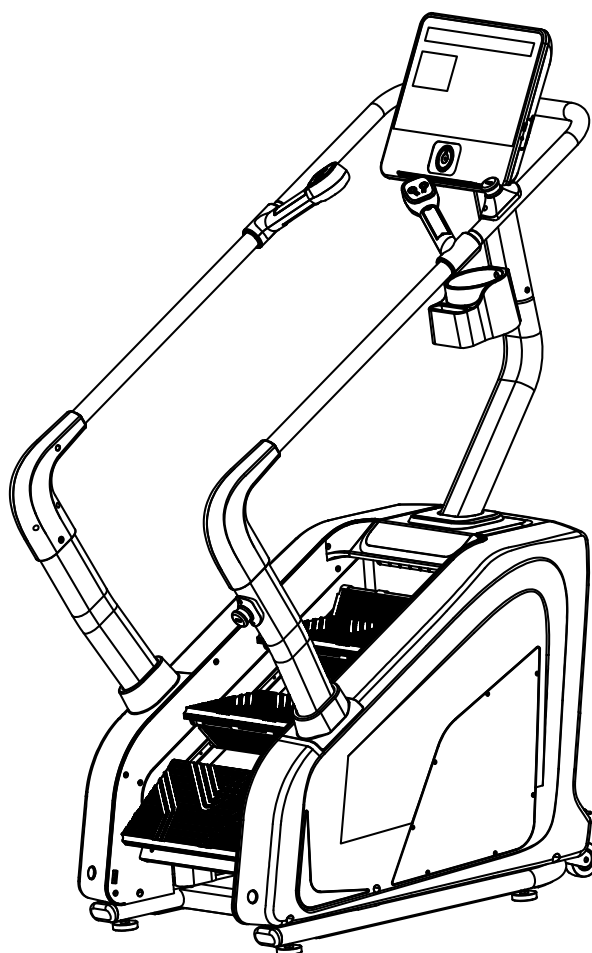


ZIPRO

Legday

EN Training stairs
BG Тренировъчни стъпала
CZ Tréninkové schody
DA Træningstrappe
DE Trainingsstufen / Trainings-Treppen
EE Trepp treeninguks
ES Escaleras de entrenamiento
FI Harjoitusportaat
FR Escaliers d'entraînement
GR Σκάλες προπόνησης
HR Treninške stepenice
HU Edzőlépcső
IT Scale da allenamento
LT Treniruotės laiptai
LV Treniņkāpnes
NL Trainingstrap
PL Schody treningowe
PT Escadas de treino
RO Scări de antrenament
RU Тренировочные ступени / лестница
SK Tréninkové schody
SL Trening stopnice
TR Antrenman merdiveni



PL Podręcznik użytkownika	11
EN User manual	15
БГ Ръководство за употреба	19
CZ Návod k použití	23
DA Brugervejledning.....	27
DE Bedienungsanleitung	31
EE Kasutusjuhend.....	35
ES Manual de usuario	39
FI Käyttöohje	43
FR Manuel d'utilisation.....	47
GR Εγχειρίδιο χρήσης.....	51
HR Upute za uporabu	56
HU Használati útmutató.....	60
IT Manuale d'uso	64
LT Naudojimo instrukcija	68
LV Lietošanas pamācība.....	72
NL Gebruikershandleiding	76
PT Manual de instruções	80
RO Manual de utilizare	84
RU Руководство пользователя.....	88
SK Návod na použitie	93
SL Navodila za uporabo	97
TR Kullanım Kılavuzu	101

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



Scan for full
product guide

EN THE PACKAGE INCLUDES
 BG В КУТИЯТА СЕ НАМИРАТ
 CZ BALENÍ OBSAHUJE
 DA PAKKEN INDEHOLDER
 DE DAS PAKET ENTHÄLT
 ES EN LA CAJA HAY
 ET PAKEND SISALDAB
 FI PAKKAUS SISÄLTÄÄ

FR DANS LA BOÎTE, IL Y A
 GR Η ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ
 HR PAKET UKLJUČUJE
 HU A DOBOZ TARTALMA
 IT NELLA SCATOLA CI SONO
 LT PAKUOTĖJE YRA
 LV IEPAKOJUMĀ IEKĻAUTS
 NL IN DE DOOS BEVINDEN ZICH

PL W KARTONIE ZNAJDUJĄ SIĘ
 RO CUTIA DE CARTON INCLUDE
 RU В КОРОБКЕ НАХОДЯТСЯ
 SK V KARTÓNE SÚ
 SL PAKET VKLJUČUJE
 TR PAKET İÇERİĞİ

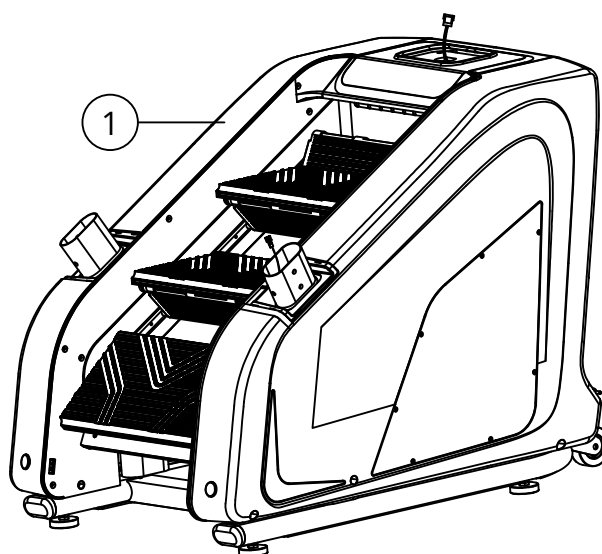
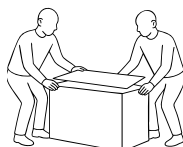
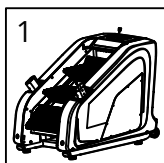
1 	2R / 2L 	3R / 3L 	4 	5 	6
40R / 40L 	41 	42 	45 	47 	52R / 52L
53R / 53L 	72 (x4) M10*30	73 (x10) M10*20	76 (x2) M8*40	77 (x8) M8*20	78 (x2) M6*25
82 (x4) M4*15	89 (x2) M4*8	90 (x10) ST4.0*16	102 (x10) Φ10*1.2	103 (x8) Φ8*1.2	105 (x4) Φ10

EN ASSEMBLY MANUAL
BG ИНСТРУКЦИЯ ЗА МОНТАЖ
CZ NÁVOD NA MONTÁŽ
DA SAMLEVEJLEDNING
DE MONTAGEANLEITUNG
ES MANUAL DE MONTAJE
ET KOOSTAMISJUHEND
FI ASENNUSOHJE

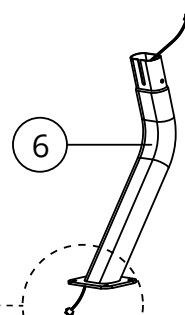
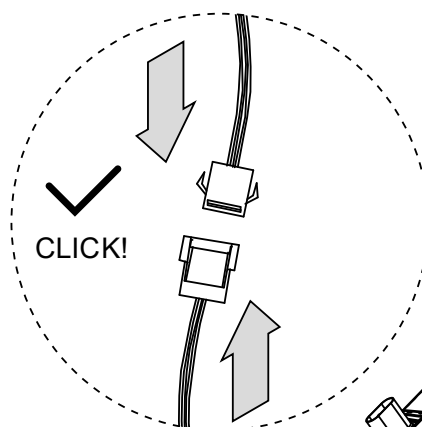
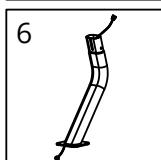
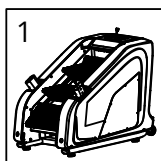
FR INSTRUCTIONS DE MONTAGE
GR ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ
HR UPUTE ZA SASTAVLJANJE
HU ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ
IT ISTRUZIONI DI MONTAGGIO
LT MONTAVIMO INSTRUKCIJA
LV MONTĀŽAS ROKASGRĀMATA
NL MONTAGEHANDLEIDING

PL INSTRUKCJA MONTAŻU
RO INSTRUCȚIUNI DE MONTAJ
RU ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ
SK NÁVOD NA MONTÁŽ
SL NAVODILA ZA SESTAVLJANJE
TR MONTAJ KILAVUZU

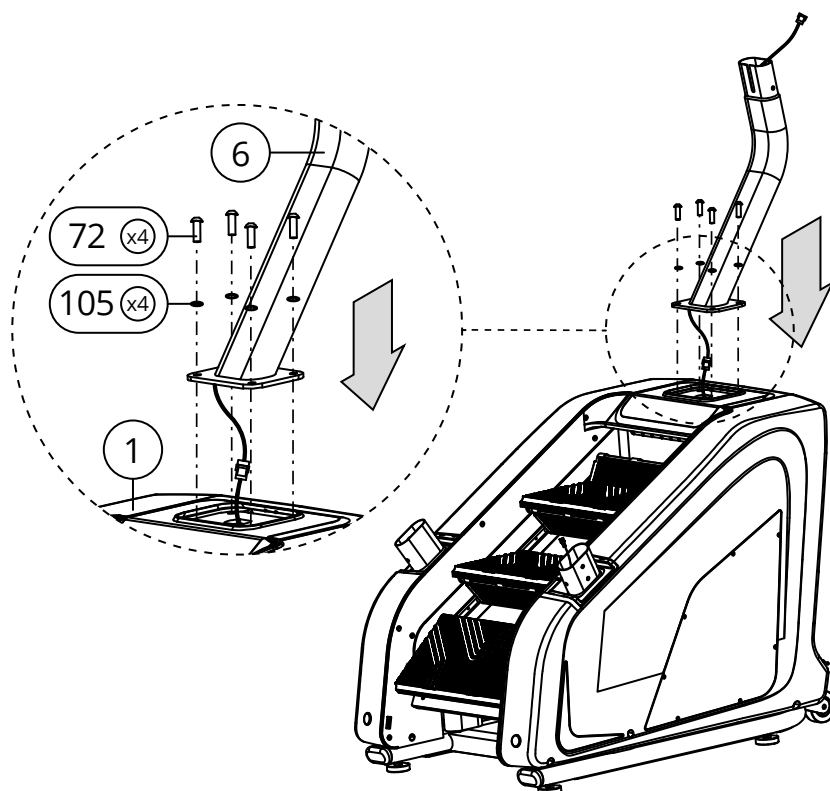
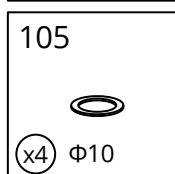
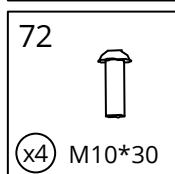
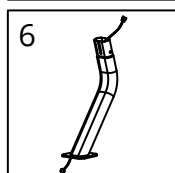
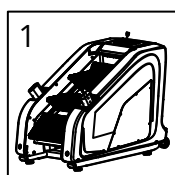
1



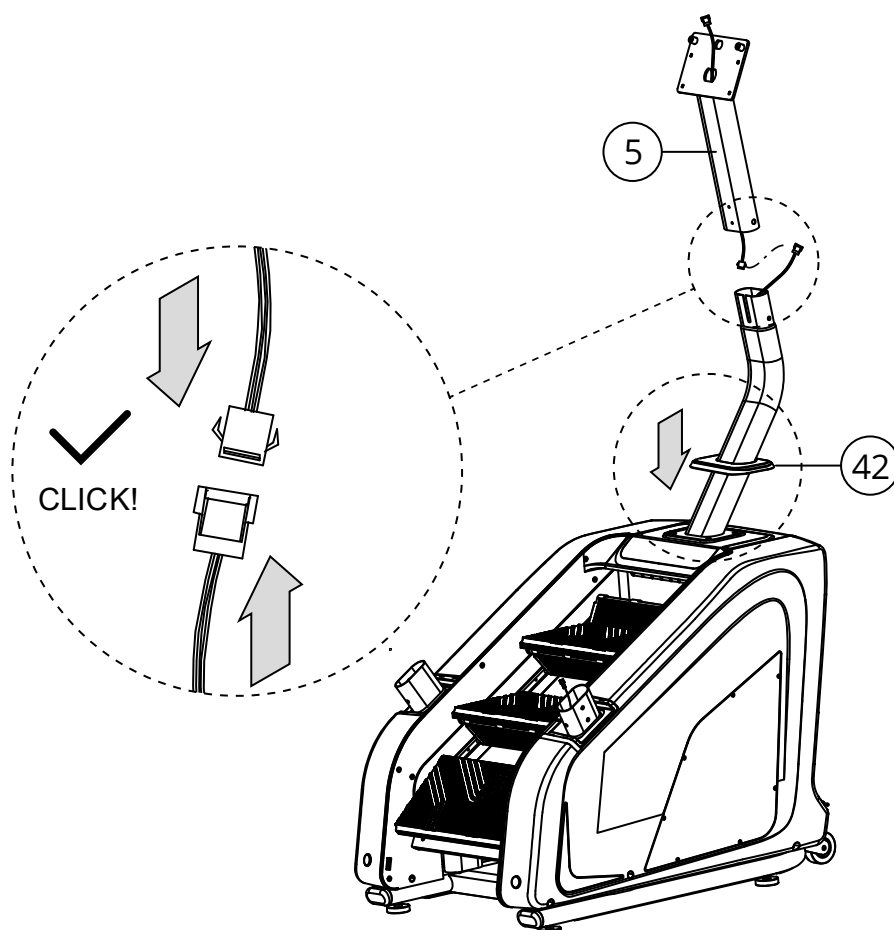
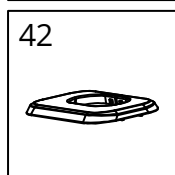
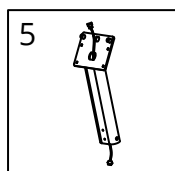
2



