegni.

Przed użyciem biegni sprawdź poprawność działania systemu. Wyjmij klucz bezpieczeństwa, pociągając za sznurek. Po wyjęciu klucza biegni zatrzyma się z opóźnieniem wynikającym z prędkości pracy, zatrzymanie zostanie także system podnoszenia pasa biegowego. Zatrzymanie zasygnalizuje krótki alarm dźwiękowy. Wszystkie okienka na ekranie wyświetlą „---”.

Po ponownym podłączeniu klucza bezpieczeństwa urządzenie zostanie zresetowane.

PROGRAMY

Komputer jest wyposażony w 3 programy użytkownika do ustawiania ręcznego, 12 automatycznych programów zapisanych w pamięci, 3 tryby odliczania (czasu, kalorii, dystansu) oraz funkcję pomiaru tkanki tłuszczowej (Body Fat).

OPIS PRZYCISKÓW

- START** – służy do uruchamiania biegni w trybie manualnym lub wybranego programu.
- STOP** – służy do zatrzymania pracującej biegni. Po wciśnięciu nastąpi także zresetowanie ustawień. Po ponownym uruchomieniu urządzenie rozpocznie pracę w trybie manualnym.
- PROGRAM** – służy do wyboru programu treningowego automatycznego (P1-P12), programu użytkownika (U1-U3) lub funkcji Body Fat przed uruchomieniem biegni.
- MODE** – pozwala wybrać tryb odliczania: czasu, odległości lub kalorii
- SPEED** – przyciski umożliwiają regulację (zwiększanie i zmniejszanie) prędkości co 0,1 km/h. Przyciski umieszczone są na konsoli komputera oraz na poręczach.
- PRZYSKISZ Szybkiego Wyboru Prędkości** – pozwalają na dokonanie bezpośredniego wyboru prędkości (3,6, 9, 12).

- INCLINE** – przyciski umożliwiają regulację (zwiększanie i zmniejszanie) kąta nachylenia pasa biegowego co 1 poziom podczas treningu. Przyciski umieszczone są na konsoli komputera oraz na poręczach.
- PRZYSKISZ Szybkiego Wyboru Kąta Nachylenia** – pozwalają na dokonanie bezpośredniego wyboru kąta nachylenia pasa biegowego podczas treningu (3,6,9,12).

FUNKCJE (SPECYFIKACJA)

SPEED	Wyświetla aktualną prędkość.	0.8 -12 km/h
TIME	Liczy łączny czas ćwiczeń od ich rozpoczęcia do zakończenia.	00:00-99:59 min
INCLINE	Wyświetla aktualny poziom nachylenia pasa biegowego.	0-12 poziomów
CALORIES	Liczy łączną liczbę spalonych kalorii od rozpoczęcia do zakończenia ćwiczeń. (Pomiar jest przybliżony w celu porównania różnych sesji ćwiczeń, nie może być stosowany w leczeniu).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Liczy łączny dystans od rozpoczęcia do zakończenia ćwiczeń.	0,0-99,9 km
PULSE	Wyświetla aktualny puls. UWAGA! Pomiar tętna tylko do celów sportowych (wyklucza się zastosowanie medyczne).	50-200 BPM

FUNKCJA POMIARU TĘTNA

Po uruchomieniu biegni przytrzymaj obie dłonie na czujnikach do pomiaru pulsu. Po 30 sekundach na ekranie pojawi się aktualny puls.

W trakcie dokonywania pomiaru komputer wyświetli ikonę w kształcie serca.

UWAGA! Pomiar tętna tylko do celów sportowych (wyklucza się zastosowanie medyczne).

PROGRAM MANUALNY

Program manualny jest domyślnym trybem pracy urządzenia. Biegni rozpoczyna w nim pracę po wciśnięciu **START**, gdy nie zostanie wybrany żaden program treningowy.

- Domyślna prędkość w trybie manualnym to 0.8 km/h.
- Domyślny poziom kąta nachylenia pasa to 0.
- Zmiana ustawienia prędkości i kąta nachylenia pasa biegowego możliwa jest przy pomocy przycisków na komputerze i poręczach.

PROGRAMY TRENINGOWE

Wybierz jeden z 12 automatycznych programów treningowych wciskając przycisk **PROGRAM** tak długo, aż na ekranie wyświetli się odpowiedni numer.

- Gdy wyświetlony zostanie odpowiedni program wciśnij **MODE**. Po wybraniu w oknie wyświetli się i będzie migotała wartość „30:00”. Ustawienia czasu treningu programu można dokonać przyciskami **SPEED +/-**.
- Ustawiony czas treningu dzielony jest proporcjonalnie na 20 etapów. Tabela przedstawia zestawienie etapów i odpowiadającym im prędkości i kąt nachylenia dla każdego programu treningowego. → [Patrz strona 117](#).
- Aby rozpocząć program wciśnij **START**.

PROGRAMY UŻYTKOWNIKA

Komputer jest wyposażony w 3 programy użytkownika do indywidualnego definiowania: U1, U2, U3.

USTAWIANIE PROGRAMU UŻYTKOWNIKA

- W trybie czuwania, wciskaj przycisk **PROGRAM**, aby wybrać jeden z programów użytkownika. Na panelu wyświetlać się będą kolejno numery programów automatycznych, następnie programy użytkownika.
- Gdy wyświetlony zostanie odpowiedni program wciśnij **MODE**, aby rozpocząć edycję pierwszej sekcji programu. Użyj przycisków **SPEED +/-** do ustawienia prędkości. Użyj przycisków **INCLINE +/-** do ustawienia poziomu nachylenia pasa biegowego.
- Wciśnij **MODE**, aby zatwierdzić ustawienia parametrów dla pierwszej sekcji i przejść do edycji kolejnej.

Programy składają się z 20 sekcji. Powtarzaj powyższe czynności, do momentu, aż ustawione zostaną parametry wszystkich sekcji.

Programy zostaną zapisane w pamięci komputera do czasu ich następnej edycji. Dane nie zostaną utracone na skutek awarii zasilania.

URUCHAMIANIE PROGRAMU UŻYTKOWNIKA

- W trybie czuwania, wciskaj przycisk **PROGRAM**, aby wybrać jeden z programów użytkownika. Po wybraniu w oknie wyświetli się i będzie migotała wartość „30:00”. Użyj przycisków **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** do ustawienia czasu treningu. Ustawiony czas treningu dzielony jest proporcjonalnie na 20 etapów.
- Aby rozpocząć program wciśnij **START**.

TRYB ODLICZANIA

Wybierz jeden z 3 trybów odliczania wciskając przycisk **MODE**.

- Do ustawiania odliczanej wartości użyj przycisków **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Uruchomienie biegni i odliczanie rozpocznie się po wciśnięciu przycisku **START**.

ODLICZANE PARAMETRY:

- CZAS:** początkowa wartość odliczania to 30 min. Komputer umożliwia ustawienie czasu w zakresie 5-99 minut (co 1 minutę).

- **KALORIE:** początkowa wartość odliczania to 50 kcal. Komputer umożliwia ustawienie kalorii w zakresie 20-990 kcal (co 10 kcal).
- **DYSTANS:** początkowa wartość odliczania to 1 km. Komputer umożliwia ustawienie dystansu w zakresie 1,0-99,0 km (co 1 km).

FUNKCJA POMIARU TKANKI TŁUSZCZOWEJ (BODY FAT)

Wcisnąć przycisk **PROGRAM**, do momentu aż na ekranie nie wyświetli się „FAT”.

Użyć **MODE**, aby wprowadzić parametry:

- F1 - płeć (gender) – 01 mężczyzna / 02 kobieta
- F2 - wiek (age) – wartości 10-99
- F3 - wzrost (height) – wartości 100-220 cm
- F4 - waga (weight) – wartości 20-130 kg

Użyć przycisków **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** do ustawienia wartości parametrów. Po wybraniu parametrów na wyświetlaczu pojawi się F5. Położyć obie dłonie na czujnikach do pomiaru pulsu, po 5-6 sekundach komputer wyświetli informację FAT. FAT ma na celu zmierzenie relacji między wzrostem a wagą, a nie proporcji ciała.

Prawidłowy wynik powinien mieścić się pomiędzy 19-26. Wartość poniżej 19 oznacza niedowagę, 27-30 - nadwagę, a powyżej 30 - otyłość.

UWAGA! Uzyskane wyniki nie mogą być pod żadnym pozorem podstawami leczenia lub być brane pod uwagę w celach medycznych.

TRENING I FAZY ĆWICZEŃ

Korzystanie z urządzenia dostarczy Ci wiele korzyści. Przede wszystkim poprawi Twoją kondycję, wzmocni mięśnie, a w połączeniu z odpowiednią dietą pozwoli spalić zbędną tkankę tłuszczową.

1. ROZGRZEWKA

To faza, która poprawia krążenie krwi w całym ciele oraz przygotowuje mięśnie do wzmożonego wysiłku. Zmniejsza również ryzyko powstania skurczów oraz odniesienia kontuzji. Wskazane jest, aby wykonać kilka ćwiczeń rozciągających tak jak pokazano poniżej.

Jeśli czujesz ból, przestań ćwiczyć lub zmniejsz zakres wykonywanego ruchu.

ROZCIĄGANIE WEWNĘTRZNYCH MIĘŚNI UD

Usiądź na płaskim podłożu ze zgiętymi nogami i kolanami skierowanymi na zewnątrz. Złóż podeszwy stóp i zbliż je do siebie tak blisko jak to możliwe. Delikatnie naciśnij kolana kierując je w kierunku podłoża i wytrzymaj w tej pozycji przez 15 sekund.

ROZCIĄGANIE UD

Usiądź na płaskim podłożu. Wyprostuj prawą nogę, a podeszwę lewej stopy przyłóż do prawego uda. Wyciągnij prawą rękę w kierunku palców prawej nogi tak daleko jak to możliwe. Wytrzymaj przez 15 sekund. Powtórz czynność z lewą nogą.

SKRĘTY GŁOWY

Trzymaj głowę prosto patrząc przed siebie. Nie ruszając ramionami obróć ją w prawo i wyprostuj, a potem obróć w lewo i wyprostuj.

UNOSZENIE RAMION

Podnieś możliwie wysoko do góry lewą rękę i wytrzymaj przez kilka sekund. Powtórz czynność z prawą ręką.

ROZCIĄGANIE ŚCIEGIEŃ ACHILLESA

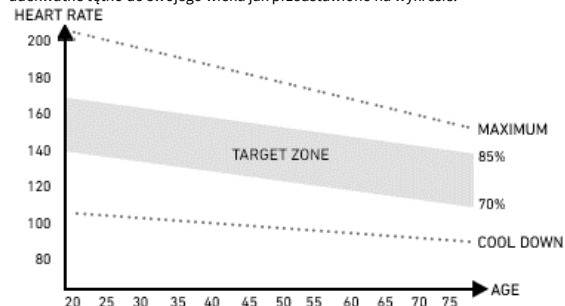
Stań twarzą do ściany, lewą nogę wysuń do przodu i lekko ugnij w kolanie. Prawą trzymaj z tyłu – wyprostowaną, z piętą położoną płasko na podłożu. Trzymaj obie pięty płasko na podłożu i przyciskaj biodra w kierunku ściany. Utrzymuj tę pozycję przez 30 sekund. Powtórz czynność z wysuniętą prawą nogą. Pamiętaj, aby podczas ćwiczenia nie wyginać pleców w łuk.

SKŁONY

Stań w nogami złączonymi razem. Wykonaj skłon w przód starając się jak najbardziej zbliżyć klatkę piersiową do kolan. Wytrzymaj przez 15 sekund. Pamiętaj, aby nie zginać kolan.

2. FAZA ĆWICZEŃ

To właściwa faza treningu. Ćwicz we własnym tempie tak, aby osiągnąć adekwatne tętno do swojego wieku jak przedstawiono na wykresie.



3. FAZA ODPRĘŻENIA

Faza ta pozwala uspokoić krążenie i odprężyć mięśnie. Jest to powtórka ćwiczeń rozgrzewających. Należy pamiętać o tym, aby nie nadwyręzać mięśni.

MOŻLIWE USZKODZENIA I TECHNIKI NAPRAWY

UWAGA! Otwarcie obudowy urządzenia bez wcześniejszego skontaktowania się z serwisem producenta powoduje utratę gwarancji.

W przypadku podejrzenia wystąpienia usterki wymagającej otwarcia obudowy skontaktuj się z serwisem producenta.

OPIS BŁĘDU	MOŻLIWE PRZYCZYNY	ROZWIĄZANIE PROBLEMU
----	Klucz bezpieczeństwa nie jest podpięty. Komputer jest uszkodzony.	Podłącz poprawnie klucz bezpieczeństwa. Skontaktuj się z serwisem producenta.
E01 Komputer nie działa	Komputer jest źle podłączony. Kabel łączący jest złamany lub przetarty	Sprawdź prawidłowość podłączenia kabli komputera. Sprawdź, podłączenie wtyczek. Jeśli jest poprawne, a problem wciąż występuje, skontaktuj się z obsługą klienta serwisu producenta.
	Komputer jest uszkodzony	Skontaktuj się z serwisem producenta.
	Połączenie pomiędzy płytką sterującą a komputerem jest zablokowane	Skontaktuj się z serwisem producenta.
E02 Silnik nie działa	Niewłaściwe napięcie zasilania	Upewnij się, że napięcie jest poprawne. Jeśli problem wciąż występuje, skontaktuj się z obsługą klienta serwisu producenta.
	Błędne połączenie kabla silnika	Odłącz kabel i podłącz ponownie. Jeśli problem wciąż występuje, skontaktuj się z serwisem producenta.
	Uszkodzony sterownik	Skontaktuj się z serwisem producenta.
E03 Komputer nie wykrył przez 15 sekund sygnału z czujnika prędkości	Błędne podłączenie czujnika Nieprawidłowo podłączona wtyczka czujnika	Skontaktuj się z serwisem producenta. Sprawdź, podłączenie wtyczek. Jeśli jest poprawne, a problem wciąż występuje, skontaktuj się z serwisem producenta.
	Uszkodzony czujnik	Skontaktuj się z serwisem producenta.
E05 Błąd przeciężenia	Awaria silnika	Sprawdź, czy silnik nie spalił się. Jeżeli nie, odłącz bieżnię od zasilania sieciowego, a następnie podłącz ponownie. Jeśli problem wciąż występuje, skontaktuj się z serwisem producenta.
	Prąd znamionowy w sterowniku jest za niski.	Wymień sterownik. Skontaktuj się z serwisem producenta.
	Prąd jest powyżej wartości znamionowej	Upewnij się, że waga użytkownika nie przekracza maksymalnej wartości dla tego urządzenia.
E06 Błąd autotestu kontrolera		Skontaktuj się z serwisem producenta.
E07 Brak wyświetlania	Wypięty klucz bezpieczeństwa	Wepnij klucz bezpieczeństwa.
E08 Błąd sterownika EEPROM	Sterownik jest zepsuty.	Skontaktuj się z serwisem producenta.
Urządzenie nie działa	Brak zasilania	Podłącz urządzenie do prądu.

	Wypięty klucz bezpieczeństwa Zwarcie	Wepnij klucz bezpieczeństwa. Skontaktuj się z serwisem producenta. Włącz urządzenie.
	Przełącznik ON/OFF nie jest włączony	
Pas biegowy nie działa płynnie	Pas biegowy jest niewystarczająco nasmarowany	Nasmaruj pas biegowy zgodnie z informacjami podanymi w instrukcji obsługi.
	Pas biegowy jest zbyt mocno naciągnięty	Wyreguluj i wyrównaj położenie pasa biegowego zgodnie z informacjami podanymi w instrukcji obsługi.
Pas biegowy jest przekrzywiony	Pas biegowy jest zbyt słabo napięty	Wyreguluj i wyrównaj położenie pasa biegowego zgodnie z informacjami podanymi w instrukcji obsługi.
	Pas napędowy jest zbyt mało napięty	Skontaktuj się z serwisem producenta.

GWARANCJA

Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży. Gwarancja na sprzedany towar nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień Kupującego wynikających z Ustawy o prawach konsumenta.

Karta gwarancyjna znajduje się na ostatniej stronie.

WARUNKI GWARANCJI

- Reklamacji i gwarancji podlegają wyłącznie wady ukryte powstałe z winy producenta.
- Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - ważnej czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczętką sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy,
 - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży,
 - reklamowanego towaru lub wadliwej części.

W przypadku zakupu na odległość, karta gwarancyjna jest ważna wyłącznie na podstawie dokumentu zakupu (paragon / faktura).
- Reklamacja zostanie rozpatrzona w terminie do 14 dni od momentu zgłoszenia wady przez Klienta.

- Wady fabryczne i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do sklepu lub serwisu.
- W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres realizacji naprawy gwarancyjnej może się wydłużyć o czas niezbędny do jej sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 40 dni.
- Gwarancją nie są objęte:
 - uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania, niewłaściwego montażu i konserwacji,
 - uszkodzenia i zużycie elementów eksploatacyjnych takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska, tapicerka.
 - czynności związane z montażem, konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
- Gwarancja nie ma zastosowania w następujących przypadkach:
 - upływu terminu ważności,
 - dokonania przez klienta samodzielnych napraw i modyfikacji z użyciem nieoryginalnych części,
 - gdy powstała wada wynika z nieprawidłowej instalacji lub na skutek nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji opisanych w instrukcji obsługi,
 - użytkowania innego niż użytkowanie domowe,
 - uszkodzeń powstałych w transporcie.
- Duplikaty karty gwarancyjnej nie będą wydawane.
- W ramach gwarancji klient ma prawo żądać następujących rodzajów świadczonego bezpłatnie zadośćuczynienia:
 - naprawy produktu,
 - wymiany produktu,
 - obniżenia ceny,
 - rozwiązania umowy i pełnego zwrotu poniesionych kosztów.
- W celu zgłoszenia reklamacji należy:
 - Przedstawić produkt lub jego część, której dotyczy gwarancja.
 - Dowód zakupu określający nazwę i adres sprzedającego, datę i miejsce zakupu, rodzaj produktu lub ważną kartę gwarancyjną z pieczętką sklepu.
 - W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
- W przypadku pozytywnego rozpatrzenia reklamacji sprzęt zostanie naprawiony lub wymieniony na nowy lub zostaną klientowi zwrócone pieniądze. Koszty transportu towaru do klienta pokrywa serwis producenta.
- W przypadku odrzucenia reklamacji gwarancyjnej, klient otrzyma szczegółowe uzasadnienie podjętej decyzji oraz w terminie do 14 dni od momentu przekazania decyzji, sprzęt zostanie odesłany do klienta na jego koszt.

EN User manual

Dear User,
Please read the following instructions before starting assembly and using the device for the first time. This manual contains important information regarding the safety of use and maintenance of the equipment. Keep it for future reference regarding maintenance or ordering spare parts.

TECHNICAL DATA

Power supply	220V
Maximum power	900 W
Weight	51 kg
Operating temperature	0°C to +40°C
Storage temperature	-10°C to +60°C
Maximum user weight	120 kg
Application class	Class H
Accuracy class	Class C
Speed	0.8 -12 km/h
Incline	12 levels
Product standard (main)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Intended use	Electric treadmill for domestic use

SAFETY

ATTENTION! The device can only be used in accordance with its intended purpose, i.e. for training by adults. Any other use of the device may be dangerous. The manufacturer cannot be held liable for damage caused by improper use of the device.

- The device has been designed and constructed based on the latest knowledge in the field of safety. Dangerous elements that could potentially pose a risk of injury have been eliminated or relatively secured.
- Repairs and modifications on your own are not allowed.
- Once every one or two months, check that the screws, bolts and nuts are tightened correctly.
- In order to ensure permanent safety, check and maintain the equipment regularly (i.e. once a year) at a specialist retailer.
- All changes to the device that are not described in this manual may cause damage or directly endanger the health and life of the person exercising. Changes to the device may only be made by the manufacturer's service personnel or persons trained by them in this regard.
- All devices are subject to constant innovative activities in order to ensure high quality. For this reason, the manufacturer reserves the right to make technical changes.
- Direct any questions or concerns regarding the equipment to a specialist retailer.

ATTENTION! Follow the general regulations and safety measures applicable to handling electrical devices.

- The device is powered by a mains voltage of 220V.**
- All electrical devices emit electromagnetic radiation during operation. If other devices emitting such radiation (e.g. mobile phones) are placed near the electronic control system or cockpit, some values (such as heart rate) may be distorted.
- ATTENTION!** Never make any modifications to the electrical network yourself. Entrust such changes to specialists.
- ATTENTION!** Remember to unplug the power plug from the socket before starting any repairs, maintenance or cleaning of the equipment.
- Do not use extension cords to connect the device.
- If you are not going to use the equipment for a long time, unplug it from the mains socket.
- Make sure that the electrical cable is not crushed and its placement does not create a risk of tripping over it.

GROUNDING

Grounding protects against the risk of electric shock. The device has a cable and a plug with grounding. The plug must be connected to a properly installed and properly grounded mains socket.

DANGER! Improper connection of the cable may cause a risk of electric shock.

- Before connecting the device to the power supply, make sure that the local voltage corresponds to the type of plug.
- Do not modify the plug if it does not fit the socket. In this case, have a qualified electrician install a different socket.

ATTENTION! People nearby while using the equipment should be warned of potential hazards. Exercise particular caution in the presence of children.

ATTENTION! Consult a doctor before starting exercise to make sure that you do not have any health contraindications to training on the device. Based on the opinion of a specialist, you can develop your training plan. An incorrectly selected program or excessive exercise can be dangerous to your health and life.

WARNING! Heart rate monitoring systems may be inaccurate. Exhaustion during exercise can result in serious injury or death. If you feel faint, stop exercising immediately.

ATTENTION! Absolutely follow the training instructions contained in this manual.

- When choosing a place to train, consider ensuring safe distances from possible obstacles. Do not place the equipment near communication routes (roads, gates, crossings, etc.).
- It is forbidden to use the equipment in close proximity to the wall. The safety zone is 2000 mm and at least as wide as the device buttons.

ATTENTION! Be careful when assembling the device and do not allow children to be nearby. Small parts (nuts, screws, etc.) are used during assembly and may be swallowed by them.

RESIDUAL RISK

- If fall protection is not used or is used incorrectly, there is a residual risk of a person falling, causing skin abrasions, bruises, fractures or, in the worst case, death.
- There is a residual risk of unintentional overload of the person exercising due to incorrect operation or incorrect assessment, as well as incorrect data transmission (due to electromagnetic interference, software error, etc.). Even the best software and hardware protection does not exclude software or hardware errors and can theoretically cause overload of the person exercising.
- The product is an electrical device, therefore, electric shock, which can lead to death, cannot be ruled out.
- The residual risk of suffocation cannot be ruled out.
- The risk can be reduced by following the information on safety contained in the instruction manual.
- It cannot be ruled out that unintended or unauthorized use will result in other, unconsidered risks, and the risk considered has been incorrectly assessed.

In the risk analysis, the assessment was made on the basis of the "current state of the device." The product assessment and inspection shows that the probability of unacceptable risk is very low. The device (its construction, method of operation and application) does not pose - under normal conditions - unjustified risks to the person exercising or third parties.

HANDLING MARKS ON TRANSPORT PACKAGING



This side up. Do not turn over.



Protect from falling.



Packaging suitable for recycling.



E-waste. It is necessary to return used equipment to a recycling point.



Handle with care, fragile. Possible damage. Be careful.



Protect from moisture.



Attention heavy product.



Store maximum in 8 layers.



Product includes instruction manual.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Do not open with a knife.



Packaging made of cardboard and plastics.
Please sort waste according to local regulations.



Packaging made of cardboard and plastics. Please sort waste according to local regulations.



Packaging made of cardboard.



The packaging was produced with consideration for environmental responsibility and recycling. Please sort waste according to local regulations.

OPERATION

Before starting training, make sure the device is properly assembled.

- Before starting your first workout, familiarize yourself with all the functions and adjustment possibilities of the device.
- The device has elements that may be exposed to corrosion. For this reason, it is not recommended to be left in a humid room. You should also ensure that the equipment (especially its internal and electronic components) is not exposed to water, drinks, sweat, etc.
- The device is intended for training only by adults and is absolutely not a toy for children. If you allow children to use it at your own risk, be sure to instruct them on proper use and supervise them constantly.
- The equipment is not suitable for therapeutic purposes.
- During operation, the device may emit quiet noises during the inertial movement of the flywheel mass, which are due to the type of construction. They have no impact on the operation of the equipment.
- Noise emission under load is greater than without load.
- Before starting each workout, check the correct functioning of the safety devices and the screw and plug connections.
- When training on the device, remember to wear appropriate footwear (sports shoes).

MAINTENANCE

In order to ensure maximum safety of use of the treadmill, it is recommended to regularly check it for wear of parts. This includes checking the tightness and condition of nuts, screws, moving parts, sleeves, etc.

Store the device in a dry and warm place. Do not expose the device to sunlight.

ATTENTION! Always turn off the treadmill and disconnect it from the power supply before starting maintenance.

CLEANING

Regular cleaning of the device will extend its service life and maintain its high performance.

Use a soft, damp cloth to clean the treadmill. This does not apply to electrical components, the motor, internal parts - do not allow water to get into these places. Protect the surface of the running belt (and the space under it) from water.

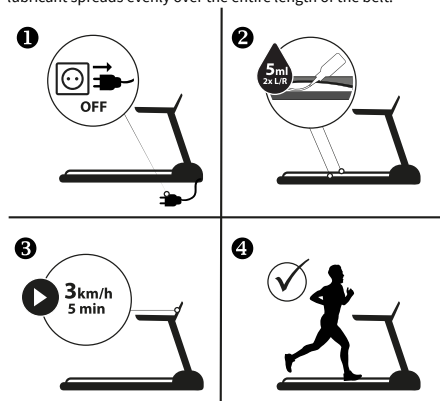
MOTOR CLEANING

At least once a year, remove dust from the motor. To do this, first turn off the treadmill and disconnect it from the power supply, and after waiting about 1 hour, remove the motor cover. Using compressed air or a brush, carefully remove any accumulated dust. After reassembling the motor cover and connecting it to the power supply, you can start the treadmill.

TREADMILL LUBRICATION

The frequency of treadmill lubrication depends on the intensity of its use. If the device is used for more than 5 hours a week, it is recommended to lubricate it every 2-3 months. If the treadmill is used less frequently, it should be lubricated once every 7-8 months.

1. Before lubricating the running belt, turn off the treadmill and disconnect it from the power supply. 2. Apply lubricant under the running belt on both sides, about 5 ml each. Use the most in places where your feet come into contact with the belt while running. 3. Start the treadmill at a low speed (e.g. 3 km/h) and wait until the lubricant spreads evenly over the entire length of the belt.



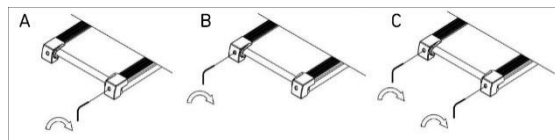
BELT TENSION ADJUSTMENT

The running belt may require tensioning due to constant use of the treadmill. The belt needs to be tightened when it starts to slip, move sideways or curl up during training.

A belt that is too loosely tensioned may stop while the motor is running.

Place the treadmill on a flat surface. Start the treadmill at a speed of about 6-8 km/h, observe the degree of deflection of the treadmill belt.

- Do not tension the belt too much, as this may cause damage to, among others, the motor, shaft or bearings.
- A properly tensioned belt can be lifted at its edges to a height of about 5-7.5 cm. This is very easy to check - it is properly tensioned when 3 fingers fit under it.



INCREASING BELT TENSION

You will find a special wrench in the parts set. Place it in the left belt adjustment screw located in the rear of the treadmill. Turn the wrench clockwise by 90 degrees (figure C).

This will tension the rear roller and increase the belt tension. Repeat the action by turning the screw on the right side. Make sure to turn the screws evenly. Repeat the steps for both screws until the belt is properly tensioned.

DECREASING BELT TENSION

To reduce belt tension, proceed as when increasing it. Turn the wrench counterclockwise.

CENTERING THE RUNNING BELT

Due to a different running style (most often a greater load transferred to one leg), the belt may move sideways and not be centered. For this reason, the belt may require occasional adjustment.

The belt should center itself while the treadmill is running. It requires adjustment if it moves to the right or left.

Start the treadmill and set it to a low speed (e.g. 3 km/h). Check in which direction the belt is moving.

- If the belt is moving to the right, place the wrench in the right adjustment screw. Turn the wrench 90 degrees clockwise (figure A). Observe whether the belt is centered. If it is still moving to the right, turn the screw another 90 degrees.
- If the belt is moving to the left, proceed as in the case above, but turn the screw on the left side (figure B).

ENVIRONMENT

The device is delivered in packaging to protect it from possible damage during transport. Packaging is raw material and can be recycled. Dispose of these materials in the appropriate colored containers intended for selective collection.



Protect the environment and do not throw used batteries into the household waste bin. Return them to the place of purchase or hand them over to a separate point for the storage of recyclable materials.

Waste electrical equipment (including meters, power supplies) are secondary raw materials - do not throw them into household waste containers, as they may contain substances hazardous to

health and the environment. Please actively help in saving management of natural resources and protecting the natural environment by handing over the used device to a secondary raw material storage point - used electrical devices.

ASSEMBLY

The device must be carefully installed by an adult. If in doubt, ask someone for help with more experience in this field.

- Before starting the assembly, make sure that the set with the device contains all the elements from the parts list and if any parts have been damaged during transport. If parts are missing or you have any reservations, please contact the seller.
- Familiarize yourself with the drawings and explanations and assemble in the order contained in the assembly instructions.
- Be careful during assembly. While using tools and components, there is a risk of injury.
- Remember to maintain a safe environment. Do not spread tools and assembly elements chaotically. Remember that plastic films and bags pose a risk of suffocation for children.
- Mounting elements needed to perform a given step assembly instructions are shown in the drawings and explanations. Use the elements indicated in the assembly instructions.
- In the first phases of assembly, do not tighten the parts completely. Do this after placing all of them and making sure they are properly seated.
- The manufacturer reserves the right to pre-assemble some elements.

ASSEMBLY DIAGRAM (→ See page 3)

NOTE! It is forbidden to use parts from sources other than the manufacturer.

PARTS LIST

The full list of parts is available upon contacting serwis@zipro.pl or on the Zipro.store website in the product description.

NO.	DESCRIPTION	QUANTITY
1	Main frame	1
18	Left base cover	1
19	Right base cover	1
47	Allen wrench	1
48	Safety lock	1
49	Allen wrench 6#	1
51	Silicone oil	1
52	Ucross gripy S = 13, 14, 15	1
60	Flat countersunk socket cap screw M8 * 45	2
61	Flat countersunk socket cap screw M8 * 16	4
69	Self-drilling and self-tapping screw with countersunk Phillips head with washer 4.2*19	15
77	Standard spring washer #8	8
79	Flat washer class C #8	4
92	Curved washer #8	4

ASSEMBLY INSTRUCTIONS (→ See page 3)

ATTENTION! During assembly, follow the steps below and use the tools included with the product.

Prepare sufficient free space for installing the device. Due to the high weight of some parts, assembly by two people is recommended.

ASSEMBLY AND DISASSEMBLY INSTRUCTIONS (-> See page 6)

ASSEMBLING THE DEVICE

ATTENTION! Before assembling, check carefully that all screws are tightened.

ATTENTION! When assembling, watch your hands and fingers to avoid getting pinched.

Lift the device running belt to the vertical position until you hear the locking mechanism sound.

DISASSEMBLING THE DEVICE

WARNING! Make sure that there are no third parties in the immediate vicinity while lowering the treadmill running belt and animals.

Holding the running belt, release the folding mechanism lock with your foot (indicated by the arrow). Lower the platform to the height of the main frame handrails.

From this height, the belt will automatically fall towards the ground.

ADJUSTMENTS

Leveling the device

Level the device by unscrewing or tightening the leveling feet located on the front and rear base.

COMPUTER OPERATION INSTRUCTIONS

START

Within 3 seconds after pressing the **START** the device will start working.

ENERGY SAVING FUNCTION

The treadmill computer will automatically enter energy-saving mode if no action is taken for 10 minutes. Press any key to resume the system.

EMERGENCY STOP

WARNING! The safety key must be attached to your clothing during each workout.

It should only be used in emergency situations, do not use it as a normal stop button.

An incorrectly attached safety key will prevent the treadmill from starting.

Before using the treadmill, check the system is working correctly. Remove the safety key by pulling the cord. After removing the key, the treadmill will stop with a delay resulting from the operating speed, the running belt lifting system will also be stopped. The stop will be signaled by a short audible alarm. All windows on the screen will display "----".

After reconnecting the safety key, the device will be reset.

PROGRAMS

The computer is equipped with 3 user programs for manual setting, 12 automatic programs saved in memory, 3 countdown modes (time, calories, distance) and a body fat measurement function (Body Fat).

BUTTON DESCRIPTION

- START** - is used to start the treadmill in manual mode or a selected program.
- STOP** - is used to stop the working treadmill. Pressing it will also reset the settings. After restarting, the device will start in manual mode.
- PROGRAM** - is used to select an automatic training program (P1-P12), user program (U1-U3) or Body Fat function before starting the treadmill.
- MODE** - allows you to select the countdown mode: time, distance or calories
- SPEED** - buttons allow you to adjust (increase and decreasing) the speed by 0.1 km/h. The buttons are located on the computer console and on the handrails.
- FAST SPEED SELECTOR BUTTONS** - allows you to make direct selection of speed (3,6, 9, 12) buttons.
- INCLINE** - The buttons allow you to adjust (increase and decrease) the angle of the running belt in 1 level increments during your workout. The buttons are located on the computer console and on the handrails.
- FAST TILT ANGLE SELECTION BUTTONS** - allow direct selection of the running belt angle during training (3,6,9,12).

FUNCTIONS (SPECIFICATION)

SPEED	Displays the current speed.	0.8 -12 km/h
TIME	Counts the total time of the exercise from start to finish.	00:00-99:59 min
INCLINE	Displays the current incline level of the running belt.	0-12 levels
CALORIES	Counts the total number of calories burned from the start to the end of exercise. (The measurement is approximate to compare different exercise sessions, and cannot be used for treatment).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Counts the total distance from the start to the end of the exercise.	0,0-99,9 km
PULSE	Displays the current pulse rate. NOTE! Heart rate measurement for sports purposes only (medical use is excluded).	50-200 BPM

HEART RATE MEASUREMENT FUNCTION

After starting the treadmill, hold both hands on the pulse measuring sensors. After 30 seconds, the current pulse will appear on the screen.

As you take the measurement, the computer will display a heart-shaped icon.

ATTENTION! Heart rate measurement for sports purposes only (medical use is excluded).

MANUAL PROGRAM

Manual program is the default operating mode of the device. The treadmill starts working in it after pressing **START**, when no training program is selected.

- Default speed in manual mode is 0.8 km/h.
- The default belt inclination level is 0.
- Changing the speed and incline settings of the treadmill is possible using the buttons on the console and handrails.

TRAINING PROGRAMS

Choose one of 12 automatic training programs by pressing the **PROGRAM** button until the appropriate number is displayed on the screen.

- When the appropriate program is displayed, press **MODE**. After selection, the value "30:00" will be displayed and flashing in the window.

The training time settings of the program can be made using the **SPEED +/-**.

- The set training time is divided proportionally into 20 stages. The table shows a summary of the stages and the corresponding speed and angle of inclination for each training program. -> See page 117.
- To start the program, press **START**.

USER PROGRAMS

The console is equipped with 3 user programs for individual definition: U1, U2, U3.

SETTING THE USER PROGRAM

- In standby mode, press the **PROGRAM** button to select one of the user programs. The console will successively display the numbers of automatic programs, then user programs.
- When the appropriate program is displayed, press **MODE** to start editing the first section of the program.
Use the **SPEED +/-** buttons to set the speed.
Use the **INCLINE +/-** to set the incline level of the treadmill.
- Press **MODE** to confirm the parameter settings for the first section and proceed to edit the next.

Programs consist of 20 sections. Repeat the above steps until the parameters of all sections are set.

Programs will be saved in the computer's memory until they are edited again. Data will not be lost due to power failure.

STARTING THE USER PROGRAM

- In standby mode, press the **PROGRAM** button to select one of the user programs. After selection, "30:00" will appear and flash in the window. Use the buttons **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** to set the training time. The set training time is divided proportionally into 20 stages.
- To start the program, press **START**.

COUNTDOWN MODE

Select one of 3 countdown modes by pressing the **MODE** button.

- Use the buttons **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- The treadmill will start and the countdown will begin after pressing the **START**.

COUNTDOWN PARAMETERS:

- TIME:** the initial countdown value is 30 minutes.
The computer allows you to set the time in the range of 5-99 minutes (in 1-minute increments).
- CALORIES:** the initial countdown value is 50 kcal.
The computer allows you to set calories in the range of 20-990 kcal (in 10 kcal increments).
- DISTANCE:** the initial countdown value is 1 km.
The computer allows you to set the distance in the range of 1.0-99,0 km (in 1 km increments).

BODY FAT MEASUREMENT FUNCTION (BODY FAT)

Press the **PROGRAM** button until "FAT" is displayed on the screen.

Use **MODE** to enter the parameters:

- F1 - gender - 01 male / 02 female
- F2 - age - values 10-99
- F3 - height - values 100-220 cm
- F4 - weight - values 20-130 kg

Use the **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** buttons to set the parameter values.

After selecting the parameters, F5 will appear on the display. Place both hands on the pulse sensors, after 5-6 seconds the computer will display FAT information.

FAT is designed to measure the relationship between height and weight, not body proportions.

The correct result should be between 19-26. A value below 19 means underweight, 27-30 - overweight, and above 30 - obesity.

UWAGA! The results obtained cannot under any circumstances be the basis for treatment or be taken into account for medical purposes.

WORKOUT AND EXERCISE PHASES

Using the device will bring you many benefits. First of all, it will improve your fitness, strengthen your muscles, and in combination with a proper diet, it will help you burn unnecessary fat.

1. WARM-UP

This phase improves blood circulation throughout the body and prepares the muscles for increased exertion. It also reduces the risk of cramps and injuries. It is advisable to perform some stretching exercises as shown below.

If you feel pain, stop exercising or reduce the range of motion.

STRETCHING THE INNER THIGH MUSCLES

Sit on a flat surface with your legs bent and your knees pointing outwards. Join the soles of your feet and bring them as close together as possible. Gently press your knees towards the ground and hold this position for 15 seconds.

THIGH STRETCH

Sit on a flat surface. Straighten your right leg and place the sole of your left foot against your right thigh. Extend your right hand towards the toes of your right foot as far as possible. Hold for 15 seconds. Repeat with your left leg.

HEAD ROTATIONS

Keep your head straight, looking forward. Without moving your shoulders, turn it to the right and straighten it, then turn it to the left and straighten it.

ARM RAISES

Raise your left hand as high as possible and hold for a few seconds. Repeat with your right hand.

ACHILLES TENDON STRETCH

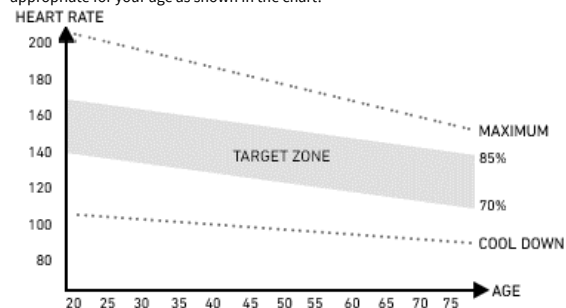
Stand facing the wall, extend your left leg forward and bend it slightly at the knee. Keep your right leg back - straight, with your heel flat on the ground. Keep both heels flat on the ground and press your hips towards the wall. Hold this position for 30 seconds. Repeat with your right leg extended. Remember not to arch your back during the exercise.

BENDING

Stand with your feet together. Bend forward, trying to bring your chest as close to your knees as possible. Hold for 15 seconds. Remember not to bend your knees.

2. EXERCISE PHASE

This is the proper training phase. Exercise at your own pace to achieve a heart rate appropriate for your age as shown in the chart.



3. RELAXATION PHASE

This phase allows you to calm your circulation and relax your muscles. This is a repeat of the warm-up exercises. It should be remembered that, not to strain your muscles.

POSSIBLE DAMAGES AND REPAIR TECHNIQUES

UWAGA! Opening the device enclosure without prior contact with the manufacturer's service results in loss of warranty.

If you suspect a defect requiring opening the enclosure, contact the manufacturer's service.

ERROR DESCRIPTION	POSSIBLE CAUSES	PROBLEM SOLUTION
----- Problem with the security key	The security key is not connected.	Connect the security key correctly.
	The computer is damaged.	Contact the manufacturer's service.
E01 The computer is not working	The computer is poorly connected.	Check the correct connection of the computer cables.
	The connecting cable is broken or frayed	Check the connection of the plugs. If it is correct and the problem persists, contact the manufacturer's service customer support.
	The computer is damaged	Contact the manufacturer's service.
	The connection between the control board and the computer is blocked	Contact the manufacturer's service.
E02 The motor is not working	Incorrect supply voltage	Make sure the voltage is correct. If the problem persists, contact the manufacturer's service customer support.
	Incorrect motor cable connection	Disconnect the cable and reconnect. If the problem persists, contact the

		manufacturer's service. Contact the manufacturer's service.
	Damaged driver	Contact the manufacturer's service.
E03 The computer has not detected a signal from the speed sensor for 15 seconds	Incorrect sensor connection	Contact the manufacturer's service.
	Sensor plug incorrectly connected	Check the connection of the plugs. If it is correct and the problem persists, contact the manufacturer's service.
	Damaged sensor	Contact the manufacturer's service.
E05 Overload error	Engine failure	Check if the motor is burned. If not, disconnect the treadmill from the mains, then reconnect. If the problem persists, contact the manufacturer's service.
	The rated current in the controller is too low.	Replace the controller. Contact the manufacturer's service.
	The current is above the rated value	Make sure the user's weight does not exceed the maximum value for this device.
E06 Controller self-test error		Contact the manufacturer's service.
E07 No display	Safety key unplugged	Plug in the safety key.
E08 EEPROM controller error	The controller is broken.	Contact the manufacturer's service.
Device not working	No power	Plug the device into the power outlet.
	Safety key unplugged	Plug in the safety key.
	Short circuit	Contact the manufacturer's service.
	The ON/OFF switch is not turned on	Turn on the device.
The running belt does not run smoothly	The running belt is not sufficiently lubricated	Lubricate the running belt according to the information in the user manual.
	The running belt is too tight	Adjust and align the position of the running belt according to the information in the user manual.
The running belt is skewed	The running belt is too loose	Adjust and align the position of the running belt according to the information in the user manual.
	The drive belt is too loose	Contact the manufacturer's service.

WARRANTY

The seller, on behalf of the Guarantor, provides a warranty on the territory of Poland for a period of 24 months from the date of sale. The warranty for the sold goods does not exclude, limit or suspend the rights of the Buyer resulting from the Consumer Rights Act.

The warranty card is on the last page.

WARRANTY CONDITIONS

- Only hidden defects caused by the manufacturer are subject to complaint and warranty.
- The warranty will be honored by the store or service after the customer presents:
 - a valid, legibly and correctly completed warranty card with a sales stamp and the seller's signature,
 - a valid proof of purchase of the equipment with the date of sale, the claimed goods or defective part.

In the case of distance selling, the warranty card is valid only on the basis of the purchase document (receipt / invoice).
- The complaint will be processed within 14 days from the date the Customer reports the defect.

4. Factory defects and damage revealed during the warranty period will be repaired free of charge within a period not longer than 21 days from the date of delivery of the goods to the store or service.
5. If it is necessary to import parts, the warranty repair period may be extended by the time necessary to import them, but not longer than 40 days.
6. The warranty does not cover:
 - a. mechanical damage and defects caused by it,
 - b. damage and defects resulting from improper use and storage, improper assembly and maintenance,
 - c. damage and wear of consumable parts such as: cables, belts, rubber elements, pedals, foam grips, wheels, bearings, upholstery.
 - d. activities related to assembly and maintenance, which the user is obliged to perform on their own, according to the operating instructions.
7. The warranty does not apply in the following cases:
 - a. expiration of the warranty period,
 - b. repairs and modifications made by the customer using non-original parts,
 - c. if the defect results from incorrect installation or failure to follow the rules of proper operation described in the operating instructions,
 - d. use other than home use,
 - e. damage caused during transport.
8. Duplicate warranty cards will not be issued.
9. Under the warranty, the customer has the right to demand the following types of free compensation:
 - a. product repair,
 - b. product replacement,
 - c. price reduction,
 - d. termination of the contract and full refund of costs incurred.
10. To make a complaint, you must:
 - a. Present the product or part of the product to which the warranty applies.
 - b. Proof of purchase specifying the name and address of the seller, date and place of purchase, type of product or a valid warranty card with the store's stamp.
 - c. If a dirty product is delivered, the service may refuse to accept it, or clean it at the customer's expense with their written consent.
11. If the complaint is accepted, the equipment will be repaired or replaced with a new one, or the customer will be refunded. The costs of transporting the goods to the customer are covered by the manufacturer's service.
12. In the event of rejection of the warranty claim, the customer will receive a detailed justification of the decision taken, and within 14 days from the moment the decision is communicated, the equipment will be sent back to the customer at their expense.

DE Bedienungsanleitung

Sehr geehrte/r Benutzer/in,
Lesen Sie die folgende Anleitung vor Beginn der Montage und der ersten Inbetriebnahme des Geräts. Diese Anleitung enthält wichtige Informationen zur sicheren Verwendung und Wartung des Geräts. Bewahren Sie sie auf, um auf Informationen zur Wartung zurückgreifen oder Ersatzteile bestellen zu können.

TECHNISCHE DATEN

Stromversorgung	220V
Maximale Leistung	900 W
Gewicht	51 kg
Betriebstemperatur	0°C bis +40°C
Lagertemperatur	-10°C bis +60°C
Maximales Benutzergewicht	120 kg
Anwendungsklasse	Klasse H
Genauigkeitsklasse	Klasse C
Geschwindigkeit	0.8 -12 km/h
Neigung	12 Stufen
Produktnorm (hauptsächlich)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Bestimmungsgemäße Verwendung	Elektrisches Laufband für den Heimgebrauch

SICHERHEIT

ACHTUNG! Das Gerät darf ausschließlich gemäß seiner Bestimmung, also zum Training durch Erwachsene, benutzt werden. Jede andere Anwendung kann gefährlich sein. Der Hersteller kann nicht für Schäden haftbar gemacht werden, die durch unsachgemäße Nutzung des Gerätes verursacht wurden.

- Das Gerät wurde entworfen und konstruiert auf Grundlage der neuesten Erkenntnisse im Bereich der Sicherheit. Gefährliche Elemente, die potenziell eine Verletzungsgefahr darstellen könnten, wurden beseitigt oder relativ gesichert.
- Reparaturen und Änderungen auf eigene Faust sind nicht zulässig.
- Überprüfen Sie einmal pro Monat oder alle zwei Monate, ob die Schrauben, Gewinde und Muttern richtig angezogen sind.
- Um die Sicherheit dauerhaft zu gewährleisten, überprüfen und warten Sie das Gerät regelmäßig (d.h. einmal jährlich) in einer Fachwerkstatt.
- Alle Änderungen am Gerät, die nicht beschrieben wurden in dieser Anleitung können Schäden verursachen oder die Gesundheit und das Leben des Trainierenden direkt gefährden. Änderungen am Gerät dürfen nur von Kundendienstmitarbeitern des Herstellers oder von in diesem Bereich geschulten Personen vorgenommen werden.
- Alle Geräte unterliegen ständigen Innovationsmaßnahmen, um eine hohe Qualität zu gewährleisten. Aus diesem Grund behält sich der Hersteller das Recht vor technische Änderungen vorzunehmen.
- Alle Fragen oder Zweifel bezüglich des Geräts richten Sie bitte an eine Fachwerkstatt.

ACHTUNG! Beachten Sie die allgemeinen Vorschriften und Sicherheitsmaßnahmen für den Umgang mit elektrischen Geräten.

- Das Gerät wird mit einer Netzspannung von 220V betrieben.**
- Alle elektrischen Geräte emittieren während des Betriebs elektromagnetische Strahlung. Wenn sich in der Nähe der elektronischen Steuerung oder des Cockpits andere Geräte befinden, die diese Strahlung aussenden (z. B. Mobiltelefone), können einige Werte (wie z. B. die Herzfrequenz) verzerrt werden.
- ACHTUNG!** Nehmen Sie niemals selbst Änderungen am Stromnetz vor. Beauftragen Sie mit solchen Änderungen Fachleute.
- ACHTUNG!** Denken Sie daran, vor Beginn von Reparaturen, Wartungsarbeiten oder Reinigungsarbeiten den Netzstecker aus der Steckdose zu ziehen.
- Verwenden Sie keine Verlängerungskabel, um das Gerät anzuschließen.
- Wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen, ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose.
- Achten Sie darauf, dass das Elektrokabel nicht eingeklemmt wird und seine Position keine Stolpergefahr darstellt.

ERDUNG

Die Erdung schützt vor Stromschlaggefahr. Das Gerät hat ein Kabel und einen Stecker mit Erdung. Der Stecker muss an eine korrekt installierte und ordnungsgemäß geerdete Netzsteckdose angeschlossen werden.

GEFAHR! Ein falscher Anschluss des Kabels kann das Risiko eines elektrischen Schlags verursachen.

- Stellen Sie vor dem Anschließen des Geräts an die Stromversorgung sicher, dass die lokale Spannung der Art des Steckers entspricht.
- Verändern Sie den Stecker nicht, wenn er nicht in die Steckdose passt. Beauftragen Sie in diesem Fall einen qualifizierten Elektriker mit der Installation einer anderen Steckdose.

ACHTUNG! Personen, die sich während des Gebrauchs des Geräts in der Nähe aufhalten, sind auf mögliche Gefahren hinzuweisen. Seien Sie besonders vorsichtig in Gegenwart von Kindern.

ACHTUNG! Konsultieren Sie vor Trainingsbeginn einen Arzt, um sicherzustellen, dass Sie keine gesundheitlichen Kontraindikationen für das

Training mit dem Gerät haben. Basierend auf der Meinung eines Spezialisten können Sie Ihren Trainingsplan erstellen. Falsch ausgewähltes Programm oder übermäßige Übungen können gefährlich für Ihre Gesundheit und Ihr Leben sein.

WARNUNG! Herzfrequenz-Überwachungssysteme können ungenau sein. Überanstrengung beim Training kann zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen. Wenn Sie sich schwach fühlen, hören Sie sofort mit dem Training auf.

ACHTUNG! Beachten Sie unbedingt die Hinweise zur Trainingsdurchführung in dieser Anleitung.

- Achten Sie bei der Wahl des Trainingsortes darauf, dass Sie einen Sicherheitsabstand zu möglichen Hindernissen einhalten. Stellen Sie das Gerät nicht in der Nähe von Verkehrswegen (Straßen, Toren, Durchgängen usw.) auf.
- Die Benutzung des Geräts in unmittelbarer Nähe ist untersagt von der Wand. Die Sicherheitszone beträgt 2000 mm und mindestens die Breite des Geräts.

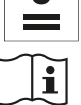
ACHTUNG! Seien Sie bei der Montage des Geräts vorsichtig und lassen Sie keine Kinder in der Nähe. Bei der Montage werden Kleinteile (Muttern, Schrauben usw.) verwendet, die von ihnen verschluckt werden können.

RESTRISIKO

- Wenn der Fallschutz nicht oder nicht richtig angebracht wird, besteht ein Restrisiko, d. h. ein Sturz der Person, der zu Hautabschürfungen, Prellungen, Knochenbrüchen oder im schlimmsten Fall zum Tod führt.
- Es besteht ein Restrisiko einer unbeabsichtigten Überlastung der trainierenden Person durch unsachgemäße Handhabung oder falsche Einschätzung sowie durch fehlerhafte Datenübertragung (aufgrund elektromagnetischer Störungen, Softwarefehler usw.). Selbst die beste Software- und Hardware-Sicherung schließt Software- oder Hardware-Fehler nicht aus und kann theoretisch zu einer Überlastung der trainierenden Person führen.
- Das Produkt ist ein elektrisches Gerät, daher kann ein Stromschlag, der zum Tod führen kann, nicht ausgeschlossen werden.
- Ein Restrisiko des Ersticken kann nicht ausgeschlossen werden.
- Das Risiko kann durch Beachtung der Informationen reduziert werden zur Sicherheit in der Bedienungsanleitung.
- Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass eine unbeabsichtigte oder unzulässige Verwendung andere, nicht berücksichtigte Risiken verursacht, und dass die berücksichtigten Risiken falsch eingeschätzt wurden.

Bei der Risikoanalyse erfolgte die Bewertung auf der Grundlage des „aktuellen Zustands des Geräts“. Die durchgeführte Bewertung und Kontrolle des Produkts zeigt, dass die Wahrscheinlichkeit eines unzulässigen Risikos sehr gering ist. Das Gerät (seine Bauweise, Funktionsweise und Anwendung) birgt unter normalen Bedingungen kein unzumutbares Risiko für die trainierende Person oder Dritte.

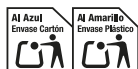
HANDHABUNGSZEICHEN AUF TRANSPORTVERPACKUNGEN

-  Diese Seite nach oben. Nicht umkippen.
-  Vor Stürzen schützen.
-  Verpackung zum Recyceln geeignet.
-  Elektroschrott. Das Altgerät muss einer Recyclingstelle zugeführt werden.
-  Vorsicht, zerbrechlich. Beschädigungsgefahr. Vorsicht.
-  Vor Feuchtigkeit schützen.
-  Achtung schweres Produkt.
-  Lagern maximal in 8 Schichten.
-  Produkt enthält eine Bedienungsanleitung.

DO NOT USE BLADE TO OPEN 
Nicht mit einem Messer öffnen.



Verpackung aus Karton und Kunststoffen.
Bitte entsorgen Sie die Abfälle gemäß den örtlichen Bestimmungen.



Verpackung aus Karton und Kunststoffen. Bitte entsorgen Sie die Abfälle gemäß den örtlichen Bestimmungen.



Verpackung aus Karton.



Die Verpackung wurde unter Berücksichtigung der Umweltverantwortung und des Recyclings hergestellt. Bitte entsorgen Sie die Abfälle gemäß den örtlichen Bestimmungen.

BEDIENUNG

Vergewissern Sie sich vor dem Training, dass das Gerät ordnungsgemäß montiert wurde.

- Machen Sie sich vor dem ersten Training vertraut mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Geräts.
- Das Gerät enthält Elemente, die anfällig sein können für Korrosion. Aus diesem Grund wird nicht empfohlen, es zu belassen in einem feuchten Raum. Achten Sie auch darauf, dass das Gerät (insbesondere seine inneren und elektronischen Komponenten) nicht mit Wasser, Getränken, Schweiß usw. in Berührung kommt.
- Das Gerät ist nur für das Training durch Erwachsene bestimmt und absolut kein Spielzeug für Kinder. Wenn Sie Kindern auf eigene Verantwortung die Nutzung gestatten, weisen Sie diese unbedingt in die korrekte Nutzung ein und beaufsichtigen Sie sie ständig.
- Das Gerät ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
- Während des Betriebs des Geräts können leise Geräusche bei der Trägheitsbewegung der Schwungmasse auftreten, die auf der Art der Konstruktion beruhen. Sie haben keinen Einfluss auf den Betrieb des Geräts.
- Die Geräuschemission unter Last ist höher als ohne Last.
- Überprüfen Sie vor jedem Training die ordnungsgemäße Funktion der Sicherungen sowie der Schraub- und Steckverbindungen.
- Achten Sie beim Training auf dem Gerät auf geeignetes Schuhwerk (Sportschuhe).

WARTUNG

Um maximale Sicherheit bei der Verwendung des Laufbands zu gewährleisten, wird empfohlen, es regelmäßig auf Verschleiß der Elemente zu überprüfen. Dies betrifft die Kontrolle des Anziehens und des Zustands von Muttern, Schrauben, beweglichen Teilen, Hülse usw.

Bewahren Sie das Gerät an einem trockenen und warmen Ort auf. Setzen Sie das Gerät keiner direkten Sonneneinstrahlung aus.

ACHTUNG! Schalten Sie das Laufband vor Beginn der Wartung immer aus und trennen Sie es von der Stromversorgung.

REINIGUNG

Regelmäßige Reinigung des Geräts verlängert seine Lebensdauer und erhält seine hohe Leistungsfähigkeit.

Verwenden Sie zum Reinigen des Laufbands ein weiches, feuchtes Tuch. Dies gilt nicht für elektrische Komponenten, den Motor, interne Teile - lassen Sie kein Wasser in diese Bereiche gelangen. Schützen Sie die Oberfläche des Laufbands (und den darunter liegenden Bereich) vor Wasser.

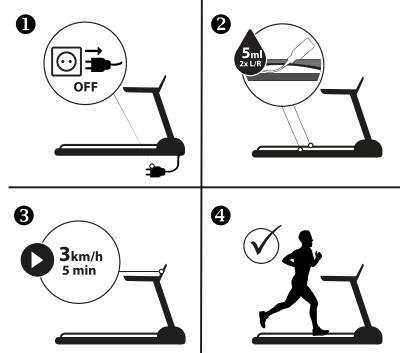
MOTORREINIGUNG

Entfernen Sie mindestens einmal jährlich Staub vom Motor. Schalten Sie dazu zuerst das Laufband aus und entfernen Sie nach ca. 1 Stunde die Motorabdeckung. Verwenden Sie Druckluft oder einen Pinsel, um den angesammelten Staub vorsichtig zu entfernen. Nach dem Wiederanbringen der Motorabdeckung und dem Anschließen an die Stromversorgung können Sie das Laufband starten.

LAUFBANDSCHMIERUNG

Die Häufigkeit der Schmierung des Laufbands hängt von der Intensität seiner Nutzung ab. Wenn das Gerät mehr als 5 Stunden pro Woche läuft, wird eine Schmierung alle 2-3 Monate empfohlen. Bei weniger intensiver Nutzung des Laufbands sollte es einmal alle 7-8 Monate geschmiert werden.

1. Schalten Sie das Laufband aus und trennen Sie es von der Stromversorgung, bevor Sie mit dem Schmieren des Laufbands beginnen. 2. Tragen Sie auf beiden Seiten des Laufbands ca. 5 ml Schmiermittel unter dem Laufband auf. Verwenden Sie es hauptsächlich an Stellen, an denen die Füße beim Laufen mit dem Band in Kontakt kommen. 3. Starten Sie das Laufband mit niedriger Geschwindigkeit (z. B. 3 km/h) und warten Sie, bis sich das Schmiermittel gleichmäßig über die gesamte Länge des Bands verteilt hat.

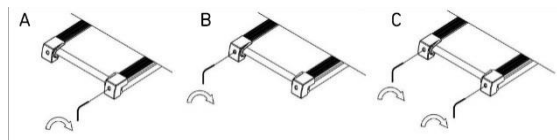


LAUFBANDSPANNUNGSREGELUNG

Das Laufband kann aufgrund ständiger Nutzung des Laufbands eine Spannung erfordern. Das Band muss gespannt werden, wenn es während des Trainings zu rutschen, sich seitlich zu bewegen oder sich zu falten beginnt.

Ein zu locker gespanntes Band kann während des Motorbetriebs anhalten. Stellen Sie das Laufband auf eine ebene Fläche. Starten Sie das Laufband mit einer Geschwindigkeit von ca. 6-8 km/h und beobachten Sie den Grad der Ablenkung des Laufbands.

- Das Band sollte nicht zu stark gespannt werden, da dies zu Fehlfunktionen von Motor, Welle oder Lagern führen kann.
- Ein korrekt gespanntes Band kann an seinen Kanten auf eine Höhe von ca. 5-7,5 cm angehoben werden. Dies ist sehr einfach zu überprüfen - es ist korrekt gespannt, wenn 3 Finger darunter passen.



ERHÖHEN DER BANDSPANNUNG

Im Teilesatz finden Sie einen speziellen Schraubenschlüssel. Setzen Sie ihn in die linke Schraube zur Einstellung des Bands ein, die sich im hinteren Teil des Laufbands befindet. Drehen Sie den Schlüssel um 90 Grad im Uhrzeigersinn (Abbildung C).

Auf diese Weise spannen Sie die hintere Rolle und erhöhen die Spannung des Bands. Wiederholen Sie den Vorgang, indem Sie die Schraube auf der rechten Seite drehen. Achten Sie darauf, die Schrauben gleichmäßig zu drehen. Wiederholen Sie die Vorgänge für beide Schrauben, bis das Band korrekt gespannt ist.

VERRINGERN DER BANDSPANNUNG

Um die Spannung des Bands zu verringern, gehen Sie wie beim Erhöhen vor. Drehen Sie den Schlüssel gegen den Uhrzeigersinn.

ZENTRIEREN DES LAUFBANDS

Aufgrund unterschiedlicher Laufstile (meist größere Belastung auf einem Bein) kann sich das Band seitlich bewegen und nicht zentriert sein. Aus diesem Grund muss das Band von Zeit zu Zeit eingestellt werden.

Das Band sollte sich während des Betriebs des Laufbands von selbst zentrieren. Es muss eingestellt werden, wenn es sich nach rechts oder links bewegt.

Starten Sie das Laufband und stellen Sie eine niedrige Geschwindigkeit ein (z. B. 3 km/h). Überprüfen Sie in welche Richtung sich das Band bewegt.

- Wenn sich das Band nach rechts bewegt, setzen Sie den Schlüssel in die rechte Einstellschraube ein. Drehen Sie den Schlüssel um 90 Grad im Uhrzeigersinn (Abbildung A). Beobachten Sie, ob das Band zentriert wird. Wenn es sich immer noch nach rechts bewegt, drehen Sie die Schraube erneut um 90 Grad.
- Wenn sich das Band nach links bewegt, gehen Sie genauso vor wie im obigen Fall, drehen Sie jedoch die Schraube auf der linken Seite (Abbildung B).

UMWELT

Das Gerät wird in einer Verpackung geliefert, um es vor möglichen Transportschäden zu schützen. Die Verpackungen sind Rohstoffe und können recycelt werden. Entsorgen Sie diese Materialien in den entsprechenden farbigen Behältern zur getrennten Sammlung.



Schützen Sie die Umwelt und werfen Sie gebrauchte Batterien nicht in den Hausmüll. Geben Sie sie am Verkaufsort ab oder bringen Sie sie zu einer getrennten Sammelstelle für Wertstoffe. Elektroaltgeräte (einschließlich Zähler, Netzteil) sind Sekundärrohstoffe - werfen Sie sie nicht in Haushaltsabfallbehälter, da sie Stoffe enthalten können, die gesundheits- und umweltschädlich sind. Bitte helfen Sie aktiv mit,

sparsam die Bewirtschaftung der natürlichen Ressourcen und den Schutz der Umwelt durch Abgabe des Altgeräts an eine Recyclinganlage - Elektroaltgeräte.

MONTAGE

- Der Zusammenbau des Geräts muss von einem Erwachsenen sorgfältig durchgeführt werden. Bitten Sie im Zweifelsfall eine Person mit mehr Erfahrung auf diesem Gebiet um Hilfe.
- Vergewissern Sie sich vor Beginn des Zusammenbaus, dass der Bausatz
- mit dem Gerät alle in der Stückliste aufgeführten Teile enthält und dass keine Teile während des Transports beschädigt worden sind. Sollten Teile fehlen oder sollten Sie Bedenken haben, wenden Sie sich an Ihren
- Wenden Sie sich an Ihren Händler.
- Beachten Sie die Zeichnungen und Erläuterungen und bauen Sie das Gerät in der in der Montageanleitung angegebenen Reihenfolge zusammen.
- Seien Sie beim Zusammenbau vorsichtig. Bei der Benutzung
- Bei der Verwendung von Werkzeugen und Bauteilen besteht Verletzungsgefahr.
- Achten Sie auf eine sichere Umgebung.
- Legen Sie Werkzeuge und Montageteile nicht wahllos aus. Denken Sie daran, dass Plastikfolien und -beutel eine Erstickenungsgefahr für Kinder darstellen.
- Die für den jeweiligen Schritt der Montageanleitung erforderlichen Montageteile sind in den Zeichnungen und Erläuterungen dargestellt. Verwenden Sie die in der Montageanleitung angegebenen Teile.

- Ziehen Sie die Teile in den ersten Phasen der Montage nicht bis zum Anschlag fest. Tun Sie dies erst, nachdem Sie alle Teile angebracht und ihren korrekten Sitz überprüft haben.
- Der Hersteller behält sich das Recht vor, einige Teile vorzumontieren.

ANSCHLUSSDIAGRAMM (→ siehe Seite 3)

ACHTUNG! Es ist verboten, Teile zu verwenden, die nicht vom Hersteller stammen.

LISTE DER TEILE

Die vollständige Teileliste ist nach Kontaktaufnahme mit serwis@zipro.pl oder auf der Website Zipro.store in der Produktbeschreibung verfügbar.

NR	BESCHREIBUNG	MENGE
1	Hauptrahmen	1
18	Linke Basisabdeckung	1
19	Rechte Basisabdeckung	1
47	Inbusschlüssel	1
48	Sicherheitsverriegelung	1
49	Inbusschlüssel 6#	1
51	Silikonöl	1
52	UKreuzgriffy S = 13, 14, 15	1
60	Senkkopf-Zylinderschraube mit Innensechskant M8 * 45	2
61	Senkkopf-Zylinderschraube mit Innensechskant M8 * 16	4
	Blechschaube selbstschneidend und selbstbohrend mit Senkkopf	
69	Kreuzschlitz und Scheibe 4.2*19	15
77	Federring, Standard #8	8
79	Unterlegscheibe, Form C #8	4
92	Gebogener Dichtring #8	4

MONTAGEANLEITUNG (→ Siehe Seite 3)

ACHTUNG! Beachten Sie während der Montage die folgenden Schritte und verwenden Sie die dem Produkt beiliegenden Werkzeuge.

Bereiten Sie ausreichend Freiraum für die Installation des Geräts vor. Aufgrund des hohen Gewichts einiger Elemente wird die Montage zu zweit empfohlen.

INSTRUKTION ZUM ZUSAMMEN- UND AUSEINANDERBAUEN (→ Siehe Seite 6)

ZUSAMMENBAU DES GERÄTS

ACHTUNG! Bevor Sie mit der Montage beginnen, überprüfen Sie sorgfältig, ob alle Schrauben festgezogen sind.

ACHTUNG! Achten Sie beim Zusammenbau auf Ihre Hände und Finger, damit diese nicht eingeklemmt werden.

Heben Sie das Laufband des Geräts in die vertikale Position, bis Sie das Verriegelungsgeräusch des Klappmechanismus hören.

AUSKLAPPEN DES GERÄTS

ACHTUNG! Achten Sie darauf, dass sich beim Absenken des Laufbandes keine dritte Personen in unmittelbarer Nähe befinden und Tiere.

Halten Sie das Laufband fest und lösen Sie mit dem Fuß die Verriegelung des Klappmechanismus (mit Pfeil gekennzeichnet). Senken Sie die Lauffläche bis zur Höhe des Handlaufs des Hauptrahmens ab.

Ab dieser Höhe senkt sich das Band automatisch in Richtung Boden ab.

EINSTELLUNGEN

Gerät ausrichten

Richten Sie das Gerät aus, indem Sie die Nivellierfüße an der vorderen und hinteren Basis abschrauben oder festziehen.

BEDIENUNGSANLEITUNG FÜR DEN COMPUTER

START

Innerhalb von 3 Sekunden nach dem Drücken der Taste **START** beginnt das Gerät mit der Arbeit.

ENERGIESPARFUNKTION

Der Laufbandcomputer wechselt automatisch in den Energiesparmodus, wenn innerhalb von 10 Minuten keine Aktionen ausgeführt werden. Drücken Sie eine beliebige Taste, um das System neu zu starten.

NOT-HALT DES GERÄTS

ACHTUNG! Der Sicherheitsschlüssel muss während jedes Trainings an der Kleidung befestigt werden.

Er sollte nur in Notsituationen verwendet werden und nicht als normaler Stoppknopf.

Ein falsch eingesetzter Sicherheitsschlüssel verhindert das Starten des Laufbandes.

Überprüfen Sie vor der Verwendung des Laufbandes die ordnungsgemäße Funktion des Systems. Entfernen Sie den Sicherheitsschlüssel, indem Sie an der Schnur ziehen. Nach dem Entfernen des Schlüssels stoppt das Laufband mit einer Verzögerung, die von der Arbeitsgeschwindigkeit abhängt, und auch das Hebesystem des Laufbandes wird gestoppt. Das Anhalten wird durch einen kurzen akustischen Alarm signalisiert. Alle Fenster auf dem Bildschirm zeigen „---“ an. Nach dem Wiederanschießen des Sicherheitsschlüssels wird das Gerät zurückgesetzt.

PROGRAMME

Der Computer ist mit 3 Benutzerprogrammen zur manuellen Einstellung, 12 automatischen Programmen im Speicher ausgestattet, 3 Countdown-Modi (Zeit, Kalorien, Distanz) und einer Funktion zur Messung des Körperfetts (Body Fat).

BESCHREIBUNG DER TASTEN

- **START** – dient zum Starten des Laufbandes im manuellen Modus oder eines ausgewählten Programms.

- **STOP** – dient zum Anhalten des laufenden Laufbandes. Nach dem Drücken werden auch die Einstellungen zurückgesetzt. Nach dem Neustart beginnt das Gerät im manuellen Modus zu arbeiten.
- **PROGRAMM** - dient zur Auswahl eines automatischen Trainingsprogramms (P1-P15), eines Benutzerprogramms (U1-U3) oder der Body Fat-Funktion vor dem Starten des Laufbandes.
- **MODUS** - ermöglicht die Auswahl des Countdown-Modus: Zeit, Distanz oder Kalorien
- **GESCHWINDIGKEIT** - Tasten ermöglichen die Einstellung (Erhöhung und Verringerung) der Geschwindigkeit um 0,1 km/h. Die Tasten befinden sich auf der Computerkonsole und an den Handläufen.
- **SCHNELLWAHLTASTEN FÜR DIE GESCHWINDIGKEIT** – ermöglichen die direkte Wahl der Geschwindigkeit(3,6, 9, 12).
- **INCLINE** – Tasten ermöglichen die Regulierung (Erhöhung und Verringerung) des Neigungswinkels des Laufbandes um 1 Stufe während des Trainings. Die Tasten befinden sich auf der Computerkonsole und an den Handläufen.
- **SCHNELLWAHLTASTEN FÜR DEN NEIGUNGSWINKEL** – ermöglichen die direkte Wahl des Neigungswinkels des Laufbandes während des Trainings (3,6,9,12).

FUNKTIONEN (SPEZIFIKATION)

SPEED	Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit an.	0.8 -12 km/h
TIME	Zählt die Gesamtübungszeit vom Beginn bis zum Ende.	00:00-99:59 min
INCLINE	Zeigt den aktuellen Neigungsgrad des Laufbandes an.	0-12 Stufen
KALORIEN	Zählt die Gesamtzahl der verbrannten Kalorien vom Beginn bis zum Ende der Übungen. (Die Messung ist ungefähr, um verschiedene Übungseinheiten zu vergleichen, sie darf nicht zur Behandlung verwendet werden).	0,0-999 kcal
DISTANZ	Zählt die Gesamtstrecke vom Beginn bis zum Ende der Übungen.	0,0-99,9 km
PULS	Zeigt den aktuellen Puls an. ACHTUNG! Pulsmessung nur für Sportzwecke (medizinische Anwendung ausgeschlossen).	50-200 BPM

PULSMESSFUNKTION

Halten Sie nach dem Starten des Laufbandes beide Hände auf die Pulssensoren. Nach 30 Sekunden erscheint der aktuelle Puls auf dem Bildschirm.

Während der Messung zeigt der Computer ein herzförmiges Symbol an.

ACHTUNG! Pulsmessung nur für Sportzwecke (medizinische Anwendung ausgeschlossen).

MANUELLES PROGRAMM

Das manuelle Programm ist der Standardbetriebsmodus des Geräts. Das Laufband beginnt in diesem Modus zu arbeiten, wenn Sie **START**, wenn kein Trainingsprogramm ausgewählt ist.

- Die Standardgeschwindigkeit im manuellen Modus beträgt 0,8 km/h.
- Die Standardeinstellung für den Gurtwinkel ist 0. Die Einstellung der Geschwindigkeit und Neigung des Laufbandes kann mit den Tasten am Computer und an den Handläufen geändert werden.

TRAININGSPROGRAMME

Wählen Sie eines der 12 automatischen Trainingsprogramme, indem Sie die Taste PROGRAMM drücken, bis die entsprechende Nummer auf dem Bildschirm angezeigt wird.

- Wenn das entsprechende Programm angezeigt wird, drücken Sie **MODE**. Sobald das Programm ausgewählt ist, wird der Wert „30:00“ angezeigt und blinkt im Fenster.
- Die Trainingszeit des Programms kann mit den Tasten **SPEED +/-** eingestellt werden.
- Die eingestellte Trainingszeit wird anteilig in 20 Stufen aufgeteilt. Die Tabelle zeigt eine Übersicht über die Stufen und die dazugehörigen Geschwindigkeiten und Steigungswinkel für jedes Trainingsprogramm.
→ **Siehe Seite 117.**
- Um das Programm zu starten, drücken Sie **START**.

BENUTZERPROGRAMME

Der Computer ist mit 3 Benutzerprogrammen zur individuellen Definition ausgestattet: U1, U2, U3.

EINRICHTUNG DES BENUTZERPROGRAMMS

- Drücken Sie im Standby-Modus die Taste **PROGRAMM**, um eines der Benutzerprogramme auszuwählen. Auf dem Bedienfeld werden nacheinander die Nummern der Automatikprogramme und dann die Benutzerprogramme angezeigt.
- - Wenn das gewünschte Programm angezeigt wird, drücken Sie **MODE**, um den ersten Abschnitt des Programms zu bearbeiten.
- Verwenden Sie die Tasten **SPEED +/-**, um die Geschwindigkeit einzustellen.
- Verwenden Sie die Tasten **INCLINE +/-** zur Einstellung des Neigungsgrades des Laufbandes.
- Drücken Sie **MODE**, um die Parametereinstellungen für den ersten Abschnitt zu bestätigen und zum Bearbeiten des nächsten überzugehen.

Die Programme bestehen aus 20 Abschnitten. Wiederholen Sie die obigen Schritte, bis die Parameter aller Abschnitte eingestellt sind.

Die Programme werden im Speicher des Computers gespeichert, bis sie das nächste Mal bearbeitet werden.
Die Daten gehen bei einem Stromausfall nicht verloren.

STARTEN DES BENUTZERPROGRAMMS

- W trybie czuwania, wciskaj przycisk **PROGRAM**, um eines der Benutzerprogramme auszuwählen. Nach der Auswahl wird im Fenster der Wert "30:00" angezeigt und blinkt.
Verwenden Sie die Tasten **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** zum Einstellen der Trainingszeit. Die eingestellte Trainingszeit wird proportional auf 20 Phasen aufgeteilt.
- Um das Programm zu starten, drücken Sie **START**.

COUNTDOWN-MODUS

Wählen Sie einen von 3 Countdown-Modi, indem Sie die Taste drücken **MODE**.

- Verwenden Sie die Tasten, um den Countdown-Wert einzustellen **SPEED +/-** , **INCLINE +/-**.
- Das Starten des Laufbandes und der Countdown beginnen nach dem Drücken der Taste **START**.

COUNTDOWN-PARAMETER:

- ZEIT:** Der anfängliche Countdown-Wert beträgt 30 Minuten.
Der Computer ermöglicht die Einstellung der Zeit im Bereich von 5-99 Minuten (alle 1 Minute).
- KALORIEN:** Der anfängliche Countdown-Wert beträgt 50 kcal.
Der Computer ermöglicht die Einstellung der Kalorien im Bereich von 20-990 kcal (alle 10 kcal).
- DISTANZ:** Der anfängliche Countdown-Wert beträgt 1 km.
Der Computer ermöglicht die Einstellung der Distanz im Bereich von 1,0-99,0 km (alle 1 km).

KÖRPERFETTMESSFUNKTION (BODY FAT)

Drücken Sie die Taste **PROGRAM**, bis auf dem Bildschirm „FAT“ angezeigt wird.
Benutzen Sie **MODE**, um die Parameter einzugeben:

- F1 - Geschlecht (gender) – 01 Mann / 02 Frau
- F2 - Alter (age) – Werte 10-99
- F3 - Größe (height) – Werte 100-220 cm
- F4 – Gewicht (weight) – Werte 20-130 kg

Benutzen Sie die Tasten **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** um die Parameterwerte einzustellen.

Nachdem Sie die Parameter ausgewählt haben, erscheint F5 auf dem Display.
Legen Sie beide Hände auf die Pulssensoren. Nach 5-6 Sekunden zeigt der Computer die FAT-Informationen an. FAT dient zur Messung des Verhältnisses zwischen Größe und Gewicht, nicht der Körperproportionen.

Das richtige Ergebnis sollte zwischen 19-26. Ein Wert unter 19 bedeutet Untergewicht, 27-30 - Übergewicht und über 30 - Fettleibigkeit.

ACHTUNG! Die erhaltenen Ergebnisse dürfen unter keinen Umständen als Grundlage für die Behandlung dienen oder für medizinische Zwecke berücksichtigt werden.

TRAINING UND ÜBUNGSPHASEN

Die Verwendung des Geräts bietet Ihnen viele Vorteile. Vor allem verbessert es Ihre Kondition, stärkt Ihre Muskeln und in Kombination mit der richtigen Ernährung können Sie unnötiges Fettgewebe verbrennen.

1. AUFWÄRMEN

Dies ist eine Phase, die die Durchblutung im ganzen Körper verbessert und die Muskeln auf erhöhte Anstrengung vorbereitet. Es reduziert auch das Risiko von Krämpfen und Verletzungen. Es ist ratsam, einige Dehnübungen wie unten gezeigt durchzuführen.

Wenn Sie Schmerzen verspüren, hören Sie auf zu trainieren oder reduzieren Sie den Umfang der Bewegung.

DEHNUNG DER INNEREN OBERSCHENKELMUSKULATUR

Setzen Sie sich mit gebeugten Beinen und nach außen gerichteten Knien auf eine ebene Fläche. Legen Sie die Fußsohlen zusammen und bringen Sie sie so nah wie möglich zusammen. Drücken Sie die Knie vorsichtig in Richtung Boden und halten Sie diese Position 15 Sekunden lang.

OBERSCHENKELDEHNUNG

Setzen Sie sich auf eine ebene Fläche. Strecken Sie das rechte Bein und legen Sie die Sohle des linken Fußes an den rechten Oberschenkel. Strecken Sie den rechten Arm so weit wie möglich in Richtung der Zehen des rechten Beins. Halten Sie 15 Sekunden lang. Wiederholen Sie den Vorgang mit dem linken Bein.

KOPFDREHUNGEN

Halten Sie den Kopf gerade und schauen Sie nach vorne. Ohne die Schultern zu bewegen, drehen Sie es nach rechts und strecken Sie es, dann drehen Sie es nach links und strecken Sie es.

ARMHEBEN

Heben Sie den linken Arm so hoch wie möglich und halten Sie ihn einige Sekunden lang. Wiederholen Sie den Vorgang mit dem rechten Arm.

ACHILLESSEHNENDEHNUNG

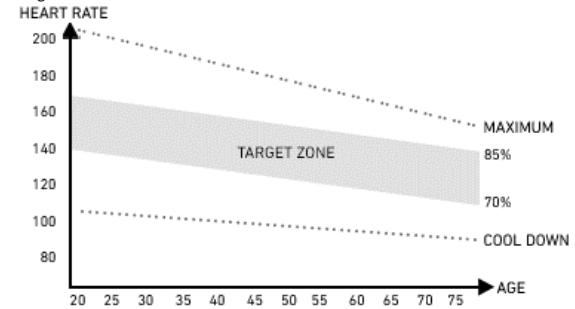
Stellen Sie sich mit dem Gesicht zur Wand, schieben Sie das linke Bein nach vorne und beugen Sie es leicht im Knie. Halten Sie das rechte Bein hinten gestreckt, mit der Ferse flach auf dem Boden. Halten Sie beide Fersen flach auf dem Boden und drücken Sie die Hüften in Richtung Wand. Halten Sie diese Position 30 Sekunden lang. Wiederholen Sie den Vorgang mit dem rechten Bein nach vorne. Achten Sie darauf, Ihren Rücken während der Übung nicht zu krümmen.

BEUGEN

Stellen Sie sich mit zusammenstehenden Füßen hin. Beugen Sie sich nach vorne und versuchen Sie, die Brust so nah wie möglich an die Knie zu bringen. Halten Sie diese Position 15 Sekunden lang. Achten Sie darauf, die Knie nicht zu beugen.

2. ÜBUNGSPHASE

Dies ist die eigentliche Trainingsphase. Trainieren Sie in Ihrem eigenen Tempo, um eine Ihrem Alter entsprechende Herzfrequenz zu erreichen, wie in der Grafik dargestellt.



3. ENTSPANNUNGSPHASE

Diese Phase hilft, den Kreislauf zu beruhigen und die Muskeln zu entspannen. Es ist eine Wiederholung der Aufwärmübungen. Es ist wichtig, daran zu denken, die Muskeln nicht zu überanstrengen.

MÖGLICHE SCHÄDEN UND REPARATURTECHNIKEN

UWAGA! Das Öffnen des Gerätegehäuses ohne vorherige Kontaktaufnahme mit dem Kundendienst des Herstellers führt zum Verlust der Garantie.

Wenn Sie den Verdacht haben, dass ein Defekt vorliegt, der das Öffnen des Gehäuses erforderlich macht, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst des Herstellers.

FEHLERBESCHREIBUNG	MÖGLICHE URSACHEN	PROBLEMLÖSUNG
----- Problem mit dem Sicherheitsschlüssel	Der Sicherheitsschlüssel ist nicht angeschlossen. Der Computer ist defekt.	Schließen Sie den Sicherheitsschlüssel korrekt an. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E01 Computer funktioniert nicht	Der Computer ist falsch angeschlossen. Das Verbindungskabel ist gebrochen oder abgenutzt	Überprüfen Sie, ob die Computerverkabelung korrekt ist. Überprüfen Sie die Steckverbindungen. Wenn diese korrekt sind und das Problem weiterhin besteht, wenden Sie sich an den Kundensupport des Herstellers.
	Der Computer ist defekt	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Die Verbindung zwischen der Steuerplatine und dem Computer ist blockiert	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E02 Motor funktioniert nicht	Falsche Versorgungsspannung	Stellen Sie sicher, dass die Spannung korrekt ist. Wenn das Problem weiterhin besteht, wenden Sie sich an den Kundensupport des Herstellers.
	Fehlerhafte Verbindung des Motorkabels	Trennen Sie das Kabel und schließen Sie es wieder an. Wenn das Problem weiterhin besteht, wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Beschädigtes Steuergerät	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E03 Der Computer hat 15 Sekunden lang kein Signal vom Geschwindigkeitssensor erkannt	Falscher Anschluss des Sensors Sensorstecker falsch angeschlossen	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers. Überprüfen Sie die Steckverbindungen. Wenn diese korrekt sind und das Problem weiterhin besteht, wenden Sie sich an den Kundensupport des Herstellers.
	Beschädigter Sensor	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E05 Überlastungsfehler	Motorausfall	Prüfen Sie, ob der Motor durchgebrannt ist. Wenn nicht, trennen Sie das Laufband vom

		Stromnetz und schließen Sie es dann wieder an. Wenn das Problem weiterhin besteht, wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Der Nennstrom im Controller ist zu niedrig.	Tauschen Sie den Controller aus. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Der Strom liegt über dem Nennwert	Stellen Sie sicher, dass das Gewicht des Benutzers den Maximalwert für dieses Gerät nicht überschreitet.
E06 Fehler beim Selbsttest des Controllers		Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E07 Keine Anzeige	Sicherheitschlüssel nicht eingesteckt	Stecken Sie den Sicherheitschlüssel ein.
E08 EEPROM-Controller-Fehler	Der Controller ist defekt.	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
Gerät funktioniert nicht	Keine Stromversorgung	Schließen Sie das Gerät an den Strom an.
	Sicherheitschlüssel nicht eingesteckt	Stecken Sie den Sicherheitschlüssel ein.
	Kurzschluss	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Der EIN/AUS-Schalter ist nicht eingeschaltet	Schalten Sie das Gerät ein.
Das Laufband läuft nicht reibungslos	Das Laufband ist nicht ausreichend geschmiert	Schmieren Sie das Laufband gemäß den Anweisungen in der Bedienungsanleitung.
	Das Laufband ist zu stark gespannt	Passen Sie die Position des Laufbands an und richten Sie sie gemäß den Anweisungen in der Bedienungsanleitung aus.
Das Laufband ist schief	Das Laufband ist zu schwach gespannt	Passen Sie die Position des Laufbands an und richten Sie sie gemäß den Anweisungen in der Bedienungsanleitung aus.
	Der Antriebsriemen ist zu schwach gespannt	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.

GARANTIE

Der Verkäufer gewährt im Namen des Garantiegebers eine Garantie auf dem Gebiet der Bundesrepublik Deutschland für einen Zeitraum von 24 Monaten ab Verkaufsdatum. Die Garantie für die verkaufte Ware schließt die Rechte des Käufers aus dem Bürgerlichen Gesetzbuch nicht aus, beschränkt oder suspendiert sie nicht.

Die Garantiekarte befindet sich auf der letzten Seite.

GARANTIEBEDINGUNGEN

- Reklamationen und Garantien unterliegen ausschließlich versteckten Mängeln, die durch Verschulden des Herstellers entstanden sind.
- Die Garantie wird vom Geschäft oder Servicecenter nach Vorlage durch den Kunden anerkannt:
 - einer gültigen, leserlich und korrekt ausgefüllten Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers,
 - eines gültigen Kaufbelegs des Geräts mit Verkaufsdatum,
 - der reklamierten Ware oder des defekten Teils.
 Bei einem Fernabsatz ist die Garantiekarte nur auf der Grundlage des Kaufbelegs (Quittung / Rechnung) gültig.
- Die Reklamation wird innerhalb von 14 Tagen ab dem Zeitpunkt der Meldung des Mangels durch den Kunden bearbeitet.
- Fabrikationsfehler und Schäden, die während der Garantiezeit auftreten, werden innerhalb von höchstens 21 Tagen ab dem Datum der Lieferung der Ware an das Geschäft oder Servicecenter kostenlos repariert.
- Wenn es notwendig ist, Teile aus dem Import zu beschaffen, kann sich der Zeitraum für die Durchführung der Garantiereparatur um die für die Beschaffung erforderliche Zeit verlängern, jedoch nicht länger als um 40 Tage.
- Von der Garantie ausgeschlossen sind:
 - mechanische Beschädigungen und dadurch verursachte Mängel, Beschädigungen und Mängel, die durch unsachgemäße bestimmungswidrige Verwendung und Lagerung, unsachgemäße Montage und Wartung entstanden sind,
 - Beschädigung und Verschleiß von Verschleißteilen wie: Seile, Riemen, Gummiteile, Pedale, Schaumstoffgriffe, Räder, Lager, Polsterung.
 - Tätigkeiten im Zusammenhang mit Montage, Wartung, die der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung auf eigene Kosten durchzuführen hat.
- Die Garantie gilt nicht in folgenden Fällen:
 - Ablauf der Gültigkeitsdauer,
 - Durchführung selbstständiger Reparaturen und Modifikationen durch den Kunden unter Verwendung von nicht originalen Teilen,
 - wenn der entstandene Mangel auf einer fehlerhaften Installation oder auf der Nichteinhaltung der in der Bedienungsanleitung beschriebenen Regeln für den ordnungsgemäßen Betrieb beruht, anderweitige Nutzung als die häusliche Nutzung,
 - Transportschäden.
- Duplikate der Garantiekarte werden nicht ausgestellt.
- Im Rahmen der Garantie hat der Kunde das Recht, folgende Arten von kostenloser Entschädigung zu verlangen:
 - Reparatur des Produkts,
 - Austausch des Produkts,
 - Preisminderung,
 - Auflösung des Vertrags und vollständige Rückerstattung der entstandenen Kosten.
- Um eine Reklamation einzureichen, ist Folgendes erforderlich:
 - Das Produkt oder das Teil davon, auf das sich die Garantie bezieht, vorlegen.
 - Kaufbeleg mit Angabe des Namens und der Adresse des Verkäufers, des Kaufdatums und -orts, der Art des Produkts oder eine gültige Garantiekarte mit dem Stempel des Geschäfts.
 - Im Falle der Lieferung eines verschmutzten Produkts kann der Service dessen Annahme verweigern oder die Reinigung auf Kosten des Kunden mit dessen schriftlicher Zustimmung durchführen.
- Im Falle einer positiven Bearbeitung der Reklamation wird das Gerät repariert oder durch ein neues ersetzt oder dem Kunden wird das Geld zurückerstattet. Die Kosten für den Transport der Ware zum Kunden trägt der Herstellerservice.
- Im Falle der Ablehnung der Garantiereklamation erhält der Kunde eine detaillierte Begründung der getroffenen Entscheidung, und innerhalb von 14 Tagen ab dem Zeitpunkt der Mitteilung der Entscheidung wird das Gerät auf Kosten des Kunden an den Kunden zurückgesandt.

RU Руководство пользователя

Пользователь,
Пожалуйста, ознакомьтесь со следующими инструкциями перед началом сборки и первым использованием устройства. Данное руководство содержит важную информацию о безопасности использования и техническом обслуживании оборудования. Сохраните его для получения информации об обслуживании или заказе запасных частей.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ

Источник питания	220В
Максимальная мощность	900 Вт
Вес	51 кг
Рабочая температура	0°C до +40°C
Температура хранения	-10°C до +60°C
Максимальный вес пользователя	120 кг
Класс применения	Класс Н
Класс точности	Класс С
Скорость	0.8 -12 км/ч
Наклон	12 уровней
Стандарт продукции (основной)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Назначение	Электрическая беговая дорожка для домашнего использования

БЕЗОПАСНОСТЬ

ВНИМАНИЕ! Устройство можно использовать только по назначению, то есть для тренировок взрослыми. Любое другое использование устройства может быть опасным. Производитель не несет ответственности за ущерб, причиненный неправильным использованием устройства.

- Устройство было спроектировано и сконструировано на основе новейших знаний в области безопасности. Опасные элементы, которые потенциально могут представлять опасность получения травм, были устранены или относительно защищены.
- Не допускается ремонт и модификации своими руками.
- Раз в один-два месяца проверяйте правильность затяжки винтов, шурупов и гаек.
- Для обеспечения постоянной безопасности регулярно (то есть один раз в год) проверяйте и обслуживайте оборудование в специализированном торговом центре.
- Все изменения на устройстве, которые не были описаны в данной инструкции, могут привести к повреждению или непосредственно угрожать здоровью и жизни тренирующегося. Изменения на устройстве могут вноситься только сотрудниками сервисной службы производителя или лицами, обученными ими в этой области.
- Все устройства подвергаются постоянным инновационным действиям для обеспечения высокого качества. По этой причине производитель оставляет за собой право вносить технические изменения.
- Любые вопросы или сомнения, связанные с оборудованием, направляйте в специализированный торговый центр.

ВНИМАНИЕ! Соблюдайте правила общих положений и мер безопасности, действующих при обращении с электрическими устройствами.

- Устройство питается от сети напряжением 220В.**
- Все электрические устройства во время работы излучают электромагнитное излучение. Если рядом с электронной системой управления или кабиной находятся другие устройства, излучающие такое излучение (например, мобильные телефоны), то некоторые значения (например, пульс) могут быть искажены.
- ВНИМАНИЕ!** Никогда не вносите самостоятельно никаких изменений в электрическую сеть. Такие изменения поручайте специалистам.
- ВНИМАНИЕ!** Помните, что перед началом любого ремонта, обслуживания или чистки оборудования необходимо вынуть вилку питания из розетки.
- Не используйте удлинители для подключения устройства.
- Если вы не собираетесь пользоваться оборудованием в течение длительного времени, выньте вилку питания из розетки.
- Обратите внимание на то, чтобы электрический провод не был прижат и его расположение не создавало риска споткнуться о него.

ЗАЗЕМЛЕНИЕ

Заземление защищает от риска поражения электрическим током. Устройство имеет провод и вилку с заземлением. Вилка должна быть подключена к правильно установленной и надлежащим образом заземленной розетке.

ОПАСНОСТЬ! Неправильное подключение провода может привести к риску поражения электрическим током.

- Перед подключением устройства к источнику питания убедитесь, что местное напряжение соответствует типу вилки.
- Не модифицируйте вилку, если она не подходит к розетке. В этом случае поручите установку другой розетки квалифицированному электрику.

ВНИМАНИЕ! Людей, находящихся поблизости во время использования оборудования, следует предупредить о возможных опасностях. Соблюдайте особую осторожность в присутствии детей.

ВНИМАНИЕ! Перед началом упражнений проконсультируйтесь с врачом чтобы убедиться, что у вас нет никаких медицинских противопоказаний к тренировкам на устройстве. На основании мнения специалиста вы можете разработать свой план тренировок. Неправильно подобранная программа или чрезмерные упражнения могут быть опасны для вашего здоровья и жизни.

ВНИМАНИЕ! Системы мониторинга сердечного ритма могут быть неточными. Переутомление во время упражнений может привести к серьезным травмам или смерти. Если вы чувствуете слабость, немедленно прекратите тренировку.

ВНИМАНИЕ! Неукоснительно соблюдайте указания по проведению тренировки, содержащиеся в настоящей инструкции.

- Выбирая место для проведения тренировки, учитывайте обеспечение безопасного расстояния от возможных препятствий. Не устанавливайте оборудование вблизи путей сообщения (дорог, ворот, переходов и т.п.).
- Запрещается использование оборудования на близком расстоянии от стены. Зона безопасности составляет 2000 мм и как минимум такой ширины, как устройство.

ВНИМАНИЕ! Во время сборки устройства соблюдайте осторожность и не позволяйте детям находиться поблизости. Во время сборки используются мелкие детали (гайки, винты и т.п.), которые могут быть проглочены.

ОСТАТОЧНЫЙ РИСК

- В ситуации, когда защита от падения не будет применена или будет применена, но неправильно, существует остаточный риск, то есть падение человека, вызывающее ссадины кожи, синяки, переломы или, в худшем случае, смерть.
- Существует остаточный риск непреднамеренной перегрузки тренирующегося, вызванной неправильным использованием или неправильной оценкой, а также неправильной передачей данных (из-за электромагнитных помех, ошибки программного обеспечения и т.п.). Даже лучшая защита программного обеспечения и оборудования не исключает ошибки программного обеспечения или оборудования и может теоретически вызвать перегрузку тренирующегося.
- Продукт является электрическим устройством, поэтому нельзя исключить поражение электрическим током, которое может привести к смерти.
- Нельзя исключить риск остаточного удушья.
- Риск можно ограничить, следуя информации о безопасности, содержащейся в инструкции по эксплуатации.
- Нельзя исключить, что непреднамеренное или неразрешенное использование вызовет другие, неучтенные риски, а учтенный риск был оценен неправильно.

В анализе риска оценка была произведена на основе «состояния текущего устройства». Из проведенной оценки и контроля продукта следует, что вероятность возникновения недопустимого риска очень низкая. Устройство (его конструкция, способ действия и применение) не вызывает — в нормальных условиях — необоснованного риска для тренирующегося или третьих лиц.

МАНИПУЛЯЦИОННЫЕ ЗНАКИ НА ТРАНСПОРТНОЙ УПАКОВКЕ



Этой стороной вверх. Не переворачивать.



Беречь от падения.



Упаковка, пригодная для переработки.



Электроотходы. Необходима сдача использованного оборудования в пункт переработки.



Осторожно, хрупкое. Возможно повреждение. Соблюдать осторожность.



Беречь от влаги.



Внимание, тяжелый продукт.



Склаживать максимально в 8 слоев.

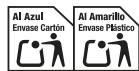


Продукт содержит инструкцию по эксплуатации.



Упаковка изготовлена из картона и пластмасс.

Просим сортировать отходы в соответствии с местными правилами.



Упаковка изготовлена из картона и пластмасс. Просим сортировать отходы в соответствии с местными правилами.



Упаковка изготовлена из картона.



Упаковка была произведена с учетом ответственности за окружающую среду и переработку. Просим сортировать отходы в соответствии с местными правилами.

ОБСЛУЖИВАНИЕ

Перед началом тренировки убедитесь, что устройство правильно собрано.

- Перед началом первой тренировки ознакомьтесь со всеми функциями и возможностями регулировки устройства.
- Устройство имеет элементы, которые могут быть подвержены коррозии. По этой причине не рекомендуется, чтобы оно оставалось во влажном помещении. Также следует следить за тем, чтобы оборудование (особенно его внутренние и электронные компоненты) не подвергалось контакту с водой, напитками, потом и т.п.
- Устройство предназначено только для тренировок только для взрослых и абсолютно не является игрушкой для детей. Если вы берете на себя ответственность разрешить детям пользоваться им, обязательно проинструктируйте их о правильном использовании и постоянно следите за ними.
- Оборудование не подходит для терапевтических целей.
- Во время работы устройства могут возникать тихие шумы при инерционном движении маховика, которые обусловлены типом конструкции. Они не оказывают никакого влияния на работу оборудования.
- Уровень шума при нагрузке выше, чем без нагрузки.
- Перед началом каждой тренировки проверяйте правильность креплений, винтовых и штекерных соединений.
- Во время тренировки на устройстве не забывайте о подходящей обуви (спортивной обуви).

ОБСЛУЖИВАНИЕ

В целях обеспечения максимальной безопасности использования беговой дорожки рекомендуется регулярно проверять ее на предмет износа элементов. Это относится к проверке затяжки и состояния гаек, винтов, подвижных частей, втулок и т.п.

Храните устройство в сухом и теплом месте. Не подвергайте устройство воздействию солнечных лучей.

ВНИМАНИЕ! Перед началом обслуживания всегда выключайте беговую дорожку и отключайте ее от питания.

ЧИСТКА

Регулярная чистка устройства продлит срок его службы и сохранит его высокую эффективность.

Для чистки беговой дорожки используйте мягкую влажную ткань. Это не относится к электрическим компонентам, двигателю, внутренним частям - не допускайте попадания воды в эти места. Защищайте поверхность бегового полотна (и пространство под ним) от воздействия воды.

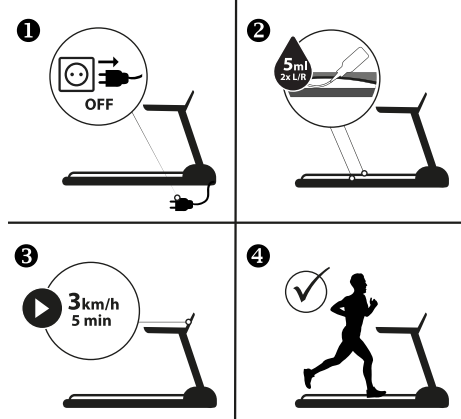
ЧИСТКА ДВИГАТЕЛЯ

По крайней мере, раз в год удаляйте пыль с двигателя. Для этого сначала выключите беговую дорожку из розетки и, подождя около 1 часа, снимите крышку двигателя. Используя сжатый воздух или кисть, осторожно удалите скопившуюся пыль. После повторной установки крышки двигателя и подключения к источнику питания можно запустить беговую дорожку.

СМАЗКА БЕГОВОЙ ДОРОЖКИ

Частота смазки беговой дорожки зависит от интенсивности ее использования. Если устройство работает более 5 часов в неделю, рекомендуется смазывать ее каждые 2-3 месяца. В случае менее интенсивного использования беговой дорожки смазывать ее следует один раз в 7-8 месяцев.

1. Перед смазкой бегового полотна выключите беговую дорожку и отсоедините ее от источника питания. 2. Нанесите смазку под беговое полотно с обеих сторон примерно по 5 мл. Больше всего используйте ее в местах, где ступни контактируют с полотном во время бега. 3. Запустите беговую дорожку на низкой скорости (например, 3 км/ч) и подождите, пока смазка равномерно распределится по всей длине полотна.



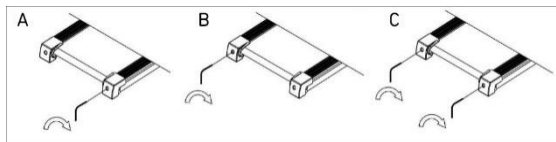
РЕГУЛИРОВКА НАТЯЖЕНИЯ ПОЛОТНА

Беговое полотно в результате постоянного использования беговой дорожки может потребовать натяжения. Полотно требует натяжения, когда во время тренировки оно начинает скользить, перемещаться в стороны или подворачиваться.

Слишком слабо натянутое полотно может остановиться во время работы двигателя.

Поместите беговую дорожку на плоскую поверхность. Запустите беговую дорожку со скоростью около 6-8 км/ч, наблюдайте за степенью отклонения бегового полотна.

- Не следует натягивать полотно слишком сильно, так как это может привести к поломкам, в том числе двигателя, вала или подшипников.
- Правильно натянутое полотно можно поднять на его краях на высоту около 5-7,5 см. Очень легко это проверить - правильно натянут, когда под ним помещаются 3 пальца.



УВЕЛИЧЕНИЕ НАТЯЖЕНИЯ ПОЛОТНА

В комплекте деталей вы найдете специальный ключ. Поместите его в левый винт регулировки полотна, расположенный в задней части беговой дорожки. Поверните ключ по часовой стрелке на 90 градусов (рисунок С). Таким образом вы натянете задний ролик и увеличите натяжение полотна. Повторите действие, повернув винт с правой стороны. Обратите внимание на то, чтобы винты поворачивались одинаково.

Повторяйте действия для обоих винтов до тех пор, пока полотно не будет правильно натянуто.

УМЕНЬШЕНИЕ НАТЯЖЕНИЯ ПОЛОТНА

Чтобы уменьшить натяжение полотна, действуйте так же, как и при его увеличении. Ключ поворачивайте в направлении, противоположном движению часовой стрелки.

ВЫРАВНИВАНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Вследствие разного стиля бега (чаще всего большей нагрузки, переносимой на одну ногу) полотно может смещаться в стороны и не быть выровненным. По этой причине полотно может требовать время от времени регулировки. Полотно само по себе должно выровняться во время работы беговой дорожки. Оно требует регулировки в случае, когда смещается в направлении правой или левой стороны.

Запустите беговую дорожку и установите ее низкую скорость (например, 3 км/ч). Проверьте в каком направлении смещается полотно.

- Если полотно смещается в правую сторону, поместите ключ в правый винт регулировки. Поверните ключ на 90 градусов по часовой стрелке (рисунок А). Наблюдайте, выровняется ли полотно. Если оно все еще смещается вправо, снова поверните винт на 90 градусов.
- Если полотно смещается влево, действуйте так же, как в случае выше, но поворачивайте винт, расположенный с левой стороны (рисунок В).

ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА

Устройство поставляется в упаковке для защиты от возможных повреждений во время транспортировки. Упаковка является необработанным сырьем и может быть переработана. Выбрасывайте эти материалы в соответствующие цветные контейнеры, предназначенные для селективного сбора.



Защищайте окружающую среду и не выбрасывайте использованные батарейки в бытовой мусор. Сдавайте их в месте покупки или передавайте в выделенный пункт хранения вторичного сырья. Использованное электрическое устройство (включая счетчик, блок питания) является вторичным сырьем - не выбрасывайте его в контейнеры для бытовых отходов, так как оно может содержать вещества, опасные для здоровья и окружающей среды. Просим вас активно помогать в экономном рациональном использовании природных ресурсов и защите окружающей среды путем

сдачи использованного прибора в пункт утилизации - отработанных электроприборов.

МОНТАЖ

Сборка прибора должна выполняться взрослым человеком. Если вы сомневаетесь, обратитесь за помощью к человеку с большим опытом в этой области.

- Перед началом сборки убедитесь, что в комплекте с прибором содержит все элементы, указанные в списке деталей, и что никакие детали не были повреждены при транспортировке. Если какие-либо детали отсутствуют или если у вас есть какие-либо сомнения, обратитесь к вашему дилеру.

- Обратитесь к рисункам и пояснениям и выполните сборку в последовательности, указанной в инструкции по сборке.

- Соблюдайте осторожность во время сборки. При использовании При использовании инструментов и компонентов существует риск получения травмы.

- Не забывайте поддерживать безопасную обстановку.

- Не раскладывайте бессистемно инструменты и компоненты для сборки.

Помните, что пластиковые пленки и пакеты представляют опасность удушья для детей.

- Детали, необходимые для выполнения соответствующего этапа инструкции по сборке, показаны на рисунках и пояснениях. Используйте компоненты, указанные в инструкции по сборке.

- На первых этапах сборки не затягивайте детали до упора. Делайте это после того, как установите все детали и убедитесь в их правильной посадке.

- Производитель оставляет за собой право на предварительную сборку некоторых деталей.

Схема монтажа (→ См. стр. 3)

ВНИМАНИЕ! Запрещается использовать детали, полученные не от производителя.

СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

Полный список запчастей доступен по запросу на serwis@zipro.pl или на сайте Zipro.store в описании товара.

NR	ОПИСАНИЕ	КОЛИЧЕСТВО
1	Основная рама	1
18	Левая крышка основания	1
19	Правая крышка основания	1
47	Шестигранный ключ	1
48	Блокировка безопасности	1
49	Шестигранный ключ 6#	1
51	Силиконовое масло	1
52	Укрестовина S = 13, 14, 15	1
60	Винт с плоской цилиндрической головкой и шестигранным углублением M8 * 45	2
61	Винт с плоской цилиндрической головкой и шестигранным углублением M8 * 16	4
	Саморез самонарезающий и самосверлящий с потайной крестообразной головкой и шайбой 4.2*19	15
69	Пружинная шайба стандартная #8	8
79	Плоская шайба класса C #8	4
92	Изогнутая шайба #8	4

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ (→ См. страницу 3)

ВНИМАНИЕ! Во время сборки соблюдайте следующие шаги и используйте инструменты, прилагаемые к продукту.

Подготовьте достаточно свободного места для сборки устройства. В связи с большим весом некоторых элементов рекомендуется сборка в два человека.

ИНСТРУКЦИЯ СБОРКИ И РАЗБОРКИ (→ См. страницу 6)

СБОРКА УСТРОЙСТВА

ВНИМАНИЕ! Перед началом сборки убедитесь, что все винты затянуты.

ВНИМАНИЕ! Во время сборки будьте осторожны со своими руками и пальцами, чтобы их не защемило.

Поднимите беговую дорожку устройства в вертикальное положение до тех пор, пока не услышите звук блокировки механизма складывания.

РАЗБОРКА УСТРОЙСТВА

ВНИМАНИЕ! Убедитесь, что при опускании бегового полотна в непосредственной близости нет посторонних лиц и животных.

Удерживая беговое полотно, ногой освободите фиксатор механизма складывания (указан стрелкой). Опустите платформу до высоты поручней главной рамы.

С этой высоты полотно будет самопроизвольно опускаться к полу.

РЕГУЛИРОВКИ

Выравнивание устройства

Выверните устройство, откручивая или закручивая регулировочные ножки, расположенные на переднем и заднем основании.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ КОМПЬЮТЕРА

НАЧАЛО РАБОТЫ

В течение 3 секунд после нажатия кнопки **START** устройство начнет работать.

ФУНКЦИЯ ЭНЕРГОСБЕРЕЖЕНИЯ

Компьютер беговой дорожки автоматически перейдет в режим энергосбережения, если в течение 10 минут не будет никаких действий. Нажмите любую клавишу, чтобы возобновить работу системы.

АВАРИЙНАЯ ОСТАНОВКА УСТРОЙСТВА

ВНИМАНИЕ! Ключ безопасности следует прикреплять к одежде во время каждой тренировки.

Его следует использовать только в аварийных ситуациях, не следует использовать его в качестве обычной кнопки остановки.

Неправильно установленный ключ безопасности не позволяет запустить беговую дорожку.

Перед использованием беговой дорожки проверьте правильность работы системы. Извлеките ключ безопасности, потянув за шнурок. После извлечения ключа беговая дорожка остановится с задержкой, зависящей от скорости работы, будет также остановлена система подъема бегового полотна. Остановка будет сигнализирована коротким звуковым сигналом. Все окна на экране отобразят «---».

После повторного подключения ключа безопасности устройство будет перезагружено.

ПРОГРАММЫ

Компьютер оснащен 3 пользовательскими программами для ручной настройки, 12 автоматическими программами, сохраненными в памяти, 3 режима отсчета (времени, калорий, расстояния) и функцию измерения жировой ткани (Body Fat).

ОПИСАНИЕ КНОПОК

- **START** - используется для запуска беговой дорожки в ручном режиме или выбранной программы.
- **STOP** - используется для остановки работающей беговой дорожки. После нажатия также произойдет сброс настроек. После повторного запуска устройство начнет работу в ручном режиме.
- **ПРОГРАММА** - используется для выбора программы тренировки автоматической (P1-P12), пользовательской программы (U1-U3) или функции Body Fat перед запуском беговой дорожки.
- **MODE** - позволяет выбрать режим отсчета: времени, расстояния или калорий
- **SPEED** - кнопки позволяют регулировать (увеличение и уменьшение) скорости на 0,1 км/ч. Кнопки расположены на консоли компьютера и на поручнях.
- **КНОПКИ ВЫБОРА БЫСТРОЙ СКОРОСТИ** - позволяют напрямую выбирать скорость (3,6, 9, 12).
- **НАКЛОН** - кнопки позволяют регулировать (увеличивать и уменьшать) угол наклона бегового пояса с шагом в 1 уровень во время тренировки. Кнопки расположены на компьютерной консоли и на поручнях.
- **КНОПКИ ВЫБОРА УГЛА БЫСТРОГО НАКЛОНА** - позволяют непосредственно выбирать угол наклона бегового пояса во время тренировки (3,6,9,12).

ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

SPEED	Отображает текущую скорость.	0.8 -12 km/h
TIME	Подсчитывает общее время тренировки от начала до конца.	00:00-99:59 min
НАКЛОН	Отображает текущий уровень наклона бегового ремня.	0-12 уровня
CALORIES	Подсчитывает общее количество сожженных калорий от начала до конца тренировки.	0,0-999 kcal
DISTANCE	(Измерение является приблизительным для сравнения различных тренировок и не может быть использовано для лечения).	0,0-99,9 km
PULSE	Подсчитывает общее расстояние от начала до конца тренировки.	50-200 BPM

ФУНКЦИЯ ИЗМЕРЕНИЯ ЧАСТОТЫ ПУЛЬСА

После запуска бегового полотна возьмитесь обеими руками за датчики пульса. Через 30 секунд на экране появится текущий пульс.

По мере измерения на экране компьютера будет отображаться значок в виде сердца.

ПРИМЕЧАНИЕ: Измерение пульса предназначено только для спортивных целей (медицинское использование исключено).

РУЧНАЯ ПРОГРАММА

Ручной режим является режимом работы устройства по умолчанию. Беговая дорожка начинает работать в этом режиме после нажатия START, если не выбрана программа тренировки.

- Скорость по умолчанию в ручном режиме составляет 0,8 км/ч.
- Уровень угла наклона ремня по умолчанию равен 0.
- Изменить скорость и угол наклона бегового ремня можно с помощью кнопок на компьютере и поручнях.

ПРОГРАММЫ ТРЕНИРОВКИ

Выберите одну из 15 автоматических тренировочных программ, нажимая кнопку ПРОГРАММА, пока на экране не появится соответствующий номер.

- Когда на экране появится нужная программа, нажмите MODE. После выбора в окне будет отображаться и мигать значение «30:00».
- Время тренировки программы можно установить с помощью кнопок SPEED +/-.
- Установленное время тренировки пропорционально делится на 20 этапов. В таблице приведены этапы и соответствующая скорость и угол наклона для каждой программы тренировки. → См. стр. 117.
- Чтобы начать программу, нажмите START.

ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИЕ ПРОГРАММЫ

Компьютер оснащен 3 пользовательскими программами для индивидуального определения: **U1, U2, U3**. В режиме ожидания нажимайте кнопку PROGRAM, чтобы выбрать одну из пользовательских программ. На панели будут поочередно отображаться номера автоматических программ, а затем пользовательских программ.

Когда на экране появится нужная программа, нажмите **MODE**, чтобы начать редактирование первого раздела программы.

Используйте кнопки **SPEED +/-** для установки скорости.

Используйте кнопки **INCLINE +/-** для установки уровня наклона бегового полотна.

Нажмите **MODE**, чтобы подтвердить настройки параметров для первой секции и перейти к редактированию следующей.

Программы состоят из 20 секций. Повторяйте вышеуказанные действия до тех пор, пока не будут установлены параметры всех секций.

Программы будут сохранены в памяти компьютера до следующего редактирования.

Данные не будут потеряны в результате сбоя питания.

ЗАПУСК ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКОЙ ПРОГРАММЫ

- В режиме ожидания нажмите кнопку **PROGRAM**, чтобы выбрать одну из пользовательских программ. После выбора в окне отобразится и будет мигать значение "30:00".
- Используйте кнопки **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** для установки времени тренировки. Установленное время тренировки делится пропорционально на 20 этапов.
- Чтобы запустить программу, нажмите кнопку **START**.

РЕЖИМ ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА

Выберите один из 3 режимов обратного отсчета, нажав кнопку **MODE**.

- Для установки отсчитываемого значения используйте кнопки **SPEED +/-**, **НАКЛОН +/-**.
- Запуск беговой дорожки и обратный отсчет начнется после нажатия кнопки **START**.

ОТСЧИТЫВАЕМЫЕ ПАРАМЕТРЫ:

- ВРЕМЯ:** начальное значение обратного отсчета 30 мин. Компьютер позволяет установить время в диапазоне 5-99 минут (с шагом 1 минута).
- КАЛОРИИ:** начальное значение обратного отсчета 50 ккал. Компьютер позволяет установить калории в диапазоне 20-990 ккал (с шагом 10 ккал).
- ДИСТАНЦИЯ:** начальное значение обратного отсчета 1 км. Компьютер позволяет установить расстояние в диапазоне 1,0-99,0 км (с шагом 1 км).

ФУНКЦИЯ ИЗМЕРЕНИЯ ЖИРОВОЙ ТКАНИ (BODY FAT)

Нажмите кнопку **PROGRAM**, пока на экране не появится надпись «FAT».

Используйте **MODE**, чтобы ввести параметры:

- F1 - пол (gender) – 01 мужчина / 02 женщина
- F2 - возраст (age) – значения 10-99
- F3 - рост (height) – значения 100-220 cm
- F4 - вес (weight) – значения 20-130 kg

Użyj przycisków **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** для установки значений параметров. После выбора параметров на дисплее появится F5. Положите обе руки на датчики для измерения пульса, через 5-6 секунд компьютер отобразит информацию FAT. FAT предназначен для измерения соотношения между ростом и весом, а не пропорций тела.

Правильный результат должен находиться в диапазоне между 19-26. Значение ниже 19 означает недостаточный вес, 27-30 - избыточный вес, а выше 30 - ожирение.

UWAGA! Полученные результаты ни в коем случае не могут быть основанием для лечения или приниматься во внимание в медицинских целях.

ТРЕНИНГ И ФАЗЫ УПРАЖНЕНИЙ

Использование устройства принесет вам много пользы. Прежде всего, улучшит ваше состояние, укрепит мышцы, а в сочетании с правильной диетой позволит сжечь излишнюю жировую ткань.

1. РАЗМИНКА

Это фаза, которая улучшает кровообращение во всем теле и подготавливает мышцы к усиленной нагрузке. Снижает риск возникновения судорог и получения травм. Рекомендуется выполнить несколько упражнений на растяжку, как показано ниже.

Если вы чувствуете боль, прекратите тренировку или уменьшите амплитуду выполняемого движения.

РАСТЯЖКА ВНУТРЕННИХ МЫШЦ БЕДРА

Сядьте на плоскую поверхность со скрещенными ногами и коленями, направленными наружу. Соедините подошвы стоп и приблизьте их друг к другу как можно ближе. Аккуратно надавите на колени, направляя их к земле, и удерживайте в этом положении в течение 15 секунд.

РАСТЯЖКА БЕДЕР

Сядьте на плоскую поверхность. Выпрямите правую ногу, а подошву левой стопы приложите к правому бедру. Вытяните правую руку в направлении пальцев правой ноги так далеко, как это возможно. Удерживайте в течение 15 секунд. Повторите действие с левой ногой.

ПОВОРОТЫ ГОЛОВЫ

Держите голову прямо, глядя перед собой. Не двигая плечами, поверните ее вправо и выпрямите, а затем поверните влево и выпрямите.

ПОДНЯТИЕ РУК

Поднимите как можно выше вверх левую руку и удерживайте в течение нескольких секунд. Повторите действие с правой рукой.

РАСТЯЖКА АХИЛЛЕСОВЫХ СУХОЖИЛИЙ

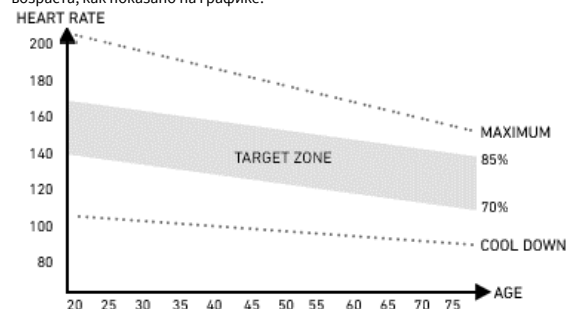
Встаньте лицом к стене, левую ногу выставьте вперед и слегка согните в колене. Правую держите сзади – выпрямленную, пятка плотно прижата к полу. Держите обе пятки плотно на полу и прижимайте бедра к стене. Удерживайте это положение в течение 30 секунд. Повторите упражнение с правой ногой. Помните, что во время упражнения нельзя выгибать спину.

НАКЛОНЫ

Встаньте, ноги вместе. Выполните наклон вперед, стараясь максимально приблизить грудную клетку к коленям. Задержитесь на 15 секунд. Помните, что нельзя сгибать колени.

2. ЭТАП ТРЕНИРОВКИ

Это правильный этап тренировки. Тренируйтесь в своем темпе, чтобы достичь соответствующей частоты сердечных сокращений для вашего возраста, как показано на графике.



3. ЭТАП РАССЛАБЛЕНИЯ

Этот этап позволяет успокоить кровообращение и расслабить мышцы. Это повторение разогревающих упражнений. Следует помнить о том, чтобы не перенапрягать мышцы.

ВОЗМОЖНЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ И МЕТОДЫ ИХ УСТРАНЕНИЯ

UWAGA! Открытие корпуса устройства без предварительной консультации с сервисной службой производителя приводит к потере гарантии.

В случае подозрения на неисправность, требующую открытия корпуса, обратитесь в сервисную службу производителя.

ОПИСАНИЕ ОШИБКИ	ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ	РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ
----- Проблема с ключом безопасности	Ключ безопасности не подключен. Компьютер поврежден.	Подключите ключ безопасности правильно. Свяжитесь с сервисной службой производителя.
E01 Компьютер не работает	Компьютер неправильно подключен. Соединительный кабель сломан или перетерт	Проверьте правильность подключения кабелей компьютера. Проверьте подключение вилок. Если оно правильное, а проблема все еще существует, обратитесь в службу поддержки клиентов сервисной службы производителя.
	Компьютер поврежден	Свяжитесь с сервисной службой производителя.
	Соединение между платой управления и компьютером заблокировано	Свяжитесь с сервисной службой производителя.
E02 Двигатель не работает	Неправильное напряжение питания	Убедитесь, что напряжение правильное. Если проблема все еще существует, обратитесь в службу поддержки клиентов сервисной службы производителя.
	Неправильное подключение кабеля двигателя	Отключите кабель и подключите его снова. Если проблема все еще существует, обратитесь в сервисную службу производителя.
	Поврежденный контроллер	Свяжитесь с сервисной службой производителя.
E03 Компьютер не обнаружил в течение 15 секунд	Неправильное подключение датчика	Свяжитесь с сервисной службой производителя.

сигнал с датчика скорости	Неправильно подключена вилка датчика	Проверьте подключение вилок. Если оно правильное, а проблема все еще существует, обратитесь в сервисную службу производителя.
	Поврежденный датчик	Свяжитесь с сервисной службой производителя.
E05 Ошибка перегрузки	Неисправность двигателя	Проверьте, не перегорел ли двигатель. Если нет, отключите беговую дорожку от сети, а затем подключите снова. Если проблема не исчезнет, обратитесь в сервис производителя.
	Номинальный ток в контроллере слишком низкий.	Замените контроллер. Обратитесь в сервис производителя.
	Ток выше номинального значения	Убедитесь, что вес пользователя не превышает максимальное значение для этого устройства.
E06 Ошибка самотестирования контроллера		Обратитесь в сервис производителя.
E07 Нет отображения	Вынут ключ безопасности	Вставьте ключ безопасности.
E08 Ошибка контроллера EEPROM	Контроллер неисправен.	Обратитесь в сервис производителя.
Устройство не работает	Нет питания	Подключите устройство к электросети.
	Вынут ключ безопасности	Вставьте ключ безопасности.
	Короткое замыкание	Обратитесь в сервис производителя.
	Переключатель ON/OFF не включен	Включите устройство.
Беговое полотно работает не плавно	Беговое полотно недостаточно смазано	Смажьте беговое полотно в соответствии с информацией, указанной в инструкции по эксплуатации.
	Беговое полотно слишком сильно натянуто	Отрегулируйте и выровняйте положение бегового полотна в соответствии с информацией, указанной в инструкции по эксплуатации.
Беговое полотно перекошено	Беговое полотно слишком слабо натянуто	Отрегулируйте и выровняйте положение бегового полотна в соответствии с информацией, указанной в инструкции по эксплуатации.

Приводной ремень слишком слабо натянут	Обратитесь в сервис производителя.
--	------------------------------------

ГАРАНТИЯ

Продавец от имени Гаранта предоставляет гарантию на территории Российской Федерации на срок 24 месяцев с даты продажи. Гарантия на проданный товар не исключает, не ограничивает и не приостанавливает права Покупателя, вытекающие из Закона о защите прав потребителей.

Гарантийный талон находится на последней странице.

УСЛОВИЯ ГАРАНТИИ

- Рекламации и гарантии подлежат только скрытые дефекты, возникшие по вине производителя.
- Гарантия будет действовать в магазине или сервисном центре после предъявления клиентом:
 - действительного, четко и правильно заполненного гарантийного талона с печатью продавца и подписью продавца,
 - действительного документа, подтверждающего покупку оборудования с датой продажи,
 - рекламируемого товара или неисправной части.

В случае покупки дистанционным способом гарантийный талон действителен только на основании документа, подтверждающего покупку (чек / счет-фактура).
- Рекламация будет рассмотрена в течение 14 дней с момента уведомления о дефекте Клиентом.
- Заводские дефекты и повреждения, выявленные в течение гарантийного срока, будут устранены бесплатно в течение не более 21 дня с даты доставки товара в магазин или сервисный центр.
- В случае необходимости импорта детали срок выполнения гарантийного ремонта может быть продлен на время, необходимое для ее импорта, но не более чем на 40 дней.
- Гарантия не распространяется на:
 - механические повреждения и вызванные ими дефекты,
 - повреждения и дефекты, возникшие в результате неправильного использования и хранения, неправильной сборки и обслуживания,
 - повреждения и износ расходных материалов, таких как: тросы, ремни, резиновые элементы, педали, ручки из пеноматериала, колеса, подшипники, обивка.
 - действия, связанные со сборкой, обслуживанием, которые в соответствии с инструкцией по эксплуатации пользователь обязан выполнять самостоятельно.
- Гарантия не распространяется в следующих случаях:
 - истечение срока действия,
 - выполнения клиентом самостоятельного ремонта и модификаций с использованием неоригинальных запчастей,
 - если дефект возник из-за неправильной установки или в результате несоблюдения правил правильной эксплуатации, описанных в инструкции по эксплуатации, использования иного, чем бытовое,
 - повреждений, возникших при транспортировке.
- Дубликаты гарантийного талона не выдаются.
- В рамках гарантии клиент имеет право требовать следующие виды бесплатного возмещения:
 - ремонта продукта,
 - замены продукта,
 - снижения цены,
 - расторжения договора и полного возврата понесенных расходов.
- Для подачи рекламации необходимо:
 - Представить продукт или его часть, на которую распространяется гарантия.
 - Подтверждение покупки, содержащее название и адрес продавца, дату и место покупки, тип продукта или действующий гарантийный талон с печатью магазина.
 - В случае доставки грязного продукта сервисный центр может отказать в его приеме или за счет клиента с его письменного согласия произвести очистку.
- В случае положительного рассмотрения рекламации оборудование будет отремонтировано или заменено на новое, или клиенту будут возвращены деньги. Расходы по транспортировке товара клиенту покрывает сервисный центр производителя.
- В случае отклонения гарантийной рекламации клиент получит подробное обоснование принятого решения, и в течение 14 дней с момента передачи решения оборудование будет отправлено клиенту за его счет.

RO Manual de utilizare

Utilizatorul, Vă rugăm să citiți cu atenție următoarele instrucțiuni înainte de a începe asamblarea și prima utilizare a dispozitivului. Acest manual conține informații importante privind siguranța utilizării și întreținerea echipamentului. Păstrați-l pentru a putea utiliza informațiile referitoare la întreținere sau pentru a comanda piese de schimb.

DATE TEHNICE

Alimentare	220V
Putere maxima	900w
Greutate	51 kg
Temperatura de utilizare	0°C până la +40°C
Temperatura de depozitare	-10°C până la +60°C
Greutatea maximă a utilizatorului	120 kg
Clasa de utilizare	Clasa H
Clasa de precizie	Clasa C
Viteză	0.8 -12 km/h
Înclinare	12 niveluri
Standardul produsului (principal)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Scopul	Bandă de alergare electrică pentru uz casnic

SIGURANȚĂ

ATENȚIE! Aparatul poate fi utilizat numai în conformitate cu scopul său, adică pentru antrenament de către adulți. Orice altă utilizare a aparatului poate fi periculoasă. Producătorul nu poate fi făcut responsabil pentru daunele cauzate de utilizarea incorectă a aparatului.

- Aparatul a fost proiectat și construit pe baza celor mai recente cunoștințe în domeniul siguranței. Elementele periculoase care ar putea reprezenta o amenințare de rănire au fost eliminate sau protejate relativ.
- Nu sunt permise reparații și modificări pe cont propriu.
- O dată la una sau două luni, verificați dacă șuruburile, șuruburile și piulițele sunt strânse corect.
- Pentru a asigura siguranța permanentă, verificați și întrețineți în mod regulat echipamentul (adică o dată pe an) într-o unitate comercială de specialitate.
- Toate modificările aduse aparatului care nu au fost descrise în aceste instrucțiuni pot cauza daune sau pot pune în pericol direct sănătatea și viața persoanei care se antrenează. Modificările aparatului pot fi efectuate numai de angajații service-ului producătorului sau de persoanele instruite de aceștia în acest sens.
- Toate aparatele sunt supuse unor activități inovatoare constante pentru a asigura o calitate ridicată. Din acest motiv, producătorul își rezervă dreptul de a introduce modificări tehnice.
- Adresați orice întrebări sau nelămuriri legate de echipament către o unitate comercială de specialitate.

ATENȚIE! Respectați regulile generale

și măsurile de siguranță aplicabile pentru manipularea echipamentelor electrice.

- Aparatul este alimentat cu o tensiune de rețea de 220V.**
- Toate echipamentele electrice emit radiații electromagnetice în timpul funcționării. Dacă alte dispozitive care emit astfel de radiații (de exemplu, telefoane mobile) sunt plasate în apropierea sistemului electronic de control sau a cabinei de pilotaj, unele valori (cum ar fi ritmul cardiac) pot fi distorsionate.
- ATENȚIE!** Nu efectuați niciodată singur modificări la rețeaua electrică. Încredințați astfel de modificări specialiștilor.
- ATENȚIE!** Nu uitați să scoateți ștecherul de alimentare din priză înainte de a începe orice reparații, întreținere sau curățare a echipamentului.
- Nu utilizați cabluri prelungitoare pentru a conecta aparatul.
- Dacă nu veți folosi echipamentul pentru o perioadă mai lungă de timp, scoateți ștecherul de alimentare din priză.
- Acordați atenție ca cablul electric să nu fie strivit și poziția sa să nu prezinte riscul de a vă împiedica de el.

PĂMÂNTARE

Pământarea protejează împotriva riscului de electrocutare. Aparatul are un cablu și o priză cu împământare. Ștecherul trebuie conectat la o priză de rețea instalată corect și împământată corespunzător.

PERICOL! Conectarea incorectă a cablului poate cauza riscul de electrocutare.

- Înainte de a conecta aparatul la sursa de alimentare, asigurați-vă că tensiunea locală corespunde tipului de ștecher.
- Nu modificați ștecherul dacă nu se potrivește cu priza. În acest caz, solicitați unui electrician calificat să instaleze o altă priză.

ATENȚIE! Persoanele aflate în apropiere în timpul utilizării echipamentului trebuie avertizate cu privire la posibilele pericole. Aveți grijă deosebită în prezența copiilor.

ATENȚIE! Consultați-vă cu un medic înainte de a începe exercițiile pentru a vă asigura că nu aveți contraindicații medicale pentru a vă antrena pe aparat. Pe baza părerea unui specialist, vă puteți dezvolta planul de antrenament. Un program

selectat incorect sau exercițiile fizice excesive pot fi periculoase pentru sănătatea și viața dumneavoastră.

AVERTISMENT! Sistemele de monitorizare a ritmului cardiac pot fi inexacte. Suprasolicitatea în timpul exercițiilor fizice poate duce la vătămări grave sau deces. Dacă vă simțiți slăbit, opriți imediat exercițiile.

ATENȚIE! Respectați cu strictețe instrucțiunile privind efectuarea antrenamentului cuprinse în acest manual.

- Atunci când alegeți un loc pentru antrenament, asigurați-vă că vă oferiți distanțe sigure față de posibilele obstacole. Nu amplasați echipamentul în apropierea căilor de comunicație (drumuri, porți, treceri etc.).
- Este interzisă utilizarea echipamentului la o distanță mică de perete. Zona de siguranță este de 2000 mm și cel puțin lățimea dispozitivului.

ATENȚIE! În timpul asamblării dispozitivului, fiți atenți și nu permiteți copiilor să stea în apropiere. În timpul asamblării se folosesc piese mici (piulițe, șuruburi etc.) care pot fi înghițite de aceștia.

RISC REZIDUAL

- În situația în care protecția împotriva căderilor nu este utilizată sau este utilizată, dar incorect, există un risc rezidual, adică căderea unei persoane care provoacă abraziuni ale pielii, vânătăi, fracturi sau, în cel mai rău caz, deces.
- Există un risc rezidual de supraîncărcare accidentală a persoanei care face exerciții fizice cauzată de o operare incorectă sau de o evaluare incorectă, precum și de transmiterea incorectă a datelor (din cauza interferențelor electromagnetice, a erorilor de software etc.). Chiar și cea mai bună protecție software și hardware nu exclude o eroare de software sau hardware și poate provoca teoretic supraîncărcarea persoanei care face exerciții fizice.
- Produsul este un dispozitiv electric, prin urmare nu se poate exclude șocul electric, care poate duce la deces.
- Nu se poate exclude riscul rezidual de sufocare.
- Riscul poate fi redus prin respectarea informațiilor de siguranță conținute în manualul de utilizare.
- Nu se poate exclude faptul că utilizarea neintenționată sau neautorizată va provoca alte riscuri neincluse, iar riscul inclus a fost estimat incorect.

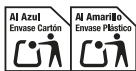
În analiza de risc, evaluările au fost efectuate pe baza „stării actuale a dispozitivului”. Din evaluarea și controlul efectuat al produsului rezultă, că probabilitatea apariției unui risc inacceptabil este foarte scăzută. Dispozitivul (construcția, modul de funcționare și aplicarea acestuia) nu prezintă - în condiții normale - un risc rejustificat pentru persoana care face exerciții fizice sau pentru terți.

MARCAJE DE MANIPULARE PE AMBALAJELE DE TRANSPORT

-  Această parte în sus. A nu se răsturna.
-  A se proteja de cădere.
-  Ambalaj reciclabil.
-  Deșeuri electrice. Este necesară predarea echipamentului uzat la un punct de reciclare.
-  Atenție, fragil. Posibilitate de deteriorare. A se manipula cu grijă.
-  A se proteja de umiditate.
-  Atenție, produs greu.
-  A se depozita maxim în 8 straturi.
-  Produsul conține instrucțiuni de utilizare.
-  **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
A nu se deschide cu un cuțit.



Ambalajul este fabricat din carton și materiale plastice. Vă rugăm să sortați deșeurile conform reglementărilor locale.



Ambalajul este fabricat din carton și materiale plastice. Vă rugăm să sortați deșeurile conform reglementărilor locale.



Ambalajul este fabricat din carton.



Ambalajul a fost fabricat ținând cont de responsabilitatea pentru mediu și reciclare. Vă rugăm să sortați deșeurile conform reglementărilor locale.

UTILIZARE

Înainte de a începe antrenamentul, asigurați-vă că dispozitivul a fost asamblat corect.

- Înainte de a începe primul antrenament, familiarizați-vă cu toate funcțiile și posibilitățile de reglare ale dispozitivului.
- Dispozitivul are elemente care pot fi expuse la coroziune. Din acest motiv, nu se recomandă să rămână într-o cameră umedă. De asemenea, trebuie avut grijă ca echipamentul (în special elementele sale interne și electronice) să nu fie expus la contactul cu apă, băuturi, transpirație etc.
- Dispozitivul este destinat doar antrenamentului de către adulți și absolut nu este o jucărie pentru copii. Dacă permiteți copiilor să-l folosească pe propria răspundere, instruiți-i neapărat cu privire la utilizarea corectă și supravegheați-i constant.
- Echipamentul nu este potrivit pentru utilizare terapeutică.
- În timpul funcționării dispozitivului, pot apărea zgomote silențioase la mișcarea inercială a masei volante, care rezultă din tipul de construcție. Acestea nu au niciun efect asupra funcționării echipamentului.
- Emisia de zgomot în timpul încărcării este mai mare decât fără încărcare.
- Înainte de a începe fiecare antrenament, verificați corectitudinea protecțiilor și a conexiunilor cu șuruburi și mufe.
- În timpul antrenamentului pe dispozitiv, amintiți-vă de încălțăminte adecvată (pantofi sport).

ÎNTREȚINERE

Pentru a asigura siguranța maximă a utilizării benzii de alergare, se recomandă verificarea regulată a acestora pentru uzura elementelor. Acestea se aplică verificării strângerii și stării piulițelor, șuruburilor, pieselor mobile, bușelor etc. Păstrați dispozitivul într-un loc uscat și cald. Nu expuneți dispozitivul la lumina directă a soarelui.

ATENȚIE! Înainte de a începe întreținerea, opriți întotdeauna banda de alergare și deconectați-o de la sursa de alimentare.

CURĂȚARE

Curățarea regulată a dispozitivului va prelungi durata sa de viață și va menține performanța sa ridicată. Pentru curățarea benzii de alergare, utilizați o cârpă moale și umedă. Aceasta nu se aplică elementelor electrice, motorului, părților interne - nu permiteți pătrunderea apei în aceste locuri. Protejați suprafața benzii de alergare (și spațiul de sub ea) de apă.

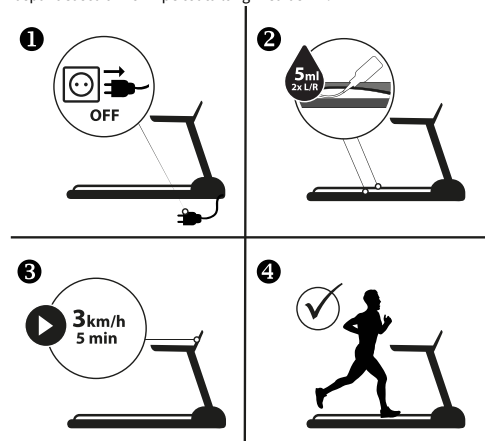
CURĂȚAREA MOTORULUI

Cel puțin o dată pe an, îndepărtați praful de pe motor. Pentru a face acest lucru, mai întâi opriți banda de alergare de la sursa de alimentare și, după aproximativ 1 oră, scoateți capacul motorului. Folosind aer comprimat sau o perie, îndepărtați cu grijă praful. După remontarea capacului motorului și conectarea la sursa de alimentare, puteți porni banda de alergare.

LUBRIFIAREA BANDA DE ALERGARE

Frecvența lubrifierii benzii de alergare depinde de intensitatea utilizării acestora. Dacă dispozitivul funcționează mai mult de 5 ore pe săptămână, se recomandă lubrifierea la fiecare 2-3 luni. În cazul utilizării mai puțin intense a benzii de alergare, aceasta trebuie lubrifiată o dată la 7-8 luni.

1. Înainte de a începe lubrifierea benzii de alergare, opriți banda de alergare și deconectați-o de la sursa de alimentare. 2. Aplicați lubrifiant sub banda de alergare pe ambele părți, aproximativ 5 ml. Folosiți-l mai ales în locurile în care picioarele intră în contact cu banda în timpul alergării. 3. Porniți banda de alergare la o viteză mică (de exemplu, 3 km/h) și așteptați ca lubrifiantul să se răspândească uniform pe toată lungimea benzii.



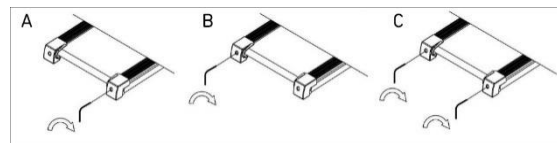
REGLAREA TENSIUNII BENZII

Banda de alergare poate necesita tensionare din cauza utilizării constante a benzii de alergare. Banda necesită strângere atunci când începe să alunece, să se deplaseze lateral sau să se îndoaie în timpul antrenamentului.

O bandă strânsă prea slab se poate opri în timpul funcționării motorului.

Așezați banda de alergare pe o suprafață plană. Porniți banda de alergare la o viteză de aproximativ 6-8 km/h, observați gradul de deviere a benzii de alergare.

- Banda nu trebuie strânsă prea tare, deoarece acest lucru poate provoca defecțiuni, printre altele, ale motorului, arborelui sau rulmenților.
- O bandă strânsă corect poate fi ridicată pe margini la o înălțime de aproximativ 5-7,5 cm. Este foarte ușor de verificat - este tensionată corect atunci când 3 degete încap sub ea.



CREȘTEREA TENSIUNII BENZII

În setul de piese veți găsi o cheie specială. Așezați-o în șurubul din stânga pentru reglarea benzii, situat în partea din spate a benzii de alergare. Rotiți cheia în sensul acelor de ceasornic cu 90 de grade (desenul C).

În acest fel, veți strânge rola din spate și veți crește tensiunea benzii. Repetați operația rotind șurubul din partea dreaptă. Acordați atenție rotirii egale a șuruburilor.

Repetăți operațiunile pentru ambele șuruburi până când banda este tensionată corect.

REDUCEREA TENSIUNII BENZII

Pentru a reduce tensiunea benzii, procedați ca la creșterea acesteia. Rotiți cheia în sens invers acelor de ceasornic.

CENTRAREA BENZII DE ALERGARE

Ca urmare a diferitelor stiluri de alergare (cel mai adesea o sarcină mai mare transferată pe un picior), banda se poate deplasa lateral și poate să nu fie centrată. Din acest motiv, banda poate necesita reglare din când în când. Banda ar trebui să se centreze automat în timpul funcționării benzii de alergare. Necesită reglare dacă se deplasează spre dreapta sau spre stânga.

Porniți banda de alergare și setați-o la o viteză mică (de exemplu, 3 km/h).

Verificați

în ce direcție se deplasează banda.

- Dacă banda se deplasează spre dreapta, așezați cheia în șurubul din dreapta pentru reglare. Rotiți cheia cu 90 de grade în sensul acelor de ceasornic (desenul A). Observați dacă banda este centrată. Dacă se deplasează în continuare spre dreapta, rotiți din nou șurubul cu 90 de grade.
- Dacă banda se deplasează spre stânga, procedați la fel ca în cazul de mai sus, dar rotiți șurubul situat în partea stângă (desenul B).

MEDIU

Dispozitivul este livrat într-un ambalaj pentru a proteja împotriva posibilelor daune în timpul transportului. Ambalajele sunt materii prime neprocesate și pot fi reciclate. Aruncați aceste materiale în containerele colorate corespunzătoare destinate colectării selective.



Protejați mediul și nu aruncați bateriile uzate la coșul de gunoi menajer. Returnați-le la locul de cumpărare sau predați-le la un punct de depozitare separat pentru materii prime secundare.

Aparatele electrice uzate (inclusiv contoarele, sursele de alimentare) sunt materii prime secundare - nu le aruncați în containerele de deșeurii menajere, deoarece pot conține substanțe periculoase pentru sănătate și mediu. Vă rugăm să ne

ajutați activ să economisim gospodărirea resurselor naturale și protejarea mediului natural prin predarea aparatului uzat la un punct de depozitare a materiilor prime secundare - aparate electrice uzate.

MONTARE

Montarea dispozitivului trebuie efectuată cu atenție de către un adult. În caz de dubii, cereți ajutorul cuiva cu mai multă experiență în acest domeniu.

- Înainte de a începe asamblarea, asigurați-vă că setul cu dispozitivul conține toate elementele din lista de piese și dacă unele elemente nu au fost deteriorate în timpul transportului. În cazul în care lipsesc elemente sau aveți obiecții, contactați vânzătorul.
- Familiarizați-vă cu desenele și explicațiile și efectuați asamblarea în ordinea conținută în instrucțiunile de asamblare.
- Aveți grijă în timpul asamblării. În timpul utilizării uneltelor și a elementelor, există riscul de rănire.
- Nu uitați să mențineți un mediu sigur.
- Nu împrăștiati haotic uneltel și elementele de asamblare. Amintiți-vă că foliile și pungile de plastic reprezintă un pericol de sufocare pentru copii.
- Elementele de asamblare necesare pentru efectuarea unui anumit pas din instrucțiunile de asamblare au fost prezentate în desene și explicații. Utilizați elementele indicate în instrucțiunile de asamblare.
- În primele faze ale asamblării, nu strângeți piesele complet. Faceți acest lucru după ce ați plasat toate piesele și v-ați asigurat că sunt așezate corect.
- Producătorul își rezervă dreptul de a pre-asambla unele elemente.

SCHEMA DE ASAMBLARE (→ Vezi pagina 3)

ASAMBLAREA DISPOZITIVULUI

ATENȚIE! Este interzisă utilizarea pieselor provenite din alte surse decât de la producător.

LISTA DE PIESE

Lista completă a pieselor este disponibilă contactând serwis@zipro.pl sau pe site-ul Zipro.store în descrierea produsului.

NR.	DESCRIERE	CANTITATE
1	Cadru principal	1
18	Capac bază stânga	1
19	Capac bază dreapta	1
47	Cheie imbus	1
48	Blocare de siguranță	1
49	Cheie imbus 6#	1
51	Ulei siliconic	1
52	Umâner încrucișat S = 13, 14, 15	2
60	Șurub cu cap cilindric plat și locas hexagonal M8 * 45	4
61	Șurub cu cap cilindric plat și locas hexagonal M8 * 16	2
69	Șurub autofiletant și autoperforant cu cap conic și creștătură în cruce cu șaibă 4.2*19	4
77	Șaibă elastică standard #8	2
79	Șaibă plată clasa C #8	2
92	Șaibă curbată #8	4

În timpul asamblării, respectați pașii de mai jos și utilizați instrumentele incluse cu produsul. Pregătiți suficient spațiu liber pentru asamblarea dispozitivului)

ATENȚIE! Înainte de a începe asamblarea, verificați cu atenție dacă toate șuruburile sunt strânse.

TRUCȚIUNI DE ASAMBLARE ȘI DEZASAMBLARE (→ Vezi pagina 6)

INSATENȚIE! În timpul asamblării, aveți grijă de mâini și degete pentru a nu fi prinse.

ATENȚIE! Asigurați-vă că nu se află persoane terțe în imediata apropiere în timp ce coborâți banda de alergare și animale de companie.

Ținând banda de alergare, eliberați cu piciorul blocajul mecanismului de pliere (indicat de săgeată). Coborâți platforma până la înălțimea balustradei cadrului principal.

De la această înălțime, banda va coborî automat spre sol.

REGLAJE

Nivelarea dispozitivului

Nivelați dispozitivul deșurubând sau înșurubând picioarele de nivelare situate pe baza din față și din spate.

INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE A COMPUTERULUI

ÎNCEPERE

În 3 secunde după apăsarea butonului **START** dispozitivul va începe să funcționeze.

FUNCȚIA DE ECONOMISIRE A ENERGIEI

Computerul benzii de alergare va intra automat în modul de economisire a energiei dacă nu se efectuează nicio acțiune timp de 10 minute. Apăsăți orice tastă pentru a reporni sistemul.

OPRIRE DE URGENȚĂ A DISPOZITIVULUI

ATENȚIE! Cheia de siguranță trebuie atașată de îmbrăcăminte în timpul fiecărui antrenament.

Ar trebui utilizată numai în situații de urgență, nu ar trebui utilizată ca buton normal de oprire.

O cheie de siguranță incorect instalată împiedică pornirea benzii de alergare. Înainte de a utiliza banda de alergare, verificați funcționarea corectă a sistemului. Scoateți cheia de siguranță trăgând de șnur. După scoaterea cheii, banda de alergare se va opri cu o întârziere rezultată din viteza de lucru, de asemenea, sistemul de ridicare a benzii de alergare va fi oprit. Oprirea va semnaliza o scurtă alarmă sonoră. Toate ferestrele de pe ecran vor afișa „---”. După reconectarea cheii de siguranță, dispozitivul va fi resetat.

PROGRAME

Computerul este echipat cu 3 programe utilizator pentru setare manuală, 12 programe automate salvate în memorie, 3 moduri de numărare (timp, calorii, distanță) și o funcție de măsurare a grăsimii corporale (Body Fat).

DESCRIEREA BUTOANELOR

- START** - este utilizat pentru a porni banda de alergare în modul manual sau programul selectat.
- STOP** - este utilizat pentru a opri banda de alergare în funcțiune. După apăsare, setările vor fi, de asemenea, resetate. După repornire, dispozitivul va începe să funcționeze în modul manual.
- PROGRAM** - este utilizat pentru a selecta programul de antrenament automat (P1-P12), programul utilizatorului (U1-U3) sau funcția Body Fat înainte de a porni banda de alergare.
- MODE** - vă permite să selectați modul de numărare: timp, distanță sau calorii
- SPEED** - butoanele permit reglarea (creșterea și reducerea) vitezei cu 0,1 km/h. Butoanele sunt situate pe consola computerului și pe barele de sprijin.
- BUTOANE DE SELECTARE RAPIDĂ A VITEZEI** - permit selectarea directă a vitezei(3,6, 9, 12).
- INCLINE** - butoanele permit reglarea (creșterea și reducerea) unghiului de înclinare a benzii de alergare cu 1 nivel în timpul antrenamentului. Butoanele sunt situate pe consola computerului și pe barele de sprijin.
- BUTOANE DE SELECTARE RAPIDĂ A UNGHILUI DE ÎNCLINARE** - permit selectarea directă a unghiului de înclinare a benzii de alergare în timpul antrenamentului (3,6,9,12).

FUNCȚII (SPECIFICAȚII)

SPEED	Afișează viteza curentă.	0.8 -12 km/h
TIME	Calculează timpul total de exerciții de la început până la sfârșit.	00:00-99:59 min
INCLINE	Afișează nivelul curent de înclinare a benzii de alergare.	0-12 niveluri
CALORIES	Calculează numărul total de calorii arse de la început până la sfârșitul exercițiilor. (Măsurarea este aproximativă pentru a compara diferite sesiuni de antrenament, nu poate fi utilizată în scopuri medicale).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Calculează distanța totală de la început până la sfârșitul exercițiilor.	0,0-99,9 km
PULSE	Afișează pulsul curent. ATENȚIE! Măsurarea ritmului cardiac numai în scopuri sportive (se exclude utilizarea medicală).	50-200 BPM

FUNCȚIA DE MĂSURARE A RITMULUI CARDIAC

După pornirea benzii de alergare, țineți ambele mâini pe senzorii de măsurare a ritmului cardiac. După 30 de secunde, pe ecran va apărea pulsul curent.

În timpul măsurării, computerul va afișa o pictogramă în formă de inimă.

ATENȚIE! Măsurarea ritmului cardiac numai în scopuri sportive (se exclude utilizarea medicală).

PROGRAM MANUAL

Programul manual este modul de operare implicit al dispozitivului. Banda de alergare începe să funcționeze în acest mod după apăsarea butonului **START**, dacă nu este selectat niciun program de antrenament.

- Viteza implicită în modul manual este de 0.8 km/h.
- Nivelul implicit al unghiului de înclinare a benzii este 0.
- Modificarea setării vitezei și a unghiului de înclinare a benzii de alergare este posibilă cu ajutorul butoanelor de pe computer și de pe mână.

PROGRAME DE ANTRENAMENT

Selectați unul dintre cele 15 programe de antrenament automate apăsând butonul **PROGRAM** atâta timp cât numărul corespunzător este afișat pe ecran.

- Când programul corespunzător este afișat, apăsați **MODE**. După selectare, valoarea „30:00” va fi afișată și va clipi în fereastră. Setările de timp de antrenament ale programului pot fi făcute cu butoanele **SPEED +/-**.
- Timpul de antrenament setat este împărțit proporțional în 20 de etape. Tabelul prezintă o listă a etapelor și vitezele și unghiurile de înclinare corespunzătoare pentru fiecare program de antrenament. → [Vezi pagina 117](#).
- Pentru a începe programul, apăsați **START**.

PROGRAME UTILIZATOR

Computerul este echipat cu 3 programe utilizator pentru definire individuală: U1, U2, U3.

CONFIGURAREA PROGRAMULUI UTILIZATOR

- În modul de așteptare, apăsați butonul **PROGRAM** pentru a selecta unul dintre programele utilizator. Pe panou vor fi afișate succesiv numerele programelor automate, apoi programele utilizator.
- Când programul corespunzător este afișat, apăsați **MODE** pentru a începe editarea primei secțiuni a programului. Utilizați butoanele **SPEED +/-** pentru a seta viteza. Utilizați butoanele **INCLINE +/-** pentru a seta nivelul de înclinație al benzii de alergare.
- Apăsați **MODE** pentru a confirma setările parametrilor pentru prima secțiune și pentru a trece la editarea următoarei.

Programele sunt alcătuite din 20 de secțiuni. Repetați pașii de mai sus până când sunt setați parametrii tuturor secțiunilor.

Programele vor fi salvate în memoria computerului până la următoarea lor editare.

Datele nu se vor pierde în caz de pană de curent.

PORNIREA PROGRAMULUI UTILIZATORULUI

- În modul de așteptare, apăsați butonul **PROGRAM** pentru a selecta unul dintre programele utilizatorului. După selectare, în fereastră va apărea și va clipi valoarea „30:00”. Utilizați butoanele **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** pentru a seta durata antrenamentului. Durata setată a antrenamentului este împărțită proporțional în 20 de etape.
- Pentru a începe programul, apăsați **START**.

MODUL NUMĂRĂTOARE INVERSĂ

Selectați unul dintre cele 3 moduri de numărătoare inversă apăsând butonul **MODE**.

- Pentru a seta valoarea numărată invers, utilizați butoanele **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Pornirea benzii de alergare și numărătoare inversă vor începe după apăsarea butonului **START**.

PARAMETRI NUMĂRAȚI INVERS:

- TIMP:** valoarea inițială a numărătorii inverse este de 30 de minute. Computerul permite setarea timpului în intervalul 5-99 minute (cu 1 minut).
- CALORII:** valoarea inițială a numărătorii inverse este de 50 kcal. Computerul permite setarea calorilor în intervalul 20-990 kcal (la fiecare 10 kcal).

- **DISTANȚĂ:** valoarea inițială a numărării inverse este de 1 km. Computerul permite setarea distanței în intervalul 1,0-99,0 km (la fiecare 1 km).

FUNCȚIA DE MĂSURARE A ȚESUTULUI ADIPOS (BODY FAT)

Apăsăți butonul **PROGRAM**, până când pe ecran apare „FAT”.

Utilizați **MODE** pentru a introduce parametrii:

- F1 - sex (gen) – 01 bărbat / 02 femeie
- F2 - vârstă (age) – valori 10-99
- F3 - înălțime (height) – valori 100-220 cm
- F4 – greutate (weight) – valori 20-130 kg

Utilizați butoanele **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** pentru a seta valorile parametrilor. După selectarea parametrilor, pe ecran va apărea F5. Puneți ambele mâini pe senzorii de măsurare a pulsului, după 5-6 secunde computerul va afișa informația FAT. FAT are ca scop măsurarea relației dintre înălțime și greutate, și nu proporțiile corpului.

Rezultatul corect ar trebui să se încadreze între 19-26. O valoare sub 19 înseamnă subponderalitate, 27-30 - supraponderalitate, iar peste 30 - obezitate.

ATENȚIE! Rezultatele obținute nu pot fi sub nicio formă baza tratamentului sau luate în considerare în scopuri medicale.

ANTRENAMENTUL ȘI FAZELE EXERCIȚIILOR

Utilizarea dispozitivului vă va oferi multe beneficii. În primul rând, vă va îmbunătăți condiția fizică, vă va întări mușchii și, în combinație cu o dietă adecvată, vă va permite să ardeți țesutul adipos inutil.

1. ÎNCĂLZIREA

Aceasta este faza care îmbunătățește circulația sângelui în întregul corp și pregătește mușchii pentru un efort sporit. De asemenea, reduce riscul apariției crampelor și al rănilor. Se recomandă efectuarea unor exerciții de întindere așa cum se arată mai jos.

Dacă simțiți durere, opriți exercițiile sau reduceți intervalul de mișcare.

ÎNTINDEREA MUȘCHILOR INTERIORI AI COAPSELOR

Așezați-vă pe o suprafață plană cu picioarele îndoite și genunchii îndreptați spre exterior. Uniți tălpile picioarelor și apropiați-le cât mai mult posibil. Apăsăți ușor pe genunchi, îndreptându-i spre sol și mențineți această poziție timp de 15 secunde.

ÎNTINDEREA COAPSELOR

Așezați-vă pe o suprafață plană. Întindeți piciorul drept, iar talpa piciorului stâng așezați-o pe coapsa dreaptă. Întindeți mâna dreaptă spre degetele piciorului drept cât mai mult posibil. Mențineți timp de 15 secunde. Repetați acțiunea cu piciorul stâng.

ROTIRI ALE CAPULUI

Țineți capul drept, uitându-vă înainte. Fără a mișca umerii, rotiți-l spre dreapta și înapoi, apoi rotiți-l spre stânga și înapoi.

RIDICAREA BRAȘTELOR

Ridicați cât mai sus brațul stâng și mențineți timp de câteva secunde. Repetați acțiunea cu brațul drept.

ÎNTINDEREA TENDOANELOR LUI ACHILE

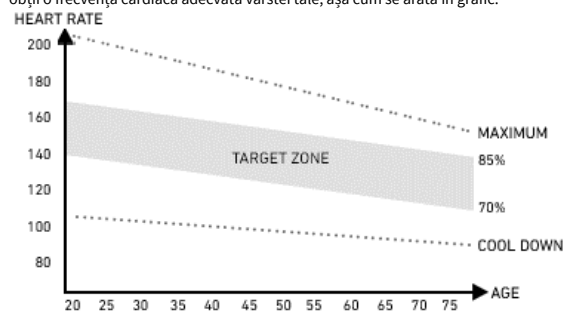
Stai cu fața spre perete, întinde piciorul stâng înainte și îndoia-l ușor de la genunchi. Ține piciorul drept în spate - întins, cu călcâiul așezat plat pe sol. Ține ambii călcâi plat pe sol și apasă șoldurile spre perete. Menține această poziție timp de 30 de secunde. Repetă cu piciorul drept întins înainte. Nu uita să nu-ți curbezi spatele în timpul exercițiului.

PLECĂRI

Stai cu picioarele unite. Apleacă-te înainte, încercând să aduci pieptul cât mai aproape de genunchi. Menține timp de 15 secunde. Nu uita să nu îndoi genunchii.

2. FAZA DE EXERCIȚII

Aceasta este faza potrivită de antrenament. Exersează în ritmul tău, astfel încât să obții o frecvență cardiacă adecvată vârstei tale, așa cum se arată în grafic.



3. FAZA DE RELAXARE

Această fază ajută la calmarea circulației și la relaxarea mușchilor. Este o repetare a exercițiilor de încălzire. Trebuie să reții acest lucru, pentru a nu suprasolicita mușchii.

POSIBILE DETERIORĂRI ȘI TEHNICI DE REPARARE

ATENȚIE! Deschiderea carcasei dispozitivului fără a contacta în prealabil service-ul producătorului duce la pierderea garanției.

În cazul în care suspectezi o defecțiune care necesită deschiderea carcasei, contactează service-ul producătorului.

DESCRIEREA ERORII	POSIBILE CAUZE	REZOLVAREA PROBLEMEI
----	Cheia de securitate nu este conectată.	Conectează corect cheia de securitate.

Problemă cu cheia de securitate

E01
Computerul nu funcționează

Computerul este defect.

Computerul este conectat greșit.

Cablul de conectare este rupt sau uzat

Computerul este defect

Conexiunea dintre placa de control și computer este blocată

Contactează service-ul producătorului. Verifică dacă cablurile computerului sunt conectate corect.

Verifică conexiunea conectorilor. Dacă este corectă și problema persistă, contactează serviciul de asistență clienți al service-ului producătorului.

Contactează service-ul producătorului.

Contactează service-ul producătorului.

E02
Motorul nu funcționează

Tensiune de alimentare incorectă

Conexiune incorectă a cablului motorului

Controler defect

Asigură-te că tensiunea este corectă. Dacă problema persistă, contactează serviciul de asistență clienți al service-ului producătorului.

Deconectează cablul și reconectează-l. Dacă problema persistă, contactează service-ul producătorului.

Contactează service-ul producătorului.

E03
Computerul nu a detectat semnalul de la senzorul de viteză timp de 15 secunde

Conectare incorectă a senzorului

Conector senzor conectat incorect

Senzor defect

Contactează service-ul producătorului.

Verifică conexiunea conectorilor. Dacă este corectă și problema persistă, contactează service-ul producătorului.

Contactează service-ul producătorului.

E05
Eroare de suprasarcină

Defecțiune motor

Curentul nominal în controler este prea mic.

Curentul este peste valoarea nominală

Verificați dacă motorul nu s-a ars. Dacă nu, deconectați banda de alergare de la rețeaua electrică și apoi conectați-o din nou. Dacă problema persistă, contactați service-ul producătorului.

Înlocuiți controlerul. Contactați service-ul producătorului.

Asigurați-vă că greutatea utilizatorului nu depășește valoarea maximă pentru acest dispozitiv.

E06
Eroare de autotestare a controlerului

Contactați service-ul producătorului.

E07
Lipsă afișaj

Cheia de siguranță este deconectată

E08
Eroare controler EEPROM

Controlerul este defect.

Dispozitivul nu funcționează

Lipsă alimentare

Cheia de siguranță este deconectată

Scurtcircuit

Întrerupătorul ON/OFF nu este pornit

Introduceți cheia de siguranță.

Contactați service-ul producătorului.

Conectați dispozitivul la priză.

Introduceți cheia de siguranță.

Contactați service-ul producătorului.

Porniți dispozitivul.

Banda de alergare nu funcționează lin	Banda de alergare nu este suficient lubrifiată	Lubrificați banda de alergare conform informațiilor din manualul de utilizare.
	Banda de alergare este prea strânsă	Ajustați și aliniați poziția benzii de alergare conform informațiilor din manualul de utilizare.
Banda de alergare este strâmbă	Banda de alergare este prea slab întinsă	Ajustați și aliniați poziția benzii de alergare conform informațiilor din manualul de utilizare.
	Cureaua de transmisie este prea puțin întinsă	Contactați service-ul producătorului.

GARANȚIE

Vânzătorul, în numele Garantului, acordă o garanție pe teritoriul României pentru o perioadă de 24 de luni de la data vânzării. Garanția pentru bunurile vândute nu exclude, nu limitează și nu suspendă drepturile Cumpărătorului care decurg din Legea privind drepturile consumatorilor.

Certificatul de garanție se află pe ultima pagină.

CONDIȚII DE GARANȚIE

- Reclamațiile și garanția se aplică numai defectelor ascunse cauzate de culpa producătorului.
- Garanția va fi respectată de magazin sau de service după prezentarea de către client a:
 - unui certificat de garanție valabil, lizibil și completat corect, cu ștampila de vânzare și semnătura vânzătorului,
 - unei dovezi de achiziție valabile a echipamentului cu data vânzării,
 - bunului reclamat sau a piesei defecte.

În cazul achizițiilor la distanță, certificatul de garanție este valabil numai pe baza documentului de achiziție (bon fiscal / factură).
- Reclamația va fi procesată în termen de până la 14 zile de la data raportării defectului de către Client.
- Defectele de fabricație și daunele descoperite în perioada de garanție vor fi reparate gratuit în termen de cel mult 21 de zile de la data livrării bunurilor la magazin sau la service.
- În cazul în care este necesară importarea pieselor, perioada de implementare a reparației în garanție poate fi prelungită cu timpul necesar pentru importarea acestora, dar nu mai mult de 40 de zile.
- Garanția nu acoperă:
 - deteriorări mecanice și defectele cauzate de acestea,
 - deteriorări și defecte rezultate din utilizarea și depozitarea necorespunzătoare, asamblarea și întreținerea necorespunzătoare,
 - deteriorarea și uzura elementelor consumabile, cum ar fi: cabluri, curele, elemente de cauciuc, pedale, mânere din burete, roți, rulmenți, tapițerie.
 - operațiunile legate de asamblare, întreținere, pe care, conform instrucțiunilor de utilizare, utilizatorul este obligat să le efectueze pe cont propriu.
- Garanția nu se aplică în următoarele cazuri:
 - expirarea termenului de valabilitate,
 - efectuarea de către client a reparațiilor și modificărilor independente folosind piese neoriginale,
 - când defectul a apărut din cauza instalării incorecte sau ca urmare a nerespectării regulilor de exploatare corectă descrise în manualul de utilizare,
 - utilizarea în alt scop decât cel casnic,
 - deteriorări apărute în timpul transportului.
- Nu se vor elibera duplicate ale certificatului de garanție.
- În cadrul garanției, clientul are dreptul de a solicita următoarele tipuri de despăgubiri gratuite:
 - repararea produsului,
 - înlocuirea produsului,
 - reducerea prețului,
 - rezilierea contractului și rambursarea integrală a costurilor suportate.
- Pentru a depune o reclamație, trebuie să:
 - Prezentați produsul sau o parte a acestuia, la care se referă garanția.
 - Dovada achiziției care specifică numele și adresa vânzătorului, data și locul achiziției, tipul produsului sau un certificat de garanție valabil cu ștampila magazinului.
 - În cazul livrării unui produs murdar, service-ul poate refuza acceptarea acestuia sau, pe cheltuiala clientului, cu acordul său scris, să efectueze curățarea.
- În cazul unei soluționări pozitive a reclamației, echipamentul va fi reparat sau înlocuit cu unul nou sau clientului i se vor returna banii. Costurile de transport al mărfii către client sunt suportate de service-ul producătorului.
- În cazul respingerii reclamației de garanție, clientul va primi o justificare detaliată a deciziei luate și, în termen de 14 zile de la transmiterea deciziei, echipamentul va fi returnat clientului pe cheltuiala acestuia.

LT Naudojimo instrukcija

Gerb. naudotojai,
Prieš pradėdami montuoti, perskaitykite šią instrukciją
ir prieš pirmą kartą naudodami įrenginį. Šioje instrukcijoje pateikiama svarbi informacija apie saugų naudojimą ir įrangos priežiūrą. Išsaugokite ją, kad galėtumėte pasinaudoti informacija apie priežiūrą arba užsakyti atsargines dalis.

TECHNINIAI DUOMENYS

Maitinimas	220V
Maksimali galia	900 W
Svoris	51 kg
Naudojimo temperatūra	0°C iki +40°C
Laikymo temperatūra	-10°C iki +60°C
Maksimalus naudotojo svoris	120 kg
Taikymo klasė	Klasė H
Tikslumo klasė	Klasė C
Greitis	0.8 -12 km/h
Nuolydis	12 lygių
Gaminio standartas (pagrindinis)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Paskirtis	Elektrinis bėgimo takelis, skirtas naudoti namuose

SAUGUMAS

DĖMESIO! Prietaisą galima naudoti tik pagal paskirtį, t. y. treniruotis suaugusiems. Bet koks kitas prietaiso naudojimas gali būti pavojingas. Gamintojas negali būti laikomas atsakingu už žalą, atsiradusią dėl netinkamo prietaiso naudojimo.

- Prietaisas buvo suprojektuotas ir pagamintas remiantis naujausiomis saugos žiniomis. Pavojingi elementai, kurie gali kelti sužalojimo pavojų, buvo pašalinti arba atitinkamai apsaugoti.
- Negalima savarankiškai atlikti remonto ir pakeitimų.
- Kartą per vieną ar du mėnesius patikrinkite, ar tinkamai priveržti varžtai, sraigčiai ir veržlės.
- Siekiant nuolat užtikrinti saugumą, reguliariai (t. y. kartą per metus) patikrinkite ir prižiūrėkite įrangą specializuotoje prekybos vietoje.
- Visi prietaiso pakeitimai, kurie nebuvo aprašyti šioje instrukcijoje, gali sukelti pažeidimus arba tiesiogiai kelti grėsmę besitreniruojančio asmens sveikatai ir gyvybei. Prietaisą gali keisti tik gamintojo aptarnavimo personalas arba asmenys, apmokyti gamintojo.
- Visi prietaisai nuolat tobulinami siekiant užtikrinti aukštą kokybę. Dėl šios priežasties gamintojas pasilieka teisę atlikti techninius pakeitimus.
- Visus klausimus ar abejones, susijusias su įranga, kreipkite į specializuotą prekybos vietą.

DĖMESIO! Laikykitės bendrųjų nuostatų ir saugos priemonių, galiojančių elgiantis su elektros prietaisais.

- Prietaisas maitinamas 220V tinklo įtampa.**
- Visi elektros prietaisai veikimo metu skleidžia elektromagnetinę spinduliuotę. Jei šalia elektroninės valdymo sistemos arba kabinos yra kitų prietaisų, skleidžiančių tokį spinduliavimą (pvz., mobilieji telefonai), kai kurios vertės (pvz., pulso dažnis) gali būti iškraipytos.
- DĖMESIO!** Niekada patys nemodifikuokite elektros tinklo. Tokius pakeitimus patikėkite specialistams.
- DĖMESIO!** Atminkite, kad prieš pradėdami bet kokią įrangos remontą, priežiūrą ar valymą, ištraukite maitinimo kištuką iš lizdo.
- Prietaisui prijungti nenaudokite ilginamųjų laidų.
- Jei ilgą laiką nenaudosite įrangos, ištraukite maitinimo kištuką iš lizdo.
- Atkreipkite dėmesį, kad elektros laidas nebūtų prispaustas ir kad jo padėtis nesukeltų pavojaus užkliūti už jo.

ĮŽEMINIMAS

Įžeminimas apsaugo nuo elektros smūgio pavojaus. Prietaisas turi laidą ir kištuką su įžeminimu. Kištukas turi būti prijungtas prie tinkamai įrengto ir tinkamai įžeminto tinklo lizdo.

PAVOJUS! Netinkamas laido prijungimas gali sukelti elektros smūgio pavojų.

- Prieš prijungdami prietaisą prie maitinimo šaltinio, įsitikinkite, kad vietinė įtampa atitinka kištuko tipą.
- Nekeiskite kištuko, jei jis netinka lizdui. Tokiu atveju paprašykite kvalifikuoto elektriko įrengti kitą lizdą.

DĖMESIO! Asmenys, esantys šalia įrangos naudojimo metu, turi būti įspėti apie galimus pavojus. Būkite ypač atsargūs, kai šalia yra vaikų.

DĖMESIO! Prieš pradėdami mankštintis, pasikonsultuokite su gydytoju kad įsitikintumėte, ar neturite jokių sveikatos kontraindikacijų treniruotis su prietaisu. Remiantis specialisto nuomone, galite susidaryti savo treniručių planą. Neteisingai parinkta programa ar per didelės fizinės krūvis gali būti pavojingas Jūsų sveikatai ir gyvybei.

ĮSPĖJIMAS! Širdies ritmo stebėjimo sistemos gali būti netikslios. Persitempimas mankštintis gali sukelti rimtų sužalojimų arba mirtį. Jei jaučiatės silpnai, nedelsdami nustokite mankštintis.

DĖMESIO! Būtinai laikykitės treniruotės instrukcijų, pateiktų šiame vadove.

- Pasirinkdami vietą treniruotei, pasirinkite saugiu atstumu nuo galimų kliūčių. Nestatykite įrangos šalia komunikacijos linijų (kelių, vartų, perėjų ir pan.).
- Draudžiama naudoti įrangą arti sienos. Saugos zona yra 2000 mm ir bent tokio paties pločio kaip prietaisas.

DĖMESIO! Montuodami prietaisą būkite atsargūs ir neleiskite vaikams būti šalia. Montuojant naudojamos smulkios dalys (veržlės, varžtai ir pan.), kurias jie gali praryti.

LIKUTINĖ RIZIKA

- Jei apsauga nuo kritimo nenaudojama arba naudojama netinkamai, kyla likutinė rizika – žmogus gali nukristi ir susižaloti odą, sumušti, susilaužyti kaulus arba, blogiausiu atveju, mirti.
- Yra likutinė rizika, kad besimankštintis asmuo bus netyčia perkrautas dėl netinkamo naudojimo ar netinkamo įvertinimo, taip pat dėl neteisingo duomenų perdavimo (dėl elektromagnetinių trukdžių, programinės įrangos klaidų ir pan.). Net geriausia programinės ir aparatinės įrangos apsauga neatmeta programinės ar aparatinės įrangos klaidų ir teoriškai gali sukelti besimankštinančio asmens perkrovą.
- Produkt yra elektrinis prietaisas, todėl negalima atmesti elektros smūgio, kuris gali sukelti mirtį.
- Negalima atmesti likutinės užduosimo rizikos.
- Riziką galima sumažinti laikantis informacijos apie saugą, pateiktos naudojimo instrukcijoje.
- Negalima atmesti, kad netyčinis ar neteisėtas naudojimas sukels kitų, neįvertintų rizikų, o įvertinta rizika buvo įvertinta neteisingai.

Rizikos analizėje vertinimas atliktas remiantis „dabartine prietaiso būkle“. Atlikus produkto vertinimą ir patikrinimą paaiškėjo, kad neleistinos rizikos tikimybė yra labai maža. Prietaisas (jo konstrukcija, veikimo būdas ir naudojimas) normaliomis sąlygomis nekelia nepagrįstos rizikos besimankštinančiam asmeniui ar tretiesiems asmenims.

TRANSPORTAVIMO PAKUOČIŲ MANIPULIACINIAI ŽENKLAI

	Šia puse į viršų. Neapverskite.
	Saugoti nuo kritimo.
	Pakuotė tinkama perdirbti.
	Elektros atliekos. Būtina atiduoti susidėvėjusią įrangą į perdirbimo punktą.
	Atsargiai, trapu. Galima pažeisti. Būkite atsargūs.
	Saugoti nuo drėgmės.
	Atsargiai, sunkus gaminy.
	Sandėliuoti daugiausia 8 sluoksniuose.



Produkte yra naudojimo instrukcija.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Neatidarykite peiliu.



Pakuotė pagaminta iš kartono ir plastiko.
Prašome rūšiuoti atliekas pagal vietines taisykles.



Pakuotė pagaminta iš kartono ir plastiko. Prašome rūšiuoti atliekas pagal vietines taisykles.



Pakuotė pagaminta iš kartono.



Pakuotė pagaminta atsižvelgiant į atsakomybę už aplinką ir perdirbimą. Prašome rūšiuoti atliekas pagal vietines taisykles.

APTARNAVIMAS

Prieš pradėdami treniruotę, įsitikinkite, kad prietaisas tinkamai sumontuotas.

- Prieš pradėdami pirmąją treniruotę, susipažinkite su visomis įrenginio funkcijomis ir reguliavimo galimybėmis.
- Įrenginyje yra dalių, kurios gali būti veikiamos korozijos. Dėl šios priežasties nerekomenduojama jo laikyti drėgnoje patalpoje. Taip pat reikia pasirūpinti, kad įranga (ypač jos vidiniai ir elektroniniai komponentai) nebūtų veikiami vandens, gėrimų, prakaito ir pan.
- Įrenginys skirtas tik suaugusiems asmenims treniuotis ir jokių būdu nėra žaislas vaikams. Jei savo atsakomybe leisite vaikams juo naudotis, būtinai instruktukite juos, kaip tinkamai naudotis, ir nuolat prižiūrėkite.
- Įranga netinkama terapiniams tikslams.
- Veikiant įrenginiui, gali būti girdimas tylus triukšmas, kai smagris juda inertiškai, o tai atsiranda dėl konstrukcijos tipo. Tai neturi jokios įtakos įrangos veikimui.
- Triukšmo lygis apkrovos metu yra didesnis nei be apkrovos.
- Prieš kiekvieną treniruotę patikrinkite apsaugos priemonių, varžtų ir kištukinių jungčių teisingumą.
- Treniruodamiesi ant įrenginio, nepamirškite tinkamos avalynės (sportinių batelių).

PRIEŽIŪRA

Siekiant užtikrinti maksimalų bėgimo takelio naudojimo saugumą, rekomenduojama reguliariai tikrinti, ar elementai nėra susidėvėję. Tai apima veržlių, varžtų, judančių dalių, įvorių ir kt. priveržimo ir būklės patikrinimą. Laikykite įrenginį sausoje ir šiltoje vietoje. Saugokite įrenginį nuo saulės spindulių. **DĖMESIO! Prieš pradėdami techninę priežiūrą, visada išjunkite bėgimo takelį ir atjunkite jį nuo maitinimo šaltinio.**

VALYMAS

Reguliarus įrenginio valymas prailgins jo tarnavimo laiką ir išlaikys aukštą jo efektyvumą.

Bėgimo takeliui valyti naudokite minkštą drėgną skudurėlį. Tai netaikoma elektriniams komponentams, varikliui, vidinėms dalims - neleiskite vandeniui patekti į šias vietas. Saugokite bėgimo takelio paviršių (ir erdvę po juo) nuo vandens.

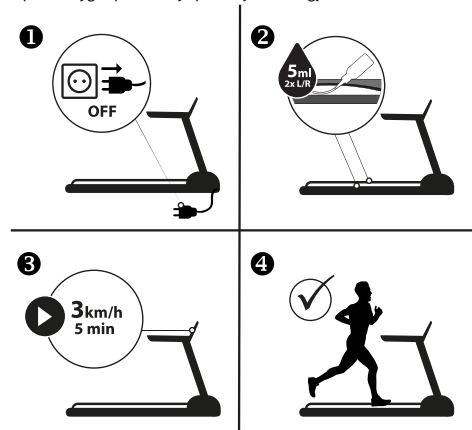
VARIKLIO VALYMAS

Bent kartą per metus pašalinkite dulkes nuo variklio. Norėdami tai padaryti, pirmiausia atjunkite bėgimo takelį nuo maitinimo šaltinio ir, palaukę apie 1 valandą, nuimkite variklio gaubtą. Suspausto oro arba šepečio pagalba atsargiai pašalinkite susikaupusias dulkes. Vėl uždėję variklio gaubtą ir prijungę prie maitinimo šaltinio, galite įjungti bėgimo takelį.

BĖGIMO TAKELIO TĖPIMAS

Bėgimo takelio tepimo dažnumas priklauso nuo jo naudojimo intensyvumo. Jei įrenginys veikia daugiau nei 5 valandas per savaitę, rekomenduojama tepti kas 2-3 mėnesius. Jei bėgimo takelis naudojamas mažiau intensyviai, jį reikia tepti kartą per 7-8 mėnesius.

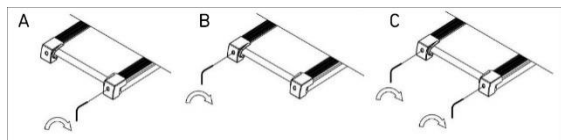
1. Prieš tepdami bėgimo takelį, išjunkite bėgimo takelį ir atjunkite jį nuo maitinimo šaltinio. 2. Tepalą tepkite po bėgimo takeliu iš abiejų pusių po maždaug 5 ml. Daugiausia jo naudokite tose vietose, kur bėgant pėdos liečiasi su takeliu. 3. Įjunkite bėgimo takelį mažu greičiu (pvz., 3 km/h) ir palaukite, kol tepalas tolygiai pasiskirstys per visą takelio ilgį.



TAKELIO ĮTEMPIMO REGULIAVIMAS

Dėl nuolatinio bėgimo takelio naudojimo takelį gali reikėti įtempti. Takelį reikia įtempti, kai treniruotės metu jis pradeda slysti, judėti į šonus arba susisukti. Per laisvai įtemptas takelis gali sustoti variklio veikimo metu. Padėkite bėgimo takelį ant lygaus paviršiaus. Įjunkite bėgimo takelį maždaug 6-8 km/h greičiu, stebėkite bėgimo takelio nuokrypį laipsni.

- Negalima per stipriai įtempti takelio, nes tai gali sukelti variklio, veleno ar guolių gedimus.
- Tinkamai įtemptą takelį galima pakelti ant jo kraštų maždaug 5-7,5 cm aukščiau. Tai labai lengva patikrinti - jis tinkamai įtemptas, kai po juo telpa 3 pirštai.



TAKELIO ĮTEMPIMO DIDINIMAS

Dalių rinkinyje rasite specialų raktą. Įkiškite jį į kairįjį takelio reguliavimo varžtą, esantį galinėje bėgimo takelio dalyje. Pasukite raktą pagal laikrodžio rodyklę 90 laipsnių kampą (C paveikslas).

Tokiu būdu įtempsite galinį volelį ir padidinsite takelio įtempimą. Pakartokite veiksmą pasukdami varžtą iš dešinės pusės. Atkreipkite dėmesį, kad varžtus pasuktumėte vienodai.

Kartokite veiksmus su abiem varžtais, kol takelis bus tinkamai įtemptas.

TAKELIO ĮTEMPIMO MAŽINIMAS

Norėdami sumažinti takelio įtempimą, elkitės taip pat, kaip jį didindami. Sukite raktą prieš laikrodžio rodyklę.

BĖGIMO TAKELIO CENTRAVIMAS

Dėl skirtingo bėgimo stiliaus (dažniausiai didesnės apkrovos perkėlimo ant vienos kojos) takelis gali pasislinkti į šonus ir nebūti išcentruotas. Dėl šios priežasties takeliui gali prireikti retkarčiais reguliuoti.

Takelis savaime turėtų išscentruoti bėgimo takelio veikimo metu. Jį reikia reguliuoti, jei jis pasislenka į dešinę arba į kairę pusę.

Įjunkite bėgimo takelį ir nustatykite mažą greitį (pvz., 3 km/h). Patikrinkite kuria kryptimi juda takelis.

- Jei takelis juda į dešinę pusę, įkiškite raktą į dešinįjį reguliavimo varžtą. Pasukite raktą 90 laipsnių kampą pagal laikrodžio rodyklę (A paveikslas). Stebėkite, ar takelis bus išcentruotas. Jei jis vis dar juda į dešinę, vėl pasukite varžtą 90 laipsnių kampą.
- Jei takelis juda į kairę, elkitės taip pat kaip aukščiau nurodytu atveju, bet sukiukite varžtą, esantį iš kairės pusės (B paveikslas).

APLINKA

Įrenginys tiekiamas pakuotėje, kad būtų apsaugotas nuo galimų pažeidimų transportavimo metu. Pakuotės yra neapdorotos žaliavos ir gali būti perdirbamos. Išmeskite šias medžiagas į atitinkamus spalvotus konteinerius, skirtus atskiram surinkimui.



Saugokite aplinką ir neišmeskite panaudotų baterijų į buitinių atliekų dėžę. Gražinkite jas įsigijimo vietoje arba perduokite į atskirą antrinių žaliavų saugojimo punktą. Panaudoti elektros prietaisai (įskaitant skaitiklį, maitinimo šaltinį) yra antrinės žaliavos - nemeskite jų į buitinių atliekų konteinerius, nes juose gali būti sveikatai ir aplinkai pavojingų medžiagų.

Prašome aktyviai padėti taupiai naudoti gamtos išteklius ir saugoti natūralią aplinką, atiduodant panaudotą prietaisą į antrinių žaliavų - panaudotų elektros prietaisų - saugojimo punktą.

MONTAVIMAS

Prietaiso montavimą turi kruopščiai atlikti suaugęs asmuo. Jei abejojate, paprašykite ką nors padėti turinčio daugiau patirties šioje srityje.

- Prieš pradėdami montavimą, įsitikinkite, ar rinkinyje su prietaisu yra visi elementai iš dalių sąrašo ir ar transportuojant nebuvo pažeista jokių elementų. Jei trūksta elementų arba turite pastabų, susisiekite su pardavėju.
- Susipažinkite su brėžiniais ir paaiškinimais ir montuokite pagal eilės tvarką, pateiktą montavimo instrukcijoje.
- Būkite atsargūs montuodami. Naudojant įrankius ir elementus, yra pavojus susižeisti.
- Nepamirškite pasirūpinti saugia aplinka. Nedėliokite įrankių ir montavimo elementų chaotiškai. Atminkite, kad plėvelės ir plastikiniai maišeliai kelia pavojų vaikams uždusti.
- Montavimo elementai, reikalingi atlikti tam tikrą žingsnį montavimo instrukcijoje, yra pateikti brėžiniuose ir paaiškinimuose. Naudokite elementus, nurodytus montavimo instrukcijoje.
- Pradiniuose montavimo etapuose neužveržkite dalių iki galo. Padarykite tai įdėję visus ir įsitikinę, kad jie tinkamai pritvirtinti.
- Gamintojas pasilieka teisę iš anksto sumontuoti kai kuriuos elementus.

MONTAVIMO SCHEMAS (→ Žr. puslapį 3)

DĖMESIO! Draudžiama naudoti dalis, gautas iš kitų šaltinių nei gamintojas.

DALIŲ SĄRAŠAS

Visas dalių sąrašas pateikiamas susisiekus el. paštu serwis@zipro.pl arba Zipro.store svetainėje, produkto aprašyme.

NR.	APRAŠYMAS	KIEKIS
1	Pagrindinis rėmas	1
18	Kairysis pagrindo dangtelis	1
19	Dešinysis pagrindo dangtelis	1
47	Šešiakampis raktas	1
48	Saugos užraktas	1
49	Šešiakampis raktas 6#	1
51	Silikoninė alyva	1
52	Uskersinis laikiklis S = 13, 14, 15	1
60	Varžtas su plokščia cilindrine galvute ir šešiakampiu lizdu M8 * 45	2
61	Varžtas su plokščia cilindrine galvute ir šešiakampiu lizdu M8 * 16	4
69	Savisriegis ir savaime gręžiantis varžtas su įleidžiama kryžmine galvute su poveržle 4.2*19	15
77	Standartinė spyruoklinė poveržlė #8	8
79	Ploščia poveržlė, C klasė #8	4
92	Išlenkta tarpinė #8	4

SURINKIMO INSTRUKCIJA (→ Žr. puslapį 3)

DĖMESIO! Montuodami laikykitės toliau nurodytų žingsnių ir naudokite gaminiui pridėtus įrankius.

Paruoškite pakankamai laisvos vietos įrenginio montavimui. Dėl didelio kai kurių elementų svorio rekomenduojama montuoti dviem asmenims.

INSTRUKCIJA SULANKSTYMO IR IŠLANKSTYMO (→ Žr. puslapį 6)

ĮRENGINIO SULANKSTYMAS

DĖMESIO! Prieš pradėdami lankstyti, atidžiai patikrinkite, ar visi varžtai yra priveržti.

DĖMESIO! Lankstydami saugokite savo rankas ir pirštus, kad nebūtų prispausti.

Pakelkite įrenginio bėgimo takelį į vertikalią padėtį, kol išgirsite sulankstymo mechanizmo fiksavimo garsą.

ĮRENGINIO IŠLANKSTYMAS

DĖMESIO! Atkreipkite dėmesį, kad nuleidžiant bėgimo takelį šalia nebūtų pašalinių asmenų ir gyvūnų.

Laikydami bėgimo takelį, atleiskite kojos fiksatorių (nurodytą rodykle). Nuleiskite platformą iki pagrindinio rėmo turėklų aukščio.

Nuo šio aukščio takelis savaime leis iš žemyn.

REGULIAVIMAS

Įrenginio lygiavimas

Išlyginkite įrenginį atsukdami arba prisukdami reguliavimo kojeles, esančias priekiniame ir galiniame pagrinde.

KOMPIUTERIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJA

PRADŽIA

Per 3 sekundes paspaudus mygtuką **START** įrenginys pradės veikti.

ENERGIJOS TAUPYMO FUNKCIJA

Bėgimo takelio kompiuteris automatiškai persijungs į energijos taupymo režimą, jei per 10 minučių nebus atliekami jokie veiksmai. Norėdami atnaujinti sistemą, paspauskite bet kurį klavišą.

AVARINIS ĮRENGINIO SUSTABDYMAS

DĖMESIO! Saugos raktą reikia prisegti prie drabužių kiekvienos treniruotės metu.

Jis turėtų būti naudojamas tik avarinėse situacijose, jo negalima naudoti kaip įprasto sustabdymo mygtuko.

Neteisingai įdėtas saugos raktas neleidžia paleisti bėgimo takelio.

Prieš naudodami bėgimo takelį, patikrinkite, ar sistema veikia tinkamai. Išimkite saugos raktą patraukdami už virvelės. Išėmus raktą, bėgimo takelis sustos su vėlavimu, priklausiančiu nuo darbo greičio, taip pat bus sustabdyta bėgimo takelio pakėlimo sistema. Sustabdymą parodys trumpas garsinis signalas. Visuose ekrano languose bus rodoma „---“.

Iš naujo prijungus saugos raktą, įrenginys bus iš naujo nustatytas.

PROGRAMOS

Kompiuteryje yra 3 vartotojo programos rankiniam nustatymui, 12 automatinės programos, įrašytos į atmintį, 3 atgalinio skaičiavimo režimai (laiko, kalorijų, atstumo) ir kūno riebalų matavimo funkcija („Body Fat“).

MYGTUKŲ APRĄŠYMAS

- START** - naudojamas bėgimo takeliui paleisti rankiniu režimu arba pasirinktai programai.
- STOP** - naudojamas veikiančiam bėgimo takeliui sustabdyti. Paspaudus taip pat bus iš naujo nustatyti nustatymai. Iš naujo paleidus įrenginys pradės veikti rankiniu režimu.
- PROGRAMA** - naudojamas automatinei treniruočių programai pasirinkti (P1-P12), vartotojo programai (U1-U3) arba „Body Fat“ funkcijai prieš paleidžiant bėgimo takelį.
- MODE** - leidžia pasirinkti atgalinio skaičiavimo režimą: laiko, atstumo arba kalorijų
- SPEED** - mygtukai leidžia reguliuoti (didinti ir mažinamas) greitį kas 0,1 km/h. Mygtukai yra kompiuterio konsolėje ir ant turėklų.
- GREITO GREIČIO PASIRINKIMO MYGTUKAI** – leidžia tiesiogiai pasirinkti greitį (3,6, 9, 12).
- INCLINE** – mygtukai leidžia reguliuoti (didinti ir mažinti) bėgimo tako pasvirimo kampą po 1 lygį treniruotės metu. Mygtukai yra kompiuterio konsolėje ir ant turėklų.
- GREITO PASVIRIMO KAMPO PASIRINKIMO MYGTUKAI** – leidžia tiesiogiai pasirinkti bėgimo tako pasvirimo kampą treniruotės metu (3,6,9,12).

FUNKCIJOS (SPECIFIKACIJA)

SPEED	Rodo dabartinį greitį.	0.8 -12 km/h
TIME	Skaičiuoja bendrą pratimų laiką nuo jų pradžios iki pabaigos.	00:00-99:59 min
INCLINE	Rodo dabartinį bėgimo tako pasvirimo lygį.	0-12 lygių
CALORIES	Skaičiuoja bendrą sudegintų kalorijų skaičių nuo pratimų pradžios iki pabaigos. (Matavimas yra apytikslis, skirtas palyginti skirtingas treniruotes, negali būti naudojamas gydymui).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Skaičiuoja bendrą atstumą nuo pratimų pradžios iki pabaigos.	0,0-99,9 km
PULSE	Rodo dabartinį pulsą. DĖMESIO! Pulso matavimas skirtas tik sporto tikslams (netaikomas medicinoje).	50-200 BPM

PULSO MATAVIMO FUNKCIJA

Įjungę bėgimo takelį, palaikykite abi rankas ant pulso matavimo jutiklių. Po 30 sekundžių ekrane pasirodys dabartinis pulsas.

Matavimo metu kompiuteris parodys širdies formos piktogramą.

DĖMESIO! Pulso matavimas skirtas tik sporto tikslams (netaikomas medicinoje).

PROGRAMUL RANKINĖ

Rankinis režimas yra numatytasis įrenginio darbo režimas. Bėgimo takelis pradeda veikti paspaudus **START** cūd nu este selectat niciun program de antrenament.

- Viteza implicită în modul manual este de 0,8 km/h.
- Unghiul de înclinare implicit al centurii este 0.
- Modificarea setării vitezei și a unghiului centurii de alergare este posibilă cu ajutorul butoanelor de pe computer și de pe balustrade.

PROGRAME DE ANTRENAMENT

Selectați unul dintre cele 15 programe automate de antrenament apăsând butonul **PROGRAM** până cānd numărul corespunzător este afișat pe ecran.

- Cānd este afișat programul corespunzător, apāsați **MODE**. Odatā selectat, „30:00” va fi afișat și va clipi în fereastră.
- Setarea timpului de antrenament al programului poate fi fācutā cu ajutorul butoanelor **SPEED +/-**.
- Timpul de antrenament setat este împārtit proporțional în 20 de etape. Tabelul prezintā un rezumat al etapelor și viteza și unghiul de înclinare corespunzātoare pentru fiecare program de antrenament. → Consultați pagina 117.
- Norēdami pradėti programā, paspauskite **START**.

PROGRAME UTILIZATOR

Calculatorul este echipat cu 3 programe de utilizator pentru definirea individualā: U1, U2, U3.

CONFIGURAREA PROGRAMULI UTILIZATORULI

- Budėjimo režime spauskite mygtuką **PROGRAM** pentru a selecta unul dintre programele utilizatorului. Panoul va afișa unul cāte unul numerele programelor automate, apoi programele de utilizator.
- Cānd este afișat programul corespunzător, apāsați **MODE** pentru a īncepe editarea primei secțiuni a programului.

Naudokite mygtukus **SPEED +/-** pentru a seta viteza.

Naudokite mygtukus **INCLINE +/-** bėgimo tako nuolydžio lygiui nustatyti.

- Paspauskite **MODE**, kad patvirtintumėte pirmojo skyriaus parametrų nustatymus ir pereitumėte prie kito redagavimo.

Programos susideda iš 20 sekcijų. Kartokite aukščiau nurodytus veiksmus, kol bus nustatyti visų sekcijų parametrai.

Programos bus išsaugotos kompiuterio atmintyje iki kito redagavimo.

Duomenys nebus prarasti dėl elektros energijos tiekimo sutrikimų.

VARTOTOJO PROGRAMOS PALEIDIMAS

- Įn modul standby, apāsați tasta **PROGRAM**, kad pasirinktumėte vienā iš vartotojo programų. Pasirinkus lange pasirodys ir mirksės reikšmė „30:00“.
- Utilizați butoanele **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** treniruotės laikui nustatyti. Nustatytas treniruotės laikas yra proporcingai padalintas į 20 etapų.
- Pentru a porni programul, apāsați **START**.

ATGALINIO SKAIČIAVIMO REŽIMAS

Pasirinkite vienā iš 3 atgalinio skaičiavimo režimų, paspausdami mygtuką **MODE**.

- Norēdami nustatyti atgalinę vertę, naudokite mygtukus **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Paleidus bėgimo takelį, atgalinis skaičiavimas prasidės paspaudus mygtuką **START**.

ATGALINIO SKAIČIAVIMO PARAMETRAI:

- LAIKAS:** pradinė atgalinio skaičiavimo vertė yra 30 min. Kompiuteris leidžia nustatyti laiką nuo 5 iki 99 minučių (kas 1 minutę).
- KALORIJOS:** pradinė atgalinio skaičiavimo vertė yra 50 kcal. Kompiuteris leidžia nustatyti kalorijas nuo 20 iki 990 kcal (kas 10 kcal).
- ATSTUMAS:** pradinė atgalinio skaičiavimo vertė yra 1 km. Kompiuteris leidžia nustatyti atstumą nuo 1,0 iki 99,0 km (kas 1 km).

KŪNO RIEBALŲ MATAVIMO FUNKCIJA (BODY FAT)

Spauskite mygtuką **PROGRAM**, kol ekrane pasirodys „FAT“.

Naudokite **MODE**, norėdami įvesti parametrus:

- F1 - lytis (gender) – 01 vyrai / 02 moteris
- F2 - amžius (age) – reikšmės 10-99
- F3 - ūgis (height) – reikšmės 100-220 cm
- F4 – svoris (weight) – reikšmės 20-130 kg

Užįj przycisków **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** norėdami nustatyti parametrų reikšmes.

Pasirinkus parametrus, ekrane pasirodys F5. Uždėkite abi rankas ant pulso matavimo jutiklių, po 5-6 sekundžių kompiuteris parodys informaciją FAT. FAT tikslas yra išmatuoti santykį tarp ūgio ir svorio, o ne kūno proporcijas.

Teisingas rezultatas turėtų būti tarp 19-26. Reikšmė žemesnė nei 19 reiškia nepakankamą svorį, 27-30 - atsvorį, o virš 30 - nutukimą.

DĖMESIO! Gauti rezultatai jokia būdu negali būti gydymo pagrindas arba būti atsižvelgiama į juos medicininiiais tikslais.

TRENIUOTĖS IR PRATIMŲ ETAPAI

Naudojimasis įrenginiu suteiks jums daug naudos. Visų pirma, pagerins jūsų būklę, sustiprins raumenis, o kartu su tinkama dieta leis sudeginti nereikalingus riebalus.

1. APŠILIMAS

Tai etapas, kuris pagerina kraujotaką visame kūne ir paruošia raumenis intensyviam krūviui. Taip pat sumažina mėšlungio riziką ir susižeidimus. Patartina atlikti keletą tempimo pratimų, kaip parodyta žemiau.

Jei jaučiate skausmą, nustokite sportuoti arba sumažinkite judesių amplitudę.

VIDINIŲ ŠLAUNŲ RAUMENŲ TEMPAS

Atsisėskite ant plokščio paviršiaus sulenktomis kojomis ir keliais nukreiptais į išorę. Sujunkite pėdų padus ir pritraukite juos vienas prie kito kuo arčiau. Švelniai paspauskite kelius nukreipdami juos į grindų pusę ir išlaikykite šią poziciją 15 sekundžių.

ŠLAUNŲ TEMPAS

Atsisėskite ant plokščio paviršiaus. Ištieskite dešinę koją, o kairės pėdos padą pridėkite prie dešiniojo šlaunies. Ištieskite dešinę ranką dešinės kojos pirštų kryptimi kuo toliau. Išlaikykite 15 sekundžių. Pakartokite veiksmą su kaire koją.

GALVOS SUKIMAI

Laikykite galvą tiesiai žiūrėdami į priekį. Nejudindami pečių pasukite ją į dešinę ir ištiesinkite, o paskui pasukite į kairę ir ištiesinkite.

RANKŲ KĖLIMAS

Pakelkite kuo aukščiau į viršų kairę ranką ir išlaikykite kelias sekundes. Pakartokite veiksmą su dešine ranka.

ACHILO SAUSGYSLIŲ TEMPAS

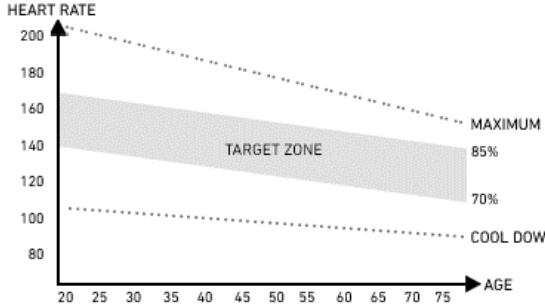
Atsistokite veidu į sieną, iškelkite kairę koją į priekį ir šiek tiek sulenkite keli. Laikykite dešinę koją atgal – tiesią, kulnas priglundęs prie grindų. Laikykite abu kulnus prispaudę prie grindų ir spauskite klubus sienos link. Išlaikykite šią poziciją 30 sekundžių. Pakartokite veiksmą iškeldami dešinę koją. Pratimų metu nepamirškite neišlenkti nugaros.

ATLENKIMAI

Atsistokite kojos suglaustos. Atsilenkite į priekį stengdamiesi kuo labiau pritraukti krūtinę prie kelių. Išlaikykite 15 sekundžių. Nepamirškite nesulenkti kelių.

2. PRATIMŲ ETAPAS

Tai yra tinkamas treniruotės etapas. Treniruokitės savo tempu, kad pasiektumėte tinkamą širdies ritmą pagal savo amžių, kaip parodyta diagramoje.



3. ATSIPALAIIDAVIMO ETAPAS

Šis etapas leidžia nuraminti kraujotaką ir atpalaiduoti raumenis. Tai yra apšilimo pratimų pakartojimas. Reikėtų atsiminti, kad nepertempumėte raumenų.

GALIMI GEDIMAI IR TAISYMO TECHNIKOS

DĖMESIO! Atidarius įrenginio korpusą prieš tai nesusisiekus su gamintojo servisu, garantija netenka galios. Jei įtariate gedimą, kurį reikia pašalinti atidarant korpusą, susisiekite su gamintojo servisu.

KLAIDOS APRAŠYMAS	GALIMOS PRIEŽASTYS	PROBLEMOS SPRENDIMAS
---- Saugos rakto problema	Saugos raktas neprijungtas. Kompiuteris yra sugadintas.	Tinkamai prijunkite saugos raktą. Susisiekite su gamintojo servisu.
E01 Kompiuteris neveikia	Kompiuteris yra neteisingai prijungtas. Jungiamasis kabelis yra sulūžęs arba nutrintas	Patikrinkite, ar tinkamai prijungti kompiuterio laidai. Patikrinkite kištukų jungtį. Jei ji teisinga, o problema vis dar išlieka, susisiekite su gamintojo serviso klientų aptarnavimo skyriumi.
	Kompiuteris yra sugadintas Ryšys tarp valdymo plokštės ir kompiuterio yra užblokuotas	Susisiekite su gamintojo servisu. Susisiekite su gamintojo servisu.
E02 Variklis neveikia	Netinkama maitinimo įtampa	Įsitinkinkite, kad įtampa yra tinkama. Jei problema vis dar išlieka, susisiekite su gamintojo serviso klientų aptarnavimo skyriumi.
	Neteisingas variklio kabelio prijungimas	Atjunkite kabelį ir vėl prijunkite. Jei problema vis dar išlieka, susisiekite

		su gamintojo servisu. Susisiekite su gamintojo servisu.
E03 Kompiuteris 15 sekundžių neaptiko signalo iš greičio jutiklio	Neteisingas jutiklio prijungimas Neteisingai prijungtas jutiklio kištukas	Susisiekite su gamintojo servisu. Patikrinkite kištukų jungtį. Jei ji teisinga, o problema vis dar išlieka, susisiekite su gamintojo serviso klientų aptarnavimo skyriumi.
	Sugedęs jutiklis	Susisiekite su gamintojo servisu.
E05 Perkrovos klaida	Variklio gedimas	Patikrinkite, ar nesudegė variklis. Jei ne, atjunkite bėgimo takelį nuo maitinimo tinklo, tada vėl prijunkite. Jei problema išlieka, susisiekite su gamintojo servisu.
	Nominali srovė valdiklyje yra per maža. Srovė viršija nominalią vertę	Pakeiskite valdiklį. Susisiekite su gamintojo servisu. Įsitinkinkite, kad naudotojo svoris neviršija maksimalios šio įrenginio vertės.
E06 Valdiklio savitūros klaida		Susisiekite su gamintojo servisu.
E07 Nerodo	Ištrauktas saugos raktas	Įdėkite saugos raktą.
E08 Valdiklio EEPROM klaida	Valdiklis sugedęs.	Susisiekite su gamintojo servisu.
Prietaisas neveikia	Nėra maitinimo Ištrauktas saugos raktas Trumpasis jungimas ON/OFF jungiklis neįjungtas	Prijunkite prietaisą prie elektros tinklo. Įdėkite saugos raktą. Susisiekite su gamintojo servisu. Įjunkite prietaisą.
Bėgimo juosta veikia ne sklandžiai	Bėgimo juosta nepakankamai sutepta Bėgimo juosta per stipriai įtempta	Sutepkite bėgimo juostą pagal instrukcijoje pateiktą informaciją. Sureguliuokite ir išlygiuokite bėgimo juostos padėtį pagal instrukcijoje pateiktą informaciją.
Bėgimo juosta yra iškreipta	Bėgimo juosta per silpnai įtempta Variklio diržas yra per mažai įtemptas	Sureguliuokite ir išlygiuokite bėgimo juostos padėtį pagal instrukcijoje pateiktą informaciją. Susisiekite su gamintojo servisu.

GARANTIJĄ

Pardavėjas, Garanto vardu, suteikia garantiją Lietuvos Respublikos teritorijoje 24 mėnesių laikotarpiui nuo pardavimo datos. Parduotos prekės garantija nepanaikina, neapriboja ir nesustabdo Pirkėjo teisių, kylančių iš Vartotojų teisių įstatymo.

Garantinis talonas yra paskutiniame puslapyje.

GARANTIJOS SĄLYGOS

- Skundai ir garantijos taikomi tik paslėptiems defektams, atsiradusiems dėl gamintojo kaltės.
- Garantija bus gerbiama parduotuvės ar serviso, klientui pateikus:
 - galiojantį, aiškiai ir teisingai užpildytą garantinį taloną su pardavimo antspaudu ir pardavėjo parašu,
 - galiojantį įrangos pirkimo įrodymą su pardavimo data, reklamuojamą prekę arba sugedusią dalį.
 - Perkant nuotoliniu būdu, garantinis talonas galioja tik pirkimo dokumento (čekio / sąskaitos faktūros) pagrindu.
- Skundas bus išnagrinėtas per 14 dienų nuo tada, kai Klientas pranešė apie defektą.
- Gamykliniai defektai ir pažeidimai, nustatyti garantiniu laikotarpiu, bus pašalinti nemokamai per 21 dieną nuo prekės pristatymo į parduotuvę ar servisą datos.
- Jei reikia importuoti dalis, garantinio remonto laikotarpis gali būti pratęstas tiek, kiek reikia joms atgabenti, bet ne ilgiau kaip 40 dienų.
- Garantija netaikoma:

- a. mechaniniams pažeidimams ir jų sukeltiems defektams,
 - b. pažeidimams ir defektams, atsiradusiems dėl netinkamo naudojimo ir laikymo, netinkamo surinkimo ir priežiūros, pažeidimams ir susidėvėjimui tokių eksploatacinių elementų kaip: trosai, diržai, guminiai elementai, pedalai, putplasčio rankenos, ratukai, guoliai, apmušalai.
 - d. veiksams, susijusiems su surinkimu, priežiūra, kuriuos, pagal naudojimo instrukciją, vartotojas privalo atlikti savo lėšomis.
7. Garantija netaikoma šiais atvejais:
 - a. pasibaigus galiojimo laikui,
 - b. jei klientas savarankiškai atliko remontą ir modifikacijas naudodamas neoriginalias dalis,
 - c. jei defektas atsirado dėl netinkamo įrengimo arba nesilaikant tinkamo naudojimo taisyklių, aprašytų naudojimo instrukcijoje,
 - d. naudojimo ne buityje,
 - e. pažeidimų, atsiradusių transportavimo metu.
8. Garantinio talono dublikatai neišduodami.
9. Pagal garantiją klientas turi teisę reikalauti šių nemokamai teikiamų kompensacijos būdų:
 - a. produkto remonto,
 - b. produkto pakeitimo,
 - c. kainos sumažinimo,
 - d. sutarties nutraukimo ir visiško patirtų išlaidų grąžinimo.
10. Norint pateikti pretenziją, reikia:
 - a. Pateikti gaminį arba jo dalį, kuriai taikoma garantija.
 - b. Pirkimo įrodymą, nurodantį pardavėjo pavadinimą ir adresą, pirkimo datą ir vietą, produkto tipą arba galiojantį garantinį taloną su parduotuvės antspaudu.
 - c. Jei pristatomas nešvarus produktas, aptarnavimo centras gali atsisakyti jį priimti arba kliento sąskaita, gavęs raštišką jo sutikimą, atlikti valymą.
11. Jei pretenzija patenkinama, įranga bus suremontuota arba pakeista nauja, arba klientui bus grąžinti pinigai. Prekės transportavimo išlaidas klientui apmoka gamintojo aptarnavimo centras.
12. Atsisakymo patenkinti garantinę pretenziją atveju klientas gaus išsamų priimto sprendimo paaiškinimą, o per 14 dienų nuo sprendimo perdavimo momento įranga bus išsiųsta klientui jo sąskaita.

CZ Návod k použití

Uživatelé,
Seznamte se s následujícími pokyny před zahájením montáže
a prvním použitím zařízení. Tato příručka obsahuje důležité informace týkající se
bezpečnosti používání a údržby zařízení. Uchovávejte jej, abyste mohli využít
informace týkající se údržby nebo objednávání náhradních dílů.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájení	220V
Maximální výkon	900 W
Hmotnost	51 kg
Provozní teplota	0°C do +40°C
Skladovací teplota	-10°C do +60°C
Maximální hmotnost uživatele	120 kg
Třída použití	Třída H
Třída přesnosti	Třída C
Rychlost	0.8 -12 km/h
Sklon	12 úrovní
Norma výrobku (hlavní)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Účel použití	Elektrický běžecký pás pro domácí použití

BEZPEČNOST

POZOR! Zařízení smí být používáno výhradně v souladu s jeho určením, tzn. k
tréninku dospělými osobami. Jakékoli jiné použití zařízení může být nebezpečné.
Výrobce nemůže být činen odpovědným za škody, které byly způsobeny
nesprávným používáním zařízení.

- Zařízení bylo navrženo a zkonstruováno na základě nejnovějších poznatků z oblasti bezpečnosti. Nebezpečné prvky, které potenciálně mohou představovat riziko poranění, byly eliminovány nebo relativně zajištěny.
- Opravy a změny svépomocí nejsou povoleny.
- Jednou za jeden nebo dva měsíce zkontrolujte správné utažení šroubů, vrutů a matic.
- Za účelem trvalého zajištění bezpečnosti pravidelně (tj. jednou ročně) kontrolujte a udržujte zařízení ve specializované prodejně.
- Všechny změny na zařízení, které nebyly popsány v tomto návodu, mohou být příčinou poškození nebo přímo ohrožovat zdraví a život cvičící osoby. Změny na zařízení smí provádět výhradně pracovníci servisu výrobce nebo osoby jím v tomto rozsahu vyškolené.
- Všechna zařízení podléhají neustálým inovacím za účelem zajištění vysoké kvality. Z tohoto důvodu si výrobce vyhrazuje právo provádět technické změny.
- Veškeré dotazy nebo pochybnosti týkající se zařízení směřujte na specializovanou prodejnu.

POZOR! Dodržujte zásady obecných předpisů a bezpečnostních opatření platných pro manipulaci s elektrickými zařízeními.

- **Zařízení je napájeno síťovým napětím 220 V.**
- Všechna elektrická zařízení během provozu vyzařují elektromagnetické záření. Pokud jsou v blízkosti elektronického řídicího systému nebo kokpitu umístěna jiná zařízení vyzařující takové záření (např. mobilní telefony), některé hodnoty (jako např. tepová frekvence) mohou být zkresleny.
- **POZOR!** Nikdy neprovádějte svépomocí žádné úpravy v elektrické síti. Takové změny zadávejte specialistům.
- **POZOR!** Nezapomeňte před zahájením provádění veškerých oprav, údržby nebo čištění zařízení vytáhnout zástrčku napájení ze zásuvky.
- K připojení zařízení nepoužívejte prodlužovací kabely.
- Pokud nebudete zařízení delší dobu používat, vytáhněte jeho zástrčku napájení ze zásuvky.
- Dbějte na to, aby elektrický kabel nebyl přimáčkнутý a jeho uložení nezpůsobovalo riziko zakopnutí o něj.

UZEMNĚNÍ

Uzemnění chrání před rizikem úrazu elektrickým proudem. Zařízení má kabel a zástrčku s uzemněním. Zástrčka musí být připojena do správně nainstalované a řádně uzemněné síťové zásuvky.

NEBEZPEČÍ! Nesprávné připojení kabelu může způsobit riziko úrazu elektrickým proudem.

- Před připojením zařízení k napájení se ujistěte, že místní napětí odpovídá typu zástrčky.
- Nemodifikujte zástrčku, pokud nepasuje do zásuvky. V takovém případě zadejte instalaci jiné zásuvky kvalifikovanému elektrikáři.

POZOR! Osoby zdržující se v blízkosti během používání zařízení je třeba upozornit na případná nebezpečí. Zachovávejte zvláštní opatrnost v přítomnosti dětí.

