

ZIPRO

Sigma

PL Bieżnia treningowa
EN Treadmill
DE Trainings-Laufband
RU Тренинговая беговая дорожка
RO Bandă pentru antrenament
LT Bėgimo takelis
CZ Běžecový pás
SK Běžecový trenažér
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 Skrejceliņš
EE Jooksurada
FI Juoksumatto
SL Tekalna steza
HR Traka za trčanje
GR Διάδρομος
TR Koşu bandı
DA Løbebånd



25.05.0

PL Podręcznik użytkownika	8
EN User manual	13
DE Bedienungsanleitung	18
RU Руководство пользователя	23
RO Manual de utilizare	28
LT Naudojimo instrukcija	33
CZ Návod k použití	38
SK Používateľská príručka	43
HU Használati útmutató	48
BG Ръководство за употреба	53
FR Manuel d'utilisation	58
IT Manuale d'uso	63
ES Manual de uso	68
NL Gebruikershandleiding	73
PT Manual de utilizador	78
LV Lietošanas instrukcija	83
FI Käyttöohje	88
SL Navodila za uporabo	93
HR Upute za korištenje	98
TR Kullanım Kılavuzu	103
DA Brugermanual	108
ET Kasutusjuhend	113

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

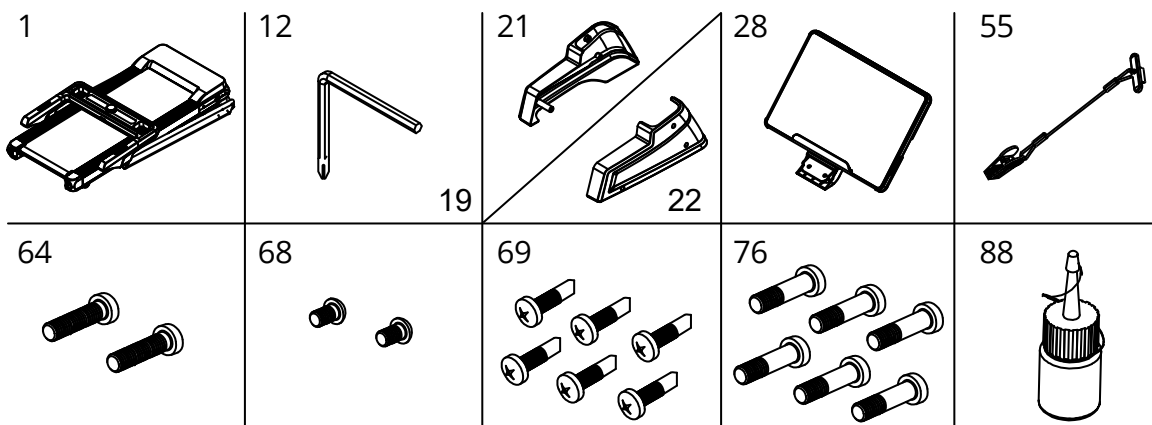


www.zipro.store

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

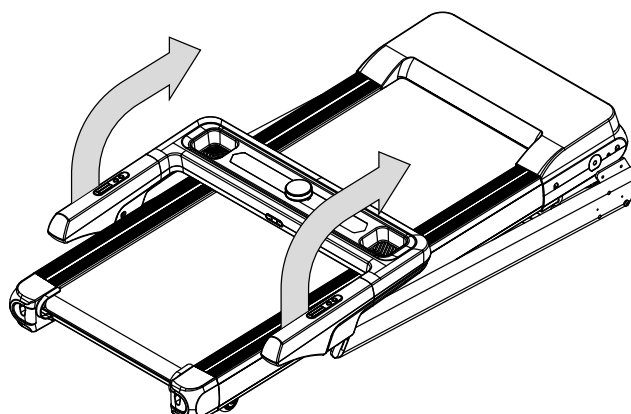
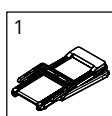


PL INSTRUKCJA MONTAŻU
 EN ASSEMBLY MANUAL
 DE MONTAGEANLEITUNG
 RU ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ
 RO INSTRUCȚIUNI DE MONTAJ
 LT MONTAVIMO INSTRUKCIJA
 CZ NÁVOD NA MONTÁŽ
 SK NÁVOD NA MONTÁŽ

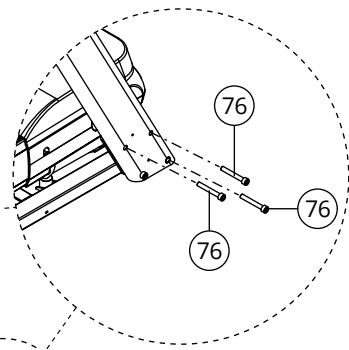
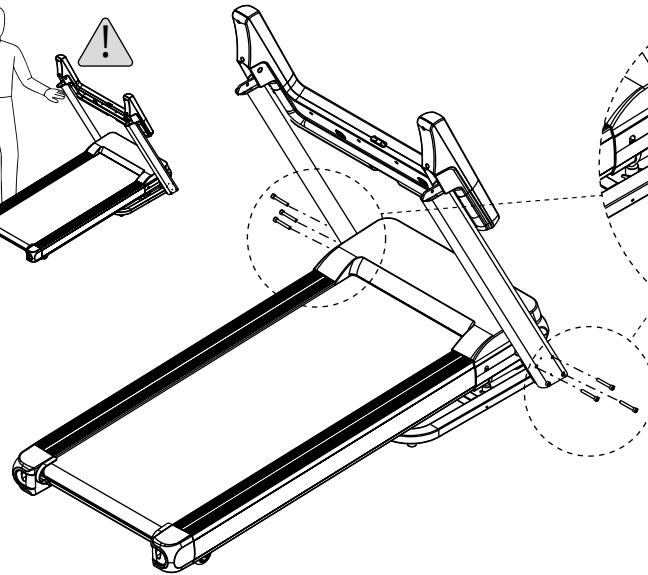
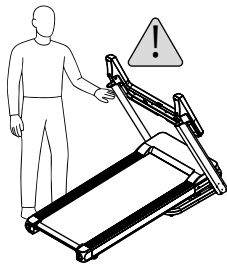
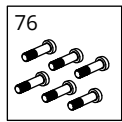
HU ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ
 BG ИНСТРУКЦИЯ ЗА МОНТАЖ
 FR INSTRUCTIONS DE MONTAGE
 IT ISTRUZIONI DI MONTAGGIO
 ES MANUAL DE MONTAJE
 NL MONTAGEHANDLEIDING
 LV MONTĀŽAS ROKASGRĀMATA
 ET KOOSTAMISJUHEND

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

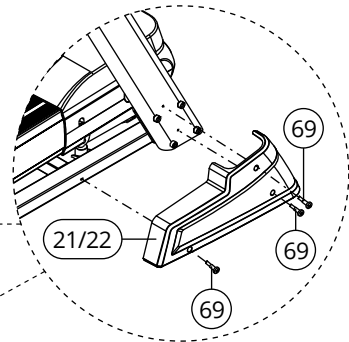
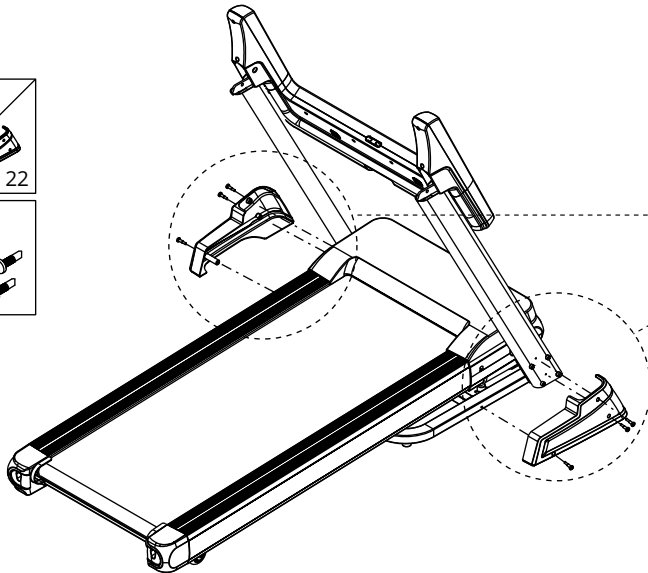
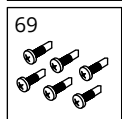
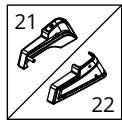
1



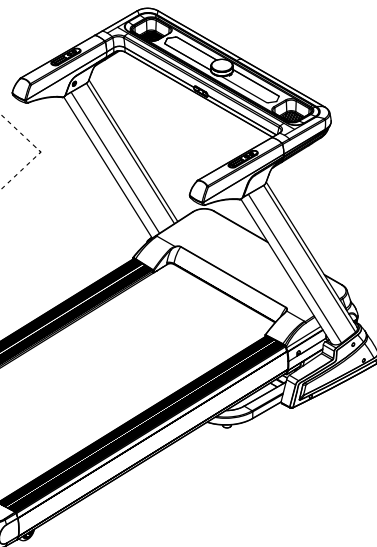
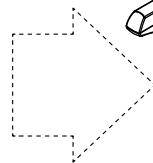
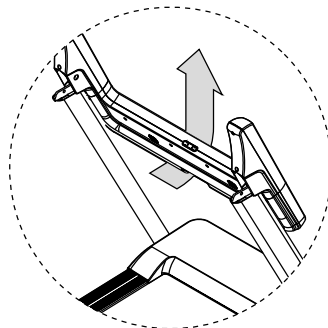
2



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: Iankstant 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 uťahovaní 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 Забележка: При съгване се уверете, че проводникът вътре в колоната не е прищипан и че е правилно свързан. Когато затягате 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 bekneeld 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 eletrónico com a mão para evitar que ele caia.

LV Piezīme: Salokot pārliecinieties, 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 kolonnis 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 puristuksessa 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.

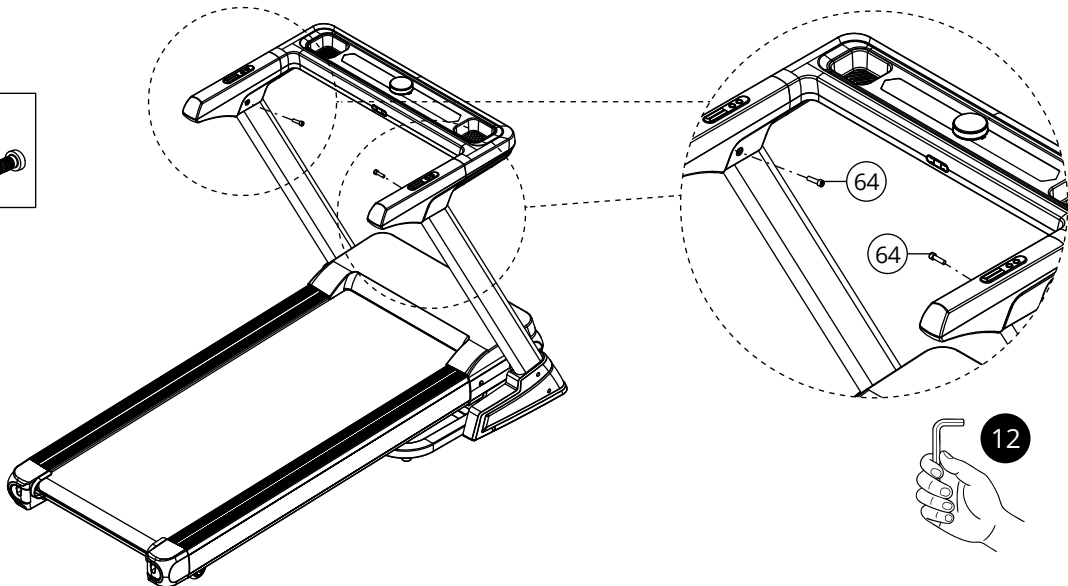
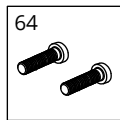
HR Napomena: Prilikom sklapanja, provjerite da žica unutar stupca nije priklještena i da je ispravno spojena. Prilikom zatezanja vijka, pridržavajte elektronički zaslon rukom kako biste spriječili da padne.

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.

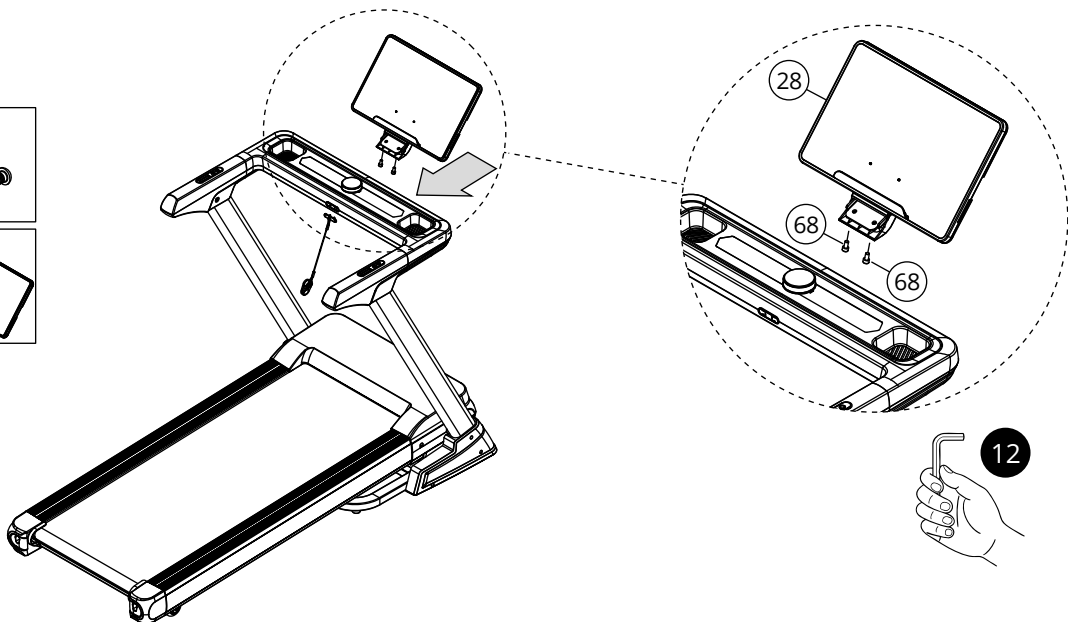
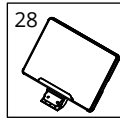
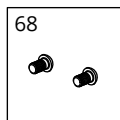
TR Not: Katlarken, sütünun içindeki kabloun sıkışmadığından ve düzgün şekilde bağlandığından emin olun. Vidayı sıkarken, elektronik ekranın düşmesini önlemek için elinizle destekleyin

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.

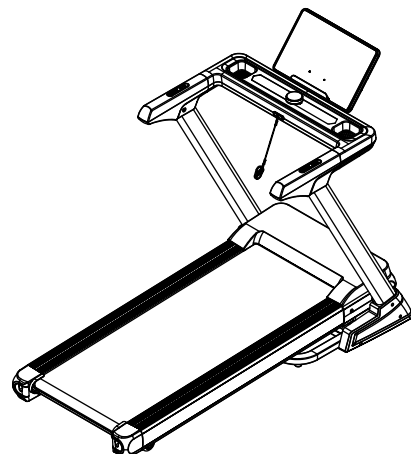
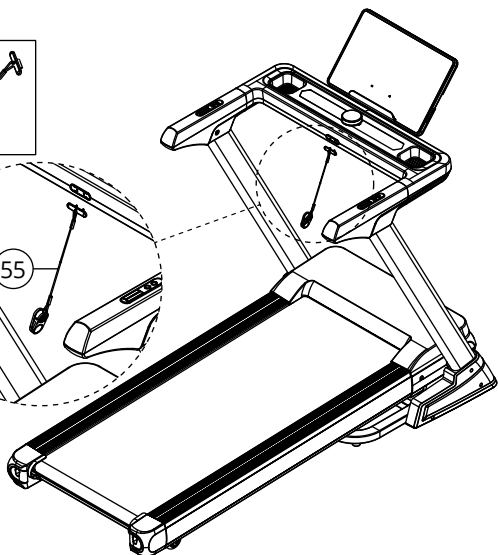
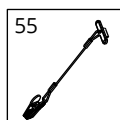
5



6



7



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 ÖSSZECSUKÁSI ÉS KIBONTÁSI

UTASÍTÁSOK

BG ИНСТРУКЦИИ ЗА СГЪВАНЕ И

РАЗГЪВАНЕ

FR INSTRUCTIONS DE PLIAGE ET DE DEPLIAGE

IT ISTRUZIONI DI PIEGARE E RPIEGARE

ES MANUAL PARA PLEGAR Y DESPLEGAR LA

NL VOUWEN EN ONTVOUWEN

LV SALOČĪŠANAS UN ATLOKOŠANAS

ROKASGRĀMATA

ET KOKKUPANDMISE JA LAHTIVÕTMISE JUHEND

FI KOKOONTAITTO- JA AVAUSOHJE

SL NAVODILA ZA ZLAGANJE IN ODVIJANJE

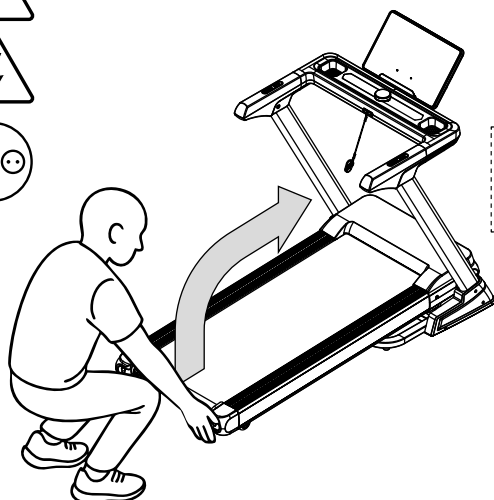
HR UPUTE ZA SKLAPANJE I RASKLAPANJE

GR ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΑΝΑΔΙΠΛΩΣΗΣ ΚΑΙ ΞΕΔΙΠΛΩΣΗΣ

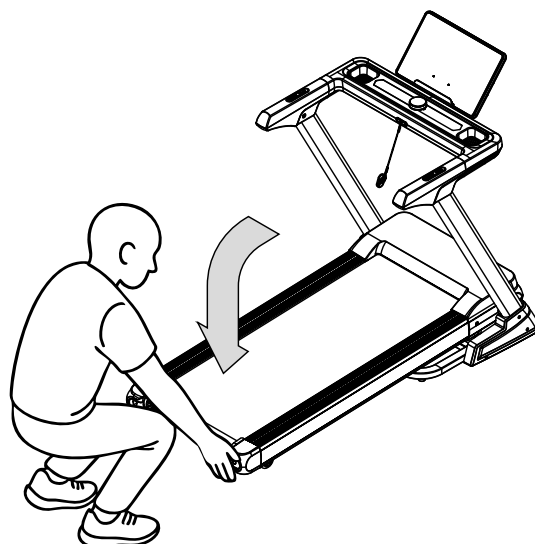
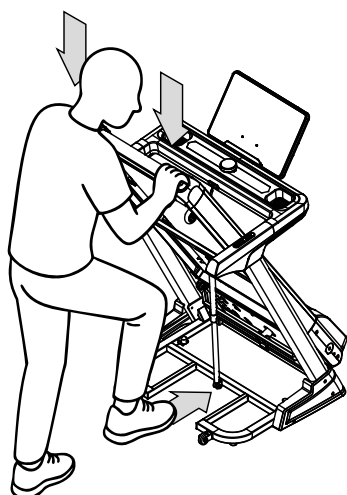
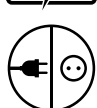
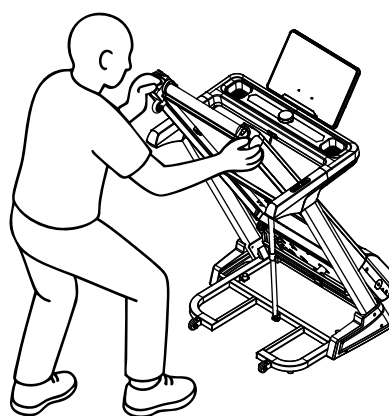
TR KATLAMA VE AÇMA KILAVUZU

DA VEJLEDNING TIL SAMMENFOLDNING OG

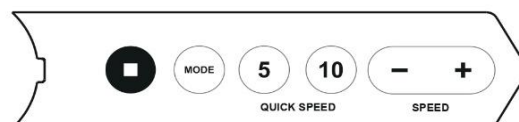
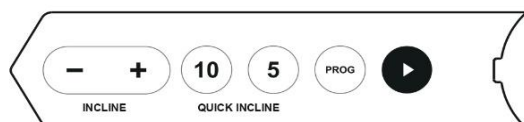
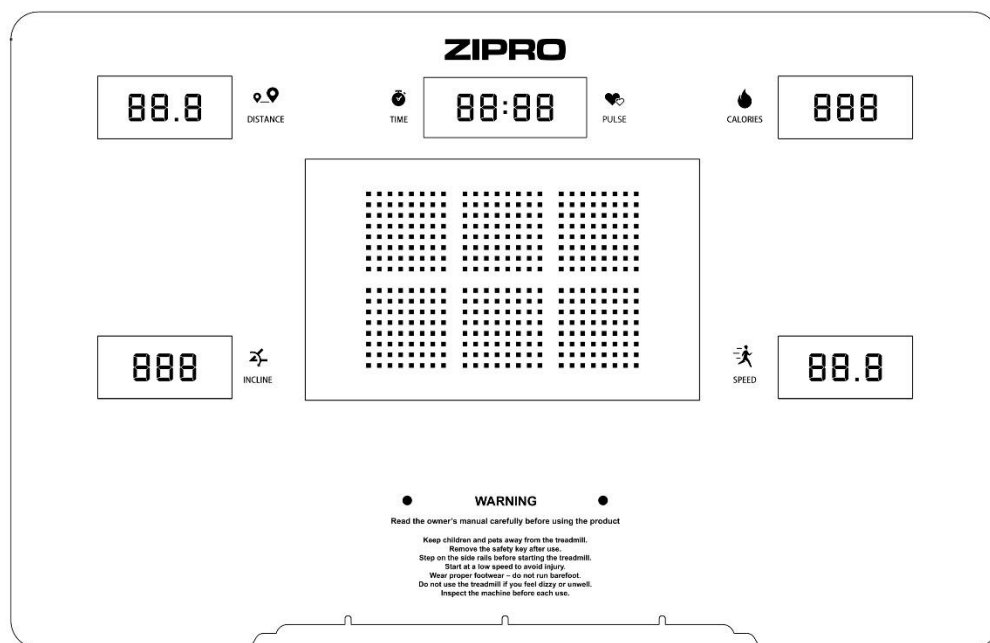
UDFOLDNING



CLICK!



INSTRUKCJA OBSŁUGI KOMPUTERA	10
COMPUTER OPERATING INSTRUCTIONS	15
BEDIENUNGSANLEITUNG FÜR DEN COMPUTER	20
ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ КОМПЬЮТЕРА	25
ISTRUCȚIUNI DE UTILIZARE A COMPUTERULUI	30
KOMPIUTERIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJA	35
NÁVOD K OBSLUZE POČÍTAČE	40
NÁVOD NA OBSLUHU POČÍTAČA	45
A SZÁMÍTÓGÉP HASZNÁLATI ÚTMUTATÓJA	50
ИНСТРУКЦИИ ЗА РАБОТА С КОМПЮТЪРА	55
MODE D'EMPLOI DE L'ORDINATEUR	60
ISTRUZIONI PER L'USO DEL COMPUTER	65
INSTRUCCIONES DE USO DEL ORDENADOR	70
INSTRUCTIES VOOR HET GEBRUIK VAN DE COMPUTER	75
INSTRUÇÕES DE OPERAÇÃO DO COMPUTADOR	80
DATOREK ROKASGRĀMATA	85
TIETOKONEEN KÄYTTÖOHJEET	90
NAVODILA ZA UPORABO RAČUNALNIKA	95
UPUTE ZA UPORABU RAČUNALA	100
BİLGİSAYAR KULLANIM TALİMATLARI	105
BRUGSANVISNING TIL COMPUTEREN	110



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	2610 W
Waga	69 kg
Temperatura użytkowania	0°C do +40°C
Temperatura przechowywania	-10°C do +60°C
Maksymalna waga użytkownika	140 kg
Klasa zastosowania	Klasa H
Klasa dokładności	Klasa C
Prędkość	1-20 km/h
Nachylenie	20 poziomów
Norma wyrobu (główna)	EN 957-6 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.

RYZYKO 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



Tę stroną w górę. Nie przewracać.



Chronić przed upadkiem.



Opakowanie nadające się do recyklingu.



Elektroodpady. Konieczne oddanie zużytego sprzętu do punktu recyklingu.



Ostrożnie, krucho. Możliwość uszkodzenia. Zachować ostrożność.



Chronić przed wilgocią.



Uwaga ciężki produkt.

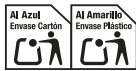


Produkt zawiera instrukcję obsługi.

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.



Opakownię wykonane z tektury.



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



Składować maksymalnie w 5 warstwach

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 pozwolił z niego korzystać dzieciom, bezwzględnie poinstruuje je o prawidłowym korzystaniu i stałe nadzoruj.
- Sprzęt nie nadaje się do przeznaczenia terapeutycznego.
- Podczas pracy urządzenia mogą występować ciche szумы 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 ruchomych, tulei itp.

Przechowuj urządzenie w suchym i ciepłym miejscu. Nie wystawiaj urządzenia na działanie promieni słonecznych.

UWAGA! Przed rozpoczęciem konserwacji zawsze wyłącz bieżnię i odłączaj 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.

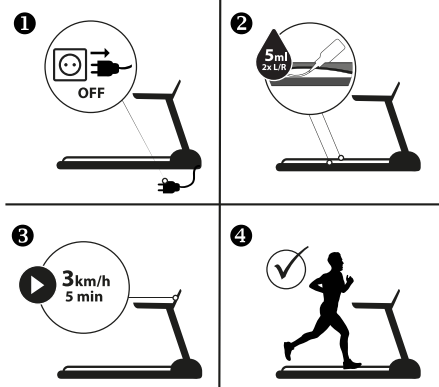
CZYSZCZENIE SILNIKA

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.



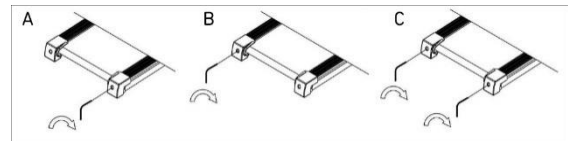
REGULACJA NAPRĘŻENIA PASA

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

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 samodzielnie 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 dokonaj montażu zgodnie z kolejnością zawartą w instrukcji montażu.
- Zachowaj ostrożność podczas montażu. W trakcie korzystania z narzędzi i elementów istnieje ryzyko skażenia 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 2)

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	IŁOŚĆ
1	Rama główna	1
2	Podstawa	1
4	Lewy/Prawy słupek	2
5	Rama monitora	1
12	Klucz 6# 55*95mm	1
21	Lewa osłona słupka	1
22	Prawa osłona słupka	1
28	Podstawa na urządzenie	1
55	Zamek bezpieczeństwa, podwójne płaskie gniazdo	1
64	Śruba M8*35 S6	2
68	Śruba M8*15 S6	2
69	Śruba ST4.2*16	6
76	Śruba M8*50 25 S6	6
88	Olej silikonowy	1

INSTRUKCJA MONTAŻU (→ Patrz strona 2)

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 przytrażnięte.

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 bieżni 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 bieżni 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 bieżni.

Przed użyciem bieżni sprawdź poprawność działania systemu. Wyjmij klucz bezpieczeństwa, pociągając za sznurek. Po wyjęciu klucza bieżnia 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, 24 automatycznych programów zapisanych w pamięci, 3 tryby odliczania (czasu, kalorii, dystansu) oraz funkcję pomiaru tkanki tłuszczowej (Body Fat).

OPIS PRZYCISKÓW

- START** – służy do uruchamiania bieżni w trybie manualnym lub wybranego programu.
- STOP** – służy do zatrzymania pracującej bieżni. Po wciśnięciu nastąpi także zresetowanie ustawień. Po ponownym uruchomieniu urządzenie rozpocznie pracę w trybie manualnym.
- PROGRAM** – służy do wyboru programu treningowego automatycznego (P1-P24), programu użytkownika (U1-U3) lub funkcji Body Fat przed uruchomieniem bieżni.
- 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.
- PRZYSKISKI SZYBKIEGO WYBORU PRĘDKOŚCI** – pozwalają na dokonanie bezpośredniego wyboru prędkości (5,10).
- 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.

- PRZYSKISKI SZYBKIEGO WYBORU KĄTA NACHYLENIA** – pozwalają na dokonanie bezpośredniego wyboru kąta nachylenia pasa biegowego podczas treningu (5,10).

FUNKCJE (SPECYFIKACJA)

SPEED	Wyświetla aktualną prędkość.	1-20 km/h
TIME	Liczy łączny czas ćwiczeń od ich rozpoczęcia do zakończenia.	00:00-99:59 min
INCLINE	Wyświetla aktualny poziom nachylenia pasa biegowego.	0-20 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 bieżni 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. Bieżnia rozpoczyna w nim pracę po wciśnięciu **START**, gdy nie zostanie wybrany żaden program treningowy.

- Domyślna prędkość w trybie manualnym to 1 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 24 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 16 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 kolejne 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 16 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 16 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 bieżni 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 umożliwi 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 20-140 kg

Użyć przycisków **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** do ustawienia wartości parametrów.

Po wybraniu parametrów na wyświetlaczu pojawi się F5. Połóż 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.

POŁĄCZENIE BLUETOOTH Z APLIKACJĄ MOBILNĄ

Komputer współpracuje z aplikacją FitShow.

Rozpocznij trening i ciesz się nowymi możliwościami:

- Pobierz aplikację.
- Włącz Bluetooth w swoim urządzeniu mobilnym.
- Włącz aplikację i wybierz w niej swoje urządzenie ZIPRO, z którym chcesz się połączyć.
- Kiedy ZIPRO połączy się z aplikacją, nastąpi wyłączenie komputera i jego ekran zgaśnie.

Od tej pory zarządzasz ZIPRO przez swoje urządzenie mobilne.

1. ROZGRZEWKA

To faza, która poprawia krążenie krwi w całym ciele oraz przygotowuje mięśnie do wzmoczonego 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 ŚCIEGIEN ACHILLESA

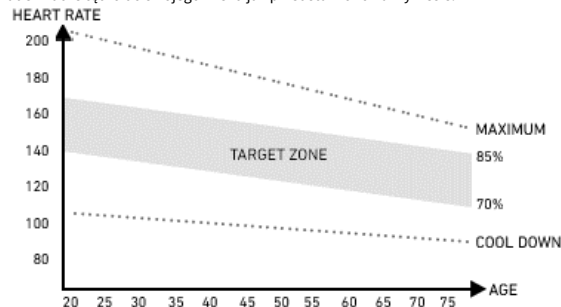
Stań twarzą do ściany, lewą nogę wysuń do przodu i lekko ugnij w kolanie. Prawą trzymaj z tyłu – wyprostowaną, z piętą położoną płasko na podłożu. Trzymaj obie pięty płasko na podłożu i przyciskaj biodra w kierunku ściany. Utrzymuj tę pozycję przez 30 sekund. Powtórz czynność z wysuniętą prawą nogą.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

Problem z kluczem bezpieczeństwa	Klucz bezpieczeństwa nie jest podpięty. Komputer jest uszkodzony.	Podłącz poprawnie klucz bezpieczeństwa. Skontaktuj się z serwisem producenta.
E01 Nieprawidłowa komunikacja pomiędzy monitorem a sterownikiem elektronicznym	Linia komunikacyjna monitora jest nieprawidłowo podłączona, uszkodzona lub ma słaby kontakt. Monitor nie ma sygnału wyjściowego.	Proszę ponownie podłączyć linię komunikacyjną Skontaktuj się z serwisem producenta.
	Dolny panel sterowania nie ma sygnału wyjściowego.	Skontaktuj się z serwisem producenta.
E02 Nieprawidłowe wykrywanie napięcia między dolnym panelem sterowania a silnikiem	Przewód silnika jest nieprawidłowo podłączony. Dolny panel sterowania nie podaje napięcia na silnik lub napięcie wyjściowe jest nieprawidłowe. Silnik jest uszkodzony.	Sprawdź, czy kabel silnika jest prawidłowo podłączony. Skontaktuj się z serwisem producenta. Skontaktuj się z serwisem producenta.
E03 Dolny panel sterowania wykrywa nieprawidłową prędkość.	Awaria obwodu sterowania PWM dolnej płyty sterującej	Skontaktuj się z serwisem producenta.
E04 Informacje o ochronie przeciwprzepięciowej silnika dolnego panelu sterowania	Obciążenie bieżni przekracza znamionowe napięcie robocze silnika. Silnik bieżni jest nieprawidłowy. Awaria obwodu wykrywania przepięcia silnika na dolnej płycie sterującej.	Zaleca się używanie w zakresie znamionowego napięcia roboczego silnika Wymień silnik. Skontaktuj się z serwisem producenta. Skontaktuj się z serwisem producenta..
E05 Informacje o ochronie przeciwprądowej silnika dolnego panelu sterowania	Obciążenie bieżni przekracza znamionowy prąd roboczy silnika.	Zaleca się, aby mieściło się w zakresie znamionowego prądu roboczego silnika
	Występuje problem ze strukturą montażową bieżni i silnika, powodujący opór lub blokadę silnika.	Sprawdź, czy struktura bieżni jest normalna
	Awaria systemu ograniczania prądu dolnego panelu sterowania	Skontaktuj się z serwisem producenta.
E07 Blokada bezpieczeństwa nie jest prawidłowo umieszczona	Odlączony magnes bezpieczeństwa. Awaria systemu monitorowania blokady bezpieczeństwa	Proszę umieścić blokadę bezpieczeństwa w wyznaczonym miejscu zegarka elektronicznego. Skontaktuj się z serwisem producenta.
Urządzenie nie działa	Brak zasilania Wypięty klucz bezpieczeństwa Zwarcie Przełącznik ON/OFF nie jest włączony	Podłącz urządzenie do prądu. Wepnij klucz bezpieczeństwa. Skontaktuj się z serwisem producenta. Włącz urządzenie.

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 pieczęcią 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 pieczęcią 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 assembly and first use of the device. This manual contains important information regarding the safe operation and maintenance of the equipment. Keep it for future reference regarding maintenance or ordering spare parts.

TECHNICAL DATA

Power supply	220V
Maximum power	2610 W
Weight	69 kg
Operating temperature	0°C to +40°C
Storage temperature	-10°C to +60°C
Maximum user weight	140 kg
Application class	Class H
Accuracy class	Class C
Speed	1-20 km/h
Incline	20 levels
Product standard (main)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Intended Use	Electric treadmill for home 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. Hazardous 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 permanently ensure safety, regularly (i.e. once a year) check and maintain the equipment at a specialist store.
- 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 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.
- Any questions or doubts related to the equipment should be directed to a specialist store.

ATTENTION! Follow the general rules and regulations and safety measures applicable to the handling of electrical appliances.

- 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 on your own. 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 power socket.
- Make sure that the electrical cable is not crushed and that its arrangement does not cause a risk of tripping over it.

GROUNDING

Grounding protects against the risk of electric shock. The device has a cable and 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 into the socket.

In this case, have a qualified electrician install a different socket.

ATTENTION! People nearby during the use of the equipment should be informed about 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. Overtraining during exercise can result in serious injury or death. If you feel faint, stop exercising immediately.

ATTENTION! Strictly 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 traffic routes (roads, gates, passages, etc.).
- It is forbidden to use the equipment in close proximity from the wall. The safety zone is 2000 mm and at least as wide as the device.

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

RESIDUAL RISK

- In a situation where fall protection is not used, or is used but 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 caused by incorrect operation or incorrect assessment, as well as incorrect data transmission (due to electromagnetic interference, software errors, etc.). Even the best software and hardware protection does not exclude software or hardware errors and may 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 excluded.
- The risk can be reduced by following the information about safety contained in the operating instructions.
- It cannot be ruled out that unintended or unauthorized use will result in other, unconsidered risks, and the risks considered have been incorrectly assessed.

In the risk analysis, the assessment was based on the "current state of the device".

The product assessment and inspection show, that the probability of unacceptable risk is very low. The device (its construction, method of operation and application) does not pose - under normal conditions - an unjustified risk to the person exercising or third parties.

HANDLING MARKS ON TRANSPORT PACKAGING



This side up. Do not overturn.



Protect from falling.



Package suitable for recycling.



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



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



Protect from moisture.



Attention heavy product.



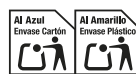
Product contains operating instructions.

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 taking into account environmental responsibility and recycling. Please sort waste according to local regulations.

5

Store in a maximum of 5 layers

OPERATION

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

- Before starting your first workout, familiarize yourself with all the functions and adjustment options of the device.
- The device has elements that may be exposed to corrosion. For this reason, it is not recommended that it remain in a humid room. You should also ensure that the equipment (especially its internal and electronic components) is not exposed to contact with water, drinks, sweat, etc.
- The device is intended only for training 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 the operation of the device, there may be quiet noises during the inertial movement of the flywheel mass, which result from the type of construction. They have no effect on the operation of the equipment.
- The noise emission under load is greater than without load.
- Before starting each workout, check the correctness of the safeguards and 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 components. This applies to 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.

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

CLEANING

Regular cleaning of the device will extend its 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.

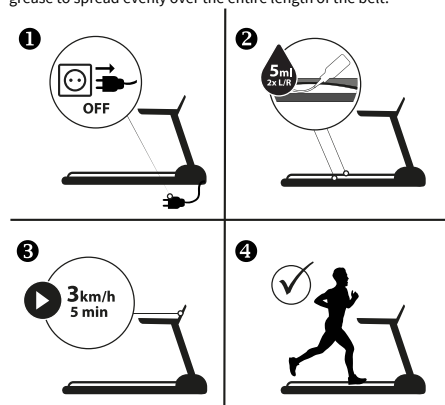
MOTOR CLEANING

At least once a year, remove dust from the motor. To do this, first turn off the treadmill 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 per week, it is recommended to lubricate it every 2-3 months. If the treadmill is used less intensively, 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 grease under the running belt on both sides, about 5 ml each. Use the most in places where the feet come into contact with the belt during running. 3. Start the treadmill at a low speed (e.g. 3 km/h) and wait for the grease to spread evenly over the entire length of the belt.

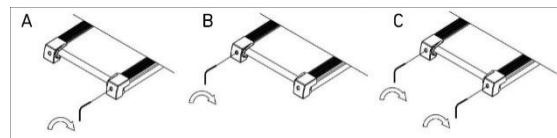
**BELT TENSION ADJUSTMENT**

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 tuck during training.

A belt that is too loosely tensioned may stop during engine operation.

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 malfunctions, e.g. of 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 at the rear of the treadmill. Turn the wrench 90 degrees clockwise (figure C).

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

REDUCING BELT TENSION

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

CENTERING THE RUNNING BELT

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

The belt should center itself during treadmill operation. 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 moves to the right, place the wrench in the right adjustment screw. Turn the wrench 90 degrees clockwise (figure A). Observe whether the belt will be centered. If it still moves to the right, turn the screw again by 90 degrees.
- If the belt moves to the left, proceed as in the case above, but turn the screw located on the left side (figure B).

ENVIRONMENT

The device is delivered in packaging to protect it from possible damage during transport. Packaging is made of unprocessed raw materials 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 secondary raw materials storage point.

Used electrical equipment (including the meter, power supply) are secondary raw materials - do not throw them into household waste containers, as they may contain substances that are dangerous to health and the environment. We ask for your active help in economical govern the management of natural resources and protection of the natural environment by handing over the used device to a collection point for recyclable materials - used electrical equipment.

ASSEMBLY

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

- Before starting assembly, make sure that the set with the device contains all the elements from parts list and if any parts have been damaged during transport. If any 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 parts, there is a risk of injury.
- Remember to maintain a safe environment. Do not scatter tools and assembly parts chaotically. Remember that plastic films and bags pose a risk of suffocation to children.
- Assembly parts needed to perform a given step in the assembly instructions are shown in the drawings and explanations. Use the parts indicated in the assembly instructions.
- In the early stages of assembly, do not tighten the parts fully. Do this after placing all and making sure they are properly seated.
- The manufacturer reserves the right to pre-assemble some of the parts.

ASSEMBLY DIAGRAM (→ See page 2)

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

PARTS LIST

The complete list of parts is available by contacting serwis@zipro.pl or on [Zipro.store in the product description](#).

NO.	DESCRIPTION	QUANTITY
1	Main frame	1
2	Base	1
4	Left/Right post	2
5	Monitor frame	1
12	Key 6# 55*95mm	1
21	Left cover post	1
22	Right post cover	1
28	Device stand	1
55	Safety lock, double flat socket	1
64	Screw M8*35 S6	2
68	Screw M8*15 S6	2
69	Screw ST4.2*16	6
76	Screw M8*50 25 S6	6
88	Silicone oil	1

ASSEMBLY INSTRUCTION (→ See page 2)

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

Prepare sufficient free space for device assembly. Due to the heavy weight of some parts, it is recommended to assemble it with two people.

INSTRUCTIONS FOR ASSEMBLY AND DISASSEMBLY (→ See page 6)**ASSEMBLING THE DEVICE**

CAUTION! Before assembling, make sure that all screws are tightened.

CAUTION! Be careful with your hands and fingers during assembly to avoid getting them caught.

Lift the treadmill running belt to the upright position until you hear the locking sound of the folding mechanism.

DISASSEMBLING THE DEVICE

CAUTION! Pay attention that there are no third parties in the immediate vicinity while lowering the treadmill belt and animals.

While 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 handrail.

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 OPERATING INSTRUCTIONS**STARTING**

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 within 10 minutes. Press any key to resume the system.

EMERGENCY STOPPING OF THE DEVICE

CAUTION! The safety key should be attached to your clothing during each workout.

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

An incorrectly attached safety key prevents the treadmill from starting.

Before using the treadmill, check the system's proper functioning. Remove the safety key by pulling the cord. After removing the key, the treadmill will stop with a delay resulting from the operating speed, and 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 "----".

When the safety key is reconnected, the device will be reset.

PROGRAMS

The computer is equipped with 3 user programs for manual setting, 24 automatic programs stored 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 the selected program.
- STOP** - is used to stop the working treadmill. Pressing it will also reset the settings. After restarting, the device will start working in manual mode.
- PROGRAM** - is used to select an automatic training program (P1-P24), 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 decrease) the speed by 0.1 km/h. The buttons are located on the computer console and on the handrails.
- SPEED QUICK SELECTION BUTTONS** - allow you to directly select the speed(5,10).
- INCLINE** - buttons allow you to adjust (increase and decrease) the incline angle of the running belt by 1 level during training. The buttons are located on the computer console and on the handrails.
- INCLINE QUICK SELECTION BUTTONS** - allow you to directly select the incline angle of the running belt during training (5,10).

FUNCTIONS (SPECIFICATION)

SPEED	Displays the current speed.	1-20 km/h
TIME	Counts the total exercise time from start to finish.	00:00-99:59 min
INCLINE	Displays the current incline level of the running belt.	0-20 levels
CALORIES	Counts the total number of calories burned from the beginning to the end of the exercise. (The measurement is approximate for comparing different exercise sessions and cannot be used for treatment).	0.0-999 kcal
DISTANCE	Counts the total distance from start to finish.	0.0-99.9 km
PULSE	Displays current heart rate. NOTE! Heart rate measurement for sports purposes only (medical use excluded).	50-200 BPM

HEART RATE MEASUREMENT FUNCTION

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

During the measurement, the computer will display a heart-shaped icon.

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

MANUAL PROGRAM

The manual program is the default operating mode of the device. The treadmill starts in this mode after pressing **START** when no training program is selected.

- The default speed in manual mode is 1 km/h.
- The default inclination level is 0.
- The speed and inclination of the running belt can be changed using the buttons on the console and handrails.

TRAINING PROGRAMS

Select one of the 24 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 selecting, the value "30:00" will be displayed and flashing in the window.

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

- The set training time is divided proportionally into 16 stages. The table shows a list of stages and their corresponding speed and inclination for each training program. → [See page 117](#).
- To start the program, press **START**.

USER PROGRAMS

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

SETTING THE USER PROGRAM

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

Programs consist of 16 sections. Repeat the above steps until all section parameters are set.

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

STARTING A USER PROGRAM

- In standby mode, press the button **PROGRAM** to select one of the user programs. After selection, the value "30:00" will be displayed and blinking in the window.
Use the buttons **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** to set the training time. The set training time is divided proportionally into 16 stages.
- To start the program, press **START**.

COUNTDOWN MODE

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

- To set the countdown value, use the buttons **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- The treadmill will start and the countdown will begin after pressing the button **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 (every 1 minute).
- CALORIES:** the initial countdown value is 50 kcal.
The computer allows you to set calories in the range of 20-990 kcal (every 10 kcal).
- 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 (every 1 km).

BODY FAT MEASUREMENT FUNCTION (BODY FAT)

Press the button **PROGRAM**, until "FAT" appears on the screen.

Use **MODE**, to enter parameters:

- F1 - gender – 01 male / 02 female
- F2 - age – values 10-99
- F3 - height – values 100-220 cm
- F4 - weight – values 20-140 kg

Use the buttons **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** 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 the 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.

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

TRAINING AND EXERCISE PHASES

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

BLUETOOTH CONNECTION WITH MOBILE APPLICATION

The computer works with the FitShow application.

Start training and enjoy new possibilities:

- Download the application.

- Turn on Bluetooth on your mobile device.
- Turn on the application and select your ZIPRO device in it, with which you want to connect.
- When ZIPRO connects to the application, it will turn off the computer and its screen will turn off.

From now on, you manage ZIPRO through your mobile device.

1. WARM-UP

This is a phase that improves blood circulation throughout the body and prepares the muscles for increased effort. 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 OF INNER THIGH MUSCLES

Sit on a flat surface with your legs bent and your knees pointing outwards. Bring the soles of your feet together and bring them as close 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

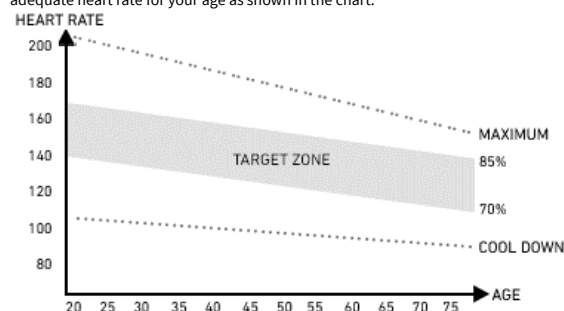
Stand facing the wall, extend your left leg forward and bend it slightly at the knee. Keep your right leg back - straight, with your heel flat on the ground. Keep both heels flat on the ground and press your hips towards the wall. Hold this position for 30 seconds. Repeat with your right leg extended.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

BENDS

Stand with your feet together. Bend forward trying to get 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 an adequate heart rate 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 repetition of warm-up exercises. It should be remembered that, not to strain the muscles.

POSSIBLE DAMAGES AND REPAIR TECHNIQUES

ATTENTION! Opening the device housing without prior contact with the manufacturer's service will void the warranty.

If you suspect a failure that requires opening the housing, contact the manufacturer's service.

ERROR DESCRIPTION	POSSIBLE CAUSES	SOLUTION TO THE PROBLEM
---- Problem with the security key	The security key is not connected. The computer is damaged.	Connect the security key correctly. Contact the manufacturer's service.
E01 Incorrect communication between the monitor and the electronic controller	The monitor communication line is incorrectly connected, damaged, or has poor contact. The monitor has no output signal.	Please reconnect the communication line Contact the manufacturer's service department.
E02 Incorrect voltage detection between the lower control panel and the motor	The lower control panel has no output signal. The motor wire is incorrectly connected. The lower control panel does not supply voltage to the	Contact the manufacturer's service department. Check that the motor cable is properly connected. Contact the manufacturer's service department.

	motor, or the output voltage is incorrect. The motor is damaged.	Contact the manufacturer's service department.
E03 Lower control panel detects incorrect speed.	PWM control circuit failure of the lower control board	Contact the manufacturer's service department.
E04 Information about overvoltage protection of the lower control panel motor	The treadmill load exceeds the rated working voltage of the motor. The treadmill motor is faulty. Motor overvoltage detection circuit failure on the lower control board.	It is recommended to use within the rated working voltage range of the motor Replace the motor. Contact the manufacturer's service department. Contact the manufacturer's service department..
E05 Information about overcurrent protection of the lower control panel motor	The treadmill load exceeds the rated working current of the motor.	It is recommended to be within the rated working current range of the motor
	There is a problem with the assembly structure of the treadmill and the motor, causing resistance or motor blockage.	Check if the treadmill structure is normal
	Lower control panel current limiting system failure	Contact the manufacturer's service department.
E07 BSafety lock is not properly positioned	Disconnected safety magnet. Safety lock monitoring system failure	Please place the safety lock in the designated location of the electronic watch. Contact the manufacturer's service department.
Device is not working	No power Safety key unplugged Short circuit ON/OFF switch is not turned on	Connect the device to the power supply. Plug in the safety key. Contact the manufacturer's service department. Turn on the device.
Running belt does not run smoothly	Running belt is not sufficiently lubricated Running belt is too tight	Lubricate the running belt according to the information in the user manual. Adjust and align the position of the running belt according to the information in the user manual.
Running belt is skewed	Running belt is too loose Drive belt is too loose	Adjust and align the position of the running belt according to the information in the user manual. Contact the manufacturer's service department.

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 Act on Consumer Rights.

The warranty card is located 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 the sales stamp and the seller's signature,
 - a valid proof of purchase of the equipment with the date of sale, the advertised goods or defective part.

In the case of distance purchase, 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 defect is reported by the Customer.
- Factory defects and damages revealed during the warranty period will be repaired free of charge within a period not exceeding 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 them,
 - b. damage and defects resulting from improper use and storage, improper assembly and maintenance,
 - c. damage and wear of consumable items such as: cables, belts, rubber elements, pedals, foam grips, wheels, bearings, upholstery.
 - d. activities related to assembly, maintenance, which, according to the user manual, the user is obliged to perform on his own.
7. The warranty does not apply in the following cases:
 - a. expiration of the warranty period,
 - b. self-repairs and modifications made by the customer using non-original parts,
 - c. if the defect arose from improper installation or as a result of failure to follow the rules of proper operation described in the user manual,
 - d. use other than household use,
 - e. damage caused in transit.
8. Duplicates of the warranty card 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 file a complaint, you must:
 - a. Present the product or part thereof 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 center may refuse to accept it or, at the customer's expense and with their written consent, clean it.
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 made, and within 14 days from the moment of the decision, the equipment will be sent back to the customer at their expense.

DE Bedienungsanleitung

Sehr geehrte/r Benutzer/in,
Bitte 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 zuzugreifen oder Ersatzteile zu bestellen.

TECHNISCHE DATEN

Stromversorgung	220V
Maximale Leistung	2610 W
Gewicht	69 kg
Betriebstemperatur	0°C bis +40°C
Lagertemperatur	-10°C bis +60°C
Maximales Benutzergewicht	140 kg
Anwendungsklasse	Klasse H
Genauigkeitsklasse	Klasse C
Geschwindigkeit	1-20 km/h
Neigung	20 Stufen
Produktnorm (Hauptnorm)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Zweckbestimmung	Elektrisches Laufband für den Heimgebrauch

SICHERHEIT

ACHTUNG! Das Gerät darf nur gemäß seiner Zweckbestimmung, d. h. zum Training durch Erwachsene, verwendet werden. Jede andere Verwendung des Geräts kann gefährlich sein. Der Hersteller kann nicht für Schäden haftbar gemacht werden, die durch unsachgemäße Verwendung des Geräts verursacht wurden.

- Das Gerät wurde entworfen und konstruiert auf der Grundlage der neuesten sicherheitstechnischen Erkenntnisse. 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 im Monat oder alle zwei Monate, ob die Schrauben, Muttern und Bolzen 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 zu Schäden führen oder die Gesundheit und das Leben des Trainierenden direkt gefährden. Änderungen am Gerät dürfen nur von Servicemitarbeitern des Herstellers oder von in diesem Bereich geschulten Personen vorgenommen werden.
- Alle Geräte unterliegen ständigen Innovationen, um eine hohe Qualität zu gewährleisten. Aus diesem Grund behält sich der Hersteller das Recht vor technische Änderungen vorzunehmen.
- Bei Fragen oder Zweifeln bezüglich des Geräts wenden Sie sich bitte an eine Fachwerkstatt.

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

- 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 solche Strahlung aussenden (z. B. Mobiltelefone), können einige Werte (wie z. B. die Herzfrequenz) verfälscht werden.
- ACHTUNG!** Nehmen Sie niemals selbst Änderungen am Stromnetz vor. Überlassen Sie solche Änderungen Fachleuten.
- 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 Stromkabel nicht eingeklemmt wird und seine Verlegung 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 unsachgemäßer Anschluss des Kabels kann zu Stromschlaggefahr führen.

- Stellen Sie vor dem Anschließen des Geräts an die Stromversorgung sicher, dass die örtliche Spannung dem Steckertyp 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 der Benutzung des Geräts in der Nähe aufhalten, sind auf mögliche Gefahren hinzuweisen. Seien Sie besonders vorsichtig in Anwesenheit von Kindern.

ACHTUNG! Konsultieren Sie vor Trainingsbeginn Ihren Arzt, um sicherzustellen, dass keine gesundheitlichen Gegenanzeigen für das Training mit dem Gerät vorliegen. Auf der Grundlage der Meinung eines Spezialisten können Sie Ihren Trainingsplan erstellen. Ein falsch gewähltes Programm oder übermäßiges Training können für Ihre Gesundheit und Ihr Leben gefährlich sein.

WARNUNG! Herzfrequenz-Überwachungssysteme können ungenau sein. Überanstrengung während des Trainings 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.

- Berücksichtigen Sie bei der Wahl des Trainingsortes die Einhaltung sicherer Abstände zu möglichen Hindernissen. Stellen Sie das Gerät nicht in der Nähe von Verkehrswegen (Straßen, Tore, Durchgängen usw.) auf.
- Die Benutzung des Geräts in unmittelbarer Nähe ist untersagt von der Wand. Der Sicherheitsbereich beträgt 2000 mm und mindestens die gleiche Breite wie das Gerät.

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 die Fallsicherung nicht angebracht wird oder zwar angebracht, aber nicht korrekt ist, 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 des Trainierenden durch falsche Bedienung oder Fehleinschätzung sowie durch fehlerhafte Datenübertragung (aufgrund elektromagnetischer Störungen, Softwarefehler usw.). Selbst die beste Software- und Hardware-Absicherung schließt Software- oder Hardwarefehler nicht aus und kann theoretisch zu einer Überlastung des Trainierenden führen.
- Das Produkt ist ein elektrisches Gerät, daher kann ein Stromschlag, der zum Tod führen kann, nicht ausgeschlossen werden.
- Ein Restrisiko des Erstickens kann nicht ausgeschlossen werden.
- Das Risiko kann durch Befolgen der Informationen reduziert werden über die Sicherheit in der Bedienungsanleitung.
- Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass eine unbeabsichtigte oder unzulässige Verwendung andere, nicht berücksichtigte Risiken verursacht, und das berücksichtigte Risiko wurde falsch eingeschätzt.

In 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) verursacht - unter normalen Bedingungen - kein unzumutbares Risiko für den Trainierenden oder Dritte.

HANDHABUNGSHINWEISE AUF TRANSPORTVERPACKUNGEN

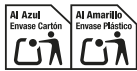
-  Diese Seite nach oben. Nicht umkippen.
-  Vor Stürzen schützen.
-  Recyclingfähige Verpackung.
-  Elektroschrott. Altgeräte müssen einer Recyclingstelle zugeführt werden.
-  Vorsicht, zerbrechlich. Beschädigungsgefahr. Vorsicht.
-  Vor Feuchtigkeit schützen.
-  Achtung, schweres Produkt.
-  Produkt 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.



Lagern maximal in 5 Schichten.

BEDIENUNG

Stellen Sie vor Trainingsbeginn sicher, dass das Gerät korrekt montiert wurde.

- Machen Sie sich vor dem ersten Training mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Geräts vertraut.
- Das Gerät enthält Elemente, die anfällig sein können für Korrosion. Aus diesem Grund wird nicht empfohlen, dass es sich in einem feuchten Raum befindet. Es sollte auch darauf geachtet werden, dass das Gerät (insbesondere seine internen und elektronischen Komponenten) nicht mit Wasser, Getränken, Schweiß usw. in Kontakt kommt.
- Das Gerät ist nur für das Training durch Erwachsene bestimmt und absolut kein Spielzeug für Kinder. Wenn Sie Kindern auf eigene Verantwortung die Benutzung gestatten, weisen Sie sie unbedingt in die richtige Verwendung 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 Trainingsbeginn die ordnungsgemäße Funktion der Sicherungen sowie der Schraub- und Steckverbindungen.
- Achten Sie beim Training mit dem Gerät auf geeignetes Schuhwerk (Sportschuhe).

WARTUNG

Um maximale Sicherheit bei der Benutzung 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, Hülsen usw.

Lagern Sie das Gerät an einem trockenen und warmen Ort. 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 zur Reinigung des Laufbands ein weiches, feuchtes Tuch. Dies gilt nicht für elektrische Komponenten, Motor, interne Teile - lassen Sie kein Wasser in diese Bereiche gelangen. Schützen Sie die Oberfläche des Laufgurts (und den Raum darunter) vor Wasser.

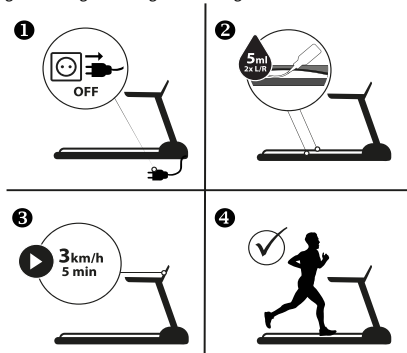
MOTORREINIGUNG

Beseitigen Sie mindestens einmal jährlich Staub vom Motor. Schalten Sie dazu zuerst das Laufband aus und ziehen Sie den Netzstecker. Warten Sie ca. 1 Stunde und entfernen Sie dann 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 in Betrieb ist, 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 Laufgurts beginnen. 2. Tragen Sie das Schmiermittel auf beiden Seiten unter dem Laufgurt auf, jeweils etwa 5 ml. Verwenden Sie es am meisten an den Stellen, an denen die Füße während des Laufens Kontakt mit dem Gurt haben. 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 Gurts verteilt hat.



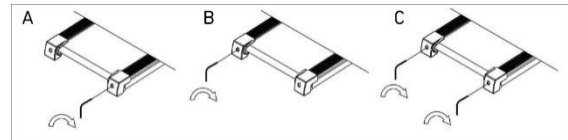
LAUFGURTSPANNUNGSEINSTELLUNG

Der Laufgurt kann aufgrund der ständigen Nutzung des Laufbands eine Spannung erfordern. Der Gurt muss gespannt werden, wenn er während des Trainings zu rutschen, sich seitlich zu bewegen oder sich zu verzehren beginnt.

Ein zu locker gespannter Gurt kann während des Motorbetriebs zum Stillstand kommen.

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 Abweichung des Laufgurts.

- Der Gurt sollte nicht zu fest gespannt werden, da dies zu Fehlfunktionen von z. B. Motor, Welle oder Lagern führen kann.
- Ein korrekt gespannter Gurt kann an seinen Kanten um ca. 5-7,5 cm angehoben werden. Es ist sehr einfach zu überprüfen - er ist korrekt gespannt, wenn 3 Finger darunter passen.



ERHÖHEN DER LAUFGURTSPANNUNG

Im Teilesatz finden Sie einen Spezialschlüssel. Setzen Sie ihn in die linke Gurteinstellschraube an der Rückseite des Laufbands ein. Drehen Sie den Schlüssel um 90 Grad im Uhrzeigersinn (Abbildung C).

Auf diese Weise spannen Sie die hintere Rolle und erhöhen die Gurspannung. Wiederholen Sie den Vorgang, indem Sie die Schraube auf der rechten Seite drehen. Achten Sie darauf, die Schrauben gleichmäßig zu drehen.

Wiederholen Sie die Schritte für beide Schrauben, bis der Gurt richtig gespannt ist.

REDUZIEREN DER LAUFGURTSPANNUNG

Um die Gurspannung zu verringern, gehen Sie genauso vor wie beim Erhöhen. Drehen Sie den Schlüssel gegen den Uhrzeigersinn.

ZENTRIEREN DES LAUFGURTS

Aufgrund unterschiedlicher Laufstile (meist größere Belastung eines Beins) kann sich der Gurt seitlich verschieben und nicht zentriert sein. Aus diesem Grund kann der Gurt von Zeit zu Zeit angepasst werden müssen.

Der Gurt sollte sich während des Betriebs des Laufbands von selbst zentrieren. Er muss angepasst werden, wenn er 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 der Gurt bewegt.

- Wenn sich der Gurt 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 der Gurt zentriert wird. Wenn er sich immer noch nach rechts bewegt, drehen Sie die Schraube erneut um 90 Grad.
- Wenn sich der Gurt 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. Verpackungen sind Rohstoffe und können recycelt werden. Entsorgen Sie diese Materialien in den entsprechenden farbigen Behältern für die selektive Sammlung.



Schützen Sie die Umwelt und werfen Sie gebrauchte Batterien nicht in den Hausmüll. Geben Sie sie dort zurück, wo Sie sie gekauft haben, oder bringen Sie sie zu einer getrennten Sammelstelle für Sekundärrohstoffe.

Gebrauchte Elektrogeräte (einschließlich Zähler, Netzteil) sind Sekundärrohstoffe - werfen Sie sie nicht in die Hausmüllbehälter, da sie gesundheits- und umweltschädliche Stoffe enthalten können.

Wir bitten um aktive Mithilfe bei der sparsamen gUmgang mit natürlichen Ressourcen und Schutz der natürlichen Umwelt durch Übergabe des Altgeräts an eine Sammelstelle für Wertstoffe - Altgeräte.

MONTAGE

Die Montage des Geräts muss sorgfältig von einer erwachsenen Person durchgeführt werden. Bitten Sie im Zweifelsfall jemanden um Hilfe, der mehr Erfahrung auf diesem Gebiet hat.

- Vergewissern Sie sich vor Beginn der Montage, dass das Set mit dem Gerät alle Elemente aus der Teilliste und ob irgendwelche Elemente während des Transports beschädigt wurden. Wenn Teile fehlen oder Sie Einwände haben, wenden Sie sich bitte an den Händler.
- Machen Sie sich mit den Zeichnungen und Erläuterungen vertraut und führen Sie die Montage in der in der Montageanleitung enthaltenen Reihenfolge durch.
- Seien Sie bei der Montage vorsichtig. Während der Benutzung von Werkzeugen und Elementen besteht Verletzungsgefahr.
- Denken Sie daran, eine sichere Umgebung zu gewährleisten. Verteilen Sie Werkzeuge und Montageelemente nicht chaotisch. Denken Sie daran, dass Folien und Tüten aus Kunststoff eine Erstickungsgefahr für Kinder darstellen.
- Montageelemente, die für die Durchführung des jeweiligen Schritts erforderlich sind, Montageanleitung sind in den Zeichnungen dargestellt und Erläuterungen. Verwenden Sie die in der Montageanleitung angegebenen Elemente.
- Ziehen Sie die Teile in den ersten Phasen der Montage nicht ganz fest. Tun Sie dies, nachdem Sie alle platziert und sichergestellt haben, dass sie richtig sitzen.

- Der Hersteller behält sich das Recht vor, bestimmte Elemente vorab zu montieren.

MONTAGEPLAN (→ Siehe Seite 2)

ACHTUNG! Es ist verboten, Teile zu verwenden, die aus anderen Quellen als dem Hersteller stammen.

TEILELISTE

Eine vollständige Teileliste ist erhältlich, wenn Sie sich an serwis@zipro.pl wenden oder auf der Zipro.store-Website in der Produktbeschreibung.

NR.	BESCHREIBUNG	MENGE
1	Hauptrahmen	1
2	Basis	1
4	Linke/Rechte Säule	2
5	Monitorrahmen	1
12	Schlüssel 6# 55*95mm	1
21	Linke Abdeckung des Pfostens	1
22	Rechte Pfostenabdeckung	1
28	Gerätehalterung	1
55	Sicherheitsschloss, Doppelbart	1
64	Schraube M8*35 S6	2
68	Schraube M8*15 S6	2
69	Schraube ST4.2*16	6
76	Schraube M8*50 25 S6	6
88	Silikonöl	1

MONTAGEANLEITUNG (→ Siehe Seite 2)

ACHTUNG! Befolgen Sie während der Montage die folgenden Schritte und verwenden Sie das mitgelieferte Werkzeug.
Stellen Sie ausreichend Freiraum für die Installation des Geräts bereit. Aufgrund des hohen Gewichts einiger Bauteile wird die Montage zu zweit empfohlen.

UNDANLEITUNG ZUM AUF- UND ABBAU (→ Siehe Seite 6)

ZUSAMMENBAU DES GERÄTS

ACHTUNG! Vor dem Zusammenbau genau prüfen, ob alle Schrauben fest angezogen sind.

ACHTUNG! Achten Sie beim Zusammenbau auf Ihre Hände und Finger, um ein Einklemmen zu vermeiden.

Heben Sie das Laufband des Geräts in eine vertikale Position, bis Sie das Einrasten des Klappmechanismus hören.

ABBAU DES GERÄTS

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

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

Von dieser Höhe an senkt sich das Band automatisch in Richtung Boden.

EINSTELLUNGEN

Nivellierung des Geräts

Richten Sie das Gerät aus, indem Sie die Nivellierfüße an der vorderen und hinteren Basis ein- oder ausschrauben.

BEDIENUNGSANLEITUNG FÜR DEN COMPUTER

START

Innerhalb von 3 Sekunden nach dem Drücken der Taste **START** startet das Gerät.

ENERGIESPARFUNKTION

Der Laufbandcomputer wechselt automatisch in den Energiesparmodus, wenn innerhalb von 10 Minuten keine Aktivitäten stattfinden. Drücken Sie eine beliebige Taste, um das System wieder zu aktivieren.

NOT-AUS-VORRICHTUNG

ACHTUNG! Der Sicherheitsschlüssel muss bei jedem Training an der Kleidung befestigt werden.

Er sollte nur in Notfallsituationen verwendet werden, nicht als normale Stopptaste.

Ein falsch angebrachter Sicherheitsschlüssel verhindert den Start des Laufbands.

Überprüfen Sie vor der Verwendung des Laufbands die korrekte 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 ausgestattet, 24 automatischen Programmen, die im Speicher gespeichert sind, 3 Countdown-Modi (Zeit, Kalorien, Distanz) und einer Funktion zur Messung des Körperfetts (Body Fat).

BESCHREIBUNG DER TASTEN

- START** – dient zum Starten des Laufbands im manuellen Modus oder des ausgewählten Programms.
- STOP** – dient zum Anhalten des laufenden Laufbands. Nach dem Drücken werden auch die Einstellungen zurückgesetzt. Nach dem Neustart startet das Gerät im manuellen Modus.
- PROGRAMM** – dient zur Auswahl eines automatischen Trainingsprogramms (P1-P24), Benutzerprogramms (U1-U3) oder der Body-Fat-Funktion, bevor Sie das Laufband starten.

- MODE** – ermöglicht die Auswahl des Countdown-Modus: Zeit, Distanz oder Kalorien
- SPEED** – Tasten ermöglichen die Regulierung (Erhöhung und Verringerung) der Geschwindigkeit um 0,1 km/h. Die Tasten befinden sich auf der Computerkonsole und an den Handläufen.
- SCHNELLWAHLTASTEN FÜR GESCHWINDIGKEIT** – ermöglichen die direkte Wahl der Geschwindigkeit (5,10).
- 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 (5,10).

FUNKTIONEN (SPEZIFIKATION)

SPEED	Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit an.	1-20 km/h
TIME	Zählt die Gesamtübungszeit vom Beginn bis zum Ende.	00:00-99:59 min
INCLINE	Zeigt den aktuellen Neigungsgrad des Laufbandes an.	0-20 Stufen
CALORIES	Zählt die Gesamtzahl der verbrannten Kalorien vom Beginn bis zum Ende der Übungen. (Die Messung ist eine Schätzung zum Vergleich verschiedener Trainingseinheiten und darf nicht für Behandlungszwecke verwendet werden).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Zählt die Gesamtstrecke vom Beginn bis zum Ende der Übungen.	0,0-99,9 km
PULSE	Zeigt die aktuelle Herzfrequenz an. ACHTUNG! Herzfrequenzmessung nur für Sportzwecke (medizinische Anwendung ausgeschlossen).	50-200 BPM

FUNKTION ZUR HERZFREQUENZMESSUNG

Halten Sie nach dem Start des Laufbands beide Hände auf die Herzfrequenzsensoren. Nach 30 Sekunden erscheint die aktuelle Herzfrequenz auf dem Bildschirm.

Während der Messung zeigt der Computer ein herzförmiges Symbol an.

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

MANUELLES PROGRAMM

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

- Die Standardgeschwindigkeit im manuellen Modus beträgt 1 km/h.
- Der Standardneigungswinkel des Bandes beträgt 0.
- Die Einstellung der Geschwindigkeit und des Neigungswinkels des Laufbandes kann über die Tasten am Computer und an den Handläufen geändert werden.

TRAININGSPROGRAMME

Wählen Sie eines von 24 automatischen Trainingsprogrammen aus, indem Sie die Taste **PROGRAMM** so lange drücken, bis die entsprechende Nummer auf dem Bildschirm angezeigt wird.

- Wenn das entsprechende Programm angezeigt wird, drücken Sie **MODE**. Nach der Auswahl wird im Fenster der Wert „30:00“ angezeigt und blinkt. Die Trainingszeit des Programms kann mit den Tasten eingestellt werden **SPEED +/-**.
- Die eingestellte Trainingszeit wird proportional in 16 Phasen unterteilt. Die Tabelle zeigt eine Zusammenfassung der Phasen und der entsprechenden Geschwindigkeit und Neigung 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.

EINSTELLEN DES BENUTZERPROGRAMMS

- Drücken Sie im Standby-Modus die Taste **PROGRAMM**, um eines der Benutzerprogramme auszuwählen. Auf dem Bedienfeld werden nacheinander die Nummern der automatischen Programme und dann die Benutzerprogramme angezeigt.
- Wenn das entsprechende Programm angezeigt wird, drücken Sie **MODE**, um mit der Bearbeitung des ersten Abschnitts des Programms zu beginnen. Verwenden Sie die Tasten **SPEED +/-**, um die Geschwindigkeit einzustellen. Verwenden Sie die Tasten **INCLINE +/-**, um den Neigungsgrad des Laufbandes einzustellen.
- Drücken Sie **MODE**, um die Parametereinstellungen für den ersten Abschnitt zu bestätigen und zur Bearbeitung des nächsten Abschnitts zu gelangen.

Die Programme bestehen aus 16 Abschnitte. 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 EINES BENUTZERPROGRAMMS

- Drücken Sie im Standby-Modus die Taste **PROGRAMM**, um eines der Benutzerprogramme auszuwählen. Nach der Auswahl wird im Fenster der Wert "30:00" angezeigt und blinkt. Verwenden Sie die Tasten **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**, um die Trainingszeit einzustellen. Die eingestellte Trainingszeit wird proportional aufgeteilt in 16 Etappen.
- Um das Programm zu starten, drücken Sie **START**.

COUNTDOWN-MODUS

Wählen Sie einen der 3 Countdown-Modi durch Drücken der Taste **MODE**.

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

HERUNTERGEZÄHLTE PARAMETER:

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

FUNKTION ZUR MESSUNG DES KÖRPERFETTS (BODY FAT)

Drücken Sie die Taste **PROGRAM**, bis auf dem Bildschirm „FAT“ angezeigt wird.

Benutzen Sie **MODE**, um 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 20-140 kg

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

Nach Auswahl der Parameter erscheint F5 auf dem Display. Legen Sie beide Hände auf die Pulssensoren, nach 5-6 Sekunden zeigt der Computer die Information FAT an. FAT dient dazu, das Verhältnis zwischen Größe und Gewicht und nicht die Körperproportionen zu messen.

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

ACHTUNG! Die erzielten Ergebnisse dürfen unter keinen Umständen die Grundlage für eine Behandlung bilden oder für medizinische Zwecke berücksichtigt werden.

TRAINING UND ÜBUNGSPHASEN

Die Nutzung des Geräts bietet Ihnen viele Vorteile. Vor allem verbessert es Ihre Kondition, stärkt Ihre Muskeln und ermöglicht es Ihnen in Verbindung mit der richtigen Ernährung hilft, unnötiges Körperfett zu verbrennen.

BLUETOOTH-VERBINDUNG MIT DER MOBILEN APP

Der Computer ist mit der FitShow-App kompatibel.

Beginnen Sie mit dem Training und genießen Sie neue Möglichkeiten:

- Laden Sie die App herunter.
- Schalten Sie Bluetooth auf Ihrem Mobilgerät ein.
- Schalten Sie die App ein und wählen Sie Ihr ZIPRO-Gerät aus, mit dem Sie sich verbinden möchten.
- Wenn sich ZIPRO mit der App verbindet, schaltet es sich aus und sein Bildschirm erlischt.

Von nun an verwalten Sie ZIPRO über Ihr Mobilgerät.

1. AUFWÄRMEN

Dies ist eine Phase, die die Durchblutung im ganzen Körper verbessert und die Muskeln auf verstärkte Anstrengung vorbereitet. Es reduziert auch das Risiko von Krämpfen und Verletzungen. Es wird empfohlen, 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 nähern Sie sie so nah wie möglich aneinander an. Drücken Sie die Knie sanft in Richtung Boden und halten Sie diese Position 15 Sekunden lang.

OBERSCHENKELDEHNUNG

Setzen Sie sich auf eine ebene Fläche. Strecken Sie das rechte Bein aus 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 aus. Halten Sie diese Position 15 Sekunden lang. Wiederholen Sie den Vorgang mit dem linken Bein.

KOPFDREHUNGEN

Halten Sie den Kopf gerade und schauen Sie nach vorne. Drehen Sie ihn, ohne die Schultern zu bewegen, nach rechts und richten Sie ihn auf, dann drehen Sie ihn nach links und richten Sie ihn auf.

ARME HEBEN

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

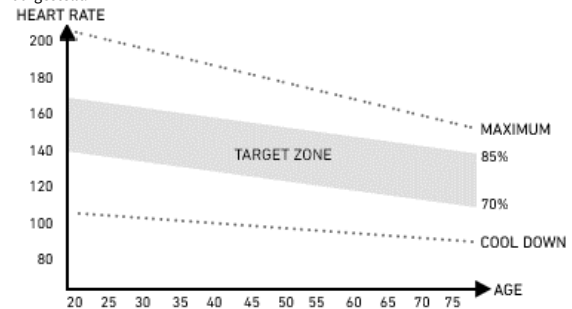
Stellen Sie sich mit dem Gesicht zur Wand, schieben Sie das linke Bein nach vorne und beugen Sie es leicht im Knie. Halten Sie das rechte Bein hinten - gestreckt, mit der Ferse flach auf dem Boden. Halten Sie beide Fersen flach auf dem Boden und drücken Sie die Hüften in Richtung Wand. Halten Sie diese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

BEUGEN

Stellen Sie sich mit zusammengeführten Beinen hin. Machen Sie eine Vorwärtsbeuge und versuchen Sie, die Brust so nah wie möglich an die Knie zu bringen. Halten Sie diese Position 15 Sekunden lang. Denken Sie daran, die Knie nicht zu beugen.

2. ÜBUNGSPHASE

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

**3. ENTSPANNUNGSPHASE**

Diese Phase hilft, die Durchblutung zu beruhigen und die Muskeln zu entspannen. Dies ist eine Wiederholung der Aufwärmübungen. Es ist wichtig, sich daran zu erinnern, die Muskeln nicht zu überlasten.

MÖGLICHE SCHÄDEN UND REPARATURTECHNIKEN

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

Bei Verdacht auf einen Defekt, der das Öffnen des Gehäuses erfordert, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst des Herstellers.

FEHLERBESCHREIBUNG	MÖGLICHE URSACHEN	PROBLEMLÖSUNG
----- Problem mit dem Sicherheitsschlüssel	Der Sicherheitsschlüssel ist nicht angeschlossen.	Schließen Sie den Sicherheitsschlüssel korrekt an.
	Der Computer ist defekt.	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E01 Falsche Kommunikation zwischen Monitor und elektronischer Steuerung	Die Kommunikationsleitung des Monitors ist falsch angeschlossen, beschädigt oder hat schlechten Kontakt.	Bitte schließen Sie die Kommunikationsleitung wieder an.
	Der Monitor hat kein Ausgangssignal.	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Das untere Bedienfeld hat kein Ausgangssignal.	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E02 Nalsche Spannungserkennung zwischen unterem Bedienfeld und Motor	Das Motorkabel ist falsch angeschlossen.	Überprüfen Sie, ob das Motorkabel richtig angeschlossen ist.
	Das untere Bedienfeld gibt keine Spannung an den Motor ab oder die Ausgangsspannung ist falsch.	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Der Motor ist defekt.	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E03 Dnteres Bedienfeld erkennt eine falsche Geschwindigkeit.	PWM-Steuerungsschaltkreisfehler der unteren Steuerplatine	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E04 Überspannungsschutzinformationen des Motors des unteren Bedienfelds	Die Belastung des Laufbands überschreitet die Nennbetriebsspannung des Motors.	Es wird empfohlen, ihn innerhalb der Nennbetriebsspannung des Motors zu verwenden.
	Der Laufbandmotor ist defekt.	Tauschen Sie den Motor aus. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Fehler im Motorüberspannungserkennung	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.

	ungsschaltkreis auf der unteren Steuerplatine.	Kundendienst des Herstellers..
E05 Überstromschutzinformationen des Motors des unteren Bedienfelds	Die Belastung des Laufbands überschreitet den Nennbetriebsstrom des Motors.	Es wird empfohlen, innerhalb des Nennbetriebsstroms des Motors zu liegen
	Es liegt ein Problem mit der Montagestruktur des Laufbands und des Motors vor, das zu Widerstand oder Blockierung des Motors führt.	Überprüfen Sie, ob die Laufbandstruktur normal ist
	Fehler im Strombegrenzungssystem des unteren Bedienfelds	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E07 BDie Sicherheitsverriegelung ist nicht richtig positioniert	Sicherheitsmagnet getrennt. Fehler im Überwachungssystem der Sicherheitsverriegelung	Bitte platzieren Sie die Sicherheitsverriegelung an der dafür vorgesehenen Stelle der elektronischen Uhr. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
Das Gerät funktioniert nicht	Keine Stromversorgung	Schließen Sie das Gerät an den Strom an.
	Sicherheitsschlüssel entfernt	Setzen Sie den Sicherheitsschlüssel 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 unzureichend 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 wenig 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 auf die verkaufte Ware schließt die Rechte des Käufers aus dem Konsumentenschutzgesetz nicht aus, beschränkt oder setzt sie aus.

Die Garantiekarte befindet sich auf der letzten Seite.

GARANTIEBEDINGUNGEN

- Reklamationen und Garantieansprüche beziehen sich ausschließlich auf versteckte Mängel, die vom Hersteller verschuldet wurden.
- Die Garantie wird vom Geschäft oder Service respektiert, nachdem der Kunde Folgendes vorgelegt hat:
 - einer gültigen, leserlich und korrekt ausgefüllten Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers,
 - eines gültigen Kaufbelegs für das Gerät mit Verkaufsdatum,
 - der reklamierten Ware oder des defekten Teils.
Beim Fernabsatz ist die Garantiekarte nur auf 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 festgestellt werden, werden innerhalb von maximal 21 Tagen ab dem Datum der Lieferung der Ware an das Geschäft oder den Service kostenlos behoben.
- Wenn es notwendig ist, Teile aus dem Import zu beschaffen, kann sich der Zeitraum für die Durchführung der Garantiereparatur um die Zeit verlängern, die für die Beschaffung erforderlich ist, jedoch nicht länger als 40 Tage.
- Die Garantie umfasst nicht:
 - mechanische Beschädigungen und die dadurch verursachten Mängel,
 - Schäden und Mängel, die durch unsachgemäße Verwendung und Lagerung, unsachgemäße Montage und Wartung entstehen, Beschädigung und Verschleiß von Verschleißteilen wie: Seile, Riemen, Gummielemente, Pedale, Schwammgriffe, Räder, Lager, Polsterung.
 - Tätigkeiten im Zusammenhang mit der Montage, Wartung, die der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung in Eigenregie durchführen muss.
- Die Garantie gilt in folgenden Fällen nicht:
 - Ablauf der Gültigkeitsdauer,
 - Durchführung von eigenständigen Reparaturen und Modifikationen durch den Kunden unter Verwendung von nicht originalen Teilen,
 - wenn der Mangel auf eine unsachgemäße Installation oder auf die Nichteinhaltung der in der Bedienungsanleitung beschriebenen Regeln für den ordnungsgemäßen Betrieb zurückzuführen ist,
 - eine andere als die häusliche Nutzung,
 - Transportschäden.
- Duplikate der Garantiekarte werden nicht ausgestellt.
- Im Rahmen der Garantie hat der Kunde Anspruch auf die folgenden Arten der kostenlosen Entschädigung:
 - 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 ein Teil davon vorlegen, auf das sich die Garantie bezieht.
 - Einen Kaufbeleg mit Angabe des Namens und der Adresse des Verkäufers, des Datums und des Ortes des Kaufs, der Art des Produkts oder eine gültige Garantiekarte mit dem Stempel des Geschäfts.
 - Wenn ein verschmutztes Produkt geliefert wird, kann der Service dessen Annahme verweigern oder es auf Kosten des Kunden mit dessen schriftlicher Zustimmung reinigen.
- Im Falle einer positiven Bearbeitung der Reklamation wird das Gerät repariert oder durch ein neues ersetzt oder dem Kunden wird das Geld zurückerstattet. Die Transportkosten der Ware zum Kunden trägt der Herstellerservice.
- Im Falle einer Ablehnung der Garantiereklamation erhält der Kunde eine detaillierte Begründung der getroffenen Entscheidung, und innerhalb von 14 Tagen nach Bekanntgabe der Entscheidung wird das Gerät auf Kosten des Kunden an diesen zurückgesandt.

RU Руководство пользователя

Пользователь, ознакомьтесь с данной инструкцией перед началом сборки и первым использованием устройства. Эта инструкция содержит важную информацию о безопасности использования и техническом обслуживании оборудования. Сохраните ее для получения информации об обслуживании или заказе запасных частей.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ

Питание	220В
Максимальная мощность	2610 Вт
Вес	69 кг
Температура использования	0°C до +40°C
Температура хранения	-10°C до +60°C
Максимальный вес пользователя	140 кг
Класс применения	Класс Н
Класс точности	Класс С
Скорость	1-20 км/ч
Наклон	20 уровней
Стандарт изделия (основной)	EN 957-6 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, возникший в результате неправильного использования устройства.

- Устройство было разработано и сконструировано на основе последних знаний в области безопасности. Опасные элементы, которые потенциально могут представлять опасность получения травм, были устранены или относительно защищены.
- Не допускается ремонт и изменение своими руками.
- Раз в один-два месяца проверяйте правильность затяжки винтов, шурупов и гаек.
- Для постоянного обеспечения 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 напрямую угрожать здоровью и жизни тренирующегося. Изменения на устройстве могут производить только сотрудники сервисной службы производителя или лица, прошедшие обучение у них в этой области.
- Все устройства подвергаются постоянным инновациям для обеспечения высокого качества. По этой причине производитель оставляет за собой право на внесение технических изменений.
- Все вопросы или сомнения, связанные с оборудованием, направляйте в специализированный торговый центр.

ВНИМАНИЕ! Соблюдайте общие правила и меры безопасности, действующие при обращении с электроприборами.

- Устройство питается от сети напряжением 220V.**
- Все электрические устройства во время работы излучают электромагнитное излучение. Если рядом с электронной системой управления или кабиной расположены 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. Заказывайте такие изменения у специалистов.
- ВНИМАНИЕ!** Помните, что перед началом любого ремонта, обслуживания или очистки оборудования необходимо вынуть вилку питания из розетки.
- Не используйте удлинители для подключения устройства.
- Если вы не будете использовать оборудование 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 поражению 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. Будьте особенно осторожны в присутствии детей.

ВНИМАНИЕ! Перед началом упражнений проконсультируйтесь с врачом, чтобы убедиться, что у вас нет никаких противопоказаний по состоянию здоровья для тренировок на устройстве. На основании заключения 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! Обязательно соблюдайте указания по проведению тренировки, содержащиеся в настоящей инструкции.

- Выбирая место для тренировки, учитывайте обеспечение безопасного расстояния от возможных препятствий. Не устанавливайте оборудование вблизи путей сообщения (дорог, ворот, переходов и т.п.).
- Запрещается использовать оборудование в непосредственной близости от стены. Зона безопасности составляет 2000 мм и по крайней мере такой же ширины, как устройство.

ВНИМАНИЕ! Во время монтажа устройства соблюдайте осторожность и не позволяйте детям находиться рядом. Во время монтажа 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, 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 обслуживанием или неверной 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 остаточный риск удушья.
- Риск можно ограничить, следуя информации о безопасности, содержащейся в инструкции по эксплуатации.
- Нельзя исключить, что непреднамеренное или несанкционированное использование приведет к другим, неучтенным рискам, а учтенный риск был оценен неправильно.

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

МАНИПУЛЯЦИОННЫЕ ЗНАКИ НА ТРАНСПОРТНОЙ УПАКОВКЕ

	Этой стороной вверх. Не переворачивать.
	Беречь от падения.
	Упаковка, пригодная для переработки.
	Электроотходы. Необходимо сдать использованное оборудование в пункт переработки.
	Осторожно, хрупкое. Возможно повреждение. Соблюдать осторожность.
	Беречь от влаги.
	Внимание, тяжелый продукт.
	Продукт содержит инструкцию по эксплуатации.
DO NOT USE BLADE TO OPEN	

Не открывать ножом.



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.



Склаживать максимально в 5 слоев

ОБСЛУЖИВАНИЕ

Перед началом тренировки убедитесь, что устройство правильно установлено.

- Перед началом первой тренировки ознакомьтесь со всеми функциями и возможностями регулировки устройства.
- Устройство содержит 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 разрешаете детям пользоваться им на свою ответственность, обязательно проинструктируйте их о правильном использовании и постоянно контролируйте.
- Оборудование не предназначено для терапевтического использования.
- Во время работы устройства могут возникать тихие шумы при инерционном движении маховика, которые являются следствием типа конструкции. Они не оказывают никакого влияния на работу оборудования.
- Уровень шума при нагрузке выше, чем без нагрузки.
- Перед началом каждой тренировки проверяйте правильность защиты, а также резьбовых и штекерных соединений.
- Во время тренировки на устройстве не забывайте о подходящей обуви (спортивная обувь).