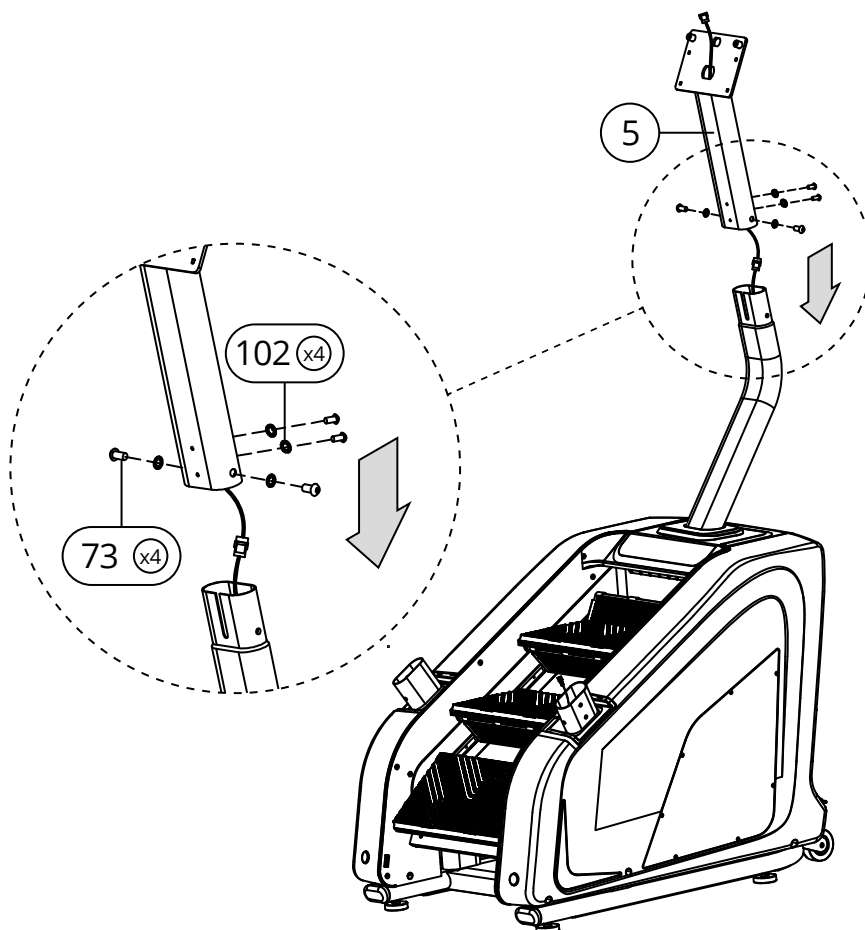
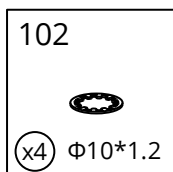
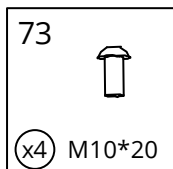
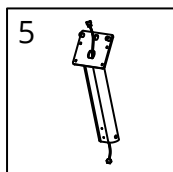
3



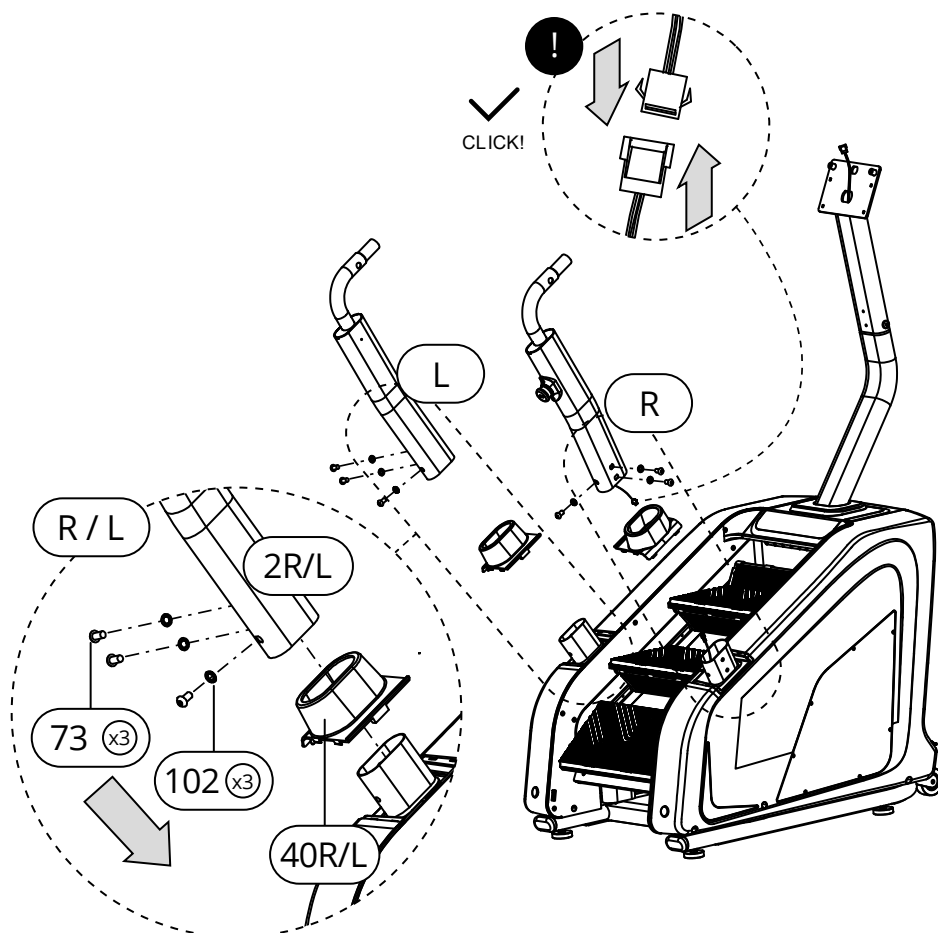
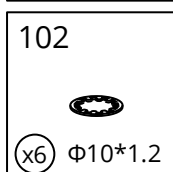
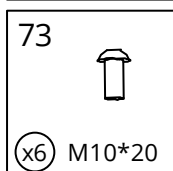
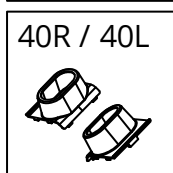
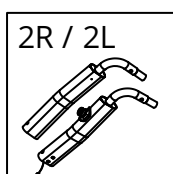
4



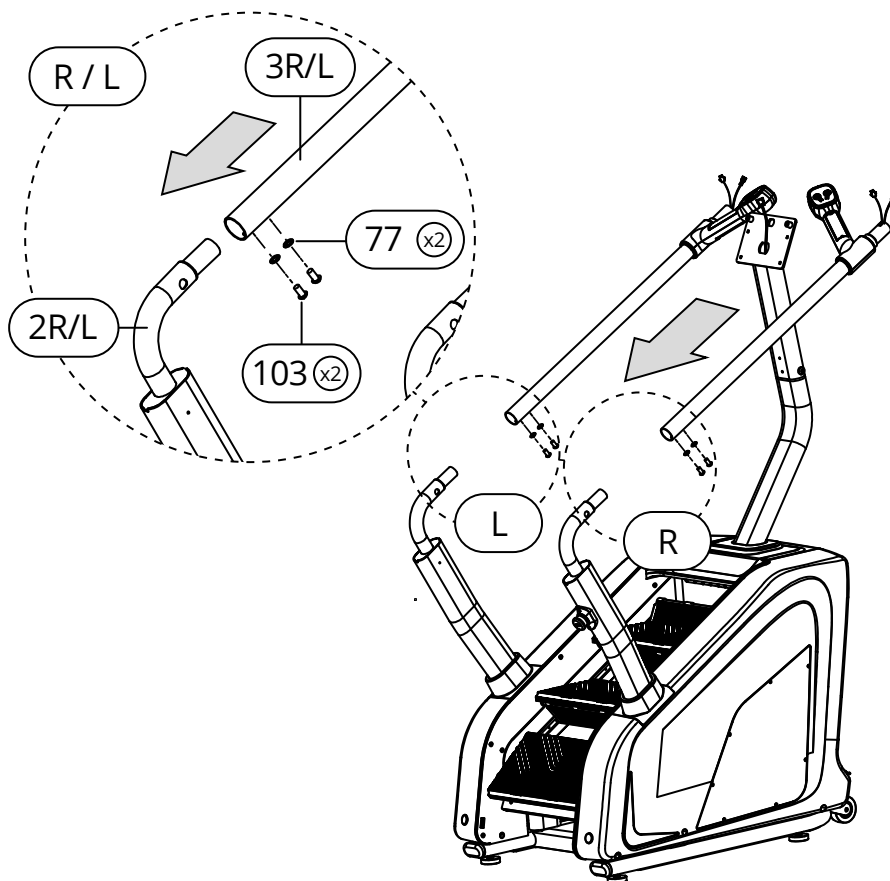
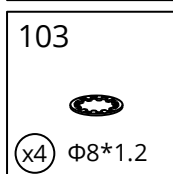
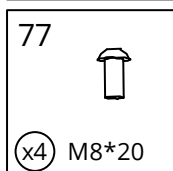
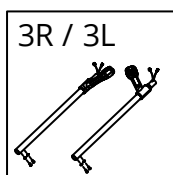
5



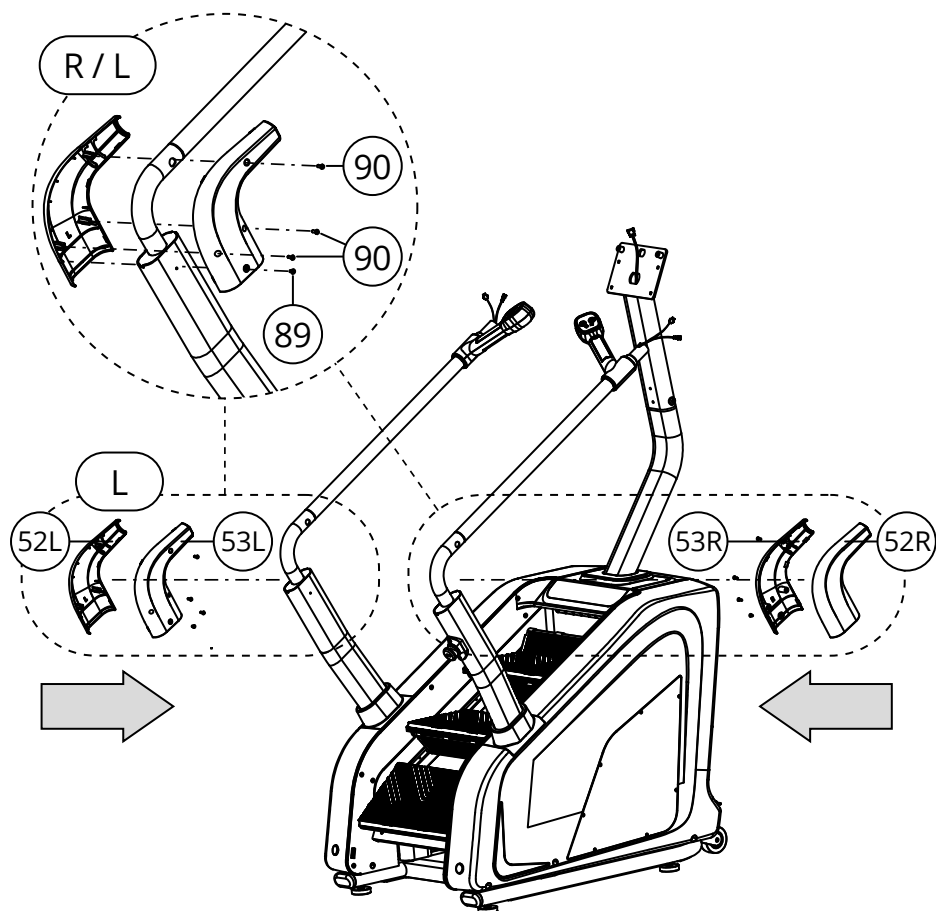
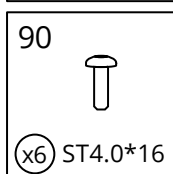
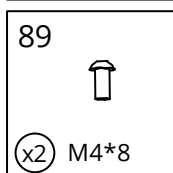
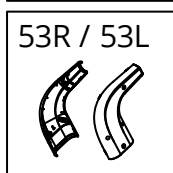
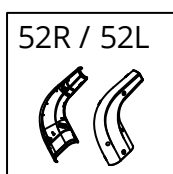
6



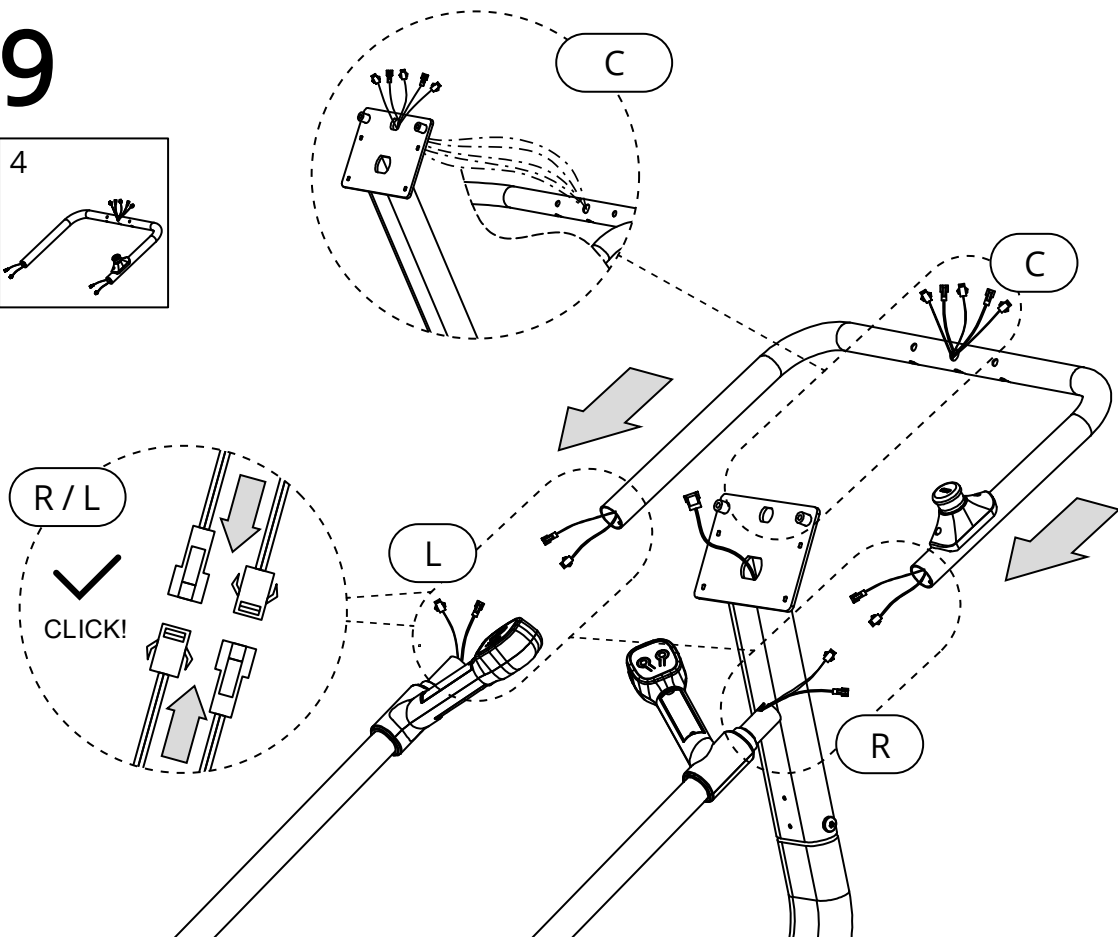
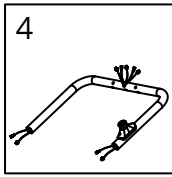
7