POZOR! Před zahájením cvičení se poradte s lékařem za účelem ujištění se, že nemáte žádné zdravotní kontraindikace pro provádění tréninků na zařízení. Na základě názoru specialisty si můžete vypracovat svůj tréninkový plán. Nesprávné zvolení programu nebo nadměrné cvičení může být nebezpečné pro vaše zdraví a život.

VÝSTRAHA! Systémy monitorování srdeční frekvence mohou být nepřesné. Přetížení během cvičení může vést k vážným zraněním nebo smrti. Pokud se cítíte slabí, okamžitě přestaňte cvičit.

POZOR! Bezpodmínečně dodržujte pokyny pro vedení tréninku obsažené v tomto návodu.

- Při výběru místa pro trénink zvažte zajištění bezpečných vzdáleností od možných překážek. Neumísťujte zařízení v blízkosti komunikačních tras (silnic, bran, průchodů atd.).
- Je zakázáno používat zařízení v těsné blízkosti od zdi. Bezpečnostní zóna je 2000 mm a alespoň tak široká jako zařízení.

POZOR! Během montáže zařízení buďte opatrní a nedovolte dětem, aby se zdržovaly v blízkosti. Během montáže se používají drobné díly (matice, šrouby atd.), které mohou spolknout.

ZBYTKOVÉ RIZIKO

- V situaci, kdy není použita ochrana proti pádu nebo je použita nesprávně, existuje zbytkové riziko, tj. pád osoby způsobující oděnění kůže, modřiny, zlomeniny nebo v nejhorším případě smrt.
- Existuje zbytkové riziko neúmyslného přetížení cvičící osoby způsobeného nesprávnou obsluhou nebo nesprávným odhadem a také nesprávným přenosem dat (v důsledku elektromagnetického rušení, chyby softwaru atd.).
- Ani nejlepší zabezpečení softwaru a hardwaru nevylučuje chybu softwaru nebo hardwaru a může teoreticky způsobit přetížení cvičící osoby.
- Produkt je elektrické zařízení, proto nelze vyloučit úraz elektrickým proudem, který může vést ke smrti.
- Nelze vyloučit zbytkové riziko udušení.
- Riziko lze omezit dodržováním informací o bezpečnosti obsažených v návodu k obsluze.
- Nelze vyloučit, že neúmyslné nebo nedovolené použití způsobí jiná, neuvedená rizika, a uvedená rizika byla odhadnuta nesprávně.

V analýze rizik bylo hodnocení provedeno na základě „současného stavu zařízení“. Z provedeného hodnocení a kontroly produktu vyplývá, že pravděpodobnost výskytu nepřijatelného rizika je velmi nízká. Zařízení (jeho konstrukce, způsob fungování a použití) nezpůsobuje – za normálních podmínek – neopodstatněné riziko pro cvičící osobu ani třetí osoby.

MANIPULAČNÍ ZNAČKY NA PŘEPRAVNÍCH OBALECH

	Touto stranou nahoru. Nepřevracet.
	Chraňte před pádem.
	Obal vhodné k recyklaci.
	Elektroodpad. Je nutné odevzdat použité zařízení do recyklačního střediska.
	Opatrně, křehké. Možnost poškození. Zachovejte opatrnost.
	Chraňte před vlhkostí.
	Pozor těžký výrobek.
	Skladovat maximálně v 8 vrstvách.
	Produkt obsahuje návod k obsluze.

 **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
Neotvírejte nožem.



Obal vyrobený z lepenky a plastů.
Žádáme Vás o třídění odpadu v souladu s místními pravidly.



Obal vyrobený z lepenky a plastů. Žádáme Vás o třídění odpadu v souladu s místními pravidly.



Obal vyrobený z lepenky.



Obal byl vyroben s ohledem na odpovědnost za životní prostředí a recyklaci. Žádáme Vás o třídění odpadu v souladu s místními pravidly.

OBSLUHA

Před zahájením tréninku se ujistěte, že je zařízení správně namontováno.

- Před zahájením prvního tréninku se seznámte se všemi funkcemi a možnostmi nastavení zařízení.
- Zařízení obsahuje prvky, které mohou být vystaveny korozi. Z tohoto důvodu se nedoporučuje, aby zůstávalo ve vlhké místnosti. Je také třeba dbát na to, aby zařízení (zejména jeho vnitřní a elektronické součásti) nebylo vystaveno kontaktu s vodou, nápoji, potem atd.
- Zařízení je určeno pouze pro trénink dospělých a v žádném případě není hračkou pro děti. Pokud na vlastní odpovědnost dovolíte dětem, aby jej používaly, bezpodmínečně je poučte o správném používání a neustále je dohlížejte.
- Zařízení není vhodné pro terapeutické účely.
- Během provozu zařízení se mohou vyskytnout tiché šумы při setrvačném pohybu setrvačnicku, které vyplývají z typu konstrukce. Nemají žádný vliv na fungování zařízení.
- Emise hluku během zatížení je vyšší než bez zatížení.
- Před zahájením každého tréninku zkontrolujte správnost zabezpečení a šroubových a zásuvných spojů.
- Během tréninku na zařízení nezapomeňte na vhodnou obuv (sportovní obuv).

ÚDRŽBA

Pro zajištění maximální bezpečnosti používání běžeckého pásu se doporučuje jeho pravidelná kontrola z hlediska opotřebení prvků. To se týká kontroly utažení a stavu matic, šroubů, pohyblivých částí, pouzder atd. Skladujte zařízení v suchém a teplém místě. Nevystavujte zařízení slunečnímu záření.

POZOR! Před zahájením údržby vždy vypněte běžecký pás a odpojte jej od napájení.

ČIŠTĚNÍ

Pravidelné čištění zařízení prodlouží jeho životnost a zachová jeho vysokou účinnost.

K čištění běžeckého pásu používejte měkký vlhký hadřík. To se netýká elektrických prvků, motoru, vnitřních částí - nedovolte, aby se do těchto míst dostala voda. Čištění povrchu běžeckého pásu (a prostor pod ním) před působením vody.

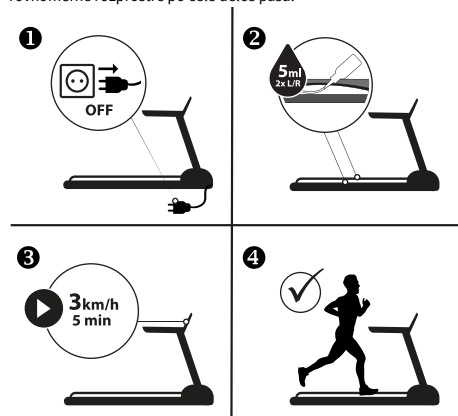
ČIŠTĚNÍ MOTORU

Alespoň jednou ročně odstraňte prach z motoru. Chcete-li to provést, nejprve vypněte běžecký pás z napájení a po uplynutí přibližně 1 hodiny odstraňte kryt motoru. Pomocí stlačeného vzduchu nebo štětce opatrně odstraňte nahromaděný prach. Po opětovné montáži krytu motoru a připojení k napájení můžete spustit běžecký pás.

MAZÁNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU

Četnost mazání běžeckého pásu závisí na intenzitě jeho používání. Pokud zařízení pracuje více než 5 hodin týdně, doporučuje se mazání každé 2-3 měsíce. V případě méně intenzivního používání běžeckého pásu je třeba jej mazat jednou za 7-8 měsíců.

1. Před zahájením mazání běžeckého pásu vypněte běžecký pás a odpojte jej od napájení.
2. Nanášejte mazivo pod běžecký pás z obou stran po přibližně 5 ml. Nejvíce jej použijte v místech, kde mají chodidla kontakt s pásem během běhu.
3. Spusťte běžecký pás s nízkou rychlostí (např. 3 km/h) a počkejte, až se mazivo rovnoměrně rozprostře po celé délce pásu.



NASTAVENÍ NAPNUTÍ PÁSU

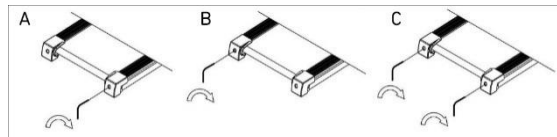
Běžecký pás může v důsledku stálého používání běžeckého pásu vyžadovat napnutí. Pás vyžaduje napnutí, když během tréninku začne klouzat, posouvat se do stran nebo ohrnovat.

Příliš volně napnutý pás se může zastavit během provozu motoru.

Umístěte běžecký pás na rovnou plochu. Spusťte běžecký pás s rychlostí přibližně 6-8 km/h, sledujte stupeň odchýlení běžeckého pásu.

- Nenapínejte pás příliš silně, protože to může způsobit poruchy m.in. motoru, hřídele nebo ložisek.

- Správně napnutý pás lze zvednout na jeho okrajích do výšky přibližně 5-7,5 cm. Velmi snadno to zkontrolujete - správně napnutý je, když se pod něj vejdou 3 prsty.



ZVÝŠENÍ NAPNUTÍ PÁSU

V sadě dílů najdete speciální klíč. Umístěte jej do levého šroubu pro nastavení pásu umístěného v zadní části běžeckého pásu. Otočte klíčem ve směru hodinových ručiček o 90 stupňů (obrázek C). Tímto způsobem napnete zadní váleček a zvýšíte napnutí pásu. Opakujte činnost otočením šroubu z pravé strany. Dbejte na to, aby se šrouby otočily stejně. Opakujte činnosti pro oba šrouby, dokud pás nebude správně napnutý.

SNÍŽENÍ NAPNUTÍ PÁSU

Chcete-li snížit napnutí pásu, postupujte stejně jako při jeho zvyšování. Klíč otáčejte proti směru hodinových ručiček.

VYSTŘEDĚNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU

V důsledku různého stylu běhu (nejčastěji většího zatížení přenášeného na jednu nohu) se pás může posouvat do stran a nebyť vystředěn. Z tohoto důvodu může pás vyžadovat čas od času seřízení.

Pás by se měl samovolně vystředit během provozu běžeckého pásu. Vyžaduje seřízení v případě, že se posouvá směrem k pravé nebo levé straně.

Spusťte běžecký pás a nastavte jeho nízkou rychlost (např. 3 km/h). Zkontrolujte ve kterém směru se pás posouvá.

- Pokud se pás posouvá doprava, umístěte klíč do pravého šroubu pro nastavení. Otočte klíčem o 90 stupňů ve směru hodinových ručiček (obrázek A). Sledujte, zda se pás vystředí. Pokud se stále posouvá doprava, znovu otočte šroub o 90 stupňů.
- Pokud se pás posouvá doleva, postupujte stejně jako v případě výše, ale otáčejte šroub umístěný z levé strany (obrázek B).

ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

Zařízení je dodáváno v obalu pro ochranu před případným poškozením během přepravy. Obaly jsou nepracované suroviny a mohou být recyklovány. Vyhazujte tyto materiály do příslušných barevných kontejnerů určených pro selektivní sběr.



Chraňte životní prostředí a nevyhazujte použité baterie do domovního odpadkového koše. Odevzdávejte je v místě zakoupení nebo je předejte do vyhrazeného místa pro skladování druhotných surovin.

Použitá elektrická zařízení (včetně měřiče, napájecího zdroje) jsou druhotné suroviny - nevyhazujte je do nádob na domovní odpad, protože mohou obsahovat látky nebezpečné pro zdraví a životní prostředí. Žádáme vás o aktivní pomoc při šetrném hospodaření s přírodními zdroji a ochraně životního prostředí předáním použitého zařízení do sběrného místa druhotných surovin - použitých elektrických zařízení.

MONTÁŽ

Montáž zařízení musí být provedena pečlivě dospělou osobou. V případě pochybností požádejte o pomoc někoho s většími zkušenostmi v této oblasti.

- Před zahájením montáže se ujistěte, zda sada se zařízením obsahuje všechny prvky z seznamu dílů a zda nedošlo k poškození některých prvků během přepravy. V případě chybějících prvků nebo výhrad kontaktujte prodejce.
- Seznamte se s výkresy a vysvětlivkami a provádějte montáž v souladu s pořadím obsaženým v návodu k montáži.
- Během montáže buďte opatrní. Během používání nástrojů a prvků existuje riziko poranění.
- Nezapomeňte na udržování bezpečného prostředí. Nerozkládejte chaoticky nářadí a montážní prvky. Nezapomeňte, že fólie a sáčky z plastu představují nebezpečí udušení pro děti.
- Montážní prvky potřebné k provedení daného kroku návodu k montáži byly znázorněny na výkresech a vysvětlivkách. Používejte prvky uvedené v návodu k montáži.
- V prvních fázích montáže nedotahujte díly nadraz. Udělejte to po umístění všech a ujistěte se, že jsou správně usazené.
- Výrobce si vyhrazuje právo na předběžnou montáž některých prvků.

MONTÁŽNÍ SCHÉMA (→ Viz strana 3)

POZOR! Je zakázáno používat díly pocházející z jiných zdrojů než od výrobce.

SEZNAM DÍLŮ

Úplný seznam dílů je k dispozici po kontaktování serwis@zipro.pl nebo na webu zipro.store v popisu produktu.

Č.	POPIS	MNOŽSTVÍ
1	Hlavní rám	1
18	Levý kryt základny	1
19	Pravý kryt základny	1
47	Imbusový klíč	1
48	Bezpečnostní zámek	1
49	Imbusový klíč 6#	1
51	Silikonový olej	1
52	Ukřížová rukojeť S = 13, 14, 15	1
60	Šroub s plochou válcovou hlavou s vnitřním šestihranem M8 * 45	2
61	Šroub s plochou válcovou hlavou s vnitřním šestihranem M8 * 16	4
69	Samostatný a samovrtný šroub s kuželovou hlavou a křížovou drážkou s podložkou 4.2*19	15

77	Pružná podložka standardní #8	8
79	Plochá podložka třídy C #8	4
92	Ohnuté těsnění #8	4

NÁVOD K MONTÁŽI (→ Viz strana 3)

POZOR! Během montáže dodržujte následující kroky a používejte nástroje dodané s produktem.

Připravte dostatek volného místa pro montáž zařízení. Vzhledem k vysoké hmotnosti některých prvků se doporučuje montáž ve dvou osobách.

INSTRUKCE PRO SKLÁDÁNÍ A ROZKLÁDÁNÍ (→ Viz strana 6)

SESTAVENÍ ZAŘÍZENÍ

POZOR! Před zahájením montáže zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby utaženy.

POZOR! Při montáži dávejte pozor na ruce a prsty, aby nedošlo k jejich přiskřípnutí.

Zvedejte běžecký pás zařízení do svislé polohy, dokud neuslyšíte zvuk zámků skládacího mechanismu.

ROZKLÁDÁNÍ ZAŘÍZENÍ

POZOR! Dbejte na to, aby se v bezprostřední blízkosti nenacházely třetí osoby, když spouštíte běžecký pás ani zvířata.

Držte běžecký pás a nohou uvolněte blokaci skládacího mechanismu (označenou šipkou). Spusťte můstek do výšky model hlavního rámu.

Od této výšky bude pás samovolně klesat k zemi.

NASTAVENÍ

Vyrovnaní zařízení

Vyrovnejte zařízení odšroubováním nebo zašroubováním vyrovnávacích nožiček umístěných na přední a zadní základně.

NÁVOD K OBSLUZE POČÍTAČE

ZAČÁTEK

Během 3 sekund po stisknutí tlačítka **START** zařízení zahájí provoz.

FUNKCE ÚSPORY ENERGIE

Počítač běžeckého pásu automaticky přejde do režimu úspory energie, pokud během 10 minut nedojde k žádné aktivitě. Stisknutím libovolné klávesy systém obnovíte.

NOUZOVÉ ZASTAVENÍ ZAŘÍZENÍ

POZOR! Bezpečnostní klíč by měl být připevněn k oděvu během každého tréninku.

Měl by být používán pouze v nouzových situacích, neměl by být používán jako běžné tlačítko zastavení.

Nesprávně vložený bezpečnostní klíč znemožňuje spuštění běžeckého pásu.

Před použitím běžeckého pásu zkontrolujte správnou funkci systému. Vyjměte bezpečnostní klíč zatažením za šňůrku. Po vyjmutí klíče se běžecký pás zastaví se zpožděním vyplývajícím z rychlosti provozu, zastaven bude také systém zvedání běžeckého pásu. Zastavení signalizuje krátký zvukový alarm. Všechna okna na obrazovce zobrazí „----“.

Po opětovném připojení bezpečnostního klíče bude zařízení resetováno.

PROGRAMY

Počítač je vybaven 3 uživatelskými programy pro ruční nastavení, 12 automatickými programy uloženými v paměti, 3 režimy odpočítávání (čas, kalorií, vzdálenosti) a funkci měření tělesného tuku (Body Fat).

POPIS TLAČÍTEK

- START** – slouží ke spuštění běžeckého pásu v manuálním režimu nebo zvoleného programu.
- STOP** – slouží k zastavení běžícího běžeckého pásu. Po stisknutí dojde také k resetování nastavení. Po opětovném spuštění zařízení zahájí provoz v manuálním režimu.
- PROGRAM** – slouží k výběru automatického tréninkového programu (P1-P12), uživatelského programu (U1-U3) nebo funkce Body Fat před spuštěním běžeckého pásu.
- MODE** – umožňuje vybrat režim odpočítávání: času, vzdálenosti nebo kalorií
- SPEED** – tlačítka umožňují regulaci (zvyšování a snižování) rychlosti po 0,1 km/h. Tlačítka jsou umístěna na konzoli počítače a na madlech.
- TLAČÍTKA PRO RYCHLOU VOLBU RYCHLOSTI** – umožňují přímou volbu rychlosti (3,6, 9, 12).
- INCLINE** – tlačítka umožňují nastavení (zvyšování a snižování) úhlu sklonu běžeckého pásu o 1 úroveň během tréninku. Tlačítka jsou umístěna na konzoli počítače a na madlech.
- TLAČÍTKA PRO RYCHLOU VOLBU ÚHLU SKLONU** – umožňují přímou volbu úhlu sklonu běžeckého pásu během tréninku (3,6,9,12).

FUNKCE (SPECIFIKACE)

SPEED	Zobrazuje aktuální rychlost.	0,8 -12 km/h
TIME	Počítá celkovou dobu cvičení od začátku do konce.	00:00-99:59 min
INCLINE	Zobrazuje aktuální úroveň sklonu běžeckého pásu.	0-12 úrovní
CALORIES	Počítá celkový počet spálených kalorií od začátku do konce cvičení. (Měření je přibližné pro porovnání různých cvičebních relací, nelze jej použít k léčbě).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Počítá celkovou vzdálenost od začátku do konce cvičení.	0,0-99,9 km

PULSE	Zobrazuje aktuální puls. POZOR! Měření tepu pouze pro sportovní účely (vylučuje se lékařské použití).	50-200 BPM
-------	---	------------

FUNKCE MĚŘENÍ TEPU

Po spuštění běžeckého pásu držte obě ruce na snímačích pro měření pulsu. Po 30 sekundách se na obrazovce zobrazí aktuální puls.

Během měření počítač zobrazí ikonu ve tvaru srdce.

POZOR! Měření tepu pouze pro sportovní účely (vylučuje se lékařské použití).

MANUÁLNÍ PROGRAM

Manuální program je výchozí režim provozu zařízení. Běžecký pás v něm začne pracovat po stisknutí **START**, pokud není vybrán žádný tréninkový program.

- Výchozí rychlost v manuálním režimu je 0,8 km/h.
- Výchozí úroveň sklonu pásu je 0.
- Změna nastavení rychlosti a úhlu sklonu běžeckého pásu je možná pomocí tlačítek na počítači a na madlech.

TRÉNINKOVÉ PROGRAMY

Vyberte jeden z 15 automatických tréninkových programů stisknutím tlačítka

PROGRAM tak dlouho, dokud se na obrazovce nezobrazí příslušné číslo.

- Když se zobrazí příslušný program, stiskněte **MODE**. Po výběru se v okně zobrazí a bude blikat hodnota "30:00". Nastavení doby tréninku programu lze provést tlačítky **SPEED +/-**.
- Nastavená doba tréninku je proporcionálně rozdělena do 20 etap. Tabulka představuje přehled etap a odpovídající rychlosti a úhel sklonu pro každý tréninkový program. → [Viz strana 117](#).
- Pro spuštění programu stiskněte **START**.

UŽIVATELSKÉ PROGRAMY

Počítač je vybaven 3 uživatelskými programy pro individuální definování: U1, U2, U3.

NASTAVENÍ UŽIVATELSKÉHO PROGRAMU

- V pohotovostním režimu stiskněte tlačítko **PROGRAM**, pro výběr jednoho z uživatelských programů. Na panelu se budou postupně zobrazovat čísla automatických programů, poté uživatelské programy.
- Když se zobrazí příslušný program, stiskněte **MODE**, pro zahájení úpravy první sekce programu. Použijte tlačítka **SPEED +/-** pro nastavení rychlosti. Použijte tlačítka **INCLINE +/-** pro nastavení úrovně sklonu běžeckého pásu.
- Stiskněte **MODE**, pro potvrzení nastavení parametrů pro první sekci a přejděte k úpravě další.

Programy se skládají z 20 sekcí. Opakujte výše uvedené kroky, dokud nebudou nastaveny parametry všech sekcí.

Programy budou uloženy v paměti počítače až do jejich příští úpravy.

Data nebudou ztracena v důsledku výpadku napájení.

SPUŠTĚNÍ UŽIVATELSKÉHO PROGRAMU

- V pohotovostním režimu stiskněte tlačítko **PROGRAM**, pro výběr jednoho z uživatelských programů. Po výběru se v okně zobrazí a bude blikat hodnota "30:00". Použijte tlačítka **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** pro nastavení času tréninku. Nastavený čas tréninku je rozdělen úměrně do 20 etap.
- Pro spuštění programu stiskněte **START**.

REŽIM ODPOČÍTÁVÁNÍ

Vyberte jeden ze 3 režimů odpočítávání stisknutím tlačítka **MODE**.

- Pro nastavení odpočítávané hodnoty použijte tlačítka **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Spuštění běžeckého pásu a odpočítávání se spustí po stisknutí tlačítka **START**.

ODPOČÍTÁVANÉ PARAMETRY:

- ČAS:** počáteční hodnota odpočítávání je 30 min. Počítač umožňuje nastavení času v rozsahu 5-99 minut (po 1 minutě).
- KALORIE:** počáteční hodnota odpočítávání je 50 kcal. Počítač umožňuje nastavení kalorií v rozsahu 20-990 kcal (po 10 kcal).
- VZDÁLENOST:** počáteční hodnota odpočítávání je 1 km. Počítač umožňuje nastavení vzdálenosti v rozsahu 1,0-99,0 km (po 1 km).

FUNKCE MĚŘENÍ TĚLESNÉHO TUKU (BODY FAT)

Stiskněte tlačítko **PROGRAM**, dokud se na obrazovce nezobrazí "FAT".

Použijte **MODE**, pro zadání parametrů:

- F1 - pohlaví (gender) – 01 muž / 02 žena
- F2 - věk (age) – hodnoty 10-99
- F3 - výška (height) – hodnoty 100-220 cm
- F4 - váha (weight) – hodnoty 20-130 kg

Použijte tlačítka **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** pro nastavení hodnot parametrů.

Po zvolení parametrů se na displeji zobrazí F5. Položte obě dlaně na senzory pro měření pulsu, po 5-6 sekundách počítač zobrazí informaci FAT. FAT má za cíl změřit vztah mezi výškou a váhou, a ne proporci těla.

Správný výsledek by se měl pohybovat mezi 19-26. Hodnota pod 19 znamená podváhu, 27-30 - nadváhu, a nad 30 - obezitu.

POZOR! Získané výsledky nesmí být v žádném případě podkladem pro léčbu nebo být brány v úvahu pro lékařské účely.

TRÉNINK A FÁZE CVIČENÍ

Používání zařízení vám přinese mnoho výhod. Především zlepší vaši kondici, posílí svaly a v kombinaci s vhodnou dietou vám umožní spálit zbytečnou tukovou tkáň.

1. ROZCVIČKA

To je fáze, která zlepšuje krevní oběh v celém těle a připravuje svaly na zvýšenou námahu. Snižuje také riziko vzniku křečí a zranění. Doporučuje se provést několik protahovacích cvičení, jak je uvedeno níže. Pokud cítíte bolest, přestaňte cvičit nebo snižte rozsah prováděného pohybu.

PROTAHOVÁNÍ VNITŘNÍCH SVALŮ STEHEN

Posadte se na rovnou podložku s pokrčenými nohama a koleny směřujícími ven. Spojte chodidla a přiblížte je k sobě co nejblíže. Jemně zatlačte na kolena směrem k podložce a vydržte v této pozici po dobu 15 sekund.

PROTAHOVÁNÍ STEHEN

Posadte se na rovnou podložku. Narovnejte pravou nohu a chodidlo levé nohy přiložte k pravému stehnu. Natáhněte pravou ruku směrem k prstům pravé nohy tak daleko, jak je to možné. Vydržte po dobu 15 sekund. Opakujte s levou nohou.

OTOČENÍ HLAVY

Držte hlavu rovně a dívejte se před sebe. Aniž byste hýbali rameny, otočte ji doprava a narovnejte, a poté ji otočte doleva a narovnejte.

ZVEDÁNÍ RAMEN

Zvedněte co nejvýše levou ruku a vydržte po dobu několika sekund. Opakujte s pravou rukou.

PROTAHOVÁNÍ ACHILLOVÝCH ŠLACH

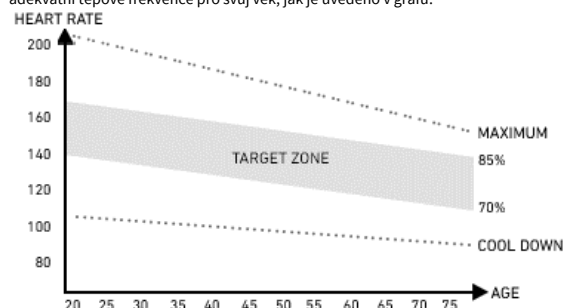
Postavte se čelem ke zdi, levou nohu vysuňte dopředu a lehce pokrčte v kolenu. Pravou držte vzadu – narovnanou, s patou položenou ploše na podložce. Držte obě paty ploše na podložce a tlačte boky směrem ke zdi. Vydržte v této pozici 30 sekund. Opakujte s vysunutou pravou nohou. Nezapomeňte, abyste při cvičení neprohýbali záda.

PŘEDKLONY

Postavte se s nohama spojenými dohromady. Proveďte předklon a snažte se co nejvíce přiblížit hrudník ke kolenům. Vydržte 15 sekund. Nezapomeňte neohýbat kolena.

2. FÁZE CVIČENÍ

Toto je správná fáze tréninku. Cvičte vlastním tempem tak, abyste dosáhli adekvátní tepové frekvence pro svůj věk, jak je uvedeno v grafu.



3. FÁZE UVOLNĚNÍ

Tato fáze umožňuje zklidnit oběh a uvolnit svaly. Jedná se o opakování zahřívacích cvičení. Měli byste pamatovat na to, abyste nepřetěžovali svaly.

MOŽNÉ PORUCHY A TECHNIKY OPRAVY

POZOR! Otevření krytu zařízení bez předchozího kontaktování servisu výrobce způsobí ztrátu záruky.

V případě podezření na poruchu vyžadující otevření krytu kontaktujte servis výrobce.

POPIS CHYBY	MOŽNÉ PŘÍČINY	ŘEŠENÍ PROBLÉMU
----	Bezpečnostní klíč není připojen.	Připojte správně bezpečnostní klíč.
Problém s bezpečnostním klíčem	Počítač je poškozený.	Kontaktujte servis výrobce.
E01	Počítač je špatně připojen.	Zkontrolujte správnost připojení kabelů počítače.
Počítač nefunguje	Propojovací kabel je zlomený nebo prodřený	Zkontrolujte připojení zástrček. Pokud je správné a problém přetrvává, kontaktujte zákaznickou podporu servisu výrobce.
	Počítač je poškozený	Kontaktujte servis výrobce.
	Spojení mezi řídicí deskou a počítačem je zablokováno	Kontaktujte servis výrobce.
E02	Nesprávné napájecí napětí	Ujistěte se, že napětí je správné. Pokud problém přetrvává, kontaktujte zákaznickou podporu servisu výrobce.
Motor nefunguje	Chybné připojení kabelu motoru	Odpojte kabel a znovu jej připojte. Pokud problém

	Poškozený ovladač	přetrvává, kontaktujte servis výrobce. Kontaktujte servis výrobce.
E03	Chybné připojení snímače Počítač nezaznamenal po dobu 15 sekund signál ze snímače rychlosti	Kontaktujte servis výrobce. Sprawdź, podłączenie wtyczek. Jeśli jest poprawne, a problem wciąż występuje, skontaktuj się z serwisem producenta.
	Poškozený snímač	Kontaktujte servis výrobce.
E05	Chyba přetížení	Porucha motoru Zkontrolujte, zda nedošlo ke spálení motoru. Pokud ne, odpojte běžecský pás od napájení a poté jej znovu připojte. Pokud problém přetrvává, kontaktujte servis výrobce.
	Jmenovitý proud v ovladači je příliš nízký.	Vyměňte ovladač. Kontaktujte servis výrobce.
	Proud je nad jmenovitou hodnotou	Ujistěte se, že hmotnost uživatele nepřesahuje maximální hodnotu pro toto zařízení.
E06	Chyba autotestu regulátoru	Kontaktujte servis výrobce.
E07	Žádné zobrazení	Odpojený bezpečnostní klíč Zapojte bezpečnostní klíč.
E08	Chyba ovladače EEPROM	Kontaktujte servis výrobce.
Zařízení nefunguje	Žádné napájení	Připojte zařízení k napájení.
	Odpojený bezpečnostní klíč Zkrat	Zapojte bezpečnostní klíč. Kontaktujte servis výrobce.
	Přepínač ON/OFF není zapnutý	Zapněte zařízení.
Běžecský pás nefunguje plynule	Běžecský pás není dostatečně promazán	Promažte běžecský pás podle informací uvedených v návodu k obsluze.
	Běžecský pás je příliš utažený	Seříďte a vyrovnejte polohu běžecského pásu podle informací uvedených v návodu k obsluze.
Běžecský pás je zkroucený	Běžecský pás je příliš málo napnutý	Seříďte a vyrovnejte polohu běžecského pásu podle informací uvedených v návodu k obsluze.
	Hnací řemen je příliš málo napnutý	Kontaktujte servis výrobce.

ZÁRUKA

Prodejce jménem ručitele poskytuje záruku na území České republiky na dobu 24 měsíců od data prodeje. Záruka na prodané zboží nevylučuje, neomezuje ani nepozastavuje práva Kupujícího vyplývající ze zákona o ochraně spotřebitele.

Záruční list naleznete na poslední straně.

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY

- Reklamační a záruka se vztahují pouze na skryté vady vzniklé vinou výrobce.
- Záruka bude respektována obchodem nebo servisem po předložení klientem:
 - platného, čitelně a správně vyplněného záručního listu s razítkem prodejce a podpisem prodejce,
 - platného dokladu o koupi zařízení s datem prodeje,
 - reklamovaného zboží nebo vadné součásti.
 V případě nákupu na dálku je záruční list platný pouze na základě dokladu o koupi (účtenka / faktura).
- Reklamační a záruka bude vyřízena do 14 dnů od okamžiku nahlášení vady Klientem.
- Výrobní vady a poškození zjištěné v záruční době budou opraveny zdarma ve lhůtě nejvýše 21 dnů od data doručení zboží do obchodu nebo servisu.
- V případě potřeby dovozu dílů ze zahraničí se může doba realizace záruční opravy prodloužit o dobu nezbytnou k jejímu dovozu, nejdéle však o 40 dní.
- Záruka se nevztahuje na:

- a. mechanické poškození a vady jím způsobené,
 - b. poškození a vady vzniklé v důsledku nesprávného používání a skladování, nesprávné montáže a údržby,
 - c. poškození a opotřebení spotřebních dílů, jako jsou: lanka, řemeny, gumové prvky, pedály, pěnové rukojeti, kolečka, ložiska, čalounění.
 - d. činnosti související s montáží, údržbou, které je uživatel povinen provést sám v souladu s návodem k obsluze.
7. Záruka se nevztahuje na následující případy:
- a. uplynutí doby platnosti,
 - b. provedení vlastních oprav a úprav zákazníkem s použitím neoriginálních dílů,
 - c. pokud vzniklá vada vyplývá z nesprávné instalace nebo v důsledku nedodržování zásad správného používání popsaných v návodu k obsluze,
 - d. používání jiného než pro domácí použití,
 - e. poškození vzniklých při přepravě.
8. Duplikáty záručního listu nebudou vydávány.
9. V rámci záruky má zákazník právo požadovat následující druhy bezplatného odškodnění:
- a. opravy produktu,
 - b. výměny produktu,
 - c. snížení ceny,
 - d. zrušení smlouvy a plné vrácení vynaložených nákladů.
10. Pro uplatnění reklamace je nutné:
- a. Předložit výrobek nebo jeho část, na kterou se záruka vztahuje.
 - b. Doklad o koupi s uvedením názvu a adresy prodávajícího, data a místa nákupu, typu výrobku nebo platný záruční list s razítkem obchodu.
 - c. V případě dodání znečištěného výrobku může servis odmítnout jeho přijetí nebo na náklady zákazníka s jeho písemným souhlasem provést čištění.
11. V případě kladného vyřízení reklamace bude zařízení opraveno nebo vyměněno za nové, nebo budou zákazníkovi vráceny peníze. Náklady na přepravu zboží k zákazníkovi hradí servis výrobce.
12. V případě zamítnutí záruční reklamace obdrží zákazník podrobné zdůvodnění přijatého rozhodnutí a do 14 dnů od okamžiku předání rozhodnutí bude zařízení odesláno zpět zákazníkovi na jeho náklady.

SK Používateľská príručka

Používateľu,
Oboznámte sa s nasledujúcimi pokynmi pred začatím montáže a prvým použitím zariadenia. Táto príručka obsahuje dôležité informácie týkajúce sa bezpečnosti používania a údržby zariadenia. Uschovajte si ju pre prípad, že budete potrebovať informácie o údržbe alebo objednávaní náhradných dielov.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájanie	220V
Maximálny výkon	900W
Hmotnosť	51 kg
Prevádzková teplota	0°C do +40°C
Skladovacia teplota	-10°C do +60°C
Maximálna hmotnosť používateľa	150 kg
Trieda použitia	Trieda H
Trieda presnosti	Trieda C
Rýchlosť	0.8 -12 km/h
Sklon	12 úrovní
Norma výrobu (hlavná)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Účel použitia	Elektrický bežecký pás na domáce použitie

BEZPEČNOST'

POZOR! Zariadenie sa smie používať výlučne v súlade s jeho určením, t. j. na tréning dospelých osôb. Akékoľvek iné použitie zariadenia môže byť nebezpečné. Výrobca nemôže byť braný na zodpovednosť za škody spôsobené nesprávnym používaním zariadenia.

- Zariadenie bolo navrhnuté a skonštruované na základe najnovších poznatkov z oblasti bezpečnosti. Nebezpečné prvky, ktoré by mohli potenciálne predstavovať riziko poranenia, boli eliminované alebo relatívne zabezpečené.
- Opravy a zmeny na vlastnú päsť nie sú povolené.
- Raz za jeden alebo dva mesiace skontrolujte správnosť dotiahnutia skrutiek, závitov a matic.
- V záujme trvalého zaistenia bezpečnosti pravidelne (t. j. raz za rok) kontrolujte a udržiavajte zariadenie v špecializovanej predajni.
- Všetky zmeny na zariadení, ktoré nie sú opísané v tomto návode môžu spôsobiť poškodenie alebo priamo ohroziť zdravie a život cvičiacej osoby. Zmeny na zariadení môžu vykonávať výlučne pracovníci servisu výrobcu alebo osoby, ktoré ním boli v tomto smere preškolené.
- Všetky zariadenia podliehajú neustálym inovačným činnostiam s cieľom zabezpečiť vysokú kvalitu. Z tohto dôvodu si výrobca vyhradzuje právo na vykonávanie technických zmien.
- Akékoľvek otázky alebo nejasnosti týkajúce sa zariadenia smerujte na špecializovanú predajňu.

POZOR! Dodržiavajte zásady všeobecných predpisov a bezpečnostných opatrení platných pre zaobchádzanie s elektrickými zariadeniami.

- Zariadenie je napájané sieťovým napätím 220V.**
- Všetky elektrické zariadenia počas prevádzky vyžarujú elektromagnetické žiarenie. Ak sa v blízkosti elektronického riadiaceho systému alebo kokpitu nachádzajú iné zariadenia vyžarujúce takúto žiarenie (napr. mobilné telefóny), niektoré hodnoty (napr. tepová frekvencia) môžu byť skreslené.
- POZOR!** Nikdy nevykonávajte na vlastnú päsť žiadne úpravy v elektrickej sieti. Takéto zmeny zverte odborníkovi.
- POZOR!** Nezabudnite, že pred začatím akýchkoľvek opráv, údržby alebo čistenia zariadenia vytiahnite zástrčku napájania zo zásuvky.
- Na pripojenie zariadenia nepoužívajte predĺžovacie káble.
- Ak nebudete zariadenie dlhší čas používať, vytiahnite jeho zástrčku napájania zo zásuvky.
- Dbajte na to, aby elektrický kábel nebol pritlačený a jeho uloženie nespôsobovalo riziko zakopnutia sa oň.

UZEMNENIE

Uzemnenie chráni pred rizikom úrazu elektrickým prúdom. Zariadenie má kábel a zástrčku s uzemnením. Zástrčka musí byť pripojená do správne nainštalovanej a riadne uzemnenej sieťovej zásuvky.

NEBEZPEČENSTVO! Nesprávne pripojenie kábla môže spôsobiť riziko úrazu elektrickým prúdom.

- Pred pripojením zariadenia k napájaniu sa uistite, že miestne napätie zodpovedá typu zástrčky.
- Neupravujte zástrčku, ak nepasuje do zásuvky. V takom prípade nechajte nainštalovať inú zásuvku kvalifikovanému elektrikárovi.

POZOR! Osoby, ktoré sa nachádzajú v blízkosti počas používania zariadenia, je potrebné upozorniť na prípadné nebezpečenstvá. Buďte obzvlášť opatrní v prítomnosti detí.

POZOR! Pred začatím cvičenia sa poraďte s lekárom aby ste sa uistili, že nemáte žiadne zdravotné kontraindikácie na vykonávanie tréningov na zariadení. Na základe

na základe názoru odborníka si môžete vypracovať svoj tréningový plán. Nesprávne zvolený program ale prehnané cvičenie môže byť nebezpečné pre vaše zdravie a život.

VÝSTRAHA! Systémy monitorovania srdcovej frekvencie môžu byť nepresné. Nadmerná námaha počas cvičenia môže viesť k vážnym zraneniam alebo smrti. Ak sa cítite slabé, okamžite prestaňte cvičiť.

POZOR! Bezpodmienečne dodržiavajte pokyny týkajúce sa vedenia tréningu uvedené v tomto návode.

- Pri výbere miesta na tréning zvážte zaistenie bezpečných vzdialeností od možných prekážok. Neumiestňujte zariadenie v blízkosti komunikačných trás (ciest, brán, priechodov atď.).
- Je zakázané používať zariadenie v tesnej blízkosti od steny. Bezpečnostná zóna je 2000 mm a minimálne takej šírky ako zariadenie.

POZOR! Počas montáže zariadenia buďte opatrní a nedovoľte deform, aby sa zdržiavali v blízkosti. Počas montáže sa používajú malé časti (matice, skrutky atď.), ktoré môžu prehltnúť.

REZIDUÁLNE RIZIKO

- V situácii, keď sa nepoužije ochrana proti pádu alebo sa použije, ale nesprávne, existuje reziduálne riziko, t. j. pád osoby spôsobujúci odreniny kože, modriny, zlomeniny alebo v najhoršom prípade smrť.
- Existuje reziduálne riziko neúmyselného preťaženia cvičiacej osoby spôsobené nesprávnou obsluhou alebo nesprávnym posúdením, ako aj nesprávnym prenosom údajov (z dôvodu elektromagnetického rušenia, chyby softvéru atď.).
- Aj najlepšia ochrana softvéru a hardvéru nevylučuje chybu softvéru alebo hardvéru a teoreticky môže spôsobiť preťaženie cvičiacej osoby.
- Produkt je elektrické zariadenie, preto nemožno vylúčiť zásah elektrickým prúdom, ktorý môže viesť k smrti.
- Nemožno vylúčiť reziduálne riziko udusenía.
- Riziko sa dá obmedziť dodržiavaním informácií o bezpečnosti uvedených v návode na obsluhu.
- Nemožno vylúčiť, že neúmyselné alebo nepovolené použitie spôsobí iné, nezohľadnené riziko, a zohľadnené riziko bolo odhadnuté nesprávne.

V analýze rizika sa hodnotenie vykonalo na základe „súčasného stavu zariadenia“. Z vykonaného posúdenia a kontroly produktu vyplýva, že pravdepodobnosť výskytu neprípustného rizika je veľmi nízka. Zariadenie (jeho konštrukcia, spôsob fungovania a použitie) nespôsobuje – za normálnych podmienok – neopodstatnené riziko pre cvičiaceho ani pre tretie osoby.

MANIPULAČNÉ ZNAČKY NA PREPRAVNÝCH OBALOCH

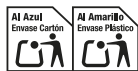
-  Touto stranou nahor. Neprevracat.
-  Chrániť pred pádom.
-  Obal vhodný na recykláciu.
-  Elektroodpad. Je potrebné odovzdať použité zariadenie do zberného dvora.
-  Opatrne, krehké. Možnosť poškodenia. Buďte opatrní.
-  Chrániť pred vlhkosťou.
-  Pozor, ťažký produkt.
-  Skladovať maximálne v 8 vrstvách.

 Produkt obsahuje návod na obsluhu.

 **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
Neotvárať nožom.



Obal vyrobený z kartónu a plastov.
Žiadame vás, aby ste odpad triedili v súlade s miestnymi pravidlami.



Obal vyrobený z kartónu a plastov. Žiadame vás, aby ste odpad triedili v súlade s miestnymi pravidlami.



Obal vyrobený z kartónu.



Obal bol vyrobený s ohľadom na zodpovednosť za životné prostredie a recykláciu. Žiadame vás, aby ste odpad triedili v súlade s miestnymi pravidlami.

OBSLUHA

Pred začatím tréningu sa uistite, že je zariadenie správne namontované.

- Pred začatím prvého tréningu sa zoznámte so všetkými funkciami a možnosťami nastavenia zariadenia.
- Zariadenie má prvky, ktoré môžu byť vystavené korózii. Z tohto dôvodu sa neodporúča, aby zostávalo vo vlhkej miestnosti. Tiež by ste sa mali uistiť, že aby zariadenie (najmä jeho vnútorné a elektronické komponenty) nebolo vystavené kontaktu s vodou, nápojmi, potom atď.
- Zariadenie je určené len na tréning pre dospelých a v žiadnom prípade nie je hračka pre deti. Ak na vlastnú zodpovednosť dovolíte deťom, aby ho používali, bezpodmienečne ich poučte o správnom používaní a neustále ich dohliadajte.
- Zariadenie nie je vhodné na terapeutické účely.
- Počas prevádzky zariadenia sa môžu vyskytnúť tiché zvuky pri zotrvačnom pohybe zotrvačníka, ktoré sú spôsobené typom konštrukcie. Nemajú žiadny vplyv na fungovanie zariadenia.
- Emisia hluku pri zaťažení je vyššia ako bez zaťaženia.
- Pred začatím každého tréningu skontrolujte správnosť bezpečnostných prvkov a skrutkových a zásuvných spojov.
- Počas tréningu na zariadení nezabúdajte na vhodnú obuv (športová obuv).

ÚDRŽBA

Pre zaistenie maximálnej bezpečnosti používania bežeckého pásu sa odporúča pravidelne kontrolovať opotrebovanie komponentov. To zahŕňa kontrolu uťahovania a stavu matic, skrutiek, pohyblivých častí, puzdier atď. Skladujte zariadenie na suchom a teplom mieste. Nevystavujte zariadenie priamemu slnečnému žiareniu.

POZOR! Pred začatím údržby vždy vypnite bežecký pás a odpojte ho od napájania.

ČISTENIE

Pravidelné čistenie zariadenia predlži jeho životnosť a zachová jeho vysoký výkon. Na čistenie bežeckého pásu používajte mäkkú vlhkú handričku. To sa nevzťahuje na elektrické komponenty, motor, vnútorné časti - zabráňte vniknutiu vody do týchto miest. Chráňte povrch bežeckého pásu (a priestor pod ním) pred vodou.

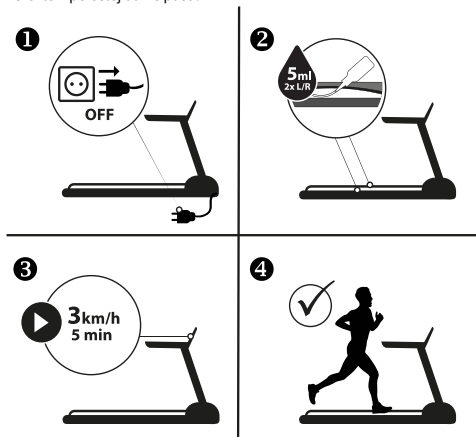
ČISTENIE MOTORA

Aspoň raz ročne odstráňte prach z motora. Ak to chcete urobiť, najprv vypnite bežecký pás z napájania a po približne 1 hodine odstráňte kryt motora. Pomocou stlačeného vzduchu alebo kefy opatrne odstráňte nahromadený prach. Po opätovnom namontovaní krytu motora a pripojení k napájaniu môžete spustiť bežecký pás.

MAZANIE BEŽECKÉHO PÁSU

Frekvencia mazania bežeckého pásu závisí od intenzity jeho používania. Ak zariadenie pracuje viac ako 5 hodín týždenne, odporúča sa mazanie každé 2-3 mesiace. V prípade menej intenzívneho používania bežeckého pásu by sa mal mazať raz za 7-8 mesiacov.

1. Pred mazaním bežeckého pásu vypnite bežecký pás a odpojte ho od napájania.
2. Naneste mazivo pod bežecký pás z oboch strán po približne 5 ml. Najviac ho použite v miestach, kde sa nohy dotýkajú pásu počas behu.
3. Spustite bežecký pás pri nízkej rýchlosti (napr. 3 km/h) a počkajte, kým sa mazivo rovnomerne nerozloží po celej dĺžke pásu.



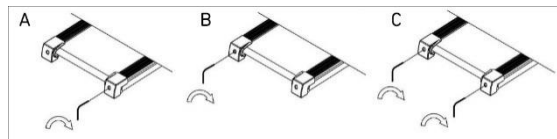
NASTAVENIE NAPNUTIA PÁSU

Bežecký pás môže vyžadovať napnutie v dôsledku neustáleho používania bežeckého pásu. Pás je potrebné napnúť, ak sa počas tréningu začne kĺzať, pohybovať sa do strán alebo ohýbať.

Príliš voľne napnutý pás sa môže zastaviť počas prevádzky motora.

Umiestnite bežecký pás na rovný povrch. Spustite bežecký pás rýchlosťou približne 6-8 km/h a sledujte stupeň odchýlky bežeckého pásu.

- Pás by sa nemal príliš uťahovať, pretože to môže spôsobiť poruchy, napr. motora, hriadeľa alebo ložísk.
- Správne napnutý pás sa dá zdvihnúť na jeho okrajoch do výšky približne 5-7,5 cm. Je to veľmi jednoduché skontrolovať - správne napnutý je, keď sa pod neho zmestia 3 prsty.



ZVÝŠENIE NAPNUTIA PÁSU

V súprave dielov nájdete špeciálny kľúč. Umiestnite ho do ľavej skrutky na nastavenie pásu umiestnenej v zadnej časti bežeckého pásu. Otočte kľúč v smere hodinových ručičiek o 90 stupňov (obrázok C).

Týmto spôsobom napnete zadný valček a zvýšite napnutie pásu. Opakujte činnosť otočením skrutky z pravej strany. Dbajte na to, aby ste skrutky otáčali rovnako. Opakujte kroky pre obe skrutky, kým nie je pás správne napnutý.

ZNÍŽENIE NAPNUTIA PÁSU

Ak chcete znížiť napnutie pásu, postupujte rovnako ako pri jeho zvyšovaní. Otočte kľúč proti smeru hodinových ručičiek.

VYSTREDENIE BEŽECKÉHO PÁSU

V dôsledku odlišného štýlu behu (najčastejšie väčšieho zaťaženia prenášaného na jednu nohu) sa pás môže pohybovať do strán a nemusí byť vycentrovaný. Z tohto dôvodu môže pás vyžadovať občasné nastavenie.

Pás by sa mal počas prevádzky bežeckého pásu automaticky vycentrovať. Vyžaduje si nastavenie v prípade, že sa pohybuje smerom doprava alebo doľava.

Spustite bežecký pás a nastavte nízku rýchlosť (napr. 3 km/h). Skontrolujte ktorým smerom sa pás pohybuje.

- Ak sa pás pohybuje doprava, umiestnite kľúč do pravej skrutky na nastavenie. Otočte kľúč o 90 stupňov v smere hodinových ručičiek (obrázok A). Sledujte, či sa pás vycentruje. Ak sa stále pohybuje doprava, znova otočte skrutku o 90 stupňov.
- Ak sa pás pohybuje doľava, postupujte rovnako ako v prípade vyššie, ale otočte skrutku umiestnenú na ľavej strane (obrázok B).

ŽIVOTNÉ PROSTREDIE

Zariadenie sa dodáva v obale na ochranu pred prípadným poškodením počas prepravy. Obaly sú nespracované suroviny a môžu sa recyklovať. Vyhádzajte tieto materiály do príslušných farebných nádob určených na selektívny zber.



Chráňte životné prostredie a nevyhadzujte použité batérie do domáceho odpadkového koša. Odovzdajte ich v mieste nákupu alebo ich odovzdajte do vyhradeného miesta na skladovanie druhotných surovín.

Použité elektrické zariadenia (vrátane merača, napájacieho zdroja) sú druhotné suroviny - nevyhadzujte ich do nádob na domový odpad, pretože môžu obsahovať látky nebezpečné pre zdravie a životné prostredie. Žiadame vás o aktívnu pomoc pri šetrenom hospodárení s prírodnými zdrojmi a ochrane životného prostredia odovzdaním použitého zariadenia do zberného miesta druhotných surovín - použitých elektrických zariadení.

MONTÁŽ

Montáž zariadenia musí byť starostlivo vykonaná dospelou osobou. V prípade pochybností požiadajte o pomoc niekoho s väčšími skúsenosťami v tejto oblasti.

- Pred začatím montáže sa uistite, či súprava so zariadením obsahuje všetky prvky z zoznamu dielov a či nedošlo k poškodeniu niektorých prvkov počas prepravy. V prípade chýbajúcich prvkov alebo výhrad kontaktujte predajcu.
- Oboznámte sa s výkresmi a vysvetlivkami a vykonajte montáž v súlade s poradím uvedeným v návode na montáž.
- Buďte opatrní počas montáže. Počas používania náradia a prvkov existuje riziko poranenia.
- Nezabúdajte na zachovanie bezpečného prostredia. Nerozkladajte chaoticky náradie a montážne prvky. Nezabúdajte, že fólie a vrecká z plastu predstavujú nebezpečenstvo udusenía pre deti.
- Montážne prvky potrebné na vykonanie daného kroku návodu na montáž boli znázornené na výkresoch a vysvetlivkách. Používajte prvky uvedené v návode na montáž.
- V prvých fázach montáže nedotahujte diely úplne. Urobte to po umiestnení všetkých dielov a uistení sa, že sú správne osadené.
- Výrobca si vyhradzuje právo na predbežnú montáž niektorých prvkov.

MONTÁŽNA SCHÉMA (→ Pozri strana 3)

POZOR! Zakazuje sa používať diely pochádzajúce z iných zdrojov ako od výrobcu.

ZOZNAM DIELOV

Úplný zoznam dielov je k dispozícii po kontakte na serwis@zipro.pl alebo na stránke Zipro.store v popise produktu.

Č.	POPIŠ	MNOŽSTVO
1	Hlavný rám	1
18	Ľavý kryt základne	1
19	Pravý kryt základne	1
47	Imbusový kľúč	1
48	Bezpečnostný zámok	1
49	Imbusový kľúč 6#	1
51	Silikónový olej	1
52	Uchyt krížový S = 13, 14, 15	1

60	Skrutka s plochou valcovou hlavou a šesťhrannou objímkou M8 * 45	2
61	Skrutka s plochou valcovou hlavou a šesťhrannou objímkou M8 * 16	4
69	Samorezná a samovŕtacia skrutka so zapustenou krížovou hlavou s podložkou 4.2*19	15
77	Pružná podložka štandardná #8	8
79	Plochá podložka triedy C #8	4
92	Ohnuté tesnenie #8	4

NÁVOD NA MONTÁŽ (→ Pozri stranu 3)
POZOR! Počas montáže dodržujte nasledujúce kroky a používajte nástroje, ktoré sú súčasťou produktu.
Pripravte si dostatok voľného priestoru na montáž zariadenia. Vzhľadom na vysokú hmotnosť niektorých prvkov sa odporúča montáž dvoma osobami.

INÁVOD NA SKLADANIE A ROZKLADANIE (→ Pozri stranu 6)

SKLADANIE ZARIADENIA
POZOR! Pred začatím montáže dôkladne skontrolujte, či sú všetky skrutky dotiahnuté.
POZOR! Počas montáže dávajte pozor na ruky a prsty, aby ste ich nepricvikli.
Zdvihnite bežecký pás zariadenia do zvislej polohy, kým nebudete počuť zvuk zámku skladacieho mechanizmu.

ROZKLADANIE ZARIADENIA
POZOR! Dávajte pozor, aby sa pri spúšťaní bežeckého pásu v bezprostrednej blízkosti nenachádzali tretie osoby a zvieratá.
Pri držaní bežeckého pásu uvoľnite nohou záмок skladacieho mechanizmu (označený šípkou). Spustíte mostík do výšky madiel hlavného rámu. Od tejto výšky bude pás samovoľne padať smerom k podlahe.

NASTAVENIA
Vyrovnanie zariadenia
Vyrovnejte zariadenie odskrutkovaním alebo zaskrutkovaním vyrovnávacích nožičiek umiestnených na prednej a zadnej základni.

NÁVOD NA OBSLUHU POČÍTAČA

ZAČIATOK
V priebehu 3 sekúnd po stlačení tlačidla **START** zariadenie začne pracovať.

FUNKCIA ÚSPORY ENERGIE
Počítač bežeckého pásu sa automaticky prepne do režimu úspory energie, ak do 10 minút nevykonáte žiadnu akciu. Stlačením ľubovoľného klávesu obnovíte systém.

NÚDZOVÉ ZASTAVENIE ZARIADENIA
POZOR! Bezpečnostný kľúč by mal byť pripavený k odevu počas každého tréningu.
Mal by sa používať iba v núdzových situáciách, nemal by sa používať ako bežné tlačidlo zastavenia.
Nesprávne vložený bezpečnostný kľúč znemožňuje spustenie bežeckého pásu.
Pred použitím bežeckého pásu skontrolujte správnosť fungovania systému. Vytiahnite bezpečnostný kľúč potiahnutím za šnúрку. Po vytiahnutí kľúča sa bežecký pás zastaví s oneskorením vyplývajúcim z rýchlosti práce, zastavený bude aj systém zdvíhania bežeckého pásu. Zastavenie signalizuje krátky zvukový alarm. Všetky okná na obrazovke zobrazia „---“.
Po opätovnom pripojení bezpečnostného kľúča sa zariadenie resetuje.

PROGRAMY
Počítač je vybavený 3 užívateľskými programami pre manuálne nastavenie, 12 automatickými programami uloženými v pamäti, 3 režimy odpočítavania (času, kalórií, vzdialenosti) a funkciu merania telesného tuku (Body Fat).

POPIS TLAČIDIEL

- START** – slúži na spustenie bežeckého pásu v manuálnom režime alebo vybraného programu.
- STOP** – slúži na zastavenie bežiaceho bežeckého pásu. Po stlačení sa tiež resetujú nastavenia. Po opätovnom spustení zariadenie začne pracovať v manuálnom režime.
- PROGRAM** – slúži na výber automatického tréningového programu (P1-P12), užívateľského programu (U1-U3) alebo funkcie Body Fat pred spustením bežeckého pásu.
- REŽIM** – umožňuje vybrať režim odpočítavania: času, vzdialenosti alebo kalórií
- RÝCHLOSŤ** – tlačidlá umožňujú reguláciu (zvyšovanie a znížovanie) rýchlosti o 0,1 km/h. Tlačidlá sú umiestnené na konzole počítača a na madlách.
- Tlačidlá na voľbu rýchlosti** - umožňujú priamu voľbu rýchlosti (3,6, 9, 12)
- INCLINE** – Tlačidlá umožňujú nastaviť (zväčšiť a zmenšiť) uhol bežeckého pásu v krokoch po 1 stupni počas tréningu. Tlačidlá sa nachádzajú na konzole počítača a na madlách.
- TLAČIDLÁ NA RÝCHLU VOĽBU UHLA SKLONU** – umožňujú priamu voľbu uhla bežeckého pásu počas tréningu (3,6,9,12).

FUNKCIE (SPECYFIKACJA)		
SPEED	Zobrazuje aktuálnu rýchlosť.	0.8 -12 km/h
TIME	Počíta celkový čas cvičenia od začiatku do konca.	00:00-99:59 min
INCLINE	Zobrazuje aktuálnu úroveň sklonu bežeckého pásu.	0-12 úrovne

CALORIES	Počíta celkový počet spaľených kalórií od začiatku do konca cvičenia.	0,0-999 kcal
DISTANCE	(Meranie je orientačné na porovnanie rôznych cvičení a nemožno ho použiť na liečbu).	0,0-99,9 km
PULSE	Počíta celkovú vzdialenosť od začiatku do konca cvičenia.	50-200 BPM

FUNKCIA MERANIA SRDCOVEJ FREKVENCIE
Po spustení bežeckého pásu držte obe ruky na snímačoch pulzu. Po 30 sekundách sa na obrazovke zobrazí aktuálny pulz.
Počas merania počítač zobrazí ikonu v tvare srdca.
POZOR! Meranie srdcovej frekvencie len na športové účely (vylúčené lekárske použitie).

MANUÁLNY PROGRAM
Manuálny program je predvolený režim prevádzky zariadenia. Bežecký pás v ňom začne pracovať po stlačení **START**, ak nie je vybraný žiadny vzdelávací program.

- Predvolená rýchlosť v manuálnom režime je 0,8 km/h.
- Predvolené nastavenie uhla pásu je 0.
- Zmena nastavenia rýchlosti a uhla bežiaceho pásu je možná pomocou tlačidiel na počítači a madlách.

VZDELÁVACIE PROGRAMY
Stláčaním tlačidla **PROGRAM** vyberte jeden z 15 automatických tréningových programov, kým sa na displeji nezobrazí príslušné číslo..

- Keď sa zobrazí požadovaný program, stlačte tlačidlo **MODE**. Po výbere sa v okne zobrazí a bliká „30:00“.
- Nastavenie tréningového času programu môžete vykonať pomocou tlačidiel **SPEED +/-**.
- Nastavený čas tréningu je proporcionálne rozdelený na 20 etáp. V tabuľke je uvedený prehľad etáp a príslušná rýchlosť a uhol sklonu pre každý tréningový program. → Pozri stranu 117.
- Pre spustenie programu stlačte **START**.

UŽÍVATEĽSKÉ PROGRAMY
Počítač je vybavený 3 užívateľskými programami na individuálne definovanie: U1, U2, U3.

NASTAVENIE UŽÍVATEĽSKÉHO PROGRAMU

- V pohotovostnom režime stlačte tlačidlo **PROGRAM**, ak chcete vybrať jeden z používateľských programov. Na paneli sa postupne zobrazia čísla automatických programov a potom užívateľské programy.
- Keď sa zobrazí požadovaný program, stlačením tlačidla **MODE** začnete upravovať prvú časť programu. Použite tlačidlá **SPEED +/-** na nastavenie rýchlosti. Použite tlačidlá **INCLINE +/-** na nastavenie úrovne sklonu bežeckého pásu.
- Stlačte **MODE**, pre potvrdenie nastavenia parametrov pre prvú sekciu a prejdite na úpravu ďalšej.

Programy sa skladajú z 20 sekcií. Opakujte vyššie uvedené kroky, kým nenastavíte parametre všetkých sekcií.
Programy sa uložia do pamäte počítača až do ich nasledujúcej úpravy.
Dáta sa nestratia v dôsledku výpadku napájania.

SPUSTENIE PROGRAMU POUŽÍVATEĽA

- V pohotovostnom režime stlačte tlačidlo **PROGRAM**, pre výber jedného z používateľských programov. Po výbere sa v okne zobrazí a bude blikáť hodnota "30:00". Používanie tlačidiel **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** na nastavenie času tréningu. Nastavený čas tréningu je proporcionálne rozdelený na 20 etáp.
- Ak chcete spustiť program, stlačte tlačidlo **START**.

REŽIM ODPOČÍTAVANIA
Vyberte jeden z 3 režimov odpočítavania stlačením tlačidla **MODE**.

- Na nastavenie odpočítavanej hodnoty použite tlačidlá **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Spustenie bežeckého pásu a odpočítavanie sa spustí po stlačení tlačidla **START**.

ODPOČÍTAVANÉ PARAMETRE:

- ČAS:** počiatočná hodnota odpočítavania je 30 min. Počítač umožňuje nastaviť čas v rozsahu 5-99 minút (po 1 minúte).
- KALÓRIE:** počiatočná hodnota odpočítavania je 50 kcal. Počítač umožňuje nastaviť kalórie v rozsahu 20-990 kcal (po 10 kcal).
- VZDIALENOSŤ:** počiatočná hodnota odpočítavania je 1 km. Počítač umožňuje nastaviť vzdialenosť v rozsahu 1,0-99,0 km (po 1 km).

FUNKCIA MERANIA TUKOVÉHO TKANIVA (BODY FAT)
Stlačte tlačidlo **PROGRAM**, kým sa na obrazovke nezobrazí "FAT".
Použite **MODE**, na zadanie parametrov:

- F1 - pohlavie (gender) – 01 muž / 02 žena
- F2 - vek (age) – hodnoty 10-99
- F3 - výška (height) – hodnoty 100-220 cm
- F4 - hmotnosť (weight) – hodnoty 20-130 kg

Používanie tlačidiel **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** na nastavenie hodnôt parametrov.
Po zadaní parametrov sa na displeji zobrazí F5. Položte obe ruky na snímače srdcovej frekvencie, po 5-6 sekundách počítač zobrazí informáciu **FAT**. **FAT** je určený na meranie vzťahu medzi výškou a hmotnosťou, a nie telesnými proporciami.
Správny výsledok by sa mal pohybovať medzi 19-26. Hodnota pod 19 znamená podváhu, 27-30 - nadváhu a nad 30 - obezitu.
UWAGA! Získané výsledky nemôžu byť za žiadnych okolností základom liečby alebo sa brať do úvahy na lekárske účely.

TRÉNING A FÁZY CVIČENIA

Používanie zariadenia vám prinesie mnoho výhod. Predovšetkým zlepši vašu kondíciu, posilní svaly a v kombinácii so správnou diétou vám umožní spáliť zbytočné tukové tkanivo.

1. ROZCVIČKA

Je to fáza, ktorá zlepšuje cirkuláciu krvi v celom tele a pripravuje svaly na zvýšenú námahu. Znižuje tiež riziko vzniku kŕčov a zranení. Odporúča sa vykonať niekoľko strečingových cvičení, ako je uvedené nižšie. Ak pociťujete bolesť, prestaňte cvičiť alebo znížte rozsah vykonávaného pohybu.

PREŤAHOVANIE VNÚTORNÝCH SVALOV STEHIEN

Sadnite si na rovnú podložku s pokrčenými nohami a kolenami smerujúcimi von. Spojte chodidlá a priblížte ich k sebe tak blízko, ako je to možné. Jemne zatlačte na kolena smerom k podložke a vydržte v tejto polohe 15 sekúnd.

PREŤAHOVANIE STEHIEN

Sadnite si na rovnú podložku. Narovnajete pravú nohu a chodidlo ľavej nohy priložte k pravému stehnu. Natiahnite pravú ruku smerom k prstom pravej nohy tak ďaleko, ako je to možné. Vydržte 15 sekúnd. Opakujte s ľavou nohou.

OTÁČANIE HLAVY

Držte hlavu rovno a pozerajte sa pred seba. Nehýbte ramenami, otočte ju doprava a narovnajete, potom otočte doľava a narovnajete.

ZDÍHANIE RAMIEN

Zdvihnite ľavú ruku čo najvyššie a vydržte niekoľko sekúnd. Opakujte s pravou rukou.

PREŤAHOVANIE ACHILOVEJ ŠLACHY

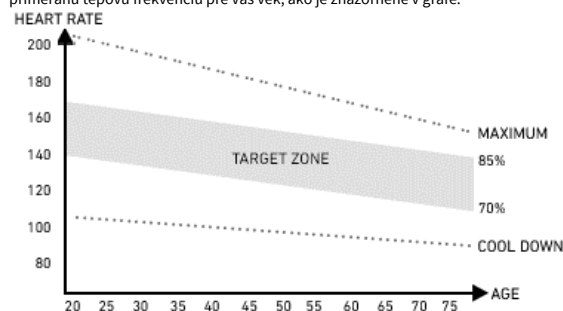
Postavte sa tvárou k stene, ľavú nohu vysuňte dopredu a mierne pokrčte v kolene. Pravú nohu držte vzadu – vystretú, s pätou položenou na zemi. Držte obe päty na zemi a tlačte boky smerom k stene. Vydržte v tejto pozícii 30 sekúnd. Opakujte s vysunutou pravou nohou. Nezabudnite, aby ste počas cvičenia neprehýbali chrbát.

PREDKLONY

Postavte sa s nohami spojenými. Urobte predklon a snažte sa čo najviac priblížiť hrudník ku kolenám. Vydržte 15 sekúnd. Nezabudnite neohýbať kolena.

2. FÁZA CVIČENÍ

Toto je správna fáza tréningu. Cvičte vlastným tempom tak, aby ste dosiahli primeranú tepovú frekvenciu pre váš vek, ako je znázornené v grafe.

**3. FÁZA UVOĽNENIA**

Táto fáza umožňuje upokojiť krvný obeh a uvoľniť svaly. Ide o opakovanie zahrievacích cvičení. Treba na to pamätať, aby ste si nenamáhalí svaly.

MOŽNÉ POŠKODENIA A TECHNIKY OPRAVY

UWAGA! Otvorenie krytu zariadenia bez predchádzajúceho kontaktovania servisu výrobcu spôsobí stratu záruky.

V prípade podozrenia na poruchu vyžadujúcu otvorenie krytu kontaktujte servis výrobcu.

POPIS CHYBY	MOŽNÉ PRÍČINY	RIEŠENIE PROBLÉMU
----- Problém s bezpečnostným kľúčom E01 Počítač nefunguje	Bezpečnostný kľúč nie je pripojený. Počítač je poškodený. Počítač je zle pripojený.	Pripojte správne bezpečnostný kľúč. Kontaktujte servis výrobcu. Skontrolujte správnosť pripojenia káblov počítača.
	Prepojovací kábel je zlomený alebo odretý	Skontrolujte pripojenie zástrčiek. Ak je správne a problém pretrváva, kontaktujte zákaznícky servis výrobcu.
	Počítač je poškodený	Kontaktujte servis výrobcu.
	Spojenie medzi riadiacou doskou a počítačom je zablokované	Kontaktujte servis výrobcu.
E02 Motor nefunguje	Nesprávne napätie	Uistite sa, že napätie je správne. Ak problém pretrváva,

	Chybné pripojenie kábla motora	Kontaktujte zákaznícky servis výrobcu. Odpojte kábel a znova ho pripojte. Ak problém pretrváva, kontaktujte servis výrobcu.
	Poškodený ovládač	Kontaktujte servis výrobcu.
E03 Počítač nezaznamenal 15 sekúnd signál z snímača rýchlosti	Chybné pripojenie snímača Nesprávne pripojená zástrčka snímača	Kontaktujte servis výrobcu. Skontrolujte pripojenie zástrčiek. Ak je správne a problém pretrváva, kontaktujte zákaznícky servis výrobcu.
	Poškodený snímač	Kontaktujte servis výrobcu.
E05 Chyba preťaženia	Porucha motora	Skontrolujte, či sa motor nespálil. Ak nie, odpojte bežecský pás od elektrickej siete a potom ho znova zapojte. Ak problém pretrváva, kontaktujte servis výrobcu.
	Menovitý prúd v ovládači je príliš nízky. Prúd je nad menovitou hodnotou	Vymeňte ovládač. Kontaktujte servis výrobcu. Uistite sa, že hmotnosť používateľa neprekračuje maximálnu hodnotu pre toto zariadenie.
E06 Chyba autotestu kontroléra		Kontaktujte servis výrobcu.
E07 Žiadne zobrazenie	Odpojený bezpečnostný kľúč	Zapojte bezpečnostný kľúč.
E08 Chyba ovládača EEPROM	Ovládač je pokazený.	Kontaktujte servis výrobcu.
Zariadenie nefunguje	Žiadne napájanie Odpojený bezpečnostný kľúč Skrat Prepínač ON/OFF nie je zapnutý	Pripojte zariadenie k elektrickej sieti. Zapojte bezpečnostný kľúč. Kontaktujte servis výrobcu. Zapnite zariadenie.
Bežecský pás nefunguje plynule	Bežecský pás je nedostatočne namazaný Bežecský pás je príliš silno napnutý	Namažte bežecský pás podľa informácií uvedených v návode na obsluhu. Nastavte a vyrovnejte polohu bežecského pásu podľa informácií uvedených v návode na obsluhu.
Bežecský pás je pokrivený	Bežecský pás je príliš slabo napnutý Hnací remeň je príliš málo napnutý	Nastavte a vyrovnejte polohu bežecského pásu podľa informácií uvedených v návode na obsluhu. Kontaktujte servis výrobcu.

ZÁRUKA

Predávajúci v mene Garanta poskytuje záruku na území Slovenskej republiky na dobu 24 mesiacov od dátumu predaja. Záruka na predaný tovar nevylučuje, neobmedzuje ani nepozastavuje práva Kupujúceho vyplývajúce zo Zákona o ochrane spotrebiteľa.

Záručný list sa nachádza na poslednej strane.

ZÁRUKNÉ PODMIENKY

- Reklamácií a záruke podliehajú výlučne skryté vady spôsobené vinou výrobcu.
- Záruka bude rešpektovaná predajňou alebo servisom po predložení zákazníkom:
 - platného, čitateľne a správne vyplneného záručného listu s pečiatkou predaja a podpisom predávajúceho,
 - platného dokladu o kúpe zariadenia s dátumom predaja, reklamovaného tovaru alebo chybné časti.
 - V prípade nákupu na diaľku je záručný list platný výlučne na základe dokladu o kúpe (pokladničný blok / faktúra).

3. Reklamácia bude posúdená v lehote do 14 dní od momentu nahlásenia chyby Zákazníkom.
4. Výrobné vady a poškodenia zistené počas záručnej doby budú bezplatne opravené v lehote nie dlhšej ako 21 dní od dátumu doručenia tovaru do predajne alebo servisu.
5. V prípade potreby dovozu súčastky zo zahraničia sa môže doba realizácie záručnej opravy predĺžiť o čas potrebný na jej dovoz, najviac však o 40 dní.
6. Záruka sa nevzťahuje na:
 - a. mechanické poškodenia a nimi spôsobené chyby,
 - b. poškodenia a chyby vzniknuté v dôsledku nesprávneho používania a skladovania, nesprávnej montáže a údržby,
 - c. poškodenia a opotrebenie spotrebných dielov, ako sú: lanká, remene, gumové časti, pedále, penové rukoväte, kolieska, ložiská, čalúnenie.
 - d. činnosti spojené s montážou, údržbou, ktoré je používateľ povinný vykonať vo vlastnej réžii v súlade s návodom na obsluhu.
7. Záruka sa nevzťahuje na nasledujúce prípady:
 - a. uplynutie doby platnosti,
 - b. vykonania samostatných opráv a úprav zákazníkom s použitím neoriginálnych dielov,
 - c. ak vzniknutá chyba vyplýva z nesprávnej inštalácie alebo v dôsledku nedodržania zásad správnej prevádzky opísaných v návode na obsluhu,
 - d. používania na iné účely ako domáce použitie,
 - e. poškodenia vzniknuté počas prepravy.
8. Duplikáty záručného listu sa nebudú vydávať.
9. V rámci záruky má zákazník právo požadovať nasledujúce druhy bezplatného odškodnenia:
 - a. opravy produktu,
 - b. výmeny produktu,
 - c. zníženia ceny,
 - d. odstúpenia od zmluvy a plného vrátenia vynaložených nákladov.
10. Na uplatnenie reklamácie je potrebné:
 - a. Predložiť produkt alebo jeho časť, na ktorú sa vzťahuje záruka.
 - b. Doklad o kúpe, ktorý uvádza názov a adresu predávajúceho, dátum a miesto kúpy, typ produktu alebo platný záručný list s pečiatkou obchodu.
 - c. V prípade dodania znečisteného produktu môže servis odmietnuť jeho prijatie alebo ho vyčistiť na náklady zákazníka s jeho písomným súhlasom.
11. V prípade kladného vybavenia reklamácie bude zariadenie opravené alebo vymenené za nové, alebo budú zákazníkovi vrátené peniaze. Náklady na prepravu tovaru k zákazníkovi hradí servis výrobcu.
12. V prípade zamietnutia záručnej reklamácie zákazník obdrží podrobné odôvodnenie prijatého rozhodnutia a do 14 dní od odovzdania rozhodnutia bude zariadenie zaslané zákazníkovi späť na jeho náklady.

HU Használati útmutató

Tisztelt Felhasználó,

Kérjük, olvassa el az alábbi utasításokat a szerelés megkezdése előtt és a készülék első használata előtt. Ez az útmutató fontos információkat tartalmaz a berendezés biztonságos használatáról és karbantartásáról. Őrizze meg, hogy hozzáférhessen a karbantartással kapcsolatos információkhoz, vagy alkatrészeket cserélhessen.

MŰSZAKI ADATOK

Tápellátás	220V
Maximális teljesítmény	900 W
Súly	51 kg
Üzemi hőmérséklet	0°C-tól +40°C-ig
Tárolási hőmérséklet	-10°C-tól +60°C-ig
Maximális felhasználói súly	120 kg
Alkalmazási osztály	H osztály
Pontossági osztály	C osztály
Sebesség	0.8 -12 km/h
Dőlésszög	12 szint
Termékszabvány (fő)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Rendeltetés	Elektromos futópad otthoni használatra

BIZTONSÁG

FIGYELEM! A készüléket kizárólag a rendeltetésének megfelelően, azaz felnőttek általi edzésre szabad használni. Bármely más felhasználás veszélyes lehet. A gyártó nem vonható felelősségre a készülék helytelen használatából eredő károkért.

- A készülék a legújabb biztonsági ismeretek alapján lett tervezve és gyártva a legújabb biztonsági ismeretek alapján. A veszélyes elemek, amelyek potenciálisan sérülésveszélyt jelenthetnek, ki lettek küszöbölve vagy megfelelően biztosítva lettek.
- Saját kezű javítások és módosítások nem megengedettek.
- Havonta egyszer vagy kétszer ellenőrizze a csavarok, facsavarok és anyák megfelelő meghúzását.
- A biztonság tartós biztosítása érdekében rendszeresen (évente egyszer) ellenőrizze és karbantartsa a berendezést szakszolgálatban.
- A készüléken végzett minden olyan változtatás, amelyet nem írtak le ebben a használati útmutatóban, károkat okozhat, vagy közvetlen veszélyt jelenthet az edző személy egészségére és életére. A készüléken csak a gyártó szervizének munkatársai vagy az általuk képzett személyek végezhetnek változtatásokat.
- Minden készüléket folyamatosan innovációknak vetnek alá a magas minőség biztosítása érdekében.
- Emiatt a gyártó fenntartja a jogot a műszaki változtatások bevezetésére.
- A berendezéssel kapcsolatos kérdésekkel vagy kétségekkel forduljon szakülethez.

FIGYELEM! Tartsa be az általános szabályokat és a elektromos készülékek kezelésére vonatkozó biztonsági intézkedéseket.

- A készülék tápfeszültsége 220V.**
- Minden elektromos készülék működés közben elektromágneses sugárzást bocsát ki. Ha az elektronikus vezérlőrendszer vagy a műszerfal közelében más ilyen sugárzást kibocsátó eszközök (pl. mobiltelefonok) találhatók, akkor egyes értékek (például a pulzus) torzulhatnak.
- FIGYELEM!** Soha ne végezzen saját kezűleg semmilyen módosítást az elektromos hálózaton. Az ilyen változtatásokat bízza szakemberekre.
- FIGYELEM!** Ne felejtse el, hogy bármilyen javítás, karbantartás vagy tisztítás megkezdése előtt húzza ki a tápkábelt a konnektorból.
- A készülék csatlakoztatásához ne használjon hosszabbítót.
- Ha hosszabb ideig nem használja a berendezést, húzza ki a tápkábelt a konnektorból.
- Ügyeljen arra, hogy az elektromos vezeték ne legyen becsípve, és elhelyezése ne okozzon botlásveszélyt.

FÖLDELÉS

A földelés véd az áramütés kockázatától. A készülék földelt kábellel és dugóval rendelkezik. A dugót megfelelően telepített és megfelelően földelt hálózati aljzathoz kell csatlakoztatni.

VESZÉLY! A vezeték helytelen csatlakoztatása áramütés kockázatát okozhatja.

- A készülék tápellátáshoz való csatlakoztatása előtt ellenőrizze, hogy a helyi feszültség megfelel-e a dugó típusának.
- Ne módosítsa a dugót, ha nem illeszkedik a konnektorba. Ilyen esetben bízza a konnektor cseréjét szakképzett villanyszerelőre.

FIGYELEM! A közelben tartózkodó személyeket tájékoztatni kell a használat során felmerülő esetleges veszélyekről. Gyermeknek jelenlétében fokozott óvatossággal járjon el.

FIGYELEM! Edzés megkezdése előtt konzultáljon orvosával annak érdekében, hogy megbizonyosodjon arról, hogy nincs-e egészségügyi ellenjavallata a készüléken történő edzésnek. Alapul véve

a szakember véleményét, kidolgozhatja edzéstervét. A helytelenül kiválasztott program vagy a túlzott edzés veszélyes lehet az egészségére és az életére.

FIGYELMEZTETÉS! A pulzusmérő rendszerek pontatlanok lehetnek. A túlzott megerőltetés súlyos sérülést vagy halált okozhat. Ha gyengének érzi magát, azonnal hagyja abba az edzést.

FIGYELEM! Feltétlenül tartsa be a jelen használati utasításban található edzésre vonatkozó megjegyzéseket.

- Az edzés helyének kiválasztásakor vegye figyelembe a lehetséges akadályoktól való biztonságos távolságok biztosítását. Ne helyezze a berendezést közlekedési útvonalak (utak, kapuk, átjárók stb.) közelébe.
- Tilos a berendezést közel használni a faltól. A biztonsági zóna 2000 mm, és legalább olyan széles, mint a berendezés.

FIGYELEM! A berendezés összeszerelése során legyen óvatos, és ne engedje, hogy gyerekek tartózkodjanak a közelben. Az összeszerelés során apró alkatrészeket (anyákat, csavarokat stb.) használnak, amelyeket lenyelhetnek.

MARADÉK KOCKÁZAT

- Abban az esetben, ha az esés elleni védelem nincs alkalmazva, vagy alkalmazva van, de helytelenül, fennáll a maradék kockázat, azaz a személy esése, ami bőrhorzsolásokat, zúzódásokat, töréseket vagy a legrosszabb esetben halált okoz.
- Fennáll a maradék kockázata annak, hogy a gyakorló személyt akaratlanul túlterhelik helytelen kezelés vagy helytelen értékelés, valamint helytelen adatátvitel (elektromágneses interferencia, szoftverhiba stb. miatt) miatt. Még a legjobb szoftver- és hardverbiztonság sem zárja ki a szoftver- vagy hardverhibát, és elméletileg a gyakorló személy túlterhelését okozhatja.
- A termék egy elektromos berendezés, ezért nem zárható ki az áramütés kockázata, amely halálhoz vezethet.
- Nem zárható ki a fulladás maradék kockázata.
- A kockázat csökkenthető a következő információk betartásával a használati utasításban található biztonsági információk.
- Nem zárható ki, hogy a véletlen vagy tiltott használat más, nem figyelembe vett kockázatot okoz, és a figyelembe vett kockázatot helytelenül becsülték fel.

A kockázatelemzés során az értékelés a „berendezés jelenlegi állapota” alapján történt. A termék elvégzett értékelése és ellenőrzése azt mutatja, hogy a megengedhetetlen kockázat bekövetkezésének valószínűsége nagyon alacsony. A berendezés (felépítése, működése és alkalmazása) normál körülmények között nem okoz indokolatlan kockázatot a gyakorló személy vagy harmadik felek számára.

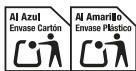
SZÁLLÍTÁSI CSOMAGOLÁSON TALÁLHATÓ KEZELÉSI JELZÉSEK

	Ezzel az oldallal felfelé. Ne fordítsa fel.
	Óvja az eséstől.
	Újrahasznosítható csomagolás.
	Elektromos hulladék. A használt berendezést kötelező újrahasznosítási pontra vinni.
	Vigyázat, törékeny. Sérülés veszélye. Legyen óvatos.
	Óvja a nedvességtől.
	Figyelem, nehéz termék.
	Tárolja legfeljebb 8 rétegben.
	A termék használati utasítást tartalmaz.

DO NOT USE BLADE TO OPEN 
Ne nyissa ki késsel.



A csomagolás kartonból és műanyagból készül. Kérjük, a hulladékot a helyi szabályoknak megfelelően válogassa szét.



A csomagolás kartonból és műanyagból készült. Kérjük, a hulladékot a helyi szabályoknak megfelelően válogassa szét.



A csomagolás kartonból készült.



A csomagolás a környezetért való felelősség és az újrahasznosítás figyelembevételével készült. Kérjük, a hulladékot a helyi szabályoknak megfelelően válogassa szét.

KEZELÉS

Az edzés megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy a berendezés megfelelően van felszerelve.

- Az első edzés megkezdése előtt ismerkedjen meg a készülék minden funkciójával és beállítási lehetőségével.
- A készülék olyan alkatrészekkel rendelkezik, amelyek ki lehetnek téve a korróziónak. Ezért nem ajánlott, hogy maradjon nedves helyiségben. Arra is ügyelni kell, hogy a berendezés (különösen annak belső és elektronikai alkatrészei) ne érintkezzen vízzel, itallal, izzadsággal stb.
- A készülék kizárólag felnőttek általi edzésre szolgál, és semmiképpen sem gyermekjáték. Ha saját felelősségre engeded, hogy gyermekek használják, feltétlenül oktasd ki őket a helyes használatról, és folyamatosan felügyeld őket.
- A berendezés nem alkalmas terápiás célokra.
- A készülék működése közben csendes zajok léphetnek fel a lendkerék tehetetlen mozgása során, amelyek a szerkezet típusából adódnak. Ezek nincsenek hatással a berendezés működésére.
- A zajkibocsátás terhelés alatt nagyobb, mint terhelés nélkül.
- Minden edzés megkezdése előtt ellenőrizze a biztosítékok, valamint a csavaros és dugaszolható kábelek helyességét.
- A készüléken végzett edzés során ne fedkezzen meg a megfelelő lábbeliről (sportcipő).

KARBANTARTÁS

A futópáda maximális használati biztonságának biztosítása érdekében javasolt rendszeresen ellenőrizni az alkatrészek kopását. Ez vonatkozik az anyák, csavarok, mozgó alkatrészek, hüvelyek stb. meghúzásának és állapotának ellenőrzésére.

A készüléket száraz és meleg helyen tárolja. Ne tegye ki a készüléket napfénynek.

FIGYELEM! Karbantartás megkezdése előtt mindig kapcsolja ki a futópádat, és húzza ki a tápkábelt.

TISZTÍTÁS

A készülék rendszeres tisztítása meghosszabbítja annak élettartamát és megőrzi magas hatékonyságát.

A futópáda tisztításához használjon puha, nedves ruhát. Ez nem vonatkozik az elektromos alkatrészekre, a motorra, a belső alkatrészekre - ne engedje, hogy víz kerüljön ezekre a helyekre. Óvja a futószalag felületét (és a területet alatta) a víz hatásaitól.

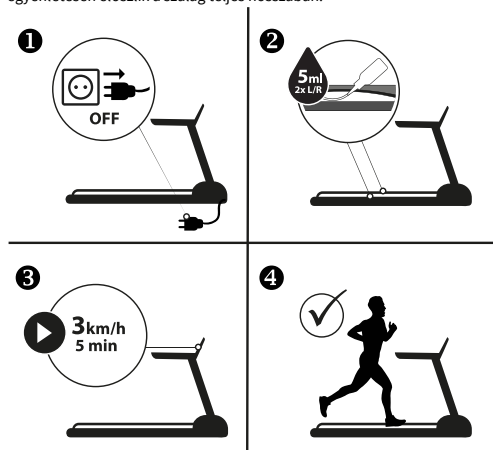
MOTORTISZTÍTÁS

Évente legalább egyszer távolítsa el a port a motorról. Ehhez először kapcsolja ki a futópádat, majd körülbelül 1 óra várakozás után távolítsa el a motorburkolatot. Sűrített levegővel vagy ecsettel óvatosan távolítsa el a felgyülemlt port. A motorburkolat visszahelyezése és a tápellátáshoz való csatlakoztatása után elindíthatja a futópádat.

FUTÓPÁD KENÉSE

A futópáda kenésének gyakorisága a használat intenzitásától függ. Ha a készülék hetente több mint 5 órát működik, ajánlott 2-3 havonta kenni. Kevésbé intenzív futópáda használat esetén 7-8 havonta egyszer kell kenni.

- A futószalag kenése előtt kapcsolja ki a futópádat, és húzza ki a tápkábelt.
- Vigyen fel zsírt a futószalag alá mindkét oldalra körülbelül 5 ml-t. A legtöbbet azokon a helyeken használja, ahol a lábak futás közben érintkeznek a szalaggal.
- Indítsa el a futópádat alacsony sebességgel (pl. 3 km/h), és várja meg, amíg a zsír egyenletesen eloszlik a szalag teljes hosszában.



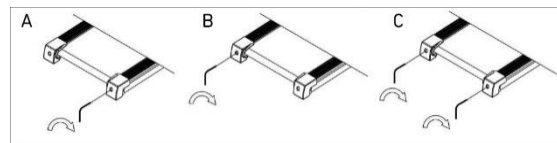
SZALAGFESZESSÉG BEÁLLÍTÁSA

A futószalag a futópáda állandó használata következtében feszítést igényelhet. A szalag meghúzást igényel, ha edzés közben csúszni, oldalra mozdulni vagy felhajtódni kezd.

A túl lazán meghúzott szalag leállhat a motor működése közben.

Helyezze a futópádat sík felületre. Indítsa el a futópádatot körülbelül 6-8 km/h sebességgel, és figyelje meg a futószalag eltéréseinek mértékét.

- A szalagot nem szabad túl erősen meghúzni, mert ez többek között a motor, a tengely vagy a csapágysághoz meghibásodását okozhatja.
- A megfelelően meghúzott szalag a szélein körülbelül 5-7,5 cm magasra emelhető. Ez nagyon könnyen ellenőrizhető - akkor van megfelelően megfeszítve, ha 3 ujj befér alá.



A SZALAGFESZESSÉG NÖVELÉSE

Az alkatrészcsészletben talál egy speciális kulcsot. Helyezze a kulcsot a futópáda hátulján található szalagszabályozó bal oldali csavarjába. Forgassa el a kulcsot az óramutató járásával megegyező irányban 90 fokkal (C ábra).

Ezzel megfeszíti a hátsó görgőt, és növeli a szalag feszességét. Ismételje meg a műveletet a jobb oldali csavar elforgatásával. Ügyeljen arra, hogy a csavarokat egyformán forgassa el.

Ismételje meg a műveleteket mindkét csavarra, amíg a szalag megfelelően meg nem feszül.

A SZALAGFESZESSÉG CSÖKKENTÉSE

A szalag feszességének csökkentéséhez járjon el ugyanúgy, mint a növelésénél. A kulcsot az óramutató járásával ellentétes irányba forgassa el.

A FUTÓSZALAG KÖZÉPRE HELYZÉSE

A különböző futási stílusok (leggyakrabban az egyik lábra nehezedő nagyobb terhelés) miatt a szalag oldalra mozdulhat, és nem lesz középre helyezve. Emiatt a szalag időnként beállítást igényelhet.

A szalag önmagától középre kell, hogy helyeződjön a futópáda működése közben. Beállítást igényel, ha a jobb vagy a bal oldal felé mozdul el.

Indítsa el a futópádat, és állítsa alacsony sebességre (pl. 3 km/h). Ellenőrizze mindig irányba mozdul el a szalag.

- Ha a szalag a jobb oldal felé mozdul el, helyezze a kulcsot a jobb oldali beállító csavarba. Forgassa el a kulcsot 90 fokkal az óramutató járásával megegyező irányban (A ábra). Figyelje meg, hogy a szalag középre kerül-e. Ha továbbra is jobbra mozdul el, forgassa el újra a csavart 90 fokkal.
- Ha a szalag balra mozdul el, járjon el ugyanúgy, mint a fenti esetben, de a bal oldalon található csavart forgassa el (B ábra).

KÖRNYEZETVÉDELEM

A készüléket csomagolásban szállítjuk, hogy megvédjük a szállítás közbeni esetleges sérülésektől. A csomagolások nyersanyagok, és újrahasznosíthatók. Dobja ki ezeket az anyagokat a szelektív hulladékgyűjtésre szolgáló megfelelő színes tartályokba.

Óvja a környezetet, és ne dobja a használt elemeket a háztartási szemetesbe. Adja le azokat a vásárlás helyén, vagy adja át a másodlagos nyersanyagok elkülönített tárolóhelyére. Az elhasznált elektromos készülékek (beleértve a mérőt, a tápegységet) másodlagos nyersanyagok - ne dobja ki őket a háztartási hulladékgyűjtőbe, mert egészségre és környezetre káros anyagokat tartalmazhatnak. Kérjük, hogy aktívan segítsen a takarékos gazdálkodásban a természeti erőforrásokkal és a természeti környezet védelmében azáltal, hogy az elhasznált készüléket leadja a másodlagos nyersanyagok - elhasznált elektromos készülékek - tárolására szolgáló helyen.

ÖSSZESZERELÉS

A készülék összeszerelését gondosan, felnőtt személynek kell elvégeznie. Kétség esetén kérjen segítséget valakitől, aki nagyobb tapasztalattal rendelkezik ezen a területen.

- Az összeszerelés megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy a készlet a készülékkel tartalmazza-e az összes elemet a alkatrészek listájáról valamint hogy valamelyik elem nem sérült-e meg szállítás közben. Ha hiányoznak alkatrészek, vagy észrevétele van, lépjen kapcsolatba az eladóval.
- Ismerkedjen meg a rajzokkal és a magyarázatokkal, és az összeszerelést a következőkben foglalt sorrendben végezze el az összeszerelési útmutatóban.
- Legyen óvatos az összeszerelés során. A használat közben a szerszámok és alkatrészek használata során fennáll a sérülés veszélye.
- Ne fedkezzen meg a biztonságos környezet megőrzéséről. Ne szórja szét a szerszámokat és az összeszerelési elemeket. Ne feledje, hogy a fóliák és a műanyag zacskók fulladásveszélyt jelentenek a gyermekek számára.
- Az adott lépés elvégzéséhez szükséges szerelési elemek az összeszerelési útmutatóban a rajzokon kerültek bemutatásra és a magyarázatokban. Használja a következőkben megjelölt elemeket az összeszerelési útmutatóban.
- Az összeszerelés első fázisaiban ne húzza meg teljesen az alkatrészeket. Ezt azután tegye meg, miután mindet elhelyezte, és megbizonyosodott arról, hogy megfelelően vannak behelyezve.
- A gyártó fenntartja a jogot, hogy egyes elemeket előre összeszereljen.

ÖSSZESZERELÉSI VÁZLAT (→ Lásd az 3)

FIGYELEM! Tilos a gyártótól eltérő forrásból származó alkatrészek használata.

ALKATRÉSZEK LISTÁJA

A teljes alkatrészlista elérhető a serwis@zipro.pl e-mail címen vagy a Zipro.store weboldalon a termékleírásban.

SZ.	LEÍRÁS	MENNYISÉG
1	Fő keret	1
18	Bal oldali alaptakaró	1
19	Jobb oldali alaptakaró	1
47	Imbuszkulcs	1
48	Biztonsági zár	1
49	Imbuszkulcs 6#	1
51	Szilikonolaj	1
52	Ukeresztartó S = 13, 14, 15	1
60	Lapos fejű csavar belső kulcsnyílással M8 * 45	2
61	Lapos fejű csavar belső kulcsnyílással M8 * 16	4
69	Önmetsző és önfúró csavar sülyesztett fejű, keresztornyú alátéttel 4.2*19	15
77	Rugós alátét szabványos #8	8
79	Síkalátét C osztály #8	4
92	Hajlított tömítés #8	4

SZERELÉSI ÚTMUTATÓ (→ Lásd az oldalt 3)

FIGYELEM! A szerelés során tartsa be az alábbi lépéseket, és használja a termékhez mellékelt eszközöket. Készítsen elő elegendő szabad helyet a készülék összeszereléséhez. Egyes alkatrészek nagy súlya miatt javasolt a szerelést két személy végezze.

INSTRUKCIÓ ÖSSZESZERELÉSRE ÉS SZÉTSZERELÉSRE (→ Lásd az oldalt 6)

A KÉSZÜLÉK ÖSSZESZERELÉSE

FIGYELEM! Az összeszerelés megkezdése előtt alaposan ellenőrizze, hogy minden csavar meg van-e húzva. **FIGYELEM!** Összeszerelés közben ügyeljen a kezére és az ujjaira, nehogy becsipődjének.

Emelje fel a készülék futószalagját függőleges helyzetbe, amíg meg nem hallja az összecsucó mechanizmus reteszelő hangját.

A KÉSZÜLÉK SZÉTSZERELÉSE

FIGYELEM! Ügyeljen arra, hogy a futófelület leengedésekor ne tartózkodjanak harmadik személyek a közvetlen közelben és állatok.

A futófelületet tartva lábbal oldja ki az összecsucó mechanizmus reteszt (nyíllal jelölve). Engedje le a pódiumot a fő víz korlátjának magasságáig. Ettől a magasságtól a felület magától leereszkedik a talaj felé.

BEÁLLÍTÁSOK

A készülék szintezése

Szintezze a készüléket az első és hátsó alapon található szintezőtalpak lecsavarásával vagy meghúzásával.

A SZÁMÍTÓGÉP HASZNÁLATI ÚTMUTATÓJA

ELKEZDÉS

Alatt 3 másodperccel a gomb megnyomása után **START** a készülék elkezd a működést.

ENERGIATAKARÉKOSSÁGI FUNKCIÓ

A futópád számítógépe automatikusan energiatakarékos üzemmódba kapcsol, ha 10 percen belül nem történik semmilyen művelet. A rendszer újraindításához nyomjon meg egy tetszőleges gombot.

A KÉSZÜLÉK VÉSZLEÁLLÍTÁSA

FIGYELEM! A biztonsági kulcsot minden edzés során rögzíteni kell a ruházathoz.

Kizárólag vészhelyzetekben használható, nem szabad normál leállító gombként használni.

A helytelenül behelyezett biztonsági kulcs megakadályozza a futópád elindítását.

A futópád használata előtt ellenőrizze a rendszer helyes működését. Húzza ki a biztonsági kulcsot a zsinór meghúzásával. A kulcs eltávolítása után a futópád a működési sebességből adódó késéssel leáll, a futófelület emelőrendszere is leáll. A leállást rövid hangjelzés jelzi. A képernyőn minden ablakban "----" jelenik meg. A biztonsági kulcs újbóli csatlakoztatása után a készülék visszaáll.

PROGRAMOK

A számítógép 3 felhasználói programmal van felszerelve a kézi beállításához, 12 automatikus program a memóriában tárolva, 3 visszazámlálási mód (idő, kalória, távolság) és testzsír mérési funkció (Body Fat).

GOMBOK LEÍRÁSA

- START** – a futópád elindítására szolgál manuális módban vagy a kiválasztott programban.
- STOP** – a futópád leállítására szolgál. Megnyomásakor a beállítások is visszaállnak. Újraindítás után a készülék manuális módban kezd a működést.
- PROGRAM** – automatikus edzésprogram kiválasztására szolgál (P1-P12), felhasználói program (U1-U3) vagy a Body Fat funkciót a futópád elindítása előtt.
- MODE** – lehetővé teszi a visszazámlálási mód kiválasztását: idő, távolság vagy kalória
- SPEED** – gombok lehetővé teszik a beállítást (növelést és csökkentést) a sebességet 0,1 km/h-ként. A gombok a számítógép konzolján és a korlátokon találhatók.
- GYORS SEBESSÉGVÁLASZTÓ GOMBOK** – lehetővé teszik a sebesség közvetlen kiválasztását(3,6, 9, 12).
- INCLINE** – a gombok lehetővé teszik a futópád dőlésszögének beállítását (növelését és csökkentését) 1 szintenként edzés közben. A gombok a számítógép konzolján és a korlátokon találhatók.
- GYORS DÖLÉSSZÖGVÁLASZTÓ GOMBOK** – lehetővé teszik a futópád dőlésszögének közvetlen kiválasztását edzés közben (3,6,9,12).

FUNKCIÓK (SPECIFIKÁCIÓ)

SPEED	Megjeleníti az aktuális sebességet.	0.8 -12 km/h
TIME	Számolja a gyakorlatok teljes időtartamát a kezdéstől a befejezésig.	00:00-99:59 perc
INCLINE	Megjeleníti a futópád aktuális dőlésszögét.	0-12 szint
CALORIES	Számolja az elégetett kalóriák teljes számát a gyakorlatok kezdetétől a befejezéséig. (A mérés hozzávetőleges a különböző edzésszakaszok összehasonlítására, nem alkalmazható kezelésre).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Számolja a teljes távolságot a gyakorlatok kezdetétől a befejezéséig.	0,0-99,9 km
PULSE	Megjeleníti az aktuális pulzust. FIGYELEM! A pulzuszámítás csak sportolási célokra szolgál (orvosi alkalmazás kizárva).	50-200 BPM

PULZUSMÉRÉSI FUNKCIÓ

A futópád elindítása után tartsa mindkét kezét a pulzuszámító érzékelőin. 30 másodperc múlva a képernyőn megjelenik az aktuális pulzus. Mérés közben a számítógép egy szív alakú ikont jelenít meg.

FIGYELEM! A pulzuszámítás csak sportolási célokra szolgál (orvosi alkalmazás kizárva).

MANUÁLIS PROGRAM

A manuális program az eszköz alapértelmezett üzemmódja. A futópád a megnyomásakor kezd meg a munkát **START**, ak nem jele van a kívánt program.

- Predvolená rýchlost v manuálnom režime je 0,8 km/h.
- Predvolená úroveň uhla pásu je 0.
- Nastavenie rýchlosti a uhla bežecského pásu možno meniť pomocou tlačidla na počítaci a na madláč.

VZDELÁVACIE PROGRAMY

Stlačím tlačidla PROGRAM vyberte jeden z 15 automatických tréningových programov, kým sa na displeji nezobrazí príslušné číslo.

- Keď sa zobrazí požadovaný program, stlačte tlačidlo **MODE**. Po výbere sa v okne zobrazí a blíká „30:00“.
Nastavenie času tréningu programu môžete vykonať pomocou tlačidla **SPEED +/-**.
- Čas tréningu je proporcionálne rozdelený na 20 etáp. V tabuľke je uvedený prehľad etáp a príslušná rýchlosť a uhol sklonu pre každý tréningový program. → Pozri stranu 117. A program indikátorom nymja meg a **START**.

UŽÍVATELSKÉ PROGRAMY

Počítač je vybavený 3 užívateľskými programami na individuálne definovanie: U1, U2, U3.

NASTAVENIE UŽÍVATELSKÉHO PROGRAMU

- Kézenléti módban nyomja meg a **PROGRAM**, vybrať jeden z užívateľských programov. Na paneli sa postupne zobrazia čísla automatických programov a potom užívateľské programy.
- Keď sa zobrazí požadovaný program, stlačením tlačidla MODE začnete upravovať prvú časť programu.
Használja a **SPEED +/-** pre nastavenie rýchlosti.
Használja a **INCLINE +/-** a futópád dőlésszögének beállításához.
- Nyomja meg a **MODE** gombot az első szakasz paramétereinek megerősítéséhez és a következő szakasz szerkesztéséhez.

A programok 20 szakaszból állnak. Ismétélje meg a fenti lépéseket, amíg az összes szakasz paraméterei be nem állnak.

A programok a számítógép memóriájában tárolódnak a következő szerkesztésig. Az adatok áramkimaradás esetén sem vesznek el.

FELHASZNÁLÓI PROGRAM INDÍTÁSA

- V pohotovostnom režime stlačte tlačidlo **PROGRAM** gombot a felhasználói programok egyikének kiválasztásához. Kiválasztás után a kijelzőn megjelenik és villog a „30:00” érték.
Používanie tlačidla **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** gombokat az edzésidő beállításához. A beállított edzésidő arányosan elosztásra kerül 20 szakaszra.
- Ak chcete spustiť program, stlačte tlačidlo **START**.

VISSZAZÁMLÁLÁSI MÓD

Válasszon a 3 visszazámlálási mód közül a gomb megnyomásával **MODE** gombot.

- A visszazámlálási érték beállításához használja a **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- A futópád elindítása és a visszazámlálás a gomb megnyomásával kezdődik **START**.

VISSZAZÁMLÁLT PARAMÉTEREK:

- IDŐ: a visszazámlálás kezdeti értéke 30 perc.
A számítógép lehetővé teszi az idő beállítását 5-99 perc tartományban (1 perces lépésekben).
- KALÓRIA: a visszazámlálás kezdeti értéke 50 kcal.
A számítógép lehetővé teszi a kalóriák beállítását 20-990 kcal tartományban (10 kcal-s lépésekben).
- TÁVOLSÁG: a visszazámlálás kezdeti értéke 1 km.
A számítógép lehetővé teszi a távolság beállítását 1,0-99,0 km tartományban (1 km-es lépésekben).

ZSÍRSZÖVETMÉRÉSI FUNKCIÓ (BODY FAT)

Nyomja meg a gombot **PROGRAM**, amíg a „FAT” felirat meg nem jelenik a képernyőn.

Használja a **MODE**gombot a paraméterek megadásához:

- F1 - nem (gender) – 01 férfi / 02 nő
- F2 - életkor (age) – értékek 10-99
- F3 - magasság (height) – értékek 100-220 cm
- F4 – súly (weight) – értékek 20-130 kg

Üzj pryzcisków **SPEED +/- , INCLINE +/-** gombokat a paraméterek értékének beállításához.

A paraméterek kiválasztása után az F5 jelenik meg a kijelzőn. Helyezze mindkét kezét a pulzsmérő szenzorokra, 5-6 másodperc elteltével a számítógép megjeleníti a FAT információt. A FAT célja a magasság és a súly közötti kapcsolat mérése, nem pedig a test arányainak mérése.

A helyes eredménynek a következők között kell lennie: 19-26. Az alábbi érték: 19 alultápláltságot jelent, 27-30 - túlsúlyt, és a felett 30 - elhízást.

FIGYELEM! A kapott eredmények semmilyen körülmények között nem képezhetik a kezelés alapját, és nem vehetők figyelembe orvosi célokra.

EDZÉS ÉS GYAKORLATI FÁZISOK

A készülék használata számos előnnyel jár. Először is javítja a kondíciót, erősíti az izmokat, és kombinálva a megfelelő étrenddel segít a felesleges zsír elégetésében.

1. Bemelegítés

Ez az a fázis, amely javítja a vérkeringést az egész testben, és felkészíti az izmokat a fokozott erőfeszítésre. Csökkenti a görcsök és a sérülések kockázatát is. Javasoljuk, hogy végezzen el néhány nyújtó gyakorlatot az alábbiak szerint. Ha fájdalmat érez, hagyja abba a gyakorlást, vagy csökkentse a mozgástartományt.

A BELSŐ COMB IZMAINAK NYÚJTÁSA

Üljön le egy sima felületre behajlított lábakkal és kifelé néző térdekkel. Érintse össze a talpakat, és húzza őket minél közelebb egymáshoz. Finoman nyomja le a térdeket a talaj felé, és tartsa ki ebben a helyzetben 15 másodpercig.

COMB NYÚJTÁSA

Üljön le egy sima felületre. Nyújtsa ki a jobb lábát, és helyezze a bal láb talpát a jobb combjára. Nyújtsa ki a jobb kezét a jobb láb ujjai felé, amilyen messzire csak tudja. Tartsa ki 15 másodpercig. Ismételje meg a műveletet a bal lábával.