ОБСЛУЖИВАНИЕ

В целях обеспечения максимальной безопасности использования беговой дорожки рекомендуется регулярно проверять ее на предмет износа компонентов. Это относится к проверке затяжки и состояния гаек, болтов, 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 источника 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.

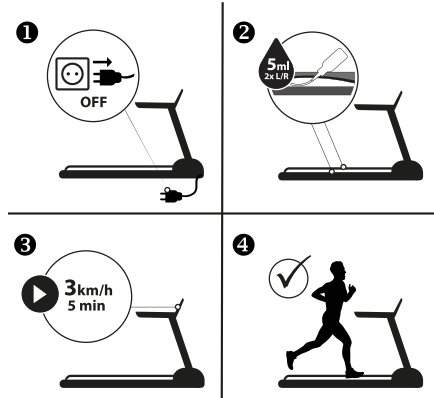
ЧИСТКА ДВИГАТЕЛЯ

По крайней мере, раз в год удаляйте пыль с двигателя. Для этого сначала выключите беговую дорожку из источника питания и, подождя около 1 часа, снимите крышку двигателя. С помощью сжатого воздуха или кисточки осторожно удалите скопившуюся пыль. После повторной установки крышки двигателя и подключения к источнику питания вы можете 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 его каждые 2-3 месяца. В случае менее интенсивного использования беговой дорожки, ее следует смазывать один раз в 7-8 месяцев.

1. Перед тем, как приступить к смазке бегового полотна, выключите беговую дорожку и отключите ее от источника питания.
2. Нанесите смазку под беговое полотно с обеих сторон примерно по 5 мл. Больше всего используйте ее в местах, где стопы соприкасаются 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.



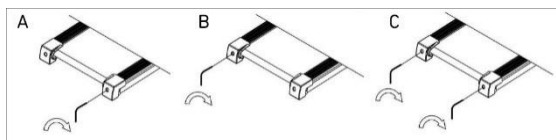
РЕГУЛИРОВКА НАТЯЖЕНИЯ ПОЛОТНА

Беговое полотно в результате постоянного использования беговой дорожки может потребовать натяжения. Полотно требует натяжения, когда во время тренировки оно начинает скользить, сдвигаться 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 частности, двигателя, вала или подшипников.
- Правильно натянутое полотно можно приподнять на его краях на высоту около 5-7,5 см. Очень легко это проверить - правильно натянуто, когда под ним помещаются 3 пальца.



УВЕЛИЧЕНИЕ НАТЯЖЕНИЯ ПОЛОТНА

В комплекте деталей вы найдете специальный ключ. Поместите его в левый винт для регулировки полотна, расположенный в задней части беговой дорожки. Поверните ключ по часовой стрелке на 90 градусов (рисунок C). Таким образом, вы натянете задний ролик и увеличите натяжение полотна. Повторите действие, повернув винт с правой стороны. Обратите внимание на то, чтобы одинаково повернуть винты. 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 при его увеличении. Ключ поворачивайте в направлении, противоположном движению часовой стрелки.

ВЫРАВНИВАНИЕ БЕГОВОГО ПОЛОТНА

Вследствие различного стиля бега (чаще всего большей нагрузки, переносимой на одну ногу) полотно может сдвигаться в стороны и не быть выровненным. По этой причине полотно может требовать время от времени регулировки. Полотно самопроизвольно должно выравниваться во время работы беговой дорожки. Оно требует регулировки в случае, если сдвигается в направлении правой или левой стороны.

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

- Если полотно сдвигается в правую сторону, поместите ключ в правый винт для регулировки. Поверните ключ на 90 градусов в направлении, совпадающем с движением часовой стрелки (рисунок A). Наблюдайте, выравнивается ли полотно. Если оно все еще сдвигается вправо, снова поверните винт на 90 градусов.
- Если полотно сдвигается влево, действуйте так же, как в случае выше, но поворачивайте винт, расположенный с левой стороны (рисунок B).

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.



Берегите окружающую среду и не выбрасывайте использованные батареи в бытовой мусорный контейнер. Возвращайте 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 об активной помощи в экономном го распоряжении природными ресурсами и охране окружающей среды путем передачи

использованного устройства в пункт сбора вторсырья – отработанного электрического оборудования.

МОНТАЖ

Монтаж устройства должен быть тщательно выполнен взрослым. Если у вас есть сомнения, обратитесь за помощью к кому-нибудь с большим опытом в этой области.

- Перед началом сборки убедитесь, что комплект с устройством содержит все элементы из списка деталей и нет ли повреждений каких-либо элементов во время транспортировки. В случае отсутствия элементов или возражений свяжитесь с продавцом.
- Ознакомьтесь с рисунками и пояснениями и производите сборку в соответствии с порядком, указанным в инструкции по сборке.
- Соблюдайте осторожность при сборке. Во время использования инструментов и элементов существует риск порезаться.
- Помните о поддержании безопасной обстановки. Не раскладывайте хаотично инструменты и монтажные элементы. Помните, что пленки и пакеты из пластика представляют опасность удушья для детей.
- Монтажные элементы, необходимые для выполнения данного шага инструкции по сборке представлены на рисунках и пояснениях. Используйте элементы, указанные в инструкции по сборке.
- На первых этапах сборки не затягивайте детали до упора. Сделайте это после размещения всех и убедитесь, что они правильно установлены.
- Производитель оставляет за собой право на предварительную сборку некоторых элементов.

СХЕМА МОНТАЖА (→ См. страницу 2)

ВНИМАНИЕ! Запрещается использовать детали, полученные из других источников, кроме производителя.

СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

Полный список деталей доступен после обращения в serwis@zipro.pl или на странице Zipro.store в описании продукта.

НОМЕР	ОПИСАНИЕ	КОЛ-ВО
1	Главная рама	1
2	Основание	1
4	Левая/Правая стойка	2
5	Рама монитора	1
12	Ключ 6# 55*95мм	1
21	Лый крышка стойки	1
22	Правая крышка стойки	1
28	Подставка для устройств	1
55	Замок безопасности, двойное плоское гнездо	1
64	Винт M8*35 S6	2
68	Винт M8*15 S6	2
69	Винт ST4.2*16	6
76	Винт M8*50 25 S6	6
88	Силиконовое масло	1

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ (→ См. страницу 2)

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

Подготовьте достаточно свободного места для установки устройства. В связи с большим весом некоторых элементов рекомендуется сборка двумя людьми.

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И РАЗБОРКЕ (→ См. страницу 6)

СБОРКА УСТРОЙСТВА

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

ВНИМАНИЕ! Во время сборки берегите руки и пальцы, чтобы их не защемило.

Поднимайте беговое полотно устройства в вертикальное положение до щелчка фиксатора механизма складывания.

РАЗБОРКА УСТРОЙСТВА

ВНИМАНИЕ! Убедитесь, что во время опускания бегового полотна поблизости нет третьих лиц и животных.

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

С этой высоты полотно будет самопроизвольно опускаться к основанию.

РЕГУЛИРОВКИ

Выравнивание устройства

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

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ КОМПЬЮТЕРА

НАЧАЛО РАБОТЫ

В течение 3 секунд после нажатия кнопки **СТАРТ** устройство начнет работу.

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 необходимо прикреплять к одежде во время каждой тренировки.

Он должен использоваться только в аварийных ситуациях, не следует использовать его в качестве обычной кнопки остановки.

Неправильно вставленный ключ безопасности не позволяет запустить беговую дорожку.

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

После повторного подключения ключа безопасности устройство будет перезагружено.

ПРОГРАММЫ

Компьютер оснащен 3 пользовательскими программами для ручной настройки, 24 автоматическими программами, сохраненными в памяти, 3 режимами обратного отсчета (времени, калорий, расстояния) и функцией измерения жировой ткани (Body Fat).

ОПИСАНИЕ КНОПОК

- **СТАРТ** – используется для запуска беговой дорожки в ручном режиме или выбранной программы.
- **СТОП** – 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 автоматической программы тренировки (P1-P24), 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 БЫСТРОГО ВЫБОРА СКОРОСТИ** – позволяют произвести прямой выбор скорости(5,10).
- **INCLINE** – кнопки позволяют регулировать (увеличение и уменьшение) угла наклона бегового полотна на 1 уровень во время тренировки. Кнопки расположены на консоли компьютера и на поручнях.
- **КНОПКИ БЫСТРОГО ВЫБОРА УГЛА НАКЛОНА** – позволяют произвести прямой выбор угла наклона бегового полотна во время тренировки (5,10).

ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

SPEED	Отображает текущую скорость.	1-20 км/ч
TIME	Считает общее время упражнений от их начала до окончания.	00:00-99:59 мин
INCLINE	Отображает текущий уровень наклона бегового полотна.	0-20 уровней
CALORIES	Считает общее количество сожженных калорий от начала до окончания упражнений. (Измерение является приблизительным для сравнения различных сессий упражнений, не может применяться в лечении).	0,0-999 ккал
DISTANCE	Считает общее расстояние от начала до окончания упражнений.	0,0-99,9 км
PULSE	Отображает текущий пульс. ВНИМАНИЕ! Измерение пульса только для спортивных целей (исключается медицинское применение).	50-200 Уд/мин

ФУНКЦИЯ ИЗМЕРЕНИЯ ПУЛЬСА

После запуска беговой дорожки удерживайте обе руки на датчиках измерения пульса. Через 30 секунд на экране отобразится текущий пульс. Во время измерения компьютер отобразит значок в форме сердца.

ВНИМАНИЕ! Измерение пульса только для спортивных целей (исключается медицинское применение).

РУЧНАЯ ПРОГРАММА

Ручная программа является режимом работы устройства по умолчанию. Беговая дорожка начинает работу в этом режиме после нажатия **СТАРТ**, если не выбрана никакая тренировочная программа.

- Скорость по умолчанию в ручном режиме: 1 км/ч.
- Угол наклона полотна по умолчанию - 0.
- Изменить настройки скорости и угла наклона бегового полотна можно с помощью кнопок на компьютере и поручнях.

ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ПРОГРАММЫ

Выберите одну из 24 автоматических тренировочных программ, нажав кнопку **ПРОГРАММА** до тех пор, пока на экране не отобразится соответствующий номер.

- Когда отобразится соответствующая программа, нажмите **MODE**. После выбора в окне отобразится и будет мигать значение «30:00». Настройки времени тренировки программы можно выполнить кнопками **SPEED +/-**.
- Установленное время тренировки пропорционально делится на 16 этапов. Таблица представляет собой перечень этапов и соответствующих им скоростей и углов наклона для каждой тренировочной программы. → [Смотрите страницу 117](#)
- Чтобы начать программу, нажмите **START**.

ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИЕ ПРОГРАММЫ

Компьютер оснащен 3 пользовательскими программами для индивидуального определения: U1, U2, U3.

УСТАНОВКА ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКОЙ ПРОГРАММЫ

- В режиме ожидания нажимайте кнопку **PROGRAM**, чтобы выбрать одну из пользовательских программ. На панели будут отображаться номера автоматических программ, а затем пользовательские программы.
- Когда отобразится нужная программа, нажмите **MODE**, чтобы начать редактирование первой секции программы. Используйте кнопки **SPEED +/-** для установки скорости. Используйте кнопки **INCLINE +/-** для установки уровня наклона беговой дорожки.
- Нажмите **MODE**, чтобы подтвердить настройки параметров для первой секции и перейти к редактированию следующей.

Программы состоят из 16 секций. Повторяйте вышеописанные 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 нажимайте 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 16 этапов.
- Чтобы начать программу, нажмите **START**.

РЕЖИМ ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА

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

- Для установки отсчитываемого значения используйте кнопки **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Запуск беговой дорожки и обратный отсчет начнутся 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)

Нажимайте кнопку **PROGRAM**, пока на экране не появится «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 см
- F4 - вес (weight) – значения 20-140 кг

Используйте кнопки **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** для установки значений параметров.

После выбора параметров на дисплее появится F5. Положите обе руки на датчики 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 пределах 19-26. Значение ниже 19 означает недостаточный вес, 27-30 - избыточный вес, а выше 30 - ожирение.

ВНИМАНИЕ! 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 преимуществ. Прежде всего, это улучшит вашу физическую форму, укрепит мышцы, а в сочетании с правильной диетой поможет сжечь ненужный жир.

ПОДКЛЮЧЕНИЕ BLUETOOTH К МОБИЛЬНОМУ ПРИЛОЖЕНИЮ

Компьютер работает с приложением FitShow.

Начните тренировку и наслаждайтесь новыми возможностями:

- Скачайте приложение.
- Включите Bluetooth на своем мобильном устройстве.
- Включите приложение и выберите в нем свое устройство ZIPRO, с которым хотите подключиться.
- Когда ZIPRO подключится к приложению, произойдет выключение компьютера и его экран погаснет.

С этого момента вы управляете ZIPRO через свое мобильное устройство.

1. РАЗМИНКА

Это фаза, которая улучшает кровообращение во всем теле и подготавливает мышцы к повышенной нагрузке. Также 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 полу, и удерживайте это положение 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 АХИЛЛЕСОВА СУХОЖИЛИЯ

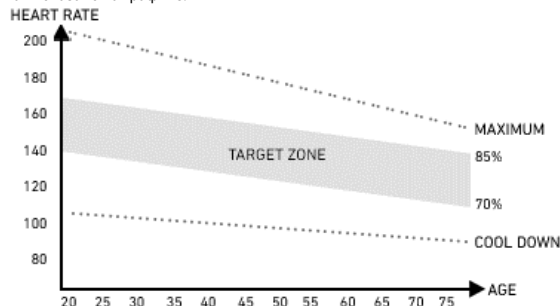
Встаньте лицом к стене, левую ногу выдвиньте вперед и слегка согните в колене. Правую держите сзади – выпрямленной, с пяткой, плоско лежащей на полу. Держите обе пятки плоско на полу и прижимайте бедра к стене. Удерживайте это положение в течение 30 секунд. Повторите действие с выдвинутой правой ногой. Помните, что во время упражнения нельзя выгибать спину в дугу.

НАКЛОНЫ

Встаньте, соединив ноги вместе. Выполните наклон вперед, стараясь как можно ближе прижать грудь к коленям. Удерживайте в течение 15 секунд. Помните, что нельзя сгибать колени.

2. ФАЗА УПРАЖНЕНИЙ

Это правильная фаза тренировки. Тренируйтесь в своем темпе, чтобы достичь адекватной частоты сердечных сокращений для вашего возраста, как показано на графике.



3. ФАЗА РАССЛАБЛЕНИЯ

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

ВОЗМОЖНЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ И МЕТОДЫ РЕМОНТА

ВНИМАНИЕ! Открытие корпуса устройства без предварительного обращения в сервисный центр производителя приводит к потере гарантии. В случае подозрения на неисправность, требующую открытия корпуса, обратитесь в сервисный центр производителя.

ОПИСАНИЕ ОШИБКИ	ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ	РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ
---- Проблема с ключом безопасности	Ключ безопасности не подключен. Компьютер поврежден.	Подключите правильно ключ безопасности. Свяжитесь с сервисным центром производителя.
E01 Неправильная связь между монитором и электронным контроллером	Линия связи монитора неправильно подключена, повреждена или имеет плохой контакт. Монитор не имеет выходного сигнала.	Пожалуйста, переподключите линию связи. Обратитесь в сервисную службу производителя.
E02 Неправильное обнаружение напряжения между нижней панелью управления и двигателем	Нижняя панель управления не подает напряжение на двигатель или выходное напряжение неправильное. Двигатель поврежден.	Проверьте правильность подключения кабеля двигателя. Обратитесь в сервисную службу производителя. Обратитесь в сервисную службу производителя.

E03 Нижняя панель управления обнаруживает неправильную скорость.	Неисправность схемы управления ШИМ нижней платы управления	Обратитесь в сервисную службу производителя.
E04 Информация о защите от перенапряжения двигателя нижней панели управления	Нагрузка беговой дорожки превышает номинальное рабочее напряжение двигателя.	Рекомендуется использовать в диапазоне номинального рабочего напряжения двигателя
	Двигатель беговой дорожки неисправен.	Замените двигатель. Обратитесь в сервисную службу производителя.
	Неисправность схемы обнаружения перенапряжения двигателя на нижней плате управления.	Обратитесь в сервисную службу производителя..
E05 Информация о защите от перегрузки по току двигателя нижней панели управления	Нагрузка беговой дорожки превышает номинальный рабочий ток двигателя.	Рекомендуется, чтобы он находился в диапазоне номинального рабочего тока двигателя
	Имеется проблема с монтажной конструкцией беговой дорожки и двигателя, вызывающая сопротивление или блокировку двигателя.	Проверьте, нормальна ли структура беговой дорожки
	Неисправность системы ограничения тока нижней панели управления	Обратитесь в сервисный центр производителя.
E07 ВЗащитная блокировка неправильно установлена	Отсоединен магнит безопасности.	Пожалуйста, поместите защитную блокировку в предназначенное место электронных часов.
	Неисправность системы мониторинга защитной блокировки	Обратитесь в сервисный центр производителя.
Устройство не работает	Нет питания	Подключите устройство к сети.
	Вынут ключ безопасности	Вставьте ключ безопасности.
	Короткое замыкание	Обратитесь в сервисный центр производителя.
	Переключатель ON/OFF не включен	Включите устройство.
Беговая дорожка работает не плавно	Беговая дорожка недостаточно смазана	Смажьте беговую дорожку в соответствии с информацией, указанной в инструкции по эксплуатации.
	Беговая дорожка слишком сильно натянута	Отрегулируйте и выровняйте положение беговой дорожки в соответствии с информацией, указанной в инструкции по эксплуатации.
Беговая дорожка перекошена	Беговая дорожка слишком слабо натянута	Отрегулируйте и выровняйте положение беговой дорожки в соответствии с информацией,

	указанной в инструкции по эксплуатации.
Приводной ремень слишком слабо натянут	Обратитесь в сервисный центр производителя.

ГАРАНТИЯ

Продавец от имени Гаранта предоставляет гарантию на территории Российской Федерации на срок 24 месяца 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 уважаться магазином или сервисом после предъявления клиентом:
 - действительного, четко и правильно заполненного гарантийного талона с печатью продажи и подписью продавца,
 - действительного доказательства покупки оборудования с датой продажи,
 - рекламируемого товара или дефектной части.В случае покупки дистанционно гарантийный талон действителен только на основании документа о покупке (кассовый 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 бесплатно устранены в срок не более 21 дня с даты доставки товара в магазин или сервис.
- В случае необходимости ввоза детали из-за границы срок выполнения гарантийного ремонта может быть продлен на время, необходимое для ее ввоза, 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 губки, 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:
 - истечения срока действия,
 - выполнения клиентом самостоятельного ремонта и модификаций с использованием неоригинальных запчастей,
 - если дефект возник в результате неправильной установки или несоблюдения правил правильной эксплуатации, описанных в инструкции по эксплуатации,
 - использования иного, чем домашнее,
 - повреждений, возникших при транспортировке.
- Дубликаты гарантийного талона не выдаются.
- В рамках гарантии клиент имеет право требовать следующие виды бесплатного удовлетворения:
 - ремонта изделия,
 - замены изделия,
 - снижения цены,
 - расторжения договора и полного возврата понесенных затрат.
- Для подачи рекламации необходимо:
 - Предоставить продукт или его часть, на которую распространяется гарантия.
 - Доказательство покупки, определяющее название и адрес продавца, дату и место покупки, тип продукта или действующий гарантийный талон со штампом магазина.
 - В случае доставки грязного продукта сервис может отказать в его приеме или же за счет клиента с его письменного согласия произвести чистку.
- В случае положительного рассмотрения рекламации оборудование будет отремонтировано или заменено на новое, или клиенту будут возвращены деньги. Расходы по транспортировке товара клиенту покрывает сервис 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 instrucțiunile de mai jos 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 accesa informații despre întreținere sau pentru a comanda piese de schimb.

DATE TEHNICE

Alimentare	220V
Putere maxima	2610 W
Greutate	69 kg
Temperatura de utilizare	0°C până la +40°C
Temperatura de depozitare	-10°C până la +60°C
Greutatea maximă a utilizatorului	140 kg
Clasa de aplicare	Clasa H
Clasa de precizie	Clasa C
Viteză	1-20 km/h
Înclinare	20 niveluri
Norma produsului (principală)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Destinație	Bandă de alergare electrică pentru uz casnic

SIGURANȚĂ

ATENȚIE! Aparatul poate fi utilizat numai în conformitate cu destinația sa, adică pentru antrenament de către adulți. Orice altă utilizare a aparatului poate fi periculoasă. Producătorul nu poate fi tras la răspundere pentru daunele cauzate de utilizarea necorespunzătoare a aparatului.

- Aparatul a fost proiectat și construit pe baza celor mai recente cunoștințe în domeniul siguranței. Elementele periculoase care ar putea reprezenta un risc de rănire au fost eliminate sau relativ securizate.
- Nu sunt permise reparații și modificări pe cont propriu.
- Verificați la fiecare una sau două luni dacă șuruburile, buloanele și piulițele sunt strânse corect.
- Pentru a asigura siguranța pe termen lung, verificați și întrețineți echipamentul în mod regulat (adică o dată pe an) într-o unitate comercială specializată.
- 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 persoane 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 cu privire la echipament unei unități comerciale specializate.

ATENȚIE! Respectați regulile generale și măsurile de siguranță aplicabile pentru manipularea aparatelor electrice.

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

PĂMÂNTARE

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

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

- Înainte de a conecta aparatul la alimentare, asigurați-vă că tensiunea locală corespunde tipului de fișă.
- Nu modificați fișa 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 eventualele pericole. Fiți deosebit de atenți în prezența copiilor.

ATENȚIE! Înainte de a începe exercițiile, consultați un medic pentru a vă asigura că nu aveți contraindicații medicale pentru a efectua antrenamente pe aparat. Pe baza opinia unui specialist, puteți elabora planul dumneavoastră de antrenament. Un program selectat incorect sau exercițiile excesive pot fi periculoase pentru sănătatea și viața dumneavoastră.

AVERTISMENT! Sistemele de monitorizare a ritmului cardiac pot fi inexacte. Suprasolicitarea 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.

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

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

RISC REZIDUAL

- În cazul în care protecția împotriva căderilor nu este utilizată sau este utilizată incorect, există un risc rezidual, adică căderea unei persoane care provoacă abraziuni ale pielii, vânătăi, fracturi sau, în cel mai rău caz, deces.
- Există riscul rezidual de supraîncărcare involuntară a persoanei care face exerciții fizice, cauzată de o utilizare incorectă sau o evaluare incorectă, precum și de o transmitere incorectă a datelor (din cauza interferențelor electromagnetice, erorilor de software etc.). Chiar și cea mai bună protecție software și hardware nu exclude erorile de software sau hardware și poate provoca teoretic supraîncărcarea persoanei care face exerciții fizice.
- Produsul este un dispozitiv electric, prin urmare, nu poate fi exclus riscul de electrocutare, care poate duce la deces.
- Nu poate fi exclus 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 duce la alte riscuri neconsiderate, iar riscul considerat a fost estimat incorect.

În analiza riscurilor, evaluarea a fost făcută pe baza „stării actuale a dispozitivului”. Din evaluarea și controlul efectuat al produsului rezultă, că probabilitatea apariției unui risc inacceptabil este foarte scăzută. Dispozitivul (structura, modul de funcționare și utilizarea acestuia) nu prezintă – în condiții normale – un risc nejustificat 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 returnarea echipamentului uzat la un punct de reciclare.
	Atenție, fragil. Posibilitate de deteriorare. A se manevra cu atenție.
	A se proteja de umiditate.
	Atenție produs greu.
	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 față de mediu și de reciclare. Vă rugăm să sortați deșeurile conform reglementărilor locale.



A se depozita maxim în 5 straturi

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 opțiunile de reglare ale dispozitivului.
- Aparatul are elemente care pot fi expuse la coroziune. Din acest motiv, nu se recomandă să rămână într-o cameră umedă. De asemenea, ar trebui să vă asigurați că echipamentul (în special componentele sale interne și electronice) nu este expus la contact cu apă, băuturi, transpirație etc.
- Aparatul este destinat numai antrenamentului de către adulți și absolut nu este o jucărie pentru copii. Dacă permiteți copiilor să-l folosească pe propria răspundere, instruiți-i în mod absolut cu privire la utilizarea corectă și supravegheați-i constant.
- Echipamentul nu este potrivit pentru uz terapeutic.
- În timpul funcționării dispozitivului, pot apărea zgomote slabe în timpul mișcării inerțiale a masei volante, care rezultă din tipul de construcție. Nu au niciun efect asupra funcționării echipamentului.
- Emisia de zgomot în timpul sarcinii este mai mare decât fără sarcină.
- Înainte de a începe fiecare antrenament, verificați corectitudinea protecțiilor și a conexiunilor cu șuruburi și prize.
- În timpul antrenamentului pe aparat, amintiți-vă de încălțăminte adecvată (încălțăminte sport).

ÎNTREȚINERE

Pentru a asigura siguranța maximă a utilizării benzii de alergare, se recomandă verificarea regulată a acesteia pentru uzura elementelor. Aceasta 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 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 îi va prelungi durata de viață și îi va menține eficiența ridicată.

Pentru a curăța banda 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.

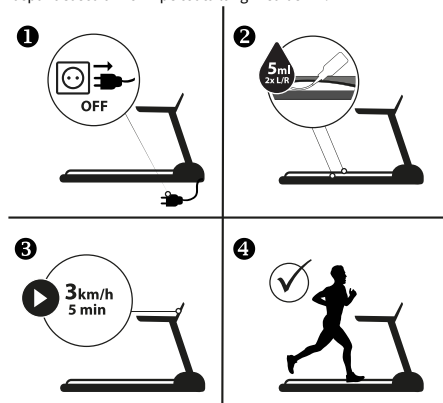
CURĂȚAREA MOTORULUI

Cel puțin o dată pe an, îndepărtați praful de pe motor. Pentru a face acest lucru, opriți mai întâi 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 acumulat. După remontarea capacului motorului și conectarea la sursa de alimentare, puteți porni banda de alergare.

LUBRIFIEREA BENZII DE ALERGARE

Frecvența lubrifierii benzii de alergare depinde de intensitatea utilizării acesteia. 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 lubrificată 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 cu aproximativ 5 ml. Utilizați-l cel mai mult 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 lubrifianțul să se răspândească uniform pe toată lungimea benzii.



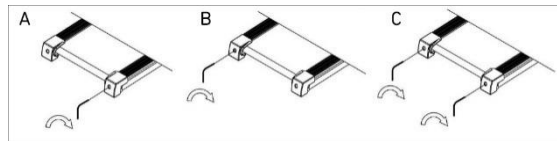
REGLAREA TENSIUNII BENZII

Banda de alergare poate necesita tensionare ca urmare a utilizării constante a benzii de alergare. Banda trebuie strânsă dacă începe să alunese, să se deplaseze lateral sau să se îndoaie în timpul antrenamentului.

O bandă strânsă prea lejer 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 mult, deoarece poate provoca defecțiuni, inclusiv motorul, arborele sau rulmenții.
- O bandă strânsă corect poate fi ridicată pe margini la o înălțime de aproximativ 5-7,5 cm. Este foarte ușor de verificat - este strânsă corect atunci când 3 degete se potrivesc sub ea.



CREȘTEREA TENSIUNII BENZII

În setul de piese veți găsi o cheie specială. Așezați-o în șurubul din stânga pentru a regla banda situată 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 operațiunea rotind șurubul din partea dreaptă. Asigurați-vă că rotiți șuruburile uniform.

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

REDUCEREA TENSIUNII BENZII

Pentru a reduce tensiunea benzii, procedați ca și cum ați crește-o. Rotiți cheia în sens invers acelor de ceasornic.

CENTRAREA BENZII DE ALERGARE

Datorită diferitelor stiluri de alergare (cel mai adesea o sarcină mai mare transferată pe un picior), banda se poate deplasa lateral și nu este centrată. Din acest motiv, banda poate necesita ajustări din când în când.

Banda ar trebui să se centreze automat în timpul funcționării benzii de alergare. Necesită ajustare 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 încă se deplasează 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 pe partea stângă (desenul B).

MEDIU

Aparatul este livrat în ambalaj pentru a-l proteja de eventualele daune în timpul transportului. Ambalajele sunt materii prime neprelucrate și pot fi reciclate. Aruncați aceste materiale în recipientele colorate corespunzătoare destinate colectării selective.



Protejați mediul și nu aruncați bateriile uzate în coșul de gunoi menajer. Returnați-le la locul de cumpărare sau predați-le unui punct de depozitare separat pentru materii prime secundare. Aparatele electrice uzate (inclusiv contorul, sursa de alimentare) sunt materii prime secundare - nu le aruncați în recipientele pentru deșeurii menajere, deoarece pot conține substanțe periculoase pentru sănătate și mediu. Vă rugăm să ajutați activ la economisirea gestionarea resurselor naturale și protecția mediului natural prin predarea echipamentului uzat la un punct de colectare a materiilor prime secundare - echipamente electrice uzate.

MONTARE

Asamblarea dispozitivului trebuie efectuată cu atenție de către un adult. În caz de îndoielă, cereți ajutorul cuiva cu mai multă experiență în 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 lipsei elementelor sau al obiectivelor, contactați vânzătorul.
- Familiarizați-vă cu desenele și explicațiile și efectuați asamblarea în conformitate cu ordinea conținută în instrucțiunile de asamblare.
- Fiți atenți în timpul asamblării. În timpul utilizării uneltelor și elementelor, există riscul de rănire.
- Amintiți-vă să mențineți un mediu sigur.
- Nu împrăștiati haotic uneltele și elementele de asamblare. Amintiți-vă că foliile și pungile din 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 le-ați plasat pe toate și v-ați asigurat că sunt așezate corect.
- Producătorul își rezervă dreptul de a pre-asambla unele elemente.

SCHEMĂ DE MONTARE (→ Vezi pagina 2)

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

LISTA DE PIESE

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

NR.	DESCRIERE	CANTITATE
1	Cadru principal	1
2	Bază	1
4	Stâlp stânga/dreapta	2
5	Cadru monitor	1

12	Cheie 6# 55*95mm	1
21	Lstânga capac stâlp	1
22	Capac stâlp dreapta	1
28	Suport pentru dispozitive	1
55	Încuietore de siguranță, priză dublă plată	1
64	Șurub M8*35 S6	2
68	Șurub M8*15 S6	2
69	Șurub ST4.2*16	6
76	Șurub M8*50 25 S6	6
88	Ulei siliconic	1

INSTRUCȚIUNI DE MONTAJ (→ Vezi pagina 2)

ATENȚIE! În timpul montării, respectați pașii următori și utilizați instrumentele incluse în produs.

Pregătiți suficient spațiu liber pentru montarea dispozitivului. Datorită greutății mari a anumitor elemente, se recomandă asamblarea de către două persoane.

IIINSTRUCȚIUNI DE ASAMBLARE ȘI DEMONTARE (→ Vezi pagina 6)

ASAMBLAREA APARATULUI

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

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

Ridicați banda de alergare a aparatului în poziție verticală până când auziți sunetul de blocare a mecanismului de pliere.

DEMONTAREA APARATULUI

ATENȚIE! Asigurați-vă că, în timpul coborârii benzii de alergare, în imediata apropiere nu se află terțe persoane și animale de companie.

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

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

REGLAJE

Nivelarea aparatului

Nivelați aparatul deșurubând sau înșurubând picioarele de nivelare situate pe baza frontală și posterioară.

INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE A COMPUTERULUI

ÎNCEPERE

În termen de 3 secunde după apăsarea butonului **START** aparatul va începe să funcționeze.

FUNCȚIA DE ECONOMISIRE A ENERGIEI

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

OPRIREA DE URGENȚĂ A APARATULUI

ATENȚIE! Cheia de siguranță trebuie atașată de haine 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 introdusă 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 fi semnalată de o scurtă alarmă sonoră. Toate ferestrele de pe ecran vor afișa „---”. După reconectarea cheii de siguranță, aparatul va fi resetat.

PROGRAME

Computerul este echipat cu 3 programe utilizator pentru setare manuală, 24 programe automate stocate în memorie, 3 moduri de numărătoare inversă (timp, calorii, distanță) și o funcție de măsurare a grăsimii corporale (Body Fat).

DESCRIEREA BUTOANELOR

- START** – utilizat pentru a porni banda de alergare în modul manual sau programul selectat.
- STOP** – utilizat pentru a opri banda de alergare în funcțiune. După apăsare, setările vor fi, de asemenea, resetate. După repornire, aparatul va începe să funcționeze în modul manual.
- PROGRAM** – este utilizat pentru a selecta un program de antrenament automat (P1-P24), program de utilizator (U1-U3) sau funcției Body Fat înainte de a porni banda de alergare.
- MODE** – vă permite să selectați modul de numărare inversă: timp, distanță sau calorii
- SPEED** – butoanele permit reglarea (creșterea și scăderea) vitezei cu 0,1 km/h. Butoanele sunt situate pe consola computerului și pe balustrade.
- BUTOANE DE SELECTARE RAPIDĂ A VITEZEI** – vă permit să selectați direct viteza (5,10).
- INCLINE** – butoanele permit reglarea (creșterea și scăderea) unghiului de înclinare a benzii de alergare cu 1 nivel în timpul antrenamentului. Butoanele sunt situate pe consola computerului și pe balustrade.
- BUTOANE DE SELECTARE RAPIDĂ A UNGHILUI DE ÎNCLINARE** – vă permit să selectați direct unghiul de înclinare a benzii de alergare în timpul antrenamentului (5,10).

FUNCȚII (SPECIFICAȚII)

SPEED	Afișează viteza curentă.	1-20 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.	0-20 niveluri
CALORIES	Calculează numărul total de calorii arse de la începutul până la sfârșitul exercițiilor. (Măsurarea este aproximativă pentru a compara diferite sesiuni de exerciții, nu poate fi utilizată în tratament).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Calculează distanța totală de la începutul până la sfârșitul exercițiilor.	0,0-99,9 km
PULSE	Afișează pulsul curent. ATENȚIE! Măsurarea ritmului cardiac numai în scopuri sportive (exclue utilizarea medicală).	50-200 BPM

FUNCȚIA DE MĂSURARE A RITMULUI CARDIAC

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

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

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

PROGRAM MANUAL

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

- Viteza implicită în modul manual este 1km/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 mâner.

PROGRAME DE ANTRENAMENT

Alegeți unul dintre 24 programe de antrenament automate apăsând butonul **PROGRAM** atât timp cât pe ecran apare numărul corespunzător.

- Când este afișat programul corespunzător, apăsați **MODE**. După selectare, în fereastră va apărea și va clipi valoarea „30:00”. Setările timpului de antrenament al programului pot fi efectuate cu ajutorul butoanelor **SPEED +/-**.
- Timpul de antrenament stabilit este împărțit proporțional în 16 etape. Tabelul prezintă o listă a etapelor și a vitezei și a unghiului 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 de utilizator pentru definire individuală: U1, U2, U3.

SETAREA PROGRAMULUI UTILIZATOR

- În modul de așteptare, apăsați butonul **PROGRAM**, pentru a selecta unul dintre programele utilizator. Pe panou vor apărea succesiv numerele programelor automate, apoi programele utilizator.
- Când este afișat programul corespunzător, 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 înclinare a benzii de alergare.
- Apăsați **MODE**, pentru a confirma setările parametrilor pentru prima secțiune și a trece la editarea următoarei.

Programele sunt formate din 16 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 UTILIZATOR

- În modul de așteptare, apăsați butonul **PROGRAM**, pentru a selecta unul dintre programele utilizator. 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 16 etape.
- Pentru a începe programul, apăsați **START**.

MODUL DE NUMĂRARE INVERSĂ

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

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

PARAMETRI NUMĂRAȚI INVERS:

- TIMP:** valoarea inițială a numărătorii inverse este de 30 de minute. Calculatorul permite setarea timpului în intervalul 5-99 minute (cu 1 minut).
- CALORII:** valoarea inițială a numărătorii inverse este de 50 kcal. Calculatorul permite setarea calorilor în intervalul 20-990 kcal (la fiecare 10 kcal).
- DISTANȚĂ:** valoarea inițială a numărătorii inverse este de 1 km. Calculatorul permite setarea distanței în intervalul 1,0-99,0 km (la fiecare 1 km).

FUNCȚIA DE MĂSURARE A ȚESUTULUI ADIPOS (BODY FAT)

Apăsati butonul **PROGRAM**, până când pe ecran apare "FAT".

Utilizați **MODE** pentru a introduce parametrii:

- F1 - sex (gender) – 01 bărbat / 02 femeie
- F2 - vârstă (age) – valori 10-99
- F3 - înălțime (height) – valori 100-220 cm
- F4 – greutate (weight) – valori 20-140 kg

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

ANTRENAMENT ȘI FAZE DE EXERCIȚII

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.

CONECTARE BLUETOOTH LA APLICAȚIA MOBILĂ

Calculatorul funcționează cu aplicația FitShow.

Începeți antrenamentul și bucurați-vă de noi posibilități:

- Descărcați aplicația.
- Activați Bluetooth pe dispozitivul dvs. mobil.
- Porniți aplicația și selectați dispozitivul dvs. ZIPRO, din care doriți să vă conectați.
- Când ZIPRO se conectează la aplicație, aceasta se va opri
- calculatorul și ecranul acestuia se vor stinge.

De acum înainte, gestionați ZIPRO prin intermediul dispozitivului dvs. mobil.

1. ÎNCĂLZIREA

Aceasta este o fază care îmbunătățește circulația sângelui în întregul corp și pregătește mușchii pentru un efort sportiv. De asemenea, reduce riscul de crampe și leziuni. Se recomandă efectuarea câtorva exerciții de întindere, așa cum se arată mai jos.

Dacă simțiți durere, opriți exercițiul sau reduceți raza 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. Apăsati ușor pe genunchi îndreptându-l spre sol și mențineți această poziție timp de 15 secunde.

ÎNTINDEREA COAPSELOR

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

ROTĂRI ALE CAPULUI

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

RIDICAREA BRAȚELOR

Ridicați mâna stângă cât mai sus posibil și mențineți timp de câteva secunde. Repetați cu mâna dreaptă.

ÎNTINDEREA TENDONULUI LUI ACHILE

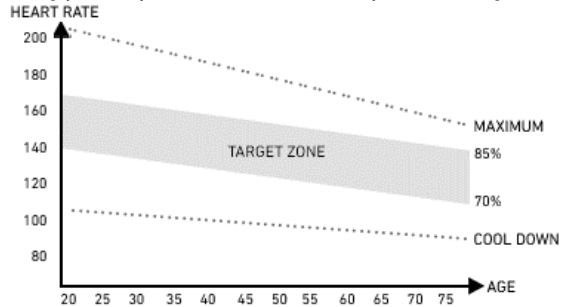
Stați cu fața la perete, scoateți piciorul stâng înainte și îndoiti-l ușor de genunchi. Țineți-l pe cel drept în spate - drept, cu călcăiul așezat plat pe sol. Țineți ambii călcăi plat pe sol și apăsați șoldurile spre perete. Mențineți această poziție timp de 30 de secunde. Repetați cu piciorul drept scos înainte. Nu uitați să nu vă arcuiți spatele în timpul exercițiului.

ÎNDOIRI

Stați cu picioarele unite. Efectuați o îndoire înainte încercând să apropiați cât mai mult pieptul de genunchi. Mențineți timp de 15 secunde. Nu uitați să nu îndoiti genunchii.

2. FAZA DE EXERCIȚII

Aceasta este faza potrivită a antrenamentului. Exersați în ritmul dvs., astfel încât să atingeți o frecvență cardiacă adecvată vârstei dvs., așa cum se arată în grafic.



3. FAZA DE RELAXARE

Această fază vă permite să calmați circulația și să relaxați mușchii. Este o repetare a exercițiilor de încălzire. Trebuie să se amintim că, să nu suprasolicitați mușchii.

POSIBILE DEFECTE ȘI TEHNICI DE REPARARE

ATENȚIE! Deschiderea carcasei dispozitivului fără a contacta mai întâi serviciul producătorului duce la pierderea garanției.

Dacă suspectați o defecțiune care necesită deschiderea carcasei, contactați serviciul producătorului.

DESCRIEREA ERORII	POSIBILE CAUZE	REZOLVAREA PROBLEMEI
----	Cheia de securitate nu este conectată. Calculatorul este defect.	Conectați corect cheia de securitate. Contactați serviciul producătorului.
E01 NIncorectă comunicația între monitorul și unitatea de control electronică	Linia de comunicație a monitorului este conectată incorect, deteriorată sau are un contact slab. Monitorul nu are semnal de ieșire. Panoul de control inferior nu are semnal de ieșire.	Vă rugăm să reconectați linia de comunicație. Contactați serviciul de asistență al producătorului. Contactați serviciul de asistență al producătorului.
E02 NDetectare incorectă a tensiunii între panoul de control inferior și motor	Cablul motorului este conectat incorect. Panoul de control inferior nu furnizează tensiune motorului sau tensiunea de ieșire este incorectă. Motorul este defect.	Verificați dacă cablul motorului este conectat corect. Contactați serviciul de asistență al producătorului. Contactați serviciul de asistență al producătorului.
E03 DPanoul de control inferior detectează o viteză incorectă.	Defecțiune a circuitului de control PWM al plăcii de control inferioare	Contactați serviciul de asistență al producătorului.
E04 IInformații despre protecția la supratensiune a motorului panoului de control inferior	Sarcina benzii de alergare depășește tensiunea nominală de funcționare a motorului. Motorul benzii de alergare este defect. Defecțiune a circuitului de detectare a supratensiunii motorului de pe placa de control inferioară.	Se recomandă utilizarea în intervalul tensiunii nominale de funcționare a motorului. Înlocuiți motorul. Contactați serviciul de asistență al producătorului. Contactați serviciul de asistență al producătorului..
E05 IInformații despre protecția la supracurent a motorului panoului de control inferior	Sarcina benzii de alergare depășește curentul nominal de funcționare a motorului.	Se recomandă să se încadreze în intervalul curentului nominal de funcționare a motorului
	Există o problemă cu structura de montare a benzii de alergare și a motorului, cauzând rezistență sau blocarea motorului.	Verificați dacă structura benzii de alergare este normală
	Defecțiune a sistemului de limitare a curentului al panoului de control inferior	Contactați service-ul producătorului.
E07 BBlocajul de siguranță nu este poziționat corect	Magnetul de siguranță este deconectat. Defecțiune a sistemului de monitorizare a blocajului de siguranță	Vă rugăm să plasați blocajul de siguranță în locul desemnat al ceasului electronic. Contactați service-ul producătorului.
Dispozitivul nu funcționează	Lipsă de alimentare. Cheia de siguranță este desprinsă. Scurtcircuit. Comutatorul ON/OFF nu este pornit	Conectați dispozitivul la curent. Introduceți cheia de siguranță. Contactați service-ul producătorului. Porniți dispozitivul.
Banda de alergare nu funcționează lin	Banda de alergare nu este suficient lubrifiată. Banda de alergare este prea strânsă	Lubrificați banda de alergare conform informațiilor furnizate în manualul de utilizare. Reglați și aliniați poziția benzii de alergare conform informațiilor

		furnizate în manualul de utilizare.
Banda de alergare este strâmbă	Banda de alergare este prea slab tensionată	Reglați și aliniați poziția benzii de alergare conform informațiilor furnizate în manualul de utilizare.
	Cureaua de transmisie este prea puțin tensionată	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 bunul vândut nu exclude, nu limitează și nu suspendă drepturile Cumpărătorului care decurg din Ordonanța de Urgență nr. 34/2014 privind drepturile consumatorilor în contractele încheiate cu profesioniștii.

Certificatul de garanție se află pe ultima pagină.**CONDIȚII DE GARANȚIE**

- Reclamațiile și garanția se aplică numai defectelor ascunse cauzate din vina producătorului.
- Garanția va fi respectată de magazin sau 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,
 - produsului 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 soluționată în termen de până la 15 zile calendaristice de la data raportării defectului de către Client.
- Defectele de fabricație și daunele dezvăluite în perioada de garanție vor fi reparate gratuit în termen de maximum 15 zile lucrătoare de la data livrării produsului la magazin sau service.
- În cazul în care este necesară importarea pieselor, perioada de reparație în garanție poate fi prelungită cu timpul necesar pentru importarea acestora, dar nu mai mult de 30 de zile.
- Garanția nu acoperă:
 - daunele mecanice și defectele cauzate de acestea,

- daunele și defectele rezultate din utilizarea și depozitarea necorespunzătoare destinației, asamblarea și întreținerea necorespunzătoare,
 - deteriorarea și uzura consumabilelor, cum ar fi: cabluri, curele, elemente de cauciuc, pedale, mânere de burete, roți, rulmenți, tapițerie.
 - activitățile legate de asamblare, întreținere, pe care, conform manualului de utilizare, utilizatorul este obligat să le efectueze pe cont propriu.
- Garanția nu se aplică în următoarele cazuri:
 - expirarea perioadei de valabilitate,
 - efectuarea de către client a reparațiilor și modificărilor independente cu utilizarea de piese neoriginale,
 - dacă defectul a apărut ca urmare a unei instalări incorecte sau a nerespectării regulilor de funcționare corectă descrise în manualul de utilizare,
 - utilizarea în alte scopuri decât uz casnic,
 - deteriorări cauzate 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 partea acestuia care face obiectul garanției.
 - 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 în care produsul este livrat murdar, service-ul își poate rezerva dreptul de a 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 va rambursa suma de bani. 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 data comunicării 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 prietaisą. 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	2610 W
Svoris	69 kg
Naudojimo temperatūra	0°C iki +40°C
Laikymo temperatūra	-10°C iki +60°C
Maksimalus naudotojo svoris	140 kg
Taikymo klasė	H klasė
Tikslumo klasė	C klasė
Greitis	1-20 km/val.
Nuolydis	20 lygių
Gaminio norma (pagrindinė)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Paskirtis	Elektrinis bėgimo takelis, skirtas naudoti namuose

SAUGUMAS

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

- Prietaisas suprojektuotas ir pagamintas remiantis naujausiomis saugos žiniomis. Pavojingi elementai, kurie potencialiai gali kelti sužalojimo riziką, buvo pašalinti arba santykinai apsaugoti.
- Negalima savarankiškai atlikti remonto ir pakeitimų.
- Kartą per vieną ar du mėnesius patikrinkite, ar tinkamai priveržti varžtai, sraigčiai ir veržlės.
- Siekiant užtikrinti nuolatinę saugumą, reguliariai (t. y. kartą per metus) tikrinkite ir prižiūrėkite įrangą specializuotoje prekybos vietoje.
- Visi prietaiso pakeitimai, kurie neaprašyti šioje instrukcijoje, gali sukelti gedimus arba tiesiogiai kelti grėsmę besimankštinančio asmens sveikatai ir gyvybei. Prietaisą gali keisti tik gamintojo aptarnavimo personalas arba asmenys, apmokyti gamintojo.
- Visiems prietaisams taikomos nuolatinės inovacijos, siekiant užtikrinti aukštą kokybę. Dėl šios priežasties gamintojas pasilieka teisę atlikti techninius pakeitimus.
- Visus klausimus ar abejones dėl įrangos kreipkite į specializuotą prekybos vietą.

DĖMESIO! Laikykitės bendrųjų taisyklių ir saugos priemonių, taikomų elgesiui su elektros prietaisais.

- Prietaisas maitinamas 220 V tinklo įtampa.**
- Visi elektros prietaisai veiksdami skleidžia elektromagnetinę spinduliuotę. Jei šalia elektroninės valdymo sistemos ar kabinos yra kiti prietaisai, sklaidžiantys tokią spinduliuotę (pvz., mobilieji telefonai), kai kurios vertės (pvz., širdies ritmas) gali būti iškreiptos.
- DĖMESIO!** Niekada savarankiškai neatlikite jokių elektros tinklo modifikacijų. Tokius pakeitimus patikėkite specialistams.
- DĖMESIO!** Atminkite, kad prieš pradėdami bet kokį įrangos remontą, techninę 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 jo išdėstymas nekeltų pavojaus už jo užkliuti.

ĮŽEMINIMAS

Įžeminimas apsaugo nuo elektros smūgio rizikos. 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 riziką.

- Prieš prijungdami prietaisą prie maitinimo šaltinio, įsitikinkite, kad vietinė įtampa atitinka kištuko tipą.
- Nemodifikuokite kištuko, jei jis netinka lizdui.

Tokiu atveju patikėkite kvalifikuotam elektrikui įrengti kitą lizdą.

DĖMESIO! Šalia esančius žmones naudojant įrangą reikia įspėti apie galimus pavojus. Būkite ypač atsargūs šalia vaikų.

DĖMESIO! Prieš pradėdami mankštintis, pasitarkite su gydytoju norėdami įsitikinti, ar neturite jokių sveikatos kontraindikacijų treniruotis su prietaisu. Remiantis specialisto nuomone, galite parengti savo treniruotės planą. Neteisingai parinkta programa ar per didelis mankštinimasis gali būti pavojingas jūsų sveikatai ir gyvybei.

ĮSPĖJIMAS! Širdies ritmo stebėjimo sistemos gali būti netikslios. Per didelis krūvis treniruotės metu gali sukelti rimtus sužalojimus arba mirtį. Jei jaučiatės silpnai, nedelsdami nutraukite treniruotę.

DĖMESIO! Būtinai laikykitės treniruotės nurodymų, pateiktų šioje instrukcijoje.

- Pasirinkdami vietą treniruotei, pasirinkinkite 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 pat pločio kaip įrenginys.

DĖMESIO! Montuodami įrenginį būkite atsargūs ir neileiskite 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, išlieka likutinė rizika, t. y. žmogus gali nukristi ir susižaloti odą, sumušimus, lūžius arba, blogiausiu atveju, mirti.
- Išlieka likutinė rizika, kad besitreniruojantis asmuo bus netyčia perkrautas dėl netinkamo naudojimo ar netinkamo įvertinimo, taip pat dėl neteisingo duomenų perdavimo (dėl elektromagnetinių trukdžių, programinės įrangos klaidos ir pan.). Net geriausia programinės ir aparatinės įrangos apsauga neatmeta programinės ar aparatinės įrangos klaidos ir teoriškai gali sukelti besitreniruojančio asmens perkrovą.
- Produktas yra elektrinis prietaisas, todėl negalima atmesti elektros smūgio galimybių, kuri gali sukelti mirtį.
- Negalima atmesti likutinės užduosimo rizikos.
- Riziką galima sumažinti laikantis informacijos apie saugumą, 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 įrenginio būseną“. Atlikus produkto įvertinimą ir patikrinimą paaiškėjo, kad neleistinos rizikos tikimybė yra labai maža. Įrenginys (jo konstrukcija, veikimo būdas ir naudojimas) normaliomis sąlygomis nekelia nepagrįstos rizikos besitreniruojančiam asmeniui ar tretiesiems asmenims.

MANIPULIACINIAI ŽENKLAI ANT TRANSPORTAVIMO PAKUOČIŲ

	Šia puse į viršų. Neapverskite.
	Saugoti nuo kritimo.
	Pakuotė tinkama perdirbti.
	Elektros atliekos. Būtina atiduoti panaudotą įrangą į perdirbimo punktą.
	Atsargiai, trapu. Galimas pažeidimas. Būkite atsargūs.
	Saugoti nuo drėgmės.
	Atsargiai, sunkus produktas.
	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.

Sandėliuoti daugiausia 5 sluoksniuose

APTARNAVIMAS

Prieš pradėdami treniruotę įsitikinkite, kad įrenginys tinkamai sumontuotas.

- Prieš pradėdami pirmąją treniruotę susipažinkite su visomis įrenginio funkcijomis ir reguliavimo galimybėmis.
- Prietaisas turi elementų, kurie gali būti veikiami korozijos. Dėl šios priežasties nerekomenduojama jo laikyti drėgnoje patalpoje. Taip pat reikia pasirūpinti, kad įranga (ypač jos vidiniai ir elektroniniai elementai) nebūtų veikiami vandens, gėrimų, prakaito ir pan.
- Prietaisas skirtas treniruotėms tik suaugusiems ir jokių būdu nėra žaistas vaikams. Jei prisiimdami atsakomybę leisite vaikams juo naudotis, būtinai instruktukite juos, kaip tinkamai naudotis, ir nuolat prižiūrėkite.
- Įranga netinka terapiniams naudojimui.
- Prietaisui veikiant, smagrioji inercijos judėjimo metu gali atsirasti tylus triukšmas, kuris atsiranda dėl konstrukcijos tipo. Jie neturi jokios įtakos įrangos veikimui.
- Triukšmo emisija apkrovos metu yra didesnė nei be apkrovos.
- Prieš pradėdami kiekvieną treniruotę, patikrinkite apsaugos, varžtų ir kištukų jungčių teisingumą.
- Treniruodamiesi su prietaisu, nepamirškite tinkamos avalynės (sportinių batelių).

PRIEŽIŪRA

Siekiant užtikrinti maksimalų bėgimo takelio naudojimo saugumą, rekomenduojama reguliariai tikrinti, ar elementai nėra susidėvėję. Tai apima varžtų, varžtų, judančių dalių, įvorių ir tt priveržimo ir būklės patikrinimą. Laikykite prietaisą sausoje ir šiltoje vietoje. Saugokite prietaisą nuo saulės spindulių.

DĖMESIO! Prieš pradėdami techninę priežiūrą, visada išjunkite bėgimo takelį ir atjunkite jį nuo maitinimo šaltinio.

VALYMAS

Reguliarus prietaiso valymas prailgins jo tarnavimo laiką ir išlaikys aukštą našumą.

Bėgimo takeliui valyti naudokite minkštą drėgną skudurėlį. Tai netaikoma elektros elementams, varikliui, vidinėms dalims – neleiskite vandeniui patekti į šias vietas. Apsaugokite bėgimo diržo paviršių (ir erdvę po juo) nuo vandens.

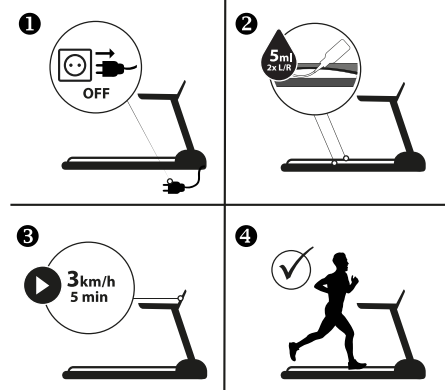
VARIKLIO VALYMAS

Bent kartą per metus pašalinkite dulkes nuo variklio. Norėdami tai padaryti, pirmiausia išjunkite bėgimo takelį nuo maitinimo šaltinio ir, palaukę apie 1 valandą, nuimkite variklio dangtį. Naudodami suspaustą orą arba šepetėlį, atsargiai pašalinkite susikaupusias dulkes. Vėl uždėję variklio dangtį ir prijungę prie maitinimo šaltinio, galite įjungti bėgimo takelį.

BĖGIMO TAKELIO TĖPIMAS

Bėgimo takelio tepimo dažnumas priklauso nuo jo naudojimo intensyvumo. Jei prietaisas 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.

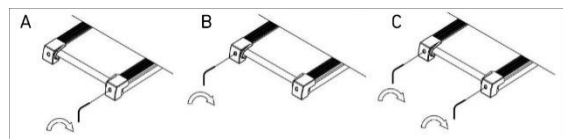
1. Prieš tepdami bėgimo diržą, išjunkite bėgimo takelį ir atjunkite jį nuo maitinimo šaltinio. 2. Tepalą tepkite po bėgimo diržą iš abiejų pusių po maždaug 5 ml. Daugiausiai jo naudokite tose vietose, kur bėgant pėdos liečiasi su diržu. 3. Įjunkite bėgimo takelį mažu greičiu (pvz., 3 km/h) ir palaukite,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

**DIRŽO ĮTEMPIMO REGULIAVIMAS**

Dėl nuolatinio bėgimo takelio naudojimo bėgimo diržą gali prireikti įtempti. Diržą reikia įtempti, kai treniruotės metu jis pradeda slysti, judėti į šonus arba riestis. Per laisvai įtemptas diržas gali sustoti varikliui veikiant.

Padėkite bėgimo takelį ant lygaus paviršiaus. Įjunkite bėgimo takelį maždaug 6-8 km/h greičiu, stebėkite bėgimo diržo nuokrypį laipsnį.

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

**DIRŽO ĮTEMPIMO DIDINIMAS**

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

Tokiu būdu įtempsite galinį volelį ir padidinsite diržo įtempimą. Pakartokite veiksmą sukdami varžtą iš dešinės pusės. Atkreipkite dėmesį, kad varžtus suktumėte vienodai.

Kartokite veiksmus abiem varžtais, kol diržas bus tinkamai įtemptas.

DIRŽO ĮTEMPIMO MAŽINIMAS

Norėdami sumažinti diržo įtempimą, elkitės taip pat, kaip jį didindami. Raktą sukite prieš laikrodžio rodyklę.

BĖGIMO DIRŽO CENTRAVIMAS

Dėl skirtingo bėgimo stiliaus (dažniausiai didesnės apkrovos perkėlimo ant vienos kojos) diržas gali judėti į šonus ir nebūti išcentruotas. Dėl šios priežasties diržą gali prireikti reguliuoti kas kažkiek laiko.

Diržas savaime turėtų išscentruoti bėgimo takeliui veikiant. Jį reikia reguliuoti, jei jis juda į dešinę arba į kairę pusę.

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

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

APLINKA

Prietaisas tiekiamas pakuotėje, siekiant apsaugoti nuo galimų pažeidimų transportavimo metu. Pakuotės yra neperdirbtos žaliavos ir gali būti perdirbamos. Išmeskite šias medžiagas į atitinkamus spalvotus konteinerius, skirtus selektyviam surinkimui.



Saugokite aplinką ir nemeskite panaudotų baterijų į buitinių atliekų konteinerį. Grąžinkite jas pirkimo vietoje arba perduokite į atskirą antrinių žaliavų saugojimo punktą.

Panaudota elektros įranga (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 vartoti išteklių valdymui ir natūralios aplinkos apsaugai perduodant susidėvėjusį prietaisą į antrinių žaliavų – susidėvėjusių elektros prietaisų – saugojimo punktą.

MONTAVIMAS

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

- Prieš pradėdami montuoti, įsitikinkite, ar rinkinyje su prietaisu yra visi elementai iš detalių sąrašo ir ar transportavimo metu nebuvo pažeistų elementų. Jei trūksta elementų arba turite pastabų, susisiekite su pardavėju.
- Susipažinkite su brėžiniais ir paaiškinimais ir atlikite montavimą pagal eilės tvarką, nurodytą montavimo instrukcijoje.
- Būkite atsargūs montuodami. Naudojant įrankius ir elementus, yra susijaliojimo pavojus.
- Nepamirškite pasirūpinti saugia aplinka. Neišdėliokite 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 parodyti brėžiniuose ir paaiškinimuose. Naudokite elementus, nurodytus montavimo instrukcijoje.
- Pradinėse montavimo fazėse nepritvirtinkite dalių iki galo. Padarykite tai įdėję visas dalis ir įsitikinę, kad jos tinkamai įstatytos.
- Gamintojas pasilieka teisę iš anksto sumontuoti kai kuriuos elementus.

MONTAVIMO SCHEMA (→ Žr. puslapį 2)

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

DETALIŲ SĄRAŠAS

Visą detalių sąrašą galite gauti susisiekę adresu serwis@zipro.pl arba Zipro.store puslapyje produkto aprašyme.

NR.	APRAŠYMAS	KIEKIS
1	Pagrindinis rėmas	1
2	Pagrindas	1
4	Kairysis/Dešinysis stulpelis	2
5	Monitoriaus rėmas	1
12	Raktas 6# 55*95mm	1
21	Lkairė Apsauga stulpo	1
22	Dešiniojo stulpo apsauga	1
28	Prietaisų pagrindas	1
55	Apsauginis užraktas, dvigubas plokščias lizdas	1
64	Varžtas M8*35 S6	2
68	Varžtas M8*15 S6	2
69	Varžtas ST4.2*16	6
76	Varžtas M8*50 25 S6	6
88	Silikoninė alyva	1

MONTAVIMO INSTRUKCIJA (→ Žr. puslapis 2)

DĖMESIO! Montuodami laikykitės toliau nurodytų veiksmų ir naudokite prie gaminio pridėtus įrankius.

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

II INSTRUKCIJA, KAIP SURINKTI IR IŠARDYTI (→ Žr. puslapį 6)

JRENGINIO SURINKIMAS
DĖMESIO! Prieš pradėdami montuoti, atidžiai patikrinkite, ar visi varžtai yra priveržti.
DĖMESIO! Montuodami saugokite rankas ir pirštus, kad jie nebūtų prispausti. Pakelkite bėgimo takelio diržą į vertikalią padėtį, kol išgirsite fiksavimo mechanizmo užrakto garsą.

JRENGINIO IŠARDYMAS
DĖMESIO! Atkreipkite dėmesį, kad nuleidžiant bėgimo takelio diržą šalia nebūtų trečiųjų asmenų ir gyvūnų. Laikydami bėgimo diržą, atleiskite koją atlenkimo mechanizmo užraktą (nurodytą rodykle). Nuleiskite platformą iki pagrindinio rėmo turėklų aukščio. Nuo šio aukščio diržas automatiškai nukris ant žemės.

REGULIAVIMAS
Jrenginio išlyginimas
Išlyginkite įrenginį atsukdami arba prisukdami išlyginimo kojeles, esančias priekiniame ir galiniame pagrinde.

KOMPIUTERIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJA

PRADŽIA
Per 3 sekundes po mygtuko paspaudimo **START** prietaisas pradės veikti.

ENERGIJOS TAUPYMO FUNKCIJA
Bėgimo takelio kompiuteris automatiškai persijungs į energijos taupymo režimą, jei per 10 minučių nebus jokių veiksmų. Norėdami atnaujinti sistemą, paspauskite bet kurį klavišą.

AVARINIS JRENGINIO SUSTABDYMAS
DĖMESIO! Saugos raktą reikia pritvirtinti prie drabužių kiekvienos treniruotės metu.
Jis turėtų būti naudojamas tik avarinėse situacijose, jo negalima naudoti kaip įprastą sustabdymo mygtuką.
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, priklausančiu nuo veikimo greičio, taip pat bus sustabdyta bėgimo takelio diržo kėlimo sistema. Sustabdymą signalizuos trumpas garsinis signalas. Visuose ekrano languose bus rodoma „----“.
Kai saugos raktas bus vėl prijungtas, įrenginys bus nustatytas iš naujo.

PROGRAMOS
Kompiuteryje yra 3 vartotojo programos, skirtos rankiniam nustatymui, 24 automatinės programos, įrašytos į atmintį, 3 atgalinio skaičiavimo režimai (laiko, kalorijų, atstumo) ir riebalų matavimo funkcija („Body Fat“).

MYGTUKŲ APRAŠYMAS

- START** - naudojamas bėgimo takeliui paleisti rankiniu režimu arba pasirinktai programai.
- STOP** - naudojamas veikiančiam bėgimo takeliui sustabdyti. Paspaudus taip pat bus iš naujo nustatyti nustatymai. Paleidus iš naujo, prietaisas pradės veikti rankiniu režimu.
- PROGRAMA** - naudojamas automatinei treniruočių programai pasirinkti (P1-P24), vartotojo programa (U1-U3) arba kūno riebalų funkcijos prieš paleidžiant bėgimo takelį.
- MODE** – leidžia pasirinkti atgalinio skaičiavimo režimą: laiką, atstumą arba kalorijas
- SPEED** – mygtukai leidžia reguliuoti (didinti ir mažinti) greitį kas 0,1 km/h. Mygtukai yra kompiuterio konsolėje ir ant turėklų.
- GREITO GREIČIO PASIRINKIMO MYGTUKAI** – leidžia tiesiogiai pasirinkti greitį(5,10).
- INCLINE** – mygtukai leidžia reguliuoti (didinti ir mažinti) bėgimo tako pasvirimo kampą 1 lygiu treniruotės metu. Mygtukai yra kompiuterio konsolėje ir ant turėklų.
- GREITO PASVIRIMO KAMPO PASIRINKIMO MYGTUKAI** – leidžia tiesiogiai pasirinkti bėgimo tako pasvirimo kampą treniruotės metu (5,10).

FUNKCIJOS (SPECIFIKACIJA)		
SPEED	Rodo dabartinį greitį.	1-20 km/h
TIME	Skaičiuoja bendrą pratimų laiką nuo jų pradžios iki pabaigos.	00:00-99:59 min
INCLINE	Rodo dabartinį bėgimo tako pasvirimo lygį.	0-20 lygių
CALORIES	Skaičiuoja bendrą sudegintų kalorijų skaičių nuo pratimų pradžios iki pabaigos. (Matavimas yra apytikslis, skirtas palyginti skirtingas pratimų sesijas, negali būti naudojamas gydymui).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Skaičiuoja bendrą atstumą nuo pratimų pradžios iki pabaigos.	0,0-99,9 km
PULSE	Rodo esamą pulsą. DĖMESIO! Širdies ritmo matavimas skirtas tik sporto tikslams (medicininis naudojimas neįmanomas).	50-200 BPM

ŠIRDIES RITMO MATAVIMO FUNKCIJA
Įjungę bėgimo takelį, laikykite abi rankas ant pulso matavimo jutiklių. Po 30 sekundžių ekrane pasirodys esamas pulsas. Matavimo metu kompiuteris parodys širdies formos piktogramą.

DĖMESIO! Širdies ritmo matavimas skirtas tik sporto tikslams (medicininis naudojimas neįmanomas).

RANKINIS REŽIMAS
Rankinis režimas yra numatytasis įrenginio veikimo režimas. Bėgimo takelis pradeda veikti jį paspaudus **START**, kai nepasirenkama jokia treniruočių programa.

- Numatytasis greitis rankiniu režimu yra 1 km/h.
- Numatytasis juostos pasvirimo kampo lygis yra 0.
- Greitį ir bėgimo juostos pasvirimo kampą galima pakeisti mygtukais ant kompiuterio ir turėklų.

TRENIRUOČIŲ PROGRAMOS
Pasirinkite vieną iš 24 automatinių treniruočių programų, paspausdami mygtuką **PROGRAM** tol, kol ekrane pasirodys atitinkamas numeris.

- Kai bus parodyta atitinkama programa, paspauskite **MODE**. Pasirinkus lange pasirodys ir mirksės reikšmė "30:00". Programos treniruotės laiką galima nustatyti mygtukais **SPEED +/-** .
- Nustatytas treniruotės laikas proporcingai padalijamas į 16 etapų. Lentelėje pateikiamas etapų sąrašas ir atitinkamas greitis bei pasvirimo kampas kiekvienai treniruočių programai. → [Žr. puslapį 117](#).
- Norėdami pradėti programą, paspauskite **START**.

VARTOTOJO PROGRAMOS
Kompiuteryje yra 3 vartotojo programos individualiam apibrėžimui: U1, U2, U3.

VARTOTOJO PROGRAMOS NUSTATYMAS

- Budėjimo režimu spauskite mygtuką **PROGRAM**, kad pasirinktumėte vieną iš vartotojo programų. Skydelyje paeiliui bus rodomi automatiniai programų numeriai, tada vartotojo programos.
- Kai bus rodoma atitinkama programa, paspauskite **MODE**, kad pradėtumėte pirmosios programos sekcijos redagavimą. Naudokite mygtukus **SPEED +/-** greičiui nustatyti. Naudokite mygtukus **INCLINE +/-** bėgimo tako nuolydžio lygiui nustatyti.
- Paspauskite **MODE**, kad patvirtintumėte pirmosios sekcijos parametru nustatymus ir pereitumėte prie kitos sekcijos redagavimo.

Programos susideda iš 16 sekcijų. Kartokite aukščiau nurodytus veiksmus, kol bus nustatyti visų sekcijų parametrai.
Programos bus išsaugotos kompiuterio atmintyje iki kito jų redagavimo. Duomenys nebus prarasti dėl elektros energijos tiekimo sutrikimų.

VARTOTOJO PROGRAMOS PALEIDIMAS

- Budėjimo režimu spauskite mygtuką **PROGRAM**, kad pasirinktumėte vieną iš vartotojo programų. Pasirinkus lange bus rodoma ir mirksės vertė "30:00". Naudokite mygtukus **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** treniruotės laikui nustatyti. Nustatytas treniruotės laikas yra padalintas proporcingai į 16 etapų.
- Norėdami paleisti programą, paspauskite **START**.

ATGALINIO SKAIČIAVIMO REŽIMAS
Pasirinkite vieną iš 3 atgalinio skaičiavimo režimų, paspausdami mygtuką **MODE**.

- Norėdami nustatyti atgalinę skaičiuojamą vertę, naudokite mygtukus **SPEED +/-** , **INCLINE +/-**.
- Bėgimo takelio paleidimas ir 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**, kad įvestumėte parametrus:

- F1 - lytis (gender) – 01 vyras / 02 moteris
- F2 - amžius (age) – vertės 10-99
- F3 - ūgis (height) – vertės 100-220 cm
- F4 – svoris (weight) – vertės 20-140 kg

Naudokite mygtukus **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** parametru reikšmės nustatyti. Pasirinkus parametrus, ekrane pasirodys F5. Padėkite abu delnus ant pulso matavimo jutiklių, po 5-6 sekundžių kompiuteris parodys informaciją FAT. FAT skirtas išmatuoti santykį tarp ūgio ir svorio, o ne kūno proporcijas. Teisingas rezultatas turėtų būti tarp 19-26. Vertė žemiau 19 reiškia per mažą svorį, 27-30 - antsvorį, o virš 30 - nutukimą.
DĖMESIO! Gauti rezultatai jokių būdu negali būti gydymo pagrindas arba būti atsižvelgiama į medicininius tikslus.

TRENIROVĖS IR PRATIMŲ ETAPAI
Šio įrenginio naudojimas suteiks jums daug naudos. Visų pirma, pagerins jūsų fizinę būklę, sustiprins raumenis, o kartu su tinkama mityba padės sudeginti nereikalingus kūno riebalus.

BLUETOOTH JUNGTIS SU MOBILIAJA PROGRAMĖLE
Kompiuteris veikia su programa FitShow.
Pradėkite treniruotę ir mėgaukitės naujomis galimybėmis:

- Atsisiųsti paraišką.
- Įjunkite „Bluetooth“ savo mobiliajame įrenginyje.
- Įjunkite programėlę ir pasirinkite savo prietaisą ZIPRO, z
- kuriuo norite prisijungti.
- Kai ZIPRO prisijungia prie programos, ji išjungia kompiuteris ir jo ekranas užges.

Nuo šiol ZIPRO valdysite mobiliuoju įrenginiu.

1. APŠILIMAS

Tai etapas, kuris pagerina viso kūno kraujotaką ir paruošia raumenis didesniai fiziniam krūviui. Ji taip pat sumažina mėšlungio ir traumų riziką. Patartina atlikti keletą tempimo pratimų, kaip nurodyta toliau. Jei jaučiate skausmą, nustokite mankštintis arba sumažinkite judesių amplitudę.

VIDINIŲ ŠLAUNŲ RAUMENŲ TEMPIMAS

Atsisėskite ant lygaus paviršiaus sulenktais kojomis ir keliais, nukreiptais į išorę. Sudėkite pėdų padus ir pritraukite juos vienas prie kito kuo arčiau. Švelniai paspauskite kelius, nukreipdami juos į žemę, ir išlaikykite šią padėtį 15 sekundžių.

ŠLAUNŲ TEMPIMAS

Atsisėskite ant lygaus paviršiaus. Ištieskite dešinę koją, o kairės pėdos padą priglauskite prie dešinės šlaunies. Ištieskite dešinę ranką kuo labiau link dešinės kojos pirštų. Laikykite 15 sekundžių. Pakartokite su kaire koja.

GALVOS SUKIMAI

Laikykite galvą tiesiai, žiūrėdami tiesiai į priekį. Nejudindami rankų pasukite jas į dešinę ir ištiesinkite, tada pasukite į kairę ir ištiesinkite.

RANKŲ KĖLIMAS

Kairę ranką pakelkite kuo aukščiau ir palaikykite kelias sekundes. Pakartokite su dešine ranka.

ACHILO SAUSGYSLIŲ TEMPIMAS

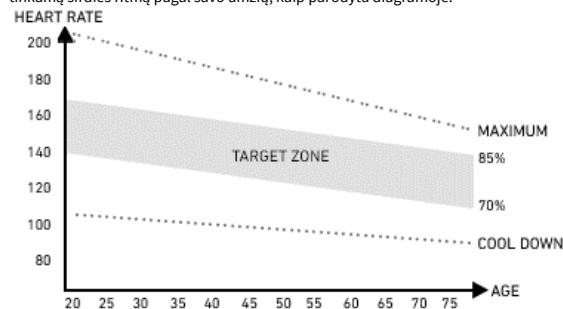
Atsistokite veidu į sieną, ištieskite kairę koją į priekį ir šiek tiek sulenkite ją per keli. Dešinę koją laikykite už savęs - tiesią, plokščiu kulnu remdamiesi į žemę. Laikykite abu kulnus plokščiai ant žemės ir prispauskite klubus prie sienos. Išlaikykite šią padėtį 30 sekundžių. Pakartokite su ištiesta dešine koja. Nepamirškite pratimo metu neišlenkti nugaros.

LENKIMAI

Atsistokite suglaudę kojas. Atlikite lenkimą į priekį, stengdamiesi kuo labiau pritraukti krūtiną prie kelių. Išlaikykite 15 sekundžių. Atminkite, kad nelenktyniavote kelių.

2. VYKDYMO ETAPAS

Tai tinkama treniruotės fazė. Mankštinkitės savo tempu, kad pasiektumėte tinkamą širdies ritmą pagal savo amžių, kaip parodyta diagramoje.

**3. FAZA ODPREŽENIA**

Ši fazė leidžia nuraminti kraujotaką ir atpalaiduoti raumenis. Tai apšilimo pratimų pakartojimas. Reikia atsiminti, kad nepervargintumėte raumenų.

GALIMI PAŽEIDIMAI IR REMONTO BŪDAI

DĖMESIO! Atidarius prietaiso korpusą prieš tai nesikreipus į gamintojo aptarnavimo skyrių, bus panaikinta garantija. Jei įtariate gedimą, kurį reikia atidaryti korpusą, susisiekite su gamintojo servisu.

OPIS BLĖDU	GALIMOS PRIEŽASTYS	PROBLEMOS SPRENDIMAS
---- Saugos rakto problema	Apsaugos raktas nėra prijungtas. Kompiuteris sugedęs.	Tinkamai įjunkite saugos raktą. Susisiekite su gamintojo servisu.
E01 Neteisinga komunikacija tarp monitoriaus ir elektroninis valdiklis	Monitoriaus komunikacijos linija neteisingai prijungta, pažeista arba blogai kontaktuoja. Monitorius neturi išėjimo signalo. Apatinė valdymo plokštė neturi išėjimo signalo.	Prašome iš naujo prijungti komunikacijos liniją Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru. Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru.
E02 NNeteisingas įtampos aptikimas tarp apatinės valdymo plokštės ir variklio	Variklio laidas neteisingai prijungtas. Apatinė valdymo plokštė nesiunčia įtampos į variklį arba išėjimo įtampa yra neteisinga. Variklis yra pažeistas.	Patikrinkite, ar variklio kabelis tinkamai prijungtas. Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru. Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru.
E03 DApatinė valdymo plokštė aptinka neteisingą greitį.	Apatinė valdymo plokštė PWM valdymo grandinės gedimas	Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru.
E04 Informacija apie apatinės valdymo plokštės variklio	Bėgimo takelio apkrova viršija vardinę variklio darbinę įtampą.	Rekomenduojama naudoti vardinės variklio darbinės įtampos diapazonę

apsaugą nuo viršįtampio	Bėgimo takelio variklis yra neteisingas. Apatinės valdymo plokštės variklio viršįtampio aptikimo grandinės gedimas.	Pakeiskite variklį. Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru. Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru..
E05 Informacija apie apatinės valdymo plokštės variklio apsaugą nuo viršsrovų	Bėgimo takelio apkrova viršija vardinę variklio darbinę srovę.	Rekomenduojama, kad ji būtų vardinės variklio darbinės srovės diapazone
	Yra bėgimo takelio ir variklio montavimo konstrukcijos problema, sukelianti variklio pasipriešinimą arba užstrigimą.	Patikrinkite, ar bėgimo takelio struktūra yra normali
	Apatinio valdymo skydelio srovės ribojimo sistemos gedimas	Susisiekite su gamintojo techninės priežiūros tarnyba.
E07 Bapsauginis užraktas nėra tinkamai įdėtas	Atsijungęs apsauginis magnetas.	Prašome įdėti apsauginį užraktą į nurodytą elektroninio laikrodžio vietą.
	Apsauginio užrakto stebėjimo sistemos gedimas	Susisiekite su gamintojo techninės priežiūros tarnyba.
Prietaisas neveikia	Nėra maitinimo Atsijungęs apsauginis raktas Trumpasis jungimas Įjungimo/išjungimo jungiklis neįjungtas	Prijunkite prietaisą prie elektros tinklo. Įjunkite apsauginį raktą. Susisiekite su gamintojo techninės priežiūros tarnyba. Įjunkite prietaisą.
Bėgimo takelis veikia ne sklandžiai	Bėgimo takelis nepakankamai suteptas Bėgimo takelis per stipriai įtemptas	Suteptkite bėgimo takelį pagal naudojimo instrukcijoje pateiktą informaciją. Sureguliuokite ir išlyginkite bėgimo takelio padėtį pagal naudojimo instrukcijoje pateiktą informaciją.
Bėgimo takelis yra pasviręs	Bėgimo takelis per silpnai įtemptas Pavaros diržas per mažai įtemptas	Sureguliuokite ir išlyginkite bėgimo takelio padėtį pagal naudojimo instrukcijoje pateiktą informaciją. Susisiekite su gamintojo techninės priežiūros tarnyba.

GARANTIJA

Pardavėjas Garanto vardu suteikia garantiją Lenkijos Respublikos teritorijoje 24 mėnesių laikotarpiui nuo pardavimo datos. Parduoti prekių suteikta garantija nepanaikina, neriboja ir nesustabdo Pirkėjo teisių, kylančių iš Vartotojų teisių įstatymo.

Garantijos kortelė yra paskutiniame puslapyje.**GARANTIJOS SĄLYGOS**

- Skundai ir garantija taikomi tik paslėptiems defektams, atsiradusiems dėl gamintojo kaltės.
- Garantija bus gerbiama parduotuvės ar aptarnavimo centro, klientui pateikus:
 - galiojančią, įskaitomai ir teisingai užpildytą garantijos kortelę su pardavimo antspaudu ir pardavėjo parašu,
 - galiojantį įrangos pirkimo įrodymą su pardavimo data, reklamuojamą prekę arba defektinę dalį.
 - Perkant nuotoliniu būdu, garantijos kortelė galioja tik pagal pirkimo dokumentą (čekį / sąskaitą faktūrą).
- Skundas bus išnagrinėtas per 14 dienų nuo tos dienos, kai Klientas pranešė apie defektą.
- Gamykliniai defektai ir gedimai, atsiradę garantiniu laikotarpiu, bus pašalinti nemokamai per ne ilgiau kaip 21 dieną nuo prekės pristatymo į parduotuvę ar aptarnavimo centrą datos.
- Jei reikia importuoti dalis, garantinio remonto laikotarpis gali būti pratęstas tiek laiko, kiek reikia joms importuoti, bet ne ilgiau kaip 40 dienų.
- Garantija netaikoma:
 - mechaniniai pažeidimai ir jų sukelti defektai,
 - pažeidimai ir defektai, atsiradę dėl netinkamo naudojimo ir laikymo, netinkamo surinkimo ir priežiūros,
 - pažeidimai ir susidėvėjimas eksploatacinių elementų, tokių kaip: lynai, diržai, guminiai elementai, pedalai, rankenos iš putų, ratukai, guoliai, apmušalai.
 - veiksmams, 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 atliko savarankiškus remontus ir modifikacijas naudodamas neoriginalias dalis,
 - c. kai defektas atsirado dėl netinkamo įrengimo arba nesilaikant tinkamo naudojimo taisyklių, aprašytų naudojimo instrukcijoje,
 - d. naudojimo ne buities reikmėms,
 - e. pažeidimų, atsiradusių transportuojant.
8. Garantinio talono dublikatai neišduodami.
9. Pagal garantiją klientas turi teisę reikalauti šių nemokamai teikiamo atlyginimo rūšių:
 - a. produkto taisymo,
 - b. produkto pakeitimo,
 - c. kainos sumažinimo,
 - d. sutarties nutraukimo ir visiško patirtų išlaidų grąžinimo.
10. Norint pateikti skundą, reikia:
 - a. Pateikti produktą 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 jo raštišką sutikimą, atlikti valymą.
11. Teigiamai išnagrinėjus skundą, įranga bus suremontuota arba pakeista nauja, arba klientui bus grąžinti pinigai. Prekės transportavimo išlaidas klientui apmoka gamintojo aptarnavimo centras.
12. Atsisakius priimti garantinį skundą, klientas gaus išsamų priimto sprendimo paaiškinimą, o per 14 dienų nuo sprendimo perdavimo momento įranga bus išsiųsta klientui atgal jo sąskaita.

CZ Návod k použití

Uživatelé,
Seznamte se s následujícím návodem před zahájením montáže a prvním použitím zařízení. Tento návod obsahuje důležité informace týkající se bezpečnosti používání a údržby zařízení. Uchovávejte jej pro možnost využití informací týkajících se údržby nebo objednávání náhradních dílů.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájení	220V
Maximální výkon	2610 W
Hmotnost	69 kg
Teplota používání	0°C do +40°C
Teplota skladování	-10°C do +60°C
Maximální hmotnost uživatele	140 kg
Třída použití	Třída H
Třída přesnosti	Třída C
Rychlost	1-20 km/h
Sklon	20 úrovní
Norma výrobku (hlavní)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Účel použití	Elektrický běžecký pás pro domácí použití

BEZPEČNOST

POZOR! Zařízení smí být používáno pouze v souladu s jeho určením, tedy k tréninku dospělých osob. Jakékoli jiné použití zařízení může být nebezpečné. Výrobce nemůže být činný odpovědným za škody způsobené nesprávným používáním zařízení.

- Zařízení bylo navrženo a zkonstruováno na základě nejnovějších poznatků v oblasti bezpečnosti. Nebezpečné prvky, které by mohly potenciálně představovat riziko zranění, byly eliminovány nebo relativně zabezpečeny.
- Opravy a úpravy na vlastní pěst jsou nepřipustné.
- Jednou za jeden nebo dva měsíce zkontrolujte správné utažení šroubů, vrutů a matic.
- Pro trvalé zajištění bezpečnosti pravidelně (tj. jednou ročně) kontrolujte a udržujte zařízení ve specializované prodejně.
- Všechny změny na zařízení, které nebyly popsány v tomto návodu, mohou způsobit poškození nebo přímo ohrozit zdraví a život cvičící osoby. Změny na zařízení smí provádět pouze servisní pracovníci výrobce nebo osoby jím proškolené v tomto rozsahu.
- Všechna zařízení podléhají neustálým inovacím pro 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 220V.**
- 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), mohou být některé hodnoty (jako např. tepová frekvence) zkráceny.
- **POZOR!** Nikdy neprovádějte na vlastní pěst žádné úpravy v elektrické síti. Takové změny svěřte specialistům.
- **POZOR!** Pamatujte, abyste před zahájením jakýchkoli oprav, údržby nebo čištění zařízení vytáhli 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 přimáčknutý 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 vodiče může způsobit riziko úrazu elektrickým proudem.

- Před připojením zařízení k napájení se ujistěte, že místní napětí odpovídá typu zástrčky.
- Neupravujte zástrčku, pokud se nehodí do zásuvky.

V takovém případě nechte nainstalovat jinou zásuvku kvalifikovanému elektrikářovi.

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

POZOR! Před zahájením cvičení se poraďte s lékařem abyste se ujistili, že nemáte žádné zdravotní kontraindikace pro trénink na zařízení. Na základě odborného posudku si můžete vypracovat svůj tréninkový plán. Nesprávně zvolený program nebo nadměrné cvičení mohou být nebezpečné pro Vaše zdraví a život.

VÝSTRAHA! Systémy monitorování srdečního tepu mohou být nepřesné. Přetížení během cvičení může vést k vážnému zranění nebo smrti. Pokud se cítíte slabě, okamžitě přestaňte cvičit.

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

- Při výběru místa pro trénink zohledněte 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 pohybovaly v blízkosti. Během montáže se používají drobné díly (matice, šrouby atd.), které mohou spolknout.

ZBYTKOVÉ RIZIKO

- V případě, že ochrana proti pádu nebude použita nebo bude použita nesprávně, existuje zbytkové riziko, tj. pád osoby způsobující oděření kůže, modřiny, zlomeniny nebo v nejhorším případě smrt.
- Existuje zbytkové riziko neúmyslného přetížení cvičící osoby způsobené nesprávnou obsluhou nebo nesprávným posouzením, jakož i nesprávným přenosem dat (z důvodu 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 jiné, nezohledněné riziko, a zohledněné riziko bylo odhadnuto nesprávně.

V analýze rizik bylo hodnocení provedeno na základě „současného stavu zařízení“. Z provedeného posouzení a kontroly produktu vyplývá, že pravděpodobnost výskytu nepřipustného 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 vhodný k recyklaci.
	Elektroodpad. Nutné odevzdat použité zařízení do recyklačního střediska.
	Opatrně, křehké. Možnost poškození. Buďte opatrní.
	Chraňte před vlhkostí.
	Pozor těžký výrobek.
	Výrobek obsahuje návod k obsluze.

⚠ DO NOT USE BLADE TO OPEN ⚠
Neotvírat nožem.



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



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



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

OBSLUHA

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

- Před zahájením prvního tréninku se seznamte se všemi funkcemi a možnostmi nastavení zařízení.
- Zařízení má prvky, které mohou být vystaveny korozi. Z tohoto důvodu se nedoporučuje, aby zůstávalo ve vlhkém prostředí. Je také třeba dbát na to, aby zařízení (zejména jeho vnitřní a elektronické části) nebylo vystaveno kontaktu s vodou, nápoji, potem atd.
- Zařízení je určeno pouze pro trénink dospělých osob a v žádném případě není hračkou pro děti. Pokud dětem na vlastní odpovědnost dovolíte používat zařízení, bezpodmínečně je poučte o správném používání a neustále je dohlížejte.
- Zařízení není vhodné pro terapeutické účely.
- Během provozu zařízení se mohou vyskytnout tiché šumy při setrvačném pohybu setrvačnicku, které vyplývají z typu konstrukce. Nemají žádný vliv na funkci zařízení.
- Emise hluku během zatížení je vyšší než bez zatížení.
- Před zahájením každého tréninku zkontrolujte správnost bezpečnostních prvků 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 jej pravidelně kontrolovat z hlediska opotřebení prvků. To se týká kontroly utažení a stavu matic, šroubů, pohyblivých částí, pouzder atd. Skládujte zařízení v suchém a teplém místě. Nevystavujte zařízení slunečnímu záření.