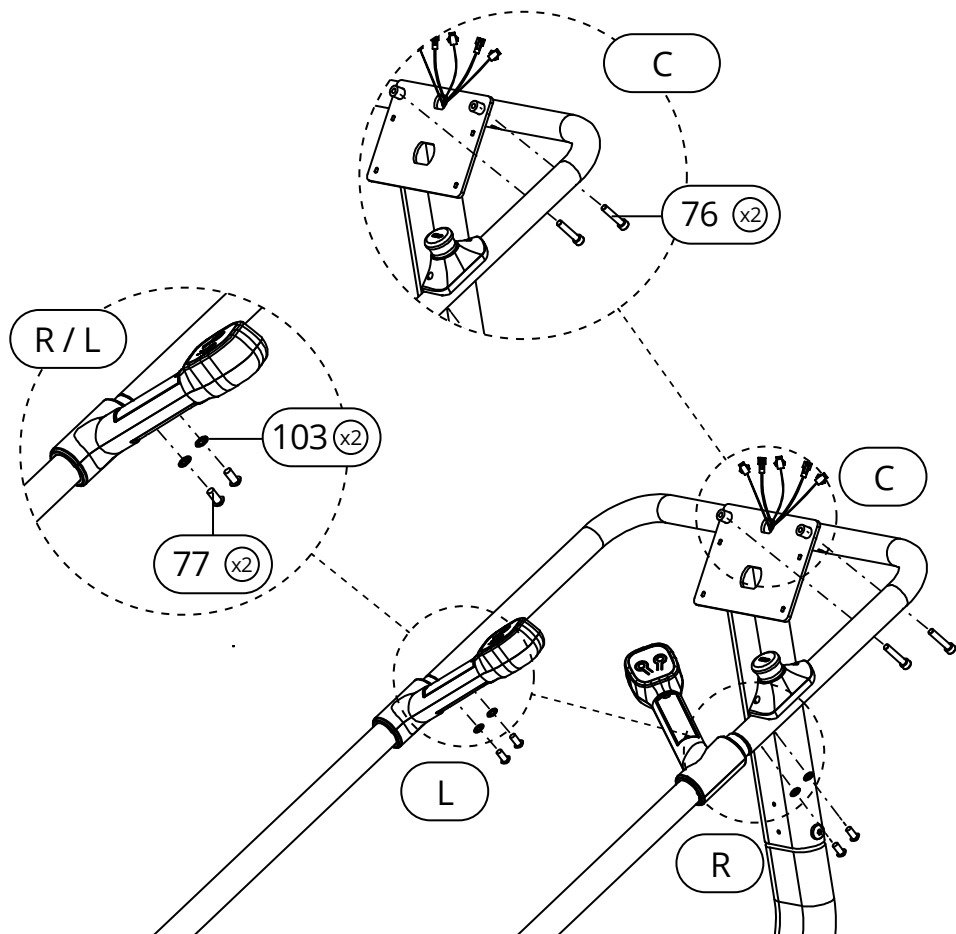
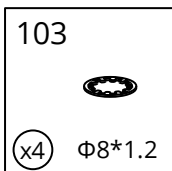
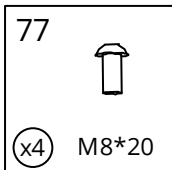
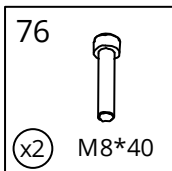
8



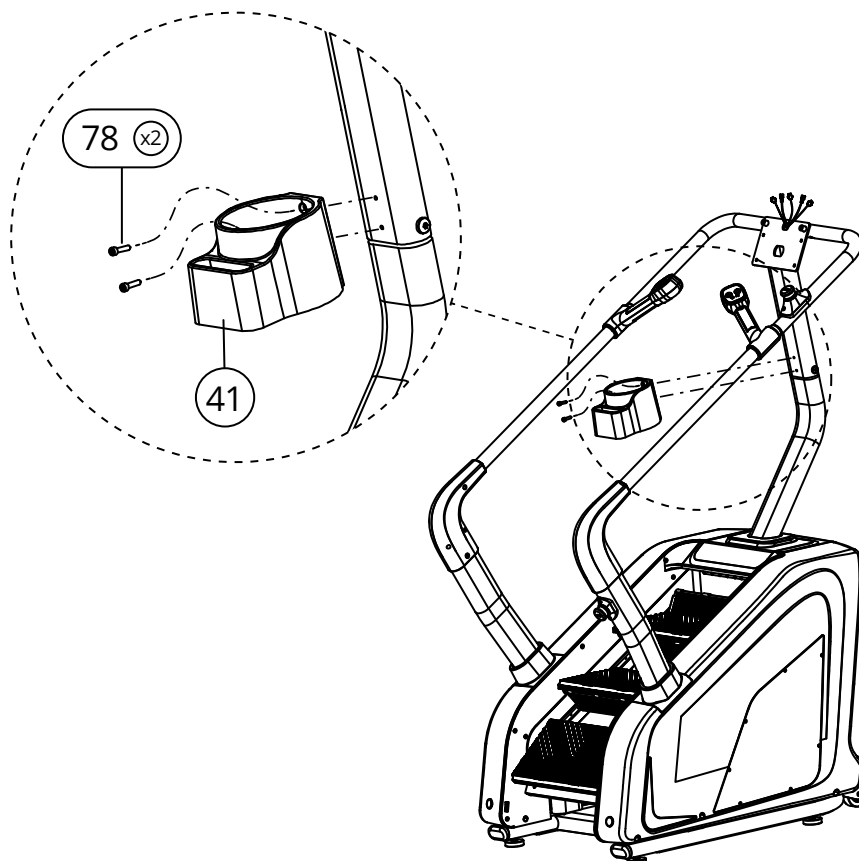
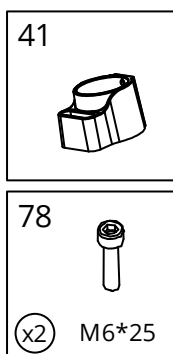
9



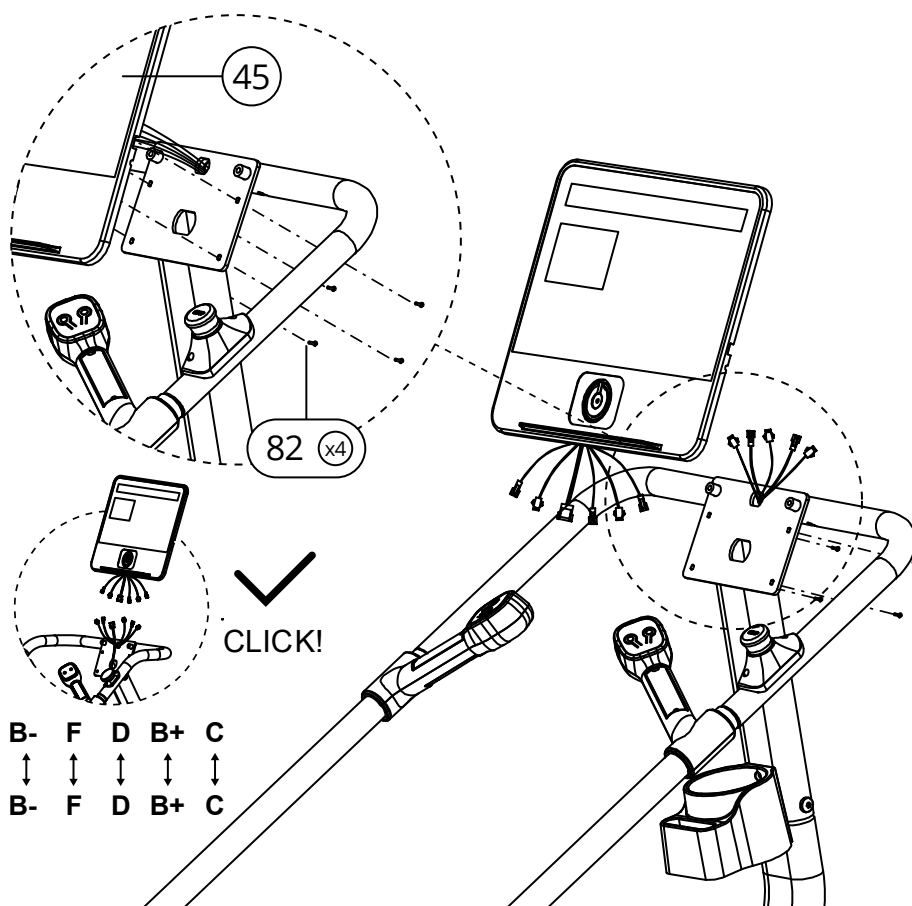
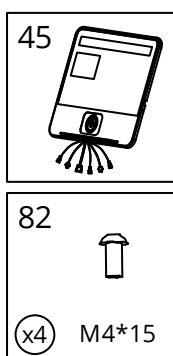
10



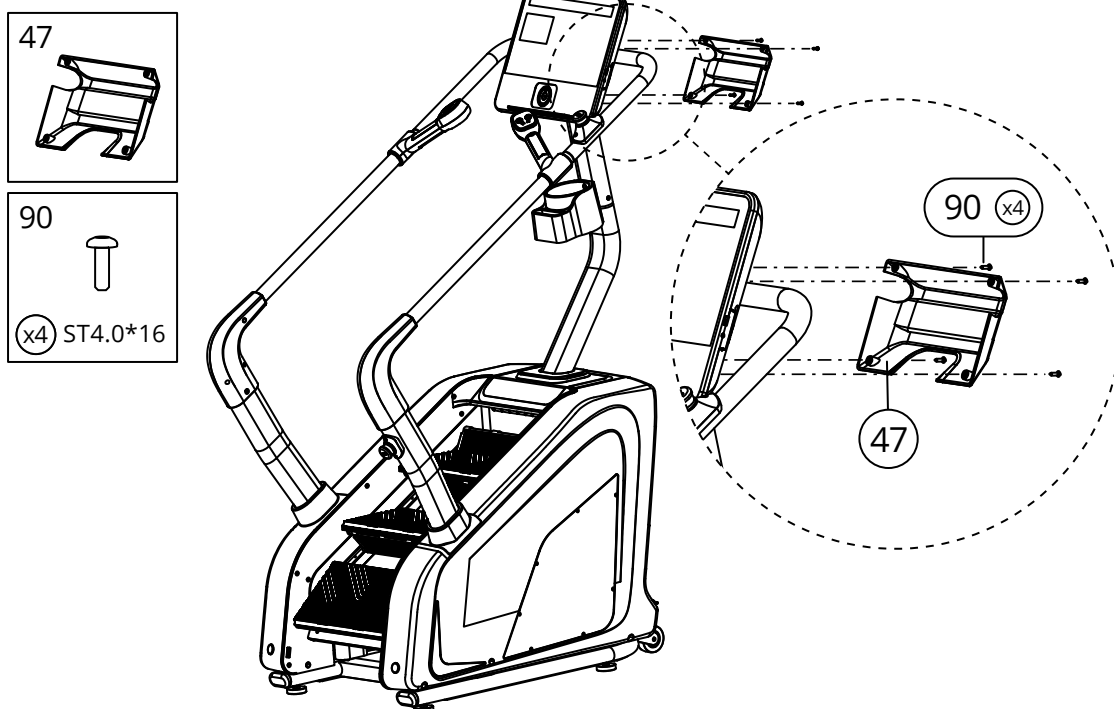
11



12



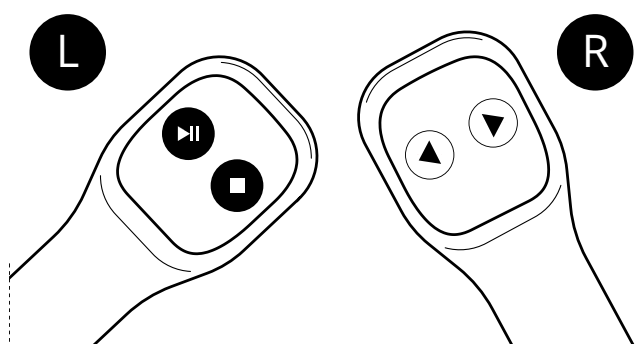
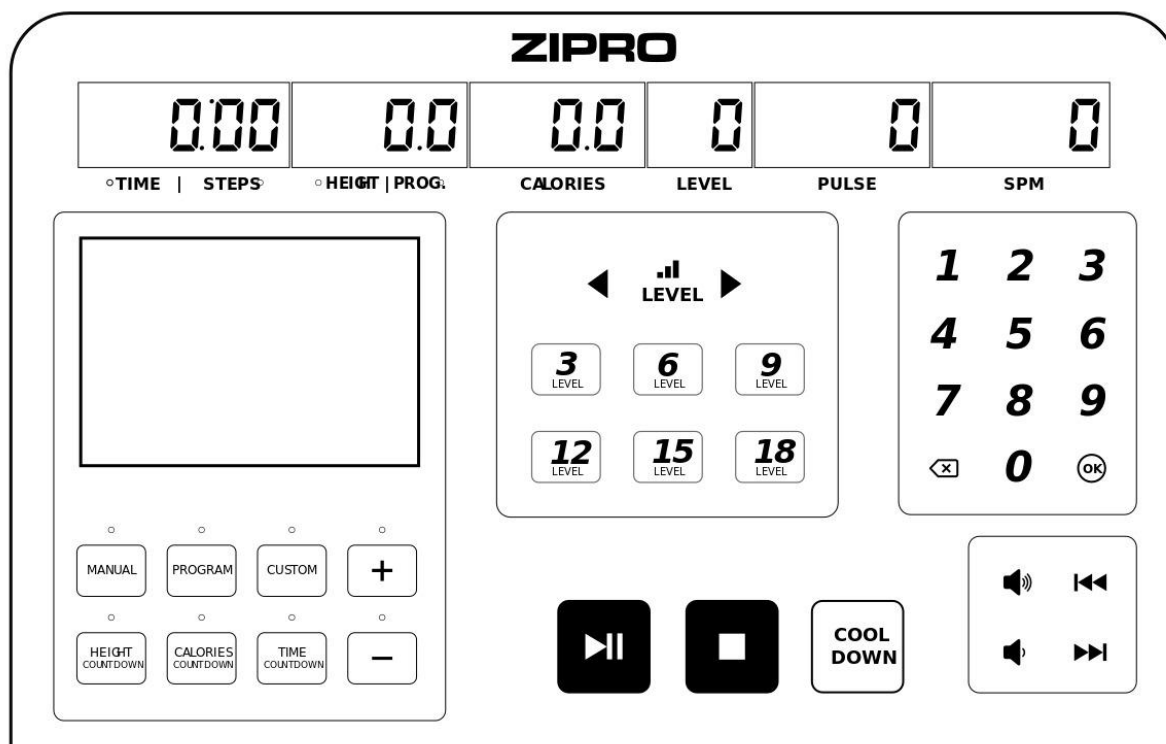
13