FEJFORDÍTÁSOK

Tartsa a fejét egyenesen, előre nézve. Anélkül, hogy megmozdítaná a vállait, fordítsa jobbra és egyenesítse ki, majd fordítsa balra és egyenesítse ki.

KAR EMELESE

Emelje fel a bal kezét a lehető legmagasabbra, és tartsa ki néhány másodpercig. Ismételje meg a műveletet a jobb kezével.

ACHILLES-ÍN NYÚJTÁSA

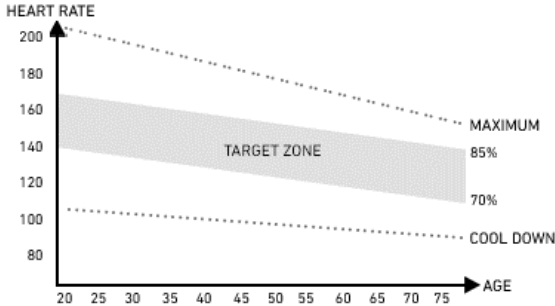
Állj szembe a fallal, a bal lábadat tedd előre és enyhén hajlítsd be a térded. A jobb lábadat tartsd hátul – egyenesen, a sarkaddal lapon a talajon. Tartsd mindkét sarkadat lapon a talajon és nyomd a csipődet a fal felé. Tartsd ezt a pozíciót 30 másodpercig. Ismételd meg a műveletet a jobb lábaddal előretolva. Ne feledd, hogy a gyakorlat során ne görbítsd a hátad.

HAJLÁSOK

Állj összehzárt lábakkal. Hajolj előre, igyekezve a lehető legjobban közelíteni a mellkasodat a térdedhez. Tartsd ki 15 másodpercig. Ne feledd, hogy ne hajlítsd be a térdedet.

2. GYAKORLATI SZAKASZ

Ez a tréning megfelelő szakasza. Gyakorolj a saját tempódban úgy, hogy elérd a korodnak megfelelő pulzust, ahogy az a grafikonon látható.



3. RELAXÁCIÓS SZAKASZ

Ez a szakasz lehetővé teszi a keringés megnyugtatását és az izmok ellazítását. Ez a bemelegítő gyakorlatok ismétlése. Ne feledkezz meg arról, hogy ne terheld túl az izmaidat.

LEHETSÉGES KÁROK ÉS JAVÍTÁSI TECHNIKÁK

FIGYELEM! A készülék házának felnyitása a gyártó szervizével való előzetes kapcsolatfelvétel nélkül a garancia elvesztését vonja maga után.

Ha olyan hibát gyanít, amely a ház felnyitását igényli, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.

HIBA LEÍRÁSA	LEHETSÉGES OKOK	PROBLÉMA MEGOLDÁSA
----- Probléma a biztonsági kulccsal	A biztonsági kulcs nincs csatlakoztatva.	Csatlakoztasd megfelelően a biztonsági kulcsot.

E01 A számítógép nem működik	A számítógép meghibásodott. A számítógép rosszul van csatlakoztatva.	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével. Ellenőrizd a számítógép kábeleinek megfelelő csatlakoztatását. Ellenőrizd a csatlakozók csatlakoztatását. Ha helyes, és a probléma továbbra is fennáll, lépj kapcsolatba a gyártó szervizével. Ellenőrizd a csatlakozók csatlakoztatását. Ha helyes, és a probléma továbbra is fennáll, lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
	A csatlakozókábel törött vagy kopott	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
	A számítógép meghibásodott A vezérlőpanel és a számítógép közötti kapcsolat blokkolva van	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
E02 A motor nem működik	Helytelen tápfeszültség	Győződj meg arról, hogy a feszültség megfelelő. Ha a probléma továbbra is fennáll, lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
	A motor kábelének helytelen csatlakoztatása	Húzd ki a kábelt, majd csatlakoztasd újra. Ha a probléma továbbra is fennáll, lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
	Hibás vezérlő	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
E03 A számítógép 15 másodpercig nem érzékelt jelet a sebességérzékelőtől	Az érzékelő helytelen csatlakoztatása Az érzékelő csatlakozója helytelenül van csatlakoztatva	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével. Ellenőrizd a csatlakozók csatlakoztatását. Ha helyes, és a probléma továbbra is fennáll, lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
	Hibás érzékelő	Lépj kapcsolatba a gyártó szervizével.
E05 Túlterhelési hiba	Motorhiba	Ellenőrizze, hogy a motor nem égett-e le. Ha nem, húzza ki a futópadat a hálózatról, majd csatlakoztassa újra. Ha a probléma továbbra is fennáll, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.
	A vezérlő névleges árama túl alacsony.	Cserélje ki a vezérlőt. Lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.
	Az áram meghaladja a névleges értéket	Győződjön meg arról, hogy a felhasználó súlya nem haladja meg a készülék maximális értékét.
E06 Vezérlő önteszt hiba		Lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.
E07 Nincs kijelzés	Kihúzott biztonsági kulcs	Dugja be a biztonsági kulcsot.
E08 EEPROM vezérlő hiba	A vezérlő elromlott.	Lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.
A készülék nem működik	Nincs áramellátás	Csatlakoztassa a készüléket az áramhoz.
	Kihúzott biztonsági kulcs	Dugja be a biztonsági kulcsot.
	Rövidzárlat	Lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.
A futószalag nem fut simán	A BE/KI kapcsoló nincs bekapcsolva	Kapcsolja be a készüléket.
	A futószalag nincs megfelelően kenve	Kenje meg a futószalagot a használati útmutatóban található információk szerint.
	A futószalag túl feszes	Állítsa be és igazítsa be a futószalag helyzetét a használati

		útmutatóban található információk szerint.
A futószalag ferde	A futószalag túl laza	Állítsa be és igazítsa be a futószalag helyzetét a használati útmutatóban található információk szerint.
	A hajtószíj túl laza	Lépjön kapcsolatba a gyártó szervizével.

GARANCIA

A Garanciavállaló nevében a Eladó 24 hónap garanciát vállal a Lengyel Köztársaság területén a vásárlás dátumától számítva. Az eladott termékre vonatkozó garancia nem zárja ki, nem korlátozza vagy függeszti fel a Fogyasztói Jogi Törvényből eredő Vásárló jogait.

A jótállási jegy az utolsó oldalon található.**GARANCIA FELTÉTELEI**

1. A reklamáció és a garancia csak a gyártó hibájából eredő rejtett hibákra vonatkozik.
2. A garanciát a bolt vagy a szerviz érvényesíti, ha az ügyfél bemutatja:
 - a. az érvényes, olvasható és helyesen kitöltött jótállási jegyet az eladás bélyegzőjével és az eladó aláírásával,
 - b. a berendezés érvényes vásárlási bizonylatát az eladás dátumával,
 - c. a reklamált árut vagy a hibás alkatrészt. Távvásárlás esetén a jótállási jegy csak a vásárlási dokumentum (nyugta / számla) alapján érvényes.
3. A reklamációt a Vevő általi hibabejelentéstől számított 14 napon belül bírálják el.
4. A garanciális időszakban feltárt gyári hibákat és sérüléseket a termék üzletbe vagy szervizbe történő szállításától számított 21 napon belül ingyenesen megjavítják.
5. Amennyiben alkatrészt kell importálni, a garanciális javítás időtartama meghosszabbodhat az importáláshoz szükséges idővel, de legfeljebb 40 nappal.
6. A garancia nem terjed ki:
 - a. mechanikai sérülések és az azok által okozott hibák,

- b. a nem rendeltetésszerű használatból és tárolásból, a helytelen összeszerelésből és karbantartásból eredő sérülések és hibák,
 - c. a kopó alkatrészek, például: kötelek, szíjak, gumi elemek, pedálok, szivacs fogantyúk, kerekek, csapágyak, kárpit sérülése és elhasználódása.
 - d. az összeszereléssel, karbantartással kapcsolatos tevékenységek, amelyeket a felhasználó a használati útmutató szerint köteles saját költségén elvégezni.
7. A garancia nem érvényes a következő esetekben:
 - a. a jótállási idő lejárt,
 - b. ha az ügyfél saját maga végez javításokat és módosításokat nem eredeti alkatrészek felhasználásával,
 - c. ha a hiba helytelen telepítésből vagy a használati útmutatóban leírt helyes használati szabályok be nem tartásából ered,
 - d. nem háztartási használat,
 - e. szállítás közben keletkezett sérülések.
 8. A jótállási jegy másodlatát nem állítjuk ki.
 9. A garancia keretében az ügyfél jogosult a következő ingyenes kártérítési módokra:
 - a. a termék javítása,
 - b. a termék cseréje,
 - c. árleszállítás,
 - d. a szerződés felbontása és a felmerült költségek teljes visszatérítése.
 10. A reklamáció bejelentéséhez szükséges:
 - a. Mutassa be a terméket vagy annak a részét, amelyre a garancia vonatkozik.
 - b. A vásárlást igazoló dokumentum, amely tartalmazza az eladó nevét és címét, a vásárlás dátumát és helyét, a termék típusát vagy az érvényes jótállási jegyet az üzlet bélyegzőjével.
 - c. Piszkos termék esetén a szerviz megtagadhatja annak átvételét, vagy az ügyfél költségére és írásos beleegyezésével elvégezheti a tisztítást.
 11. Reklamáció pozitív elbírálása esetén a berendezést megjavítják vagy újra cserélik, vagy az ügyfélnek visszatérítik a pénzt. A termék ügyfélhez történő szállításának költségeit a gyártó szervize fedezi.
 12. A jótállási igény elutasítása esetén az ügyfél részletes indoklást kap a meghozott döntésről, és a döntés közlésétől számított 14 napon belül a berendezést az ügyfél költségére visszaküldik.

BG Ръководство за употреба

Уважаеми потребителю,
Моля, прочетете следната инструкция преди да започнете монтажа и преди първата употреба на уреда. Тази инструкция съдържа важна информация относно безопасността на употреба и поддръжката на оборудването. Съхранявайте я, за да можете да използвате информацията относно поддръжката или поръчката на резервни части.

ТЕХНИЧЕСКИ ДАННИ

Захранване	220V
Максимална мощност	900 W
Тегло	51 kg
Температура на използване	0°C до +40°C
Температура на съхранение	-10°C до +60°C
Максимално тегло на потребителя	120 kg
Клас на приложение	Клас H
Клас на точност	Клас C
Скорост	0.8 -12 km/h
Наклон	12 нива
Стандарт на продукта (основен)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Предназначение	Електрическа бягаща пътека за домашна употреба

БЕЗОПАСНОСТ

ВНИМАНИЕ! Устройството може да се използва само по предназначение, т.е. за тренировки от възрастни. Всяка друга употреба на устройството може да бъде опасна. Производителят не носи отговорност за щети, причинени от неправилна употреба на устройството.

- Устройството е проектирано и конструирано въз основа на най-новите познания в областта на безопасността. Опасните елементи, които биха могли да представляват риск от нараняване, са елиминирани или относително защитени.
- Не се допускат ремонти и промени на собствена отговорност.
- Веднъж на един или два месеца проверявайте дали винтовете, болтовете и гайките са затегнати правилно.
- За да осигурите трайна безопасност, редовно (т.е. веднъж годишно) проверявайте и поддържайте оборудването в специализиран търговски обект.
- Всички промени в устройството, които не са описани в това ръководство, могат да причинят повреди или директно да застрашат здравето и живота на трениращия. Промени в устройството могат да бъдат извършвани само от служители на сервиза на производителя или лица, обучени от тях.
- Всички устройства са обект на постоянни иновативни дейности с цел осигуряване на високо качество. Поради тази причина производителят си запазва правото да прави технически промени.
- Всички въпроси или съмнения, свързани с оборудването, трябва да бъдат насочени към специализиран търговски обект.

ВНИМАНИЕ! Спазвайте общите правила и разпоредби и мерките за безопасност, приложими при работа с електрически уреди.

- Устройството се захранва от мрежово напрежение 220V.**
- Всички електрически уреди излъчват електромагнитно излъчване по време на работа. Ако в близост до електронната система за управление или копита са разположени други устройства, излъчващи такова излъчване (напр. мобилни телефони), някои стойности (като например пулс) могат да бъдат изкривени.
- ВНИМАНИЕ!** Никога не правете никакви модификации в електрическата мрежа сами. Възложете такива промени на специалисти.
- ВНИМАНИЕ!** Не забравяйте да извадите щепсела от контакта, преди да започнете каквито и да било ремонти, поддръжка или почистване на оборудването.
- Не използвайте удължители за свързване на устройството.
- Ако няма да използвате оборудването за дълго време, извадете щепсела от контакта.
- Уверете се, че електрическият кабел не е притиснат и че положението му не създава риск от спъване.

ЗАЗЕМЯВАНЕ

Заземяването предпазва от риска от токов удар. Устройството има кабел и щепсел със заземяване. Щепселът трябва да бъде свързан към правилно инсталиран и правилно заземен мрежов контакт.

ОПАСНОСТ! Неправилното свързване на кабела може да причини риск от токов удар.

- Преди да свържете устройството към захранването, уверете се, че местното напрежение съответства на типа на щепсела.
- Не модифицирайте щепсела, ако не пасва в контакта. В този случай възложете инсталирането на друг контакт на квалифициран електротехник.

ВНИМАНИЕ! Лицата, които са наблизо по време на използването на оборудването, трябва да бъдат предупредени за възможните опасности. Бъдете особено внимателни в присъствието на деца.

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете упражнения, консултирайте се с лекар за да се уверите, че нямате здравословни противопоказания за тренировки на устройството. Въз основа на мнението на специалист можете да разработите своя тренировъчен план. Неправилно подбрана програма или прекомерните упражнения могат да бъдат опасни за вашето здраве и живот.

ВНИМАНИЕ! Системите за наблюдение на сърдечната честота може да са неточни. Преумората по време на тренировка може да доведе до сериозни наранявания или смърт. Ако се чувствате слаби, незабавно спрете да тренирате.

ВНИМАНИЕ! Задължително спазвайте забележките относно провеждането на тренировката, съдържащи се в настоящата инструкция.

- Избирайки място за провеждане на тренировката, осигурете си безопасни разстояния от възможни препятствия. Не поставяйте оборудването в близост до комуникационни трасета (пътища, порти, проходи и др.).
- Забранява се използването на оборудването в непосредствена близост до стената. Зоната на безопасност е 2000 mm и най-малко със същата ширина като устройството.

ВНИМАНИЕ! По време на монтажа на устройството бъдете внимателни и не позволявайте на деца да се намират наблизо. По време на монтажа се използват дребни части (гайки, винтове и др.), които могат да бъдат поглънати от тях.

ОСТАТЪЧЕН РИСК

- В ситуация, в която защитата срещу падане не бъде приложена или бъде приложена, но неправилно, съществува остатъчен риск, а именно падане на човек, причиняващо ожулвания на кожата, синини, счупвания или, в най-лошия случай, смърт.
- Съществува остатъчен риск от неволно претоварване на трениращия, причинено от неправилна експлоатация или неправилна оценка, както и неправилно предаване на данни (поради електромагнитни смущения, софтуерна грешка и др.). Дори най-добрата защита на софтуера и хардуера не изключва грешка в софтуера или хардуера и теоретично може да причини претоварване на трениращия.
- Продуктът е електрическо устройство, поради което не може да се изключи токов удар, който може да доведе до смърт.
- Не може да се изключи остатъчен риск от задушаване.
- Рискът може да бъде ограничен чрез спазване на информацията за безопасност, съдържаща се в инструкцията за експлоатация.
- Не може да се изключи, че неволна или неразрешена употреба ще доведе до други, невключени рискове, а включените рискове са оценени неправилно.

При анализа на риска оценката е извършена на базата на „състоянието на настоящото устройство“. От извършената оценка и контрол на продукта следва, че вероятността от възникване на недопустим риск е много ниска. Устройството (неговата конструкция, начин на действие и приложение) не предизвиква — при нормални условия — неоправдан риск за трениращия или трети лица.

МАНИПУЛАЦИОННИ ЗНАЦИ ВЪРХУ ТРАНСПОРТНИТЕ ОПАКОВКИ

	С тази страна нагоре. Да не се преобръща.
	Пазете от падане.
	Опаковка, подходяща за рециклиране.
	Електрически отпадъци. Необходимо е връщане на използваното оборудване в пункт за рециклиране.
	Внимателно, чупливо. Възможност за повреда. Бъдете внимателни.
	Пазете от влага.
	Внимание, тежък продукт.
	Съхранявайте максимално в 8 слоя.
	Продуктът съдържа инструкция за експлоатация.



DO NOT USE BLADE TO OPEN



Да не се отваря с нож.



Опаковката е изработена от картон и пластмаси.
Моля, сортирайте отпадъците според местните правила.



Опаковката е изработена от картон и пластмаси.
Моля, сортирайте отпадъците според местните правила.



Опаковката е изработена от картон.



Опаковката е произведена с отчитане на отговорността към околната среда и рециклирането. Моля, сортирайте отпадъците според местните правила.

ОБСЛУЖВАНЕ

Преди да започнете тренировка, уверете се, че устройството е монтирано правилно.

- Преди да започнете първата тренировка, запознайте се с всички функции и възможности за регулиране на устройството.
- Устройството има елементи, които могат да бъдат изложени на корозия. Поради тази причина не се препоръчва да остава във влажно помещение. Трябва също така да се внимава оборудването (особено вътрешните и електронните му компоненти) да не е изложено на контакт с вода, напитки, пот и др.
- Устройството е предназначено само за тренировки само от възрастни и в никакъв случай не е играчка за деца. Ако на своя отговорност позволите на деца да го използват, задължително ги инструктирайте как да го използват правилно и постоянно ги наблюдавайте.
- Оборудването не е подходящо за терапевтични цели.
- По време на работа на устройството може да има тихи шумове при инерционното движение на маховика, които се дължат на вида на конструкцията. Те нямат никакъв ефект върху работата на оборудването.
- Шумът при натоварване е по-висок, отколкото без натоварване.
- Преди всяка тренировка проверявайте правилността на предпазителите и винтовете и щепселните връзки.
- По време на тренировка на уреда не забравяйте за подходящи обувки (спортни обувки).

ПОДДРЪЖКА

За да се осигури максимална безопасност при използване на пътеката за бягане, се препоръчва тя да се проверява редовно за износване на елементите. Това включва проверка на затягането и състоянието на гайки, болтове, движещи се части, втулки и др.

Съхранявайте устройството на сухо и топло място. Не излагайте устройството на пряка слънчева светлина.

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете поддръжка, винаги изключвайте пътеката за бягане и я изключвайте от захранването.

ПОЧИСТВАНЕ

Редовното почистване на устройството ще удължи живота му и ще поддържа високата му ефективност.

За почистване на пътеката за бягане използвайте мека влажна кърпа. Това не се отнася за електрически компоненти, двигателя, вътрешните части - не позволявайте вода да попадне в тези места. Защитете повърхността на бягащата лента (и пространството под нея) от вода.

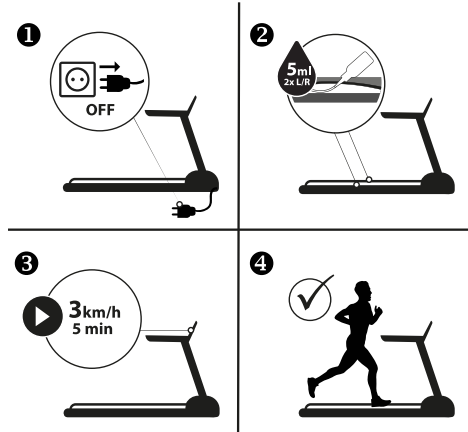
ПОЧИСТВАНЕ НА ДВИГАТЕЛЯ

Почиствайте праха от двигателя поне веднъж годишно. За да направите това, първо изключете пътеката за бягане от захранването и след около 1 час отстранете капака на двигателя. С помощта на сгъстен въздух или четка внимателно отстранете натрупания прах. След като монтирате отново капака на двигателя и го свържете към захранването, можете да стартирате пътеката за бягане.

СМАЗВАНЕ НА ПЪТЕКАТА ЗА БЯГАНЕ

Честотата на смазване на пътеката за бягане зависи от интензивността на нейното използване. Ако устройството работи повече от 5 часа седмично, се препоръчва смазване на всеки 2-3 месеца. В случай на по-малко интензивна употреба на пътеката за бягане, тя трябва да се смазва веднъж на 7-8 месеца.

1. Преди да започнете да смазвате бягащата лента, изключете пътеката за бягане и я изключете от захранването. 2. Нанесете смазка под бягащата лента от двете страни по около 5 ml. Използвайте най-много смазка на местата, където краката контактуват с лентата по време на бягане. 3. Стартирайте пътеката за бягане с ниска скорост (напр. 3 km/h) и изчакайте смазката да се разпредели равномерно по цялата дължина на лентата.

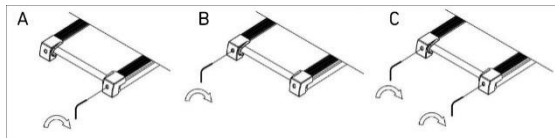


РЕГУЛИРАНЕ НА НАПРЕЖЕНИЕТО НА ЛЕНТАТА

Бягащата лента може да се нуждае от опъване в резултат на постоянна употреба на пътеката за бягане. Лентата трябва да се опъне, когато започне да се плъзга, движи настрани или да се сгъва по време на тренировка. Твърде хлабаво опъната лента може да спре по време на работа на двигателя.

Поставете пътеката за бягане на равна повърхност. Стартирайте пътеката за бягане със скорост около 6-8 km/h, наблюдавайте степента на отклонение на бягащата лента.

- Не опъвайте лентата твърде силно, тъй като това може да причини повреди, напр. на двигателя, вала или лагерите.
- Правилно опъната лента може да се повдигне на ръбете ѝ на височина около 5-7,5 cm. Това е много лесно да се провери - правилно опъната е, когато 3 пръста се побират под нея.



УВЕЛИЧАВАНЕ НА НАПРЕЖЕНИЕТО НА ЛЕНТАТА

В комплекта части ще намерите специален ключ. Поставете го в левия винт за регулиране на лентата, разположен в задната част на пътеката за бягане. Завъртете ключа по посока на часовниковата стрелка на 90 градуса (фигура C).

По този начин ще опънете задната ролка и ще увеличите напрежението на лентата. Повторете операцията, като завъртите винта от дясната страна. Обърнете внимание да завъртите винтовете еднакво.

Повтаряйте стъпките за двата винта, докато лентата не се опъне правилно.

НАМАЛЯВАНЕ НА НАПРЕЖЕНИЕТО НА ЛЕНТАТА

За да намалите напрежението на лентата, действайте както при увеличаването му. Завъртете ключа в посока, обратна на часовниковата стрелка.

ЦЕНТРИРАНЕ НА БЯГАЩАТА ЛЕНТА

В резултат на различен стил на бягане (най-често по-голямо натоварване върху единия крак), лентата може да се движи настрани и да не е центрирана. Поради тази причина лентата може да се нуждае от регулиране от време на време.

Лентата трябва да се центрира самостоятелно по време на работа на пътеката за бягане. Тя се нуждае от регулиране, когато се движи надясно или наляво.

Стартирайте пътеката за бягане и задайте ниска скорост (напр. 3 km/h). Проверете

в коя посока се движи лентата.

- Ако лентата се движи надясно, поставете ключа в десния винт за регулиране. Завъртете ключа на 90 градуса по посока на часовниковата стрелка (фигура A). Наблюдавайте дали лентата е центрирана. Ако все още се движи надясно, завъртете отново винта на 90 градуса.
- Ако лентата се движи наляво, действайте по същия начин като в горния случай, но завъртете винта, разположен от лявата страна (фигура B).

ОКОЛНА СРЕДА

Устройството се доставя опаковано, за да се предпази от евентуални повреди по време на транспортиране. Опаковките са необработени суровини и могат да бъдат рециклирани. Изхвърлете тези материали в подходящите цветни контейнери, предназначени за разделно събиране.

Защитете околната среда и не изхвърляйте използваните батерии в домашния кош за боклук. Върнете ги на мястото на закупуване или ги предайте в отделен пункт за съхранение на вторични суровини.

Избягвайте от употреба електрическо оборудване (включително измервателните уреди, захранващият блок) е вторична суровина – не го изхвърляйте в контейнерите за битови отпадъци, тъй като то може да съдържа вещества, опасни за здравето и околната среда. Молим ви активно да допринесете за пестеливото стопанисване с природните ресурси и опазването на околната среда, като предадете излязлото от употреба оборудване в пункт за

събиране на вторични суровини – излязло от употреба електрическо оборудване.

МОНТАЖ

Монтажът на уреда трябва да бъде извършен внимателно от възрастен. В случай на съмнения, помолете някого за помощ с повече опит в тази област.

- Преди да започнете монтажа, уверете се, че комплектът с уреда съдържа всички елементи от списъка с части както и дали някои елементи не са били повредени по време на транспортирането. В случай на липсващи елементи или резерви се свържете с продавача.
- Запознайте се с чертежите и обясненията и извършете монтажа в съответствие с реда, съдържащ се в инструкцията за монтаж.
- Бъдете внимателни по време на монтажа. По време на използването на инструменти и елементи съществува риск от порязване.
- Не забравяйте да поддържате безопасна среда. Не разпределяйте хаотично инструментите и монтажните елементи. Не забравяйте, че фолиата и торбите от пластмаса представляват риск от задушаване от деца.
- Монтажните елементи, необходими за извършване на дадена стъпка от инструкцията за монтаж са представени на чертежите и обясненията. Използвайте елементите, посочени в инструкцията за монтаж.
- В първите фази на монтажа не натягвайте частите докрай. Направете го след поставянето на всички и се уверете, че са правилно поставени.
- Производителят си запазва правото да монтира предварително някои елементи.

СХЕМА НА МОНТАЖ (→ Вижте страница 3)

ВНИМАНИЕ! Забранено е използването на части, произхождащи от други източници, освен от производителя.

СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ

Пълният списък с части е наличен след контакт със serwis@zipro.pl или на сайта Zipro.store в описанието на продукта.

№	ОПИСАНИЕ	КОЛИЧЕСТВО
1	Основна рамка	1
18	Лвяв капак на основата	1
19	Десен капак на основата	1
47	Шестостенен ключ	1
48	Защитна ключалка	1
49	Шестостенен ключ 6#	1
51	Силиконово масло	1
52	Укръстосан захвату S = 13, 14, 15	1
60	Винт с плоска цилиндрична глава и шестостенна вдълбнатина M8 * 45	2
61	Винт с плоска цилиндрична глава и шестостенна вдълбнатина M8 * 16	4
69	Самонарезен и самопробивен винт с кръстата конусна глава с шайба 4.2*19	15
77	Пружинна шайба стандартна #8	8
79	Плоска шайба клас C #8	4
92	Извита уплътнителна шайба #8	4

ИНСТРУКЦИЯ ЗА МОНТАЖ (→ Вижте страница 3)

ВНИМАНИЕ! По време на монтажа спазвайте следните стъпки и използвайте инструментите, включени в продукта.

Осигурете достатъчно свободно място за монтаж на уреда. Поради голямото тегло на някои елементи се препоръчва монтаж от двама души.

ИНСТРУКЦИЯ ЗА СГЛОБЯВАНЕ И РАЗГЛОБЯВАНЕ (→ Вижте страница 6)

СГЛОБЯВАНЕ НА УРЕДА

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете сглобяването, проверете внимателно дали всички винтове са затегнати.

ВНИМАНИЕ! По време на сглобяването внимавайте за ръцете и пръстите си, за да не бъдат прищипани.

Повдигнете бягащата пътека на уреда във вертикално положение, докато не чуete звука от заключването на съгъващия механизъм.

РАЗГЛОБЯВАНЕ НА УРЕДА

ВНИМАНИЕ! Обърнете внимание, по време на спускане на бягащата пътека в непосредствена близост да няма трети лица и животни.

Като държите бягащата пътека, освободете с крак блокировката на съгъваемия механизъм (показана със стрелка). Спуснете платформата до височината на парапета на основната рамка. От тази височина пътеката ще започне да се спуска автоматично към земята.

РЕГУЛИРАНЕ

Нивелиране на уреда

Нивелирайте уреда като развийте или завийте нивелиращите крачета, намиращи се на предната и задната основа.

ИНСТРУКЦИЯ ЗА ЕКСПЛОАТАЦИЯ НА КОМПЮТЪРА

НАЧАЛО

В рамките на 3 секунди след натискане на бутона **START** устройството ще започне да работи.

ФУНКЦИЯ ЗА СПЕСТЯВАНЕ НА ЕНЕРГИЯ

Компютърът на бягащата пътека ще премине автоматично в режим на пестене на енергия, ако в рамките на 10 минути не бъдат извършени никакви действия. Натиснете произволен клавиш, за да рестартирате системата.

АВАРИЙНО СПИРАНЕ НА УРЕДА

ВНИМАНИЕ! Ключът за безопасност трябва да бъде прикрепен към дрехите по време на всяка тренировка.

Трябва да се използва само в аварийни ситуации, не трябва да се използва като нормален бутон за спиране.

Неправилно поставеният ключ за безопасност не позволява стартирането на бягащата пътека.

Преди да използвате бягащата пътека, проверете дали системата работи правилно. Извадете ключа за безопасност, като издърпате връвта. След изваждане на ключа, бягащата пътека ще спре със закъснение, произтичащо от скоростта на работа, ще бъде спряна и системата за повдигане на бягащата пътека. Спирането ще бъде сигнализирано с кратък звуков сигнал. Всички прозорци на екрана ще покажат „---“.

След повторно свързване на ключа за безопасност, устройството ще бъде нулирано.

ПРОГРАМИ

Компютърът е оборудван с 3 потребителски програми за ръчна настройка, 12 автоматични програми, запаметени в паметта, 3 режима на отброяване (време, калории, разстояние) и функция за измерване на телесните мазнини (Body Fat).

ОПИСАНИЕ НА БУТОНИТЕ

- **START** – служи за стартиране на бягащата пътека в ръчен режим или избрана програма.
- **СТОП** – служи за спиране на работещата бягаща пътека. След натискане ще бъдат нулирани и настройките. След рестартиране, устройството ще започне работа в ръчен режим.
- **ПРОГРАМА** – служи за избор на автоматична тренировъчна програма (P1-P12), потребителска програма (U1-U3) или функция Body Fat преди да стартирате бягащата пътека.
- **РЕЖИМ** – позволява да изберете режим на отброяване: време, разстояние или калории
- **СКОРОСТ** – бутоните позволяват регулиране (увеличаване и намаляване) на скоростта с 0,1 km/h. Бутоните са разположени на конзолата на компютъра и на парапетите.
- **БУТОНИ ЗА ИЗБОР НА СКОРОСТ** – позволяват директен избор на скорост (3,6, 9, 12).
- **ИНКЛИНИРАНЕ** - бутоните позволяват да регулирате (увеличавате и намалявате) ъгъла на лентата за бягане със стъпка от 1 ниво по време на тренировката. Бутоните са разположени на компютърната конзола и на ръкохватките.
- **БУТОНИ ЗА ИЗБОР НА ЪГЪЛ НА БЯГАНЕ** - позволяват директен избор на ъгъла на лентата за бягане по време на тренировка (3,6,9,12).

ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

SPEED	Показва текущата скорост.	0.8 -12 km/h
TIME	Отчита общото време на упражнението от началото до края.	00:00-99:59 min
INCLINE	Показва текущото ниво на наклона на лентата за бягане.	0-12 нива
CALORIES	Отчита общия брой на изгорените калории от началото до края на упражнението.	0,0-999 kcal
DISTANCE	(Измерването е приблизително за сравняване на различни тренировъчни сесии и не може да се използва за лечение).	0,0-99,9 km
PULSE	Отчита общото разстояние от началото до края на упражнението.	50-200 BPM

ФУНКЦИЯ ЗА ИЗМЕРВАНЕ НА СЪРДЕЧНИЯ РИТЪМ

След като стартирате бягащата пътека, дръжте двете си ръце върху сензорите за пулс. След 30 секунди на екрана ще се появи текущият пулс. Докато извършвате измерването, компютърът ще покаже икона във формата на сърце.

ВНИМАНИЕ! Измерване на сърдечния ритъм само за спортни цели (изключена е медицинска употреба).

РЪЧНА ПРОГРАМА

Ръчният режим е режимът на работа по подразбиране на уреда. Пътеката започва да работи в този режим след натискане на **START**, ако не е избрана програма за обучение.

- Скоростта по подразбиране в ръчен режим е 0,8 km/ч.
- Настройката по подразбиране на ъгъла на кола е 0.
- Промяната на настройката на скоростта и ъгъла на лентата за движение е възможна с помощта на бутоните на компютъра и на ръкохватките.

ПРОГРАМИ ЗА ОБУЧЕНИЕ

Изберете една от 15-те автоматични тренировъчни програми, като натискате бутона PROGRAM, докато на екрана се покаже съответният номер. Когато подходящите тапсетите MODE, за да се покаже програмата. След като изберете, прозорецът ще се покаже и мигаща стойност „30:00“.

Настройките за времето за обучение на програмата могат да се направят с помощта на бутоните SPEED +/- . Времето за обучение се разделя пропорционално на 20 етапа. Таблицата показва обобщение на етапите и съответните скорост и ъгъл на наклона за всяка тренировъчна програма. → Вижте страница 117.

За да стартирате програмата, натиснете **START**.

ПОТРЕБИТЕЛСКИ ПРОГРАМИ

Компютърът е оборудван с 3 потребителски програми за индивидуално определяне: U1, U2, U3.

НАСТРОЙКА НА ПОТРЕБИТЕЛСКАТА ПРОГРАМА

В режим на готовност, натиснете бутона **PROGRAM**, за да изберете една от потребителските програми. Панелът ще покаже последователно номерата на автоматичните програми, а след това на потребителските програми.

- Когато се покаже желаната програма, натиснете **MODE**, за да започнете да редактирате първия раздел на програмата. Използвайте бутоните **SPEED +/-** за настройка на скоростта. Използвайте бутоните **INCLINE +/-** за регулиране на нивото на наклона на бягащата пътека.
- Натиснете **MODE**, за да потвърдите настройките на параметрите за първата секция и да преминете към редактиране на следващата.

Програмите се състоят от 20 секции. Повторете горните стъпки, докато не бъдат зададени параметрите на всички секции. Програмите ще бъдат запазени в паметта на компютъра до следващото им редактиране. Данните няма да бъдат загубени в резултат на прекъсване на електрозахранването.

СТАРТИРАНЕ НА ПОТРЕБИТЕЛСКА ПРОГРАМА

- В режим на готовност натиснете **PROGRAM**, за да изберете една от потребителските програми. След избор в прозореца ще се покаже и ще мига стойността „30:00“. Użyj przycisków **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** за да зададете времето за тренировка. Зададеното време за тренировка е пропорционално разделено на 20 етапа.
- За да стартирате програмата, натиснете **START**.

РЕЖИМ НА ОТБОРЯВАНЕ

Изберете един от 3-те режима на отбояване, като натиснете бутона **MODE**.

- За да зададете отбояваната стойност, използвайте бутоните **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Стартирането на бягащата пътека и отбояването ще започне след натискане на бутона **START**.

ОТБОРЯВАНИ ПАРАМЕТРИ:

- **ВРЕМЕ:** първоначалната стойност на отбояването е 30 минути. Компютърът позволява задаване на време в диапазона 5-99 минути (през 1 минута).
- **КАЛОРИИ:** първоначалната стойност на отбояването е 50 kcal. Компютърът позволява задаване на калории в диапазона 20-990 kcal (през 10 kcal).
- **РАЗСТОЯНИЕ:** първоначалната стойност на отбояването е 1 km. Компютърът позволява задаване на разстояние в диапазона 1,0-99,0 km (през 1 km).

ФУНКЦИЯ ЗА ИЗМЕРВАНЕ НА МАЗНИНИ (BODY FAT)

Натиснете бутона **PROGRAM**, докато на екрана не се появи „FAT“.

Използвайте **MODE**, за да въведете параметрите:

- F1 - пол (gender) – 01 мъж / 02 жена
- F2 - възраст (age) – стойности 10-99
- F3 - ръст (height) – стойности 100-220 cm
- F4 – тегло (weight) – стойности 20-130 kg

Използвайте бутоните **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** за да зададете стойностите на параметрите.

След като изберете параметрите, на дисплея ще се появи F5. Поставете двете си длани върху сензорите за измерване на пулса, след 5-6 секунди компютърът ще покаже информация FAT. FAT има за цел да измери връзката между височината и теглото, а не пропорциите на тялото. Правилният резултат трябва да бъде между 19-26. Стойност под 19 означава поднормено тегло, 27-30 - наднормено тегло, а над 30 - затлъстяване.

UWAGA! Получените резултати не могат да бъдат по никакъв начин основа за лечение или да бъдат вземани предвид за медицински цели.

ТРЕНИРОВКИ И ФАЗИ НА УПРАЖНЕНИЯ

Използването на устройството ще ви донесе много ползи. Преди всичко ще подобри състоянието ви, ще укрепите мускулите ви и в комбинация с подходяща диета ще ви позволи да изгорите ненужната мазна тъкан.

1. ЗАГРЯВКА

Това е фаза, която подобрява кръвообращението в цялото тяло и подготвя мускулите за увеличено усилие. Също така намалява риска от спазми и наранявания. Препоръчително е да изпълните няколко упражнения за разтягане, както е показано по-долу. Ако почувствате болка, спрете да тренирате или намалете обхвата на движение.

РАЗТЯГАНЕ НА ВЪТРЕШНИТЕ МУСКУЛИ НА БЕДРАТА

Седнете на равна повърхност със свити крака и колена, насочени навън. Съберете стъпалата си и ги приблизете възможно най-близо едно до друго. Внимателно натиснете коленете си, насочвайки ги към земята, и задръжте в това положение за 15 секунди.

РАЗТЯГАНЕ НА БЕДРАТА

Седнете на равна повърхност. Изправете десния крак и поставете стъпалото на левия крак върху дясното бедро. Протегнете дясната си ръка към пръстите на десния крак възможно най-далеч. Задръжте за 15 секунди. Повторете с левия крак.

ЗАВЪРТНАНИЯ НА ГЛАВАТА

Дръжте главата си изправена, гледайки напред. Без да движите раменете си, завъртете я надясно и я изправете, след това я завъртете наляво и я изправете.

ПОВДИГАНЕ НА РАМЕНЕТЕ

Повдигнете лявата си ръка възможно най-високо и задръжте за няколко секунди. Повторете с дясната ръка.

РАЗТЯГАНЕ НА АХИЛЕСОВИТЕ СУХОЖИЛИЯ

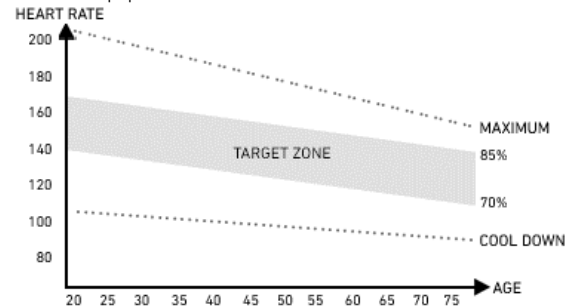
Застанете с лице към стената, изнесете левия крак напред и леко го свийте в коляното. Дръжте десния крак отзад - изправен, с пета, поставена плоско на пода. Дръжте двете пети плоски на пода и притискайте бедрата към стената. Задръжте тази позиция за 30 секунди. Повторете с изнесен десен крак. Не забравяйте да не извивате гърба по време на упражнението.

НАВЕЖДЕНИЯ

Застанете с крака, събрани заедно. Наведете се напред, опитвайки се да доближите гърдите си възможно най-близо до коленете. Задръжте за 15 секунди. Не забравяйте да не огъвате коленете.

2. ФАЗА НА УПРАЖНЕНИЯТА

Това е правилната фаза на тренировката. Тренирайте със собствено темпо, за да постигнете адекватен сърдечен ритъм за вашата възраст, както е показано на графиката.



3. ФАЗА НА ОТПУСКАНЕ

Тази фаза позволява да се успокои кръвообращението и да се отпуснат мускулите. Това е повторение на загряващите упражнения. Трябва да се помни, че да не се претоварват мускулите.

ВЪЗМОЖНИ ПОВРЕДИ И ТЕХНИКИ ЗА РЕМОТ

UWAGA! Отварянето на корпуса на устройството без предварително свързване със сервиза на производителя води до загуба на гаранцията. В случай на съмнение за повреда, изискваща отваряне на корпуса, се свържете със сервиза на производителя.

ОПИСАНИЕ НА ГРЕШКАТА	ВЪЗМОЖНИ ПРИЧИНИ	РЕШЕНИЕ НА ПРОБЛЕМА
---- Проблем със защитния ключ	Защитният ключ не е свързан. Компютърът е повреден.	Свържете правилно защитния ключ. Свържете се със сервиза на производителя.
E01 Компютърът не работи	Компютърът е свързан неправилно. Свързващият кабел е счупен или изтъкран Компютърът е повреден Връзката между контролната платка и компютъра е блокирана	Проверете правилността на свързване на кабелите на компютъра. Проверете свързването на щепселите. Ако е правилно и проблемът продължава, се свържете с отдела за обслужване на клиенти на сервиза на производителя. Свържете се със сервиза на производителя. Свържете се със сервиза на производителя.
E02 Двигателят не работи	Неподходящо захранващо напрежение Неправилно свързване на кабела на двигателя Повреден контролер	Уверете се, че напрежението е правилно. Ако проблемът продължава, се свържете с отдела за обслужване на клиенти на сервиза на производителя. Изключете кабела и го включете отново. Ако проблемът продължава, се свържете със сервиза на производителя. Свържете се със сервиза на производителя.

E03 Компютърът не е открил сигнал от датчика за скорост в продължение на 15 секунди	Неправилно свързване на датчика	Свържете се със сервиза на производителя.
	Неправилно свързан щепсел на датчика	Проверете свързването на щепселите. Ако е правилно и проблемът продължава, се свържете със сервиза на производителя.
	Повреден датчик	Свържете се със сервиза на производителя.
E05 Грешка при претоварване	Повреда в двигателя	Проверете дали двигателят не е изгорял. Ако не, изключете уреда от електрическата мрежа и след това го включете отново. Ако проблемът продължава, свържете се със сервиза на производителя.
	Номиналният ток в контролера е твърде нисък.	Сменете контролера. Свържете се със сервиза на производителя.
	Токът е над номиналната стойност	Уверете се, че теглото на потребителя не надвишава максималната стойност за това устройство.
E06 Грешка при самотест на контролера		Свържете се със сервиза на производителя.
E07 Няма дисплей	Откачен предпазен ключ	Поставете предпазния ключ.
E08 Грешка в EEPROM паметта на контролера	Контролерът е повреден.	Свържете се със сервиза на производителя.
Уредът не работи	Няма захранване	Включете уреда в електрическата мрежа.
	Откачен предпазен ключ	Поставете предпазния ключ.
	Късо съединение	Свържете се със сервиза на производителя.
	Ключът ON/OFF не е включен	Включете уреда.
Бягащата пътека не работи гладко	Бягащата пътека не е достатъчно смазана	Смажете бягащата пътека в съответствие с информацията, предоставена в ръководството за употреба.
	Бягащата пътека е прекалено затегната	Регулирайте и подравнете позицията на бягащата пътека в съответствие с информацията, предоставена в ръководството за употреба.
Бягащата пътека е изкривена	Бягащата пътека е прекалено хлабава	Регулирайте и подравнете позицията на бягащата пътека в съответствие с информацията, предоставена в ръководството за употреба.

Задвижващият ремък е прекалено хлабав	Свържете се със сервиза на производителя.
---------------------------------------	---

ГАРАНЦИЯ

Продавачът от името на Гаранта предоставя гаранция на територията на Република България за период от 24 месеца от датата на продажба. Гаранцията за продадената стока не изключва, не ограничава или не спира правата на Купувача, произтичащи от Закона за защита на потребителите.

Гаранционната карта се намира на последната страница.

ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ

- Рекламации и гаранции се приемат само за скрити дефекти, възникнали по вина на производителя.
- Гаранцията ще бъде уважена от магазина или сервиза след представяне от клиента на:
 - валидна, четливо и правилно попълнена гаранционна карта с печат за продажба и подпис на продавача,
 - валиден документ за покупка на оборудването с дата на продажба,
 - рекламираната стока или дефектната част.
 - В случай на покупка от разстояние, гаранционната карта е валидна само въз основа на документа за покупка (касов бон / фактура).
- Рекламацията ще бъде разглеждана в срок до 14 дни от момента на заявяване на дефекта от Клиента.
- Фабричните дефекти и повреди, установени по време на гаранционния период, ще бъдат отстранени безплатно в срок не по-дълъг от 21 дни от датата на доставка на стоката до магазина или сервиза.
- В случай на необходимост от внос на части, срокът за извършване на гаранционния ремонт може да бъде удължен с времето, необходимо за доставката им, но не повече от 40 дни.
- Гаранцията не покрива:
 - механични повреди и дефекти, причинени от тях,
 - повреди и дефекти, причинени от неправилна употреба и съхранение, неправилен монтаж и поддръжка,
 - повреди и износване на консумативи като: въжета, ремъци, гумени елементи, педали, дръжки от гъба, колела, лагери, тапицерия.
 - дейности, свързани с монтаж, поддръжка, които съгласно инструкцията за експлоатация потребителят е длъжен да извърши самостоятелно.
- Гаранцията не се прилага в следните случаи:
 - изтичане на срока на валидност,
 - извършване на самостоятелни ремонти и модификации от клиента с използване на неоригинални части,
 - ако възникналият дефект е резултат от неправилен монтаж или поради неспазване на правилата за правилна експлоатация, описани в инструкцията за експлоатация,
 - използване, различно от домашна употреба,
 - повреди, възникнали при транспортиране.
- Не се издават дубликати на гаранционната карта.
- В рамките на гаранцията клиентът има право да изисква следните видове безплатно обезщетение:
 - ремонт на продукта,
 - замяна на продукта,
 - намаляване на цената,
 - развяляне на договора и пълно възстановяване на направените разходи.
- За да подадете рекламация, трябва:
 - Да представите продукта или частта от него, за която се отнася гаранцията.
 - Документ за покупка, определящ името и адреса на продавача, датата и мястото на покупката, вида на продукта или валидна гаранционна карта с печат на магазина.
 - В случай на доставка на мръсен продукт, сервизът може да откаже приемането му или да го почисти за сметка на клиента с неговото писмено съгласие.
- В случай на положително разглеждане на рекламацията, оборудването ще бъде поправено или заменено с ново, или парите на клиента ще бъдат върнати. Разходите за транспортиране на стоката до клиента се поемат от сервиза на производителя.
- В случай на отхвърляне на гаранционната рекламация, клиентът ще получи подробно обяснение за взетото решение и в срок до 14 дни от момента на предаване на решението, оборудването ще бъде изпратено обратно на клиента за негова сметка.

FR Manuel d'utilisation

Cher utilisateur,
Veuillez lire attentivement ce manuel avant de commencer l'assemblage et la première utilisation de l'appareil. Ce manuel contient des informations importantes concernant la sécurité d'utilisation et l'entretien de l'équipement. Conservez-le pour pouvoir consulter les informations relatives à l'entretien ou à la commande de pièces de rechange.

DONNÉES TECHNIQUES

Alimentation	220V
Puissance maximale	900 W
Poids	51 kg
Température d'utilisation	0°C à +40°C
Température de stockage	-10°C à +60°C
Poids maximal de l'utilisateur	120 kg
Classe d'application	Classe H
Classe de précision	Classe C
Vitesse	0.8 -12 km/h
Inclinaison	12 niveaux
Norme du produit (principale)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Utilisation prévue	Tapis de course électrique pour usage domestique

SÉCURITÉ

ATTENTION ! L'appareil ne doit être utilisé que conformément à sa destination, c'est-à-dire pour l'entraînement par des adultes. Toute autre utilisation de l'appareil peut être dangereuse. Le fabricant ne peut être tenu responsable des dommages causés par une utilisation incorrecte de l'appareil.

- L'appareil a été conçu et construit sur la base des connaissances les plus récentes en matière de sécurité. Les éléments dangereux, qui pourraient potentiellement constituer un risque de blessure, ont été éliminés ou relativement protégés.
- Les réparations et modifications par l'utilisateur sont interdites.
- Une fois tous les un ou deux mois, vérifiez que les vis, boulons et écrous sont correctement serrés.
- Afin d'assurer une sécurité durable, vérifiez et entretenez régulièrement (c'est-à-dire une fois par an) l'équipement dans un centre commercial spécialisé.
- Toute modification de l'appareil qui n'est pas décrite dans ce manuel peut causer des dommages ou menacer directement la santé et la vie de la personne qui s'entraîne. Seuls les employés du service après-vente du fabricant ou les personnes formées par celui-ci peuvent apporter des modifications à l'appareil.
- Tous les appareils sont soumis à des innovations constantes afin de garantir une qualité élevée. Pour cette raison, le fabricant se réserve le droit d'apporter des modifications techniques.
- Pour toute question ou doute concernant l'équipement, veuillez vous adresser à un centre commercial spécialisé.

ATTENTION ! Respectez les règles générales et les mesures de sécurité applicables à la manipulation des appareils électriques.

- **L'appareil est alimenté par une tension secteur de 220V.**
- Tous les appareils électriques émettent des rayonnements électromagnétiques pendant leur fonctionnement. Si d'autres appareils émettant de tels rayonnements (par exemple, des téléphones portables) sont placés à proximité du système de commande électronique ou du cockpit, certaines valeurs (telles que la fréquence cardiaque) peuvent être faussées.
- **ATTENTION !** Ne modifiez jamais vous-même le réseau électrique. Confiez ces modifications à des spécialistes.
- **ATTENTION !** N'oubliez pas de débrancher la prise d'alimentation de la prise avant de commencer toute réparation, maintenance ou nettoyage de l'équipement.
- N'utilisez pas de rallonges pour connecter l'appareil.
- Si vous n'utilisez pas l'appareil pendant une période prolongée, débranchez sa prise d'alimentation de la prise.
- Veillez à ce que le cordon électrique ne soit pas écrasé et que son emplacement ne présente pas de risque de trébuchement.

MISE À LA TERRE

La mise à la terre protège contre le risque de choc électrique. L'appareil est équipé d'un cordon et d'une fiche avec mise à la terre. La fiche doit être branchée à une prise de courant correctement installée et correctement mise à la terre.

DANGER ! Une connexion incorrecte du cordon peut entraîner un risque de choc électrique.

- Avant de brancher l'appareil à l'alimentation, assurez-vous que la tension locale correspond au type de fiche.
- Ne modifiez pas la fiche si elle ne correspond pas à la prise. Dans ce cas, demandez à un électricien qualifié d'installer une autre prise.

ATTENTION ! Les personnes se trouvant à proximité pendant l'utilisation de l'équipement doivent être informées des dangers potentiels. Soyez particulièrement prudent en présence d'enfants.

ATTENTION ! Avant de commencer l'exercice, consultez un médecin afin de vous assurer que vous n'avez pas de contre-indications médicales à l'entraînement sur l'appareil. Sur la base de l'avis d'un spécialiste, vous pouvez élaborer votre plan d'entraînement. Un programme mal choisi ou un exercice excessif peut être dangereux pour votre santé et votre vie.

AVERTISSEMENT ! Les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexacts. Un effort excessif pendant l'exercice peut entraîner des blessures graves, voire la mort. Si vous vous sentez faible, arrêtez immédiatement l'exercice.

ATTENTION ! Respectez impérativement les consignes relatives à la réalisation de l'entraînement contenues dans le présent manuel.

- Lors du choix d'un lieu d'entraînement, veillez à maintenir une distance de sécurité par rapport aux obstacles possibles. N'installez pas l'équipement à proximité des voies de communication (routes, portails, passages, etc.).
- Il est interdit d'utiliser l'équipement à proximité d'un mur. La zone de sécurité est de 2000 mm et au moins aussi large que l'appareil..

ATTENTION ! Lors de l'assemblage de l'appareil, soyez prudent et ne laissez pas les enfants s'approcher. Lors de l'assemblage, de petites pièces (écrous, vis, etc.) sont utilisées et peuvent être avalées par les enfants.

RISQUE RÉSIDUEL

- Dans le cas où la protection contre les chutes n'est pas utilisée ou l'est, mais de manière incorrecte, il existe un risque résiduel, c'est-à-dire une chute de la personne entraînant des écorchures, des contusions, des fractures ou, dans le pire des cas, la mort.
- Il existe un risque résiduel de surcharge involontaire de la personne qui s'entraîne en raison d'une utilisation incorrecte ou d'une mauvaise évaluation, ainsi que d'une transmission incorrecte des données (en raison d'interférences électromagnétiques, d'erreurs logicielles, etc.). Même la meilleure protection logicielle et matérielle n'exclut pas une erreur logicielle ou matérielle et peut théoriquement entraîner une surcharge de la personne qui s'entraîne.
- Le produit est un appareil électrique, il est donc impossible d'exclure le risque d'électrocution, qui peut entraîner la mort.
- Le risque résiduel d'étouffement ne peut être exclu.
- Le risque peut être réduit en suivant les informations de sécurité contenues dans le mode d'emploi.
- Il ne peut être exclu qu'une utilisation involontaire ou non autorisée entraîne d'autres risques non pris en compte, et le risque pris en compte a été mal évalué.

Dans l'analyse des risques, l'évaluation a été effectuée sur la base de « l'état actuel de l'appareil ». L'évaluation et le contrôle du produit ont montré que la probabilité qu'un risque inacceptable se produise est très faible. L'appareil (sa construction, son fonctionnement et son application) ne présente pas - dans des conditions normales - un risque injustifié pour la personne qui s'entraîne ou pour des tiers.

SYMBOLES DE MANUTENTION SUR LES EMBALLAGES DE TRANSPORT

	Ce côté vers le haut. Ne pas renverser.
	Protéger contre les chutes.
	Emballage recyclable.
	Déchets électroniques. Il est nécessaire de rapporter l'équipement usagé à un point de recyclage.
	Attention, fragile. Possibilité de dommage. Soyez prudent.
	Protéger de l'humidité.
	Attention produit lourd.
	Stocker au maximum en 8 couches.



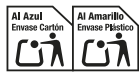
Le produit contient un mode d'emploi.

DO NOT USE BLADE TO OPEN 
Ne pas ouvrir avec un couteau.



Emballage en carton et en plastique.

Veuillez trier les déchets conformément aux réglementations locales.



Emballage en carton et en plastique. Veuillez trier les déchets conformément aux réglementations locales.



Emballage en carton.



L'emballage a été fabriqué en tenant compte de la responsabilité environnementale et du recyclage. Veuillez trier les déchets conformément aux réglementations locales.

UTILISATION

Avant de commencer l'entraînement, assurez-vous que l'appareil a été correctement assemblé.

- Avant de commencer votre premier entraînement, familiarisez-vous avec toutes les fonctions et possibilités de réglage de l'appareil.
- L'appareil possède des éléments qui peuvent être exposés à la corrosion. Pour cette raison, il n'est pas recommandé de le laisser dans une pièce humide. Il faut également veiller à ce que, l'équipement (en particulier ses éléments internes et électroniques) ne soit pas exposé au contact de l'eau, des boissons, de la transpiration, etc.
- L'appareil est destiné uniquement à l'entraînement des adultes et n'est absolument pas un jouet pour enfants. Si vous autorisez des enfants à l'utiliser sous votre propre responsabilité, donnez-leur impérativement des instructions sur la bonne utilisation et surveillez-les en permanence.
- L'équipement n'est pas adapté à des fins thérapeutiques.
- Pendant le fonctionnement de l'appareil, de faibles bruits peuvent survenir lors du mouvement inertiel de la masse du volant d'inertie, qui résultent du type de construction. Ils n'ont aucune influence sur le fonctionnement de l'équipement.
- L'émission de bruit pendant la charge est plus importante qu'à vide.
- Avant de commencer chaque entraînement, vérifiez la bonne mise en place des sécurités et des connexions vissées et enfichables.
- Pendant l'entraînement sur l'appareil, pensez à porter des chaussures appropriées (chaussures de sport).

MAINTENANCE

Afin d'assurer une sécurité maximale lors de l'utilisation du tapis de course, il est recommandé de le vérifier régulièrement pour détecter l'usure des éléments. Cela concerne le contrôle du serrage et de l'état des écrous, des vis, des pièces mobiles, des douilles, etc.

Rangez l'appareil dans un endroit sec et chaud. N'exposez pas l'appareil aux rayons du soleil.

ATTENTION ! Avant de commencer l'entretien, éteignez toujours le tapis de course et débranchez-le de l'alimentation électrique.

NETTOYAGE

Un nettoyage régulier de l'appareil prolongera sa durée de vie et maintiendra ses performances élevées.

Pour nettoyer le tapis de course, utilisez un chiffon doux et humide. Cela ne concerne pas les éléments électriques, le moteur, les pièces internes - ne laissez pas l'eau pénétrer dans ces endroits. Protégez la surface de la bande de roulement (et l'espace en dessous) de l'eau.

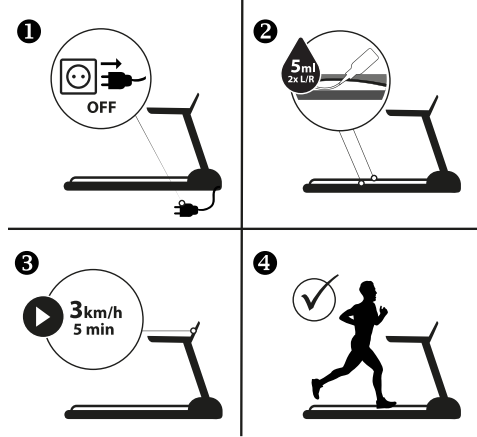
NETTOYAGE DU MOTEUR

Au moins une fois par an, enlevez la poussière du moteur. Pour ce faire, éteignez d'abord le tapis de course et, après avoir attendu environ 1 heure, retirez le couvercle du moteur. À l'aide d'air comprimé ou d'une brosse, retirez délicatement la poussière accumulée. Après avoir remonté le couvercle du moteur et rebranché l'alimentation électrique, vous pouvez démarrer le tapis de course.

LUBRIFICATION DU TAPIS DE COURSE

La fréquence de lubrification du tapis de course dépend de l'intensité de son utilisation. Si l'appareil fonctionne plus de 5 heures par semaine, il est recommandé de le lubrifier tous les 2 à 3 mois. En cas d'utilisation moins intensive du tapis de course, il faut le lubrifier une fois tous les 7 à 8 mois.

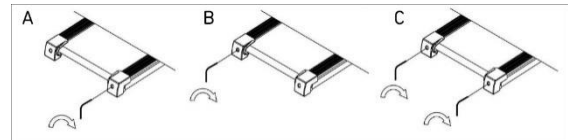
1. Avant de commencer à lubrifier la bande de roulement, éteignez le tapis de course et débranchez-le de l'alimentation électrique. 2. Appliquez de la graisse sous la bande de roulement des deux côtés, environ 5 ml. Utilisez-en le plus dans les endroits où les pieds sont en contact avec la bande pendant la course. 3. Démarrez le tapis de course à basse vitesse (par exemple, 3 km/h) et attendez que la graisse se répande uniformément sur toute la longueur de la bande.



RÉGLAGE DE LA TENSION DE LA BANDE

La bande de roulement peut nécessiter une tension en raison de l'utilisation constante du tapis de course. La bande doit être tendue lorsqu'elle commence à glisser, à se déplacer latéralement ou à se replier pendant l'entraînement. Une bande trop lâche peut s'arrêter pendant le fonctionnement du moteur. Placez le tapis de course sur une surface plane. Démarrez le tapis de course à une vitesse d'environ 6 à 8 km/h, observez le degré de déviation de la bande de roulement.

- Il ne faut pas trop tendre la bande, car cela pourrait entraîner des défauts, notamment au niveau du moteur, de l'arbre ou des roulements.
- Une bande correctement tendue peut être soulevée sur ses bords à une hauteur d'environ 5 à 7,5 cm. Il est très facile de le vérifier - elle est correctement tendue lorsque 3 doigts peuvent être placés en dessous.



AUGMENTATION DE LA TENSION DE LA BANDE

Dans le kit de pièces, vous trouverez une clé spéciale. Placez-la dans la vis de réglage de la bande gauche située à l'arrière du tapis de course. Tournez la clé dans le sens des aiguilles d'une montre de 90 degrés (figure C). De cette façon, vous tendrez le rouleau arrière et augmenterez la tension de la bande. Répétez l'opération en tournant la vis du côté droit. Veillez à tourner les vis de la même manière.

Répétez l'opération pour les deux vis jusqu'à ce que la bande soit correctement tendue.

DIMINUTION DE LA TENSION DE LA BANDE

Pour diminuer la tension de la bande, procédez comme pour l'augmenter. Tournez la clé dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

CENTRALISATION DE LA BANDE DE ROULEMENT

En raison d'un style de course différent (le plus souvent une charge plus importante transférée sur une jambe), la bande peut se déplacer latéralement et ne pas être centrée. Pour cette raison, la bande peut nécessiter un réglage de temps en temps.

La bande devrait se centrer automatiquement pendant le fonctionnement du tapis de course. Elle nécessite un réglage si elle se déplace vers la droite ou vers la gauche.

Démarrez le tapis de course et réglez-le sur une faible vitesse (par exemple, 3 km/h). Vérifiez dans quelle direction la bande se déplace.

- Si la bande se déplace vers la droite, placez la clé dans la vis de réglage droite. Tournez la clé de 90 degrés dans le sens des aiguilles d'une montre (figure A). Observez si la bande se centre. Si elle se déplace toujours vers la droite, tournez à nouveau la vis de 90 degrés.
- Si la bande se déplace vers la gauche, procédez de la même manière que dans le cas ci-dessus, mais tournez la vis située sur le côté gauche (figure B).

ENVIRONNEMENT

L'appareil est livré dans un emballage afin de le protéger contre d'éventuels dommages pendant le transport. Les emballages sont des matières premières non transformées et peuvent être recyclés. Jetez ces matériaux dans les conteneurs de couleur appropriés destinés à la collecte sélective.



Protégez l'environnement et ne jetez pas les piles usagées dans la poubelle domestique. Déposez-les au point de vente ou dans un point de collecte séparé pour les matières premières secondaires. Les appareils électriques usagés (y compris les compteurs, les alimentations) sont des matières premières secondaires - ne les jetez pas dans les conteneurs de déchets ménagers car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé et l'environnement. Veuillez contribuer activement à une gestion économe des ressources naturelles et à la protection de l'environnement naturel en remettant l'appareil usagé à un point de stockage des matières premières secondaires - appareils électriques usagés.

INSTALLATION

L'installation de l'appareil doit être effectuée avec soin par un adulte. En cas de doute, demandez l'aide d'une personne ayant plus d'expérience dans ce domaine.

- Avant de commencer l'installation, assurez-vous que l'ensemble avec l'appareil contient tous les éléments de la liste des pièces et qu'aucun élément n'ait été endommagé pendant le transport. En cas d'éléments manquants ou de réserves, contactez le vendeur.
- Familiarisez-vous avec les dessins et les explications et effectuez l'installation dans l'ordre indiqué dans le manuel d'installation.
- Soyez prudent lors de l'installation. Lors de l'utilisation d'outils et d'éléments, il existe un risque de blessure.
- N'oubliez pas de maintenir un environnement sûr. Ne disposez pas les outils et les éléments de montage de manière chaotique. N'oubliez pas que les films et les sacs en plastique présentent un risque d'étouffement pour les enfants.
- Les éléments de montage nécessaires pour effectuer une étape donnée du manuel d'installation ont été présentés dans les dessins et les explications. Utilisez les éléments indiqués dans le manuel d'installation.
- Dans les premières phases de l'installation, ne serrez pas les pièces à fond. Faites-le après avoir placé toutes les pièces et vous être assuré qu'elles sont correctement positionnées.
- Le fabricant se réserve le droit d'effectuer le montage préliminaire de certains éléments.

SCHÉMA DE MONTAGE (→ Voir page 3)

ATTENTION ! Il est interdit d'utiliser des pièces provenant d'autres sources que le fabricant.

LISTE DES PIÈCES

La liste complète des pièces est disponible en contactant serwis@zipro.pl ou sur le site Zipro.store dans la description du produit.

N°	DESCRIPTION	QUANTITÉ
1	Cadre principal	1
18	Couvercle de base gauche	1
19	Couvercle de base droit	1
47	Clé Allen	1
48	Verrou de sécurité	1
49	Clé Allen 6#	1
51	Huile de silicone	1
52	Upoignée croisée S = 13, 14, 15	1
60	Vis à tête cylindrique plate à six pans creux M8 * 45	2
61	Vis à tête cylindrique plate à six pans creux M8 * 16	4
	Vis auto-taraudeuse et auto-perceuse à tête fraisée cruciforme avec rondelle 4.2*19	15
69		
77	Rondelle Grower standard #8	8
79	Rondelle plate classe C #8	4
92	Joint courbé #8	4

NOTICE DE MONTAGE (→ Voir page 3)

ATTENTION ! Pendant le montage, respectez les étapes suivantes et utilisez les outils fournis avec le produit. Préparez suffisamment d'espace libre pour l'assemblage de l'appareil. En raison du poids important de certains éléments, il est recommandé de procéder au montage à deux personnes.

INSTRUCTIONS DE MONTAGE ET DE DÉMONTAGE (→ Voir page 6)

MONTAGE DE L'APPAREIL

ATTENTION ! Avant de commencer le montage, vérifiez attentivement si toutes les vis sont serrées.

ATTENTION ! Pendant le montage, faites attention à vos mains et à vos doigts afin qu'ils ne soient pas coincés.

Soulevez la courroie de course de l'appareil en position verticale jusqu'à ce que vous entendiez le bruit du verrouillage du mécanisme de pliage.

DÉPLIAGE DE L'APPAREIL

ATTENTION ! Assurez-vous qu'il n'y a pas de tiers à proximité immédiate lorsque vous abaissez le tapis de course. et des animaux.

En tenant le tapis de course, relâchez avec votre pied le verrouillage du mécanisme de pliage (indiqué par une flèche). Abaissez la plateforme jusqu'à la hauteur des poignées du cadre principal.

À partir de cette hauteur, le tapis s'abaissera automatiquement vers le sol.

RÉGLAGES

Nivellement de l'appareil

Nivelez l'appareil en dévissant ou en vissant les pieds de nivellement situés sur les bases avant et arrière.

MODE D'EMPLOI DE L'ORDINATEUR

DÉMARRAGE

Dans les 3 secondes après avoir appuyé sur le bouton **START** l'appareil commencera à fonctionner.

FONCTION D'ÉCONOMIE D'ÉNERGIE

L'ordinateur du tapis de course passera automatiquement en mode d'économie d'énergie si aucune action n'est effectuée pendant 10 minutes. Appuyez sur n'importe quelle touche pour redémarrer le système.

ARRÊT D'URGENCE DE L'APPAREIL

ATTENTION ! La clé de sécurité doit être attachée à vos vêtements pendant chaque entraînement.

Il ne doit être utilisé qu'en cas d'urgence, et ne doit pas être utilisé comme bouton d'arrêt normal.

Une clé de sécurité mal installée empêche le démarrage du tapis de course. Avant d'utiliser le tapis de course, vérifiez le bon fonctionnement du système.

Retirez la clé de sécurité en tirant sur la ficelle. Après avoir retiré la clé, le tapis de course s'arrêtera avec un retard dû à la vitesse de fonctionnement, et le système de levage du tapis de course sera également arrêté. L'arrêt sera signalé par une brève alarme sonore. Toutes les fenêtres de l'écran afficheront "----". Après avoir reconnecté la clé de sécurité, l'appareil sera réinitialisé.

PROGRAMMES

L'ordinateur est équipé de 3 programmes utilisateur pour le réglage manuel, 12 programmes automatiques enregistrés dans la mémoire, 3 modes de compte à rebours (temps, calories, distance) et une fonction de mesure de la graisse corporelle (Body Fat).

DESCRIPTION DES BOUTONS

- **START** - est utilisé pour démarrer le tapis de course en mode manuel ou le programme sélectionné.
- **STOP** - est utilisé pour arrêter le tapis de course en marche. Une fois enfoncé, les paramètres seront également réinitialisés. Après le redémarrage, l'appareil commencera à fonctionner en mode manuel.
- **PROGRAMME** - est utilisé pour sélectionner un programme d'entraînement automatique (P1-P12), un programme utilisateur (U1-U3) ou la fonction Body Fat avant de démarrer le tapis de course.
- **MODE** - permet de sélectionner le mode de compte à rebours : temps, distance ou calories
- **VITESSE** - les boutons permettent de régler (augmenter et de diminuer) la vitesse par pas de 0,1 km/h. Les boutons sont situés sur la console de l'ordinateur et sur les rampes.
- **POUR SÉLECTIONNER LA VITESSE RAPIDE** - permettent de sélectionner directement la vitesse (3,6, 9, 12).
- **INCLINE** - Les boutons permettent de régler l'angle de la ceinture de course (augmentation et diminution) par incréments de 1 niveau pendant l'exercice. Les boutons sont situés sur la console de l'ordinateur et sur les poignées.
- **BOUTONS POUR UNE SÉLECTION RAPIDE DE L'ANGLE D'INCLINAISON** - permettent de sélectionner directement l'angle de la bande du tapis roulant pendant l'entraînement (3,6,9,12).

FONCTIONS (SPÉCIFICATION)

VITESSE	Affiche la vitesse actuelle.	0.8 -12 km/h
TIME	Indique la durée totale de l'exercice, du début à la fin.	00:00-99:59 min
INCLINE	Affiche le niveau d'inclinaison actuel du tapis de course.	0-12 niveaux
CALORIES	Indique le nombre total de calories brûlées du début à la fin de l'exercice.	0,0-999 kcal
DISTANCE	(La mesure est approximative pour comparer différentes séances d'entraînement et ne peut pas être utilisée pour le traitement).	0,0-99,9 km
PULSE	Indiquez la distance totale entre le début et la fin de l'exercice.	50-200 BPM

FONCTION DE MESURE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE

Après avoir démarré le tapis roulant, tenez les deux mains sur les capteurs de pouls. Au bout de 30 secondes, le pouls actuel s'affiche à l'écran.

Lorsque vous prenez la mesure, l'ordinateur affiche une icône en forme de cœur.

ATTENTION ! Mesure de la fréquence cardiaque à des fins sportives uniquement (usage médical exclu).

PROGRAMME MANUEL

Le programme manuel est le mode de fonctionnement par défaut de l'appareil. Le

tapis de course démarre dans ce mode après avoir appuyé sur **START**,

lorsqu'aucun programme d'entraînement n'est sélectionné.

- La vitesse par défaut en mode manuel est de 0.8 km/h.
- Le niveau d'inclinaison par défaut de la bande est de 0.
- Le réglage de la vitesse et de l'angle d'inclinaison de la bande de roulement est possible à l'aide des boutons situés sur l'ordinateur et les rampes.

PROGRAMMES D'ENTRAÎNEMENT

Choisissez l'un des 15 programmes d'entraînement automatiques en appuyant sur le bouton **PROGRAMME** jusqu'à ce que le numéro approprié s'affiche à l'écran.

- Lorsque le programme approprié est affiché, appuyez sur **MODE**. Une fois sélectionnée, la valeur "30:00" s'affichera et clignotera dans la fenêtre.

Les paramètres de durée d'entraînement du programme peuvent être réglés à l'aide des boutons **VITESSE +/-**.

- La durée d'entraînement définie est divisée proportionnellement en 20 étapes. Le tableau présente un résumé des étapes et de la vitesse et de l'angle d'inclinaison correspondants pour chaque programme d'entraînement. → [Voir page 117](#).
- Pour démarrer le programme, appuyez sur **START**.

PROGRAMMES UTILISATEUR

L'ordinateur est équipé de 3 programmes utilisateur pour une définition individuelle : U1, U2, U3.

CONFIGURATION DU PROGRAMME UTILISATEUR

- En mode veille, appuyez sur le bouton **PROGRAMME** pour sélectionner l'un des programmes utilisateur. Les numéros des programmes automatiques, puis les programmes utilisateur, s'afficheront successivement sur le panneau.
- Lorsque le programme approprié est affiché, appuyez sur **MODE** pour commencer à modifier la première section du programme. Utilisez les boutons **SPEED +/-** pour régler la vitesse. Utilisez les boutons **INCLINE +/-** pour régler le niveau d'inclinaison de la bande de roulement.

- Appuyez sur **MODE** pour valider les paramètres de la première section et passer à la modification de la suivante.

Les programmes sont composés de 20 sections. Répétez les étapes ci-dessus jusqu'à ce que les paramètres de toutes les sections soient définis. Les programmes seront enregistrés dans la mémoire de l'ordinateur jusqu'à leur prochaine modification. Les données ne seront pas perdues en cas de panne de courant.

LANCLEMENT DU PROGRAMME UTILISATEUR

- En mode veille, appuyez sur le bouton **PROGRAMME** pour sélectionner l'un des programmes utilisateur. Une fois sélectionné, la valeur "30:00" s'affichera et clignotera dans la fenêtre. Utilisez les boutons **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** pour régler la durée de l'entraînement. La durée d'entraînement définie est divisée proportionnellement en 20 étapes.
- Pour démarrer le programme, appuyez sur **START**.

MODE COMPTE À REBOURS

Sélectionnez l'un des 3 modes de compte à rebours en appuyant sur le bouton **MODE**.

- Pour régler la valeur du compte à rebours, utilisez les boutons **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Le démarrage du tapis de course et le compte à rebours commenceront lorsque vous appuierez sur le bouton **START**.

PARAMÈTRES DU COMPTE À REBOURS:

- TEMPS** : la valeur initiale du compte à rebours est de 30 min. L'ordinateur permet de régler la durée de 5 à 99 minutes (par incréments de 1 minute).
- CALORIES** : la valeur initiale du compte à rebours est de 50 kcal. L'ordinateur permet de régler les calories de 20 à 990 kcal (par incréments de 10 kcal).
- DISTANCE** : la valeur initiale du compte à rebours est de 1 km. L'ordinateur permet de régler la distance de 1,0 à 99,0 km (par incréments de 1 km).

FONCTION DE MESURE DE LA MASSE GRAISSEUSE (BODY FAT)

Appuyez sur le bouton **PROGRAM**, jusqu'à ce que "FAT" s'affiche à l'écran.

Utilisez **MODE**, pour entrer les paramètres :

- F1 - sexe (genre) – 01 homme / 02 femme
- F2 - âge – valeurs 10-99
- F3 - taille – valeurs 100-220 cm
- F4 – poids – valeurs 20-130 kg

Utilisez les boutons **VITESSE +/-**, **INCLINAISON +/-** pour régler les valeurs des paramètres.

Après avoir sélectionné les paramètres, F5 apparaîtra à l'écran. Placez les deux mains sur les capteurs de pouls, après 5 à 6 secondes, l'ordinateur affichera l'information FAT. FAT vise à mesurer la relation entre la taille et le poids, et non les proportions du corps.

Le résultat correct devrait se situer entre 19-26. Une valeur inférieure à 19 signifie une insuffisance pondérale, 27-30 - surpoids, et au-dessus de 30 - obésité.

UWAGA! Les résultats obtenus ne peuvent en aucun cas servir de base à un traitement ou être pris en compte à des fins médicales.

ENTRAÎNEMENT ET PHASES D'EXERCICE

L'utilisation de l'appareil vous apportera de nombreux avantages. Tout d'abord, il améliorera votre condition physique, renforcera vos muscles et, en combinaison avec une alimentation appropriée, vous permettra de brûler les graisses inutiles.

1. ÉCHAUFFEMENT

C'est une phase qui améliore la circulation sanguine dans tout le corps et prépare les muscles à un effort accru. Il réduit également le risque de crampes et de blessures. Il est conseillé de faire quelques exercices d'étirement comme indiqué ci-dessous.

Si vous ressentez de la douleur, arrêtez de faire de l'exercice ou réduisez l'amplitude du mouvement.

ÉTIREMENT DES MUSCLES INTÉRIEURS DE LA CUISSE

Asseyez-vous sur une surface plane avec les jambes pliées et les genoux pointés vers l'extérieur. Joignez les plantes des pieds et rapprochez-les le plus possible. Appuyez doucement sur les genoux en les dirigeant vers le sol et maintenez cette position pendant 15 secondes.

ÉTIREMENT DES CUISSES

Asseyez-vous sur une surface plane. Redressez la jambe droite et placez la plante du pied gauche contre la cuisse droite. Étirez la main droite vers les orteils du pied droit aussi loin que possible. Maintenez pendant 15 secondes. Répétez avec la jambe gauche.

ROTATIONS DE LA TÊTE

Gardez la tête droite en regardant devant vous. Sans bouger les épaules, tournez-la vers la droite et redressez-la, puis tournez-la vers la gauche et redressez-la.

LEVÉES DE BRAS

Levez le bras gauche aussi haut que possible et maintenez pendant quelques secondes. Répétez avec le bras droit.

ÉTIREMENT DES TENDONS D'ACHILLE

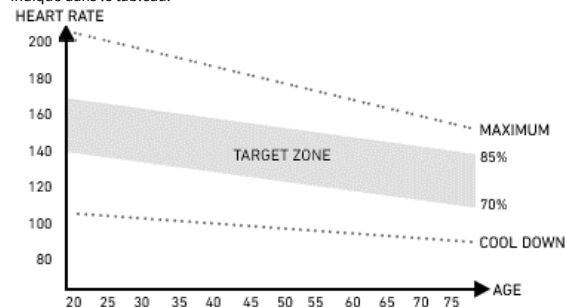
Placez-vous face au mur, avancez votre jambe gauche et pliez légèrement le genou. Gardez votre jambe droite en arrière - droite, avec le talon à plat sur le sol. Gardez les deux talons à plat sur le sol et poussez vos hanches vers le mur. Maintenez cette position pendant 30 secondes. Répétez l'opération avec la jambe droite avancée. N'oubliez pas de ne pas cambrer le dos pendant l'exercice.

FLEXIONS

Tenez-vous debout, les pieds joints. Penchez-vous en avant en essayant de rapprocher au maximum votre poitrine de vos genoux. Tenez pendant 15 secondes. N'oubliez pas de ne pas plier les genoux.

2. PHASE D'EXERCICES

C'est la phase d'entraînement proprement dite. Entraînez-vous à votre propre rythme afin d'atteindre une fréquence cardiaque adaptée à votre âge, comme indiqué dans le tableau.



3. PHASE DE DÉTENTE

Cette phase permet de calmer la circulation et de détendre les muscles. Il s'agit d'une répétition des exercices d'échauffement. Il faut se rappeler que, de ne pas surmener les muscles.

DOMMAGES POSSIBLES ET TECHNIQUES DE RÉPARATION

UWAGA! L'ouverture du boîtier de l'appareil sans avoir préalablement contacté le service après-vente du fabricant entraîne la perte de la garantie.

En cas de suspicion de défaut nécessitant l'ouverture du boîtier, veuillez contacter le service après-vente du fabricant.

DESCRIPTION DE L'ERREUR	CAUSES POSSIBLES	SOLUTION DU PROBLÈME
----	La clé de sécurité n'est pas branchée.	Branchez correctement la clé de sécurité.
Problème avec la clé de sécurité	L'ordinateur est endommagé.	Contactez le service après-vente du fabricant.
E01 L'ordinateur ne fonctionne pas	L'ordinateur est mal branché.	Vérifiez que les câbles de l'ordinateur sont correctement branchés.
	Le câble de connexion est cassé ou usé	Vérifiez la connexion des fiches. Si elle est correcte et que le problème persiste, contactez le service client du service après-vente du fabricant.
	L'ordinateur est endommagé	Contactez le service après-vente du fabricant.
	La connexion entre la carte de commande et l'ordinateur est bloquée	Contactez le service après-vente du fabricant.
E02 Le moteur ne fonctionne pas	Tension d'alimentation incorrecte	Assurez-vous que la tension est correcte. Si le problème persiste, contactez le service client du service après-vente du fabricant.
	Connexion incorrecte du câble du moteur	Débranchez le câble et rebranchez-le. Si le problème persiste, contactez le service après-vente du fabricant.
	Pilote endommagé	Contactez le service après-vente du fabricant.
E03 L'ordinateur n'a pas détecté le signal du capteur de vitesse pendant 15 secondes	Connexion incorrecte du capteur	Contactez le service après-vente du fabricant.
	Fiche du capteur mal branchée	Vérifiez la connexion des fiches. Si elle est correcte et que le problème persiste, contactez le service client du service après-vente du fabricant.
	Capteur endommagé	Contactez le service après-vente du fabricant.
E05 Erreur de surcharge	Panne moteur	Vérifiez si le moteur n'est pas grillé. Si ce n'est pas le cas,

		débranchez le tapis de course de l'alimentation secteur, puis rebranchez-le. Si le problème persiste, contactez le service après-vente du fabricant.
	Le courant nominal dans le contrôleur est trop faible.	Remplacez le contrôleur. Contactez le service après-vente du fabricant.
	Le courant est supérieur à la valeur nominale	Assurez-vous que le poids de l'utilisateur ne dépasse pas la valeur maximale pour cet appareil.
E06 Erreur d'autotest du contrôleur		Contactez le service après-vente du fabricant.
E07 Pas d'affichage	Clé de sécurité débranchée	Rebranchez la clé de sécurité.
E08 Erreur de contrôleur EEPROM	Le contrôleur est défectueux.	Contactez le service après-vente du fabricant.
L'appareil ne fonctionne pas	Pas d'alimentation	Branchez l'appareil à l'alimentation.
	Clé de sécurité débranchée Court-circuit	Rebranchez la clé de sécurité. Contactez le service après-vente du fabricant.
	L'interrupteur ON/OFF n'est pas activé	Allumez l'appareil.
La bande de roulement ne fonctionne pas correctement	La bande de roulement n'est pas suffisamment lubrifiée	Lubrifiez la bande de roulement conformément aux informations fournies dans le manuel d'utilisation.
	La bande de roulement est trop tendue	Ajustez et alignez la position de la bande de roulement conformément aux informations fournies dans le manuel d'utilisation.
La bande de roulement est tordue	La bande de roulement est trop lâche	Ajustez et alignez la position de la bande de roulement conformément aux informations fournies dans le manuel d'utilisation.
	La courroie d'entraînement est trop peu tendue	Contactez le service après-vente du fabricant.

GARANTIE

Le vendeur, au nom du Garant, accorde une garantie sur le territoire français pour une période de 24 mois à compter de la date de vente. La garantie sur les biens vendus n'exclut, ne limite ni ne suspend les droits de l'acheteur découlant du Code de la consommation.

La carte de garantie se trouve sur la dernière page.

CONDITIONS DE GARANTIE

- Seuls les défauts cachés résultant d'une faute du fabricant sont couverts par la réclamation et la garantie.
- La garantie sera honorée par le magasin ou le service après-vente sur présentation par le client de :
 - une carte de garantie valide, lisible et correctement remplie avec le cachet de vente et la signature du vendeur,
 - une preuve d'achat valide de l'équipement avec la date de vente,
 - le produit réclamé ou la pièce défectueuse.
 En cas d'achat à distance, la carte de garantie n'est valable que sur présentation du document d'achat (ticket de caisse / facture).
- La réclamation sera traitée dans un délai de 14 jours à compter de la date de signalement du défaut par le Client.
- Les défauts de fabrication et les dommages constatés pendant la période de garantie seront réparés gratuitement dans un délai maximum de 21 jours à compter de la date de livraison du produit au magasin ou au service après-vente.
- S'il est nécessaire d'importer des pièces, la période de réparation sous garantie peut être prolongée du temps nécessaire à leur importation, mais pas plus de 40 jours.
- La garantie ne couvre pas :
 - les dommages mécaniques et les défauts qui en résultent,
 - les dommages et défauts résultant d'une utilisation et d'un stockage inappropriés, d'un montage et d'un entretien incorrects,
 - les dommages et l'usure des éléments consommables tels que : câbles, courroies, éléments en caoutchouc, pédales, poignées en mousse, roues, roulements, rembourrage.
 - les opérations liées au montage, à l'entretien, que l'utilisateur est tenu d'effectuer lui-même conformément au mode d'emploi.
- La garantie ne s'applique pas dans les cas suivants :
 - expiration du délai de validité,
 - réalisation par le client de réparations et de modifications indépendantes avec l'utilisation de pièces non originales, lorsque le défaut est dû à une installation incorrecte ou au non-respect des règles d'utilisation correcte décrites dans le mode d'emploi,
 - utilisation autre qu'une utilisation domestique,
 - dommages survenus pendant le transport.
- Aucun duplicata de la carte de garantie ne sera délivré.
- Dans le cadre de la garantie, le client a le droit d'exiger les types de réparation gratuite suivants :
 - réparation du produit,
 - remplacement du produit,
 - réduction du prix,
 - résolution du contrat et remboursement intégral des coûts encourus.
- Pour déposer une réclamation, il faut :
 - Présenter le produit ou la partie du produit concerné par la garantie.
 - Une preuve d'achat indiquant le nom et l'adresse du vendeur, la date et le lieu d'achat, le type de produit ou une carte de garantie valide avec le cachet du magasin.
En cas de livraison d'un produit sale, le service après-vente peut refuser de l'accepter ou, aux frais du client et avec son accord écrit, procéder au nettoyage.
 - En cas d'acceptation de la réclamation, l'équipement sera réparé ou remplacé par un nouvel équipement, ou le client sera remboursé. Les frais de transport des marchandises au client sont couverts par le service après-vente du fabricant.
- En cas de rejet de la réclamation de garantie, le client recevra une justification détaillée de la décision prise et, dans un délai de 14 jours à compter de la communication de la décision, l'équipement sera renvoyé au client à ses frais.

IT Manuale d'uso

Utente,
Si prega di leggere attentamente le seguenti istruzioni prima di iniziare l'assemblaggio e il primo utilizzo del dispositivo. Questo manuale contiene informazioni importanti relative alla sicurezza d'uso e alla manutenzione dell'apparecchiatura. Conservarlo per poter consultare le informazioni relative alla manutenzione o all'ordinazione di parti di ricambio.

DATI TECNICI

Alimentazione	220V
Potenza massima	900 W
Peso	51 kg
Temperatura di esercizio	0°C a +40°C
Temperatura di stoccaggio	-10°C a +60°C
Peso massimo dell'utente	120 kg
Classe di applicazione	Classe H
Classe di precisione	Classe C
Velocità	0.8 -12 km/h
Inclinazione	12 livelli
Norma del prodotto (principale)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Destinazione d'uso	Tapis roulant elettrico per uso domestico

SICUREZZA

ATTENZIONE! L'apparecchio deve essere utilizzato esclusivamente per lo scopo previsto, ovvero per l'allenamento da parte di adulti. Qualsiasi altro uso dell'apparecchio può essere pericoloso. Il produttore non può essere ritenuto responsabile per danni causati da un uso improprio dell'apparecchio.

- L'apparecchio è stato progettato e costruito sulla base delle più recenti conoscenze in materia di sicurezza. Gli elementi pericolosi che potrebbero potenzialmente costituire un rischio di lesioni sono stati eliminati o adeguatamente protetti.
- Non sono ammesse riparazioni o modifiche fai-da-te.
- Controllare ogni uno o due mesi che viti, bulloni e dadi siano serrati correttamente.
- Per garantire una sicurezza duratura, controllare e mantenere regolarmente (cioè una volta all'anno) l'attrezzatura presso un rivenditore specializzato.
- Tutte le modifiche all'apparecchio che non sono descritte nel presente manuale possono causare danni o mettere direttamente in pericolo la salute e la vita dell'utente. Le modifiche all'apparecchio possono essere eseguite esclusivamente dal personale di assistenza del produttore o da persone da esso formate in questo ambito.
- Tutti gli apparecchi sono soggetti a continue innovazioni per garantire un'alta qualità.
Per questo motivo, il produttore si riserva il diritto di apportare modifiche tecniche.
- Per qualsiasi domanda o dubbio relativo all'attrezzatura, rivolgersi a un rivenditore specializzato.

ATTENZIONE! Rispettare le norme generali e le misure di sicurezza applicabili alla manipolazione di apparecchi elettrici.

- L'apparecchio è alimentato da una tensione di rete di 220V.**
- Tutti gli apparecchi elettrici emettono radiazioni elettromagnetiche durante il funzionamento. Se altri dispositivi che emettono tali radiazioni (ad es. telefoni cellulari) sono posizionati vicino al sistema di controllo elettronico o al cruscotto, alcuni valori (come la frequenza cardiaca) potrebbero essere distorti.
- ATTENZIONE!** Non apportare mai modifiche alla rete elettrica di propria iniziativa. Affidare tali modifiche a specialisti.
- ATTENZIONE!** Ricordarsi di staccare la spina di alimentazione dalla presa prima di eseguire qualsiasi riparazione, manutenzione o pulizia dell'attrezzatura.
- Non utilizzare prolunghe per collegare l'apparecchio.
- Se non si utilizza l'apparecchio per un lungo periodo di tempo, scollegare la spina di alimentazione dalla presa.
- Prestare attenzione che il cavo elettrico non sia schiacciato e che la sua posizione non comporti il rischio di inciampare.

MESSA A TERRA

La messa a terra protegge dal rischio di scosse elettriche. L'apparecchio è dotato di cavo e spina con messa a terra. La spina deve essere collegata a una presa di corrente correttamente installata e adeguatamente messa a terra.

PERICOLO! Un collegamento errato del cavo può causare il rischio di scosse elettriche.

- Prima di collegare l'apparecchio all'alimentazione, assicurarsi che la tensione locale corrisponda al tipo di spina.
- Non modificare la spina se non si adatta alla presa.
In tal caso, far installare un'altra presa da un elettricista qualificato.

ATTENZIONE! Le persone che si trovano nelle vicinanze durante l'uso dell'apparecchio devono essere avvertite di eventuali pericoli. Prestare particolare attenzione in presenza di bambini.

ATTENZIONE! Prima di iniziare l'allenamento, consultare un medico per assicurarsi di non avere controindicazioni mediche all'allenamento con

l'apparecchio. Sulla base del parere di uno specialista, è possibile sviluppare il proprio piano di allenamento. Un programma scelto in modo errato o un esercizio eccessivo possono essere pericolosi per la salute e la vita.

ATTENZIONE! I sistemi di monitoraggio della frequenza cardiaca potrebbero essere imprecisi. L'affaticamento durante l'esercizio fisico può causare lesioni gravi o la morte. Se ti senti debole, smetti immediatamente di allenarti.

ATTENZIONE! Rispettare scrupolosamente le avvertenze relative allo svolgimento dell'allenamento contenute nelle presenti istruzioni.

- Quando si sceglie un luogo per l'allenamento, assicurarsi di mantenere distanze di sicurezza da possibili ostacoli. Non posizionare l'attrezzatura vicino a vie di comunicazione (strade, cancelli, passaggi, ecc.).
- È vietato utilizzare l'attrezzatura nelle immediate vicinanze della parete. L'area di sicurezza è di 2000 mm e almeno della larghezza di dell'apparecchio.

ATTENZIONE! Durante il montaggio dell'apparecchio, prestare attenzione e non consentire ai bambini di stare nelle vicinanze. Durante il montaggio vengono utilizzate piccole parti (dadi, bulloni, ecc.) che potrebbero essere ingerite dai bambini.

RISCHIO RESIDUO

- Nel caso in cui la protezione anticaduta non venga utilizzata o venga utilizzata in modo errato, esiste un rischio residuo, ovvero la caduta di una persona che causa abrasioni cutanee, lividi, fratture o, nel peggiore dei casi, la morte.
- Esiste un rischio residuo di sovraccarico involontario della persona che si allena causato da un uso improprio o da una valutazione errata, nonché da una trasmissione errata dei dati (a causa di interferenze elettromagnetiche, errori software, ecc.).
Anche la migliore protezione software e hardware non esclude errori software o hardware e può teoricamente causare un sovraccarico della persona che si allena.
- Il prodotto è un dispositivo elettrico, pertanto non si può escludere il rischio di scosse elettriche che possono portare alla morte.
- Non si può escludere il rischio residuo di soffocamento.
- Il rischio può essere limitato seguendo le informazioni sulla sicurezza contenute nel manuale di istruzioni.
- Non si può escludere che un uso involontario o non autorizzato possa causare altri rischi non considerati, e che il rischio considerato sia stato valutato in modo errato.

Nell'analisi dei rischi, la valutazione è stata effettuata sulla base dello "stato attuale dell'apparecchio". Dalla valutazione e dal controllo del prodotto risulta che la probabilità di un rischio inaccettabile è molto bassa. L'apparecchio (la sua costruzione, il suo funzionamento e la sua applicazione) non comporta, in condizioni normali, un rischio ingiustificato per la persona che si allena o per terzi.

SIMBOLI DI MOVIMENTAZIONE SUGLI IMBALLAGGI DI TRASPORTO



Questo lato verso l'alto. Non capovolgere.



Proteggere dalla caduta.



Imballaggio riciclabile.



Rifiuti elettronici. È necessario consegnare l'apparecchio usato a un punto di riciclaggio.



Attenzione, fragile.
Possibilità di danni. Prestare attenzione.



Proteggere dall'umidità.



Attenzione prodotto pesante.



Immagazzinare massimo in 8 strati.

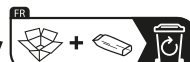


Il prodotto contiene il manuale di istruzioni.



DO NOT USE BLADE TO OPEN

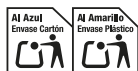
Non aprire con un coltello.



Points de collecte sur www.quefaireindemarchets.fr

Imballaggio realizzato in cartone e plastica.

Si prega di smaltire i rifiuti in conformità con le normative locali.



Imballaggio realizzato in cartone e plastica. Si prega di smaltire i rifiuti in conformità con le normative locali.



Imballaggio realizzato in cartone.



L'imballaggio è stato prodotto tenendo conto della responsabilità ambientale e del riciclaggio. Si prega di smaltire i rifiuti in conformità con le normative locali.

FUNZIONAMENTO

Prima di iniziare l'allenamento, assicurarsi che l'apparecchio sia stato montato correttamente.

- Prima di iniziare il primo allenamento, familiarizzare con con tutte le funzioni e le possibilità di regolazione del dispositivo.
- Il dispositivo ha elementi che possono essere esposti a corrosione. Per questo motivo, si sconsiglia di lasciarlo in un ambiente umido. Bisogna anche assicurarsi che l'apparecchiatura (in particolare i suoi elementi interni ed elettronici) non sia esposta al contatto con acqua, bevande, sudore, ecc.
- Il dispositivo è destinato esclusivamente all'allenamento di adulti e non è assolutamente un giocattolo per bambini. Se, sotto la propria responsabilità, permetti ai bambini di utilizzarlo, istruiscili assolutamente sull'uso corretto e sorvegliarli costantemente.
- L'attrezzatura non è adatta per scopi terapeutici.
- Durante il funzionamento del dispositivo, possono verificarsi rumori silenziosi durante il movimento inerziale della massa volante, dovuti al tipo di costruzione. Questi non hanno alcuna influenza sul funzionamento dell'apparecchiatura.
- L'emissione di rumore durante il carico è maggiore che senza carico.
- Prima di iniziare ogni allenamento, controllare la corretta funzionalità delle protezioni e dei collegamenti a vite e a innesto.
- Durante l'allenamento sul dispositivo, ricordarsi di indossare calzature adeguate (scarpe sportive).

MANUTENZIONE

Per garantire la massima sicurezza d'uso del tapis roulant, si raccomanda di controllarlo regolarmente per verificare l'usura degli elementi. Ciò include il controllo del serraggio e dello stato di dadi, bulloni, parti mobili, boccole, ecc. Conservare il dispositivo in un luogo asciutto e caldo. Non esporre il dispositivo alla luce solare diretta.

ATTENZIONE! Prima di iniziare la manutenzione, spegnere sempre il tapis roulant e scollegarlo dall'alimentazione.

PULIZIA

La pulizia regolare del dispositivo ne prolungherà la durata e ne manterrà l'alta efficienza.

Per pulire il tapis roulant, utilizzare un panno morbido e umido. Ciò non si applica a elementi elettrici, motore, parti interne: non permettere che l'acqua penetri in questi punti. Proteggere la superficie del nastro di corsa (e lo spazio sottostante) dall'acqua.

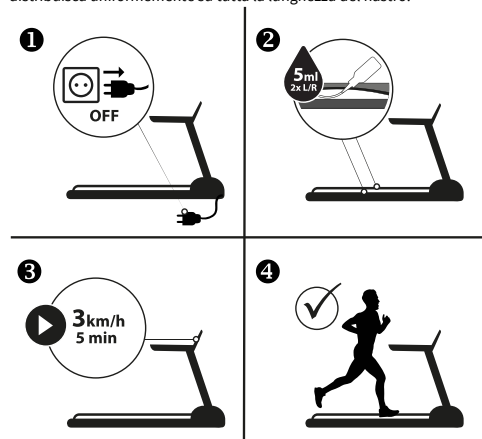
PULIZIA DEL MOTORE

Almeno una volta all'anno, rimuovere la polvere dal motore. Per fare ciò, spegnere prima il tapis roulant dall'alimentazione e, dopo circa 1 ora, rimuovere la copertura del motore. Utilizzando aria compressa o un pennello, rimuovere con attenzione la polvere accumulata. Dopo aver rimontato la copertura del motore e averlo collegato all'alimentazione, è possibile avviare il tapis roulant.

LUBRIFICAZIONE DEL TAPIS ROULANT

La frequenza di lubrificazione del tapis roulant dipende dall'intensità del suo utilizzo. Se il dispositivo funziona per più di 5 ore a settimana, si consiglia di lubrificare ogni 2-3 mesi. In caso di utilizzo meno intenso del tapis roulant, lubrificare una volta ogni 7-8 mesi.

1. Prima di iniziare a lubrificare il nastro di corsa, spegnere il tapis roulant e scollegarlo dall'alimentazione. 2. Applicare il lubrificante sotto il nastro di corsa su entrambi i lati con circa 5 ml. Utilizzare la maggior parte del lubrificante nei punti in cui i piedi entrano in contatto con il nastro durante la corsa. 3. Avviare il tapis roulant a bassa velocità (ad es. 3 km/h) e attendere che il lubrificante si distribuisca uniformemente su tutta la lunghezza del nastro.

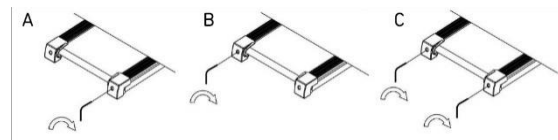


REGOLAZIONE DELLA TENSIONE DEL NASTRO

Il nastro di corsa, a causa dell'uso costante del tapis roulant, potrebbe richiedere la tensione. Il nastro deve essere teso quando durante l'allenamento inizia a scivolare, a spostarsi lateralmente o a piegarsi.

Un nastro troppo allentato può fermarsi durante il funzionamento del motore. Posizionare il tapis roulant su una superficie piana. Avviare il tapis roulant a una velocità di circa 6-8 km/h, osservare il grado di deviazione del nastro del tapis roulant.

- Non tendere troppo il nastro, perché ciò potrebbe causare guasti, tra cui il motore, l'albero o i cuscinetti.
- Un nastro correttamente teso può essere sollevato sui suoi bordi ad un'altezza di circa 5-7,5 cm. È molto facile verificarlo: è teso correttamente quando ci sono 3 dita sotto di esso.



AUMENTO DELLA TENSIONE DEL NASTRO

Nel set di parti troverai una chiave speciale. Inserirla nella vite di regolazione del nastro sinistro situata nella parte posteriore del tapis roulant. Ruotare la chiave in senso orario di 90 gradi (Figura C).

In questo modo tenderai il rullo posteriore e aumenterai la tensione del nastro.

Ripetere l'operazione ruotando la vite sul lato destro. Prestare attenzione a ruotare le viti in modo uniforme.

Ripetere l'operazione per entrambe le viti fino a quando il nastro non è correttamente teso.

RIDUZIONE DELLA TENSIONE DEL NASTRO

Per ridurre la tensione del nastro, procedere come per aumentarla. Ruotare la chiave in senso antiorario.

CENTRATURA DEL NASTRO DI CORSA

A causa di diversi stili di corsa (più spesso un carico maggiore trasferito su una gamba), il nastro può spostarsi lateralmente e non essere centrato. Per questo motivo, il nastro potrebbe richiedere una regolazione di tanto in tanto.

Il nastro dovrebbe centrarsi automaticamente durante il funzionamento del tapis roulant. Richiede regolazione quando si sposta verso destra o sinistra.

Avviare il tapis roulant e impostare una bassa velocità (ad es. 3 km/h). Controllare in quale direzione si sta muovendo la cintura.

- Se la cintura si sposta verso destra, inserire la chiave nella vite di regolazione destra. Ruotare la chiave di 90 gradi in senso orario (Figura A). Osservare se la cintura sarà centrata. Se si sposta ancora a destra, ruotare nuovamente la vite di 90 gradi.
- Se la cintura si sposta a sinistra, procedere come nel caso sopra, ma ruotare la vite situata sul lato sinistro (Figura B).

AMBIENTE

Il dispositivo viene fornito in un imballaggio per proteggerlo da eventuali danni durante il trasporto. Gli imballaggi sono materie prime non trasformate e possono essere riciclate. Smaltire questi materiali negli appositi contenitori colorati destinati alla raccolta differenziata.



Proteggi l'ambiente e non gettare le batterie usate nel cestino dei rifiuti domestici. Restituirle presso il punto vendita o consegnarle a un punto di raccolta differenziata.

Le apparecchiature elettriche usate (inclusi contatore, alimentatore) sono materie prime secondarie: non gettarle nei contenitori per rifiuti domestici, poiché possono contenere sostanze pericolose per la salute e l'ambiente. Si prega di fornire un aiuto attivo per un uso parsimonioso la gestione delle risorse naturali e la protezione dell'ambiente consegnando l'apparecchio usato a un impianto di riciclaggio - rifiuti di apparecchi elettrici.

MONTAGGIO

L'installazione dell'apparecchio deve essere eseguita con cura da un adulto. In caso di dubbio, chiedere l'aiuto di una persona con maggiore esperienza in questo campo.

Prima di iniziare il montaggio, assicurarsi che il kit

con l'apparecchio contenga tutti i componenti indicati nell'elenco delle parti e che non siano stati danneggiati durante il trasporto.

Se nessun componente sia stato danneggiato durante il trasporto. Se mancano dei pezzi o se si hanno dei dubbi, contattare il rivenditore.

- Prendere confidenza con i disegni e le spiegazioni ed eseguire il montaggio nell'ordine indicato nelle istruzioni di montaggio.
- Prestare attenzione durante l'installazione. Quando si utilizzano utensili e componenti si corre il rischio di lesioni.
- Ricordate di mantenere un ambiente sicuro.
- Non disponete in modo disordinato gli attrezzi e gli elementi di montaggio. Ricordate che le pellicole e i sacchetti di plastica rappresentano un rischio di soffocamento per i bambini.
- I componenti di montaggio necessari per le rispettive fasi delle istruzioni di montaggio sono indicati nei disegni e nelle spiegazioni.
- Utilizzare i componenti indicati nelle istruzioni di montaggio. Durante le prime fasi di assemblaggio, non serrare i componenti fino al loro massimo. Lo si farà dopo averli posizionati tutti e aver verificato che siano alloggiati correttamente.
- Il produttore si riserva il diritto di preassemblare alcuni componenti.

Schema di montaggio (→ vedere pagina 3)

ATTENZIONE! È vietato l'uso di parti provenienti da fonti diverse dal produttore..

ELENCO DEI PARTI

L'elenco completo delle parti è disponibile contattando serwis@zipro.pl o sul sito zipro.store nella descrizione del prodotto.

NR	DESCRIZIONE	QUANTITÀ
1	Telaio principale	1
18	Coperchio base sinistro	1
19	Coperchio base destro	1
47	Chiave a brugola	1
48	Blocco di sicurezza	1
49	Chiave a brugola 6#	1
51	Olio di silicone	1
52	Uimpugnatura a crocey S = 13, 14, 15	1
60	Vite a testa cilindrica piatta con esagono incassato M8 * 45	2
61	Vite a testa cilindrica piatta con esagono incassato M8 * 16	4
69	Vite autofilettante e autoperforante a testa conica svasata con impronta a croce con rondella 4.2*19	15
77	Rondella elastica standard #8	8
79	Rondella piana classe C #8	4
92	Guarnizione piegata #8	4

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO (→ Vedi pagina 3)

ATTENZIONE! Durante il montaggio, seguire i passaggi seguenti e utilizzare gli strumenti inclusi nel prodotto. Preparare uno spazio libero sufficiente per l'installazione del dispositivo. A causa del peso elevato di alcuni elementi, si consiglia l'installazione da parte di due persone.

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO E SMONTAGGIO (→ Vedi pagina 6)**MONTAGGIO DEL DISPOSITIVO**

ATTENZIONE! Prima di iniziare il montaggio, verificare che tutte le viti siano serrate correttamente.

ATTENZIONE! Durante il montaggio, fare attenzione alle mani e alle dita per evitare di rimanere schiacciati.