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

ČIŠTĚNÍ

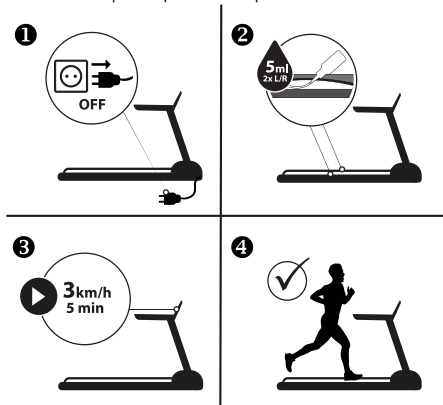
Pravidelné čištění zařízení prodlouží jeho životnost a zachová jeho vysoký výkon. K čištění běžeckého pásu používejte měkký vlhký hadřík. Netýká se to elektrických prvků, motoru, vnitřních částí - zabraňte vniknutí vody do těchto míst. Chraňte povrch běžeckého pásu (a prostor pod ním) před působením vody.

ČIŠTĚNÍ MOTORU

Alespoň jednou ročně odstraňte prach z motoru. Chcete-li to provést, nejprve vypněte běžecký pás a po uplynutí přibližně 1 hodiny sejměte 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 jej mažte 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 používejte v místech, kde se nohy dotýkají pásu během běhu. 3. Spustte běžecký pás s nízkou rychlostí (např. 3 km/h) a počkejte, až se mazivo rovnoměrně rozprostře po celé délce pásu.

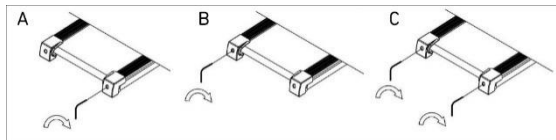
**NASTAVENÍ NAPNUTÍ PÁSU**

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

Příliš volně napnutý pás se může zastavit během provozu motoru.

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

- Nenapínejte pás příliš silně, protože to může způsobit poruchy mj. 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 válec a zvýšíte napnutí pásu. Opakujte činnost otočením šroubu z pravé strany. Dbejte na to, aby byly šrouby otočeny stejným směrem.

Opakujte činnost pro oba šrouby, dokud nebude pás 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 vystředěný. Z tohoto důvodu může pás vyžadovat čas od času nastavení.

Pás by se měl sám vystředit během provozu běžeckého pásu. Vyžaduje nastavení v případě, že se posouvá směrem doprava nebo doleva.

Spustte běžecký pás a nastavte jeho nízkou rychlost (např. 3 km/h). Zkontrolujte v jakém 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 šroubem umístěným z levé strany (obrázek B).

ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

Zařízení je dodáváno v obalu, aby bylo chráněno 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 domácího odpadkového koše. Odevzdávejte je v místě nákupu nebo je předávejte do vyhrazeného místa pro skladování druhotných surovin.

Použité elektrické zařízení (včetně měřiče, napájecího zdroje) jsou druhotné suroviny - nevyhazujte je do kontejnerů na domovní odpad, protože mohou obsahovat látky nebezpečné pro zdraví a životní prostředí. Prosíme o aktivní pomoc při šetrném hospodaření s přírodními zdroji a ochraně životního prostředí odevzdáním 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 se 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 námitek kontaktujte prodejce.
- Seznamte se s nákresy a vysvětlivkami a proveďte montáž v souladu s pořadím uvedeným v montážním návodu.
- Během montáže buďte opatrní. Při používání nástrojů a prvků hrozí riziko poranění.
- Pamatujte na udržování bezpečného prostředí. Nerozkládejte chaoticky nástroje a montážní prvky. Pamatujte, že fólie a plastové sáčky představují riziko udušení pro děti.
- Montážní prvky potřebné k provedení daného kroku montážního návodu jsou zobrazeny na obrázcích a vysvětlivkách. Používejte prvky uvedené v montážním návodu.
- V prvních fázích montáže nedotahujte díly nadoraz. Udělejte to po umístění všech a ujistěte se, že jsou správně usazeny.
- Výrobce si vyhrazuje právo provést předběžnou montáž některých prvků.

MONTÁŽNÍ SCHÉMA (→ Viz strana 2)

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 stránce zipro.store v popisu produktu.

Č.	POPIS	MNOŽSTVÍ
1	Hlavní rám	1
2	Základna	1
4	Levý/Pravý sloupek	2
5	Rám monitoru	1
12	Klíč 6# 55*95mm	1
21	Levá kryt sloupku	1
22	Pravý kryt sloupku	1
28	Podstavec pro zařízení	1
55	Bezpečnostní zámek, dvojitá plochá zásuvka	1
64	Šroub M8*35 S6	2
68	Šroub M8*15 S6	2
69	Šroub ST4.2*16	6
76	Šroub M8*50 25 S6	6
88	Silikonový olej	1

NÁVOD K MONTÁŽI (→ Viz strana 2)

POZOR! Během montáže dodržujte následující kroky a používejte nástroje přiložené k produktu.

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

INÁVOD K SESTAVENÍ A ROZEBRÁNÍ (→ Viz strana 6)

SESTAVENÍ ZAŘÍZENÍ

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

POZOR! Během montáže dávejte pozor na své ruce a prsty, aby nedošlo k jejich skřípnutí.

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

ROZEBRÁNÍ ZAŘÍZENÍ

POZOR! Dbejte na to, aby se během spouštění běžeckého pásu v bezprostřední blízkosti nenacházely třetí osoby a zvířata.

Držte běžecký pás a nohou uvolněte zámek skládacího mechanismu (označeného šipkou). Spusťte můstek do výšky madla hlavního rámu.

Od této výšky bude pás samovolně klesat směrem k zemi.

NASTAVENÍ

Vyrovnnání 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 práci.

FUNKCE ÚSPORY ENERGIE

Počítač běžeckého pásu automaticky přejde do režimu úspory energie, pokud během 10 minut neproběhne žádná akce. Stiskněte libovolnou klávesu pro obnovení systému.

NOUZOVÉ ZASTAVENÍ ZAŘÍZENÍ

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

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

Nesprávně vložený bezpečnostní klíč znemožňuje spuštění běžeckého pásu.

Před použitím běžeckého pásu zkontrolujte správnost fungování systému.

Vyjmete bezpečnostní klíč zatažením za šňůrku. Po vyjmutí klíče se běžecký pás zastaví se zpožděním vyplývajícím z rychlosti práce, zastaven bude také systém zvedání běžeckého pásu. Zastavení signalizuje krátký zvukový alarm. Všechna okénka na obrazovce zobrazí „---“.

Po opětovném připojení bezpečnostního klíče bude zařízení resetováno.

PROGRAMY

Počítač je vybaven 3 uživatelskými programy pro ruční nastavení, 24 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 vybraného programu.
- STOP** – slouží k zastavení běžícího běžeckého pásu. Po stisknutí také dojde k resetování nastavení. Po opětovném spuštění zařízení zahájí práci v manuálním režimu.
- PROGRAM** – slouží k výběru automatického tréninkového programu (P1-P24), 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 o 0,1 km/h. Tlačítka jsou umístěna na konzoli počítače a na madlech.
- TLAČÍTKA RYCHLÉ VOLBY RYCHLOSTI** – umožňují provést přímou volbu rychlosti (5,10).
- INCLINE** – tlačítka umožňují regulaci (zvyšování a snižování) úhlu sklonu běžeckého pásu o 1 úroveň během tréninku. Tlačítka jsou umístěna na konzoli počítače a na madlech.
- TLAČÍTKA RYCHLÉ VOLBY ÚHLU SKLONU** – umožňují provést přímou volbu úhlu sklonu běžeckého pásu během tréninku (5,10).

FUNKCE (SPECIFIKACE)

SPEED	Zobrazuje aktuální rychlost.	1-20 km/h
TIME	Počítá celkový čas cvičení od jeho zahájení do ukončení.	00:00-99:59 min
INCLINE	Zobrazuje aktuální úroveň sklonu běžeckého pásu.	0-20 úrovní
CALORIES	Počítá celkový počet spálených kalorií od zahájení do ukončení cvičení. (Měření je přibližné pro porovnání různých cvičebních jednotek, nemůže být používáno k léčbě).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Počítá celkovou vzdálenost od zahájení do ukončení cvičení.	0,0-99,9 km
PULSE	Zobrazuje aktuální puls. POZOR! Měření tepové frekvence pouze pro sportovní účely (nevyklučuje lékařské použití).	50-200 BPM

FUNKCE MĚŘENÍ TEPOVÉ FREKVENCE

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 tepové frekvence pouze pro sportovní účely (nevyklučuje 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 1 km/h.
- Výchozí úroveň úhlu sklonu pásu je 0.
- Změna nastavení rychlosti a úhlu sklonu běžeckého pásu je možná pomocí tlačítek na počítači a madlech.

TRÉNINKOVÉ PROGRAMY

Vyberte jeden z 24 automatických tréninkových programů stisknutím tlačítka

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

- Když se zobrazí správný program stiskněte **MODE**. Po výběru se v okně zobrazí a bude blikat hodnota "30:00". Nastavení doby trvání tréninku programu lze provést tlačítky **SPEED +/-**.
- Nastavená doba trvání tréninku je rozdělena úměrně na 16 etap. Tabulka uvádí přehled etap a odpovídající rychlosti a úhlu 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 postupně zobrazí čísla automatických programů a poté uživatelské programy.
- Když se zobrazí požadovaný 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 přechod k úpravě další.

Programy se skládají z 16 sekcí. Opakujte výše uvedené kroky, dokud nebudou nastaveny parametry všech sekcí.

Programy budou uloženy v paměti počítače do jejich příští úpravy.

Data se neztratí 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 se dělí proporcionálně na 16 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 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 20-140 kg

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

Po zvolení parametrů se na displeji zobrazí F5. Položte obě ruce na snímače pro měření pulsu, po 5-6 sekundách počítač zobrazí informaci FAT. FAT má za cíl změřit vztah mezi výškou a váhou, a ne proporce 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 nemohou být v žádném případě základem léčby nebo 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

se správnou stravou pomůže spálit zbytečný tělesný tuk.

PŘIPOJENÍ BLUETOOTH K MOBILNÍ APLIKACI

Počítač pracuje s aplikací FitShow.

Začněte trénovat a užívejte si nové možnosti:

- Stáhněte si aplikaci.
- Zapněte Bluetooth na svém mobilním zařízení.

- Zapněte aplikaci a vyberte zařízení ZIPRO, ke kterému se chcete připojit. ke kterému se chcete připojit.
- Když se ZIPRO připojí k aplikaci, vypne se počítač a jeho obrazovka se vypne. Od této chvíle spravujete ZIPRO prostřednictvím svého mobilního zařízení.

1. ROZGRZEWKĄ

Toto 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 pohybu..

PROTAHOVÁNÍ VNITŘNÍCH SVALŮ STEHEN

Posadte se na rovnou zem se skrčenými nohama a koleny směřujícími ven. Spojte chodidla a přiblížte je k sobě co nejblíže. Jemně zatlačte na kolena směrem k zemi a vydržte v této pozici 15 sekund.

PROTAHOVÁNÍ STEHEN

Posadte se na rovnou zem. Narovnejte pravou nohu a chodidlo levé nohy přiložte k pravému stehnu. Natáhněte pravou ruku směrem k prstům pravé nohy co nejvíce. Vydržte 15 sekund. Opakujte s levou nohou.

OTOČENÍ HLAVY

Hlavu držte rovně a dívejte se přímo před sebe. Aniž byste hýbali rukama, otočte je doprava a narovnejte je, pak je otočte doleva a narovnejte je..

ZVEDÁNÍ RAMEN

Zvedněte levou ruku co nejvýše a několik sekund vydržte. Opakujte s pravou rukou.

PROTAHOVÁNÍ ACHILLOVÝCH ŠLACH

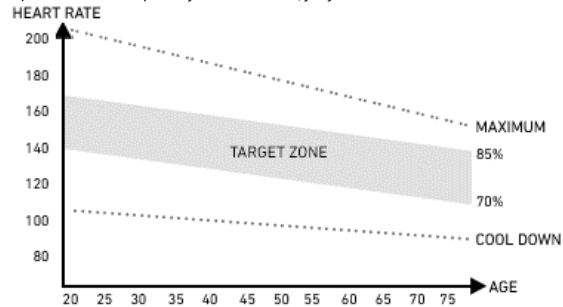
Postavte se čelem ke zdi, levou nohu natáhněte dopředu a mírně pokrčte v koleni. Pravou nechte za sebou - rovnou, s patou opřenou o zem. Obě paty nechte na zemi a boky tlačte směrem ke zdi. V této poloze vydržte 30 sekund. Opakujte s nataženou pravou nohou. Nezapomeňte se během cvičení prohýbat v zádech.

PŘEDKLONY

Postavte se s nohama u sebe. Proveďte předklon a snažte se přiblížit hrudník co nejvíce ke kolenům. Vydržte 15 sekund. Nezapomeňte pokrčit kolena.

2. FÁZE CVIČENÍ

Toto je správná fáze tréninku. Cvičte svým vlastním tempem tak, abyste dosáhli tepové frekvence odpovídající vašemu věku, jak je uvedeno v tabulce.



3. FÁZE UVOLNĚNÍ

Tato fáze pomáhá zklidnit krevní oběh a uvolnit svaly. Jedná se o opakování zahřívacích cviků. Je důležité si zapamatovat, nenamáhat svaly.

MOŽNÁ POŠKOZENÍ A TECHNIKY OPRAVY

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

Při podezření na závadu, která vyžaduje otevření krytu, kontaktujte servisní oddělení výrobce.

POPIS CHYBY	MOŽNÉ PŘÍČINY	ROZWIĄZANIE PROBLEMU
----- Problem z kluczem bezpieczeństwa	Bezpečnostní klíč není připojen. Počítač je poškozený.	Podłącz poprawnie klucz bezpieczeństwa. Obróć się na serwis výrobce.
E01 Chybná komunikace mezi monitorem a elektronickým ovladačem	Komunikační linka monitoru je nesprávně připojena, poškozena nebo má slabý kontakt. Monitor nemá výstupní signál. Spodní ovládací panel nemá výstupní signál.	Znowu připojte komunikační linku Obróć się na serwis výrobce. Obróć się na serwis výrobce.
E02 Nesprávná detekce napětí mezi spodním ovládacím panelem a motorem	Kabel motoru je nesprávně připojen. Spodní ovládací panel nedodává napětí do motoru nebo je výstupní napětí nesprávné. Motor je poškozen.	Zkontrolujte, zda je kabel motoru správně připojen. Obróć się na serwis výrobce. Obróć się na serwis výrobce.
E03	Selhání obvodu řízení PWM spodní desky řízení	Obróć się na serwis výrobce.

Dolní ovládací panel detekuje nesprávnou rychlost.		
E04 Informace o ochraně proti přepětí motoru spodního ovládacího panelu	Zatížení běžeckého pásu překračuje jmenovité pracovní napětí motoru. Motor běžeckého pásu je nesprávný. Selhání obvodu detekce přepětí motoru na spodní desce řízení.	Doporučuje se používat v rozsahu jmenovitého pracovního napětí motoru Vyměňte motor. Obrátte se na servis výrobce. Kontaktujte servis výrobce..
E05 Informace o proudové ochraně motoru spodního ovládacího panelu	Zatížení běžeckého pásu překračuje jmenovitý pracovní proud motoru.	Doporučuje se, aby se nacházelo v rozsahu jmenovitého pracovního proudu motoru
	Vyskytl se problém s montážní strukturou běžeckého pásu a motoru, který způsobuje odpor nebo blokádu motoru.	Zkontrolujte, zda je struktura běžeckého pásu normální
	Porucha systému omezení proudu spodního ovládacího panelu	Kontaktujte servis výrobce.
E07 Bezpečnostní blokáce není správně umístěna	Odpojení bezpečnostní magnet.	Umístěte prosím bezpečnostní blokaci na určené místo elektronického zařízení.
	Porucha systému monitorování bezpečnostní blokáce	Kontaktujte servis výrobce.
Zařízení nefunguje	Žádné napájení Odpojení bezpečnostní klíč Zkrat Vypínač ON/OFF není zapnutý	Připojte zařízení k napájení. Připojte bezpečnostní klíč. Kontaktujte servis výrobce. Zapněte zařízení.
Běžecký pás neběží plynule	Běžecký pás není dostatečně promazán Běžecký pás je příliš napnutý	Promazte běžecký pás podle informací uvedených v návodu k obsluze. Seříďte a vyrovnejte polohu běžeckého pásu podle informací uvedených v návodu k obsluze.
Běžecký pás je zkroucený	Běžecký pás je příliš málo napnutý Hnací pás je příliš málo napnutý	Seříďte a vyrovnejte polohu běžeckého pásu podle informací uvedených v návodu k obsluze. Skontaktuj się z serwisem producenta.

ZÁRUKA

Prodávající jménem Poskytovatele záruky poskytuje záruku na území České republiky po dobu 24 měsíců od data prodeje. Záruka na prodané zboží nevylučuje, neomezuje ani nepozastavuje práva Kupujícího vyplývající ze Zákona o právech spotřebitele.

Záruční list se nachází na poslední straně.

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY

- Reklamací a záruce podléhají výhradně skryté vady vzniklé vinou výrobce.
- Záruka bude respektována prodejnou nebo servisem po předložení zákazníkem:
 - platného, čitelně a správně vyplněného záručního listu s razítkem prodejny a podpisem prodávajícího,
 - platného dokladu o koupi zařízení s datem prodeje, reklamovaného zboží nebo vadné části.
 - V případě nákupu na dálku je záruční list platný výhradně na základě dokladu o koupi (účtenka / faktura).
- Reklamacie bude vyřízena do 14 dnů od okamžiku nahlášení vady Zákazníkem.
- Výrobní vady a poškození zjištěné v záruční době budou opraveny bezplatně v termínu ne delším než 21 dní od data doručení zboží do prodejny nebo servisu.
- V případě nutnosti dovozu dílů ze zahraničí se může doba realizace záruční opravy prodloužit o dobu nezbytnou k jejich dovozu, nejdéle však o 40 dní.
- Záruka se nevztahuje na:
 - mechanické poškození a vady jím způsobené,
 - poškození a vady vzniklé v důsledku nesprávného používání a skladování, nesprávné montáže a údržby,

- c. poškození a opotřebení spotřebních dílů, jako jsou: lanka, pásy, gumové prvky, pedály, pěnové rukojeti, kolečka, ložiska, čalounění.
 - d. činnosti spojené s montáží, údržbou, které je uživatel povinen provést ve vlastním rozsahu dle návodu k obsluze.
- 7. Záruka se nevztahuje v následujících případech:
 - a. uplynutí doby platnosti,
 - b. provedení samostatných oprav a úprav zákazníkem s použitím neoriginálních dílů,
 - c. pokud vada vznikla v důsledku nesprávné instalace nebo nedodržení zásad správného provozu popsaných v návodu k obsluze,
 - d. používání jiným způsobem než v domácnosti,
 - 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. odstoupení od smlouvy a plného vrácení vynaložených nákladů.
- 10. Pro uplatnění reklamace je nutné:
 - a. Předložit výrobek nebo jeho část, které se záruka týká.
 - b. Doklad o koupi s uvedením názvu a adresy prodávajícího, data a místa nákupu, druhu výrobku nebo platný záruční list s razítkem obchodu.
 - c. V případě dodání znečištěného výrobku může servis odmítnout jeho přijetí nebo jej na náklady zákazníka s jeho písemným souhlasem vyčistit.
- 11. V případě kladného vyřízení reklamace bude zařízení opraveno nebo vyměněno za nové, případně 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 ju, aby ste mohli použiť informácie týkajúce sa údržby alebo objednávania náhradných dielov.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájanie	220V
Maximálny výkon	2610 W
Hmotnosť	69 kg
Prevádzková teplota	0°C do +40°C
Skladovacia teplota	-10°C do +60°C
Maximálna hmotnosť používateľa	140 kg
Trieda použitia	Trieda H
Trieda presnosti	Trieda C
Rýchlosť	1-20 km/h
Sklon	20 úrovní
Norma výrobu (hlavná)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Účel použitia	Elektrický bežecký pás pre domáce použitie

BEZPEČNOSŤ

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 v oblasti bezpečnosti. Nebezpečné prvky, ktoré by potenciálne mohli predstavovať riziko zranenia, boli eliminované alebo relatívne zabezpečené.
- Opravy a zmeny na vlastnú päsť sú neprípustné.
- Raz za jeden alebo dva mesiace skontrolujte správnosť dotiahnutia skrutiek, závitov a matic.
- Pre trvalé zaistenie bezpečnosti pravidelne (t. j. jeden raz ročne) kontrolujte a udržiavajte zariadenie v špecializovanej predajni.
- Všetky zmeny na zariadení, ktoré neboli popísané 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 sú ním v tomto smere vyškolené.
- Všetky zariadenia podliehajú neustálym inovačným aktivitám s cieľom zabezpečiť vysokú kvalitu. Z tohto dôvodu si výrobca vyhradzuje právo na vykonávanie technických zmien.
- Akékoľvek otázky alebo nejasnosti týkajúce sa zariadenia smerujte do špecializovanej predajne.

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

- Zariadenie je napájané sieťovým napätím 220V.**
- Všetky elektrické zariadenia počas prevádzky vyžarujú elektromagnetické žiarenie. Ak sú v blízkosti elektronického riadiaceho systému alebo kokpitu umiestnené iné zariadenia vyžarujúce takéto žiarenie (napr. mobilné telefóny), niektoré hodnoty (ako napr. tep) môžu byť skreslené.
- POZOR!** Nikdy nevykonávajte na vlastnú päsť žiadne úpravy v elektrickej sieti. Takéto zmeny zadávajte špecialistom.
- POZOR!** Pamätajte, aby ste pred začatím vykonávania akýchkoľvek opráv, údržby alebo čistenia zariadenia vytiahli zástrčku napájania zo zásuvky.
- Na pripojenie zariadenia nepoužívajte predlžovacie káble.
- Ak zariadenie dlhší čas nebudete používať, vytiahnite jeho zástrčku napájania zo zásuvky.
- Dbajte na to, aby elektrický kábel nebol pricviknutý a jeho uloženie nespôsobovalo riziko zakopnutia 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 lokálne napätie zodpovedá typu zástrčky.
- Neupravujte zástrčku, ak nezodpovedá zásuvke.

V takom prípade nechajte nainštalovať inú zásuvku kvalifikovanému elektrikárovi.

POZOR! Osoby zdržiavajúce sa v blízkosti počas používania zariadenia je potrebné upozorniť na prípadné riziká. Buďte obzvlášť opatrní v prítomnosti detí.

POZOR! Pred začatím cvičenia sa poraďte s lekárom s cieľom uistiť sa, či nemáte žiadne zdravotné kontraindikácie na vykonávanie tréningov na zariadení. Na základe odborného posudku si môžete vypracovať svoj tréningový plán. Nesprávne zvolený program alebo nadmerné cvičenie môžu byť nebezpečné pre vaše zdravie a život.

VÝSTRAHA! Systémy monitorovania srdcovej frekvencie môžu byť nepresné. Preťaženie počas cvičenia môže viesť k vážnym zraneniam alebo smrti. Ak sa necítite dobre, okamžite prestaňte cvičiť.

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

- Pri výbere miesta na tréning zvážte zabezpečenie 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, aby sa v blízkosti nachádzali deti. Počas montáže sa používajú drobné časti (matice, skrutky atď.), ktoré môžu prehltnúť.

REZIDUÁLNE RIZIKO

- V situácii, keď sa ochrana proti pádu nepoužije alebo sa použije, ale nesprávne, existuje reziduálne riziko, t. j. pád osoby spôsobujúci odreniny kože, modriny, zlomeniny alebo v najhoršom prípade smrti.
- Existuje reziduálne riziko neúmyselného preťaženia cvičiacej osoby spôsobené nesprávnou obsluhou alebo nesprávnym vyhodnotením, ako aj nesprávnym prenosom údajov (z dôvodu elektromagnetického rušenia, chyby softvéru atď.). Aj najlepšia ochrana softvéru a hardvéru nevylučuje chybu softvéru alebo hardvéru a môže teoreticky 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 je možné obmedziť dodržiavaním informácií o bezpečnosti uvedených v návode na obsluhu.
- Nemožno vylúčiť, že neúmyselné alebo nedovolené použitie spôsobí iné, neuvedené riziko, a uvedené riziko bolo odhadnuté nesprávne.

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

MANIPULAČNÉ ZNAČKY NA PREPRAVNÝCH OBALOCH

	Touto stranou nahor. Neprevracat.
	Chráňte pred pádom.
	Obal vhodný na recykláciu.
	Elektroodpad. Použitie zariadenie je potrebné odovzdať do recyklačného centra.
	Opatrne, krehké. Možnosť poškodenia. Buďte opatrní.
	Chráňte pred vlhkosťou.
	Pozor, ťažký produkt.
	Produkt obsahuje návod na obsluhu.

 **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
Neotvárajte nožom.



Obal je vyrobený z kartónu a plastov.

Žiadame o triedenie odpadu v súlade s miestnymi pravidlami.



Obal je vyrobený z kartónu a plastov. Žiadame o triedenie odpadu v súlade s miestnymi pravidlami.



Obal je vyrobený z kartónu.



Obal bol vyrobený s ohľadom na zodpovednosť voči životnému prostrediu a recyklácii. Žiadame o triedenie odpadu v súlade s miestnymi pravidlami.

5

Skladovať maximálne v 5 vrstvách

OBSLUHA

Pred začatím tréningu sa uistite, že je zariadenie správne namontované.

- Pred začatím prvého tréningu sa oboznámte so všetkými funkciami a možnosťami nastavenia zariadenia.
- Zariadenie má prvky, ktoré môžu byť vystavené korózii. Z tohto dôvodu sa neodporúča, aby zostávalo v vlhkom pomieszczeni. Naležy również dbać o to, aby zariadenie (najmä jeho vnútorné a elektronické prvky) nebolo vystavené kontaktu s vodou, nápojmi, potom atď.
- Zariadenie je určené len na tréning dospelých a v žiadnom prípade nie je hračkou pre deti. Ak dovoľíte deťom používať ho na vlastné riziko, bezpodmienečne ich poučte o jeho správnom používaní a neustále na ne dohliadajte..
- Zariadenie nevhodné na terapeutické použitie. Počas prevádzky sa pri zotrvačnom pohybe letovej záťaže môžu vyskytnúť tiché zvuky, ktoré sú spôsobené typom konštrukcie. Nemajú žiadny vplyv na na fungovanie zariadenia.
- - Emisie hluku počas zaťaženia sú vyššie ako bez zaťaženia.
- - Pred začatím každého školenia skontrolujte, či sú bezpečnostné zariadenia a skrutkové a zástrčkové spoje správne.. Pri tréningu na stroji nezabudnite nosiť vhodnú obuv (športovú obuv).

ÚDRŽBA

V záujme zaistenia maximálnej bezpečnosti pri používaní bežeckého pásu sa odporúča pravidelne kontrolovať opotrebovanie komponentov bežeckého pásu. To zahŕňa kontrolu utiahnutia a stavu matíc, skrutiek, pohyblivých častí, puzdier atď.

Zariadenie skladujte na suchom a teplom mieste. Nevystavujte jednotku slnečnému žiareniu.

STAROSTLIVOSŤ! Pred vykonávaním údržby bežecký pás vždy vypnite a odpojte ho od elektrickej siete.

ČISTENIE

Pravidelné čistenie zariadenia predĺži jeho životnosť a zachová jeho vysoký výkon. Na čistenie bežeckého pásu používajte mäkkú vlhkú handričku. Neplatí to pre elektrické komponenty, motor, vnútorné časti - nedovoľte, aby sa do týchto oblastí dostala voda. Chránite povrch bežeckého pásu (a priestor pod ním) pred vodou.

ČISTENIE MOTORA

Zbavte motor prachu aspoň raz ročne. Ak to chcete urobiť, najprv bežecký pás vypnite z elektrickej siete a po približne 1 hodine čakania odstráňte kryt motora. Pomocou stlačeného vzduchu alebo kefy opatrne odstráňte všetok pretrvávajúci prach. Po opätovnej montáži krytu motora a jeho pripojení k zdroju napájania môžete bežecký pás spustiť.

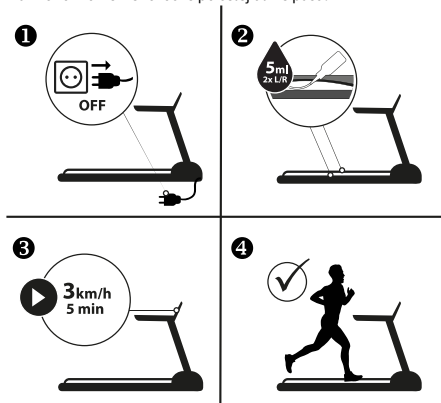
MAZANIE BEŽECKÉHO PÁSU

Frekvencia mazania bežeckého pásu závisí od intenzity používania. Ak sa stroj používa viac ako 5 hodín týždenne, odporúča sa mazanie každé 2 - 3 mesiace. Ak sa bežecký pás používa menej intenzívne, mal by sa mazať raz za 7-8 mesiacov.

1. Pred mazaním bežeckého pásu bežecký pás vypnite a odpojte ho od elektrickej siete.

2. naneste mazivo pod bežecký pás na oboch stranách, približne po 5 ml. Najviac ho použite tam, kde sa vaše nohy pri behu dostanú do kontaktu s pásom.

3. Bežecký pás spustíte pri nízkej rýchlosti (napr. 3 km/h) a počkajte, kým sa mazivo rovnomerne rozotrie po celej dĺžke pásu.



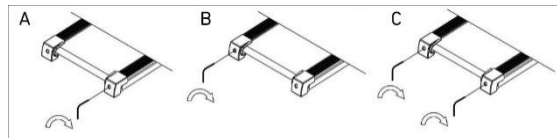
NASTAVENIE NAPNUTIA REMEŇA

Bežecký pás si v dôsledku neustáleho používania bežeckého pásu môže vyžadovať napnutie. Pás si vyžaduje napnutie, ak sa počas tréningu začne kĺzať, pohybovať do strán alebo sa krútiť.

Príliš voľne napnutý pás sa môže počas chodu motora zastaviť.

Bežecký pás umiestnite na rovný povrch. Bežecký pás spustite rýchlosťou približne 6-8 km/h, pozorujte stupeň vychýlenia bežeckého pásu. Nie naležy naciagač pasa zbyt mocno, ponieważ może to spowodować usterki m.in. silnika, wałka lub łożysk.

Pri správnom napnutí sa pás na okrajoch zdvihne asi o 5-7,5 cm. Toto sa dá veľmi ľahko skontrolovať - pás je správne napnutý, keď sa pod neho zmestia tri prsty.



ZVÝŠENIE NAPNUTIA REMEŇA

V súprave dielov nájdete špeciálny kľúč. Vložte ho do ľavej skrutky na nastavenie pásu, ktorá sa nachádza v zadnej časti bežeckého pásu. Otočte kľúčom v smere hodinových ručičiek o 90 stupňov (obrázok C).

Tým sa napne zadný valec a zvýši sa napnutie pásu. Operáciu zopakujte otočením skrutky na pravej strane. Dbajte na to, aby ste skrutky otáčali rovnako. Opakujte pre obe skrutky, kým nebude pás správne napnutý.

ZNÍŽENIE NAPNUTIA REMEŇA

Ak chcete znížiť napnutie remeňa, postupujte rovnako ako pri jeho zvyšovaní. Otočte kľúčom proti smeru hodinových ručičiek.

VYCENTROVANIE BEŽECKÉHO PÁSU

V dôsledku rôznych štýlov behu (zvyčajne sa väčšia záťaž prenáša na jednu nohu) sa pás môže pohybovať do strán a nemusí byť vycentrovaný. Z tohto dôvodu môže byť potrebné pás z času na čas nastaviť.

Pás by sa mal pri behu na bežiacom páse vycentrovať. Ak sa pohybuje smerom k pravej alebo ľavej strane, vyžaduje si nastavenie.

Spustite bežecký pás a nastavte ho na nízku rýchlosť (napr. 3 km/h). Skontrolujte stránku.

ktorým smerom sa pás pohybuje.

- Ak sa pás pohybuje smerom doprava, vložte kľúč do pravej nastavovacej skrutky. Otočte kľúčom o 90 stupňov v smere hodinových ručičiek (obrázok A). Sledujte, či pás zostáva vycentrovaný. Ak sa stále pohybuje doprava, otočte skrutku opäť o 90 stupňov.
- Ak sa pás pohybuje doľava, postupujte rovnako ako pri vyššie, ale otočte skrutku umiestnenú na ľavej strane (obrázok B).

PROSTREDIE



Zariadenie sa dodáva v obale, ktorý ho chráni pred možným poškodením počas prepravy. Obal je surovina a môže sa recyklovať. Tieto materiály likvidujte do príslušných farebných kontajnerov určených na separovaný zber. Chránite životné prostredie a nevyhadzujte použité batérie do domáceho odpadu. Odovzdajte ich v mieste nákupu alebo ich odovzdajte na špecializovanom zbernom mieste na recykláciu.

Použitý elektrospotrebič (vrátane elektromera, napájacej jednotky) je druhotnou surovinou - nevyhadzujte ho do nádoby na domový odpad, pretože môže obsahovať látky nebezpečné pre zdravie a životné prostredie. Prosím, aktívne pomáhajte zachraňovať prírodnými zdrojmi a ochranou 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 niektoré prvky neboli počas prepravy poškodené. V prípade chýbajúcich prvkov alebo výhrad kontaktujte predajcu.
- Oboznámte sa s nákresemi a vysvetľivkami a vykonajte montáž v súlade s poradím uvedeným v návode na montáž.
- Buďte opatrní počas montáže. Počas používania náradia a prvkov existuje riziko porezania.
- Nezabúdajte na zachovanie bezpečného prostredia. Nerozkladajte chaoticky náradie a montážne prvky. Nezabúdajte, že fólie a vrecká z plastu predstavujú riziko udusení sa pre deti.
- Montážne prvky potrebné na vykonanie daného kroku návodu na montáž boli znázornené na nákresoch a vysvetľivkách. Používajte prvky uvedené v návode na montáž.
- V prvých fázach montáže nedotahujte časti úplne. Urobte to po umiestnení všetkých a uistení sa, že sú správne osadené.
- Výrobca si vyhradzuje právo na predbežnú montáž niektorých prvkov.

MONTÁŽNA SCHÉMA (→ Pozri stranu 2)

POZOR! Zakazuje sa používať diely pochádzajúce z iných zdrojov ako od výrobcu.

ZOZNAM DIELOV

Kompletný zoznam dielov je k dispozícii po kontaktovaní servis@zipro.pl alebo na stránke zipro.store v popise produktu.

Č.	POPS	MNOŽSTVO
1	Hlavný rám	1
2	Podstavec	1
4	Ľavý/Pravý stĺpik	2
5	Rám monitora	1
12	Kľúč 6# 55*95mm	1
21	Ľavá kryt stĺpika	1
22	Pravý kryt stĺpika	1
28	Podložka na zariadenia	1
55	Bezpečnostný záмок, dvojité ploché zásvuky	1
64	Skrutka M8*35 S6	2
68	Skrutka M8*15 S6	2
69	Skrutka ST4.2*16	6
76	Skrutka M8*50 25 S6	6
88	Silikonový olej	1

NÁVOD NA MONTÁŽ (→ Pozri strana 2)

POZOR! Počas montáže dodržiavajte nasledujúce kroky a používajte nástroje, ktoré sú súčasťou produktu.

Pripravte si dostatok voľného miesta na montáž zariadenia. Vzhľadom na vysokú hmotnosť niektorých prvkov sa odporúča montáž dvoma osobami.

INÁVOD NA MONTÁŽ A DEMONTÁŽ (→ Pozri strana 6)

MONTÁŽ ZARIADENIA

POZOR! Pred začatím montáže skontrolujte, či sú všetky skrutky dotiahnuté. POZOR! Počas montáže dávajte pozor na ruky a prsty, aby nedošlo k ich pricviknutiu.

Zdvihnite bežecký pás zariadenia do zvislej polohy, kým nebudete počuť zvuk blokovania skladacieho mechanizmu.

DEMONTÁŽ ZARIADENIA

POZOR! Dbajte na to, aby sa počas spúšťania bežeckého pásu v bezprostrednej blízkosti nenachádzali tretie osoby a zvieratá.

Držite bežecký pás a nohou uvoľnite blokovanie skladacieho mechanizmu (označené šípkou). Spustíte mostík do výšky zábradlia hlavného rámu.

Od tejto výšky bude pás samovoľne padať smerom k zemi.

NASTAVENIA

Vyrovnanie zariadenia

Vyrovnajte zariadenie odskrutkovaním alebo zaskrutkovaním vyrovnávacích nožičiek umiestnených na prednej a zadnej základni.

NÁVOD NA OBSLUHU POČÍTAČA

ZAČIATOK

V priebehu 3 sekúnd po stlačení tlačidla **ŠTART** zariadenie začne pracovať.

FUNKCIA ÚSPORY ENERGIE

Počítač bežeckého pásu sa automaticky prepne do režimu úspory energie, ak do 10 minút nedôjde k žiadnej činnosti. Stlačením ľubovoľného klávesu obnovíte systém.

NÚDZOVÉ ZASTAVENIE ZARIADENIA

POZOR! Bezpečnostný kľúč by mal byť pripevnený 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 funkcie systému. Vytiahnite bezpečnostný kľúč potiahnutím za šnúрку. Po vytiahnutí kľúča sa bežecký pás zastaví s oneskorením vyplývajúcim z rýchlosti práce, zastaví sa aj systém zdvihania 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 na manuálne nastavenie, 24 automatických programov uložených v pamäti, 3 režimy odpočítavania (času, kalórií, vzdialenosti) a funkciu merania telesného tuku (Body Fat).

POPIS TLAČIDIEL

- ŠTART** – slúži na spustenie bežeckého pásu v manuálnom režime alebo vybraného programu.
- STOP** – slúži na zastavenie bežaceho bežeckého pásu. Po stlačení sa nastavenia tiež resetujú. Po opätovnom spustení začne zariadenie pracovať v manuálnom režime.
- PROGRAM** – slúži na výber automatického tréningového programu (P1-P24), užívateľského programu (U1-U3) alebo funkcie Body Fat pred spustením bežeckého pásu.
- MODE** – umožňuje vybrať režim odpočítavania: času, vzdialenosti alebo kalórií
- SPEED** – tlačidlá umožňujú reguláciu (zvyšovanie a znižovanie) rýchlosti po 0,1 km/h. Tlačidlá sú umiestnené na konzole počítateľa a na držiadlách.
- TLAČIDLÁ RÝCHLEJ VOĽBY RÝCHLOSTI** – umožňujú priamu voľbu rýchlosti(5,10).
- INCLINE** – tlačidlá umožňujú reguláciu (zvyšovanie a znižovanie) uhla sklonu bežeckého pásu po 1 úrovni počas tréningu. Tlačidlá sú umiestnené na konzole počítateľa a na držiadlách.
- TLAČIDLÁ RÝCHLEJ VOĽBY UHLU SKLONU** – umožňujú priamu voľbu uhla sklonu bežeckého pásu počas tréningu (5,10).

FUNKCIE (ŠPECIFIKÁCIA)

SPEED	Zobrazuje aktuálnu rýchlosť.	1-20 km/h
TIME	Počíta celkový čas cvičenia od jeho začiatku do konca.	00:00-99:59 min
INCLINE	Zobrazuje aktuálnu úroveň sklonu bežeckého pásu.	0-20 úrovní
CALORIES	Počíta celkový počet spaľených kalórií od začiatku do konca cvičenia. (Meranie je približné na porovnanie rôznych cvičebných jednotiek, nemôže sa používať na liečbu).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Počíta celkovú vzdialenosť od začiatku do konca cvičenia.	0,0-99,9 km
PULSE	Zobrazuje aktuálny pulz. POZOR! Meranie tepu len na športové účely (vylučuje sa lekárske použitie).	50-200 BPM

FUNKCIA MERANIA TEPU

Po spustení bežeckého pásu pridržte obe ruky na snímačoch na meranie pulzu. Po 30 sekundách sa na obrazovke zobrazí aktuálny pulz.

Počas merania počítač zobrazí ikonu v tvare srdca.

POZOR! Meranie tepu len na športové účely (vylučuje sa lekárske použitie).

MANUÁLNY PROGRAM

Manuálny program je predvolený režim prevádzky zariadenia. Bežecký pás začne v ňom pracovať po stlačení **ŠTART**, ak nie je vybraný žiadny tréningový program.

- Predvolená rýchlosť v manuálnom režime je 1 km/h.
- Predvolená úroveň uhla sklonu pásu je 0.
- Zmena nastavenia rýchlosti a uhla sklonu bežeckého pásu je možná pomocou tlačidiel na počítateľa a madlách.

TRÉNINGOVÉ PROGRAMY

Vyberte jeden z 24 automatických tréningových programov stlačením tlačidla

PROGRAM tak dlho, kým sa na obrazovke nezobrazí príslušné číslo.

- Keď sa zobrazí príslušný program stlačte **MODE**. Po výbere sa v okne zobrazí a bude blikať hodnota "30:00". Nastavenie času tréningu programu je možné vykonať tlačidlami **SPEED +/-**.
- Nastavený čas tréningu je rozdelený proporcionálne na 16 etáp. Tabuľka zobrazuje zoznam etáp a zodpovedajúce rýchlosti a uhol sklonu pre každý tréningový program. → [Pozri strana 117](#).
- Pre spustenie programu stlačte **ŠTART**.

PROGRAMY UŽÍVATEĽA

Počítač je vybavený 3 užívateľskými programami na individuálne definovanie: U1, U2, U3.

NASTAVENIE PROGRAMU UŽÍVATEĽA

- V pohotovostnom režime stlačte tlačidlo **PROGRAM**, pre výber jedného z užívateľských programov. Na paneli sa postupne zobrazia čísla automatických programov a potom užívateľské programy.
- Keď sa zobrazí požadovaný program, stlačte **MODE**, pre spustenie úpravy prvej sekcie 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 prechod na úpravu ďalšej.

Programy sa skladajú z 16 sekcií. Opakujte vyššie uvedené kroky, kým nenastavíte parametre všetkých sekcií.

Programy sa uložia do pamäte počítateľa až do ich nasledujúcej úpravy.

Dáta sa nestratia v dôsledku výpadku napájania.

SPUSTENIE UŽÍVATEĽSKÉHO PROGRAMU

- V pohotovostnom režime stlačte tlačidlo **PROGRAM**, pre výber jedného z užívateľských programov. Po výbere sa v okne zobrazí a bude blikať hodnota „30:00“. Použite tlačidlá **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** na nastavenie času tréningu. Nastavený čas tréningu je proporcionálne rozdelený na 16 etáp.
- Pre spustenie programu stlačte **ŠTART**.

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 nastavenie času v rozsahu 5-99 minút (po 1 minúte).
- KALÓRIE: počiatočná hodnota odpočítavania je 50 kcal. Počítač umožňuje nastavenie kalórií v rozsahu 20-990 kcal (po 10 kcal).
- VZDIALENOSŤ: počiatočná hodnota odpočítavania je 1 km. Počítač umožňuje nastavenie vzdialenosti v rozsahu 1,0-99,0 km (po 1 km).

FUNKCIA MERANIA TELESNÉHO TUKU (BODY FAT)

Stláčajte 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 20-140 kg

Použite tlačidlá **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** na nastavenie hodnôt parametrov.

Po vybratí parametrov sa na displeji zobrazí F5. Položte obe ruky na snímače na meranie pulzu, po 5-6 sekundách počítač zobrazí informáciu FAT. FAT má za cieľ zmerať vzťah medzi výškou a hmotnosťou, a nie proporcie tela.

Správny výsledok by sa mal pohybovať medzi 19-26. Hodnota pod 19 znamená podváhu, 27-30 - nadváhu, a nad 30 - obezitu.

POZOR! Získané výsledky nemôžu byť v žiadnom prípade podkladmi na liečbu alebo sa brať do úvahy na lekárske účely.

TRÉNING A FÁZY CVIČENÍ

Používanie zariadenia vám prinesie mnoho výhod. Predovšetkým zlepší vašu kondíciu, posilní svaly a v kombinácii

z odpowiednią dietą pozwoli spalić zbędną tkankę tłuszczową.

BLUETOOTH PRIPOJENIE S MOBILNOU APLIKÁCIOU

Počítač spolupracuje s aplikáciou FitShow.

Začnite tréning a užívajte si nové možnosti:

- Stiahnite si aplikáciu.
- Zapnite Bluetooth vo svojom mobilnom zariadení.
- Zapnite aplikáciu a vyberte v nej svoje zariadenie ZIPRO, s ktorým sa chcete pripojiť.

- Keď sa ZIPRO pripojí k aplikácii, dôjde k vypnutiu počítača a jeho obrazovka zhasne.

Odteraz ovládate ZIPRO cez svoje mobilné zariadenie.

1. ROZCVIČKA

Je to fáza, ktorá zlepšuje krvný obeh 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 cítite bolesť, prestaňte cvičiť alebo znížte rozsah vykonávaného pohybu.

PREŤAHOVANIE VNÚTORNÝCH SVALOV STEHIEN

Sadnite si na rovnú podložku so zohnutými nohami a kolenami smerujúcimi von. Spojte chodidlá a približte ich k sebe tak blízko, ako je to možné. Jemne zatlačte na kolená smerom k podložke a vydržte v tejto polohe 15 sekúnd.

PREŤAHOVANIE STEHIEN

Sadnite si na rovnú podložku. Vystrite pravú nohu a chodidlo ľavej nohy priložte k pravému stehnu. Natiahnite pravú ruku v smeru prstov pravej nohy tak ďaleko, ako je to možné. Vytrzymaj przez 15 sekund. Powtórz czynność z lewą nogą.

OTÁČANIE HLAVY

Držte hlavu rovno a pozerajte sa pred seba. Bez pohnutia ramien ju otočte doprava a vystrite, potom ju otočte doľava a vystrite.

ZDÍHANIE RAMIEN

Zdvihnite ľavú ruku čo najvyššie a vydržte niekoľko sekúnd. Opakujte s pravou rukou.

PREŤAHOVANIE ACHILOVÝCH ŠLIACH

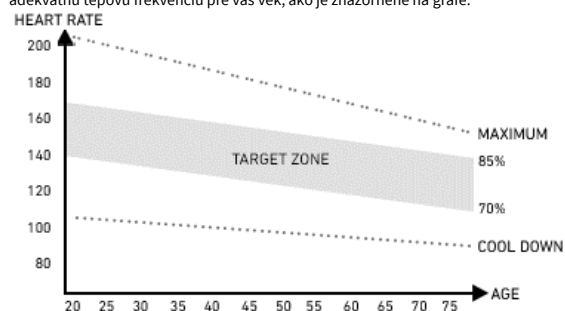
Postavte sa tvárou k stene, ľavú nohu vysuňte dopredu a mierne ohnite v kolene. Pravú držte vzadu – vystretú, s päťou položenou rovno na podložke. Držte obe päty rovno na podložke a tlačte boky smerom k stene. Udržujte túto pozíciu 30 sekúnd. Opakujte s vysunutou pravou nohou. Pamätajte, aby ste počas cvičenia neohýbali chrbát do oblúka.

PREDKLONY

Postavte sa s nohami spojenými k sebe. Urobte predklon a snažte sa, aby najbližšie zbližili klatku piersiową do kolan. Wytrzymaj przez 15 sekund. Pamiętaj, aby nie zginać kolan.

2. FÁZA CVIČENIA

Je to správna fáza tréningu. Cvičte vlastným tempom tak, aby ste dosiahli adekvátnu tepovú frekvenciu pre váš vek, ako je znázornené na grafe.



3. FÁZA UVOĽNENIA

Táto fáza umožňuje upokojiť krvný obeh a uvoľniť svaly. Je to opakovanie rozcvičovacích cvičení. Nezabúdajte na to, aby nie nadvyrežac miéšni.

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	Bezpečnostný kľúč nie je pripojený. Počítač je poškodený.	Pripojte správne bezpečnostný kľúč. Kontaktujte servis výrobcu.
E01 Nesprávna komunikácia medzi monitorom a elektronickým ovládačom	Komunikačná linka monitora je nesprávne pripojená, poškodená alebo má slabý kontakt. Monitor nemá výstupný signál. Dolný ovládací panel nemá výstupný signál.	Prosím, znova pripojte komunikačnú linku. Kontaktujte servis výrobcu. Kontaktujte servis výrobcu.
E02 Nesprávna detekcia napätia medzi dolným ovládacím panelom a motorom	Kábel motora je nesprávne pripojený. Dolný ovládací panel nepodáva napätie na motor alebo je výstupné napätie nesprávne. Motor je poškodený.	Skontrolujte, či je kábel motora správne pripojený. Kontaktujte servis výrobcu. Kontaktujte servis výrobcu.

E03 Dolný ovládací panel detekuje nesprávnu rýchlosť.	Porucha obvodu riadenia PWM dolnej riadiacej dosky	Kontaktujte servis výrobcu.
E04 Informácie o ochrane proti prepätiu motora dolného ovládacieho panelu	Zaťaženie bežeckého pásu prekračuje menovité pracovné napätie motora. Motor bežeckého pásu je nesprávny.	Odporúča sa používať v rozsahu menovitého pracovného napätia motora. Vymeňte silník. Kontaktujte servis výrobcu.
	Porucha obvodu detekcie prepätia motora na dolnej riadiacej doske.	Kontaktujte servis výrobcu..
E05 Informácie o ochrane proti nadprúdu motora dolného ovládacieho panelu	Zaťaženie bežeckého pásu prekračuje menovitý pracovný prúd motora.	Odporúča sa, aby sa nachádzalo v rozsahu menovitého pracovného prúdu motora
	Vyskytuje sa problém s montážnou štruktúrou bežeckého pásu a motora, ktorý spôsobuje odpor alebo blokovanie motora.	Skontrolujte, či je štruktúra bežeckého pásu normálna
	Porucha systému obmedzenia prúdu dolného ovládacieho panela	Kontaktujte servis výrobcu.
E07 BBezpečnostný zámok nie je správne umiestnený	Odpojený bezpečnostný magnet.	Umiestnite bezpečnostný zámok na určené miesto elektronických hodiniek.
	Porucha systému monitorovania bezpečnostného zámku	Kontaktujte servis výrobcu.
Zariadenie nefunguje	Žiadne napájanie Odpojený bezpečnostný kľúč Skrat Prepínač ON/OFF nie je zapnutý	Pripojte zariadenie k napájaniu. Zapojte bezpečnostný kľúč. Kontaktujte servis výrobcu. Zapnite zariadenie.
Bežecký pás nefunguje plynule	Bežecký pás nie je dostatočne namazaný Bežecký pás je príliš silno natiahnutý	Namajte bežecký pás podľa informácií uvedených v návode na obsluhu. Nastavte a vyrovajte polohu bežeckého pásu podľa informácií uvedených v návode na obsluhu.
Bežecký pás je pokrivený	Bežecký pás je príliš slabo napnutý Hnací pás je príliš málo napnutý	Nastavte a vyrovajte polohu bežeckého pásu podľa informácií uvedených v návode na obsluhu. Kontaktujte servis výrobcu.

ZÁRUKA

Predávajúci v mene Garanta poskytuje záruku na území Slovenskej republiky na obdobie 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.

ZÁRUČNÉ PODMIENKY

- Reklamácií a záruke podliehajú výlučne skryté vady, ktoré vznikli vinou výrobcu.
- Záruka bude rešpektovaná predajňou alebo servisom po predložení klientom:
 - platného, čitateľne a správne vyplneného záručného listu s pečiatkou predaja a podpisom predávajúceho,
 - platného dokladu o kúpe zariadenia s dátumom predaja, reklamovaného tovaru alebo chýbnej časti.
 V prípade nákupu na diaľku je záručný list platný výlučne na základe dokladu o kúpe (pokladničný doklad / faktúra).
- Reklamácia bude vybavená do 14 dní od momentu nahlásenia vady Klientom.
- 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.
- V prípade potreby dovozu dielov zo zahraničia sa môže doba realizácie záručnej opravy predĺžiť o čas potrebný na ich dovoz, avšak nie dlhšie ako o 40 dní.
- Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a nimi spôsobené vady,

- b. poškodenia a vady 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 súvisiace s montážou, údržbou, ktoré je užívateľ povinný vykonať vo vlastnej réžii podľa návodu na obsluhu.
7. Záruka sa nevzťahuje na nasledujúce prípady:
 - a. uplynutia doby platnosti,
 - b. dokonania przez klienta samodzielnych napraw i modyfikacji z użyciem nieoryginalnych części,
 - c. ak vada vznikla v dôsledku nesprávnej inštalácie alebo v dôsledku nedodržania zásad správnej prevádzky opísaných v návode na obsluhu,
 - d. používania iného ako domáceho používania,
 - e. poškodenia vzniknutého počas prepravy.
8. Duplikáty záručného listu sa nebudú vydávať.
9. V rámci záruky má klient právo požadovať nasledujúce druhy bezplatného odškodnenia:
 - a. opravy produktu,
 - b. výmeny produktu,
 - c. zníženia ceny,
 - d. zrušenia zmluvy a úplného vrátenia vynaložených nákladov.
10. Na uplatnenie reklamácie je potrebné:
 - a. Predložiť produkt alebo jeho časť, ktorej sa záruka týka.
 - b. Doklad o kúpe s uvedením názvu a adresy predávajúceho, dátumu a miesta nákupu, typu produktu alebo platný záručný list s pečiatkou obchodu.
 - c. V prípade doručenia znečisteného produktu môže servis odmietnuť jeho prijatie alebo na náklady klienta s jeho písomným súhlasom vykonať čistenie.
11. V prípade kladného vybavenia reklamácie bude zariadenie opravené alebo vymenené za nové, prípadne budú klientovi vrátené peniaze. Náklady na prepravu tovaru ku klientovi hradí servis výrobca.
12. V prípade zamietnutia záručnej reklamácie klient obdrží podrobné odôvodnenie prijatého rozhodnutia a do 14 dní od doručenia rozhodnutia bude zariadenie zaslané späť klientovi na jeho náklady.

HU Használati útmutató

Tisztelt Felhasználó!

Kérjük, olvassa el az alábbi útmutatót az összeszerelés megkezdése előtt és a készülék első használata előtt. Ez az útmutató fontos információkat tartalmaz a berendezés biztonságos használatára és karbantartására vonatkozóan. Kérjük, őrizze meg, hogy a karbantartással kapcsolatos információkhoz hozzáférhessen, vagy alkatrészeket rendelhessen.

MŰSZAKI ADATOK

Áramellátás	220V
Maximális teljesítmény	2610 W
Súly	69 kg
Üzemi hőmérséklet	0°C és +40°C
Tárolási hőmérséklet	-10°C és +60°C
Maximális felhasználói súly	140 kg
Alkalmazási osztály	H osztály
Pontossági osztály	C osztály
Sebesség	1-20 km/h
Dőlésszög	20 szint
Termékszabvány (fő)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Rendeltetés	Elektromos futópáda otthoni használatra

BIZTONSÁG

FIGYELEM! A berendezést kizárólag a rendeltetésének megfelelően, azaz felhőtték általi edzésre szabad használni. Bármilyen más felhasználás veszélyes lehet. A gyártó nem vonható felelősségre a készülék helytelen használatából eredő károkért.

- A készüléket a legújabb biztonsági ismeretek alapján tervezték és szerkesztették a legújabb biztonsági ismeretek alapján. A veszélyes elemek, amelyek potenciálisan sérülésveszélyt jelenthetnek, ki lettek küszöbölve vagy megfelelően biztosítva lettek.
- Nem megengedett a javítás és a változtatás saját kezűleg.
- 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 szakszerveletben.
- A készüléken végzett minden olyan változtatás, amelyet nem írtak le ebben a használati utasításban, károkat okozhat, vagy közvetlenül veszélyeztetheti a gyakorló személy egészségét és életét. A készüléken csak a gyártó szervizének alkalmazottai vagy az általuk képzett személyek végezhetnek változtatásokat.
- Minden készüléket folyamatos innovációs tevékenységnek vetnek alá a magas minőség biztosítása érdekében. Ezért a gyártó fenntartja a jogot a műszaki változtatások bevezetésére.
- A berendezéssel kapcsolatos kérdéseit vagy kétségeit kérjük, irányítsa szakülethez.

FIGYELEM! Tartsa be az elektromos készülékek kezelésére vonatkozó általános szabályokat és biztonsági intézkedéseket.

- A készülék hálózati feszültséggel működik 220V.**
- Minden elektromos készülék működés közben elektromágneses sugárzást bocsát ki. Ha az elektronikus vezérlőrendszer vagy a pilótafülke közelében más ilyen sugárzást kibocsátó készülékek (pl. mobiltelefonok) vannak, akkor bizonyos értékek (például a pulzusszám) torzulhatnak.
- FIGYELEM!** Soha ne végezzen saját kezűleg semmilyen módosítást az elektromos hálózaton. Az ilyen változtatásokat bízza szakemberekre.
- FIGYELEM!** Ne feledje, 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 összenyomva, és elhelyezése ne okozzon botlásveszélyt.

FÖLDELÉS

A földelés véd az áramütés kockázatától. A készülék földelt vezetékkel és dugóval rendelkezik. A dugót megfelelően telepített és megfelelően földelt hálózati aljzathoz kell csatlakoztatni.

VESZÉLY! A vezeték helytelen csatlakoztatása áramütés kockázatát okozhatja.

- A készülék tápfeszültséghez való csatlakoztatása előtt ellenőrizze, hogy a helyi feszültség megfelel-e a dugó típusának.
 - Ne módosítsa a dugót, ha nem illik a konnektorból.
- Ilyen esetben bízson meg egy képzett villanyszerelőt egy másik konnektor telepítésével.

FIGYELEM! A készülék használata közben a közelben tartózkodó személyeket figyelmeztesse az esetleges veszélyekre. Legyen különösen óvatos gyermekek jelenlétében.

FIGYELEM! A gyakorlatok megkezdése előtt konzultáljon orvosával annak érdekében, hogy megbizonyosodjon arról, hogy nincs-e semmilyen

egészségügyi ellenjavallata a készüléken való edzésnek. A szakember véleménye alapján kidolgozhatja edzéstervét. A helytelenül kiválasztott program vagy a túlzott edzés veszélyes lehet az Ön egészségére és életére.

FIGYELMEZTETÉS! A pulzuszám mérő rendszerek pontatlanok lehetnek. A túlzott megerőltetés edzés közben súlyos sérülést vagy halált okozhat. Ha gyengének érzi magát, azonnal hagyja abba az edzést.

FIGYELEM! Feltétlenül tartsa be az ebben az útmutatóban található edzésre vonatkozó megjegyzéseket.

- Az edzés helyének kiválasztásakor vegye figyelembe a lehetséges akadályoktól való biztonságos távolságot. Ne helyezze a berendezést közlekedési útvonalak (utak, kapuk, átjárók stb.) közelébe.
- Tilos a berendezést közeli távolságban 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 gyermekek a közelben tartózkodjanak. Az összeszerelés során apró alkatrészeket (anyákat, csavarokat stb.) használhatnak, 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 elesése, ami borkopásokat, zúzódásokat, töréseket vagy a legrosszabb esetben halált okozhat.
- Fennáll a maradék kockázata a gyakorló személy akaratlan túlterhelésének, amelyet helytelen kezelés vagy helytelen értékelés, valamint helytelen adatátvitel okoz (elektromágneses interferencia, szoftverhiba stb. miatt). Még a legjobb szoftver- és hardverbiztonság sem zárja ki a szoftver vagy a hardver hibáját, és elméletileg a gyakorló személy túlterhelését okozhatja.
- A termék egy elektromos eszköz, ezért nem zárható ki az áramütés, amely halálhoz vezethet.
- Nem zárható ki a maradék fulladásveszély.
- A kockázat csökkenthető, ha betartja a használati útmutatóban található biztonsági információkat.
- Nem zárható ki, hogy a nem szándékos vagy engedély nélküli használat más, figyelembe nem vett kockázatot okoz, a figyelembe vett kockázatot helytelenül becsülték fel.

A kockázatelemzésben az értékelés a „berendezés jelenlegi állapotán” alapult. A termék elvégzett értékelése és ellenőrzése azt mutatja, hogy a nem elfogadható kockázat bekövetkezésének valószínűsége nagyon alacsony. A berendezés (szerkezete, működése és alkalmazása) – normál körülmények között – nem okoz indokolatlan kockázatot a gyakorló személy vagy harmadik felek számára.

KEZELÉSI JELZÉSEK A SZÁLLÍTÁSI CSOMAGOLÁSON

Ezzel az oldallal felfelé. Ne fordítsa fel.



Óvja a leeséstől.



Újrahasznosítható csomagolás.



Elektromos hulladék. A használt berendezést újrahasznosító helyre kell leadni.



Óvatosan, törékeny. Sérülés veszélye. Legyen óvatos.



Óvja a nedvességtől.



Figyelem, nehéz termék.



A termék tartalmaz használati útmutatót.



DO NOT USE BLADE TO OPEN
Ne nyissa ki késsel.



A csomagolás kartonból és műanyagból készült. 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 környezeti felelősségvállalás és az újrahasznosítás figyelembevételével készült. Kérjük, a hulladékot a helyi szabályoknak megfelelően válogassa szét.



Tárolja legfeljebb 5 rétegben

HASZNÁLAT

Az edzés megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy a berendezés megfelelően van felszerelve.

- Az első edzés megkezdése előtt ismerkedjen meg a berendezés összes funkciójával és beállítási lehetőségével.
- A készülék olyan elemeket tartalmaz, amelyek ki lehetnek téve a korrózióknak. Ezért nem ajánlott, hogy wilgotnym pomieszczeniu. Należy również dbać o to, hogy a berendezés (különösen annak belső és elektronikus elemei) ne érintkezzen vízzel, itallal, izadsággal stb.
- 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 je o prawidłowym korzystaniu i stale nadzoruj.
- A berendezés nem alkalmas terápiás célokra.
- Működés közben a lendkerék tehetetlenségi mozgása során halk zajok jelentkezhetnek, amelyek a konstrukció típusából adódnak. Ezek nem befolyásolják a berendezés működésére.
- A zajkibocsátás terhelés alatt nagyobb, mint terhelés nélkül.
- Minden edzés megkezdése előtt ellenőrizze, hogy a biztonsági eszközök, valamint a csavar- és dugaszcsatlakozások megfelelőek-e.A készüléken végzett edzés során ne feledkezzen meg a megfelelő lábbeliről (sportcipő).

KARBANTARTÁS

A futópád használatának maximális biztonsága érdekében ajánlott a futópádot rendszeresen ellenőrizni az alkatrészek elhasználódása miatt. Ez magában foglalja az anyák, csavarok, mozgó alkatrészek, perselyek stb. feszességének és állapotának ellenőrzését.Tárolja a készüléket száraz és meleg helyen. Ne tegye ki a készüléket napfénynek.

FIGYELEM! Karbantartás megkezdése előtt mindig kapcsolja ki a futópádot, és húzza ki a tápfeszültséget.

TISZTÍTÁS

A készülék rendszeres tisztítása meghosszabbítja az élettartamát és megőrzi a magas hatékonyságát.

A futópád tisztításához használjon puha, nedves ruhát. Ez nem vonatkozik az elektromos alkatrészekre, motorra, belső részekre - ne engedje, hogy víz kerüljön ezekre a területekre. Védje a futószalag felületét (és az alatta lévő teret) a víztől.

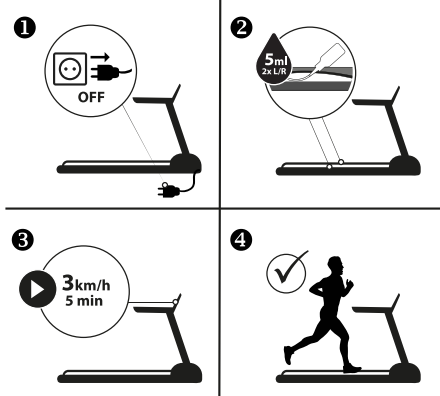
MOTORTISZTÍTÁS

Legalább évente egyszer szabaduljon meg a portól a motoron. Ehhez először kapcsolja ki a futópádot az áramforrásból, és kb. 1 óra várakozás után vegye le a motorburkolatot. Sűrített levegővel vagy kefével óvatosan távolítsa el a lerakódott port. Miután a motorburkolatot visszahelyezte és csatlakoztatta a tápegységhez, elindíthatja a futópádot.

FUTÓPÁD KENÉSE

A futópád kenésének gyakorisága a használat intenzitásától függ. Ha a készüléket heti 5 óránál többször használják, akkor 2-3 havonta ajánlott a kenés. Ha a futópádot kevésbé intenzíven használják, akkor 7-8 havonta egyszer kell megkenni..

- A futószalag kenése előtt kapcsolja ki a futópádot, és válassza le a tápegységről.
- Vigyen fel kenőanyagot a futószalag alá mindkét oldalon, egyenként körülbelül 5 ml-t. A legtöbbet ott használja, ahol a lába futás közben érintkezik a szíjjal. 3. Futtassa a futópádot alacsony sebességgel (pl. 3 km/h), és várja meg, amíg a kenőanyag egyenletesen eloszlik a futószalag teljes hosszában.



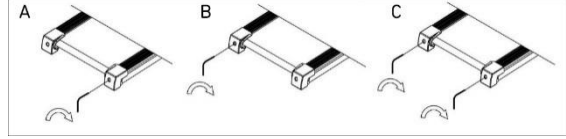
SZALAGFESZÍTÉS BEÁLLÍTÁSA

A futószalag a futópád állandó használata következtében feszítésre szorulhat. A futószalagot akkor kell megfeszíteni, ha edzés közben csúszni, oldalra mozogni vagy görbülni kezd..

A túl lazán meghúzott szalag leállhat a motor működése közben.

Helyezze a futópádot sík felületre. Indítsa el a futópádot körülbelül 6-8 km/h sebességgel, figyelje meg a futószalag kitérésének mértékét.Ne húzza meg túl erősen a szalagot, mert ez meghibásodást okozhat többek között a motorban, a tengelyben vagy a csapágyakban.

Megfelelően megfeszített állapotban az öv a széleinél kb. 5-7,5 cm-re emelhető. Ezt nagyon könnyű ellenőrizni - akkor van megfelelően megfeszítve, ha 3 ujj elfér alatta.



SZALAGFESZÍTÉS NÖVELESE

Az alkatrészkészletben talál egy speciális kulcsot. Helyezze be a futópád hátsó részén található bal oldali szíjbeállító csavarba. Fordítsa el a kulcsot az óramutató járásával megegyező irányba 90 fokot (C ábra).

Ez megnyújtja a hátsó görgőt és növeli a szíj feszességét. Ismételje meg a műveletet a jobb oldali csavar elfordításával. Ügyeljen arra, hogy a csavarokat egyformán forgassa el.Ismételje meg a műveleteket mindkét csavarra, amíg a szalag megfelelően meg nem feszül.

A SZÍJFESZÍTÉS CSÖKKENTÉSE A szalag feszességének csökkentéséhez járjon el ugyanúgy, mint a növelésnél. A kulcsot az óramutató járásával ellentétes irányba forgassa.

A FUTÓSZALAG KÖZPONTOSÍTÁSA

A különböző futóstílusok (általában az egyik lábra nagyobb terhelés jut) következtében az öv oldalirányban elmozdulhat, és nem centrálódhat. Emiatt előfordulhat, hogy az övet időről időre be kell állítani.A szalagnak a futópád működése közben magától középre kell helyezkednie. Beállításra van szükség, ha a jobb vagy a bal oldal felé mozdul el.

Indítsa el a futópádot, és állítsa alacsony sebességre (pl. 3 km/h). Ellenőrizze a címet, hogy melyik irányba mozdul el a szalag. Ha a szíj jobbra mozog, helyezze a villáskulcsot a jobb oldali állítócsavarba. Fordítsa el a kulcsot 90 fokkal az óramutató járásával megegyező irányba (A ábra). Figyelje meg, hogy a szíj középen marad-e. Ha még mindig jobbra mozog, forgassa el a csavart ismét 90 fokban. Ha a szalag balra mozdul el, járjon el ugyanúgy, mint a fentiekben, de a bal oldalon található csavart forgassa el (B ábra).

KÖRNYEZET



A készüléket olyan csomagolásban szállítják, amely védi a szállítás során keletkező esetleges sérülésektől. A csomagolás nyersanyag, és újrahasznosítható. Ezeket az anyagokat a szelektív gyűjtésre szánt, megfelelő színű konténerekben kell elhelyezni.Övja a környezetet, és ne dobja a használt elemeket a háztartási hulladék közé. Vigye vissza a vásárlás helyére, vagy vigye el egy erre a célra kialakított újrahasznosítási gyűjtőhelyre.

A használt elektromos készülék (beleértve a mérőórát, tápegységet) másodlagos nyersanyag - ne dobja ki a háztartási hulladékgyűjtőbe, mivel az egészségre és a környezetre veszélyes anyagokat tartalmazhat. Kérjük, hogy aktívan segítse a gázmetakaratitást a természeti erőforrásokkal és a természeti környezet védelme a használt berendezés másodlagos nyersanyagok tárolására szolgáló helyre - használt elektromos berendezések - történő kivezetését.

ÖSSZESZERELÉS

A berendezés összeszerelését felnőtt személynek gondosan kell elvégeznie.

Késétség esetén kérjen segítséget valakitől, akinek nagyobb tapasztalata van ezen a területen.

- Az összeszerelés megkezdése előtt ellenőrizze, hogy a készlet a berendezéssel együtt tartalmazza-e az összes elemet a alkatrészlistáról, valamint hogy a szállítás során nem sérültek-e meg egyes elemek. Ha hiányoznak alkatrészek, vagy fenntartásai vannak, lépjen kapcsolatba az eladóval.
- Olvassa el a rajzokat és a magyarázatokat, és az összeszerelést a következő sorrendben végezze el: szerelési útmutatóban.
- Legyen óvatos az összeszerelés során. Használat közben a szerszámok és elemek használata során fennáll a sérülés veszélye.
- Ne feledje a biztonságos környezet megőrzését. Ne szórja szét a szerszámokat és a szerelési elemeket. Ne feledje, hogy a főlíák és a műanyag zacskók fulladásveszélyt jelentenek a gyermekek számára.
- Az adott lépéshez szükséges szerelési elemek szerelési útmutató a rajzokon láthatók és a magyarázatokban. Használja a következő elemeket: szerelési útmutatóban.
- Az összeszerelés első fázisában ne húzza meg teljesen az alkatrészeket. Ezt azután tegye meg, hogy az összezet elhelyezte, és megbizonyosodott arról, hogy megfelelően vannak behelyezve.
- A gyártó fenntartja a jogot egyes elemek előzetes összeszerelésére.

ÖSSZESZERELÉSI VÁZLAT (→ Lásd a(z) 2)

FIGYELEM! Tilos a gyártótól eltérő forrásból származó alkatrészek használata.

ALKATRÉSZEK LISTÁJA

Az alkatrészek teljes listája a serwis@zipro.pl címen vagy a [Zipro.store](https://zipro.store) weboldalon érhető el a termékleírásban.

SZ.	LEÍRÁS	MENNYISÉG
1	Fő váz	1
2	Alap	1
4	Bal/Jobb oszlop	2
5	Monitor keret	1
12	Kulcs 6# 55*95mm	1
21	Bal oszlopvédő oszlop	1
22	Jobb oldali oszlopvédő	1

28	Készüléktartó	1
55	Biztonsági zár, dupla lapos aljzat	1
64	Csavar M8*35 S6	2
68	Csavar M8*15 S6	2
69	Csavar ST4.2*16	6
76	Csavar M8*50 25 S6	6
88	Szilikonolaj	1

SZERELÉSI ÚTMUTATÓ (→ Lásd az oldalt 2)

FIGYELEM! A szerelés során tartsa be az alábbi lépéseket, és használja a termékhez mellékelt eszközöket. Készítsen elegendő szabad helyet a készülék összeszereléséhez. Egyes elemek nagy súlya miatt javasolt a szerelést két személynek végeznie.

AUTASÍTÁS ÖSSZESZERELÉSRE ÉS SZÉTSZERELÉSRE (→ Lásd az oldalt: 6)

A KÉSZÜLÉK ÖSSZESZERELÉSE

FIGYELEM! Az összeszerelés megkezdése előtt gondosan ellenőrizze, hogy minden csavar meg van-e húzva.

FIGYELEM! Összeszerelés közben ügyeljen a kezére és az ujjaira, nehogy becsipődjének.

Emelje fel a futópádot függőleges helyzetbe, amíg meg nem hallja az összecsukó mechanizmus reteszelésének hangját.

A KÉSZÜLÉK SZÉTSZERELÉSE

FIGYELEM! Ügyeljen arra, hogy a futópád leengedése közben ne tartózkodjanak harmadik személyek a közvetlen közelben és állatok.

A futópádot tartva lábával oldja ki az összecsukó mechanizmus reteszét (nyíllal jelölve). Engedje le a pódiumot a főváz korlátjának magasságáig. Ettől a magasságtól kezdve a szalag magától süllyed a talaj felé.

BEÁLLÍTÁSOK

A készülék színtezése

Színtezze a készüléket az első és hátsó alapon található szintező lábak kicsavarásával vagy becsavarásával.

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 percig nem történik semmilyen művelet. Nyomjon meg egy tetszőleges gombot a rendszer folytatásához.

A KÉSZÜLÉK VÉSZLEÁLLÍTÁSA

FIGYELEM! A biztonsági kulcsot minden edzés során rögzíteni kell a ruházathoz.

Csak vészhelyzetekben használható, nem használható normál leállítási gombként.

A helytelenül behelyezett biztonsági kulcs megakadályozza a futópád elindítását.

A futópád használata előtt ellenőrizze a rendszer működését. Húzza ki a biztonsági kulcsot a zsinór meghúzásával. A kulcs eltávolítása után a futópád a működési sebességből adódó késéssel leáll, a futópád emelőrendszere is leáll. A leállást rövid hangjelzés jelzi. A képernyőn minden ablak „---” jelet fog mutatni. A biztonsági kulcs újbóli csatlakoztatása után a készülék visszaáll.

PROGRAMOK

A számítógép 3 felhasználói programmal van felszerelve a kézi beállításához, 24 automatikus programmal a memóriában, 3 visszaszámlálási móddal (idő, kalória, távolság) és testzsírmérési funkcióval (Body Fat).

GOMBOK LEÍRÁSA

- START** – a futópád elindítására szolgál manuális módban vagy a kiválasztott programban.
- STOP** – a működő futópád leállítására szolgál. Megnyomásakor a beállítások is visszaállnak. Újraindítás után a készülék manuális módban kezd meg a működést.
- PROGRAM** – az automatikus edzésprogram kiválasztására szolgál (P1-P24), felhasználói program (U1-U3) vagy a Testzsír funkciót a futópád elindítása előtt.
- MODE** – lehetővé teszi a visszaszámlálási mód kiválasztását: idő, távolság vagy kalória
- SPEED** – gombok lehetővé teszik a sebesség beállítását (növelését és csökkentését) 0,1 km/h-ként. A gombok a számítógép konzolján és a korlátokon találhatók.
- GYORS SEBESSÉGVÁLASZTÓ GOMBOK** – lehetővé teszik a sebesség közvetlen kiválasztását(5,10).
- INCLINE** – gombok lehetővé teszik a futófelület dőlésszögének beállítását (növelését és csökkentését) edzés közben 1 szinttel. A gombok a számítógép konzolján és a korlátokon találhatók.
- GYORS DÖLÉSSZÖG VÁLASZTÓ GOMBOK** – lehetővé teszik a futófelület dőlésszögének közvetlen kiválasztását edzés közben (5,10).

FUNKCIÓK (SPECIFIKÁCIÓ)

SPEED	Megjeleníti az aktuális sebességet.	1-20 km/h
TIME	Számolja a gyakorlatok teljes idejét a kezdéstől a befejezésig.	00:00-99:59 perc
INCLINE	Megjeleníti a futófelület aktuális dőlésszögét.	0-20 szint

CALORIES	Számolja az elégetett kalóriák teljes számát a gyakorlatok kezdetétől a befejezésig. (A mérés hozzávetőleges a különböző edzésszakaszok összehasonlítására, nem használható kezelésre).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Számolja a teljes távolságot a gyakorlatok kezdetétől a befejezésig.	0,0-99,9 km
PULSE	Megjeleníti az aktuális pulzust. FIGYELEM! A pulzsmérés csak sportolási célokra szolgál (orvosi alkalmazás kizárva).	50-200 BPM

PULZUSMÉRÉSI FUNKCIÓ

A futópád elindítása után tartsa mindkét kezét a pulzsmérő érzékelőin. 30 másodperc múlva a képernyőn megjelenik az aktuális pulzus.

Mérés közben a számítógép egy szív alakú ikont jelenít meg.

FIGYELEM! A pulzsmérés csak sportolási célokra szolgál (orvosi alkalmazás kizárva).

MANUÁLIS PROGRAM

A manuális program az eszköz alapértelmezett üzemmódja. A futópád a gomb megnyomásával kezd meg a munkát **START**, ha nincs kiválasztva edzésprogram.

- A manuális üzemmód alapértelmezett sebessége 1 km/h.
- A futószalag dőlésszögének alapértelmezett értéke 0.
- A futószalag sebességének és dőlésszögének beállítása a számítógépen és a korlátokon található gombokkal lehetséges.

EDZÉSPROGRAMOK

Válasszon egyet a 24 automatikus edzésprogram közül a gomb megnyomásával **PROGRAM** mindaddig, amíg a megfelelő szám meg nem jelenik a képernyőn.

- Ha a megfelelő program megjelenik, nyomja meg a **MODE**. A kiválasztás után a "30:00" érték jelenik meg és villog az ablakban.

A program edzésidejének beállítása a gombokkal végezhető el **SPEED +/-**.

- A beállított edzésidő arányosan van felosztva 16 szakaszra. A táblázat bemutatja a szakaszok listáját, valamint az azoknak megfelelő sebességet és dőlésszöveget minden edzésprogramhoz. → Lásd az oldalt 117.
- A program elindításához nyomja meg a **START**.

FELHASZNÁLÓI PROGRAMOK

A számítógép 3 felhasználói programmal van felszerelve az egyéni definiáláshoz: U1, U2, U3.

FELHASZNÁLÓI PROGRAM BEÁLLÍTÁSA

- Készenléti állapotban nyomja meg a gombot **PROGRAM**, hogy kiválasszon egy felhasználói programot. A panelen egymás után megjelennek az automatikus programok számai, majd a felhasználói programok.
- Amikor a megfelelő program megjelenik, nyomja meg a **MODE**, hogy elkezdje a program első szakaszának szerkesztését. Használja a **SPEED +/-** gombokat a sebesség beállításához. Használja a **INCLINE +/-** gombokat a futópád dőlésszögének beállításához.
- Nyomja meg a **MODE** gombot az első szakasz paramétereinek beállításainak jóváhagyásához és a következő szerkesztéséhez.

A programok 16 szakaszból állnak. Ismételje meg a fenti lépéseket, amíg az összes szakasz paraméterei be nem állnak.

A programok a számítógép memóriájába kerülnek mentésre a következő szerkesztésig.

Az adatok áramszünet esetén sem vesznek el.

FELHASZNÁLÓI PROGRAM FUTTATÁSA

- Készenléti állapotban nyomja meg a gombot **PROGRAM**, hogy kiválasszon egy felhasználói programot. Kiválasztás után a "30:00" érték jelenik meg az ablakban, és villogni fog. Használja a **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** gombokat az edzésidő beállításához. A beállított edzésidő arányosan van elosztva 16 szakaszra.
- A program elindításához nyomja meg a **START**.

VISSZASZÁMLÁLÁSI MÓD

Válasszon egyet a 3 visszaszámlálási mód közül a gomb megnyomásával **MODE**.

- A visszaszámlálandó érték beállításához használja a **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- A futópád elindítása és a visszaszámlálás a gomb megnyomásával kezdődik **START**.

VISSZASZÁMLÁLÁSI PARAMÉTEREK:

- IDŐ: a visszaszámlálás kezdeti értéke 30 perc. A számítógép lehetővé teszi az idő beállítását 5-99 perc tartományban (1 percenként).
- KALÓRIA: a visszaszámlálás kezdeti értéke 50 kcal. A számítógép lehetővé teszi a kalóriák beállítását 20-990 kcal tartományban (10 kcal-ként).
- TÁVOLSÁG: a visszaszámlálás kezdeti értéke 1 km. A számítógép lehetővé teszi a távolság beállítását 1,0-99,0 km tartományban (1 km-ként).

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 20-140 kg

Használja a gombokat **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** - a paraméterek értékeinek beállításához.

A paraméterek kiválasztása után az F5 jelenik meg a kijelzőn. Helyezze mindkét kezét a pulzsmérő szenzorokra, 5-6 másodperc múlva a számítógép megjeleníti a FAT információt. A FAT célja a magasság és a súly közötti kapcsolat mérése, nem a testarányok.

A helyes eredménynek a következők között kell lennie: 19-26. Az alatti érték 19 alultápláltságot jelent, 27-30 - túlsúlyt, 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. Mindenekelőtt javítja az állóképességét, erősíti az izmait, és kombinálva a megfelelő étrenddel a felesleges testsúly eléréséhez.

BLUETOOTH KAPCSOLAT MOBILALKALMAZÁSSAL

A számítógép a FitShow alkalmazással működik.

Kezdje el az edzést, és élvezze az új lehetőségeket:

- Töltse le az alkalmazást.
- Kapcsolja be a Bluetooth-t a mobil eszközén.
- Kapcsolja be az alkalmazást, és válassza ki benne a ZIPRO eszközt, amelyikkel
- któрым chcesz się połączyć.
- Amikor a ZIPRO csatlakozik az alkalmazáshoz, a
- komputera i jego ekran zgaśnie.

Innentől kezdve a ZIPRO-t a mobil eszközén keresztül irányíthatja.

1. BEEMELEGÍTÉS

Ez az a szakasz, amely javítja a vérkeringést az egész testben, és felkészíti az izmokat a fokozott erőfeszítésre. Csökkenti a görcsök és a sérülések kockázatát is. Javasolt néhány nyújtó gyakorlatot végezni az alábbiak szerint.

Ha fájdalmat érez, hagyja abba a gyakorlást, vagy csökkentse a mozgás tartományát.

A BELSŐ COMB MUSZKAINAK NYÚJTÁSA

Üljön le egy lapos felületre behajlított lábakkal és kifelé fordított térdekkel. Érintse össze a talpakat, és közelítse őket egymáshoz a lehető legközelebb. Finoman nyomja a térdet a talaj felé, és tartsa ebben a helyzetben 15 másodpercig.

COMB NYÚJTÁSA

Üljön le egy lapos felületre. Nyújtsa ki a jobb lábát, és a bal láb talpát helyezze a jobb combjára. Nyújtsa ki a jobb kezét a jobb lábujjak felé, amennyire csak lehetséges. Tartsa 15 másodpercig. Ismételje meg a bal lábbal.

FEJFORDÍTÁSOK

Tartsa a fejét egyenesen előre nézve. A vállak mozgatása nélkül fordítsa jobbra, majd egyenesítse ki, majd fordítsa balra, és egyenesítse ki.

KAR EMELESE

Emelje fel a bal kezét a lehető legmagasabbra, és tartsa néhány másodpercig. Ismételje meg a műveletet a jobb kezével.

ACHILLES-ÍN NYÚJTÁSA

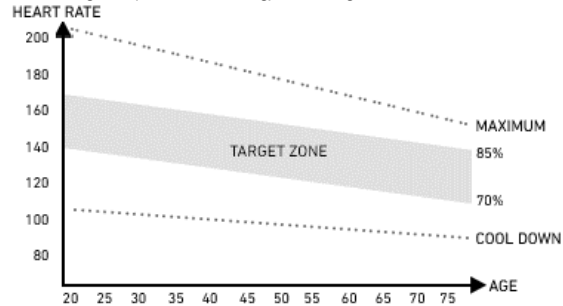
Álljon szemben a fallal, a bal lábát tolja előre, és enyhén hajlítsa be a térdénél. A jobbat tartsa hátul – egyenesen, a sarkával laposan a talajon. Tartsa mindkét sarkát laposan a talajon, és nyomja a csípőjét a fal felé. Tartsa ezt a pozíciót 30 másodpercig. Ismételje meg a műveletet a kinyújtott jobb lábával. Ne felejtse el, hogy a gyakorlat során ne görbítse a hátát.

HAJLÁSOK

Álljon összeshirt lábakkal. Hajoljon előre, és próbálja meg Hozza a mellkasát a lehető legközelebb a térdéhez. Tartsa 15 másodpercig. Ne feledje, hogy ne hajlítsa be a térdét.

2. GYAKORLATI SZAKASZ

Ez az edzés tényleges szakasza. Gyakoroljon a saját tempójában úgy, hogy elérje a korának megfelelő pulzusszámot, ahogyan az a diagramon látható.



3. RELAXÁCIÓS SZAKASZ

Ez a szakasz lehetővé teszi a keringés megnyugtatóását és az izmok ellazítását. Ez a bemelegítő gyakorlatok ismétlése. Ne feledje, hogy aby nie nadwyrażać mięśni.

LEHETSÉGES KÁROK ÉS JAVÍTÁSI TECHNIKÁK

UWAGA! A készülék házának felnyitása a gyártó szervizével való előzetes kapcsolatfelvétel nélkül a garancia elvesztéséhez vezet.

Ha olyan hiba gyanúja merül fel, amely a ház kinyitását igényli, forduljon a gyártó szervizéhez.