INSTRUKCJA OBSŁUGI KOMPUTERA	12
COMPUTER OPERATION INSTRUCTIONS	16
ИНСТРУКЦИЯ ЗА УПОТРЕБА НА КОМПЮТЪРА	20
NÁVOD K OBSLUZE POČÍTAČE	24
BRUGERVEJLEDNING TIL COMPUTEREN	28
BEDIENUNGSANLEITUNG COMPUTER	32
ARVUTI KASUTUSJUHEND	36
INSTRUCCIONES DE USO DEL ORDENADOR	40
TIETOKONEEN KÄYTTÖOHJE	44
INSTRUCTIONS D'UTILISATION DE L'ORDINATEUR	48
ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ	52
UPUTE ZA UPORABU RAČUNALA	57
A SZÁMÍTÓGÉP HASZNÁLATI ÚTMUTATÓJA	61
ISTRUZIONI PER L'USO DEL COMPUTER	65
KOMPIUTERIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJA	69
DATOREKSTRĀDES INSTRUKCIJA	73
HANDLEIDING COMPUTER	77
INSTRUÇÕES DE OPERAÇÃO DO COMPUTADOR	81
INSTRUCTIUNI DE UTILIZARE A COMPUTERULUI	85



ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ КОМПЬЮТЕРА.....	89
NÁVOD NA OBSLUHU POČÍTAČA.....	94
NAVODILA ZA UPORABO RAČUNALNIKA	98
BİLGİSAYAR KULLANIM TALIMATLARI	102



PL Podręcznik użytkownika

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

DANE TECHNICZNE

Zasilanie	220V
Moc maksymalna	900 W
Waga	135 kg
Temperatura użytkowania	0°C do +40°C
Temperatura przechowywania	-10°C do +60°C
Maksymalna waga użytkownika	160 kg
Klasa zastosowania	Klasa SC
Klasa dokładności	Klasa C
Liczba poziomów oporu	25 poziomów
Norma wyrobu (główna)	PN-EN ISO 20957-8:2021
Przeznaczenie	Schody treningowe do użytku półkomercyjnego.

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 czas nie będziesz korzystać ze sprzętu, wyjmij jego wtyczkę zasilania z gniazdka.
- Zwróć uwagę na to, aby przewód elektryczny nie był przynięciony 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.

Przerwanie podczas ćwiczeń może skutkować poważnymi obrażeniami lub śmiercią. Jeśli czujesz się słabo, natychmiast przestań ćwiczyć.

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

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

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

RYZIKO RESZTKOWE

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

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

ZNAKI MANIPULACYJNE NA OPAKOWANIACH TRANSPORTOWYCH



- 1 - Tą stroną w górę. Nie przewracać.
- 2 - Chronić przed upadkiem.
- 3 - Chronić przed wilgocią.
- 4 - Składować maksymalnie w 3 warstwach.
- 5 - Elektrodopady. Konieczne oddanie zużytego sprzętu do punktu recyklingu.
- 6 - Uwaga ciężki produkt.
- 7 - Opakowanie wykonane z tektury.
- 8 - Opakowanie nadające się do recyklingu.
- 9 - Opakowanie zostało wyprodukowane z uwzględnieniem odpowiedzialności za środowisko i recykling. Prosimy o segregowanie odpadów zgodnie z lokalnymi zasadami.
- 10 - Opakowanie wykonane z tektury i tworzyw sztucznych. Prosimy o segregowanie odpadów zgodnie z lokalnymi zasadami.
- 11 - Opakowanie wykonane z tektury i tworzyw sztucznych. Prosimy o segregowanie odpadów zgodnie z lokalnymi zasadami.

OBSŁUGA

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

- Przed rozpoczęciem pierwszego treningu zapoznaj się ze wszystkimi funkcjami i możliwościami regulacji urządzenia.
- Urządzenie posiada elementy, które mogą być narażone na korozję. Z tego powodu nie zaleca się, aby pozostawało w wilgotnym pomieszczeniu. Należy również dbać o to, aby sprzęt (szczególnie jego elementy wewnętrzne oraz elektroniczne) nie był narażony na kontakt z wodą, napojami, potem itp.

- Urządzenie jest przeznaczone tylko do prowadzenia treningu tylko przez osoby dorosłe i absolutnie nie jest zabawką dla dzieci. Jeśli na własną odpowiedzialność pozwolisz z niego korzystać dzieciom, bezwzględnie poinstruuj je o prawidłowym korzystaniu i stale 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 użytkowania urządzenia, zaleca się jego 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 wyłączaj urządzenie i odłączaj od zasilania.

CZYSZCZENIE

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

Do czyszczenia używaj miękkiej wilgotnej szmatki. Nie dotyczy to elementów elektrycznych, silnika, części wewnętrznych - nie pozwól, by w te miejsca nie przedostawała się woda. Chroń przed działaniem wody.

CZYSZCZENIE SILNIKA

Przynajmniej raz w roku pozbywaj się kurzu z silnika. Aby to zrobić najpierw wyłącz urządzenie 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 sprzęt.

ŚRODOWISKO

Urządzenie jest dostarczane w opakowaniu w celu ochrony przed ewentualnymi uszkodzeniami w czasie transportu. Opakowania są surowcami nieprzetworzonymi i mogą być recyklingowane. Wyrzucaj 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 urządzenia elektryczne (w tym licznik, zasilacz) są surowcami wtórnymi - nie wyrzucaj ich do pojemników na odpady domowe, ponieważ mogą one zawierać substancje niebezpieczne dla zdrowia i środowiska. Prosimy o aktywną

pomoc w oszczędnym gospodarowaniu zasobami naturalnymi i ochronie środowiska naturalnego przez przekazanie zużytego urządzenia do punktu składowania surowców wtórnych - zużytych urządzeń elektrycznych.

MONTAŻ

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

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

SCHEMAT MONTAŻOWY (→ Patrz strona 3)

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

LISTA CZĘŚCI

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

NR	OPIS	ILOŚĆ
1	Rama główna	1
2R/2L	Kolumna wsporcza	2
3R/3L	Porecze	2
4	Tylny poręcz	1
5	Kolumna wspornika konsoli	1
6	Kolumna wspornika konsoli II	1
40R/40L	Ostona słupka nośnego	2
41	Uchwyt na butelkę	1
42	Kolumna wspornika konsoli dekoracyjna ostona	1
45	Konsola	1
47	Tylna ostona dekoracyjna konsoli	1

52R/52L	Zewnętrzna dekoracyjna pokrywa	2
53R/53L	Wewnętrzna dekoracyjna pokrywa	2
72	Śruba imbusowa M10 * 30	4
73	Śruba imbusowa M10 * 20	10
76	Śruba imbusowa M8 * 40	2
77	Śruba z płaskim łbem M8 * 20	8
78	Śruba imbusowa M6 * 25	6
82	Śruba Phillips z łbem podkładkowym M4*15	14
89	Wkręt krzyżakowy z łbem z podkładką M4 * 8	2
90	Wkręt krzyżakowy ST4.0*16	40
102	Wewnętrzna ząbkowana podkładka Φ 10*1.2	12
103	Wewnętrzna ząbkowana podkładka Φ 8*1.2	8
105	Podkładka płaska standardowa Φ 10	8

INSTRUKCJA MONTAŻU (→ Patrz strona 3)

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

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

INSTRUKCJA SKŁADANIA I ROZKŁADANIA

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 przytraśnięte.

INSTRUKCJA OBSŁUGI KOMPUTERA

ROZPOCZĘCIE

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

FUNKCJA OSZCZĘDZANIA ENERGII

Komputer 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! W przypadku nagłego zagrożenia natychmiast naciśnij przycisk awaryjnego zatrzymania.

PROGRAMY

Komputer jest wyposażony w 3 programy użytkownika do ustawiania ręcznego, 36 automatycznych programów zapisanych w pamięci, tryby odliczania (czasu, kroków, wysokości, kalorii, poziomu, pulsu, prędkości).

OPIS PRZYCISKÓW

- **START** – służy do uruchamiania urządzenia w trybie manualnym lub wybranego programu.
- **STOP** – służy do zatrzymania pracującego urządzenia. Po wciśnięciu nastąpi także zresetowanie ustawień. Po ponownym uruchomieniu urządzenie rozpocznie pracę w trybie manualnym.
- **COOL DOWN** - naciśnij podczas ćwiczenia, aby uruchomić stopniowe schładzanie zgodne z aktualnym poziomem intensywności. Maszyna równomiernie zwalnia, a po zakończeniu odliczania zatrzymuje się.
- **PROGRAM** – służy do wyboru programu treningowego automatycznego (P1-P12), programu użytkownika (U1-U3) lub funkcji Body Fat przed uruchomieniem.
- **MANUAL** – pozwala wybrać tryb odliczania: czasu, odległości lub kalorii
- **CUSTOM** – quickly switch over the custom program. In this mode, press the confirmation key of the 3 * 4 small keyboard to enter the setting of the custom program segment. You can quickly set the parameters through the parameter "Set + ." during this period.
- **HEIGHT/CALORIES/TIME countdown** - the mode mutual switch key: time can quickly turn on the time reverse mode. You can quickly set the parameters through the parameter "Set + ." during this period. Height can quickly turn on height reverse mode. Calories can quickly turn on calorie counting mode.
- **LEVEL** - przyciski umożliwiają regulację (zwiększanie i zmniejszanie) poziomu co 1 poziom podczas treningu. Przyciski umieszczone są na konsoli komputera oraz na poręczach.
- **PRZYCISKI SZYBKIEGO WYBORU POZIOMU** - pozwalają na dokonanie bezpośredniego wyboru poziomu podczas treningu (3,6,9,12,15,18).

FUNKCJE (SPECYFIKACJA)

TIME/STEPS	Wyświetla aktualny czas ruchu lub liczbę kroków.	00:00-99:59 min
HEIGHT/PROG	Wyświetla wysokość ruchu lub numer programu.	0.0 - 999
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
LEVEL	Wyświetla poziom.	1-25
PULSE	Wyświetla aktualny puls. UWAGA! Pomiar tętna tylko do celów sportowych (wyklucza się zastosowanie medyczne).	50-200 BPM
SPM	Wyświetla aktualną prędkość ruchu.	Steps/min

FUNKCJA POMIARU TĘTNA

Po uruchomieniu schodów 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. Schody rozpoczynają w nim pracę po wciśnięciu **START**, gdy nie zostanie wybrany żaden program treningowy.

- Domyślna prędkość w trybie manualnym to 0.8 km/h.
- Zmiana ustawienia prędkości i poziomu możliwa jest przy pomocy przycisków na komputerze i poręczach.

PROGRAMY TRENINGOWE

Wybierz jeden z 36 automatycznych programów treningowych wciskając przycisk **PROGRAM** tak długo, aż na ekranie wyświetli się odpowiedni numer.

- Gdy wyświetlony zostanie odpowiedni program wciśnij **MODE**. Po wybraniu w oknie wyświetli się i będzie migotała wartość „30:00”. Ustawienia czasu treningu programu można dokonać przyciskami **SPEED +/-**.
- Ustawiony czas treningu dzielony jest proporcjonalnie na 20 etapów. Tabela przedstawia zestawienie etapów i odpowiadającym im prędkości i kąt nachylenia dla każdego programu treningowego. → [Patrz strona 105](#).
- Aby rozpocząć program wciśnij **START**.

PROGRAMY UŻYTKOWNIKA

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

USTAWIANIE PROGRAMU UŻYTKOWNIKA

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

Programy składają się z 20 sekcji. Powtarzaj powyższe czynności, do momentu, aż ustawione zostaną parametry wszystkich sekcji. Programy zostaną zapisane w pamięci komputera do czasu ich następnej edycji. Dane nie zostaną utracone na skutek awarii zasilania.

URUCHAMIANIE PROGRAMU UŻYTKOWNIKA

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

TRYB ODLICZANIA

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

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

ODLICZANE PARAMETRY:

- CZAS: początkowa wartość odliczania to 30 min. Komputer umożliwia ustawienie czasu w zakresie 5-99 minut (co 1 minutę).
- KALORIE: początkowa wartość odliczania to 50 kcal. Komputer umożliwia ustawienie kalorii w zakresie 20-990 kcal (co 10 kcal).
- DYSTANS: początkowa wartość odliczania to 1 km. Komputer umożliwia ustawienie dystansu w zakresie 1,0-99,0 km (co 1 km).

FUNKCJA POMIARU TKANKI TŁUSZCZOWEJ (BODY FAT)

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

Użyj **MODE**, aby wprowadzić parametry:

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

Użyj 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.

1. ROZGRZEWKA

To faza, która poprawia krążenie krwi w całym ciele oraz przygotowuje mięśnie do zmniejszonego 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. Złącz 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

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

SKRĘTY GŁOWY

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

UNOSZENIE RAMION

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

ROZCIĄGANIE ŚCIEGIEŃ ACHILLESA

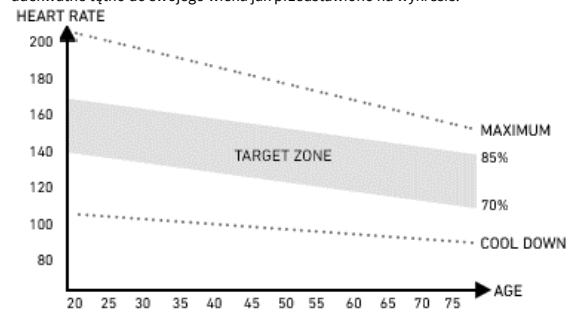
Stać twarzą do ściany, lewą nogę wysuń do przodu i lekko ugnij w kolanie. Prawą trzymaj z tyłu – wyprostowaną, z piętą położoną płasko na podłożu. Trzymaj obie pięty płasko na podłożu i przyciskaj biodra w kierunku ściany. Utrzymuj tę pozycję przez 30 sekund. Powtórz czynność z wysuniętą prawą nogą.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

SKŁONY

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

2. FAZA ĆWICZEŃ

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



3. FAZA ODPRĘŻENIA

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

MOŻLIWE USZKODZENIA I TECHNIKI NAPRAWY

UWAGA! Otwarcie obudowy urządzenia bez wcześniejszego skontaktowania się z serwisem producenta powoduje utratę gwarancji. W przypadku podejrzenia wystąpienia usterki wymagającej otwarcia obudowy skontaktuj się z serwisem producenta.