Sollevare il nastro da corsa del dispositivo in posizione verticale finché non si sente il suono del blocco del meccanismo di piegatura.

SMONTAGGIO DEL DISPOSITIVO

ATTENZIONE! Prestare attenzione che, durante l'abbassamento del nastro trasportatore, non ci siano terzi nelle immediate vicinanze e animali.

Tenendo il nastro di corsa, rilasciare con il piede il blocco del meccanismo di piegatura (indicato dalla freccia). Abbassare la piattaforma fino all'altezza del corrimano del telaio principale.

Da questa altezza, il nastro si abbasserà automaticamente verso il suolo.

REGOLAZIONI**Livellamento del dispositivo**

Livellare il dispositivo svitando o avvitando i piedini di livellamento situati sulla base anteriore e posteriore.

ISTRUZIONI PER L'USO DEL COMPUTER**INIZIO**

Entro 3 secondi dalla pressione del pulsante **START** il dispositivo inizierà a funzionare.

FUNZIONE DI RISPARMIO ENERGETICO

Il computer del tapis roulant passerà automaticamente alla modalità di risparmio energetico se non vengono eseguite operazioni per 10 minuti. Premere un tasto qualsiasi per riattivare il sistema.

ARRESTO DI EMERGENZA DEL DISPOSITIVO

ATTENZIONE! La chiave di sicurezza deve essere fissata ai vestiti durante ogni allenamento.

Deve essere utilizzata esclusivamente in situazioni di emergenza, non deve essere utilizzata come un normale pulsante di arresto.

Una chiave di sicurezza inserita in modo errato impedisce l'avvio del tapis roulant.

Prima di utilizzare il tapis roulant, verificare il corretto funzionamento del sistema. Rimuovere la chiave di sicurezza tirando la corda. Dopo aver rimosso la chiave, il tapis roulant si fermerà con un ritardo dovuto alla velocità di lavoro, verrà interrotto anche il sistema di sollevamento del nastro di corsa. L'arresto sarà segnalato da un breve allarme acustico. Tutte le finestre sullo schermo visualizzeranno "----".

Dopo aver ricollegato la chiave di sicurezza, il dispositivo verrà ripristinato.

PROGRAMMI

Il computer è dotato di 3 programmi utente per l'impostazione manuale, 12 programmi automatici salvati in memoria, 3 modalità di conto alla rovescia (tempo, calorie, distanza) e la funzione di misurazione del grasso corporeo (Body Fat).

DESCRIZIONE DEI PULSANTI

- START** - utilizzato per avviare il tapis roulant in modalità manuale o il programma selezionato.
- STOP** - utilizzato per arrestare il tapis roulant in funzione. Dopo la pressione, verranno ripristinate anche le impostazioni. Dopo il riavvio, il dispositivo inizierà a funzionare in modalità manuale.
- PROGRAMMA** - utilizzato per selezionare il programma di allenamento automatico (P1-P12), programma utente (U1-U3) o la funzione Body Fat prima di avviare il tapis roulant.
- MODALITÀ** - consente di selezionare la modalità di conto alla rovescia: tempo, distanza o calorie

- SPEED** - i pulsanti consentono di regolare (aumentare e diminuzione) della velocità di 0,1 km/h. I pulsanti si trovano sulla console del computer e sui corrimano.
- PULSANTI DI SELEZIONE RAPIDA DELLA VELOCITÀ** - consentono di selezionare direttamente la velocità (3,6, 9, 12).
- INCLINE** - i pulsanti consentono di regolare (aumentare e diminuzione) l'angolo di inclinazione del tapis roulant di 1 livello durante l'allenamento. I pulsanti si trovano sulla console del computer e sui corrimano.
- PULSANTI DI SELEZIONE RAPIDA DELL'ANGOLO DI INCLINAZIONE** - consentono di selezionare direttamente l'angolo di inclinazione del tapis roulant durante l'allenamento (3,6,9,12).

FUNZIONI (SPECIFICHE)

SPEED	Visualizza la velocità attuale.	0.8 -12 km/h
TIME	Calcola il tempo totale di allenamento dall'inizio alla fine.	00:00-99:59 min
INCLINE	Visualizza il livello di inclinazione attuale del tapis roulant.	0-12 livelli
CALORIES	Calcola il numero totale di calorie bruciate dall'inizio alla fine dell'allenamento. (La misurazione è approssimativa per confrontare diverse sessioni di allenamento, non può essere utilizzata per il trattamento).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Calcola la distanza totale dall'inizio alla fine dell'allenamento.	0,0-99,9 km
PULSE	Visualizza la frequenza cardiaca attuale. ATTENZIONE! La misurazione della frequenza cardiaca è solo per scopi sportivi (l'uso medico è escluso).	50-200 BPM

FUNZIONE DI MISURAZIONE DELLA FREQUENZA CARDIACA

Dopo aver avviato il tapis roulant, tieni entrambe le mani sui sensori per misurare la frequenza cardiaca. Dopo 30 secondi, sullo schermo apparirà la frequenza cardiaca attuale.

Durante la misurazione, il computer visualizzerà un'icona a forma di cuore.

ATTENZIONE! La misurazione della frequenza cardiaca è solo per scopi sportivi (l'uso medico è escluso).

PROGRAMMA MANUALE

Il programma manuale è la modalità di funzionamento predefinita del dispositivo. Il tapis roulant inizia a funzionare dopo aver premuto **START**, quando non viene selezionato alcun programma di allenamento.

- La velocità predefinita in modalità manuale è di 0,8 km/h.
- Il livello di inclinazione predefinito del nastro è 0.
- È possibile modificare la velocità e l'inclinazione del nastro tramite i pulsanti sul computer e sui corrimano.

PROGRAMMI DI ALLENAMENTO

Seleziona uno dei 15 programmi di allenamento automatici premendo il pulsante PROGRAMMA finché sullo schermo non compare il numero corrispondente.

Quando viene visualizzato il programma desiderato, premi il tasto MODE. Dopo la selezione, sullo schermo apparirà e lampeggerà il valore "30:00"

La durata dell'allenamento del programma può essere impostata utilizzando i tasti SPEED +/-.

- Il tempo di allenamento impostato viene suddiviso proporzionalmente in 20 fasi. La tabella mostra la suddivisione delle fasi con le relative velocità e inclinazioni per ciascun programma di allenamento. → Vedi pagina 117.
- Per avviare il programma, premere **START**.

PROGRAMMI UTENTE

Il computer è dotato di 3 programmi utente per la definizione individuale: U1, U2, U3.

IMPOSTAZIONE DEL PROGRAMMA UTENTE

- In modalità standby, premere il pulsante PROGRAM per selezionare uno dei programmi utente. Il pannello visualizzerà in sequenza i numeri dei programmi automatici, quindi i programmi utente.
- Quando viene visualizzato il programma corrispondente, premere MODE per iniziare a modificare la prima sezione del programma.
- Utilizzare i pulsanti SPEED +/- per impostare la velocità.
- Usa i pulsanti INCLINE +/- per impostare il livello di inclinazione del nastro da corsa.
- MODE**, per confermare le impostazioni dei parametri per la prima sezione e passare alla modifica della successiva.

I programmi sono composti da 20 sezioni. Ripetere i passaggi precedenti fino a quando non sono stati impostati i parametri di tutte le sezioni.

I programmi verranno salvati nella memoria del computer fino alla successiva modifica.

I dati non andranno persi a causa di un'interruzione di corrente.

AVVIO DEL PROGRAMMA UTENTE

- In modalità standby, premere il tasto PROGRAM, per selezionare uno dei programmi utente. Dopo la selezione, nella finestra verrà visualizzato e lampeggerà il valore "30:00". Utilizzare i pulsanti SPEED +/- , INCLINE +/- per impostare il tempo di allenamento. Il tempo di allenamento impostato viene diviso proporzionalmente in 20 fasi.
- Per avviare il programma premere **START**.

MODALITÀ CONTO ALLA ROVESCIA

Selezionare una delle 3 modalità di conto alla rovescia premendo il pulsante **MODE**).

- Per impostare il valore da sottrarre, utilizzare i pulsanti **SPEED +/-** , **INCLINE +/-**.
- L'avvio del tapis roulant e il conto alla rovescia inizieranno dopo aver premuto il pulsante **START**.

PARAMETRI CONTEGGIATI:

- **TEMPO**: il valore iniziale del conto alla rovescia è di 30 min. Il computer consente di impostare il tempo nell'intervallo 5-99 minuti (ogni 1 minuto).
- **CALORIE**: il valore iniziale del conto alla rovescia è di 50 kcal. Il computer consente di impostare le calorie nell'intervallo 20-990 kcal (ogni 10 kcal).
- **DISTANZA**: il valore iniziale del conto alla rovescia è di 1 km. Il computer consente di impostare la distanza nell'intervallo 1,0-99,0 km (ogni 1 km).

FUNZIONE DI MISURAZIONE DEL GRASSO CORPOREO (BODY FAT)
Premi il pulsante **PROGRAM**, finché sullo schermo non compare "FAT".

Usa **MODE**, per inserire i parametri:

- F1 - sesso (gender) – 01 uomo / 02 donna
- F2 - età (age) – valori 10-99
- F3 - altezza (height) – valori 100-220 cm
- F4 – peso (weight) – valori 20-130 kg

Utilizzare i pulsanti **VELOCITÀ +/-** , **INCLINAZIONE +/-** per impostare i valori dei parametri.

Dopo aver selezionato i parametri, sul display apparirà F5. Appoggia entrambe le mani sui sensori per la misurazione del polso, dopo 5-6 secondi il computer visualizzerà le informazioni FAT. FAT ha lo scopo di misurare il rapporto tra altezza e peso, non la proporzione del corpo.

Il risultato corretto dovrebbe essere compreso tra 19-26. Un valore inferiore a 19 indica sottopeso, 27-30 - sovrappeso, e sopra 30 - obesità.

ATTENZIONE! I risultati ottenuti non possono in alcun modo essere alla base di un trattamento o essere presi in considerazione per scopi medici.

TLENAMENTO E FASI DI ESERCIZIO
L'uso del dispositivo ti darà molti vantaggi. Prima di tutto, migliorerà la tua condizione fisica, rafforzerà i muscoli e, in combinazione con una dieta adeguata, ti permetterà di bruciare il grasso corporeo in eccesso.

1. RISCALDAMENTO
Questa è la fase che migliora la circolazione sanguigna in tutto il corpo e prepara i muscoli a uno sforzo maggiore. Riduce anche il rischio di crampi e lesioni. Si consiglia di eseguire alcuni esercizi di stretching come mostrato di seguito. Se senti dolore, smetti di allenarti o riduci la gamma di movimento.

STRETCHING DEI MUSCOLI INTERNI DELLA COSCIA
Siediti su una superficie piana con le gambe piegate e le ginocchia rivolte verso l'esterno. Unisci le piante dei piedi e avvicinale il più possibile. Premi delicatamente le ginocchia verso il pavimento e mantieni questa posizione per 15 secondi.

STRETCHING DELLA COSCIA
Siediti su una superficie piana. Raddrizza la gamba destra e posiziona la pianta del piede sinistro sulla coscia destra. Allunga la mano destra verso le dita del piede destro il più lontano possibile. Mantieni la posizione per 15 secondi. Ripeti con la gamba sinistra.

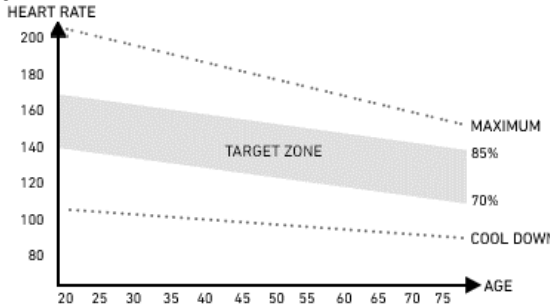
TORSIONI DELLA TESTA
Tieni la testa dritta guardando avanti. Senza muovere le spalle, ruotala a destra e raddrizzala, poi ruotala a sinistra e raddrizzala.

SOLLEVAMENTO DELLE BRACCIA
Solleva il più in alto possibile il braccio sinistro e mantieni la posizione per alcuni secondi. Ripeti con il braccio destro.

STRETCHING DEL TENDINE DI ACHILLE
Mettiti di fronte al muro, porta avanti la gamba sinistra e piegala leggermente al ginocchio. Tieni la destra indietro – distesa, con il tallone appoggiato piatto sul pavimento. Mantieni entrambi i talloni piatti sul pavimento e spingi i fianchi verso il muro. Mantieni questa posizione per 30 secondi. Ripeti con la gamba destra in avanti. Ricorda di non inarcare la schiena durante l'esercizio.

PIEGAMENTI
Mettiti in piedi con i piedi uniti. Esegui una flessione in avanti cercando di avvicinare il più possibile il torace alle ginocchia. Mantieni la posizione per 15 secondi. Ricorda di non piegare le ginocchia.

2. FASE DI ESERCIZI
Questa è la fase corretta dell'allenamento. Esercitati al tuo ritmo in modo da raggiungere una frequenza cardiaca adeguata alla tua età come mostrato nel grafico.



3. FASE DI RILASSAMENTO
Questa fase permette di calmare la circolazione e rilassare i muscoli. È una ripetizione degli esercizi di riscaldamento. Bisogna ricordare che, di non sforzare eccessivamente i muscoli.

POSSIBILI DANNI E TECNICHE DI RIPARAZIONE
UWAGA! L'apertura dell'involucro del dispositivo senza aver prima contattato il servizio di assistenza del produttore comporta la perdita della garanzia. In caso di sospetto guasto che richieda l'apertura dell'involucro, contattare il servizio di assistenza del produttore.

DESCRIZIONE DELL'ERRORE	POSSIBILI CAUSE	RISOLUZIONE DEL PROBLEMA
----	La chiave di sicurezza non è collegata. Il computer è danneggiato.	Collega correttamente la chiave di sicurezza. Contatta il servizio di assistenza del produttore.
E01 Il computer non funziona	Il computer è collegato in modo errato. Il cavo di collegamento è rotto o usurato	Verifica il corretto collegamento dei cavi del computer. Verifica il collegamento delle spine. Se è corretto e il problema persiste, contatta l'assistenza clienti del servizio di assistenza del produttore.
	Il computer è danneggiato	Contatta il servizio di assistenza del produttore.
	La connessione tra la scheda di controllo e il computer è bloccata	Contatta il servizio di assistenza del produttore.
E02 Il motore non funziona	Tensione di alimentazione errata	Assicurati che la tensione sia corretta. Se il problema persiste, contatta l'assistenza clienti del servizio di assistenza del produttore.
	Collegamento errato del cavo del motore	Scollega il cavo e ricollegalo. Se il problema persiste, contatta il servizio di assistenza del produttore.
	Driver danneggiato	Contatta il servizio di assistenza del produttore.
E03 Il computer non ha rilevato il segnale dal sensore di velocità per 15 secondi	Collegamento errato del sensore Spina del sensore collegata in modo errato	Contatta il servizio di assistenza del produttore. Verifica il collegamento delle spine. Se è corretto e il problema persiste, contatta il servizio di assistenza del produttore.
	Sensore danneggiato	Contatta il servizio di assistenza del produttore.
E05 Errore di sovraccarico	Guasto del motore	Verificare che il motore non sia bruciato. In caso contrario, scollegare il tapis roulant dall'alimentazione di rete e ricollegarlo. Se il problema persiste, contatta il servizio di assistenza del produttore.
	La corrente nominale nel controller è troppo bassa.	Sostituire il controller. Contattare il servizio di assistenza del produttore.
	La corrente è superiore al valore nominale	Assicurarsi che il peso dell'utente non superi il valore massimo per questo dispositivo.
E06 Errore di autotest del controller		Contattare il servizio di

		assistenza del produttore.
E07 Nessuna visualizzazione	Chiave di sicurezza scollegata	Inserire la chiave di sicurezza.
E08 Errore del controller EEPROM	Il controller è rotto.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
Il dispositivo non funziona	Nessuna alimentazione	Collegare il dispositivo all'alimentazione.
	Chiave di sicurezza scollegata	Inserire la chiave di sicurezza.
	Cortocircuito	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
	L'interruttore ON/OFF non è acceso	Accendere il dispositivo.
Il nastro del tapis roulant non funzionaFluidamente	Il nastro del tapis roulant non è sufficientemente lubrificato	Lubrificare il nastro del tapis roulant secondo le informazioni fornite nel manuale di istruzioni.
	Il nastro del tapis roulant è troppo teso	Regolare e allineare la posizione del nastro del tapis roulant secondo le informazioni fornite nel manuale di istruzioni.
Il nastro del tapis roulant è storto	Il nastro del tapis roulant è troppo poco teso	Regolare e allineare la posizione del nastro del tapis roulant secondo le informazioni fornite nel manuale di istruzioni.
	La cinghia di trasmissione è troppo poco tesa	Contattare il servizio di assistenza del produttore.

GARANZIA

Il venditore, a nome del Garante, concede una garanzia sul territorio della Repubblica Italiana per un periodo di 24 mesi dalla data di vendita. La garanzia sulla merce venduta non esclude, limita o sospende i diritti dell'Acquirente derivanti dalla Legge sui diritti del consumatore.

Il certificato di garanzia si trova sull'ultima pagina.

CONDIZIONI DI GARANZIA

- I reclami e la garanzia si applicano esclusivamente ai difetti occulti derivanti da colpa del produttore.
- La garanzia sarà rispettata dal negozio o dal servizio di assistenza dopo che il cliente avrà presentato:
 - un certificato di garanzia valido, leggibile e correttamente compilato con il timbro di vendita e la firma del venditore,

- una prova d'acquisto valida dell'attrezzatura con la data di vendita,
 - la merce reclamata o la parte difettosa.
In caso di acquisto a distanza, il certificato di garanzia è valido solo sulla base del documento di acquisto (scontrino fiscale / fattura).
- Il reclamo sarà esaminato entro 14 giorni dal momento della segnalazione del difetto da parte del Cliente.
 - I difetti di fabbricazione e i danni rivelati durante il periodo di garanzia saranno riparati gratuitamente entro un periodo non superiore a 21 giorni dalla data di consegna della merce al negozio o al servizio di assistenza.
 - In caso di necessità di importare parti, il periodo di esecuzione della riparazione in garanzia può essere prolungato del tempo necessario per la loro importazione, ma non superiore a 40 giorni.
 - La garanzia non copre:
 - danni meccanici e difetti da essi causati,
 - danni e difetti derivanti da uso e conservazione impropri, montaggio e manutenzione impropri,
 - danni e usura di elementi di consumo come: cavi, cinghie, elementi in gomma, pedali, impugnature in spugna, ruote, cuscinetti, rivestimenti.
 - attività relative all'assemblaggio, alla manutenzione che, secondo le istruzioni per l'uso, l'utente è tenuto a eseguire da solo.
 - La garanzia non si applica nei seguenti casi:
 - scadenza del periodo di validità,
 - effettuazione da parte del cliente di riparazioni e modifiche autonome con l'uso di parti non originali,
 - se il difetto è causato da un'installazione errata o dalla mancata osservanza delle norme di corretto utilizzo descritte nelle istruzioni per l'uso,
 - utilizzo diverso dall'uso domestico,
 - danni verificatisi durante il trasporto.
 - Non verranno rilasciati duplicati del certificato di garanzia.
 - Nell'ambito della garanzia, il cliente ha il diritto di richiedere i seguenti tipi di risarcimento gratuito:
 - riparazione del prodotto,
 - sostituzione del prodotto,
 - riduzione del prezzo,
 - risoluzione del contratto e rimborso completo dei costi sostenuti.
 - Per presentare un reclamo è necessario:
 - Presentare il prodotto o la sua parte oggetto della garanzia.
 - Prova d'acquisto che specifichi il nome e l'indirizzo del venditore, la data e il luogo di acquisto, il tipo di prodotto o un certificato di garanzia valido con il timbro del negozio.
 - In caso di consegna di un prodotto sporco, il servizio di assistenza può rifiutare l'accettazione oppure, a spese del cliente e con il suo consenso scritto, provvedere alla pulizia.
 - In caso di esito positivo del reclamo, l'apparecchio verrà riparato o sostituito con uno nuovo oppure al cliente verrà rimborsato l'importo speso. I costi di trasporto della merce al cliente sono a carico del servizio di assistenza del produttore.
 - In caso di rigetto del reclamo in garanzia, il cliente riceverà una motivazione dettagliata della decisione presa e, entro 14 giorni dal momento della comunicazione della decisione, l'apparecchio verrà rispedito al cliente a sue spese.

ES Manual de usuario

Usuario,
Lea el siguiente manual antes de comenzar el montaje
y el primer uso del dispositivo. Este manual contiene información importante
sobre la seguridad del uso y el mantenimiento del equipo. Consérvelo para poder
utilizar la información sobre el mantenimiento o el pedido de piezas de repuesto.

DATOS TÉCNICOS

Fuente de alimentación	220V
Potencia máxima	900 W
Peso	51 kg
Temperatura de funcionamiento	0°C hasta +40°C
Temperatura de almacenamiento	-10°C hasta +60°C
Peso máximo del usuario	120 kg
Clase de aplicación	Clase H
Clase de precisión	Clase C
Velocidad	0.8 -12 km/h
Inclinación	12 niveles
Norma del producto (principal)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Finalidad	Cinta de correr eléctrica para uso doméstico

SEGURIDAD

¡ATENCIÓN! El aparato se puede utilizar exclusivamente de acuerdo con su finalidad, es decir, para el entrenamiento de personas adultas. Cualquier otro uso del aparato puede ser peligroso. El fabricante no se hace responsable de los daños causados por un uso incorrecto del aparato.

- El aparato ha sido diseñado y construido de acuerdo con los últimos conocimientos en materia de seguridad. Los elementos peligrosos que podrían suponer un riesgo de lesiones han sido eliminados o protegidos en la medida de lo posible.
- No se permiten reparaciones ni modificaciones por cuenta propia.
- Una vez cada uno o dos meses, compruebe que los tornillos, pernos y tuercas estén bien apretados.
- Para garantizar la seguridad a largo plazo, revise y mantenga el equipo regularmente (es decir, una vez al año) en un centro comercial especializado.
- Todas las modificaciones en el aparato que no se hayan descrito en estas instrucciones pueden causar daños o poner en peligro directo la salud y la vida de la persona que hace ejercicio. Las modificaciones en el aparato sólo pueden ser realizadas por empleados del servicio técnico del fabricante o por personas formadas por éste en este ámbito.
- Todos los aparatos están sujetos a constantes innovaciones para garantizar una alta calidad. Por este motivo, el fabricante se reserva el derecho a realizar cambios técnicos.
- Dirija cualquier pregunta o duda relacionada con el equipo a un centro comercial especializado.

¡ATENCIÓN! Observe las normas generales y las medidas de seguridad aplicables a la manipulación de aparatos eléctricos.

- El aparato se alimenta con una tensión de red de 220V.**
- Todos los aparatos eléctricos emiten radiación electromagnética durante su funcionamiento. Si se colocan otros aparatos que emiten dicha radiación (por ejemplo, teléfonos móviles) cerca del sistema de control electrónico o de la cabina, algunos valores (como la frecuencia cardíaca) pueden distorsionarse.
- ¡ATENCIÓN!** Nunca realice ninguna modificación en la red eléctrica por su cuenta. Encargue dichas modificaciones a especialistas.
- ¡ATENCIÓN!** Recuerde que, antes de realizar cualquier reparación, mantenimiento o limpieza del equipo, debe desenchufar la toma de corriente.
- No utilice alargadores para conectar el aparato.
- Si no va a utilizar el equipo durante un período prolongado, desenchufe la toma de corriente.
- Asegúrese de que el cable eléctrico no esté aplastado y de que su colocación no suponga un riesgo de tropiezo.

PUESTA A TIERRA

La puesta a tierra protege contra el riesgo de descarga eléctrica. El aparato tiene un cable y un enchufe con toma de tierra. El enchufe debe conectarse a una toma de corriente correctamente instalada y con la puesta a tierra adecuada.

¡PELIGRO! La conexión incorrecta del cable puede provocar riesgo de descarga eléctrica.

- Antes de conectar el aparato a la corriente, asegúrese de que la tensión local coincide con el tipo de enchufe.
- No modifique el enchufe si no encaja en la toma de corriente. En este caso, encargue la instalación de otra toma de corriente a un electricista cualificado.

¡ATENCIÓN! Las personas que se encuentren cerca durante el uso del equipo deben ser advertidas de los posibles peligros. Tenga especial cuidado en presencia de niños.

¡ATENCIÓN! Antes de empezar a hacer ejercicio, consulte a un médico para asegurarse de que no tiene ninguna contraindicación médica para entrenar con el aparato. Basándose

en la opinión de un especialista, puede desarrollar su plan de entrenamiento. Un programa mal elegido o el ejercicio excesivo pueden ser peligrosos para su salud y su vida.

¡ADVERTENCIA! Los sistemas de control de la frecuencia cardíaca pueden ser inexactos. El sobreesfuerzo durante el ejercicio puede provocar lesiones graves o la muerte. Si se siente débil, deje de hacer ejercicio inmediatamente.

¡ATENCIÓN! Respete estrictamente las instrucciones relativas a la realización del entrenamiento que se incluyen en este manual.

- Al elegir un lugar para entrenar, asegúrese de mantener una distancia segura de los posibles obstáculos. No coloque el equipo cerca de vías de comunicación (carreteras, puertas, pasillos, etc.).
- Está prohibido utilizar el equipo a una distancia cercana de la pared. La zona de seguridad es de 2000 mm y al menos tan ancha como el dispositivo.

¡ATENCIÓN! Tenga cuidado al montar el dispositivo y no permita que los niños estén cerca. Durante el montaje se utilizan piezas pequeñas (tuercas, tornillos, etc.) que pueden ser tragadas.

RIESGO RESIDUAL

- Si no se utiliza la protección contra caídas o si se utiliza incorrectamente, existe un riesgo residual, es decir, una caída que provoca abrasiones en la piel, hematomas, fracturas o, en el peor de los casos, la muerte.
- Existe un riesgo residual de sobrecarga involuntaria del usuario debido a un manejo incorrecto o a una evaluación inadecuada, así como a una transmisión incorrecta de los datos (debido a interferencias electromagnéticas, errores de software, etc.). Incluso la mejor protección de software y hardware no excluye un error de software o hardware y podría, en teoría, causar una sobrecarga al usuario.
- El producto es un dispositivo eléctrico, por lo que no se puede descartar el riesgo de descarga eléctrica, que puede provocar la muerte.
- No se puede descartar el riesgo residual de asfixia.
- El riesgo puede reducirse siguiendo la información de seguridad contenida en el manual de instrucciones.
- No se puede descartar que un uso involuntario o no autorizado provoque otros riesgos no considerados y que el riesgo considerado se haya estimado incorrectamente.

En el análisis de riesgos, la evaluación se realizó sobre la base del "estado actual del dispositivo". De la evaluación y el control del producto se desprende que la probabilidad de que se produzca un riesgo inaceptable es muy baja. El dispositivo (su construcción, funcionamiento y aplicación) no causa -en condiciones normales- un riesgo injustificado para el usuario ni para terceros.

MARCAS DE MANIPULACIÓN EN EMBALAJES DE TRANSPORTE

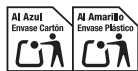
	Este lado hacia arriba. No volcar.
	Proteger contra caídas.
	Embalaje reciclable.
	Residuos electrónicos. Es necesario entregar los aparatos usados en un punto de reciclaje.
	Cuidado, frágil. Posibilidad de daños. Tenga cuidado.
	Proteger de la humedad.
	Atención: producto pesado.
	Almacenar un máximo de 8 capas.
	El producto contiene un manual de instrucciones.

DO NOT USE BLADE TO OPEN

No abrir con un cuchillo.



Embalaje fabricado con cartón y plástico.
Por favor, separe los residuos según la normativa local.



Embalaje fabricado con cartón y plástico. Por favor, separe los residuos según la normativa local.



Embalaje fabricado con cartón.



El embalaje ha sido fabricado teniendo en cuenta la responsabilidad medioambiental y el reciclaje. Por favor, separe los residuos según la normativa local.

MANEJO

Antes de empezar a entrenar, asegúrese de que el dispositivo está correctamente montado.

- Antes de comenzar el primer entrenamiento, familiarícese con todas las funciones y posibilidades de regulación del dispositivo.
- El dispositivo tiene elementos que pueden estar expuestos a la corrosión. Por eso, no se recomienda que permanezca en un lugar húmedo. También hay que asegurarse de que el equipo (especialmente sus componentes internos y electrónicos) no esté expuesto al contacto con agua, bebidas, sudor, etc.
- El dispositivo está diseñado solo para el entrenamiento de adultos y no es un juguete para niños. Si bajo su propia responsabilidad permite que los niños lo usen, instrúyalos sobre el uso correcto y supervise constantemente.
- El equipo no es adecuado para fines terapéuticos.
- Durante el funcionamiento del dispositivo, puede haber ruidos silenciosos durante el movimiento inercial de la masa del volante, que resultan del tipo de construcción. No tienen ningún impacto en el funcionamiento del equipo.
- La emisión de ruido durante la carga es mayor que sin carga.
- Antes de comenzar cada entrenamiento, compruebe que las protecciones y las conexiones de tornillo y enchufe son correctas.
- Durante el entrenamiento en el dispositivo, recuerde usar el calzado adecuado (zapatillas deportivas).

MANTENIMIENTO

Para garantizar la máxima seguridad al usar la cinta de correr, se recomienda revisarla periódicamente para detectar el desgaste de los componentes. Esto se aplica a la comprobación de la tensión y el estado de las tuercas, los tornillos, las piezas móviles, los casquillos, etc. Guarde el dispositivo en un lugar seco y cálido. No exponga el dispositivo a la luz solar.

¡ATENCIÓN! Antes de comenzar el mantenimiento, siempre apague la cinta de correr y desconéctela de la fuente de alimentación.

LIMPIEZA

La limpieza regular del dispositivo prolongará su vida útil y mantendrá su alto rendimiento.

Para limpiar la cinta de correr, use un paño suave y húmedo. Esto no se aplica a los componentes eléctricos, el motor, las partes internas: no permita que entre agua en estos lugares. Proteja la superficie de la cinta de correr (y el espacio debajo de ella) del agua.

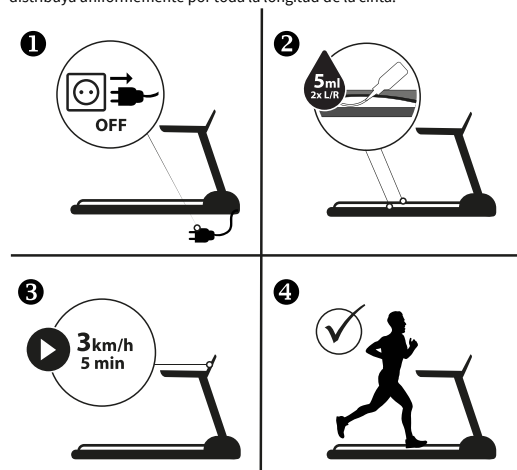
LIMPIEZA DEL MOTOR

Al menos una vez al año, quite el polvo del motor. Para hacer esto, primero apague la cinta de correr de la fuente de alimentación y, después de esperar aproximadamente 1 hora, retire la cubierta del motor. Con aire comprimido o un cepillo, retire con cuidado el polvo acumulado. Después de volver a colocar la cubierta del motor y conectarla a la fuente de alimentación, puede encender la cinta de correr.

LUBRICACIÓN DE LA CINTA DE CORRER

La frecuencia de lubricación de la cinta de correr depende de la intensidad de su uso. Si el dispositivo funciona más de 5 horas a la semana, se recomienda lubricarlo cada 2-3 meses. Si se usa la cinta de correr con menos frecuencia, debe lubricarse una vez cada 7-8 meses.

1. Antes de comenzar a lubricar la cinta de correr, apague la cinta de correr y desconéctela de la fuente de alimentación. 2. Aplique grasa debajo de la cinta de correr en ambos lados, aproximadamente 5 ml. Use la mayor parte en los lugares donde los pies entran en contacto con la cinta mientras corre. 3. Encienda la cinta de correr a baja velocidad (por ejemplo, 3 km/h) y espere hasta que la grasa se distribuya uniformemente por toda la longitud de la cinta.



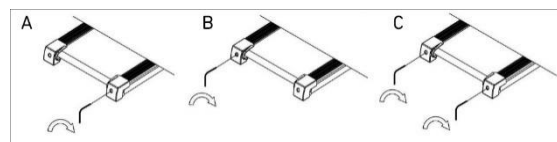
AJUSTE DE LA TENSIÓN DE LA BANDA

La cinta de correr puede necesitar tensarse debido al uso constante de la cinta de correr. La banda necesita tensarse cuando comienza a resbalar, moverse hacia los lados o doblarse durante el entrenamiento.

Una banda demasiado floja puede detenerse durante el funcionamiento del motor.

Coloque la cinta de correr sobre una superficie plana. Encienda la cinta de correr a una velocidad de aproximadamente 6-8 km/h, observe el grado de desviación de la cinta de correr.

- No tense demasiado la banda, ya que puede causar fallas, por ejemplo, en el motor, el eje o los cojinetes.
- Una banda tensada correctamente se puede levantar en sus bordes a una altura de aproximadamente 5-7,5 cm. Es muy fácil comprobarlo: está correctamente tensada cuando caben 3 dedos debajo.



AUMENTO DE LA TENSIÓN DE LA BANDA

En el juego de piezas encontrará una llave especial. Colóquela en el tornillo izquierdo para ajustar la banda ubicado en la parte trasera de la cinta de correr. Gire la llave en el sentido de las agujas del reloj 90 grados (dibujo C). De esta manera, tensará el rodillo trasero y aumentará la tensión de la banda. Repita la operación girando el tornillo en el lado derecho. Asegúrese de girar los tornillos por igual.

Repita los pasos para ambos tornillos hasta que la banda esté correctamente tensada.

DISMINUCIÓN DE LA TENSIÓN DE LA BANDA

Para reducir la tensión de la banda, proceda como al aumentarla. Gire la llave en sentido contrario a las agujas del reloj.

CENTRADO DE LA BANDA DE CORRER

Debido a los diferentes estilos de carrera (más comúnmente, una mayor carga transferida a una pierna), la banda puede moverse hacia los lados y no estar centrada. Por esta razón, la banda puede necesitar un ajuste de vez en cuando. La banda debe centrarse automáticamente durante el funcionamiento de la cinta de correr. Requiere ajuste si se mueve hacia la derecha o hacia la izquierda.

Encienda la cinta de correr y establezca una velocidad baja (por ejemplo, 3 km/h). Compruebe en qué dirección se mueve la banda.

- Si la banda se mueve hacia la derecha, coloque la llave en el tornillo de ajuste derecho. Gire la llave 90 grados en el sentido de las agujas del reloj (dibujo A). Observe si la banda está centrada. Si aún se mueve hacia la derecha, gire el tornillo 90 grados nuevamente.
- Si la banda se mueve hacia la izquierda, proceda de la misma manera que en el caso anterior, pero gire el tornillo ubicado en el lado izquierdo (dibujo B).

MEDIO AMBIENTE

El dispositivo se suministra en un embalaje para protegerlo de posibles daños durante el transporte. Los embalajes son materias primas no procesadas y se pueden reciclar. Deseche estos materiales en los contenedores de colores apropiados designados para la recolección selectiva.

Proteja el medio ambiente y no tire las baterías usadas a la basura doméstica. Devuélvalas en el punto de compra o entréguelas en un punto de almacenamiento separado para materias primas secundarias.

Los aparatos eléctricos usados (incluidos el contador, la fuente de alimentación) son materias primas secundarias; no los tire a los contenedores de basura doméstica, ya que pueden contener sustancias peligrosas para la salud y el medio ambiente. Le pedimos que ayude activamente a ahorrar la gestión de los recursos naturales y la protección del medio ambiente mediante la entrega del aparato usado a una instalación de reciclaje - residuos de aparatos eléctricos.

MONTAJE

El montaje del aparato debe ser realizado cuidadosamente por un adulto. En caso de duda, pida ayuda a alguien con más experiencia en este campo. Antes de iniciar el montaje, asegúrese de que el kit con el aparato contiene todos los elementos de la lista de piezas y que ninguna pieza se haya dañado durante el transporte. Si falta alguna pieza o tiene alguna reserva, póngase en contacto con su distribuidor.

- Consulte los dibujos y las explicaciones y realice el montaje siguiendo la secuencia indicada en las instrucciones de montaje.
- Tenga cuidado durante el montaje. Al utilizar existe riesgo de lesiones al utilizar herramientas y componentes.
- Recuerde mantener un entorno seguro.
- No coloque las herramientas y los componentes de montaje al azar. Recuerde que las películas y bolsas de plástico suponen un riesgo de asfixia para los niños.
- Las piezas de montaje necesarias para cada paso de las instrucciones de montaje se muestran en los dibujos y explicaciones. Utilice los componentes indicados en las instrucciones de montaje.
- Durante las primeras fases del montaje, no apriete las piezas hasta el tope. Hágalo después de haberlas colocado todas y haberse asegurado de que están correctamente asentadas.
- El fabricante se reserva el derecho de premontar algunas piezas.

DIAGRAMA DE CONEXIÓN (→ Ver página 3)

¡ATENCIÓN! Está prohibido utilizar piezas que no procedan del fabricante.

LISTA DE PIEZAS

La lista completa de piezas está disponible contactando con serwis@zipro.pl o en el sitio web Zipro.store en la descripción del producto.

NR	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
1	Bastidor principal	1
18	Cubierta izquierda de la base	1
19	Cubierta derecha de la base	1
47	Llave Allen	1
48	Bloqueo de seguridad	1
49	Llave Allen 6#	1
51	Aceite de silicona	1
52	Uempuñadura cruzada S = 13, 14, 15	1
60	Tornillo de cabeza cilíndrica plana con hexágono interior M8 * 45	2
61	Tornillo de cabeza cilíndrica plana con hexágono interior M8 * 16	4
69	Tornillo autotalladrante y roscachapa con cabeza cónica y arandela 4.2*19	15
77	Arandela elástica estándar #8	8
79	Arandela plana clase C #8	4
90	Casquillo distanciador	4
92	Arandela curvada #8	4

INSTRUCCIONES DE MONTAJE (→ Véase la página 3)

¡ATENCIÓN! Durante el montaje, siga los siguientes pasos y utilice las herramientas incluidas con el producto.

Prepare suficiente espacio libre para el montaje del dispositivo. Debido al gran peso de algunos elementos, se recomienda el montaje entre dos personas.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE Y DESMONTAJE (→ Véase la página 6)

MONTAJE DEL DISPOSITIVO

¡ATENCIÓN! Antes de comenzar el montaje, compruebe cuidadosamente que todos los tornillos estén apretados.

¡ATENCIÓN! Durante el montaje, tenga cuidado con sus manos y dedos para que no queden atrapados.

Levante la cinta de correr del dispositivo a la posición vertical hasta que oiga el sonido del bloqueo del mecanismo de plegado.

DESPLEGAR EL DISPOSITIVO

¡ATENCIÓN! Preste atención para que no haya terceros cerca al bajar la cinta de correr y animales.

Sujetando la cinta de correr, libere con el pie el bloqueo del mecanismo de plegado (indicado con la flecha). Baje la plataforma hasta la altura del pasamanos del bastidor principal.

A partir de esta altura, la cinta bajará automáticamente hacia el suelo.

AJUSTES

Nivelación del dispositivo

Nivele el dispositivo desenroscando o enroscando las patas niveladoras situadas en la base delantera y trasera.

INSTRUCCIONES DE MANEJO DEL ORDENADOR

INICIO

En 3 segundos después de pulsar el botón **START** el dispositivo comenzará a funcionar.

FUNCIÓN DE AHORRO DE ENERGÍA

El ordenador de la cinta de correr entrará automáticamente en el modo de ahorro de energía si no se realiza ninguna acción en 10 minutos. Pulse cualquier tecla para reanudar el sistema.

PARADA DE EMERGENCIA DEL DISPOSITIVO

¡ATENCIÓN! La llave de seguridad debe sujetarse a la ropa durante cada entrenamiento.

Debe utilizarse únicamente en situaciones de emergencia, no debe utilizarse como un botón de parada normal.

Una llave de seguridad colocada incorrectamente impide el arranque de la cinta de correr.

Antes de utilizar la cinta de correr, compruebe el correcto funcionamiento del sistema. Retire la llave de seguridad tirando del cordón. Una vez retirada la llave, la cinta de correr se detendrá con un retardo debido a la velocidad de funcionamiento, y también se detendrá el sistema de elevación de la cinta. La parada se indicará mediante una breve alarma sonora. Todas las ventanas de la pantalla mostrarán "----".

Una vez que se vuelva a conectar la llave de seguridad, el dispositivo se reiniciará.

PROGRAMAS

El ordenador está equipado con 3 programas de usuario para el ajuste manual, 12 programas automáticos guardados en la memoria, 3 modos de cuenta atrás (tiempo, calorías, distancia) y una función de medición de la grasa corporal (Body Fat).

DESCRIPCIÓN DE LOS BOTONES

- START** – se utiliza para iniciar la cinta de correr en modo manual o en el programa seleccionado.
- STOP** – se utiliza para detener la cinta de correr en funcionamiento. Al pulsarlo, también se restablecerán los ajustes. Una vez reiniciado, el dispositivo comenzará a funcionar en modo manual.
- PROGRAMA** - se utiliza para seleccionar un programa de entrenamiento automático (P1-P12), programa de usuario (U1-U3) o la función Body Fat antes de iniciar la cinta de correr.
- MODO** - permite seleccionar el modo de cuenta atrás: tiempo, distancia o calorías

- VELOCIDAD** - los botones permiten ajustar (aumentar y disminución) de la velocidad cada 0,1 km/h. Los botones están ubicados en la consola de la computadora y en los pasamanos.
- TECLAS SELECTORAS DE VELOCIDAD** - permiten seleccionar directamente la velocidad (3,6, 9, 12).
- INCLINE** – le permiten ajustar (aumentar y disminuir) el ángulo de la cinta de correr en incrementos de 1 nivel durante el entrenamiento. Los botones se encuentran en la consola del ordenador y en los pasamanos.
- BOTONES DE SELECCIÓN RÁPIDA DEL ÁNGULO DE INCLINACIÓN** – permiten seleccionar directamente el ángulo del cinturón de carrera durante el entrenamiento (3,6,9,12).

FUNCIONES (ESPECIFICACIÓN)

SPEED	Muestra la velocidad actual.	0.8 -12 km/h
TIME	Cuenta el tiempo total de ejercicio desde el inicio hasta el final.	00:00-99:59 min
INCLINE	Muestra el nivel de inclinación actual de la cinta de correr.	0-12 niveles
CALORIES	Cuenta el número total de calorías quemadas desde el inicio hasta el final del ejercicio.	0,0-999 kcal
DISTANCE	(La medición es aproximada para la comparación de diferentes sesiones de ejercicio y no puede utilizarse para el tratamiento).	0,0-99,9 km
PULSE	Cuenta la distancia total desde el inicio hasta el final del ejercicio.	50-200 BPM

FUNCIÓN DE MEDICIÓN DE LA FRECUENCIA CARDÍACA

Después de poner en marcha la cinta rodante, mantenga ambas manos sobre los sensores de pulso. Después de 30 segundos, el pulso actual aparecerá en la pantalla.

Mientras realiza la medición, el ordenador mostrará un icono en forma de corazón.

NOTA: La medición de la frecuencia cardíaca es sólo para fines deportivos (se excluye el uso médico).

PROGRAMA MANUAL El programa manual es el modo de funcionamiento predeterminado del dispositivo. La cinta de correr comienza a funcionar en este modo al presionar **START**, cuando no se selecciona ningún programa de entrenamiento.

- La velocidad predeterminada en el modo manual es 0.8 km/h.
- El nivel predeterminado del ángulo de inclinación de la cinta es 0.
- El ajuste de la velocidad y el ángulo de inclinación de la cinta de correr se puede realizar con los botones del ordenador y los pasamanos.

PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO

Seleccione uno de los 15 programas de entrenamiento automáticos pulsando el botón **PROGRAM** hasta que aparezca el número correspondiente en la pantalla.

- Cuando aparezca el programa apropiado, pulse **MODE**. Después de la selección, aparecerá y parpadeará el valor "30:00" en la ventana. El tiempo de entrenamiento del programa se puede ajustar con los botones **SPEED +/-**.
- El tiempo de entrenamiento establecido se divide proporcionalmente en 20 etapas. La tabla muestra una lista de las etapas y las velocidades y ángulos de inclinación correspondientes para cada programa de entrenamiento. → [Ver página 117](#).
- Para iniciar el programa, pulse **START**.

PROGRAMAS DE USUARIO

El ordenador está equipado con 3 programas de usuario para la definición individual: U1, U2, U3.

CONFIGURACIÓN DEL PROGRAMA DE USUARIO

- En el modo de espera, pulse el botón **PROGRAM** para seleccionar uno de los programas de usuario. Los números de los programas automáticos aparecerán secuencialmente en el panel, seguidos de los programas de usuario.
- Cuando aparezca el programa apropiado, pulse **MODE**, para comenzar a editar la primera sección del programa. Utilice los botones **SPEED +/-** para ajustar la velocidad. Utilice los botones **INCLINE +/-** para ajustar el nivel de inclinación de la banda para correr.
- Presione **MODE**, para confirmar la configuración de los parámetros para la primera sección y pasar a editar la siguiente.

Los programas constan de 20 secciones. Repita los pasos anteriores hasta que se establezcan los parámetros de todas las secciones.

Los programas se guardarán en la memoria del ordenador hasta su próxima edición.

Los datos no se perderán debido a un fallo de alimentación.

INICIO DEL PROGRAMA DE USUARIO

- En el modo de espera, presione el botón **PROGRAM**, para seleccionar uno de los programas de usuario. Después de la selección, aparecerá y parpadeará el valor "30:00" en la ventana. Use los botones **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** para ajustar el tiempo de entrenamiento. El tiempo de entrenamiento establecido se divide proporcionalmente en 20 etapas.
- Para iniciar el programa, presione **START**.

MODO DE CUENTA REGRESIVA

Seleccione uno de los 3 modos de cuenta regresiva presionando el botón **MODE**.

- Para configurar el valor de cuenta regresiva, use los botones **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.

- El inicio de la cinta de correr y la cuenta regresiva comenzarán después de presionar el botón **START**.

PARÁMETROS DE CUENTA REGRESIVA:

- TIEMPO:** el valor inicial de la cuenta regresiva es de 30 min. El ordenador permite ajustar el tiempo en el rango de 5-99 minutos (cada 1 minuto).
- CALORÍAS:** el valor inicial de la cuenta regresiva es de 50 kcal. El ordenador permite ajustar las calorías en el rango de 20-990 kcal (cada 10 kcal).
- DISTANCIA:** el valor inicial de la cuenta regresiva es de 1 km. El ordenador permite ajustar la distancia en el rango de 1,0-99,0 km (cada 1 km).

FUNCIÓN DE MEDICIÓN DE GRASA CORPORAL (BODY FAT)

Pulse el botón **PROGRAM**, hasta que aparezca "FAT" en la pantalla.

Use **MODE** para introducir los parámetros:

- F1 - sexo (gender) - 01 hombre / 02 mujer
- F2 - edad (age) - valores 10-99
- F3 - altura (height) - valores 100-220 cm
- F4 - peso (weight) - valores 20-130 kg

Use los botones **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** para ajustar los valores de los parámetros.

Después de seleccionar los parámetros, aparecerá F5 en la pantalla. Coloque ambas manos en los sensores de pulso, después de 5-6 segundos la computadora mostrará la información FAT. FAT tiene como objetivo medir la relación entre la altura y el peso, no la proporción del cuerpo.

El resultado correcto debe estar entre 19-26. Un valor por debajo de 19 significa bajo peso, 27-30 - sobrepeso, y por encima de 30 - obesidad.

UWAGA! Los resultados obtenidos no pueden ser en ningún caso la base del tratamiento o ser tomados en cuenta con fines médicos.

ENTRENAMIENTO Y FASES DE EJERCICIO

Usar el dispositivo le brindará muchos beneficios. Principalmente, mejorará su condición física, fortalecerá sus músculos y, en combinación con una dieta adecuada, le permitirá quemar el exceso de grasa.

1. CALENTAMIENTO

Esta es una fase que mejora la circulación sanguínea en todo el cuerpo y prepara los músculos para un esfuerzo intenso. También reduce el riesgo de calambres y lesiones. Se recomienda realizar algunos ejercicios de estiramiento como se muestra a continuación.

Si siente dolor, deje de hacer ejercicio o reduzca el rango de movimiento.

ESTIRAMIENTO DE LOS MÚSCULOS INTERNOS DEL MUSLO

Siéntese en una superficie plana con las piernas dobladas y las rodillas apuntando hacia afuera. Junte las plantas de los pies y acérquelas lo más posible. Presione suavemente las rodillas hacia el suelo y mantenga esta posición durante 15 segundos.

ESTIRAMIENTO DE MUSLOS

Siéntese en una superficie plana. Estire la pierna derecha y coloque la planta del pie izquierdo contra el muslo derecho. Extienda la mano derecha hacia los dedos del pie derecho lo más lejos posible. Mantenga durante 15 segundos. Repita con la pierna izquierda.

GIROS DE CABEZA

Mantenga la cabeza recta mirando hacia adelante. Sin mover los hombros, gírela hacia la derecha y enderécela, luego gírela hacia la izquierda y enderécela.

ELEVACIÓN DE BRAZOS

Levante el brazo izquierdo lo más alto posible y mantenga la posición durante unos segundos. Repita con el brazo derecho.

ESTIRAMIENTO DEL TENDÓN DE AQUILES

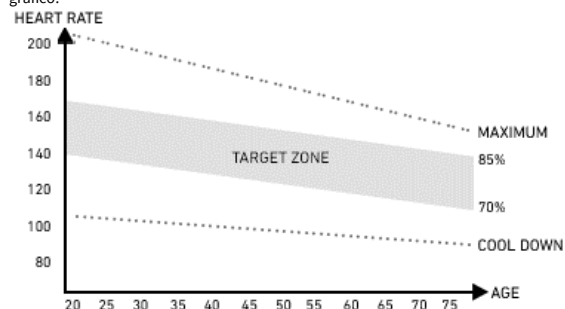
Póngase de cara a la pared, adelante la pierna izquierda y doble ligeramente la rodilla. Mantenga la derecha hacia atrás, recta, con el talón apoyado en el suelo. Mantenga ambos talones apoyados en el suelo y presione las caderas hacia la pared. Mantenga esta posición durante 30 segundos. Repita con la pierna derecha adelantada. Recuerde no arquear la espalda durante el ejercicio.

FLEXIONES

Póngase de pie con los pies juntos. Inclínese hacia adelante, intentando acercar el pecho a las rodillas lo máximo posible. Mantenga la posición durante 15 segundos. Recuerde no doblar las rodillas.

2.ª FASE DE EJERCICIOS

Esta es la fase de entrenamiento adecuada. Haga ejercicio a su propio ritmo para alcanzar una frecuencia cardíaca adecuada para su edad, como se muestra en el gráfico.



3.ª FASE DE RELAJACIÓN

Esta fase ayuda a calmar la circulación y relajar los músculos. Es una repetición de los ejercicios de calentamiento. Debe recordar, no sobrecargar los músculos.

POSIBLES DAÑOS Y TÉCNICAS DE REPARACIÓN

UWAGA! Abrir la carcasa del dispositivo sin contactar previamente con el servicio técnico del fabricante anula la garantía.

Si sospecha que hay un fallo que requiere abrir la carcasa, póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.

DESCRIPCIÓN DEL ERROR	POSIBLES CAUSAS	SOLUCIÓN DEL PROBLEMA
---- Problema con la llave de seguridad	La llave de seguridad no está conectada. El ordenador está dañado.	Conecte correctamente la llave de seguridad. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E01 El ordenador no funciona	El ordenador está mal conectado. El cable de conexión está roto o desgastado El ordenador está dañado La conexión entre la placa de control y el ordenador está bloqueada	Compruebe que los cables del ordenador están correctamente conectados. Compruebe la conexión de los enchufes. Si es correcta y el problema persiste, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente del servicio técnico del fabricante. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E02 El motor no funciona	Tensión de alimentación incorrecta Conexión incorrecta del cable del motor Controlador dañado	Asegúrese de que la tensión sea correcta. Si el problema persiste, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente del servicio técnico del fabricante. Desconecte el cable y vuelva a conectarlo. Si el problema persiste, póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E03 El ordenador no ha detectado la señal del sensor de velocidad durante 15 segundos	Conexión incorrecta del sensor Enchufe del sensor conectado incorrectamente Sensor dañado	Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante. Sprawdź, podłączenie wtyczek. Jeśli jest poprawne, a problem wciąż występuje, skontaktuj się z serwisem producenta. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E05 Error de sobrecarga	Fallo del motor La corriente nominal en el controlador es demasiado baja.	Compruebe si el motor se ha quemado. Si no es así, desenchufe la cinta de correr de la red eléctrica y vuelva a enchufarla. Si el problema persiste, póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante. Reemplace el controlador. Póngase en contacto con el

	La corriente está por encima del valor nominal	servicio técnico del fabricante. Asegúrese de que el peso del usuario no exceda el valor máximo para este dispositivo.
E06 Error de autocomprobación del controlador		Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E07 Sin visualización	Llave de seguridad desconectada	Inserte la llave de seguridad.
E08 Error del controlador EEPROM	El controlador está defectuoso.	Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
El dispositivo no funciona	Sin alimentación	Conecte el dispositivo a la corriente.
	Llave de seguridad desconectada	Inserte la llave de seguridad.
	Cortocircuito	Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
	El interruptor ON/OFF no está encendido	Encienda el dispositivo.
La banda de correr no funciona suavemente	La banda de correr no está suficientemente lubricada	Lubrique la banda de correr de acuerdo con la información proporcionada en el manual de instrucciones.
	La banda de correr está demasiado tensa	Ajuste y alinee la posición de la banda de correr de acuerdo con la información proporcionada en el manual de instrucciones.
La banda de correr está torcida	La banda de correr está demasiado floja	Ajuste y alinee la posición de la banda de correr de acuerdo con la información proporcionada en el manual de instrucciones.
	La correa de transmisión está demasiado poco tensa	Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.

GARANTÍA

El vendedor en nombre del Garante ofrece una garantía en el territorio de España por un período de 24 meses a partir de la fecha de venta. La garantía del producto vendido no excluye, restringe ni suspende los derechos del Comprador que se derivan de la Ley de Defensa de los Consumidores y Usuarios.

La tarjeta de garantía se encuentra en la última página.

CONDICIONES DE LA GARANTÍA

- Las reclamaciones y la garantía cubren exclusivamente los defectos ocultos que surjan por culpa del fabricante.
- La garantía será respetada por la tienda o el servicio técnico después de que el cliente presente:
 - una tarjeta de garantía válida, legible y correctamente cumplimentada con el sello de venta y la firma del vendedor,
 - un comprobante de compra válido del equipo con la fecha de venta,
 - el producto reclamado o la pieza defectuosa.
 En el caso de compras a distancia, la tarjeta de garantía es válida únicamente sobre la base del documento de compra (recibo / factura).
- La reclamación será examinada en un plazo de hasta 14 días a partir del momento en que el Cliente notifique el defecto.
- Los defectos de fábrica y los daños revelados durante el período de garantía serán reparados de forma gratuita en un plazo no superior a 21 días a partir de la fecha de entrega del producto a la tienda o al servicio técnico.
- En caso de que sea necesario importar piezas, el período de reparación de la garantía puede extenderse por el tiempo necesario para su importación, pero no más de 40 días.
- La garantía no cubre:
 - daños mecánicos y los defectos causados por ellos,
 - daños y defectos resultantes del uso y almacenamiento inadecuados, montaje y mantenimiento inadecuados,
 - daños y desgaste de elementos consumibles tales como: cables, correas, elementos de goma, pedales, empuñaduras de esponja, ruedas, rodamientos, tapicería.
 - actividades relacionadas con el montaje, el mantenimiento, que según el manual de instrucciones el usuario está obligado a realizar por su cuenta.
- La garantía no se aplica en los siguientes casos:
 - expiración del período de validez,
 - realización por parte del cliente de reparaciones y modificaciones independientes con el uso de piezas no originales,
 - cuando el defecto se deba a una instalación incorrecta o al incumplimiento de las normas de uso correcto descritas en el manual de instrucciones,
 - uso diferente al uso doméstico,
 - daños ocurridos durante el transporte.
- No se emitirán duplicados de la tarjeta de garantía.
- Dentro de la garantía, el cliente tiene derecho a exigir los siguientes tipos de compensación gratuita:
 - reparación del producto,
 - reemplazo del producto,
 - reducción del precio,
 - rescisión del contrato y reembolso total de los costos incurridos.
- Para presentar una reclamación, debe:
 - Presentar el producto o la parte del mismo cubierta por la garantía.
 - Comprobante de compra que especifique el nombre y la dirección del vendedor, la fecha y el lugar de compra, el tipo de producto o una tarjeta de garantía válida con el sello de la tienda.
 - En caso de entrega de un producto sucio, el servicio técnico puede negarse a aceptarlo o, a expensas del cliente y con su consentimiento por escrito, realizar la limpieza.
- En caso de una resolución positiva de la reclamación, el equipo será reparado o reemplazado por uno nuevo, o se reembolsará el dinero al cliente. Los costos de transporte de la mercancía al cliente corren a cargo del servicio técnico del fabricante.
- En caso de rechazo de la reclamación de garantía, el cliente recibirá una justificación detallada de la decisión tomada y, en un plazo de 14 días a partir del momento de la entrega de la decisión, el equipo será devuelto al cliente a su cargo.

NL Gebruikershandleiding

Beste gebruiker,
Lees deze handleiding aandachtig door voordat u met de montage begint en het apparaat voor de eerste keer gebruikt. Deze handleiding bevat belangrijke informatie over de veilige bediening en het onderhoud van het apparaat. Bewaar deze handleiding zodat u de informatie over onderhoud kunt raadplegen of reserveonderdelen kunt bestellen.

TECHNISCHE GEGEVENS

Voeding	220V
Maximaal vermogen	900 W
Gewicht	51 kg
Gebruikstemperatuur	0°C tot +40°C
Opslagtemperatuur	-10°C tot +60°C
Maximaal gebruikersgewicht	120 kg
Toepassingsklasse	Klasse H
Nauwkeurigheidsklasse	Klasse C
Snelheid	0.8 -12 km/u
Hellingshoek	12 niveaus
Productnorm (hoofd)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Bestemming	Elektrische loopband voor thuisgebruik

VEILIGHEID

LET OP! Het apparaat mag uitsluitend worden gebruikt in overeenstemming met zijn bestemming, namelijk voor training door volwassenen. Elk ander gebruik van het apparaat kan gevaarlijk zijn. De fabrikant kan niet aansprakelijk worden gesteld voor schade die is veroorzaakt door onjuist gebruik van het apparaat.

- Het apparaat is ontworpen en geconstrueerd op basis van de nieuwste kennis op het gebied van veiligheid. Gevaarlijke elementen die mogelijk een risico op letsel kunnen vormen, zijn geëlimineerd of relatief beschermd.
- Reparaties en wijzigingen op eigen houtje zijn niet toegestaan.
- Controleer eens per maand of twee maanden of de schroeven, bouten en moeren goed vastzitten.
- Voor een permanente veiligheid, controleer en onderhoud de apparatuur regelmatig (d.w.z. één keer per jaar) bij een gespecialiseerde winkel.
- Alle wijzigingen aan het apparaat die niet zijn beschreven in deze handleiding kunnen schade veroorzaken of de gezondheid en het leven van de sporter direct in gevaar brengen. Wijzigingen aan het apparaat mogen uitsluitend worden uitgevoerd door medewerkers van de serviceafdeling van de fabrikant of personen die door hen zijn opgeleid.
- Alle apparaten zijn onderworpen aan voortdurende innovatieve acties om een hoge kwaliteit te garanderen. Om deze reden behoudt de fabrikant zich het recht voor om technische wijzigingen aan te brengen.
- Vragen of twijfels over de apparatuur kunt u richten aan een gespecialiseerde winkel.

LET OP! Houd u aan de algemene voorschriften en veiligheidsmaatregelen die gelden voor het omgaan met elektrische apparaten.

- Het apparaat wordt gevoed door een netspanning van 220V.**
- Alle elektrische apparaten zenden tijdens het gebruik elektromagnetische straling uit. Als er andere apparaten die dergelijke straling uitzenden (bijv. mobiele telefoons) in de buurt van de elektronische regeleenheid of cockpit worden geplaatst, kunnen sommige waarden (zoals bijvoorbeeld de hartslag) vervormd raken.
- LET OP!** Breng nooit zelf wijzigingen aan in het elektriciteitsnet. Besteed dergelijke wijzigingen uit aan specialisten.
- LET OP!** Vergeet niet om de stekker uit het stopcontact te halen voordat u reparaties, onderhoud of reiniging aan de apparatuur uitvoert.
- Gebruik geen verlengsnoeren om het apparaat aan te sluiten.
- Als u de apparatuur langere tijd niet gebruikt, haal dan de stekker uit het stopcontact.
- Zorg ervoor dat het elektriciteitsnet niet bekneld raakt en dat de plaatsing ervan geen struikelgevaar oplevert.

AARDING

Aarding beschermt tegen het risico van elektrische schokken. Het apparaat heeft een snoer en een stekker met aarding. De stekker moet worden aangesloten op een correct geïnstalleerd en correct geaard stopcontact.

GEVAAR! Een onjuiste aansluiting van de draad kan leiden tot het risico van een elektrische schok.

- Voordat u het apparaat op het elektriciteitsnet aansluit, dient u te controleren of de lokale spanning overeenkomt met het type stekker.
- Wijzig de stekker niet als deze niet in het stopcontact past. Laat in dat geval een ander stopcontact installeren door een gekwalificeerde elektricien.

LET OP! Personen die in de buurt zijn tijdens het gebruik van de apparatuur moeten worden gewaarschuwd voor mogelijke gevaren. Wees extra voorzichtig in de buurt van kinderen.

LET OP! Raadpleeg een arts voordat u met de training begint om er zeker van te zijn dat er geen gezondheidsrisico's zijn voor het uitvoeren van trainingen op het apparaat. Gebaseerd op het advies van een specialist kunt u uw trainingsplan opstellen. Een onjuist gekozen programma of overmatige oefening kan gevaarlijk zijn voor uw gezondheid en leven.

WAARSCHUWING! Hartslagbewakingssystemen kunnen onnauwkeurig zijn. Overbelasting tijdens het sporten kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Als u zich zwak voelt, stop dan onmiddellijk met sporten.

LET OP! Neem de opmerkingen over het uitvoeren van de training in deze handleiding strikt in acht.

- Zorg er bij het kiezen van een plaats om te trainen voor dat u een veilige afstand tot mogelijke obstakels in acht neemt. Plaats de apparatuur niet in de buurt van verkeersroutes (wegen, poorten, doorgangen, enz.).
- Het is verboden de apparatuur te gebruiken in de nabijheid van een muur. De veiligheidszone is 2000 mm en minstens zo breed als het apparaat.

LET OP! Wees voorzichtig bij het monteren van het apparaat en laat geen kinderen in de buurt komen. Tijdens de montage worden kleine onderdelen (moeren, schroeven, enz.) gebruikt, die door hen kunnen worden ingeslikt.

REST RISICO

- In een situatie waarin de valbeveiliging niet wordt gebruikt of wel wordt gebruikt, maar onjuist, bestaat er een restrisico, namelijk dat een persoon valt, wat schaafwonden, blauwe plekken, breuken of, in het ergste geval, de dood veroorzaakt.
- Er bestaat een restrisico op onbedoelde overbelasting van de sporter veroorzaakt door onjuiste bediening of onjuiste beoordeling, evenals onjuiste gegevensoverdracht (als gevolg van elektromagnetische storing, softwarefout, enz.).
- Zelfs de beste software- en hardwarebeveiliging sluit software- of hardwarefouten niet uit en kan theoretisch leiden tot overbelasting van de sporter.
- Het product is een elektrisch apparaat, daarom kan elektrische schok, die tot de dood kan leiden, niet worden uitgesloten.
- Het restrisico van verstikking kan niet worden uitgesloten.
- Het risico kan worden beperkt door de informatie te volgen over veiligheid in de gebruiksaanwijzing.
- Het is niet uitgesloten dat onbedoeld of ongeoorloofd gebruik andere, niet opgenomen risico's veroorzaakt, en het opgenomen risico onjuist is ingeschat.

In de risicoanalyse is de beoordeling gebaseerd op de "huidige staat van het apparaat". Uit de uitgevoerde beoordeling en controle van het product blijkt dat de kans op onaanvaardbaar risico zeer klein is. Het apparaat (de constructie, de werking en de toepassing ervan) veroorzaakt - onder normale omstandigheden - geen onnodig risico voor de sporter of derden.

MANIPULATIE MARKERINGEN OP TRANSPORTVERPAKKINGEN

Deze kant boven. Niet kantelen.



Beschermen tegen vallen.



Recyclebare verpakking.



E-afval. Het is noodzakelijk om de gebruikte apparatuur naar een recyclingpunt te brengen.



Voorzichtig, breekbaar. Mogelijkheid van schade. Wees voorzichtig.



Beschermen tegen vocht.



Let op, zwaar product.



Opslaan maximaal in 8 lagen.



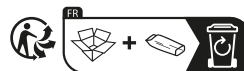
Het product bevat een gebruiksaanwijzing.



DO NOT USE BLADE TO OPEN

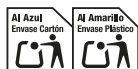


Niet openen met een mes.



Points de collecte sur www.quefaireindemarchets.fr

Verpakking gemaakt van karton en kunststoffen.
Scheid afval volgens de lokale voorschriften.



Verpakking gemaakt van karton en kunststoffen. Scheid afval volgens de lokale voorschriften.



Verpakking gemaakt van karton.



De verpakking is vervaardigd met inachtneming van de verantwoordelijkheid voor het milieu en recycling. Scheid afval volgens de lokale voorschriften.

BEDIENING

Zorg ervoor dat het apparaat correct is gemonteerd voordat u met de training begint.

- Maak kennis voordat u met de eerste training begint met alle functies en instelmogelijkheden van het apparaat.
- Het apparaat bevat onderdelen die blootgesteld kunnen worden aan corrosie. Om deze reden wordt het niet aanbevolen om het apparaat te laten in een vochtige ruimte staan. Er moet ook voor gezorgd worden dat de apparatuur (vooral de interne en elektronische componenten) niet in contact komt met water, dranken, zweet enz.
- Het apparaat is uitsluitend bedoeld voor training door volwassenen en is absoluut geen speelgoed voor kinderen. Als u op eigen verantwoordelijkheid kinderen toestaat het te gebruiken, instrueer ze dan absoluut over correct gebruik en houd voortdurend toezicht.
- De apparatuur is niet geschikt voor therapeutische doeleinden.
- Tijdens het gebruik van het apparaat kan er een zacht geruis optreden bij de vrije beweging van het vliegwiel, wat te wijten is aan het type constructie. Deze hebben geen invloed op de werking van de apparatuur.
- De geluidsemissie onder belasting is hoger dan zonder belasting.
- Controleer voor aanvang van elke training de correctheid van de beveiligingen en de schroef- en stekkerverbindingen.
- Denk tijdens het trainen op het apparaat aan geschikt schoeisel (sportschoenen).

ONDERHOUD

Om de maximale veiligheid van het gebruik van de loopband te garanderen, wordt aanbevolen om deze regelmatig te controleren op slijtage van onderdelen. Dit omvat het controleren van de dichtheid en de staat van moeren, bouten, bewegende delen, bussen, enz.

Bewaar het apparaat op een droge en warme plaats. Stel het apparaat niet bloot aan direct zonlicht.

LET OP! Schakel de loopband altijd uit en trek de stekker uit het stopcontact voordat u met onderhoud begint.

REINIGING

Regelmatige reiniging van het apparaat verlengt de levensduur en behoudt de hoge prestaties.

Gebruik een zachte, vochtige doek om de loopband schoon te maken. Dit geldt niet voor elektrische componenten, de motor, interne onderdelen - zorg ervoor dat er geen water in deze gebieden komt. Bescherm het oppervlak van de loopband (en de ruimte eronder) tegen water.

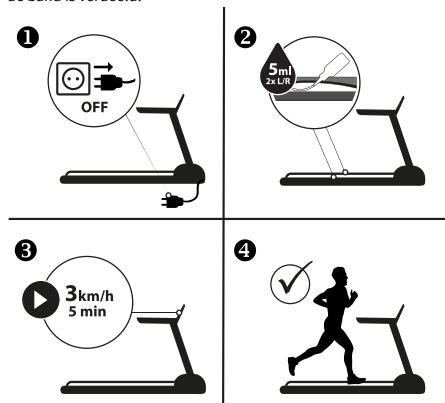
MOTORREINIGING

Verwijder minstens één keer per jaar stof van de motor. Om dit te doen, schakelt u eerst de loopband uit en verwijdert u na ongeveer 1 uur de motorkap. Gebruik perslucht of een borstel om voorzichtig het stof te verwijderen. Nadat u de motorkap opnieuw hebt gemonteerd en de stekker in het stopcontact hebt gestoken, kunt u de loopband starten.

LOOPBANDSMEERING

De frequentie van het smeren van de loopband is afhankelijk van de intensiteit van het gebruik. Als het apparaat meer dan 5 uur per week werkt, wordt aanbevolen om het elke 2-3 maanden te smeren. Als de loopband minder intensief wordt gebruikt, moet deze één keer per 7-8 maanden worden gesmeerd.

1. Schakel de loopband uit en trek de stekker uit het stopcontact voordat u de loopband gaat smeren. 2. Breng aan beide zijden van de loopband ongeveer 5 ml vet aan. Gebruik het meeste vet op de plaatsen waar de voeten tijdens het hardlopen in contact komen met de band. 3. Start de loopband met een lage snelheid (bijv. 3 km/u) en wacht tot het vet gelijkmatig over de gehele lengte van de band is verdeeld.



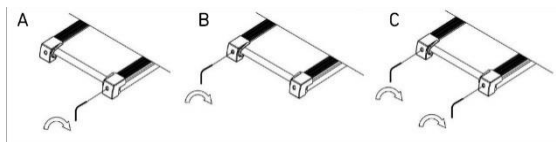
LOOPBANDSPANNING AANPASSEN

Door constant gebruik van de loopband kan de loopband gespannen moeten worden. De band moet worden aangespannen als hij tijdens de training begint te glijden, zijwaarts beweegt of omkruist.

Een te losse band kan stoppen tijdens het gebruik van de motor.

Plaats de loopband op een vlakke ondergrond. Start de loopband met een snelheid van ongeveer 6-8 km/u en observeer de mate van afwijking van de loopband.

- Span de band niet te strak aan, omdat dit defecten kan veroorzaken, waaronder de motor, as of lagers.
- Een correct gespannen band kan aan de randen tot een hoogte van ongeveer 5-7,5 cm worden opgetild. Dit is heel gemakkelijk te controleren - hij is correct gespannen als er 3 vingers onder passen.



DE BANDSPANNING VERHOGEN

In de set onderdelen vindt u een speciale sleutel. Plaats deze in de linker schroef voor het afstellen van de band aan de achterkant van de loopband. Draai de sleutel 90 graden met de klok mee (afbeelding C).

Op deze manier spant u de achterste rol aan en verhoogt u de spanning van de band. Herhaal de handeling door de schroef aan de rechterkant te draaien. Zorg ervoor dat u de schroeven gelijkmatig draait.

Herhaal de handelingen voor beide schroeven totdat de band correct is gespannen.

DE BANDSPANNING VERLAGEN

Om de bandspanning te verlagen, gaat u te werk zoals bij het verhogen ervan. Draai de sleutel tegen de klok in.

DE LOOPBAND CENTREREN

Door een verschillende loopstijl (meestal een grotere belasting op één been) kan de band zijwaarts bewegen en niet gecentreerd zijn. Om deze reden kan de band van tijd tot tijd moeten worden afgesteld.

De band moet automatisch centreren tijdens het gebruik van de loopband. Het moet worden afgesteld als het naar de rechter- of linkerkant beweegt.

Start de loopband en stel een lage snelheid in (bijv. 3 km/u). Controleer in welke richting de band beweegt.

- Als de band naar rechts beweegt, plaatst u de sleutel in de rechter afstelschroef. Draai de sleutel 90 graden met de klok mee (afbeelding A). Observeer of de band gecentreerd is. Als hij nog steeds naar rechts beweegt, draai dan de schroef nogmaals 90 graden.
- Als de band naar links beweegt, ga dan op dezelfde manier te werk als in het bovenstaande geval, maar draai de schroef aan de linkerkant (afbeelding B).

MILIEU

Het apparaat wordt in een verpakking geleverd om het te beschermen tegen mogelijke schade tijdens het transport. Verpakkingen zijn onbewerkte grondstoffen en kunnen worden gerecycled. Gooi deze materialen in de juiste gekleurde containers voor gescheiden inzameling.



Bescherm het milieu en gooi gebruikte batterijen niet bij het huishoudelijk afval. Lever ze in op de plaats van aankoop of breng ze naar een apart inzamelpunt voor secundaire grondstoffen. Afgedankte elektrische apparaten (inclusief meter, voeding) zijn secundaire grondstoffen - gooi ze niet in containers voor huishoudelijk afval, omdat ze stoffen kunnen bevatten die gevaarlijk zijn voor de gezondheid en het milieu. Wij vragen u om actief te helpen bij het zuinige het beheer van natuurlijke hulpbronnen en de bescherming van het milieu door het gebruikte apparaat af te leveren bij een recyclingbedrijf - afgedankte elektrische apparaten.

actief te helpen bij het zuinige het beheer van natuurlijke hulpbronnen en de bescherming van het milieu door het gebruikte apparaat af te leveren bij een recyclingbedrijf - afgedankte elektrische apparaten.

MONTAGE

De montage van het apparaat moet zorgvuldig worden uitgevoerd door een volwassene. Vraag bij twijfel hulp aan iemand met meer ervaring op dit gebied. Controleer voordat u met de montage begint of de kit met het apparaat alle onderdelen bevat die op de onderdelenlijst staan en dat er geen onderdelen beschadigd zijn tijdens het transport. Als er onderdelen ontbreken of als u zich zorgen maakt, neem dan contact op met uw uw dealer.

- Maak jezelf vertrouwd met de tekeningen en uitleg en voer de montage uit in de volgorde die in de montagehandleiding wordt aangegeven.
- Wees voorzichtig tijdens de installatie. Bij het gebruik van gereedschap en onderdelen bestaat het risico op letsel.
- Zorg voor een veilige omgeving. Leg gereedschap en montage materiaal niet lukraak neer. Denk eraan dat plastic folie en zakken een verstikkingsgevaar vormen voor kinderen.
- De montageonderdelen die nodig zijn voor de betreffende stap van de montagehandleiding staan in de tekeningen en uitleg. Gebruik de onderdelen die in de montagehandleiding worden aangegeven.
- Draai tijdens de eerste montageschappen de onderdelen niet zo ver mogelijk aan. Doe dit nadat je ze allemaal hebt geplaatst en ervoor hebt gezorgd dat ze goed vastzitten.
- De fabrikant behoudt zich het recht voor om bepaalde onderdelen vooraf te monteren.

AANSLUITSCHEMA (→ Zie pagina 3)

LET OP! Het is verboden om onderdelen te gebruiken van andere bronnen dan de fabrikant.

LIJST VAN ONDERDELEN

De volledige onderdelenlijst is beschikbaar door contact op te nemen met serwis@zipro.pl of op de [Zipro.store website](https://www.zipro.pl) in de productbeschrijving.

NR	BESCHRIJVING	KWANTITEIT
1	Hoofdframe	1
18	Linker basisafdekking	1
19	Rechter basisafdekking	1
47	Inbussleutel	1
48	Veiligheidsvergrendeling	1
49	Inbussleutel 6#	1
51	Siliconenolie	1
52	Ukruis handvat S = 13, 14, 15	1
60	Verzonken kop schroef met binnenzeskant M8 *	2
61	Verzonken kop schroef met binnenzeskant M8 *	4
69	Zelfborende schroef met verzonken kop en kruiskop met sluitring 4.2*19	15
77	Standaard veerring #8	8
79	Vlakke ring klasse C #8	4
92	Gebogen ring #8	4

MONTAGEHANDLEIDING (→ Zie pagina 3)

LET OP! Volg tijdens de montage de onderstaande stappen en gebruik het gereedschap dat bij het product is geleverd.

Zorg voor voldoende vrije ruimte voor de installatie van het apparaat. Vanwege het hoge gewicht van sommige onderdelen wordt montage door twee personen aanbevolen.

INSTRUCTIES VOOR HET IN- EN UITKLAPPEN (→ Zie pagina 6)

HET APPARAAT INKLAPPEN

LET OP! Controleer voordat u begint met inklappen of alle schroeven goed vastzitten.

LET OP! Let er bij het inklappen op dat uw handen en vingers niet bekneld raken.

Til de loopband van het apparaat in een verticale positie totdat u het vergrendelingsgeluid van het inklapmechanisme hoort.

HET APPARAAT UITKLAPPEN

LET OP! Let er op dat er zich tijdens het verlaten van de loopband geen derden in de directe omgeving bevinden en dieren.

Houd de loopband vast en maak met uw voet de vergrendeling van het inklapmechanisme los (aangegeven met een pijl). Laat het platform zakken tot de hoogte van de leuning van het hoofdframe. Vanaf deze hoogte zal de band vanzelf naar de grond zakken.

AANPASSINGEN

Het apparaat waterpas stellen

Zet het apparaat waterpas door de stelvoeten aan de voor- en achterkant los of vast te draaien.

HANDLEIDING COMPUTER

BEGIN

Binnen 3 seconden na het indrukken van de knop **START** zal het apparaat beginnen te werken.

ENERGIEBESPARINGSFUNCTIE

De loopbandcomputer schakelt automatisch over naar de energiebesparingsmodus als er binnen 10 minuten geen actie wordt ondernomen. Druk op een willekeurige toets om het systeem te hervatten.

NOODSTOPPEN VAN HET APPARAAT

LET OP! De veiligheidssleutel moet tijdens elke training aan uw kleding worden bevestigd.

Het mag alleen in noodgevallen worden gebruikt en niet als een normale stopknop.

Een onjuist geplaatste veiligheidssleutel verhindert dat de loopband start.

Controleer voor gebruik van de loopband de correcte werking van het systeem. Verwijder de veiligheidssleutel door aan het koord te trekken. Na het verwijderen van de sleutel stopt de loopband met een vertraging afhankelijk van de werksnelheid en wordt ook het hefsysteem van de loopband gestopt. Het stoppen wordt aangegeven door een kort geluidssignaal. Alle vensters op het scherm tonen "----". Nadat de veiligheidssleutel opnieuw is aangesloten, wordt het apparaat opnieuw ingesteld.

PROGRAMMA'S

De computer is uitgerust met 3 gebruikersprogramma's voor handmatige instelling, 12 automatische programma's opgeslagen in het geheugen, 3 aftelmodi (tijd, calorieën, afstand) en een functie voor het meten van lichaamsvet (Body Fat).

BESCHRIJVING VAN DE KNOPPEN

- START** – wordt gebruikt om de loopband te starten in de handmatige modus of het geselecteerde programma.
- STOP** – wordt gebruikt om de loopband te stoppen. Na het indrukken worden ook de instellingen gereset. Na het opnieuw starten start het apparaat in de handmatige modus.
- PROGRAMMA** - wordt gebruikt om een automatisch trainingsprogramma te selecteren (P1-P12), een gebruikersprogramma (U1-U3) of de Body Fat-functie voordat de loopband wordt gestart.
- MODUS** - hiermee kunt u de aftelmodus selecteren: tijd, afstand of calorieën

- SNELHEID** - knoppen maken het mogelijk om de (toename en verlagen) van de snelheid met 0,1 km/u. De knoppen bevinden zich op de computerconsole en op de leuning.
- SNELHEIDSKUZEKNOPPEN** - maken het mogelijk om direct een snelheid te kiezen (3,6, 9, 12).
- HELLING** - knoppen maken het mogelijk om de hellingshoek van de loopband aan te passen (verhogen en verlagen) met 1 niveau tijdens de training. De knoppen bevinden zich op de computerconsole en op de leuning.
- SNELKEUZEKNOPPEN HELLINGSHOEK** - maken het mogelijk om direct een hellingshoek van de loopband te kiezen tijdens de training (3,6,9,12).

FUNCTIES (SPECIFICATIE)

SNELHEID	Geeft de huidige snelheid weer.	0.8 -12 km/u
TIJD	Berekent de totale trainingstijd van begin tot eind.	00:00-99:59 min
HELLING	Geeft het huidige hellingsniveau van de loopband weer.	0-12 niveaus
CALORIEËN	Berekent het totale aantal verbrande calorieën van het begin tot het einde van de training. (De meting is een schatting om verschillende trainingssessies te vergelijken en mag niet worden gebruikt voor medische behandelingen).	0,0-999 kcal
AFSTAND	Berekent de totale afstand van begin tot eind van de training.	0,0-99,9 km
HARTSLAG	Geeft de huidige hartslag weer. LET OP! Hartslagmeting is alleen voor sportieve doeleinden (medisch gebruik is uitgesloten).	50-200 BPM

HARTSLAGMETINGSFUNCTIE

Houd na het starten van de loopband beide handen op de hartslagsensoren. Na 30 seconden verschijnt de huidige hartslag op het scherm.

Tijdens de meting toont de computer een hartvormig icoon.

LET OP! Hartslagmeting is alleen voor sportieve doeleinden (medisch gebruik is uitgesloten).

HANDMATIG PROGRAMMA

Het handmatige programma is de standaardmodus van het apparaat. De loopband begint in deze modus te werken na het indrukken van **START**, als er geen trainingsprogramma is geselecteerd.

- De standaard snelheid in de handmatige modus is 0.8 km/u.
- De standaard hellingshoek van de band is 0.
- De snelheid en hellingshoek van de loopband kunnen worden gewijzigd met behulp van de knoppen op de computer en de leuning.

TRAININGSPROGRAMMA'S

Kies een van de 15 automatische trainingsprogramma's door op de knop te drukken **PROGRAMMA** tot het juiste nummer op het scherm verschijnt.

- Wanneer het juiste programma wordt weergegeven, drukt u op **MODE**. Na selectie verschijnt de waarde "30:00" in het venster en knippert. De trainingstijd van het programma kan worden ingesteld met de knoppen **SNELHEID +/-**.
- De ingestelde trainingstijd is evenredig verdeeld in 20 stappen. De tabel toont een overzicht van de stappen en de bijbehorende snelheid en hellingshoek voor elk trainingsprogramma. → [Zie pagina 117](#).
- Om het programma te starten, drukt u op **START**.

GEBRUIKERSPROGRAMMA'S

De computer is uitgerust met 3 gebruikersprogramma's voor individuele definities: U1, U2, U3.

DE GEBRUIKERSPROGRAMMA INSTELLEN

- In de stand-by modus, drukt u op de knop **PROGRAMMA** om een van de gebruikersprogramma's te selecteren. Op het paneel worden achtereenvolgens de nummers van de automatische programma's en vervolgens de gebruikersprogramma's weergegeven.
- Wanneer het juiste programma wordt weergegeven, drukt u op **MODE** om de eerste sectie van het programma te bewerken. Gebruik de knoppen **SNELHEID +/-** om de snelheid in te stellen. Gebruik de knoppen **INCLINE +/-** om de hellingshoek van de loopband in te stellen.
- Druk op **MODE** om de parameterinstellingen voor de eerste sectie te bevestigen en door te gaan met het bewerken van de volgende.

Programma's bestaan uit 20 secties. Herhaal de bovenstaande stappen totdat de parameters van alle secties zijn ingesteld.

Programma's worden in het computergeheugen opgeslagen totdat ze de volgende keer worden bewerkt.

Gegevens gaan niet verloren als gevolg van een stroomstoring.

EEN GEBRUIKERSPROGRAMMA STARTEN

- Druk in de stand-by modus op de knop **PROGRAMMA** om een van de gebruikersprogramma's te selecteren. Na selectie wordt "30:00" in het venster weergegeven en knippert deze waarde. Gebruik de knoppen **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** om de trainingsduur in te stellen. De ingestelde trainingsduur wordt evenredig verdeeld over 20 fasen.
- Om het programma te starten, drukt u op **START**.

AFTELLERMODUS

Selecteer een van de 3 aftelmodi door op de knop te drukken **MODE**).

- Gebruik de knoppen om de afgetelde waarde in te stellen **SPEED +/-** , **INCLINE +/-**.
- Het starten van de loopband en het aftellen begint wanneer u op de knop drukt **START**.

AFGETELDE PARAMETERS:

- **TIJD:** de initiële aftelwaarde is 30 minuten.
De computer maakt het mogelijk om de tijd in te stellen in het bereik van 5-99 minuten (in stappen van 1 minuut).
- **CALORIEËN:** de initiële aftelwaarde is 50 kcal.
De computer maakt het mogelijk om calorieën in te stellen in het bereik van 20-990 kcal (in stappen van 10 kcal).
- **AFSTAND:** de initiële aftelwaarde is 1 km.
De computer maakt het mogelijk om de afstand in te stellen in het bereik van 1,0-99,0 km (in stappen van 1 km).

LICHAAMSVETMETINGSFUNCTIE (BODY FAT)

Druk op de knop **PROGRAM**, totdat "FAT" op het scherm verschijnt.

Gebruik **MODE** om de parameters in te voeren:

- F1 - geslacht (gender) – 01 man / 02 vrouw
- F2 - leeftijd (age) – waarden 10-99
- F3 - lengte (height) – waarden 100-220 cm
- F4 – gewicht (weight) – waarden 20-130 kg

Gebruik de knoppen **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** om de parameterwaarden in te stellen.

Na het selecteren van de parameters verschijnt F5 op het display. Plaats beide handen op de hartslagsensoren, na 5-6 seconden geeft de computer de FAT-informatie weer. FAT is bedoeld om de relatie tussen lengte en gewicht te meten, niet de lichaamsverhouding.

De juiste waarde zou tussen 19-26 moeten liggen. Een waarde onder 19 betekent ondergewicht, 27-30 - overgewicht, en boven 30 - obesitas.

LET OP! De verkregen resultaten mogen in geen geval de basis vormen voor een behandeling of in overweging worden genomen voor medische doeleinden.

TRAINING EN OEFENFASSEN

Het gebruik van het apparaat levert u vele voordelen op. Het verbetert vooral uw conditie, versterkt uw spieren en in combinatie met een geschikt dieet kunt u overtollig vet verbranden.

1. WARMING-UP

Dit is een fase die de bloedcirculatie in het hele lichaam verbetert en de spieren voorbereidt op inspanning. Het vermindert ook het risico op krampen en blessures. Het is raadzaam om een aantal rekoefeningen uit te voeren zoals hieronder weergegeven.

Als u pijn voelt, stop dan met de oefening of verminder de bewegingsomvang.

HET STRETCHEN VAN DE BINNENSTE DIJSPIEREN

Ga op een vlakke ondergrond zitten met gebogen benen en knieën naar buiten gericht. Breng de voetzolen bij elkaar en zo dicht mogelijk naar elkaar toe. Druk de knieën voorzichtig naar de grond en houd deze positie 15 seconden vast.

DIJEN STRETCHEN

Ga op een vlakke ondergrond zitten. Strek het rechterbeen en plaats de zool van de linkervoet tegen de rechterdij. Strek de rechterarm zo ver mogelijk naar de tenen van de rechtervoet. Houd 15 seconden vast. Herhaal met het linkerbeen.

HOOFD DRAAIEN

Houd het hoofd recht vooruit kijkend. Draai het hoofd naar rechts zonder de schouders te bewegen en strek het, draai het dan naar links en strek het.

ARMEN HEFFEN

Hef de linkerarm zo hoog mogelijk op en houd deze enkele seconden vast. Herhaal met de rechterarm.

ACHILLESPEES STRETCHEN

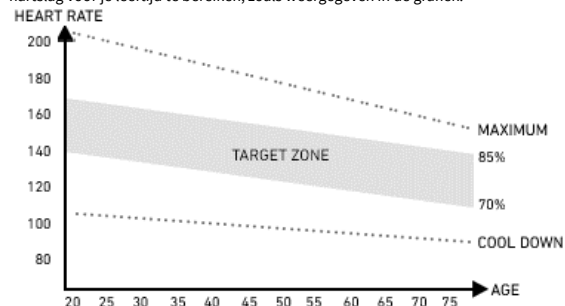
Ga met je gezicht naar de muur staan, schuif je linkerbeen naar voren en buig lichtjes door je knie. Houd je rechterbeen naar achteren – gestrekt, met je hiel plat op de grond. Houd beide hielen plat op de grond en duw je heupen richting de muur. Houd deze positie 30 seconden vast. Herhaal met je rechterbeen naar voren. Zorg ervoor dat je je rug niet kromt tijdens de oefening.

BUIGINGEN

Ga staan met je voeten tegen elkaar. Buig voorover en probeer je borst zo dicht mogelijk bij je knieën te brengen. Houd dit 15 seconden vast. Zorg ervoor dat je je knieën niet buigt.

2. OEFENINGENFASE

Dit is de daadwerkelijke trainingsfase. Train in je eigen tempo om de juiste hartslag voor je leeftijd te bereiken, zoals weergegeven in de grafiek.

**3. ONTSPANNINGSFASE**

Deze fase helpt de bloedsomloop te kalmeren en de spieren te ontspannen. Het is een herhaling van de warming-up oefeningen. Het is belangrijk om te onthouden dat de spieren niet te overbelasten.

MOGELIJKE SCHADE EN REPARATIETECHNIEKEN

UWAGA! Het openen van de behuizing van het apparaat zonder vooraf contact op te nemen met de serviceafdeling van de fabrikant leidt tot het verlies van de garantie.

Neem contact op met de serviceafdeling van de fabrikant als u een storing vermoedt die het openen van de behuizing vereist.

FOUTBESCHRIJVING	MOGELIJKE OORZAKEN	PROBLEEMOPLOSSING
----	De veiligheidssleutel is niet aangesloten.	Sluit de veiligheidssleutel correct aan.
Probleem met de veiligheidssleutel	De computer is beschadigd.	Neem contact op met de serviceafdeling van de fabrikant.
E01 De computer werkt niet	De computer is verkeerd aangesloten.	Controleer of de computerkabels correct zijn aangesloten.
	De verbindingkabel is gebroken of versleten	Controleer de aansluiting van de stekkers. Als deze correct is en het probleem zich blijft voordoen, neem dan contact op met de klantenservice van de fabrikant.
	De computer is beschadigd	Neem contact op met de serviceafdeling van de fabrikant.
	De verbinding tussen de printplaat en de computer is geblokkeerd	Neem contact op met de serviceafdeling van de fabrikant.
E02 De motor werkt niet	Onjuiste voedingsspanning	Zorg ervoor dat de spanning correct is. Als het probleem zich blijft voordoen, neem dan contact op met de klantenservice van de fabrikant.
	Foutieve aansluiting van de motorkabel	Koppel de kabel los en sluit hem opnieuw aan. Als het probleem zich blijft voordoen, neem dan contact op met de serviceafdeling van de fabrikant.
	Beschadigde controller	Neem contact op met de serviceafdeling van de fabrikant.
E03 De computer heeft gedurende 15 seconden geen signaal van de snelheidssensor gedetecteerd	Foutieve aansluiting van de sensor	Neem contact op met de serviceafdeling van de fabrikant.
	Sensorstekker is niet correct aangesloten	Sprawdź, podłączenie wtyczek. Jeśli jest poprawne, a problem wciąż występuje, skontaktuj się z serwisem producenta.
	Beschadigde sensor	Neem contact op met de serviceafdeling van de fabrikant.
E05 Overbelastingfout	Motorstoring	Controleer of de motor niet is doorgebrand. Zo niet, koppel de loopband los van het elektriciteitsnet en sluit hem vervolgens weer aan. Als het probleem aanhoudt, neem dan contact op met de service van de fabrikant.
	De nominale stroom in de controller is te laag.	Vervang de controller. Neem contact op met de service van de fabrikant.
	De stroom is hoger dan de nominale waarde	Zorg ervoor dat het gewicht van de gebruiker de maximale waarde voor dit apparaat niet overschrijdt.
E06 Autotestfout controller		Neem contact op met de service van de fabrikant.
E07 Geen weergave	Veiligheidssleutel losgekoppeld	Sluit de veiligheidssleutel aan.

E08 EEPROM- controllerfout	De controller is kapot.	Neem contact op met de service van de fabrikant.
Apparaat werkt niet	Geen stroom	Sluit het apparaat aan op het stroomnet.
	Veiligheidsleutel losgekoppeld	Sluit de veiligheidsleutel aan.
	Kortsluiting	Neem contact op met de service van de fabrikant.
De loopband loopt niet soepel	De AAN/UIT-schakelaar is niet ingeschakeld	Schakel het apparaat in.
	De loopband is onvoldoende gesmeerd	Smeer de loopband volgens de informatie in de handleiding.
	De loopband is te strak gespannen	Stel de positie van de loopband af en lijn deze uit volgens de informatie in de handleiding.
De loopband is scheef	De loopband is te los gespannen	Stel de positie van de loopband af en lijn deze uit volgens de informatie in de handleiding.
	De aandrijfriem is te los gespannen	Neem contact op met de service van de fabrikant.

GARANTIE

De verkoper geeft namens de Garant een garantie op het grondgebied van Polen voor een periode van 24 maanden vanaf de datum van verkoop. De garantie op de verkochte goederen sluit de rechten van de Koper die voortvloeien uit de Wet op Consumentenrechten niet uit, beperkt of schort deze niet op.

De garantietaal bevindt zich op de laatste pagina.

GARANTIEVOORWAARDEN

- Alleen verborgen gebreken die zijn ontstaan door de schuld van de fabrikant vallen onder de klacht en garantie.
- De garantie wordt door de winkel of service gerespecteerd na presentatie door de klant van:
 - een geldige, leesbare en correct ingevulde garantietaal met verkoopstempel en handtekening van de verkoper,
 - een geldig aankoopbewijs van de apparatuur met de verkoopdatum,
 - het geclaimde product of het defecte onderdeel.

In geval van aankoop op afstand is de garantietaal alleen geldig op basis van het aankoopbewijs (kassabon / factuur).
- De klacht wordt binnen 14 dagen na de melding van het defect door de Klant in behandeling genomen.

- Fabricagefouten en schade die tijdens de garantieperiode worden geconstateerd, worden kosteloos gerepareerd binnen een periode van niet langer dan 21 dagen vanaf de datum van levering van de goederen aan de winkel of service.
- Indien het noodzakelijk is om onderdelen uit het buitenland te importeren, kan de periode voor het uitvoeren van de garantiereparatie worden verlengd met de tijd die nodig is om deze te importeren, maar niet langer dan 40 dagen.
- De garantie dekt geen:
 - mechanische schade en defecten veroorzaakt door deze schade,
 - schade en defecten als gevolg van oneigenlijk gebruik en opslag, onjuiste montage en onderhoud,
 - schade en slijtage van verbruiksartikelen zoals: kabels, riemen, rubberen onderdelen, pedalen, schuimhandgrepen, wielen, lagers, bekleding,
 - activiteiten met betrekking tot montage, onderhoud, die de gebruiker volgens de gebruiksaanwijzing zelf dient uit te voeren.
- De garantie is niet van toepassing in de volgende gevallen:
 - het verstrijken van de geldigheidsduur,
 - het uitvoeren van onafhankelijke reparaties en wijzigingen door de klant met behulp van niet-originele onderdelen, indien het defect het gevolg is van een onjuiste installatie of het niet naleven van de regels voor correct gebruik zoals beschreven in de gebruiksaanwijzing,
 - ander gebruik dan thuisgebruik,
 - schade ontstaan tijdens transport.
- Er worden geen duplicaat garantietaalbewijzen afgegeven.
- In het kader van de garantie heeft de klant het recht om de volgende soorten gratis compensatie te eisen:
 - reparatie van het product,
 - vervanging van het product,
 - prijzverlaging,
 - ontbinding van de overeenkomst en volledige terugbetaling van de gemaakte kosten.
- Om een claim in te dienen, dient u:
 - Het product of een onderdeel ervan waarop de garantie betrekking heeft te presenteren.
 - Een aankoopbewijs met de naam en het adres van de verkoper, de datum en plaats van aankoop, het type product of een geldige garantietaal met een stempel van de winkel.
 - Indien een vuil product wordt geleverd, kan de service weigeren het te accepteren of, op kosten van de klant en met zijn schriftelijke toestemming, het schoonmaken.
- In geval van een positieve afhandeling van de claim, wordt de apparatuur gerepareerd of vervangen door een nieuwe, of wordt het geld aan de klant terugbetaald. De transportkosten van de goederen naar de klant worden gedekt door de service van de fabrikant.
- In geval van afwijzing van de garantietaalclaim ontvangt de klant een gedetailleerde uitleg van de genomen beslissing en wordt de apparatuur binnen 14 dagen na de datum van de beslissing op zijn kosten naar de klant teruggestuurd.

PT Manual de utilização

Utilizador,
Leia atentamente as seguintes instruções antes de iniciar a montagem e da primeira utilização do aparelho. Estas instruções contêm informações importantes sobre a segurança da utilização e manutenção do equipamento. Guarde-as para poder consultar as informações relativas à manutenção ou encomendar peças de substituição.

DADOS TÉCNICOS

Alimentação	220V
Potência máxima	900 W
Peso	51 kg
Temperatura de utilização	0°C até +40°C
Temperatura de armazenamento	-10°C até +60°C
Peso máximo do utilizador	120 kg
Classe de aplicação	Classe H
Classe de precisão	Classe C
Velocidade	0.8 -12 km/h
Inclinação	12 níveis
Norma do produto (principal)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Utilização prevista	Passadeira elétrica para uso doméstico

SEGURANÇA

ATENÇÃO! O aparelho só pode ser utilizado de acordo com o seu fim a que se destina, ou seja, para treino por adultos. Qualquer outra utilização do aparelho pode ser perigosa. O fabricante não pode ser responsabilizado por danos causados pela utilização incorreta do aparelho.

- O aparelho foi projetado e construído com base nos conhecimentos mais recentes em matéria de segurança. Os elementos perigosos que podem representar um risco de lesões foram eliminados ou devidamente protegidos.
- Não são permitidas reparações e alterações por conta própria.
- Uma vez a cada um ou dois meses, verifique se os parafusos, pernos e porcas estão devidamente apertados.
- Para garantir a segurança a longo prazo, verifique e faça a manutenção do equipamento regularmente (ou seja, uma vez por ano) num estabelecimento comercial especializado.
- Todas as alterações no aparelho que não estejam descritas neste manual podem causar danos ou colocar diretamente em risco a saúde e a vida do utilizador. As alterações no aparelho só podem ser efetuadas por funcionários do serviço de assistência do fabricante ou por pessoas formadas por este para o efeito.
- Todos os aparelhos estão sujeitos a ações de inovação contínuas para garantir a alta qualidade. Por este motivo, o fabricante reserva-se o direito de efetuar alterações técnicas.
- Qualquer questão ou dúvida relacionada com o equipamento deve ser dirigida a um estabelecimento comercial especializado.

ATENÇÃO! Cumpra as regras das disposições gerais e as medidas de segurança aplicáveis ao manuseamento de aparelhos elétricos.

- O aparelho é alimentado por uma tensão de rede de 220V.
- Todos os aparelhos elétricos emitem radiação eletromagnética durante o funcionamento. Se outros aparelhos que emitem essa radiação (por exemplo, telemóveis) estiverem localizados perto do sistema de controlo eletrónico ou do cockpit, alguns valores (como a frequência cardíaca) podem ser distorcidos.
- ATENÇÃO!** Nunca faça nenhuma modificação na rede elétrica por conta própria. Encarregue especialistas de tais alterações.
- ATENÇÃO!** Lembre-se de retirar a ficha da tomada antes de iniciar qualquer reparação, manutenção ou limpeza do equipamento.
- Não utilize extensões para ligar o aparelho.
- Se não for utilizar o equipamento por um longo período de tempo, retire a ficha da tomada.
- Certifique-se de que o cabo elétrico não está esmagado e de que a sua disposição não representa um risco de tropeçar nele.

LIGAÇÃO À TERRA

A ligação à terra protege contra o risco de choque elétrico. O aparelho tem um cabo e uma ficha com ligação à terra. A ficha deve ser ligada a uma tomada devidamente instalada e devidamente ligada à terra.

PERIGO! A ligação incorreta do cabo pode causar risco de choque elétrico.

- Antes de ligar o aparelho à corrente, certifique-se de que a tensão local corresponde ao tipo de ficha.
- Não modifique a ficha se ela não couber na tomada. Nesse caso, peça a um eletricista qualificado para instalar outra tomada.

ATENÇÃO! As pessoas que se encontram nas proximidades durante a utilização do equipamento devem ser avisadas dos potenciais perigos. Tenha especial cuidado na presença de crianças.

ATENÇÃO! Antes de iniciar os exercícios, consulte um médico para se certificar de que não tem nenhuma contraindicação médica para treinar no aparelho. Com base na opinião de um especialista, pode elaborar o seu plano de treino. Um programa

mal selecionado ou o exercício excessivo pode ser perigoso para a sua saúde e vida.

AVISO! Os sistemas de monitorização da frequência cardíaca podem ser imprecisos. O excesso de esforço durante o exercício pode resultar em lesões graves ou morte. Se se sentir fraco, pare de se exercitar imediatamente.

ATENÇÃO! Cumpra rigorosamente as instruções relativas à realização do treino contidas neste manual.

- Ao escolher um local para treinar, certifique-se de que mantém distâncias de segurança de possíveis obstáculos. Não coloque o equipamento perto de vias de comunicação (estradas, portões, passagens, etc.).
- É proibido utilizar o equipamento nas imediações da parede. A zona de segurança é de 2000 mm e pelo menos da mesma largura que o aparelho.

ATENÇÃO! Durante a montagem do aparelho, tenha cuidado e não permita que crianças estejam perto. Durante a montagem, são utilizadas peças pequenas (porcas, parafusos, etc.) que podem ser engolidas.

RISCO RESIDUAL

- Numa situação em que a proteção contra quedas não seja utilizada ou seja utilizada, mas incorretamente, existe um risco residual, ou seja, uma queda de uma pessoa que causa abrasões na pele, hematomas, fraturas ou, no pior dos casos, morte.
- Existe um risco residual de sobrecarga não intencional da pessoa que se exercita devido a manuseamento incorreto ou avaliação inadequada, bem como transmissão incorreta de dados (devido a interferência eletromagnética, erro de software, etc.). Mesmo a melhor proteção de software e hardware não exclui um erro de software ou hardware e pode teoricamente causar uma sobrecarga da pessoa que se exercita.
- O produto é um dispositivo elétrico, pelo que não se pode excluir o choque elétrico, que pode levar à morte.
- Não se pode excluir o risco residual de asfixia.
- O risco pode ser reduzido seguindo as informações de segurança contidas no manual de instruções.
- Não se pode excluir que a utilização não intencional ou não autorizada cause outros riscos não considerados, e que o risco considerado tenha sido avaliado incorretamente.

Na análise de risco, a avaliação foi feita com base no "estado atual do dispositivo". A avaliação e inspeção do produto mostram que a probabilidade de ocorrência de um risco inaceitável é muito baixa. O aparelho (a sua construção, modo de funcionamento e utilização) não causa - em condições normais - um risco injustificado para a pessoa que se exercita ou para terceiros.

SINAIS DE MANUSEAMENTO NAS EMBALAGENS DE TRANSPORTE

Este lado para cima. Não tombar.



Proteger contra quedas.



Embalagem adequada para reciclagem.



Resíduos elétricos. É necessário entregar o equipamento usado num ponto de reciclagem.



Cuidado, frágil. Possibilidade de danos. Tenha cuidado.



Proteger da humidade.



Atenção produto pesado.



Armazenar no máximo em Tambor dianteiro camadas.



O produto contém um manual de instruções.

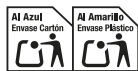


DO NOT USE BLADE TO OPEN

Não abrir com uma faca.



Embalagem feita de cartão e plástico.
Por favor, separe os resíduos de acordo com as regras locais.



Embalagem feita de cartão e plástico. Por favor, separe os resíduos de acordo com as regras locais.



Embalagem feita de cartão.



A embalagem foi fabricada tendo em conta a responsabilidade ambiental e a reciclagem. Por favor, separe os resíduos de acordo com as regras locais.

MANUSEAMENTO

Antes de iniciar o treino, certifique-se de que o aparelho foi montado corretamente.