HIBA LEÍRÁSA	LEHETSÉGES OKOK	A PROBLÉMA MEGOLDÁSA
---- Probléma a biztonsági kulccsal	A biztonsági kulcs nincs csatlakoztatva. A számítógép meghibásodott.	Csatlakoztassa megfelelően a biztonsági kulcsot. Forduljon a gyártó szervizéhez.
E01 Hhelytelen kommunikáció a monitorés az elektronikus vezérlő között	A monitor kommunikációs vonala helytelenül van csatlakoztatva, sérült vagy gyenge a kapcsolata. A monitornak nincs kimenő jele. Az alsó vezérlőpanelnek nincs kimenő jele.	Kérjük, csatlakoztassa újra a kommunikációs vonalat Kérjük, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével. Kérjük, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.
E02 Nelytelen feszültségérzékelés az alsó vezérlőpanel és a motor között	A motor vezetéke helytelenül van csatlakoztatva. Az alsó vezérlőpanel nem ad feszültséget a motornak, vagy a kimenő feszültség helytelen. A motor sérült.	Ellenőrizze, hogy a motor kábele megfelelően van-e csatlakoztatva. Kérjük, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével. Kérjük, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.
E03 Az alsó vezérlőpanel helytelen sebességet érzékel.	Az alsó vezérlőlap PWM vezérlő áramkörének meghibásodása	Kérjük, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.
E04 Az alsó vezérlőpanel motorjának túlfeszültségvédelmi információi	A futópád terhelése meghaladja a motor névleges üzemi feszültségét. A futópád motorja hibás. A motor túlfeszültség érzékelő áramkörének meghibásodása az alsó vezérlőlapon.	Javasoljuk, hogy a motor névleges üzemi feszültségtartományán belül használja. Cserélje ki a motort. Kérjük, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével. Kérjük, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével..
E05 Iz alsó vezérlőpanel motorjának túláramvédelmi információi	A futópád terhelése meghaladja a motor névleges üzemi áramát.	Javasoljuk, hogy a motor névleges üzemi áramtartományán belül legyen
	Probléma van a futópád és a motor szerkezeti kialakításával, ami ellenállást vagy blokkolást okoz a motornál.	Ellenőrizze, hogy a futópád szerkezete normális-e
	Alsó vezérlőpanel áramkorlátozó rendszerének meghibásodása	Forduljon a gyártó szervizéhez.
E07 BA biztonsági zár nincs megfelelően elhelyezve	Leválasztott biztonsági mágnes. A biztonsági zár felügyeleti rendszerének meghibásodása	Kérjük, helyezze a biztonsági zárat az elektronikus óra kijelölt helyére. Forduljon a gyártó szervizéhez.
A készülék nem működik	Nincs áramellátás Kihúzott biztonsági kulcs Rövidzárlat Az ON/OFF kapcsoló nincs bekapcsolva	Csatlakoztassa a készüléket az elektromos hálózathoz. Dugja be a biztonsági kulcsot. Forduljon a gyártó szervizéhez. Kapcsolja be a készüléket.
A futószalag nem működik zökkenőmentesen	A futószalag nincs megfelelően kenve A futószalag túl van feszítve	Kenje meg a futószalagot a használati útmutatóban található információk szerint. Állítsa be és igazítsa ki a futószalag helyzetét a használati útmutatóban található információk szerint.

A futószalag ferde	A futószalag túl lazán van megfeszítve	Állítsa be és igazítsa ki a futószalag helyzetét a használati útmutatóban található információk szerint.
	A meghajtósíj túl lazán van megfeszítve	Forduljon a gyártó szervizéhez.

GARANCIA

A Eladó a Garanciavállaló nevében 24 hónap garanciát vállal a Lengyel Köztársaság területén a termék eladási dátumától számítva. Az eladott termékre vonatkozó garancia nem zárja ki, nem korlátozza és nem függeszti fel a Vevő fogyasztóvédelmi törvényből eredő jogait.

A jótállási jegy az utolsó oldalon található.

GARANCIA FELTÉTELEI

- A reklamáció és a garancia kizárólag a gyártó hibájából eredő rejtett hibákra vonatkozik.
- A garanciát a bolt vagy a szerviz érvényesíti, ha az ügyfél bemutatja:
 - az érvényes, olvasható és megfelelően kitöltött jótállási jegyet az értékesítési bélyegzővel és az eladó aláírásával,
 - a berendezés érvényes vásárlási bizonylatát az eladás dátumával,
 - a reklamált árut vagy a hibás alkatrészt.
Távvasárlás esetén a jótállási jegy csak a vásárlást igazoló dokumentum (nyugta / számla) alapján érvényes.
- A reklamációt a hiba Ügyfél általi bejelentésétől számított 14 napon belül bírálják el.
- A gyári hibákat és a garanciális időszakban feltárt sérüléseket a termék üzletbe vagy szervizbe történő szállításától számított 21 napon belül ingyenesen megjavítják.
- Amennyiben alkatrészt kell importálni, a garanciális javítás időtartama meghosszabbodhat a behozatalhoz szükséges idővel, de legfeljebb 40 nappal.
- A garancia nem vonatkozik:
 - mechanikai sérülések és az azok által okozott hibák,
 - a nem rendeltetésszerű használatból és tárolásból, a helytelen összeszerelésből és karbantartásból eredő sérülések és hibák,

- az olyan kopó alkatrészek sérülései és elhasználódása, mint például: kötelek, szíjak, gumi elemek, pedálok, szivacs fogantyúk, kerekek, csapágyak, kárpit.
 - az összeszereléssel, karbantartással kapcsolatos tevékenységek, amelyeket a felhasználó a használati útmutató szerint saját maga köteles elvégezni.
- A garancia a következő esetekben nem érvényes:
 - a lejárat után,
 - ha az ügyfél saját maga javítja meg vagy módosítja a terméket nem eredeti alkatrészek felhasználásával,
 - ha a hiba helytelen telepítésből vagy a használati utasításban leírt helyes üzemeltetési szabályok be nem tartásából ered,
 - nem háztartási használat,
 - szállítás során keletkezett sérülések.
 - A jótállási jegy másodlatát nem áll módunkban kiállítani.
 - A garancia keretében a vevő a következő ingyenes jótételti módokra jogosult:
 - a termék javítása,
 - a termék cseréje,
 - árcsökkentés,
 - a szerződés felbontása és a felmerült költségek teljes visszatérítése.
 - A reklamáció bejelentéséhez szükséges:
 - Bemutatni a terméket vagy annak a jótállás alá eső részét.
 - A vásárlást igazoló dokumentum, amely tartalmazza az eladó nevét és címét, a vásárlás dátumát és helyét, a termék típusát vagy egy érvényes jótállási jegyet a bolt bélyegzőjével.
 - Piszkos termék esetén a szerviz megtagadhatja a termék átvételét, vagy a vevő költségére, annak írásos beleegyezésével elvégezheti a tisztítást.
 - A reklamáció elfogadása esetén a berendezést megjavítják, kicserélik egy új készülékre, vagy a pénzt visszatérítik. A termék ügyfélhez történő szállításának költségeit a gyártó szervize fedezi.
 - 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 първата употреба на уреда. Тази инструкция съдържа важна информация относно безопасността на употреба и поддръжката на оборудването. Запазете я, за да можете да използвате информацията относно поддръжката или поръчката на резервни части.

ТЕХНИЧЕСКИ ДАННИ

Захранване	220V
Максимална мощност	2610 W
Тегло	69 kg
Температура на употреба	0°C до +40°C
Температура на съхранение	-10°C до +60°C
Максимално тегло на потребителя	140 kg
Клас на приложение	Клас H
Клас на точност	Клас C
Скорост	1-20 km/h
Наклон	20 нива
Стандарт за продукта (основен)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Предназначение	Електрическа пътека за бягане за домашна употреба

БЕЗОПАСНОСТ

ВНИМАНИЕ! Уредът може да се използва само по предназначение, т.е. за тренировки от възрастни. Всяка друга употреба на уреда може да бъде опасна. Производителят не носи отговорност за щети, причинени от неправилна употреба на уреда.

- 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 обезопасени.
- Не се допускат ремонти и промени на своя глава.
- Веднъж на един или два месеца проверявайте дали винтовете, болтовете и гайките са затегнати правилно.
- За да осигурите трайна безопасност, проверявайте и обслужвайте редовно оборудването (т.е. веднъж годишно) в специализиран търговски обект.
- Всички промени в устройството, които не са описани в това ръководство, могат да причинят повреди или да застрашат пряко здравето и живота на трениращия. Промени в устройството могат да се извършват само от сервизни работници на производителя или лица, обучени от тях в тази област.
- Всички устройства подлежат на постоянни иновативни дейности, за да се гарантира 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 мерките за безопасност, приложими за работа с електрически уреди.

- Уредът 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 пилотската кабина има други устройства, излъчващи такова излъчване (напр. мобилни телефони), някои стойности (като например сърдечен ритъм) могат да бъдат изкривени.
- ВНИМАНИЕ!** Никога не правете никакви промени в електрическата мрежа сами. Възложете такива промени на специалисти.
- ВНИМАНИЕ!** Не забравяйте да изключите щепсела от контакта, преди да започнете каквито и да било ремонти, поддръжка или почистване на оборудването.
- Не използвайте удължител за свързване на устройството.
- Ако няма да използвате оборудването за дълго време, извадете щепсела му от контакта.
- Уверете се, че електрическият кабел не е притиснат и че местоположението му не създава риск от спъване в него.

ЗАЗЕМЯВАНЕ

Заземяването предпазва от риск 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 доведе до риск от токов удар.

- Преди да свържете устройството към захранването, уверете се, че местното напрежение съответства на типа на щепсела.
- Не променяйте щепсела, ако не пасва на контакта.

В такъв случай възложете инсталирането на друг контакт на квалифициран електротехник.

ВНИМАНИЕ! Лицата, които са наблизо по време на използване на оборудването, трябва да бъдат предупредени за възможни опасности. Бъдете особено внимателни в присъствието на деца.

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете да тренирате, консултирайте се с лекар за да сте сигурни, че нямате никакви медицински противопоказания за тренировки на устройството. Въз основа на становището 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 мониторинг на сърдечния ритъм 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 указанията за провеждане на тренировка, съдържащи се в настоящата инструкция.

- Избирайки място за провеждане на тренировка, осигурете си безопасни разстояния от възможни препятствия. Не поставяйте оборудването в близост до комуникационни пътища (пътища, порти, проходи и т.н.).
- Забранява се използването на оборудването в непосредствена близост до стена. Зоната за безопасност е 2000 mm и е поне толкова широка, колкото устройството.

ВНИМАНИЕ! По време на монтажа на устройството бъдете внимателни и не позволявайте на деца да бъдат наблизо. По време на монтажа се използват малки части (гайки, винтове и т.н.), които могат да бъдат поглънати от тях.

ОСТАТЪЧЕН РИСК

- В ситуация, в която предпазителят срещу падане не е приложен или е приложен, но неправилно, съществува остатъчен риск, тоест падане на човек, причиняващо ожулвания, синини, счупвания или, в най-лошия случай, смърт.
- Съществува остатъчен риск от неволно претоварване на трениращия, причинено от неправилна работа или неправилна оценка, както и неправилно предаване на данни (поради електромагнитни смущения, грешка в софтуера и т.н.). Дори и най-добрата защита на софтуера и хардуера не изключва грешка в софтуера или хардуера и може теоретично 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 ръководството за експлоатация.
- Не може да се изключи, че неволна или неразрешена употреба ще доведе до други, невяклучени рискове, а включените рискове са оценени неправилно.

В анализа на риска оценката е направена въз основа на „текущото състояние на устройството“. От извършената оценка и контрол на продукта следва, че вероятността от поява на недопустим риск е много ниска. Устройството (неговата конструкция, начин на работа и приложение) не предизвиква - при нормални условия - неоправдан риск за трениращия или трети лица.

МАНИПУЛАЦИОННИ ЗНАЦИ ВЪРХУ ТРАНСПОРТНИ ОПАКОВКИ

 С тази страна нагоре. Да не се преобръща.

 Защитете от падане.

 Опаковка, подходяща за рециклиране.

 Електроотпадъци. Необходимо е да се предаде използваното оборудване в пункт за рециклиране.

 Внимателно, чупливо. Възможност за повреда. Бъдете внимателни.

 Защитете от влага.

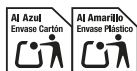
 Внимание, тежък продукт.

 Продуктът съдържа ръководство за експлоатация.

 **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
Не отваряйте с нож.



Опаковка, изработена от картон и пластмаса.
Моля, сортирайте отпадъците според местните правила.



Опаковка, изработена от картон и пластмаса. Моля, сортирайте отпадъците според местните правила.



Опаковка, изработена от картон.



Опаковката е произведена с отговорност към околната среда и рециклирането. Моля, сортирайте отпадъците според местните правила.



Съхранявайте максимално в 5 слоя.

ОБСЛУЖВАНЕ

Преди започване на тренировката се уверете, че устройството е монтирано правилно.

- Преди да започнете първата тренировка, се запознайте с всички функции и възможности за регулиране на устройството.
- Уредът има елементи, които могат да бъдат изложени на корозия. Поради тази причина не се препоръчва да остава във влажно помещение. Трябва също да се внимава оборудването (особено неговите вътрешни и електронни елементи) да не е изложено на контакт с вода, напитки, пот и др.
- Устройството е предназначено само за тренировки само от възрастни и абсолютно не е играчка за деца. Ако на своя отговорност позволите на деца да го използват, непременно ги инструктирайте как да го използват правилно и постоянно ги наблюдавайте.
- Оборудването не е подходящо за терапевтични цели.
- По време на работа на уреда може да има тихи шумове при инерционното движение на маховика, които произтичат от вида на конструкцията. Те нямат никакво влияние върху работата на оборудването.
- Излъчването на шум при натоварване е по-голямо, отколкото без натоварване.
- Преди започване на всяка тренировка проверете правилното функциониране на защитите, винтовете и щепселните съединения.
- По време на тренировка на уреда не забравяйте за подходящи обувки (спортни обувки).

ПОДДРЪЖКА

За да се гарантира максимална безопасност при използване на бягащата пътека, се препоръчва редовно да се проверява за износване на елементите. Това се отнася за проверка на затягането и състоянието на гайки, винтове, подвижни части, втулки и др. Съхранявайте уреда на сухо и топло място. Не излагайте уреда на пряка слънчева светлина.

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете поддръжка, винаги изключвайте бягащата пътека и я изключвайте от захранването.

ПОЧИСТВАНЕ

Редовното почистване на уреда ще удължи живота му и ще запази високата му производителност.

За почистване на бягащата пътека използвайте мека влажна кърпа. Това не се отнася за електрическите елементи, двигателя, вътрешните части - не позволявайте вода да прониква в тези места. Защитете повърхността на бягащата лента (и пространството под нея) от въздействието на водата.

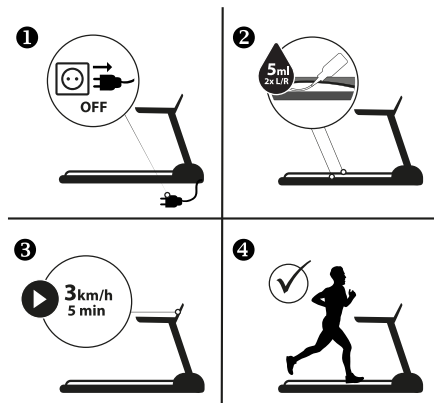
ПОЧИСТВАНЕ НА ДВИГАТЕЛЯ

Поне веднъж годишно отстранявайте праха от двигателя. За да направите това, първо изключете бягащата пътека от захранването и след около 1 час свалете капака на двигателя. Използвайте гъстен въздух или четка, внимателно отстранете натрупания прах. След като монтирате отново капака на двигателя и го свържете към захранването, можете да стартирате бягащата пътека.

СМАЗВАНЕ НА БЯГАЩАТА ПЪТЕКА

Честотата на смазване на бягащата пътека зависи от интензивността на използването ѝ. Ако уредът работи повече от 5 часа седмично, се препоръчва смазване на всеки 2-3 месеца. В случай на по-слабо интензивно използване на бягащата пътека, трябва да се смазва веднъж на 7-8 месеца.

1. Преди да започнете да смазвате бягащата лента, изключете бягащата пътека и я изключете от захранването. 2. Нанесете смазка под бягащата лента от двете страни по около 5 ml. Използвайте най-много в местата, където краката имат контакт с лентата по време на бягане. 3. Стартирайте бягащата пътека с ниска скорост (например 3 km/h) и изчакайте смазката да се разпредели равномерно по цялата дължина на лентата.



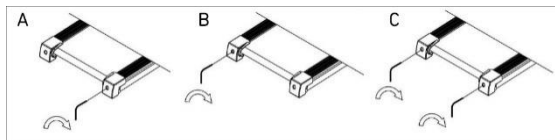
РЕГУЛИРАНЕ НА НАПРЕЖЕНИЕТО НА ЛЕНТАТА

Бягащата лента, в резултат на постоянна употреба на бягащата пътека, може да изисква напрежение. Лентата трябва да се опъне, когато по време на тренировка започне да се плъзга, да се движи настрани или да се подгъва.

Твърде хлабаво опъната лента може да спре по време на работа на двигателя.

Поставете бягащата пътека на равна повърхност. Стартирайте бягащата пътека със скорост около 6-8 km/h, наблюдавайте степента на отклонение на бягащата лента.

- Не трябва да опъвате лентата твърде силно, защото това може да причини повреди, напр. на двигателя, вала или лагерите.
- Правилно опъната лента може да се повдигне на ръбовете си на височина около 5-7,5 cm. Много е лесно да се провери - правилно опъната е, когато под нея се побират 3 пръста.



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 бягащата пътека. Завъртете ключа по посока на часовниковата стрелка на 90 градуса (рисунка С).

По този начин ще опънете задната ролка и ще увеличите напрежението на лентата. Повторете операцията, като завъртите винта от дясната страна. Обърнете внимание на това, че трябва да завъртите винтовете еднакво. Повтаряйте операцията и за двата винта, докато лентата не бъде правилно опъната.

НАМАЛЯВАНЕ НА НАПРЕЖЕНИЕТО НА ЛЕНТАТА

За да намалите напрежението на лентата, действайте както при нейното увеличаване. Завъртете ключа в посока, обратна на часовниковата стрелка.

ЦЕНТРИРАНЕ НА БЯГАЩАТА ЛЕНТА

В резултат на различен стил на бягане (най-често по-голямо натоварване, пренасяно на единия крак), лентата може да се движи настрани и да не е центрирана. Поради тази причина лентата може да изисква регулиране от време на време.

Лентата сама трябва да се центрира по време на работа на бягащата пътека. Изисква регулиране, когато се движи в посока на дясната или лявата страна.

Стартирайте бягащата пътека и настройте ниска скорост (например 3 km/h). Проверете

в коя посока се движи лентата.

- Ако лентата се движи в дясната страна, поставете ключа в десния винт за регулиране. Завъртете ключа на 90 градуса по посока на часовниковата стрелка (рисунка А). Наблюдавайте дали лентата ще се центрира. Ако все още се движи надясно, завъртете отново винта на 90 градуса.
- Ако лентата се движи наляво, действайте по същия начин, както в горния случай, но завъртете винта, разположен от лявата страна (рисунка В).

ОКОЛНА СРЕДА

Уредът се доставя опакован, за да се предпази от евентуални повреди по време на транспортиране. Опаковките са необработени суровини и могат да бъдат рециклирани. Изхвърляйте тези материали в подходящите цветни контейнери, предназначени за селективно събиране.



Пазете околната среда и не изхвърляйте използваните батерии в битовия боклук. Върнете ги на мястото на покупката или ги предайте в обособен пункт за съхранение на вторични суровини.

Използваните електрически уреди (включително брояч, захранващ блок) са вторични суровини - не ги изхвърляйте в контейнерите за битови отпадъци, защото те могат да

съдържат вещества, опасни за здравето и околната среда. Молим за активна помощ в пестеливото използване на природните ресурси и опазването на околната среда чрез предаване на използваното устройство в пункт за събиране на вторични суровини - излязло от употреба електрическо оборудване.

МОНТАЖ

Монтажът на устройството трябва да бъде извършен внимателно от възрастен. В случай на съмнения, помолете за помощ някого с повече опит в тази област.

- Преди да започнете монтажа, уверете се, че комплектът с устройството съдържа всички елементи от списъка с части и дали някои елементи не са били повредени по време на транспортирането. В случай на липсващи елементи или резервации, моля, свържете се с продавача.
- Запознайте се с чертежите и обясненията и извършете монтажа в съответствие с среда, съдържащ се в инструкциите за монтаж.
- Бъдете внимателни по време на монтажа. Докато използвате инструменти и елементи, съществува риск от нараняване.
- Не забравяйте да поддържате безопасна среда. Не разпръсквайте хаотично инструменти и монтажни елементи. Не забравяйте, че фолиата и найлоновите торбички представляват опасност от задушаване за децата.
- Монтажните елементи, необходими за изпълнение на дадена стъпка на 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 като поставите всички и се уверите, че са правилно поставени.
- Производителят си запазва правото да извърши предварителен монтаж на някои елементи.

МОНТАЖНА СХЕМА (→ Вижте страница 2)

ВНИМАНИЕ! Забранено е използването на части, произхождащи от други източници, освен от производителя.

СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ

Пълният списък на частите е достъпен след контакт със serwis@zipro.pl или на страницата Zipro.store в описанието на продукта.

№	ОПИСАНИЕ	КОЛИЧЕСТВО
1	Главна рамка	1
2	Основа	1
4	Ляв/Десен стълб	2
5	Рамка на монитора	1
12	Ключ 6# 55*95mm	1
21	Лява защита на стълб	1
22	Дясна защита на стълб	1
28	Поставка за устройства	1
55	Предпазна ключалка, двоен плосък контакт	1
64	Винт M8*35 S6	2
68	Винт M8*15 S6	2
69	Винт ST4.2*16	6
76	Винт M8*50 25 S6	6
88	Силиконово масло	1

ИНСТРУКЦИЯ ЗА МОНТАЖ (→ Вижте страница 2)

ВНИМАНИЕ! По време на монтажа следвайте стъпките по-долу и използвайте инструментите, приложени към продукта.

Подгответе достатъчно свободно място за монтаж на устройството. Поради голямото тегло на някои елементи се препоръчва монтажът да се извършва от двама души.

ИНСТРУКЦИИ ЗА СГЛОБЯВАНЕ И РАЗГЛОБЯВАНЕ (→ Вижте страница 6)**СГЛОБЯВАНЕ НА УСТРОЙСТВОТО**

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 притиснати.

Повдигнете бягащата пътека на устройството във вертикално положение, докато не чуете щракването на заключващия механизъм.

РАЗГЛОБЯВАНЕ НА УСТРОЙСТВОТО

ВНИМАНИЕ! Обърнете внимание, че по време на спускане на бягащата пътека в непосредствена близост не трябва да има трети лица и животни.

Докато държите бягащата пътека, освободете с крак блокировката на механизма за сгъване (показана със стрелка). Спуснете платформата до височината на перилата на основната рамка.

От тази височина коланът ще започне да пада автоматично към земята.

РЕГУЛИРАНЕ**Нивелиране на устройството**

Нивелирайте устройството, като развиете или затегнете нивелиращите крачета, разположени на предната и задната основа.

ИНСТРУКЦИИ ЗА РАБОТА С КОМПЮТЪРА**НАЧАЛО**

В рамките на 3 секунди след натискане на бутон **СТАРТ** устройството ще започне да работи.

ФУНКЦИЯ ЗА ПЕСТЕНЕ НА ЕНЕРГИЯ

Компютърът на бягащата пътека автоматично ще премине в режим на пестене на енергия, ако в рамките на 10 минути не се извърши никакво действие. Натиснете произволен клавиш, за да рестартирате системата.

АВАРИЙНО СПИРАНЕ НА УСТРОЙСТВОТО

ВНИМАНИЕ! Предпазният ключ трябва да бъде прикрепен към дрехите ви 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 предотвратява стартирането на бягащата пътека.

Преди да използвате бягащата пътека, проверете дали системата работи правилно. Извадете предпазния ключ, като дръпнете връвта. След изваждането на ключа, бягащата пътека ще спре със закъснение в зависимост от работната скорост, 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 предпазния ключ устройството ще бъде нулирано.

ПРОГРАМИ

Компютърът е оборудван с 3 потребителски програми за ръчна настройка, 24 автоматични програми, запаменени в паметта, 3 режима на обратна броење (време, калории, разстояние) и функция за измерване на телесните мазнини (Body Fat).

ОПИСАНИЕ НА БУТОНИТЕ

- **СТАРТ** – използва се за стартиране на бягащата пътека в ръчен режим или избрана програма.
- **СТОП** – използва се за спиране на работещата бягаща пътека. След натискане настройките също ще бъдат нулирани. След рестартиране устройството ще започне да работи в ръчен режим.
- **ПРОГРАМА** – се използва за избор на автоматична тренировъчна програма (P1-P24), потребителска програма (U1-U3) или функцията Body Fat преди да стартирате пътеката.
- **MODE** – позволява да изберете режим на отброяване: време, разстояние или калории
- **SPEED** – бутоните позволяват регулиране (увеличаване и намаляване) на скоростта с 0,1 km/h. Бутоните са разположени на конзолата на компютъра и на дръжките.
- **БУТОНИ ЗА БЪРЗ ИЗБОР НА СКОРОСТ** – позволяват да направите директен избор на скорост(5,10).
- **INCLINE** – бутоните позволяват регулиране (увеличаване и намаляване) на ъгъла на наклон на бягащата пътека с 1 ниво по време на тренировка. Бутоните са разположени на конзолата на компютъра и на дръжките.
- **БУТОНИ ЗА БЪРЗ ИЗБОР НА ЪГЪЛ НА НАКЛОН** – позволяват да направите директен избор на ъгъл на наклон на бягащата пътека по време на тренировка (5,10).

ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

SPEED	Показва текущата скорост.	1-20 km/h
TIME	Изчислява общото време за упражненията от началото до края им.	00:00-99:59
INCLINE	Показва текущото ниво на наклон на бягащата пътека.	0-20 нива
CALORIES	Изчислява общия брой изгорени калории от началото до края на упражненията. (Измерването е приблизително, за да се сравняват различни сесии на упражненията и не може да се използва за лечение).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Изчислява общото разстояние от началото до края на упражненията.	0,0-99,9 km
PULSE	Показва текущия пулс. ВНИМАНИЕ! Измерването на пулса е само за спортни цели (изключва медицинска употреба).	50-200 BPM

ФУНКЦИЯ ЗА ИЗМЕРВАНЕ НА ПУЛСА

След стартиране на бягащата пътека, задръжте двете си ръце върху сензорите за измерване на пулса. След 30 секунди на екрана ще се покаже текущият пулс.

По време на измерването компютърът ще покаже икона във формата на сърце.

ВНИМАНИЕ! Измерването на пулса е само за спортни цели (изключва медицинска употреба).

РЪЧНА ПРОГРАМА

Ръчната програма е режимът на работа по подразбиране на устройството. Бягащата пътека започва да работи в този режим след натискане на **СТАРТ**, когато не е избрана тренировъчна програма.

- Скоростта по подразбиране в ръчен режим е 1 km/h.
- Нивото на наклона по подразбиране е 0.
- Промяната на настройките на скоростта и ъгъла на наклона на бягащата пътека е възможна с помощта на бутоните на компютъра и паранетите.

ТРЕНИРОВЪЧНИ ПРОГРАМИ

Изберете една от 24 автоматични тренировъчни програми, като натиснете бутона **PROGRAM** толкова дълго, докато на екрана се покаже съответният номер.

- Когато се покаже правилната програма, натиснете **MODE**. След като изберете, в прозореца ще се покаже и ще мига стойността „30:00“.
- Настройките за време на тренировка на програмата могат да бъдат направени с бутоните **SPEED +/-**.
- Зададеното време за тренировка е пропорционално разделено на 16 етапи. Таблицата представя списък на етапите и съответните скорости и ъгъл на наклона за всяка тренировъчна програма. → [Вижте страница 117](#).

- За да започнете програмата, натиснете **START**.

ПОТРЕБИТЕЛСКИ ПРОГРАМИ

Компютърът е оборудван с 3 потребителски програми за индивидуално дефиниране: U1, U2, U3.

НАСТРОЙВАНЕ НА ПОТРЕБИТЕЛСКА ПРОГРАМА

- В режим на готовност, натиснете бутона **PROGRAM**, за да изберете една от потребителските програми. На панела последователно ще се показват номерата на автоматичните програми, след това потребителските програми.
- Когато се покаже правилната програма, натиснете **MODE**, за да започнете да редактирате първата секция на програмата. Използвайте бутоните **SPEED +/-** за да настроите скоростта. Използвайте бутоните **INCLINE +/-** за да настроите 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 16 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 захранването.

СТАРТИРАНЕ НА ПОТРЕБИТЕЛСКА ПРОГРАМА

- В режим на готовност, натиснете бутона **PROGRAM**, за да изберете една от потребителските програми. След като изберете, в прозореца ще се покаже и ще мига стойността „30:00“.
- Използвайте бутоните **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** за да зададете времето за тренировка. Зададеното време за тренировка се разделя пропорционално на 16 етапа.
- За да започнете програмата, натиснете **START**.

РЕЖИМ НА ОТБРОЯВАНЕ

Изберете един от 3-те режима на отброяване, като натиснете бутона **MODE**.

- Използвайте бутоните, за да зададете отброяваната стойност **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Стартването на пътеката и отброяването ще започнат след натискане на бутона **START**.

ПАРАМЕТРИ ЗА ОТБРОЯВАНЕ:

- **ВРЕМЕ:** първоначалната стойност на отброяването е 30 минути. Компютърът позволява настройка на времето в диапазона 5-99 минути (през 1 минута).
- **КАЛОРИИ:** първоначалната стойност на отброяването е 50 kcal. Компютърът позволява настройка на калориите в диапазона 20-990 kcal (през 10 kcal).
- **РАЗСТОЯНИЕ:** първоначалната стойност на отброяването е 1 km. Компютърът позволява настройка на разстоянието 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 изпише „FAT“.

Използвайте **MODE**, за да въведете параметри:

- F1 - пол (gender) – 01 мъж / 02 жена
- F2 - възраст (age) – стойности 10-99
- F3 - ръст (height) – стойности 100-220 cm
- F4 – тегло (weight) – стойности 20-140 kg

Използвайте бутоните **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** за да настроите стойностите на параметрите.

След избиране на параметрите на дисплея ще се появи F5. Поставете двете си длани на сензорите за измерване на пулса, след 5-6 секунди компютърът ще изведе информация FAT. FAT има за цел да измери връзката между ръста и теглото, а не пропорциите на тялото.

Правилният резултат трябва да е между 19-26. Стойност под 19 означава поднормено тегло, 27-30 - наднормено тегло, а над 30 - затлъстяване.

ВНИМАНИЕ! Получените резултати не могат в никакъв случай да бъдат основа за лечение или да бъдат вземани предвид за медицински цели.

ТРЕНИНГ И ФАЗИ НА УПРАЖНЕНИЯТА

Използването на уреда ще ви донесе много ползи. Преди всичко ще подобрите вашата кондиция, ще укрепи мускулите ви, а в комбинация z odpowiednią dietą pozwoli spalić zbędną tkankę tłuszczową.

BLUETOOTH ВРЪЗКА С МОБИЛНО ПРИЛОЖЕНИЕ

Компютърът работи с приложението FitShow.

Започнете тренировка и се насладете на нови възможности:

- Изтеглете приложението.
- Включете Bluetooth на мобилното си устройство.
- Включете приложението и изберете вашето ZIPRO устройство от него, с което искате да се свържете.
- Когато ZIPRO се свърже с приложението, той ще се изключи от компютъра и екранът му ще изгасне.

От този момент нататък управлявате ZIPRO чрез мобилното си устройство.

1. ЗАГРЯВКА

Това е фазата, която подобрява кръвообращението в цялото тяло и подготвя мускулите за увеличено усилие. Също така намалява риска от крампи и наранявания. Препоръчително е да направите 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 колене, насочени навън. Съберете стъпалата си и ги приближете възможно най-близо едно до друго.

Внимателно натиснете коленете си към земята и задръжте тази позиция за 15 секунди.

РАЗТЯГАНЕ НА БЕДРАТА

Седнете на равна повърхност. Изправете десния крак, а стъпалото на левия крак поставете върху дясното бедро. Протегнете дясната си ръка към пръстите на десния си крак възможно най-далеч. Задръжте за 15 секунди. Повторете с левия крак.

ВЪРТЕНЕ 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 РЪЦЕТЕ

Повдигнете лявата си ръка възможно най-високо и задръжте за няколко секунди. Повторете с дясната ръка.

РАЗТЯГАНЕ НА АХИЛЕСОВИТЕ СУХОЖИЛИЯ

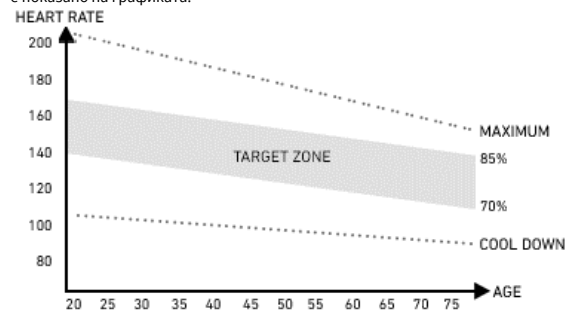
Застанете с лице към стената, изнесете левия крак напред и леко го свийте в коляното. Дръжте десния крак отзад - изправен, с петата плоска на земята. Дръжте и двете пети плоски на земята и натиснете бедрата към стената. Задръжте тази позиция за 30 секунди. Повторете с изнесения десен крак. Не забравяйте да не извивате гърба си в дъга по време на упражнението.

НАВЕЖДЕНИЯ

Застанете със събрани крака. Наведете се напред, опитвайки се да приближите гърдите си възможно най-близо до коленете. Задръжте за 15 секунди. Не забравяйте да не свивате коленете си.

2. ФАЗА НА УПРАЖНЕНИЯ

Това е правилната фаза на тренировката. Тренирайте със собствено темпо, така че да постигнете адекватна сърдечна честота за вашата възраст, както е показано на графиката.



3. ФАЗА НА РЕЛАКСАЦИЯ

Тази фаза ви позволява да успокоите кръвообращението и да отпуснете мускулите. Това е повторение на упражненията за загряване. Трябва да се помни това, за да не пренатоварвате мускулите си.

ВЪЗМОЖНИ ПОВРЕДИ И ТЕХНИКИ ЗА РЕМОТ

ВНИМАНИЕ! Отварянето на корпуса на устройството без предварително свързване със сервиза на производителя води до загуба на гаранция. В случай на съмнение за повреда, която изисква отваряне на корпуса, свържете се 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 ННеправилна комуникация между монитора и електронния контролер	Комуникационната линия на монитора е неправилно свързана, повредена или има слаб контакт. Мониторът няма изходен сигнал.	Моля, свържете отново комуникационната линия. Свържете се със сервиза на производителя.
	Долният контролен панел няма изходен сигнал.	Свържете се със сервиза на производителя.
E02 Неправилно откриване на напрежение между долния контролен панел и двигателя	Кабелът на двигателя е неправилно свързан. Долният контролен панел не подава напрежение към двигателя или изходното напрежение е неправилно. Двигателят е повреден.	Проверете дали кабелът на двигателя е правилно свързан. Свържете се със сервиза на производителя.
E03 Долният контролен панел открива	Неизправност в PWM контролната	Свържете се със сервиза на производителя.

неправилна скорост.	схема на долната контролна платка	
E04 Информация за защита от пренапрежение на двигателя на долния контролен панел	Натоварването на бягащата пътека надвишава номиналното работно напрежение на двигателя. Двигателят на бягащата пътека е неправилен.	Препоръчва се използване в рамките на номиналното работно напрежение на двигателя Сменете двигателя. Свържете се със сервиза на производителя.
	Неизправност във веригата за откриване на пренапрежение на двигателя на долната контролна платка.	Свържете се със сервиза на производителя..
E05 Информация за защита от свръхток на двигателя на долния контролен панел	Натоварването на бягащата пътека надвишава номиналния работен ток на двигателя.	Препоръчва се да бъде в рамките на номиналния работен ток на двигателя
	Има проблем с монтажната структура на бягащата пътека и двигателя, причиняващ съпротивление или блокиране на двигателя.	Проверете дали структурата на бягащата пътека е нормална
	Неизправност в системата за ограничаване на тока на долния контролен панел	Свържете се със сервиза на производителя.
E07 ВПредпазната ключалка не е поставена правилно	Откачен предпазен магнит.	Моля, поставете предпазната ключалка на определеното място на електронния часовник.
	Неизправност в системата за наблюдение на предпазната ключалка	Свържете се със сервиза на производителя.
Устройството не работи	Няма захранване	Включете устройството в електрическата мрежа.
	Изключен ключ за безопасност	Включете ключа за безопасност.
	Късо съединение	Свържете се със сервиза на производителя.
	Превключвателят ON/OFF не е включен	Включете устройството.
Бягащата пътека не работи гладко	Бягащата пътека не е достатъчно смазана	Смажете бягащата пътека съгласно информацията, предоставена в ръководството за експлоатация.
	Бягащата пътека е прекалено опъната	Регулирайте и подравнете положението на бягащата пътека съгласно информацията, предоставена в ръководството за експлоатация.
Бягащата пътека е изкривена	Бягащата пътека е прекалено слабо опъната	Регулирайте и подравнете положението на бягащата пътека съгласно

	информацията, предоставена в ръководството за експлоатация.
Задвижващият ремък е прекалено слабо натегнат	Свържете се със сервиза на производителя.

ГАРАНЦИЯ

Търговецът 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 подлежат само 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 документ за покупка (касова бележка / фактура).
- Рекламацията ще бъде разглеждана в срок до 14 дни от момента на съобщаване 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 в магазина или сервиза.
- В случай на необходимост от внос на части, периодът за извършване на гаранционния ремонт може да бъде удължен с времето, необходимо за вноса 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 ръководството за експлоатация потребителят е длъжен да извърши сам.
- Гаранцията не се прилага в следните случаи:
 - изтичане на срока на валидност,
 - извършване от клиента на самостоятелни ремонти и модификации с използване на неоригинални части,
 - ако дефектът е възникнал в резултат на неправилен монтаж или поради неспазване на правилата за правилна експлоатация, описани в ръководството 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 поиска следните видове безплатни обезщетения:
 - ремонт на продукта,
 - замяна на продукта,
 - намаляване на цената,
 - разваляне на договора и пълно възстановяване на понесените разходи.
- За подаване на рекламация е необходимо:
 - Да се представи продуктът или негова част, за която се отнася гаранцията.
 - Документ за покупка, указващ името и адреса на продавача, датата и мястото на покупката, вида на продукта или валидна гаранционна карта с печат на магазина.
 - В случай на представяне на мръсен продукт, сервизът може да откаже приемането му или да извърши почистване за сметка на клиента с неговото писмено съгласие.
- В случай на положително разглеждане на рекламацията, оборудването ще бъде поправено или заменено с ново, или на клиента ще бъдат върнати парите. Разходите за транспортиране на стоката до клиента се покриват от сервиза на производителя.
- В случай на отхвърляне на гаранционната рекламация, клиентът ще получи подробно обяснение на 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

Utilisateur,
Veuillez lire attentivement ce manuel avant de procéder au montage et la première utilisation de l'appareil. Ce manuel contient des informations importantes concernant la sécurité d'utilisation et l'entretien de l'appareil. 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	2610 W
Poids	69 kg
Température d'utilisation	0°C à +40°C
Température de stockage	-10°C à +60°C
Poids maximal de l'utilisateur	140 kg
Classe d'application	Classe H
Classe de précision	Classe C
Vitesse	1-20 km/h
Inclinaison	20 niveaux
Norme du produit (principale)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Utilisation prévue	Tapis de course électrique pour usage domestique

SÉCURITÉ

ATTENTION ! L'appareil doit être utilisé exclusivement 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 de garantir la sécurité de manière durable, vérifiez et entretenez régulièrement l'appareil (c'est-à-dire une fois par an) dans un centre commercial spécialisé.
- Toutes les modifications apportées à l'appareil qui ne sont pas décrites dans ce manuel peuvent entraîner des dommages ou menacer directement la santé et la vie de l'utilisateur. Les modifications de l'appareil ne peuvent être effectuées que par le personnel de service du fabricant ou par des personnes formées par celui-ci à cet effet.
- Tous les appareils sont soumis à des actions d'innovation continues 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'appareil, adressez-vous à un centre commercial spécialisé.

ATTENTION ! Respectez les règles générales et les mesures de sécurité applicables à l'utilisation 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 déformées.
- **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 avant de commencer toute réparation, entretien ou nettoyage de l'appareil.
- 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 de courant.
- Veillez à ce que le câble électrique ne soit pas écrasé et que sa disposition 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 câble et d'une fiche de mise à la terre. La fiche doit être connectée à une prise de courant correctement installée et correctement mise à la terre.

DANGER ! Une connexion incorrecte du câble 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'appareil doivent être averties des dangers potentiels. Soyez particulièrement prudent en présence d'enfants.

ATTENTION ! Avant de commencer l'exercice, consultez un médecin pour vous assurer que vous n'avez aucune contre-indication médicale à l'entraînement sur l'appareil. Basé sur 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. Le surentraînement peut entraîner des blessures graves ou la mort. Si vous vous sentez faible, arrêtez immédiatement l'exercice.

ATTENTION ! Respectez absolument les remarques concernant la réalisation de l'entraînement contenues dans ce manuel.

- En choisissant un lieu pour l'entraînement, veillez à maintenir une distance de sécurité par rapport aux obstacles possibles. Ne placez 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 ! Soyez prudent lors de l'assemblage de l'appareil et ne laissez pas les enfants s'approcher. De petites pièces (écrous, vis, etc.) sont utilisées lors de l'assemblage, qui peuvent être avalées.

RISQUE RÉSIDUEL

- Dans le cas où la protection contre les chutes n'est pas utilisée ou l'est incorrectement, il existe un risque résiduel, c'est-à-dire la chute d'une personne entraînant des écorchures, des ecchymoses, des fractures ou, dans le pire des cas, la mort.
- Il existe un risque résiduel de surcharge involontaire de la personne qui s'entraîne, causée par une mauvaise manipulation ou une évaluation incorrecte, ainsi qu'une transmission incorrecte des données (en raison d'interférences électromagnétiques, d'une erreur logicielle, 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.
- Il est impossible d'exclure le risque résiduel d'étouffement.
- Le risque peut être limité en suivant les informations de sécurité contenues dans le manuel d'utilisation.
- Il est impossible d'exclure qu'une utilisation involontaire ou non autorisée entraîne d'autres risques non pris en compte, et que le risque pris en compte ait été mal évalué.

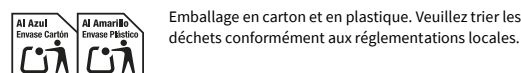
Dans l'analyse des risques, l'évaluation a été effectuée sur la base de « l'état actuel de l'appareil ». L'évaluation et le contrôle du produit montrent que la probabilité d'un risque inacceptable est très faible. L'appareil (sa construction, son fonctionnement et son application) ne présente pas — dans des conditions normales — de risque injustifié pour la personne qui s'entraîne ou pour les tiers.

MARQUAGES DE MANIPULATION 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 d'endommagement. Soyez prudent.
-  Protéger de l'humidité.
-  Attention produit lourd.
-  Le produit contient un manuel d'utilisation.
-  **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.



Stocker au maximum en 5 couches.

UTILISATION

Avant de commencer l'entraînement, assurez-vous que l'appareil a été correctement assemblé.

- Avant de commencer le premier entraînement, familiarisez-vous avec toutes les fonctions et possibilités de réglage de l'appareil.
- L'appareil contient des éléments susceptibles d'être exposés à la corrosion. Il est donc déconseillé de le laisser wilgotnym pomieszczeniu. Należy również dbać o to, l'équipement (en particulier ses éléments internes et électroniques) ne soit pas exposé au contact de l'eau, des boissons, de la sueur, etc.
- L'appareil est destiné à l'entraînement des adultes uniquement et n'est absolument pas un jouet pour les enfants. Si vous autorisez des enfants à l'utiliser, à vos risques et périls, apprenez-leur impérativement à s'en servir correctement et surveillez-les en permanence. L'équipement n'est pas adapté à un usage thérapeutique.
- - Pendant le fonctionnement, le mouvement inertiel de la masselotte peut être accompagné de bruits discrets dus au type de construction. Ils n'ont aucune influence sur le fonctionnement de l'équipement.
- L'émission de bruit pendant la charge est plus élevée que sans charge.
- - Avant de commencer chaque séance d'entraînement, vérifiez que les dispositifs de sécurité et les connexions à vis et à fiche sont corrects.
- Pendant l'entraînement sur l'appareil, n'oubliez pas de porter des chaussures appropriées (chaussures de sport).

ENTRETIEN

Afin d'assurer une sécurité maximale lors de l'utilisation du tapis roulant, il est recommandé de vérifier régulièrement l'usure des composants. Il s'agit notamment de vérifier le serrage et l'état des écrous, des boulons, des pièces mobiles, des bagues, etc. Rangez l'appareil dans un endroit sec et chaud. N'exposez pas l'appareil aux rayons du soleil.

REMARQUE ! Avant de commencer la maintenance, éteignez toujours le tapis de course et débranchez-le de l'alimentation électrique.

NETTOYAGE

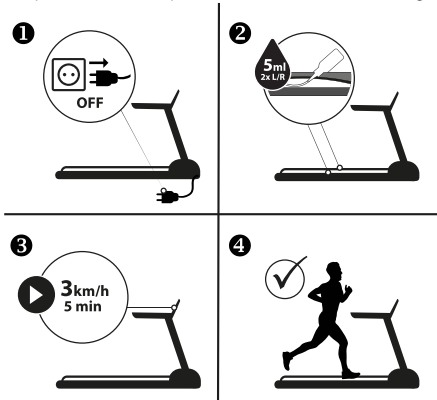
Un nettoyage régulier de l'appareil prolongera sa durée de vie et maintiendra ses performances élevées. Utiliser un chiffon doux et humide pour nettoyer le tapis roulant. Ceci ne s'applique pas aux composants électriques, au moteur, aux pièces internes - ne laissez pas l'eau pénétrer dans ces zones. Protégez la surface du tapis roulant (et l'espace situé en dessous) de l'eau.

NETTOYAGE DU MOTEUR

Dépoussiérez le moteur au moins une fois par an. Pour ce faire, coupez d'abord l'alimentation électrique du tapis de course et, après avoir attendu environ une heure, retirez le couvercle du moteur. À l'aide d'air comprimé ou d'une brosse, enlevez soigneusement la poussière restante. Une fois le capot du moteur réinstallé et connecté à l'alimentation électrique, vous pouvez démarrer le tapis de course.

LUBRIFICATION DU TAPIS DE COURSE

La fréquence de lubrification du tapis roulant dépend de l'intensité de l'utilisation. Si l'appareil est utilisé plus de 5 heures par semaine, il est recommandé de le lubrifier tous les 2 à 3 mois. Si le tapis roulant est utilisé de manière moins intensive, il doit être lubrifié une fois tous les 7-8 mois. 1. avant de lubrifier la bande de roulement, éteindre le tapis roulant et le débrancher de l'alimentation électrique. 2. appliquez du lubrifiant sous la bande de roulement, des deux côtés, à raison d'environ 5 ml chacun. Utilisez le plus de lubrifiant possible là où vos pieds entrent en contact avec la bande pendant que vous courez. 3. faites fonctionner le tapis roulant à faible vitesse (par exemple 3 km/h) et attendez que le lubrifiant se répande uniformément sur toute la longueur



de la courroie.

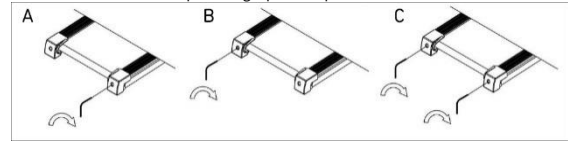
RÉGLAGE DE LA TENSION DE LA BANDE

La courroie de course peut avoir besoin d'être tendue en raison de l'utilisation constante du tapis de course. La courroie doit être tendue si elle commence à glisser, à se déplacer latéralement ou à s'enrouler pendant l'entraînement..

Une bande trop lâche peut s'arrêter pendant le fonctionnement du moteur. Placer le tapis roulant sur une surface plane. Faire fonctionner le tapis roulant à une vitesse d'environ 6-8 km/h, observer le degré de déflexion de la bande du tapis roulant.

Ne tendez pas trop la bande, car cela pourrait entraîner des défaillances, notamment du moteur, de l'arbre ou des roulements.

Une courroie correctement tendue peut être soulevée sur ses bords à une hauteur d'environ 5 à 7,5 cm. Il est très facile de vérifier si la courroie est correctement tendue lorsque 3 doigts peuvent passer sous la courroie.



AUGMENTATION DE LA TENSION DE LA BANDE

Dans le kit de pièces détachées, vous trouverez une clé spéciale. Insérez-la dans la vis de réglage de la courroie gauche située à l'arrière du tapis roulant. Tournez la clé de 90 degrés dans le sens des aiguilles d'une montre (figure C). Cela étire le rouleau arrière et augmente la tension de la courroie. Répétez l'opération en tournant la vis du côté droit. Veillez à tourner les vis de manière égale.

Répétez les opérations pour les deux vis jusqu'à ce que la bande soit correctement tendue.

REDUCE THE TENSION OF THE BELT

Pour réduire la tension de la bande, procédez comme pour son augmentation. Tournez la clé dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

CENTRAGE DE LA COURROIE DE COURSE

En raison des différents styles de course (généralement une charge plus importante transférée sur une jambe), la ceinture peut se déplacer latéralement et ne pas être centrée. C'est pourquoi il peut être nécessaire d'ajuster la bande de temps en temps.

La bande devrait se centrer automatiquement pendant le fonctionnement du tapis de course. Elle nécessite un réglage lorsqu'elle se déplace vers la droite ou vers la gauche.

Démarrrez le tapis roulant et réglez-le sur une vitesse faible (par exemple 3 km/h). Vérifier dans quelle direction la bande se déplace.

- Si la bande se déplace vers la droite, placer 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 reste centrée. 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 ci-dessus, mais tournez la vis située du côté gauche (dessin B).



ENVIRONNEMENT

L'appareil est livré dans un emballage destiné à le protéger contre d'éventuels dommages pendant le transport. Les emballages sont fabriqués à partir de matières premières non traitées et peuvent être recyclés. Veuillez jeter ces matériaux dans les conteneurs de tri sélectif appropriés. Protégez l'environnement et ne jetez pas les piles usagées dans votre poubelle domestique. Rapportez-les au point de vente ou déposez-les dans un centre de collecte dédié aux matières recyclables. Les appareils électriques usagés (y compris le compteur, l'alimentation électrique) sont des matières recyclables - ne les jetez pas dans les conteneurs à déchets ménagers, car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé et l'environnement. Nous vous invitons à participer activement à la préservation des ressources, gestion des ressources naturelles et protection de l'environnement en confiant l'appareil usagé à un point de collecte des matières premières secondaires - équipements électriques usagés.

MONTAGE

L'assemblage de l'appareil doit être effectué avec soin par un adulte. En cas de doute, demandez l'aide de quelqu'un ayant plus d'expérience dans ce domaine.

- Avant de commencer l'assemblage, assurez-vous que le kit 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'assemblage conformément à l'ordre indiqué dans la notice de montage.
- Soyez prudent lors de l'assemblage. 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 à l'exécution d'une étape donnée de la notice de montage ont été présentés sur les dessins et les explications. Utilisez les éléments indiqués dans la notice de montage.
- Dans les premières phases de l'assemblage, ne serrez pas les pièces à fond. Faites-le après avoir placé toutes les pièces et vous être assuré qu'elles sont correctement placées.
- Le fabricant se réserve le droit d'effectuer le pré-montage de certains éléments.

SCHEMA DE MONTAGE (→ Voir page 2)

ATTENTION ! Il est interdit d'utiliser des pièces provenant de sources autres 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
2	Base	1
4	Montant gauche/droit	2
5	Cadre du moniteur	1
12	Clé 6# 55*95mm	1
21	Lauche rotection du montant	1
22	Protection droite du montant	1
28	Support pour appareils	1
55	Serrure de sécurité, double panneton	1
64	Vis M8*35 S6	2
68	Vis M8*15 S6	2
69	Vis ST4.2*16	6
76	Vis M8*50 25 S6	6
88	Huile de silicone	1

INSTRUCTIONS DE MONTAGE (→ Voir page 2)

ATTENTION ! Pendant le montage, respectez les étapes ci-dessous et utilisez les outils fournis avec le produit. Préparez suffisamment d'espace libre pour l'installation de l'appareil. En raison du poids important de certains éléments, il est recommandé de procéder au montage à deux personnes.

IINSTRUCTIONS DE MONTAGE ET DE DÉMONTAGE (→ Voir page 6)

MONTAGE DE L'APPAREIL

ATTENTION ! Avant de commencer le montage, vérifiez attentivement que toutes les vis sont bien serrées.

ATTENTION ! Pendant le montage, faites attention à vos mains et à vos doigts pour qu'ils ne soient pas pincés.

Relevez la courroie de course de l'appareil en position verticale jusqu'à ce que vous entendiez le bruit du verrouillage du mécanisme de pliage.

DÉMONTAGE DE L'APPAREIL

ATTENTION ! Veillez à ce que, lors de la descente de la courroie du tapis de course, il n'y ait pas de personnes tierces à proximité et d'animaux.

En tenant la courroie de course, relâchez le verrouillage du mécanisme de pliage avec votre pied (indiqué par une flèche). Abaissez la plate-forme jusqu'à la hauteur de la main courante du cadre principal.

À partir de cette hauteur, la courroie descendra 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 **DÉMARRER**, 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 dans les 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 aux vêtements pendant chaque entraînement.

Il ne doit être utilisé qu'en cas d'urgence et ne doit pas être utilisé comme un bouton d'arrêt normal.

Une clé de sécurité mal fixée 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 de la courroie 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, 24 programmes automatiques enregistrés en mémoire, 3 modes de compte à rebours (temps, calories, distance) et une fonction de mesure de la graisse corporelle (Body Fat).

DESCRIPTION DES BOUTONS

- **DÉMARRER** - permet de démarrer le tapis de course en mode manuel ou avec le programme sélectionné.
- **ARRÊT** - permet d'arrêter le tapis de course en fonctionnement. Après avoir appuyé, les paramètres seront également réinitialisés. Après le redémarrage, l'appareil commencera à fonctionner en mode manuel.
- **PROGRAMME** - permet de sélectionner un programme d'entraînement automatique (P1-P24), un programme utilisateur (U1-U3) ou de la fonction Body Fat avant de démarrer le tapis de course.
- **MODE** - permet de sélectionner le mode de décompte : temps, distance ou calories
- **VITESSE** - les boutons permettent de régler (augmenter et diminuer) la vitesse par pas de 0,1 km/h. Les boutons sont situés sur la console de l'ordinateur et sur les rampes.
- **BOUTONS DE SÉLECTION RAPIDE DE LA VITESSE** - permettent de sélectionner directement la vitesse (5,10).
- **INCLINAISON** - les boutons permettent de régler (augmenter et diminuer) l'angle d'inclinaison de la bande de roulement par pas de 1

niveau pendant l'entraînement. Les boutons sont situés sur la console de l'ordinateur et sur les rampes.

- **BOUTONS DE SÉLECTION RAPIDE DE L'ANGLE D'INCLINAISON** - permettent de sélectionner directement l'angle d'inclinaison de la bande de roulement pendant l'entraînement (5,10).

FONCTIONS (SPÉCIFICATIONS)

VITESSE	Affiche la vitesse actuelle.	1-20 km/h
TIME	Calcule la durée totale de l'exercice du début à la fin.	00:00-99:59 min
INCLINAISON	Affiche le niveau d'inclinaison actuel de la bande de roulement.	0-20 niveaux
CALORIES	Calcule le nombre total de calories brûlées du début à la fin de l'exercice. (La mesure est approximative afin de comparer différentes séances d'entraînement, elle ne peut pas être utilisée à des fins médicales).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Calcule la distance totale parcourue du début à la fin de l'exercice.	0,0-99,9 km
PULSE	Affiche le pouls actuel. ATTENTION ! Mesure de la fréquence cardiaque uniquement à des fins sportives (exclut l'utilisation médicale).	50-200 BPM

FONCTION DE MESURE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE

Après le démarrage du tapis de course, maintenez les deux mains sur les capteurs de mesure du pouls. Après 30 secondes, le pouls actuel s'affichera à l'écran. Pendant la mesure, l'ordinateur affichera une icône en forme de cœur.

ATTENTION ! Mesure de la fréquence cardiaque uniquement à des fins sportives (exclut l'utilisation médicale).

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 **DÉMARRER**, lorsqu'aucun programme d'entraînement n'est sélectionné.

- La vitesse par défaut en mode manuel est de 1 km/h.
- Le niveau d'inclinaison par défaut de la bande est de 0.
- Il est possible de modifier le réglage de la vitesse et de l'angle d'inclinaison de la bande de roulement à l'aide des boutons situés sur l'ordinateur et les mains courantes.

PROGRAMMES D'ENTRAÎNEMENT

Choisissez l'un des 24 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 s'affiche, appuyez sur **MODE**. Après sélection, la valeur "30:00" s'affichera et clignotera dans la fenêtre. Le réglage de la durée d'entraînement du programme peut être effectué à l'aide des boutons **VITESSE +/-**.
- La durée d'entraînement définie est divisée proportionnellement en 16 étapes. Le tableau présente un aperçu 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 **DÉMARRER**.

PROGRAMMES UTILISATEUR

L'ordinateur est équipé de 3 programmes utilisateur pour une définition individuelle : U1, U2, U3.

RÉGLAGE DU PROGRAMME UTILISATEUR

- En mode veille, appuyez sur le bouton **PROGRAMME**, pour sélectionner l'un des programmes utilisateur. Le panneau affichera successivement les numéros des programmes automatiques, puis les programmes utilisateur.
- Lorsque le programme approprié s'affiche, appuyez sur **MODE**, pour commencer à éditer la première section du programme. Utilisez les boutons **SPEED +/-** pour régler la vitesse. Utilisez les boutons **INCLINE +/-** pour régler le niveau d'inclinaison du tapis de course.
- Appuyez sur **MODE**, pour confirmer les paramètres de la première section et passer à l'édition de la suivante.

Les programmes sont composés de 16 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 édition.

Les données ne seront pas perdues en cas de panne de courant.

DÉMARRAGE 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 16 étapes.
- Pour démarrer le programme, appuyez sur **DÉMARRER**.

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 **VITESSE +/-**, **INCLINAISON +/-**.
- Le démarrage du tapis de course et le compte à rebours commenceront après avoir appuyé sur le bouton **START**.

PARAMÈTRES DÉCOMPTÉS:

- **TEMPS** : la valeur initiale du compte à rebours est de 30 min.
L'ordinateur permet de régler le temps entre 5 et 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 entre 20 et 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 entre 1,0 et 99,0 km (par incréments de 1 km).

FONCTION DE MESURE DE LA GRAISSE CORPORELLE (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 20-140 kg

Utilisez les boutons **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** pour régler les valeurs des paramètres.

Après avoir sélectionné les paramètres, F5 s'affiche à l'écran. Placez les deux mains sur les capteurs de pouls, après 5 à 6 secondes, l'ordinateur affiche l'information FAT. FAT a pour but de mesurer la relation entre la taille et le poids, et non la proportion du corps.

Un résultat correct doit se situer entre 19-26. Une valeur inférieure à 19 indique une insuffisance pondérale, 27-30 - un surpoids, et au-dessus de 30 - l'obésité.

ATTENTION ! Les résultats obtenus ne doivent 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.

CONNEXION BLUETOOTH AVEC L'APPLICATION MOBILE

L'ordinateur est compatible avec l'application FitShow.

Commencez votre entraînement et profitez de nouvelles possibilités :

- Téléchargez l'application.
- Activez Bluetooth sur votre appareil mobile.
- Lancez l'application et sélectionnez votre appareil ZIPRO,
- auquel vous souhaitez vous connecter.
- Lorsque ZIPRO se connectera à l'application, l'appareil s'éteindra
- et son écran s'éteindra.

Désormais, vous contrôlez ZIPRO via votre appareil mobile.

1. ÉCHAUFFEMENT

C'est une phase qui améliore la circulation sanguine dans tout le corps et prépare les muscles à un effort accru. Elle réduit également le risque de crampes et de blessures. Il est conseillé d'effectuer quelques exercices d'étirement comme indiqué ci-dessous.

Si vous ressentez de la douleur, arrêtez l'exercice ou réduisez l'amplitude du mouvement.

ÉTIREMENT DES MUSCLES INTERNES 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. Étirez la jambe droite et placez la plante du pied gauche contre la cuisse droite. Étendez la main droite vers les orteils du pied droit aussi loin que possible. Maintenez pendant 15 secondes. Répétez l'opération 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 l'opération avec le bras droit.

ÉTIREMENT DES TENDONS D'ACHILLE

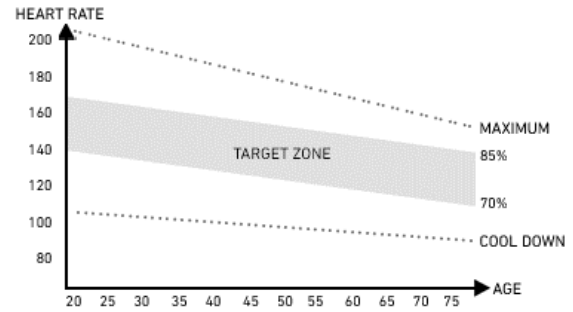
Tenez-vous face au mur, avancez la jambe gauche et pliez légèrement le genou. Gardez la jambe droite derrière – tendue, avec le talon posé à plat sur le sol. Gardez les deux talons à plat sur le sol et poussez les hanches vers le mur. Maintenez cette position pendant 30 secondes. Répétez l'opération avec la jambe droite avancée. N'oubliez pas de ne pas arquer le dos pendant l'exercice.

FLEXIONS

Tenez-vous debout, les pieds joints. Effectuez une flexion vers l'avant en essayant de rapprocher le plus possible la poitrine des genoux. Maintenez pendant 15 secondes. N'oubliez pas de ne pas plier les genoux.

2. PHASE D'EXERCICE

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 RELAXATION

Cette phase permet de calmer la circulation et de détendre les muscles. C'est une répétition des exercices d'échauffement. Il faut se rappeler que 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, contactez le service après-vente du fabricant.

DESCRIPTION DE L'ERREUR	CAUSES POSSIBLES	SOLUTION DU PROBLÈME
---- Problème avec la clé de sécurité	La clé de sécurité n'est pas connectée. L'ordinateur est endommagé.	Connectez correctement la clé de sécurité. Contactez le service après-vente du fabricant.
E01 Incorrecte communication entre le moniteur et le contrôleur électronique	La ligne de communication du moniteur est mal connectée, endommagée ou a un mauvais contact.	Veuillez reconnecter la ligne de communication
	Le moniteur n'a pas de signal de sortie.	Contactez le service après-vente du fabricant.
	Le panneau de commande inférieur n'a pas de signal de sortie.	Contactez le service après-vente du fabricant.
E02 Incorrecte détection de la tension entre le panneau de commande inférieur et le moteur	Le câble du moteur est mal connecté.	Vérifiez si le câble du moteur est correctement connecté.
	Le panneau de commande inférieur ne fournit pas de tension au moteur ou la tension de sortie est incorrecte.	Contactez le service après-vente du fabricant.
	Le moteur est endommagé.	Contactez le service après-vente du fabricant.
E03 Le panneau de commande inférieur détecte une vitesse incorrecte.	Défaillance du circuit de commande PWM de la carte de commande inférieure	Contactez le service après-vente du fabricant.
E04 Informations sur la protection contre les surtensions du moteur du panneau de commande inférieur	La charge du tapis roulant dépasse la tension de fonctionnement nominale du moteur. Le moteur du tapis roulant est incorrect.	Il est recommandé d'utiliser dans la plage de tension de fonctionnement nominale du moteur Remplacer le moteur.
	Défaillance du circuit de détection de surtension du moteur sur la carte de commande inférieure.	Contactez le service après-vente du fabricant..
E05 Informations sur la protection contre les surintensités du moteur du panneau de commande inférieur	La charge du tapis roulant dépasse le courant de fonctionnement nominal du moteur.	Il est recommandé de rester dans la plage de courant de fonctionnement nominal du moteur
	Il y a un problème avec la structure de montage du tapis roulant et du moteur, causant une résistance ou un blocage du moteur.	Vérifiez si la structure du tapis roulant est normale
	Défaillance du système de limitation de courant du	Contactez le service après-vente du fabricant.

	panneau de commande inférieur	
E07 BLE verrou de sécurité n'est pas correctement positionné	Aimant de sécurité déconnecté. Défaillance du système de surveillance du verrou de sécurité	Veuillez placer le verrou de sécurité à l'endroit désigné de la montre électronique. Contactez le service après-vente du fabricant.
L'appareil ne fonctionne pas	Pas d'alimentation Clé de sécurité débranchée Court-circuit L'interrupteur ON/OFF n'est pas activé	Branchez l'appareil. Rebranchez la clé de sécurité. Contactez le service après-vente du fabricant. Allumez l'appareil.
La bande de roulement ne fonctionne pas correctement	La bande de roulement n'est pas suffisamment lubrifiée La bande de roulement est trop tendue	Lubrifiez la bande de roulement conformément aux informations fournies dans le mode d'emploi. Ajustez et alignez la position de la bande de roulement conformément aux informations fournies dans le mode d'emploi.
La bande de roulement est de travers	La bande de roulement est trop lâche La courroie d'entraînement est trop peu tendue	Ajustez et alignez la position de la bande de roulement conformément aux informations fournies dans le mode d'emploi. 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 produits 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 à 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 la base du document d'achat (ticket de caisse / facture).
- La réclamation sera examinée 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 révélés 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, le délai de réparation sous garantie peut être prolongé du temps nécessaire à leur importation, mais pas de 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, sellerie.
 - 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 de la période de validité,
 - les réparations et modifications effectuées par le client lui-même avec des pièces non originales,
 - si le défaut est dû à une installation incorrecte ou au non-respect des règles d'utilisation correcte décrites dans le mode d'emploi, d'une utilisation autre qu'une utilisation domestique,
 - des dommages survenus pendant le transport.
 - Aucun duplicata de la carte de garantie ne sera émis.
 - Dans le cadre de la garantie, le client a le droit d'exiger les types de compensation gratuits suivants :
 - la réparation du produit,
 - le remplacement du produit,
 - une réduction de prix,
 - la résiliation du contrat et le remboursement intégral des frais engagés.
 - Pour déposer une réclamation, vous devez :
 - 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.
 - Si le produit est livré 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'appareil sera réparé ou remplacé par un neuf, ou le client sera remboursé. Les frais de transport des marchandises au client sont à la charge du 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 date de la communication de la décision, l'appareil sera renvoyé au client à ses frais.

IT Manuale d'uso

Utente,
Si prega di leggere le seguenti istruzioni prima di iniziare il montaggio e il primo utilizzo del dispositivo. Queste istruzioni contengono informazioni importanti sulla sicurezza d'uso e la manutenzione dell'attrezzatura. Conservarlo per poter utilizzare le informazioni sulla manutenzione o l'ordinazione di pezzi di ricambio.

DATI TECNICI	
Alimentazione	220V
Potenza massima	2610 W
Peso	69 kg
Temperatura di utilizzo	0°C a +40°C
Temperatura di conservazione	-10°C a +60°C
Peso massimo dell'utente	140 kg
Classe di applicazione	Classe H
Classe di precisione	Classe C
Velocità	1-20 km/h
Inclinazione	20 livelli
Norma del prodotto (principale)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Destinazione d'uso	Tapis roulant elettrico per uso domestico

SICUREZZA

ATTENZIONE! L'apparecchio può essere utilizzato esclusivamente in conformità con la sua destinazione d'uso, ovvero per l'allenamento da parte di persone adulte. Qualsiasi altro utilizzo dell'apparecchio può essere pericoloso. Il produttore non può essere ritenuto responsabile per danni causati da un utilizzo 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 pericolo di lesioni sono stati eliminati o adeguatamente protetti.
- Non sono ammesse riparazioni e modifiche fai-da-te.
- Una volta ogni uno o due mesi, controllare che viti, bulloni e dadi siano serrati correttamente.
- Per garantire la sicurezza a lungo termine, controllare e mantenere regolarmente l'attrezzatura (cioè una volta all'anno) presso un rivenditore specializzato.
- Tutte le modifiche all'apparecchio che non sono state descritte nel presente manuale possono causare danni o mettere direttamente in pericolo la salute e la vita della persona che si allena. Le modifiche all'apparecchio possono essere eseguite esclusivamente da personale del servizio di assistenza del produttore o da persone da esso addestrate a tale scopo.
- 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 sull'apparecchio, rivolgersi a un rivenditore specializzato.

ATTENZIONE! Rispettare le norme generali e le misure di sicurezza applicabili per la manipolazione di apparecchiature elettriche.

- L'apparecchio è alimentato con una tensione di rete di 220V.**
- Tutte le apparecchiature elettriche emettono radiazioni elettromagnetiche durante il funzionamento. Se nelle vicinanze dell'unità di controllo elettronica o del cruscotto sono presenti altre apparecchiature che emettono tali radiazioni (ad esempio, telefoni cellulari), alcuni valori (come la frequenza cardiaca) potrebbero essere distorti.
- ATTENZIONE!** Non apportare mai modifiche all'impianto elettrico di propria iniziativa. Affidare tali modifiche a specialisti.
- ATTENZIONE!** Ricordarsi di staccare la spina di alimentazione dalla presa prima di iniziare qualsiasi riparazione, manutenzione o pulizia dell'apparecchio.
- Non utilizzare prolunghe per collegare l'apparecchio.
- Se non si utilizza l'apparecchio per un periodo prolungato, scollegare la spina di alimentazione dalla presa.
- Prestare attenzione a 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 una presa diversa da un elettricista qualificato.

ATTENZIONE! Le persone che si trovano nelle vicinanze durante l'utilizzo dell'apparecchio devono essere informate dei possibili 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 assolutamente le note relative alla conduzione dell'allenamento contenute nel presente manuale.

- 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 di un muro. La zona di sicurezza è di 2000 mm e almeno della stessa larghezza di dispositivo.

ATTENZIONE! Durante il montaggio del dispositivo, prestare attenzione e non permettere ai bambini di stare nelle vicinanze. Durante il montaggio vengono utilizzate piccole parti (dadi, bulloni, ecc.) che potrebbero essere ingerite.

RISCHIO RESIDUO

- In una situazione in cui la protezione anticaduta non viene utilizzata o viene utilizzata in modo errato, esiste un rischio residuo, ovvero la caduta di una persona che causa abrasioni cutanee, contusioni, fratture o, nel peggiore dei casi, la morte.
- Esiste il rischio residuo di un sovraccarico involontario della persona che si esercita causato da un funzionamento improprio o da una valutazione errata, nonché da una trasmissione errata dei dati (a causa di interferenze elettromagnetiche, errori del software, ecc.). Anche la migliore protezione del software e dell'hardware non esclude un errore del software o dell'hardware e può teoricamente causare un sovraccarico della persona che si esercita.
- Il prodotto è un dispositivo elettrico, pertanto non è possibile escludere il rischio di scosse elettriche che possono portare alla morte.
- Non è possibile escludere il rischio residuo di soffocamento.
- Il rischio può essere ridotto seguendo le informazioni sulla sicurezza contenute nel manuale d'uso.
- Non si può escludere che un uso involontario o non autorizzato provochi altri rischi non presi in considerazione, e che il rischio preso in considerazione sia stato stimato in modo errato.

Nell'analisi dei rischi, la valutazione è stata effettuata sulla base dello "stato attuale del dispositivo". Dalla valutazione e dal controllo del prodotto risulta che la probabilità di un rischio inaccettabile è molto bassa. Il dispositivo (la sua costruzione, il suo funzionamento e la sua applicazione) non comporta - in condizioni normali - un rischio ingiustificato per la persona che si esercita o per terzi.

MARCHI DI MOVIMENTAZIONE SUGLI IMBALLAGGI DI TRASPORTO



Questo lato verso l'alto. Non capovolgere.



Proteggere dalla caduta.



Imballaggio riciclabile.



RAEE. È necessario smaltire le apparecchiature usate in un punto di riciclaggio.



Attenzione, fragile.
Possibilità di danni. Maneggiare con cura.



Proteggere dall'umidità.



Attenzione, prodotto pesante.



Il prodotto contiene il manuale d'uso.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Non aprire con un coltello.



FR
Cet appareil se recycle



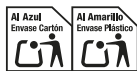
+
+15KG
HEAVY



FR
A déposer en déchetterie ou A déposer en déchetterie

Points de collecte sur www.qualifeedomesdechets.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.



Immagazzinare massimo in 5 strati

FUNZIONAMENTO

Prima di iniziare l'allenamento, assicurarsi che il dispositivo sia stato montato correttamente.

- Prima di iniziare il primo allenamento, familiarizzare con tutte le funzioni e le possibilità di regolazione del dispositivo.
- Il dispositivo contiene elementi che possono essere esposti alla corrosione. Per questo motivo, si sconsiglia di lasciarlo in un ambiente umido. È inoltre necessario assicurarsi che l'attrezzatura (soprattutto i suoi componenti interni ed elettronici) non sia esposta al contatto con acqua, bevande, sudore, ecc.
- Il dispositivo è destinato esclusivamente all'allenamento da parte di adulti e non è assolutamente un giocattolo per bambini. Se, sotto la propria responsabilità, si consente ai bambini di utilizzarlo, istruirli assolutamente sull'uso corretto e sorvegliarli costantemente.
- L'attrezzatura non è adatta per scopi terapeutici.
- Durante il funzionamento del dispositivo, possono verificarsi lievi rumori durante il movimento inerziale della massa volante, dovuti al tipo di costruzione. Questi non hanno alcuna influenza sul funzionamento del dispositivo.
- L'emissione di rumore durante il carico è maggiore rispetto a quando non è sotto 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, assicurarsi 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 dei componenti. 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.

ATTENZIONE! Prima di iniziare la manutenzione, spegnere sempre il tapis roulant e scollegarlo dalla rete elettrica.

PULIZIA

La pulizia regolare del dispositivo prolungherà la sua durata e manterrà le sue elevate prestazioni.

Per pulire il tapis roulant, utilizzare un panno morbido e umido. Questo non si applica a componenti elettrici, motore, parti interne - non lasciare che l'acqua penetri in queste aree. Proteggere la superficie del nastro da corsa (e lo spazio sottostante) dall'acqua.

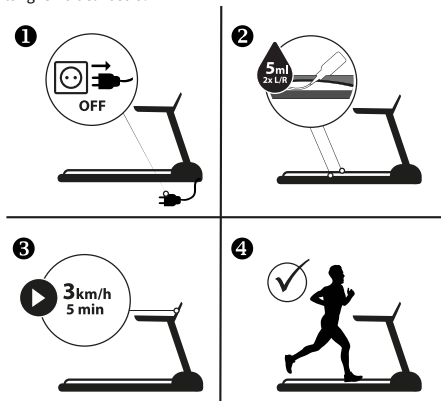
PULIZIA DEL MOTORE

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 il coperchio del motore. Usando aria compressa o un pennello, rimuovere delicatamente la polvere accumulata. Dopo aver rimontato il coperchio 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, è necessario lubrificare una volta ogni 7-8 mesi.

1. Prima di iniziare a lubrificare il nastro da corsa, spegnere il tapis roulant e scollegarlo dall'alimentazione. 2. Applicare il grasso sotto il nastro da corsa su entrambi i lati con circa 5 ml. Usarlo soprattutto nei punti in cui i piedi sono a contatto con il nastro durante la corsa. 3. Avviare il tapis roulant a bassa velocità (es. 3 km/h) e attendere che il grasso si distribuisca uniformemente su tutta la lunghezza del nastro.

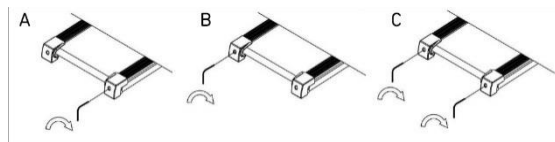


REGOLAZIONE DELLA TENSIONE DEL NASTRO

Il nastro da corsa può richiedere la tensione a causa dell'uso costante del tapis roulant. Il nastro richiede la tensione quando inizia a scivolare, muoversi lateralmente o piegarsi durante l'allenamento.

Un nastro troppo allentato può fermarsi durante il funzionamento del motore. Posizionare il tapis roulant su una superficie piana. Avviare il tapis roulant ad una velocità di circa 6-8 km/h, osservare il grado di deflessione del nastro del tapis roulant.

- Non tendere eccessivamente il nastro, poiché ciò potrebbe causare guasti, ad esempio al motore, all'albero o ai cuscinetti.
- Un nastro correttamente teso può essere sollevato ai suoi bordi ad un'altezza di circa 5-7,5 cm. È molto facile da controllare: è teso correttamente quando ci stanno 3 dita sotto.



AUMENTO DELLA TENSIONE DEL NASTRO

Nel set di parti troverai una chiave speciale. Inseriscila nella vite di regolazione del nastro a sinistra 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. Assicurarsi di ruotare le viti in modo uniforme.

Ripetere l'operazione per entrambe le viti finché il nastro non è teso correttamente.

RIDUZIONE DELLA TENSIONE DEL NASTRO

Per ridurre la tensione del nastro, procedere come per aumentarla. Ruotare la chiave in senso antiorario.

CENTRATURA DEL NASTRO DA CORSA

A causa di diversi stili di corsa (più comunemente un carico maggiore su una gamba), il nastro può muoversi 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 la regolazione quando si sposta verso destra o verso sinistra.

Avviare il tapis roulant e impostare una bassa velocità (es. 3 km/h). Verificare in quale direzione si muove il nastro.

- Se il nastro 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 il nastro è centrato. Se continua a spostarsi verso destra, ruotare nuovamente la vite di 90 gradi.
- Se il nastro si sposta verso sinistra, procedere come nel caso sopra, ma ruotare la vite situata sul lato sinistro (Figura B).

AMBIENTE

Il dispositivo viene fornito imballato per proteggerlo da eventuali danni durante il trasporto. Gli imballaggi sono materie prime non trasformate e possono essere riciclati. Smaltire questi materiali negli appositi contenitori colorati destinati alla raccolta differenziata.



Proteggere l'ambiente e non gettare le batterie usate nella spazzatura domestica. Restituirle presso il punto vendita o consegnarle ad un punto di raccolta differenziata.

I dispositivi elettrici usati (compresi contatore, alimentatore) sono materie prime secondarie - non gettarli nei contenitori dei rifiuti domestici, perché possono contenere sostanze pericolose per la salute e l'ambiente. Si prega di fornire un aiuto attivo per

un uso parsimonioso gestione delle risorse naturali e protezione dell'ambiente naturale mediante la consegna del dispositivo usato a un punto di raccolta differenziata di materiali riciclabili - apparecchiature elettriche usate.

MONTAGGIO

Il montaggio del dispositivo deve essere eseguito con cura da un adulto. In caso di dubbi, chiedi aiuto a qualcuno con maggiore esperienza in questo campo.

- Prima di iniziare il montaggio, assicurati che il set con il dispositivo contenga tutti gli elementi dell'elenco delle parti e che nessun elemento sia stato danneggiato durante il trasporto. In caso di elementi mancanti o reclami, contatta il rivenditore.
- Familiarizza con i disegni e le spiegazioni ed esegui il montaggio secondo l'ordine indicato nelle istruzioni di montaggio.
- Fai attenzione durante il montaggio. Durante l'utilizzo di strumenti ed elementi, c'è il rischio di lesioni.
- Ricorda di mantenere un ambiente sicuro. Non disporre in modo caotico gli strumenti e gli elementi di montaggio. Ricorda che le pellicole e i sacchetti di plastica rappresentano un rischio di soffocamento per i bambini.
- Gli elementi di montaggio necessari per eseguire un determinato passaggio delle istruzioni di montaggio sono mostrati nei disegni e nelle spiegazioni. Utilizza gli elementi indicati nelle istruzioni di montaggio.
- Nelle prime fasi del montaggio, non serrare le parti fino in fondo. Fallo dopo aver posizionato tutto e esserti assicurato che siano correttamente posizionate.
- Il produttore si riserva il diritto di pre-assemblare alcuni elementi.

SCHEMA DI MONTAGGIO (→ Vedi pagina 2)

ATTENZIONE! È vietato utilizzare parti provenienti da fonti diverse dal produttore.

LISTA DELLE PARTI

L'elenco completo delle parti è disponibile contattando serwis@zipro.pl o sul sito zipro.store nella descrizione del prodotto.

N.	DESCRIZIONE	QUANTITÀ
1	Telaio principale	1
2	Base	1
4	Montante sinistro/destro	2
5	Telaio del monitor	1
12	Chiave 6# 55*95mm	1
21	Lsinistra copertura del palo	1
22	Copertura destra del palo	1
28	Supporto per dispositivi	1
55	Serratura di sicurezza, doppia presa piatta	1
64	Vite M8*35 S6	2
68	Vite M8*15 S6	2
69	Vite ST4.2*16	6
76	Vite M8*50 25 S6	6
88	Olio silconico	1

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO (→ Vedi pagina 2)

ATTENZIONE! Durante il montaggio, seguire i passaggi seguenti e utilizzare gli strumenti inclusi nel prodotto.

Prepara sufficiente spazio libero per il montaggio del dispositivo. A causa del peso elevato di alcuni elementi, si raccomanda il montaggio in due persone.

ISTRUZIONI PER IL MONTAGGIO E LO SMONTAGGIO (→ Vedi pagina 6)

MONTAGGIO DELL'ATTREZZATURA

ATTENZIONE! Prima di iniziare il montaggio, verificare attentamente che tutte le viti siano serrate.

ATTENZIONE! Durante il montaggio, prestare attenzione alle mani e alle dita per evitare di schiacciarle.

Sollevare il nastro da corsa dell'attrezzatura in posizione verticale fino a quando non si sente il suono del blocco del meccanismo di piegatura.

SMONTAGGIO DELL'ATTREZZATURA

ATTENZIONE! Prestare attenzione che durante l'abbassamento del nastro del tapis roulant nelle immediate vicinanze non si trovino terzi e animali.

Tenendo il nastro da corsa, rilasciare con il piede il blocco del meccanismo di piegatura (indicato dalla freccia). Abbassare la piattaforma all'altezza del corrimano del telaio principale.

Da questa altezza il nastro cadrà automaticamente verso il suolo.

REGOLAZIONI

Livellamento dell'attrezzatura

Livellare l'attrezzatura 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** l'attrezzatura inizierà a funzionare.

FUNZIONE DI RISPARMIO ENERGETICO

Il computer del tapis roulant passerà automaticamente alla modalità di risparmio energetico se non vengono eseguite azioni entro 10 minuti. Premere un tasto qualsiasi per riavviare il sistema.

ARRESTO DI EMERGENZA DELL'ATTREZZATURA

ATTENZIONE! La chiave di sicurezza deve essere attaccata ai vestiti durante ogni allenamento.

Dovrebbe essere utilizzato solo in situazioni di emergenza, non deve essere utilizzato 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 da corsa. L'arresto segnerà un breve allarme acustico. Tutte le finestre sullo schermo visualizzeranno „---”.

Dopo aver ricollegato la chiave di sicurezza, l'attrezzatura verrà ripristinata.

PROGRAMMI

Il computer è dotato di 3 programmi utente per l'impostazione manuale, 24 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** – serve per avviare il tapis roulant in modalità manuale o il programma selezionato.
- STOP** – serve per arrestare il tapis roulant in funzione. Dopo la pressione verrà ripristinata anche le impostazioni. Dopo il riavvio, l'attrezzatura inizierà a funzionare in modalità manuale.
- PROGRAMMA** - serve per selezionare il programma di allenamento automatico (P1-P24), programma utente (U1-U3) o della funzione Body Fat prima di avviare il tapis roulant.
- MODE** - permette di selezionare la modalità di conto alla rovescia: tempo, distanza o calorie
- VELOCITÀ** - i pulsanti consentono di regolare (aumentando e diminuendo) la velocità di 0,1 km/h. I pulsanti si trovano sulla console del computer e sui corrimano.
- PULSANTE DI SELEZIONE RAPIDA DELLA VELOCITÀ** - consentono di selezionare direttamente la velocità(5,10).

- INCLINAZIONE** - i pulsanti consentono di regolare (aumentando e diminuendo) l'angolo di inclinazione del nastro di corsa di 1 livello durante l'allenamento. I pulsanti si trovano sulla console del computer e sui corrimano.
- PULSANTE DI SELEZIONE RAPIDA DELL'ANGOLO DI INCLINAZIONE** – consentono di selezionare direttamente l'angolo di inclinazione del nastro di corsa durante l'allenamento (5,10).

FUNZIONI (SPECIFICHE)

VELOCITÀ	Visualizza la velocità attuale.	1-20 km/h
TIME	Calcola il tempo totale di allenamento dall'inizio alla fine.	00:00-99:59 min
INCLINAZIONE	Visualizza il livello di inclinazione attuale del nastro di corsa.	0-20 livelli
CALORIES	Calcola il numero totale di calorie bruciate dall'inizio alla fine dell'allenamento. (La misurazione è approssimativa al fine di 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 (escluso l'uso medico).	50-200 BPM

FUNZIONE DI MISURAZIONE DELLA FREQUENZA CARDIACA

Dopo aver avviato il tapis roulant, tieni entrambe le mani sui sensori per la misurazione della 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 (escluso l'uso medico).

PROGRAMMA MANUALE

Il programma manuale è la modalità di funzionamento predefinita del dispositivo. Il tapis roulant inizia a funzionare in questa modalità dopo aver premuto **START**, quando non viene selezionato alcun programma di allenamento.

- La velocità predefinita in modalità manuale è 1 km/h.
- Il livello predefinito dell'angolo di inclinazione del nastro è 0.
- La modifica dell'impostazione della velocità e dell'angolo di inclinazione del nastro di corsa è possibile tramite i pulsanti sul computer e sui corrimano.

PROGRAMMI DI ALLENAMENTO

Seleziona uno dei 24 programmi di allenamento automatici premendo il pulsante

PROGRAMMA finché sullo schermo non viene visualizzato il numero appropriato.

- Quando viene visualizzato il programma appropriato, premi **MODE**. Dopo la selezione, nella finestra verrà visualizzato e lampeggerà il valore "30:00".

Le impostazioni del tempo di allenamento del programma possono essere effettuate con i pulsanti **SPEED +/-**.

- Il tempo di allenamento impostato è diviso proporzionalmente in 16 fasi. La tabella mostra un riepilogo delle fasi e le corrispondenti velocità e angoli di inclinazione per ciascun programma di allenamento. → [Vedi pagina 117](#).
- Per avviare il programma, premi **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 **PROGRAMMA**, per selezionare uno dei programmi utente. Sul pannello verranno visualizzati in sequenza i numeri dei programmi automatici, quindi i programmi utente.
- Quando viene visualizzato il programma appropriato, premere **MODE**, per iniziare a modificare la prima sezione del programma. Utilizzare i pulsanti **SPEED +/-** per impostare la velocità. Utilizzare i pulsanti **INCLINE +/-** per impostare il livello di inclinazione del tapis roulant.
- Premere **MODE**, per confermare le impostazioni dei parametri per la prima sezione e passare alla modifica della successiva.