OPIS BŁĘDU	MOŻLIWE PRZYCZYNY	ROZWIĄZANIE PROBLEMU
----- Problem z wyświetlaczem	Brak zasilania lub brak dopływu prądu Wyłącznik zasilania nie jest włączony. Napięć bez zasilania lub uszkodzony. Przerwany obwód przewodu sygnałowego licznika elektronicznego Licznik elektroniczny jest uszkodzony	Podłącz przewód zasilający do gniazda AC lub sprawdź gniazdo AC. Ustaw wyłącznik zasilania w pozycji ON. Naciśnij ponownie zabezpieczenie przed przeciążeniem lub wymień napięć. Wymień przewód sygnałowy i podłącz go ponownie. Wymień licznik elektroniczny.
Wyświetlacz niekompletny, brakujące segmenty	Układ scalony sterownika wyświetlacza (IC) wadliwe lutowanie lub ciągłe lutowanie Uszkodzony układ scalony sterownika wyświetlacza (IC)	Konieczna naprawa, sprawdź punkty lutownicze, solidne lutowanie na miejscu. Odłącz kabel i konieczna naprawa, wlutuj nowy układ scalony

		sterownika wyświetlacza (IC).
Wyświetlacz licznika elektronicznego	Odłączenie blokady bezpieczeństwa	Umieść blokadę bezpieczeństwa w pozycji przysawki lub karty na panelu.
	Odłączony wyłącznik awaryjny sterownika	Podłącz lub obróć wyłącznik awaryjny w prawidłowej pozycji
-lub-	Magnetron nie jest załączony (jeśli występuje)	Magnetron jest zainstalowany w prawidłowej pozycji.
E01 - Błąd komunikacji (sterownik nie odbiera sygnału z licznika elektronicznego);	Przewód sygnałowy licznika elektronicznego jest źle podłączony lub ma słaby styk.	Podłącz ponownie wtyczkę
E02 - Błąd komunikacji (licznik elektroniczny nie odbiera sygnału ze sterownika)	Przewód sygnałowy licznika elektronicznego jest uszkodzony, zwarty lub przerwany	Wymień przewód sygnałowy. Skontaktuj się z serwisem producenta
	Przyczyna leży w przewodzie sygnałowym licznika elektronicznego	Wymień licznik elektroniczny. Skontaktuj się z serwisem producenta
	Usterka obwodu sygnałowego sterownika	Wymień napęd. Skontaktuj się z serwisem producenta.
E08 - Awaria podłączenia dolnego sterowania	Detekcja czy podłączenia na końcu maszyny jest zablokowana.	Usuń blokujące ciało obce.
	Awaria czujnika IR	Wymień czujnik. Skontaktuj się z serwisem producenta.
	Usterka sterownika.	Wymień sterownik. Skontaktuj się z serwisem producenta
E48 - Brak sygnału wykrywania prędkości (z sterownikiem wykrywającym prędkość)	Przewód sygnału prędkości nie jest podłączony lub czujnik jest uszkodzony	Włóż ponownie przewód sygnału prędkości lub wymień czujnik. Skontaktuj się z serwisem producenta
	Obwód czujnika sterownika jest uszkodzony	Wymień napęd. Skontaktuj się z serwisem producenta
Urządzenie nie działa	Brak zasilania	Podłącz urządzenie do prądu.
	Wypięty klucz bezpieczeństwa	Wepnij klucz bezpieczeństwa.
	Zwarcie	Skontaktuj się z serwisem producenta.
	Przełącznik ON/OFF nie jest włączony	Włącz urządzenie.
	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 / 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 starting assembly and first use of the device. This manual contains important information regarding the safe use and maintenance of the equipment. Keep it for future reference regarding maintenance or ordering spare parts.

TECHNICAL DATA

Power supply	220V
Maximum power	900 W
Weight	135 kg
Operating temperature	0°C to +40°C
Storage temperature	-10°C to +60°C
Maximum user weight	160 kg
Application class	Class SC
Accuracy class	Class C
Number of resistance levels	25 levels
Product standard (main)	EN ISO 20957-8:2021
Intended use	Home trainer for use semi-commercial

SAFETY

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

- The device has been designed and constructed based on the latest knowledge in the field of safety. Dangerous elements that could potentially pose a risk of injury have been eliminated or relatively secured.
- Repairs and modifications on your own are not allowed.
- Check the correct tightening of screws, bolts and nuts once every one or two months.
- In order to ensure permanent safety, check and maintain regularly (i.e. once a year) equipment at a specialist store.
- All changes to the device that have not been described in this manual may cause damage or directly endanger the health and life of the person exercising. Changes to the device may only be made by the manufacturer's service staff 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.
- If you have any questions or concerns regarding the equipment, please contact a specialist store.

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

- The device is powered by a mains voltage of 220V.**
- All electrical devices emit electromagnetic radiation during operation. If other devices emitting such radiation (e.g. mobile phones) are located near the electronic control system or cockpit, some values (such as heart rate) may be distorted.
- ATTENTION!** Never make any modifications to the electrical network yourself. Entrust such changes to specialists.
- ATTENTION!** Remember to unplug the power plug from the socket before starting any repairs, maintenance or cleaning of the equipment.
- Do not use extension cords to connect the device.
- If for a longer time you will not be using the equipment, unplug its power plug from the socket.
- Make sure that the electrical cable is not crushed and that its placement does not pose 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! Incorrect 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 equipment use should be warned of potential hazards. Exercise extra caution in the presence of children.

CAUTION! Before starting exercise, consult a doctor to make sure you don't have any health contraindications to training on the device. Based on the specialist's opinion, you can develop your training plan. An incorrectly chosen program or excessive exercise can be dangerous to your health and life.

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

CAUTION! Absolutely follow the training instructions in this manual.

- When choosing a place to train, ensure 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 distance from the wall. The safety zone is 2000 mm and at least as wide as the equipment.

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

RESIDUAL RISK

- If fall protection is not used or is used incorrectly, there is a residual risk, i.e. a person falling causing abrasions, bruises, fractures or in the worst case, death.
- There is a residual risk of unintended overload of the exerciser due to improper operation or incorrect assessment, as well as incorrect data transmission (due to electromagnetic interference, software error, etc.). Even the best software and hardware protection does not exclude software or hardware errors and may theoretically overload the exerciser.
- The product is an electrical device, therefore, electric shock, which can lead to death, cannot be ruled out.
- Residual risk of suffocation cannot be ruled out.
- The risk can be reduced by following the information about safety contained in the instruction manual.
- It cannot be ruled out that unintended or unauthorized use will cause 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". From the assessment and control of the product it follows, that the probability of unacceptable risk is very low. The device (its construction, method of operation and application) does not - under normal conditions - pose an unjustified risk to the exerciser or third parties.

HANDLING MARKS ON TRANSPORT PACKAGING



- 1 - This side up. Do not overturn.
- 2 - Protect from falling.
- 3 - Protect from moisture.
- 4 - Stack a maximum of 3 layers.
- 5 - WEEE. It is necessary to return used equipment to a recycling point.
- 6 - Caution, heavy product.
- 7 - Packaging made of cardboard.
- 8 - Packaging suitable for recycling.
- 9 - The packaging has been produced with environmental responsibility and recycling in mind. Please sort waste according to local regulations.
- 10 - Packaging made of cardboard and plastics. Please sort waste according to local regulations.
- 11 - Packaging made of cardboard and plastics. Please sort waste according to local regulations.

OPERATION

Before starting your workout, 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 is corrosion. For this reason, it is not recommended that it remains in a humid room. You should also ensure that the equipment (especially its internal and electronic components) is not exposed to water, drinks, sweat, etc.
- The device is intended 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 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.
- Noise emission during 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 device, it is recommended to regularly check for wear of parts. This applies to checking the tightness and condition of nuts, bolts, moving parts, sleeves, etc.
Store the device in a dry and warm place. Do not expose the device to sunlight.

CAUTION! Always turn off the device before starting maintenance and disconnect from the power supply.

CLEANING

Regular cleaning of the device will extend its life and maintain its high efficiency. Use a soft, damp cloth for cleaning. This does not apply to electrical components, the motor, internal parts - do not allow water to get into these places. Protect from water.

MOTOR CLEANING

At least once a year, remove dust from the motor. To do this, first turn off the device 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 to the power supply, you can start the equipment.

ENVIRONMENT

The device is delivered in packaging to protect it from possible damage during transport. Packaging is unprocessed raw materials and can be recycled. Dispose of these materials in the appropriate colored containers 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 designated recycling collection point. Used electrical equipment (including meter, power supply) are recyclable materials - do not dispose of them in household waste containers, as they may contain substances hazardous to health and the environment. We ask for your active help in economical

management of natural resources and protection of the natural environment by handing over the used equipment to a recycling collection point - 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 the parts list and whether any elements have been damaged during transport. If any elements are missing or you have any reservations, please contact the seller.
- Familiarize yourself with the drawings and explanations and assemble in the order given in the assembly instructions.
- Be careful during assembly. While using tools and elements, there is a risk of injury.
- Remember to maintain a safe environment. Do not scatter tools and assembly elements chaotically. Remember that plastic films and bags pose a risk of suffocation to children.
- Assembly elements needed to perform a given step of the assembly instructions are shown in the drawings and explanations. Use the elements indicated in the assembly instructions.
- In the first stages of assembly, do not tighten the parts completely. Do this after placing all the parts and making sure they are properly seated.
- The manufacturer reserves the right to pre-assemble certain elements.

ASSEMBLY DIAGRAM (→ See page 3)

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

PARTS LIST

A complete parts list is available by contacting serwis@zipro.pl or on the website Zipro.store in the product description.

NO.	DESCRIPTION	QTY
1	Main frame	1
2R/2L	Columnsis supporta	2
3R/3L	Handrails	2
4	Rear handrails	1
5	Console bracket column	1
6	Console bracket column II	1
40R/40L	Support post cover	2
41	Bottle holder	1
42	Console bracket column decorative cover	1
45	Console	1
47	Rear decorative console cover	1
52R/52L	Outer decorative cover	2
53R/53L	Inner decorative cover	2
72	Screw socket M10 * 30	4
73	Screw socket M10 * 20	10
76	Screw socket M8 * 40	2
77	Flat head screw M8 * 20	8
78	Screw socket M6 * 25	6
82	Phillips screw with head washer faced M4*15	14
89	Cross recessed screw with washer faced head M4 * 8	2
90	Cross recessed screw ST4.0*16	40
102	Internal tooth lock washer Φ 10*1.2	12
103	Internal tooth lock washer Φ 8*1.2	8
105	Plain washer standard Φ 10	8

ASSEMBLY INSTRUCTIONS (→ See page 3)

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

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

INSTALLATION AND DISASSEMBLY INSTRUCTIONS

ASSEMBLING THE DEVICE

WARNING! Before assembly, carefully check that all screws are tightened. WARNING! During assembly, be careful not to trap your hands and fingers.

COMPUTER OPERATION INSTRUCTIONS

GETTING STARTED

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

ENERGY SAVING FUNCTION

The computer will enter energy saving mode automatically if there is no activity for 10 minutes. Press any key to resume.

EMERGENCY STOP OF THE DEVICE

WARNING! In case of sudden danger, immediately press the emergency stop button.

PROGRAMS

The computer is equipped with 3 user programs for manual setting, 36 automatic programs stored in memory, countdown modes (time, steps, height, calories, level, heart rate, speed).

DESCRIPTION OF BUTTONS

- **START** - is used to start device in mode manual or selected a program.
- **STOP** - is used to stop working the device. After pressing it will also reset settings. After restart of the device will start working in mode manual.
- **COOL DOWN** - press during exercise to initiate a gradual cool-down based on the current intensity level. The machine slows down evenly and stops after the countdown is complete.
- **PROGRAM** - is used to select a program training automatic (P1-P12), user program (U1-U3) or the function Body Fat before starting.
- **MANUAL** - allows you to select the mode countdown: time, distance or calories
- **CUSTOM** - quickly switch over the custom program. In this mode, press the confirmation key of the 3 * 4 small keyboard to enter the setting of the custom program segment. You can quickly set the parameters through the parameter "Set + -" during this period.
- **HEIGHT/CALORIES/TIME countdown** - the mode mutual switch key: time can quickly turn on the time reverse mode. You can quickly set the parameters through the parameter "Set + -" during this period. Height can quickly turn on height reverse mode. Calories can quickly turn on calorie counting mode.
- **LEVEL** - buttons allow adjustment (increasing and decreasing) level by 1 level during training. Buttons are located on console computer and on handrails.
- **QUICK SELECTION BUTTONS LEVEL** - allow for making direct selection level during training (3,6,9,12,15,18).

FUNCTIONS (SPECIFICATION)

TIME/STEPS	Displays the current movement time or number of steps.	00:00-99:59 min
HEIGHT/PROG	Displays movement height or program number.	0.0 - 999
CALORIES	Counts the total number of calories burned from the start to the end of the exercise. (The measurement is approximate for comparing different exercise sessions and should not be used for treatment).	0.0-999 kcal
LEVEL	Displays the level.	1-25
PULSE	Displays the current pulse. NOTE! Heart rate measurement for sports purposes only (medical use is excluded).	50-200 BPM
SPM	Displays the current movement speed.	Steps/min

HEART RATE MEASUREMENT FUNCTION

After starting the stepper hold both hands on the sensors for measuring pulse. After 30 seconds, the current pulse 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 application is excluded).

MANUAL PROGRAM

The manual program is the default operating mode of the device. The Stair Climber starts in it after pressing **START**, when no training program is selected.

- The default speed in manual mode is 0.8 km/h.
- Changing the speed and level is possible using the buttons on the console and handrails.