- Antes de iniciar o primeiro treino, familiarize-se com todas as funções e capacidades de regulação do aparelho.
- O aparelho tem elementos que podem estar expostos à corrosão. Por isso, não é recomendado que permaneça em um ambiente húmido. Também deve-se ter cuidado para que o equipamento (especialmente seus componentes internos e eletrônicos) não seja exposto ao contato com água, bebidas, suor, etc.
- O aparelho destina-se apenas ao treinamento de adultos e não é, de forma alguma, um brinquedo para crianças. Se, por sua conta e risco, permitir que as crianças o utilizem, instrua-as cuidadosamente sobre o uso correto e supervisione-as constantemente.
- O equipamento não se destina a fins terapêuticos.
- Durante o funcionamento do aparelho, podem ocorrer ruídos baixos durante o movimento inercial da massa do volante, que resultam do tipo de construção. Eles não têm qualquer influência no funcionamento do equipamento.
- A emissão de ruído sob carga é maior do que sem carga.
- Antes de iniciar cada treino, verifique se as proteções e as conexões de parafusos e plugues estão corretas.
- Durante o treino no aparelho, lembre-se de usar calçado adequado (tênis).

MANUTENÇÃO

Para garantir a máxima segurança de uso da passadeira, recomenda-se verificar regularmente se há desgaste nos componentes. Isso inclui verificar o aperto e a condição das porcas, parafusos, peças móveis, buchas, etc. Guarde o aparelho em local seco e quente. Não exponha o aparelho à luz solar.

ATENÇÃO! Antes de iniciar a manutenção, sempre desligue a passadeira e desconecte-a da energia.

LIMPEZA

A limpeza regular do aparelho prolongará sua vida útil e manterá seu alto desempenho.

Para limpar a passadeira, use um pano macio e úmido. Isso não se aplica aos componentes elétricos, motor, peças internas - não permita que a água entre nesses locais. Proteja a superfície da correia de corrida (e o espaço abaixo dela) da água.

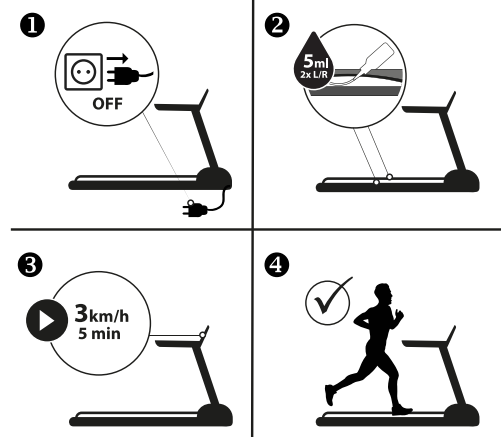
LIMPEZA DO MOTOR

Pelo menos uma vez por ano, remova a poeira do motor. Para fazer isso, primeiro desligue a passadeira da energia e, após esperar cerca de 1 hora, remova a tampa do motor. Usando ar comprimido ou um pincel, remova cuidadosamente a poeira acumulada. Após reinstalar a tampa do motor e conectar à energia, você pode ligar a passadeira.

LUBRIFICAÇÃO DA PASSADEIRA

A frequência da lubrificação da passadeira depende da intensidade de uso. Se o aparelho funcionar mais de 5 horas por semana, recomenda-se lubrificar a cada 2-3 meses. No caso de uso menos intenso da passadeira, deve-se lubrificar uma vez a cada 7-8 meses.

1. Antes de iniciar a lubrificação da correia de corrida, desligue a passadeira e desconecte-a da energia. 2. Aplique graxa sob a correia de corrida em ambos os lados em cerca de 5 ml. Use a maior parte nos locais onde os pés entram em contato com a correia durante a corrida. 3. Ligue a passadeira em baixa velocidade (por exemplo, 3 km/h) e espere que a graxa se espalhe uniformemente por todo o comprimento da correia.



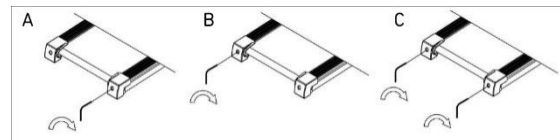
REGULAÇÃO DA TENSÃO DA CORREIA

A correia de corrida pode precisar ser tensionada devido ao uso constante da passadeira. A correia precisa ser esticada quando começar a escorregar, mover-se para os lados ou dobrar durante o treino.

Uma correia tensionada de forma muito frouxa pode parar durante o funcionamento do motor.

Coloque a passadeira em uma superfície plana. Ligue a passadeira a uma velocidade de cerca de 6-8 km/h, observe o grau de deflexão da correia da passadeira.

- Não estique a correia com muita força, pois isso pode causar falhas, incluindo o motor, o eixo ou os rolamentos.
- Uma correia devidamente tensionada pode ser levantada em suas bordas a uma altura de cerca de 5-7,5 cm. É muito fácil verificar - está devidamente tensionada quando 3 dedos cabem embaixo dela.



AUMENTAR A TENSÃO DA CORREIA

No conjunto de peças, você encontrará uma chave especial. Coloque-a no parafuso esquerdo para ajustar a correia localizada na parte traseira da passadeira. Gire a chave no sentido horário em 90 graus (Figura C). Desta forma, você tensionará o rolo traseiro e aumentará a tensão da correia. Repita a ação girando o parafuso do lado direito. Preste atenção para girar os parafusos da mesma forma. Repita as etapas para ambos os parafusos até que a correia esteja devidamente tensionada.

DIMINUIR A TENSÃO DA CORREIA

Para diminuir a tensão da correia, proceda da mesma forma que ao aumentá-la. Gire a chave no sentido anti-horário.

CENTRALIZAÇÃO DA CORREIA DE CORRIDA

Como resultado de um estilo de corrida diferente (geralmente maior carga transferida para uma perna), a correia pode mover-se para os lados e não ser centralizada. Por esta razão, a correia pode precisar de ajuste de tempos em tempos.

A correia deve centralizar-se automaticamente durante o funcionamento da passadeira. Requer ajuste se se mover para a direita ou para a esquerda.

Ligue a passadeira e defina-a para uma velocidade baixa (por exemplo, 3 km/h). Verifique em que direção a correia se move.

- Se a correia se mover para a direita, coloque a chave no parafuso direito para ajuste. Gire a chave 90 graus no sentido horário (Figura A). Observe se a correia está centralizada. Se ainda se mover para a direita, gire o parafuso novamente em 90 graus.
- Se a correia se mover para a esquerda, proceda da mesma forma que no caso acima, mas gire o parafuso localizado no lado esquerdo (Figura B).

AMBIENTE

O aparelho é fornecido em embalagem para proteger contra possíveis danos durante o transporte. As embalagens são matérias-primas não processadas e podem ser recicladas. Descarte esses materiais nas lixeiras coloridas apropriadas para coleta seletiva.



Proteja o ambiente e não jogue as baterias usadas no lixo doméstico. Devolva-as no ponto de compra ou entregue-as em um ponto de coleta seletiva de matérias-primas. Os equipamentos elétricos usados (incluindo o medidor, a fonte de alimentação) são matérias-primas secundárias - não os deite no lixo doméstico, pois podem conter substâncias perigosas para a saúde e o ambiente. Solicitamos a sua ajuda ativa na economia gestão dos recursos naturais e proteção do ambiente através da entrega do aparelho usado a uma instalação de reciclagem - resíduos de material elétrico.

MONTAGEM

A montagem do aparelho deve ser efectuada cuidadosamente por um adulto. Em caso de dúvida, pedir ajuda a alguém com mais experiência neste domínio.

- Antes de iniciar a montagem, certifique-se de que o kit que acompanha o aparelho contém todos os elementos da lista de peças e que nenhuma peça foi danificada durante o transporte. Se faltarem peças ou se tiver alguma dúvida, contacte o seu

Contacte o seu revendedor.

- Consultar os desenhos e as explicações e efetuar a montagem segundo a sequência indicada nas instruções de montagem.
- Tenha cuidado durante a montagem. Durante a utilização Existe um risco de ferimentos quando se utilizam ferramentas e componentes.
- Lembre-se de manter um ambiente seguro. Não coloque as ferramentas e os componentes de montagem ao acaso. Lembre-se de que as películas e os sacos de plástico representam um risco de asfixia para as crianças.
- As peças de montagem necessárias para o respetivo passo das instruções de montagem são apresentadas nos desenhos e explicações. Utilize os componentes indicados nas instruções de montagem.
- Durante as primeiras fases de montagem, não aperte as peças até ao limite. Faça-o depois de ter colocado todas as peças e de se ter certificado de que estão corretamente encaixadas.
- fabricante reserva-se o direito de efetuar a pré-montagem de certos componentes.

DIAGRAMA DE INSTALAÇÃO (→ Ver página 3)

ATENÇÃO! É proibida a utilização de peças provenientes de outras fontes que não o fabricante.

LISTA DE PEÇAS

A lista completa de peças está disponível ao contactar serwis@zipro.pl ou no site Zipro.store na descrição do produto.

NR	DESCRIÇÃO	QUANTIDADE
1	Estrutura principal	1
18	Tampa da base esquerda	1
19	Tampa da base direita	1
47	Chave Allen	1
48	Bloqueio de segurança	1
49	Chave Allen 6#	1
51	Óleo de silicone	1
52	UPunho cruzado S = 13, 14, 15	1
60	Parafuso de cabeça cilíndrica escareada com sextavado interior M8 * 45	2
61	Parafuso de cabeça cilíndrica escareada com sextavado interior M8 * 16	4
	Parafuso auto-roscante e auto-perfurante de cabeça cônica com fenda cruzada com arruela 4.2*19	15
69	Arruela de pressão padrão #8	8
77	Arruela lisa classe C #8	4
92	Arruela ondulada #8	4

INSTRUÇÕES DE MONTAGEM (→ Consulte a página 3)

ATENÇÃO! Durante a montagem, siga os passos abaixo e utilize as ferramentas incluídas no produto.

Prepare espaço livre suficiente para montar o dispositivo. Devido ao peso elevado de alguns componentes, recomenda-se a montagem por duas pessoas.

INSTRUÇÕES DE MONTAGEM E DESMONTAGEM (→ Consulte a página 6)

MONTAGEM DO DISPOSITIVO

ATENÇÃO! Antes de iniciar a montagem, verifique cuidadosamente se todos os parafusos estão apertados.

ATENÇÃO! Ao montar, tenha cuidado com as mãos e os dedos para não ficarem presos.

Levante a correia de corrida do dispositivo para a posição vertical até ouvir o som do travamento do mecanismo de dobragem.

DESMONTAGEM DO DISPOSITIVO

ATENÇÃO! Certifique-se de que não haja terceiros nas imediações ao baixar a passadeira e animais de estimação.

Segurando a passadeira, solte a trava do mecanismo de dobragem com o pé (indicada pela seta). Abaixo a plataforma até a altura do corrimão da estrutura principal.

A partir desta altura, a passadeira irá baixar automaticamente em direção ao chão.

AJUSTES

Nivelamento do equipamento

Nivele o equipamento desaparafusando ou aparafusando os pés niveladores localizados nas bases dianteira e traseira.

INSTRUÇÕES DE OPERAÇÃO DO COMPUTADOR

INÍCIO

Dentro de 3 segundos após pressionar o botão **INICIAR** o equipamento começará a funcionar.

FUNÇÃO DE ECONOMIA DE ENERGIA

O computador da passadeira entrará automaticamente no modo de economia de energia se não houver nenhuma ação em 10 minutos. Pressione qualquer tecla para reiniciar o sistema.

PARAGEM DE EMERGÊNCIA DO EQUIPAMENTO

ATENÇÃO! A chave de segurança deve ser presa à roupa durante cada treino.

Deve ser usado apenas em situações de emergência, não deve ser usado como um botão de parada normal.

Uma chave de segurança mal colocada impede que a passadeira seja iniciada.

Antes de usar a passadeira, verifique se o sistema está funcionando corretamente.

Remova a chave de segurança puxando a corda. Após a remoção da chave, a passadeira irá parar com um atraso resultante da velocidade de operação, o sistema de elevação da passadeira também será interrompido. A parada sinalizará um breve alarme sonoro. Todas as janelas na tela exibirão "----".

Depois de reconectar a chave de segurança, o dispositivo será reiniciado.

PROGRAMAS

O computador está equipado com 3 programas de usuário para configuração manual, 12 programas automáticos armazenados na memória, 3 modos de contagem regressiva (tempo, calorias, distância) e uma função de medição de gordura corporal (Body Fat).

DESCRIÇÃO DOS BOTÕES

- INICIAR** – usado para iniciar a passadeira no modo manual ou no programa selecionado.
- PARAR** – usado para parar a passadeira em funcionamento. Após pressionar, as configurações também serão reiniciadas. Após reiniciar, o dispositivo começará a funcionar no modo manual.
- PROGRAMA** – usado para selecionar um programa de treinamento automático (P1-P12), um programa de usuário (U1-U3) ou a função Body Fat antes de iniciar a passadeira.
- MODO** – permite selecionar o modo de contagem regressiva: tempo, distância ou calorias

- VELOCIDADE** – os botões permitem o ajuste (aumentar e diminuição) da velocidade em incrementos de 0,1 km/h. Os botões estão localizados no console do computador e nos corrimãos.
- TECLAS DE SELECÇÃO DE VELOCIDADE** – permitem a seleção direta da velocidade (3,6, 9, 12).
- INCLINE** – Os botões permitem ajustar o ângulo do tapete de corrida (aumentar e diminuir) em incrementos de 1 nível durante o treino. Os botões estão localizados na consola do computador e nos corrimãos.
- BOTÕES DE SELECÇÃO RÁPIDA DO ÂNGULO DE INCLINAÇÃO** – permitem a seleção direta do ângulo do tapete de corrida durante o treino (3,6,9,12).

FUNÇÕES (ESPECIFICAÇÃO)

SPEED	Apresenta a velocidade atual.	0.8 -12 km/h
TIME	Conta o tempo total de exercício do início ao fim.	00:00-99:59 min
INCLINE	Apresenta o nível de inclinação atual do tapete de corrida.	0-12 níveis
CALORIES	Conta o número total de calorias queimadas do início ao fim do exercício.	0,0-999 kcal
DISTANCE	Conta a distância total do início ao fim do exercício.	0,0-99,9 km
PULSE	Apresenta a frequência de pulso atual.	50-200 BPM

FUNÇÃO DE MEDIÇÃO DO RITMO CARDÍACO

Depois de ligar a passadeira, mantenha ambas as mãos sobre os sensores de pulsação. Após 30 segundos, a pulsação atual aparecerá no ecrã.

Enquanto efectua a medição, o computador apresenta um ícone em forma de coração.

NOTA: Medição do ritmo cardíaco apenas para fins desportivos (excluída a utilização médica).

PROGRAMA MANUAL

O programa manual é o modo de operação padrão do dispositivo. A passadeira começa a funcionar nele ao pressionar **START** quando não está selecionado nenhum programa de treino.

- A velocidade predefinida no modo manual é de 0,8 km/h.
- nível de ângulo do tapete predefinido é 0.
- É possível alterar a definição de velocidade e o ângulo do tapete rolante utilizando os botões no computador e nos corrimãos.

PROGRAMAS DE FORMAÇÃO

Selecione um dos 15 programas de treino automático premindo o botão **PROGRAM** até que o número correspondente seja apresentado no ecrã.

Quando o programa adequado for apresentado, prima **MODO**. Uma vez selecionado, o valor "30:00" será apresentado e ficará intermitente na janela.

- As definições do tempo de treino para o programa podem ser efectuadas utilizando os botões **SPEED +/-**.
- O tempo de treino definido é dividido proporcionalmente em 20 etapas. A tabela mostra um resumo das etapas e a velocidade e ângulo de inclinação correspondentes para cada programa de treino. → Ver página 117.
- Para iniciar o programa, pressione **START**.

PROGRAMAS PARA UTILIZADORES

O computador está equipado com 3 programas de utilizador para definição individual: U1, U2, U3.

CRIAÇÃO DO PROGRAMA DO UTILIZADOR

m modo de espera, pressione o botão **PROGRAM**, para selecionar um dos programas de utilizador. O painel apresentará os números dos programas automáticos em sequência e, em seguida, os programas do utilizador.

- Quando o programa pretendido for apresentado, prima **MODE** para começar a editar a primeira secção do programa. Use os botões **SPEED +/-** para a regulação da velocidade.
- Use os botões **INCLINE +/-** para ajustar o nível de inclinação da passadeira.
- Pressione **MODE**, para confirmar as configurações dos parâmetros para a primeira secção e passar para a edição da seguinte.

Os programas consistem em 20 secções. Repita os passos acima até que os parâmetros de todas as secções sejam definidos.

Os programas serão guardados na memória do computador até à sua próxima edição.

Os dados não serão perdidos devido a falha de energia.

INÍCIO DO PROGRAMA DO UTILIZADOR

- No modo de espera, prima o botão **PROGRAM**, para selecionar um dos programas do utilizador. Após a seleção, a janela exibirá e piscará o valor "30:00". Utilizar os botões **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** para definir o tempo de treino. O tempo de treino definido é dividido proporcionalmente em 20 etapas.
- Para iniciar o programa, prima **START**.

MODO DE CONTAGEM REGRESSIVA

Selecione um dos 3 modos de contagem regressiva pressionando o botão **MODO**.

- Use os botões para definir o valor da contagem regressiva **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- A passadeira iniciará e a contagem regressiva começará quando o botão for pressionado **START**.

PARÂMETROS DE CONTAGEM REGRESSIVA:

- TEMPO:** o valor inicial da contagem regressiva é de 30 min. O computador permite definir o tempo na faixa de 5-99 minutos (a cada 1 minuto).

- **CALORIAS:** o valor inicial da contagem regressiva é de 50 kcal. O computador permite definir calorias na faixa de 20-990 kcal (a cada 10 kcal).
- **DISTÂNCIA:** o valor inicial da contagem regressiva é de 1 km. O computador permite definir a distância na faixa de 1,0-99,0 km (a cada 1 km).

FUNÇÃO DE MEDIÇÃO DE GORDURA CORPORAL (BODY FAT)

Pressione o botão **PROGRAM**, até que "FAT" apareça no ecrã.

Use **MODE**, para introduzir os parâmetros:

- F1 - sexo (género) – 01 masculino / 02 feminino
- F2 - idade (age) – valores 10-99
- F3 - altura (height) – valores 100-220 cm
- F4 - peso (weight) – valores 20-130 kg

Użyj przycisków **VELOCIDADE +/-**, **INCLINAÇÃO +/-** para definir os valores dos parâmetros.

Depois de seleccionar os parâmetros, F5 aparecerá no visor. Coloque ambas as mãos nos sensores de pulso e, após 5-6 segundos, o computador exibirá informações FAT. O FAT destina-se a medir a relação entre altura e peso, não a proporção corporal.

O resultado correto deve estar entre 19-26. Um valor abaixo de 19 significa baixo peso, 27-30 - excesso de peso, e acima de 30 - obesidade.

UWAGA! Os resultados obtidos não podem, em circunstância alguma, servir de base para tratamento ou ser tidos em conta para fins médicos.

TREINO E FASES DE EXERCÍCIO

A utilização do aparelho proporcionar-lhe-á muitos benefícios. Acima de tudo, melhorará a sua condição física, fortalecerá os seus músculos e, em combinação com uma dieta adequada, ajudará a queimar o excesso de gordura.

1. AQUECIMENTO

Esta é uma fase que melhora a circulação sanguínea em todo o corpo e prepara os músculos para um esforço acrescido. Também reduz o risco de câibras e lesões. Recomenda-se a realização de alguns exercícios de alongamento, tal como mostrado abaixo.

Se sentir dor, pare de se exercitar ou reduza a amplitude de movimento.

ALONGAMENTO DOS MÚSCULOS INTERNOS DA COXA

Sente-se numa superfície plana com as pernas dobradas e os joelhos virados para fora. Junte as solas dos pés e aproxime-as o mais possível. Pressione suavemente os joelhos em direção ao chão e mantenha esta posição por 15 segundos.

ALONGAMENTO DA COXA

Sente-se numa superfície plana. Estique a perna direita e coloque a sola do pé esquerdo na coxa direita. Estique a mão direita em direção aos dedos do pé direito o mais longe possível. Mantenha por 15 segundos. Repita com a perna esquerda.

ROTAÇÕES DE CABEÇA

Mantenha a cabeça direita olhando para a frente. Sem mover os ombros, gire-a para a direita e endireite-a, depois gire-a para a esquerda e endireite-a.

ELEVAÇÃO DOS BRAÇOS

Levante a mão esquerda o mais alto possível e mantenha-a por alguns segundos. Repita com a mão direita.

ALONGAMENTO DO TENDÃO DE AQUILES

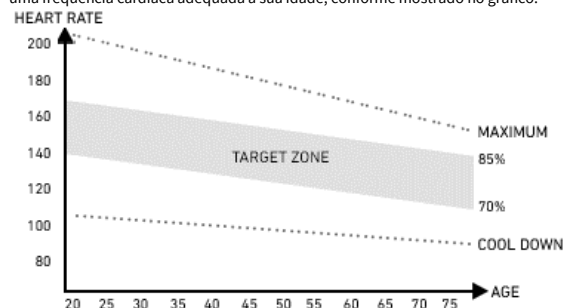
Fique de frente para a parede, estenda a perna esquerda para a frente e dobre ligeiramente o joelho. Mantenha a direita atrás - esticada, com o calcanhar apoiado no chão. Mantenha ambos os calcanhares apoiados no chão e pressione os quadris em direção à parede. Mantenha essa posição por 30 segundos. Repita com a perna direita estendida. Lembre-se de não arquear as costas durante o exercício.

FLEXÕES

Fique de pé com os pés juntos. Incline-se para a frente, tentando aproximar o máximo possível o peito dos joelhos. Mantenha por 15 segundos. Lembre-se de não dobrar os joelhos.

2ª FASE DE EXERCÍCIOS

Esta é a fase apropriada do treino. Exercite-se no seu próprio ritmo para atingir uma frequência cardíaca adequada à sua idade, conforme mostrado no gráfico.



3ª FASE DE RELAXAMENTO

Esta fase permite acalmar a circulação e relaxar os músculos. É uma repetição dos exercícios de aquecimento. Deve-se lembrar que, para não sobrecarregar os músculos.

POSSÍVEIS DANOS E TÉCNICAS DE REPARAÇÃO

UWAGA! Abrir a caixa do dispositivo sem entrar em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante causa a perda da garantia.

Em caso de suspeita de uma falha que exija a abertura da caixa, entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.

DESCRIÇÃO DO ERRO	POSSÍVEIS CAUSAS	SOLUÇÃO DO PROBLEMA
----- Problema com a chave de segurança	A chave de segurança não está conectada. O computador está danificado.	Conecte a chave de segurança corretamente. Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
E01 O computador não está funcionando	O computador está conectado incorretamente. O cabo de conexão está quebrado ou desgastado	Verifique se os cabos do computador estão conectados corretamente. Verifique a conexão dos plugues. Se estiver correta e o problema persistir, entre em contato com o suporte ao cliente do serviço de assistência técnica do fabricante.
	O computador está danificado	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
	A conexão entre a placa de controle e o computador está bloqueada	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
E02 O motor não está funcionando	Tensão de alimentação inadequada	Certifique-se de que a tensão está correta. Se o problema persistir, entre em contato com o suporte ao cliente do serviço de assistência técnica do fabricante.
	Conexão incorreta do cabo do motor	Desconecte o cabo e conecte-o novamente. Se o problema persistir, entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
	Controlador danificado	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
E03 O computador não detectou o sinal do sensor de velocidade por 15 segundos	Conexão incorreta do sensor Plugue do sensor conectado incorretamente	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante. Verifique a conexão dos plugues. Se estiver correta e o problema persistir, entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
	Sensor danificado	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
E05 Erro de sobrecarga	Falha do motor	Verifique se o motor não queimou. Caso contrário, desconecte a passadeira da fonte de alimentação e, em seguida, conecte-a novamente. Se o problema persistir, entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
	A corrente nominal no controlador é muito baixa.	Substitua o controlador. Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
	A corrente está acima do valor nominal	Certifique-se de que o peso do utilizador não excede o valor máximo para este equipamento.

E06 Erro de autoteste do controlador		Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
E07 Sem exibição	Chave de segurança desconectada	Insira a chave de segurança.
E08 Erro do controlador EEPROM	O controlador está danificado.	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
O equipamento não funciona	Sem energia	Ligue o equipamento à corrente.
	Chave de segurança desconectada	Insira a chave de segurança.
	Curto-circuito	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
	O interruptor ON/OFF não está ligado	Ligue o equipamento.
A correia de corrida não funciona suavemente	A correia de corrida não está suficientemente lubrificada	Lubrifique a correia de corrida de acordo com as informações fornecidas no manual de instruções.
	A correia de corrida está muito apertada	Ajuste e alinhe a posição da correia de corrida de acordo com as informações fornecidas no manual de instruções.
A correia de corrida está torta	A correia de corrida está muito pouco tensionada	Ajuste e alinhe a posição da correia de corrida de acordo com as informações fornecidas no manual de instruções.
	A correia de transmissão está muito pouco tensionada	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.

GARANTIA

O vendedor em nome do Garante concede uma garantia no território de Portugal por um período de 24 meses a partir da data de venda. A garantia do produto vendido não exclui, restringe ou suspende os direitos do Comprador decorrentes da Lei dos Direitos do Consumidor.

O cartão de garantia encontra-se na última página.

TERMOS DE GARANTIA

1. A reclamação e a garantia cobrem apenas defeitos ocultos resultantes de culpa do fabricante.

2. A garantia será respeitada pela loja ou serviço de assistência técnica após a apresentação pelo cliente de:
 - a. cartão de garantia válido, legível e devidamente preenchido, com o carimbo de venda e a assinatura do vendedor,
 - b. comprovativo de compra válido do equipamento com a data de venda,
 - c. produto reclamado ou peça defeituosa.
 Em caso de compra à distância, o cartão de garantia é válido apenas com base no documento de compra (recibo / fatura).
3. A reclamação será analisada no prazo de 14 dias a partir do momento em que o Cliente reportar o defeito.
4. Os defeitos de fabrico e os danos revelados durante o período de garantia serão reparados gratuitamente no prazo máximo de 21 dias a partir da data de entrega do produto na loja ou no serviço de assistência técnica.
5. Caso seja necessário importar peças, o período de reparação da garantia pode ser prorrogado pelo tempo necessário para a sua importação, mas não superior a 40 dias.
6. A garantia não cobre:
 - a. danos mecânicos e defeitos causados por eles,
 - b. danos e defeitos resultantes do uso e armazenamento inadequados, instalação e manutenção inadequadas,
 - c. danos e desgaste de elementos consumíveis, tais como: cabos, correias, elementos de borracha, pedais, punhos de espuma, rodas, rolamentos, estofamento.
 - d. atividades relacionadas à montagem e manutenção, que de acordo com o manual de instruções, o usuário é obrigado a realizar por conta própria.
7. A garantia não se aplica nos seguintes casos:
 - a. expiração do prazo de validade,
 - b. realização de reparos e modificações independentes pelo cliente com o uso de peças não originais,
 - c. quando o defeito resultante decorre de instalação incorreta ou devido ao não cumprimento das regras de operação corretas descritas no manual de instruções,
 - d. uso diferente do uso doméstico,
 - e. danos ocorridos durante o transporte.
8. Não serão emitidas segundas vias do certificado de garantia.
9. Dentro da garantia, o cliente tem o direito de exigir os seguintes tipos de compensação gratuita:
 - a. reparação do produto,
 - b. substituição do produto,
 - c. redução do preço,
 - d. rescisão do contrato e reembolso total dos custos incorridos.
10. Para registrar uma reclamação, é necessário:
 - a. Apresentar o produto ou parte dele, ao qual se aplica a garantia.
 - b. Comprovante de compra especificando o nome e endereço do vendedor, data e local da compra, tipo de produto ou certificado de garantia válido com o carimbo da loja.
 - c. Caso o produto seja entregue sujo, o serviço pode se recusar a aceitá-lo ou, às custas do cliente, com seu consentimento por escrito, realizar a limpeza.
11. Em caso de aprovação da reclamação, o equipamento será reparado ou substituído por um novo, ou o dinheiro será devolvido ao cliente. Os custos de transporte da mercadoria para o cliente são cobertos pelo serviço do fabricante.
12. Em caso de rejeição da reclamação de garantia, o cliente receberá uma justificativa detalhada da decisão tomada e, no prazo de 14 dias a partir do momento da comunicação da decisão, o equipamento será devolvido ao cliente às suas custas.

LV Lietošanas pamācība

Lietotāj,
Pirms montāžas uzsākšanas iepazīstieties ar šo rokasgrāmatu
un pirmo ierīces lietošanu. Šajā rokasgrāmatā ir svarīga informācija par iekārtas
lietošanas drošību un apkopi. Saglabājiet to, lai varētu izmantot informāciju par
apkopi vai rezerves daļu pasūtīšanu.

TEHNISKIE DATI

Barošana	220V
Maksimālā jauda	900 W
Svars	51 kg
Lietošanas temperatūra	0°C līdz +40°C
Uzglabāšanas temperatūra	-10°C līdz +60°C
Maksimālais lietotāja svars	120 kg
Pielietojuma klase	H klase
Precizitātes klase	C klase
Ātrums	0.8 -12 km/h
Slipums	12 līmeņi
Izstrādājuma norma (galvenā)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Mērķis	Elektriskais skrejceļiņš lietošanai mājas apstākļos

DROŠĪBA

UZMANĪBU! Ierīci drīkst izmantot tikai atbilstoši tās paredzētajam mērķim, proti,
pieaugušo treniņiem. Jebkura cita ierīces izmantošana var būt bīstama. Ražotājs
nevar būt atbildīgs par bojājumiem, kas radušies ierīces nepareizas lietošanas
rezultātā.

- Ierīce ir projektēta un konstruēta pamatojoties uz jaunākajām zināšanām drošības jomā. Bīstamie elementi, kas potenciāli var radīt traumu risku, ir novērsti vai relatīvi aizsargāti.
- Nav atļauts veikt remontu un izmaiņas pašrocīgi.
- Reizi vienā vai divos mēnešos pārbaudiet, vai skrūves, uzgriežņi un paplāksnes ir pareizi pievilkta.
- Lai nodrošinātu ilgstošu drošību, regulāri (t.i., reizi gadā) pārbaudiet un apkopiet aprīkojumu specializētā tirdzniecības vietā.
- Visas ierīces izmaiņas, kas nav aprakstītas šajā rokasgrāmatā, var izraisīt bojājumus vai tieši apdraudēt personas, kas veic vingrinājumus, veselību un dzīvību. Ierīces izmaiņas var veikt tikai ražotāja servisa darbinieki vai personas, kuras viņi ir apmācījuši šajā jomā.
- Visas ierīces tiek pastāvīgi jauninātas, lai nodrošinātu augstu kvalitāti. Šī iemesla dēļ ražotājs patur tiesības veikt tehniskas izmaiņas.
- Visus jautājumus vai šaubas par aprīkojumu vērsieties specializētā tirdzniecības vietā.

UZMANĪBU! Ievērojiet vispārīgos noteikumus un drošības pasākumus, kas attiecas uz rīkošanos ar elektriskām ierīcēm.

- Ierīce tiek darbināta ar 220V tīkla spriegumu.**
- Visas elektriskās ierīces darbības laikā izstaro elektromagnētisko starojumu. Ja elektroniskās vadības sistēmas vai kabīnes tuvumā atrodas citas ierīces, kas izstaro šo starojumu (piemēram, mobilie tālruni), tad dažas vērtības (piemēram, pulss) var tikt traucētas.
- UZMANĪBU!** Nekad neveiciet nekādus elektroinstalācijas grozījumus paši. Uzticiet šādas izmaiņas speciālistiem.
- UZMANĪBU!** Atcerieties, ka pirms aprīkojuma remonta, apkopes vai tīrīšanas sākšanas izņemiet strāvas kontaktdakšu no kontaktligzdas.
- Ierīces pievienošanai neizmantojiet pagarinātājus.
- Ja ilgstoši neizmantošiet aprīkojumu, izņemiet tā strāvas kontaktdakšu no kontaktligzdas.
- Pievērsiet uzmanību tam, lai elektrības vads nebūtu saspiests un tā izvietojs neradītu pakļūšanas risku.

ZEMĒJUMS

Zemējums aizsargā pret elektriskās strāvas trieciena risku. Ierīcei ir vads un kontaktdakša ar zemējumu. Kontaktdakša jāpievieno pareizi uzstādītai un atbilstoši iezemētai tīkla kontaktligzdai.

BĪSTAMI! Nepareizs vada savienojums var izraisīt elektriskās strāvas trieciena risku.

- Pirms ierīces pievienošanas strāvas padevei pārliecinieties, vai vietējais spriegums atbilst kontaktdakšas tipam.
- Nemodificējiet kontaktdakšu, ja tā neatbilst kontaktligzdai. Šādā gadījumā uzticiet kvalificētam elektriķim uzstādīt citu kontaktligzdu.

UZMANĪBU! Personas, kas atrodas tuvumā aprīkojuma lietošanas laikā, jābrīdina par iespējamām apdraudējumiem. Esiet īpaši piesardzīgs bērnu klātbūtnē.

UZMANĪBU! Pirms sākt vingrinājumus, konsultējieties ar ārstu lai pārliecinātos, vai jums nav nekādu veselības kontraindikāciju treniņiem uz ierīces. Pamatojoties uz speciālista atzinumu, jūs varat izstrādāt savu treniņu plānu. Nepareizi izvēlēta programma vai pārmērīgi vingrinājumi var būt bīstami jūsu veselībai un dzīvībai.

BRĪDINĀJUMS! Sirdsdrošības monitoringa sistēmas var būt neprecīzas. Pārpile vingrošanas laikā var izraisīt nopietnus savainojumus vai nāvi. Ja jūtaties vājš, nekavējoties pārtrauciet vingrošanu.

UZMANĪBU! Noteikti ievērojiet šajā rokasgrāmatā sniegtos norādījumus par apmācības vadīšanu.

- Izvēloties vietu apmācībai, pārliecinieties, ka esat drošā attālumā no iespējamām šķēršļiem. Nenovietojiet aprīkojumu satiksmes zonu tuvumā (ceļi, vārti, pārejas utt.).
- Ir aizliegts izmantot aprīkojumu tuvu sienai. Drošības zona ir 2000 mm un vismaz tikpat plata kā ierīce.

UZMANĪBU! Ierīces montāžas laikā ievērojiet piesardzību un neļaujiet bērniem atrasties tuvumā. Montāžas laikā tiek izmantotas sīkas detaļas (uzgriežņi, skrūves utt.), kuras viņi var norīt.

ATLIKUMA RISKS

- Situācijā, kad netiek izmantota aizsardzība pret kritieniem vai tā tiek izmantota, bet nepareizi, pastāv atlikušais risks, proti, personas kritiens, kas izraisa ādas nobrāzumus, zilumus, lūzumus vai, sliktākajā gadījumā, nāvi.
- Pastāv atlikušais risks, ka persona, kas veic vingrinājumu, netīšām tiek pārslogota nepareizas lietošanas vai nepareiza novērtējuma dēļ, kā arī datu nepareizas pārsūtīšanas dēļ (elektromagnētisku traucējumu, programmatūras kļūdu utt. dēļ). Pat vislabākā programmatūras un aparatūras aizsardzība neizslēdz programmatūras vai aparatūras kļūdas un teorētiski var izraisīt personas, kas veic vingrinājumu, pārslodzi.
- Produkts ir elektriska ierīce, tāpēc nevar izslēgt elektriskās strāvas trieciena risku, kas var izraisīt nāvi.
- Nevar izslēgt atlikušo nosmakšanas risku.
- Risku var samazināt, ievērojot informāciju par drošību, kas iekļauta lietošanas pamācībā.
- Nevar izslēgt, ka netīša vai neatļauta izmantošana radīs citus, neņemtus vērā riskus, un ņemtie vērā riski ir novērtēti nepareizi.

Riska analizē vērtējums tika veikts, pamatojoties uz "ierīces pašreizējo stāvokli". No produkta novērtējuma un pārbaudes izriet, ka nepieņemama riska rašanās varbūtība ir ļoti zema. Ierīce (tās konstrukcija, darbība un pielietojums) normālos apstākļos nerada nepamatotu risku personai, kas veic vingrinājumu, vai trešajām personām.

MANIPULĀCIJAS ZĪMES TRANSPORTA IEPAKOJUMAM

-  Ar šo pusi uz augšu. Negāzt.
-  Aizsargāt no kritieniem.
-  Iepakojums ir piemērots pārstrādei.
-  Elektroatkritumi. Lietotā aprīkojuma nodošana pārstrādes punktā ir nepieciešama.
-  Uzmanīgi, trausls. Iespējami bojājumi. Esiet uzmanīgi.
-  Aizsargāt no mitruma.
-  Uzmanību, smags produkts.
-  Uzglabāt maksimāli 8 slāņos.

 Produkts satur lietošanas pamācību.

 **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
Neatvērt ar nazi.



Iepakojums izgatavots no kartona un plastmasas.
Lūdzu, šķirotiet atkritumus saskaņā ar vietējiem noteikumiem.



Iepakojums izgatavots no kartona un plastmasas. Lūdzu, šķirotiet atkritumus saskaņā ar vietējiem noteikumiem.



Iepakojums izgatavots no kartona.



Iepakojums ir ražots, ņemot vērā atbildību par vidi un pārstrādi. Lūdzu, šķirojiet atkritumus saskaņā ar vietējiem noteikumiem.

APKOPE

Pirms apmācības sākšanas pārliecinieties, ka ierīce ir pareizi uzstādīta.

- Pirms pirmās apmācības sākšanas iepazīstieties ar visām ierīces funkcijām un regulēšanas iespējām.
- Ierīcei ir elementi, kas var būt pakļauti korozijai. Šī iemesla dēļ nav ieteicams to atstāt mitrā telpā. Jāpārliedz arī, ka iekārta (īpaši tās iekšējie un elektroniskie elementi) nav pakļauta saskarei ar ūdeni, dzērieniem, sviedriem utt.
- Ierīce ir paredzēta tikai treniņiem pieaugušajiem, un tā noteikti nav rotaļlieta bērniem. Ja jūs pats atļaujāt bērniem to lietot, noteikti instrūējiet viņus par pareizu lietošanu un pastāvīgi uzraugiet.
- Iekārta nav piemērota terapeitiskai lietošanai.
- Ierīces darbības laikā aparāta inerces kustības laikā var rasties klusi trokšņi, kas rodas konstrukcijas veida dēļ. Tiem nav nekādas ietekmes uz iekārta darbību.
- Trokšņa emisija slodzes laikā ir lielāka nekā bez slodzes.
- Pirms katra treniņa pārbaudiet drošības ierīču, skrūvju un kontaktdakšu savienojumu pareizību.
- Atcerieties par atbilstošiem apaviem (sporta apaviem) treniņa laikā uz ierīces.

APKOPE

Lai nodrošinātu maksimālu skrejceļa lietošanas drošību, ieteicams regulāri pārbaudīt, vai detaļas nav nodilušas. Tas attiecas uz uzgriežņu, skrūvju, kustīgo daļu, bukses utt. pievilkšanas un stāvokļa pārbaudi. Glabājiet ierīci sausā un siltā vietā. Nepakļaujiet ierīci saules stariem. **UZMANĪBU! Pirms apkopes vienmēr izslēdziet skrejceļu un atvienojiet to no strāvas.**

TĪRĪŠANA

Regulāra ierīces tīrīšana pagarinās tās kalpošanas laiku un saglabās augstu veiktspēju.

Skrejceļa tīrīšanai izmantojiet mīkstu, mitru drānu. Tas neattiecas uz elektriskajām detaļām, dzinēju, iekšējām detaļām - neļaujiet ūdenim iekļūt šajās vietās. Aizsargājiet skrejceļa virsmu (un telpu zem tā) no ūdens iedarbības.

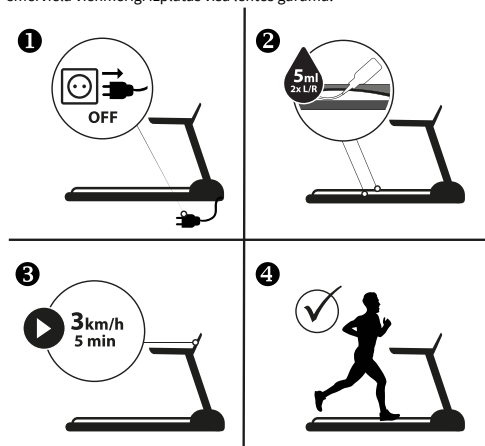
DZINĒJA TĪRĪŠANA

Vismaz reizi gadā notīriet putekļus no dzinēja. Lai to izdarītu, vispirms atvienojiet skrejceļu no strāvas un pēc apmēram 1 stundas noņemiet dzinēja pārsegu. Izmantojot saspiestu gaisu vai otu, uzmanīgi noņemiet putekļus. Pēc dzinēja pārsega atkārtotas uzstādīšanas un pievienošanas strāvas padevei varat iedarbināt skrejceļu.

SKREJCEĻA IEELĻOŠANA

Skrejceļa eļļošanas biežums ir atkarīgs no tā lietošanas intensitātes. Ja ierīce darbojas vairāk nekā 5 stundas nedēļā, ieteicams eļļot ik pēc 2-3 mēnešiem. Ja skrejceļiņš tiek izmantots mazāk intensīvi, tas jāeļļo reizi 7-8 mēnešos.

1. Pirms skrejceļa lentes eļļošanas izslēdziet skrejceļu un atvienojiet to no strāvas. 2. Uzklājiet smērvielu zem skrejceļa lentes no abām pusēm apmēram 5 ml. Visvairāk to izmantojiet vietās, kur pēdas saskaras ar lenti skriešanas laikā. 3. Iedarbiniet skrejceļu ar mazu ātrumu (piemēram, 3 km/h) un pagaidiet, līdz smērviela vienmērīgi izplatās visā lentes garumā.



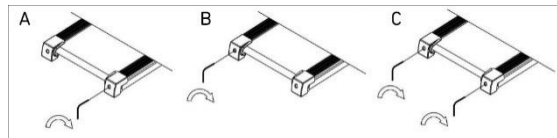
LENTE SPRIEGUMA REGULĒŠANA

Skrejceļa lente pastāvīgas skrejceļa lietošanas dēļ var būt nepieciešama sprieguma regulēšana. Lente ir jāpievelk, ja treniņa laikā tā sāk slidēt, pārvietoties uz sāniem vai salocīties.

Pārāk valīgi nostiepta lente var apstāties dzinēja darbības laikā.

Novietojiet skrejceļu uz līdzenas virsmas. Iedarbiniet skrejceļu ar ātrumu aptuveni 6-8 km/h, vērojiet skrejceļa lentes novirzes pakāpi.

- Nelietojiet lentu pārāk cieši, jo tas var izraisīt kļūdas, piemēram, dzinēja, vārpstā vai gultņos.
- Pareizi nostieptu lentu var pacelt tās malās līdz apmēram 5-7,5 cm augstumam. To ir ļoti viegli pārbaudīt - tā ir pareizi nostiepta, kad zem tās var ievietot 3 pirkstus.



LENTE SPRIEGUMA PALIELINĀŠANA

Detaļu komplektā jūs atradīsiet īpašu atslēgu. Ievietojiet to lentes regulēšanas kreisajā skrūvē, kas atrodas skrejceļa aizmugurē. Pagrieziet atslēgu pulksteņrādītāja virzienā par 90 grādiem (C zīmējums).

Tādā veidā jūs nostiepsiet aizmugurējo rullīti un palielināsiet lentes spriegumu. Atkārtojiet darbību, pagriežot skrūvi no labās puses. Pārliecinieties, ka pagriežat skrūves vienādi.

Atkārtojiet darbības abām skrūvēm, līdz lente ir pareizi nostiepta.

LENTE SPRIEGUMA SAMAZINĀŠANA

Lai samazinātu lentes spriegumu, rīkojieties tāpat kā to palielinot. Pagrieziet atslēgu pretēji pulksteņrādītāja virzienam.

SKREJCEĻA LENTE CENTRĒŠANA

Dažādu skriešanas stilu dēļ (biežāk lielākas slodzes pārnešanas uz vienu kāju) lente var pārvietoties uz sāniem un nebūt centrēta. Šī iemesla dēļ lentei laiku pa laikam var būt nepieciešama regulēšana.

Lentei automātiski jācentrējas skrejceļa darbības laikā. Tam nepieciešama regulēšana, ja tas pārvietojas pa labi vai pa kreisi.

Iedarbiniet skrejceļu un iestatiet zemu ātrumu (piemēram, 3 km/h). Pārbaudiet kurā virzienā lente pārvietojas.

- Ja lente pārvietojas pa labi, ievietojiet atslēgu labajā regulēšanas skrūvē. Pagrieziet atslēgu par 90 grādiem pulksteņrādītāja virzienā (A zīmējums). Vērojiet, vai lente ir centrēta. Ja tas joprojām pārvietojas pa labi, atkal pagrieziet skrūvi par 90 grādiem.
- Ja lente pārvietojas pa kreisi, rīkojieties tāpat kā iepriekšējā gadījumā, bet pagrieziet skrūvi, kas atrodas kreisajā pusē (B zīmējums).

VIDE

Ierīce tiek piegādāta iepakojumā, lai aizsargātu to no iespējamajiem bojājumiem transportēšanas laikā. Iepakojums ir neapstrādāts izejmateriāls, un to var pārstrādāt. Izmetiet šos materiālus atbilstošos krāsainos konteineros, kas paredzēti selektīvai savākšanai.



Aizsargājiet vidi un neizmetiet izlietotās baterijas sadzīves atkritumu tvertnē. Atgrieziet tās iegādes vietā vai nododiet atsevišķā otrreizējo izejvielu uzglabāšanas vietā. Elektriskās ierīces (ieskaitot skaitītāju, barošanas bloku) ir otrreizējās izejvielas - neizmetiet tās sadzīves atkritumu konteineros, jo tās var saturēt veselībai un videi bīstamas vielas. Lūdzam aktīvi palīdzēt taupīgi saimniekot ar dabas resursiem un aizsargāt dabu, nododot nolietoto ierīci otrreizējo izejvielu savākšanas punktā - nolietotās elektriskās ierīces.

MONTĀŽA

Ierīces montāža jāveic rūpīgi pieaugušam cilvēkam. Ja rodas šaubas, lūdziet palīdzību kādam ar lielāku pieredzi šajā jomā.

- Pirms montāžas sākšanas pārliecinieties, vai komplektā ar ierīci ir visas sastāvdaļas no daļu saraksta un vai transportēšanas laikā kādi elementi nav bojāti. Ja trūkst detaļu vai ir pretenzijas, sazinieties ar pārdevēju.
- Iepazīstieties ar zīmējumiem un paskaidrojumiem un veiciet montāžu atbilstoši secībai, kas norādīta montāžas instrukcijā.
- Esiet piesardzīgs montāžas laikā. Lietošanas laikā ar instrumentiem un elementiem pastāv savainojumu risks.
- Atcerieties par drošas vides uzturēšanu. Neizklājiet instrumentus un montāžas elementus haotiski. Atcerieties, ka plēves un plastmasas maisiņi rada nosmakšanas risku bērniem.
- Montāžas elementi, kas nepieciešami noteikta soļa veikšanai montāžas instrukcijā ir parādīti zīmējumos un paskaidrojumos. Izmantojiet elementus, kas norādīti montāžas instrukcijā.
- Montāžas pirmajās fāzēs nepievelciet detaļas līdz galam. Dariet to pēc visu detaļu novietošanas un pārliecināšanās, ka tās ir pareizi ievietotas.
- Ražotājs patur tiesības iepriekš samontēt dažus elementus.

MONTĀŽAS SHĒMA (→ Skatīt lappusi 3)

UZMANĪBU! Aizliegts izmantot detaļas, kas iegūtas no citiem avotiem, nevis no ražotāja.

DAĻU SARAKSTS

Pilns detaļu saraksts pieejams, sazinoties ar serwis@zipro.pl vai timekla.vietne.zipro.store produkta aprakstā.

NR.	APRAKSTS	DAUDZUMS
1	Galvenais rāmis	1
18	Kreisais pamatnes pārsegs	1
19	Labais pamatnes pārsegs	1
47	Seškanšu atslēga	1
48	Drošības slēdzene	1
49	Seškanšu atslēga 6#	1
51	Silikona eļļa	1
52	Ušķersgriezuma rokturiss S = 13, 14, 15	1
60	Skrūve ar cilindrisku plakano galvu ar seškanšu līgzu M8 * 45	2
61	Skrūve ar cilindrisku plakano galvu ar seškanšu līgzu M8 * 16	4
69	Pašvītņojoša un pašurbjoša skrūve ar konusveida galvu, Phillips krustveida rievu un paplāksni 4.2*19	15

77	Standarta atsperes paplāksne #8	8
79	Plakana paplāksne, C klase #8	4
92	Izliekta blīve #8	4

MONTĀŽAS INSTRUKCIJA (→ Skatīt lappusi 3)

UZMANĪBU! Montāžas laikā ievērojiet tālāk norādītās darbības un izmantojiet izstrādājumam pievienotos instrumentus. Sagatavojiet pietiekami daudz brīvas vietas iekārtas montāžai. Ņemot vērā dažu elementu lielo svaru, montāžu ieteicams veikt diviem cilvēkiem.

INSTRUKCIJA SALIKŠANAI UN IZJAUKŠANAI (→ Skatīt lappusi 6)

IEKĀRTAS SALIKŠANA

UZMANĪBU! Pirms salikšanas sākšanas rūpīgi pārbaudiet, vai visas skrūves ir pievilktas.

UZMANĪBU! Saliekot uzmanieties ar rokām un pirkstiem, lai tie netiktu iespiesti.

Paceliet iekārtas skrejceļu vertikālā stāvoklī, līdz atskan salikšanas mehānisma bloķēšanas skaņa.

IEKĀRTAS IZJAUKŠANA

UZMANĪBU! Pārliecinieties, ka skrejceļa pacelšanas laikā tiešā tuvumā neatrodas trešās personas un dzīvnieki.

Turot skrejceļu, atlaidiet salokāma mehānisma bloķēšanu ar kāju (norādīts ar bultiņu). Nolaidiet platformu līdz galvenā rāmja margu augstumam.

No šī augstuma josta automātiski kritīsies uz zemes.

REGULĒŠANA

Iekārtas līmeņošana

Nolīmeņojiet iekārtu, atskrūvējot vai pievelkot līmeņošanas kājas, kas atrodas priekšējā un aizmugurējā pamatnē.

DATORA LIETOŠANAS INSTRUKCIJA

SĀKUMS

Laikā 3 sekundes pēc pogas nospiešanas **START** ierīce sāks darboties.

ENERĢIJAS TAUPĪŠANAS FUNKCIJA

Skrejceļa dators automātiski pāries enerģijas taupīšanas režīmā, ja 10 minūšu laikā netiks veiktas nekādas darbības. Nospiediet jebkuru taustiņu, lai atsāktu sistēmu.

IERĪCES AVĀRIJAS APTURĒŠANA

UZMANĪBU! Drošības atslēga jāpiestiprina apgērbam katrā treniņā.

Tas jāizmanto tikai ārkārtas situācijās, to nevajadzētu izmantot kā parastu apturēšanas pogu.

Nepareizi ievietota drošības atslēga neļauj iedarbināt skrejceļu.

Pirms skrejceļa lietošanas pārbaudiet sistēmas darbību. Izņemiet drošības atslēgu, pavelkot aiz auklas. Pēc atslēgas izņemšanas skrejceļš apstāsies ar aizkavēšanos, kas atkarīga no darbības ātruma, tiks apturēta arī skrejceļa pacelšanas sistēma. Apturēšanu signalizēs īss skaņas signāls. Visi logi ekrānā rādīs “....”.

Pēc drošības atslēgas atkārtotas pievienošanas ierīce tiks atiestatīta.

PROGRAMMAS

Dators ir aprīkots ar 3 lietotāja programmām manuālai iestatīšanai, 12 automātiskām programmām, kas saglabātas atmiņā, 3 atpakaļskaitīšanas režīmi (laiks, kalorijas, distance) un ķermeņa tauku mērīšanas funkcija (Body Fat).

POGU APRAKSTS

- START** – tiek izmantots, lai iedarbinātu skrejceļu manuālā režīmā vai izvēlētajā programmā.
- STOP** – tiek izmantots, lai apturētu darbojošos skrejceļu. Pēc nospiešanas tiks atiestatīti arī iestatījumi. Pēc atkārtotas iedarbināšanas ierīce sāks darboties manuālā režīmā.
- PROGRAMMA** – tiek izmantots, lai izvēlētos automātisku treniņu programmu (P1-P12), lietotāja programmu (U1-U3) vai Body Fat funkciju pirms skrejceļa iedarbināšanas.
- REŽĪMS** – ļauj izvēlēties atpakaļskaitīšanas režīmu: laiku, distanci vai kalorijas
- ĀTRUMS** – pogas ļauj regulēt (palielināt un samazināšana) ātrumu par 0,1 km/h. Pogas atrodas datora konsolē un uz rokturiem.
- TECLAS DE SELECÇÃO DE VELOCIDADE** - permitem a seleção direta da velocidade (3,6, 9, 12).
- SLĪPUMS** – permitem-lhe ajustar (aumentar e diminuir) o ângulo do tapete de corrida em incrementos de 1 nível durante o treino. Os botões estão localizados na consola do computador e nos corrimões.
- BOTÕES DE SELECÇÃO RÁPIDA DO ÂNGULO DE INCLINAÇÃO** – permitem a seleção direta do ângulo do tapete de corrida durante o treino (3,6, 9, 12).

FUNÇÕES (ESPECIFICAÇÃO)

ĀTRUMS	Apresenta a velocidade atual.	0.8 -12 km/h
TIME	Conta o tempo total de exercício do início ao fim.	00:00-99:59 min
SLĪPUMS	Apresenta o nível de inclinação atual do tapete de corrida.	0-12 níveis
CALORIES	Conta o número total de calorías queimadas do início ao fim do exercício.	0,0-999 kcal
DISTANCE	(A medição é aproximada para comparação de diferentes sessões de exercício e não pode ser utilizada para tratamento).	0,0-99,9 km

PULSE	Conta a distância total do início ao fim do exercício.	50-200 BPM
-------	--	------------

FUNÇÃO DE MEDIÇÃO DO RITMO CARDÍACO

Depois de ligar a passadeira, mantenha ambas as mãos sobre os sensores de pulsação. Após 30 segundos, a pulsação atual aparecerá no ecrã.

Enquanto efectua a medição, o computador apresenta um ícone em forma de coração.

UZMANĪBU! Mediāo do ritmo cardíaco apenas para fins desportivos (excluída a utilização médica).

PROGRAMA MANUAL

Manuālā programma ir ierīces noklusējuma darbības režīms. Skrejceļiņš sāk darboties, nospiežot **START**, ja nav atlasīta neviena treniņu programma.

- Noklusējuma ātrums manuālajā režīmā ir 0.8 km/h.
- Noklusējuma slīpuma leņķa līmenis ir 0.
- Skrejceļa ātruma un slīpuma leņķa iestatījumus var mainīt, izmantojot datora un margu pogas.

TREIŅU PROGRAMMAS

Izvēlieties vienu no 15 automātiskajām treniņu programmām, nospiežot pogu

PROGRAM tik ilgi, līdz ekrānā tiek parādīts atbilstošais numurs.

- Kad tiek parādīta atbilstošā programma, nospiediet **MODE**. Pēc atlases logā parādīsies un mirgos vērtība "30:00".

Programmas treniņa laiku var iestatīt ar pogām **SPEED +/-**.

- Iestatītais treniņa laiks tiek proporcionāli sadalīts 20 posmos. Tabulā ir parādīts posmu saraksts un tiem atbilstošais ātrums un slīpuma leņķis katrai treniņu programmai. → [Skatīt lapu 117](#).
- Lai sāktu programmu, nospiediet **START**.

LIETOTĀJA PROGRAMMAS

Dators ir aprīkots ar 3 lietotāja programmām individuālai definēšanai: U1, U2, U3.

LIETOTĀJA PROGRAMMAS IESTATĪŠANA

- Gaidīšanas režīmā nospiediet pogu **PROGRAM**, lai izvēlētos vienu no lietotāja programmām. Panelī tiks parādīti automātisko programmu numuri, pēc tam lietotāja programmas.
- Kad tiek parādīta atbilstošā programma, nospiediet **MODE**, lai sāktu programmas pirmās sadaļas rediģēšanu. Izmantojiet pogas **SPEED +/-** lai iestatītu ātrumu. Izmantojiet pogas **INCLINE +/-** lai iestatītu skrejceļa slīpuma līmeni.
- Nospiediet **MODE**, lai apstiprinātu parametru iestatījumus pirmajai sekcijai un pārietu pie nākamās rediģēšanas.

Programmas sastāv no 20 sekcijām. Atkārtojiet iepriekš minētās darbības, līdz ir iestatīti visu sekciju parametri.

Programmas tiks saglabātas datora atmiņā līdz nākamajai rediģēšanai.

Dati netiks zaudēti strāvas padeves pārtraukuma dēļ.

LIETOTĀJA PROGRAMMAS IESLĒGŠANA

- Gaidīšanas režīmā nospiediet pogu **PROGRAM**, lai izvēlētos vienu no lietotāja programmām. Pēc izvēles logā parādīsies un mirgos vērtība "30:00". Izmantojiet pogas **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** lai iestatītu treniņa laiku. Iestatītais treniņa laiks tiek proporcionāli sadalīts 20 posmos.
- Lai sāktu programmu, nospiediet **START**.

ATPAKAĻSKAITĪŠANAS REŽĪMS

Izvēlieties vienu no 3 atpakaļskaitīšanas režīmiem, nospiežot pogu **MODE**.

- Lai iestatītu atskaites vērtību, izmantojiet pogas **ĀTRUMS +/-**, **SLĪPUMS +/-**.
- Skrejceļa iedarbināšana un atpakaļskaitīšana sāksies pēc pogas nospiešanas **START**.

ATSKAITĪTIE PARAMETRI:

- LAIKS:** sākotnējā atskaites vērtība ir 30 min. Dators ļauj iestatīt laiku diapazonā no 5 līdz 99 minūtēm (ar soli 1 minūte).
- KALORIJAS:** sākotnējā atskaites vērtība ir 50 kcal. Dators ļauj iestatīt kalorijas diapazonā no 20 līdz 990 kcal (ar soli 10 kcal).
- DISTANCES:** sākotnējā atskaites vērtība ir 1 km. Dators ļauj iestatīt distanci diapazonā no 1,0 līdz 99,0 km (ar soli 1 km).

ĶERMEŅA TAUČU MĒRĪŠANAS FUNKCIJA (BODY FAT)

Spiediet pogriecienu **PROGRAM**, līdz displejā parādās "FAT".

Izmantojiet **MODE**, lai ievadītu parametrus:

- F1 - dzimums (gender) – 01 vīrietis / 02 sievietes
- F2 - vecums (age) – vērtības 10-99
- F3 - augums (height) – vērtības 100-220 cm
- F4 - svars (weight) – vērtības 20-130 kg

Izmantojiet pogas **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** lai iestatītu parametru vērtības. Pēc parametru izvēles displejā parādīsies F5. Novietojiet abas rokas uz pulsa sensoriem, pēc 5-6 sekundēm dators parādīs informāciju FAT. FAT mērķis ir izmērīt attiecību starp augumu un svaru, nevis ķermeņa proporcijas. Pareizam rezultātam jābūt starp 19-26. Vērtība zem 19 norāda uz nepietiekamu svaru, 27-30 - lieko svaru, un virs 30 - aptaukošanos.

UWAGA! Iegūtie rezultāti nekādā gadījumā nedrīkst būt par pamatu ārstēšanai vai tikt ņemti vērā medicīniskiem mērķiem.

TREIŅŠ UN VINGRINĀJUMU FĀZES

Ierīces lietošana sniegs jums daudz priekšrocību. Pirmkārt, tas uzlabos jūsu stāvokli, stiprinās muskuļus un kombinācijā ar atbilstošu diētu ļaus sadedzināt liekos taukus.

1. IESILDĪŠANĀS

Šī ir fāze, kas uzlabo asinsriti visā ķermenī un sagatavo muskuļus intensīvai slodzei. Tas arī samazina krampju un traumu risku. Ieteicams veikt dažus stiepšanās vingrinājumus, kā parādīts zemāk. Ja jūtat sāpes, pārtrauciet vingrot vai samaziniet kustību diapazonu.

AUGŠDAĻU IEKŠĒJO MUSKUĻU STIEPŠANA
Sēdiet uz līdzenas virsmas ar saliektām kājām un ceļgaliem, kas vērsti uz āru. Savienojiet pēdu zoles un pietuviniet tās viena otrai pēc iespējas tuvāk. Viegli piespiediet ceļgalus, virzot tos zemes virzienā, un turiet šajā pozīcijā 15 sekundes.

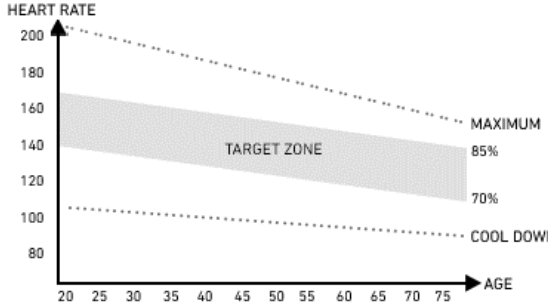
AUGŠDAĻAS STIEPŠANA
Sēdiet uz līdzenas virsmas. Iztaisnojiet labo kāju un kreisās pēdas zoli pielieciet labajam augšstilbam. Izstiepiet labo roku labās kājas pirkstu virzienā pēc iespējas tālāk. Turiet 15 sekundes. Atkārtojiet ar kreiso kāju.

GALVAS PAGRIEŠANA
Turiet galvu taisni, skatoties uz priekšu. Nekustinot plecus, pagrieziet to pa labi un iztaisnojiet, pēc tam pagrieziet pa kreisi un iztaisnojiet.
ROKU PACELŠANA
Paceliet kreiso roku pēc iespējas augstāk un turiet dažas sekundes. Atkārtojiet ar labo roku.

AHILEJA ČĪPSLU STIEPŠANA
Stāviet ar seju pret sienu, izvirziet kreiso kāju uz priekšu un viegli salieciet ceļgalu. Turiet labo kāju aizmugurē - iztaisnotu, ar papēdi, kas atrodas uz zemes. Turiet abus papēžus uz zemes un spiediet gurnus sienas virzienā. Saglabājiet šo pozīciju 30 sekundes. Atkārtojiet ar izvirzītu labo kāju. Atcerieties, vingrinājuma laikā neliekt muguru.

NOLIEKUMI
Stāviet ar kājām kopā. Izpildiet noliekumu uz priekšu, cenšoties cik vien iespējams, pietuvināt krūškurvi ceļgaliem. Izturiet 15 sekundes. Atcerieties neliekt ceļgalus.

2. VINGRINĀJUMU FĀZE
Šī ir pareizā treniņa fāze. Vingrojiet savā tempā, lai sasniegtu savam vecumam atbilstošu pulsu, kā parādīts grafikā.



3. RELAKSĀCIJAS FĀZE
Šī fāze palīdz nomierināt asinsriti un atslābināt muskuļus. Tas ir iesildīšanās vingrinājumu atkārtojums. Jāatceras, ka lai nepārslogotu muskuļus.

IESPĒJAMIE BOJĀJUMI UN REMONTA TEHNIKAS
UWAGA! Ierīces korpusa atvēršana, iepriekš nesazinoties ar ražotāja servisu, anulē garantiju. Ja rodas aizdomas par defektu, kura dēļ nepieciešams atvērt korpusu, sazinieties ar ražotāja servisu.

KĻŪDAS APRAKSTS	IESPĒJAMIE CĒĻŅI	PROBLĒMAS RISINĀJUMS
----- Drošības atslēgas problēma	Drošības atslēga nav pievienota. Dators ir bojāts.	Pievienojiet drošības atslēgu pareizi. Sazinieties ar ražotāja servisu.
E01 Dators nedarbojas	Dators ir nepareizi pievienots. Savienojošais kabelis ir salauzts vai nodilis	Pārbaudiet datora kabelu pareizu savienojumu. Pārbaudiet spraudņu savienojumu. Ja tas ir pareizs, bet problēma joprojām pastāv, sazinieties ar ražotāja servisa klientu apkalpošanas dienestu.
	Dators ir bojāts	Sazinieties ar ražotāja servisu.
	Savienojums starp vadības paneli un datoru ir bloķēts	Sazinieties ar ražotāja servisu.
E02 Motors nedarbojas	Nepareizs barošanas spriegums	Pārliecinieties, vai spriegums ir pareizs. Ja problēma joprojām pastāv, sazinieties ar ražotāja servisa klientu

	Nepareizs motora kabeļa savienojums	apkalpošanas dienestu. Atvienojiet kabeli un pievienojiet to vēlreiz. Ja problēma joprojām pastāv, sazinieties ar ražotāja servisu.
	Bojāts draiveris	Sazinieties ar ražotāja servisu.
E03 Dators 15 sekundes nav uztvēris signālu no ātruma sensora	Nepareizs sensora savienojums Nepareizi pievienots sensora spraudnis	Sazinieties ar ražotāja servisu. Pārbaudiet spraudņu savienojumu. Ja tas ir pareizs, bet problēma joprojām pastāv, sazinieties ar ražotāja servisu.
	Bojāts sensors	Sazinieties ar ražotāja servisu.
E05 Pārslodzes kļūda	Dzinēja kļūme	Pārbaudiet, vai motors nav izdedzis. Ja nē, atvienojiet skrejceļu no elektrotīkla un pēc tam atkal pievienojiet to. Ja problēma joprojām pastāv, sazinieties ar ražotāja servisu.
	Kontroliera nominālā strāva ir pārāk zema.	Nomainiet kontrolieri. Sazinieties ar ražotāja servisu.
	Strāva pārsniedz nominālo vērtību	Pārliecinieties, vai lietotāja svars nepārsniedz maksimālo vērtību šai ierīcei.
E06 Kontroliera paātrēšanas kļūda		Sazinieties ar ražotāja servisu.
E07 Nav displeja	Drošības atslēga ir atvienota	Pievienojiet drošības atslēgu.
E08 Kontroliera EEPROM kļūda	Kontrolieris ir bojāts.	Sazinieties ar ražotāja servisu.
Ierīce nedarbojas	Nav barošanas	Pievienojiet ierīci strāvas padevei.
	Drošības atslēga ir atvienota	Pievienojiet drošības atslēgu.
	Īssavienojums	Sazinieties ar ražotāja servisu.
	ON/OFF slēdzis nav ieslēgts	Ieslēdziet ierīci.
Skrejceļš nedarbojas vienmērīgi	Skrejceļš nav pietiekami ieeļļots	Ieeļļojiet skrejceļu saskaņā ar lietošanas pamācībā sniegto informāciju.
	Skrejceļš ir pārāk cieši nostiepts	Regulējiet un izlīdziniet skrejceļa stāvvkli saskaņā ar lietošanas pamācībā sniegto informāciju.
Skrejceļš ir sašķiebies	Skrejceļš ir pārāk vāji nostiepts	Regulējiet un izlīdziniet skrejceļa stāvvkli saskaņā ar lietošanas pamācībā sniegto informāciju.
	Piedziņas sikсна ir pārāk maz nostiepta	Sazinieties ar ražotāja servisu.

GARANTĪJA
Pārdevējs Galvotāja vārdā piešķir garantiju Latvijas Republikas teritorijā uz 24 mēnešiem no pārdošanas datuma. Garantija pārdotajai precei neizslēdz, neierobežo un neaptur Pircēja tiesības, kas izriet no Patērētāju tiesību aizsardzības likuma.

Garantijas karte atrodas pēdējā lappusē.

GARANTIJAS NOTEIKUMI

1. Pretenzijām un garantijai pakļauti tikai slēpti defekti, kas radušies ražotāja vainas dēļ.
2. Garantija tiks ievērota tikai vai serviss pēc tam, kad klients uzrādīs:
 - a. derīgu, salasāmu un pareizi aizpildītu garantijas karti ar pārdošanas zīmogu un pārdevēja parakstu,
 - b. derīgu iekārtas iegādes apliecinājumu ar pārdošanas datumu, reklamēto preci vai bojāto daļu.
 - c. Pērkot attālināti, garantijas karte ir derīga tikai, pamatojoties uz pirkuma dokumentu (čeks/rēķins).
3. Sūdzība tiks izskatīta 14 dienu laikā no brīža, kad Klients paziņojis par defektu.

4. Ražošanas defekti un bojājumi, kas atklāti garantijas laikā, tiks novērsti bez maksas ne ilgāk kā 21 dienas laikā no preces piegādes datuma veikalam vai servisam.
5. Ja nepieciešams importēt detaļas, garantijas remonta izpildes termiņš var tikt pagarināts par laiku, kas nepieciešams tās importēšanai, bet ne ilgāk kā par 40 dienām.
6. Garantija neattiecas uz:
 - a. mehāniskiem bojājumiem un to radītiem defektiem,
 - b. bojājumiem un defektiem, kas radušies nepareizas lietošanas un uzglabāšanas, nepareizas montāžas un apkopes rezultātā,
 - c. bojājumiem un tādu ekspluatācijas elementu nodilumam kā: troses, siksnas, gumijas elementi, pedāļi, sūkļa rokturi, riteni, gultņi, polsterējums.
 - d. darbībām, kas saistītas ar montāžu, apkopi, kuras saskaņā ar lietošanas instrukciju lietotājam jāveic pašam.
7. Garantija neattiecas uz šādiem gadījumiem:
 - a. derīguma termiņa beigām,
 - b. ja klients veicis patstāvīgus remontdarbus un modifikācijas, izmantojot neoriģinālas detaļas,
 - c. ja defekts radies nepareizas uzstādīšanas vai lietošanas instrukcijā aprakstīto pareizas ekspluatācijas principu neievērošanas rezultātā,
 - d. izmantojot citādi, nevis mājas lietošanai,
 - e. transportēšanas laikā radītiem bojājumiem.
8. Garantijas kartes dublikāti netiks izdoti.
9. Garantijas ietvaros klientam ir tiesības pieprasīt šādus bezmaksas kompensācijas veidus:
 - a. produkta remontu,
 - b. produkta nomaiņu,
 - c. cenas samazinājumu,
 - d. līguma atcelšanu un pilnīgu radušos izmaksu atmaksu.
10. Lai iesniegtu sūdzību, nepieciešams:
 - a. Uzrādīt produktu vai tā daļu, uz kuru attiecas garantija.
 - b. Pirkuma apliecinājums, kurā norādīts pārdevēja nosaukums un adrese, pirkuma datums un vieta, produkta veids vai derīga garantijas karte ar veikala zīmogu.
 - c. Ja tiek piegādāts netīrs produkts, serviss var atteikties to pieņemt vai arī par klienta rēķinu ar viņa rakstisku piekrišanu veikt tīrīšanu.
11. Ja sūdzība tiek apmierināta, iekārta tiks salabota vai nomainīta pret jaunu, vai arī klientam tiks atgriezta nauda. Preces transportēšanas izmaksas līdz klientam sedz ražotāja serviss.
12. Ja garantijas prasība tiek noraidīta, klients saņems detalizētu pieņemtā lēmuma pamatojumu, un iekārta tiks nosūtīta klientam atpakaļ par viņa rēķinu 14 dienu laikā no lēmuma paziņošanas brīža.

FI Käyttöohje

Hyvä käyttäjä,
Tutustu tähän ohjeeseen ennen asennuksen aloittamista ja laitteen ensimmäistä käyttökertaa. Tämä ohje sisältää tärkeitä tietoja laitteen turvallisesta käytöstä ja huollosta. Säilytä se, jotta voit käyttää huoltoa koskevia tietoja tai tilata varaosia.

TEKNISET TIEDOT	
Virtalähde	220V
Suurin teho	900 W
Paino	51 kg
Käyttölämpötila	0°C - +40°C
Varastointilämpötila	-10°C - +60°C
Käyttäjän enimmäispaino	120 kg
Käyttöluokka	Luokka H
Tarkkuusluokka	Luokka C
Nopeus	0.8 -12 km/h
Kaltevuus	12 tasoa
Tuotestandardi (pää)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Käyttötarkoitus	Sähkökäyttöinen juoksumatto kotikäyttöön

TURVALLISUUS

HUOMIO! Laitetta saa käyttää ainoastaan sen käyttötarkoituksen mukaisesti, eli aikuisten henkilöiden harjoitteluun. Kaikki muu käyttö voi olla vaarallista. Valmistajaa ei voida pitää vastuussa vahingoista, jotka ovat aiheutuneet laitteen virheellisestä käytöstä.

- Laitte on suunniteltu ja rakennettu uusimman turvallisuutta koskevan tiedon perusteella. Vaaralliset elementit, jotka voivat mahdollisesti aiheuttaa loukkaantumisaaran, on eliminoitu tai suojattu asianmukaisesti.
- Omatoimiset korjaukset ja muutokset ovat kiellettyjä.
- Tarkista ruuvien, pulttien ja mutterien kireys kerran tai kahdesti kuukaudessa.
- Turvallisuuden varmistamiseksi tarkasta ja huolla laitteet säännöllisesti (kerran vuodessa) erikoistuneessa liikkeessä.
- Kaikki laitteeseen tehdyt muutokset, joita ei ole kuvattu tässä käyttöohjeessa, voivat aiheuttaa vahinkoja tai vaarantaa suoraan harjoittelijan terveyden ja hengen. Laitteeseen saa tehdä muutoksia ainoastaan valmistajan huoltohenkilöstö tai heidän kouluttamansa henkilöt.
- Kaikkiin laitteisiin kohdistetaan jatkuvia innovaatiotoimia korkean laadun varmistamiseksi. Tästä syystä valmistaja pidättää oikeuden tehdä teknisiä muutoksia.
- Kaikki laitteeseen liittyvät kysymykset tai epäilykset on osoitettava erikoistuneelle liikkeelle.

HUOMIO! Noudata sähkölaitteiden käsittelyä koskevia yleisiä sääntöjä ja turvallisuusmääräyksiä.

- **Laitte saa virtansa 220V verkkovirrasta.**
- Kaikki sähkölaitteet lähettävät sähkömagneettista säteilyä käytön aikana. Jos elektronisen ohjauksjärjestelmän tai ohjaamon lähellä on muita säteilyä lähettäviä laitteita (esim. matkapuhelimet), jotkin arvot (kuten syke) voivat vääristyä.
- **HUOMIO!** Älä koskaan tee omatoimisesti muutoksia sähköverkkoon. Anna tällaisten muutosten asiantuntijoiden tehtäväksi.
- **HUOMIO!** Muista irrottaa virtapistoke pistorasiasta ennen kuin aloitat laitteen korjauksen, huollon tai puhdistuksen.
- Älä käytä jatkojohtoja laitteen liittämiseen.
- Jos et käytä laitetta pitkään aikaan, irrota sen virtapistoke pistorasiasta.
- Varmista, että sähköjohto ei ole puristuksissa ja että sen sijoittelu ei aiheuta kompastumisvaaraa.

MAADOITUS

Maadoitus suojaa sähköiskun vaaralta. Laitteessa on johto ja pistoke maadoituksella. Pistoke on kytkettävä oikein asennettuun ja asianmukaisesti maadoitettuun pistorasiaan.

VAARA! Johdon virheellinen kytkentä voi aiheuttaa sähköiskun vaaran.

- Ennen kuin liität laitteen virtalähteeseen, varmista, että paikallinen jännite vastaa pistoketyyppiä.
- Älä muokkaa pistoketta, jos se ei sovi pistorasiaan. Tässä tapauksessa pyydä pätevää sähköasentajaa asentamaan toinen pistorasia.

HUOMIO! Laitteen käytön aikana lähellä oleville henkilöille on ilmoitettava mahdollisista vaaroista. Ole erityisen varovainen lasten läsnä ollessa.

HUOMIO! Ennen harjoittelun aloittamista ota yhteys lääkäriin varmistaaksesi, ettei sinulla ole terveysongelmia, jotka estävät harjoittelun laitteella. Perustuen asiantuntijan mielipiteeseen voit kehittää harjoittelusuunnitelmasi. Väärin valittu ohjelma tai liiallinen harjoittelu voi olla vaarallista terveydellesi ja hengellesi.

VAROITUS! Sykemittausjärjestelmät voivat olla epätarkkoja. Ylirasitus harjoittelun aikana voi johtaa vakaviin vammoihin tai kuolemaan. Jos tunnet osasi heikoksi, lopeta harjoittelu välittömästi.

HUOMIO! Noudata ehdottomasti tässä ohjeessa annettuja harjoittelua koskevia ohjeita.

- Valitessasi harjoittelupaikkaa varmista turvallinen etäisyys mahdollisiin esteisiin. Älä sijoita laitetta kulkureittien (teiden, porttien, käytävien jne.) lähelle.
- Laitteen käyttö on kielletty lähietäisyydellä seinästä. Turva-alue on 2000 mm ja vähintään yhtä leveä kuin laite.

HUOMIO! Ole varovainen laitteen asennuksen aikana äläkä anna lasten oleskella lähellä. Asennuksen aikana käytetään pieniä osia (muttereita, ruuveja jne.), jotka lapset voivat niellä.

JÄÄNNÖSRISKI

- Jos putoamissuojaa ei käytetä tai sitä käytetään väärin, on olemassa jäännösriski, eli henkilön putoaminen, joka aiheuttaa ihon hiertymiä, mustelmia, murtumia tai pahimmissa tapauksessa kuoleman.
- On olemassa jäännösriski harjoittelijan tahattomasta ylikuormituksesta, joka johtuu virheellisestä käytöstä tai virheellisestä arvioinnista sekä virheellisestä tiedonsiirrosta (sähkömagneettisten häiriöiden, ohjelmistovirheiden jne. vuoksi). Paraskaan ohjelmisto- ja laitteistosuojaukset ei sulje pois ohjelmisto- tai laitteistovirhettä, ja se voi teoriassa aiheuttaa harjoittelijan ylikuormituksen.
- Tuote on sähkölaite, joten sähköiskun mahdollisuutta, joka voi johtaa kuolemaan, ei voida sulkea pois.
- Tukehtumisen jäännösriskiä ei voida sulkea pois.
- Riskiä voidaan vähentää noudattamalla tietoja käyttöohjeessa olevista turvallisuustiedoista.
- Ei voida sulkea pois, että tahaton tai luvaton käyttö aiheuttaa muita, huomioimattomia riskejä, ja että huomioitu riski on arvioitu virheellisesti.

Riskianalyysissä arvioinnit on tehty "laitteen nykytilan" perusteella. Tuotteen arvioinnin ja tarkastuksen perusteella on todennäköisyys sietämättömän riskin ilmenemiselle erittäin pieni. Laitte (sen rakenne, toimintatapa ja käyttö) ei aiheuta – normaaleissa olosuhteissa – perusteetonta riskiä harjoittelijalle tai kolmansille osapuolille.

KÄSITTELYMERKIT KULJETUSPAKKAUKSISSA



Tämä puoli ylöspäin. Ei saa kaataa.



Suojaa putoamiselta.



Kierrätettävä pakkaus.



Sähkö- ja elektroniikkaromu. Käytetty laite on toimitettava kierrätyspisteeseen.



Varo, hauras. Vaurioitumisen vaara. Käsittele varovasti.



Suojaa kosteudelta.



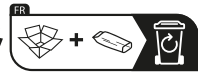
Huomio, raskas tuote.



Varastoi enintään 8 kerroksessa.

 Tuote sisältää käyttöohjeen.

 **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
Älä avaa veitsellä.





Cet appareil se recycle

A DÉPOSER EN ALABAZON



A DÉPOSER EN DÉCHÈTTERIE



Points de collecte sur www.quefaredemendecrecer.fr

Pakkaus on valmistettu pahvista ja muovista. Lajittele jätteet paikallisten määräysten mukaisesti.





Pakkaus on valmistettu pahvista ja muovista. Lajittele jätteet paikallisten määräysten mukaisesti.



Pakkaus on valmistettu pahvista.



Pakkaus on valmistettu ympäristövastuullisesti ja kierrätys huomioon ottaen. Lajittele jätteet paikallisten määräysten mukaisesti.

KÄYTTÖ

Varmista ennen harjoittelun aloittamista, että laite on asennettu oikein.

- Tutustu ennen ensimmäisen harjoituksen aloittamista kaikilla laitteen toiminnoilla ja säätömahdollisuuksilla.
- Laitteessa on osia, jotka voivat altistaa korroosiolle. Tästä syystä ei ole suositeltavaa, että se pysyy kosteassa huoneessa. On myös varmistettava, että laite (erityisesti sen sisäiset ja elektroniset osat) ei altistu vedelle, juomille, hielelle jne.
- Laite on tarkoitettu vain aikuisten harjoitteluun, eikä se ole missään tapauksessa lasten lelu. Jos omalla vastuullasi annat lasten käyttää sitä, opasta heitä ehdottomasti oikeaan käyttöön ja valvo heitä jatkuvasti.
- Laite ei sovellu terapeuttiseen käyttöön.
- Laitteen käytön aikana voi esiintyä hiljaisia ääniä vauhtipyörän vapaan liikkeen aikana, jotka johtuvat rakenteen tyypistä. Niillä ei ole mitään vaikutusta laitteen toimintaan.
- Melupäästö kuormituksen aikana on suurempi kuin ilman kuormitusta.
- Tarkista ennen jokaista harjoitusta suojalaitteiden sekä ruuvi- ja pistoliitosten oikeellisuus.
- Muista laitetta käyttäessäsi asianmukaiset jalkineet (urheilukengät).

HUOLTO

Juoksumaton maksimaalisen käyttöturvallisuuden varmistamiseksi on suositeltavaa tarkistaa säännöllisesti sen osien kuluminen. Tämä koskee muttereiden, ruuvien, liikkuvien osien, holkien jne. kireyden ja kunnon tarkistamista.

Säilytä laitetta kuivassa ja lämpimässä paikassa. Älä altista laitetta auringonvalolle.

HUOMIO! Katkaise aina virta juoksumatosta ja irrota se virtalähteestä ennen huollon aloittamista.

PUHDISTUS

Laitteen säännöllinen puhdistus pidentää sen käyttöikää ja säilyttää sen korkean suorituskyvyn.

Käytä juoksumaton puhdistukseen pehmeää, kosteaa liinaa. Tämä ei koske sähköosia, moottoria, sisäosia - älä päästä vettä näihin paikkoihin. Suojaa juoksumaton pinta (ja sen alla oleva tila) vedeltä.

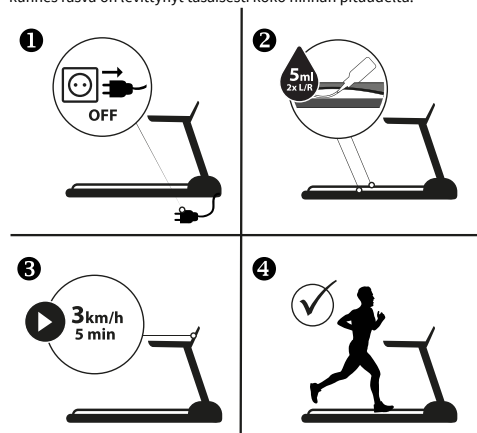
MOOTTORIN PUHDISTUS

Poista pöly moottorista vähintään kerran vuodessa. Katkaise ensin virta juoksumatosta ja irrota moottorin suojus noin 1 tunnin kuluttua. Poista varovasti kertynyt pöly paineilmalla tai harjalla. Kun olet asentanut moottorin suojuksen takaisin ja kytkenyt sen virtalähteeseen, voit käynnistää juoksumaton.

JUOKSUMATON VOITELU

Juoksumaton voitelutehys riippuu sen käytön intensiteetistä. Jos laite on käytössä yli 5 tuntia viikossa, on suositeltavaa voidella se 2-3 kuukauden välein. Jos juoksumattoa käytetään vähemmän, se on voideltava kerran 7-8 kuukaudessa.

- Katkaise virta juoksumatosta ja irrota se virtalähteestä ennen juoksuhihnan voitelun aloittamista.
- Levitä rasvaa juoksuhihnan alle molemmille puolille noin 5 ml. Käytä sitä eniten paikoissa, joissa jalat ovat kosketuksissa hihnaan juoksun aikana.
- Käynnistä juoksumatto alhaisella nopeudella (esim. 3 km/h) ja odota, kunnes rasva on levittynyt tasaisesti koko hihnan pituudelta.



HIHNAAN KIREYDEN SÄÄTÖ

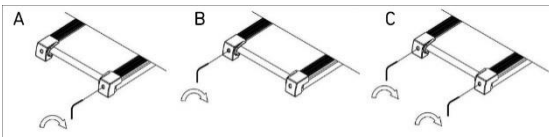
Juoksuhihna voi vaatia kiristystä juoksumaton jatkuvan käytön vuoksi. Hihna on kiristettävä, kun se alkaa luistaa, liukua sivuttain tai rullautua harjoituksen aikana.

Liian löysästi kiristetty hihna voi pysähtyä moottorin toiminnan aikana.

Aseta juoksumatto tasaiselle alustalle. Käynnistä juoksumatto noin 6-8 km/h nopeudella ja tarkkaile juoksuhihnan poikkeaman astetta.

- Hihnaa ei saa kiristää liian tiukalle, koska se voi aiheuttaa vaurioita mm. moottorissa, akselissa tai laakereissa.

- Oikein kiristetty hihna voidaan nostaa sen reunoilta noin 5-7,5 cm:n korkeuteen. Tämä on erittäin helppo tarkistaa - se on oikein kiristetty, kun sen alle mahtuu 3 sormea.



HIHNAAN KIREYDEN LISÄÄMINEN

Osasarjasta löydät erikoisavaimen. Aseta se juoksumaton takaosassa olevaan vasempaan hihnan säätöruuviin. Kierrä avainta myötäpäivään 90 astetta (kuva C). Tällä tavalla kiristät takarullaa ja lisäät hihnan kireyttä. Toista toimenpide kääntämällä ruuvia oikealta puolelta. Varmista, että käännät ruuveja tasaisesti. Toista toimenpiteitä molemmille ruuveille, kunnes hihna on oikein kiristetty.

HIHNAAN KIREYDEN VÄHENTÄMINEN

Vähennä hihnan kireyttä toimimalla samalla tavalla kuin sen lisäämisen yhteydessä. Kierrä avainta vastapäivään.

JUOKSUHIHNAAN KESKITTÄMINEN

Erilaisen juoksuhihnan (yleensä suuremman toiselle jalalle kohdistuvan kuormituksen) vuoksi hihna voi liukua sivuttain eikä olla keskitetty. Tästä syystä hihna voi vaatia säätöä aika ajoin.

Hihnan tulisi itsestään keskittyä juoksumaton käytön aikana. Se vaatii säätöä, jos se liikkuu oikealle tai vasemmalle.

Käynnistä juoksumatto ja aseta sen nopeudeksi alhainen nopeus (esim. 3 km/h).

Tarkista

mihin suuntaan hihna liikkuu.

- Jos hihna liikkuu oikealle, aseta avain oikeaan säätöruuviin. Kierrä avainta 90 astetta myötäpäivään (kuva A). Tarkkaile, keskitetäänkö hihna. Jos se edelleen liikkuu oikealle, käännä ruuvia uudelleen 90 astetta.
- Jos hihna liikkuu vasemmalle, toimi samalla tavalla kuin yllä olevassa tapauksessa, mutta käännä vasemmalla puolella olevaa ruuvia (kuva B).

YMPÄRISTÖ

Laite toimitetaan pakkauksessa suojaamaan sitä mahdollisilta kuljetusvaurioilta. Pakkaukset ovat jalostamattomia raaka-aineita ja ne voidaan kierrättää. Hävitä nämä materiaalit asianmukaisesti värikkäisiin säiliöihin, jotka on tarkoitettu lajittelua varten.



Suojele ympäristöä äläkä heitä käytettyjä paristoja kotitalousjätteisiin. Palauta ne ostopaikkaan tai toimita ne erilliseen kierrätyspisteeseen. Käytetyt sähkölaitteet (mukaan lukien mittari, virtalähde) ovat kierrätysraaka-aineita - älä heitä niitä kotitalousjätteiden joukkoon, koska ne voivat sisältää terveydelle ja ympäristölle vaarallisia aineita. Pyydämme aktiivista apua säästeliääseen huononvarojen käsittelyyn ja luonnonympäristön suojeluun toimittamalla käytetty laite kierrätysraaka-aineiden keräyspisteeseen - käytettyjen sähkölaitteiden keräyspisteeseen.

ASENNUS

Laitteen asennus on suoritettava huolellisesti aikuisen toimesta. Jos olet epävarma, pyydä apua joltain jolla on enemmän kokemusta tältä alalta.

- Varmista ennen asennuksen aloittamista, että sarja laitteen mukana sisältää kaikki osat osaluettelosta sekä ovatko jotkin osat vaurioituneet kuljetuksen aikana. Jos osia puuttuu tai sinulla on huomauksia, ota yhteyttä myyjään.
- Tutustu piirustuksiin ja selityksiin ja suorita asennus asennusohjeessa esitetyssä järjestyksessä.
- Ole varovainen asennuksen aikana. Käytön aikana työkalujen ja osien kanssa on olemassa loukkaantumisvaara.
- Muista ylläpitää turvallista ympäristöä. Älä levitä työkaluja ja asennusosia kaotuksella. Muista, että muovikalvat ja -pussit ovat lasten tukehtumisvaara.
- Asennusosat, joita tarvitaan tietyn vaiheen suorittamiseen asennusohjeessa on esitetty piirustuksissa ja selityksissä. Käytä asennusohjeessa osoitettuja osia.
- Älä kiristä osia kokonaan asennuksen alkuvaiheessa. Tee se vasta, kun kaikki on paikallaan ja olet varmistanut, että ne ovat oikein asennettu.
- Valmistaja pitää oikeuden esiasentaa joltain osia.

ASENNUSKAAVIO (→ Katso sivu 3)

HUOMIO! On kiellettyä käyttää muita kuin valmistajan osia.

OSALUETTELO

Täydellinen osaluettelo on saatavilla ottamalla yhteyttä osoitteeseen servis@zipro.pl tai [Zipro.store](https://zipro.store)-sivustolla tuotteen kuvauksessa.

NRO	KUVAUS	MÄÄRÄ
1	Päärunko	1
18	Vasen pohjakansi	1
19	Oikea pohjakansi	1
47	Kuusiokoloavain	1
48	Turvalukko	1
49	Kuusiokoloavain 6#	1
51	Silikoniöljy	1
52	Uristiotettay S = 13, 14, 15	1
60	Lieriökantaruuvi, matala, kuusiokololla M8 * 45	2
61	Lieriökantaruuvi, matala, kuusiokololla M8 * 16	4
69	Itsekierteittävä ja it porivivnoava ruuvi, jossa on lieriökanta, ristipää ja aluslevy 4.2*19	15

77	Jousialuslevy standardi #8	8
79	Littea aluslevy luokka C #8	4
92	Taivutettu tiivis #8	4

ASENNUSOHJE (→ Katso sivu 3)

HUOM! Noudata asennuksen aikana alla olevia vaiheita ja käytä tuotteen mukana toimitettuja työkaluja.
Varaa riittävästi tilaa laitteen asennusta varten. Joidenkin osien suuren painon vuoksi on suositeltavaa, että asennus tehdään kahden henkilön voimin.

KOOKOONTI- JA PURKUOHJE (→ Katso sivu 6)

LAITTEEN KOKOAMINEN

HUOM! Ennen kokoamisen aloittamista, tarkista huolellisesti, että kaikki ruuvit on kiristetty.
HUOM! Kokoamisen aikana varo käsiäsi ja sormiasi, jotta ne eivät jää puristuksiin.
Nosta laitteen juoksumatto pystysuoraan, kunnes kuulet kokoontaitettavan mekanismin lukitusäänen.

LAITTEEN PURKAMINEN

HUOMIO! Varmista, että juoksumaton laskemisen aikana välittömässä läheisyydessä ei ole ulkopuolisia eikä eläimiä.
Pidä kiinni juoksumatosta ja vapautta jalkasi lukitusmekanismista (nuolella merkitty). Laske kansi päärunko-osan kaiteen korkeudelle. Tästä korkeudesta matto laskeutuu itsestään kohti lattiaa.

SÄÄDÖT

Laitteen tasaaminen

Tasaa laite kiertämällä auki tai kiinni etu- ja takaosassa olevia säätöjalkoja.

TIETOKONEEN KÄYTTÖOHJE

ALOITUS

Sisällä 3 sekuntia sen jälkeen, kun painiketta on painettu **START** laite aloittaa toimintansa.

VIRRANSÄÄSTÖTOIMINTO

Juoksumaton tietokone siirtyy automaattisesti virransäästötilaan, jos 10 minuutin kuluessa ei tapahdu mitään toimintoja. Paina mitä tahansa näppäintä jatkaaksesi järjestelmää.

LAITTEEN HÄTÄPYSÄYTYS

HUOMIO! Turva-avain on kiinnitettävä vaatteisiin jokaisen harjoituksen aikana.

Sitä tulisi käyttää vain hätätilanteissa, sitä ei tule käyttää normaalin pysäytyspainikkeena.
Väärin asennettu turva-avain estää juoksumaton käynnistämisen.
Ennen juoksumaton käyttöä tarkista järjestelmän toiminta. Irrota turva-avain vetämällä narusta. Avaimen irrottamisen jälkeen juoksumatto pysähtyy toimintanopeudesta johtuvan viiveen jälkeen, myös juoksumaton nostojärjestelmä pysähtyy. Pysäytys ilmoitetaan lyhyellä äänimerkillä. Kaikissa näytön ikkunoissa näkyy "----".
Turva-avaimen uudelleen kytkemisen jälkeen laite nollataan.

OHJELMAT

Tietokoneessa on 3 käyttäjäohjelmaa manuaaliseen asetukseen, 12 automaattista ohjelmaa tallennettuna muistiin, 3 laskentatilaa (aika, kalorit, matka) ja kehon rasvan mittaustoiminto (Body Fat).

PAINIKKEIDEN KUVAUUS

- START** – käytetään juoksumaton käynnistämiseen manuaaltilassa tai valitussa ohjelmassa.
- STOP** – käytetään käynnissä olevan juoksumaton pysäyttämiseen. Painikkeen painaminen nollaa myös asetukset. Uudelleenkäynnistyksen jälkeen laite aloittaa toimintansa manuaaltilassa.
- OHJELMA** - käytetään automaattisen harjoitusohjelman valintaan (P1-P12), käyttäjäohjelman (U1-U3) tai Body Fat -toiminnon ennen juoksumaton käynnistämistä.
- TILO** - voit valita laskentatilan: aika, matka tai kalorit
- NOPEUS** - -painikkeilla voit säätää (lisätä ja vähentää) nopeutta 0,1 km/h välein. Painikkeet sijaitsevat tietokoneen konsolissa ja kaiteissa.
- NOPEUDEN PIKAVALINTAPAINIKKEET** – mahdollistavat nopeuden valitsemisen suoraan(3, 6, 9, 12).
- INCLINE** – painikkeilla voidaan säätää (lisätä ja vähentää) juoksumaton kaltevuuskulmaa 1 taso kerrallaan harjoituksen aikana. Painikkeet sijaitsevat tietokoneen konsolissa ja kaiteissa.
- KALTEVUUSKULMAN PIKAVALINTAPAINIKKEET** – mahdollistavat juoksumaton kaltevuuskulman valitsemisen suoraan harjoituksen aikana (3, 6, 9, 12).

TOIMINNOT (TEKNISET TIEDOT)

SPEED	Näyttää nykyisen nopeuden.	0.8 -12 km/h
TIME	Laskee harjoitusten kokonaisajan niiden alusta loppuun.	00:00-99:59 min
INCLINE	Näyttää juoksumaton nykyisen kaltevuustason.	0-12 tasoa
CALORIES	Laskee poltettujen kaloreiden kokonaismäärän harjoitusten alusta loppuun. (Mittaus on likimääräinen eri harjoituskertojen vertailua varten, sitä ei voida käyttää hoidossa).	0,0-999 kcal

DISTANCE	Laskee kokonaismatkan harjoitusten alusta loppuun.	0,0-99,9 km
PULSE	Näyttää nykyisen pulssin. HUOMIO! Sykkeen mittaus vain urheilutarkoituksiin (lääketieteellinen käyttö on poissuljettu).	50-200 BPM

SYKKEEN MITTAUSTOIMINTO

Kun olet käynnistänyt juoksumaton, pidä molempia käsiä pulssinmittausantureilla. 30 sekunnin kuluttua näytölle tulee nykyinen pulssi. Mittauksen aikana tietokone näyttää sydämenmuotoisen kuvakkeen.
HUOMIO! Sykkeen mittaus vain urheilutarkoituksiin (lääketieteellinen käyttö on poissuljettu).

MANUAALINEN OHJELMA

Manuaaliohjelma on laitteen oletustila. Juoksumatto käynnistyy siinä painamalla **START**, kun mitään koulutusohjelmaa ei ole valittu.

- Oletusnopeus manuaaltilassa on 0,8 km/h.
- Vyökulman oletusasetus on 0.
- Nopeusasetusta ja kulkevan hihnan kulmaa voidaan muuttaa tietokoneen ja käsinohjien painikkeilla.

KOULUTUSOHJELMAT

Valitse jokin 15 automaattisesta harjoitusohjelmasta painamalla **PROGRAM**-painiketta, kunnes näytössä näkyy vastaava numero.

- Kun sopiva ohjelma on näkyviissä, paina **MODE**-painiketta. Kun ohjelma on valittu, "30:00" näkyy ja vilkkuu ikkunassa. Ohjelman harjoitusajan asetus voidaan tehdä **SPEED +/-** -painikkeilla.
- Asetettu harjoitusaika jaetaan suhteellisesti 20 vaiheeseen. Taulukossa on yhteenveto vaiheista ja niitä vastaavasta nopeudesta ja kaltevuuskulmasta kutakin harjoitusohjelmaa varten. → Katso sivu 117.
- Aloita ohjelma painamalla **START**.

KÄYTTÄJÄOHJELMAT

Tietokoneessa on 3 käyttäjäohjelmaa yksilöllistä määrittelyä varten: U1, U2, U3.

KÄYTTÄJÄOHJELMAN MÄÄRITTÄMINEN

Valmiustilassa paina painiketta **PROGRAM**, valitaksesi jonkin käyttäjäohjelmista. Paneelissa näkyvät ensin automaattisten ohjelmien numerot ja sitten käyttäjäohjelmien numerot.

- Kun haluttu ohjelma on näkyviissä, paina **MODE** aloittaaksesi ohjelman ensimmäisen osan muokkaamisen.
- Käytä painikkeita **SPEED +/-** nopeuden asettamiseksi.
- Käytä painikkeita **INCLINE +/-** juoksumaton kaltevuuden säätämiseksi. Paina **MODE**-painiketta vahvistaaksesi ensimmäisen jakson parametrit ja siirtyäksesi seuraavan muokkaamiseen.

Ohjelmat koostuvat 20 jaksosta. Toista yllä olevat vaiheet, kunnes kaikkien jaksojen parametrit on asetettu.
Ohjelmat tallennetaan tietokoneen muistiin, kunnes niitä muokataan seuraavan kerran.
Tiedot eivät katoa sähkökatkon vuoksi.

KÄYTTÄJÄOHJELMAN KÄYNNISTÄMINEN

- Paina valmiustilassa **PROGRAM** valitaksesi yhden käyttäjäohjelmista. Valinnan jälkeen näytössä näkyy ja vilkkuu arvo "30:00". Käytä painikkeita **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** harjoitusajan asettamiseksi. Asetettu harjoitusaika jaetaan suhteellisesti 20 vaiheeseen.
- Käynnistä ohjelma painamalla **START**.

LASKENTATILA

Valitse yksi kolmesta laskentatilasta painamalla painiketta **MODE**).

- Käytä painikkeita lasketun arvon asettamiseen **SPEED +/-** , **INCLINE +/-**.
- Juoksumaton käynnistys ja laskenta alkavat, kun painat painiketta **START**.

LASKETTAVAT PARAMETRIT:

- AIKA:** laskennan alkuarvo on 30 minuuttia. Tietokone mahdollistaa ajan asettamisen välillä 5-99 minuuttia (1 minuutin välein).
- KALORIT:** laskennan alkuarvo on 50 kcal. Tietokone mahdollistaa kaloreiden asettamisen välillä 20-990 kcal (10 kcal:n välein).
- MATKA:** laskennan alkuarvo on 1 km. Tietokone mahdollistaa matkan asettamisen välillä 1,0-99,0 km (1 km:n välein).

KEHONRASVAN MITTAUSTOIMINTO (BODY FAT)

Paina painiketta **PROGRAM**, kunnes näytössä lukee "FAT".
Käytä **MODE**syöttääksesi parametrit:

- F1 - sukupuoli (gender) – 01 mies / 02 nainen
- F2 - ikä (age) – arvot 10-99
- F3 - pituus (height) – arvot 100-220 cm
- F4 - paino (weight) – arvot 20-130 kg

Uzyj przycisków **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** asettaaksesi parametrien arvot. Parametrien valinnan jälkeen näytössä näkyy F5. Aseta molemmat kädet pulssiantureille, 5-6 sekunnin kuluttua tietokone näyttää **FAT**-tiedon. **FAT**:n tarkoituksena on mitata pituuden ja painon suhdetta, ei kehon mittasuhteita. Oikean tuloksen tulisi olla välillä 19-26. Arvo alle 19 tarkoittaa alipainoa, 27-30 - ylipainoa ja yli 30 - lihavuutta.
HUOMIO! Saatuja tuloksia ei saa missään tapauksessa käyttää hoidon perustana tai ottaa huomioon lääketieteellisiin tarkoituksiin.

HARJOITTELU JA HARJOITUSVAIHEET

Laitteen käyttäminen tuo sinulle monia etuja. Se parantaa kuntoasi, vahvistaa lihaksiasi ja yhdessä oikean ruokavalion kanssa auttaa polttamaan ylimääräistä rasvakudosta.

1. LÄMMITTELY

Tämä vaihe parantaa verenkiertoa koko kehossa ja valmistaa lihakset lisääntyneeseen rasitukseen. Se vähentää myös krampppien ja vammojen riskiä. On suositeltavaa tehdä useita venytysharjoituksia, kuten alla on esitetty. Jos tunnet kipua, lopeta harjoittelu tai vähennä liikkeen laajuutta.

REISIEN SISÄLIHASTEN VENYTTÄMINEN

Istu tasaisella alustalla jalat koukussa ja polvet ulospäin. Yhdistä jalkapohjat ja tuo ne mahdollisimman lähelle toisiaan. Paina polvia varovasti alustaa kohti ja pidä asento 15 sekuntia.

REISIEN VENYTTÄMINEN

Istu tasaisella alustalla. Suorista oikea jalka ja aseta vasemman jalan pohja oikean reiden päälle. Ojenna oikea käsi kohti oikean jalan varpaita niin pitkälle kuin mahdollista. Pidä asento 15 sekuntia. Toista sama vasemmalla jalalla.

PÄÄN KÄÄNTÖ

Pidä pää suorana katsoen eteenpäin. Käännä päätä oikealle ja suorista se, sitten käännä vasemmalle ja suorista se, liikuttamatta hartioita.

KÄSIEN NOSTO

Nosta vasen käsi mahdollisimman korkealle ja pidä asento muutaman sekunnin ajan. Toista sama oikealla kädellä.

AKILLESJÄNTEEN VENYTTÄMINEN

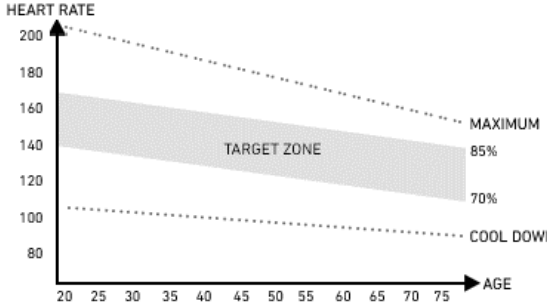
Seiso kasvot seinään päin, vie vasen jalka eteen ja taivuta hieman polvesta. Pidä oikea jalka takana – suorana, kantapää tasaisesti lattialla. Pidä molemmat kantapäät tasaisesti lattialla ja paina lantiota seinää kohti. Pidä asento 30 sekuntia. Toista toimenpide oikea jalka eteenpäin ojennettuna. Muista, ettet taivuta selkää kaarelle harjoituksen aikana.

KUMARRUKSET

Seiso jalat yhdessä. Kumarra eteenpäin yrittäen tuoda rintakehä mahdollisimman lähelle polvia. Pidä asento 15 sekuntia. Muista, ettet taivuta polvia.

2. HARJOITUSVAIHE

Tämä on harjoittelun oikea vaihe. Harjoittele omaan tahtiisi saavuttaaksesi ikäsi mukaisen sykkeen, kuten kaaviossa on esitetty.



3. VAIHE RENTOUTUMISTA

Tämä vaihe auttaa rauhoittamaan verenkiertoa ja rentouttamaan lihaksia. Se on toisto lämmittelyharjoituksista. On syytä muistaa, ettei lihaksia rasiteta liikaa.

MAHDOLLISET VIAT JA KORJAUSTEKNIIKAT

HUOMIO! Laitteen kotelon avaaminen ilman yhteydenottoa valmistajan huoltoon johtaa takuun raukeamiseen. Jos epäilet vikaa, joka vaatii kotelon avaamista, ota yhteyttä valmistajan huoltoon.