I programmi sono composti da 16 sezioni. Ripetere i passaggi precedenti finché 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 pulsante **PROGRAMMA**, 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 16 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 del conto alla rovescia, utilizzare i pulsanti **VELOCITÀ +/-**, **INCLINAZIONE +/-**.
- L'avvio del tapis roulant e il conto alla rovescia inizieranno premendo il pulsante **START**.

PARAMETRI CONTO ALLA ROVESCIA:

- **TEMPO:** il valore iniziale del conto alla rovescia è di 30 min. Il computer consente di impostare il tempo nell'intervallo di 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)

Premere il pulsante **PROGRAM**, fino a quando sullo schermo non viene visualizzato "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 20-140 kg

Utilizzare i pulsanti **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** per impostare i valori dei parametri. Dopo aver selezionato i parametri, sul display apparirà F5. Appoggiare 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 la relazione tra altezza e peso, e non le proporzioni 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'utilizzo del dispositivo ti offrirà molti vantaggi. Prima di tutto, migliorerà la tua forma fisica, rafforzerà i muscoli e, in combinazione con una dieta adeguata, ti permetterà di bruciare il grasso corporeo in eccesso.

CONNESSIONE BLUETOOTH CON L'APPLICAZIONE MOBILE

Il computer è compatibile con l'applicazione FitShow.

Inizia l'allenamento e goditi le nuove possibilità:

- Scarica l'applicazione.
- Attiva il Bluetooth sul tuo dispositivo mobile.
- Avvia l'applicazione e seleziona il tuo dispositivo ZIPRO,
- con cui desideri connetterti.
- Quando ZIPRO si connette all'applicazione, si spegnerà
- il computer e lo schermo si spegneranno.

Da questo momento gestisci ZIPRO tramite il tuo dispositivo mobile.

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 l'ampiezza del 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. Stendi la gamba destra e appoggia 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 l'operazione con la gamba sinistra.

ROTATIONI DELLA TESTA

Tieni la testa dritta guardando avanti. Senza muovere le spalle, ruota la testa a destra e raddrizzala, poi ruotala a sinistra e raddrizzala.

SOLLEVAMENTO DELLE BRACCIA

Solleva il braccio sinistro il più in alto possibile e mantieni la posizione per alcuni secondi. Ripeti l'operazione con il braccio destro.

STRETCHING DEL TENDINE DI ACHILLE

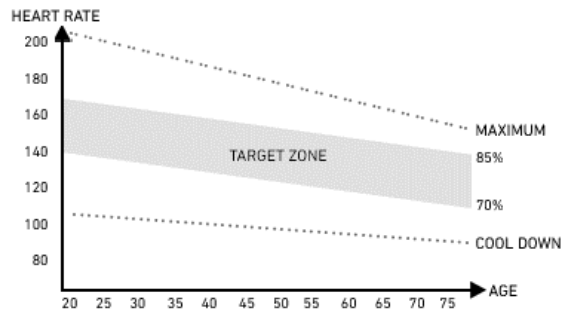
Mettiti di fronte al muro, spingi la gamba sinistra in avanti e piegala leggermente al ginocchio. Tieni la gamba destra dietro - dritta, con il tallone appoggiato piatto sul pavimento. Tieni entrambi i talloni piatti sul pavimento e spingi i fianchi verso il muro. Mantieni questa posizione per 30 secondi. Ripeti l'operazione con la gamba destra spinta in avanti. Ricorda di non inarcare la schiena durante l'esercizio.

FLESSIONI

Mettiti in piedi con i piedi uniti. Esegui una flessione in avanti cercando di avvicinare il più possibile il petto alle ginocchia. Mantieni la posizione per 15 secondi. Ricorda di non piegare le ginocchia.

2. FASE DI ESERCIZIO

Questa è la fase appropriata 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 aiuta a calmare la circolazione e rilassare i muscoli. È una ripetizione degli esercizi di riscaldamento. Ricorda di non sforzare i muscoli.

POSSIBILI DANNI E TECNICHE DI RIPARAZIONE

ATTENZIONE! L'apertura dell'alloggiamento 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'alloggiamento, contattare il servizio di assistenza del produttore.

DESCRIZIONE DELL'ERRORE	POSSIBILI CAUSE	SOLUZIONE DEL PROBLEMA
----- Problema con la chiave di sicurezza	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 Errata comunicazione tra il monitor e il controller elettronico	La linea di comunicazione del monitor è collegata in modo errato, danneggiata o ha un contatto debole. Il monitor non ha segnale di uscita.	Si prega di ricollegare la linea di comunicazione Contattare il servizio di assistenza del produttore.
	Il pannello di controllo inferiore non ha segnale di uscita.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
E02 NRilevamento errato della tensione tra il pannello di controllo inferiore e il motore	Il cavo del motore è collegato in modo errato. Il pannello di controllo inferiore non fornisce tensione al motore o la tensione di uscita è errata. Il motore è danneggiato.	Verificare che il cavo del motore sia collegato correttamente. Contattare il servizio di assistenza del produttore. Contattare il servizio di assistenza del produttore.
E03 Dil pannello di controllo inferiore rileva una velocità errata.	Guasto del circuito di controllo PWM della scheda di controllo inferiore	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
E04 Informazioni sulla protezione da sovratensione del motore del pannello di controllo inferiore	Il carico del tapis roulant supera la tensione di lavoro nominale del motore. Il motore del tapis roulant non è corretto. Guasto del circuito di rilevamento della sovratensione del motore sulla scheda di controllo inferiore.	Si consiglia di utilizzare entro la tensione di lavoro nominale del motore Sostituisci il motore. Contattare il servizio di assistenza del produttore. Contattare il servizio di assistenza del produttore..
E05 Informazioni sulla protezione da sovracorrente del motore del pannello di controllo inferiore	Il carico del tapis roulant supera la corrente di lavoro nominale del motore.	Si consiglia di rientrare nella corrente di lavoro nominale del motore
	C'è un problema con la struttura di montaggio del tapis roulant e del motore, che causa resistenza o blocco del motore.	Verificare che la struttura del tapis roulant sia normale
	Guasto del sistema di limitazione della corrente del pannello di controllo inferiore	Contattare l'assistenza del produttore.

E07 Bil blocco di sicurezza non è posizionato correttamente	Magnete di sicurezza scollegato.	Si prega di posizionare il blocco di sicurezza nella posizione designata dell'orologio elettronico.
	Guasto del sistema di monitoraggio del blocco di sicurezza	Contattare l'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 l'assistenza del produttore.
Il nastro del tapis roulant non scorreFluidamente	L'interruttore ON/OFF non è acceso	Accendere il dispositivo.
	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 l'assistenza del produttore.

GARANZIA
Il venditore, in 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.

La scheda di garanzia si trova sull'ultima pagina.

- CONDIZIONI DI GARANZIA**
- I reclami e la garanzia sono soggetti esclusivamente a difetti occulti derivanti da colpa del produttore.
 - La garanzia sarà rispettata dal negozio o dall'assistenza dopo la presentazione da parte del cliente di:
 - scheda di garanzia valida, leggibile e correttamente compilata con timbro di vendita e firma del venditore,
 - prova d'acquisto valida dell'attrezzatura con data di vendita,
 - merce reclamata o parte difettosa.

- In caso di acquisto a distanza, la scheda di garanzia è valida esclusivamente sulla base del documento di acquisto (scontrino / fattura).
- Il reclamo sarà esaminato entro 14 giorni dal momento della segnalazione del difetto da parte del Cliente.
 - I difetti di fabbrica e i danni rivelati durante il periodo di garanzia saranno riparati gratuitamente entro un termine non superiore a 21 giorni dalla data di consegna della merce al negozio o all'assistenza.
 - In caso di necessità di importare parti, il periodo di realizzazione della riparazione in garanzia può essere esteso del tempo necessario per l'importazione, ma non superiore a 40 giorni.
 - La garanzia non copre:
 - danni meccanici e difetti causati da essi,
 - 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.
 - operazioni relative al montaggio, alla manutenzione, che, secondo il manuale di istruzioni, l'utente è tenuto a eseguire da solo.
 - La garanzia non si applica nei seguenti casi:
 - scadenza del termine di validità,
 - effettuazione da parte del cliente di riparazioni e modifiche autonome con l'uso di parti non originali,
 - qualora il difetto sia derivante da un'installazione errata o dal mancato rispetto delle norme di corretto utilizzo descritte nel manuale di istruzioni,
 - utilizzo diverso dall'uso domestico,
 - danni derivanti dal trasporto.
 - Non verranno rilasciati duplicati del certificato di garanzia.
 - In garanzia, il cliente ha il diritto di richiedere i seguenti tipi di risarcimento forniti gratuitamente:
 - 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 parte di esso coperta dalla garanzia.
 - Prova d'acquisto indicante 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 accettazione del reclamo, l'apparecchio verrà riparato o sostituito con uno nuovo oppure al cliente verrà rimborsato l'importo pagato. I costi di trasporto della merce al cliente sono a carico del servizio di assistenza del produttore.
 - In caso di rifiuto del reclamo in garanzia, il cliente riceverà una motivazione dettagliata della decisione presa e, entro 14 giorni dalla comunicazione della decisione, l'apparecchio verrà rispedito al cliente a sue spese.

ES Manual de uso

Estimado usuario,
Lea atentamente este manual antes de comenzar el montaje y el primer uso del aparato. Este manual contiene información importante sobre la seguridad de uso y el mantenimiento del equipo. Consérvelo para poder consultar información sobre el mantenimiento o el pedido de piezas de repuesto.

DATOS TÉCNICOS

Alimentación	220V
Potencia máxima	2610 W
Peso	69 kg
Temperatura de uso	0°C a +40°C
Temperatura de almacenamiento	-10°C a +60°C
Peso máximo del usuario	140 kg
Clase de aplicación	Clase H
Clase de precisión	Clase C
Velocidad	1-20 km/h
Inclinación	20 niveles
Norma del producto (principal)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Finalidad	Cinta de correr eléctrica para uso doméstico

SEGURIDAD

¡ATENCIÓN! El aparato se puede utilizar exclusivamente para su finalidad prevista, es decir, para el entrenamiento de adultos. 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 basándose en los conocimientos más recientes en materia de seguridad. Los elementos peligrosos que podrían suponer un riesgo de lesiones se han eliminado o están relativamente protegidos.
- No se permiten reparaciones ni modificaciones por cuenta propia.
- Una vez al mes o cada dos meses, compruebe que los tornillos, pernos y tuercas estén bien apretados.
- Para garantizar la seguridad a largo plazo, revise y mantenga el equipo con regularidad (es decir, una vez al año) en un establecimiento comercial especializado.
- Todas las modificaciones en el aparato que no estén descritas en estas instrucciones pueden causar daños o poner en peligro directamente la salud y la vida de la persona que hace ejercicio. Las modificaciones en el aparato solo pueden ser realizadas por empleados del servicio técnico del fabricante o por personas capacitadas por este 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 modificaciones técnicas.
- Dirija cualquier pregunta o duda relacionada con el equipo a un establecimiento comercial especializado.

¡ATENCIÓN! Respete las normas generales y las medidas de seguridad aplicables al manejo 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 cerca del sistema de control electrónico o de la cabina se colocan otros aparatos que emiten dicha radiación (por ejemplo, teléfonos móviles), algunos valores (como, por ejemplo, la frecuencia cardíaca) pueden distorsionarse.
- ¡ATENCIÓN!** Nunca realice modificaciones en la red eléctrica por cuenta propia. Encargue dichas modificaciones a especialistas.
- ¡ATENCIÓN!** Recuerde que, antes de iniciar cualquier reparación, mantenimiento o limpieza del equipo, debe desenchufar el cable de alimentación de la toma de corriente.
- No utilice alargadores para conectar el aparato.
- Si no va a utilizar el equipo durante un período prolongado, desenchufe el cable de alimentación de 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 puesta a tierra. El enchufe debe conectarse a una toma de corriente correctamente instalada y debidamente puesta a tierra.

¡PELIGRO! Una conexión incorrecta del cable puede provocar riesgo de descarga eléctrica.

- Antes de conectar el aparato a la alimentación, asegúrese de que la tensión local corresponda al tipo de enchufe.
- No modifique el enchufe si no encaja en la toma de corriente.

En tal 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 realizar

entrenamientos en el aparato. Basándose en la opinión de un especialista, puede elaborar 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 monitorización de la frecuencia cardíaca pueden ser inexactos. El esfuerzo excesivo durante el ejercicio puede provocar lesiones graves o la muerte. Si se siente débil, deje de hacer ejercicio inmediatamente.

¡ATENCIÓN! Respete estrictamente las indicaciones relativas a la realización del entrenamiento que se incluyen en este manual.

- Al elegir un lugar para entrenar, asegúrese de mantener distancias seguras de posibles obstáculos. No coloque el equipo cerca de rutas de comunicación (carreteras, puertas, pasillos, etc.).
- Está prohibido utilizar el equipo cerca de la pared. La zona de seguridad es de 2000 mm y al menos tan ancha como el dispositivo.

¡ATENCIÓN! Durante el montaje del dispositivo, tenga cuidado 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 la protección contra caídas no se utiliza o se utiliza incorrectamente, existe un riesgo residual, es decir, la caída de una persona que puede provocar abrasiones cutáneas, hematomas, fracturas o, en el peor de los casos, la muerte.
- Existe un riesgo residual de sobrecarga involuntaria de la persona que hace ejercicio debido a un manejo incorrecto o a una evaluación incorrecta, así como a una transmisión de datos incorrecta (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, en teoría, puede causar una sobrecarga a la persona que hace ejercicio.
- El producto es un dispositivo eléctrico, por lo que no se puede descartar una descarga eléctrica que pueda provocar la muerte.
- No se puede descartar el riesgo residual de asfixia.
- El riesgo se puede reducir siguiendo la información de seguridad contenida en el manual de instrucciones.
- No se puede descartar que un uso no intencionado 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 e inspección 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 provoca, en condiciones normales, un riesgo injustificado para la persona que hace ejercicio ni para terceros.

SEÑALES DE MANIPULACIÓN EN LOS EMBALAJES DE TRANSPORTE

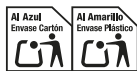
	Este lado hacia arriba. No volcar.
	Proteger de caídas.
	Embalaje reciclable.
	Residuos electrónicos. Es necesario entregar el equipo usado en un punto de reciclaje.
	Cuidado, frágil. Posibilidad de daños. Tenga cuidado.
	Proteger de la humedad.
	Atención producto pesado.
	El producto contiene un manual de instrucciones.

DO NOT USE BLADE TO OPEN

No abrir con un cuchillo.



Embalaje fabricado con cartón y plásticos.
Por favor, separe los residuos de acuerdo con las normas locales.



Embalaje fabricado con cartón y plásticos. Por favor, separe los residuos de acuerdo con las normas locales.



Embalaje fabricado con cartón.



El embalaje ha sido fabricado teniendo en cuenta la responsabilidad por el medio ambiente y el reciclaje. Por favor, separe los residuos de acuerdo con las normas locales.



Almacenar como máximo en 5 capas

MANEJO

Antes de comenzar el entrenamiento, asegúrese de que el dispositivo esté correctamente montado.

- Antes de comenzar el primer entrenamiento, familiarícese con todas las funciones y posibilidades de ajuste del dispositivo.
- El dispositivo tiene elementos que pueden estar expuestos a la corrosión. Por esta razón, no se recomienda que permanezca en una habitación húmeda. También se debe procurar que, el equipo (especialmente sus elementos internos y electrónicos) no esté expuesto al contacto con agua, bebidas, sudor, etc.
- El dispositivo está destinado únicamente al entrenamiento de personas adultas y en ningún caso es un juguete para niños. Si, bajo tu propia responsabilidad, permites que los niños lo utilicen, es imprescindible instruirlos adecuadamente sobre su uso correcto y supervisarlos en todo momento.
- El equipo no es adecuado para fines terapéuticos.
- Durante el funcionamiento del dispositivo pueden producirse leves ruidos debido al movimiento inercial del volante de inercia, los cuales se deben al 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, verifica la correcta sujeción de los dispositivos de seguridad, así como de las conexiones atornilladas y enchufables.
- Durante el entrenamiento en el dispositivo, recuerda usar un calzado adecuado (zapatillas deportivas)

MANTENIMIENTO

Para garantizar la máxima seguridad durante el uso de la cinta de correr, se recomienda revisarla periódicamente para detectar el desgaste de los componentes. Esto incluye el control del apriete y el estado de las tuercas, tornillos, piezas móviles, casquillos, etc. Guarda el dispositivo en un lugar seco y cálido. No expongas el dispositivo a la luz solar directa. ¡ATENCIÓN! Antes de iniciar cualquier tarea de mantenimiento, apaga siempre la cinta de correr y desconéctala 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, utiliza un paño suave y húmedo. Esto no se aplica a los componentes eléctricos, el motor ni las partes internas: no permitas que el agua entre en estas áreas. Protege la superficie de la banda de rodadura (y el espacio debajo de ella) del contacto con el agua.

LIMPIEZA DEL MOTOR

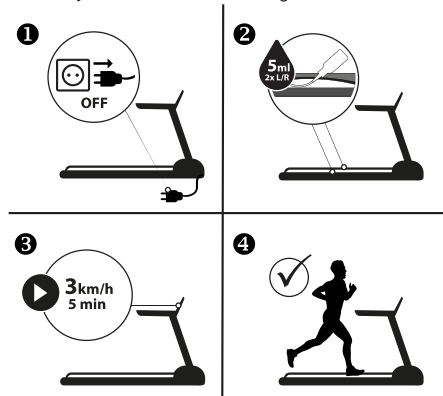
Al menos una vez al año, elimina el polvo del motor.

Para hacerlo, primero apaga la cinta de correr y desconéctala de la fuente de alimentación. Después de esperar aproximadamente 1 hora, retira la cubierta del motor. Utilizando aire comprimido o un pincel, elimina cuidadosamente el polvo acumulado. Una vez que la cubierta esté nuevamente montada y la cinta de correr reconectada a la corriente, podrás volver a utilizarla.

LUBRICACIÓN DE LA CINTA DE CORRER

La frecuencia de lubricación de la cinta depende de la intensidad de uso.

Si el dispositivo funciona más de 5 horas a la semana, se recomienda lubricarlo cada 2-3 meses. En caso de un uso menos intensivo, la lubricación debe realizarse una vez cada 7-8 meses. 1. Antes de proceder a la lubricación de la banda de rodadura, apaga la cinta de correr y desconéctala de la fuente de alimentación. 2. Aplica el lubricante debajo de la banda de rodadura a ambos lados, utilizando aproximadamente 5 ml en cada lado. Concentra la aplicación en las zonas donde los pies entran en contacto con la banda durante la carrera. 3. Enciende la cinta de correr a una velocidad baja (por ejemplo, 3 km/h) y espera a que el lubricante se distribuya de manera uniforme a lo largo de toda la banda.



AJUSTE DE LA TENSIÓN DE LA BANDA

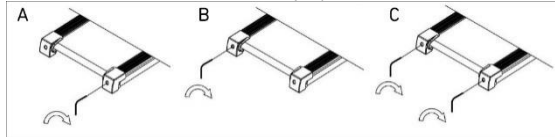
Con el uso continuo de la cinta de correr, puede ser necesario ajustar la tensión de la banda.

La banda requiere ajuste si, durante el entrenamiento, comienza a deslizarse, desplazarse hacia los lados o arrugarse.

Una banda demasiado floja puede detenerse mientras el motor está en funcionamiento.

Coloca la cinta de correr en una superficie plana. Enciéndela a una velocidad de aproximadamente 6-8 km/h y observa el grado de desviación de la banda.

- No debes tensar la banda en exceso, ya que esto puede causar fallos en componentes como el motor, el rodillo o los rodamientos.
- Una banda correctamente tensada puede levantarse en los bordes a una altura de aproximadamente 5-7,5 cm. Es muy fácil comprobarlo: está correctamente tensada si caben tres dedos entre la banda y la plataforma.



AUMENTO DE LA TENSIÓN DE LA BANDA

En el conjunto de piezas encontrarás una llave especial. Insértala en el tornillo de ajuste de la banda situado en la parte trasera izquierda de la cinta de correr. Gira la llave 90 grados en el sentido de las agujas del reloj (figura C).

De esta manera tensarás el rodillo trasero y aumentarás la tensión de la banda. Repite el procedimiento girando el tornillo del lado derecho. Asegúrate de girar ambos tornillos de forma uniforme.

Repite estas acciones en ambos tornillos hasta que la banda esté correctamente tensada.

DISMINUCIÓN DE LA TENSIÓN DE LA BANDA

Para disminuir la tensión de la banda, procede de la misma manera que para aumentarla, pero gira la llave en sentido contrario a las agujas del reloj.

CENTRADO DE LA BANDA DE RODADURA

Debido a diferentes estilos de carrera (normalmente por cargar más peso en una pierna), la banda puede desplazarse hacia los lados y descentrarse. Por esta razón, puede ser necesario ajustarla periódicamente.

La banda debería centrarse sola durante el funcionamiento de la cinta de correr. La regulación es necesaria si la banda se desplaza hacia la derecha o hacia la izquierda.

Enciende la cinta de correr y ajusta su velocidad a un nivel bajo (por ejemplo, 3 km/h). Observa hacia qué lado se desplaza la banda.

- Si la banda se desplaza hacia la derecha, inserta la llave en el tornillo de ajuste derecho. Gira la llave 90 grados en el sentido de las agujas del reloj (figura A). Observa si la banda se centra. Si sigue desplazándose hacia la derecha, gira nuevamente el tornillo 90 grados.

- Si la banda se desplaza hacia la izquierda, procede de la misma manera que en el caso anterior, pero gira el tornillo ubicado en el lado izquierdo (figura B).

MEDIOAMBIENTE

El dispositivo se entrega en un embalaje diseñado para protegerlo de posibles daños durante el transporte. Los embalajes están hechos de materias primas no tratadas y son reciclables. Deposita estos materiales en los contenedores de colores correspondientes destinados a la recogida selectiva.



Protege el medio ambiente y no tires las pilas usadas en la basura doméstica. Entrégalas en el punto de venta o deposítalas en un centro de recogida de materias primas reciclables.

Los dispositivos eléctricos usados (incluidos el contador y la fuente de alimentación) son materias primas reciclables: no los deseches en los contenedores de basura doméstica, ya que pueden contener sustancias peligrosas para la salud y el medio

ambiente. Te pedimos tu colaboración activa en la gestión responsable de los recursos naturales y la protección del medio ambiente mediante la entrega del aparato usado en un punto de recogida de materias primas secundarias – aparatos eléctricos usados.

MONTAJE

El montaje del aparato debe ser realizado cuidadosamente por un adulto. En caso de duda, pide ayuda a alguien con más experiencia en este campo.

- Antes de comenzar el montaje, asegúrate de que el juego con el aparato contiene todos los elementos de la lista de piezas y de que ningún elemento haya sido dañado durante el transporte. En caso de falta de elementos o reservas, ponte en contacto con el vendedor.
- Familiarízate con los dibujos y explicaciones y realiza el montaje siguiendo el orden contenido en el manual de montaje.
- Ten cuidado durante el montaje. Al usar herramientas y elementos existe el riesgo de cortarse.
- Recuerda mantener un entorno seguro. No dispongas las herramientas y los elementos de montaje de forma caótica. Recuerda que las láminas y bolsas de plástico representan un peligro de asfixia para los niños.
- Los elementos de montaje necesarios para realizar un paso determinado del manual de montaje se han presentado en los dibujos y explicaciones. Utiliza los elementos indicados en el manual de montaje.
- En las primeras fases del montaje no aprietes las piezas a tope. Hazlo después de colocar todas y asegurarte de que están correctamente encajadas.
- El fabricante se reserva el derecho de realizar el montaje previo de algunos elementos.

ESQUEMA DE MONTAJE (→ Ver página 2)

¡ATENCIÓN! Se prohíbe el uso de piezas procedentes de otras fuentes que no sean del fabricante.

LISTA DE PIEZAS

La lista completa de piezas está disponible contactando con serwis@zipro.pl o en la página Zipro.store en la descripción del producto.

Nº	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
1	Estructura principal	1
2	Base	1
4	Poste Izquierdo/Derecho	2
5	Marco del monitor	1
12	Llave 6# 55*95mm	1
21	Izquierda Cubierta del poste	1
22	Cubierta derecha del poste	1
28	Base para dispositivos	1
55	Cerradura de seguridad, doble ranura plana	1
64	Tornillo M8*35 S6	2
68	Tornillo M8*15 S6	2
69	Tornillo ST4.2*16	6
76	Tornillo M8*50 25 S6	6
88	Aceite de silicona	1

INSTRUCCIONES DE MONTAJE (→ Véase la página 2)

¡ATENCIÓN! Durante el montaje, siga los siguientes pasos y utilice las herramientas incluidas con el producto. Prepare suficiente espacio libre para montar el dispositivo. Debido al gran peso de algunos elementos, se recomienda el montaje entre dos personas.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE Y DESMONTAJE (→ Ver página 6)

MONTAJE DEL DISPOSITIVO

¡ATENCIÓN! Antes de comenzar el montaje, compruebe detenidamente si todos los tornillos están 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 escuche el sonido del bloqueo del mecanismo de plegado.

DESMONTAJE DEL DISPOSITIVO

¡ATENCIÓN! Preste atención para que, al bajar la cinta de correr, no haya terceros cerca 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 marco principal.

Desde esta altura, la cinta caerá automáticamente hacia el suelo.

AJUSTES

Nivelación del dispositivo

Nivele el dispositivo desenroscando o enroscando las patas niveladoras ubicadas en las bases delantera y trasera.

INSTRUCCIONES DE USO DEL ORDENADOR

INICIO

En 3 segundos después de presionar el botón **START** el dispositivo comenzará a funcionar.

FUNCIÓN DE AHORRO DE ENERGÍA

El ordenador de la cinta de correr entrará en modo de ahorro de energía automáticamente 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 exclusivamente en situaciones de emergencia, no debe utilizarse como un botón de parada normal.

Una llave de seguridad mal colocada 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 de la cuerda. Después de retirar la llave, la cinta de correr se detendrá con un retraso resultante de la velocidad de trabajo, también se detendrá el sistema de elevación de la cinta de correr. La parada se indicará con una breve alarma sonora. Todas las ventanas de la pantalla mostrarán "----".

Después de volver a conectar la llave de seguridad, el dispositivo se reiniciará.

PROGRAMAS

El ordenador está equipado con 3 programas de usuario para configuración manual, 24 programas automáticos guardados en la memoria, 3 modos de cuenta regresiva (tiempo, calorías, distancia) y la función de medición de grasa corporal (Body Fat).

DESCRIPCIÓN DE LOS BOTONES

- START** – se utiliza para iniciar la cinta de correr en modo manual o el programa seleccionado.
- STOP** – se utiliza para detener la cinta de correr en funcionamiento. Después de presionar, también se restablecerán los ajustes. Después de reiniciar, el dispositivo comenzará a funcionar en modo manual.
- PROGRAMA** – se utiliza para seleccionar un programa de entrenamiento automático (P1-P24), programa de usuario (U1-U3) o de la función Body Fat antes de encender la cinta de correr.
- MODE** – permite seleccionar el modo de cuenta atrás: tiempo, distancia o calorías
- SPEED** – los botones permiten ajustar (aumentar y disminuir) la velocidad en 0,1 km/h. Los botones están ubicados en la consola de la computadora y en los pasamanos.
- BOTONES DE SELECCIÓN RÁPIDA DE VELOCIDAD** – permiten la selección directa de la velocidad (5,10).
- INCLINE** – los botones permiten ajustar (aumentar y disminuir) el ángulo de inclinación de la cinta de correr en 1 nivel durante el

entrenamiento. Los botones están ubicados en la consola de la computadora y en los pasamanos.

- BOTONES DE SELECCIÓN RÁPIDA DEL ÁNGULO DE INCLINACIÓN** – permiten la selección directa del ángulo de inclinación de la cinta de correr durante el entrenamiento (5,10).

FUNCIONES (ESPECIFICACIÓN)

SPEED	Muestra la velocidad actual.	1-20 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.	0-20 niveles
CALORIES	Cuenta el número total de calorías quemadas desde el inicio hasta el final del ejercicio. (La medición es aproximada para comparar diferentes sesiones de ejercicio, no debe utilizarse para el tratamiento).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Cuenta la distancia total desde el inicio hasta el final del ejercicio.	0,0-99,9 km
PULSE	Muestra el pulso actual. ¡ATENCIÓN! Medición del ritmo cardíaco solo para fines deportivos (se excluye el uso médico).	50-200 BPM

FUNCIÓN DE MEDICIÓN DEL RITMO CARDÍACO

Después de encender la cinta de correr, mantenga ambas manos en los sensores de medición del pulso. Después de 30 segundos, aparecerá el pulso actual en la pantalla.

Durante la medición, la computadora mostrará un icono en forma de corazón.

¡ATENCIÓN! Medición del ritmo cardíaco solo 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 después de presionar **START**, cuando no se selecciona ningún programa de entrenamiento.

- La velocidad predeterminada en modo manual es 1 km/h.
- El nivel predeterminado del ángulo de inclinación de la banda es 0.
- El ajuste de la velocidad y el ángulo de inclinación de la cinta de correr es posible mediante los botones en la computadora y los pasamanos.

PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO

Seleccione uno de los 24 programas de entrenamiento automático pulsando el botón **PROGRAMA** hasta que aparezca el número apropiado en la pantalla.

- Cuando se muestre el programa apropiado, pulse **MODE**. Después de seleccionar, aparecerá y parpadeará el valor "30:00" en la ventana. La configuración del tiempo de entrenamiento del programa se puede realizar con los botones **SPEED +/-**.
- El tiempo de entrenamiento establecido se divide proporcionalmente en 16 etapas. La tabla muestra una lista de las etapas y la velocidad y el ángulo de inclinación correspondientes para cada programa de entrenamiento. → Ver página 117.
- Para iniciar el programa, pulse **START**.

PROGRAMAS DE USUARIO

La computadora está equipada 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 **PROGRAMA**, para seleccionar uno de los programas de usuario. En el panel se mostrarán secuencialmente los números de los programas automáticos, y luego los programas de usuario.
- Cuando se muestre el programa correspondiente, 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 cinta de correr.
- Pulse **MODE**, para confirmar la configuración de los parámetros de la primera sección y pasar a la edición de la siguiente.

Los programas constan de 16 secciones. Repita los pasos anteriores hasta que se configuren 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.

PUESTA EN MARCHA DEL PROGRAMA DE USUARIO

- En el modo de espera, pulse el botón **PROGRAM**, para seleccionar uno de los programas de usuario. Después de la selección, en la ventana se mostrará y parpadeará el valor "30:00". Utilice los botones **SPEED +/-** para ajustar el tiempo de entrenamiento. El tiempo de entrenamiento establecido se divide proporcionalmente en 16 etapas.
- Para iniciar el programa, pulse **START**.

MODO CUENTA ATRÁS

Seleccione uno de los 3 modos de cuenta atrás pulsando el botón **MODE**.

- Para configurar el valor de cuenta atrás, utilice los botones **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- La puesta en marcha de la cinta y el conteo regresivo comenzarán después de presionar el botón **START**.

PARÁMETROS DE CUENTA REGRESIVA:

- **TIEMPO:** el valor inicial de la cuenta regresiva es de 30 min. La consola permite ajustar el tiempo en el rango de 5-99 minutos (en incrementos de 1 minuto).
- **CALORÍAS:** el valor inicial de la cuenta regresiva es de 50 kcal. La consola permite ajustar las calorías en el rango de 20-990 kcal (en incrementos de 10 kcal).
- **DISTANCIA:** el valor inicial de la cuenta regresiva es de 1 km. La consola permite ajustar la distancia en el rango de 1,0-99,0 km (en incrementos de 1 km).

FUNCIÓN DE MEDICIÓN DE GRASA CORPORAL (BODY FAT)

Presione el botón **PROGRAM**, hasta que aparezca "FAT" en la pantalla.

Use **MODE**, para introducir los parámetros:

- F1 - género - 01 hombre / 02 mujer
- F2 - edad - valores 10-99
- F3 - altura - valores 100-220 cm
- F4 - peso - valores 20-140 kg

Utilice 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 consola 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 indica bajo peso, 27-30 - sobrepeso, y por encima de 30 - obesidad.

¡ATENCIÓN! Los resultados obtenidos no pueden ser en ningún caso la base del tratamiento o ser tenidos en cuenta con fines médicos.

ENTRENAMIENTO Y FASES DE EJERCICIO

El uso del 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.

CONEXIÓN BLUETOOTH CON LA APLICACIÓN MÓVIL

El ordenador funciona con la aplicación FitShow.

Comienza el entrenamiento y disfruta de nuevas posibilidades:

- Descarga la aplicación.
- Enciende el Bluetooth en tu dispositivo móvil.
- Enciende la aplicación y selecciona tu dispositivo ZIPRO en ella, con el que quieres conectarte.
- Cuando ZIPRO se conecte con la aplicación, se apagará el ordenador y su pantalla se apagará.

A partir de ahora, gestiona ZIPRO a través de tu dispositivo móvil.

1. CALENTAMIENTO

Esta es una fase que mejora la circulación sanguínea en todo el cuerpo y prepara los músculos para un esfuerzo mayor. También reduce el riesgo de calambres y lesiones. Se recomienda realizar algunos ejercicios de estiramiento como se muestra a continuación.

Si sientes dolor, deja de hacer ejercicio o reduce el rango de movimiento.

ESTIRAMIENTO DE LOS MÚSCULOS INTERNOS DEL MUSLO

Siéntate en una superficie plana con las piernas dobladas y las rodillas apuntando hacia afuera. Une las plantas de los pies y acércalas lo más posible. Presiona suavemente las rodillas hacia el suelo y mantén esta posición durante 15 segundos.

ESTIRAMIENTO DE MUSLOS

Siéntate en una superficie plana. Estira la pierna derecha y coloca la planta del pie izquierdo contra el muslo derecho. Estira la mano derecha hacia los dedos del pie derecho lo más lejos posible. Mantén la posición durante 15 segundos. Repite con la pierna izquierda.

GIROS DE CABEZA

Mantén la cabeza recta mirando hacia adelante. Sin mover los hombros, gira la cabeza hacia la derecha y enderézala, luego gírala hacia la izquierda y enderézala.

ELEVACIÓN DE BRAZOS

Levanta el brazo izquierdo lo más alto posible y manténlo durante unos segundos. Repite con el brazo derecho.

ESTIRAMIENTO DE LOS TENDONES DE AQUILES

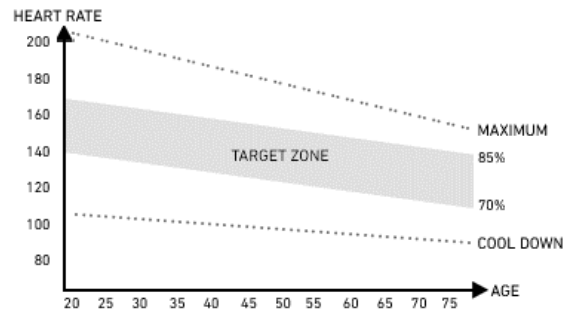
Ponte de pie frente a la pared, adelanta la pierna izquierda y dóblala ligeramente por la rodilla. Mantén la derecha atrás, estirada, con el talón apoyado en el suelo. Mantén ambos talones planos en el suelo y empuja las caderas hacia la pared. Mantén esta posición durante 30 segundos. Repite con la pierna derecha adelantada. Recuerda no arquear la espalda durante el ejercicio.

FLEXIONES

Ponte de pie con los pies juntos. Haz una flexión hacia adelante intentando acercar el pecho a las rodillas lo más posible. Mantén la posición durante 15 segundos. Recuerda no doblar las rodillas.

2. FASE DE EJERCICIOS

Esta es la fase adecuada del entrenamiento. Ejercítate a tu propio ritmo para alcanzar una frecuencia cardíaca adecuada para tu edad, como se muestra en el gráfico.



3. FASE DE RELAJACIÓN

Esta fase ayuda a calmar la circulación y relajar los músculos. Es una repetición de los ejercicios de calentamiento. Recuerda 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 provoca la pérdida de la garantía.

Si sospechas que se ha producido un fallo que requiere la apertura de la carcasa, ponte 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.	Conecta correctamente la llave de seguridad. Ponte en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E01 Incorrecta comunicación entre el monitor y el controlador electrónico	La línea de comunicación del monitor está conectada incorrectamente, dañada o tiene un contacto débil. El monitor no tiene señal de salida.	Vuelva a conectar la línea de comunicación. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
	El panel de control inferior no tiene señal de salida.	Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E02 No se detecta incorrecta de voltaje entre el panel de control inferior y el motor	El cable del motor está conectado incorrectamente. El panel de control inferior no suministra voltaje al motor o el voltaje de salida es incorrecto. El motor está dañado.	Compruebe si el cable del motor está conectado correctamente. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E03 El panel de control inferior detecta una velocidad incorrecta.	Fallo del circuito de control PWM de la placa de control inferior	Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E04 Información sobre la protección contra sobretensión del motor del panel de control inferior	La carga de la cinta de correr excede el voltaje de funcionamiento nominal del motor. El motor de la cinta de correr es incorrecto. Fallo del circuito de detección de sobretensión del motor en la placa de control inferior.	Se recomienda utilizar dentro del rango de voltaje de funcionamiento nominal del motor. Reemplace el motor. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante..
E05 Información sobre la protección contra sobrecorriente del motor del panel de control inferior	La carga de la cinta de correr excede la corriente de funcionamiento nominal del motor.	Se recomienda que esté dentro del rango de corriente de funcionamiento nominal del motor
	Hay un problema con la estructura de montaje de la cinta de correr y el motor, lo que provoca resistencia o bloqueo del motor.	Compruebe si la estructura de la cinta de correr es normal
	Fallo del sistema de limitación de corriente del panel de control inferior	Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E07	Imán de seguridad desconectado.	Por favor, coloque el bloqueo de seguridad en

BEI bloqueo de seguridad no está colocado correctamente		el lugar designado del reloj electrónico.
	Fallo del sistema de monitorización del bloqueo de seguridad	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 cinta de correr no funciona suavemente	La cinta de correr no está suficientemente lubricada	Lubrique la cinta de correr según la información proporcionada en el manual de usuario.
	La cinta de correr está demasiado tensa	Ajuste y alinee la posición de la cinta de correr según la información proporcionada en el manual de usuario.
La cinta de correr está torcida	La cinta de correr está demasiado floja	Ajuste y alinee la posición de la cinta de correr según la información proporcionada en el manual de usuario.
	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, limita ni suspende los derechos del Comprador derivados de la Ley de derechos del consumidor.

La tarjeta de garantía se encuentra en la última página.

CONDICIONES DE LA GARANTÍA

- Las reclamaciones y la garantía se aplican únicamente a 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 caso de compra a distancia, la tarjeta de garantía es válida únicamente sobre la base del documento de compra (recibo / factura).
- La reclamación será considerada en un plazo de 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 se repararán 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, el montaje y el mantenimiento inadecuados,
 - daños y desgaste de elementos consumibles como: cables, correas, elementos de goma, pedales, empuñaduras de espuma, ruedas, rodamientos, tapicería.
 - las actividades relacionadas con el montaje y el mantenimiento, que, según el manual de usuario, 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 debe a una instalación incorrecta o como resultado del 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 expedirán 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,
 - sustitución del producto,
 - reducción del precio,
 - rescisión del contrato y reembolso total de los gastos 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.
 - Si se entrega un producto sucio, el servicio puede negarse a aceptarlo o limpiarlo a expensas del cliente con su consentimiento por escrito.
- Si la reclamación se resuelve positivamente, el equipo será reparado o sustituido por uno nuevo, o se reembolsará el dinero al cliente. Los gastos de transporte de la mercancía al cliente corren a cargo del servicio del fabricante.
- En caso de que se rechace la reclamación de garantía, el cliente recibirá una justificación detallada de la decisión adoptada y, en un plazo de 14 días a partir de la fecha de transmisión de la decisión, el equipo será devuelto al cliente a su cargo.

NL Gebruikershandleiding

Geachte gebruiker,
Lees deze handleiding aandachtig door alvorens met de montage te beginnen en het apparaat voor de eerste keer te gebruiken. Deze handleiding bevat belangrijke informatie over de veiligheid van het gebruik en het onderhoud van de apparatuur. Bewaar deze handleiding zodat u de informatie over het onderhoud kunt raadplegen of reserveonderdelen kunt bestellen.

TECHNISCHE GEGEVENS

Voeding	220V
Maximaal vermogen	2610 W
Gewicht	69 kg
Gebruikstemperatuur	0°C tot +40°C
Opslagtemperatuur	-10°C tot +60°C
Maximaal gebruikersgewicht	140 kg
Toepassingsklasse	Klasse H
Nauwkeurigheidsklasse	Klasse C
Snelheid	1-20 km/u
Hellingshoek	20 niveaus
Productnorm (hoofd)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Doel	Elektrische loopband voor thuisgebruik

VEILIGHEID

LET OP! Het apparaat mag uitsluitend worden gebruikt overeenkomstig 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 beveiligd.
- Reparaties en wijzigingen op eigen houtje zijn niet toegestaan.
- Controleer één of twee keer per maand of de schroeven, bouten en moeren goed vastzitten.
- Om de veiligheid permanent te waarborgen, dient u de apparatuur regelmatig (één keer per jaar) te controleren en te onderhouden 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 gebruiker direct in gevaar brengen. Wijzigingen aan het apparaat mogen alleen worden uitgevoerd door servicepersoneel van de fabrikant of personen die door hen zijn opgeleid.
- Alle apparaten zijn onderworpen aan voortdurende innovatie om een hoge kwaliteit te garanderen. Om deze reden behoudt de fabrikant zich het recht voor om technische wijzigingen aan te brengen.
- Voor vragen of twijfels over de apparatuur kunt u terecht bij 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 besturing of cockpit worden geplaatst, kunnen sommige waarden (zoals 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 voor aanvang van reparaties, onderhoud of reiniging van de apparatuur de stekker uit het stopcontact te halen.
- Gebruik geen verlengsnoeren om het apparaat aan te sluiten.
- Als u het apparaat 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 risico op struikelen veroorzaakt.

AARDING

Aarding beschermt tegen het risico op elektrische schokken. Het apparaat heeft een snoer en een stekker met aarding. De stekker moet worden aangesloten op een correct geïnstalleerd en geaard stopcontact.

GEVAAR! Een onjuiste aansluiting van de draad kan leiden tot een risico op elektrische schokken.

- Voordat u het apparaat op het elektriciteitsnet aansluit, dient u ervoor te zorgen dat 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 electricien.

LET OP! Personen die zich in de buurt bevinden tijdens het gebruik van de apparatuur, dienen te worden gewaarschuwd voor mogelijke gevaren. Wees extra voorzichtig in de aanwezigheid van kinderen.

LET OP! Raadpleeg voor aanvang van de training een arts om er zeker van te zijn dat u geen gezondheidsbelemmeringen heeft om op het

apparaat te trainen. Op basis van de mening van een specialist kunt u uw trainingsplan ontwikkelen. Een onjuist gekozen programma of overmatige oefening kan gevaarlijk zijn voor uw gezondheid en leven.

WAARSCHUWING! Hartslagbewakingssystemen zijn mogelijk niet nauwkeurig. 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 absoluut de opmerkingen over het uitvoeren van de training in deze handleiding in acht.

- Houd bij het kiezen van een locatie voor de training rekening met veilige afstanden tot mogelijke obstakels. Plaats de apparatuur niet in de buurt van communicatielijnen (wegen, poorten, doorgangen, enz.).
- Het is verboden de apparatuur in de buurt te gebruiken van een muur. De veiligheidszone is 2000 mm en minstens zo breed als het apparaat.

LET OP! Wees voorzichtig tijdens de installatie van het apparaat en laat geen kinderen in de buurt komen. Tijdens de montage worden kleine onderdelen (moeren, schroeven, enz.) gebruikt, die kunnen worden ingeslikt.

REST RISICO

- In een situatie waarin de valbeveiliging niet wordt gebruikt of wordt gebruikt, maar onjuist, bestaat er een restrisico, namelijk het vallen van een persoon die schaafwonden, blauwe plekken, breuken of, in het ergste geval, de dood veroorzaakt.
- Er bestaat een restrisico op onbedoelde overbelasting van de sporter als gevolg van onjuiste bediening of verkeerde beoordeling, evenals onjuiste datatransmissie (als gevolg van elektromagnetische interferentie, softwarefouten, 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, dus elektrische schokken die tot de dood kunnen leiden, kunnen niet worden uitgesloten.
- Het restrisico op verstikking kan niet worden uitgesloten.
- Het risico kan worden beperkt door de informatie te volgen over veiligheid in de handleiding.
- Het kan niet worden uitgesloten dat onbedoeld of ongeoorloofd gebruik andere, niet-gespecificeerde risico's zal veroorzaken, en de opgenomen risico's zijn onjuist 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 onaanvaardbare risico's zeer klein is. Het apparaat (de constructie, werking en toepassing ervan) veroorzaakt - onder normale omstandigheden - geen onnodige risico's voor de sporter of derden.

MANIPULATIE MARKERINGEN OP TRANSPORTVERPAKKING

	Deze kant omhoog. Niet kantelen.
	Beschermen tegen vallen.
	Verpakking geschikt voor recycling.
	Elektrisch afval. Gebruikte apparatuur moet worden ingeleverd bij een recyclingpunt.
	Voorzichtig, breekbaar. Mogelijkheid tot schade. Wees voorzichtig.
	Beschermen tegen vocht.
	Let op, zwaar product.
	Product bevat een handleiding.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Niet openen met een mes.



Verpakking gemaakt van karton en kunststoffen.
Gelieve afval te scheiden in overeenstemming met de plaatselijke voorschriften.



Verpakking gemaakt van karton en kunststoffen.
Gelieve afval te scheiden in overeenstemming met de plaatselijke voorschriften.



Verpakking gemaakt van karton.



De verpakking is geproduceerd met inachtneming van verantwoordelijkheid voor het milieu en recycling. Gelieve afval te scheiden in overeenstemming met de plaatselijke voorschriften.



Opslaan maximaal in 5 lagen.

BEDIENING

Controleer voor aanvang van de training of het apparaat correct is geïnstalleerd.

- Maak uzelf vertrouwd voor aanvang van de eerste training met alle functies en instelmogelijkheden van het apparaat.
- Het apparaat heeft onderdelen die mogelijk blootgesteld kunnen worden aan corrosie. Daarom wordt het niet aanbevolen om het achter te laten in een vochtige ruimte. Zorg er ook voor dat apparatuur (vooral de interne en elektronische componenten) niet wordt blootgesteld aan 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 het apparaat laat gebruiken, instrueer hen dan absoluut over correct gebruik en houd constant toezicht.
- De apparatuur is niet geschikt voor therapeutisch gebruik.
- Tijdens het gebruik van het apparaat kan er een zacht geruis optreden bij de trage beweging van het vliegwiel, wat te wijten is aan het type constructie. Deze hebben geen invloed op de werking van het apparaat.
- De geluidsemissie tijdens belasting is hoger dan zonder belasting.
- Controleer voor aanvang van elke training de correctheid van de beveiligingen en schroef- en stekkerverbindingen.
- Denk tijdens het trainen op het apparaat aan de juiste schoenen (sportschoenen).

ONDERHOUD

Om de maximale veiligheid van het gebruik van de loopband te garanderen, wordt aanbevolen deze regelmatig te controleren op slijtage van onderdelen. Dit omvat het controleren van de aanscherping en 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 - laat geen water in deze gebieden komen. Bescherm het oppervlak van de loopband (en de ruimte eronder) tegen water.

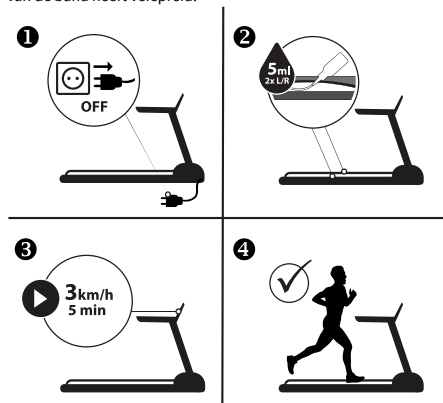
MOTOR REINIGEN

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 geïnstalleerd en de stekker in het stopcontact hebt gestoken, kunt u de loopband starten.

LOOPBAND SMEREN

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 het aanbevolen om het elke 2-3 maanden te smeren. Bij minder intensief gebruik van de loopband moet deze eens in de 7-8 maanden worden gesmeerd.

1. Schakel de loopband uit en trek de stekker uit het stopcontact voordat u begint met het smeren van de loopband. 2. Breng aan beide zijden ongeveer 5 ml vet aan onder de loopband. Gebruik het het meest op de plaatsen waar de voeten tijdens het hardlopen in contact komen met de band. 3. Start de loopband op een lage snelheid (bijv. 3 km/u) en wacht tot het vet zich gelijkmatig over de gehele lengte van de band heeft verspreid.



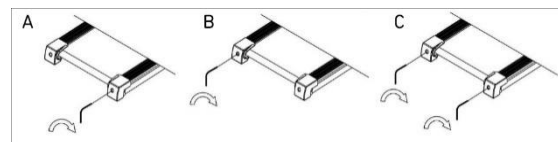
SPANNING VAN DE BAND AANPASSEN

De loopband kan als gevolg van constant gebruik van de loopband spanning vereisen. De band moet worden aangespannen als deze tijdens de training begint te glijden, zijwaarts te bewegen of op te krullen.

Een te los gespannen band kan tijdens het gebruik van de motor stoppen.

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 storingen kan veroorzaken, o.a. aan 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.



SPANNING VAN DE BAND VERHOGEN

In de set onderdelen vindt u een speciale sleutel. Plaats deze in de linker bandschroef aan de achterkant van de loopband. Draai de sleutel 90 graden met de klok mee (afbeelding C).

Op deze manier span je de achterste rol aan en verhoog je de spanning van de band. Herhaal de handeling door de schroef aan de rechterkant te draaien. Let erop dat u de schroeven gelijkmatig draait.

Herhaal de handelingen voor beide schroeven totdat de band correct is gespannen.

SPANNING VAN DE BAND VERMINDEREN

Om de spanning van de band te verminderen, gaat u te werk zoals bij het verhogen ervan. Draai de sleutel tegen de klok in.

LOOPBAND CENTREREN

Door de 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 worden afgesteld.

De band moet tijdens het gebruik van de loopband automatisch centreren. Hij moet worden afgesteld als hij naar rechts of links 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 bandschroef. Draai de sleutel 90 graden met de klok mee (afbeelding A). Kijk of de band gecentreerd is. Als hij nog steeds naar rechts beweegt, draait u de schroef opnieuw 90 graden.
- Als de band naar links beweegt, gaat u op dezelfde manier te werk als in het geval hierboven, maar draai de schroef aan de linkerkant (afbeelding B).

MILIEU

Het apparaat wordt geleverd in een verpakking om het te beschermen tegen eventuele schade tijdens het transport. Verpakkingen zijn onbewerkte grondstoffen en kunnen worden gerecycled. Gooi deze materialen in de juiste gekleurde containers die bestemd zijn 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 opslagpunt voor secundaire grondstoffen. Afgedankte elektrische apparaten (inclusief teller, voeding) zijn secundaire grondstoffen - gooi ze niet in de containers voor huishoudelijk afval, omdat ze stoffen kunnen bevatten die gevaarlijk zijn voor de gezondheid en het milieu. Wij vragen uw

actieve hulp bij het spaarzaam beheer van natuurlijke hulpbronnen en bescherming van het natuurlijke milieu door het afgedankte apparaat in te leveren bij een inzamelpunt voor secundaire grondstoffen - afgedankte elektrische apparaten.

MONTAGE

De montage van het apparaat moet zorgvuldig worden uitgevoerd door een volwassene. Vraag bij twijfel iemand om hulp met meer ervaring op dit gebied.

- Controleer voordat je met de montage begint of de set met het apparaat alle elementen van de onderdelenlijst bevat en of er geen elementen tijdens het transport beschadigd zijn. Neem bij ontbrekende elementen of klachten contact op met de verkoper.
- Lees de tekeningen en uitleg en voer de montage uit in de volgorde die in de montagehandleiding staat.
- Wees voorzichtig tijdens de montage. Tijdens het gebruik van gereedschap en elementen bestaat het risico op letsel.
- Vergeet niet om een veilige omgeving te behouden. Verspreid gereedschap en montage-elementen niet chaotisch. Vergeet niet dat plastic folies en zakken een verstikkingsgevaar voor kinderen vormen.
- Montage-elementen die nodig zijn om een bepaalde stap uit te voeren van de montagehandleiding worden weergegeven in de tekeningen en uitleg. Gebruik de elementen die worden aangegeven in de montagehandleiding.
- Draai de onderdelen in de eerste fasen van de montage niet helemaal vast. Doe dit nadat alles is geplaatst en je er zeker van bent dat ze correct zijn geplaatst.
- De fabrikant behoudt zich het recht voor om bepaalde elementen vooraf te monteren.

MONTAGESCHEMA (→ Zie pagina 2)

LET OP! Het is verboden onderdelen te gebruiken die afkomstig zijn van andere bronnen dan de fabrikant.

ONDERDELENLIJST

De volledige onderdelenlijst is beschikbaar na contact met serwis@zipro.pl of op de [Zipro.store pagina in de productbeschrijving](#).

NR	OMSCHRIJVING	AANTAL
1	Hoofdframe	1
2	Basis	1
4	Linker/Rechter kolom	2
5	Monitorframe	1
12	Sleutel 6# 55*95mm	1
21	Linker beschermkap van de paal	1
22	Rechter beschermkap van de paal	1
28	Apparaatstandaard	1
55	Veiligheidsslot, dubbele platte contactdoos	1
64	Bout M8*35 S6	2
68	Bout M8*15 S6	2
69	Schroef ST4.2*16	6
76	Bout M8*50 25 S6	6
88	Siliconenolie	1

MONTAGE-INSTRUCTIE (-> Zie pagina 2)

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 montage van het apparaat. Vanwege het hoge gewicht van sommige onderdelen wordt montage door twee personen aanbevolen.

IINSTRUCTIES VOOR HET MONTEREN EN DEMONTEREN (-> Zie pagina 6)**HET APPARAAT MONTEREN**

LET OP! Controleer voordat u begint met de montage zorgvuldig of alle schroeven zijn vastgedraaid.

LET OP! Let tijdens de montage op uw handen en vingers zodat ze 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! Zorg ervoor dat er geen derden in de directe omgeving van de loopband zijn tijdens het laten zakken 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 automatisch naar de grond zakken.

AANPASSINGEN**Het apparaat waterpas zetten**

Zet het apparaat waterpas door de stelpootjes aan de voor- en achterkant los of vast te draaien.

INSTRUCTIES VOOR HET GEBRUIK VAN DE COMPUTER**BEGIN**

Binnen 3 seconden na het indrukken van de knop **START** start het apparaat met werken.

ENERGIEBESPARINGSFUNCTIE

De loopbandcomputer gaat automatisch naar de energiebesparende modus als er gedurende 10 minuten geen actie wordt ondernomen. Druk op een willekeurige toets om het systeem te hervatten.

NOODSTOP VAN HET APPARAAT

LET OP! De veiligheidssleutel moet tijdens elke training aan uw kleding worden bevestigd.

Het mag alleen in noodsituaties worden gebruikt, niet als een normale stopknop.

Een onjuist geplaatste veiligheidssleutel voorkomt 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. Nadat de sleutel is verwijderd, stopt de loopband met een vertraging als gevolg van de werksnelheid, en wordt ook het hefsysteem van de loopband gestopt. Het stoppen wordt signaleerd door een kort geluidssignaal. Alle vensters op het scherm tonen "----". Na het opnieuw aansluiten van de veiligheidssleutel wordt het apparaat gereset.

PROGRAMMA'S

De computer is uitgerust met 3 gebruikersprogramma's voor handmatige instelling, 24 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 in de handmatige modus of het geselecteerde programma te starten.
- STOP** – wordt gebruikt om de lopende loopband te stoppen. Na het indrukken worden ook de instellingen gereset. Na het opnieuw opstarten start het apparaat in de handmatige modus.
- PROGRAMMA** – wordt gebruikt om een automatisch trainingsprogramma te selecteren (P1-P24), gebruikersprogramma (U1-U3) of de functie Body Fat voordat u de loopband start.
- MODE** – hiermee kunt u de aftelmodus selecteren: tijd, afstand of calorieën
- SNELHEID** – knoppen maken het mogelijk om de snelheid aan te passen (verhogen en verlagen) met 0,1 km/u. De knoppen bevinden zich op de computerconsole en op de leuningen.
- SNELHEIDSKEUZEKNOPPEN** – maken het mogelijk om direct een snelheid te selecteren(5,10).

- INCLINE** – knoppen maken het mogelijk om de hellingshoek van de loopband tijdens de training per 1 niveau aan te passen (verhogen en verlagen). De knoppen bevinden zich op de computerconsole en op de leuningen.
- SNELKEUZEKNOPPEN HELLINGSHOEK** – maken het mogelijk om tijdens de training direct de hellingshoek van de loopband te selecteren (5,10).

FUNCTIES (SPECIFICATIES)

SPEED	Geeft de huidige snelheid weer.	1-20 km/u
TIME	Telt de totale trainingstijd van begin tot eind.	00:00-99:59 min
INCLINE	Geeft het huidige hellingsniveau van de loopband weer.	0-20 niveaus
CALORIES	Telt het totale aantal verbrande calorieën van begin tot eind van de oefening. (De meting is een benadering om verschillende trainingssessies te vergelijken en mag niet worden gebruikt voor behandeling).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Telt de totale afstand van begin tot eind van de oefening.	0,0-99,9 km
PULSE	Geeft de actuele hartslag weer. LET OP! Hartslagmeting alleen voor sportieve doeleinden (medisch gebruik is uitgesloten).	50-200 BPM

HARTSLAGMEETFUNCTIE

Houd na het starten van de loopband beide handen op de hartslagsensoren. Na 30 seconden verschijnt de actuele hartslag op het scherm.

Tijdens de meting toont de computer een hartvormig pictogram.

LET OP! Hartslagmeting alleen voor sportieve doeleinden (medisch gebruik is uitgesloten).

HANDMATIG PROGRAMMA

Het handmatige programma is de standaardmodus van het apparaat. De loopband start in deze modus na het indrukken van **START**, wanneer er geen trainingsprogramma is geselecteerd.

- De standaardsnelheid in de handmatige modus is 1 km/u.
- Het standaardniveau van de 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 leuningen.

TRAININGSPROGRAMMA'S

Selecteer een van de 24 automatische trainingsprogramma's door op de knop **PROGRAMMA** te drukken, net zolang totdat het juiste nummer op het scherm verschijnt.

- Wanneer het juiste programma wordt weergegeven, druk dan op **MODE**. Na selectie verschijnt en knippert de waarde "30:00" in het venster. De trainingstijd van het programma kan worden ingesteld met de knoppen **SPEED +/-**.
- De ingestelde trainingstijd wordt evenredig verdeeld in 16 etappes. De tabel toont een overzicht van de etappes 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.

GEBRUIKERSPROGRAMMA INSTELLEN

- Druk in de stand-by modus op de knop **PROGRAM** om een van de gebruikersprogramma's te selecteren. Op het display verschijnen achtereenvolgens de nummers van de automatische programma's en vervolgens de gebruikersprogramma's.
- Wanneer het juiste programma wordt weergegeven, drukt u op **MODE** om de eerste sectie van het programma te bewerken. Gebruik de knoppen **SPEED +/-** om de snelheid in te stellen. Gebruik de knoppen **INCLINE +/-** om het hellingsniveau 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 16 secties. Herhaal de bovenstaande stappen totdat de parameters van alle secties zijn ingesteld.

De programma's worden in het computergeheugen opgeslagen tot de volgende keer dat ze worden bewerkt.

Gegevens gaan niet verloren als gevolg van een stroomstoring.

EEN GEBRUIKERSPROGRAMMA STARTEN

- Druk in de stand-by modus op de knop **PROGRAM** om een van de gebruikersprogramma's te selecteren. Na selectie wordt de waarde "30:00" in het venster weergegeven en knippert. Gebruik de knoppen **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** om de trainingstijd in te stellen. De ingestelde trainingstijd wordt evenredig verdeeld over 16 stappen.
- Druk op **START**.

AFTELLERMODUS

Selecteer een van de 3 aftelmodi door op de knop te drukken **MODE**.

- Gebruik de knoppen om de aftelwaarde in te stellen **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.

- De loopband start en het aftellen begint wanneer op de knop wordt gedrukt **START**.

AFTELLENDEN PARAMETERS:

- TIJD:** de aanvankelijke aftelwaarde is 30 min.
De computer maakt het mogelijk om de tijd in te stellen tussen 5-99 minuten (per 1 minuut).
- CALORIEËN:** de aanvankelijke aftelwaarde is 50 kcal.
De computer maakt het mogelijk om calorieën in te stellen tussen 20-990 kcal (per 10 kcal).
- AFSTAND:** de aanvankelijke aftelwaarde is 1 km.
De computer maakt het mogelijk om de afstand in te stellen tussen 1,0-99,0 km (per 1 km).

MEETFUNCTIE LICHAAMSVET (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 20-140 kg

Gebruik de knoppen **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** om de parameterwaarden in te stellen.

Nadat de parameters zijn geselecteerd, verschijnt F5 op het display. Plaats beide handen op de pulssensoren, na 5-6 seconden geeft de computer de FAT-informatie weer. FAT is bedoeld om de relatie tussen lengte en gewicht te meten, en niet de lichaamsverhouding.

De juiste score moet tussen 19-26. 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 OEFENINGEN

Het gebruik van het apparaat zal je vele voordelen opleveren. Het zal vooral je conditie verbeteren, je spieren versterken en in combinatie met het juiste dieet helpt het overtollig vet te verbranden.

BLUETOOTH-VERBINDING MET DE MOBIELE APP

De computer werkt met de FitShow-app.

Start je training en geniet van nieuwe mogelijkheden:

- Download de app.
- Schakel Bluetooth in op je mobiele apparaat.
- Start de app en selecteer je ZIPRO apparaat, waarmee je verbinding wilt maken.
- Wanneer de ZIPRO verbinding maakt met de app, wordt de computer uitgeschakeld en het scherm gaat uit.

Vanaf dat moment beheer je de ZIPRO via je mobiele apparaat.

1. WARMING-UP

Dit is een fase die de bloedsomloop in het hele lichaam verbetert en de spieren voorbereidt op verhoogde inspanning. Het vermindert ook het risico op krampen en blessures. Het is raadzaam om een aantal rek oefeningen te doen, zoals hieronder weergegeven.

Als je pijn voelt, stop dan met de oefening of verminder de bewegingsomvang.

REKKEN VAN DE BINNENSTE DIJSPIEREN

Ga op een vlakke ondergrond zitten met gebogen benen en de knieën naar buiten gericht. Breng de voetzolen tegen elkaar en breng ze zo dicht mogelijk bij elkaar. Druk de knieën voorzichtig naar de grond en houd deze positie 15 seconden vast.

REKKEN VAN DE DIJEN

Ga op een vlakke ondergrond zitten. Strek je rechterbeen en plaats de zool van je linkervoet tegen je rechterdij. Strek je rechterarm richting de tenen van je rechtervoet zo ver mogelijk. Houd 15 seconden vast. Herhaal met je linkerbeen.

HOOFD DRAAIEN

Houd je hoofd recht vooruit. Draai je hoofd naar rechts en strek het, en draai het dan naar links en strek het, zonder je schouders te bewegen.

ARMEN HEFFEN

Hef je linkerarm zo hoog mogelijk op en houd een paar seconden vast. Herhaal met je rechterarm.

REKKEN VAN DE ACHILLESPEZEN

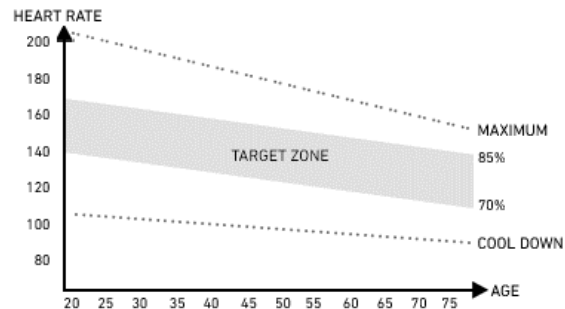
Ga met je gezicht naar de muur staan, schuif je linkerbeen naar voren en buig lichtjes in je knie. Houd je rechterbeen naar achteren - recht, met je hiel plat op de grond. Houd beide hielen plat op de grond en druk je heupen naar de muur. Houd deze positie 30 seconden vast. Herhaal met je rechterbeen naar voren. Denk eraan om je rug niet te buigen tijdens het sporten.

VOOROVERBUIGINGEN

Ga staan met je voeten bij elkaar. Buig voorover en probeer om je borst zo dicht mogelijk bij je knieën te brengen. Houd 15 seconden vast. Denk eraan om je knieën niet te buigen.

2. OEFENINGSFASE

Dit is de eigenlijke trainingsfase. Oefen in je eigen tempo om een hartslag te bereiken die geschikt is voor je leeftijd, 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. Denk eraan om de spieren niet te overbelasten.

MOGELIJKE SCHADE EN REPARATIETECHNIKEN

LET OP! Het openen van de behuizing van het apparaat zonder vooraf contact op te nemen met de serviceafdeling van de fabrikant leidt tot verlies van garantie. Neem bij vermoeden van een storing waarbij de behuizing moet worden geopend contact op met de serviceafdeling van de fabrikant.

FOOTBESCHRIJVING	MOGELIJKE OORZAKEN	PROBLEEMOPLOSSING
---- Probleem met de veiligheidssleutel	De veiligheidssleutel is niet aangesloten. De computer is beschadigd.	Sluit de veiligheidssleutel correct aan. Neem contact op met de serviceafdeling van de fabrikant.
E01 NOnjuist communicatie tussen de monitoren de elektronische controller	De communicatielijn van de monitor is onjuist aangesloten, beschadigd of heeft slecht contact. De monitor heeft geen uitgangssignaal. Het onderste bedieningspaneel heeft geen uitgangssignaal.	Sluit de communicatielijn opnieuw aan. Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant. Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant.
E02 NOnjuiste spanningsdetectie tussen het onderste bedieningspaneel en de motor	De motorkabel is onjuist aangesloten. Het onderste bedieningspaneel levert geen spanning aan de motor of de uitgangsspanning is onjuist. De motor is beschadigd.	Controleer of de motorkabel correct is aangesloten. Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant. Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant.
E03 DHet onderste bedieningspaneel detecteert een onjuiste snelheid.	Storing in het PWM-besturingscircuit van de onderste printplaat.	Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant.
E04 Informatie over de overspanningsbeveiliging van de motor van het onderste bedieningspaneel	De belasting van de loopband overschrijdt de nominale bedrijfsspanning van de motor. De loopbandmotor is defect.	Het wordt aanbevolen om binnen de nominale bedrijfsspanning van de motor te gebruiken. Vervang de motor. Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant.
	Storing in het circuit voor het detecteren van motoroverspanning op de onderste printplaat.	Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant..
E05 Informatie over de overstrombeveiliging van de motor van het onderste bedieningspaneel	De belasting van de loopband overschrijdt de nominale bedrijfsstroom van de motor.	Het wordt aanbevolen om binnen de nominale bedrijfsstroom van de motor te blijven
	Er is een probleem met de montagestructuur van de loopband en de motor, waardoor de motor weerstand ondervindt of blokkeert.	Controleer of de loopbandstructuur normaal is
	Storing in het stroombegrenzingsysteem van het onderste bedieningspaneel	Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant.
E07	Losgekoppelde veiligheidsmagneet.	Plaats de veiligheidsvergrendel

BDe veiligheidsvergrendeling is niet correct geplaatst	Storing in het bewakingssysteem van de veiligheidsvergrendeling	ing op de aangegeven plaats van de elektronische sensor. Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant.
Apparaat werkt niet	Geen stroom	Sluit het apparaat aan op het elektriciteitsnet.
	Veiligheidssleutel losgekoppeld	Sluit de veiligheidssleutel aan.
	Kortsluiting	Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant.
	De AAN/UIT-schakelaar staat niet aan	Zet het apparaat aan.
De loopband loopt niet soepel	De loopband is onvoldoende gesmeerd	Smeer de loopband volgens de instructies in de handleiding.
	De loopband staat te strak	Stel de positie van de loopband af en lijn deze uit volgens de instructies in de handleiding.
De loopband is scheef	De loopband staat te los	Stel de positie van de loopband af en lijn deze uit volgens de instructies in de handleiding.
	De aandrijfriem staat te los	Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant.

GARANTIE
De verkoper geeft namens de Garantieverlener een garantie op het grondgebied van Republiek Polen voor een periode van 24 maanden vanaf de datum van verkoop. De garantie op het verkochte product sluit de rechten van de Koper die voortvloeien uit de Wet consumentenrechten niet uit, beperkt deze niet en schort deze niet op.

De garantiekaart bevindt zich op de laatste pagina.

- GARANTIEVOORWAARDEN**
- Alleen verborgen defecten die zijn ontstaan door toedoen van de fabrikant vallen onder de klachten en garantie.
 - De garantie wordt door de winkel of service gerespecteerd na overlegging door de klant van:
 - een geldige, leesbaar en correct ingevulde garantiekaart met verkoopstempel en handtekening van de verkoper,
 - een geldig aankoopbewijs van de apparatuur met de verkoopdatum,
 - het gereclameerde product of het defecte onderdeel.

- In het geval van een aankoop op afstand is de garantiekaart uitsluitend geldig op basis van het aankoopbewijs (bon/factuur).
- De klacht wordt binnen 14 dagen na de melding van het defect door de Klant behandeld.
 - Fabrieksfouten en schade die tijdens de garantieperiode aan het licht komen, worden kosteloos gerepareerd binnen een periode van maximaal 21 dagen vanaf de datum van levering van het product 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 niet:
 - mechanische schade en de daaruit voortvloeiende defecten,
 - schade en defecten als gevolg van onjuist gebruik en opslag, onjuiste montage en onderhoud,
 - schade en slijtage van verbruiksartikelen zoals: kabels, riemen, rubberen elementen, pedalen, schuimrubberen handgrepen, wielen, lagers, bekleding.
 - activiteiten met betrekking tot montage, onderhoud, die de gebruiker volgens de handleiding verplicht is zelf uit te voeren.
 - De garantie is niet van toepassing in de volgende gevallen:
 - verloop van de geldigheidsduur,
 - dokonania przez klienta samodzielnych napraw i modyfikacji z użyciem nieoryginalnych części,
 - als het defect het gevolg is van een onjuiste installatie of het niet naleven van de regels voor correct gebruik zoals beschreven in de gebruiksaanwijzing,
 - gebruik anders dan huishoudelijk gebruik,
 - schade ontstaan tijdens transport.
 - Er worden geen duplicaat garantiebewijzen uitgegeven.
 - 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,
 - prijsverlaging,
 - ontbinding van de overeenkomst en volledige terugbetaling van de gemaakte kosten.
 - Om een klacht in te dienen, dient u:
 - Het product of een onderdeel daarvan waarop de garantie van toepassing is, te tonen.
 - Een aankoopbewijs met vermelding van de naam en het adres van de verkoper, de aankoopdatum en -plaats, het type product of een geldige garantiekaart met winkelstempel.
 - Indien een vervuild product wordt aangeboden, kan de service weigeren het te accepteren of, op kosten van de klant en met zijn schriftelijke toestemming, het reinigen.
 - In geval van een positieve afhandeling van de klacht wordt het apparaat gerepareerd of vervangen door een nieuw apparaat, 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 garantieclaim ontvangt de klant een gedetailleerde uitleg van de genomen beslissing en wordt het apparaat binnen 14 dagen na het moment van de beslissing op kosten van de klant naar hem teruggestuurd.

PT Manual de utilizador

Utilizador,
Leia atentamente este manual antes de iniciar a montagem
e da primeira utilização do aparelho. Este manual contém informações
importantes sobre a segurança de utilização e manutenção do equipamento.
Guarde-o para poder consultar informações sobre a manutenção ou encomendar
peças de substituição.

DADOS TÉCNICOS

Alimentação	220V
Potência máxima	2610 W
Peso	69 kg
Temperatura de utilização	0°C a +40°C
Temperatura de armazenamento	-10°C a +60°C
Peso máximo do utilizador	140 kg
Classe de aplicação	Classe H
Classe de precisão	Classe C
Velocidade	1-20 km/h
Inclinação	20 níveis
Norma do produto (principal)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Finalidade	Passadeira elétrica para uso doméstico

SEGURANÇA

ATENÇÃO! O equipamento só pode ser utilizado de acordo com a sua finalidade, ou seja, para treino por adultos. Qualquer outra utilização do equipamento pode ser perigosa. O fabricante não pode ser responsabilizado por danos causados pelo uso indevido do equipamento.

- O equipamento foi projetado e construído com base nos mais recentes conhecimentos em segurança. Os elementos perigosos, que podem representar um risco de lesões, foram eliminados ou relativamente protegidos.
- Não são permitidos reparos e alterações por conta própria.
- Uma vez a cada um ou dois meses, verifique se os parafusos, cavilhas e porcas estão devidamente apertados.
- Para garantir a segurança a longo prazo, verifique e mantenha o equipamento regularmente (ou seja, uma vez por ano) num estabelecimento comercial especializado.
- Todas as alterações no dispositivo que não foram descritas neste manual podem causar danos ou colocar em risco direto a saúde e a vida do utilizador. As alterações no dispositivo só podem ser efetuadas por funcionários do serviço de assistência do fabricante ou por pessoas por ele formadas para o efeito.
- Todos os dispositivos estão sujeitos a atividades inovadoras contínuas para garantir alta qualidade. Por este motivo, o fabricante reserva-se o direito de fazer alterações técnicas.
- Quaisquer perguntas ou dúvidas relacionadas com o equipamento devem ser dirigidas a um estabelecimento comercial especializado.

ATENÇÃO! Cumpra os princípios das normas gerais e medidas de segurança aplicáveis ao manuseio de equipamentos elétricos.

- O dispositivo é alimentado por uma tensão de rede de 220V.
- Todos os dispositivos elétricos emitem radiação eletromagnética durante o funcionamento. Se outros dispositivos que emitem essa radiação (por exemplo, telefones celulares) estiverem localizados perto do sistema de controlo eletrónico ou do cockpit, alguns valores (como a frequência cardíaca) podem ser distorcidos.
- ATENÇÃO!** Nunca faça modificações na rede elétrica por conta própria. Encomende essas alterações a especialistas.
- ATENÇÃO!** Lembre-se de retirar a ficha da tomada antes de iniciar qualquer reparação, manutenção ou limpeza do equipamento.
- Não use extensões para conectar o dispositivo.
- Se não for usar o equipamento por um longo tempo, retire a ficha da tomada.
- Certifique-se de que o cabo elétrico não esteja preso e que sua colocação não represente risco de tropeçar.

ATERRAMENTO

O aterramento protege contra o risco de choque elétrico. O dispositivo possui um cabo e ficha com aterramento. A ficha deve ser conectada a uma tomada de rede devidamente instalada e devidamente aterrada.

PERIGO! A conexão inadequada do cabo pode causar risco de choque elétrico.

- Antes de conectar o dispositivo à fonte de alimentação, 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 electricista qualificado para instalar uma tomada diferente.

ATENÇÃO! As pessoas que estejam por perto durante o uso do equipamento devem ser avisadas sobre os possíveis perigos. Tenha cuidado especial perto de crianças.

ATENÇÃO! Consulte um médico antes de iniciar o exercício para garantir que não existem contraindicações médicas para treinar no dispositivo. Com base na opinião de um especialista, pode desenvolver o seu plano de treino. Um programa mal selecionado ou exercício excessivo podem ser perigosos 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 ferimentos graves ou morte. Se se sentir fraco, pare imediatamente de se exercitar.

ATENÇÃO! Cumpra rigorosamente as instruções de treino contidas neste manual.

- Ao escolher um local para treinar, certifique-se de manter uma distância segura de possíveis obstáculos. Não coloque o equipamento perto de vias de comunicação (estradas, portões, passagens, etc.).
- É proibido usar o equipamento perto de uma parede. A zona de segurança é de 2000 mm e tem pelo menos a mesma largura que o dispositivo.

ATENÇÃO! Durante a montagem do dispositivo, tenha cuidado e não permita que crianças estejam por perto. Durante a montagem, são utilizadas pequenas peças (porcas, parafusos, etc.) que podem ser engolidas por elas.

RISCO RESIDUAL

- Na situação em que a proteção contra quedas não seja aplicada ou, se o for, mas incorretamente, existe um risco residual, ou seja, uma queda de uma pessoa que causa abrasões na pele, hematomas, fraturas ou, no pior caso, a morte.
- Existe um risco residual de sobrecarga não intencional da pessoa que se exercita devido a operação incorreta 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 sobrecarga da pessoa que se exercita.
- O produto é um dispositivo elétrico, portanto, 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 o uso não intencional ou não autorizado cause outros riscos não considerados, e o risco considerado foi estimado incorretamente.

Na análise de risco, a avaliação foi feita com base no "estado atual do dispositivo". A avaliação e controlo do produto mostram, que a probabilidade de ocorrência de um risco inaceitável é muito baixa. O dispositivo (sua construção, método de operação e aplicação) não causa - em condições normais - um risco injustificado para a pessoa que se exercita ou terceiros.

MARCAS DE MANIPULAÇÃO NAS EMBALAGENS DE TRANSPORTE



Este lado para cima. Não tombar.



Proteger da queda.



Embalagem reciclável.



Resíduos eletrónicos. É necessário devolver o equipamento usado a um ponto de reciclagem.



Cuidado, frágil.
Possibilidade de dano. Tenha cuidado.



Proteger da humidade.



Atenção produto pesado.



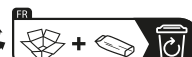
O produto contém um manual de instruções.



DO NOT USE BLADE TO OPEN



Não abra com uma faca.



Embalagem feita de papelão e plástico.
Por favor, separe os resíduos de acordo com os regulamentos locais.



Embalagem feita de papelão e plástico. Por favor, separe os resíduos de acordo com os regulamentos locais.



Embalagem feita de cartão.



A embalagem foi produzida tendo em conta a responsabilidade ambiental e a reciclagem. Por favor, separe os resíduos de acordo com os regulamentos locais.



Armazenar no máximo em 5 camadas.

MANUSEAMENTO

Antes de iniciar o treino, certifique-se de que o dispositivo foi instalado corretamente.

- Antes de iniciar o primeiro treino, familiarize-se com todas as funções e opções de ajuste do dispositivo.
- O equipamento possui elementos que podem estar expostos à corrosão. Por este motivo, não é recomendável que permaneça em um ambiente úmido. Também deve-se atentar para que o equipamento (especialmente seus componentes internos e eletrônicos) não seja exposto ao contato com água, bebidas, suor, etc.
- O equipamento destina-se apenas ao treino por adultos e não é, de forma alguma, um brinquedo para crianças. Se, por sua própria responsabilidade, permitir que as crianças o utilizem, instrua-as absolutamente sobre o uso correto e supervise-as constantemente.
- O equipamento não se destina a fins terapêuticos.
- Durante o funcionamento do equipamento, podem ocorrer ruídos baixos durante o movimento inercial da massa do volante, que resultam do tipo de construção. Eles não têm nenhum efeito no funcionamento do equipamento.
- A emissão de ruído durante a carga é maior do que sem carga.
- Antes de iniciar cada treino, verifique a correção das proteções e das conexões aparafusadas e de encaixe.
- Durante o treino no equipamento, lembre-se de usar calçado adequado (sapatos esportivos).

MANUTENÇÃO

Para garantir a máxima segurança de uso da passadeira, recomenda-se verificá-la regularmente quanto ao desgaste dos componentes. Isso se aplica ao controle do aperto e do estado das porcas, parafusos, peças móveis, buchas, etc. Guarde o equipamento em um local seco e quente. Não exponha o equipamento à luz solar.

ATENÇÃO! Antes de iniciar a manutenção, sempre desligue a passadeira e desconecte-a da fonte de alimentação.

LIMPEZA

A limpeza regular do equipamento prolongará sua vida útil e manterá seu alto desempenho.

Use um pano macio e úmido para limpar a passadeira. Isso não se aplica aos componentes elétricos, motor, peças internas - não deixe a água entrar nesses locais. Proteja a superfície da cinta de corrida (e o espaço sob ela) da ação da água.

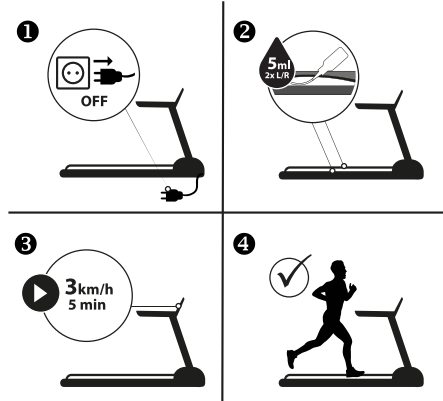
LIMPEZA DO MOTOR

Pelo menos uma vez por ano, remova a poeira do motor. Para fazer isso, primeiro desligue a passadeira da fonte de alimentação e, após cerca de 1 hora, remova a tampa do motor. Usando ar comprimido ou um pincel, remova cuidadosamente a poeira acumulada. Depois de reinstalar a tampa do motor e conectar-se à fonte de alimentação, você pode ligar a passadeira.

LUBRIFICAÇÃO DA PASSADEIRA

A frequência da lubrificação da passadeira depende da intensidade de seu uso. Se o equipamento funcionar por mais de 5 horas por semana, recomenda-se a lubrificação a cada 2-3 meses. No caso de uso menos intenso da passadeira, deve-se lubrificá-la uma vez a cada 7-8 meses.

1. Antes de iniciar a lubrificação da cinta de corrida, desligue a passadeira e desconecte-a da fonte de alimentação. 2. Aplique graxa sob a cinta de corrida de ambos os lados em cerca de 5 ml. Use mais nas áreas onde os pés entram em contato com a cinta durante a corrida. 3. Ligue a passadeira em baixa velocidade (por exemplo, 3 km/h) e espere até que a graxa se espalhe uniformemente por todo o comprimento da cinta.



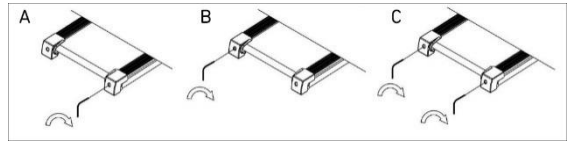
AJUSTE DA TENSÃO DA CINTA

A cinta de corrida pode precisar ser tensionada devido ao uso constante da passadeira. A cinta precisa ser tensionada quando começar a escorregar, mover-se lateralmente ou dobrar durante o treino.

Uma cinta tensionada muito folgada 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 cinta da passadeira.

- A cinta não deve ser tensionada com muita força, pois isso pode causar falhas, incluindo motor, eixo ou rolamentos.
- Uma cinta devidamente tensionada pode ser levantada em suas bordas a uma altura de cerca de 5-7,5 cm. É muito fácil verificar - ela está devidamente tensionada quando 3 dedos cabem sob ela.



AUMENTANDO A TENSÃO DA CINTA

Você encontrará uma chave especial no conjunto de peças. Coloque-o no parafuso esquerdo para ajustar a cinta localizado na parte traseira da passadeira. Gire a chave no sentido horário em 90 graus (figura C). Dessa forma, você tensionará o rolo traseiro e aumentará a tensão da cinta. Repita a operação girando o parafuso no lado direito. Preste atenção para girar os parafusos uniformemente. Repita as operações para ambos os parafusos até que a cinta esteja devidamente tensionada.

DIMINUINDO A TENSÃO DA CINTA

Para diminuir a tensão da cinta, proceda da mesma forma que para aumentá-la. Gire a chave no sentido anti-horário.

CENTRALIZAÇÃO DA CINTA DE CORRIDA

Devido a um estilo de corrida diferente (mais frequentemente, uma carga maior transferida para uma perna), a cinta pode se mover para os lados e não ser centralizada. Por este motivo, a cinta pode exigir ajuste de tempos em tempos. A cinta deve se centralizar automaticamente durante o funcionamento da passadeira. Requer ajuste se se mover para a direita ou para a esquerda.

Ligue a passadeira e defina uma velocidade baixa (por exemplo, 3 km/h). Verifique em que direção a cinta está se movendo.

- Se a cinta estiver se movendo para a direita, coloque a chave no parafuso direito para ajuste. Gire a chave 90 graus no sentido horário (figura A). Observe se a cinta está centralizada. Se ainda estiver se movendo para a direita, gire o parafuso novamente 90 graus.
- Se a cinta estiver se movendo para a esquerda, proceda da mesma forma que no caso acima, mas gire o parafuso localizado no lado esquerdo (figura B).

AMBIENTE

O equipamento é fornecido em uma embalagem para proteção contra possíveis danos durante o transporte. As embalagens são matérias-primas não processadas e podem ser recicladas. Descarte esses materiais nos recipientes coloridos apropriados destinados à coleta seletiva.



Proteja o meio ambiente e não descarte as baterias usadas no lixo doméstico. Devolva-os no ponto de venda ou entregue-os em um ponto de armazenamento separado para matérias-primas secundárias.

Os equipamentos elétricos usados (incluindo contador, fonte de alimentação) são matérias-primas secundárias - não os descarte em recipientes para resíduos domésticos, pois podem conter

substâncias perigosas para a saúde e o meio ambiente. Pedimos sua ajuda ativa na economia gestão relacionadas com a gestão de recursos naturais e a proteção do meio ambiente através da entrega do equipamento usado num ponto de recolha de matérias-primas secundárias - equipamentos elétricos usados.

MONTAGEM

A montagem do dispositivo deve ser realizada cuidadosamente por um adulto. Em caso de dúvida, peça ajuda a alguém com mais experiência nesta área.

- Antes de iniciar a montagem, certifique-se de que o conjunto com o dispositivo contém todos os elementos da lista de peças e se algum elemento foi danificado durante o transporte. Em caso de falta de elementos ou objeções, entre em contato com o vendedor.
- Familiarize-se com os desenhos e explicações e realize a montagem de acordo com a ordem contida nas instruções de montagem.
- Tenha cuidado durante a montagem. Ao usar ferramentas e elementos, existe o risco de se machucar.
- Lembre-se de manter um ambiente seguro. Não espalhe ferramentas e elementos de montagem aleatoriamente. Lembre-se de que filmes e sacos plásticos representam um risco de asfixia para crianças.
- Os elementos de montagem necessários para realizar uma determinada etapa das instruções de montagem foram apresentados nos desenhos e explicações. Use os elementos indicados nas instruções de montagem.
- Nas primeiras fases da montagem, não aperte as peças totalmente. Faça isso depois de colocar todas e certificar-se de que estão devidamente encaixadas.
- O fabricante reserva-se o direito de pré-montar alguns elementos.