TRAINING PROGRAMS

Choose one of the 36 automatic training programs by pressing the **PROGRAM** button until the appropriate number is displayed on the screen.

- When displayed is the appropriate the program press **MODE**. After selecting in the window will display and will blink the value "30:00". Settings of time training program can be made with the **SPEED +/-**.
- Set time training is divided is proportionally into 20 stages. The table shows a summary of stages and corresponding to them speeds and angle of inclination for each training program .. → [See page 105](#).
- To start program press **START**.

USER PROGRAMS

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

SETTING A USER PROGRAM

- In standby mode, press the **PROGRAM** button to select one of the user programs. The panel will display the numbers of the automatic programs in sequence, followed by the user programs.

- When the appropriate program is displayed, press **MODE** to start editing the first section of the program.
Use the **SPEED +/-** buttons to set the speed.
- Press **MODE** to confirm the parameter settings for the first section and move on to editing the next.

Programs consist of 20 sections. Repeat the above steps until the parameters of all sections have been set.
Programs will be stored in the computer memory until they are edited again.
Data will not be lost due to power failure.

RUNNING A USER PROGRAM

- W mode standby, press the **PROGRAM**, to select one of the programs user. After selection in the window will display and will blink the value "30:00".
Use the buttons **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** for setting the time of the workout. The set time of the workout is divided proportionally into 20 into 20 stages.
- To start program press **START**.

COUNTDOWN MODE

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

- To set the counted down value, use the **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Starting the treadmill and countdown will start after pressing the button **START**.

COUNTDOWN PARAMETERS:

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

BODY FAT MEASUREMENT FUNCTION (BODY FAT)

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

Use **MODE**, to enter the parameters:

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

Use the **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 condition, strengthen your muscles, and in combination with a proper diet, it will allow you to burn unnecessary fat tissue.

1. WARM-UP

This is a phase that improves blood circulation throughout the body and prepares 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 INNER THIGH MUSCLES

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

THIGH STRETCHING

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 TURNS

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 arm as high as possible and hold for a few seconds. Repeat with your right arm.

ACHILLES TENDON STRETCH

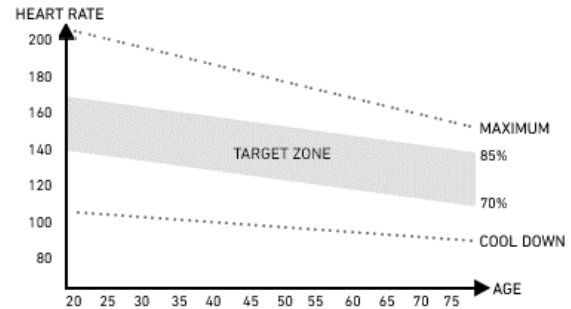
Stand facing the wall, extend your left leg forward and bend it slightly at the knee. Keep your right leg back - straight, with your heel flat on the ground. Keep both heels flat on the ground and press your hips towards the wall. Hold this position for 30 seconds. Repeat with your right leg extended.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

BENDS

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

2. EXERCISE PHASE

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



3. RELAXATION PHASE

This phase allows you to calm circulation and relax your muscles. It is a repetition of warm-up exercises. Remember that do not strain your 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 defect requiring opening the housing, contact the manufacturer's service.

ERROR DESCRIPTION	POSSIBLE CAUSES	PROBLEM SOLUTION
---- Problem with display	No power or no power supply	Connect the power cord to the AC outlet or check the AC outlet.
	The power switch is not turned on.	Set the power switch to the ON position.
	Drive without power or defective.	Reset overload protection or replace drive.
	Interrupted circuit of the electronic counter signal cable Electronic counter is defective	Replace the signal cable and reconnect it. Replace the electronic counter.
Display incomplete, missing segments	Display driver IC faulty soldering or continuous soldering	Repair required, check solder joints, solid soldering in place.
	Defective display driver IC	Disconnect the cable and Repair required, solder in a new IC display driver IC.
Electronic counter display	Safety lock disconnected	Place the safety lock in the suction cup or card position on the panel.
	Disconnected driver emergency switch	Connect or rotate the emergency switch to the correct position
-or-	Magnetron is not engaged (if present)	Magnetron is installed in the correct position.
E01 - Communication error (controller does not receive a signal from the electronic counter);	The electronic counter signal cable is poorly connected or has a weak contact.	Reconnect the plug
E02 - Communication error (electronic counter does not receive a signal from the controller)	The electronic counter signal cable is damaged, shorted or interrupted	Replace the signal cable. Contact the manufacturer's service department
	The cause lies in the signal cable of the electronic counter	Replace the electronic counter. Contact the manufacturer's service department
	Driver signal circuit fault	Replace the drive. Contact the manufacturer's service department.
E08 - Lower control connection failure	Detection if the connection is at the end of the machine is blocked.	Remove the blocking foreign object.
	IR sensor failure	Replace the sensor. Contact the manufacturer's service department.
	Controller malfunction.	Replace the controller. Contact the manufacturer's service department

E48 - No speed detection signal (with speed detection controller)	The speed signal cable is not connected or the sensor is faulty	Reconnect the speed signal cable or replace the sensor. Contact the manufacturer's service department
	Controller sensor circuit is faulty	Replace the drive. Contact the manufacturer's service department
Device not working	No power	Connect the device to a power source.
	Safety key unplugged	Plug in the safety key.
	Short circuit	Contact the manufacturer's service department.
	ON/OFF switch is not on	Turn on the device.
	The drive belt is too loose	Contact the manufacturer's service department.

WARRANTY

The seller, on behalf of the Warrantor, provides a warranty within the territory of the 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 Buyer's rights resulting from the Consumer Rights Act.

The warranty card is on the last page.

WARRANTY CONDITIONS

- Only hidden defects caused by the manufacturer's fault are subject to complaint and warranty.
- The warranty will be honored by the store or service center upon presentation by the customer of:
 - 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 claimed 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 moment the Customer reports the defect.
- Manufacturing defects and damages revealed during the warranty period will be repaired free of charge within a period not exceeding 21 days from the date the goods are delivered to the store or service center.
- If it is necessary to import parts, the warranty repair period may be extended by the time needed to import them, but not longer than 40 days.
- The warranty does not cover:
 - mechanical damage and defects caused by them,
 - damage and defects resulting from improper use and storage, improper assembly and maintenance,
 - damage and wear of consumable parts such as: cables, belts, rubber elements, pedals, foam grips, wheels, bearings, upholstery.
 - activities related to assembly and maintenance, which, according to the user manual, the user is obliged to perform on his own.
- The warranty does not apply in the following cases:
 - expiration of the warranty period,
 - repairs and modifications made by the customer using non-original parts,
 - when the defect results from incorrect installation or failure to comply with the rules of proper operation described in the user manual,
 - use other than domestic use,
 - damage caused in transport.
- Duplicates of the warranty card will not be issued.
- Under the warranty, the customer has the right to demand the following types of free compensation:
 - product repair,
 - product replacement,
 - price reduction,
 - termination of the contract and full refund of costs incurred.
- To file a complaint, you must:
 - Present the product or part thereof to which the warranty applies.
 - 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.
 - If a dirty product is delivered, the service center may refuse to accept it or, at the customer's expense and with his written consent, carry out cleaning.
- If the complaint is accepted, the equipment will be repaired or replaced with a new one, or the customer will be refunded. The cost of transporting the goods to the customer is covered by the manufacturer's service.
- In the event of rejection of the warranty claim, the customer will receive a detailed justification of the decision and, within 14 days from the date of the decision, the equipment will be sent back to the customer at his expense.

БГ Ръководство за употреба

Уважаеми потребителю,
Запознайте се със следната инструкция преди да започнете монтажа и първата употреба на уреда. Тази инструкция съдържа важна информация относно безопасността на употреба и поддръжката на оборудването. Съхранявайте я, за да можете да използвате информацията относно поддръжката или поръчката на резервни части.

ТЕХНИЧЕСКИ ДАННИ

Захранване	220V
Максимална мощност	900 W
Тегло	135 kg
Температура на употреба	0°C до +40°C
Температура на съхранение	-10°C до +60°C
Максимално тегло на потребителя	160 kg
Клас на приложение	Клас SC
Клас на точност	Клас C
Брой нива на съпротивление	25 нива
Стандарт на продукта (основен)	EN ISO 20957-8:2021
Предназначение	стъпала за тренировки за употреба полутърговския.

БЕЗОПАСНОСТ

ВНИМАНИЕ! Устройството трябва да се използва само по предназначение, т.е. за тренировки от възрастни. Всяка друга употреба на устройство то може да бъде опасно. Производителят не носи отговорност за щети, причинени от неправилна употреба на устройството.

- Устройството е проектирано и конструирано въз основа на най-новите познания в областта на безопасността. Опасните елементи, които биха могли да представляват риск от нараняване, са елиминирани или относително обезопасени.
- Не се допускат ремонти и промени на своя отговорност.
- Проверявайте дали винтовете, болтовете и гайките са затегнати правилно веднъж на един или два месеца.
- За да се гарантира трайна безопасност, редовно (т.е. веднъж годишно) проверявайте и поддържайте оборудването в специализиран търговски обект.
- Всички промени в устройството, които не са описани в тази инструкция, могат да причинят повреди или да застрашат пряко здравето и живота на трениращия. Промени в устройството могат да бъдат извършвани само от сервизни служители на производителя или лица, обучени от тях в тази област.
- Всички устройства са обект 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 разпоредби и мерки за безопасност, приложими за работа с електрически уреди.

- Устройството се захранва от мрежово напрежение 220V.**
- Всички електрически уреди излъчват електромагнитно излъчване по време на работа. Ако в близост до електронното управление или кабината има други устройства, излъчващи такова излъчване (например мобилни телефони), някои стойности (като например сърдечен ритъм) могат да бъдат изкривени.
- ВНИМАНИЕ!** Никога не правете никакви модификации 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 удължителни кабели за свързване на устройството.
- Ако за по-дълъг период от време няма да използвате оборудването, извадете щепсела му от контакта.
- Обърнете внимание, че електрическият кабел не е притиснат и позиционирането му не представлява 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 причини риск от токов удар.

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

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

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

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете упражнения, консултирайте се с лекар, за да се уверите, че нямате здравословни противопоказания за тренировки на устройството. Въз основа на мнението на специалист, можете да

разработите свой тренировъчен план. Неправилно подбрана програма или прекомерните упражнения могат да бъдат опасни за вашето здраве и живот.

ВНИМАНИЕ! Системите за мониторинг на сърдечната честота може да са неточни. Преумората по време на тренировка може да доведе до сериозни наранявания или смърт. Ако се чувствате слаби, незабавно спрете да тренирате.

ВНИМАНИЕ! Задължително спазвайте указанията относно провеждането на тренировката, съдържащи се в настоящата инструкция.

- При избора на място за провеждане на тренировката вземете предвид осигуряването на безопасни разстояния от възможни препятствия. Не поставяйте оборудването в близост до комуникационни маршрути (пътища, порти, проходи и др.).
- Забранява се използването на оборудването в близост до разстояние от стената. Зоната на безопасност е 2000 mm и най-малко 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 защитата срещу падане не е приложена или е приложена, но неправилно, съществува остатъчен риск, т.е. падане на човек, причиняващо ожулвания, синини, фрактури 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, софтуерна грешка и т.н.). Дори най-добрата защита на софтуера и хардуера не изключва софтуерна или хардуерна грешка и теоретично може да причини претоварване на трениращия.
- Продуктът е електрическо устройство, поради което не може да се изключи токов удар, който може да доведе до смърт.
- Не може да се изключи остатъчен риск от задушаване.
- Рискът може да бъде ограничен чрез спазване на информацията за безопасност, съдържаща се в ръководството за употреба.
- Не може да се изключи, че неволна или неразрешена употреба ще доведе до други, непредвидени рискове, а взетите предвид рискове са оценени неправилно.

В анализа на риска оценката е направена въз основа на "състоянието на настоящото устройство". От извършената оценка и контрол на продукта следва, че вероятността от възникване на недопустим риск е много ниска. Устройството (неговата конструкция, начин на работа и приложение) не причинява - при нормални условия - неоправдан риск за трениращия или трети лица.

МАНИПУЛАЦИОННИ ЗНАЦИ ВЪРХУ ТРАНСПОРТНИТЕ ОПАКОВКИ

- 1 - С тази страна нагоре. Да не се преобръща.
- 2 - Да се пази от падане.
- 3 - Да се пази от влага.
- 4 - Да се съхранява максимум в 3 слоя.
- 5 - Електроотпадъци. Необходимо е предаване на използваното оборудване в пункт за рециклиране.
- 6 - Вниманиe, тежък продукт.
- 7 - Опаковка изработена от картон.
- 8 - Опаковка, подходяща за рециклиране.
- 9 - Опаковката е произведена с оглед на отговорността към околната среда и рециклирането. Моля, сортирайте отпадъците в съответствие с местните правила.
- 10 - Опаковка, изработена от картон и пластмаса. Моля, сортирайте отпадъците в съответствие с местните правила.
- 11 - Опаковка, изработена от картон и пластмаса. Моля, сортирайте отпадъците в съответствие с местните правила.

ОБСЛУЖВАНЕ

Преди да започнете тренировка, уверете се, че устройството е монтирано правилно.

- Преди да започнете първата тренировка, се запознайте с всички функции и възможности за регулиране на устройството.
- Устройството има елементи, които могат да бъдат изложени на корозия. Поради тази причина не се препоръчва да остава в влажно

- помещение. Също така трябва да се внимава оборудването (особено вътрешните и електронните му елементи) да не е изложено на контакт с вода, напители, пот и др.
- Устройството е предназначено само за тренировки от възрастни и абсолютно не е играчка за деца. Ако на своя отговорност позволите на деца да го използват, задължително ги инструктирайте как да го използват правилно и ги наблюдавайте постоянно.
 - Оборудването не е подходящо за терапевтични цели.
 - По време на работа на устройството може да има тихи шумове при инерционното движение на маховика, които произтичат от вида на конструкцията. Те нямат никакво влияние върху работата на оборудването.
 - Емисиите на шум по време на натоварване са по-големи, отколкото без натоварване.
 - Преди да започнете всяка тренировка, проверете правилното функциониране на защитите и винтовете и щепселните връзки.
 - По време на тренировка на устройството не забравяйте подходящите обувки (спортни обувки).

ПОДДРЪЖКА

За да се осигури максимална безопасност на употреба на устройството, препоръчва се да редовно да се проверява за износване на елементите. Това се отнася до проверката на затягането и състоянието на гайките, болтовете, подвижните части, втулки и др.