VIRHEEN KUVAUS	MAHDOLLISET SYYT	ONGELMAN RATKAISU
----- Ongelma turva-avaimen kanssa	Turva-avain ei ole kytketty. Tietokone on vaurioitunut.	Kytke turva-avain oikein. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
E01 Tietokone ei toimi	Tietokone on kytketty väärin. Yhdistävä kaapeli on rikki tai kulunut	Tarkista tietokoneen kaapelin oikea kytkentä. Tarkista pistokkeiden liitäntä. Jos se on oikein ja ongelma jatkuu, ota yhteyttä valmistajan huollon asiakaspalveluun.
	Tietokone on vaurioitunut	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	Yhteys ohjauksen ja tietokoneen välillä on estetty	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
E02 Moottori ei toimi	Väärä syöttöjännite	Varmista, että jännite on oikea. Jos ongelma jatkuu, ota yhteyttä valmistajan huollon asiakaspalveluun.

	Virheellinen moottorin kaapelin liitäntä	Irrota kaapeli ja kytke se uudelleen. Jos ongelma jatkuu, ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	Vaurioitunut ohjain	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
E03 Tietokone ei havainnut 15 sekunnin aikana signaalia nopeusanturista	Virheellinen anturin liitäntä	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	Anturin pistoke on kytketty väärin	Tarkista pistokkeiden liitäntä. Jos se on oikein ja ongelma jatkuu, ota yhteyttä valmistajan huollon asiakaspalveluun.
	Vaurioitunut anturi	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
E05 Ylikuormitusvirhe	Moottorivika	Tarkista, ettei moottori ole palanut. Jos ei ole, irrota juoksumatto verkkovirrasta ja kytke se sitten uudelleen. Jos ongelma jatkuu, ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	Ohjaimen nimellisvirta on liian alhainen.	Vaihda ohjain. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	Virta on nimellisarvoa suurempi	Varmista, että käyttäjän paino ei ylitä laitteen enimmäispainoa.
E06 Ohjaimen isetestasvirhe		Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
E07 Ei näyttöä	Turva-avain irrotettu	Kiinnitä turva-avain.
E08 Ohjaimen EEPROM-virhe	Ohjain on rikki.	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
Laite ei toimi	Ei virtaa	Kytke laite virtalähteeseen.
	Turva-avain irrotettu Oikosulku	Kiinnitä turva-avain. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	ON/OFF-kytkin ei ole päällä	Kytke laite päälle.
Juoksumatto ei toimi sujuvasti	Juoksumatto ei ole riittävästi voideltu	Voitele juoksumatto käyttöohjeen mukaisesti.
	Juoksumatto on liian tiukalla	Säädä ja kohdista juoksumaton asento käyttöohjeen mukaisesti.
Juoksumatto on vinossa	Juoksumatto on liian löysällä	Säädä ja kohdista juoksumaton asento käyttöohjeen mukaisesti.
	Käyttöhihna on liian löysällä	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.

TAKUU

Myyjä myöntää Takuunantajan puolesta takuun Suomen tasavallan alueella 24 kuukauden ajaksi myyntipäivästä. Takuu myydylle tuotteelle ei poista, rajoita tai keskeytä kuluttajansuojalain mukaisia ostajan oikeuksia.

Takuukortti on viimeisellä sivulla.

TAKUU EHDOT

- Vain valmistajan virheestä johtuvat piilevät viat kuuluvat reklamaatioon ja takuuseen.
- Takuu on voimassa myymälässä tai huollossa, kun asiakas esittää:
 - voimassaolevan, selkeästi ja oikein täytetyn takuukortin, jossa on myyntileima ja myyjän allekirjoitus,
 - voimassaolevan ostokuitin, jossa on myyntipäivämäärä, reklamoidun tuotteen tai välisen osan.
 - Etämyynnissä takuukortti on voimassa vain ostotositteen (kuitti / lasku) perusteella.
- Reklamaatio käsitellään 14 päivän kuluessa siitä, kun asiakas on ilmoittanut viasta.
- Valmistusvirheet ja vahingot, jotka ilmenevät takuuaikana, korjataan maksutta viimeistään 21 päivän kuluessa siitä, kun tuote on toimitettu myymälään tai huoltoon.

5. Jos varaosia on tuotava maahantuonnista, takuukorjauksen suorittamiseen kuluva aika voi pidentyä osien maahantuontiin tarvittavan ajan verran, kuitenkin enintään 40 päivällä.
6. Takuu ei kata:
 - a. mekaanisia vaurioita ja niistä johtuvia vikoja,
 - b. vahinkoja ja vikoja, jotka johtuvat virheellisestä tai epätarkoituksenmukaisesta käytöstä ja varastoinnista, virheellisestä asennuksesta ja huollosta,
 - c. kuluvien osien vaurioita ja kulumista, kuten: vaijerit, hihnat, kumiosat, polkimet, vaahtomuovikahvat, pyörät, laakerit, verhoilu.
 - d. asennus- ja huoltotoimenpiteitä, jotka käyttäjä on käyttöohjeen mukaan velvollinen suorittamaan itse.
7. Takuu ei ole voimassa seuraavissa tapauksissa:
 - a. voimassaoloajan päätyminen,
 - b. asiakkaan tekemät itsenäiset korjaukset ja muutokset käyttämällä muita kuin alkuperäisiä osia,
 - c. jos vika johtuu virheellisestä asennuksesta tai käyttöohjeessa kuvattujen oikean käytön periaatteiden noudattamatta jättämisestä,
 - d. muu kuin kotitalouskäyttö,
 - e. kuljetuksessa aiheutuneet vahingot.
8. Takuukortin kaksoiskappaleita ei myönnetä.
9. Takuun puitteissa asiakkaalla on oikeus vaatia seuraavia maksuttomia hyvityksiä:
 - a. tuotteen korjaus,
 - b. tuotteen vaihto,
 - c. hinnan alennus,
 - d. sopimuksen purkaminen ja aiheutuneiden kustannusten täysi palautus.
10. Reklamaation tekemiseksi tarvitaan:
 - a. Esitä tuote tai sen osa, jota takuu koskee.
 - b. Ostosite, jossa on myyjän nimi ja osoite, ostopäivä ja -paikka, tuotetyyppi tai voimassa oleva takuukortti myymälän leimalla.
 - c. Jos tuote toimitetaan likaisena, huolto voi kieltäytyä vastaanottamasta sitä tai suorittaa puhdistuksen asiakkaan kustannuksella tämän kirjallisella suostumuksella.
11. Jos reklamaatio hyväksytään, laite korjataan tai vaihdetaan uuteen tai asiakkaalle palautetaan rahat. Valmistajan huolto kattaa tavaroiden kuljetuskustannukset asiakkaalle.
12. Jos takuureklamaatio hylätään, asiakas saa yksityiskohtaisen perustelun päätökselle, ja laite palautetaan asiakkaalle tämän kustannuksella 14 päivän kuluessa päätöksen antamisesta.

SL Navodila za uporabo

Uporabnik,
Pred začetkom montaže preberite naslednja navodila
in prvo uporabo naprave. Ta navodila vsebujejo pomembne informacije o varnosti
uporabe in vzdrževanju opreme. Shranite ga za uporabo informacij o vzdrževanju
ali naročanje nadomestnih delov.

TEHNIČNI PODATKI

Napajanje	220V
Maksimalna moč	900 W
Teža	510 kg
Temperatura uporabe	0°C do +40°C
Temperatura skladiščenja	-10°C do +60°C
Maksimalna teža uporabnika	120 kg
Razred uporabe	Razred H
Razred natančnosti	Razred C
Hitrost	0.8 -12 km/h
Naklon	12 stopenj
Standard izdelka (glavni)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Namen	Električni tekalni trak za domačo uporabo

VARNOST

POZOR! Napravo lahko uporabljate izključno v skladu z njenim namenom, to je za trening odraslih oseb. Vsaka druga uporaba naprave je lahko nevarna. Proizvajalec ne odgovarja za škodo, ki je nastala zaradi nepravilne uporabe naprave.

- Naprava je bila zasnovana in izdelana na podlagi najnovejših spoznanj s področja varnosti. Nevarni elementi, ki bi lahko potencialno predstavljali nevarnost poškodb, so bili odpravljeni ali ustrezno zavarovani.
- Popravila in spremembe na lastno pest niso dovoljene.
- Enkrat na en ali dva meseca preverite pravilnost pritvita vijakov, vijčnic in matic.
- Za trajno zagotavljanje varnosti redno (torej enkrat letno) preverjajte in vzdržujte opremo v specializirani trgovini.
- Vse spremembe na napravi, ki niso opisane v teh navodilih, lahko povzročijo poškodbe ali neposredno ogrozijo zdravje in življenje osebe, ki telovadi. Spremembe na napravi lahko izvajajo samo serviserji proizvajalca ali osebe, ki jih je usposobil.
- Vse naprave so predmet stalnih inovacijskih aktivnosti za zagotavljanje visoke kakovosti. Iz tega razloga si proizvajalec pridržuje pravico do uvajanja tehničnih sprememb.
- Vsa vprašanja ali dvome v zvezi z opremo naslovite na specializirano trgovino.

POZOR! Upoštevajte splošna pravila in varnostne ukrepe, ki veljajo za ravnanje z električnimi napravami.

- Naprava se napaja z omrežno napetostjo 220V.**
- Vse električne naprave med delovanjem oddajajo elektromagnetno sevanje. Če so v bližini elektronskega krmilnega sistema ali kokpita nameščene druge naprave, ki oddajajo takšno sevanje (npr. mobilni telefoni), se lahko nekatere vrednosti (kot npr. srčni utrip) izkrivijo.
- POZOR!** Nikoli ne izvajajte sami nobenih sprememb v električnem omrežju. Takšne spremembe prepustite strokovnjakom.
- POZOR!** Ne pozabite, da pred začetkom popravil, vzdrževanja ali čiščenja opreme izvlačete vtič iz vtičnice.
- Za priključitev naprave ne uporabljajte podaljškov.
- Če opreme dlje časa ne boste uporabljali, izvlačite vtič iz vtičnice.
- Bodite pozorni, da električni kabel ni stisnjen in da njegova namestitvev ne povzroča nevarnosti spotikanja.

OZEMLJITEV

Ozemljitev štiti pred nevarnostjo električnega udara. Naprava ima kabel in vtič z ozemljitvijo. Vtič mora biti priključen v pravilno nameščeno in ustrezno ozemljeno omrežno vtičnico.

NEVARNOST! Nepravilna priključitev kabla lahko povzroči nevarnost električnega udara.

- Pred priključitvijo naprave na napajanje se prepričajte, da lokalna napetost ustreza vrsti vtiča.
- Ne spreminjajte vtiča, če ne ustreza vtičnici. V tem primeru naročite kvalificiranemu električarju, da namesti drugo vtičnico.

POZOR! Osebe, ki so v bližini med uporabo opreme, je treba opozoriti na morebitne nevarnosti. Bodite še posebej previdni v prisotnosti otrok.

POZOR! Pred začetkom vadbe se posvetujte z zdravnikom da se prepričate, ali nimate zdravstvenih kontraindikacij za vadbo na napravi. Na podlagi mnenja specialista lahko razvijete svoj načrt vadbe. Nepravilno izbran program ali pretirana vadba je lahko nevarna za vaše zdravje in življenje.

OPOZORILO! Sistemi za spremljanje srčnega utripa so lahko netočni. Preobremenitev med vadbo lahko povzroči resne poškodbe ali smrt. Če se počutite slabo, takoj prenehajte z vadbo.

POZOR! Obvezno upoštevajte opombe glede izvajanja treninga, ki so navedene v teh navodilih.

- Pri izbiri mesta za izvajanje treninga zagotovite varno razdaljo od morebitnih ovir. Ne postavljajte opreme v bližino prometnih poti (cest, vrat, prehodov itd.).
- Prepovedana je uporaba opreme v neposredni bližini od stene. Varnostno območje znaša 2000 mm in je vsaj tolikšne širine kot naprava.

POZOR! Med montažo naprave bodite previdni in ne dovolite otrokom, da bi bili v bližini. Med montažo se uporabljajo majhni deli (matice, vijaki itd.), ki jih lahko otroci pogoltnejo.

PREOSTALO TVEGANJE

- V primeru, da zaščita pred padcem ni uporabljena ali je uporabljena nepravilno, obstaja preostalo tveganje, tj. padec osebe, ki povzroči odrgnine kože, modrice, zlome ali, v najslabšem primeru, smrt.
- Obstaja preostalo tveganje nenamene preobremenitve osebe, ki vadi, zaradi nepravilnega upravljanja ali napačne ocene, pa tudi nepravilnega prenosa podatkov (zaradi elektromagnetnih motenj, napake programske opreme itd.).
- Tudi najboljša zaščita programske in strojne opreme ne izključuje napake programske ali strojne opreme in lahko teoretično povzroči preobremenitev osebe, ki vadi.
- Izdelek je električna naprava, zato ni mogoče izključiti električnega udara, ki lahko privede do smrti.
- Ni mogoče izključiti preostalega tveganja zadušitve.
- Tveganje lahko zmanjšate z upoštevanjem informacij o varnosti, ki so navedene v navodilih za uporabo.
- Ni mogoče izključiti, da bo nenamerna ali nedovoljena uporaba povzročila druga, neupoštevana tveganja, upoštevana tveganja pa so bila ocenjena nepravilno.

V analizi tveganja je bila ocena izvedena na podlagi „trenutnega stanja naprave“. Iz izvedene ocene in kontrole izdelka izhaja, da je verjetnost pojava nedopustnega tveganja zelo majhna. Naprava (njena konstrukcija, način delovanja in uporaba) v normalnih pogojih ne povzroča neupravičenega tveganja za osebo, ki vadi, niti za tretje osebe.

OZNAKE ZA RAVNANJE NA TRANSPORTNI EMBALAŽI

	S to stranjo navzgor. Ne obračajte.
	Zaščititi pred padcem.
	Embalaža, primerna za recikliranje.
	Električni odpadki. Rabljeno opremo je treba oddati na zbirno mesto za recikliranje.
	Pazljivo, krhko. Možnost poškodbe. Bodite previdni.
	Zaščititi pred vlago.
	Pozor, težek izdelek.
	Skladiščiti največ v 8 plasteh.



Izdelek vsebuje navodila za uporabo.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Ne odpirajte z nožem.



Embalaža je izdelana iz kartona in plastičnih mas. Odpadke ločujte v skladu z lokalnimi predpisi.



Embalaža je izdelana iz kartona in plastičnih mas. Odpadke ločujte v skladu z lokalnimi predpisi.



Embalaža je izdelana iz kartona.



Embalaža je bila izdelana ob upoštevanju odgovornosti do okolja in recikliranja. Odpadke ločujte v skladu z lokalnimi predpisi.

UPRAVLJANJE

Pred začetkom treninga se prepričajte, da je naprava pravilno nameščena.

- Pred začetkom prvega treninga se seznajte z vsemi funkcijami in možnostmi nastavitve naprave.
- Naprava ima elemente, ki so lahko izpostavljeni koroziji. Zato se ne priporoča, da bi ostala v vlažnem prostoru. Prav tako je treba poskrbeti, da oprema (zlasti njeni notranji in elektronski elementi) ni izpostavljena stiku z vodo, pijanci, znojem itd.
- Naprava je namenjena samo za trening odraslih in nikakor ni igračka za otroke. Če na lastno odgovornost dovolite otrokom, da jo uporabljajo, jih obvezno poučite o pravilni uporabi in jih stalno nadzorujte.
- Oprema ni primerna za terapevtske namene.
- Med delovanjem naprave se lahko pojavijo tihi šumi pri inercialnem gibanju vztrajnostne mase, ki so posledica vrste konstrukcije. Ti nimajo nobenega vpliva na delovanje opreme.
- Emisija hrupa med obremenitvijo je večja kot brez obremenitve.
- Pred začetkom vsake vadbe preverite pravilnost varnostnih elementov ter vijakov in vtičnih povezav.
- Med vadbo na napravi ne pozabite na primerno obutev (športni čevlji).

VZDRŽEVANJE

Za zagotovitev maksimalne varnosti uporabe tekalne steze je priporočljivo redno preverjanje obrabljenosti elementov. To vključuje preverjanjeategenjenosti in stanja matic, vijakov, gibljivih delov, puš itd. Napravo shranjujte v suhem in tplem prostoru. Ne izpostavljajte je sončnim žarkom.

POZOR! Pred začetkom vzdrževanja vedno izklopite tekalno stezo in jo odklopite iz napajanja.

ČIŠČENJE

Redno čiščenje naprave bo podaljšalo njeno življenjsko dobo in ohranilo visoko učinkovitost.

Za čiščenje tekalne steze uporabite mehko, vlažno krpo. To ne velja za električne elemente, motor, notranje dele - ne dovolite, da bi voda prišla v te dele. Zaščitite površino tekalne steze (in prostor pod njo) pred vodo.

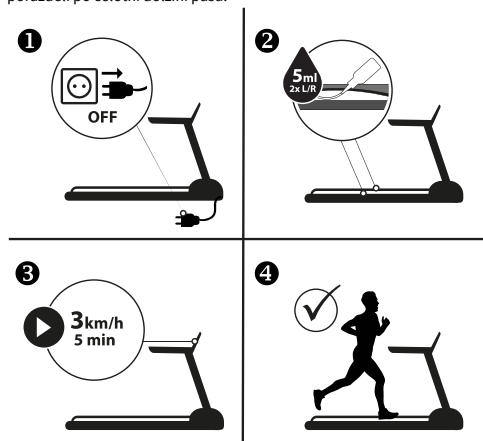
ČIŠČENJE MOTORJA

Vsaj enkrat na leto odstranite prah z motorja. Za to najprej izklopite tekalno stezo iz napajanja in po približno 1 uri odstranite pokrov motorja. S stisnjenim zrakom ali čopičem previdno odstranite nakopičen prah. Po ponovni namestitvi pokrova motorja in priključitvi na napajanje lahko zaženete tekalno stezo.

MAZANJE TEKALNE STEZE

Pogostost mazanja tekalne steze je odvisna od intenzivnosti njene uporabe. Če naprava deluje več kot 5 ur na teden, je priporočljivo mazanje vsake 2-3 mesece. V primeru manj intenzivne uporabe tekalne steze jo je treba mazati enkrat na 7-8 mesecev.

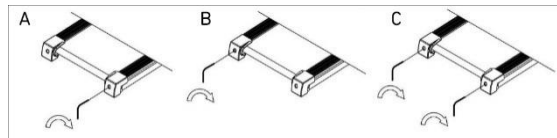
1. Preden začnete mazati tekalni pas, izklopite tekalno stezo in jo odklopite iz napajanja. 2. Nanesite mast pod tekalni pas z obeh strani po približno 5 ml. Največ je uporabite na mestih, kjer stopala med tekom pridejo v stik s pasom. 3. Zaženite tekalno stezo z nizko hitrostjo (npr. 3 km/h) in počakajte, da se mast enakomerno porazdeli po celotni dolžini pasu.



NASTAVITEV NAPETOSTI PASU

Tekalni pas lahko zaradi stalne uporabe tekalne steze zahteva napenjanje. Pas je treba napeti, ko med vadbo začne drseti, se premikati vstran ali zvijati. Preohlapno napet pas se lahko ustavi med delovanjem motorja. Postavite tekalno stezo na ravno površino. Zaženite tekalno stezo s hitrostjo približno 6-8 km/h in opazujte stopnjo odklona tekalnega pasu.

- Ne smete preveč napenjati pasu, ker lahko to povzroči okvare npr. motorja, gredi ali ležajev.
- Pravilno napet pas lahko dvignete na njegovih robovih na višino približno 5-7,5 cm. To je zelo enostavno preveriti - pravilno napet je, ko se pod njega prilegajo 3 prsti.



POVEČANJE NAPETOSTI PASU

V kompletu delov boste našli poseben ključ. Vstavite ga v levi vijak za nastavitev pasu, ki se nahaja na zadnjem delu tekalne steze. Obrnite ključ v smeri urinega kazalca za 90 stopinj (slika C).

Na ta način boste napeli zadnji valj in povečali napetost pasu. Ponovite postopek tako, da obrnete vijak na desni strani. Bodite pozorni na to, da vijake obrnete enako.

Ponovite postopke za oba vijaka, dokler pas ni pravilno napet.

ZMANJŠANJE NAPETOSTI PASU

Če želite zmanjšati napetost pasu, ravajte enako kot pri njegovem povečanju. Ključ obračajte v nasprotni smeri urinega kazalca.

CENTIRANJE TEKALNEGA PASU

Zaradi različnega načina teka (najpogostejše večje obremenitve na eno nogo) se lahko pas premika vstran in ni centriran. Zato je treba pas občasno nastaviti. Pas bi se moral samodejno centrirati med delovanjem tekalne steze. Potrebna je nastavitev, če se premika proti desni ali levi strani.

Zaženite tekalno stezo in nastavite njeno nizko hitrost (npr. 3 km/h). Preverite v katero smer se premika pas.

- Če se pas premika v desno stran, vstavite ključ v desni vijak za nastavitev. Obrnite ključ za 90 stopinj v smeri urinega kazalca (slika A). Opazujte, ali se pas centrirata. Če se še vedno premika v desno, ponovno obrnite vijak za 90 stopinj.
- Če se pas premika v levo, ravajte enako kot v zgornjem primeru, vendar obrnite vijak, ki se nahaja na levi strani (slika B).

OKOLJE

Naprava je dobavljena v embalaži za zaščito pred morebitnimi poškodbami med transportom. Embalaža je nepredelana surovina in jo je mogoče reciklirati. Odvrzite te materiale v ustrezne barvne posode, namenjene selektivnemu zbiranju.



Varujte okolje in ne mečite izrabljenih baterij v domači koš za smeti. Oddajte jih na mestu nakupa ali jih prenesite na ločeno mesto za shranjevanje sekundarnih surovin. Odslužena električna naprava (vključno s števcem, napajalnikom) je sekundarna surovina - ne mečite je v posode za gospodinjstve odpadke, ker lahko vsebujejo snovi, ki so nevarne za zdravje in okolje. Prosimo za aktivno pomoč pri varčnem gospodarjenju z naravnimi viri in varovanju naravnega okolja s predajo odslužene naprave na zborno mesto sekundarnih surovin - odsluženi električni naprav.

MONTAŽA

Montažo naprave mora skrbno opraviti odrasla oseba. V primeru dvomov prosite za pomoč nekoga z več izkušnjami na tem področju.

- Pred začetkom montaže se prepričajte, ali komplet z napravo vsebuje vse elemente iz seznama delov ter ali so bili nekateri elementi poškodovani med transportom. V primeru manjkajočih elementov ali zadržkov se obrnite na prodajalca.
- Seznajte se z risbami in pojasnili ter izvedite montažo v skladu z vrstnim redom, ki je naveden v navodilih za montažo.
- Bodite previdni med montažo. Med uporabo orodja in elementov obstaja tveganje za poškodbo.
- Ne pozabite ohranjati varnega okolja. Ne razporejajte kaotično orodja in montažnih elementov. Ne pozabite, da so folije in vrečke iz plastike nevarnost zadušitve za otroke.
- Montažni elementi, potrebni za izvedbo določenega koraka navodil za montažo so prikazani na risbah in pojasnili. Uporabljajte elemente, navedene v navodilih za montažo.
- V prvih fazah montaže ne privijte delov do konca. Naredite to po namestitvi vseh in se prepričajte, da so pravilno nameščeni.
- Proizvajalec si pridržuje pravico do predhodne montaže nekaterih elementov.

SHEMA MONTAŽE (→ Glejte stran 3)

POZOR! Prepovedana je uporaba delov, ki izvirajo iz drugih virov kot od proizvajalca.

SEZNAM DELOV

Celoten seznam delov je na voljo ob stiku s serwis@zipro.pl ali na spletni strani Zipro.store v opisu izdelka.

ŠT.	OPIS	KOLIČINA
1	Glavni okvir	1
18	Levi pokrov osnove	1
19	Desni pokrov osnove	1
47	Allenov ključ	1
48	Varnostna ključavnica	1
49	Allenov ključ 6#	1
51	Silikonsko olje	1
52	Ukrižni ročaj S = 13, 14, 15	1
60	Ploščati cilindrični vijak z notranjim šestrobim M8 * 45	2
61	Ploščati cilindrični vijak z notranjim šestrobim M8 * 16	4
69	Samovrezni in samovrtalni vijak s stožčasto križno glavo s podložko 4.2*19	15
77	Standardna vzmetna podložka #8	8

79	Ploščata podložka razreda C #8	4
92	Ukrivljeno tesnilo #8	4

NAVODILA ZA MONTAŽO (→ Glejte stran 3)

POZOR! Med montažo upoštevajte naslednje korake in uporabljajte orodje, priloženo izdelku.
Pripravite dovolj prostora za namestitve naprave. Zaradi velike teže nekaterih elementov je priporočljiva montaža v dvoje.

IAVODILA ZA SESTAVLJANJE IN RAZSTAVLJANJE (→ Glejte stran 6)

SESTAVLJANJE NAPRAVE

POZOR! Pred začetkom sestavljanja natančno preverite, ali so vsi vijaki priviti. POZOR! Pri sestavljanju bodite pozorni na svoje roke in prste, da jih ne priščipnete.

Dvignite tekalni pas naprave v navpični položaj, dokler ne zaslišite zvoka blokade mehanizma za zlaganje.

RAZSTAVLJANJE NAPRAVE

POZOR! Bodite pozorni, da se med spuščanjem tekaške steze v neposredni bližini ne nahajajo tretje osebe in živali.

Medtem ko držite tekaško stezo, z nogo sprostite blokado mehanizma za zlaganje (označeno s puščico). Spustite ploščad do višine ograje glavnega okvirja. Od te višine se bo steza samodejno spuščala proti tlam.

NASTAVITVE

Izravnava naprave

Napravo izravnajte tako, da odvijete ali privijete izravnalne nogice, ki se nahajajo na sprednji in zadnji strani podstavka.

NAVODILA ZA UPORABO RAČUNALNIKA

ZAČETEK

V roku 3 sekund po pritisku na gumb **START** bo naprava začela delovati.

FUNKCIJA VARČEVANJA Z ENERGIJO

Računalnik tekaške steze bo samodejno prešel v način varčevanja z energijo, če v 10 minutah ne bo prišlo do nobenih aktivnosti. Pritisnite katero koli tipko, da znova zaženete sistem.

ZAUSTAVITEV NAPRAVE V SILI

POZOR! Varnostni ključ morate med vsako vadbo pritrditi na oblačila.

Uporabljati ga je treba izključno v nujnih primerih, ne pa kot običajen gumb za zaustavitev.

Nepravilno nameščen varnostni ključ onemogoča zagon tekaške steze.

Pred uporabo tekaške steze preverite pravilno delovanje sistema. Odstranite varnostni ključ tako, da povlečete vrvico. Po odstranitvi ključa se bo tekaška steza ustavila z zamudo, ki je odvisna od hitrosti delovanja, zaustavljen pa bo tudi sistem za dvigovanje tekaške steze. Zaustavitev bo signalizirana s kratkim zvočnim alarmom. Vsa okna na zaslonu bodo prikazala »---«.

Po ponovni priključitvi varnostnega ključa se bo naprava ponastavila.

PROGRAMI

Računalnik je opremljen s 3 uporabniškimi programi za ročno nastavitve, 12 samodejnih programov, shranjenih v spominu, 3 načini odštevanja (časa, kalorij, razdalje) in funkcijo merjenja telesne maščobe (Body Fat).

OPIS GUMBOV

- START** – se uporablja za zagon tekaške steze v ročnem načinu ali izbranem programu.
- STOP** – se uporablja za zaustavitev delujoče tekaške steze. Po pritisku bo prišlo tudi do ponastavitve nastavitve. Po ponovnem zagonu bo naprava začela delovati v ročnem načinu.
- PROGRAM** – se uporablja za izbiro avtomatskega programa vadbe (P1-P12), uporabniškega programa (U1-U3) ali funkcije Body Fat pred zagonom tekaške steze.
- MODE** – omogoča izbiro načina odštevanja: časa, razdalje ali kalorij
- HITROST** – gumbi omogočajo nastavitve (povečanje in zmanjševanje) hitrosti za 0,1 km/h. Gumbi se nahajajo na konzoli računalnika in na ročajih.
- GUMBI ZA HITRO IZBIRO HITROSTI** – omogočajo neposredno izbiro hitrosti (3, 6, 9, 12).
- NAKLON** – gumbi omogočajo nastavitve (povečanje in zmanjšanje) naklona tekalne steze za 1 stopnjo med vadbo. Gumbi se nahajajo na konzoli računalnika in na ročajih.
- GUMBI ZA HITRO IZBIRO NAKLONA** – omogočajo neposredno izbiro naklona tekalne steze med vadbo (3, 6, 9, 12).

FUNKCIJE (SPECIFIKACIJE)

SPEED	Prikaže trenutno hitrost.	0.8 -12 km/h
ČAS	Šteje skupni čas vadbe od začetka do konca.	00:00-99:59 min
NAKLON	Prikaže trenutno stopnjo naklona tekalne steze.	0-12 stopenj
KALORIJE	Šteje skupno število porabljenih kalorij od začetka do konca vadbe. (Meritev je približna za primerjavo različnih vadb in se ne sme uporabljati za zdravljenje).	0,0-999 kcal
RAZDALJA	Šteje skupno razdaljo od začetka do konca vadbe.	0,0-99,9 km
PULS	Prikaže trenutni srčni utrip.	50-200 BPM

POZOR! Merjenje srčnega utripa je samo za športne namene (izključuje medicinsko uporabo).

FUNKCIJA MERJENJA SRČNEGA UTRIPA

Ko zaženete tekalno stezo, držite obe dlani na senzorjih za merjenje srčnega utripa. Po 30 sekundah se bo na zaslonu prikazal trenutni srčni utrip. Med merjenjem bo računalnik prikazal ikono v obliki srca.

POZOR! Merjenje srčnega utripa je samo za športne namene (izključuje medicinsko uporabo).

ROČNI PROGRAM

Ročni program je privzeti način delovanja naprave. Tekalna steza začne delovati v tem načinu, ko pritisnete **START**, če ni izbran noben program vadbe.

- Privzeta hitrost v ročnem načinu je 0.8 km/h.
- Privzeta raven kota naklona tekočega traku je 0.
- Sprememba nastavitve hitrosti in kota naklona tekočega traku je mogoča s pomočjo gumbov na računalniku in držalnih.

PROGRAMI VADBE

Izberite enega izmed 15 samodejnih programov vadbe s pritiskom na gumb

PROGRAM tako dolgo, dokler se na zaslonu ne prikaže ustrezna številka.

- Ko se prikaže ustrezen program, pritisnite **MODE**. Po izbiri se bo v oknu prikazala in utripala vrednost "30:00". Nastavitve časa vadbe programa lahko izvedete z gumboma **SPEED +/-**.
- Nastavljen čas vadbe je sorazmerno razdeljen na 20 stopenj. Tabela prikazuje pregled stopenj in ustreznih hitrosti in kotov naklona za vsak program vadbe. → [Glej stran 117](#).
- Za začetek programa pritisnite **START**.

PROGRAMI UPORABNIKA

Računalnik je opremljen s 3 programi uporabnika za individualno določanje: U1, U2, U3.

NASTAVITEV PROGRAMA UPORABNIKA

- V stanju pripravljenosti pritisnite gumb **PROGRAM**, da izberete enega od programov uporabnika. Na plošči se bodo zaporedno prikazovale številke samodejnih programov, nato pa še programi uporabnika.
- Ko se prikaže ustrezen program, pritisnite **MODE**, da začnete urejati prvi odsek programa. Uporabite gumbe **SPEED +/-** za nastavitve hitrosti. Uporabite gumbe **NAKLON +/-** za nastavitve nivoja naklona tekaške steze.
- Pritisnite **MODE**, da potrdite nastavitve parametrov za prvi odsek in preidete na urejanje naslednjega.

Programi so sestavljeni iz 20 odsekov. Ponovite zgornje korake, dokler ne nastavite parametrov vseh odsekov. Programi bodo shranjeni v pomnilniku računalnika do naslednjega urejanja. Podatki se ne bodo izgubili zaradi izpada električne energije.

ZAGON UPORABNIŠKEGA PROGRAMA

- V stanju pripravljenosti pritisnite gumb **PROGRAM**, da izberete enega od uporabniških programov. Po izbiri se v oknu prikaže in utripa vrednost "30:00". Uporabite gumba **SPEED +/-**, **NAKLON +/-** za nastavitve časa vadbe. Nastavljen čas vadbe je sorazmerno razdeljen na 20 stopenj.
- Za začetek programa pritisnite **START**.

NAČIN ODŠTEVANJA

Izberite enega od 3 načinov odštevanja s pritiskom na gumb **MODE**.

- Za nastavitve odštevne vrednosti uporabite gumba **SPEED +/-**, **NAKLON +/-**.
- Zagon steze in odštevanje se začne s pritiskom na gumb **START**.

ODŠTEVANI PARAMETRI:

- ČAS: začetna vrednost odštevanja je 30 min. Računalnik omogoča nastavitve časa v območju 5-99 minut (na 1 minuto).
- KALORIJE: začetna vrednost odštevanja je 50 kcal. Računalnik omogoča nastavitve kalorij v območju 20-990 kcal (na 10 kcal).
- RAZDALJA: začetna vrednost odštevanja je 1 km. Računalnik omogoča nastavitve razdalje v območju 1,0-99,0 km (na 1 km).

FUNKCIJA MERJENJA TELESNE MAŠČOBE (BODY FAT)

Pritisnite gumb **PROGRAM**, dokler se na zaslonu ne prikaže "FAT".

Uporabite **MODE**, da vnesete parametre:

- F1 - spol (gender) – 01 moški / 02 ženska
- F2 - starost (age) – vrednosti 10-99
- F3 - višina (height) – vrednosti 100-220 cm
- F4 – teža (weight) – vrednosti 20-130 kg

Uporabite gumba **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** za nastavitve vrednosti parametrov. Po izbiri parametrov se na zaslonu prikaže F5. Položite obe dlani na senzorje za merjenje srčnega utripa, po 5-6 sekundah bo računalnik prikazal informacijo FAT. FAT je namenjen merjenju razmerja med višino in težo, ne pa razmerja telesa. Pravilen rezultat bi moral biti med 19-26. Vrednost pod 19 pomeni preizko težo, 27-30 - prekomerno težo, nad 30 - debelost.

POZOR! Pridobljeni rezultati nikakor ne smejo biti osnova za zdravljenje ali upoštevanje v medicinske namene.

TRENING IN FAZE VADBE

Uporaba naprave vam bo prinesla številne koristi. Predvsem bo izboljšala vašo kondicijo, okrepila mišice, v kombinaciji s pravilno prehrano pa boste lahko pokurili odvečno maščobo.

1. OGREVANJE

To je faza, ki izboljša prekrvavitev v celem telesu in pripravi mišice na povečan napor. Zmanjšuje tudi tveganje za nastanek krčev in poškodb. Priporočljivo je izvajati nekaj razteznih vaj, kot je prikazano spodaj.

Če čutite bolečino, prenehajte vaditi ali zmanjšajte obseg gibanja.

RAZTEZANJE NOTRANJIH STEGENJSKIH MIŠIC

Sedite na ravno površino z upognjenimi nogami in koleno, usmerjenimi navzven. Združite podplate stopal in jih približajte drug drugemu čim bližje. Nežno pritisnite kolena proti tlam in vztrajajte v tem položaju 15 sekund.

RAZTEZANJE STEGEN

Sedite na ravno površino. Iztegnite desno nogo, podplat leve noge pa pristonite na desno stegno. Iztegnite desno roko proti prstom desne noge, kolikor daleč je mogoče. Vztrajajte 15 sekund. Ponovite z levo nogo.

ZAVRTENJE GLAVE

Držite glavo naravnost in glejte naprej. Ne premikajte ramen, obrnite glavo v desno in jo poravnajte, nato pa jo obrnite v levo in jo poravnajte.

DVIGOVANJE ROK

Dvignite levo roko čim višje in vztrajajte nekaj sekund. Ponovite z desno roko.

RAZTEZANJE AHILOVE TETIVE

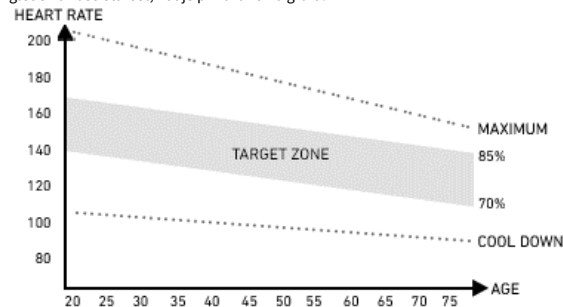
Stojte obrnjeni proti steni, levo nogo iztegnite naprej in jo rahlo upognite v kolenu. Desno nogo držite zadaj - iztegnjeno, s peto položeno ravno na tleh. Obe peti držite ravno na tleh in potiskajte boke proti steni. V tem položaju vztrajajte 30 sekund. Ponovite z iztegnjeno desno nogo. Ne pozabite, da med vadbo ne smete upogibati hrbta v lok.

PREDERE

Stojte z združenimi nogami. Naredite predklon in se poskušajte čim bolj približati prsni koš kolenom. Vztrajajte 15 sekund. Ne pozabite, da ne smete upogibati kolen.

2. FAZA VAJE

To je prava faza treninga. Vadite v svojem tempu, da dosežete ustrezen srčni utrip glede na vašo starost, kot je prikazano na grafu.

**3. FAZA SPROSTITVE**

Ta faza omogoča umiritev krvnega obtoka in sprostitve mišic. To je ponovitev ogrevalnih vaj. Ne pozabite, da ne preobremenite mišic.

MOŽNE POŠKODBE IN TEHNIKE POPRAVILA

POZOR! Odprtje ohišja naprave brez predhodnega stika s servisom proizvajalca povzroči izgubo garancije.

V primeru suma na okvaro, ki zahteva odprtje ohišja, se obrnite na servis proizvajalca.

OPIS NAPAKE	MOŽNI VZROKI	REŠITEV PROBLEMA
----	Varnostni ključ ni priključen.	Pravilno priključite varnostni ključ.
Težava z varnostnim ključem	Računalnik je poškodovan.	Obrnite se na servis proizvajalca.
E01 Računalnik ne deluje	Računalnik je slabo priključen.	Preverite pravilnost priključitve kablov računalnika.
	Priključni kabel je zlomljen ali obrabljen	Preverite priključitev vtičev. Če je pravilna in se težava še vedno pojavlja, se obrnite na službo za pomoč strankam servisa proizvajalca.
	Računalnik je poškodovan	Obrnite se na servis proizvajalca.
	Povezava med krmilno ploščo in računalnikom je blokirana	Obrnite se na servis proizvajalca.
E02 Motor ne deluje	Nepravilna napetost napajanja	Prepričajte se, da je napetost pravilna. Če se težava še vedno pojavlja, se obrnite na službo za pomoč strankam servisa proizvajalca.
	Napačna povezava kabla motorja	Odklopite kabel in ga ponovno priključite. Če se

	Poškodovan krmilnik	Obrnite se na servis proizvajalca.
E03 Računalnik 15 sekund ni zaznal signala s senzorja hitrosti	Napačna povezava senzorja Nepravilno priključen vtič senzorja	Obrnite se na servis proizvajalca. Preverite priključitev vtičev. Če je pravilna in se težava še vedno pojavlja, se obrnite na službo za pomoč strankam servisa proizvajalca.
	Poškodovan senzor	Obrnite se na servis proizvajalca.
E05 Napaka preobremenitve	Okvara motorja	Preverite, ali je motor pregorel. Če ni, izključite tekalno stezo iz električnega omrežja in jo ponovno priključite. Če se težava nadaljuje, se obrnite na servis proizvajalca.
	Nazivni tok v krmilniku je prenizek.	Zamenjajte krmilnik. Obrnite se na servis proizvajalca.
	Tok je nad nazivno vrednostjo	Prepričajte se, da teža uporabnika ne presega največje dovoljene vrednosti za to napravo.
E06 Napaka samodejnega testiranja krmilnika		Obrnite se na servis proizvajalca.
E07 Ni prikaza	Odklopljen varnostni ključ	Vtaknite varnostni ključ.
E08 Napaka krmilnika EEPROM	Krmilnik je pokvarjen.	Obrnite se na servis proizvajalca.
Naprava ne deluje	Ni napajanja	Priključite napravo na električno omrežje.
	Odklopljen varnostni ključ	Vtaknite varnostni ključ.
	Kratki stik	Obrnite se na servis proizvajalca.
	Stikalo ON/OFF ni vklopljeno	Vklopite napravo.
Tekalni pas ne deluje gladko	Tekalni pas ni dovolj podmazan	Podmažite tekalni pas v skladu z navodili v priročniku za uporabo.
	Tekalni pas je premočno napet	Prilagodite in poravnajte položaj tekalnega pasu v skladu z navodili v priročniku za uporabo.
	Pogonski jermen je premalo napet	Obrnite se na servis proizvajalca.

GARANCIJA

Prodajalec v imenu Garanta daje garancijo na ozemlju Republike Slovenije za obdobje 24 mesecev od datuma prodaje. Garancija za prodano blago ne izključuje, ne omejuje ali ne začasno odvzame pravic Kupca, ki izhajajo iz Zakona o varstvu potrošnikov.

Garancijski list se nahaja na zadnji strani.**POGOJI GARANCIJE**

- Reklamacije in garancija veljajo samo za skrite napake, ki so nastale po krivdi proizvajalca.
- Garancijo bo spoštovala trgovina ali servis po predložitvi s strani stranke:
 - veljavnega, čitljive in pravilno izpolnjenega garancijskega lista z žigom prodaje in podpisom prodajalca,
 - veljavnega dokazila o nakupu opreme z datumom prodaje,
 - reklamiranega blaga ali pokvarjenega dela.
 V primeru nakupa na daljavo je garancijski list veljaven samo na podlagi dokumenta o nakupu (račun).
- Reklamacija bo obravnavana v roku do 14 dni od trenutka prijave napake s strani Kupca.

4. Tovarniške napake in poškodbe, ki se pojavijo v garancijski dobi, bodo popravljene brezplačno v roku največ 21 dni od datuma dostave blaga v trgovino ali servis.
5. V primeru potrebe po uvozu dela se lahko rok za izvedbo garancijskega popravila podaljša za čas, potreben za njegov uvoz, vendar ne za več kot 40 dni.
6. Garancija ne zajema:
 - a. mehanske poškodbe in napake, ki so posledica teh poškodb,
 - b. poškodbe in napake, ki so posledica nepravilne uporabe in skladiščenja, nepravilne montaže in vzdrževanja,
 - c. poškodbe in obraba potrošnih delov, kot so: vrvi, pasovi, gumijasti elementi, pedala, gobasti ročaji, kolesa, ležaji, oblazinjenje.
 - d. dejavnosti, povezane z montažo, vzdrževanjem, ki jih je v skladu z navodili za uporabo uporabnik dolžan izvesti sam.
7. Garancija ne velja v naslednjih primerih:
 - a. potek roka veljavnosti,
 - b. če stranka sama popravlja in spreminja izdelek z uporabo neoriginalnih delov,
 - c. če je prišlo do napake zaradi nepravilne namestitve ali zaradi neupoštevanja pravil pravičnega delovanja, opisanih v navodilih za uporabo,
 - d. uporabe, ki ni domača,
 - e. poškodbe, nastale med transportom.
8. Dvojniki garancijskega lista ne bodo izdani.
9. V okviru garancije ima stranka pravico zahtevati naslednje vrste brezplačne odškodnine:
 - a. popravilo izdelka,
 - b. zamenjava izdelka,
 - c. znižanje cene,
 - d. razveljavitev pogodbe in popolno povračilo nastalih stroškov.
10. Za uveljavljanje garancije je treba:
 - a. Predložiti izdelek ali njegov del, na katerega se nanaša garancija.
 - b. Dokazilo o nakupu, ki določa ime in naslov prodajalca, datum in kraj nakupa, vrsto izdelka ali veljaven garancijski list z žigom trgovine.
 - c. V primeru dostave umazanega izdelka lahko servis zavrne njegovo sprejetje ali pa na stroške stranke z njenim pisnim soglasjem opravi čiščenje.
11. V primeru pozitivne rešitve reklamacije bo oprema popravljena ali zamenjana z novo ali pa bo stranki vrnjen denar. Stroške prevoza blaga do kupca krije servis proizvajalca.
12. V primeru zavrnitve garancijskega zahtevka bo stranka prejela podrobno utemeljitev sprejete odločitve, oprema pa bo v roku 14 dni od prejema odločitve poslana nazaj stranki na njene stroške.

HR Upute za uporabu

Korisniče,
Molimo Vas da se upoznate s uputama prije početka montaže i prvog korištenja uređaja. Ove upute sadrže važne informacije o sigurnosti korištenja i održavanja opreme. Sačuvajte ih kako biste mogli koristiti informacije o održavanju ili naručivanju zamjenskih dijelova.

TEHNIČKI PODACI

Napajanje	220V
Maksimalna snaga	900 W
Težina	51 kg
Temperatura korištenja	0°C do +40°C
Temperatura skladištenja	-10°C do +60°C
Maksimalna težina korisnika	120 kg
Klasa primjene	Klasa H
Klasa točnosti	Klasa C
Brzina	0.8 -12 km/h
Nagib	12 razina
Norma proizvođa (glavna)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Namjena	Električna traka za trčanje za kućnu upotrebu

SIGURNOST

PAŽNJA! Uređaj se smije koristiti isključivo u skladu s njegovom namjenom, odnosno za trening odraslih osoba. Svaka druga upotreba uređaja može biti opasna. Proizvođač ne snosi odgovornost za štetu nastalu nepravilnim korištenjem uređaja.

- Uređaj je dizajniran i konstruiran na temelju najnovijih spoznaja iz područja sigurnosti. Opasni elementi koji potencijalno mogu predstavljati opasnost od ozljeda su eliminirani ili relativno zaštićeni.
- Nije dopušteno samostalno popravljati i mijenjati uređaj.
- Jednom u jedan ili dva mjeseca provjerite jesu li vijci, zavrtnji i matice pravilno zategnuti.
- U svrhu trajnog osiguranja sigurnosti, redovito (jednom godišnje) provjeravajte i održavajte opremu u specijaliziranoj prodavaonici.
- Sve promjene na uređaju koje nisu opisane u ovim uputama mogu uzrokovati oštećenja ili izravno ugroziti zdravlje i život osobe koja vježba. Promjene na uređaju smiju vršiti samo serviseri proizvođača ili osobe koje su oni obučili za to.
- Svi uređaji podliježu stalnim inovativnim aktivnostima kako bi se osigurala visoka kvaliteta. Iz tog razloga proizvođač zadržava pravo na uvođenje tehničkih promjena.
- Sva pitanja ili nedoumice u vezi s opremom obratite se specijaliziranoj prodavaonici.

PAŽNJA! Pridržavajte se općih propisa i sigurnosnih mjera koje vrijede za rukovanje električnim uređajima.

- **Uređaj se napaja mrežnim naponom 220V.**
- Svi električni uređaji tijekom rada emitiraju elektromagnetsko zračenje. Ako se u blizini elektroničkog upravljačkog sustava ili kokpita nalaze drugi uređaji koji emitiraju takvo zračenje (npr. mobilni telefoni), neke vrijednosti (kao što je npr. puls) mogu biti iskrivljene.
- **PAŽNJA!** Nikada nemojte sami vršiti nikakve modifikacije na električnoj mreži. Takve promjene prepustite stručnjacima.
- **PAŽNJA!** Ne zaboravite prije početka bilo kakvih popravaka, održavanja ili čišćenja opreme izvaditi utikač iz utičnice.
- Za spajanje uređaja ne koristite produžne kabele.
- Ako dulje vrijeme nećete koristiti opremu, izvadite utikač iz utičnice.
- Pazite da električni kabel nije prignječen i da njegov položaj ne uzrokuje rizik od spoticanja o njega.

UZEMLJENJE

Uzemljenje štiti od rizika od strujnog udara. Uređaj ima kabel i utikač s uzemljenjem. Utikač mora biti spojen na ispravno instaliranu i pravilno uzemljenu mrežnu utičnicu.

OPASNOST! Nepravilno spajanje kabela može uzrokovati rizik od strujnog udara.

- Prije spajanja uređaja na napajanje provjerite odgovara li lokalni napon vrsti utikača.
- Ne mijenjajte utikač ako ne odgovara utičnici. U tom slučaju prepustite instalaciju druge utičnice kvalificiranom električaru.

PAŽNJA! Osobe koje se nalaze u blizini tijekom korištenja opreme treba upozoriti na moguće opasnosti. Budite posebno oprezni u prisutnosti djece.

PAŽNJA! Prije početka vježbanja posavjetujte se s liječnikom kako biste bili sigurni da nemate zdravstvenih kontraindikacija za vježbanje na uređaju. Na temelju mišljenja stručnjaka možete izraditi svoj plan treninga. Nepravilno odabran program ili pretjerano vježbanje može biti opasno za Vaše zdravlje i život.

UPOZORENJE! Sustavi za praćenje srčanog ritma mogu biti netočni. Pretjerano naprezanje tijekom vježbanja može rezultirati ozbiljnim ozljedama ili smrću. Ako se osjećate slabo, odmah prestanite vježbati.

PAŽNJA! Obavezno se pridržavajte uputa o provođenju treninga navedenih u ovim uputama.

- Prilikom odabira mjesta za provođenje treninga, osigurajte si siguran razmak od mogućih prepreka. Ne postavljajte opremu u blizini prometnica (cesta, vrata, prolaza itd.).
- Zabranjeno je korištenje opreme u neposrednoj blizini od zida. Sigurnosna zona iznosi 2000 mm i najmanje je širine kao uređaj.

PAŽNJA! Tijekom montaže uređaja budite oprezni i ne dopuštajte djeci da budu u blizini. Tijekom montaže koriste se mali dijelovi (matice, vijci itd.) koje djeca mogu progutati.

PREOSTALI RIZIK

- U situaciji kada zaštita od pada nije primijenjena ili je primijenjena, ali nepravilno, postoji preostali rizik, odnosno pad osobe koji uzrokuje ogrebotine na koži, modrice, prijelome ili, u najgorem slučaju, smrt.
- Postoji preostali rizik od nenamjernog preopterećenja osobe koja vježba uzrokovanog nepravilnim rukovanjem ili pogrešnom procjenom, kao i nepravilnim prijenosom podataka (zbog elektromagnetskih smetnji, pogreške u softveru itd.). Čak i najbolja zaštita softvera i hardvera ne isključuje pogrešku softvera ili hardvera i teoretski može uzrokovati preopterećenje osobe koja vježba.
- Proizvod je električni uređaj, stoga se ne može isključiti strujni udar koji može dovesti do smrti.
- Ne može se isključiti rizik od preostalog gušenja.
- Rizik se može ograničiti pridržavanjem informacija o sigurnosti sadržanih u uputama za uporabu.
- Ne može se isključiti da će nenamjerna ili nedopuštena uporaba uzrokovati druge, neuračunate rizike, a uračunati rizik je procijenjen pogrešno.

U analizi rizika procjena je izvršena na temelju "trenutnog stanja uređaja". Iz provedene procjene i kontrole proizvoda proizlazi da je vjerojatnost pojave nedopustivog rizika vrlo niska. Uređaj (njegova konstrukcija, način rada i primjena) ne uzrokuje - u normalnim uvjetima - neopravdani rizik za osobu koja vježba niti za treće osobe.

MANIPULATIVNI ZNAKOVI NA TRANSPORTNOM PAKIRANJU

	Ova strana gore. Ne prevrtati.
	Zaštititi od pada.
	Ambalaža pogodna za recikliranje.
	Elektro otpad. Potrebno je predati iskorištenu opremu na mjesto za recikliranje.
	Oprezno, lomljivo. Mogućnost oštećenja. Budite oprezni.
	Zaštititi od vlage.
	Pažnja, težak proizvod.
	Skladištiti maksimalno u 8 slojeva.
	Proizvod sadrži upute za uporabu.

DO NOT USE BLADE TO OPEN ⚠
Ne otvarati nožem.



Ambalaža izrađena od kartona i plastike.
Molimo razvrstajte otpad u skladu s lokalnim propisima.



Ambalaža izrađena od kartona i plastike. Molimo razvrstajte otpad u skladu s lokalnim propisima.



Ambalaža izrađena od kartona.



Ambalaža je proizvedena uzimajući u obzir odgovornost za okoliš i recikliranje. Molimo razvrstajte otpad u skladu s lokalnim propisima.

UPRAVLJANJE

Prije početka treninga provjerite je li uređaj pravilno montiran.

- Prije početka prvog treninga upoznajte se sa svim funkcijama i mogućnostima podešavanja uređaja.
- Uređaj ima elemente koji mogu biti izloženi koroziji. Iz tog se razloga ne preporučuje da ostanu u vlažnoj prostoriji. Također, treba paziti da oprema (posebno njezini unutarnji i elektronički elementi) ne bude izložena kontaktu s vodom, pićima, znojem itd.
- Uređaj je namijenjen samo za trening odraslih osoba i apsolutno nije igračka za djecu. Ako na vlastitu odgovornost dopustite djeci da ga koriste, obavezno ih uputite u pravilno korištenje i stalno ih nadzirite.
- Oprema nije prikladna za terapijsku upotrebu.
- Tijekom rada uređaja mogu se pojaviti tihi šumovi pri inercijskom kretanju zamajca, koji su rezultat vrste konstrukcije. Oni nemaju nikakvog utjecaja na rad opreme.
- Emisija buke tijekom opterećenja veća je nego bez opterećenja.
- Prije početka svakog treninga provjerite ispravnost osiguranja te vijanih i utičnih spojeva.
- Tijekom treninga na uređaju ne zaboravite na odgovarajuću obuću (sportske cipele).

ODRŽAVANJE

Kako bi se osigurala maksimalna sigurnost korištenja trake za trčanje, preporučuje se redovito provjeravanje istrošenosti elemenata. To se odnosi na kontrolu zategnutosti i stanja matica, vijaka, pokretnih dijelova, čahura itd. Čuvajte uređaj na suhom i toplom mjestu. Ne izlažite uređaj sunčevoj svjetlosti.

PAŽNJA! Prije početka održavanja uvijek isključite traku za trčanje i odspojite je s napajanja.

ČIŠĆENJE

Redovito čišćenje uređaja produžiti će mu vijek trajanja i očuvati njegovu visoku učinkovitost.

Za čišćenje trake za trčanje koristite meku vlažnu krpu. To se ne odnosi na električne elemente, motor, unutarnje dijelove - ne dopustite da voda ode u ta područja. Zaštitite površinu trake za trčanje (i prostor ispod nje) od djelovanja vode.

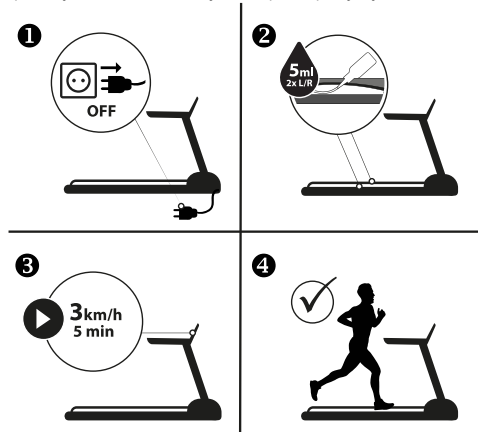
ČIŠĆENJE MOTORA

Barem jednom godišnje uklonite prašinu s motora. Da biste to učinili, prvo isključite traku za trčanje s napajanja i nakon otprilike 1 sata uklonite poklopac motora. Pomoću komprimiranog zraka ili četke pažljivo uklonite nakupljenu prašinu. Nakon ponovnog postavljanja poklopca motora i spajanja na napajanje, možete pokrenuti traku za trčanje.

PODMAZIVANJE TRAKE ZA TRČANJE

Učestalost podmazivanja trake za trčanje ovisi o intenzitetu njezine uporabe. Ako uređaj radi više od 5 sati tjedno, preporučuje se podmazivanje svaka 2-3 mjeseca. U slučaju manje intenzivnog korištenja trake za trčanje, treba je podmazivati jednom u 7-8 mjeseci.

1. Prije početka podmazivanja trake za trčanje isključite traku za trčanje i odspojite je s napajanja. 2. Nanesite mast ispod trake za trčanje s obje strane po otprilike 5 ml. Najviše je koristite na mjestima gdje stopala dolaze u kontakt s trakom tijekom trčanja. 3. Pokrenite traku za trčanje malom brzinom (npr. 3 km/h) i pričekajte da se mast ravnomjerno rasporedi po cijeloj dužini trake.



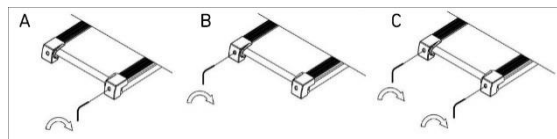
PODEŠAVANJE NAPETOSTI TRAKE

Traka za trčanje može zahtijevati zatezanje zbog stalne uporabe trake za trčanje. Traku je potrebno zategnuti kada se tijekom treninga počne klizati, pomicati u stranu ili savijati.

Previše labavo zategnuta traka može se zaustaviti tijekom rada motora. Postavite traku za trčanje na ravnu površinu. Pokrenite traku za trčanje brzinom od oko 6-8 km/h, promatrajte stupanj odstupanja trake za trčanje.

- Ne smijete previše zatezati traku, jer to može uzrokovati kvarove, uključujući motor, osovinu ili ležajeve.

- Pravilno zategnutu traku možete podići na njezinim rubovima na visinu od oko 5-7,5 cm. Vrlo je lako provjeriti - pravilno je zategnuta kada ispod nje stanu 3 prsta.



POVEĆANJE NAPETOSTI TRAKE

U setu dijelova pronaći ćete poseban ključ. Postavite ga u lijevi vijak za podešavanje trake koji se nalazi u stražnjem dijelu trake za trčanje. Okrenite ključ u smjeru kazaljke na satu za 90 stupnjeva (slika C).

Na taj način ćete zategnuti stražnji valjak i povećati napetost trake. Ponovite postupak okretanjem vijka s desne strane. Pazite da ravnomjerno okrećete vijke. Ponovite postupke za oba vijka dok traka ne bude pravilno zategnuta.

SMANJENJE NAPETOSTI TRAKE

Da biste smanjili napetost trake, postupite kao i kod njezina povećanja. Okrenite ključ u smjeru suprotnom od kazaljke na satu.

CENTRIRANJE TRAKE ZA TRČANJE

Zbog različitog stila trčanja (najčešće većeg opterećenja prenesenog na jednu nogu), traka se može pomicati u stranu i ne biti centrirana. Iz tog razloga, traka može povremeno zahtijevati podešavanje.

Traka bi se trebala sama centrirati tijekom rada trake za trčanje. Potrebno ju je podesiti ako se pomiče udesno ili ulijevo.

Pokrenite traku za trčanje i postavite joj malu brzinu (npr. 3 km/h). Provjerite u kojem se smjeru pomiče traka.

- Ako se traka pomiče udesno, postavite ključ u desni vijak za podešavanje. Okrenite ključ za 90 stupnjeva u smjeru kazaljke na satu (slika A). Promatrajte hoće li se traka centrirati. Ako se i dalje pomiče udesno, ponovno okrenite vijak za 90 stupnjeva.
- Ako se traka pomiče ulijevo, postupite isto kao u gornjem slučaju, ali okrenite vijak koji se nalazi s lijeve strane (slika B).

OKOLIŠ

Uređaj se isporučuje u pakiranju kako bi se zaštitio od mogućih oštećenja tijekom transporta. Ambalaža su sirovine i mogu se reciklirati. Bacajte te materijale u odgovarajuće šarene spremnike namijenjene selektivnom prikupljanju.



Zaštitite okoliš i ne bacajte istrošene baterije u kućni koš za smeće. Vratite ih na mjesto kupnje ili ih predajte na odvojeno mjesto za skladištenje sekundarnih sirovina. Istrošeni električni uređaji (uključujući brojilo, napajanje) su sekundarne sirovine - nemojte ih bacati u spremnike za kućni otpad jer mogu sadržavati tvari opasne za zdravlje i okoliš.

Molimo Vas za aktivnu pomoć u štedljivom gospodarenju prirodnim resursima i zaštiti prirodnog okoliša predajom istrošenog uređaja na mjesto za skladištenje sekundarnih sirovina - istrošenih električnih uređaja.

MONTAŽA

Montažu uređaja mora pažljivo izvršiti odrasla osoba. U slučaju nedoumice, zamolite nekoga za pomoć s više iskustva u ovom području.

- Prije početka montaže provjerite sadrži li set s uređajem sve elemente s popisa dijelova te jesu li neki elementi oštećeni tijekom transporta. U slučaju nedostatka elemenata ili pritužbi, kontaktirajte prodavača.
- Upoznajte se s crtežima i objašnjenjima te izvršite montažu prema redoslijedu navedenom u uputama za montažu.
- Budite oprezni tijekom montaže. Tijekom korištenja alata i elemenata postoji opasnost od ozljeda.
- Ne zaboravite održavati sigurno okruženje. Nemojte kaotično rasporediti alate i elemente za montažu. Upamtite da folije i vrećice od plastike predstavljaju opasnost od gušenja za djecu.
- Elementi za montažu potrebni za izvođenje danog koraka uputa za montažu prikazani su na crtežima i objašnjenjima. Koristite elemente navedene u uputama za montažu.
- U prvim fazama montaže nemojte zatezati dijelove do kraja. Učinite to nakon što ste postavili sve i uvjerali se da su pravilno postavljeni.
- Proizvođač zadržava pravo na preliminarnu montažu nekih elemenata.

DIJAGRAM MONTAŽE (→ Vidi stranicu 3)

NAPOMENA! Zabranjeno je koristiti dijelove koji potječu iz drugih izvora osim od proizvođača.

POPIS DIJELOVA

Cijeli popis dijelova dostupan je kontaktiranjem na serwis@zipro.pl ili na stranici Zipro.store u opisu proizvoda.

BR.	OPIS	KOLIČINA
1	Glavni okvir	1
18	Lijevi poklopac baze	1
19	Desni poklopac baze	1
47	Imbus ključ	1
48	Sigurnosna brava	1
49	Imbus ključ 6#	1
51	Silikonsko ulje	1
52	Ukrižni prihvat S = 13, 14, 15	1
60	Niskoprofilni vijak s unutarnjim šesterokutom M8 *	2
45	Niskoprofilni vijak s unutarnjim šesterokutom M8 *	
61	16	4
69	Samobušeći vijak s upuštenom križnom glavom s podloškom 4.2*19	15

77	Standardna elastična podloška #8	8
79	Ravna podloška klase C #8	4
92	Zakrivljena brtva #8	4

UPUTE ZA MONTAŽU (→ Pogledajte stranicu 3)

PAŽNJA! Tijekom montaže pridržavajte se sljedećih koraka i koristite alate priložene uz proizvod.

Pripremite dovoljno slobodnog prostora za montažu uređaja. Zbog velike težine nekih elemenata preporučuje se montaža u dvoje.

UPUTE ZA SASTAVLJANJE I RASTAVLJANJE (→ Pogledajte stranicu 6)

SASTAVLJANJE UREĐAJA

PAŽNJA! Prije početka sastavljanja, provjerite jesu li svi vijci dobro zategnuti. PAŽNJA! Tijekom sastavljanja pazite na svoje ruke i prste da se ne priklješte.

Podignite traku za trčanje uređaja u uspravan položaj dok ne čujete zvuk blokade mehanizma za sklapanje.

RASTAVLJANJE UREĐAJA

PAŽNJA! Pazite da se tijekom spuštanja trake za trčanje u neposrednoj blizini ne nalaze treće osobe i životinje.

Držeći traku za trčanje, nogom otpustite blokadu mehanizma za sklapanje (označeno strelicom). Spustite platformu do visine rukohvata glavnog okvira. Od te visine će traka automatski padati prema podlozi.

PODEŠAVANJA

Poravnavanje uređaja

Poravnajte uređaj odvrtanjem ili zavrtanjem nožica za poravnavanje koje se nalaze na prednjoj i stražnjoj osnovi.

UPUTE ZA UPOTREBU RAČUNALA

POČETAK

U roku od 3 sekunde nakon pritiska na tipku **START** uređaj će započeti s radom.

FUNKCIJA UŠTEDE ENERGIJE

Računalo trake za trčanje automatski će prijeći u način uštede energije ako u roku od 10 minuta ne bude nikakvih aktivnosti. Pritisnite bilo koju tipku za ponovno pokretanje sustava.

HITNO ZAUSTAVLJANJE UREĐAJA

PAŽNJA! Sigurnosni ključ mora biti pričvršćen za odjeću tijekom svakog treninga.

Treba ga koristiti isključivo u hitnim slučajevima, ne smije se koristiti kao normalna tipka za zaustavljanje.

Nepravilno postavljen sigurnosni ključ onemogućuje pokretanje trake za trčanje.

Prije korištenja trake za trčanje provjerite ispravnost rada sustava. Izvadite sigurnosni ključ povlačenjem za uže. Nakon vađenja ključa, traka za trčanje će se zaustaviti s odgodom koja proizlazi iz brzine rada, zaustavit će se i sustav za podizanje trake za trčanje. Zaustavljanje će signalizirati kratki zvučni alarm. Svi prozori na zaslonu će prikazati „---“.

Nakon ponovnog spajanja sigurnosnog ključa, uređaj će se resetirati.

PROGRAMI

Računalo je opremljeno s 3 korisnička programa za ručno podešavanje, 12 automatskih programa spremljenih u memoriji, 3 načina odbrojanja (vremena, kalorija, udaljenosti) i funkciju mjerenja masnog tkiva (Body Fat).

OPIS GUMBA

- START** – služi za pokretanje trake za trčanje u ručnom načinu rada ili odabranog programa.
- STOP** – služi za zaustavljanje trake za trčanje koja radi. Nakon pritiska će se također resetirati postavke. Nakon ponovnog pokretanja, uređaj će započeti s radom u ručnom načinu rada.
- PROGRAM** – služi za odabir automatskog programa treninga (P1-P12), korisničkog programa (U1-U3) ili funkcije Body Fat prije pokretanja trake za trčanje.
- MODE** – omogućuje odabir načina odbrojanja: vremena, udaljenosti ili kalorija
- SPEED** – tipke omogućuju podešavanje (povećanje i smanjenje) brzine za 0,1 km/h. Tipke se nalaze na konzoli računala i na rukohvatima.
- SPEED SELECT KEYS** - lehetővé teszi a sebesség közvetlen kiválasztását (3,6, 9, 12).
- INCLINE** – A gombok lehetővé teszik a futóv szögének beállítását (növelését és csökkentését) 1 fokozatban az edzés során. A gombok a számítógépes konzolon és a kapaszkodókon találhatók..
- FAST TILT ANGLE SELECTION KEYS** - lehetővé teszi a futószalag szögének közvetlen kiválasztását edzés közben (3,6,9,12).

FUNKCIÓK (SPECIFIKÁCIÓ)

SPEED	Megjeleníti az aktuális sebességet.	0.8 -12 km/h
TIME	Számolja a teljes edzésidőt az elejétől a végéig.	00:00-99:59 min
INCLINE	Megjeleníti a futószalag aktuális emelkedési szintjét.	0-12 szintek
CALORIES	Számolja az edzés kezdetétől a befejezéséig elégetett kalóriák teljes számát.	0,0-999 kcal
DISTANCE	(A mérés hozzávetőleges a különböző edzések összehasonlításához, és nem használható kezelésre).	0,0-99,9 km
PULSE	Megszámolja a teljes távolságot az edzés kezdetétől a befejezéséig.	50-200 BPM

PULZUSSZÁM MÉRÉSI FUNKCIÓ

A futópád elindítása után tartsa mindkét kezét a pulzusérzékelőkön. 30 másodperc elteltével a képernyőn megjelenik az aktuális pulzus.

A mérés közben a számítógép egy szív alakú ikont jelenít meg.

PAŽNJA! Pulzusmérés kizárólag sportcélokra (orvosi felhasználás kizárt).

KÉZI PROGRAM

Ručni program je zadani način rada uređaja. Traka za trčanje započinje s radom pritiskom na **START**, kada nije odabran nijedan program treninga.

- Zadana brzina u ručnom načinu rada je 0.8 km/h.
- Zadana razina kuta nagiba trake je 0.
- Promjena postavki brzine i kuta nagiba trake za trčanje moguća je pomoću gumba na računalu i rukohvatima.

PROGRAMI TRENINGA

Odaberite jedan od 15 automatskih programa treninga pritiskom na gumb

PROGRAM tako dugo dok se na zaslonu ne prikaže odgovarajući broj.

- Kada se prikaže odgovarajući program, pritisnite **MODE**. Nakon odabira, u prozoru će se prikazati i treperiti vrijednost „30:00”. Postavke vremena treninga programa mogu se podesiti pomoću gumba **SPEED +/-**.
- Postavljeno vrijeme treninga proporcionalno je podijeljeno na 20 etapa. Tablica prikazuje popis etapa i odgovarajuće brzine i kut nagiba za svaki program treninga. → [Vidi stranicu 117](#).
- Za početak programa pritisnite **START**.

PROGRAMI KORISNIKA

Računalo je opremljeno s 3 korisnička programa za individualno definiranje: U1, U2, U3.

POSTAVLJANJE PROGRAMA KORISNIKA

- U stanju čekanja, pritisnite gumb **PROGRAM**, kako biste odabrali jedan od korisničkih programa. Na zaslonu će se redom prikazivati brojevi automatskih programa, a zatim korisnički programi.
- Kada se prikaže odgovarajući program, pritisnite **MODE**, kako biste započeli uređivanje prvog dijela programa. Koristite gumb **SPEED +/-** za podešavanje brzine. Koristite gumb **INCLINE +/-** za postavljanje razine nagiba trake za trčanje.
- Pritisnite **MODE** za potvrdu postavki parametara za prvi dio i prelazak na uređivanje sljedećeg.

Programi se sastoje od 20 dijelova. Ponavljajte gore navedene korake dok se ne postave parametri svih dijelova.

Programi će biti spremljeni u memoriju računala do sljedećeg uređivanja.

Podaci se neće izgubiti zbog nestanka struje.

POKRETANJE KORISNIČKOG PROGRAMA

- U stanju čekanja, pritisnite tipku **PROGRAM** za odabir jednog od korisničkih programa. Nakon odabira, u prozoru će se prikazati i treperiti vrijednost "30:00". Koristite tipke **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** za postavljanje vremena treninga. Postavljeno vrijeme treninga proporcionalno je podijeljeno na 20 etapa.
- Za pokretanje programa pritisnite **START**.

NAČIN ODBROJAVANJA

Odaberite jedan od 3 načina odbrojanja pritiskom na tipku **MODE**.

- Za postavljanje odbrojane vrijednosti koristite tipke **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Pokretanje trake za trčanje i odbrojanje započet će nakon pritiska na tipku **START**.

PARAMETRI ODBROJAVANJA:

- VRIJEME:** početna vrijednost odbrojanja je 30 min. Računalo omogućuje postavljanje vremena u rasponu od 5-99 minuta (svake 1 minute).
- KALORIJE:** početna vrijednost odbrojanja je 50 kcal. Računalo omogućuje postavljanje kalorija u rasponu od 20-990 kcal (svakih 10 kcal).
- UDALJENOST:** početna vrijednost odbrojanja je 1 km. Računalo omogućuje postavljanje udaljenosti u rasponu od 1,0-99,0 km (svaki 1 km).

FUNKCIJA MJERENJA TJELESNE MASNOĆE (BODY FAT)

Pritisnite tipku **PROGRAM**, dok se na zaslonu ne pojavi „FAT”.

Koristite **MODE** za unos parametara:

- F1 - spol (gender) – 01 muškarac / 02 žena
- F2 - dob (age) – vrijednosti 10-99
- F3 - visina (height) – vrijednosti 100-220 cm
- F4 – težina (weight) – vrijednosti 20-130 kg

Koristite tipke **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** za postavljanje vrijednosti parametara.

Nakon odabira parametara na zaslonu će se pojaviti F5. Stavite obje ruke na senzore za mjerenje pulsa, nakon 5-6 sekundi računalo će prikazati informaciju FAT. FAT ima za cilj izmjeriti odnos između visine i težine, a ne proporcije tijela. Ispravan rezultat trebao bi biti između 19-26. Vrijednost ispod 19 označava pothranjenost, 27-30 - prekomjernu težinu, a iznad 30 - pretilost.

UWAGA! Dobiveni rezultati ni u kojem slučaju ne smiju biti osnova za liječenje ili se uzimati u obzir u medicinske svrhe.

TRENING I FAZE VJEŽBANJA

Korištenje uređaja pružit će Vam mnoge koristi. Prije svega, poboljšat će Vašu kondiciju, ojačati mišiće, a u kombinaciji s odgovarajućom prehranom omogućit će sagorijevanje nepotrebnog masnog tkiva.

1. ZAGRIJAVANJE

To je faza koja poboljšava cirkulaciju krvi u cijelom tijelu te priprema mišiće za pojačani napor. Smanjuje također rizik od nastanka grčeva te zadobivanja ozljeda. Preporučljivo je izvesti nekoliko vježbi istezanja kao što je prikazano u nastavku. Ako osjećate bol, prestanite vježbati ili smanjite opseg pokreta.

ISTEZANJE UNUTARNJIH MIŠIĆA BEDARA

Sjednite na ravnu podlogu sa savijenim nogama i koljenima usmjerenima prema van. Spojite tabane stopala i približite ih jedan drugome što je moguće bliže. Nježno pritisnite koljena usmjeravajući ih prema podlozi i izdržite u tom položaju 15 sekundi.

ISTEZANJE BEDARA

Sjednite na ravnu podlogu. Ispružite desnu nogu, a taban lijeve noge prislonite na desnu bedru. Ispružite desnu ruku u smjeru prstiju desne noge što je dalje moguće. Izdržite 15 sekundi. Ponovite radnju s lijevom nogom.

ZASUCI GLAVE

Držite glavu uspravno gledajući ispred sebe. Ne pomičući ramenima okrenite je udesno i ispravite, a zatim okrenite ulijevo i ispravite.

PODIZANJE RAMENA

Podignite što je više moguće uvis lijevu ruku i izdržite nekoliko sekundi. Ponovite radnju s desnom rukom.

ISTEZANJE AHILOVE TETIVE

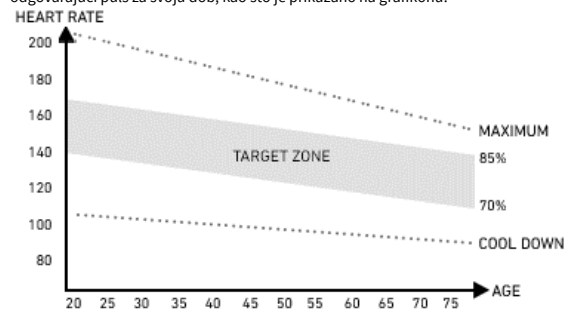
Stanite licem prema zidu, lijevu nogu ispružite prema naprijed i lagano savijte u koljenu. Desnu držite straga – ispravljenu, s petom položenom ravno na podlogu. Držite obje pete ravno na podlozi i pritišćite bokove prema zidu. Zadržite ovaj položaj 30 sekundi. Ponovite postupak s ispruženom desnom nogom. Zapamtite da ne savijate leđa u luku tijekom vježbe.

PREGIBI

Stanite sa spojenim nogama. Izvedite preгиb prema naprijed, trudeći se što više približiti prsa koljenima. Izdržite 15 sekundi. Zapamtite da ne savijate koljena.

2. FAZA VJEŽBI

Ovo je prava faza treninga. Vježbajte vlastitim tempom kako biste postigli odgovarajući puls za svoju dob, kao što je prikazano na grafikonu.



3. FAZA OPUŠTANJA

Ova faza omogućuje smirivanje cirkulacije i opuštanje mišića. Ovo je ponavljanje vježbi zagrijavanja. Treba imati na umu da, da ne preopterećujete mišiće.

MOGUĆA OŠTEĆENJA I TEHNIKE POPRAVKA

UWAGA! Otvaranje kućišta uređaja bez prethodnog kontaktiranja servisa proizvođača uzrokuje gubitak jamstva.

U slučaju sumnje na kvar koji zahtijeva otvaranje kućišta, obratite se servisu proizvođača.

OPIS GREŠKE	MOGUĆI UZROCI	RJEŠENJE PROBLEMA
----- Problem s ključem sigurnosti	Ključ sigurnosti nije priključen.	Ispravno priključite ključ sigurnosti.
E01 Računalo ne radi	Računalo je oštećeno. Računalo je pogrešno priključeno. Kabel za povezivanje je slomljen ili istrošen	Obratite se servisu proizvođača. Provjerite ispravnost priključenja kablova računala. Provjerite priključak utikača. Ako je ispravan, a problem i dalje postoji, obratite se korisničkoj službi servisa proizvođača.
	Računalo je oštećeno Veza između upravljačke ploče i računala je blokirana	Obratite se servisu proizvođača. Obratite se servisu proizvođača.
E02 Motor ne radi	Neispravan napon napajanja Neispravan priključak kabela motora	Provjerite je li napon ispravan. Ako problem i dalje postoji, obratite se korisničkoj službi servisa proizvođača. Odsvojite kabel i ponovno ga priključite. Ako

	Oštećen upravljački uređaj	Obratite se servisu proizvođača.
E03 Računalo 15 sekundi nije otkrilo signal senzora brzine	Neispravan priključak senzora Neispravno priključen utikač senzora	Obratite se servisu proizvođača. Provjerite priključak utikača. Ako je ispravan, a problem i dalje postoji, obratite se servisu proizvođača.
	Oštećen senzor	Obratite se servisu proizvođača.
E05 Greška preopterećenja	Kvar motora	Provjerite je li motor izgorio. Ako nije, isključite traku za trčanje iz električne mreže, a zatim je ponovno uključite. Ako se problem i dalje javlja, obratite se servisu proizvođača.
	Nazivna struja u upravljaču je preniska.	Zamijenite upravljač. Obratite se servisu proizvođača.
	Struja je iznad nazivne vrijednosti	Provjerite ne prelazi li težina korisnika maksimalnu vrijednost za ovaj uređaj.
E06 Greška samotestiranja kontrolera		Obratite se servisu proizvođača.
E07 Nema prikaza	Isključen sigurnosni ključ	Uključite sigurnosni ključ.
E08 Greška upravljača EEPROM	Upravljač je pokvaren.	Obratite se servisu proizvođača.
Uređaj ne radi	Nema napajanja Isključen sigurnosni ključ Kratki spoj Prekidač ON/OFF nije uključen	Uključite uređaj u struju. Uključite sigurnosni ključ. Obratite se servisu proizvođača. Uključite uređaj.
Traka za trčanje ne radi glatko	Traka za trčanje nije dovoljno podmazana Traka za trčanje je previše zategnuta	Podmažite traku za trčanje prema informacijama navedenim u uputama za uporabu. Podesite i poravnajte položaj trake za trčanje prema informacijama navedenim u uputama za uporabu.
Traka za trčanje je iskrivljena	Traka za trčanje je previše labavo zategnuta Pogonksi remen je premalo zategnut	Podesite i poravnajte položaj trake za trčanje prema informacijama navedenim u uputama za uporabu. Obratite se servisu proizvođača.

JAMSTVO

Prodavatelj u ime Jamca daje jamstvo na teritoriju Republike Hrvatske u trajanju od 24 mjeseca od datuma prodaje. Jamstvo na prodanu robu ne isključuje, ne ograničava niti ne suspendira prava Kupca koja proizlaze iz Zakona o zaštiti potrošača.

Jamstveni list nalazi se na posljednjoj stranici.

UVJETI JAMSTVA

- Reklamacije i jamstvo pokrivaju isključivo skrivene nedostatke nastale krivnjom proizvođača.
- Jamstvo će se poštivati u trgovini ili servisu nakon što klijent predoči:
 - važeći, čitko i ispravno ispunjen jamstveni list s pečatom prodavača i potpisom prodavača,
 - važeći dokaz o kupnji opreme s datumom prodaje, reklamiranu robu ili neispravan dio.
 - U slučaju kupnje na daljinu, jamstveni list vrijedi isključivo na temelju dokumenta o kupnji (račun / faktura).

3. Reklamacija će biti riješena u roku od 14 dana od trenutka prijave nedostatka od strane Klijenta.
4. Tvornički nedostaci i oštećenja otkrivena tijekom jamstvenog roka bit će besplatno popravljena u roku ne duljem od 21 dana od datuma dostave robe u trgovinu ili servis.
5. U slučaju potrebe uvoza dijelova, rok za provedbu jamstvenog popravka može se produljiti za vrijeme potrebno za njegov uvoz, ali ne dulje od 40 dana.
6. Jamstvo ne pokriva:
 - a. mehanička oštećenja i kvarove uzrokovane njima,
 - b. oštećenja i kvarove nastale zbog nepravilne uporabe i skladištenja, nepravilne montaže i održavanja,
 - c. oštećenja i trošenje potrošnih dijelova kao što su: sajle, remeni, gumeni dijelovi, pedale, ručke od spužve, kotači, ležajevi, tapacirung,
 - d. radnje vezane uz montažu, održavanje, koje je prema uputama za uporabu korisnik dužan izvršiti samostalno.
7. Jamstvo se ne primjenjuje u sljedećim slučajevima:
 - a. isteka roka valjanosti,
 - b. ako je kupac samostalno izvršio popravke i preinake koristeći neoriginalne dijelove,
 - c. kada je nastali kvar posljedica nepravilne instalacije ili zbog nepridržavanja pravila pravilnog korištenja opisanih u uputama za uporabu,
 - d. korištenja drugačijeg od kućne uporabe,
 - e. oštećenja nastala u transportu.
8. Duplikati jamstvenog lista neće se izdavati.
9. U okviru jamstva, kupac ima pravo zahtijevati sljedeće vrste besplatne naknade:
 - a. popravka proizvoda,
 - b. zamjena proizvoda,
 - c. sniženje cijene,
 - d. raskid ugovora i potpuni povrat nastalih troškova.
10. Za prijavu reklamacije potrebno je:
 - a. Prezentirati proizvod ili njegov dio na koji se odnosi jamstvo.
 - b. Dokaz o kupnji koji specificira naziv i adresu prodavatelja, datum i mjesto kupnje, vrstu proizvoda ili važeći jamstveni list s pečatom trgovine.
 - c. U slučaju dostave prljavog proizvoda, servis može odbiti njegovo preuzimanje ili, uz pisani pristanak kupca i o njegovom trošku, izvršiti čišćenje.
11. U slučaju pozitivnog rješenja reklamacije, oprema će biti popravljena ili zamijenjena novom ili će kupcu biti vraćen novac. Troškove transporta robe do kupca snosi servis proizvođača.
12. U slučaju odbijanja jamstvenog zahtjeva, kupac će dobiti detaljno obrazloženje donesene odluke, a u roku od 14 dana od trenutka priopćenja odluke, oprema će biti vraćena kupcu o njegovom trošku.

TR Kullanım Kılavuzu

Kullanıcı,
Montaja başlamadan önce aşağıdaki talimatları okuyun
ve cihazı ilk kez kullanmadan önce. Bu kılavuz, ekipmanın güvenli kullanımı ve
bakımı hakkında önemli bilgiler içerir. Bakım bilgileri veya yedek parça siparişi
için saklayın.

TEKNİK VERİLER

Güç kaynağı	220V
Maksimum güç	900 W
Ağırlık	51 kg
Çalışma sıcaklığı	0°C ila +40°C
Depolama sıcaklığı	-10°C ila +60°C
Maksimum kullanıcı ağırlığı	120 kg
Uygulama sınıfı	Sınıf H
Hassasiyet sınıfı	Sınıf C
Hız	0.8 -12 km/s
Eğim	12 seviyeler
Ürün standardı (ana)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Amaç	Evde kullanım için elektrikli koşu bandı

GÜVENLİK

DİKKAT! Cihaz sadece yetiştikler tarafından egzersiz yapmak amacıyla ve amacına uygun olarak kullanılabilir. Başka herhangi bir kullanım tehlikeli olabilir. Üretici, cihazın yanlış kullanımından kaynaklanan zararlardan sorumlu tutulamaz.

- Cihaz, en son güvenlik bilgileri temel alınarak tasarlanmış ve üretilmiştir. Yaralanma tehlikesi oluşturabilecek potansiyel tehlikeli unsurlar ortadan kaldırılmış veya nispeten güvenli hale getirilmiştir.
- Kendi başına onarım ve değişiklik yapılmasına izin verilmez.
- Bir veya iki ayda bir vidaların, somunların ve civataların doğru şekilde sıkıldığını kontrol edin.
- Güvenliği kalıcı olarak sağlamak için ekipmanı düzenli olarak (yani yılda bir kez) kontrol edin ve bakımını yapın uzman bir satış noktasında.
- Cihazda açıklanmayan tüm değişiklikler bu kılavuzda hasara neden olabilir veya doğrudan egzersiz yapan kişinin sağlığını ve yaşamını tehdit edebilir. Cihaz üzerinde sadece üreticinin servis çalışanları veya bu konuda eğitilmiş kişiler değişiklik yapabilir.
- Tüm cihazlar, yüksek kaliteyi sağlamak için sürekli yenilik faaliyetlerine tabidir. Bu nedenle üretici, aşağıdaki hakları saklı tutar: teknik değişiklikler yapmak.
- Ekipmanla ilgili herhangi bir soru veya endişeniz için uzman bir satış noktasına başvurun.

DİKKAT! Elektrikli cihazlarla çalışırken geçerli olan genel yönetmeliklere ve güvenlik önlemlerine uyun.

- Cihaz 2 şebeke voltajıyla çalışır 20V.**
- Tüm elektrikli cihazlar çalışırken elektromanyetik radyasyon yayar. Elektronik kontrol sisteminin veya kokpitin yakınına bu tür radyasyon yayan başka cihazlar (örn. cep telefonları) yerleştirilirse, bazı değerler (örn. kalp atış hızı) bozulabilir.
- DİKKAT!** Elektrik şebekesinde asla kendi başınıza herhangi bir değişiklik yapmayın. Bu tür değişiklikleri uzmanlara yaptırın.
- DİKKAT!** Herhangi bir onarım, bakım veya temizlik işlemine başlamadan önce ekipmanın güç fişini prizden çektiğinizden emin olun.
- Cihazı bağlamak için uzatma kabloları kullanmayın.
- Ekipmanı uzun süre kullanmayacaksanız, güç fişini prizden çekin.
- Elektrik kablolarının sıkışmadığından ve konumunun takılma riskine neden olmadığından emin olun.

TOPRAKLAMA

Topraklama, elektrik çarpması riskine karşı korur. Cihazda topraklı bir kablo ve fiş bulunur. Fiş, doğru şekilde kurulmuş ve uygun şekilde topraklanmış bir şebeke prizine takılmalıdır.

TEHLİKE! Kabloonun yanlış bağlanması elektrik çarpması riskine neden olabilir.

- Cihazı prize takmadan önce yerel voltajın fiş tipine uygun olduğundan emin olun.
- Fiş prize uymuyorsa değiştirmeyin. Bu durumda, yetkili bir elektrikçiye farklı bir priz taktırın.

DİKKAT! Ekipmanı kullanırken yakınlarda bulunan kişiler olası tehlikelere karşı uyarılmalıdır. Çocukların yanında özellikle dikkatli olun.

DİKKAT! Egzersize başlamadan önce bir doktora danışın. Cihazda egzersiz yapmaya karşı herhangi bir sağlık engelini olmadığından emin olmak için. Temel olarak bir uzmanın görüşüne göre egzersiz planınızı geliştirebilirsiniz. Yanlış seçilmiş bir program veya aşırı egzersiz sağlığını ve yaşamınızı için tehlikeli olabilir.

UYARI! Kalp atış hızı izleme sistemleri yanlış olabilir. Egzersiz sırasında aşırı yorgunluk ciddi yaralanmalara veya ölüme neden olabilir. Kendinizi halsiz hissediyorsanız, derhal egzersizi bırakın.

DİKKAT! Bu kılavuzda yer alan eğitimle ilgili notlara kesinlikle uyun.

- Eğitim için bir yer seçerken, olası engellerden güvenli mesafeler sağladığınızdan emin olun. Ekipmanı iletişim yollarının (yollar, kapılar, geçitler vb.) yakınına kurmayın.
- Ekipmanın yakın mesafede kullanılması yasaktır duvardan. Güvenlik alanı 2000 mm'dir ve en azından genişliği kadar cihazduğmesine basın.

DİKKAT! Cihazı monte ederken dikkatli olun ve çocukların yakınında olmasına izin vermeyin. Montaj sırasında yutulabilecek küçük parçalar (somunlar, vidalar vb.) kullanılır.

KALAN RİSK

- Düşme koruması uygulanmadığında veya uygulandığında ancak yanlış uygulandığında, kalıntı riski vardır, yani kişinin düşmesi cilt aşınmalarına, morarmalara, kırıklara veya en kötü durumda ölüme neden olur.
- Yanlış kullanım veya yanlış değerlendirmenin yanı sıra yanlış veri iletimi (elektromanyetik parazit, yazılım hatası vb. nedeniyle) nedeniyle egzersiz yapan kişinin kasıtsız aşırı yüklenmesi riski vardır. En iyi yazılım ve donanım koruması bile yazılım veya donanım hatasını ortadan kaldırmaz ve teorik olarak egzersiz yapan kişiyi aşırı yükleyebilir. Ürün elektrikli bir cihazdır, bu nedenle ölüme yol açabilecek elektrik çarpması olasılığı göz ardı edilemez.
- Kalan boğulma riski göz ardı edilemez.
- Risk, bilgilere uyularak azaltılabilir kullanım kılavuzundaki güvenlik hakkında.
- Kasıtsız veya yetkisiz kullanımın diğer, dikkate alınmayan risklere neden olabileceği göz ardı edilemez, ve dikkate alınan risk yanlış tahmin edilmiştir.

Risk analizinde, değerlendirmeler "cihazın mevcut durumuna" göre yapılmıştır. Yapılan değerlendirme ve ürün kontrolü sonucunda, kabul edilemez bir risk oluşma olasılığının çok düşük olduğu bulunmuştur. Cihaz (yapısı, çalışma şekli ve uygulaması) - normal koşullar altında - egzersiz yapan kişi veya üçüncü şahıslar için gereksiz bir risk oluşturmaz.

TAŞIMA AMBALAJLARINDAKİ ELLEÇLEME İŞARETLERİ

Bu taraf yukarı. Devirmeyin.



Düşmeye karşı koruyun.



Geri dönüşüme uygun ambalaj.



Elektro atıklar. Kullanılmış ekipmanın geri dönüşüm noktasına iade edilmesi gereklidir.



Dikkatli olun, kırılabilir. Hasar olasılığı. Dikkatli olun.



Neme karşı koruyun.



Dikkat ağır ürün.



Depolama maksimum 8 katmanda.

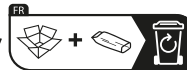


Ürün kullanım kılavuzu içerir.



DO NOT USE BLADE TO OPEN

Biçikle açmayın.



Ambalaj karton ve plastikten yapılmıştır. Lütfen atıkları yerel kurallara göre ayırın.



Ambalaj karton ve plastikten yapılmıştır. Lütfen atıkları yerel kurallara göre ayırın.



Ambalaj kartondan yapılmıştır.



Ambalaj, çevre sorumluluğu ve geri dönüşüm dikkate alınarak üretilmiştir. Lütfen atıkları yerel kurallara göre ayırın.

KULLANIM

Eğitime başlamadan önce cihazın doğru şekilde monte edildiğinden emin olun.

- İlk eğitime başlamadan önce bilgi edinin tüm fonksiyonları ve cihazın ayarlanabilme özellikleriyle birlikte.
- Cihaz, maruz kalabileceği parçalara sahiptir korozyona. Bu nedenle, kalması tavsiye edilmez nemli bir odada. Ayrıca şuna dikkat etmelisiniz: Ekipmanın (özellikle iç ve elektronik parçaları) su, içecekler, ter vb. ile temas etmesine izin verilmemelidir.
- Cihaz sadece yetişkinler tarafından egzersiz yapmak için tasarlanmıştır ve kesinlikle çocuk oyuncakı değildir. Kendi sorumluluğunuzda çocukların kullanmasına izin verirken, onlara doğru kullanımı mutlaka anlatın ve sürekli gözetim altında tutun.
- Ekipman terapötik amaçlar için uygun değildir.
- Cihaz çalışırken, volan kütlelerinin atalet hareketi sırasında yapının türünden kaynaklanan hafif gürültüler olabilir. Bunların hiçbir etkisi yoktur ekipmanın çalışması üzerinde.
- Yük altındaki gürültü emisyonu, yüksüz duruma göre daha fazladır.
- Her antrenmana başlamadan önce güvenlik önlemlerinin ve vida ve fiş bağlantılarının doğruluğunu kontrol edin.
- Cihazda egzersiz yaparken uygun ayakkabıları (spor ayakkabıları) unutmayın.

BAKIM

Koşu bandının kullanımında maksimum güvenliği sağlamak için, elemanların aşınması açısından düzenli olarak kontrol edilmesi önerilir. Bu, somunların, vidaların, hareketli parçaların, burçların vb. sıklığının ve durumunun kontrolünü içerir.

Cihazı kuru ve sıcak bir yerde saklayın. Cihazı güneş ışığına maruz bırakmayın.

DİKKAT! Bakıma başlamadan önce daima koşu bandını kapatın ve güç kaynağından ayırın.

TEMİZLİK

Cihazın düzenli olarak temizlenmesi ömrünü uzatır ve yüksek performansını korur.

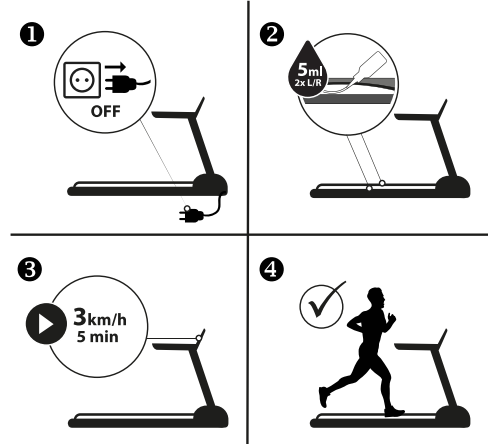
Koşu bandını temizlemek için yumuşak, nemli bir bez kullanın. Bu, elektrikli parçalar, motor, iç parçalar için geçerli değildir - bu alanlara su girmesine izin vermeyin. Koşu bandı yüzeyini (ve altındaki alanı) suya karşı koruyun.

MOTORUN TEMİZLENMESİ

En az yılda bir kez motordaki tozu temizleyin. Bunu yapmak için önce koşu bandının gücünü kapatın ve yaklaşık 1 saat bekledikten sonra motor kapağını çıkarın. Basınçlı hava veya fırça kullanarak biriken tozu dikkatlice temizleyin. Motor kapağını yeniden takıp güce bağladıktan sonra, koşu bandını çalıştırabilirsiniz.

KOŞU BANDININ YAĞLANMASI

Koşu bandının yağlama sıklığı, kullanım yoğunluğuna bağlıdır. Cihaz haftada 5 saatten fazla çalışıyorsa, 2-3 ayda bir yağlama yapılması önerilir. Koşu bandının daha az yoğun kullanılması durumunda, her 7-8 ayda bir yağlanmalıdır. 1. Koşu bandını yağlamaya başlamadan önce koşu bandını kapatın ve güç kaynağından ayırın. 2. Her iki tarafta koşu bandının altına yaklaşık 5 ml yağ uygulayın. En çok, ayakların koşu sırasında bantla temas ettiği yerlerde kullanın. 3. Koşu bandını düşük hızda (örneğin 3 km/saat) çalıştırın ve yağın bant boyunca eşit olarak dağılmasını bekleyin.



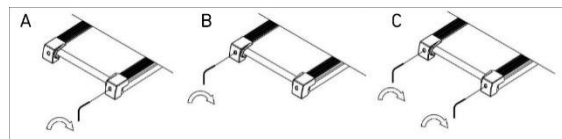
BANT GERGİNLİĞİNİN AYARLANMASI

Koşu bandı, sürekli kullanımdan dolayı gerginliği ihtiyaç duyabilir. Bant, egzersiz sırasında kaymaya, yana doğru hareket etmeye veya katlanmaya başladığında gerilmeye ihtiyaç duyar.

Çok gevşek gerilmiş bir bant, motor çalışırken durabilir.

Koşu bandını düz bir yüzeye yerleştirin. Koşu bandını yaklaşık 6-8 km/saat hızda çalıştırın ve koşu bandının sapma derecesini gözlemleyin.

- Bant çok fazla gerilmemelidir, çünkü bu motor, mil veya yataklar gibi anızlara neden olabilir.
- Doğru şekilde gerilmiş bir bant, kenarlarından yaklaşık 5-7,5 cm yüksekliğe kaldırılabilir. Bunu kontrol etmek çok kolaydır - doğru şekilde gerilmişse, altına 3 parmak sığar.



BANT GERGİNLİĞİNİN ARTTIRILMASI

Parça setinde özel bir anahtar bulacaksınız. Bunu koşu bandının arkasında bulunan bant ayar vidasının soluna yerleştirin. Anahtarı saat yönünde 90 derece çevirin (Şekil C).

Bu şekilde arka silindiri gerer ve bant gerginliğini artırır. Vidayı sağ taraftan çevirerek işlemi tekrarlayın. Vidaları eşit şekilde çevirmeye dikkat edin. Bant doğru şekilde gerilene kadar her iki vida için de adımları tekrarlayın.

BANT GERGİNLİĞİNİN AZALTILMASI

Bant gerginliğini azaltmak için arttırırken yaptığınız gibi yapın. Anahtarı saat yönünün tersine çevirin.

KOŞU BANDININ ORTALANMASI

Farklı koşu stilleri (çoğunlukla bir bacağı daha fazla yük binmesi) nedeniyle, bant yana doğru hareket edebilir ve ortalanmayabilir. Bu nedenle, bandın zaman zaman ayarlanması gerekebilir.

Bant, koşu bandı çalışırken kendiliğinden ortalanmalıdır. Sağa veya sola doğru hareket ettiğinde ayar gerektirir.

Koşu bandını çalıştırın ve düşük bir hızı ayarlayın (örneğin 3 km/saat). Kontrol et bandın hangi yöne hareket ettiğini.

- Bant sağa doğru hareket ediyorsa, anahtarı sağ ayar vidasına yerleştirin. Anahtarı saat yönünde 90 derece çevirin (Şekil A). Bandın ortalanıp ortalanmadığını gözlemleyin. Hala sağa doğru hareket ediyorsa, vidayı tekrar 90 derece çevirin.
- Bant sola doğru hareket ediyorsa, aynı şekilde devam edin yukarıdaki gibi, ancak soldaki vidayı çevirin (Şekil B).

ÇEVRE

Cihaz, nakliye sırasında olası hasarlara karşı koruma sağlamak amacıyla ambalajında teslim edilir. Ambalajlar işlenmemiş hammaddelerdir ve geri dönüştürülebilir. Bu malzemeleri seçici toplama için belirlenmiş uygun renkli kaplara atın.



Çevreyi koruyun ve kullanılmış pilleri evsel atık kutusuna atmayın.

Bunları satın aldığınız yere iade edin veya ayrılmış bir ikincil hammadde depolama noktasına teslim edin.

Atık elektrikli cihazlar (sayaç, güç kaynağı dahil) ikincil hammaddelerdir - bunları evsel atık kaplarına atmayın, çünkü sağlığa ve çevreye zararlı maddeler içerebilirler. Lütfen tutumlu olmaya aktif olarak yardımcı olun yerel kaynakların yönetimi ve atık cihazları ikincil hammaddelerin depolanma noktasına - atık elektrikli cihazlara teslim ederek doğal çevrenin korunması.

MONTAJ

Cihazın montajı dikkatli bir şekilde bir yetiştik tarafından yapılmalıdır. Şüpheleniz varsa, birinden yardım isteyin bu alanda daha fazla deneyime sahip.

- Montaja başlamadan önce, setin cihazla birlikte gelen tüm parçaları içerdiğinden emin olun parça listesi ve nakliye sırasında herhangi bir parçanın hasar görüp görmediğini kontrol edin. Parça eksikliği veya çekinceleriniz varsa, iletişime geçin satıcı ile.
- Çizimleri ve açıklamaları inceleyin ve montajı sırasına göre yapın montaj talimatları.
- Montaj sırasında dikkatli olun. Kullanım sırasında alet ve parçalarla yaralanma riski vardır.
- Güvenli bir ortam sağlamayı unutmayın. Aletleri ve montaj parçalarını dağınık bir şekilde yaymayın. Plastik filmlerin ve torbaların çocuklar için boğulma tehlikesi oluşturduğunu unutmayın.
- Belirli bir adımı gerçekleştirmek için gereken montaj parçaları montaj talimatlarında çizimlerde gösterilmiştir ve açıklamalarda. İçinde belirtilen parçaları kullanın montaj talimatlarında.
- Montajın ilk aşamalarında parçaları sonuna kadar sıkımayın. Her şeyi yerleştirdikten ve doğru şekilde oturduğundan emin olduktan sonra sıkın.
- Üretici, bazı parçaları önceden monte etme hakkını saklı tutar.

MONTAJ ŞEMASI (→ Sayfa 3)

DİKKAT! Üretici dışındaki kaynaklardan gelen parçaların kullanılması yasaktır.

PARÇA LİSTESİ

Tüm parça listesi, serwis@zipro.pl adresine başvurarak veya Zipro.store web sitesinde ürün açıklamasında mevcuttur.

NO	AÇIKLAMA	ADET
1	Ana çerçeve	1
18	Sol taban kapağı	1
19	Sağ taban kapağı	1
47	Alyan anahtarı	1
48	Güvenlik kilidi	1
49	Alyan anahtarı 6#	1
51	Silikon yağı	1
52	Uçapraz tutamacı S = 13, 14, 15	1
60	Düz başlı altigen soketli vida M8 * 45	2
61	Düz başlı altigen soketli vida M8 * 16	4
69	Rondelalı Havşa Başlı Yıldız Kendinden Kılavuzlu ve Kendinden Delen Vida 4.2*19	15
77	Standart yaylı rondela #8	8
79	C sınıfı düz rondela #8	4
92	Kavisli conta #8	4

MONTAJ TALIMATLARI (→ Sayfaya bakın 3)

DİKKAT! Montaj sırasında aşağıdaki adımları izleyin ve ürünle birlikte verilen araçları kullanın.

Cihazı monte etmek için yeterli boş alan hazırlayın. Bazı parçaların yüksek ağırlığı nedeniyle, montajın iki kişi tarafından yapılması önerilir.

INSTRUKCJA MONTAJ VE DEMONTAJ (→ Sayfaya bakın 6)

CİHAZIN MONTAJI

DIKKAT! Montaja başlamadan önce tüm vidaların sıkıldığından emin olun.
DIKKAT! Montaj sırasında ellerinize ve parmaklarınıza dikkat edin, sıkışmalarına özen gösterin.
 Katlama mekanizmasının kilitleme sesini duyana kadar cihazın koşu bandını dikey konuma kaldırın.

CİHAZIN SÖKÜLMESİ

DIKKAT! Koşu bandından inerken, doğrudan çevrede üçüncü şahısların bulunmadığından emin olun ve hayvanlar.

Koşu bandını tutarken, ayağınızla katlama mekanizmasının kilidini açın (okla gösterilmiştir). Platformu ana çerçevenin korkuluk yüksekliğine kadar indirin. Bu yükseklikten sonra bant kendiliğinden yere doğru inecektir.

AYARLAR

Cihazın Düzeltilmesi

Ön ve arka tabanlarda bulunan dengeleme ayaklarını sökerek veya sıkarak cihazı dengeleyin.

BİLGİSAYAR KULLANIM TALİMATLARI

BAŞLANGIÇ

İçinde 3 saniye içinde düğmesine bastıktan sonra **START** cihaz çalışmaya başlayacaktır.

ENERJİ TASARRUFU FONKSİYONU

Koşu bandı bilgisayarı, 10 dakika içinde herhangi bir işlem yapılmazsa otomatik olarak enerji tasarrufu moduna geçer. Sistemi sürdürmek için herhangi bir tuşa basın.

CİHAZIN ACİL DURDURULMASI

DIKKAT! Güvenlik anahtarı her egzersiz sırasında giysilerinize takılmalıdır. Sadece acil durumlarda kullanılmalıdır, normal bir durdurma düğmesi olarak kullanılmamalıdır.

Yanlış takılan güvenlik anahtarı, koşu bandının çalışmasını engeller.

Koşu bandını kullanmadan önce sistemin doğru çalıştığını kontrol edin. İpi çekerek güvenlik anahtarını çıkarın. Anahtar çıkarıldığında, koşu bandı çalışma hızına bağlı olarak bir gecikmeyle duracak ve koşu bandı kaldırma sistemi de durdurulacaktır. Durdurma kısa bir sesli alarm ile bildirilecektir. Ekrandaki tüm pencerelerde "----" görüntülenecektir. Güvenlik anahtarı tekrar takıldığında cihaz sıfırlanacaktır.