ESQUEMA DE MONTAGEM (→ Ver página 2)

ATENÇÃO! É proibido usar peças provenientes de outras fontes que não o fabricante.

LISTA DE PEÇAS

A lista completa de peças está disponível entrando em contato com serwis@zipro.pl ou no site zipro.store na descrição do produto.

Nº	DESCRIÇÃO	QUANTIDADE
1	Estrutura principal	1
2	Base	1
4	Poste Esquerdo/Direito	2
5	Estrutura do monitor	1
12	Chave 6# 55*95mm	1
21	Esquerda cobertura do poste	1
22	Cobertura direita do poste	1
28	Base para dispositivos	1
55	Fechadura de segurança, encaixe plano duplo	1
64	Parafuso M8*35 S6	2
68	Parafuso M8*15 S6	2
69	Parafuso ST4.2*16	6
76	Parafuso M8*50 25 S6	6
88	Óleo de silicone	1

INSTRUÇÕES DE MONTAGEM (→ Ver página 2)

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 grande peso de alguns elementos, recomenda-se a montagem por duas pessoas.

EINSTRUÇÕES DE MONTAGEM E DESMONTAGEM (→ Ver página 6)

MONTAGEM DO EQUIPAMENTO

ATENÇÃO! Antes de começar a montagem, verifique cuidadosamente se todos os parafusos estão apertados.

ATENÇÃO! Durante a montagem, preste atenção às suas mãos e dedos para que não fiquem presos.

Levante a plataforma de corrida do equipamento para a posição vertical até ouvir o som do bloqueio do mecanismo de dobragem.

DESDOBRAGEM DO EQUIPAMENTO

ATENÇÃO! Certifique-se de que não há terceiros nas proximidades ao baixar a plataforma da passadeira e animais.

Segurando na plataforma de corrida, solte a trava do mecanismo de dobragem com o pé (indicada pela seta). Abaixar a plataforma até a altura do corrimão da estrutura principal.

A partir desta altura, a plataforma cairá automaticamente em direção ao chão.

AJUSTES

Nivelamento do equipamento

Nivele o equipamento desapertando ou apertando 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 atividade 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 instalada incorretamente impede o funcionamento da passadeira.

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 plataforma de corrida também será interrompido. A parada será sinalizada por um breve alarme sonoro. Todas as janelas na tela exibirão "----".

Após reconectar a chave de segurança, o equipamento será reiniciado.

PROGRAMAS

O computador está equipado com 3 programas de utilizador para configuração manual, 24 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

- START** – usado para iniciar a passadeira no modo manual ou no programa selecionado.
- STOP** – usado para parar a passadeira em funcionamento. Após pressionar, as configurações também serão redefinidas. Após reiniciar, o equipamento começará a funcionar no modo manual.
- PROGRAMA** – usado para selecionar um programa de treino automático (P1-P24), programa de utilizador (U1-U3) ou da função Body Fat antes de iniciar a passadeira.
- MODO** – permite selecionar o modo de contagem decrescente: tempo, distância ou calorias
- VELOCIDADE** – os botões permitem ajustar (aumentar e diminuir) a velocidade em 0,1 km/h. Os botões estão localizados no painel do computador e nos apoios de braço.
- BOTÕES DE SELEÇÃO RÁPIDA DE VELOCIDADE** – permitem selecionar diretamente a velocidade (5,10).
- INCLINAÇÃO** – os botões permitem ajustar (aumentar e diminuir) o ângulo de inclinação da passadeira em 1 nível durante o treino. Os

botões estão localizados no painel do computador e nos apoios de braço.

- BOTÕES DE SELEÇÃO RÁPIDA DO ÂNGULO DE INCLINAÇÃO** – permitem selecionar diretamente o ângulo de inclinação da passadeira durante o treino (5,10).

FUNÇÕES (ESPECIFICAÇÃO)

VELOCIDADE	Mostra a velocidade atual.	1-20 km/h
TIME	Conta o tempo total de exercício desde o início até o fim.	00:00-99:59 min
INCLINAÇÃO	Mostra o nível atual de inclinação da passadeira.	0-20 níveis
CALORIES	Conta o número total de calorias queimadas desde o início até o fim do exercício. (A medição é aproximada para comparar diferentes sessões de exercício, não pode ser usada para tratamento).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Conta a distância total desde o início até o fim do exercício.	0,0-99,9 km
PULSE	Exibe a pulsação atual. ATENÇÃO! A medição da frequência cardíaca destina-se apenas a fins desportivos (exclui-se o uso médico).	50-200 BPM

FUNÇÃO DE MEDIÇÃO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA

Após ligar a passadeira, mantenha ambas as mãos nos sensores de frequência cardíaca. Após 30 segundos, a pulsação atual aparecerá no ecrã.

Durante a medição, o computador exibirá um ícone em forma de coração.

ATENÇÃO! A medição da frequência cardíaca destina-se apenas a fins desportivos (exclui-se o uso médico).

PROGRAMA MANUAL

O programa manual é o modo de funcionamento predefinido do dispositivo. A passadeira começa a funcionar neste modo após premir **START**, quando nenhum programa de treino é selecionado.

- A velocidade predefinida no modo manual é 1 km/h.
- O nível predefinido do ângulo de inclinação da passadeira é 0.
- A alteração da definição da velocidade e do ângulo de inclinação da passadeira é possível através dos botões no computador e nos apoios de braço.

PROGRAMAS DE TREINO

Selecione um dos 24 programas de treino automáticos premindo o botão

PROGRAMA até que o número apropriado seja exibido no ecrã.

- Quando o programa apropriado for exibido, pressione **MODO**. Após a seleção, o valor "30:00" será exibido e piscará na janela.

As configurações de tempo de treino do programa podem ser feitas com os botões **SPEED +/-**.

- O tempo de treino definido é dividido proporcionalmente em 16 etapas. A tabela apresenta um resumo das etapas e da velocidade e ângulo de inclinação correspondentes para cada programa de treino. → [Ver página 117](#).
- Para iniciar o programa, pressione **START**.

PROGRAMAS DO UTILIZADOR

O computador está equipado com 3 programas de utilizador para definição individual: U1, U2, U3.

CONFIGURAÇÃO DO PROGRAMA DO UTILIZADOR

- Em modo de espera, pressione o botão **PROGRAMA**, para selecionar um dos programas do usuário. No painel, os números dos programas automáticos serão exibidos sequencialmente, seguidos pelos programas do usuário.
- Quando o programa apropriado for exibido, pressione **MODO**, para iniciar a edição da primeira seção do programa.
Use os botões **SPEED +/-** para ajustar a velocidade.
Use os botões **INCLINE +/-** para ajustar o nível de inclinação da esteira.
- Pressione **MODO**, para confirmar as configurações de parâmetros para a primeira seção e passar para a edição da próxima.

Os programas consistem em 16 seções. Repita as etapas acima até que os parâmetros de todas as seções sejam definidos.

Os programas serão salvos na memória do computador até a próxima edição.

Os dados não serão perdidos devido a uma falha de energia.

EXECUTANDO UM PROGRAMA DE USUÁRIO

- Em modo de espera, pressione o botão **PROGRAM**, para selecionar um dos programas do usuário. Depois de selecionado, o valor "30:00" será exibido e piscará na janela.
Use os botões **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** para definir o tempo de treino.
O tempo de treino definido é dividido proporcionalmente em 16 etapas.
- Para iniciar o programa, pressione **START**.

MODO DE CONTAGEM REGRESSIVA

Selecione um dos 3 modos de contagem regressiva pressionando o botão **MODO**.

- Para definir o valor da contagem regressiva, use os botões **VELOCIDADE +/-**, **INCLINAÇÃO +/-**.
- O arranque da passadeira e a contagem regressiva começarão após pressionar o botão **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 na tela.

Use **MODE**, para inserir os parâmetros:

- F1 - sexo (género) - 01 homem / 02 mulher
- F2 - idade (age) - valores 10-99
- F3 - altura (height) - valores 100-220 cm
- F4 - peso (weight) - valores 20-140 kg

Use os botões **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** para definir os valores dos parâmetros.

Depois de selecionar os parâmetros, F5 aparecerá no visor. Coloque ambas as mãos nos sensores de pulso, após 5-6 segundos o computador exibirá informações de FAT. FAT tem como objetivo medir a relação entre altura e peso, e 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.

ATENÇÃO! Os resultados obtidos não podem, em nenhuma circunstância, ser a base para o tratamento ou ser levados em consideração para fins médicos.

TREINO E FASES DE EXERCÍCIO

A utilização do equipamento irá proporcionar-lhe muitos benefícios.

Principalmente, melhorará a sua condição física, fortalecerá os músculos e, em combinação com uma dieta adequada, permitirá queimar o excesso de gordura.

CONEXÃO BLUETOOTH COM A APLICAÇÃO MÓVEL

O computador funciona com a aplicação FitShow.

Comece o treino e desfrute de novas possibilidades:

- Descarregue a aplicação.
- Ligue o Bluetooth no seu dispositivo móvel.
- Ligue a aplicação e selecione o seu dispositivo ZIPRO, com o qual pretende ligar-se.
- Quando o ZIPRO se ligar à aplicação, ocorrerá o desligamento do computador e o seu ecrã desligar-se-á.

A partir de agora, gere o ZIPRO através do seu dispositivo móvel.

1. AQUECIMENTO

Esta é a fase que melhora a circulação sanguínea em todo o corpo e prepara os músculos para um esforço maior. Também reduz o risco de ocorrência de câibras e lesões. É aconselhável realizar alguns exercícios de alongamento, como mostrado abaixo.

Se sentir dor, pare de fazer exercício ou reduza a amplitude do movimento.

ALONGAMENTO DOS MÚSCULOS INTERNOS DA COXA

Sente-se numa superfície plana com as pernas dobradas e os joelhos apontados para fora. Junte as solas dos pés e aproxime-os o máximo possível. Pressione suavemente os joelhos em direção ao chão e mantenha essa 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-se por 15 segundos. Repita com a perna esquerda.

ROTAÇÕES DA CABEÇA

Mantenha a cabeça direita, olhando para a frente. Sem mover os ombros, rode-a para a direita e endireite, depois rode-a para a esquerda e endireite.

ELEVAÇÃO DOS BRAÇOS

Levante o braço esquerdo o mais alto possível e mantenha-se por alguns segundos. Repita com o braço direito.

ALONGAMENTO DO TENDÃO DE AQUILES

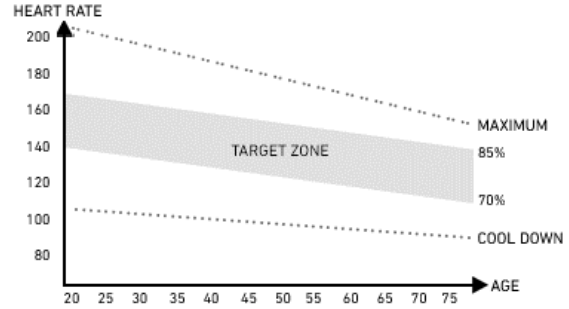
Fique de frente para a parede, avance a perna esquerda e dobre ligeiramente o joelho. Mantenha a direita atrás - esticada, com o calcanhar apoiado no chão. Mantenha os dois calcanhares apoiados no chão e pressione as ancas em direção à parede. Mantenha essa posição por 30 segundos. Repita com a perna direita avançada. Lembre-se de não arquear as costas durante o exercício.

FLEXÕES

Fique em pé com os pés juntos. Faça uma flexão para a frente, tentando aproximar o peito dos joelhos o máximo possível. Mantenha-se por 15 segundos. Lembre-se de não dobrar os joelhos.

2. FASE DE EXERCÍCIOS

Esta é a fase adequada do treino. Exercite-se no seu próprio ritmo para atingir uma frequência cardíaca adequada à sua idade, conforme mostrado no gráfico.



3. FASE DE RELAXAMENTO

Esta fase permite acalmar a circulação e relaxar os músculos. É uma repetição dos exercícios de aquecimento. Deve-se lembrar que, não deve forçar os músculos.

POSSÍVEIS DANOS E TÉCNICAS DE REPARAÇÃO

ATENÇÃO! Abrir a caixa do dispositivo sem contactar previamente o serviço de assistência técnica do fabricante causa a perda da garantia.

Em caso de suspeita de uma avaria que exija a abertura da caixa, contacte 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 ligada. O computador está danificado.	Ligue corretamente a chave de segurança. Contacte o serviço de assistência técnica do fabricante.
E01 Perrada de comunicação entre o monitor e o controlador eletrónico	A linha de comunicação do monitor está mal conectada, danificada ou com mau contacto. O monitor não tem sinal de saída. O painel de controlo inferior não tem sinal de saída.	Por favor, volte a ligar a linha de comunicação. Contacte o serviço de assistência do fabricante. Contacte o serviço de assistência do fabricante.
E02 Neteção incorreta de tensão entre o painel de controlo inferior e o motor	O cabo do motor está mal conectado. O painel de controlo inferior não fornece tensão ao motor ou a tensão de saída está incorreta. O motor está danificado.	Verifique se o cabo do motor está corretamente conectado. Contacte o serviço de assistência do fabricante. Contacte o serviço de assistência do fabricante.
E03 Falha no circuito de controlo PWM da placa de controlo inferior	Falha no circuito de controlo PWM da placa de controlo inferior	Contacte o serviço de assistência do fabricante.
E04 Informações de proteção contra sobretensão do motor do painel de controlo inferior	A carga da passadeira excede a tensão de funcionamento nominal do motor. O motor da passadeira está incorreto. Falha no circuito de deteção de sobretensão do motor na placa de controlo inferior.	Recomenda-se a utilização dentro da gama de tensão de funcionamento nominal do motor. Substitua o motor. Contacte o serviço de assistência do fabricante. Contacte o serviço de assistência do fabricante..
E05 Informações de proteção contra sobrecorrente do motor do painel de controlo inferior	A carga da passadeira excede a corrente de funcionamento nominal do motor.	Recomenda-se que esteja dentro da gama de corrente de funcionamento nominal do motor
	Existe um problema com a estrutura de montagem da passadeira e do motor, causando resistência ou bloqueio do motor.	Verifique se a estrutura da passadeira está normal
	Falha no sistema de limitação de corrente do painel de controlo inferior	Contacte o serviço de assistência do fabricante.
E07 BO bloqueio de segurança não está posicionado corretamente	Ímã de segurança desligado.	Coloque o bloqueio de segurança no local designado do relógio eletrónico.

	Falha no sistema de monitorização do bloqueio de segurança	Contacte o serviço de assistência do fabricante.
O dispositivo não funciona	Sem energia	Ligue o dispositivo à corrente.
	Chave de segurança desligada	Ligue a chave de segurança.
	Curto-circuito	Contacte o serviço de assistência do fabricante.
	O interruptor ON/OFF não está ligado	Ligue o dispositivo.
A passadeira não funciona suavemente	A passadeira não está suficientemente lubrificada	Lubrifique a passadeira de acordo com as informações fornecidas no manual de instruções.
	A passadeira está demasiado apertada	Ajuste e alinhe a posição da passadeira de acordo com as informações fornecidas no manual de instruções.
A passadeira está torta	A passadeira está demasiado solta	Ajuste e alinhe a posição da passadeira de acordo com as informações fornecidas no manual de instruções.
	A correia de transmissão está demasiado solta	Contacte o serviço de assistência 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, limita ou suspende os direitos do Comprador decorrentes da Lei dos Direitos do Consumidor.

O cartão de garantia encontra-se na última página.

CONDIÇÕES DE GARANTIA

- A garantia e as reclamações aplicam-se apenas a defeitos ocultos resultantes de culpa do fabricante.
- A garantia será respeitada pela loja ou serviço de assistência técnica após a apresentação pelo cliente de:
 - um cartão de garantia válido, legível e corretamente preenchido com o carimbo de venda e a assinatura do vendedor,
 - um comprovativo de compra válido do equipamento com a data de venda,
 - o produto reclamado ou a peça defeituosa.

Em caso de compra à distância, o cartão de garantia é válido exclusivamente com base no documento de compra (recibo / fatura).
- A reclamação será analisada no prazo de 14 dias a partir do momento da notificação do defeito pelo Cliente.

- Os defeitos de fabrico e os danos revelados durante o período de garantia serão reparados gratuitamente num prazo máximo de 21 dias a partir da data de entrega do produto na loja ou no serviço de assistência técnica.
- Caso seja necessário importar peças, o período de reparação da garantia pode ser prolongado pelo tempo necessário para a sua importação, mas não superior a 40 dias.
- A garantia não cobre:
 - danos mecânicos e defeitos causados pelos mesmos,
 - danos e defeitos resultantes de utilização e armazenamento inadequados, montagem e manutenção inadequadas,
 - danos e desgaste de elementos de desgaste, tais como: cabos, correias, elementos de borracha, pedais, pegas de esponja, rodas, rolamentos, estofos.
 - atividades relacionadas com a montagem, manutenção, que, de acordo com o manual de instruções, o utilizador é obrigado a efetuar por conta própria.
- A garantia não se aplica nos seguintes casos:
 - expiração do prazo de validade,
 - realização pelo cliente de reparações e modificações independentes com recurso a peças não originais,
 - quando o defeito resulta de instalação incorreta ou do incumprimento das regras de utilização adequadas descritas no manual de instruções,
 - utilização diferente da utilização doméstica,
 - danos ocorridos durante o transporte.
- Não serão emitidas segundas vias do certificado de garantia.
- No âmbito da garantia, o cliente tem o direito de exigir os seguintes tipos de compensação gratuita:
 - reparação do produto,
 - substituição do produto,
 - redução do preço,
 - rescisão do contrato e reembolso total dos custos incorridos.
- Para apresentar uma reclamação, é necessário:
 - Apresentar o produto ou parte do mesmo abrangido pela garantia.
 - Comprovativo de compra especificando o nome e endereço do vendedor, data e local de compra, tipo de produto ou certificado de garantia válido com o carimbo da loja.
 - Caso o produto seja entregue sujo, o serviço de assistência técnica poderá recusar a sua aceitação ou, mediante consentimento escrito do cliente, efetuar a limpeza a expensas deste.
- Em caso de resolução favorável da reclamação, o equipamento será reparado ou substituído por um novo, ou o cliente será reembolsado. Os custos de transporte do produto para o cliente são suportados pelo serviço de assistência técnica do fabricante.
- Em caso de rejeição da reclamação de garantia, o cliente receberá uma justificação detalhada da decisão tomada e, no prazo de 14 dias a partir do momento em que a decisão for comunicada, o equipamento será devolvido ao cliente a expensas deste.

LV Lietošanas instrukcija

Lietotāj,
Pirms montāžas sākšanas, lūdzu, izlasiet šo rokasgrāmatu
un pirmo reizi izmantojot ierīci. Šajā rokasgrāmatā ir svarīga informācija par
aprikojuma drošību un apkopi. Saglabājiet to, lai varētu izmantot informāciju par
apkopi vai rezerves daļu pasūtīšanu.

TEHNISKIE DATI

Barošanas avots	220V
Maksimālā jauda	2610 W
Svars	69 kg
Darba temperatūra	0°C līdz +40°C
Uzglabāšanas temperatūra	-10°C līdz +60°C
Maksimālais lietotāja svars	140 kg
Pielietojuma klase	H klase
Precizitātes klase	C klase
Ātrums	1-20 km/h
Slīpums	20 līmeņi
Produkta norma (galvenā)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Mērķis	Elektriskais skrejceļiņš lietošanai mājās

DROŠĪBA

UZMANĪBU! Ierīci drīkst izmantot tikai saskaņā ar tās paredzēto mērķi, proti, treniņiem pieaugušajiem. Jebkura cita ierīces izmantošana var būt bīstama. Ražotājs nevar būt atbildīgs par zaudējumiem, kas radušies nepareizas ierīces lietošanas rezultātā.

- Ierīce ir projektēta un konstruēta pamatojoties uz jaunākajām zināšanām drošības jomā. Bīstamie elementi, kas potenciāli var apdraudēt savainojumus, ir novērsti vai relatīvi aizsargāti.
- Nav atļauts veikt remontu un izmaiņas pašrocīgi.
- Reizi vienā vai divos mēnešos pārbaudiet skrūvju, uzgriežņu un paplākšņu pievilkšanas pareizību.
- Lai pastāvīgi nodrošinātu drošību, regulāri (ti, reizi gadā) pārbaudiet un apkopiet aprikojumu specializētā tirdzniecības vietā.
- Visas ierīces izmaiņas, kas nav aprakstītas šajā rokasgrāmatā var izraisīt bojājumus vai tieši apdraudēt vingrotāja veselību un dzīvību. Ierīces izmaiņas var veikt tikai ražotāja servisa darbinieki vai personas, kuras viņi apmācījuši šajā jomā.
- Visas ierīces tiek pastāvīgi atjauninātas, lai nodrošinātu augstu kvalitāti. Šī iemesla dēļ ražotājs patur tiesības veikt tehniskas izmaiņas.
- Visus jautājumus vai šaubas par aprikojumu vērsieties specializētā tirdzniecības vietā.

UZMANĪBU! Ievērojiet vispārējo noteikumu principus un drošības pasākumus, kas attiecas uz rīkošanos ar elektriskām ierīcēm.

- Ierīce tiek darbināta ar 220 V tīkla spriegumu.**
- Visas elektriskās ierīces darbības laikā izstaro elektromagnētisko starojumu. Ja elektroniskās vadības sistēmas vai kabīnes tuvumā atrodas citas ierīces, kas izstaro šādu starojumu (piemēram, mobilie tālruni), dažas vērtības (piemēram, pulss) var tikt sagrozītas.
- UZMANĪBU!** Nekad neveiciet nekādas elektroinstalācijas modifikācijas paši. Uzticiet šādas izmaiņas speciālistiem.
- UZMANĪBU!** Atcerieties, ka pirms jebkādu ierīces remontdarbu, apkopes vai tīrīšanas uzsākšanas, izņemiet strāvas kontaktdakšu no kontaktligzdas.
- Ierīces pievienošanai neizmantojiet pagarinātājus.
- Ja ilgāku laiku neizmantosiet aprikojumu, izņemiet tā strāvas kontaktdakšu no kontaktligzdas.
- Pievērsiet uzmanību, lai elektrības vads nebūtu spiests un tā novietojums 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 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 cita kontaktligzdas uzstādīšanu kvalificētam elektrīķim.

UZMANĪBU! Personas, kas atrodas tuvumā aprikojuma lietošanas laikā, jābrīdina par iespējamiem draudiem. Esiet īpaši piesardzīgs bērnu klātbūtnē.

UZMANĪBU! Pirms sākat vingrinājumus, konsultējieties ar ārstu lai pārliecinātos, vai jums nav nekādu veselības kontraindikāciju treniņu veikšanai uz ierīces. Pamatojoties uz pēc speciālista atzinuma varat izstrādāt savu treniņu plānu. Nepareizi izvēlētā programma vai pārmērīgi vingrinājumi var būt bīstami jūsu veselībai un dzīvībai.

BRĪDINĀJUMS! Sirds ritma uzraudzības sistēmas var būt neprecīzas. Pārmērīga piepūle treniņa laikā var izraisīt nopietnus ievainojumus vai nāvi. Ja jūtaties vājš, nekavējoties pārtrauciet vingrošanu.

UZMANĪBU! Obligāti ievērojiet šajā instrukcijā ietvertos norādījumus par treniņa veikšanu.

- Izvēloties vietu treniņam, nodrošiniet drošu attālumu no iespējamiem šķēršļiem. Neuzstādiet aprikojumu komunikāciju ceļu tuvumā (ceļiem, vārtiem, pārejām utt.).
- Aizliegts lietot aprikojumu tuvu sienai. Drošības zona ir 2000 mm un vismaz tikpat plata kā iekārta.

UZMANĪBU! Iekārtas montāžas laikā esiet uzmanīgi un neļaujiet bērniem atrasties tuvumā. Montāžas laikā tiek izmantotas sīkas detaļas (uzgriežņi, skrūves utt.), kuras viņi var norīt.

ATLIKUMA RISKS

- Situācijā, kad aizsardzība pret kritieniem netiek piemērota vai tiek piemērota, bet nepareizi, pastāv atlikuma risks, proti, cilvēka kritiens, kas izraisa ādas nobrāzumus, zilumus, lūzumus vai, sliktākajā gadījumā, nāvi.
- Pastāv atlikuma risks, ka trenējošais tiek nejauši pārslogots nepareizas darbības vai nepareiza novērtējuma dēļ, kā arī nepareizas datu pārraides dēļ (elektromagnētisku traucējumu, programmatūras kļūdas utt. dēļ). Pat labākā programmatūras un aparatūras aizsardzība neizslēdz programmatūras vai aparatūras kļūdas un teorētiski var izraisīt trenējoša pārslogu.
- Produkts ir elektriskā ierīce, tāpēc nevar izslēgt elektriskās strāvas triecienus, kas var izraisīt nāvi.
- Nevar izslēgt atlikuma nosmakšanas risku.
- Risku var samazināt, ievērojot informāciju par drošību, kas ietverta lietošanas instrukcijā.
- Nevar izslēgt, ka neparedzēta vai neatļauta lietošana izraisīs citus, neiekļautos riskus, un iekļautais risks ir novērtēts nepareizi.

Riska analīzē novērtējums tika veikts, pamatojoties uz "pašreizējo iekārtas stāvokli". No veikta produkta novērtējuma un kontroles izriet, ka nepieļaujama riska rašanās varbūtība ir ļoti zema. Ierīce (tās konstrukcija, darbības veids un pielietojums) normālos apstākļos nerada nepamatotu risku trenējošajam vai trešajām personām.

TRANSPORTA IEPAKOJUMA MANIPULĀCIJAS ZĪMES

	Ar šo pusi uz augšu. Negāzt.
	Sargāt no kritieniem.
	Iepakojums, kas piemērots pārstrādei.
	Elektroatkritumi. Noliegtotais aprikojums jānogādā pārstrādes punktā.
	Uzmanīgi, traušls. Iespējami bojājumi. Esiet uzmanīgi.
	Sargāt no mitruma.
	Uzmanību, smags produkts.
	Produktā ir iekļauta lietošanas instrukcija.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Neatvērt ar nazi.



Iepakojums izgatavots no kartona un plastmasas.
Lūdzam šķirot atkritumus saskaņā ar vietējiem noteikumiem.



Iepakojums izgatavots no kartona un plastmasas.
Lūdzam šķirot atkritumus saskaņā ar vietējiem noteikumiem.



Iepakojums izgatavots no kartona.



Iepakojums ir ražots, ņemot vērā atbildību par vidi un pārstrādi.
Lūdzam šķirot atkritumus saskaņā ar vietējiem noteikumiem.

5

Uzglabāt maksimāli 5 slāņos.

APKOPE

Pirms treniņa sākuma pārļiecinieties, vai iekārta ir pareizi samontēta.

- Pirms pirmā treniņa sākuma iepazīstieties ar visām iekārtas funkcijām un regulēšanas iespējām.
- Ierīcei ir elementi, kas var būt pakļauti korozijai. Šī iemesla dēļ nav ieteicams to atstāt mitrā telpā. Jāpārļiecinās arī, ka iekārta (īpaši tās iekšējie un elektroniskie komponenti) nav pakļauta saskarei ar ūdeni, dzērieniem, sviedriem utt.
- Ierīce ir paredzēta treniņiem tikai pieaugušajiem un nekādā gadījumā nav rotālieta bērniem. Ja jūs atļaujāt bērniem to lietot uz savu atbildību, noteikti instruējiet viņus par pareizu lietošanu un pastāvīgi uzraugiet.
- Aprikojums nav piemērots terapeitiskai lietošanai.
- Ierīces darbības laikā var būt dzirdams kluss troksnis sparata inerces kustības laikā, kas ir saistīts ar konstrukcijas veidu. Tam nav nekādas ietekmes uz aprīkojuma darbību.
- Trokšņa emisija slodzes laikā ir lielāka nekā bez slodzes.
- Pirms katra treniņa sākuma pārbaudiet drošības ierīču, skrūvju un kontaktdakšu savienojumu pareizību.
- Treniņa laikā uz iekārtas atcerieties par atbilstošiem apaviem (sporta apaviem).

APKOPE

Lai nodrošinātu maksimālu skrejceļa lietošanas drošību, ieteicams regulāri pārbaudīt, vai detaļas nav nodilušas. Tas attiecas uz uzgriežņu, skrūvju, kustīgo daļu, uzmauvu u.c. pievilkšanas un stāvokļa pārbaudi.

Glabājiet ierīci sausā un siltā vietā. Nepakļaujiet ierīci tiešiem saules stariem.

UZMANĪBU! Pirms apkopes uzsākšanas vienmēr izslēdziet skrejceļu un atvienojiet to no strāvas padeves.

TĪRĪŠANA

Regulāra ierīces tīrīšana pagarinās tās kalpošanas laiku un saglabās tās augsto veiktspēju.

Skrejceļa tīrīšanai izmantojiet mīkstu, mitru drānu. Tas neattiecas uz elektriskajiem elementiem, motoru, iekšējām daļām - netaujiet ūdenim iekļūt šajās vietās. Aizsargājiet skrejceļa virsmu (un telpu zem tā) no ūdens iedarbības.

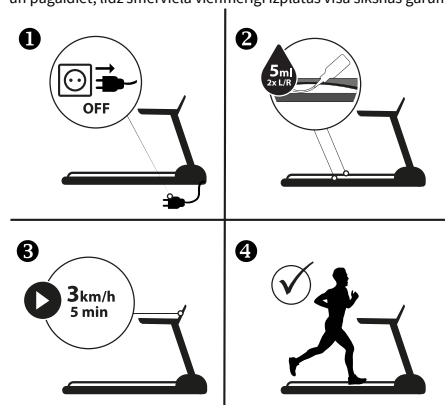
MOTORA TĪRĪŠANA

Vismaz reizi gadā notīriet putekļus no motora. Lai to izdarītu, vispirms atvienojiet skrejceļu no strāvas un pēc aptuveni 1 stundas noņemiet motora pārsegu. Izmantojot saspiestu gaisu vai otu, uzmanīgi notīriet putekļus. Pēc motora pārsega atkārtotas uzstādīšanas un pievienošanas strāvas padevei varat iedarbināt skrejceļu.

SKREJCEĻA IEEĻĻOŠANA

Skrejceļa eļļošanas biežums ir atkarīgs no tā lietošanas intensitātes. Ja ierīce darbojas vairāk nekā 5 stundas nedēļā, ieteicams to ieeļļot ik pēc 2-3 mēnešiem. Ja skrejceļi tiek izmantoti mazāk intensīvi, tas jāieeļļo reizi 7-8 mēnešos.

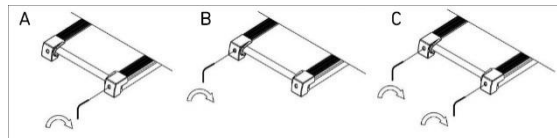
1. Pirms skrejceļa siksnas eļļošanas izslēdziet skrejceļu un atvienojiet to no strāvas padeves. 2. Uzklājiet smērvielu zem skrejceļa siksnas no abām pusēm aptuveni 5 ml. Lielāko daļu izmantojiet vietās, kur pēdas saskaras ar siksnu skriešanas laikā. 3. Iedarbiniet skrejceļu ar nelielu ātrumu (piemēram, 3 km/h) un pagaidiet, līdz smērviela vienmērīgi izplatās visā siksnas garumā.

**SIKSNAS SPRIEGUMA REGULĒŠANA**

Skrejceļa siksnas pastāvīgas lietošanas rezultātā var prasīt spriegumu. Siksnas jāpievelk, ja treniņa laikā tā sāk slīdēt, pārvietojas uz sāniem vai salocīties. Pārāk brīvi nosprīgota siksnas var apstāties motora darbības laikā.

Novietojiet skrejceļu uz līdzēnas virsmas. Iedarbiniet skrejceļu ar ātrumu aptuveni 6-8 km/h, vērojiet skrejceļa siksnas novirzes pakāpi.

- Siksnu nedrīkst pievilkt pārāk cieši, jo tas var izraisīt bojājumus, tostarp motoram, vārpstai vai gultņiem.
- Pareizi nosprīgotu siksnu var pacelt tās malās aptuveni 5-7,5 cm augstumā. To ir ļoti viegli pārbaudīt - tā ir pareizi nosprīgota, ja zem tās var ievietot 3 pirkstus.

**SIKSNAS SPRIEGUMA PALĪDZINĀŠANA**

Detaļu komplektā jūs atradīsiet īpašu atslēgu. Ievietojiet to kreisajā siksnas regulēšanas skrūvē, kas atrodas skrejceļa aizmugurējā daļā. Pagrieziet atslēgu pulksteņrādītāja virzienā par 90 grādiem (C attēls).

Tādējādi jūs pievilksiet aizmugurējo veltni un palielināsiet siksnas spriegumu. Atkārtojiet darbību, pagriežot skrūvi labajā pusē. Pārļiecinieties, ka skrūves ir pagrieztas vienādi.

Atkārtojiet darbības abām skrūvē, līdz siksnas ir pareizi nosprīgota.

SIKSNAS SPRIEGUMA SAMAZINĀŠANA

Lai samazinātu siksnas spriegumu, rīkojieties tāpat kā to palielinot. Pagrieziet atslēgu pretēji pulksteņrādītāja virzienam.

SKREJCEĻA SIKSNAS CENTRĒŠANA

Dažāda skriešanas stila dēļ (biežāk lielāka slodze tiek pārnesta uz vienu kāju) siksnas var pārvietoties uz sāniem un nebūt centrēta. Šī iemesla dēļ siksnas periodiski var prasīt regulēšanu.

Siksnai pašai jācentrējas skrejceļa darbības laikā. Tā ir jāregulē, ja tā pārvietojas pa labi vai pa kreisi.

Iedarbiniet skrejceļu un iestatiet nelielu ātrumu (piemēram, 3 km/h). Pārbaudiet kurā virzienā pārvietojas siksnas.

- Ja siksnas pārvietojas pa labi, ievietojiet atslēgu labajā regulēšanas skrūvē. Pagrieziet atslēgu par 90 grādiem pulksteņrādītāja virzienā (A attēls). Vērojiet, vai siksnas ir centrēta. Ja tā joprojām pārvietojas pa labi, atkal pagrieziet skrūvi par 90 grādiem.
- Ja siksnas pārvietojas pa kreisi, rīkojieties tāpat kā iepriekš minētajā gadījumā, bet pagrieziet skrūvi, kas atrodas kreisajā pusē (B attēls).

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 urnā. Nododiet tos iegādes vietā vai nogādājiet norādītā otrreizējo izejvielu uzglabāšanas punktā. Noliegtās elektriskās ierīces (tostarp skaitītājs, barošanas bloks) ir otrreizējās izejvielas - neizmetiet tās sadzīves atkritumu konteineros, jo tās var saturēt veselībai un videi bīstamas vielas. Lūdzam aktīvi palīdzēt taupīt dabas resursus pārvaldībai un dabas vides aizsardzībai, nododot noliegtos ierīces otrreizējo izejvielu savākšanas punktā - noliegtām elektriskām ierīcēm.

MONTĀŽA

Ierīces montāža jāveic rūpīgi pieaugušajam. Ja rodas šaubas, lūdziet kāda palīdzību ar lielāku pieredzi šajā jomā.

- Pirms montāžas sākšanas pārļiecinieties, vai komplektā ar ierīci ir visas detaļas no daļu saraksta un vai transportēšanas laikā kādas detaļas nav bojātas. Ja trūkst detaļu vai ir kādi iebildumi, sazinieties ar pārdevēju.
- Iepazīstieties ar zīmējumiem un skaidrojumiem un veiciet montāžu saskaņā ar secību, kas norādīta montāžas instrukcijā.
- Montāžas laikā esiet piesardzīgs. Lietošanas laikā ar instrumentiem un elementiem pastāv savainošanās risks.
- Atcerieties par drošas vides uzturēšanu. Neizklājiet instrumentus un montāžas elementus haotiski. Atcerieties, ka folijas un plastmasas maisiņi apdraud bērnu nosmakšanu.
- Montāžas elementi, kas nepieciešami konkrētā soļa veikšanai montāžas instrukcijā ir parādīti zīmējumos un skaidrojumos. Izmantojiet elementus, kas norādīti montāžas instrukcijā.
- Montāžas pirmajās fāzēs nepievelciet detaļas līdz galam. Dariet to pēc tam, kad visas ir ievietotas un esat pārļiecinājies, ka tās ir pareizi novietotas.
- Ražotājs patur tiesības veikt dažu elementu sākotnējo montāžu.

MONTĀŽAS SHĒMA (→ Skatīt lapu 2)

UZMANĪBU! Ir aizliegts izmantot detaļas, kas nav ražotas no ražotāja.

DAĻU SARAKSTS

Pilns detaļu saraksts ir pieejams, sazinoties ar serwis@zipro.pl vai Zipro.store vietnē produkta aprakstā.

NR.	APRAKSTS	DAUDZUMS
1	Galvenais rāmis	1
2	Pamatne	1
4	Kreisais/Labais statnis	2
5	Monitors rāmis	1
12	Atslēga 6# 55*95mm	1
21	Kkreisā vāks stativs	1
22	Labā statīva vāks	1
28	Ierīču pamatne	1
55	Drošības slēdzene, dubultā plakana ligzda	1
64	Skrūve M8*35 S6	2
68	Skrūve M8*15 S6	2
69	Skrūve ST4.2*16	6
76	Skrūve M8*50 25 S6	6
88	Silikona eļļa	1

MONTĀŽAS INSTRUKCIJA (→ Skatīt lapu 2)

UZMANĪBU! Montāžas laikā ievērojiet tālāk norādītās darbības un izmantojiet izstrādājumam pievienotos instrumentus.

Sagatavojiet pietiekami daudz brīvas vietas ierīces montāžai. Dažu elementu lielā svara dēļ montāžu ieteicams veikt diviem cilvēkiem.

ISALIKŠANAS UN IZJAUKŠANAS INSTRUKCIJA (→ Skatīt lappusi 6)

IERĪCES SALIKŠANA

UZMANĪBU! Pirms montāžas sākšanas rūpīgi pārbaudiet, vai visas skrūves ir pievilktas.

UZMANĪBU! Montāžas laikā uzmaniet rokas un pirkstus, lai tie netiktu iespiesti. Paceliet ierīces skrejceļu vertikālā stāvoklī, līdz atskan salokāma mehānisma fiksācijas skaņa.

IERĪCES IZJAUKŠANA

UZMANĪBU! Pievērsiet uzmanību, lai skrejceļa nolaišanas laikā tiešā tuvumā neatrastos trešās personas un dzīvnieki.

Turot skrejceļu, atbrīvojiet salokāma mehānisma fiksatoru ar kāju (norādīts ar bultiņu). Nolaidiet platformu līdz galvenā rāmja margu augstumam.

No šī augstuma celiņš pats automātiski nokritis uz zemes.

REGULĒŠANA

Ierīces nolīdzināšana

Nolīdziniet ierīci, atskrūvējot vai pievelkot nolīdzinošās pēdas, kas atrodas uz priekšējā un aizmugurējā pamatnes.

DATOREK ROKASGRĀMATA

SĀKUMS

Laikā no 3 sekundēm pēc pogas nospiešanas **START** ierīce sāks darboties.

ENERĢIJAS TAUPĪŠANAS FUNKCIJA

Skrejceļa dators automātiski pārslēgsies enerģijas taupīšanas režīmā, ja 10 minūšu laikā netiks veiktas nekādas darbības. Nospiediet jebkuru taustiņu, lai atsāktu sistēmu.

ĀRKĀRTAS IERĪCES APTURĒŠANA

UZMANĪBU! Drošības atslēga jāpiestiprina pie apgērba katra treniņa laikā.

Tas jāizmanto tikai ārkārtas situācijās, to nedrīkst izmantot kā parastu apturēšanas pogu.

Nepareizi uzstādīta drošības atslēga neļauj iedarbināt skrejceļu.

Pirms skrejceļa lietošanas pārbaudiet sistēmas darbību. Izņemiet drošības atslēgu, pavelkot aiz auklas. Pēc atslēgas izņemšanas skrejceļiņš apstāsies ar aizkavēšanos, kas atkarīga no darbības ātruma, tiks apturēta arī skrejceļa pacelšanas sistēma. Apturēšanu signalizēs īss skaņas signāls. Visi ekrāna lodziņi parādīs „----”.

Pēc drošības atslēgas atkārtotas pievienošanas ierīce tiks atiestatīta.

PROGRAMMAS

Dators ir aprīkots ar 3 lietotāju programmām manuālai iestatīšanai, 24 automātiskās programmas, 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 izvēlēto programmu.
- STOP** – tiek izmantots, lai apturētu strādājošu skrejceļu. Pēc nospiešanas tiks atiestatīti arī iestatījumi. Pēc atkārtotas iedarbināšanas ierīce sāks darboties manuālā režīmā.
- PROGRAMMA** – tiek izmantota, lai izvēlētos automātisku treniņu programmu (P1-P24), lietotāja programmu (U1-U3) vai Body Fat funkciju pirms skrejceļa iedarbināšanas.
- MODE** – ļauj izvēlēties atpakaļskaitīšanas režīmu: laiku, attālumu vai kalorijas
- SPEED** – pogas ļauj regulēt (palielināt un samazināt) ātrumu par 0,1 km/h. Pogas atrodas uz datora konsoles un uz rokturiem.
- ĀTRUMA ĀTRĀS IZVĒLES POGAS** – ļauj tieši izvēlēties ātrumu(5,10).
- INCLINE** – pogas ļauj regulēt (palielināt un samazināt) skrejceļa slīpuma leņķi par 1 līmeni treniņa laikā. Pogas atrodas uz datora konsoles un uz rokturiem.
- ĀTRĀS SLĪPUMA LEŅĶA IZVĒLES POGAS** – ļauj tieši izvēlēties skrejceļa slīpuma leņķi treniņa laikā (5,10).

FUNKCIJAS (SPECIFIKĀCIJA)

SPEED	Parāda pašreizējo ātrumu.	1-20 km/h
TIME	Skaita kopējo vingrinājumu laiku no to sākuma līdz beigām.	00:00-99:59 min
INCLINE	Parāda pašreizējo skrejceļa slīpuma līmeni.	0-20 līmeņi
CALORIES	Skaita kopējo sadedzināto kaloriju skaitu no vingrinājumu sākuma līdz beigām. (Mērījums ir aptuvens, lai salīdzinātu dažādas treniņu sesijas, to nedrīkst izmantot ārstēšanai).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Skaita kopējo attālumu no vingrinājumu sākuma līdz beigām.	0,0-99,9 km
PULSE	Parāda pašreizējo pulsu. UZMANĪBU! Sirdsdarbības ātruma mērīšana ir paredzēta tikai sporta	50-200 BPM

vajadzībām (medicīniska lietošana ir izslēgta).

PULSA MĒRĪŠANAS FUNKCIJA

Pēc skrejceļa iedarbināšanas turiet abas rokas uz pulsa mērīšanas sensoriem. Pēc 30 sekundēm ekrānā parādīsies pašreizējais pulss.

Mērīšanas laikā dators parādīs sirds ikonu.

UZMANĪBU! Sirdsdarbības ātruma mērīšana ir paredzēta tikai sporta vajadzībām (medicīniska lietošana ir izslēgta).

MANUĀLĀ PROGRAMMA

Manuālā programma ir ierīces noklusējuma darbības režīms. Skrejceļš sāk darboties šajā režīmā pēc nospiešanas **START**, ja nav atlasīta neviena treniņu programma.

- Noklusējuma ātrums manuālajā režīmā ir 1 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 24 automātiskām treniņu programmām, nospiežot pogu **PROGRAM** tik ilgi, līdz ekrānā tiek parādīts atbilstošais numurs.

- Kad tiek parādīta atbilstošā programma, nospiediet **MODE**. Pēc atlases logā tiks parādīta un mirgos vērtība "30:00".
Programmas treniņa laiku var iestatīt ar pogām **SPEED +/-**.
- Iestatītais treniņa laiks tiek proporcionāli sadalīts 16 etapos. Tabulā ir parādīti etapi un tiem atbilstošais ātrums un slīpuma leņķis katrai treniņu programmai. → [Skatīt lappusi 117](#).
- Lai sāktu programmu, nospiediet **START**.

LIETOTĀJA PROGRAMMAS

Datoram ir 3 lietotāja programmas individuālai definēšanai: U1, U2, U3.

LIETOTĀJA PROGRAMMAS IESTATĪŠANA

- Gaidīšanas režīmā nospiediet pogu **PROGRAM**, lai izvēlētos vienu no lietotāja programmām. Paneli secīgi 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 pirmās sadaļas parametru iestatījumus un pārietu pie nākamās rediģēšanas.

Programmas sastāv no 16 sadaļām. Atkārtojiet iepriekš minētās darbības, līdz tiek iestatīti visu sadaļu 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 uz 16 etapiem.
- Lai sāktu programmu, nospiediet **START**.

ATPAKAĻSKAITĪŠANAS REŽĪMS

Izvēlieties vienu no 3 atpakaļskaitīšanas režīmiem, nospiežot pogu **MODE**.

- Lai iestatītu atpakaļskaitīšanas vērtību, izmantojiet pogas **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Skrejceļa palaišana un atpakaļskaitīšana sāksies pēc pogas nospiešanas **START**.

ATPAKAĻSKATO PARAMETRI:

- LAIKS: sākotnējā atpakaļskaitīšanas vērtība ir 30 min.
Dators ļauj iestatīt laiku no 5 līdz 99 minūtēm (ar soli 1 minūte).
- KALORIJAS: sākotnējā atpakaļskaitīšanas vērtība ir 50 kcal.
Dators ļauj iestatīt kalorijas diapazonā no 20 līdz 990 kcal (ar soli 10 kcal).
- DISTANCE: sākotnējā atpakaļskaitīšanas vērtība ir 1 km.
Dators ļauj iestatīt distanci no 1,0 līdz 99,0 km (ar soli 1 km).

ĶERMEŅA TAUKU MĒRĪŠANAS FUNKCIJA (BODY FAT)

Nospiediet pogu **PROGRAM**, līdz ekrānā 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 20-140 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.

UZMANĪBU! Iegūtie rezultāti nekādā gadījumā nedrīkst būt par pamatu ārstēšanai vai tikt ņemti vērā medicīniskiem nolūkiem.

TRENINGS UN VINGRINĀJUMU FĀZES

Ierīces izmantošana sniegs jums daudz priekšrocību. Pirmkārt, tas uzlabos jūsu fizisko stāvokli, stiprinās muskuļus un kombinācijā z odpowiednią dietą pozwoli spalić zbędną tkankę tłuszczową.

BLUETOOTH SAVIENOJUMS AR MOBILO APLIKĀCIJU

Dators darbojas ar FitShow aplikāciju.

Sāciet treniņu un izbaudiet jaunas iespējas:

- Lejupielādējiet aplikāciju.
 - Ieslēdziet Bluetooth savā mobilajā ierīcē.
 - Ieslēdziet aplikāciju un izvēlieties tajā savu ZIPRO ierīci, ar kuru vēlaties savienot.
 - Kad ZIPRO savienosies ar aplikāciju, notiks izslēgšana datoram un tā ekrāns izdzisis.
- No šī brīža jūs pārvaldāt ZIPRO caur savu mobilo ierīci.

1. IESILDĪŠANĀS

Šī ir fāze, kas uzlabo asinsriti visā ķermenī un sagatavo muskuļus pastiprinātai slodzei. Tā arī samazina krampju un traumā risku. Ieteicams veikt dažus stiepšanās vingrinājumus, kā parādīts zemāk.

Ja jūtat sāpes, pārtrauciet vingrinājumus vai samaziniet kustību apjomu.

AUGŠSTILBA IEKŠĒJO MUSKUĻU STIEPŠANA

Sēdieties uz līdzenas virsmas ar saliektām kājām un ceļgaliem, kas vērsti uz āru. Savienojiet pēdu zoles un pietuviniet tās viena otrai pēc iespējas tuvāk. Viegli nospiediet ceļgalus, virzot tos zemes virzienā, un noturiet šajā pozīcijā 15 sekundes.

AUGŠSTILBU STIEPŠANA

Sēdieties uz līdzenas virsmas. Iztaisnojiet labo kāju un kreisās pēdas zoli pielieciet pie labā augšstilba. Izstiepiet labo roku Uz priekšu pret labās kājas pirkstiem tik tālu, cik iespējams. Noturieties šajā pozīcijā 15 sekundes. Atkārtojiet vingrinājumu ar kreiso kāju.

GALVAS ROTĀCIJAS

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 noturiet dažas sekundes. Atkārtojiet darbību ar labo roku.

AHILEJA ČĪPSLU STIEPŠANA

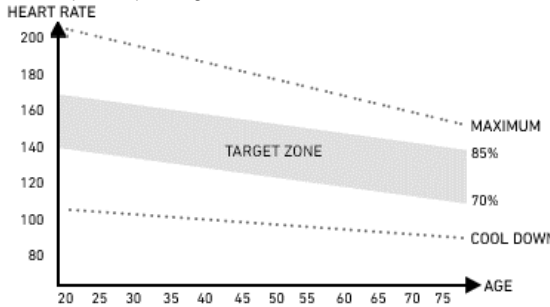
Stāviet ar seju pret sienu, izvirziet kreiso kāju uz priekšu un viegli salieciet ceļgalā. Labo kāju turiet aizmugurē – iztaisnotu, ar papēdi plakaniski novietotu uz zemes. Turiet abus papēžus plakaniski uz zemes un spiediet gurnus sienas virzienā. Uzturiet šo pozīciju 30 sekundes. Atkārtojiet darbību ar izvirzītu labo kāju. Atcerieties, ka vingrinājuma laikā nedrīkst izlikt muguru loka.

NOLIEKŠANĀS

Stāviet ar kopā saliktām kājām. Noliecieties uz priekšu, Ceņšoties pēc iespējas vairāk pietuvināt krūškurvi ceļgaliem. Noturieties šajā pozīcijā 15 sekundes. Atcerieties neliekt ceļus.

2. VINGRINĀJUMU FĀZE

Šī ir istā treniņa fāze. Vingrojiet savā tempā, lai sasniegtu savam vecumam atbilstošu pulsu, kā parādīts grafikā.



3. ATSLĀBUMA FĀZE

Šī fāze ļauj nomierināt asinsriti un atslābināt muskuļus. Tas ir iesildīšanās vingrinājumu atkārtojums. Jāatceras, lai nepārslogotu muskuļus.

IESPĒJAMIE BOJĀJUMI UN REMONTA TEHNIKAS

UZMANĪBU! Ierīces korpusa atvēršana bez iepriekšējas sazināšanās ar ražotāja servisu izraisa garantijas zaudēšanu. Ja rodas aizdomas par defektu, kas prasa korpusa atvēršanu, sazinieties ar ražotāja servisu.

KLŪDAS APRAKSTS	IESPĒJAMIE CĒĻŅI	PROBLĒMAS RISINĀJUMS

Problēma ar drošības atslēgu	Drošības atslēga nav pievienota. Dators ir bojāts.	Pievienojiet drošības atslēgu pareizi. Sazinieties ar ražotāja servisu.
E01 Nepareiza saziņa starp monitoru un elektronisko kontrolieri	Monitors sakaru līnija ir nepareizi pievienota, bojāta vai ar sliktu kontaktu. Monitoram nav izejas signāla. Apakšējā vadības panelim nav izejas signāla.	Lūdzu, pievienojiet sakaru līniju vēlreiz Sazinieties ar ražotāja servisa centru. Sazinieties ar ražotāja servisa centru.
E02 NNepareiza sprieguma noteikšana starp apakšējo vadības paneli un motoru	Motora vads ir nepareizi pievienots. Apakšējais vadības panelis nepiegādā spriegumu motoram	Pārbaudiet, vai motora kabelis ir pareizi pievienots. Sazinieties ar ražotāja servisa centru.

	vai izejas spriegums ir nepareizs. Motors ir bojāts.	Sazinieties ar ražotāja servisa centru.
E03 Apakšējais vadības panelis konstatē nepareizu ātrumu.	Apakšējās vadības plates PWM vadības ķēdes kļūme	Sazinieties ar ražotāja servisa centru.
E04 Informācija par apakšējā vadības paneļa motora aizsardzību pret pārspriegumu	Skrejceļa slodze pārsniedz motora nominālo darba spriegumu. Skrejceļa motors ir nepareizs. Motora pārsprieguma noteikšanas ķēdes kļūme uz apakšējās vadības plates.	Ieteicams izmantot motora nominālā darba sprieguma diapazonā Nomainiet motoru. Sazinieties ar ražotāja servisa centru. Sazinieties ar ražotāja servisa centru..
E05 Informācija par apakšējā vadības paneļa motora aizsardzību pret strāvu	Skrejceļa slodze pārsniedz motora nominālo darba strāvu.	Ieteicams iekļauties motora nominālās darba strāvas diapazonā
	Pastāv problēma ar skrejceļa un motora montāžas struktūru, kas izraisa motora pretestību vai bloķēšanu.	Pārbaudiet, vai skrejceļa struktūra ir normāla
	Apakšējā vadības paneļa strāvas ierobežošanas sistēmas kļūme	Sazinieties ar ražotāja servisu.
E07 BDrošības bloķētājs nav pareizi novietots	Atvienots drošības magnēts. Drošības bloķēšanas uzraudzības sistēmas kļūme	Lūdzu, ievietojiet drošības bloķētāju elektroniskā pulksteņa norādītajā vietā. Sazinieties ar ražotāja servisu.
Ierīce nedarbojas	Nav barošanas Atvienota drošības atslēga Īssavienojums ON/OFF slēdzis nav ieslēgts	Pievienojiet ierīci strāvai. Pievienojiet drošības atslēgu. Sazinieties ar ražotāja servisu. Ieslēdziet ierīci.
Skrejceļš nedarbojas vienmērīgi	Skrejceļš nav pietiekami ieeļļots Skrejceļš ir pārāk cieši nostiepts	Ieeļļojiet skrejceļu saskāņā ar lietošanas pamācībā sniegto informāciju. Regulējiet un izlīdziniet skrejceļa stāvokli saskāņā ar lietošanas pamācībā sniegto informāciju.
Skrejceļš ir sašķiebies	Skrejceļš ir pārāk vāji nostiepts Piedziņas sikсна ir pārāk maz nostiepta	Regulējiet un izlīdziniet skrejceļa stāvokli saskāņā ar lietošanas pamācībā sniegto informāciju. Sazinieties ar ražotāja servisu.

GARANTĪJA

Pārdevējs Garanta vārdā sniedz garantiju Polijas Republikas teritorijā uz 24 mēnešiem no pārdošanas datuma. Garantija pārdotajai precei neizslēdz, neierobežo vai neaptur Pircēja tiesības, kas izriet no Patērētāju tiesību likuma.

Garantijas karte atrodas pēdējā lapā.

GARANTIJAS NOSACĪJUMI

1. Pretenzijām un garantijai ir pakļauti tikai slēpti defekti, kas radušies ražotāja vainas dēļ.
2. Garantiju ievēros veikals vai serviss pēc tam, kad klients būs iesniedzis:
 - a. derīgu, skaidri un pareizi aizpildītu garantijas karti ar pārdošanas zīmogu un pārdevēja parakstu,
 - b. derīgu iekārtas pirkuma apliecinājumu ar pārdošanas datumu, reklamēto preci vai bojāto daļu.
 - c. Pērkot attālināti, garantijas karte ir derīga tikai pamatojoties uz pirkuma dokumentu (čeks / rēķins).
3. Pretenzija 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 21 dienu laikā no preces piegādes datuma veikalam vai servisam.
5. Ja nepieciešams importēt detaļas, garantijas remonta izpildes laiks 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 izraisītiem defektiem,

- b. bojājumiem un defektiem, kas radušies nepareizas lietošanas un uzglabāšanas, nepareizas montāžas un apkopes rezultātā,
 - c. bojājumiem un ekspluatācijas elementu nolietojumam, piemēram: trosēm, siksnām, gumijas elementiem, pedāļiem, sūkļa rokturiem, riteniem, gultņiem, polsterējumam.
 - 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 pats veicis remontu un modifikācijas, izmantojot neoriģinālas detaļas,
 - c. ja defekts radies nepareizas uzstādīšanas dēļ vai neievērojot pareizas lietošanas principus, kas aprakstīti lietošanas instrukcijā,
 - d. izmantošanas, kas nav paredzēta māsaimniecībai,
 - e. bojājumu, kas radušies transportēšanas laikā.
8. Garantijas kartes dublikāti netiks izdoti.
9. Garantijas ietvaros klientam ir tiesības pieprasīt šādus bezmaksas kompensācijas veidus:
 - a. produkta remonts,
 - b. produkta apmaiņa,
 - c. cenas samazināšana,
 - d. līguma laušana un pilnīga samaksāto izmaksu atmaksa.
10. Lai iesniegtu sūdzību, jums jā:
 - a. Uzsādot 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 produkts tiek piegādāts netīrs, serviss var atteikties to pieņemt vai, ar klienta rakstisku piekrišanu, veikt tīrīšanu par klienta rēķinu.
11. Ja sūdzība tiek apmierināta, iekārta tiks salabota vai nomainīta pret jaunu, vai klientam tiks atmaksāta nauda. Preces transportēšanas izmaksas līdz klientam sedz ražotāja serviss.
12. Ja garantijas prasība tiek noraidīta, klients saņems detalizētu lēmuma pamatojumu, un 14 dienu laikā no lēmuma paziņošanas brīža iekārta tiks nosūtīta atpakaļ klientam uz viņa rēķina.

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 tarvittaessa tarkistaa
huoltotiedot tai tilata varaosia.

TEKNISET TIEDOT

Virtalähde	220V
Suurin teho	2610 W
Paino	69 kg
Käyttölämpötila	0°C - +40°C
Varastointilämpötila	-10°C - +60°C
Käyttäjän enimmäispaino	140 kg
Käyttöluokka	Luokka H
Tarkkuusluokka	Luokka C
Nopeus	1-20 km/h
Kaltevuus	20 tasoa
Tuotestandardi (pääasiallinen)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Käyttötarkoitus	Sähköinen juoksumatto kotikäyttöön

TURVALLISUUS

HUOMIO! Laitetta saa käyttää vain 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 turvallisuustiedon perusteella. Vaaralliset elementit, jotka voivat mahdollisesti aiheuttaa loukkaantumisvaaran, on poistettu tai suojattu suhteellisesti.
- Korjauksia ja muutoksia omalla kädellä ei sallita.
- Tarkista ruuvien, kierrereikien ja mutterien kiristys oikeellisuus kerran tai kahdesti kuukaudessa.
- Turvallisuuden varmistamiseksi pysyvästi tarkista ja huolla laitteen säännöllisesti (eli kerran vuodessa) erikoistuneessa kauppalikkeessä.
- Kaikki laitteeseen tehty muutokset, joita ei ole kuvattu tässä ohjeessa voivat aiheuttaa vaurioita tai suoraan uhata harjoittelijan terveyttä ja henkeä. Laitteeseen saa tehdä muutoksia vain valmistajan huoltohenkilöstö tai heidän kouluttamansa henkilöt.
- Kaikkiin laitteisiin kohdistuu jatkuvia innovaatiotoimia korkean laadun varmistamiseksi. Tästä syystä valmistaja pitää oikeuden tekniisiin muutoksiin.
- Kaikki laitteeseen liittyvät kysymykset tai epäilykset tulee osoittaa erikoistuneeseen kauppalikkeeseen.

HUOMIO! Noudata yleisten säännösten periaatteita ja sähkölaitteiden käsittelyä koskevia turvallisuusmääräyksiä.

- **Laitteen verkkojännite on 220V.**
- Kaikki sähkölaitteet lähettävät sähkömagneettista säteilyä käytön aikana. Jos elektronisen ohjausjärjestelmän tai ohjaamon lähellä on muita säteilyä lähettäviä laitteita (esim. matkapuhelimet), jotkin arvot (kuten syke) voivat vääristyä.
- **HUOMIO!** Älä koskaan tee itse mitään muutoksia sähköverkkoon. Anna tällaisten muutosten asentajien tehtäväksi.
- **HUOMIO!** Muista irrottaa virtajohto pistorasiasta ennen laitteen korjaamista, huoltoa tai puhdistusta.
- Älä käytä jatkojohtoja laitteen liittämiseen.
- Jos et käytä laitetta pitkään aikaan, irrota sen virtajohto pistorasiasta.
- Varmista, että sähköjohto ei ole puristuksessa 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 pistokkeen tyyppiä.
- Älä muokkaa pistoketta, jos se ei sovi pistorasiaan.

Tässä tapauksessa anna pätevän sähköasentajan asentaa toinen pistorasia.

HUOMIO! Laitetta käytettäessä lähellä oleville henkilöille on ilmoitettava mahdollisista vaaroista. Ole erityisen varovainen lasten kanssa.

HUOMIO! Ota yhteys lääkäriin ennen harjoittelun aloittamista varmistaaksesi, ettei sinulla ole terveysongelmia, jotka estäisivät harjoittelua laitteella. Perustuen asiantuntijan lausuntoon voit kehittää harjoitusohjelmäsi. 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 olosi heikoksi, lopeta harjoittelu välittömästi.

HUOMIO! Noudata ehdottomasti tässä käyttöohjeessa annettuja harjoittelua koskevia ohjeita.

- Valittessasi harjoittelupaikan, varmista turvalliset etäisyydet mahdollisiin esteisiin. Älä aseta laitetta kulkureittien (teiden, porttien, käytävien jne.) lähelle.
- Laitteen käyttö on kielletty lähetäisyydellä 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

- Tilanteessa, jossa putoamissuojausta ei ole käytetty tai on käytetty, mutta virheellisesti, on olemassa jäännösriski, eli henkilön putoaminen, joka aiheuttaa ihon hiertymiä, mustelmia, murtumia tai pahimmassa tapauksessa kuoleman.
- On olemassa jäännösriski harjoittelijan tahattomasta ylikuormituksesta, joka johtuu virheellisestä käytöstä tai väärästä arvioinnista sekä virheellisestä tiedonsiirrosta (sähkömagneettisten häiriöiden, ohjelmistovirheen jne. vuoksi). Paraskaan ohjelmisto- ja laitteistonsuojaus ei sulje pois ohjelmisto- tai laitteistovirhettä ja 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 rajoittaa noudattamalla tietoja käyttöohjeessa olevista turvallisuustiedoista.
- Ei voida sulkea pois, että tahaton tai luvaton käyttö aiheuttaa muita, huomiotta jätettyjä riskejä, ja että huomioon otettuja riskejä on arvioitu väärin.

Riskinanalyysissä arvioinnit tehtiin "laitteen nykytilan" perusteella. Tuotteen suoritettujen arvioinnin ja tarkastuksen perusteella että kohtuuttoman riskin esiintymisen todennäköisyys on hyvin pieni. Laite (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 vietävä kierrätyspisteeseen.



Varovasti, särkyvää. Vahingoittumisen vaara. Käsittele varovasti.



Suojaa kosteudelta.



Huomio, painava tuote.



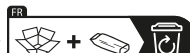
Tuote sisältää käyttöohjeen.



DO NOT USE BLADE TO OPEN



Älä avaa veitsellä.



Pakkaus on valmistettu pahvista ja muovista. Pyydämme lajittelemaan jätteet paikallisten määräysten mukaisesti.



Pakkaus on valmistettu pahvista ja muovista. Pyydämme lajittelemaan jätteet paikallisten määräysten mukaisesti.



Pakkaus on valmistettu pahvista.



Pakkaus on valmistettu ympäristövastuullisesti ja kierrätystä silmällä pitäen. Pyydämme lajittelemaan jätteet paikallisten määräysten mukaisesti.

KÄYTTÖ

Varmista ennen harjoittelun aloittamista, että laite on asennettu oikein.

- Tutustu ennen ensimmäisen harjoittelun aloittamista kaikkiin laitteen toimintoihin ja säätömahdollisuuksiin.
- Laitteessa on osia, jotka voivat olla alttiina korroosiolle. Tästä syystä ei ole suositeltavaa, että se jätetään kosteaan tilaan. On myös huolehdittava siitä, että laitteet (erityisesti sen sisäiset ja elektroniset osat) eivät ole alttiina kosketukselle veden, juomien, hien jne. kanssa.
- Laite on tarkoitettu vain aikuisten harjoitteluun, eikä se missään tapauksessa ole lasten lelu. Jos omalla vastuullasi annat lasten käyttää sitä, opasta heitä ehdottomasti oikeaan käyttöön ja valvo heitä jatkuvasti.
- Laitetta ei ole tarkoitettu terapeuttiseen käyttöön.
- Laitteen käytön aikana saattaa esiintyä hiljaista kohinaa vauhtipyörän hitausliikkeessä, mikä johtuu rakenteen tyypistä. Niillä ei ole mitään vaikutusta laitteen toimintaan.
- Melupäästö kuormituksen aikana on suurempi kuin ilman kuormitusta.
- Tarkista ennen jokaista harjoitusta turvalaitteiden sekä ruuvi- ja pistoliitosten oikeellisuus.
- Muista laitteella harjoitellessasi käyttää asianmukaisia jalkineita (urheilukengät).

HUOLTO

Juoksumaton käytön maksimaalisen turvallisuuden varmistamiseksi on suositeltavaa tarkistaa säännöllisesti osien kulumisen varalta. Tämä koskee muttereiden, ruuvien, liikkuvien osien, holkkien jne. kiinnityksen ja kunnan tarkastusta.

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.

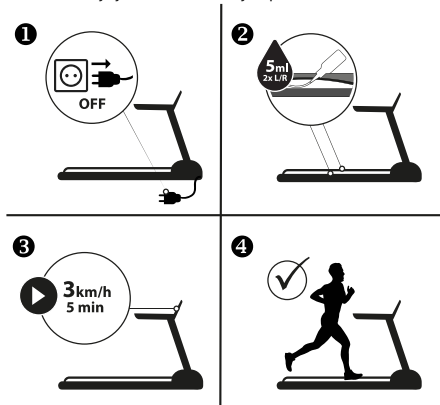
Käytä juoksumaton puhdistukseen pehmeää, kosteaa liinaa. Tämä ei koske sähköosia, moottoria, sisäosia - älä anna veden päästä näihin paikkoihin. Suojaa juoksupinnan pinta (ja sen alla oleva tila) veden vaikutukselta.

MOOTTORIN PUHDISTUS

Poista pöly moottorista vähintään kerran vuodessa. Voit tehdä tämän katkaisemalla ensin virran juoksumatosta ja irrottamalla moottorin suojuksen noin 1 tunnin kuluttua. Poista kertynyt pöly varovasti paineilmalla tai harjalla. Kun olet asentanut moottorin suojuksen takaisin ja kytkennyt virran, voit käynnistää juoksumaton.

JUOKSUMATON VOITELU

Juoksumaton voiteluväli 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. 1. Katkaise juoksumatosta virta ja irrota se virtalähteestä ennen juoksuvoyn voitelua. 2. Levitä rasvaa juoksuvoyn alle molemmille puolille noin 5 ml. Käytä sitä eniten paikoissa, joissa jalat ovat kosketuksissa vyön kanssa juoksun aikana. 3. Käynnistä juoksumatto alhaisella nopeudella (esim. 3 km/h) ja odota, kunnes rasva on levittynyt tasaisesti koko vyön pituudelle.

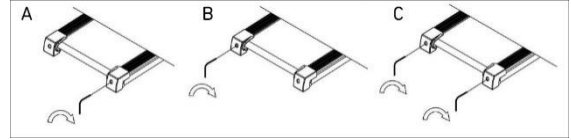
**VYÖN JÄNNITYKSEN SÄÄTÖ**

Juoksuvoyn saattaa vaatia jännitystä juoksumaton jatkuvan käytön seurauksena. Vyö on kiristettävä, kun se alkaa luistaa, liikkuu sivuttain tai rullautua harjoituksen aikana.

Liian löysälle kiristetty vyö voi pysähtyä moottorin toiminnan aikana.

Aseta juoksumatto tasaiselle alustalle. Käynnistä juoksumatto noin 6-8 km/h nopeudella, tarkkaile juoksumaton vyön poikkeaman astetta.

- Vyötä ei saa kiristää liian tiukalle, koska se voi aiheuttaa vaurioita mm. moottorille, akselille tai laakereille.
- Oikein kiristetty vyö voidaan nostaa sen reunoilta noin 5-7,5 cm korkeuteen. Tämä on erittäin helppo tarkistaa - se on oikein kiristetty, kun sen alle mahtuu 3 sormea.

**VYÖN JÄNNITYKSEN LISÄÄMINEN**

Osasarjasta löydät erikoisavaimen. Aseta se juoksumaton takaosassa olevaan vasemmanpuoleiseen vyön säätöruuviin. Käännä avainta myötäpäivään 90 astetta (kuva C). Tällä tavalla kiristät takatelan ja lisäät vyön jännitystä. Toista toimenpide kääntämällä ruuvia oikealta puolelta. Varmista, että käännät ruuveja tasaisesti. Toista toimenpiteitä molemmille ruuveille, kunnes vyö on oikein kiristetty.

VYÖN JÄNNITYKSEN VÄHENTÄMINEN

Vähennä vyön jännitystä toimimalla samalla tavalla kuin sitä lisättäessä. Käännä avainta vastapäivään.

JUOKSUVOYN KESKITYS

Erilaisen juoksutyylin (yleensä suuremman toiselle jalalle kohdistuvan kuormituksen) seurauksena vyö voi liikkua sivuttain eikä olla keskitetty. Tästä syystä vyö saattaa vaatia säätöä aika ajoin. Vyön pitäisi itsestään keskittyä juoksumaton käytön aikana. Se vaatii säätöä, jos se liikkuu oikealle tai vasemmalle puolelle.

Käynnistä juoksumatto ja aseta sille alhainen nopeus (esim. 3 km/h). Tarkista mihin suuntaan vyö liikkuu.

- Jos vyö liikkuu oikealle, aseta avain oikeanpuoleiseen säätöruuviin. Käännä avainta 90 astetta myötäpäivään (kuva A). Tarkkaile, keskitetäänkö vyö. Jos se liikkuu edelleen oikealle, kierrä ruuvia uudelleen 90 astetta.
- Jos vyö liikkuu vasemmalle, toimi samalla tavalla kuin yllä olevassa tapauksessa, mutta kierrä vasemmalla puolella olevaa ruuvia (kuva B).

YMPÄRISTÖ

Laitte toimitetaan pakkauksessa suojatakseen sitä mahdollisilta kuljetusvaurioilta. Pakkaukset ovat jalostamattomia raaka-aineita ja ne voidaan kierrättää. Hävitä nämä materiaalit asianmukaisesti värillisiin säiliöihin, jotka on tarkoitettu valikoivaan keräykseen.



Suojele ympäristöä äläkä heitä käytettyjä paristoja kotitalousjätteisiin. Palauta ne ostopaikkaan tai toimita ne erilliseen kierrätyspisteeseen. Käytetyt sähkölaitteet (mukaan lukien laskuri, virtalähde) ovat kierrätysmateriaaleja - älä heitä niitä kotitalousjäteastioihin, koska ne voivat sisältää terveydelle ja ympäristölle vaarallisia aineita. Pyydämme aktiivista apua säästeliäässä

gluonnonvarojen hallinta ja luonnonsojelu luovuttamalla käytetty laite kierrätyskeskukseen - käytetyt sähkölaitteet.

ASENNUS

Laitteen asennus on suoritettava huolellisesti aikuisen toimesta. Jos olet epävarma, pyydä apua joltain jolla on enemmän kokemusta tältä alalta.

- Ennen asennuksen aloittamista varmista, että sarja laitteen mukana sisältää kaikki osat osaluettelosta sekä onko kuljetuksen aikana jokin osa vaurioitunut. Jos osia puuttuu tai sinulla on huomautuksia, ota yhteyttä myyjään.
- Tutustu piirustuksiin ja selityksiin ja suorita asennus asennusohjeiden järjestyksen mukaisesti asennusohjeissa.
- Ole varovainen asennuksen aikana. Käytön aikana työkalujen ja osien kanssa on olemassa loukkaantumisvaara.
- Muista ylläpitää turvallista ympäristöä. Älä levitä työkaluja ja asennusosia kaaottisesti. Muista, että muovikalvot ja -pusit ovat lasten tukehtumisvaara.
- Asennusosat, joita tarvitaan tietyn vaiheen suorittamiseen asennusohjeissa on esitetty piirustuksissa ja selityksissä. Käytä asennusohjeissa mainittuja osia.
- Asennuksen alkuvaiheessa älä kiristä osia kokonaan. Tee se vasta, kun kaikki on paikoillaan ja olet varmistanut, että ne on asennettu oikein.
- Valmistaja pitää oikeuden esiasentaa joltain osia.

ASENNUSKAAVIO (-> Katso sivu 2)

HUOMIO! On kiellettyä käyttää muita kuin valmistajan toimittamia osia.

OSALUETTELO

Täydellinen osaluettelo saatavilla ottamalla yhteyttä osoitteeseen serwis@zipro.pl tai [Zipro.store](https://zipro.store) sivuston tuotekuvauksessa.

NRO	KUVAUS	MÄÄRÄ
1	Päärunko	1
2	Alusta	1
4	Vasen/Oikea pylväs	2
5	Näytön runko	1
12	Avain 6# 55*95mm	1
21	Lvasen suojus pylvään	1
22	Oikea pylvään suojus	1
28	Laittealusta	1
55	Turvalukko, kaksoistasopistorasia	1
64	Ruuvi M8*35 S6	2
68	Ruuvi M8*15 S6	2
69	Ruuvi ST4.2*16	6
76	Ruuvi M8*50 S25 S6	6
88	Silikonöljy	1

ASENNUSOHJE (-> Katso sivu 2)

HUOMIO! Noudata asennuksen aikana alla olevia vaiheita ja käytä tuotteen mukana toimitettuja työkaluja.

Varaa riittävästi tilaa laitteen asennusta varten. Joidenkin osien suuren painon vuoksi suositellaan asennusta kahden henkilön voimin.

AASENNUS- JA PURKUOHJEET (→ Katso sivu 6)

LAITTEEN KOKOONPANO

HUOMIO! Ennen kokoonpanon aloittamista tarkista huolellisesti, että kaikki ruuvit on kiristetty.

HUOMIO! Ole kokoonpanon aikana varovainen käsiesi ja sormiesi kanssa, etteivät ne jää puristuksiin.

Nosta laitteen juoksumatto pystysuoraan, kunnes kuulet kokoontaitettavan mekanismin lukitusäänen.

LAITTEEN PURKAMINEN

HUOMIO! Varmista, että juoksumaton laskemisen aikana sen välittömässä läheisyydessä ei ole ulkopuolisia ja eläimiä.

Vapauta kokoontaitettavan mekanismin lukitus jalalla (nuolella osoitettu) pitäen juoksumatosta kiinni. Laske kansi pääkehiksen kaiteen korkeudelle.

Tästä korkeudesta alkaen matto laskeutuu automaattisesti kohti lattiaa.

SÄÄDÖT

Laitteen tasaaminen

Tasaa laite kiertämällä auki tai kiinni etu- ja takaosassa olevia säätöjalkoja.

TIETOKONEEN KÄYTTÖOHJEET

ALOITUS

Sisällä 3 sekuntia painikkeen painamisen jälkeen **START** laite alkaa toimia.

VIRRANSÄÄSTÖTOIMINTO

Juoksumaton tietokone siirtyy automaattisesti virransäästötilaan, jos 10 minuutin kuluessa ei tapahdu mitään toimintoja. Paina mitä tahansa näppäintä jatkaaksesi järjestelmää.

LAITTEEN HÄTÄSEIS

HUOMIO! Turva-avain on kiinnitettävä vaatteisiin jokaisen harjoituksen aikana.

Sitä tulee käyttää vain hätätilanteissa, sitä ei saa käyttää normaalina pysäytyspainikkeena.

Väärin asennettu turva-avain estää juoksumaton käynnistämisen.

Ennen juoksumaton käyttöä tarkista järjestelmän toiminta. Irrota turva-avain vetämällä narusta. Avaimen irrottamisen jälkeen juoksumatto pysähtyy työnopeudesta johtuvan viiveen jälkeen, ja myös juoksumaton nostojärjestelmä pysähtyy. Pysäytys merkitään lyhyellä äänimerkillä. Kaikissa näytön ikkunoissa näkyy "----".

Turva-avaimen uudelleen kytkemisen jälkeen laite nollataan.

OHJELMAT

Tietokoneessa on 3 käyttäjäohjelmaa manuaaliseen asettamiseen, 24 automaattista ohjelmaa, jotka on tallennettu muistiin, 3 laskentatilaa (aika, kalorit, matka) ja kehon rasvan mittaus toiminto (Body Fat).

PAINIKKEIDEN KUVAUUS

- START** – käytetään juoksumaton käynnistämiseen manuaalisessa tilassa tai valitussa ohjelmassa.
- STOP** – käytetään toimivan juoksumaton pysäyttämiseen. Painikkeen painaminen nollaa myös asetukset. Uudelleenkäynnistykseen jälkeen laite alkaa toimia manuaalisessa tilassa.
- OHJELMA** – käytetään automaattisen harjoitusohjelman valitsemiseen (P1-P24), käyttäjäohjelman (U1-U3) tai kehon rasvaprosentin toiminnon ennen juoksumaton käynnistämistä.
- MODE** – mahdollistaa laskentatilan valinnan: aika, etäisyys tai kalorit
- NOPEUS** – painikkeilla voi säätää (lisääminen ja vähentäminen) nopeutta 0,1 km/h välein. Painikkeet sijaitsevat tietokoneen konsolissa ja kaiteissa.
- NOPEUDEN PIKAVALINTAPAINIKKEET** – mahdollistavat nopeuden suoran valinnan(5,10).
- KALTEVUUS** – painikkeilla voi säätää (lisääminen ja vähentäminen) juoksumaton kaltevuuskulmaa 1 taso kerrallaan harjoittelun aikana. Painikkeet sijaitsevat tietokoneen konsolissa ja kaiteissa.
- KALTEVUUSKULMAN PIKAVALINTAPAINIKKEET** – mahdollistavat juoksumaton kaltevuuskulman suoran valinnan harjoittelun aikana (5,10).

TOIMINNOT (TEKNISET TIEDOT)

NOPEUS	Näyttää nykyisen nopeuden.	1-20 km/h
TIME	Laskee harjoituksen kokonaisajan alusta loppuun.	00:00-99:59 min
KALTEVUUS	Näyttää juoksumaton kaltevuuden nykyisen tason.	0-20 tasoa
CALORIES	Laskee kokonaiskulutuksen kalorimäärän harjoituksen alusta loppuun. (Mittaus on likimääräinen eri harjoituskertojen vertailua varten, sitä ei saa käyttää hoidossa).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Laskee kokonaismatkan harjoituksen alusta loppuun.	0,0-99,9 km
PULSE	Näyttää nykyisen pulssin. HUOMIO! Syke mitataan vain urheilutarkoituksiin (ei lääketieteelliseen käyttöön).	50-200 BPM

SYKKEENMITTAUSTOIMINTO

Käynnistä juoksumatto ja pidä molempia käsiä pulssiantureilla. 30 sekunnin kuluttua näytöllä näkyy nykyinen syke.

Mittauksen aikana tietokone näyttää sydämen muotoisen kuvakkeen.

HUOMIO! Syke mitataan vain urheilutarkoituksiin (ei lääketieteelliseen käyttöön).

MANUAALIOHJELMA

Manuaaliohjelma on laitteen oletustila. Juoksumatto aloittaa toimintansa, kun painat **START**, kun harjoitusohjelmaa ei ole valittu.

- Oletusnopeus manuaaltilassa on 1 km/h.
- Juoksumaton kaltevuuskulman oletustaso on 0.
- Juoksumaton nopeuden ja kaltevuuskulman asetuksia voidaan muuttaa tietokoneen ja kaiteiden painikkeilla.

HARJOITUSOHJELMAT

Valitse yksi 24 automaattisesta harjoitusohjelmasta painamalla painiketta

OHJELMA niin kauan, kunnes näytölle tulee oikea numero.

- Kun oikea ohjelma on näkyvässä, paina **MODE**. Valinnan jälkeen ikkunassa näkyy ja vilkkuu arvo "30:00". Ohjelman harjoitusajan asetukset voidaan tehdä painikkeilla **SPEED +/-**.
- Asetettu harjoitus aika jaetaan suhteellisesti 16 vaiheeseen. Taulukko esittää vaiheiden ja niitä vastaavien nopeuksien ja kaltevuuskulmien yhteenvedon jokaiselle harjoitusohjelmalle. → Katso sivu 117.
- Aloita ohjelma painamalla **START**.

KÄYTTÄJÄOHJELMAT

Tietokoneessa on 3 käyttäjäohjelmaa yksilölliseen määrittelyyn: U1, U2, U3.

KÄYTTÄJÄOHJELMAN ASETTAMINEN

- Valmiustilassa paina painiketta **OHJELMA**, valitaksesi yhden käyttäjäohjelmista. Näytöllä näkyvät peräkkäin automaattiohjelmien numerot ja sitten käyttäjäohjelmat.
- Kun sopiva ohjelma tulee näkyviin, paina **MODE**, aloittaaksesi ohjelman ensimmäisen osion muokkauksen. Käytä painikkeita **SPEED +/-** asettaaksesi nopeuden. Käytä painikkeita **INCLINE +/-** asettaaksesi juoksumaton kaltevuuden.
- Paina **MODE**, vahvistaaksesi ensimmäisen osion parametriasetukset ja siirtyäksesi seuraavan muokkaamiseen.

Ohjelmat koostuvat 16 osasta. Toista yllä olevat vaiheet, kunnes kaikkien osioiden parametrit on asetettu.

Ohjelmat tallennetaan tietokoneen muistiin, kunnes niitä muokataan seuraavan kerran.

Tiedot eivät katoa sähkökatkon vuoksi.

KÄYTTÄJÄOHJELMAN KÄYNNISTÄMINEN

- Valmiustilassa paina painiketta **PROGRAM**, valitaksesi yhden käyttäjäohjelmista. Valinnan jälkeen näytössä näkyy ja vilkkuu arvo "30:00". Käytä painikkeita **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** asettaaksesi harjoitusajan. Asetettu harjoitus aika jaetaan suhteellisesti 16 vaiheeseen.
- Aloittaaksesi ohjelman paina **START**.

LASKENTATILA

Valitse yksi kolmesta laskentatilasta painamalla painiketta **MODE**.

- Aseta laskettava arvo käyttämällä painikkeita **NOPEUS +/-**, **KALTEVUUS +/-**.
- Juoksumaton käynnistys ja laskenta alkavat, kun painat painiketta **START**.

LASKETTAVAT PARAMETRIT:

- AIKA:** lähtölaskenta-arvo on 30 min. Tietokone mahdollistaa ajan asettamisen välillä 5-99 minuuttia (1 minuutin välein).
- KALORIT:** lähtölaskenta-arvo on 50 kcal. Tietokone mahdollistaa kalorien asettamisen välillä 20-990 kcal (10 kcal:n välein).
- MATKA:** lähtölaskenta-arvo on 1 km. Tietokone mahdollistaa matkan asettamisen välillä 1,0-99,0 km (1 km:n välein).

KEHON RASVAMITTAUSTOIMINTO (BODY FAT)

Paina painiketta **PROGRAM**, kunnes näytössä näkyy "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 20-140 kg

Käytä painikkeita **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** asettaaksesi parametrien arvot.

Parametrien valinnan jälkeen näytössä näkyy F5. Aseta molemmat kädet sykemittareille, 5-6 sekunnin kuluttua tietokone näyttää tiedon FAT. 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 - liikalihavuutta.

HUOMIO! Saatuja tuloksia ei saa missään tapauksessa käyttää hoidon perustana tai ottaa huomioon lääketieteellisiin tarkoituksiin.

HARJOITTELU JA HARJOITUSVAIHEET

Laitteen käyttäminen tarjoaa sinulle monia etuja. Ensinnäkin se parantaa kuntoasi, vahvistaa lihaksiasi ja yhdessä oikean ruokavalion kanssa auttaa polttamaan tarpeetonta rasvakudosta.

BLUETOOTH-YHTEYS MOBIILISOVELLUKSEEN

Tietokone toimii FitShow-sovelluksen kanssa.

Aloita harjoittelu ja nauti uusista mahdollisuuksista:

- Lataa sovellus.
- Ota Bluetooth käyttöön mobiililaitteessasi.

- Käynnistä sovellus ja valitse siitä ZIPRO-laitteesi, jonka kanssa haluat muodostaa yhteyden.
 - Kun ZIPRO yhdistyy sovellukseen, se sammuu tietokoneen ja sen näyttö sammuu.

Tästä lähtien hallitset ZIPROa mobiililaitteellasi.

1. LÄMMITTELY
Tämä vaihe parantaa verenkiertoa koko kehossa ja valmistaa lihaksia lisääntyneeseen rasitukseen. Se vähentää myös kramppien ja vammojen riskiä. On suositeltavaa tehdä muutamia venytysharjoituksia, kuten alla on esitetty. Jos tunnet kipua, lopeta harjoittelu tai vähennä liikkeen laajuutta.

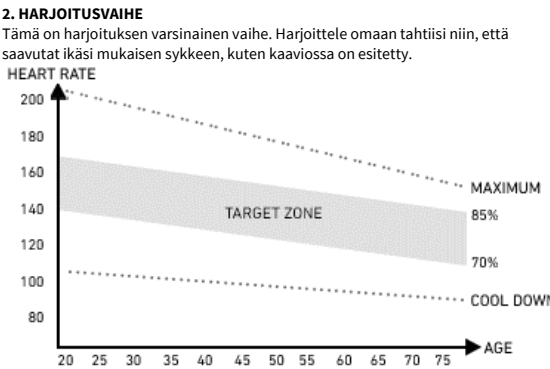
REISIEN SISÄLIHASTEN VENYTYSTÄ
Istu tasaisella alustalla päin, työnnä vasen jalka eteen ja polvet ulospäin. Yhdistä jalkapohjat ja tuo ne mahdollisimman lähelle toisiaan. Paina varovasti polvia lattiaa kohti ja pidä asento 15 sekuntia.

REISIEN VENYTYSTÄ
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 vasemmalla jalalla.

PAAN KIERROT
Pidä pää suorana katsoen eteenpäin. Kääntämättä hartioita, käännä sitä oikealle ja suorista, ja sitten käännä vasemmalle ja suorista.
KÄSIEN NOSTO
Nosta vasen käsi mahdollisimman korkealle ylös ja pidä muutama sekunti. Toista oikealla kädellä.