Съхранявайте устройството на сухо и топло място. Не излагайте устройството на пряка слънчева светлина.

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете поддръжката, винаги изключвайте устройството и го изключете от захранването.

ПОЧИСТВАНЕ

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

Използвайте мека, влажна кърпа за почистване. Това не се отнася за електрически компоненти, двигателя, вътрешните части - не позволявайте вода да попадне в тези зони. Пазете от вода.

ПОЧИСТВАНЕ НА ДВИГАТЕЛЯ

Почиствайте праха от двигателя поне веднъж годишно. За да направите това, първо изключете уреда от захранването и след около 1 час свалете капака на двигателя. С помощта на състен въздух или четка внимателно отстранете натрупания прах. След като монтирате отново капака на двигателя и го включите в захранването, можете да стартирате уреда.

ОКОЛНА СРЕДА

Устройството се доставя в опаковка, за да се предпази от евентуални повреди по време на транспортиране. Опаковките са необработени суровини и могат да бъдат рециклирани. Wyłączaj te materiały do odpowiednich kolorowych pojemników przeznaczonych do selektywnej zbiórki.

Защитете околната среда и не изхвърляйте използваните батерии в битовия боклук. Oddawaj je w miejscu zakupu lub przekazuj do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych.

Използваните електрически уреди (включително измервателният уред, захранването) са вторични суровини – не ги изхвърляйте в контейнерите за битови отпадъци, тъй като те могат да съдържат вещества, опасни за здравето и околната среда. Молим за активна помощ в икономичното стопанисване с природните ресурси и опазване на околната среда чрез предаване на използвания уред в пункт за съхранение на вторични суровини – използвани електрически уреди.

МОНТАЖ

- Монтажът на уреда трябва да бъде извършен внимателно от възрастен. Ако имате съмнения, помолете някого за помощ с повече опит в тази област.
- Преди да започнете монтажа, уверете се, че комплектът с уреда съдържа всички елементи от списъка с части както и дали някои елементи не са били повредени по време на транспортирането. Ако липсват елементи или имате резервации, свържете се с продавача.
 - Запознайте се с чертежите и обясненията и извършете монтажа в съответствие с реда, съдържащ се в инструкцията за монтаж.
 - Бъдете внимателни по време на монтажа. По време на използването на инструменти и елементи има риск от нараняване.
 - Не забравяйте да поддържате безопасна среда. Не разпръсквайте хаотично инструменти и монтажни елементи. Не забравяйте, че фолиата и пластмасовите торбички представляват опасност от задушаване за децата.
 - Монтажните елементи, необходими за изпълнение на дадена стъпка от инструкцията за монтаж са представени на чертежите и обясненията. Използвайте елементите, посочени в инструкцията за монтаж.
 - В първите фази на монтажа не натягвайте частите докрай. Направете го, след като поставите всички и се уверите, че са правилно поставени.
 - Производителят си запазва правото да монтира предварително някои елементи.

СХЕМА НА МОНТАЖ (→ Вижте страница 3)

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

СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ

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

No.	ОПИСАНИЕ	КОЛИЧЕСТВО
1	Основна рамка	1
2R/2L	Колония поддържаща	2

3R/3L	Парапети	2
4	Задни парапети	1
5	Колона на конзолната скоба	1
6	Колона на конзолната скоба II	1
40R/40L	Покритие на носещата колона	2
41	Държач за бутилка	1
42	Колона на конзолната скоба декоративно покритие	1
45	Конзола	1
47	Заден декоративен капак на конзолата	1
52R/52L	Външен декоративен капак	2
53R/53L	Вътрешен декоративен капак	2
72	Винт с вътрешен шестостен M10 * 30	4
73	Винт с вътрешен шестостен M10 * 20	10
76	Винт с вътрешен шестостен M8 * 40	2
77	Винт с плоска глава M8 * 20	8
78	Винт с вътрешен шестостен M6 * 25	6
82	Винт Phillips с глава с шайба M4*15	14
89	Винт с кръстата глава с шайба M4 * 8	2
90	Винт с кръстата глава ST4.0*16	40
102	Вътрешна назъбена шайба Ф 10*1.2	12
103	Вътрешна назъбена шайба Ф 8*1.2	8
105	Плоска шайба стандартна Ф 10	8

ИНСТРУКЦИЯ ЗА МОНТАЖ (→ Вижте страница 3)

ВНИМАНИЕ! По време на монтажа спазвайте стъпките по-долу и използвайте инструментите, включени в продукта.

Осигурете достатъчно свободно пространство за сглобяване на уреда. Поради голямото тегло на някои елементи се препоръчва монтаж от двама души.

ИНСТРУКЦИЯ ЗА СГЛОБЯВАНЕ И РАЗГЛОБЯВАНЕ

СГЛОБЯВАНЕ НА УРЕДА

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете сглобяването, проверете внимателно дали всички винтове са затегнати.

ВНИМАНИЕ! По време на сглобяването внимавайте за ръцете и пръстите си, за да не бъдат притиснати.

ИНСТРУКЦИЯ ЗА УПОТРЕБА НА КОМПЮТЪРА

НАЧАЛО

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

ФУНКЦИЯ ЗА ПЕСТЕНЕ НА ЕНЕРГИЯ

Компютърът ще премине в режим на пестене на енергия автоматично, ако в рамките на 10 минути не бъдат предприети никакви действия. Натиснете произволен клавиш, за да възобновите системата.

АВАРИЙНО СПИРАНЕ НА УРЕДА

ВНИМАНИЕ! В случай на внезапна опасност, незабавно натиснете бутона за аварийно спиране.

ПРОГРАМИ

Компютърът е оборудван с 3 потребителски програми за ръчна настройка, 36 автоматични програми, запаменени в паметта, режими на отброяване (време,стъпки, височина,калории, ниво, пулс, скорост).

ОПИСАНИЕ НА БУТОНИТЕ

- **START** – служи за стартиране устройства в режим ръчен или избрана програма.
- **СТОП** – служи за спиране работещото устройство. След натискане ще се също нулират настройките. След повторно стартиране устройството ще започне работа в режим ръчен.
- **ОХЛАЖДАНЕ НАДОЛУ** - натиснете по време на тренировка, за да започнете постепенно охлаждане според текущото ниво на интензивност. Машината постепенно забавя и спира след приключване на обратното броене.
- **ПРОГРАМА** – служи за избор на програма за тренировка автоматична (P1-P12), на програма потребителска (U1-U3) или функция Body Fat преди стартиране.
- **РЪЧЕН** – позволява да изберете режим на обратно отброяване: време, разстояние или калории
- **ПЕРСОНАЛИЗИРАНО** – бързо превключване към персонализираната програма. В този режим натиснете клавиша за потвърждение на малката клавиатура 3 * 4, за да влезете в настройката на сегмента на персонализираната програма. Можете бързо да зададете параметрите чрез параметъра "Set + -" през този период.
- **ВИСОЧИНА/КАЛОРИИ/ВРЕМЕ обратно броене** - клавиш за взаимно превключване на режима: времето може бързо да включи режима за обратно време. Можете бързо да зададете параметрите чрез параметъра "Set + -" през този период. Височината може бързо да включи режима за обратна височина. Калориите могат бързо да включат режима за броене на калории.
- **НИВО**– бутони позволяват регулиране (увеличаване и намаляване) нивото с 1 ниво по време на тренировка. Бутоните са разположени са на конзолата на компютъра и на парапети.
- **БУТОНИ ЗА БЪРЗ ИЗБОР НА НИВО**– позволяват да направите директен избор на ниво по време на тренировка (3,6,9,12,15,18).

ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

ВРЕМЕ/СТЪПКИ	Показва текущото време на движение или броя на стъпките.	00:00-99:59 мин
--------------	--	-----------------

ВИСОЧИНА/ПРОГРАМА	Показва височината на движение или номера на програмата.	0.0 - 999
КАЛОРИИ	Изчислява общия брой изгорени калории от началото до края на тренировката. (Измерването е приблизително за сравнение на различни тренировки и не може да се използва за лечение).	0,0-999 kcal
НИВО	Показва нивото.	1-25
ПУЛС	Показва текущия пулс. ВНИМАНИЕ! Измерването на пулса е само за спортни цели (медицинската употреба е изключена).	50-200 BPM
SPM	Показва текущата скорост на движение.	Стъпки/мин

ФУНКЦИЯ ЗА ИЗМЕРВАНЕ НА ПУЛСА

След стартиране на стълбите 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 (медицинската употреба е изключена).

РЪЧНА ПРОГРАМА

Ръчната програма е режимът на работа по подразбиране на устройството. Стълби започва работа в него след натискане на **START**, когато не е избрана тренировъчна програма.

- Скоростта по подразбиране в режим ръчен е 0.8 km/h.
- Прояната на настройките за скорост и ниво е възможна с помощта на бутоните на компютъра и парапетите.

ТРЕНИРОВЪЧНИ ПРОГРАМИ

Изберете една от 36 автоматични тренировъчни програми, като натиснете бутона **ПРОГРАМА** толкова дълго, докато на екрана се покаже съответният номер.

- Когато се покаже ще подходящата програма натиснете **MODE**. След избиране в прозореца ще се покаже и ще мига стойността "30:00". Настройките на времето за тренировка на програмата могат да бъдат направени с бутоните **SPEED +/-**.
- Зададеното време за тренировка се разделя е пропорционално на 20 етапа. Таблицата представя списък на етапите и съответстващите им скорости и ъгъл на наклона за всяка програма за тренировка. → [Вижте страница 105](#).
- За да стартирате програма 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 подходящата програма, натиснете **MODE**, за да започнете редактиране на първата секция на програмата. Използвайте бутоните **SPEED +/-** за да настроите скоростта.
- Натиснете **MODE**, за да потвърдите настройките на параметрите за първата секция и да преминете към редактиране на следващата.

Програмите се състоят от 20 секции. Повторете горните стъпки, докато не бъдат зададени параметрите на всички секции. Програмите ще бъдат запазени в паметта на компютъра до следващата им редакция.

Данните няма да бъдат загубени в случай на прекъсване на захранването.

СТАРТИРАНЕ НА ПОТРЕБИТЕЛСКА ПРОГРАМА

- В режим на готовност, натиснете бутон **PROGRAM**, за да изберете един от програмите на потребителя. След избор в прозореца ще се покаже и ще мига стойността "30:00". Използвайте бутоните **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** за настройка на времето на тренировката. Зададеното време на тренировка е разделено е пропорционално на 20 етапа.
- За да започнете програмата натиснете **START**.

РЕЖИМ НА ОТБОРЯВАНЕ

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

- За настройка на отбояваната стойност използвайте бутоните **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Стартиране на бягащата пътека и отбояването ще започне след натискане на бутона **START**.

ОТБОРЯВАНИ ПАРАМЕТРИ:

- **ВРЕМЕ:** първоначалната стойност на отбояването е 30 мин. Компютърът позволява настройване на времето в диапазона 5-99 минути (през 1 минута).
- **КАЛОРИИ:** първоначална стойност отбояване е 50 kcal. Компютърът позволява настройка на калории в диапазона 20-990 kcal (на 10 kcal).

- **ДИСТАНЦИЯ:** първоначална *wartość* отбояване е 1 km. Компютърът позволява настройка на разстоянието в диапазона 1,0-99,0 km (на 1 km).

ФУНКЦИЯ ЗА ИЗМЕРВАНЕ НА ТЕЛЕСНИ МАЗИНИ (BODY FAT)

Натиснете бутона **PROGRAM**, докато на екрана не се появи „FAT“.

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

- F1 - пол (пол) – 01 мъж / 02 жена
- F2 - възраст (възраст) – стойности 10-99
- F3 - ръст (височина) – стойности 100-220 cm
- F4 - тегло (тегло) – стойности 20-130 kg

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

След като изберете параметрите, на дисплея ще се появи F5. Поставете двете си длани върху сензорите за измерване на пулса, след 5-6 секунди компютърът ще покаже информацията FAT. FAT има за цел да измери връзката между височината и теглото, а не пропорциите на тялото. Правилният резултат трябва да бъде между 19-26. Стойност под 19 означава поднормено тегло, 27-30 - наднормено тегло, а над 30 - затлъстяване.

ВНИМАНИЕ! Получените резултати не трябва в никакъв случай да бъдат основа за лечение или да се вземат предвид за медицински цели.

ТРЕНИРОВКА И ФАЗИ НА УПРАЖНЕНИЯ

Използването на уреда ще Ви донесе много ползи. Преди всичко ще подобри Вашата кондиция, ще укрепи мускулите, а в комбинация с подходяща диета ще позволи да изгорите излишните мазнини.

1. ЗАГРЯВКА

Това е фаза, която подобрява кръвообращението в цялото тяло и подготвя мускулите за повишено натоварване. Намалява също риска от поява на крампи и контузии. Препоръчително е да изпълните няколко разтягащи упражнения както е показано по-долу.

Ако чувствате болка, спрете да тренирате или намалете обхвата на извършваното движение.

РАЗТЯГАНЕ НА ВЪТРЕШНИТЕ МУСКУЛИ НА БЕДРАТА

Седнете на равна повърхност със свити крака и колене, насочени навън. Съберете стъпалата и ги приближете едно към друго възможно най-близо. Внимателно натиснете коленете, насочвайки ги към земята, и задръжте в тази позиция за 15 секунди.

РАЗТЯГАНЕ НА БЕДРАТА

Седнете на равна повърхност. Изправете десния крак, а стъпалото на левия крак поставете до дясното бедро. Протегнете дясната ръка в посока на пръстите на десния крак колкото е възможно по-далеч. Задръжте за 15 секунди. Повторете с левия крак.

ЗАВЪРТЕНИЯ НА ГЛАВАТА

Дръжте главата си изправена, гледайки напред. Без да движите раменете, завъртете я надясно и изправете, а след това завъртете наляво и изправете.

ПОВДИГАНЕ НА РАМЕНЕТЕ

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

РАЗТЯГАНЕ НА АХИЛЕСОВОТО СУХОЖИЛИЕ

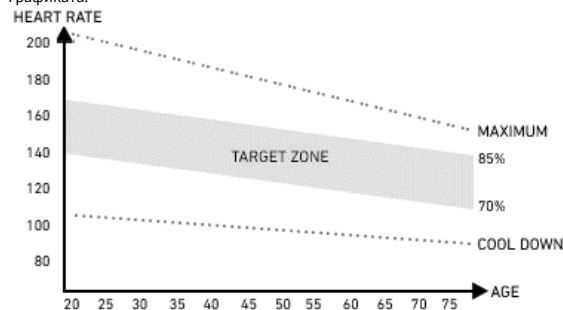
Застанете с лице към стената, изнесете левия крак напред и леко го сгънете в коляното. Дръжте десния крак отзад - изправен, с пета, поставена плоско на земята. Дръжте и двете пети плоски на земята и притискайте бедрата към стената. Задръжте тази позиция за 30 секунди. Повторете с изнесен десен крак. Не забравяйте, че по време на упражнението не трябва да извивате гръб си в дъга.