PROGRAMLAR

Bilgisayar, manuel ayar için 3 kullanıcı programı, 12 hafızada kayıtlı otomatik program, 3 geri sayım modu (zaman, kalori, mesafe) ve vücut yağ ölçüm fonksiyonu (Body Fat) ile donatılmıştır.

DÜĞMELERİN AÇIKLAMASI

- START** – koşu bandını manuel modda veya seçilen programda başlatmak için kullanılır.
- STOP** – çalışan koşu bandını durdurmak için kullanılır. Basıldığında ayarlar da sıfırlanır. Cihaz yeniden başlatıldığında, manuel modda çalışmaya başlayacaktır.
- PROGRAM** – otomatik egzersiz programını (P1-P12), kullanıcı programını (U1-U3) veya koşu bandını başlatmadan önce Body Fat fonksiyonunu seçmek için kullanılır.
- MOD** - zaman, mesafe veya kalori geri sayım modunu seçmenizi sağlar
- HIZ** - düğmeleri ayarı sağlar (artırma ve 0,1 km/saat aralıklarla hızı azaltma) özelliği bulunur. Düğmeler bilgisayar konsolunda ve tutamaklarda bulunur.
- HIZLI SEÇİM HIZ DÜĞMELERİ** - doğrudan hız seçimi yapmanızı sağlar (3,6, 9, 12) düğmeleriyle yapılabilir.
- EĞİM** - düğmeler, egzersiz sırasında koşu bandının eğim açısını 1 seviye artırmanıza veya azaltmanıza olanak tanır. Düğmeler bilgisayar konsolunda ve tutamaklarda bulunur.
- HIZLI SEÇİM EĞİM AÇISI DÜĞMELERİ** - egzersiz sırasında koşu bandının eğim açısını doğrudan seçmenizi sağlar (3,6,9,12).

FONKSİYONLAR (TEKNİK ÖZELLİKLER)

HIZ	Mevcut hızı görüntüler.	0.8 -12 km/sa
SÜRE	Egzersiz başlangıcından bitişine kadar toplam egzersiz süresini sayar.	00:00-99:59 dk
EĞİM	Koşu bandının mevcut eğim seviyesini görüntüler.	0-12 seviye
KALORİ	Egzersiz başlangıcından bitişine kadar toplam kalori sayısını sayar. (Ölçüm, farklı egzersiz seanslarını karşılaştırmak amacıyla yaklaşık olarak verilmiştir ve tıbbi amaçla kullanılamaz).	0,0-999 kcal
MESAFE	Egzersiz başlangıcından bitişine kadar kat edilen toplam mesafeyi sayar.	0,0-99,9 km
NABİZ	Mevcut nabızı görüntüler. DIKKAT! Nabız ölçümü yalnızca sportif amaçlar içindir (tıbbi kullanım dışlanmıştır).	50-200 BPM

NABİZ ÖLÇME FONKSİYONU

Koşu bandını çalıştırdıktan sonra her iki elinizi de nabız sensörlerinde tutun. 30 saniye sonra ekranda mevcut nabızınız görünecektir. Ölçüm sırasında bilgisayar kalp şeklinde bir simge gösterecektir.

DIKKAT! Nabız ölçümü yalnızca sportif amaçlar içindir (tıbbi kullanım dışlanmıştır).

MANUEL PROGRAM

Manuel programı, cihazın varsayılan çalışma modudur. Koşu bandı, basıldığında bu modda çalışmaya başlar **START**, herhangi bir egzersiz programı seçilmediğinde.

- Manuel moddaki varsayılan hız 0.8 km/sa.
- Bandın varsayılan eğim açısı seviyesi 0'dır.
- Koşu bandının hız ve eğim açısı ayarı, bilgisayar ve korkuluk üzerindeki düğmeler kullanılarak değiştirilebilir.

EGZERSİZ PROGRAMLARI

Aşağıdakilerden birini seçin 15 otomatik egzersiz programlarından birini seçmek için **PROGRAM** düğmesine ekranda uygun numara görünece kadar basın.

- Uygun program görüntülediğinde **MODE** düğmesine basın. Seçildikten sonra, pencerede "30:00" değeri görüntülenecek ve yapıp sönecektir. Program egzersiz süresi ayarları **SPEED +/-**.
- Ayarlanan egzersiz süresi orantılı olarak 20 aşamaya bölünmüştür. Tablo, her egzersiz programı için aşamaların ve bunlara karşılık gelen hız ve eğim açısının bir özetini göstermektedir. → [Sayfaya bakın 117.](#)
- Programa başlamak için **START**.

KULLANICI PROGRAMLARI

Bilgisayar, bireysel tanımlama için 3 kullanıcı programı ile donatılmıştır: U1, U2, U3.

KULLANICI PROGRAMINI AYARLAMA

- Bekleme modunda, **PROGRAM** düğmesine basarak kullanıcı programlarından birini seçin. Panelde sırasıyla otomatik program numaraları ve ardından kullanıcı programları görüntülenecektir.
- Uygun program görüntülediğinde **MODE** düğmesine basarak programın ilk bölümünü düzenlemeye başlayın. Düğmeleri kullanın **SPEED +/-** hızı ayarlamak için. Düğmeleri kullanın **INCLINE +/-** koşu bandı eğim seviyesini ayarlamak için.
- Basın **MODE**, ilk bölümün parametre ayarlarını onaylamak ve bir sonraki bölümü düzenlemeye geçmek için.

Programlar 20 bölümden oluşur. Tüm bölümlerin parametreleri ayarlanana kadar yukarıdaki adımları tekrarlayın.

Programlar, bir sonraki düzenlemeye kadar bilgisayarın belleğinde saklanacaktır. Güç kesintisi nedeniyle veriler kaybolmaz.

KULLANICI PROGRAMINI ÇALIŞTIRMA

- Bekleme modunda, düğmesine basın **PROGRAM**, kullanıcı programlarından birini seçmek için. Seçildikten sonra pencerede "30:00" değeri görüntülenecek ve yapıp sönecektir. Düğmeleri kullanın **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** antrenman süresini ayarlamak için. Ayarlanan antrenman süresi orantılı olarak 20 aşamaya bölünmüştür.
- Programı başlatmak için basın **START**.

GERİ SAYIM MODU

Düğmesine basarak 3 geri sayım modundan birini seçin **MODE**.

- Geri sayım değerini ayarlamak için düğmeleri kullanın **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Koşu bandının başlatılması ve geri sayım düğmesine basıldıktan sonra başlayacaktır **START**.

GERİ SAYIM PARAMETRELERİ:

- ZAMAN: başlangıç geri sayım değeri 30 dakikadır. Bilgisayar, 5-99 dakika aralığında (1 dakika aralıklarla) zaman ayarlamana olanak tanır.
- KALORİ: başlangıç geri sayım değeri 50 kcal'dir. Bilgisayar, 20-990 kcal (10 kcal aralıklarla) kalori ayarlamana olanak tanır.
- MESAFE: başlangıç geri sayım değeri 1 km'dir. Bilgisayar, 1,0-99,0 km (1 km aralıklarla) mesafe ayarlamana olanak tanır.

YAĞ DOKUSU ÖLÇÜM FONKSİYONU (VÜCUT YAĞI)

Düğmeye basın **PROGRAM**, ekranda "FAT" görünece kadar.

Kullan **MODE**, parametreleri girmek için:

- F1 - cinsiyet (gender) – 01 erkek / 02 kadın
- F2 - yaş (age) – değerler 10-99
- F3 - boy (height) – değerler 100-220 cm
- F4 - ağırlık (weight) – değerler 20-130 kg

Tuşları kullanın **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** parametre değerlerini ayarlamak için.

Parametreler seçildikten sonra ekranda F5 görünecektir. Her iki elinizi de nabız ölçüm sensörlerine yerleştirin, 5-6 saniye sonra bilgisayar FAT bilgisini gösterecektir. FAT, vücut oranlarını değil, boy ve kilo arasındaki ilişkiyi ölçmeyi amaçlar.

Doğru sonuç aralığında olmalıdır 19-26. Altındaki değer 19 zayıflık anlamına gelir, 27-30 - fazla kilolu ve üstünde 30 - obezite.

DIKKAT! Elde edilen sonuçlar hiçbir koşulda tedavi temeli olamaz veya tıbbi amaçlarla dikkate alınamaz.

EĞİTİM VE EGZERSİZ AŞAMALARI

Cihazı kullanmak size birçok fayda sağlayacaktır. Her şeyden önce, kondisyonunuzu iyileştirecek, kaslarınızı güçlendirecek ve birlikte uygun bir diyetle fazla yağ yakmanıza yardımcı olacaktır.

1. ISINMA

Bu, tüm vücutta kan dolaşımını iyileştiren ve kasları yoğun egzersize hazırlayan bir aşamadır. Ayrıca kramp ve yaralanma riskini de azaltır. Aşağıda gösterildiği gibi birkaç germe egzersizi yapılması önerilir.

Ağrı hissederseniz, egzersizi bırakın veya hareket aralığını azaltın.

İÇ UYLUK KASLARINI ESNETME

Bacaklarınız bükülmüş ve dizleriniz dışarı dönük şekilde düz bir zemine oturun. Ayak tabanlarınızı birleştirin ve mümkün olduğunca birbirine yakınlaştırın. Dizlerinizi nazikçe yere doğru bastırın ve bu pozisyonda 15 saniye bekleyin.

UYLUK ESNETME

Düz bir zemine oturun. Sağ bacağınızı düzeltin ve sol ayağınızın tabanını sağ uyluğunuza dayayın. Sağ elinizi uzatın mümkün olduğunca sağ bacağınızın parmaklarına doğru. 15 saniye bekleyin. İşlemi sol bacağınızla tekrarlayın.

KAFA DÖNMELERİ

Başınızı dik tutarak önünüze bakın. Omuzlarınızı hareket ettirmeden başınızı sağa çevirin ve düzeltin, ardından sola çevirin ve düzeltin. KOL KALDIRMA Sol kolunuzu mümkün olduğunca yukarı kaldırın ve birkaç saniye bekleyin. İşlemi sağ kolunuzla tekrarlayın.

AŞİL TENDONU ESNETME

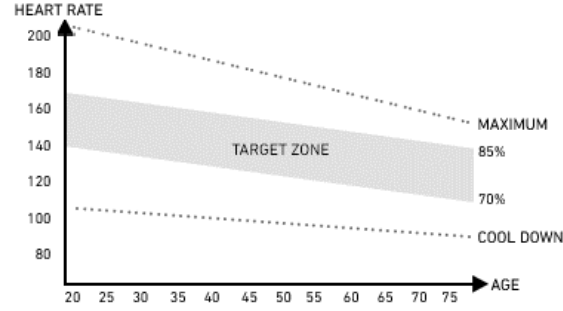
Duvara dönün, sol bacağınızı öne doğru uzatın ve dizinizi hafifçe bükün. Sağ arkada tutun - düz, topuk yere düz bir şekilde yerleştirilmiş. Her iki topuğu da yere düz bir şekilde tutun ve kalçalarınızı duvara doğru itin. Bu pozisyonu 30 saniye koruyun. Aynı işlemi sağ bacağınızı uzatarak tekrarlayın. Egzersiz sırasında sırtınızı kamburlaştırmamaya dikkat edin.

EĞİLME

Ayaklarınız birleşik halde durun. Öne doğru eğilerek göğsünüzü dizlerinize mümkün olduğunca yaklaştırmaya çalışın. 15 saniye boyunca bekleyin. Dizlerinizi bükmemeye dikkat edin.

2. EGZERSİZ AŞAMASI

Bu, antrenmanın doğru aşamasıdır. Grafikte gösterildiği gibi yaşınıza uygun kalp atış hızına ulaşmak için kendi hızınızda egzersiz yapın.



3. RAHATLAMA AŞAMASI

Bu aşama, dolaşımı sakinleştirmeye ve kasları gevşetmeye yardımcı olur. Isınma egzersizlerinin tekrarıdır. Şunu unutmamak gerekir ki, kaslarınızı aşırı yormayın.

OLASI HASARLAR VE ONARIM TEKNİKLERİ

DİKKAT! Üreticinin servisiyle önceden iletişime geçmeden cihazın kasasını açmak garantiyi geçersiz kılar. Kasanın açılmasını gerektiren bir arıza şüphesi durumunda, üreticinin servisiyle iletişime geçin.

HATA AÇIKLAMASI	OLASI NEDENLER	SORUNUN ÇÖZÜMÜ
---- Güvenlik anahtarı sorunu	Güvenlik anahtarı takılı değil. Bilgisayar arızalı.	Güvenlik anahtarını doğru şekilde takın. Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
E01 Bilgisayar çalışmıyor	Bilgisayar yanlış bağlanmış. Bağlantı kablosu kırık veya aşınmış	Bilgisayar kablolarının doğru şekilde bağlanıp bağlanmadığını kontrol edin. Fişlerin bağlantısını kontrol edin. Doğruysa ve sorun devam ederse, üreticinin servisinin müşteri hizmetleriyle iletişime geçin.
	Bilgisayar arızalı	Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
	Kontrol paneli ile bilgisayar arasındaki bağlantı engellendi	Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
E02 Motor çalışmıyor	Yanlış besleme gerilimi	Gerilimin doğru olduğundan emin olun. Sorun devam ederse, üreticinin servisinin müşteri hizmetleriyle iletişime geçin.
	Motor kablusunun yanlış bağlantısı	Kablonu söküp ve yeniden takın. Sorun devam ederse, üreticinin servisiyle iletişime geçin.

	Anızalı sürücü	Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
E03 Bilgisayar, hız sensöründen 15 saniye boyunca sinyal algılamadı	Sensörün yanlış bağlantısı Sensör fişi yanlış bağlanmış	Üreticinin servisiyle iletişime geçin. Fişlerin bağlantısını kontrol edin. Doğruysa ve sorun devam ederse, üreticinin servisinin müşteri hizmetleriyle iletişime geçin.
	Anızalı sensör	Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
E05 Aşırı Yük Hatası	Motor Arızası	Motorun yanıp yanmadığını kontrol edin. Yanmadıysa, koşu bandının fişini çekin ve tekrar takın. Sorun devam ederse, üreticinin servisiyle iletişime geçin.
	Sürücüdeki nominal akım çok düşük.	Sürücüyü değiştirin. Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
	Akım nominal değerinin üzerinde	Kullanıcının ağırlığının bu cihaz için maksimum değeri aşmadığından emin olun.
E06 Kontrol Cihazı Otomatik Test Hatası		Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
E07 Ekran Yok	Güvenlik Anahtarı Çıkarıldı	Güvenlik anahtarını takın.
E08 Sürücü EEPROM Hatası	Sürücü bozuk.	Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
Cihaz Çalışmıyor	Güç Yok Güvenlik Anahtarı Çıkarıldı Kısa Devre	Cihazı prize takın. Güvenlik anahtarını takın. Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
	AÇMA/KAPAMA düğmesi açık değil	Cihazı açın.
Koşu bandı düzgün çalışmıyor	Koşu bandı yeterince yağlanmamış	Koşu bandını kullanım kılavuzundaki bilgilere göre yağlayın.
	Koşu bandı çok sıkı gerilmiş	Koşu bandının konumunu kullanım kılavuzundaki bilgilere göre ayarlayın ve hizalayın.
Koşu bandı eğri	Koşu bandı çok gevşek	Koşu bandının konumunu kullanım kılavuzundaki bilgilere göre ayarlayın ve hizalayın.
	Tahrik kayışı çok gevşek	Üreticinin servisiyle iletişime geçin.

GARANTİ

Satıcı, Garantör adına, satış tarihinden itibaren 24 ay süreyle Türkiye Cumhuriyeti topraklarında garanti vermektedir. Satılan malların garantisi, Alıcının Tüketici Hakları Kanunu'ndan kaynaklanan haklarını ortadan kaldırmaz, kısıtlamaz veya askıya almaz.

Garanti belgesi son sayfadadır.

GARANTİ ŞARTLARI

- Yalnızca üreticinin hatasından kaynaklanan gizli kusurlar şikayet ve garanti kapsamındadır.
- Garanti, müşteri tarafından aşağıdakilerin ibraz edilmesi üzerine mağaza veya servis tarafından kabul edilecektir:
 - satış damgası ve satıcının imzası bulunan geçerli, okunaklı ve doğru doldurulmuş garanti belgesi,
 - satış tarihini gösteren geçerli ekipman satın alma kanıtı,
 - şikayet edilen mal veya kusurlu parça.
 Uzaktan satın alma durumunda, garanti belgesi yalnızca satın alma belgesine (makbuz / fatura) dayanarak geçerlidir.
- Şikayet, Müşteri tarafından kusurun bildirilmesinden itibaren 14 gün içinde değerlendirilecektir.
- Garanti süresi içinde ortaya çıkan üretim hataları ve hasarlar, malların mağazaya veya servise teslim tarihinden itibaren en geç 21 gün içinde ücretsiz olarak onarılacaktır.
- Parçaların ithal edilmesi gerekiyorsa, garanti onarımının tamamlanma süresi, bunların ithal edilmesi için gereken süre kadar uzayabilir, ancak 40 günü geçemez.
- Garanti kapsamına girmeyenler:
 - mekanik hasarlar ve bunlardan kaynaklanan arızalar,

- b. amaç dışı kullanımdan ve depolamadan, yanlış montaj ve bakımdan kaynaklanan hasar ve kusurlar,
 - c. aşağıdaki gibi sarf malzemelerinin hasar görmesi ve aşınması: kablolar, kayışlar, lastik elemanlar, pedallar, sünger kulplar, tekerlekler, rulmanlar, döşeme.
 - d. kullanım kılavuzuna göre kullanıcının kendi başına yapması gereken montaj ve bakım işlemleri.
7. Garanti aşağıdaki durumlarda geçerli değildir:
- a. geçerlilik süresinin dolması,
 - b. müşteri tarafından orijinal olmayan parçalar kullanılarak yapılan bağımsız onarımlar ve modifikasyonlar,
 - c. kusur, yanlış kurulumdan veya kullanım kılavuzunda açıklanan doğru çalışma kurallarına uyulmamasından kaynaklandığında,
 - d. ev kullanımı dışındaki kullanım,
 - e. nakliye sırasında meydana gelen hasar.
8. Garanti belgesinin suretleri verilmeyecektir.
9. Garanti kapsamında müşteri aşağıdaki ücretsiz tazminat türlerini talep etme hakkına sahiptir:
- a. ürünün onarımı,

- b. ürünün değiştirilmesi,
 - c. fiyat indirimi,
 - d. sözleşmenin feshi ve yapılan masrafların tam olarak iadesi.
10. Şikayette bulunmak için:
- a. Garanti kapsamındaki ürünü veya parçasını ibraz edin.
 - b. Satıcının adını ve adresini, satın alma tarihini ve yerini, ürün türünü veya geçerli garanti belgesini belirten satın alma belgesi mağaza kaşesi ile.
 - c. Kirli bir ürünün teslim edilmesi durumunda, servis kabul etmeyi reddedebilir veya müşterinin yazılı onayı ile müşterinin masrafı karşılığında temizlik yapabilir.
11. Şikayetin olumlu sonuçlanması durumunda, ekipman onarılabilecek veya yenisiyle değiştirilecek veya müşteriye para iadesi yapılacaktır. Ürünün müşteriye nakliye masrafları üretici servisi tarafından karşılanır.
12. Garanti talebinin reddedilmesi durumunda, müşteri alınan kararın ayrıntılı bir gerekçesini alacak ve kararın iletilmesinden itibaren 14 gün içinde ekipman müşteriye masrafları kendisine ait olmak üzere iade edilecektir.

DA Brugervejledning

Kære bruger,
Læs denne vejledning grundigt før montering og første brug af apparatet. Denne vejledning indeholder vigtige oplysninger om sikkerhed, brug og vedligeholdelse af udstyret. Opbevar den for at kunne få adgang til oplysninger om vedligeholdelse eller bestilling af reservedele.

TEKNISKE DATA

Strømforsyning	220V
Maksimal effekt	900 W
Vægt	51 kg
Driftstemperatur	0°C til +40°C
Opbevaringstemperatur	-10°C til +60°C
Maksimal brugervægt	120 kg
Anvendelsesklasse	Klasse H
Nøjagtighedsklasse	Klasse C
Hastighed	0.8 -12 km/t
Hældning	12 niveauer
Produktstandard (hoved)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Formål	Elektrisk løbebånd til hjemmebrug

SIKKERHED

ADVARSEL! Apparatet må kun bruges til det tilsigtede formål, dvs. til træning af voksne. Enhver anden brug kan være farlig. Producenten kan ikke holdes ansvarlig for skader forårsaget af forkert brug af apparatet.

- Apparatet er designet og konstrueret baseret på den nyeste viden inden for sikkerhed. Farlige elementer, der potentielt kan udgøre en risiko for personskade, er blevet elimineret eller relativt sikret.
- Reparationer og ændringer på egen hånd er ikke tilladt.
- Kontroller en gang om måneden eller hver anden måned, om skruer, bolte og møtrikker er spændt korrekt.
- For at sikre vedvarende sikkerhed skal du regelmæssigt (dvs. en gang om året) kontrollere og vedligeholde udstyret hos en specialiseret forhandler.
- Alle ændringer på apparatet, der ikke er beskrevet i denne vejledning, kan forårsage skader eller direkte true den træendes helbred og liv. Ændringer på apparatet må kun foretages af producentens servicepersonale eller personer, der er uddannet af dem til dette.
- Alle apparater er underlagt løbende innovation for at sikre høj kvalitet. Af denne grund forbeholder producenten sig retten til at foretage tekniske ændringer.
- Alle spørgsmål eller tvivl om udstyret skal rettes til en specialiseret forhandler.

ADVARSEL! Overhold de generelle regler og sikkerhedsforanstaltninger, der gælder for håndtering af elektriske apparater.

- **Apparatet forsynes med en netspænding på 220V.**
- Alle elektriske apparater udsender elektromagnetisk stråling under drift. Hvis der er andre enheder, der udsender sådan stråling (f.eks. mobiltelefoner) i nærheden af det elektroniske kontrolsystem eller cockpittet, kan visse værdier (f.eks. puls) blive forvrænget.
- **ADVARSEL!** Foretag aldrig selv ændringer i elnettet. Overlad sådanne ændringer til specialister.
- **ADVARSEL!** Husk at tage stikket ud af stikkontakten, før du påbegynder reparation, vedligeholdelse eller rengøring af udstyret.
- Brug ikke forlængerledninger til at tilslutte apparatet.
- Hvis du ikke bruger udstyret i længere tid, skal du tage stikket ud af stikkontakten.
- Sørg for, at strømkablet ikke er klempt, og at dets placering ikke udgør en risiko for at snuble over det.

JORDING

Jording beskytter mod risikoen for elektrisk stød. Apparatet har en ledning og et stik med jording. Stikket skal tilsluttes en korrekt installeret og korrekt jordet stikkontakt.

FARE! Forkert tilslutning af ledningen kan medføre risiko for elektrisk stød.

- Før du tilslutter apparatet til strømforsyningen, skal du sikre dig, at den lokale spænding svarer til stikket.
- Modificer ikke stikket, hvis det ikke passer til stikkontakten. I dette tilfælde skal du få en kvalificeret elektriker til at installere en anden stikkontakt.

ADVARSEL! Personer, der opholder sig i nærheden under brugen af udstyret, skal advares om potentielle farer. Vær særlig forsigtig i nærheden af børn.

ADVARSEL! Konsulter en læge, før du begynder at træne for at sikre, at du ikke har nogen helbreds-mæssige kontraindikationer for at træne på apparatet. Baseret på en specialists udtalelse kan du udvikle din træningsplan. Et forkert valgt program eller overdreven træning kan være farlig for dit helbred og liv.

ADVARSEL! Pulsovervågningssystemer kan være uøjagtige. Overanstrengelse under træning kan resultere i alvorlige skader eller død. Hvis du føler dig svag, skal du straks stoppe træningen.

ADVARSEL! Overhold ubetinget anvisningerne vedrørende træning, der er indeholdt i denne vejledning.

- Når du vælger et sted at træne, skal du sørge for at holde sikker afstand til mulige forhindringer. Placer ikke udstyret i nærheden af kommunikationsveje (veje, porte, passager osv.).
- Det er forbudt at bruge udstyret i umiddelbar nærhed af væggen. Sikkerhedszonen er 2000 mm og mindst lige så bred som enheden.

ADVARSEL! Vær forsigtig under monteringen af enheden, og lad ikke børn være i nærheden. Under monteringen bruges små dele (møtrikker, skruer osv.), som kan sluges af dem.

RESTRIKO

- I en situation, hvor faldbeskyttelsen ikke bruges, eller den bruges, men forkert, er der en restrisiko, dvs. at en person falder og forårsager hudafskrabninger, blå mærker, brud eller i værste fald død.
- Der er en restrisiko for utilsigtet overbelastning af den person, der træner, forårsaget af forkert håndtering eller forkert vurdering, samt forkert datatransmission (på grund af elektromagnetisk interferens, softwarefejl osv.).
- Selv den bedste software- og hardwarebeskyttelse udelukker ikke software- eller hardwarefejl og kan teoretisk set forårsage overbelastning af den person, der træner.
- Produktet er en elektrisk enhed, derfor kan elektrisk stød, der kan føre til døden, ikke udelukkes.
- Restrisikoen for kvælning kan ikke udelukkes.
- Risikoen kan reduceres ved at følge oplysningerne om sikkerhed i brugsanvisningen.
- Det kan ikke udelukkes, at utilsigtet eller uautoriseret brug vil medføre andre, ikke-inkluderede risici, og at den inkluderede risiko er blevet vurderet forkert.

I risikoanalysen blev vurderinger foretaget på basis af "den aktuelle tilstand af enheden". Den udførte evaluering og inspektion af produktet viser, at sandsynligheden for uacceptabel risiko er meget lav. Enheden (dens konstruktion, funktion og anvendelse) forårsager - under normale forhold - ikke urimelig risiko for den person, der træner, eller for tredjeparter.

HÅNTERINGS SYMBOLER PÅ TRANSPORTBALLAGEN

-  Denne side op. Må ikke vendes.
-  Beskyt mod fald.
-  Emballage egnet til genbrug.
-  Elektrisk affald. Det er nødvendigt at returnere brugt udstyr til et genbrugspunkt.
-  Forsigtig, skrøbelig. Mulighed for beskadigelse. Vær forsigtig.
-  Beskyt mod fugt.
-  Advarsel tungt produkt.
-  Opbevares maksimalt i 8 lag.
-  Produktet indeholder en brugsanvisning.

DO NOT USE BLADE TO OPEN 
Må ikke åbnes med en kniv.



Emballagen er lavet af pap og plast.
Bortskaf venligst affald i overensstemmelse med lokale regler.

 Emballagen er lavet af pap og plast. Bortskaf venligst affald i overensstemmelse med lokale regler.

 Emballagen er lavet af pap.



Emballagen er produceret med hensyn til miljøansvar og genbrug. Bortskaf venligst affald i overensstemmelse med lokale regler.

BETJENING

Inden du starter træningen, skal du sikre dig, at enheden er korrekt installeret.

- Inden du starter din første træning, skal du læse med alle funktioner og justeringsmuligheder for enheden.
- Enheden har elementer, der kan blive udsat for korrosion. Af denne grund anbefales det ikke, at den forbliver i et fugtigt rum. Det er også vigtigt at sørge for, at udstyret (især dets indre og elektroniske dele) ikke udsættes for kontakt med vand, drikkevarer, sved osv.
- Enheden er kun beregnet til træning af voksne og er absolut ikke et legetøj for børn. Hvis du på eget ansvar tillader børn at bruge den, skal du absolut instruere dem om korrekt brug og konstant overvåge dem.
- Udstyret er ikke egnet til terapeutisk brug.
- Under driften af enheden kan der forekomme svag støj ved den inertielle bevægelse af svinghulets masse, hvilket skyldes typen af konstruktion. De har ingen indflydelse på udstyrets funktion.
- Støjemissionen under belastning er højere end uden belastning.
- Kontroller korrektheden af sikkerheden og skruer- og stikforbindelserne før hver træning.
- Husk passende fodtøj (sportssko) under træning på enheden.

VEDLIGEHOLDELSE

For at sikre maksimal sikkerhed ved brug af løbebåndet anbefales det at kontrollere det regelmæssigt for slid på komponenterne. Dette omfatter kontrol af tilspænding og tilstand af motorkræver, skruer, bevægelige dele, bøsninger osv. Opbevar enheden på et tørt og varmt sted. Udsæt ikke enheden for sollys.

ADVARSEL! Sluk altid for løbebåndet og tag stikket ud af stikkontakten, før du påbegynder vedligeholdelse.

RENGØRING

Regelmæssig rengøring af enheden vil forlænge dens levetid og bevare dens høje ydeevne.

Brug en blød, fugtig klud til at rengøre løbebåndet. Dette gælder ikke elektriske komponenter, motoren, indre dele - lad ikke vand trænge ind i disse områder. Beskyt overfladen af løbebåndet (og rummet under det) mod vand.

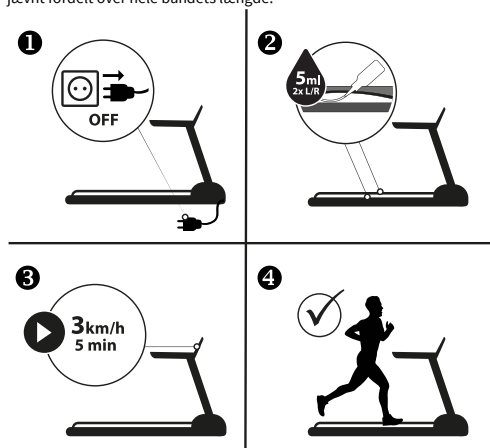
RENGØRING AF MOTOREN

Fjern mindst en gang om året støv fra motoren. For at gøre dette skal du først slukke for løbebåndet og tage stikket ud af stikkontakten, og efter ca. 1 time fjerne motordækslet. Brug trykluft eller en børste til forsigtigt at fjerne akkumuleret støv. Når du har genmonteret motordækslet og tilsluttet strømforsyningen, kan du starte løbebåndet.

SMØRING AF LØBEBÅNDET

Frekvensen af smøring af løbebåndet afhænger af intensiteten af dets brug. Hvis enheden kører mere end 5 timer om ugen, anbefales det at smøre den hver 2-3 måned. Hvis løbebåndet bruges mindre intensivt, skal det smøres en gang hver 7-8 måned.

1. Før du smører løbebåndet, skal du slukke for løbebåndet og tage stikket ud af stikkontakten. 2. Påfør smøremiddel under løbebåndet på begge sider med ca. 5 ml. Brug mest i de områder, hvor fødderne er i kontakt med båndet under løb. 3. Start løbebåndet med lav hastighed (f.eks. 3 km/t) og vent til smøremidlet er jævnt fordelt over hele båndets længde.



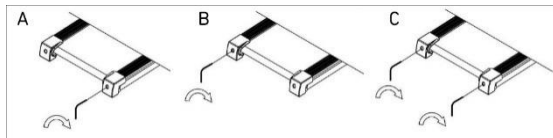
JUSTERING AF BÅNDSPÆNDING

Løbebåndet kan kræve spænding som følge af konstant brug af løbebåndet. Båndet skal strammes, når det begynder at glide, bevæge sig sidelæns eller krølle under træning.

Et for løst bånd kan stoppe under motorens drift.

Placer løbebåndet på en plan overflade. Start løbebåndet med en hastighed på ca. 6-8 km/t, og observer graden af afvigelse af løbebåndet.

- Båndet må ikke strammes for meget, da det kan forårsage fejl, herunder motor, aksel eller lejer.
- Et korrekt spændt bånd kan løftes i kanterne til en højde af ca. 5-7,5 cm. Det er meget let at kontrollere - det er korrekt spændt, når 3 fingre passer under det.



ØGELSE AF BÅNDSPÆNDING

I sættet af dele finder du en speciel nøgle. Placer den i den venstre skrue til justering af båndet, der er placeret bag på løbebåndet. Drej nøglen 90 grader med uret (figur C).

På denne måde strammes den bagerste rulle og båndspændingen øges. Gentag handlingen ved at dreje skruen på højre side. Vær opmærksom på at dreje skrueene ens.

Gentag trinene for begge skrue, indtil båndet er korrekt spændt.

REDUKTION AF BÅNDSPÆNDING

For at reducere båndspændingen skal du gøre som ved øgningen. Drej nøglen mod uret.

CENTERING AF LØBEBÅNDET

På grund af forskellige løbestilarter (oftest større belastning på det ene ben) kan båndet bevæge sig sidelæns og ikke være centreret. Af denne grund kan båndet kræve justering fra tid til anden.

Båndet skal automatisk centrere sig selv under løbebåndets drift. Det kræver justering, hvis det bevæger sig mod højre eller venstre side.

Start løbebåndet og indstil det til en lav hastighed (f.eks. 3 km/t). Tjek i hvilken retning båndet bevæger sig.

- Hvis båndet bevæger sig mod højre side, skal du placere nøglen i den højre justeringsskrue. Drej nøglen 90 grader med uret (figur A). Observer, om båndet centrerer. Hvis det stadig bevæger sig mod højre, skal du dreje skruen 90 grader igen.
- Hvis båndet bevæger sig mod venstre, skal du gøre det samme som i ovenstående tilfælde, men drej skruen på venstre side (figur B).

MILJØ

Enheden leveres i en emballage for at beskytte den mod mulig skade under transport. Emballagen er uforarbejdede råvarer og kan genbruges. Smid disse materialer i de passende farvede beholdere til selektiv indsamling.



Beskyt miljøet og smid ikke brugte batterier i husholdningsaffaldet. Aflever dem på købsstedet eller overfør dem til et separat deponeringssted for genbrugsmaterialer. Udtjente elektriske apparater (herunder målere, strømforsyninger) er sekundære råstoffer - smid dem ikke i husholdningsaffaldsbeholdere, da de kan indeholde stoffer, der er farlige for sundhed og miljø. Vi beder om aktiv hjælp til sparsommelig a természeti erőforrásokkal való gazdálkodás és a környezet védelme a használt készülék újrahasznosító létesítménybe történő szállításával - elektromos berendezések hulladékaik.

MONTAGE

Montering af apparatet skal udføres omhyggeligt af en voksen. Hvis du er i tvivl, skal du bede om hjælp fra en person med mere erfaring på dette område.

- Før du begynder monteringen, skal du sikre dig, at sættet med apparatet indeholder alle delene på reservedelslisten, og at ingen dele er blevet beskadiget under transporten. Hvis der mangler dele, eller hvis du er i tvivl om noget, skal du kontakte din forhandler. Kontakt din forhandler.

- Se tegningerne og forklaringerne, og saml i den rækkefølge, der er angivet i samlevejledningen.

Der er risiko for personskade ved brug af værktøj og komponenter.

- Husk at opretholde et sikkert miljø.
- Læg ikke værktøj og komponenter tilfældigt frem. Husk, at plastfilm og -poser udgør en kvælningssfare for børn.

- De monteringsdele, der skal bruges til de forskellige trin i monteringsvejledningen, er vist på tegningerne og i forklaringerne.

og forklaringer. Brug de komponenter, der er angivet i monteringsvejledningen.

- I de første faser af monteringen må delene ikke spændes helt til. Gør det først, når du har placeret dem alle og sikret dig, at de sidder korrekt.

- Producenten forbeholder sig ret til at formontere nogle dele.

FITTING DIAGRAM (→ Se side 3)

BEMÆRK! Det er forbudt at bruge dele fra andre kilder end producenten.

LISTE OVER DELE

Den fulde liste over dele er tilgængelig ved kontakt til serwis@zipro.pl eller på hjemmesiden Zipro.store i produktbeskrivelsen.

NR	BESKRIVELSE	KVANTITET
1	Hovedramme	1
18	Venstre bunddæksel	1
19	Højre bunddæksel	1
47	Unbrakonøgle	1
48	Sikkerhedslås	1
49	Unbrakonøgle 6#	1
51	Silikoneolie	1
52	Ukrydsregreby S = 13, 14, 15	1
60	Flad hovedskrue med sekskantfatning M8 * 45	2
61	Flad hovedskrue med sekskantfatning M8 * 16	4
69	Selvsikrørende og selvblokerende skrue med forsenket krydskærv og spændeskive 4.2*19	15
77	Fjederlås standard #8	8
79	Spændeskive Klasse C #8	4
92	Bøjet skive #8	4

MONTAGEVEJLEDNING (→ Se side 3)

ADVARSEL! Under montagen skal du følge nedenstående trin og bruge det værktøj, der følger med produktet.

Forbered tilstrækkelig fri plads til montering af enheden. På grund af den høje vægt af nogle elementer anbefales det at samle dem af to personer.

INSTRUKTION TIL SAMLING OG ADSKILLELSE (→ Se side 6)

SAMLING AF ENHEDEN

BEMÆRK! Før du starter monteringen, skal du kontrollere om alle skruer er spændt.

BEMÆRK! Vær forsigtig med dine hænder og fingre under monteringen, så de ikke bliver klemt.

Løft enhedens løbebånd til en lodret position, indtil du hører lyden af låsemekanismen.

ADSKILLELSE AF ENHEDEN

ADVARSEL! Vær opmærksom på, at der ikke er nogen tredjepart i umiddelbar nærhed, når du sænker løbebåndet og dyr.

Hold fast i løbebåndet, og frigør låsen på foldemekanismen med foden (som vist med pilen). Sænk platformen til højden af hovedrammens gelænder.

Fra denne højde vil båndet automatisk falde ned mod gulvet.

JUSTERINGER

Nivellering af enheden

Niveller enheden ved at skrue nivelleringsfødderne på for- og bagbunden af eller på.

BRUGSANVISNING TIL COMPUTER

START

Inden for 3 sekunder efter at have trykket på knappen **START** vil enheden starte.

STRØMSPAREFUNKTION

Løbebåndets computer går automatisk i strømsparetilstand, hvis der ikke er nogen aktivitet i 10 minutter. Tryk på en vilkårlig tast for at genoptage systemet.

NØDSTOP AF ENHEDEN

ADVARSEL! Sikkerhedsnøglen skal fastgøres til tøjet under hver træning.

Den bør kun bruges i nødsituationer og bør ikke bruges som en normal stopknap.

En forkert indsat sikkerhedsnøgle forhindrer løbebåndet i at starte.

Før du bruger løbebåndet, skal du kontrollere, at systemet fungerer korrekt. Fjern sikkerhedsnøglen ved at trække i snoren. Når nøglen er fjernet, stopper løbebåndet med en forsinkelse afhængigt af driftshastigheden, og løbebåndets hævesystem stoppes også. Stop signaleres af en kort lydalarm. Alle vinduer på skærmen viser "----".

Når sikkerhedsnøglen er tilsluttet igen, nulstilles enheden.

PROGRAMMER

Computeren er udstyret med 3 brugerprogrammer til manuel indstilling, 12 automatiske programmer gemt i hukommelsen, 3 nedtællingstilstande (tid, kalorier, distance) og en kropsfedtmålingsfunktion (Body Fat).

BESKRIVELSE AF KNAPPER

- START** - Bruges til at starte løbebåndet i manuel tilstand eller det valgte program.
- STOP** - Bruges til at stoppe det kørende løbebånd. Ved tryk nulstilles også indstillingerne. Når enheden genstartes, starter den i manuel tilstand.
- PROGRAM** - bruges til at vælge et automatisk træningsprogram (P1-P12), brugerprogram (U1-U3) eller Body Fat-funktionen før du starter løbebåndet.
- MODE** - lader dig vælge nedtællingstilstand: tid, distance eller kalorier
- SPEED** - knapper giver dig mulighed for at justere (øge og sænke) af hastigheden med 0,1 km/t. Knapperne er placeret på computerkonsollen og på gelænderne.
- SPEED SELECTOR KEYS** - giver mulighed for direkte valg af hastighed (3,6, 9, 12).
- INCLINE** - Med knapperne kan du justere (øge og mindske) vinklen på løbebåndet i trin på 1 niveau under træningen. Knapperne er placeret på computerkonsollen og på håndlisterne.
- FAST TILT ANGLE SELECTION KEYS** - giver mulighed for direkte valg af løbebåndets vinkel under træningen (3,6,9,12).

FUNKTIONER (SPECIFIKATION)

SPEED	Viser den aktuelle hastighed.	0.8 -12 km/h
TIME	Tæller den samlede træningstid fra start til slut.	00:00-99:59 min
INCLINE	Viser løbebåndets aktuelle hældningsniveau.	0-12 niveauer
CALORIES	Tæller det samlede antal forbrændte kalorier fra start til slut af træningen.	0,0-999 kcal
DISTANCE	(Målingen er omtrentlig til sammenligning af forskellige træningssessioner og kan ikke bruges til behandling).	0,0-99,9 km
PULSE	Tæller den samlede distance fra start til slut af træningen.	50-200 BPM

FUNKTION TIL MÅLING AF HJERTEFREKVENS

Når du har startet løbebåndet, skal du holde begge hænder på pulssensorerne. Efter 30 sekunder vises den aktuelle puls på skærmen.

Mens du foretager målingen, viser computeren et hjerteformet ikon.

BEMÆRK: Pulsmåling er kun til sportsformål (medicinsk brug er udelukket).

MANUELT PROGRAM

Manuelt program er enhedens standarddriftstilstand. Løbebåndet starter i denne tilstand, når der trykkes på **START**, når der ikke er valgt et træningsprogram.

- Standardhastigheden i manuel tilstand er 0.8 km/t.

- Standardniveauet for båndets hældning er 0.
- Hastighed og hældning på løbebåndet kan justeres med knapperne på computeren og håndtagene.

TRÆNINGSPROGRAMMER

Vælg et af 15 automatiske træningsprogrammer ved at trykke på knappen

PROGRAM så længe, indtil det relevante nummer vises på skærmen.

- Når det relevante program vises, skal du trykke på **MODE**. Efter valg vises værdien "30:00" i vinduet og blinker. Træningstiden for programmet kan indstilles med knapperne **SPEED +/-**. Den indstillede træningstid er proportionalt opdelt i 20 etaper. Tabellen viser en oversigt over etaperne og de tilsvarende hastigheder og hældningsvinkler for hvert træningsprogram. → [Se side 117](#).
- For at starte programmet skal du trykke på **START**.

BRUGERPROGRAMMER

Computeren er udstyret med 3 brugerprogrammer til individuel definition: U1, U2, U3.

OPSÆTNING AF BRUGERPROGRAM

- I standby-tilstand skal du trykke på knappen **PROGRAM** for at vælge et af brugerprogrammerne. Nummerne på de automatiske programmer vises fortløbende på panelet, efterfulgt af brugerprogrammerne.
- Når det relevante program vises, skal du trykke på **MODE** for at starte redigeringen af første sektion af programmet. Brug knapperne **SPEED +/-** for at indstille hastigheden. Brug knapperne **INCLINE +/-** til indstilling af hældningen på løbebåndet.
- Tryk på **MODE** for at bekræfte parameterindstillingerne for det første afsnit og gå videre til at redigere det næste.

Programmer består af 20 sektioner. Gentag ovenstående trin, indtil parametrene for alle sektioner er indstillet.

Programmerne gemmes i computerens hukommelse, indtil de redigeres næste gang.

Data går ikke tabt som følge af strømsvigt.

START AF BRUGERPROGRAM

- I standby-tilstand skal du trykke på knappen **PROGRAM** for at vælge et af brugerprogrammerne. Når du har valgt det, vises og blinker værdien "30:00" i vinduet. Brug knapperne **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** til at indstille træningstiden. Den indstillede træningstid er proportionalt opdelt i 20 etaper.
- For at starte programmet skal du trykke på **START**.

NEDTÆLLINGSTILSTAND

Vælg en af de 3 nedtællingstilstande ved at trykke på knappen **MODE**.

- Brug knapperne til at indstille den nedtælte værdi **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Start af løbebåndet og nedtællingen starter, når du trykker på knappen **START**.

NEDTÆLLINGS PARAMETRE:

- TID:** Den indledende nedtællingsværdi er 30 min. Computeren giver dig mulighed for at indstille tiden i intervallet 5-99 minutter (i trin af 1 minut).
- KALORIER:** Den indledende nedtællingsværdi er 50 kcal. Computeren giver dig mulighed for at indstille kalorier i området 20-990 kcal (i trin af 10 kcal).
- DISTANCE:** Den indledende nedtællingsværdi er 1 km. Computeren giver dig mulighed for at indstille afstanden i intervallet 1,0-99,0 km (i trin af 1 km).

FUNKTION TIL MÅLING AF KROPSFEDT (BODY FAT)

Tryk på knappen **PROGRAM**, indtil "FAT" vises på skærmen.

Brug **MODE** for at indtaste parametre:

- F1 - køn (gender) – 01 mand / 02 kvinde
- F2 - alder (age) – værdier 10-99
- F3 - højde (height) – værdier 100-220 cm
- F4 - vægt (weight) – værdier 20-130 kg

Brug knapperne **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** til at indstille parameterværdierne.

Når parametrene er valgt, vises F5 på displayet. Placer begge hænder på pulsmålerne, efter 5-6 sekunder viser computeren FAT-information. FAT har formål at måle forholdet mellem højde og vægt, ikke kropsproportioner. Det korrekte resultat bør ligge mellem 19-26. En værdi under 19 betyder undervægt, 27-30 - overvægt, og over 30 - fedme.

UWAGA! De opnåede resultater må under ingen omstændigheder være grundlag for behandling eller tages i betragtning til medicinske formål.

TRÆNING OG TRÆNINGSFASER

Brug af enheden vil give dig mange fordele. Frem for alt vil det forbedre din kondition, styrke dine muskler og i kombination med en passende diæt vil det hjælpe med at forbrænde overskydende fedtvæv.

1. OPVARMNING

Dette er en fase, der forbedrer blodcirkulationen i hele kroppen og forbereder musklerne til øget anstrengelse. Det reducerer også risikoen for krampes og skader. Det anbefales at udføre nogle strækøvelser som vist nedenfor. Hvis du føler smerte, skal du stoppe med at træne eller reducere omfanget af din bevægelse.

UDSTRÆKNING AF INDRE LÅRMUSKLER

Sæt dig på et fladt underlag med bøjede ben og knæ vendt udad. Saml fodsålerne og bring dem så tæt på hinanden som muligt. Tryk forsigtigt på knæene og før dem mod jorden og hold denne position i 15 sekunder.

LÅRSTRÆK

Sæt dig på et fladt underlag. Stræk det højre ben, og placer venstre fods sål mod højre lår. Stræk højre hånd

mod tærerne på højre ben så langt som muligt. Hold i 15 sekunder. Gentag med venstre ben.

HOVEDDREJNINGER

Hold hovedet lige og se lige frem. Uden at bevæge skuldrene drejes det til højre og rettes, derefter drejes det til venstre og rettes.

ARMLØFTNING

Løft venstre hånd så højt op som muligt og hold i et par sekunder. Gentag med højre hånd.

ACHILLES SENE STRÆK

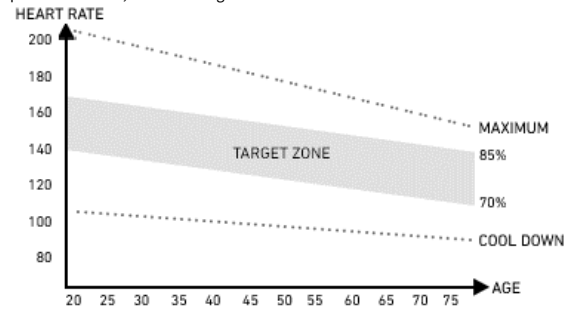
Stå med ansigtet mod væggen, skyd venstre ben frem og bøj let i knæet. Hold højre ben tilbage – strakt, med hælen fladt på gulvet. Hold begge hæle fladt på gulvet og pres hofterne mod væggen. Hold denne position i 30 sekunder. Gentag med det højre ben fremad. Husk ikke at bøje ryggen under øvelsen.

FOROVERBØJNINGER

Stå med fødderne samlet. Foretag en foroverbøjning og forsøg at bringe brystet så tæt på knæene som muligt. Hold i 15 sekunder. Husk ikke at bøje knæene.

2. TRIN ØVELSER

Dette er den korrekte træningsfase. Træn i dit eget tempo for at opnå en passende puls for din alder, som vist i diagrammet.



3. TRIN AFSPÆNDING

Denne fase hjælper med at berolige cirkulationen og slappe af musklerne. Det er en gentagelse af opvarmningsøvelserne. Husk at, ikke at overanstrenge musklerne.

MULIGE SKADER OG REPARATIONSTEKNIKKER

UWAGA! Åbning af enhedens kabinet uden forudgående kontakt med producentens servicecenter medfører tab af garantien. Hvis du har mistanke om en defekt, der kræver åbning af kabinettet, skal du kontakte producentens servicecenter.

FEJL BESKRIVELSE	MULIGE ÅRSAGER	LØSNING PÅ PROBLEMET
---- Problem med sikkerhedsnøglen	Sikkerhedsnøglen er ikke tilsluttet.	Tilslut sikkerhedsnøglen korrekt.
	Computeren er beskadiget.	Kontakt producentens servicecenter.
E01 Computeren virker ikke	Computeren er forkert tilsluttet.	Kontroller, at computerens kabler er korrekt tilsluttet.
	Forbindelseskablet er brudt eller slidt	Kontroller stikkene. Hvis den er korrekt tilsluttet, og problemet fortsætter, skal du kontakte producentens kundeservice.
	Computeren er beskadiget	Kontakt producentens servicecenter.
	Forbindelsen mellem kontrolkortet og computeren er blokeret	Kontakt producentens servicecenter.
E02 Motoren virker ikke	Forkert forsyningsspænding	Sørg for, at spændingen er korrekt. Hvis problemet fortsætter, skal du kontakte producentens kundeservice.
	Forkert tilslutning af motorkabel	Frakobl kablet, og tilslut det igen. Hvis problemet fortsætter, skal du kontakte producentens servicecenter.
	Beskadiget controller	Kontakt producentens servicecenter.

E03 Computeren har ikke registreret et signal fra hastighedssensoren i 15 sekunder	Forkert tilslutning af sensor Sensorens stik er ikke tilsluttet korrekt Beskadiget sensor	Kontakt producentens servicecenter. Kontroller stikkene. Hvis den er korrekt tilsluttet, og problemet fortsætter, skal du kontakte producentens kundeservice. Kontakt producentens servicecenter.
E05 Overbelastningsfejl	Motorfejl Den nominelle strøm i controlleren er for lav. Strømmen er over den nominelle værdi	Kontroller, om motoren er brændt af. Hvis ikke, skal du frakoble løbebåndet fra strømforsyningen og derefter tilslutte det igen. Hvis problemet fortsætter, skal du kontakte producentens service. Udskift controlleren. Kontakt producentens service. Sørg for, at brugerens vægt ikke overstiger den maksimale værdi for denne enhed.
E06 Controllerens selvtestfejl		Kontakt producentens service.
E07 Ingen visning	Sikkerhedsnøglen er taget ud	Sæt sikkerhedsnøglen i.
E08 Controller EEPROM-fejl	Controlleren er i stykker.	Kontakt producentens service.
Enheden virker ikke	Ingen strøm Sikkerhedsnøglen er taget ud Kortslutning ON/OFF-knappen er ikke slået til	Tilslut enheden til strøm. Sæt sikkerhedsnøglen i. Kontakt producentens service. Tænd for enheden.
Løbebåndet kører ikke jævnt	Løbebåndet er ikke smurt tilstrækkeligt Løbebåndet er for stramt	Smør løbebåndet i henhold til oplysningerne i brugsanvisningen. Juster og juster løbebåndets position i henhold til oplysningerne i brugsanvisningen.
Løbebåndet er skævt	Løbebåndet er for løst Drivremmen er for løs	Juster og juster løbebåndets position i henhold til oplysningerne i brugsanvisningen. Kontakt producentens service.

GARANTI

Sælgeren giver på vegne af Garanten garanti på Republikken Polens område i en periode på 24 måneder fra salgsdatoen. Garantien på den solgte vare udelukker, begrænser eller suspenderer ikke køberens rettigheder i henhold til loven om forbrugerrettigheder.

Garantibeviset findes på sidste side.

GARANTIBETINGELSER

- Kun skjulte defekter, der er opstået på grund af producentens fejl, er omfattet af reklamation og garanti.
- Garantien respekteres af butikken eller servicecentret efter fremlæggelse af kunden:
 - et gyldigt, læseligt og korrekt udfyldt garantibevis med salgstempel og sælgers underskrift,
 - et gyldigt købsbevis for udstyret med salgsdato,
 - den reklamerede vare eller den defekte del.

Ved fjernkøb er garantibeviset kun gyldigt på grundlag af købsdokumentet (kvittering / faktura).
- Reklamationen behandles inden for 14 dage fra det tidspunkt, hvor kunden har anmeldt fejlen.
- Fabriksfejl og skader, der afsøres i garantiperioden, repareres gratis inden for en periode på højst 21 dage fra datoen for levering af varerne til butikken eller servicecentret.

5. Hvis det er nødvendigt at importere dele, kan perioden for garanti reparation forlænges med den tid, der er nødvendig for at importere den, men ikke længere end 40 dage.
6. Garantien dækker ikke:
 - a. mekaniske skader og defekter forårsaget af dem,
 - b. skader og defekter som følge af forkert brug og opbevaring, forkert montering og vedligeholdelse,
 - c. skader og slitage på forbrugsdele såsom: kabler, remme, gummideler, pedaler, skumgreb, hjul, lejer, polstring.
 - d. aktiviteter relateret til montering, vedligeholdelse, som brugeren er forpligtet til at udføre på egen hånd i henhold til brugsanvisningen.
7. Garantien gælder ikke i følgende tilfælde:
 - a. udløb af gyldighedsperioden,
 - b. kundens egne reparationer og modifikationer med brug af uoriginale dele,
 - c. hvis defekten skyldes forkert installation eller manglende overholdelse af reglerne for korrekt brug beskrevet i brugsanvisningen,
 - d. anden brug end hjemmebrug,
 - e. skader opstået under transport.
8. Duplikater af garantibeviset vil ikke blive udstedt.
9. Under garantien har kunden ret til at kræve følgende typer gratis kompensation:
 - a. reparation af produktet,
 - b. udskiftning af produktet,
 - c. prisnedsættelse,
 - d. ophævelse af aftalen og fuld refusion af afholdte omkostninger.
10. For at indgive en reklamation skal du:
 - a. Fremvise produktet eller den del deraf, som garantien dækker.
 - b. Fremvise købsbevis, der angiver sælgers navn og adresse, dato og sted for køb, produkttype eller gyldigt garantibevis med butiksstempel.
 - c. Hvis et beskidt produkt leveres, kan serviceværkstedet nægte at acceptere det eller rengøre det på kundens regning med kundens skriftlige samtykke.
11. I tilfælde af en positiv reklimationsbehandling vil udstyret blive repareret eller udskiftet med et nyt, eller kunden vil få pengene tilbage. Omkostningerne ved transport af varerne til kunden dækkes af producentens serviceværksted.
12. I tilfælde af afvisning af en garantireklamation vil kunden modtage en detaljeret begrundelse for den trufne beslutning, og inden for 14 dage fra det tidspunkt, hvor beslutningen er truffet, vil udstyret blive returneret til kunden for kundens regning.

ET Kasutusjuhend

Kasutaja, Enne kokkupanekut tutvuge alloleva juhendiga ja enne seadme esmakordset kasutamist. See juhend sisaldab olulist teavet seadme ohutu kasutamise ja hooldamise kohta. Hoidke see alles, et saaksite tutvuda hooldusteabega või varuosi tellida.

TEHNILISED ANDMED

Toide	220V
Maksimaalne võimsus	900 W
Kaal	51 kg
Kasutustemperatuur	0°C kuni +40°C
Säilitustemperatuur	-10°C kuni +60°C
Maksimaalne kasutaja kaal	120 kg
Kasutusklass	Klass H
Täpsusklass	Klass C
Kiirus	0.8 -12 km/h
Kalle	12 tasemed
Toote standard (peamine)	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-6:2010+A1:2014
Sihotstarve	Elektriline jooksulint koduseks kasutamiseks

OHUTUS

TÄHELEPANU! Seadet tohib kasutada ainult ettenähtud otstarbel, st treenimiseks täiskasvanute poolt. Igasugune muu kasutamine võib olla ohtlik. Tootjat ei saa vastutusele võtta kahjude eest, mis on põhjustatud seadme ebaõigest kasutamisest.

- Seade on projekteeritud ja konstrueeritud lähtudes uusimatest teadmistest ohutuse valdkonnas. Ohtlikud elemendid, mis võivad potentsiaalselt põhjustada vigastusi, on kõrvaldatud või suhteliselt kaitsitud.
- Omal käel parandamine ja muutmine ei ole lubatud.
- Kontrollige kord ühe või kahe kuu jooksul kruvide, poltide ja mutrite õiget pingutamist.
- Püsiva ohutuse tagamiseks kontrollige ja hooldage seadmeid regulaarselt (st üks kord aastas) spetsialiseeritud müügipunktis.
- Kõik seadme muudatused, mida ei ole kirjeldatud käesolevas juhendis, võivad põhjustada kahjustusi või ohustada otseselt treenija tervist ja elu. Seadet võivad muuta ainult tootja teeninduse töötajad või nende poolt selleks koolitatud isikud.
- Kõik seadmed on pideva uuendustegevuse all, et tagada kõrge kvaliteet. Sel põhjusel jätab tootja endale õiguse teha tehnilisi muudatusi.
- Kõik küsimused või kahtlused, mis on seotud seadmega, suunake spetsialiseeritud müügipunkti.

TÄHELEPANU! Järgige üldiste eeskirjade ja elektriseadmete käsitlemise ohutusmeetmeid.

- Seade töötab vooluvõrgul 220V.**
- Kõik elektriseadmed kiirgavad töötamise ajal elektromagnetilist kiirgust. Kui elektroonilise juhtimissüsteemi või kokpiti läheduses on teisi sellist kiirgust kiirgavaid seadmeid (nt mobiiltelefonid), võivad mõned väärtused (nt pulss) moonutatud olla.
- TÄHELEPANU!** Ärge kunagi tehke ise elektrisüsteemis muudatusi. Tellige sellised muudatused spetsialistidelt.
- TÄHELEPANU!** Enne seadme remondi, hoolduse või puhastamise alustamist eemaldage kindlasti toitepistik pistikupesast.
- Seadme ühendamiseks ärge kasutage pikendusjuhtmeid.
- Kui te seadet pikemat aega ei kasuta, eemaldage toitepistik pistikupesast.
- Pöörake tähelepanu sellele, et toitejuhe ei oleks muljutud ja selle paigutus ei põhjustaks komistamisohtu.

MAANDUS

Maandus kaitseb elektrilöögi ohu eest. Seadmel on maandusega juhe ja pistik. Pistik tuleb ühendada õigesti paigaldatud ja korralikult maandatud pistikupesaga.

OHT! Juhtme vale ühendamine võib põhjustada elektrilöögi ohtu.

- Enne seadme vooluvõrku ühendamist veenduge, et kohalik pingest vastab pistiku tüübile.
- Ärge muutke pistikut, kui see ei sobi pistikupesasse. Sellisel juhul laske kvalifitseeritud elektrikul paigaldada teine pistikupes.

TÄHELEPANU! Teavitage läheduses viibivaid inimesi seadme kasutamise ajal võimalikest ohtudest. Olge laste juuresolekul eriti ettevaatlik.

TÄHELEPANU! Enne treeningu alustamist konsulteerige arstiga veendumaks, et teil ei ole seadmega treenimiseks mingeid meditsiinilisi vastunäidustusi. Tuginedes spetsialisti arvamusele, saate koostada oma treeningplaani. Valesti valitud programm või liigne treenimine võib olla teie tervisele ja elule ohtlik.

HOIATUS! Südame löögisageduse jälgimise süsteemid võivad olla ebatäpsed. Treeningu ajal ületöötamine võib põhjustada tõsiseid vigastusi või surma. Kui tunnete end nõrgana, lõpetage kohe treenimine.

TÄHELEPANU! Järgige rangelt selles juhendis sisalduvaid treeningjuhiseid.

- Treeningukoha valimisel arvestage võimalike takistustega ohutu vahemaa tagamisega. Ärge asetage seadmeid sidekanalite (teede, väravate, ülekaiguradade jms) lähedusse.
- Seadmete kasutamine on keelatud lähedalt seinast. Ohutusala on 2000 mm ja vähemalt sama lai kui seade.

TÄHELEPANU! Seadme kokkupanemisel olge ettevaatlik ja ärge lubage lastel läheduses viibida. Kokkupanemisel kasutatakse väikseid osi (mutrid, poldid jne), mida nad võivad alla neelata.

JÄÄK risk

- Kui kukkumiskaitset ei kasutata või seda kasutatakse, kuid valesti, on jääkrisk, st inimese kukkumine põhjustab nahakahjustusi, verevalumeid, luumurde või halvimal juhul surma.
- Eksisteerib jääkrisk treenija tahtmatust ülekoormamisest, mis on põhjustatud ebaõigest käsitsemisest või ebaõigest hindamisest, samuti andmete vales edastamisest (elektromagnetiliste häirete, tarkvaravigade jms tõttu). Isegi parim tarkvara ja riistvara kaitse ei välti tarkvara- või riistvaravigu ning võib teoreetiliselt põhjustada treenija ülekoormuse.
- Toode on elektriseade, seetõttu ei saa välistada elektrilöögi ohtu, mis võib lõppeda surmaga.
- Jääkrisk lämbumise korral ei ole välistatud.
- Riski saab vähendada, kui järgite teavet kasutusjuhendis sisalduva ohutuse kohta.
- Väljastada ei saa, et tahtmatu või lubamatu kasutamine põhjustab muid, arvesse võtmata riske, ja võetud riski on valesti hinnatud.

Riski analüüsimisel viidi hindamine läbi „seadme praeguse oleku“ alusel. Toote hindamisest ja kontrollimisest järel, et lubamatu riski tekkimise tõenäosus on väga madal. Seade (selle ehitus, tööpõhimõte ja kasutus) ei põhjusta tavapärastes tingimustes põhjendamatut riski treenijale ega kolmandatele isikutele.

KÄSITSEMIS MÄRGID TRANSPORDI PAKENDIL

See pool üles. Mitte ümber lükata.



Kaitsta kukkumise eest.



Taaskasutatav pakend.



Elektroonikaromud. Kasutatud seadmed tuleb viia taaskasutuspunkti.



Ettevaatust, habras. Kahjustuste oht. Olge ettevaatlik.



Kaitske niiskuse eest.



Tähelepanu, raske toode.



Hoida maksimaalselt 8 kihtides.



Toode sisaldab kasutusjuhendit.



DO NOT USE BLADE TO OPEN

Ärge avage noaga.



Pakend on valmistatud papist ja plastist. Palun sorteerige jäätmed vastavalt kohalikele eeskirjadele.



Pakend on valmistatud papist ja plastist. Palun sorteerige jäätmed vastavalt kohalikele eeskirjadele.



Pakend on valmistatud papist.



Pakend on toodetud, võttes arvesse keskkonnavastutust ja taaskasutust. Palun sorteerige jäätmed vastavalt kohalikele eeskirjadele.

KÄSITSEMINEN

Enne treeningu alustamist veenduge, et seade on õigesti paigaldatud.

- Enne esimese treeningu alustamist lugege seadme kõigi funktsioonide ja reguleerimisvõimalustega.
- Seadmel on elemente, mis võivad olla avatud korrosioonile. Seetõttu ei ole soovitatav, et see jääks niiskesse ruumi. Samuti tuleb tagada, et seadmed (eriti selle sisemised ja elektroonilised osad) ei puutuks kokku vee, jookide, higi jms-ga.
- Seade on mõeldud ainult täiskasvanutele treenimiseks ja ei ole kindlasti laste mänguasi. Kui lubate lastel seda omal vastutusel kasutada, juhendage neid kindlasti õige kasutamise osas ja jälgige neid pidevalt.
- Seade ei sobi terapeutiliseks otstarbeks.
- Seadme töötamise ajal võib hooratta inertsil liikumisel esineda vaikset müra, mis on tingitud konstruktsiooni tüübist. Need ei mõjuta seadme tööd.
- Müra emissioon koormuse all on suurem kui koormuseta.
- Enne iga treeningu alustamist kontrollige kaitsemeetmete ning kruvi- ja pistikühenduste õigsust.
- Seadmel treenides pidage meeles sobivaid jalatseid (spordijalatsid).

HOOLDUS

Jooksuraja maksimaalse kasutusturvalisuse tagamiseks on soovitatav regulaarselt kontrollida selle osade kulumist. See hõlmab mutrite, kruvide, liikuvate osade, hülsside jms pingutuse ja seisukorra kontrollimist. Hoidke seadet kuivas ja soojas kohas. Ärge jätke seadet päikesevalguse kätte.

ETTEVAATUST! Enne hoolduse alustamist lülitage jooksurada alati välja ja ühendage see vooluvõrgust lahti.

PUHASTAMINE

Seadme regulaarne puhastamine pikendab selle kasutusiga ja säilitab selle kõrge efektiivsuse.

Jooksuraja puhastamiseks kasutage pehmet niisket lappi. See ei kehti elektriliste elementide, mootori, sisemiste osade kohta - ärge laske vett neisse kohtadesse sattuda. Kaitske jooksulindi pinda (ja selle all olevat ruumi) vee eest.

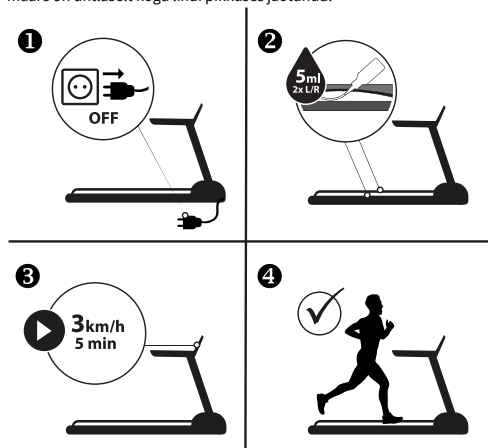
MOOTORI PUHASTAMINE

Vähemalt kord aastas eemaldage mootorilt tolm. Selleks lülitage kõigepealt jooksurada vooluvõrgust välja ja pärast umbes 1-tunnist ootamist eemaldage mootori kate. Kasutades suruõhku või pintslit, eemaldage ettevaatlikult kogunenud tolm. Pärast mootori katte uuesti paigaldamist ja vooluvõrku ühendamist saate jooksuraja käivitada.

JOOKSURADA ÕLITAMINE

Jooksuraja määrimise sagedus sõltub selle kasutusintensiivsusest. Kui seade töötab rohkem kui 5 tundi nädalas, on soovitatav määrida iga 2-3 kuu järel. Jooksuraja vähem intensiivse kasutamise korral tuleks seda määrida kord 7-8 kuu jooksul.

1. Enne jooksulindi määrimise alustamist lülitage jooksurada välja ja ühendage see vooluvõrgust lahti. 2. Kandke määret jooksulindi alla mõlemalt poolt umbes 5 ml. Kasutage seda kõige rohkem kohtades, kus jalad jooksmise ajal lindiga kokku puutuvad. 3. Käivitage jooksurada madala kiirusega (nt 3 km/h) ja oodake, kuni määre on ühtlaselt kogu lindi pikkuses jaotunud.



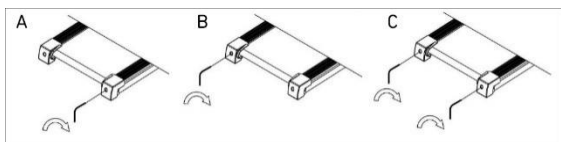
LINDI PINGUTUSE REGULEERIMINE

Jooksulint võib jooksuraja pideva kasutamise tõttu vajada pingutamist. Linti on vaja pingutada, kui see hakkab treeningu ajal libisema, küljele liikuma või kortsuma.

Liiga lõdvalt pingutatud lint võib mootori töötamise ajal seiskuda.

Asetage jooksurada tasasele pinnale. Käivitage jooksurada kiirusel umbes 6-8 km/h, jälgige jooksulindi kõrvalekalde astet.

- Ärge pingutage linti liiga palju, kuna see võib põhjustada rikkeid, sh mootoris, võllis või laagrites.
- Korralikult pingutatud linti saab selle servadest tõsta umbes 5-7,5 cm kõrgusele. Seda on väga lihtne kontrollida - see on korralikult pingutatud, kui selle alla mahub 3 sõrme.



LINDI PINGUTUSE SUURENDAMINE

Osade komplektist leiata spetsiaalse võtme. Asetage see jooksuraja tagaosas asuvasse lindi reguleerimise vasakusse kruvisse. Keerake võtit päripäeva 90 kraadi (joonis C).

Nii pingutate tagumist rulli ja suurendate lindi pingutust. Korra te toimingut, keerates kruvi paremal küljel. Pöörake tähelepanu sellele, et kruvid oleksid ühtlaselt keeratud.

Korra te toiminguid mõlema kruvi jaoks, kuni lint on korralikult pingutatud.

LINDI PINGUTUSE VÄHENDAMINE

Lindi pingutuse vähendamiseks toimige samamoodi nagu selle suurendamisel. Keerake võtit vastupäeva.

JOOKSULINDI KESKMISEKS MUUTMINE

Erineva jooksustiili tõttu (kõige sagedamini suurem koormus, mis kantakse ühele jalale) võib lint küljele liikuda ja mitte olla keskel. Seetõttu võib lint vajada aeg-ajalt reguleerimist.

Lint peaks iseenesest jooksuraja töötamise ajal keskele liikuma. See vajab reguleerimist, kui see liigub paremale või vasakule.

Käivitage jooksurada ja seadke sellele madal kiirus (nt 3 km/h). Kontrollige millises suunas lint liigub.

- Kui lint liigub paremale, asetage võti parempoolsesse reguleerimiskruvisse. Keerake võtit 90 kraadi päripäeva (joonis A). Jälgige, kas lint on keskele asetunud. Kui see liigub endiselt paremale, keerake kruvi uuesti 90 kraadi.
- Kui lint liigub vasakule, toimige samamoodi nagu ülaltoodud juhul, kuid keerake vasakul asuvat kruvi (joonis B).

KESKKOND

Seade tarnitakse pakendis, et kaitsta seda võimalike transpordikahjustuste eest. Pakendid on töötlemata toorained ja neid saab taaskasutada. Visake need materjalid vastavatesse värvilistesse konteineritesse, mis on ette nähtud selektiivseks kogumiseks.



Kaitske keskkonda ja ärge visake kasutatud patareisid olmejäätmete hulka. Tagastage need ostukohta või andke üle eraldi jäätmekäitluspunktis.

Kasutatud elektriseadmed (sh arvusti, toiteplokk) on taaskasutatavad materjalid - ärge visake neid olmejäätmete konteineritesse, kuna need võivad sisaldada tervisele ja keskkonnale ohtlikke aineid. Palume teil aktiivselt aidata

säästlikult kasutada loodusvarasid ja kaitsta looduskeskonda, andes kasutatud seadme taaskasutatavate materjalide kogumispunkti - kasutatud elektriseadmete jaoks.

PAIGALDAMINE

Seadme paigaldamise peab hoolikalt läbi viima täiskasvanu. Kahtluse korral küsige abi kelleltki suurema kogemusega selles valdkonnas.

- Enne paigaldamise alustamist veenduge, et komplekt seadmega sisaldab kõiki elemente alates osade loend ja kas mõni element ei ole transpordi käigus kahjustatud. Kui elemente on puudu või teil on märkusi, võtke ühendust müüjaga.
- Tutvuge jooniste ja selgitustega ning teostage paigaldamine vastavalt järjekorrale, mis sisaldub paigaldusjuhendis.
- Olge paigaldamisel ettevaatlik. Kasutamise ajal tööriistade ja elementide kasutamisel on vigastuste oht.
- Pidage meeles ohutu keskkonna säilitamist. Ärge pange tööriistu ja paigalduskomponente kaootiliselt maha. Pidage meeles, et plastkiled ja -kotid kujutavad endast lastele lämbumisohtu.
- Paigaldusdetailid, mis on vajalikud antud sammu sooritamiseks paigaldusjuhendis on esitatud joonistel ja selgitused. Kasutage elemente, mis on näidatud paigaldusjuhendis.
- Paigaldamise esimestes etappides ärge pingutage osi lõpuni. Tehke seda pärast kõigi paigaldamist ja veendumist, et need on korralikult paigaldatud.
- Tootja jätab endale õiguse mõned elemendid eelnevalt paigaldada.

PAIGALDUSKEEM (→ Vaata lehekülge 3)

TÄHELEPANU! On keelatud kasutada osi, mis on pärit muudest allikatest kui tootja.

OSADE LOETELU

Täielik varuosade nimekiri on saadaval, kui võtate ühendust aadressil serwis@zipro.pl või veebisaidil Zipro.store tootekirjelduses.

NR	KIRJELDUS	KOGUS
1	Peamine raam	1
18	Vasakpoolne alusekate	1
19	Parempoolne alusekate	1
47	Allen key	1
48	Safety lock	1
49	Allen key 6#	1
51	Silicone oil	1
52	Ucross gripy S = 13, 14, 15	1
60	Flat head screw with hexagon socket M8 * 45	2
61	Flat head screw with hexagon socket M8 * 16	4
69	Isekeermestav ja isepuuriv kruvi ristpea ja seibiga 4.2*19	15
77	Standardne vedruseib #8	8
79	C-klassi tavaline seib #8	4
92	Painutatud tihend #8	4

KASUTUSJUHE (→ Vt lk 3)

HOIATUS! Järgige paigaldamisel alltoodud samme ja kasutage tootega kaasasolevaid tööriistu.

Seadme paigaldamiseks valmistage ette piisavalt vaba ruumi. Mõnede komponentide suure kaalu tõttu on soovitatav paigaldada kahe inimesega.

INSTRUKSIOON KOKKUPANEK JA LAHTIVÕTMINE (→ Vt lk 6)

SEADME KOKKUPANEK

HOIATUS! Enne kokkupaneku alustamist kontrollige hoolikalt, kas kõik poldid on kinni keeratud.

HOIATUS! Kokkupanemisel olge oma käte ja sõrmedega ettevaatlik, et need ei jääks vahele.

Tõstke seadme jooksulint vertikaalsesse asendisse, kuni kuulete klahvi kokkupandava mehhanismi lukustumise heli.

SEADME LAHTIVÕTMINE

ETTEVAATUST! Veenduge, et jooksulindi langetamisel ei oleks selle vahetus läheduses kolmanda isikuid ega loomi.

Hoides jooksurihmast, vabastage jalaga kokkuklapitava mehhanismi lukustus (näidatud noolega). Langetage platvorm põhikarkassi käsipuu kõrgusele.

Sellest kõrgusest langeb rihm iseeneslikult maapinna suunas.

REGULEERIMINE

Seadme tasandamine

Tasandage seade, keerates lahti või kinni tasandusjalad, mis asuvad esi- ja tagumisel alusel.

ARVUTI KASUTUSJUHDEND

ALUSTAMINE

Jooksul 3 sekundit pärast nupu **START** vajutamist hakkab seade tööle.

ENERGIASÄÄSTU FUNKTSIOON

Jooksulindi arvuti lülitub automaatselt energiasäästurežiimi, kui 10 minuti jooksul ei toimu ühtegi toimingut. Süsteemi taastamiseks vajutage suvalist klahvi.

SEADME HÄDASEISUKORRA PEATAMINE

ETTEVAATUST! Turvavõti tuleb iga treeningu ajal riiete külge kinnitada.

Seda tuleks kasutada ainult hädaolukordades, seda ei tohiks kasutada tavalise peatusnupuna.

Valesti sisestatud turvavõti takistab jooksulindi käivitamist.

Enne jooksulindi kasutamist kontrollige süsteemi toimimist. Eemaldage turvavõti, tõmmates nõõri. Pärast võtme eemaldamist peatub jooksulint viivitusega, mis tuleneb töökiirusest, peatatakse ka jooksurihma tõstesüsteem. Peatamist signaalib lühike helisignaal. Kõik ekraanil olevad aknad kuvavad "----". Pärast turvavõtme uuesti ühendamist seade lähtestatakse.

PROGRAMMID

Arvuti on varustatud 3 kasutajaprogrammiga käsitsi seadistamiseks, 12 automaatprogrammi, mis on mälu salvestatud, 3 loendusrežiimi (aeg, kalorid, distants) ja keharasva mõõtmise funktsiooni (Body Fat).

NUPPUDE KIRJELDUS

- START** - kasutatakse jooksulindi käivitamiseks käsirežiimis või valitud programmis.
- STOPP** - kasutatakse töötava jooksulindi peatamiseks. Pärast vajutamist lähtestatakse ka seaded. Pärast taaskäivitamist hakkab seade tööle käsirežiimis.
- PROGRAMM** - kasutatakse automaatse treeningprogrammi valimiseks (P1-P12), kasutajaprogrammi (U1-U3) või Body Fat funktsiooni enne jooksulindi käivitamist.
- REŽIIM** - võimaldab valida loendusrežiimi: aeg, vahemaa või kalorid
- KIIRUS** - nupud võimaldavad reguleerida (suurendada ja vähendada) kiirust 0,1 km/h kaupa. Nupud asuvad arvuti konsoolil ja käsipuudel.
- Kiiruse valikuklahvid** - võimaldab kiiruse otsevalikut (3,6, 9, 12).
- HELLUS** - nupud võimaldavad teil treeningu ajal reguleerida (suurendada ja vähendada) jooksurihma nurka 1 astme kaupa. Nupud asuvad arvutikonsoolil ja käsipuudel.
- FAST TILT ANGLE SELECTION KEYSID** - võimaldab treeningu ajal otse valida jooksurihma nurga (3,6,9,12).

FUNKTSIOONID (SPETSIFIKATSIOON)

KIIRUS	Kuvab praeguse kiiruse.	0.8 -12 km/h
TIME	Loeb kogu treeninguaega algusest lõpuni.	00:00-99:59 min
HELLUS	Kuvab jooksurihma praeguse kalletaseme.	0-12 tasemed
CALORIES	Loeb põletatud kaloreite koguarvu treeningu algusest kuni lõpuni.	0,0-999 kcal
DISTANCE	Loeb kogu distantsi algusest kuni treeningu lõpuni.	0,0-99,9 km
PULSE	Kuvab praeguse pulsisageduse.	50-200 BPM

SÜDAME LÖÖGISAGEDUSE MÕÕTMISE FUNKTSIOON

Pärast jooksulint käivitamist hoidke mõlemat kätt pulssandurit. 30 sekundi pärast ilmub ekraanile praegune pulss.

Mõõtmise ajal kuvab arvuti südamekujulise ikooni.

TÄHELEPANU! Südame löögisageduse mõõtmine ainult spordi eesmärgil (meditsiiniline kasutamine välistatud).

MANUAALNE PROGRAMM

Manuaalne programm on seadme vaikerežiim. Jooksurada alustab selles režiimis tööd pärast vajutamist **START**, kui ühtegi treeningprogrammi pole valitud.

- Vaikimisi kiirus manuaalses režiimis on 0.8 km/h.
- Jooksuraja vaikimisi kaldenurk on 0.
- Jooksuraja kiiruse ja kaldenurga seadistust saab muuta arvuti ja käsipuude nuppude abil.

TRENINGPROGRAMMID

Valige üks 15 automaatsetest treeningprogrammidest vajutades nuppu

PROGRAM nii kaua, kuni ekraanil kuvatakse vastav number.

- Kui vastav programm on kuvatud, vajutage **MODE**. Pärast valimist kuvatakse aknas väärtus "30:00" ja see vilgub. Programmi treeninguaega saab seadistada nuppudega **SPEED +/-**.
- Määratud treeningaeg jaguneb proportsionaalselt 20 etapiks. Tabelis on esitatud etappide loetelu ja neile vastav kiirus ja kaldenurk iga treeningprogrammi jaoks. → [Vaata lehekülge 117](#).
- Programmi alustamiseks vajutage **START**.

KASUTAJAPROGRAMMID

Arvutil on 3 kasutajaprogrammi individuaalseks määramiseks: U1, U2, U3.

KASUTAJAPROGRAMMI SEADISTAMINE

- Ooterežiimis vajutage nuppu **PROGRAM**, et valida üks kasutajaprogrammidest. Paneelil kuvatakse järjest automaatsete programmide numbrid, seejärel kasutajaprogrammid.
- Kui vastav programm on kuvatud, vajutage **MODE**, et alustada programmi esimese jaotise redigeerimist. Kasutage nuppe **SPEED +/-** kiiruse seadmiseks. Kasutage nuppe **INCLINE +/-** jooksulindi kaldenurga reguleerimiseks.
- Vajutage **MODE**, et kinnitada esimese sektsiooni parameetrite seaded ja liikuda järgmise sektsiooni redigeerimise juurde.

Programmid koosnevad 20 sektsioonist. Korrake ülaltoodud samme, kuni kõigi sektsioonide parameetrid on seadistatud.

Programmid salvestatakse arvuti mälu kuni järgmise redigeerimiseni.

Andmed ei lähe voolukatkestuse korral kaduma.

KASUTAJAPROGRAMMI KÄIVITAMINE

- Ooterežiimis vajutage nuppu **PROGRAM**, et valida üks kasutajaprogrammidest. Pärast valimist kuvatakse aknas väärtus "30:00" ja see vilgub. Kasutage nuppe **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** treeninguaia seadmiseks. Seadistatud treeningaeg jagatakse proportsionaalselt 20 etapiks.
- Programmi alustamiseks vajutage **START**.

TAGASILUGEMISE REŽIIM

Valige üks kolmest tagasilugemise režiimist, vajutades nuppu **MODE**.

- Loendatava väärtuse seadmiseks kasutage nuppe **KIIRUS +/-**, **HELLUS +/-**.
- Jooksulindi käivitamine ja tagasilugemine algab pärast nupu vajutamist **START**.

LOENDATAVAD PARAMEETRID:

- AEG: tagasilugemise algväärtus on 30 minutit. Arvuti võimaldab seadistada aega vahemikus 5-99 minutit (1 minuti kaupa).
- KALORID: tagasilugemise algväärtus on 50 kcal. Arvuti võimaldab seadistada kaloreid vahemikus 20-990 kcal (10 kcal kaupa).
- DISTANTS: tagasilugemise algväärtus on 1 km. Arvuti võimaldab seadistada distantsi vahemikus 1,0-99,0 km (1 km kaupa).

KEHARASVA MÕÕTMISE FUNKTSIOON (BODY FAT)

Vajutage nuppu **PROGRAM**, kuni ekraanile ilmub „FAT“.

Kasutage **MODE** parameetrite sisestamiseks:

- F1 - sugu (gender) – 01 mees / 02 naine
- F2 - vanus (age) – väärtused 10-99
- F3 - pikkus (height) – väärtused 100-220 cm
- F4 - kaal (weight) – väärtused 20-130 kg

Kasutage nuppe **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** parameetrite väärtuste määramiseks. Pärast parameetrite valimist kuvatakse ekraanil F5. Asetage mõlemad käed pulsi mõõtmiseks anduritele, 5-6 sekundi pärast kuvab arvuti FAT-info. FAT-i eesmärk on mõõta suhet pikkuse ja kaalu vahel, mitte keha proportsioone.

Õige tulemus peaks olema vahemikus 19-26. Väärtus alla 19 tähendab alakaalu, 27-30 – ülekaalu ja üle 30 – rasvumine.

MÄRKUS! Saadud tulemused ei tohi mingil juhul olla ravi aluseks ega neid meditsiinilistel eesmärkidel arvesse võtta.

TRENING JA HARJUTUSTE FAASID

Seadme kasutamine toob palju kasu. Eelkõige parandab see teie vormi, tugevdab lihaseid ja kombinatsioon is õige tootimisega aitab see põletada tarbetut rasvkude.

1. SOOJENDUS

See on faas, mis parandab verevarustust kogu kehas ja valmistab lihaseid ette suuremaks pingutuseks. See vähendab ka krampide ja vigastuste riski. Soovitav on teha mõned venitusharjutused, nagu allpool näidatud.

Kui tunnete valu, lõpetage treenimine või vähendage liikumise ulatust.

REIE SISEMISTE LIHASTE VENITAMINE

Istu tasasel pinnal, jalad kõverdatud ja põlved väljapoole suunatud. Ühendage jalatald ja viige need üksteisele nii lähedale kui võimalik. Vajutage õrnalt põlvedele, suunates need maapinna poole ja püsige selles asendis 15 sekundit.

REIE VENITAMINE

Istu tasasel pinnal. Siruta parem jalg välja ja aseta vasaku jala tald parema reie vastu. Siruta parem käsi nii kaugele kui võimalik parema jala varvaste poole. Püsige 15 sekundit. Korrake tegevust vasaku jalaga.

PEA KEERAMINE

Hoidke pea sirgelt ette vaadates. Õlgu liigutamata pöörake seda paremale ja sirutage, seejärel pöörake vasakule ja sirutage.

KÄTE TÖSTMINE

Tõstke vasak käsi võimalikult kõrgele ja püsige paar sekundit. Korra tegevust parema käega.

ACHILLEUSE KÕÕLUSE VENITAMINE

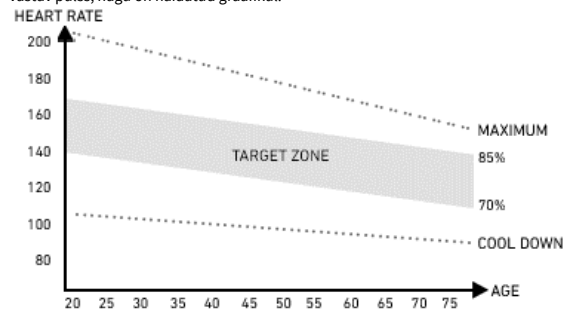
Seisa nāoga seina poole, siruta vasak jalg ette ja painuta kergelt põlvest. Hoi a paremat jalga taga – sirgelt, kand kindlalt maas. Hoi a mõlemat kandu kindlalt maas ja suru puusad seina suunas. Hoi a seda asendit 30 sekundit. Korda tegevust parema jalaga. Harjutuse ajal ära unusta selga mitte kaarduma.

KUMMARDUSED

Seisa jalad koos. Soorita ettepoole kumardus, püüdes nii palju kui võimalik rindkere põlvedele lähendada. Hoi a 15 sekundit. Ära unusta põlvi mitte painutada.

2. TRENNIFAAS

See on treeningu õige faas. Harjuta omas tempos, et saavutada oma vanusele vastav puls, nagu on näidatud graafikul.



3. LÕÖGASTUSFAAS

See faas võimaldab rahustada vereringet ja lõõgastada lihaseid. See on soojendusharjutuste kordus. Tuleb mees pidada, et et mitte lihaseid üle pingutada.

VÕIMALIKUD KAHJUSTUSED JA REMONDITEHNIKAD

UWAGA! Seadme korpuse avamine ilma tootja teeninduskeskusega eelnevalt ühendust võtmata tühistab garantii.

Kui kahtlustate riket, mis nõuab korpuse avamist, võtke ühendust tootja teeninduskeskusega.

VEA KIRJELDUS	VÕIMALIKUD PÕHJUSED	PROBLEEMI LAHENDUS
----	Turvavõti pole ühendatud.	Ühendage turvavõti korrektselt.
Turvavõtmega seotud probleem	Arvuti on kahjustatud.	Võtke ühendust tootja teeninduskeskusega.
E01 Arvuti ei tööta	Arvuti on valesti ühendatud.	Kontrollige arvuti kaablite ühendust.
	Ühenduskaabel on katki või kulunud	Kontrollige pistikute ühendust. Kui see on õige ja probleem püsib, võtke ühendust tootja teeninduskeskuse klienditoega.
	Arvuti on kahjustatud	Võtke ühendust tootja teeninduskeskusega.
	Juhtplaadi ja arvuti vaheline ühendus on blokeeritud	Võtke ühendust tootja teeninduskeskusega.
E02 Mootor ei tööta	Vale toitepinge	Veenduge, et pinge on õige. Kui probleem püsib, võtke ühendust tootja teeninduskeskuse klienditoega.
	Mootori kaabli vale ühendus	Eemaldage kaabel ja ühendage see uuesti. Kui probleem püsib, võtke ühendust tootja teeninduskeskusega.
	Kahjustatud kontroll	Võtke ühendust tootja teeninduskeskusega.
E03 Arvuti ei tuvastanud 15 sekundi jooksul kiirusanduri signaali	Anduri vale ühendus	Võtke ühendust tootja teeninduskeskusega.
	Anduri pistik on valesti ühendatud	Kontrollige pistikute ühendust. Kui see on õige ja probleem püsib, võtke ühendust tootja teeninduskeskuse klienditoega.
	Kahjustatud andur	Võtke ühendust tootja teeninduskeskusega.

E05 Ülekoormuse viga	Mootori rike	Kontrollige, kas mootor on läbi põlenud. Kui ei, siis ühendage jooksulint vooluvõrgust lahti ja seejärel ühendage uuesti. Kui probleem püsib, võtke ühendust tootja teenindusega.
	Kontrolleri nimivool on liiga madal.	Vahetage kontrollervälja. Võtke ühendust tootja teenindusega.
	Vool on üle nimiväärtuse	Veenduge, et kasutaja kaal ei ületa selle seadme maksimaalset väärtust.
E06 Kontrolleri enesetesti viga		Võtke ühendust tootja teenindusega.
E07 Ekraan puudub	Ohutusvõti on lahti ühendatud	Ühendage ohutusvõti.
E08 Kontrolleri EEPROM-i viga	Kontroller on katki.	Võtke ühendust tootja teenindusega.
Seade ei tööta	Toide puudub	Ühendage seade vooluvõrku.
	Ohutusvõti on lahti ühendatud	Ühendage ohutusvõti.
	Lühis	Võtke ühendust tootja teenindusega.
	ON/OFF lüliti pole sisse lülitatud	Lülitage seade sisse.
Jooksurada ei tööta sujuvalt	Jooksurada on ebapiisavalt määratud	Määrige jooksurada vastavalt kasutusjuhendis toodud teabele.
	Jooksurada on liiga tugevalt pingutatud	Reguleerige ja joondage jooksuraja asend vastavalt kasutusjuhendis toodud teabele.
Jooksurada on viltu	Jooksurada on liiga nõrgalt pingutatud	Reguleerige ja joondage jooksuraja asend vastavalt kasutusjuhendis toodud teabele.
	Veorihm on liiga vähe pingutatud	Võtke ühendust tootja teenindusega.

GARANTII

Müüja annab Garandi nimel garantiid Eesti Vabariigi territooriumil 24 kuus alates müügikuupäevast. Müüüd kauba garantii ei välista, piira ega peata Ostja õigusi, mis tulenevad Tarbijakaitseadusest.

Garantiikaart asub viimasel lehel.

GARANTIINGIMUSED

- Pretensioonidele ja garantiile kuuluvad ainult tootja süül tekkinud varjatud defektid.
- Garantii kehtib poes või teeninduses pärast seda, kui klient esitab:
 - kehtiva, loetava ja korrektselt täidetud garantiikaardi müügitempli ja müüja allkirjaga,
 - kehtiva seadme ostutõendi müügikuupäevaga,
 - reklaamitud kauba või defektse osa.
 Kaugmüügi korral kehtib garantiikaart ainult ostutõendi (kvitint / arve) alusel.
- Pretensioon vaadatakse läbi 14 päeva jooksul alates hetkest, kui Klient defekti teatab.
- Tehase defektid ja garantiiajal ilmnenu kahjustused parandatakse tasuta hiljemalt 21 päeva jooksul alates kauba poodi või teenindusse toimetamise kuupäevast.
- Kui on vaja importida varuosi, võib garantiiremondi tähtaeg pikeneda selle importimiseks vajaliku aja võrra, kuid mitte rohkem kui 40 päeva.
- Garantii ei kata:
 - mehaanilised kahjustused ja nendest põhjustatud defektid;
 - kahjustused ja defektid, mis on tekkinud ebaõigest kasutamisest ja ladustamisest, vales paigaldamisest ja hooldusest;
 - kulumaterjalide kahjustused ja kulumine, nagu: trossid, rihmad, kummiosad, pedaalid, käsnäpidemed, rattad, laagrid, polster; toimingud, mis on seotud paigaldamise ja hooldamisega, mida kasutaja on kasutusjuhendi kohaselt kohustatud ise tegema;
- Garantii ei kehti järgmistel juhtudel:
 - kehtivusaja lõppemine;
 - kui klient on teinud iseseisvaid remonte ja muudatusi, kasutades mitteoriginaalvaruosi;
 - kui defekt on tekkinud vales paigaldamisest või kasutusjuhendis kirjeldatud õige kasutamise eeskirjade eiramise tõttu;
 - muu kasutus kui kodukasutus;
 - transpordil tekkinud kahjustused.
- Garantiikaardi duplikaate ei väljastata.
- Garantii raames on kliendil õigus nõuda järgmisi tasuta hüvitisi:
 - toote parandamine;
 - toote asendamine;
 - hinna alandamine;

- d. lepingu lõpetamine ja kantud kulude täielik tagastamine.
10. Kaebuse esitamiseks peate:
 - a. Esitage toode või selle osa, millele garantii kehtib.
 - b. Ostutõend, millel on märgitud müüja nimi ja aadress, ostukuupäev ja -koht, toote tüüp või kehtiv garantiikaart poe templiga.
 - c. Määratud toote tarnimise korral võib teenindus keelduda selle vastuvõtmisest või puhastada selle kliendi kulul tema kirjalikul nõusolekul.
11. Kaebuse rahuldamise korral seade parandatakse või asendatakse uuega või tagastatakse kliendile raha. Tootja teenindus katab kauba kliendile transportimise kulud.
12. Garantiinõude tagasilükkamise korral saab klient üksikasjaliku põhjenduse tehtud otsuse kohta ning 14 päeva jooksul alates otsuse edastamisest saadetakse seade kliendile tagasi tema kulul.

PL PROGRAMY TRENINGOWE Tabela przedstawia zestawienie etapów i odpowiadającym im prędkości dla każdego programu treningowego.
EN TRAINING PROGRAMMES The table shows a list of the stages and relevant speeds for each training programme.
DE TRAININGSPROGRAMME Die Tabelle stellt eine Zusammenstellung der Etappen vor sowie die entsprechenden Geschwindigkeiten der Etappen für jedes Trainingsprogramm.
RU ПРОГРАММЫ ТРЕНИНГА В таблице показан перечень этапов и соответствующие им скорости для каждой программы тренинга.
RO PROGRAME DE ANTRENAMENT Tabelul prezintă lista de etape și viteza corespunzătoare pentru fiecare program de antrenament.
LT TRENIUOČIŲ PROGRAMOS Toliau pateiktoje lentelėje parodyti atskiri etapai ir kiekvienai treniruočių programai skirtas greitis.
SK TRÉNINGOVÉ PROGRAMY Tabuľka znázorňuje zoznam etáp a rýchlostí, ktoré im odpovedajú, pre každý tréningový program.
CZ ŠKOLENÍ PROGRAMY Tabuľka poskytuje přehled kroků a odpovídající rychlosti pro každý tréninkový program.
HU KÉPZÉSI PROGRAMOK A táblázat áttekintést nyújt az egyes edzésprogramok lépéseiről és a megfelelő sebességről.
BG ТРЕНИРОВЪЧНИ ПРОГРАМИ Таблицата показва обобщение на етапите и съответните скорости за всяка тренировъчна програма.
FR PROGRAMMES D'ENTRAÎNEMENT Le tableau présente un résumé des étapes et des vitesses correspondantes pour chaque programme d'entraînement.
IT PROGRAMMI DI ALLENAMENTO La tabella mostra una sintesi delle fasi e delle velocità corrispondenti per ogni programma di allenamento.
ES PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO La tabla muestra un resumen de las etapas y las velocidades correspondientes a cada programa de entrenamiento.
NL TRAININGSPROGRAMMA'S De tabel toont een overzicht van de stappen en bijbehorende snelheden voor elk trainingsprogramma.
PT PROGRAMAS DE FORMAÇÃO O quadro apresenta um resumo das etapas e das velocidades correspondentes a cada programa de formação.
LV MĀCĪBU PROGRAMMAS Tabulā ir apkopoti katras mācību programmas posmi un attiecīgā ātrumi.
EE KOOLITUSPROGRAMMID Tabelis on esitatud iga koolitusprogrammi etappide ja vastavate kiiruste kokkuvõtte.
FI KOULUTUSOHJELMAT Taulukossa on yhteenveto kunkin koulutusohjelman vaiheista ja vastaavista nopeuksista.
SL PROGRAMI USPOSABLJANJA Tabela prikazuje povzetek stopenj in ustreznih hitrosti za vsak program usposabljanja.
HR KÉPZÉSI PROGRAMOK A táblázat az egyes képzési programok szakaszainak és a hozzájuk tartozó sebességeknek az összefoglalóját tartalmazza.
GR ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ Ο πίνακας παρουσιάζει συνοπτικά τα στάδια και τις αντίστοιχες ταχύτητες για κάθε πρόγραμμα κατάρτισης.
TR EĞİTİM PROGRAMLARI Tabloda her bir eğitim programı için aşamaların ve ilgili hızların bir özeti gösterilmektedir.
DA TRÆNINGSPROGRAMMER Tabellen viser en oversigt over faserne og de tilsvarende hastigheder for hvert træningsprogram.

		Ustawiony czas /20 Set time /20 Eingestellte Zeit /20 Установленное время / 20 Durată setată /20 Nustatytas laikas /20 Nastavený čas / 20 Nastavený čas / 20						Beállított idő / 20 Време за настройка /20 Temps de réglage /20 Tempo di impostazione /20 Programar tiempo /20 Tijd instellen /20 Definir tempo /20 Iestatītais laiks /20						Määratud aeg /20 Aseta aika /20 Čas nastavítve /20 Beállított idő /20 Ρύθμιση χρόνου /20 Zaman ayarlama /20 Indstil tid /20							
TIME ▶																					
MODE ▼		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCLINE	0	7	7	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4
P02	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
	INCLINE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P03	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCLINE	0	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12
P04	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P05	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P06	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	6	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P07	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCLINE	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	8	7	6	5	4	3	2	2
P08	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCLINE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P09	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCLINE	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCLINE	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
	INCLINE	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4

PL	Kod EAN	Nazwa artykułu	Data sprzedaży
EN	EAN code	Product name	Date of sale
DE	EAN-Code	Artikelname	Datum des Verkaufs
RU	Код EAN	Наименование продукта	Дата продажи
RO	Cod EAN	Numele produsului	Data vânzării
LT	EAN kodos	Gaminio pavadinimas	Pardavimo data
CZ	Kód EAN	Název zboží	Datum prodeje
SK	Kód EAN	Názov tovaru	Dátum predaja
HU	EAN kód	Cikkszám	Értékesítés dátuma
BG	EAN код	Име на артикул	Дата на продажба
FR	Code EAN	Nom de l'article	Date de vente
IT	Codice EAN	Nome dell'articolo	Data di vendita
ES	Código EAN	Nombre de producto	Fecha de venta
NL	EAN-code	Naam artikel	Datum verkoop
PT	Código EAN	Nome do artigo	Data de venda
LV	EAN kods	Raksta nosaukums	Pārdošanas datums
EE	EAN-kood	Artikli nimi	Müügikuupäev
FI	EAN-koodi	Artikkelin nimi	Myyntipäivä
SL	Koda EAN	Ime članka	Datum prodaje
HR	EAN-kód	Cikk neve	Az értékesítés időpontja
GR	Κωδικός EAN	Όνομα άρθρου	Ημερομηνία πώλησης
TR	EAN kodu	Makale adı	Satış tarihi
DA	EAN-kode	Artikelnavn	Dato for salg
PL	Pieczęćka i podpis sprzedawcy (Nie dotyczy w przypadku zakupu na odległość. Patrz Warunki gwarancji pkt.2)		
EN	Stamp and signature of the seller (Not applicable to remote purchases. See Warranty Terms and Conditions, section 2)		
DE	Stempel und Unterschrift des Verkäufers (Nicht anwendbar im Fall des Fernkaufs. Siehe Garantiebedingungen Punkt 2)		
RU	Печать и подпись продавца (Не относится к случаю дистанционной покупки. См. Гарантийные условия п.2)		
RO	Data și semnătura comerciantului (Nu se aplică în caz de achiziție la distanță. Vezi Condiții de garanție pct.2)		
LT	Pardavėjo antspaudas ir parašas (Netaikoma, jeigu įrenginys įsigytas internetinėje parduotuvėje. Žr. „Garantijos sąlygos“, 2 pkt.)		
CZ	Razítka a podpis prodejce (Netýká se v případě nákupu na dálku. Viz záruční podmínky bod 2)		
SK	Pečiatka a podpis predajcu (Netýka sa v prípade nákupu na diaľku. Pozri záručné podmienky bod 2)		
HU	Eladó bélyegzője és aláírása (Ez nem vonatkozik a nem személyesen történő vásárlásra. Lásd a Garanciális feltételek 2. pontját)		
BG	Печат и подпис на продавача (Неприложимо при покупка от разстояние. Вижте Гаранционните условия т. 2)		
FR	Cachet et signature du vendeur (Non applicable en cas d'achat à distance. Voir les Conditions de garantie, point 2)		
IT	Timbro e firma del venditore (Non applicabile in caso di acquisto a distanza. Vedi le Condizioni di garanzia punto 2)		
ES	Sello y firma del vendedor (No aplica en caso de compra remota). Ver Condiciones de garantía pto. 2)		
NL	Stempel en handtekening van de dealer (Niet van toepassing bij aankoop op afstand. Zie garantievoorwaarden, item 2)		
PT	Carimbo e assinatura do revendedor (Não aplicável em caso de compra à distância. Ver condições de garantia, ponto 2)		
LV	Dilera zīmogs un paraksts (Nav piemērojams tālpārdošanas gadījumā. Skatīt garantijas nosacījumus, 2. punkts).		
EE	Edasimüüja tempel ja allkiri (ei kohaldata kaugostu korral. Vt garantiitingimused, punkt 2).		
FI	Jälleenmyyjän leima ja allekirjoitus (ei sovelleta etäostotapauksissa, ks. takuuehdot, kohta 2).		
SL	Žig in podpis prodajalca (Ne velja v primeru nakupa na daljavo. Glej garancijske pogoje, točka 2)		
HR	A kereskedő bélyegzője és aláírása (távértékesítés esetén nem alkalmazandó. Lásd a jótállási feltételek 2. pontját.)		
GR	Σφραγίδα και υπογραφή του εμπόρου (Δεν ισχύει σε περίπτωση αγοράς εξ αποστάσεως. Βλέπε όρους εγγύησης, σημείο 2)		
TR	Bayi kaşesi ve imzası (Uzaktan satın alma durumunda geçerli değildir. Bkz. garanti koşulları, madde 2)		
DA	Forhandlerens stempel og underskrift (gælder ikke ved fjernkøb. Se garantibetingelserne, punkt 2)		

PL CENTRUM SERWISOWE
EN TECHNICAL SERVICE CENTRE
DE SERVICECENTRUM
RU СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР
RO CENTRU SERVICE
LT SERVISAS
CZ SERVISNÍ CENTRUM
SK SERVISNÉ STREDISKO
HU SZERVIZ KÖZPONT
BG СЕРВИЗЕН ЦЕНТЪР
FR CENTRE DE SERVICE
IT CENTRO SERVIZI
ES CENTRO TÉCNICO
NL SERVICE CENTRUM
PT CENTRO DE SERVIÇOS
LV PAKALPOJUMU CENTRS
EE TEENINDUSKESKUS
FI PALVELUKESKUS
SL CENTER STORITEV
HR SZOLGÁLTATÓKÖZPONT
GR ΚΕΝΤΡΟ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ
TR SERVİS MERKEZİ
DA SERVICECENTER

Wiejska 166, 41-216 Sosnowiec, Poland

PRODUCENT
MANUFACTURER
HERSTELLER
ПРОИЗВОДИТЕЛЬ
PRODUCĂTOR
GAMINTOJAS
VÝROBCE
VÝROBCA
GYÁRTÓ
ПРОИЗВОДИТЕЛ
FABRICANT
FABBRICANTE
FABRICANTE
PRODUCER
PRODUTOR
PRODUKCIJA
TOOTJA
TUOTTAJA
PRODUCER
PRODUCER
ΠΑΡΑΓΩΓΟΣ
YAPIMCI
PRODUCENT

Morele.net Sp. z o.o.
al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Poland
NIP (Tax ID) 9451972201
KRS (National Court Register) 0000390511

Wyprodukowano w Chinach
Made in China
Hergestellt in China
Сделано в Китае
Fabricat în China
Pagaminta Kinijoje
Vyrobeno v Číně
Vyrobené v Číne
Kínában gyártott
Произведено в Китае
Fabriqué en Chine
Fatto in Cina
Fabricado en China
Gemaakt in China
Fabricado na China
Ražots Ķīnā
Valmistatud Hiinas
Valmistettu Kiinassa
Izdelano na Kitajskem
Made in China
Κατασκευασμένο στην Κίνα
Çin malı
Fremstillet i Kina