ACHILLEKSEN JÄNTEEN VENYTYSTÄ
Seiso kasvat seinään päin, työnnä vasen jalka eteen ja taivuta hieman polvesta. Pidä oikea jalka takana – suorana, kantapää litteänä lattiaa vasten. Pidä molemmat kantapää litteänä lattiaa vasten ja paina lantioita seinää kohti. Pidä asento 30 sekuntia. Toista oikealla jalalla. Muista, ettet kaareuta selkää harjoituksen aikana.

KUMARRUKSET
Seiso jalat yhdessä. Kumarra eteenpäin yrittäen tuoda rintakehä mahdollisimman lähelle polvia. Pidä asento 15 sekuntia. Muista, ettet taivuta polvia.



3. PALAUTUMISVAIHE
Tämä vaihe auttaa rauhoittamaan verenkierron ja rentouttamaan lihaksia. Se on toisto lämmittelyharjoituksista. On syytä muistaa, ettei yllirasita lihaksia.

MAHDOLLISET VAHINGOT JA KORJAUSTEKNIIKAT
HUOMIO! Laitteen kotelon avaaminen ilman yhteydenottoa valmistajan huoltoon johtaa takuun raukeamiseen.
Jos epäilet kotelon avaamista vaativaa vikaa, ota yhteyttä valmistajan huoltoon.

VIRHEEN KUVAUS	MAHDOLLISET SYYT	ONGELMAN RATKAISU
----- Ongelma turvaavaimen kanssa	Turvaavain ei ole kytketty. Tietokone on vaurioitunut.	Kytke turvaavain oikein. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
E01 Väärä viestintää näyttöä elektronisen ohjaimen välillä	Näytön viestintälinja on kytketty väärin, vaurioitunut tai siinä on huono kosketus. Näytöllä ei ole lähtösignaalia. Alemmalla ohjauspaneelilla ei ole lähtösignaalia.	Liitä viestintälinja uudelleen. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
E02 Näärän jännitteen havaitseminen alemman ohjauspaneelin ja moottorin välillä	Moottorin johto on kytketty väärin. Alempi ohjauspaneeli ei syötä jännitettä moottorille tai lähtöjännite on virheellinen. Moottori on vaurioitunut.	Tarkista, että moottorin kaapeli on kytketty oikein. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
E03	Alemman ohjauskortin PWM-ohjauspiirin vika	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.

Alempi ohjauspaneeli havaitsee virheellisen nopeuden.		
E04 Alemman ohjauspaneelin moottorin ylijännitesuojatie dot	Juoksumaton kuormitus ylittää moottorin nimelliskäyttöjännitteen	On suositeltavaa käyttää moottorin nimelliskäyttöjännitealueella
	Juoksumaton moottori on viallinen.	Vaihda moottori. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	Moottorin ylijännitteen tunnistuspiirin vika alemman ohjauskortissa.	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon..
E05 Ilemman ohjauspaneelin moottorin ylivirtasuojatiedot	Juoksumaton kuormitus ylittää moottorin nimelliskäyttövirran.	On suositeltavaa, että se on moottorin nimelliskäyttövirran alueella
	Juoksumaton ja moottorin asennusrakenteessa on ongelma, joka aiheuttaa vastusta tai moottorin lukkiutumisen.	Tarkista, että juoksumaton rakenne on normaali
	Virhe alakeskuksen virranrajoitusjärjestelmä ssä	Ota yhteyttä valmistajan huoltopalveluun.
E07 BTurvalukkoa ei ole asennettu oikein	Irrotettu turvamagneetti.	Aseta turvalukko elektronisen kellon määritettyyn paikkaan.
	Turvalukon valvontajärjestelmän vika	Ota yhteyttä valmistajan huoltopalveluun.
Laite ei toimi	Ei virtaa	Kytke laite virtalähteeseen.
	Irrotettu turva-avain Oikosulku	Kiinnitä turva-avain. Ota yhteyttä valmistajan huoltopalveluun.
	ON/OFF-kytkin ei ole päällä	Kytke laite päälle.
Juoksumatto ei toimi tasaisesti	Juoksumatto ei ole riittävän voideltu Juoksumatto on liian kireällä	Voitele juoksumatto käyttöohjeen mukaisesti. Säädä ja kohdista juoksumaton asento käyttöohjeen mukaisesti.
Juoksumatto on vinossa	Juoksumatto on liian löysällä Käyttöhihna on liian löysällä	Säädä ja kohdista juoksumaton asento käyttöohjeen mukaisesti. Ota yhteyttä valmistajan huoltopalveluun.

TAKUU
Myyjä myöntää Takuunantajan puolesta takuun Suomen tasavallan alueella 24 kuukauden ajaksi myyntipäivästä lukien. Takuu myydylle tuotteelle ei sulje pois, rajoita tai keskeytä ostajan oikeuksia, jotka johtuvat kuluttajansuojalaista.

Takuukortti on viimeisellä sivulla.

- TAKUU EHDOT**
1. Vain valmistajan virheestä johtuvat piilevät viat kuuluvat reklamaation ja takuun piiriin.
 2. Takuu hyväksytään myymälässä tai huollossa, kun asiakas esittää:
 - a. voimassa olevan, selkeästi ja oikein täytetyn takuukortin, jossa on myyntileima ja myyjän allekirjoitus,
 - b. voimassa olevan ostotodistuksen, jossa on myyntipäivämäärä, reklamoidun tuotteen tai viallisen osan.
 - c. Etämyynnissä takuukortti on voimassa vain ostotositteen (kuitti / lasku) perusteella.
 3. Reklamaatio käsitellään 14 päivän kuluessa siitä, kun asiakas on ilmoittanut viasta.
 4. Tehdasviat ja vauriot, jotka ilmenevät takuuajan kuluessa, korjataan maksutta enintään 21 päivän kuluessa siitä, kun tuote on toimitettu myymälään tai huoltoon.
 5. Jos varaosia on tuotava maahan, takuukorjauksen toteutus aika voi pidentyä sen tuomiseen tarvittavan ajan, kuitenkin enintään 40 päivällä.
 6. Takuu ei kata:
 - a. mekaanisia vaurioita ja niistä johtuvia vikoja,
 - b. vahinkoja ja vikoja, jotka johtuvat epäasianmukaisesta käytöstä ja varastoinnista, virheellisestä asennuksesta ja huollosta,
 - c. kuluvien osien vaurioita ja kulumista, kuten: vaijerit, hihnat, kumiosat, polkimet, vaahdonuovikahvat, pyörät, laakerit, verhoilu.
 - d. asennus- ja huoltotoimenpiteitä, jotka käyttäjä on velvollinen suorittamaan itse käyttöohjeen mukaisesti.
 7. Takuu ei ole voimassa seuraavissa tapauksissa:
 - a. voimassaoloajan päättyminen,
 - b. asiakkaan tekemiä itsenäisiä korjauksia ja muutoksia, joissa on käytetty muita kuin alkuperäisiä osia,

- c. jos vika johtuu virheellisestä asennuksesta tai käyttöohjeessa kuvattujen oikean käytön periaatteiden noudattamatta jättämisestä,
 - d. muusta kuin kotitalouskäytöstä,
 - e. kuljetusvaurioista.
- 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 korvaus.
- 10. Reklamaation tekemiseksi on:
 - a. Esitettävä tuote tai sen osa, jota takuu koskee.
 - b. Esitettävä ostokuitti, 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 puhdistaa sen asiakkaan kustannuksella tämän kirjallisella suostumuksella.
- 11. Jos reklamaatio hyväksytään, laite korjataan tai vaihdetaan uuteen tai asiakkaalle palautetaan rahat. Tuotteen toimituskulut asiakkaalle maksaa valmistajan huolto.
- 12. Jos takuureklamaatio hylätään, asiakas saa yksityiskohtaisen perustelun päätökselle, ja laite lähetetään takaisin asiakkaalle tämän kustannuksella 14 päivän kuluessa päätöksen tiedoksi antamisesta.

SL Navodila za uporabo

Uporabnik,
Pred začetkom montaže se seznanim z naslednjimi navodili
in prvo uporabo naprave. Ta navodila vsebujejo pomembne informacije o varnosti
uporabe in vzdrževanja opreme. Shranite jih za uporabo informacij o vzdrževanju
ali naročanje nadomestnih delov.

TEHNIČNI PODATKI

Napajanje	220V
Maksimalna moč	2610 W
Teža	69 kg
Temperatura uporabe	0°C do +40°C
Temperatura skladiščenja	-10°C do +60°C
Maksimalna teža uporabnika	140 kg
Razred uporabe	Razred H
Razred natančnosti	Razred C
Hitrost	1-20 km/h
Naklon	20 nivojev
Standard izdelka (glavni)	EN 957-6 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 vadbo odraslih. Vsaka druga uporaba naprave je lahko nevarna. Proizvajalec ne more biti odgovoren za škodo, ki je nastala zaradi nepravilne uporabe naprave.

- Naprava je bila zasnovana in izdelana na podlagi najnovejših spoznanj na področju varnosti. Nevarni elementi, ki bi lahko potencialno predstavljali tveganje za poškodbe, so bili odpravljeni ali ustrezno zaščiteni.
- Popravila in spremembe na lastno pest niso dovoljene.
- Enkrat na en ali dva meseca preverite, ali so vijaki, vijačnice in matice pravilno priti.
- Za trajno zagotovitev varnosti redno (tj. enkrat na leto) pregledujte in vzdržujte opremo v specializirani trgovini.
- Vse spremembe na napravi, ki niso opisane v teh navodilih, lahko povzročijo škodo ali neposredno ogrozijo zdravje in življenje osebe, ki vadi. Spremembe na napravi lahko izvajajo samo zaposleni v servisni službi proizvajalca ali osebe, ki so jih usposobile za to.
- Vse naprave so predmet stalnih inovativnih dejavnosti za zagotavljanje visoke kakovosti.
Iz tega razloga si proizvajalec pridržuje pravico do upajanja tehničnih sprememb.
- Vsa vprašanja ali pomisleke v zvezi z opremo naslovite na specializirano trgovino.

POZOR! Upošteвайте splošne predpise 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 na električnem omrežju. Takšne spremembe prepustite strokovnjakom.
- POZOR!** Ne pozabite, da pred začetkom kakršnih koli popravil, vzdrževanja ali čiščenja opreme iztaknete napajalni kabel iz vtičnice.
- Za priključitev naprave ne uporabljajte podaljškov.
- Če opreme dlje časa ne boste uporabljali, iztaknite njen napajalni kabel iz vtičnice.
- Bodite pozorni, da električni kabel ni stisnjen in da njegova lega ne povzroča nevarnosti spotikanja ob njega.

OZEMLJITEV

Ozemljitev ščiti pred nevarnostjo električnega udara. Naprava ima kabel in vtič z ozemljitvijo. Vtič mora biti priključen na 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 imate kakršne koli zdravstvene kontraindikacije za vadbo na napravi. Na podlagi mnenja strokovnjaka lahko oblikujete svoj načrt vadbe. Nepravilno izbran program ali pretirana vadba sta 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! Nujno upoštevajte opombe glede izvajanja treninga, ki so navedene v teh navodilih.

- Pri izbiri mesta za izvajanje treninga poskrbite za zagotovitev varnostne razdalje od morebitnih ovir. Opreme ne nameščajte v bližini komunikacijskih 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, da bi bili otroci 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, vendar nepravilno, obstaja preostalo tveganje, to je padec osebe, ki povzroči odrgnine kože, modrice, zlome ali, v najslabšem primeru, smrt.
- Obstaja preostalo tveganje nenamerne preobremenitve osebe, ki vadi, zaradi nepravilnega ravnanja ali nepravilne 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 povzroči smrt.
- Ni mogoče izključiti preostalega tveganja zadušitve.
- Tveganje lahko omejite 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, in da je bilo upoštevano tveganje ocenjeno nepravilno.

V analizi tveganja je bila ocena izvedena na podlagi „trenutnega stanja naprave“. Iz izvedene ocene in nadzora izdelka izhaja, da je verjetnost pojava nedopustnega tveganja zelo nizka. Naprava (njena konstrukcija, način delovanja in uporaba) – v normalnih pogojih – ne povzroča neupravičenega tveganja za osebo, ki vadi, niti za tretje osebe.

ZNAMKE ZA RAVNANJE NA TRANSPORTNI EMBALAŽI

S to stranjo navzgor. Ne prevračajte.



Zaščititi pred padcem.



Embalaža primerna za recikliranje.



Električni odpadki. Obvezna oddaja rabljene opreme na zbirno mesto za recikliranje.



Pazljivo, lomljivo. Možnost poškodbe. Bodite previdni.



Zaščititi pred vlago.



Pozor, težek izdelek.



Izdelek vsebuje navodila za uporabo.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Ne odpirajte z nožem.



Embalaža je izdelana iz kartona in plastike. Prosimo, da odpadke ločujete v skladu z lokalnimi predpisi.



Embalaža je izdelana iz kartona in plastike. Prosimo, da odpadke ločujete v skladu z lokalnimi predpisi.



Embalaža je izdelana iz kartona.



Embalaža je bila proizvedena z upoštevanjem odgovornosti do okolja in recikliranja. Prosimo, da odpadke ločujete v skladu z lokalnimi predpisi.

5

Skladiščite največ v 5 plasteh

UPRAVLJANJE

Pred začetkom treninga se prepričajte, da je naprava pravilno nameščena.

Pred začetkom prvega treninga se seznanite z vsemi funkcijami in možnostmi nastavitve naprave.

Naprava ima elemente, ki so lahko izpostavljeni koroziji. Zato ni priporočljivo, da ostane v vlažnem prostoru. Prav tako je treba poskrbeti, da oprema (zlasti njeni notranji in elektronski deli) ni izpostavljena stiku z vodo, pijačami, znojem itd.

Naprava je namenjena izključno vadbi za odrasle osebe in v nobenem primeru ni igrača za otroke. Če dovolite otrokom uporabo naprave na lastno odgovornost, jih morate brezpogojno poučiti o pravilni uporabi in jih ves čas nadzorovati.

Oprema ni primerna za terapevtske namene.

Med delovanjem naprave se lahko pojavijo tihi šumi zaradi vztrajnostnega gibanja vztrajnika, ki so posledica konstrukcije naprave. Ti šumi nimajo nobenega vpliva na delovanje opreme.

Emisija hrupa med obremenitvijo je večja kot brez obremenitve.

Pred začetkom vsake vadbe preverite pravilnost varovalnih elementov ter vijakov in priključkov.

Med vadbo na napravi nosite primerno obutev (športne copate).

VZDRŽEVANJE

Za zagotavljanje največje varnosti pri uporabi tekaške steze se priporoča redno preverjanje obrabe komponentov. To vključuje preverjanje zategnenosti in stanja matic, vijakov, premičnih delov, puš itd. Napravo shranjujte na suhem in toplim mestu. Naprave ne izpostavljajte neposredni sončni svetlobi.

POZOR! Pred začetkom kakršnega koli vzdrževanja vedno izklopite tekaško stezo in jo odklopite iz napajanja.

ČIŠČENJE

Redno čiščenje naprave bo podaljšalo njeno življenjsko dobo in ohranilo njeno visoko zmogljivost. Za čiščenje tekaške steze uporabite mehko, vlažno krpo. To ne velja za električne komponente, motor in notranje dele – pazite, da voda ne pride v stik s temi deli. Zaščitite površino tekaškega pasu (ter prostor pod njim) pred vdorom vode.

ČIŠČENJE MOTORJA

Vsaj enkrat letno odstranite prah iz motorja.

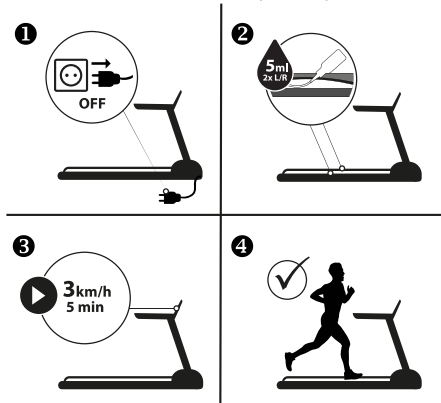
Najprej izklopite tekaško stezo iz napajanja in po približno eni uri odstranite pokrov motorja. S pomočjo stisnjene zraka ali čopiča previdno odstranite nabrani prah. Po ponovni namestitvi pokrova motorja in priključitvi tekaške steze na napajanje lahko ponovno začnete z uporabo.

MAZANJE TEKAŠKE STEZE

Pogostost mazanja tekaške steze je odvisna od intenzivnosti uporabe.

Če naprava deluje več kot 5 ur na teden, je priporočljivo mazanje vsakih 2–3 mesece.

1. Pred začetkom mazanja tekaškega pasu izklopite tekaško stezo in jo odklopite iz napajanja.
2. Mazivo nanesite pod tekaški pas na obeh straneh, približno 5 ml na vsaki strani. Največjo količino nanesite na območja, kjer stopala med tekom prihajajo v stik s pasom.
3. Vključite tekaško stezo pri nizki hitrosti (npr. 3 km/h) in pustite, da se mazivo enakomerno porazdeli po celotni dolžini pasu.

**PRILAGAJANJE NAPETOSTI TEKAŠKEGA PASU**

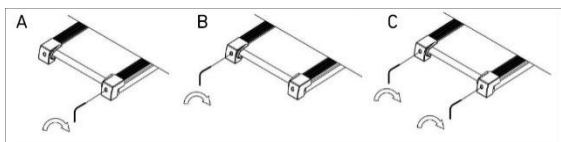
Zaradi stalne uporabe tekaške steze je lahko potrebno dodatno napenjanje tekaškega pasu.

Pas je treba napeti, ko se med vadbo začne drseti, premikati vstran ali zvijati.

Preohlapno napet pas se lahko med delovanjem motorja ustavi.

Postavite tekaško stezo na ravno površino. Zaženite jo pri hitrosti približno 6–8 km/h in opazujte odstopanje pasu.

- Pasa ne smete preveč napeti, saj to lahko povzroči poškodbe motorja, valja ali ležajev.
- Pravilno napet pas lahko na robovih dvignete približno 5–7,5 cm visoko. To zelo enostavno preverite – pravilno napet pas omogoča, da pod njega spravite tri prste.

**POVEČANJE NAPETOSTI TEKAŠKEGA PASU**

V kompletu delov boste našli poseben ključ. Vstavite ga v levi vijak za nastavitev pasu, ki se nahaja na zadnjem delu tekaške steze. Ključ obrnite za 90 stopinj v smeri urinega kazalca (slika C).

Na ta način boste napeli zadnji valj in povečali napetost pasu. Postopek ponovite tudi z vijakom na desni strani. Pazite, da oba vijaka zavrtite enakomerno. Ponavljajte postopek za oba vijaka, dokler pas ne bo pravilno napet.

ZMANJŠANJE NAPETOSTI TEKAŠKEGA PASU

Za zmanjšanje napetosti pasu postopajte enako kot pri povečanju napetosti, le da ključ obračate v nasprotni smeri urinega kazalca.

CENTRIRANJE TEKAŠKEGA PASU

Zaradi različnega sloga teka (najpogosteje zaradi večje obremenitve ene noge) se lahko pas premakne na stran in ni več centriran. Zato je lahko občasno potrebna prilagoditev.

Pas bi se moral med delovanjem naprave samodejno centrirati. Nastavitev je potrebna, če se pas premika proti desni ali levi strani.

Zaženite tekaško stezo pri nizki hitrosti (npr. 3 km/h) in opazujte, v katero smer se premika pas.

- Če se pas premika v desno, vstavite ključ v desni vijak za nastavitev. Ključ zavrtite za 90 stopinj v smeri urinega kazalca (slika A). Opazujte, ali se pas centrirata. Če se še vedno premika v desno, ponovno zavrtite vijak za 90 stopinj.
- Če se pas premika v levo, postopajte enako kot zgoraj, vendar obračajte levi vijak (slika B).

OKOLJE

Naprava je dobavljena v embalaži, ki jo ščiti pred morebitnimi poškodbami med transportom. Embalaže so izdelane iz nepredelanih surovin in jih je mogoče reciklirati. Te materiale odlagajte v ustrezne zabojnike za ločeno zbiranje odpadkov.



Varujte okolje in ne odlagajte izrabljenih baterij v gospodinjске odpadke. Oddajte jih na mestu nakupa ali jih odnesite na posebej določen zbirni center za reciklažo surovin.

Izrabljene električne naprave (vključno s števcem in napajalnikom) so sekundarne surovine – ne odlagajte jih v zabojnike za gospodinjске odpadke, saj lahko vsebujejo snovi, ki so nevarne za zdravje in okolje.

Prosimo vas za aktivno pomoč pri varčnem gospodarjenju z naravnimi viri in varstvu naravnega okolja s predajo izrabljenih naprav na zbirno mesto sekundarnih surovin – izrabljenih električnih 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 elementi poškodovani med transportom. V primeru manjkajočih elementov ali zadržkov se obrnite na prodajalca.
- Seznanite se z risbami in pojasnili ter izvedite montažo v skladu z zaporedjem, ki je navedeno v navodilih za montažo.
- Bodite previdni med montažo. Med uporabo z orodja in elementov obstaja tveganje za poškodbe.
- Ne pozabite ohranjati varnega okolja.
- Ne razporejajte kaotično orodja in elementov za montažo. Ne pozabite, da so folije in vrečke iz umetne mase nevarnost zadušitve za otroke.
- Elementi za montažo, potrebni za izvedbo določenega koraka navodil za montažo so prikazani na risbah in pojasnili. Uporabite elemente, navedene v navodilih za montažo.
- V prvih fazah montaže ne privijte delov do konca. To storite po namestitvi vseh delov in se prepričajte, da so pravilno nameščeni.
- Proizvajalec si pridržuje pravico do predhodne montaže nekaterih elementov.

SHEMA MONTAŽE (→ Glejte stran 2)

POZOR! Prepovedana je uporaba delov, ki ne prihajajo od proizvajalca.

SEZNAM DELOV

Celoten seznam delov je na voljo po stiku z serwis@zipro.pl ali na spletni strani zipro.store v opisu izdelka.

ŠT.	OPIS	KOLIČINA
1	Glavni okvir	1
2	Podstavek	1
4	Levi/Desni steber	2
5	Okvir monitorja	1
12	Ključ 6# 55*95mm	1
21	Leva zaščita stebrička	1
22	Desna zaščita stebrička	1
28	Podstavek za naprave	1
55	Varnostna ključavnica, dvojna ploščata vtičnica	1
64	Vijak M8*35 S6	2
68	Vijak M8*15 S6	2
69	Vijak ST4.2*16	6
76	Vijak M8*50 25 S6	6
88	Silikonsko olje	1

NAVODILA ZA MONTAŽO (→ Glejte stran 2)

POZOR! Med montažo upoštevajte spodnje korake in uporabite orodje, priloženo izdelku.

Pr pripravite dovolj prostora za montažo naprave. Zaradi velike teže nekaterih elementov se priporoča montaža v dvoje.

INAVODILA ZA SESTAVLJANJE IN RAZSTAVLJANJE (→ Glejte stran 6)**SESTAVLJANJE NAPRAVE**

POZOR! Pred začetkom sestavljanja natančno preverite, ali so vsi vijaki priviti.

POZOR! Med sestavljanjem pazite na svoje roke in prste, da ne bi bili priščipnjeni.

Dvignite tekoči trak naprave v navpični položaj, dokler ne zaslišite zvoka blokade mehanizma za zlaganje.

RAZSTAVLJANJE NAPRAVE

POZOR! Bodite pozorni, da se med spuščanjem tekočega traku v neposredni bližini ne nahajajo tretje osebe in živali.

Medtem ko držite tekoči trak, z nogo sprostite blokado mehanizma za zlaganje (označeno s puščico). Spustite ploščad do višine ograje glavnega okvirja. Od te višine bo tekoči trak samodejno padal proti tlor.

NASTAVITVE

Izravnavna 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 ponovno zaženete sistem.

ZAUSTAVITEV NAPRAVE V SILI

POZOR! Varnostni ključ je treba pritrditi na oblačila med vsako vadbo.

Uporabljati ga je treba izključno v nujnih primerih, ne pa kot običajni gumb za zaustavitev.

Nepravilno nameščen varnostni ključ onemogoča zagon tekaške steze.

Pred uporabo tekaške steze preverite pravilnost delovanja sistema. Odstranite varnostni ključ tako, da povlečete za vrstico. Po odstranitvi ključa se bo tekaška steza ustavila z zamikom, ki je odvisen od hitrosti delovanja, ustavljen pa bo tudi sistem za dviganje tekočega traku. 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, 24 avtomatskimi programi, shranjenimi v spominu, 3 načini odštevanja (časa, kalorij, razdalje) in funkcijo merjenja telesne maščobe (Body Fat).

OPIS GUMBOV

- START** – služi za zagon tekaške steze v ročnem načinu ali izbranem programu.
- STOP** – služi za zaustavitev delujoče tekaške steze. Po pritisku se bodo ponastavile tudi nastavitve. Po ponovnem zagonu bo naprava začela delovati v ročnem načinu.
- PROGRAM** - služi za izbiro avtomatskega programa vadbe (P1-P24), uporabniškega programa (U1-U3) ali funkcije Body Fat pred zagonom tekalne steze.
- MODE** - omogoča izbiro načina odštevanja: čas, razdalja ali kalorije
- SPEED** - gumbi omogočajo regulacijo (povečanje in zmanjšanje) hitrosti za 0,1 km/h. Gumbi se nahajajo na konzoli računalnika in na ročajih.
- GUMBI ZA HITRO IZBIRO HITROSTI** - omogočajo neposredno izbiro hitrosti(5,10).
- INCLINE** - gumbi omogočajo regulacijo (povečanje in zmanjšanje) kota naklona tekaške steze za 1 stopnjo med vadbo. Gumbi se nahajajo na konzoli računalnika in na ročajih.
- GUMBI ZA HITRO IZBIRO KOTA NAKLONA** – omogočajo neposredno izbiro kota naklona tekaške steze med vadbo (5,10).

FUNKCIJE (SPECIFIKACIJA)

SPEED	Prikazuje trenutno hitrost.	1-20 km/h
TIME	Šteje skupni čas vadbe od začetka do konca.	00:00-99:59 min
INCLINE	Prikazuje trenutno stopnjo naklona tekaške steze.	0-20 stopenj
CALORIES	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
DISTANCE	Šteje skupno razdaljo od začetka do konca vadbe.	0,0-99,9 km
PULSE	Prikaže trenutni srčni utrip. POZOR! Merjenje srčnega utripa samo za športne namene (medicinska uporaba izključena).	50-200 BPM

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 samo za športne namene (medicinska uporaba izključena).

ROČNI PROGRAM

Ročni program je privzeti način delovanja naprave. Tekalna steza začne delovati v tem načinu po pritisku na **START**, ko ni izbran noben program vadbe.

- Privzeta hitrost v ročnem načinu je 1 km/h.

- Privzeta raven kota naklona tekočega traku je 0.
- Sprememba nastavitve hitrosti in kota naklona tekočega traku je možna s pomočjo gumbov na računalniku in ročajih.

PROGRAMI VADBE

Izberite enega od 24 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 16 etap. Tabela prikazuje pregled etap ter ustrezne hitrosti in kot naklona za vsak program vadbe. → [Glejte stran 117](#).
- Za začetek programa pritisnite **START**.

PROGRAMI UPORABNIKA

Računalnik je opremljen s 3 uporabniškimi programi za individualno določanje: U1, U2, U3.

NASTAVITEV PROGRAMA UPORABNIKA

- V stanju pripravljenosti pritisnite gumb **PROGRAM**, da izberete enega od uporabniških programov. Na zaslonu se bodo zaporedoma izpisovale številke avtomatskih programov, nato pa uporabniški programi.
- Ko se prikaže ustrezen program, pritisnite **MODE**, da začnete urejati prvi del programa. Uporabite gumba **SPEED +/-** za nastavitve hitrosti. Uporabite gumba **INCLINE +/-** za nastavitve naklona tekaške steze.
- Pritisnite **MODE**, da potrdite nastavitve parametrov za prvi del in preidete na urejanje naslednjega.

Programi so sestavljeni iz 16 delov. Ponovite zgornje korake, dokler niso nastavljeni parametri vseh delov.

Programi bodo shranjeni v pomnilniku računalnika do naslednje 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 bo v oknu prikazala in utripala vrednost "30:00". Uporabite gumba **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** za nastavitve časa treninga. Nastavljen čas treninga se proporcionalno deli na 16 etap.
- Za začetek programa pritisnite **START**.

NAČIN ODŠTEVANJA

Izberite enega od 3 načinov odštevanja s pritiskom na gumb **MODE**.

- Za nastavitve odštevane vrednosti uporabite gumba **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Tek zaženete tekalno stezo 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 MAŠČOBE (BODY FAT)

Pritisčajte 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 20-140 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 meri razmerje med višino in težo, ne pa proporcije telesa.

Pravilen rezultat bi moral biti med 19-26. Vrednost pod 19 pomeni preizko težo, 27-30 - prekomerno težo, nad 30 - debelost.

UWAGA! Pridobljeni rezultati ne smejo biti pod nobenim pogojem 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 in v kombinaciji z ustrezno dieto vam bo pomagala pri izgorevanju odvečne maščobe.

POVEZAVA BLUETOOTH Z MOBILNO APLIKACIJO

Računalnik sodeluje z aplikacijo FitShow.

Začni trening in uživaj v novih možnostih:

- Prenesi aplikacijo.
- Vklopi Bluetooth na svoji mobilni napravi.
- Odpri aplikacijo in izberi svojo napravo ZIPRO, s katero se želiš povezati.
- Ko se ZIPRO poveže z aplikacijo, se računalnik izklopi in zaslon se ugasne.
- Od tega trenutka dalje upravljaš ZIPRO prek svoje mobilne naprave.

1. OGREVANJE

To je faza, ki izboljša prekrvavitvev po vsem telesu in pripravi mišice na povečano telesno aktivnost. Prav tako zmanjša tveganje za nastanek krčev in poškodb. Priporočljivo je izvesti nekaj razteznih vaj, kot je prikazano spodaj. Če občutite bolečino, prenehaj z vadbo ali zmanjšaš obseg gibanja.

RAZTEZANJE NOTRANJJIH STEGENSKIH MIŠIČ

Sedi na ravno podlago s pokrčnimi nogami in koleni obrnjenimi navzven. Spni podplate skupaj in jih približaj telesu, kolikor je mogoče. Nežno pritisni kolena proti podlagi in zadrži položaj 15 sekund.

RAZTEZANJE STEGEN

Sedi na ravno podlago. Iztegni desno nogo, podplat leve noge pa prisloni k desnemu stegnu. Z desno roko seži proti prstom desne noge, kolikor daleč zmoreš. Zadrži položaj 15 sekund. Ponovi z drugo nogo.

VRTENJE GLAVE

Drži glavo pokonci in glej naravnost. Brez premikanja ramen obrni glavo v desno in nato naravnost, nato v levo in spet naravnost.

DVIGOVANJE ROK

Dvigni levo roko čim višje navzgor in zadrži nekaj sekund. Ponovi z desno roko.

RAZTEZANJE AHILLOVE TETIVE

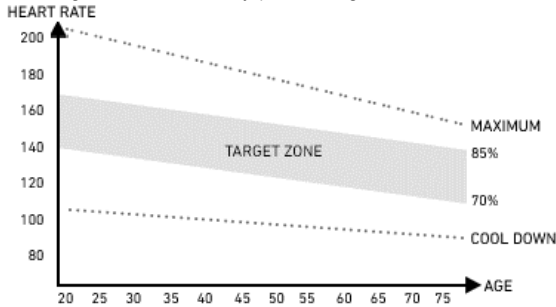
Postavi se s obrazom proti steni, z levo nogo naprej rahlo pokrčeno v kolenu. Desno nogo pusti zadaj – iztegnjeno, s peto trdno na tleh. Obe peti naj bosta plosko na podlagi, boke pa potiskaj proti steni. Ostanite v tem položaju 30 sekund. Ponovi vajo z desno nogo naprej. Med vajo pazi, da hrbta ne usločiš.

PREDKLONI

Stoj z nogama skupaj. Naredi predklon naprej, skušaj čim bolj približati prsni koš kolenom. Zadrži položaj 15 sekund. Pazi, da kolen ne upogibaš.

2. FAZA VAJE

To je glavna faza treninga. Vadite v svojem tempu, da dosežete ustrezno srčno frekvenco glede na vašo starost, kot je prikazano na grafikonu.



3. FAZA SPROSTITVE

Ta faza omogoča umiritev krvnega obtoka in sprostitve mišic. Gre za ponovitev vaj iz faze ogrevanja. Pomembno je, da se mišice ne preobremenjujejo.

MOŽNE OKVARE IN TEHNIKE POPRAVILA

POZOR! Odprtje ohišja naprave brez predhodnega stika s servisom proizvajalca povzroči izgubo garancije.

Če sumite, da je prišlo do napake, ki zahteva odprtje ohišja, se obvezno obrnite na servis proizvajalca.

OPIS NAPAKE	MOŽNI VZROKI	REŠITEV TEŽAVE
Težava z varnostnim ključem	Varnostni ključ ni priključen. Računalnik je poškodovan.	Pravilno priključite varnostni ključ. .
E01 Napačna komunikacija med zaslonom in elektronskim krmilnikom	Varnostni ključ ni priključen. Računalnik je poškodovan. Komunikacijska linija zaslona je nepravilno priključena, poškodovana ali ima slab stik. Zaslon nima izhodnega signala. Spodnja nadzorna plošča nima izhodnega signala.	Obrnite se na servis proizvajalca. Ponovno priključite komunikacijsko linijo Obrnite se na servis proizvajalca. Obrnite se na servis proizvajalca.
E02 Napačno zaznavanje napetosti med spodnjo nadzorno ploščo in motorjem	Kabel motorja je nepravilno priključen. Spodnja nadzorna plošča ne dovaja napetosti motorju ali pa je izhodna napetost nepravilna. Motor je poškodovan.	Preverite, ali je kabel motorja pravilno priključen. Obrnite se na servis proizvajalca. Obrnite se na servis proizvajalca.
E03 Spodnja nadzorna plošča zana nepravilno hitrost.	Okvara krmilnega tokokroga PWM spodnje nadzorne plošče	Obrnite se na servis proizvajalca.
E04 Informacije o prenapetostni zaščiti motorja spodnje nadzorne plošče	Obremenitev tekalne steze presega nazivno delovno napetost motorja. Motor tekalne steze je nepravilen.	Priporočljivo je uporabljati v območju nazivne delovne napetosti motorja Zamenjajte motor. Obrnite se na servis proizvajalca.

	Okvara tokokroga za zaznavanje prenapetosti motorja na spodnji nadzorni plošči.	Obrnite se na servis proizvajalca..
E05 Informacije o prekomerni tokovni zaščiti motorja spodnje nadzorne plošče	Obremenitev tekalne steze presega nazivni delovni tok motorja.	Priporočljivo je, da je v območju nazivnega delovnega toka motorja
	Pri strukturi montaže tekalne steze in motorja je težava, ki povzroča upor ali blokado motorja.	Preverite, ali je struktura tekalne steze normalna
	Okvara sistema za omejevanje toka spodnje nadzorne plošče	Obrnite se na servis proizvajalca.
E07 BVarnostna blokada ni pravilno nameščena	Odklopljen varnostni magnet.	Prosimo, namestite varnostno blokado na predvideno mesto elektronske ure.
	Okvara sistema za spremljanje varnostne blokade	Obrnite se na servis proizvajalca.
Naprava ne deluje	Ni napajanja Izklopljen varnostni ključ Kratki stik Stikalo ON/OFF ni vklopljeno	Priključite napravo na električno omrežje. Vključite varnostni ključ. Obrnite se na servis proizvajalca. Vključite napravo.
Tekalni trak ne deluje gladko	Tekalni trak ni dovolj namazan Tekalni trak je preveč napet	Namažite tekalni trak v skladu z informacijami v navodilih za uporabo. Prilagodite in poravnajte položaj tekalnega traku v skladu z informacijami v navodilih za uporabo.
Tekalni trak je zviti	Tekalni trak je preveč ohlapen Pogonski jermen je preveč ohlapen	Prilagodite in poravnajte položaj tekalnega traku v skladu z informacijami v navodilih za uporabo. Skontaktuj se s servisem producenta.

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 začasno ne odvzame pravic kupca, ki izhajajo iz Zakona o varstvu potrošnikov.

Garancijski list se nahaja na zadnji strani.

POGOJI GARANCIJE

- Reklamacije in garancija se nanašajo izključno na skrite napake, ki so nastale po krivdi proizvajalca.
- Garancija bo upoštevana v trgovini ali servisu po predložitvi s strani stranke:
 - veljaven, čitljiv in pravilno izpolnjen garancijski list z žigom prodaje in podpisom prodajalca,
 - veljavno dokazilo o nakupu opreme z datumom prodaje,
 - reklamiranega blaga ali pokvarjenega dela.
V primeru nakupa na daljavo je garancijski list veljaven izključno na podlagi dokumenta o nakupu (račun).
- Reklamacija bo obravnavana v roku 14 dni od trenutka prijave napake s strani stranke.
- Tovarniške napake in poškodbe, ugotovljene v garancijskem roku, bodo popravljene brezplačno v roku, ki ni daljši od 21 dni od datuma dostave blaga v trgovino ali servis.
- V primeru potrebe po uvozu delov se lahko rok za izvedbo garancijskega popravila podaljša za čas, potreben za uvoz, vendar ne za več kot 40 dni.
- Garancija ne zajema:
 - mehanske poškodbe in napake, ki jih povzročajo,
 - poškodbe in napake, ki so posledica nepravilne uporabe in shranjevanja, nepravilne montaže in vzdrževanja,
 - poškodbe in obraba potrošnih delov, kot so: vrvi, pasovi, gumijasti elementi, pedala, ročaji iz gobice, kolesa, ležaji, oblažninjenje.
 - dejavnosti, povezane z montažo, vzdrževanjem, ki jih je uporabnik dolžan izvajati sam v skladu z navodili za uporabo.
- Garancija ne velja v naslednjih primerih:
 - potek roka veljavnosti,
 - izvedbe samostojnih popravil in modifikacij s strani stranke z uporabo neoriginalnih delov,
 - če je napaka nastala zaradi nepravilne namestitve ali zaradi neupoštevanja pravil pravilnega delovanja, opisanih v navodilih za uporabo,
 - uporabe, ki ni gospodinjstva,
 - poškodb, nastalih med transportom.
- Dvojniki garancijskega lista ne bodo izdani.

9. V okviru garancije ima stranka pravico zahtevati naslednje vrste brezplačnih odškodnin:
 - a. popravilo izdelka,
 - b. zamenjava izdelka,
 - c. znižanje cene,
 - d. razdor pogodbe in popolno povračilo nastalih stroškov.
10. Za prijavo reklamacije je potrebno:
 - a. Predložiti izdelek ali njegov del, na katerega se nanaša garancija.
 - b. Potrdilo 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 povrnjeno kupnina. Stroške transporta blaga do stranke krije servis proizvajalca.
12. V primeru zavrnitve garancijskega zahtevka bo stranka prejela podrobno obrazložitev sprejete odločitve, v roku do 14 dni od trenutka posredovanja odločitve pa bo oprema poslana nazaj stranki na njene stroške.

HR Upute za korištenje

Korisniče,
Pročitajte ove upute prije početka montaže i prve uporabe 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	2610 W
Težina	69 kg
Temperatura korištenja	0°C do +40°C
Temperatura skladištenja	-10°C do +60°C
Maksimalna težina korisnika	140 kg
Klasa primjene	Klasa H
Klasa točnosti	Klasa C
Brzina	1-20 km/h
Nagib	20 razina
Norma proizvoda (glavna)	EN 957-6 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 može biti odgovoran za štetu nastalu nepravilnim korištenjem uređaja.

- Uređaj je dizajniran i konstruiran na temelju najnovijih saznanja iz područja sigurnosti. Opasni elementi koji potencijalno mogu predstavljati opasnost od ozljeda su eliminirani ili relativno zaštićeni.
- Nije dopušteno popravljati i mijenjati uređaj na vlastitu ruku.
- Jednom u jedan ili dva mjeseca provjerite jesu li vijci, svornjaci i matice pravilno zategnuti.
- U svrhu trajnog osiguranja sigurnosti, redovito (tj. jednom godišnje) provjeravajte i održavajte opremu u specijaliziranoj trgovini.
- 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 zaposlenici servisa proizvođača ili osobe koje su oni obučili u tom području.
- Svi uređaji podliježu stalnim inovacijama kako bi se osigurala visoka kvaliteta. Iz tog razloga, proizvođač zadržava pravo na uvođenje tehničkih promjena.
- Sva pitanja ili nedoumice u vezi s opremom uputite specijaliziranoj trgovini.

PAŽNJA! Pridržavajte se općih propisa i sigurnosnih mjera koje vrijede za rukovanje električnim uređajima.

- **Uređaj se napaja mrežnim naponom od 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 izobličene.
- **PAŽNJA!** Nikada ne vršite nikakve modifikacije na električnoj mreži na vlastitu ruku. Takve promjene prepustite stručnjacima.
- **PAŽNJA!** Zapamtite da prije početka bilo kakvih popravaka, održavanja ili čišćenja opreme izvučete 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 pravilno instaliranu i ispravno 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 ugradnju 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 nikakvih zdravstvenih kontraindikacija za vježbanje na uređaju. Na temelju mišljenja stručnjaka možete razviti vlastiti plan treninga. Nepravilno odabran program ili pretjerano vježbanje mogu biti opasni za vaše zdravlje i život.

UPOZORENJE! Sustavi za praćenje otkucaja srca 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 za provođenje treninga sadržanih u ovim uputama.

- Prilikom odabira mjesta za provođenje treninga, osigurajte siguran razmak od mogućih prepreka. Ne postavljajte opremu u blizini prometnih puteva (cesta, vrata, prolaza itd.).
- Zabranjeno je korištenje opreme u neposrednoj blizini od zida. Sigurnosna zona iznosi 2000 mm i najmanje je iste 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 neispravno, postoji preostali rizik, odnosno pad osobe koji uzrokuje ogrebotine kože, 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 softvera 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 preostali rizik od gušenja.
- Rizik se može smanjiti 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 pogrešno procijenjen.

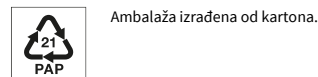
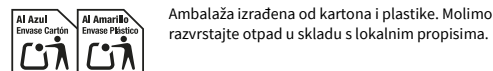
U analizi rizika procjena je izvršena na temelju „trenutnog stanja uređaja”. Iz provedene procjene i kontrole proizvoda proizlazi, da je vjerojatnost pojave nedopustivog rizika vrlo niska. Uređaj (njegova konstrukcija, način rada i primjena) ne uzrokuje – u normalnim uvjetima – neopravdani rizik za osobu koja vježba niti za treće osobe.

MANIPULATIVNI ZNAKOVI NA TRANSPORTNOJ AMBALAŽI

	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. Moguće oštećenje. Budite oprezni.
	Zaštititi od vlage.
	Pažnja, težak proizvod.
	Proizvod sadrži upute za uporabu.
	
Ne otvarati nožem.	



Ambalaža izrađena od kartona i plastike. Molimo razvrstajte otpad u skladu s lokalnim propisima.





Ambalaža je proizvedena uzimajući u obzir odgovornost za okoliš i recikliranje. Molimo razvrstajte otpad u skladu s lokalnim propisima.



Skladištiti maksimalno u 5 slojeva.

UPUTE ZA UPORABU

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 razloga se ne preporučuje da ostane 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 nadzirajte.
- Oprema nije prikladna za terapijske svrhe.
- Tijekom rada uređaja mogu se pojaviti tihi šumovi pri inercijalnom kretanju zamašnjaka, koji su rezultat vrste konstrukcije. Oni nemaju nikakav utjecaj na rad opreme.
- Emisija buke tijekom opterećenja veća je nego bez opterećenja.
- Prije početka svakog treninga provjerite ispravnost osigurača te vijčanih 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 provjeravati istrošenost elemenata. To se odnosi na provjeru zategnutosti i stanja matica, vijaka, pokretnih dijelova, čahura itd. Čuvajte uređaj na suhom i toplom mjestu. Ne izlažite uređaj izravnoj sunčevoj svjetlosti.

PAŽNJA! Prije početka održavanja uvijek isključite traku za trčanje i odspojite je s napajanja.

ČIŠĆENJE

Redovito čišćenje uređaja produžit će mu životni vijek 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 uđe u ta područja. Zaštitite površinu trake za trčanje (i prostor ispod nje) od djelovanja vode.

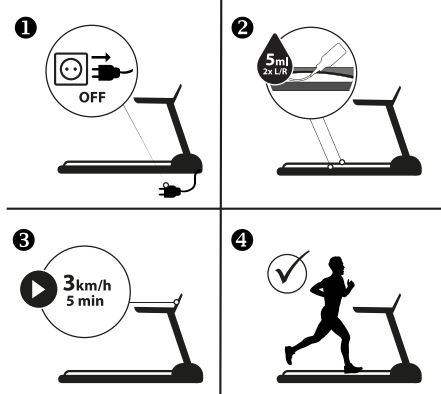
ČIŠĆENJE MOTORA

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 s niskom brzinom (npr. 3 km/h) i pričekaite da se mast ravnomjerno rasporedi po cijeloj duljini trake.



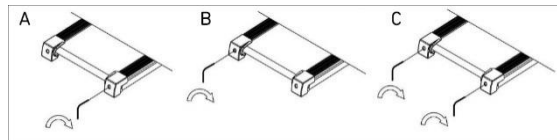
PODEŠAVANJE NAPETOSTI TRAKE

Traka za trčanje može zahtijevati zatezanje zbog stalne uporabe trake za trčanje. Traka zahtijeva zatezanje kada se tijekom treninga počne klizati, pomicati u stranu ili uvijati.

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 zatežite traku previše, jer to može uzrokovati kvarove, uključujući motor, osovinu ili ležajeve.

- Ispravno zategnutu traku može se podići na njezinim rubovima na visinu od oko 5-7,5 cm. To je vrlo lako provjeriti - ispravno je zategnuta kada stanu 3 prsta ispod nje.



POVEĆANJE NAPETOSTI TRAKE

U setu dijelova pronaći ćete poseban ključ. Postavite ga u lijevi vijak za podešavanje trake smješten 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. Pripazite da jednako okrenete vijke. Ponavljajte postupke za oba vijka dok traka ne bude pravilno zategnuta.

SMANJENJE NAPETOSTI TRAKE

Da biste smanjili napetost trake, postupite kao i kod njezinog povećanja. Okrenite ključ u smjeru suprotnom od smjera kazaljke na satu.

CENTRALIZIRANJE 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 zahtijevati povremeno podešavanje.

Traka bi se trebala sama centrirati tijekom rada trake za trčanje. Potrebno ju je podesiti u slučaju da se pomiče u smjeru desne ili lijeve strane.

Pokrenite traku za trčanje i postavite joj nisku brzinu (npr. 3 km/h). Provjerite u kojem se smjeru pomiče traka.

- Ako se traka pomiče u desnu stranu, 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 u desno, ponovno okrenite vijak za 90 stupnjeva.
- Ako se traka pomiče u lijevo, postupite isto kao u gore navedenom slučaju, ali okrenite vijak smješten s lijeve strane (slika B).

OKOLIŠ

Uređaj se isporučuje u pakiranju radi zaštite od mogućih oštećenja tijekom transporta. Ambalaža je neprerađena sirovina i može se reciklirati. Bacajte te materijale u odgovarajuće obojene 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 brojač, napajanje) su sekundarne sirovine - ne bacajte ih u spremnike za kućni otpad, jer mogu sadržavati tvari opasne za zdravlje i okoliš. Molimo vas za aktivnu pomoć u štedljivoj gospodarenju prirodnim resursima i

zaštiti okoliša predajom istrošenog uređaja na mjesto za prikupljanje sekundarnih sirovina - istrošenih električnih uređaja.

MONTAŽA

Montažu uređaja mora pažljivo obaviti odrasla osoba. U slučaju sumnje, zatražite pomoć od nekoga s više iskustva u ovom području.

- Prije početka montaže provjerite je li set s uređajem sadrži sve elemente s popisa dijelova te jesu li neki elementi oštećeni tijekom transporta. U slučaju nedostatka elemenata ili prigovora, obratite se prodavaču.
- Upoznajte se s crtežima i objašnjenjima te montirajte prema redoslijedu navedenom u uputama za montažu.
- Budite oprezni tijekom montaže. Tijekom korištenja alata i elemenata postoji rizik od ozljeda.
- Ne zaboravite osigurati sigurno okruženje. Ne raspoređujte alate i elemente za montažu kaotično. Imajte na umu da folije i plastične vrećice predstavljaju opasnost od gušenja za djecu.
- Elementi za montažu potrebni za izvođenje određenog 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 sve postavili i uvjerali se da su pravilno postavljeni.
- Proizvođač zadržava pravo na preliminarnu montažu nekih elemenata.

DIJAGRAM MONTAŽE (→ Vidi stranicu 2)

NAPOMENA! Zabranjeno je koristiti dijelove koji potječu iz drugih izvora osim od proizvođača.

POPIS DIJELOVA

Potpuni popis dijelova dostupan je nakon kontaktiranja serwis@zipro.pl ili na stranici zipro.store u opisu proizvoda.

BR.	OPIS	KOLIČINA
1	Glavni okvir	1
2	Baza	1
4	Lijevi/Desni stup	2
5	Okvir monitora	1
12	Ključ 6# 55*95mm	1
21	Lijeva Zaštita stupa	1
22	Desna zaštita stupa	1
28	Postolje za uređaje	1
55	Sigurnosna brava, dvostruka plosnata utičnica	1
64	Vijak M8*35 S6	2
68	Vijak M8*15 S6	2

69	Vijak ST4.2*16	6
76	Vijak M8*50 25 S6	6
88	Silikonsko ulje	1

UPUTE ZA MONTAŽU (→ Vidi stranicu 2)

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.

IUPUTE ZA SASTAVLJANJE I RASTAVLJANJE (→ Vidi stranicu 6)

SASTAVLJANJE UREĐAJA

NAPOMENA! Prije početka sastavljanja, provjerite jesu li svi vijci dobro zategnuti.

NAPOMENA! Tijekom sastavljanja pazite na svoje ruke i prste da ne budu priklješteni.

Podignite traku za trčanje uređaja u okomiti položaj dok ne čujete zvuk blokade mehanizma za sklapanje.

RASTAVLJANJE UREĐAJA

NAPOMENA! Obratite pažnju 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 (označenu strelicom). Spustite most do visine rukohvata glavnog okvira.

Od te visine traka će samostalno padati prema podu.

PODEŠAVANJA

Izravnavanje uređaja

Izravnajte uređaj odvrtanjem ili zavrtanjem nožica za izravnavanje koje se nalaze na prednjoj i stražnjoj osnovi.

UPUTE ZA UPORABU RAČUNALA

POČETAK

U roku od 3 sekunde nakon pritiska na gumb **START** uređaj će započeti s radom.

FUNKCIJA ŠTEDNJE ENERGIJE

Računalo trake za trčanje automatski će prijeći u način štednje energije ako se unutar 10 minuta ne dogodi nikakva aktivnost. Pritisnite bilo koju tipku za ponovno pokretanje sustava.

HITNO ZAUSTAVLJANJE UREĐAJA

NAPOMENA! Sigurnosni ključ mora biti pričvršćen za odjeću tijekom svakog treninga.

Treba ga koristiti isključivo u hitnim situacijama, ne smije se koristiti kao normalan gumb za zaustavljanje.

Nepravilno postavljen sigurnosni ključ onemogućuje pokretanje trake za trčanje.

Prije uporabe trake za trčanje provjerite ispravnost rada sustava. Izvadite sigurnosni ključ povlačenjem za konop. Nakon vađenja ključa traka za trčanje će se zaustaviti s odgodom ovisno o brzini rada, zaustavit će se i sustav podizanja trake za trčanje. Zaustavljanje će signalizirati kratki zvučni alarm. Svi prozori na zaslonu prikazat će „---“.

Nakon ponovnog spajanja sigurnosnog ključa uređaj će se resetirati.

PROGRAMI

Računalo je opremljeno s 3 korisnička programa za ručno postavljanje, 24 automatska programa spremjena 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. Nakon pritiska također će se resetirati postavke. Nakon ponovnog pokretanja uređaj će započeti s radom u ručnom načinu rada.
- PROGRAM** – služi za odabir automatskog programa treninga (P1-P24), 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 regulaciju (povećanje i smanjenje) brzine za 0,1 km/h. Tipke se nalaze na konzoli računala i na rukohvatima.
- TIPKE ZA BRZI ODABIR BRZINE** – omogućuju izravan odabir brzine(5,10).
- INCLINE** – tipke omogućuju regulaciju (povećanje i smanjenje) kuta nagiba trake za trčanje za 1 razinu tijekom treninga. Tipke se nalaze na konzoli računala i na rukohvatima.
- TIPKE ZA BRZI ODABIR KUTA NAGIBA** – omogućuju izravan odabir kuta nagiba trake za trčanje tijekom treninga (5,10).

FUNKCIJE (SPECIFIKACIJA)

SPEED	Prikazuje trenutnu brzinu.	1-20 km/h
TIME	Broji ukupno vrijeme vježbanja od početka do kraja.	00:00-99:59 min
INCLINE	Prikazuje trenutnu razinu nagiba trake za trčanje.	0-20 razina
CALORIES	Broji ukupan broj spaljenih kalorija od početka do kraja vježbanja. (Mjerenje je približno za usporedbu različitih sesija vježbanja i ne smije se koristiti u liječenju).	0,0-999 kcal

DISTANCE	Broji ukupnu udaljenost od početka do kraja vježbanja.	0,0-99,9 km
PULSE	Prikazuje trenutni puls. PAŽNJA! Mjerenje pulsa samo u sportske svrhe (isključuje se medicinska primjena).	50-200 BPM

FUNKCIJA MJERENJA PULSA

Nakon pokretanja trake za trčanje, držite obje ruke na senzorima za mjerenje pulsa. Nakon 30 sekundi na ekranu će se pojaviti trenutni puls. Tijekom mjerenja, računalo će prikazati ikonu u obliku srca.

PAŽNJA! Mjerenje pulsa samo u sportske svrhe (isključuje se medicinska primjena).

RUČNI PROGRAM

Ručni program je zadani način rada uređaja. Traka za trčanje započinje s radom nakon pritiska na **START**, kada nije odabran nijedan program vježbanja.

- Zadana brzina u ručnom načinu rada je 1 km/h.
- Zadana razina nagiba trake je 0.
- Promjena postavki brzine i kuta nagiba trake za trčanje moguća je pomoću tipki na računalu i rukohvatima.

PROGRAMI VJEŽBANJA

Odaberite jedan od 24 automatskih programa vježbanja pritiskom na tipku

PROGRAM tako dugo dok se na ekranu 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 vježbanja programa mogu se izvršiti pomoću tipki **SPEED +/-**.
- Postavljeno vrijeme vježbanja proporcionalno je podijeljeno na 16 faza. Tablica prikazuje pregled faza i odgovarajuće brzine i kutove nagiba za svaki program vježbanja. → Vidi stranicu 117.
- Za pokretanje programa pritisnite **START**.

PROGRAMI KORISNIKA

Računalo je opremljeno s 3 korisnička programa za individualno definiranje: U1, U2, U3.

POSTAVLJANJE PROGRAMA KORISNIKA

- U stanju pripravnosti, pritisnite gumb **PROGRAM**, za odabir jednog od korisničkih programa. Na zaslonu će se redom prikazivati brojevi automatskih programa, zatim korisnički programi.
- Kada se prikaže odgovarajući program pritisnite **MODE**, za početak uređivanja prvog odjeljka programa. Koristite gumb **SPEED +/-** za podešavanje brzine. Koristite gumb **INCLINE +/-** za podešavanje razine nagiba trake za trčanje.
- Pritisnite **MODE**, za potvrdu postavki parametara za prvi odjeljak i prelazak na uređivanje sljedećeg.

Programi se sastoje od 16 odjeljaka. Ponovite gore navedene korake dok se ne postave parametri svih odjeljaka.

Programi će biti spremeni u memoriju računala do sljedećeg uređivanja.

Podaci se neće izgubiti u slučaju nestanka struje.

POKRETANJE KORISNIČKOG PROGRAMA

- U stanju pripravnosti, pritisnite gumb **PROGRAM**, za odabir jednog od korisničkih programa. Nakon odabira, u prozoru će se prikazati i treptati vrijednost "30:00". Koristite gumb **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** za postavljanje vremena treninga. Postavljeno vrijeme treninga proporcionalno se dijeli na 16 etapa.
- Za početak programa pritisnite **START**.

NAČIN ODBROJAVANJA

Odaberite jedan od 3 načina odbrojanja pritiskom na gumb **MODE**.

- Za postavljanje odbrojane vrijednosti koristite gumb **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Pokretanje trake za trčanje i odbrojanje započet će pritiskom 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)

Pritišćite tipku **PROGRAM**, dok se na zaslonu ne prikaže „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 20-140 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 znači

pothranjenost, 27-30 - prekomjernu težinu, a iznad 30 - pretilost.

PAŽNJA! Dobiveni rezultati ni u kojem slučaju ne mogu biti osnova za liječenje ili

se uzeti 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 vam sagorijevanje nepotrebno masnog tkiva.

BLUETOOTH VEZA S MOBILNOM APLIKACIJOM

Računalo radi s aplikacijom FitShow. Započnite trening i uživajte u novim mogućnostima:

- Preuzmite aplikaciju.
- Uključite Bluetooth na svom mobilnom uređaju.
- Uključite aplikaciju i odaberite svoj ZIPRO uređaj s kojim se želite povezati.
- Kada se ZIPRO poveže s aplikacijom, isključit će se računalo i njegov zaslon će se ugasiti.

Od sada upravljate ZIPRO uređajem putem svog mobilnog uređaja.

1. ZAGRIJAVANJE

Ovo je faza koja poboljšava cirkulaciju krvi u cijelom tijelu i priprema mišiće za povećani napor. Također smanjuje rizik od nastanka grčeva i 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 površinu sa savijenim nogama i koljenima usmjerenim prema van. Spojite tabane i približite ih što je moguće bliže. Lagano pritisnite koljena usmjeravajući ih prema podlozi i izdržite u tom položaju 15 sekundi.

ISTEZANJE BEDARA

Sjednite na ravnu površinu. 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 postupak s lijevom nogom.

OKRETI GLAVE

Držite glavu uspravno gledajući ravno ispred sebe. Ne pomičući ramena, okrenite je udesno i ispravite, a zatim okrenite ulijevo i ispravite.

PODIZANJE RUKU

Podignite što je više moguće lijevu ruku prema gore i izdržite nekoliko sekundi. Ponovite postupak s desnom rukom.

ISTEZANJE AHIOLOVE TETIVE

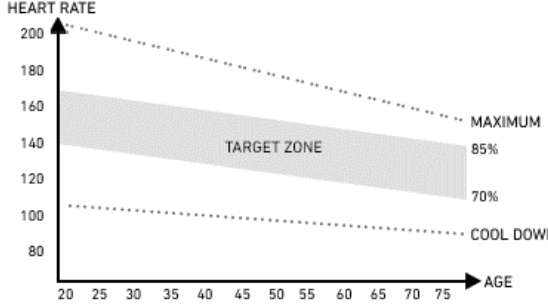
Stanite licem prema zidu, lijevu nogu ispružite prema naprijed i lagano savijte u koljenu. Desnu držite iza – ispruženu, s petom položenom ravno na podlozi. Držite obje pete ravno na podlozi i pritišćite kukove prema zidu. Ostanite u tom položaju 30 sekundi. Ponovite postupak s ispruženom desnom nogom. Zapamtite da tijekom vježbe ne savijate leđa u luk.

PRETKLONI

Stanite sa spojenim nogama. Izvedite pretklon pokušavajući što više približiti prsa koljenima. Izdržite 15 sekundi. Zapamtite da ne savijate koljena.

2. FAZA VJEŽBANJA

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, ne smijete preopteretiti mišiće.

MOGUĆA OŠTEĆENJA I TEHNIKE POPRAVKA

PAŽNJA! Otvaranje kućišta uređaja bez prethodnog kontaktiranja servisa proizvođača poništava jamstvo. U slučaju sumnje na kvar koji zahtijeva otvaranje kućišta, obratite se servisu proizvođača.

OPIS GREŠKE	MOGUĆI UZROCI	RJEŠENJE PROBLEMA

Problem sa sigurnosnim ključem	Sigurnosni ključ nije priključen. Računalo je oštećeno.	Ispravno priključite sigurnosni ključ. Obratite se servisu proizvođača.
E01 NNeispravn komunikacija između monitora i elektroničkog upravljačkog sklopa	Komunikacijska linija monitora je neispravno spojena, oštećena ili ima slab kontakt. Monitor nema izlazni signal.	Ponovno spojite komunikacijsku liniju Obratite se servisu proizvođača.

	Donja upravljačka ploča nema izlazni signal.	Obratite se servisu proizvođača.
E02 Neispravno otkrivanje napona između donje upravljačke ploče i motora	Kabel motora je neispravno spojen. Donja upravljačka ploča ne napaja motor naponom ili je izlazni napon neispravan. Motor je oštećen.	Provjerite je li kabel motora pravilno spojen. Obratite se servisu proizvođača. Obratite se servisu proizvođača.
E03 Donja upravljačka ploča detektira neispravnu brzinu.	Kvar PWM upravljačkog kruga donje upravljačke ploče	Obratite se servisu proizvođača.
E04 Informacije o zaštiti od prenapona motora donje upravljačke ploče	Opterećenje trake za trčanje premašuje nazivni radni napon motora. Motor trake za trčanje je neispravan. Kvar kruga za detekciju prenapona motora na donjoj upravljačkoj ploči.	Preporučuje se korištenje u rasponu nazivnog radnog napona motora Zamijenite motor. Obratite se servisu proizvođača. Obratite se servisu proizvođača..
E05 Informacije o zaštiti od prekomjerne struje motora donje upravljačke ploče	Opterećenje trake za trčanje premašuje nazivnu radnu struju motora.	Preporučuje se da bude u rasponu nazivne radne struje motora
	Postoji problem sa strukturom montaže trake za trčanje i motora, što uzrokuje otpor ili blokadu motora.	Provjerite je li struktura trake za trčanje normalna
	Kvar sustava za ograničavanje struje donje upravljačke ploče	Obratite se servisu proizvođača.
E07 B Sigurnosna brava nije pravilno postavljena	Odspojen sigurnosni magnet. Kvar sustava za nadzor sigurnosne brave	Molimo postavite sigurnosnu bravu na označeno mjesto elektroničkog sata. Obratite se servisu proizvođača.
Uređaj ne radi	Nema napajanja Odspojen sigurnosni ključ Kratki spoj Prekidač ON/OFF nije uključen	Priključite uređaj na napajanje. 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 preslabo 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 području Republike Hrvatske u trajanju od 24 mjeseca od datuma prodaje. Jamstvo na prodanu robu ne isključuje, ne ograničava niti suspendira prava Kupca koja proizlaze iz Zakona o zaštiti potrošača.

Jamstveni list se nalazi na zadnjoj stranici.

UVJETI JAMSTVA

1. Reklamacije i jamstvo pokrivaju isključivo skrivene nedostatke nastale krivnjom proizvođača.
2. Jamstvo će se uvažiti u trgovini ili servisu nakon što klijent predoči:
 - a. važeći, čitko i ispravno ispunjen jamstveni list s pečatom prodaje i potpisom prodavača,
 - b. važeći dokaz o kupnji opreme s datumom prodaje, reklamiranu robu ili neispravan dio.
 - c. 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 kvara od strane Klijenta.
4. Tvornički nedostaci i oštećenja otkrivena tijekom jamstvenog roka bit će popravljena besplatno u roku ne duljem od 21 dana od datuma dostave robe u trgovinu ili servis.
5. U slučaju potrebe za uvozom dijelova, razdoblje provedbe jamstvenog popravka može se produžiti 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 uslijed nepravilne uporabe i skladištenja, nepravilne montaže i održavanja,
 - c. oštećenja i potrošnju potrošnih dijelova kao što su: sajle, remeni, gumeni elementi, pedale, ručke od spužve, kotačići, ležajevi, presvlake.
 - d. radnje vezane uz montažu, održavanje, koje je korisnik dužan obaviti samostalno prema uputama za uporabu.
7. Jamstvo se ne primjenjuje u sljedećim slučajevima:
 - a. isteka roka valjanosti,
 - b. izvršenja samostalnih popravaka i preinaka od strane klijenta korištenjem neoriginalnih dijelova,
 - c. kada je kvar nastao zbog nepravilne instalacije ili zbog nepridržavanja načela pravilnog korištenja opisanih u uputama za uporabu,
 - d. korištenja drugačijeg od kućnog korištenja,
 - e. oštećenja nastalih tijekom transporta.
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. Predočiti proizvod ili njegov dio na koji se odnosi jamstvo.
 - b. Dokaz o kupnji koji određuje 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, o trošku kupca i uz njegovu pisanu suglasnost, izvršiti čišćenje.
11. U slučaju pozitivnog rješenja reklamacije, uređaj će biti popravljen ili zamijenjen novim, ili će kupcu biti vraćen novac. Troškove transporta robe do kupca pokriva servis proizvođača.
12. U slučaju odbijanja jamstvene reklamacije, kupac će dobiti detaljno obrazloženje donesene odluke, a u roku od 14 dana od trenutka donošenja odluke, uređaj će biti poslan natrag kupcu o njegovom trošku.

TR Kullanım Kılavuzu

Değerli Kullanıcı,
Montaja başlamadan önce aşağıdaki talimatları okuyunuz
ve cihazı ilk kez kullanmadan önce. Bu kılavuz, ekipmanın güvenli kullanımı ve
bakımı hakkında önemli bilgiler içermektedir. Bakım veya yedek parça siparişi ile
ilgili bilgilere başvurmak için saklayın.

TEKNİK ÖZELLİKLER

Güç kaynağı	220V
Maksimum güç	2610 W
Ağırlık	69 kg
Çalışma sıcaklığı	0°C ila +40°C
Depolama sıcaklığı	-10°C ila +60°C
Maksimum kullanıcı ağırlığı	140 kg
Uygulama sınıfı	H Sınıfı
Hassasiyet sınıfı	C Sınıfı
Hız	1-20 km/sa
Eğim	20 seviye
Ürün standardı (ana)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Amaç	Ev kullanımı için elektrikli koşu bandı

GÜVENLİK

DİKKAT! Cihaz yalnızca amacına uygun olarak, yani yetiştirkinler tarafından egzersiz yapmak için kullanılabilir. Diğer her türlü kullanım cihaz için tehlikeli olabilir. Üretici, cihazın yanlış kullanımından kaynaklanan hasarlardan sorumlu tutulamaz.

- Cihaz tasarlanmış ve inşa edilmiştir en son güvenlik bilgisine dayanmaktadır. Potansiyel olarak yaralanma tehlikesi oluşturabilecek tehlikeli unsurlar ortadan kaldırılmış veya nispeten güvene altına alınmıştır.
- Kendi başına onarım ve değişikliklere izin verilmez.
- Ayda bir veya iki kez vidaların, civataların ve somunların 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. Cihazdaki değişiklikler yalnızca üreticinin servis personeli veya bu konuda eğitilmiş kişiler tarafından yapılabilir.
- 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 lütfen uzman bir satış noktasına başvurun.

DİKKAT! Genel hükümlere uyun ve elektrikli cihazların kullanımını için geçerli olan güvenlik önlemleri.

- Cihaz 2 şebeke voltajıyla çalışır220V.**
- Tüm elektrikli cihazlar çalışırken elektromanyetik radyasyon yayar. Elektronik kontrol sisteminin veya kokpitin yakınına bu tür radyasyon yayan başka cihazlar (örneğin, cep telefonları) yerleştirilirse, bazı değerler (örneğin, 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 temizliğe başlamadan önce güç kablosunu prizden çektiğinizden emin olun.
- Cihazı bağlamak için uzatma kabloları kullanmayın.
- Ekipmanı uzun süre kullanmayacaksanız, güç kablosunu prizden çekin.
- Elektrik kablosunun sıkışmadığından ve konumunun takılma riskine neden olmadığından emin olun.

TOPRAKLAMA

Topraklama elektrik çarpması riskine karşı koruma sağlar. Cihazın topraklamalı bir kablosu ve fişi vardır. Fiş, doğru şekilde kurulmuş ve uygun şekilde topraklanmış bir prize takılmalıdır.

TEHLİKE! Kablonun yanlış bağlanması elektrik çarpması riskine neden olabilir.

- Cihazı güç kaynağına bağlamadan önce, yerel voltajın fiş tipine uygun olduğundan emin olun.
- Fiş prize uymuyorsa fişi değiştirmeyin.

Bu durumda, kalifiye bir elektrikçiye başka bir priz takırın.

DİKKAT! Ekipmanı kullanırken yakında bulunan kişiler olası tehlikelere karşı uyarılmalıdır. Çocukların yanında özellikle dikkatli olun.

DİKKAT! Egzersize başlamadan önce bir doktora danışın cihazda egzersiz yapmanıza engel olacak herhangi bir sağlık sorununuz olmadığından emin olmak için. Temel alınarak uzman görüşüne göre egzersiz planınızı geliştirebilirsiniz. Yanlış seçilmiş bir program veya aşırı egzersiz sağlığınız ve yaşamınız için tehlikeli olabilir.

UYARI! Kalp atış hızı izleme sistemleri yanlış olabilir. Egzersiz sırasında aşırı yorgunluk ciddi yaralanmalara veya ölüme yol açabilir. Kendinizi güçsüz 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 yerleştirmeyin.
- Ekipmanın yakın mesafede kullanılması yasaktır duvardan. Güvenlik alanı 2000 mm'dir ve en az şu genişliktedir: cihaz..

DİKKAT! Cihazı monte ederken dikkatli olun ve çocukların yakınında bulunmasına izin vermeyin. Montaj sırasında yutulabilen küçük parçalar (somunlar, vidalar vb.) kullanılır.

KALINTI RİSKİ

- Düşmeye karşı koruma uygulanmazsa veya uygulanırsa ancak yanlış uygulanırsa, cilt sıyrıklarına, morarmalara, kırıklara veya en kötü durumda ölüme neden olan bir kişinin düşmesi olan kalıntı riski vardır.
- Yanlış kullanım veya yanlış değerlendirme ve ayrıca 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 bir 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.
- Kalıntı boğulma riski göz ardı edilemez.
- Risk, aşağıdaki bilgilere uyularak azaltılabilir: kullanım kılavuzunda yer alan güvenlik hakkında.
- Kasıtsız veya yetkisiz kullanımın, dikkate alınmayan başka risklere neden olabileceği göz ardı edilemez, ve dikkate alınan risk yanlış tahmin edildi.

Risk analizinde, değerlendirme "cihazın mevcut durumu" temelinde yapıldı. Gerçekleştirilen değerlendirme ve ürün denetimi şunu göstermektedir: kabul edilemez bir riskin ortaya çıkma olasılığı çok düşüktür. Cihaz (yapısı, çalışma şekli ve uygulaması) - normal koşullar altında - egzersiz yapan kişi veya üçüncü şahıslar için haksız bir risk oluşturmaz.

NAKLİYE AMBALAJLARINDAKİ TAŞIMA İŞARETLERİ

Bu tarafı yukarı. Devirmeyin.



Düşmeye karşı koruyun.



Geri dönüştürülebilir ambalaj.



Elektro atıklar. Kullanılmış ekipmanın bir geri dönüşüm noktasına iade edilmesi gereklidir.



Dikkatli olun, kırılabilir. Hasar olasılığı. Dikkatli olun.



Nemden koruyun.



Dikkat ağır ürün.



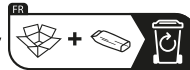
Ürün kullanım kılavuzu içerir.



DO NOT USE BLADE TO OPEN



Bıçakla açmayın.



Ambalaj karton ve plastikten yapılmıştır. Lütfen atıkları yerel kurallara göre atın.



Ambalaj karton ve plastikten yapılmıştır. Lütfen atıkları yerel kurallara göre atın.



Ambalaj kartondan yapılmıştır.



Ambalaj, çevre sorumluluğu ve geri dönüşüm dikkate alınarak üretilmiştir. Lütfen atıkları yerel kurallara göre atın.

5

Saklayın maksimum 5 katmanlarda.

KULLANIM

Eğitime başlamadan önce, cihazın doğru şekilde monte edildiğinden emin olun.

- İlk eğitime başlamadan önce tanışın cihazın tüm fonksiyonları ve ayar imkanları ile.
- Cihaz, maruz kalabilecek parçalara sahiptir korozyona. Bu nedenle, nemli bir odada bırakılması tavsiye edilmez. Ayrıca, ekipmanın (özellikle iç ve elektronik parçaları) su, içecekler, ter vb. ile temas etmemesine dikkat edilmelidir.
- Cihaz yalnızca yetişkinler tarafından egzersiz yapmak için tasarlanmıştır ve kesinlikle çocuklar için bir oyuncak değildir. Çocukların kendi sorumluluğunuzda kullanmasına izin verirsiniz, onlara doğru kullanım konusunda mutlaka talimat verin ve sürekli denetleyin.
- Ekipman terapötik amaçlar için uygun değildir.
- Cihaz çalışırken, volan kütlesinin atalet hareketi sırasında yapının türünden kaynaklanan sessiz gürültüler olabilir. Bunların hiçbir etkisi yoktur ekipmanın çalışması üzerinde.
- Yük altındaki gürültü emisyonu, yüksüz duruma göre daha yüksektir.
- Her antrenmana başlamadan önce, güvenlik cihazlarının ve vida ve fiş bağlantılarının doğruluğunu kontrol edin.
- Cihazda egzersiz yaparken uygun ayakkabıları (spor ayakkabıları) unutmayın.

BAKIM

Koşu bandının kullanımının maksimum güvenliğini 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 doğrudan güneş ışığına maruz bırakmayın.

DİKKAT! Bakıma başlamadan önce daima koşu bandını kapatın ve güç kaynağından ayırın.

TEMİZLİK

Cihazın düzenli olarak temizlenmesi, ömrünü uzatacak ve yüksek performansını koruyacaktır.

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.

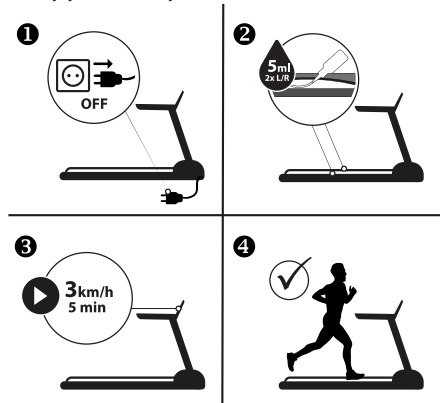
MOTORUN TEMİZLENMESİ

En az yılda bir kez motordaki tozu temizleyin. Bunu yapmak için önce koşu bandının fişini çekin ve yaklaşık 1 saat bekleddikten sonra motor kapağını çıkarın. Basınçlı hava veya bir fırça kullanarak biriken tozu dikkatlice temizleyin. Motor kapağını yeniden taktıktan ve güç kaynağına bağladıktan sonra koşu bandını çalıştırabilirsiniz.

KOŞU BANDININ YAĞLANMASI

Koşu bandının yağlanma sıklığı, kullanım yoğunluğuna bağlıdır. Cihaz haftada 5 saatten fazla çalışıyorsa, 2-3 ayda bir yağlanması önerilir. Koşu bandının daha az yoğun kullanılması durumunda, 7-8 ayda bir yağlanmalıdır.

- Koşu bandını yağlamaya başlamadan önce koşu bandını kapatın ve fişini çekin.
- Koşu bandının altına her iki taraftan yaklaşık 5 ml yağ uygulayın. En çok, ayakların koşu sırasında bantla temas ettiği yerlerde kullanın.
3. Koşu bandını düşük hızda (örn. 3 km/sa) çalıştırın ve yağın tüm bant uzunluğu boyunca eşit olarak yayılmasını bekleyin.

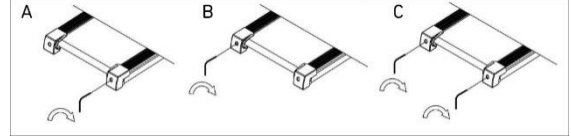
**BANT GERGİNLİĞİNİN AYARLANMASI**

Koşu bandı, koşu bandının sürekli kullanımı nedeniyle gerginliğe ihtiyaç duyabilir. Bant, egzersiz sırasında kaymaya, yanlara doğru kaymaya veya kıvrılmaya başladığında gerilmesi gerekir.

Çok gevşek gerilmiş bir bant, motor çalışırken durabilir.

Koşu bandını düz bir yüzeye yerleştirin. Koşu bandını yaklaşık 6-8 km/sa hızda çalıştırın, koşu bandının sapma derecesini gözlemleyin.

- Bant çok fazla gerilmemelidir, çünkü motor, mil veya yataklar gibi arızalara neden olabilir.
- Doğru şekilde gerilmiş bir bant, kenarlarından yaklaşık 5-7,5 cm yüksekliğe kadar kaldırılabilir. Bunu kontrol etmek çok kolaydır - altına 3 parmak sığdığında doğru şekilde gerilmiştir.

**BANT GERGİNLİĞİNİN ARTIRILMASI**

Parça setinde özel bir anahtar bulacaksınız. Bunu koşu bandının arka kısmında bulunan bant ayar vidasının soluna yerleştirin. Anahtarı saat yönünde 90 derece çevirin (şekil C).

Bu şekilde arka silindiri gerginleştirecek ve bant gerginliğini artıracaksınız. Sağdaki vidayı çevirerek işlemi tekrarlayın. Vidaları eşit şekilde çevirmeye dikkat edin.

Bant doğru şekilde gerilene kadar her iki vida için de işlemleri tekrarlayın.

BANT GERGİNLİĞİNİN AZALTILMASI

Bant gerginliğini azaltmak için artırıncı gibi devam edin. Anahtarı saat yönünün tersine çevirin.

KOŞU BANDININ ORTALANMASI

Farklı koşu stilleri (çoğunlukla bir bacağa aktarılan daha fazla yük) nedeniyle bant yana doğru kayabilir ve ortalanmayabilir. Bu nedenle, bantın zaman zaman ayarlanması gerekebilir.

Bant, koşu bandı çalışırken kendiliğinden ortalanmalıdır. Sağa veya sola doğru kaydığında ayarlanması gerekir.

Koşu bandını çalıştırın ve düşük bir hız (örn. 3 km/sa) ayarlayın. Kontrol edin bantın hangi yöne kaydığını.

- Bant sağa doğru kayıyorsa, anahtarı sağdaki ayar vidasına yerleştirin. Anahtarı saat yönünde 90 derece çevirin (şekil A). Bantın ortalanıp ortalanmadığını gözlemleyin. Hala sağa doğru kayıyorsa, vidayı tekrar 90 derece çevirin.
- Bant sola doğru kayıyorsa, aynı şekilde devam edin yukarıdaki durumda olduğu gibi, ancak soldaki vidayı çevirin (şekil B).

ÇEVRE

Cihaz, nakliye sırasında olası hasarlara karşı koruma sağlamak için ambalajında teslim edilir. Ambalajlar işlenmemiş hammaddelerdir ve geri dönüştürülebilir. Bu malzemeleri seçici toplama için tasarlanmış uygun renkli kaplara atın.

Çevreyi koruyun ve kullanılmış pilleri evsel atık kutusuna atmayın. Bunları satın aldığınız yere iade edin veya ayrı bir geri dönüşüm depolama noktasına gönderin.

Kullanılmış elektrikli cihazlar (sayaç, güç kaynağı dahil) geri dönüştürülebilir hammaddelerdir - sağlığa ve çevreye zararlı maddeler içerebileceğinden bunları evsel atık kutularına atmayın. Lütfen tutumlu olmaya aktif olarak yardım edin gDoğal

kaynakların yönetimi ve doğal çevrenin korunması amacıyla, kullanılmış cihazın geri dönüşüm merkezine - kullanılmış elektrikli cihazlar- teslim edilmesi.

MONTAJ

Cihazın montajı dikkatlice bir yetişkin tarafından yapılmalıdır. Şüphelenirseniz, birinden yardım isteyin bu konuda daha fazla deneyime sahip birinden.

- Montaja başlamadan önce, setin cihazla birlikte tüm parçaları içerdiğinden emin olun parça listesi ve taşıma sırasında herhangi bir parçanın hasar görüp görmediğini kontrol edin. Parça eksikliği veya itirazınız varsa, iletişime geçin satıcı ile.
- Çizimleri ve açıklamaları inceleyin ve montajı içindeki sıraya göre yapın montaj kılavuzu.
- Montaj sırasında dikkatli olun. Kullanım sırasında alet ve parçaların kullanılması yaralanma riskini taşır.
- 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 kılavuzu çizimlerde gösterilmiştir ve açıklamalarda. İçinde belirtilen parçaları kullanın montaj kılavuzu.
- Montajın ilk aşamalarında parçaları sonuna kadar sıkmayın. Her şey yerleştirildikten ve doğru şekilde oturduğundan emin olduktan sonra sıkın.
- Üretici, bazı parçaların ön montajını yapma hakkını saklı tutar.

MONTAJ ŞEMASI (→ Sayfaya bakın 2)

DİKKAT! Üretici dışındaki kaynaklardan gelen parçaların kullanılması yasaktır.

PARÇA LİSTESİ

Parçaların tam listesi serwis@zipro.pl ile iletişime geçildikten sonra veya Zipro.store sitesinde ürün açıklamasında mevcuttur.

NO	AÇIKLAMA	ADET
1	Ana çerçeve	1
2	Taban	1
4	Sol/Sağ direk	2
5	Monitör çerçevesi	1
12	Anahtar 6# 55*95mm	1
21	LSol Direk kapağı Direk kapağı	1
22	Sağ direk kapağı	1
28	Cihazlar için taban	1
55	Güvenlik kilidi, çift düz soket	1
64	Vida M8*35 S6	2
68	Vida M8*15 S6	2
69	Vida ST4.2*16	6
76	Vida M8*50 25 S6	6
88	Silikon yağı	1

MONTAJ TALİMATLARI (→ Bkz. sayfa 2)

DİKKAT! Montaj sırasında aşağıdaki adımlara uyun ve ürünle birlikte verilen araçları kullanın. Cihazı monte etmek için yeterli boş alan hazırlayın. Bazı parçaların ağırlığı nedeniyle montajın iki kişi tarafından yapılması önerilir.

KURULUM VE SÖKME TALİMATLARI (→ Bkz. sayfa 6)

CİHAZIN KURULUMU

DİKKAT! Kurulumu başlamadan önce tüm vidaların sıkıldığından emin olun. DİKKAT! Montaj sırasında ellerinize ve parmaklarınıza dikkat edin, sıkışmamlarına özen gösterin.

Katlama mekanizmasının kilitleme sesini duyana kadar cihazın koşu bandını dikey konuma kaldırm.

CİHAZIN SÖKÜLMESİ

DİKKAT! Koşu bandını indirirken yakınında üçüncü şahısların olmadığından emin olun ve hayvanlar.

Koşu bandını tutarak, katlama mekanizmasının kilidini ayağınızla açın (okla gösterilir). Platformu ana çerçeve korkuluğunun yüksekliğine kadar indirin. Bu yükseklikten sonra bant kendiliğinden yere doğru inecektir.

AYARLAR

Cihazın Düzeltilmesi

Ön ve arka tabanda bulunan dengeleme ayaklarını sökerek veya sıkarak cihazı dengeleyin.

BİLGİSAYAR KULLANIM TALİMATLARI

BAŞLANGIÇ

İçinde 3 saniye içinde tuşuna basıldıktan sonra **BAŞLAT** cihaz çalışmaya başlayacaktır.

ENERJİ TASARRUFU FONKSİYONU

Koşu bandı bilgisayarı, 10 dakika içinde herhangi bir işlem yapılmazsa otomatik olarak enerji tasarrufu moduna geçecektir. Sistemi yeniden başlatmak için herhangi bir tuşa basın.

CİHAZIN ACİL DURDURULMASI

DİKKAT! Güvenlik anahtarı her antrenman sırasında gıysilerinize takılmalıdır. Sadece acil durumlarda kullanılmalıdır, normal bir durdurma düğmesi olarak kullanılmamalıdır.

Yanlış takılmış bir güvenlik anahtarı, koşu bandının çalışmasını engeller.

Koşu bandını kullanmadan önce sistemin doğru çalıştığını kontrol edin. İpi çekerek güvenlik anahtarını çıkarın. Anahtar çıkarıldıktan sonra koşu bandı çalışma hızından kaynaklanan bir gecikmeyle duracak ve koşu bandı kaldırma sistemi de durdurulacaktır. Durma, kısa bir sesli alarm ile belirtilecektir. Ekranda tüm pencereler "----" gösterecektir.

Güvenlik anahtarı yeniden takıldıktan sonra cihaz sıfırlanacaktır.

PROGRAMLAR

Bilgisayar, manuel ayar için 3 kullanıcı programı ile donatılmıştır, 24 hafızada kayıtlı otomatik program, 3 geri sayım modu (zaman, kalori, mesafe) ve vücut yağı ölçüm fonksiyonu (Body Fat).

TUŞLARIN AÇIKLAMASI

- START** – koşu bandını manuel modda veya seçilen programda başlatmak için kullanılır.
- STOP** – çalışan koşu bandını durdurmak için kullanılır. Basıldıktan sonra ayarlar da sıfırlanacaktır. Cihaz yeniden başlatıldığında manuel modda çalışmaya başlayacaktır.
- PROGRAM** - otomatik egzersiz programını seçmek için kullanılır (P1-P24), kullanıcı programı (U1-U3) veya koşu bandını çalıştırmadan önce Vücut Yağı fonksiyonunu kullanın.
- MODE** – geri sayım modunu seçmenizi sağlar: zaman, mesafe veya kalori
- SPEED** – tuşları hızı ayarlamana (artırmanıza ve azaltmanıza) olanak tanır, 0,1 km/sa adımlarla. Düğmeler bilgisayar konsolunda ve korkuluklarda bulunur.
- HIZLI SEÇİM HIZ DÜĞMELERİ** – doğrudan hız seçimi yapmanızı sağlar(5,10).
- INCLINE** – tuşları, antrenman sırasında koşu bandının eğimini her seferinde 1 seviye (artırma ve azaltma) ayarlamana olanak tanır. Düğmeler bilgisayar konsolunda ve korkuluklarda bulunur.
- HIZLI SEÇİM EĞİM AÇISI DÜĞMELERİ** – antrenman sırasında koşu bandının eğim açısını doğrudan seçmenizi sağlar (5,10).

FONKSİYONLAR (ÖZELLİKLER)

SPEED	Mevcut hızı gösterir.	1-20 km/sa
TIME	Egzersizlerin başlangıcından bitişine kadar toplam süreyi sayar.	00:00-99:59 dk
INCLINE	Koşu bandının mevcut eğim seviyesini gösterir.	0-20 seviyeleri
CALORIES	Egzersizlerin başlangıcından bitişine kadar yakılan toplam kalori sayısını sayar. (Ölçüm, farklı egzersiz seanslarını karşılaştırmak amacıyla yaklaşık değerdedir, tedavi amaçlı kullanılamaz).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Egzersizlerin başlangıcından bitişine kadar toplam mesafeyi sayar.	0,0-99,9 km
PULSE	Mevcut nabızı gösterir.	50-200 BPM

DİKKAT! Nabız ölçümü yalnızca sportif amaçlar içindir (tıbbi kullanım hariçtir).

NABIZ ÖLÇÜM FONKSİYONU

Koşu bandını çalıştırdıktan sonra, her iki elinizi de nabız ölçüm sensörlerinde tutun. 30 saniye sonra ekranda mevcut nabızınız görünecektir. Ölçüm sırasında bilgisayar, kalp şeklinde bir simge görüntüler.

DİKKAT! Nabız ölçümü yalnızca sportif amaçlar içindir (tıbbi kullanım hariçtir).

MANUEL PROGRAM

Manuel program, cihazın varsayılan çalışma modudur. Koşu bandı, basıldığında bu modda çalışmaya başlar **START**, herhangi bir egzersiz programı seçilmediğinde.

- Manuel modda varsayılan hız 1 km/sa.
- Bandın varsayılan eğim açısı 0'dır.
- Koşu bandının hız ve eğim açısı ayarı, bilgisayar ve korkuluk üzerindeki düğmeler kullanılarak değiştirilebilir.

EGZERSİZ PROGRAMLARI

Şunlardan birini seçin: 24 düğmesine basarak otomatik egzersiz programları

PROGRAM ekranda uygun numara görüne kadar.

- Uygun program görüntülediğinde, düğmesine basın **MODE**. Seçildikten sonra pencerede "30:00" değeri görünecek ve yanıp sönecektir. Program egzersiz süresi ayarları düğmelerle yapılabilir **SPEED +/-** .
- Ayarlanan egzersiz süresi orantılı olarak bölünür 16 aşamalar. Tablo, her egzersiz programı için aşamaların ve bunlara karşılık gelen hız ve eğim açısının bir listesini gösterir. → [Bkz. sayfa 117](#).
- Programı başlatmak için basın **START**.

KULLANICI PROGRAMLARI

Bilgisayar, bireysel tanımlama için 3 kullanıcı programı ile donatılmıştır: U1, U2, U3.

KULLANICI PROGRAMINI AYARLAMA

- Bekleme modunda, düğmeye basın **PROGRAM**, bir kullanıcı programı seçmek için. Panelde sırayla otomatik programların numaraları ve ardından kullanıcı programları görüntülenecektir.
- Doğru program görüntülediğinde, basın **MODE**, programın ilk bölümünü düzenlemeye başlamak için. 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 şunlardan oluşur: 16 bölüm. Tüm bölümlerin parametreleri ayarlanana kadar yukarıdaki adımları tekrarlayın. Programlar, bir sonraki düzenlemeye kadar bilgisayarın belleğinde saklanacaktır. Elektrik kesintisi nedeniyle veriler kaybolmayacaktır.

KULLANICI PROGRAMINI ÇALIŞTIRMA

- Bekleme modunda, düğmeye basın **PROGRAM**, bir kullanıcı programı seçmek için. Seçildikten sonra, pencerede "30:00" değeri görüntülenecek ve yanıp sönecektir. Düğmeleri kullanın **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** egzersiz süresini ayarlamak için. Ayarlanan egzersiz süresi orantılı olarak bölünür 16 aşama.
- Programa başlamak için basın **START**.

GERİ SAYIM MODU

Düğmeye basarak 3 geri sayım modundan birini seçin **MODE**.

- Geri sayım değerini ayarlamak için düğmeleri kullanın **SPEED +/-** , **INCLINE +/-**.
- Koşu bandı başlayacak ve geri sayım düğmesine basıldıktan sonra başlayacaktır **START**.

GERİ SAYIM PARAMETRELERİ:

- SÜRE:** geri sayımın başlangıç değeri 30 dakikadır. Bilgisayar 5-99 dakika arasında (1 dakika aralıklarla) zaman ayarlamana olanak tanır.
- KALORİ:** geri sayımın başlangıç değeri 50 kcal'dir. Bilgisayar 20-99 arasında kalori ayarlamana olanak tanır0 kcal (10 kcal aralıklarla).
- MESAFE:** geri sayımın başlangıç değeri 1 km'dir. Bilgisayar 1,0-99 arasında mesafe ayarlamana olanak tanır,0 km (1 km aralıklarla).

YAĞ DOKUSU ÖLÇÜM FONKSİYONU (BODY FAT)

Düğmesine basın **PROGRAM**, ekranda "FAT" görüne kadar.

Kullanın **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 - kilo (weight) – değerler 20-140 kg

Düğmeleri kullanın **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** parametre değerlerini ayarlamak için. Parametreleri seçtikten sonra ekranda F5 görünecektir. Her iki elinizi de nabız ölçüm sensörlerine koyun, 5-6 saniye sonra bilgisayar FAT bilgisini gösterecektir. FAT, vücut oranlarını değil, boy ve kilo arasındaki ilişkili ölçmeyi amaçlar. Doğru sonuç arasında olmalıdır 19-26. Altındaki değer 19 zayıflık anlamına gelir, 27-30 - fazla kilolu ve üzeri 30 - obezite.

DİKKAT! Elde edilen sonuçlar hiçbir şekilde tedavi temeli olamaz veya tıbbi amaçlarla dikkate alınmaz.

EĞİTİM VE EGZERSİZ AŞAMALARI

Cihazı kullanmak size birçok fayda sağlayacaktır. Her şeyden önce, kondisyonunuzu iyileştirecek, kaslarınızı güçlendirecek ve kombinasyon halinde uygun bir diyetle gereksiz vücut yağını yakmanıza izin verecektir.

MOBİL UYGULAMA İLE BLUETOOTH BAĞLANTISI

Bilgisayar FitShow uygulamasıyla çalışır.

Egzersize başlayın ve yeni olasılıkların tadını çıkarın:

- Uygulamayı indirin.
- Mobil cihazınızda Bluetooth'u açın.
- Uygulamayı başlatın ve içinden bağlanmak istediğiniz ZIPRO cihazınızı seçin,
- hangi cihaza bağlanmak istiyorsanız onu seçin.
- ZIPRO uygulamaya bağlandığında, kapanma gerçekleşecektir
- bilgisayar kapanacak ve ekranı karacaktır.

Şu andan itibaren ZIPRO'yu mobil cihazınız üzerinden yönetirsiniz.

1. ISINMA

Bu, tüm vücuttaki 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 GERME

Düz bir yüzeye bacaklarınız bükülü ve dizleriniz dışarıya dönük şekilde oturun. Ayak tabanlarınızı birleştirin ve mümkün olduğunca birbirine yaklaştırın. Dizlerinizi nazikçe yere doğru bastırın ve bu pozisyonda 15 saniye bekleyin.

UYLUK GERME

Düz bir yüzeye oturun. Sağ bacağınızı düzeltin ve sol ayağınızın tabanını sağ uyluğunuza yerleştirin. Sağ elinizi uzatın mümkün olduğunca sağ bacağınızın parmaklarına doğru. 15 saniye bekleyin. İşlemi sol bacağınızla tekrarlayın.

KAFA DÖNMELERİ

Başınızı düz tutun ve önünüze bakın. Omuzlarınızı hareket ettirmeden başınızı sağa çevirin ve düzeltin, sonra sola çevirin ve düzeltin.

KOL KALDIRMA

Sol kolunuzu mümkün olduğunca yukarı kaldırın ve birkaç saniye bekleyin. İşlemi sağ kolunuzla tekrarlayın.

AŞİL TENDONU GERME

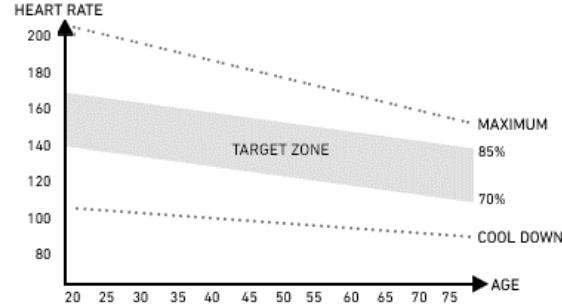
Duvara dönün, sol bacağınızı öne doğru uzatın ve dizinizi hafifçe bükün. Sağ bacağınızı arkada düz tutun, topuğunuz yerde düz olsun. Her iki topuğunuzu da yerde düz tutun ve kalçalarınızı duvara doğru itin. Bu pozisyonu 30 saniye koruyun. İşlemi sağ bacağınızı uzatarak tekrarlayın. Egzersiz sırasında sırtınızı kamburlaştırmamaya dikkat edin.

EĞİLME

Ayaklarınız bitişik şekilde durun. Öne doğru eğilin ve çalışın göğsünüzü dizlerinize mümkün olduğunca yaklaştırın. 15 saniye bekleyin. Dizlerinizi bükmemeye dikkat edin.

2. EGZERSİZ AŞAMASI

Bu, egzersizin doğru aşamasıdır. Grafikte gösterildiği gibi yaşınıza uygun kalp atış hızını elde etmek için kendi hızınızda egzersiz yapın.

**3. RAHATLAMA AŞAMASI**

Bu aşama, dolaşımı sakinleştirmeye ve kasları gevşetmeye yardımcı olur. Bu, ısınma egzersizlerinin tekrarıdır. Bunu unutmamak önemlidir, kasları zorlamamak.

OLASI HASARLAR VE ONARIM TEKNİKLERİ

DİKKAT! Cihazın kasasını üreticinin servisi ile önceden iletişime geçmeden açmak garantiyi geçersiz kılar. Kasanın açılmasını gerektiren bir arıza şüphesi durumunda, üreticinin servisi ile iletişime geçin.

HATA AÇIKLAMASI	OLASI NEDENLER	SORUNUN ÇÖZÜMÜ

Güvenlik anahtarı sorunu	Güvenlik anahtarı takılı değil. Bilgisayar hasarlı.	Güvenlik anahtarını doğru şekilde takın. Üreticinin servisi ile iletişime geçin.
E01 Hatalı iletişim monitör ile elektronik kontrol cihazı arasında	Monitörün iletişim hattı yanlış bağlanmış, hasar görmüş veya zayıf teması var. Monitörün çıkış sinyali yok. Alt kontrol panelinin çıkış sinyali yok.	Lütfen iletişim hattını tekrar bağlayın. Üreticinin servisiyle iletişime geçin. Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
E02 Alt kontrol paneli ile motor arasındaki	Motor kablosu yanlış bağlanmış.	Motor kablosunun doğru bağlanıp bağlanmadığını kontrol edin.

voltajın hatalı algılanması	Alt kontrol paneli motora voltaj vermiyor veya çıkış voltajı hatalı. Motor hasar görmüş.	Üreticinin servisiyle iletişime geçin. Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
E03 Alt kontrol paneli hatalı hız algılıyor.	Alt kontrol kartının PWM kontrol devresi arızası	Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
E04 Alt kontrol panelinin motor aşırı gerilim koruma bilgileri	Koşu bandı yükü, motorun nominal çalışma voltajını aşılıyor. Koşu bandı motoru hatalı. Alt kontrol kartındaki motor aşırı gerilim algılama devresi arızası.	Motorun nominal çalışma voltajı aralığında kullanılması tavsiye edilir. Motoru değiştirin. Üreticinin servisiyle iletişime geçin. Üreticinin servisiyle iletişime geçin..
E05 Alt kontrol panelinin motor aşırı akım koruma bilgileri	Koşu bandı yükü, motorun nominal çalışma akımını aşılıyor.	Motorun nominal çalışma akımı aralığında olması tavsiye edilir
	Koşu bandı ve motor montaj yapısında, motorun direncine veya blokajına neden olan bir sorun var.	Koşu bandı yapısının normal olup olmadığını kontrol edin
	Alt kontrol panelinin akım sınırlama sisteminde arıza	Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
E07 BGüvenlik kilidi doğru yerleştirilmemiş	Güvenlik miknatısı ayrılmış. Güvenlik kilidi izleme sisteminde arıza	Lütfen güvenlik kilidini elektronik saatin belirtilen yerine yerleştirin. Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
Cihaz çalışmıyor	Güç yok Güvenlik anahtarı çıkarılmış Kısa devre Açma/Kapama düğmesi açık değil	Cihazı prize takın. Güvenlik anahtarını takın. Üreticinin servisiyle iletişime geçin. Cihazı açın.
Koşu bandı düzgün çalışmıyor	Koşu bandı yeterince yağlanmamış Koşu bandı çok sıkı gerilmiş	Koşu bandını kullanım kılavuzunda verilen bilgilere göre yağlayın. Koşu bandının konumunu kullanım kılavuzunda verilen bilgilere göre ayarlayın ve hizalayın.
Koşu bandı eğri	Koşu bandı çok gevşek gerilmiş Tahrik kayışı çok gevşek gerilmiş	Koşu bandının konumunu kullanım kılavuzunda verilen bilgilere göre ayarlayın ve hizalayın. Üreticinin servisiyle iletişime geçin.

GARANTİ

Satıcı, Garantör adına, satış tarihinden itibaren 24 ay süreyle Türkiye Cumhuriyeti topraklarında garanti vermektedir. Satılan malın garantisini, Tüketici Hakları Kanunu'ndan kaynaklanan Alıcının haklarını ortadan kaldırmaz, kısıtlamaz veya askıya almaz.

Garanti belgesi son sayfada bulunmaktadır.

GARANTİ ŞARTLARI

1. Şikayet ve garantiye yalnızca üreticinin hatasından kaynaklanan gizli kusurlar tabidir.
2. Garanti, müşteri tarafından aşağıdakilerden sunulması üzerine mağaza veya servis tarafından kabul edilecektir:
 - a. satış damgası ve satıcının imzası ile geçerli, okunaklı ve doğru şekilde doldurulmuş garanti belgesi,
 - b. satış tarihiyle birlikte ekipmanın geçerli satın alma belgesi,
 - c. şikayet edilen mal veya kusurlu parça.
 Uzakdan satın alma durumunda, garanti belgesi yalnızca satın alma belgesine (fatura/fişi) dayanarak geçerlidir.
3. Şikayet, Müşteri tarafından kusurun bildirilmesinden itibaren 14 gün içinde değerlendirilecektir.
4. Garanti süresi içinde ortaya çıkan fabrika hataları ve hasarlar, malın mağazaya veya servise teslim tarihinden itibaren en geç 21 gün içinde ücretsiz olarak onarılacaktır.
5. Parçaların ithal edilmesi gerekiyorsa, garanti onarımının tamamlanma süresi, bunların ithal edilmesi için gereken süre kadar uzayabilir, ancak 40 günü geçemez.
6. Garanti kapsamına girmeyenler:
 - a. mekanik hasarlar ve bunlardan kaynaklanan kusurlar, amaçlanan kullanım ve depolama, yanlış montaj ve bakımdan kaynaklanan hasar ve kusurlar,

- c. kablolar, kayışlar, lastik elemanlar, pedallar, sünger tutamaklar, tekerlekler, rulmanlar, döşemeler gibi sarf malzemelerinin hasar görmesi ve aşınması.
 - d. kullanım kılavuzuna göre kullanıcının kendi başına yapması gereken montaj, bakım ile ilgili faaliyetler.
7. Garanti aşağıdaki durumlarda geçerli değildir:
 - a. geçerlilik süresinin dolması,
 - b. müşteri tarafından orijinal olmayan parçalar kullanılarak bağımsız onarımlar ve modifikasyonlar yapılması,
 - c. arıza hatalı kurulumdan veya kullanım kılavuzunda açıklanan doğru çalışma prensiplerine uyulmamasından kaynaklandığında,
 - d. evsel kullanım dışı kullanım,
 - e. taşıma sırasında oluşan hasarlar.
8. Garanti belgesinin suretleri düzenlenmeyecektir.
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 etmek.
 - b. Satıcının adını ve adresini, satın alma tarihini ve yerini, ürün türünü veya geçerli bir garanti belgesini belirten satın alma belgesi mağaza damgası ile.
 - c. Kirliliğin ürünü teslim edilmesi durumunda, servis ürünü kabul etmeyi reddedebilir veya müşterinin yazılı onayı ile müşterinin masrafları karşılanarak temizlik yapılabilir.
11. Şikayetin kabul edilmesi durumunda, ekipman onarılabilecek veya yenisiyle değiştirilecek veya müşteriye para iadesi yapılacaktır. Müşteriye mal taşıma 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 kendi masrafları ile iade edilecektir.

DA Brugermanual

Bruger:

Læs venligst følgende instruktioner, før du starter monteringen og før du bruger enheden første gang. Denne vejledning indeholder vigtige oplysninger om sikkerhed og vedligeholdelse af udstyret. Opbevar den for at kunne bruge oplysningerne vedrørende vedligeholdelse eller bestilling af reservedele.

TEKNISKE DATA

Strømforsyning	220V
Maksimal effekt	2610 W
Vægt	69 kg
Driftstemperatur	0°C til +40°C
Opbevaringstemperatur	-10°C til +60°C
Maksimal brugervægt	140 kg
Anvendelsesklasse	Klasse H
Nøjagtighedsklasse	Klasse C
Hastighed	1-20 km/t
Hældning	20 niveauer
Produktstandard (hoved)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Anvendelse	Elektrisk løbebånd til hjemmbrug

SIKKERHED

ADVARSEL! Apparatet må kun bruges til det tilsigtede formål, dvs. træning af voksne. Enhver anden brug kan være farlig. Producenten kan ikke holdes ansvarlig for skader, der er 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 personskaade, er blevet elimineret eller relativt sikret.
- Reparationer og ændringer på egen hånd er ikke tilladt.
- Kontroller hver måned eller hver anden måned, om skruer, bolte og møtrikker er spændt korrekt.
- For permanent at sikre sikkerheden skal du regelmæssigt (dvs. en gang om året) kontrollere og vedligeholde udstyret i en specialiseret forretning.
- Alle ændringer af apparatet, der ikke er beskrevet i denne vejledning kan forårsage skade eller direkte true den træendes helbred og liv. Ændringer af apparatet må kun foretages af producentens servicepersonale eller personer, der er uddannet af dem til dette formål.
- Alle apparater er underlagt løbende innovation for at sikre høj kvalitet. Af denne grund forbeholder producenten sig retten til at foretage tekniske ændringer.
- Eventuelle spørgsmål eller bekymringer vedrørende udstyret skal rettes til en specialiseret forretning.

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 andre enheder, der udsender sådan stråling (f.eks. mobiltelefoner), er placeret i nærheden af den elektroniske styreenhed eller cockpittet, kan nogle 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 reparationer, vedligeholdelse eller rengøring af udstyret.
- Brug ikke forlængerledninger til at tilslutte apparatet.
- Hvis du ikke skal bruge udstyret i længere tid, skal du tage stikket ud af stikkontakten.
- Sørg for, at strømkablet ikke er klemmt, og at dets placering ikke udgør en snublerisiko.

JORD

Jordforbindelse beskytter mod risikoen for elektrisk stød. Apparatet har et kabel og et stik med jordforbindelse. Stikket skal tilsluttes en korrekt installeret og korrekt jordnet 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 stiktypen.
- Du må ikke ændre stikket, hvis det ikke passer i stikkontakten.

I så fald skal du lade en kvalificeret elektriker installere en anden stikkontakt.

ADVARSEL! Personer, der opholder sig i nærheden under brugen af udstyret, skal advares om potentielle farer. Vær særlig forsigtig i nærværelse af børn.

ADVARSEL! Konsulter en læge, før du begynder at træne for at sikre, at du ikke har nogen helbredsmaessige kontraindikationer for at træne på apparatet. Baseret på en specialistudtalelse kan du udvikle din træningsplan. Et forkert valgt program eller overdreven træning kan være farligt 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 med at træne.

ADVARSEL! Overhold ubetinget bemærkningerne vedrørende træning i denne vejledning.

- Når du vælger et sted til træning, 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 fra væggen. Sikkerhedszonen er 2000 mm og mindst lige så bred som enheden.

ADVARSEL! Vær forsigtig under installationen af enheden, og lad ikke børn være i nærheden. Under installationen bruges små dele (møtrikker, skruer osv.), som de kan sluge.

RESTRIKO

- I en situation, hvor faldsikringen ikke anvendes, eller hvis den anvendes, men forkert, er der en restri, dvs. et fald af en person, der forårsager hudafskrabninger, blå mærker, brud eller i værste fald død.
- Der er en restri for utilsigtet overbelastning af den træende person forårsaget af forkert betjening eller forkert vurdering samt forkert datatransmission (på grund af elektromagnetisk interferens, softwarefejl osv.). Selv den bedste software- og hardwarebeskyttelse udelukker ikke en software- eller hardwarefejl og kan teoretisk set forårsage overbelastning af den træende person.
- Produktet er en elektrisk enhed, og 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 indeholdt i brugsanvisningen.
- Det kan ikke udelukkes, at utilsigtet eller uautoriseret brug vil medføre andre, ikke-inkluderede risici, og den inkluderede risiko er blevet vurderet forkert.

I risikoanalysen blev vurderingen foretaget på baggrund af "enhedens nuværende tilstand". Den udførte vurdering og kontrol af produktet viser, at sandsynligheden for uacceptabel risiko er meget lav. Enheden (dens konstruktion, driftsmåde og anvendelse) forårsager - under normale forhold - ingen uberettiget risiko for den træende person eller tredjeparter.

HÅNTERINGSMÆRKER PÅ TRANSPORTBALLAGE

- Denne side op. Må ikke vendes.
- Beskyt mod fald.
- Emballage egnet til genbrug.
- Elektronisk affald. Det er nødvendigt at returnere det brugte udstyr til et genbrugssted.
- Forsigtig, skrøbelig. Mulighed for beskadigelse. Udvis forsigtighed.
- Beskyt mod fugt.
- Advarsel tungt produkt.
- Produktet indeholder en brugsanvisning.

DO NOT USE BLADE TO OPEN

Må ikke åbnes med en kniv.



Emballagen er lavet af pap og plastik. Bortskaf affaldet i henhold til lokale regler.



Emballagen er lavet af pap og plastik. Bortskaf affaldet i henhold til lokale regler.



Emballagen er lavet af pap.



Emballagen er produceret under hensyntagen til miljøansvar og genbrug. Bortskaf affaldet i henhold til lokale regler.

BETJENING

Før du starter træningen, skal du sikre dig, at enheden er korrekt installeret.

- Før du starter den første træning, skal du gøre dig bekendt med alle enhedens funktioner og justeringsmuligheder.
- Enheden har elementer, der kan være udsat for korrosion. Af denne grund anbefales det ikke, at den forbliver i et fugtigt rum. Det er også vigtigt at sikre, at udstyret (især dets interne og elektroniske komponenter) 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 i korrekt brug og konstant overvåge dem.
- Udstyret er ikke egnet til terapeutiske formål.
- Under driften af enheden kan der være svage støj fra svinghjulets inertibevægelse, hvilket skyldes typen af konstruktion. De har ingen indflydelse på udstyrets drift.
- Støjemissionen under belastning er højere end uden belastning.
- Før hver træning skal du kontrollere, at sikkerhedsforanstaltningerne og skrue- og stikforbindelserne er korrekte.
- Under træning på enheden skal du huske passende fodtøj (sportssko).

VEDLIGEHOLDELSE

For at sikre maksimal sikkerhed ved brug af løbebåndet anbefales det at kontrollere det regelmæssigt for slid på komponenterne. Dette gælder for kontrol af tilspænding og tilstand af møtrikker, skruer, bevægelige dele, bøsninger osv. Opbevar enheden på et tørt og varmt sted. Udsæt ikke enheden for sollys.

ADVARSEL! Før du påbegynder vedligeholdelse, skal du altid slukke for løbebåndet og frakoble det fra strømforsyningen.

RENGØRING

Regelmæssig rengøring af enheden vil forlænge dens levetid og opretholde dens høje ydeevne.

Brug en blød, fugtig klud til at rengøre løbebåndet. Dette gælder ikke for elektriske komponenter, motor, interne dele - lad ikke vand trænge ind i disse områder. Beskyt løbebåndets overflade (og rummet under det) mod vand.

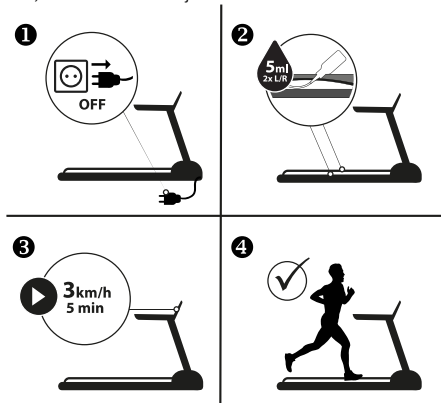
MOTORRENGØRING

Fjern støv fra motoren mindst en gang om året. For at gøre dette skal du først slukke for løbebåndet og frakoble det fra strømforsyningen og efter ca. 1 time fjerne motordækslet. Brug trykluft eller en børste til forsigtigt at fjerne ophobet støv. Efter at have genmonteret motordækslet og tilsluttet strømforsyningen, kan du starte løbebåndet.

SMØRING AF LØBEBÅND

Hyppegheden af smøring af løbebåndet afhænger af intensiteten af dets brug. Hvis enheden er i drift i mere end 5 timer om ugen, anbefales det at smøre den hver 2-3 måned. Ved mindre intensiv brug af løbebåndet skal det smøres en gang hver 7-8 måned.

1. Før du begynder at smøre løbebåndet, skal du slukke for løbebåndet og frakoble det fra strømforsyningen. 2. Påfør smøremiddel under løbebåndet på begge sider med ca. 5 ml. Brug mest i de områder, hvor fødderne er i kontakt med løbebåndet under løb. 3. Start løbebåndet med lav hastighed (f.eks. 3 km/t) og vent, indtil smøremidlet er jævnt fordelt over hele løbebåndets længde.

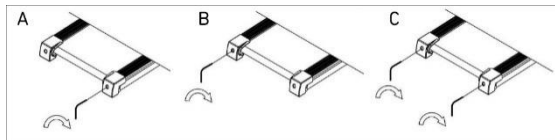
**JUSTERING AF LØBEBÅNDSSPÆNDING**

Løbebåndet kan kræve spænding på grund af konstant brug af løbebåndet. Løbebåndet skal spændes, når det begynder at glide, bevæge sig sidelæns eller folde sig under træning.

Et for løst spændt løbebånd 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.

- Løbebåndet bør ikke spændes for stramt, da det kan forårsage defekter, herunder motor, aksel eller lejer.
- Et korrekt spændt løbebånd kan løftes i dets kanter til en højde på ca. 5-7,5 cm. Det er meget nemt at kontrollere - det er korrekt spændt, når 3 fingre passer under det.

**ØG SPÆNDINGEN PÅ LØBEBÅNDET**

I delesættet finder du en speciel nøgle. Placer den i den venstre skrue til justering af løbebåndet, der er placeret bag på løbebåndet. Drej nøglen 90 grader med uret (figur C).

På denne måde spænder du den bageste rulle og øger løbebåndets spænding. Gentag handlingen ved at dreje skruen på højre side. Sørg for at dreje skrueene ensartet.

Gentag handlingerne for begge skruer, indtil løbebåndet er korrekt spændt.

MINSK SPÆNDINGEN PÅ LØBEBÅNDET

For at mindske løbebåndets spænding skal du gøre som ved at øge det. Drej nøglen mod uret.

CENTRERING AF LØBEBÅNDET

På grund af forskellig løbestil (ofte større belastning på det ene ben) kan løbebåndet bevæge sig sidelæns og ikke være centreret. Af denne grund kan løbebåndet kræve justering fra tid til anden.

Løbebåndet bør automatisk centrere sig selv under løbebåndets drift. Det kræver justering, hvis det bevæger sig mod højre eller venstre side.

Start løbebåndet og indstil dets lave hastighed (f.eks. 3 km/t). Kontrollér i hvilken retning løbebåndet bevæger sig.

- Hvis løbebåndet bevæger sig mod højre, skal du placere nøglen i den højre justeringsskrue. Drej nøglen 90 grader med uret (figur A). Observer, om løbebåndet bliver centreret. Hvis det stadig bevæger sig mod højre, skal du dreje skruen 90 grader igen.
- Hvis løbebåndet bevæger sig mod venstre, skal du gøre det samme som i tilfældet ovenfor, men dreje skruen på venstre side (figur B).

MILJØ

Enheden leveres i emballage for at beskytte mod eventuelle skader under transport. Emballagen er uforarbejdede råmaterialer og kan genbruges. Smid disse materialer i de relevante farvede beholdere beregnet til selektiv indsamlings.



Beskyt miljøet og smid ikke brugte batterier i husholdningsaffaldet. Returner dem til købsstedet eller overfør dem til et separat deponeringssted for genbrugsmaterialer. Brugte elektriske apparater (herunder målere og strømadaptere) er sekundære råmaterialer - kassér dem ikke i husholdningsaffaldet, da de kan indeholde stoffer, der er farlige for sundheden og miljøet. Vi beder om din aktive hjælp til en

ansvarlig brug af naturressourcerne gforvaltning af naturressourcer og beskyttelse af miljøet ved at aflevere den udtjente enhed til et indsamlingssted for genbrugsmaterialer - udtjente elektriske apparater.

MONTERING

Installationen af enheden skal udføres omhyggeligt af en voksen. I tvivlstilfælde skal du bede nogen om hjælp med mere erfaring på dette område.

- Før du starter monteringen, skal du sørge for, at sættet med enheden indeholder alle elementerne fra delelisten og om nogen elementer er blevet beskadiget under transporten. I tilfælde af manglende elementer eller forbehold, kontakt forhandleren.
- Læs tegningerne og forklaringerne, og udfør monteringen i den rækkefølge, der er angivet i monteringsvejledningen.
- Vær forsigtig under monteringen. Under brugen af værktøj og elementer er der risiko for skader.
- Husk at opretholde et sikkert miljø. Spred ikke værktøj og monteringsdele kaotisk. Husk, at folier og poser af plast udgør en risiko for kvælning for børn.
- Monteringsdele, der er nødvendige for at udføre et givet trin i monteringsvejledningen er vist på tegningerne og forklaringer. Brug de elementer, der er angivet i monteringsvejledningen.
- I de første faser af monteringen må du ikke spænde delene helt. Gør det, når du har placeret alle delene og sikret dig, at de er korrekt placeret.
- Producenten forbeholder sig retten til at formontere visse elementer.

MONTERINGSSKEMA (→ Se side 2)

BEMÆRK! Det er forbudt at bruge dele fra andre kilder end producenten.

DELLISTE

En komplet liste over dele er tilgængelig ved at kontakte serwis@zipro.pl eller på zipro.store i produktbeskrivelsen.

NR.	BESKRIVELSE	MÆNGDE
1	Hovedramme	1
2	Base	1
4	Venstre/Højre stolpe	2
5	Monitorramme	1
12	Nøgle 6# 55*95mm	1
21	Venstre dækning af stolpen	1
22	Højre stolpedæksel	1
28	Base til enheder	1
55	Sikkerhedslås, dobbelt fladt stik	1
64	Skrue M8*35 S6	2
68	Skrue M8*15 S6	2
69	Skrue ST4.2*16	6
76	Skrue M8*50 25 S6	6
88	Silikonolie	1

MONTERINGSVEJLEDNING (→ Se side 2)

ADVARSEL! Følg nedenstående trin under installationen og brug det værktøj, der følger med produktet.
Sørg for tilstrækkelig fri plads til at installere enheden. På grund af den store vægt af visse elementer anbefales det at samle dem af to personer.

ISAMLINGS- OG ADSKILLELSESVEJLEDNING (→ Se side 6)

MONTERING AF ENHEDEN

ADVARSEL! Inden du starter monteringen, skal du kontrollere omhyggeligt, at alle skruer er spændt.

ADVARSEL! Vær forsigtig med dine hænder og fingre under samlingen, så de ikke bliver klemte.

Løft enhedens løbebånd til lodret position, indtil du hører låsen på foldemekanismen.

ADSKILLELSE AF ENHEDEN

ADVARSEL! Sørg for, at der ikke er andre personer i umiddelbar nærhed, når du sænker løbebåndet, og dyr.

Hold løbebåndet, og frigør låsen på foldemekanismen med din fod (angivet med en pil). Sænk platformen til højden af hovedrammens gelænder.

Fra denne højde vil bæltet automatisk falde mod jorden.

JUSTERINGER

Nivellering af enheden

Niveller enheden ved at skruer nivelleringsfodderne på for- og bagbasen af.

BRUGSANVISNING TIL COMPUTEREN

START

Inden for 3 sekunder efter at have trykket på knappen **START** vil enheden begynde at arbejde.

STRØMBESPARELSESFUNKTION

Løbebåndcomputeren skifter automatisk til 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 dit tøj under hver træning.

Den bør kun bruges i nødsituationer og bør ikke bruges som en normal stopknap.

En forkert isat 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 forsikelse afhængigt af driftshastigheden, og løbebåndets løftesystem stoppes også. Stoppet 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, 24 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 et valgt program.
- STOP** – bruges til at stoppe løbebåndet. Ved tryk nulstilles indstillingerne også. Når enheden genstartes, starter den i manuel tilstand.
- PROGRAM** – bruges til at vælge et automatisk træningsprogram (P1-P24), brugerprogram (U1-U3) eller Body Fat-funktionen før start af løbebåndet.
- MODE** – giver dig mulighed for at vælge nedtællingstilstand: tid, afstand eller kalorier
- SPEED** – knapperne giver dig mulighed for at justere (øge og mindske) hastigheden med 0,1 km/t. Knapperne er placeret på computerkonsollen og på gelænderne.
- HURTIGVALGKNAPPER FOR HASTIGHED** – giver dig mulighed for at vælge hastighed direkte (5,10).
- INCLINE** – knapperne giver dig mulighed for at justere (øge og mindske) hældningsvinklen på løbebåndet med 1 niveau under træning. Knapperne er placeret på computerkonsollen og på gelænderne.
- HURTIGVALGKNAPPER FOR HÆLDNINGSVINKEL** – giver dig mulighed for at vælge hældningsvinklen på løbebåndet direkte under træning (5,10).

FUNKTIONER (SPECIFIKATION)

SPEED	Viser den aktuelle hastighed.	1-20 km/t
TIME	Tæller den samlede træningstid fra start til slut.	00:00-99:59 min
INCLINE	Viser det aktuelle hældningsniveau på løbebåndet.	0-20 niveauer
KALORIER	Tæller det samlede antal forbrændte kalorier fra start til slut af træningen. (Målingen er omtrentlig for at sammenligne forskellige træningssessioner og bør ikke bruges til behandling).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Tæller den samlede distance fra start til slut af træningen.	0,0-99,9 km
PULSE	Viser den aktuelle puls. ADVARSEL! Pulsmåling kun til sportsformål (udelukker medicinsk anvendelse).	50-200 BPM

FUNKTION TIL PULSMÅLING

Når løbebåndet er startet, skal du holde begge hænder på pulsmålerne. Efter 30 sekunder vises den aktuelle puls på skærmen.

Under målingen viser computeren et hjerteikon.

ADVARSEL! Pulsmåling kun til sportsformål (udelukker medicinsk anvendelse).

MANUELT PROGRAM

Manuelt program er enhedens standarddriftstilstand. Løbebåndet starter i denne tilstand efter at have trykket på **START**, når der ikke er valgt noget træningsprogram.

- Standardhastigheden i manuel tilstand er 1 km/t.
- Standardhældningsniveauet for båndet er 0.
- Hastigheden og hældningen på løbebåndet kan ændres ved hjælp af knapperne på computeren og gelænderne.

TRÆNINGSPROGRAMMER

Vælg en af 24 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 vil værdien "30:00" blive vist og blinke i vinduet.
Træningstiden for programmet kan indstilles med knapperne **SPEED +/-**.
Den indstillede træningstid er proportionalt opdelt i 16 etaper. Tabellen viser en oversigt over etaperne og deres 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. På panelet vises sekventielt numrene på de automatiske programmer, derefter brugerprogrammerne.
- Når det relevante program vises, skal du trykke på **MODE**, for at starte redigeringen af den første sektion af programmet.
Brug knapperne **SPEED +/-** for at indstille hastigheden.
- Tryk på **MODE**, for at bekræfte parameterindstillingerne for det første afsnit og gå videre til redigering af det næste.

Programmer består af 16 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, vises værdien "30:00" i vinduet og blinker.
Brug knapperne **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** for at indstille træningstiden.
Den indstillede træningstid er proportionalt opdelt i 16 trin.
- 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 nedtællende værdi **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Løbebåndet starter og nedtællingen begynder, når der trykkes på knappen **START**.

NEDTÆLLINGS PARAMETRE:

- TID: startværdien for nedtællingen er 30 min.
Computeren giver dig mulighed for at indstille tiden i området 5-99 minutter (pr. 1 minut).
- KALORIER: startværdien for nedtællingen er 50 kcal.
Computeren giver dig mulighed for at indstille kalorier i området 20-990 kcal (pr. 10 kcal).
- DISTANCE: startværdien for nedtællingen er 1 km.
Computeren giver dig mulighed for at indstille distancen i området 1,0-99,0 km (pr. 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 20-140 kg

Brug knapperne **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** for 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 er beregnet til at måle forholdet mellem højde og vægt, ikke kropsproportioner. Det korrekte resultat skal være mellem 19-26. En værdi under 19 betyder undervægt, 27-30 - overvægt, og over 30 - fedme.

ADVARSEL! 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 sammen med en passende kost vil det hjælpe med at forbrænde overskydende kropsfedt.

BLUETOOTH-FORBINDELSE MED MOBILAPP

Computeren fungerer med FitShow-appen.

Start din træning og nyd nye muligheder:

- Download appen.

- Tænd for Bluetooth på din mobile enhed.
- Tænd for appen og vælg din ZIPRO-enhed i den, som du vil oprette forbindelse til.
- Når ZIPRO opretter forbindelse til appen, slukkes den computer og dens skærm slukkes.

Fra nu af administrerer du ZIPRO via din mobile enhed.

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 den udførte bevægelse.

STRÆKNING AF INDRE LÅRMUSKLER

Sid 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.

LÅRSTRÆKNING

Sid på et fladt underlag. Stræk højre ben og læg venstre fods sål mod højre lår. Stræk højre hånd mod højre fods tær så langt som muligt. Hold i 15 sekunder. Gentag med venstre ben.

HOVEDDREJNINGER

Hold hovedet lige og kig lige frem. Uden at bevæge skuldrene skal du dreje det til højre og rette det, og derefter dreje det til venstre og rette det.

ARM LØFT

Løft venstre hånd så højt som muligt og hold i et par sekunder. Gentag med højre hånd.

ACHILLES SENE STRÆKNING

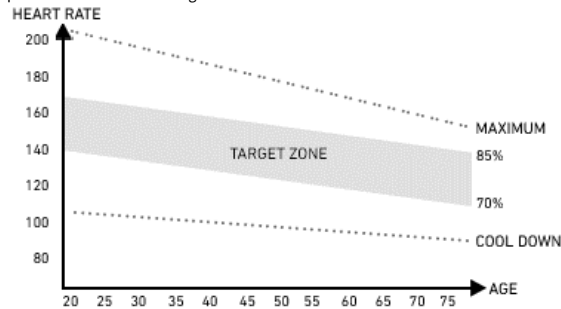
Stå med ansigtet mod væggen, skub venstre ben frem og bøj det let i knæet. Hold højre ben bagud - strakt, med hælen fladt på jorden. Hold begge hæle fladt på jorden og pres hofterne mod væggen. Hold denne position i 30 sekunder. Gentag med højre ben strakt. Husk ikke at bue ryggen under træningen.

FOROVERBØJNINGER

Stå med fødderne samlet. Lav en foroverbøjning og prøv at bringe brystet så tæt på knæene som muligt. Hold i 15 sekunder. Husk ikke at bøje knæene.

2. TRÆNINGSAFASER

Dette er den korrekte træningsfase. Træn i dit eget tempo for at opnå en passende puls for din alder som vist i grafen.



3. AFSLAPNINGSAFASER

Denne fase giver dig mulighed for at berolige cirkulationen og slappe af musklerne. Dette er en gentagelse af opvarmningsøvelser. Husk at undgå at overanstrenge dine muskler.

MULIGE SKADER OG REPARATIONSTEKNIKKER

ADVARSEL! Åbning af enhedens kabinet uden forudgående kontakt med producentens servicecenter vil ugyldiggøre garantien. Hvis du har mistanke om en defekt, der kræver åbning af kabinettet, skal du kontakte producentens servicecenter.

FEJLBESKRIVELSE	MULIGE ÅRSAGER	PROBLEMLØSNING
E01 Ugyldig kommunikation mellem skærmen og den elektroniske styreenhed	Sikkerhedsnøglen er ikke tilsluttet.	Tilslut sikkerhedsnøglen korrekt.
	Computeren er beskadiget.	Kontakt producentens servicecenter.
	Skærmens kommunikationslinje er forkert tilsluttet, beskadiget eller har dårlig kontakt.	Tilslut kommunikationslinjen igen
	Skærmen har intet outputsignal.	Kontakt producentens service.
E02 Nejl i registrering af spænding mellem det nederste kontrolpanel og motoren	Det nederste kontrolpanel har intet outputsignal.	Kontakt producentens service.
	Motorkablet er forkert tilsluttet.	Kontroller, at motorkablet er korrekt tilsluttet.
	Det nederste kontrolpanel leverer ikke spænding til motoren, eller	Kontakt producentens service.

	udgangsspændingen er unormal.	Kontakt producentens service.
E03 Nederste kontrolpanel registrerer unormal hastighed.	Fejl i PWM-styrekredsløbet på det nederste kontrolkort	Kontakt producentens service.
E04 Information om overspændingsbeskyttelse af motoren på det nederste kontrolpanel	Løbebåndets belastning overstiger motorens nominelle driftsspænding.	Det anbefales at bruge inden for motorens nominelle driftsspændingsområde
	Løbebåndsmotoren er unormal.	Udskift motoren. Kontakt producentens service.
	Fejl i kredsløbet til registrering af motoroverspænding på det nederste kontrolkort.	Kontakt producentens service..
E05 Information om overstrømsbeskyttelse af motoren på det nederste kontrolpanel	Løbebåndets belastning overstiger motorens nominelle driftsstrøm.	Det anbefales, at det er inden for motorens nominelle driftsstrømsområde
	Der er et problem med løbebåndets og motorens monteringsstruktur, hvilket forårsager modstand eller blokering af motoren.	Kontroller, om løbebåndsstrukturen er normal
	Fejl i strømbegrænsningssystemet på det nederste kontrolpanel	Kontakt producentens service.
E07 BSikkerhedslåsen er ikke placeret korrekt	Afbrudt sikkerhedsmagnet.	Placer sikkerhedslåsen på det anviste sted på det elektroniske ur.
	Fejl i sikkerhedslås-overvågningssystemet	Kontakt producentens service.
Enheden virker ikke	Ingen strøm	Tilslut enheden til strøm.
	Sikkerhedsnøglen er taget ud	Sæt sikkerhedsnøglen i.
	Kortslutning	Kontakt producentens service.
	ON/OFF-knappen er ikke slået til	Tænd for enheden.
Løbebåndet kører ikke jævnt	Løbebåndet er ikke smurt tilstrækkeligt	Smør løbebåndet i henhold til oplysningerne i brugsanvisningen.
	Løbebåndet er for stramt	Juster og juster løbebåndets position i henhold til oplysningerne i brugsanvisningen.
Løbebåndet er skævt	Løbebåndet er for løst	Juster og juster løbebåndets position i henhold til oplysningerne i brugsanvisningen.
	Drivremmen er for løs	Kontakt producentens service.

GARANTI

Sælgeren giver på vegne af garanten en garanti på Republikken Polens territorium i en periode på 24 måneder fra salgsdatoen. Garantien for den solgte vare udelukker, begrænser eller suspenderer ikke køberens rettigheder i henhold til loven om forbrugerrettigheder.

Garantikortet findes på sidste side.

GARANTIBETINGELSER

1. Kun skjulte defekter, der er opstået på grund af producentens fejl, er omfattet af reklamation og garanti.
2. Garantien respekteres af butikken eller servicecentret efter fremlæggelse af:
 - a. et gyldigt, læseligt og korrekt udfyldt garantikort med salgstempel og sælgers underskrift,
 - b. gyldig dokumentation for køb af udstyret med salgsdato, den reklamerede vare eller defekte del.
 - c. Ved fjernkøb er garantikortet kun gyldigt på baggrund af købsdokumentet (kvittering / faktura).

3. Reklamationen vil blive behandlet inden for 14 dage fra det tidspunkt, hvor kunden rapporterer fejlen.
4. Fabriksfejl og skader, der afsløres i garantiperioden, vil blive repareret gratis inden for 21 dage fra datoen for levering af varen 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, dog 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 installation og vedligeholdelse,
 - c. skader og slitage på forbrugsdele såsom: kabler, remme, gummideler, pedaler, skumgreb, hjul, lejer, polstring,
 - d. aktiviteter relateret til installation, 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. kunden har foretaget uafhængige reparationer og modifikationer ved hjælp af ikke-originale dele,
 - c. når fejlen skyldes forkert installation eller manglende overholdelse af reglerne for korrekt brug som beskrevet i brugsanvisningen,
 - d. anden brug end husholdningsbrug,
 - e. skader opstået under transport.
8. Duplikater af garantibeviset udstedes ikke.
9. Under garantien har kunden ret til at kræve følgende former for gratis kompensation:
 - a. reparation af produktet,
 - b. udskiftning af produktet,
 - c. prisnedslag,
 - d. ophævelse af aftalen og fuld refusion af de afholdte omkostninger.
10. For at indgive en reklamation skal du:
 - a. Fremvise produktet eller den del deraf, som garantien dækker.
 - b. Fremvise købsbevis med angivelse af sælgers navn og adresse, købsdato og -sted, produkttype eller gyldigt garantibevis med butiksstempel.
 - c. I tilfælde af levering af et beskidt produkt kan serviceværkstedet nægte at acceptere det eller rengøre det på kundens regning med kundens skriftlige samtykke.
11. I tilfælde af en positiv afgørelse af reklamationen vil udstyret blive repareret eller udskiftet med et nyt, eller kunden vil blive refunderet. Omkostningerne ved transport af varen til kunden dækkes af producentens serviceværksted.
12. I tilfælde af afvisning af garantireklamationen vil kunden modtage en detaljeret begrundelse for den trufne afgørelse, og inden for 14 dage fra tidspunktet for afgørelsen vil udstyret blive returneret til kunden for hans regning.

ET Kasutusjuhend

Kasutaja, Enne kokkupanekut tutvuge alloleva juhendiga ja seadme esmakordset kasutamist. See juhend sisaldab olulist teavet seadme ohutu kasutamise ja hooldamise kohta. Hoidke see alles, et saaksite kasutada hooldusteavet või varuosade tellimiseks.

TEHNILISED ANDMED

Toide	220V
Maksimaalne võimsus	2610 W
Kaal	69 kg
Kasutustemperatuur	0°C kuni +40°C
Säilitustemperatuur	-10°C kuni +60°C
Maksimaalne kasutaja kaal	140 kg
Rakendusklass	Klass H
Täpsusklass	Klass C
Kiirus	1-20 km/h
Kalle	20 tasemed
Toote standard (peamine)	EN 957-6 EN 957-6:2010+A1:2014
Sihtotstarve	Elektriline jooksulint koduseks kasutamiseks

OHUTUS

TÄHELEPANU! Seadet tohib kasutada ainult ettenähtud otstarbel, st treenimiseks täiskasvanute poolt. Igasugune muu kasutamine võib olla ohtlik. Tootja ei vastuta kahjude eest, mis on põhjustatud seadme ebaõigest kasutamisest.

- Seade on projekteeritud ja ehitatud põhinedes uusimatele teadmistele ohutuse valdkonnas. Ohtlikud elemendid, mis võivad potentsiaalselt kujutada vigastusohu, on kõrvaldatud või suhteliselt kaitstud.
- Omavalgust parandamine ja muutmine ei ole lubatud.
- Kontrollige kord ühe või kahe kuu jooksul kruvide, poltide ja mutrite õiget pingutamist.
- Ohutuse tagamiseks kontrollige ja hooldage seadmeid regulaarselt (st üks kord aastas) spetsialiseeritud kaubandusasutuses.
- Kõik seadme muudatused, mida ei ole kirjeldatud käesolevas juhendis, võivad põhjustada kahjustusi või otseselt ohustada treenija tervist ja elu. Seadme muudatusi võivad teha ainult tootja teeninduspersonali töötajad või nende poolt koolitatud isikud.
- Kõik seadmed läbivad pidevaid uuendusi, et tagada kõrge kvaliteet. Sel põhjusel jätab tootja endale õiguse teha tehnilisi muudatusi.
- Kõik küsimused või kahtlused seoses seadmega suunake spetsialiseeritud kaubandusasutusse.

TÄHELEPANU! Järgige elektriseadmetega tegelemisel kehtivaid üldeeskirju ja ohutusmeetmeid.

- Seade töötab võrgupingega 220V.**
- Kõik elektriseadmed kiirgavad töötamise ajal elektromagnetkiirgust. Kui elektroonilise juhtimisüsteemi või kokpiti lähedale on paigutatud muid sellist kiirgust kiirgavaid seadmeid (nt mobiiltelefonid), võivad mõned väärtused (nt puls) moonutatud olla.
- TÄHELEPANU!** Ärge kunagi tehke omal käel elektrivõrgus muudatusi. Andke sellised muudatused spetsialistidele.
- TÄHELEPANU!** Enne seadme remondi, hoolduse või puhastamise alustamist eemaldage toitepistik pistikupesast.
- Ärge kasutage seadme ühendamiseks pikendusjuhtmeid.
- Kui te seadet pikemat aega ei kasuta, eemaldage toitepistik pistikupesast.
- Pöörake tähelepanu sellele, et elektrijuhe ei oleks muljutud ja selle paigutus ei põhjustaks komistamisohu.

MAANDUS

Maandus kaitseb elektrilöögi ohu eest. Seadmel on maandusjuhe ja -pistik. Pistik tuleb ühendada korrektselt paigaldatud ja nõuetekohaselt maandatud pistikupesaga.

OHT! Juhtme vale ühendamine võib põhjustada elektrilöögi ohu.

- Enne seadme vooluvõrku ühendamist veenduge, et kohalik pinge vastab pistiku tüübile.
- Ärge muutke pistikut, kui see ei sobi pistikupesasse.

Sellisel juhul laske kvalifitseeritud elektrikul paigaldada teine pistikupes.

TÄHELEPANU! Seadme kasutamise ajal läheduses viibivad inimesi tuleb hoiatada võimalike ohtude eest. 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 treening võib olla ohtlik teie tervisele ja elule.

HOIATUS! Südame löögisageduse jälgimise süsteemid võivad olla ebatäpsed. Ületreenimine võib põhjustada tõsiseid vigastusi või surma. Kui tunnete end nõrgalt, lõpetage kohe treenimine.

TÄHELEPANU! Järgige kindlasti selles juhendis toodud treeningu juhiseid.

- Treeningukohta valimisel veenduge, et teil oleks võimalikest takistustest ohutu kaugus. Ärge paigaldage seadmeid kommunikatsiooniteede (teed, väravad, ülekäigurajad jne) lähedusse.
- Seadmeid on keelatud kasutada läheduses seinast. Ohutusala on 2000 mm ja vähemalt sama lai kui seade.

TÄHELEPANU! Seadme kokkupanemisel olge ettevaatlik ja ärge lubage lapsi lähedusse. Kokkupanemisel kasutatakse väikeseid osi (mutrid, kruvid jne), mida nad võivad alla neelata.

JÄÄKRISK

- Kui kukkumiskaitset ei kasutata või kui seda kasutatakse, kuid valesti, on jääkrisk, st inimese kukkumine, mis põhjustab nahakahjustusi, verevalumeid, luumurde või kõige hullemal juhul surma.
- On jääkrisk treenija tahtmatu ülekoormuse tõttu, mis on põhjustatud ebaõigest käsitsemisest või valest hindamisest, samuti andmete ebaõigest edastamisest (elektromagnetiliste häirete, tarkvaravigade jne tõttu). Isegi parim tarkvara ja riistvara kaitse ei välista tarkvara- või riistvaravigu ja võib teoreetiliselt põhjustada treenija ülekoormuse.
- Toode on elektriseade, seetõttu ei saa välistada elektrilööki, mis võib põhjustada surma.
- Jääkrisk lämbumise korral ei ole välistatud.
- Riski saab vähendada, järgides teavet kasutusjuhendis sisalduvate ohutusnõuete kohta.
- Ei saa välistada, et tahtmatu või lubamatu kasutamine põhjustab muid arvesse võtmata riske, ja arvesse võetud riski on valesti hinnatud.

Riskianalüüsis tehti hinnang „seadme praeguse seisukorra“ alusel. Läbiviidud toote hindamisest ja kontrollimisest järeldub, et lubamatu riski tekkimise tõenäosus on väga madal. Seade (selle ehitus, tööpõhimõte ja kasutusviis) ei põhjusta normaalsetes tingimustes põhjendamatu riski treenijale ega kolmandatele isikutele.

KÄSITSEMISNÄIDIKUD TRANSPORTPAKENDIL

-  See külg üles. Mitte ümber lükata.
-  Kaitsta kukkumise eest.
-  Taaskasutatav pakend.
-  Elektroonikaromud. Kasutatud seadmed tuleb viia taaskasutuspunkti.
-  Ettevaatust, habras. Kahjustuse võimalus. Olge ettevaatlik.
-  Kaitsta niiskuse eest.
-  Tähelepanu, raske toode.
-  Toode sisaldab kasutusjuhendit.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Mitte avada noaga.



Pakend on valmistatud papist ja plastikust. Palun sorteerige jäätmed vastavalt kohalikele eeskirjadele.

Pakend on valmistatud papist ja plastikust. Palun sorteerige jäätmed vastavalt kohalikele eeskirjadele.

Pakend on valmistatud papist.

Pakend on toodetud vastutustundlikult keskkonna ja ringlussevõtu suhtes. Palun sorteerige jäätmed vastavalt kohalikele eeskirjadele.

Hoida kuni 5 kihis

KASUTAMINE

Enne treeningu alustamist veenduge, et seade on õigesti paigaldatud.

- Enne esimese treeningu alustamist tutvuge kõigi seadme funktsioonide ja reguleerimisvõimalustega.
- Seadmel on osad, mis võivad olla avatud korrosioonile. Sel põhjusel ei ole soovitatav, et see jääks niiskesse ruumi. Samuti tuleb tagada, et seade (eriti selle sise- ja elektroonilised osad) ei puutuks kokku vee, jookide, higi jms-ga.
- Seade on mõeldud treenimiseks ainult täiskasvanutele ja ei ole mingil juhul laste mänguasi. Kui lubate lastel seda omal vastutusel kasutada, juhendage neid kindlasti õige kasutamise kohta ja jälgige neid pidevalt.
- Seade ei sobi terapeutiliseks otstarbeks.
- Seadme töötamise ajal võib hooratta inertsimassist tekkida vaikne müra, mis tuleneb konstruktsiooni tüübist. Sellel ei ole mingit mõju seadme toimimisele.
- Müra emissioon koormusel on suurem kui ilma koormuseta.
- Enne iga treeningu alustamist kontrollige kaitsemeetmete ja kruvi- ja pistikühenduste korrektsust.
- Seadmel treenides pidage meeles sobivaid jalatseid (spordijalatsid).

HOOLDUS

Jooksuraja maksimaalse kasutamise ohutuse tagamiseks on soovitatav regulaarselt kontrollida selle osade kulumist. See hõlmab mutrite, poltide, liikuvate osade, hülsite jms kinnituse ja seisukorra kontrollimist. Hoidke seadet kuivas ja soojas kohas. Ärge jätke seadet päikesevalguse kätte. **ETTEVAATUST! Enne hooldustööd lülitage jooksurada alati välja ja eemaldage see vooluvõrgust.**

PUHASTAMINE

Seadme regulaarne puhastamine pikendab selle kasutusiga ja säilitab selle kõrge jõudluse. Jooksuraja puhastamiseks kasutage pehmet niisket lappi. See ei kehti elektriliste osade, mootori, sisemiste osade kohta - ärge laske vett nendesse kohtadesse sattuda. Kaitske jooksuraja pinda (ja selle all olevat ruumi) vee eest.

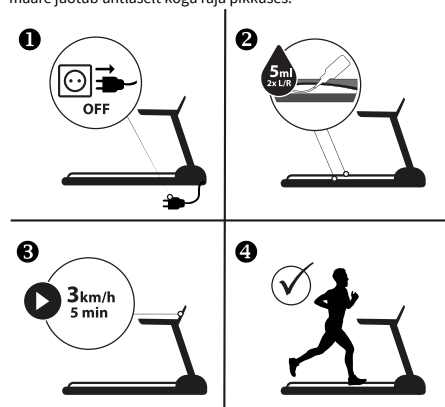
MOOTORI PUHASTAMINE

Vähemalt kord aastas eemaldage mootorilt tolmu. Selleks lülitage jooksurada kõigepealt vooluvõrgust välja ja eemaldage umbes 1 tunni pärast mootori kate. Kasutades suruõhku või pintslit, eemaldage ettevaatlikult kogunenud tolmu. Pärast mootori kate tagasi panemist ja vooluvõrku ühendamist saate jooksuraja käivitada.

JOOKSURADA MÄÄRIMINE

Jooksuraja määrimise sagedus sõltub selle kasutusintensiivsusest. Kui seade töötab rohkem kui 5 tundi nädalas, on soovitatav määrada iga 2-3 kuu tagant. Jooksuraja vähem intensiivse kasutamise korral tuleb seda määrada kord 7-8 kuu jooksul.

1. Enne jooksuraja määrimist lülitage jooksurada välja ja eemaldage see vooluvõrgust. 2. Kandke määret jooksuraja alla mõlemalt poolt umbes 5 ml. Kasutage seda kõige rohkem kohtades, kus jalad puutuvad jooksmise ajal rajaga kokku. 3. Käivitage jooksurada madala kiirusega (nt 3 km/h) ja oodake, kuni määre jaotub ühtlaselt kogu raja pikkuses.



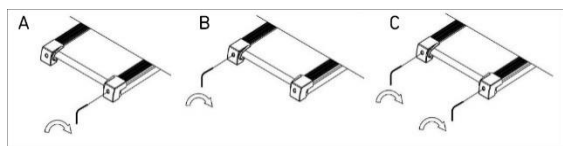
JOOKSURADA PINGE REGULEERIMINE

Jooksurada võib pideva kasutamise tõttu vajada pingutamist. Rada vajab pingutamist, kui see hakkab treeningu ajal libisema, küljele liikuma või kokku käärima.

Liiga lõdvalt pingutatud rada võib mootori töötamise ajal peatuda.

Asetage jooksurada tasasele pinnale. Käivitage jooksurada kiirusega umbes 6-8 km/h, jälgige jooksuraja kõrvalekalde astet.

- Rada ei tohiks liiga tugevalt pingutada, sest see võib põhjustada rikkeid muu hulgas mootoris, vöölis või laagrites.
- Korralikult pingutatud rada saab selle servadelt tõsta umbes 5-7,5 cm kõrgusele. Seda on väga lihtne kontrollida - see on korralikult pingutatud, kui selle alla mahub 3 sõrme.



JOOKSURADA PINGE SUURENDAMINE

Osade komplektist leiate spetsiaalse võtme. Asetage see jooksuraja reguleerimiseks mõeldud vasakpoolsesse kruvisse, mis asub jooksuraja tagaosas. Pöörake võtit päripäeva 90 kraadi (joonis C).

Nii pingutate tagumist rulli ja suurendate raja pinget. Korra ke toimingu, keerates kruvi paremalt poolt. Pöörake tähelepanu sellele, et keeraksite kruvisid ühtlaselt. Korra ke toimingu mõlema kruvi jaoks, kuni rada on korralikult pingutatud.

JOOKSURADA PINGE VÄHENDAMINE

Raja pinget vähendamiseks toimige samamoodi nagu selle suurendamisel. Pöörake võtit vastupäeva.

JOOKSURADA KESKMISEKS MUUTMINE

Erineva jooksmissiili tõttu (kõige sagedamini suurem koormus ühele jalale) võib rada küljele liikuda ja olla keskmest väljas. Sel põhjusel võib rada aeg-ajalt vajada reguleerimist.

Rada peaks jooksuraja töötamise ajal iseenesest keskmeks muutuma. See vajab reguleerimist, kui see liigub paremale või vasakule.

Käivitage jooksurada ja seadke selle madal kiirus (nt 3 km/h). Kontrollige millises suunas rada liigub.

- Kui rada liigub paremale, asetage võti parempoolsesse reguleerimiskruvisse. Pöörake võtit päripäeva 90 kraadi (joonis A). Jälgige, kas rada on keskele joondatud. Kui see liigub endiselt paremale, keerake kruvi uuesti 90 kraadi.
- Kui rada liigub vasakule, toimige samamoodi nagu ülalnimetatud juhul, kuid keerake vasakul pool 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 olmeprügi hulka. Andke need ära ostukohas või viige need eraldi jäätme punkti. Kasutatud elektriseadmed (sealhulgas arvendid ja toiteadapterid) on taaskasutatavad tootematerjalid - ära viska neid olmeprügis, sest need võivad sisaldada aineid, mis on ohtlikud tervisele ja keskkonnale.

Palume sul aktiivselt aidata kaasa loodusvarade säästlikule majandamisele ja looduskeskkonna kaitsele, andes kasutusele kõrvaldatud seadmed üle jäätme käitluskohale - kasutatud elektriseadmete kogumispunkti.

MONTEERIMINE

Seadme kokkupaneku peab hoolikalt läbi viima täiskasvanu. Kahtluse korral küsige abi kelleltki suurema kogemusega.

- Enne kokkupaneku alustamist veenduge, et komplekt koos seadmega sisaldab kõiki elemente alates osade loendist ja kas mõni element ei ole transportimise ajal kahjustatud. Kui mõni element puudub või teil on vastuväiteid, võtke ühendust müüjaga.
- Tutvuge jooniste ja selgitustega ning teostage kokkupanek vastavalt järjekorrale, mis on toodud kokkupanekujuhistes.
- Olge kokkupanemisel ettevaatlik. Kasutamise ajal tööriistade ja elementidega on vigastuste oht.
- Ärge unustage säilitada turvalist keskkonda. Ärge asetage tööriistu ja montaažielemente juhuslikult maha. Pidage meeles, et kiled ja plastkotid kujutavad endast lastele lämbumisohtu.
- Montaažielemendid, mis on vajalikud antud sammude sooritamiseks kokkupanekujuhistes on näidatud joonistel ja selgitustes. Kasutage elemente, mis on näidatud kokkupanekujuhistes.
- Kokkupaneku esimestes etappides ärge pingutage osi lõpuni. Tehke seda pärast kõigi osade paigaldamist ja veendumist, et need on õigesti paigutatud.
- Tootja jätab endale õiguse mõned elemendid eelnevalt kokku panna.

KOKKUPANEKUSKEEM (→ Vaata lehekülge 2)

TÄHELEPANU! Keelatud on kasutada osi, mis on saadud muudest allikatest kui tootja.

OSADE LOETELU

Täielik osade loetelu on saadaval pärast ühenduse võtmist aadressil **servis@zipro.pl** või **Zipro.store** veebisaidil toote kirjelduses.

NR	KIRJELDUS	KOGUS
1	Põhiraam	1
2	Alus	1
4	Vasak/Parem post	2
5	Monitoriraam	1
12	Võti 6# 55*95mm	1
21	Leva kate posti	1
22	Parempoolne postikate	1
28	Seadmete alus	1
55	Turvalukk, topelt lame pesa	1
64	Kruvi M8*35 S6	2
68	Kruvi M8*15 S6	2
69	Kruvi ST4.2*16	6
76	Kruvi M8*50 25 S6	6
88	Silikonõli	1

PAIGALDUSJUHEND (→ Vaata lehekülge 2)

TÄHELEPANU! Paigaldamise ajal järgige alltoodud samme ja kasutage tootega kaasasolevaid tööriistu.

Seadme paigaldamiseks valmistage ette piisavalt vaba ruumi. Due to the heavy weight of some components, assembly by two people is recommended.

KOKKUPANEKU JA LAHTIVÕTMISE JUHISED (→ Vaata lk 6)

SEADME KOKKUPANEK

MÄRKUS! Enne kokkupaneku kontrolli hoolikalt, et kõik kruvid oleksid korralikult pingutatud.

MÄRKUS! Ole kokkupaneku ajal ettevaatlik, et vältida sõrmede ja käte

muljumist. Tõsta seadme jooksulint vertikaalsesse asendisse, kuni kuuled lukustusmehhanismi kinnitumise heli.

SEADME LAHTIVÕTMINE

MÄRKUS! Veendu, et jooksulindi langetamise ajal poleks läheduses teisi inimesi ega loomi. Hoides jooksulinti käega, vabasta jalaga (nool tähistab) lukustusmehhanism. Langeta platvormi pearaami käsipuul kõrguseni. Sellest kõrgusest kukub lint iseseisvalt maha.

SEADISTUSED

Seadme tasandamine

Tasanda seade, keerates lahti või pingutades ees- ja tagaosas paiknevaid reguleeritavaid jalgu.

ARVUTI KASUTUSJUHISED

KÄIVITAMINE

Seade käivitub 3 sekundi jooksul pärast START-nupu vajutamist.

ENERGIASÄASTUFUNKTSIOON

Kui jooksulindil 10 minuti jooksul tegevust ei toimu, lülitub arvuti automaatselt energiasäästurežiimi. Süsteemi äratamiseks vajuta ükskõik millist nuppu.

SEADME HÄDAPIDURDAMINE

MÄRKUS! Treeningu ajal peab turvavõti olema kinnitatud riiete külge.

Seda tuleks kasutada ainult hädaolukordades, mitte tavalise stop-nupuna.

Valesti kinnitatud turvavõti takistab jooksulindi käivitumist.

Enne kasutamist kontrolli süsteemi õiget toimimist. Tõmba nõõrist, et eemaldada turvavõti.

Pärast võtme eemaldamist peatub jooksulint viivitusega, sõltuvalt töökiirusest, ja ka jooksulindi tõstesüsteem seiskub. Peatumist tähistab lühike helisignaal. Kõigil ekraani akendel kuvatakse "--".

Pärast turvavõtme uuesti ühendamist lähtestatakse seade.

PROGRAMMID

Arvuti on varustatud 3 käitsi seadistatava kasutajaprogrammi, 24 automaatse mäluprogrammi, 3 loendusrežiimiga (aeg, kalorid, vahemaa) ja keharasva mõõtmise funktsiooniga (Body Fat).

NUPPUDE KIRJELDUS

- START** – kasutatakse jooksulindi käivitamiseks käitsi režiimis või valitud programmi alustamiseks.
- STOP** – kasutatakse töötava jooksulindi peatamiseks. Selle vajutamine lähtestab ka seaded. Taaskäivitamisel töötab seade käitsi režiimis.
- PROGRAMM** – kasutatakse automaatse treeningprogrammi (P1-P24), kasutajaprogrammi (U1-U3) või keharasva mõõtmise funktsiooni valimiseks enne jooksulindi käivitamist.
- MODE** - võimaldab valida loendusrežiimi: aeg, vahemaa või kalorid
- SPEED** - nupud võimaldavad reguleerida (suurendada ja vähendada) kiirust 0,1 km/h kaupa. Nupud asuvad arvuti konsoolil ja käsipuudel.
- KIIRUSE KIIRVALIKU NUPUD** - võimaldavad valida kiiruse otse(5,10).
- INCLINE** - nupud võimaldavad reguleerida (suurendada ja vähendada) jooksulindi kaldenurka 1 taseme kaupa treeningu ajal. Nupud asuvad arvuti konsoolil ja käsipuudel.
- KALDENURGA KIIRVALIKU NUPUD** - võimaldavad treeningu ajal valida jooksulindi kaldenurga otse (5,10).

FUNKTSIOONID (SPETSIFIKATSIOON)

SPEED	Kuvab hetkekiiruse.	1-20 km/h
TIME	Loeb treeningu koguaega selle algusest lõpuni.	00:00-99:59 min
INCLINE	Kuvab jooksulindi hetke kaldenurga taset.	0-20 tasemed
CALORIES	Loeb treeningu algusest lõpuni põletatud kalorite koguarvu. (Mõõtmise on ligikaudne erinevate treeningute võrdlemiseks, seda ei saa kasutada raviks).	0,0-999 kcal
DISTANCE	Loeb treeningu algusest lõpuni läbitud kogupikkuse.	0,0-99,9 km
PULSE	Näitab hetkepulssi. TÄHELEPANU! Pulsisageduse mõõtmine on ainult sportlikel eesmärkidel (meditsiiniline kasutamine on välistatud).	50-200 BPM

PULSISAGEDUSE MÕÕMISE FUNKTSIOON

Pärast jooksulindi käivitamist hoidke mõlemat kätt pulsisageduse mõõtmise anduritel. 30 sekundi pärast kuvatakse ekraanil hetkepulss.

Mõõtmise ajal kuvab arvuti südamekujulise ikooni.

TÄHELEPANU! Pulsisageduse mõõtmine on ainult sportlikel eesmärkidel (meditsiiniline kasutamine on välistatud).

MANUAALNE PROGRAMM

Manuaalne programm on seadme vaike töörežiim. Jooksulint alustab selles tööd pärast nupu vajutamist **START**, kui ühtegi treeningprogrammi pole valitud.

- Vaikekiirus manuaalses režiimis on 1 km/h.
- Vaike kaldenurk on 0.
- Jooksulindi kiiruse ja kaldenurga seadeid saab muuta arvuti ja käsipuude nuppude abil.

TRENINGPROGRAMMID

Valige üks 24 automaatsetest treeningprogrammidest, vajutades nuppu

PROGRAMM 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 treeningaega saab reguleerida nuppudega **SPEED +/-**.

- Määratud treeningaeg jagatakse proportsionaalselt 16 etapiks. Tabel näitab iga treeningprogrammi etappide, vastavate kiiruste ja kaldenurkade loendit. → [Vaata lk 117](#).
- Programmi alustamiseks vajutage **START**.

KASUTAJAPROGRAMMID

Arvuti on varustatud 3 kasutajaprogrammiga individuaalseks määratlemiseks: U1, U2, U3.

KASUTAJAPROGRAMMI SEADISTAMINE

- Ooterežiimis vajutage nuppu **PROGRAM**, et valida üks kasutajaprogrammidest. Ekraanil kuvatakse järjest automaatsete programmide numbrid, seejärel kasutajaprogrammid.
- Kui kuvatakse sobiv programm, vajutage **MODE**, et alustada programmi esimese osa redigeerimist. Kasutage nuppe **SPEED +/-** kiiruse seadmiseks. Kasutage nuppe **INCLINE +/-** jooksuraja kalde taseme seadmiseks.
- Vajutage **MODE**, et kinnitada esimese osa parameetrite seaded ja liikuda järgmise redigeerimise juurde.

Programmid koosnevad 16 osast. Korrake ülaltoodud samme, kuni kõigi osade parameetrid on seadud.

Programmid salvestatakse arvuti mälli kuni järgmise redigeerimiseni.

Andmed ei lähe voolukatkestuse tõttu kaotsi.

KASUTAJAPROGRAMMI KÄIVITAMINE

- Ooterežiimis vajutage nuppu **PROGRAM**, et valida üks kasutajaprogrammidest. Pärast valimist kuvatakse aknas väärtus "30:00" ja see vilgub.
- Kasutage nuppe **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** treeninguaja seadmiseks. Seadistatud treeninguag jagatakse proportsionaalselt 16 etappi.
- Programmi alustamiseks vajutage **START**.

TAGASIARVESTUSE REŽIIM

Valige üks kolmest tagasiarvestuse režiimist, vajutades nuppu **MODE**.

- Tagasiarvestatava väärtuse seadmiseks kasutage nuppe **SPEED +/-** , **INCLINE +/-**.
- Trenažööri käivitamine ja loendamine algab pärast nupu vajutamist **START**.

LOENDATAVAD PARAMEETRID:

- AEG: loendamise algväärtus on 30 min. Arvuti võimaldab seadistada aega vahemikus 5-99 minutit (1 minuti kaupa).
- KALORID: loendamise algväärtus on 50 kcal. Arvuti võimaldab seadistada kaloreid vahemikus 20-990 kcal (10 kcal kaupa).
- DISTANTS: loendamise algväärtus on 1 km. Arvuti võimaldab seadistada distantsi vahemikus 1,0-99,0 km (1 km kaupa).

RASVKOE MÕÕTMISE FUNKTSIOON (BODY FAT)

Vajutage nuppu **PROGRAM**, kuni ekraanile ilmub „FAT”.

Kasutage **MODE**, et sisestada parameetrid:

- F1 - sugu (gender) – 01 mees / 02 naine
- F2 - vanus (age) – väärtused 10-99
- F3 - pikkus (height) – väärtused 100-220 cm
- F4 - kaal (weight) – väärtused 20-140 kg

Kasutage nuppe **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** parameetrite väärtuste seadmiseks.

Pärast parameetrite valimist ilmub ekraanile F5. Asetage mõlemad käed pulsi mõõtmise anduritele, 5-6 sekundi pärast kuvab arvuti teavet FAT. FAT eesmärk on mõõta suhet pikkuse ja kaalu vahel, mitte keha proportsioone.

Õige tulemus peaks olema vahemikus 19-26. Väärtus alla 19 tähendab alakaalusust, 27-30 - ülekaalusust ja üle 30 - rasvumist.

TÄHELEPANU! Saadud tulemused ei tohi mingil juhul olla ravi aluseks ega neid meditsiinilistel eesmärkidel arvesse võtta.

TRENING JA HARJUTUSE FAASID

Seadme kasutamine toob sulle palju kasu. Eelkõige parandab see sinu seisundit, tugevdab lihaseid ja koos

õige toitumisega aitab põletada tarbetut rasvkude.

BLUETOOTH ÜHENDUS MOBIILRAKENDUSEGA

Arvuti töötab koos FitShow rakendusega.

Alusta treeningut ja naudi uusi võimalusi:

- Laadi rakendus alla.
- Lülita Bluetooth sisse oma mobiilseadmes.
- Lülita rakendus sisse ja vali sealt oma ZIPRO seade, millega
- sa soovid ühendust luua.
- Kui ZIPRO loob rakendusega ühenduse, siis lülitub
- arvuti välja ja selle ekraan kustub.

Sellest hetkest alates juhid sa ZIPRO-t oma mobiilseadme kaudu.

1. SOOJENDUS

See on faas, mis parandab verevarustust kogu kehas ja valmistab lihased ette suuremaks pingutuseks. Samuti vähendab see krampide ja vigastuste tekke riski.

Soovitatav on teha mõned venitusharjutused, nagu allpool näidatud.

Kui tunned valu, lõpeta harjutamine või vähenda liikumise ulatust.

REIE SISEMISETE LIHASTE VENITAMINE

Istu tasasel pinnal kõverdatud jalgadega ja põlvedega väljapoole suunatud.

Ühenda jalatald ja too need üksteisele nii lähedale kui võimalik. Vajuta õrnalt põlvedele suunates neid maapinna suunas ja püsi selles asendis 15 sekundit.

REIE VENITAMINE

Istu tasasel pinnal. Siruta parem jalg välja ja asetava vasaku jala tald parema reie vastu. Siruta parem käsi

nii kaugelt kui võimalik parema jala varvaste suunas. Püsi 15 sekundit. Korda tegevust vasaku jalaga.

PEA PÖÖRAMINE

Hoia pead otse, vaadates ettepoole. Liigutamata õlgu, pööra seda paremale ja siruta, seejärel pööra vasakule ja siruta.

KÄTE TÕSTMINE

Tõsta vasak käsi võimalikult kõrgele üles ja püsi paar sekundit. Korda tegevust parema käega.

ACHILLEUSE KÕÖLUSE VENITAMINE

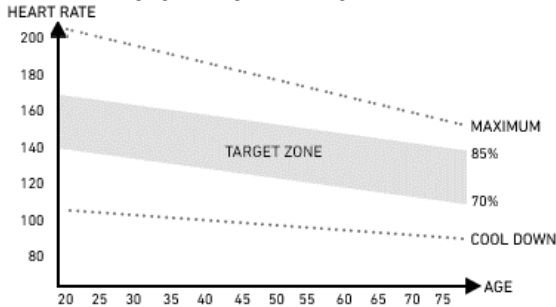
Seisa näoga seina poole, libista vasak jalg ette ja kõverda seda veidi põlvest. Hoia paremat jalg taga - sirgelt, kand tasaselt maapinnal. Hoia mõlemad kannad tasaselt maapinnal ja suru puusad seina suunas. Hoia seda asendit 30 sekundit. Korda tegevust ette sirutatud parema jalaga. Pea meeles, et sa ei tohiks harjutuse ajal selga kaardu ajada.

KUMMARDUSED

Seisa jalgad koos. Tee ettepoole kummardus püüdes rindkere võimalikult palju põlvedele lähendada. Püsi 15 sekundit. Pea meeles, et sa ei tohiks põlvi kõverdada.

2. HARJUTUSTE FAAS

See on treeningu õige faas. Harjuta omas tempos nii, et saavutaksid oma vanusele vastava südamelöögisageduse, nagu on näidatud graafikul.



3. LÕÖGASTUSFAAS

See faas võimaldab rahustada vereringet ja lõõgastada lihaseid. See on soojendusharjutuste kordus. Tuleb meeles pidada, et ei tohiks lihaseid üle pingutada.

VÕIMALIKUD KAHJUSTUSED JA REMONDIMEETODID

TÄHELEPANU! Seadme korpuse avamine ilma eelnevalt tootja

teeninduskeskusega ühendust võtmata tühistab garantii.

Rikke kahtluse korral, mis nõuab korpuse avamist, võtke ühendust tootja teeninduskeskusega.

VEA KIRJELDUS	VÕIMALIKUD PÕHJUSED	PROBLEEMI LAHENDUS
---- Probleem turvavõtmega	Turvavõti ei ole ühendatud. Arvuti on kahjustatud.	Ühenda turvavõti korrektselt. Võtke ühendust tootja teeninduskeskusega.
E01 Viganeahel side monitorija elektroonilise kontrolleri vahel	Monitori sideahel on valesti ühendatud, kahjustatud või sellel on halb kontakt. Monitoril puudub väljundsignaal. Alumisel juhtpaneelil puudub väljundsignaal.	Palun ühendage sideahel uuesti. Võtke ühendust tootja teenindusega. Võtke ühendust tootja teenindusega.
E02 Nigane pinge tuvastamine alumise juhtpaneeli ja mootori vahel	Mootori juhe on valesti ühendatud. Alumine juhtpaneel ei anna mootorile pinget või väljundpinge on vale. Mootor on kahjustatud.	Kontrollige, kas mootori kaabel on õigesti ühendatud. Võtke ühendust tootja teenindusega. Võtke ühendust tootja teenindusega.
E03 Alumine juhtpaneel tuvastab vale kiiruse.	Alumise juhtplaadi PWM-i juhtimisahela rike	Võtke ühendust tootja teenindusega.
E04 Mootori ülepingekaitse teave alumisel juhtpaneelil	Jooksuraja koormus ületab mootori nimipinget. Jooksuraja mootor on vigane. Mootori ülepinge tuvastamise ahela rike alumisel juhtplaadil.	Soovitav on kasutada mootori nimipinget. Vahetage mootor välja. Võtke ühendust tootja teenindusega. Võtke ühendust tootja teenindusega..
E05 loootori ülevoolukaitse teave alumisel juhtpaneelil	Jooksuraja koormus ületab mootori nimivoolu.	Soovitav on hoida mootori nimivoolu piires
	Jooksuraja ja mootori kokkupanekustruktuuris on probleem, mis põhjustab mootori takistust või blokeerumist.	Kontrollige, kas jooksuraja struktuur on normaalne

	Alumine juhtpaneeli voolu piiramise süsteemi rike	Võtke ühendust tootja teenindusega.
E07 Bturvalukk ei ole õigesti paigutatud	Lahti ühendatud turvamagnet. Turvaluku jälgimissüsteemi rike	Palun asetage turvalukk elektroonilise kella määratud kohta. Võtke ühendust tootja teenindusega.
Seade ei tööta	Toide puudub Lahti ühendatud turvavõti Lühis ON/OFF lüliti pole sisse lülitatud	Ühendage seade vooluvõrku. Ühendage turvavõti. Võtke ühendust tootja teenindusega. Lülitage seade sisse.
Jooksurada ei tööta sujuvalt	Jooksurada on ebapiisavalt määritud Jooksurada on liiga tugevalt pingutatud	Määri jooksurada vastavalt kasutusjuhendis toodud teabele. Reguleerige ja joondage jooksuraja asend vastavalt kasutusjuhendis toodud teabele.
Jooksurada on kõver	Jooksurada on liiga nõrgalt pingutatud Veorihm on liiga vähe pingutatud	Reguleerige ja joondage jooksuraja asend vastavalt kasutusjuhendis toodud teabele. Võtke ühendust tootja teenindusega.

GARANTII

Müüja annab Garantiiandja nimel garantii Eesti Vabariigi territooriumil 24 kuuks alates müügikuupäevast. Garantii müük ei välista, piira ega peata Ostja õigusi, mis tulenevad Tarbijakaitse seadusest.

Garantiikaart asub viimasel lehel.

GARANTII TINGIMUSED

1. Pretensioonidele ja garantiile kuuluvad ainult varjatud defektid, mis on tekkinud tootja süül.
2. Garantii kehtib kaupluses või teeninduses, kui klient esitab:
 - a. kehtiva, loetavalt ja korrektselt täidetud garantiikaardi koos müügitempli ja müüja allkirjaga,
 - b. seadme kehtiv ostutšekk müügikuupäevaga,
 - c. reklameeritud kaup või defektne osa.
 Kaugmüügi korral kehtib garantiikaart ainult ostutšeki (kvititung / arve) alusel.
3. Kaebus vaadatakse läbi 14 päeva jooksul alates Kliendi poolt defekti teatamise hetkest.
4. Tehase defektid ja kahjustused, mis ilmnevad garantiiajal, parandatakse tasuta hiljemalt 21 päeva jooksul alates kauba kauplusesse või teenindusse toimetamise kuupäevast.
5. Kui on vaja importida varuosi, võib garantiiremondi teostamise periood pikeneda ajavahemiku võrra, mis on vajalik nende impordiks, kuid mitte rohkem kui 40 päeva.
6. Garantii ei kata:
 - a. mehaanilised kahjustused ja nendest põhjustatud defektid,
 - b. kahjustused ja defektid, mis on põhjustatud ebaõigest kasutusest ja hoiustamisest, ebaõigest paigaldamisest ja hooldusest,
 - c. kahjustused ja kulumine selliste kuluosade puhul nagu: trossid, rihmad, kummiosad, pedaalid, käsnkäepidemed, rattad, laagrid, polster.
 - d. toimingud, mis on seotud paigaldamise ja hooldamisega, mida kasutaja on kasutusjuhendi kohaselt kohustatud iseseisvalt läbi viima.
7. Garantii ei kehti järgmistel juhtudel:
 - a. kehtivusaja lõppemine,
 - b. kliendi poolt iseseisvate remonditööde ja muudatuste tegemine, kasutades mitteoriginaalosi,
 - c. kui defekt tekib ebaõige paigaldamise või kasutusjuhendis kirjeldatud õige kasutamise põhimõtete eiramise tõttu, muuks kui koduseks kasutamiseks,
 - d. transpordikahjustuste korral.
8. Garantiikaardi duplikaate ei väljastata.
9. Garantii raames on kliendil õigus nõuda järgmisi tasuta hüvitise vorme:
 - a. toote parandamine,
 - b. toote asendamine,
 - c. hinna alandamine,
 - d. lepingu lõpetamine ja kantud kulude täielik hüvitamine.
10. Kaebuse esitamiseks on vaja:
 - a. Esitada toode või selle osa, millele garantii kehtib.
 - b. Ostutõend, mis näitab müüja nime ja aadressi, ostu kuupäeva ja kohta, toote tüüpi või kehtivat garantiikaarti 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 kas parandatakse või asendatakse uuega või tagastatakse kliendile raha. Tootja teenindus katab toote kliendile transportimise kulud.
12.

Garantiinõude tagasilükkamise korral saab klient üksikasjaliku põhjenduse tehtud otsusele ja 14 päeva jooksul alates otsuse tegemisest 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 rýchlosti, 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 attiecīgie ātrumi.
EE KOOLITUSPROGRAMMID Tabelis on esitatud iga koolitusprogrammi etappide ja vastavate kiiruste kokkuvõte.
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 sebességeknak 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 /16 Set time /16 Eingestellte Zeit /16 Установленное время / 16 Durată setată /16 Nustatytas laikas /16 Nastavený čas / 16 Nastavený čas / 16							Beállított idő / 16 Время за настройка /16 Temps de réglage /16 Tempo di impostazione /16 Programar tiempo /16 Tijd instellen /16 Definir tempo /16 Iestatītais laiks /16							Määratud aeg /16 Aseta aika /16 Čas nastavitve /16 Beállított idő /16 Ρύθμιση χρόνου /16 Zaman ayarlama /16 Indstil tid /16			
TIME ▶																			
MODE ▼		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
P01	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2		
	INCLINE	0	7	7	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	2	2	2		
P02	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2		
	INCLINE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3		
P03	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2		
	INCLINE	0	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12		
P04	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6		
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2		
P05	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3		
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2		
P06	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	6	7	8	3	6	4	4	2		
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2		
P07	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6		
	INCLINE	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	8	7	6	5		
P08	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2		
	INCLINE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3		
P09	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5		
	INCLINE	0	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		
	INCLINE	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8		
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9		
	INCLINE	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8		
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9		
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4		
P13	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2		
	INCLINE	0	7	7	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	2	2	2		
P14	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2		
	INCLINE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3		
P15	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2		
	INCLINE	0	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12		
P16	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6		
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2		
P17	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3		
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2		
P18	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	6	7	8	3	6	4	4	2		
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2		
P19	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6		
	INCLINE	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	8	7	6	5		
P20	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2		

	INCLINE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3
P21	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5
	INCLINE	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P22	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2
	INCLINE	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8
P23	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9
	INCLINE	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8
P24	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	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 kodas	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 kaugosti 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