НАВЕЖДЕНИЯ

Застанете с крака, събрани заедно. Наведете се напред, опитвайки се да приближите гърдите към коленете колкото е възможно повече. Задръжте за 15 секунди. Не забравяйте да не сгъвате коленете си.

2. ФАЗА НА УПРАЖНЕНИЯ

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



3. ФАЗА НА ОТПУСКАНЕ

Тази фаза позволява да се успокои кръвообращението и да се отпуснат мускулите. Това е повторение на загряващите упражнения. Трябва да се помни, че да не пренатоварвате мускулите.

ВЪЗМОЖНИ ПОВРЕДИ И ТЕХНИКИ ЗА РЕМОТ

ВНИМАНИЕ! Отварянето на корпуса на устройството без предварително свързване със сервиза на производителя води до загуба на гаранцията.

В случай на съмнение за възникване на повреда, изискваща отваряне на корпуса, се свържете със сервиза на производителя.

ОПИСАНИЕ НА ГРЕШКАТА	ВЪЗМОЖНИ ПРИЧИНИ	РЕШЕНИЕ НА ПРОБЛЕМА
---- Проблем с дисплея	Липса на захранване или липса на ток	Включете захранващия кабел в АС контакта или проверете АС контакта.
	Захранващият прекъсвач не е включен.	Поставете прекъсвача в положение ON.
	Задвижване без захранване или повредено.	Натиснете отново защитата от претоварване или сменете задвижването.
	Прекъснатата верига на сигналния кабел на електронен брояч	Сменете сигналния кабел и го свържете отново.
	Електронният брояч е повреден	Сменете електронния брояч.
Дисплеят е непълен, липсващи сегменти	Интегрална схема на драйвера на дисплея (IC) дефектно запояване или непрекъснато запояване	Необходим е ремонт, проверете точките на запояване, стабилно запояване на място.
	Повредена интегрална схема на драйвера на дисплея (IC)	Изключете кабела и Необходим е ремонт, запоейте нова интегрална схема на драйвера на дисплея (IC).
Дисплей на електронен брояч	Откачане на предпазната ключалка	Поставете предпазната ключалка в позиция на вендуза или карта на панела.
-или-	Изключен аварийен прекъсвач на контролера	Свържете или завъртете аварийния прекъсвач в правилната позиция.
	Магнетронът не е включен (ако има такъв)	Магнетронът е инсталиран в правилната позиция.
E01 - Грешка в комуникацията (контролерът не получава сигнал от електронния брояч);	Сигналният кабел на електронния брояч е лошо свързан или има лош контакт.	Свържете отново щепсела
E02 - Грешка в комуникацията (електронният брояч не получава сигнал от контролера)	Сигналният кабел на електронния брояч е повреден, късо съединение или прекъснат Причината е в сигналния кабел на електронния брояч	Сменете сигналния кабел. Свържете се със сервиза на производителя Сменете електронния брояч. Свържете се със сервиза на производителя
	Неизправност в сигналната верига на контролера	Сменете задвижването. Свържете се със сервиза на производителя.
E08 - Грешка във връзката на долното управление	Откриване дали подсъединяе в края на машината е блокирано.	Отстранете блокиращото чуждо тяло.
	Неизправност на IR сензора	Сменете сензора. Свържете се със сервиза на производителя.
	Неизправност на контролера.	Сменете контролера. Свържете се със сервиза на производителя
E48 - Няма сигнал за откриване на скорост (с контролер за откриване на скорост)	Проводникът на сигнала за скорост не е свързан или сензорът е повреден	Поставете отново проводника на сигнала за скорост или сменете сензора. Свържете се със сервиза на производителя

	Веригата на сензора на контролера е повредена	Сменете задвижването. Свържете се със сервиза на производителя
Устройството не работи	Няма захранване	Включете устройството в електрическата мрежа.
	Откачен ключ за безопасност	Поставете ключа за безопасност.
	Късо съединение	Свържете се със сервиза на производителя.
	Превключвателят ON/OFF не е включен	Включете устройството.
	Задвижващият ремък е прекалено хлабав	Свържете се със сервиза на производителя.

ГАРАНЦИЯ

Продавачът от името на Гарантата 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 спира правата на Купувача, произтичащи от Закона за защита на потребителите.

Гаранционната карта се намира на последната страница.

УСЛОВИЯ НА ГАРАНЦИЯТА

- Рекламации и гаранции се приемат само за скрити дефекти, причинени от 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 (касов бон / фактура).
- Рекламацията ще бъде разглеждана в срок до 14 дни от момента на подаване 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, срокът за изпълнение 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, възникнали в резултат на неправилна употреба и съхранение, неправилен монтаж и поддръжка,
 - повреди и износване на консумативи като: въжета, ремъци, гумени елементи, педали, дръжки от гъба, колела, лагери, тапицерия.
 - дейности, свързани с монтаж, поддръжка, които съгласно инструкцията за експлоатация потребителят е длъжен да извърши сам.
 - използване, различно от домашното,
 - повреди, възникнали при транспортиране.
- Не се издават дубликати на гаранционната карта.
- В рамките на гаранцията клиентът има право да изисква следните видове безплатно обезщетение:
 - ремонт на продукта,
 - замяна на продукта,
 - намаляване на цената,
 - разваляне на договора и пълно възстановяване на направените разходи.
- За да подадете рекламация, трябва:
 - Да представите продукта или негова част, за която се отнася гаранцията.
 - Документ за покупка, определящ името и адреса на продавача, датата и мястото на покупката, вида на продукта или валидна гаранционна карта
 - с печат на магазина.
 - В случай на доставка на мръсен продукт, сервизът може да откаже приемането му или да го почисти за сметка на клиента с неговото писмено съгласие.
- В случай на положително разглеждане на рекламацията, оборудването ще бъде ремонтирано или заменено с ново, или на клиента ще бъдат върнати парите. Разходите за транспортиране на стоката до клиента се поемат от сервиза на производителя.
- В случай на отхвърляне на гаранционната рекламация, клиентът ще получи подробно обяснение 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.

CZ Návod k použití

Uživatelé,
Seznamte se s následujícími pokyny před zahájením montáže a prvním použitím zařízení. Tento návod obsahuje důležité informace o bezpečnosti používání a údržbě zařízení. Uchovávejte jej pro možnost použití informací o údržbě nebo objednávání náhradních dílů.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájení	220V
Maximální výkon	900 W
Hmotnost	135 kg
Provozní teplota	0°C do +40°C
Skladovací teplota	-10°C do +60°C
Maximální hmotnost uživatele	160 kg
Třída použití	Třída SC
Třída přesnosti	Třída C
Počet úrovní odporu	25 úrovní
Norma výrobku (hlavní)	EN ISO 20957-8:2021
Určení	Stréninkové schody pro použití polokomerčního.

BEZPEČNOST

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

- Zařízení bylo navrženo a zkonstruováno na základě nejnovějších poznatků z 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 vybavení ve specializovaném obchodním zařízení.
- Všechny změny na zařízení, které nebyly popsány v tomto návodu, mohou být příčinou poškození nebo přímo ohrožovat zdraví a život cvičící osoby. Změny na zařízení smí provádět pouze zaměstnanci servisu výrobce nebo osoby jím vyškolené v tomto rozsahu.
- Všechna zařízení podléhají neustálým inovacím za účelem zajištění vysoké kvality. Z tohoto důvodu si výrobce vyhrazuje právo provádět technické změny.
- Veškeré dotazy nebo pochybnosti týkající se vybavení směřujte na specializované obchodní zařízení.

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

- Zařízení je napájeno síťovým napětím 220 V.**
- Všechna elektrická zařízení během provozu vyzařují elektromagnetické záření. Pokud jsou v blízkosti elektronického řídicího systému nebo kokpitu umístěna jiná zařízení vyzařující takové záření (např. mobilní telefony), některé hodnoty (např. tep) mohou být zkreslené.
- POZOR!** Nikdy neprovádějte na vlastní pěst žádné úpravy v elektrické síti. Takové změny světe odborníkům.
- POZOR!** Pamatuje, abyste před zahájením provádění jakýchkoli oprav, údržby nebo čištění zařízení vytáhli zástrčku ze zásuvky.
- K připojení zařízení nepoužívejte prodlužovací kabely.
- Pokud delší dobu nebudete zařízení používat, vytáhněte jeho zástrčku ze zásuvky.
- Dbejte 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 kabelu může způsobit riziko úrazu elektrickým proudem.

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

V takovém případě nechte nainstalovat jinou zásuvku kvalifikovanému elektrikáři.

POZOR! Osoby, které se během používání zařízení nacházejí v blízkosti, by měly být upozorněny na možná nebezpečí. Buďte zvláště opatrní v přítomnosti dětí.

POZOR! Před zahájením cvičení se poradte s lékařem, abyste se ujistili, že nemáte žádné zdravotní kontraindikace pro trénink na zástrčku. Na základě odborného posudku můžete si vytvořit svůj tréninkový plán. Nesprávné zvolení programu nebo nadměrné cvičení mohou být nebezpečné pro vaše zdraví a život.

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

POZOR! Bezpodmínečně dodržujte pokyny pro trénink uvedené v tomto návodu.

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

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

ZBYTKOVÉ RIZIKO

- V situaci, kdy není použita ochrana proti pádu nebo je použita, ale nesprávně, existuje zbytkové riziko, tj. pád osoby způsobující odřeniny 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, softwarové chyby atd.).
- I ta nejlepší ochrana softwaru a hardwaru nevylučuje chybu softwaru nebo hardwaru a může teoreticky způsobit přetížení cvičící osoby.
- Produkt je elektrickým zařízením, 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 nepovolené použití způsobí jiná, nezohledněná rizika, a zohledněné riziko bylo nesprávně odhadnuto.

V analýze rizik bylo hodnocení provedeno na základě "aktuálního stavu zařízení".

Z provedeného hodnocení a kontroly produktu vyplývá, že pravděpodobnost výskytu nepřipustného rizika je velmi nízká. Zařízení (jeho konstrukce, způsob fungování a použití) nezpůsobuje – za normálních podmínek – neodůvodněné riziko pro cvičící osobu ani pro třetí osoby.

MANIPULAČNÍ ZNAČKY NA PŘEPRAVNÍCH OBALECH



- 1 - Touto stranou nahoru. Nepřevracet.
- 2 - Chraňte před pádem.
- 3 - Chraňte před vlhkostí.
- 4 - Skladujte maximálně ve 3 vrstvách.
- 5 - Elektroodpad. Nutné odevzdat použité zařízení do recyklačního střediska.
- 6 - Pozor, těžký výrobek.
- 7 - Obal vyroben z lepenky.
- 8 - Obal vhodný k recyklaci.
- 9 - Obal byl vyroben s ohledem na odpovědnost za životní prostředí a recyklaci. Tříděte odpad v souladu s místními pravidly.
- 10 - Obal vyroben z lepenky a plastů. Tříděte odpad v souladu s místními pravidly.
- 11 - Obal vyroben z lepenky a plastů. Tříděte odpad v souladu s místními pravidly.

OBSLUHA

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

- Před zahájením prvního tréninku se seznámte se všemi funkcemi a možnostmi nastavení zařízení.
- Zařízení má prvky, které mohou být vystaveny přímou korozi. Z tohoto důvodu se nedoporučuje, aby zůstávalo v vlhkém prostředí. Měli byste se také ujistit, že aby zařízení (zejména jeho vnitřní a elektronické součásti) nebylo vystaveno kontaktu s vodou, nápoji, potem atd.
- Zařízení je určeno pouze pro trénink dospělých a absolutně není hračkou pro děti. Pokud na vlastní odpovědnost dovolíte dětem, aby jej používaly, bezpodmínečně je poučte o správném používání a neustále je dohlížejte. Zařízení není vhodné pro terapeutické účely.
- Během provozu zařízení se mohou vyskytnout tiché zvuky při setrvačném pohybu setrvačnicku, které jsou způsobeny typem konstrukce. Nemají žádný vliv na provoz zařízení.
- Emise hluku při 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 zařízení, doporučuje se jeho pravidelně kontrolovat z hlediska opotřebení součástí. To zahrnuje kontrolu utažení a stavu matic, šroubů, pohyblivých částí, pouzder atd. Skladujte zařízení na suchém a teplém místě. Nevystavujte zařízení slunečnímu záření.

POZOR! Před zahájením údržby vždy vypněte zařízení a odpojte od napájení.

ČIŠTĚNÍ

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

K čištění používejte měkký vlhký hadřík. Netýká se to elektrických prvků, motoru, vnitřních částí - nedovolte, aby se do těchto míst dostala voda. Chraňte před působením vody.

ČIŠTĚNÍ MOTORU

Alespoň jednou ročně odstraňte prach z motoru. Abyste to udělali, nejprve vypněte zařízení ze zdroje a po uplynutí asi 1 hodiny sundejte kryt motoru. Pomocí stlačeného vzduchu nebo štětce opatrně odstraňte usazený prach. Po opětovné montáži krytu motoru a připojení k napájení můžete spustit přístroj.

ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

Zařízení je dodáváno v obalu pro ochranu před případným poškozením během přepravy. Obaly jsou nepracované suroviny a mohou být recyklovány. Vyrzučují te materiálu do odpovídajících kolorových pojmenování pryznaczonech do selektywnej zbiórki.



Chraňte životní prostředí a nevyhazujte použité baterie do domovního odpadkového koše. Oddawaj je w miejscu zakupu lub przekazuj do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych.

Použité elektrické zařízení (včetně elektroměru, 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 v úsporném hospodaření s přírodními zdroji a ochraně životního prostředí předejte použité zařízení do místa skladování 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 nějaké prvky nebyly poškozeny během přepravy. V případě chybějících prvků nebo námitek kontaktujte prodejce.
- Seznamte se s výkresy a vysvětlivkami a provádějte montáž v souladu s pořadím uvedeným v návodu k montáži.
- Zachovejte opatrnost při montáži. Během používání z nářadí a prvků existuje riziko poranění.
- Pamatujte na zachování bezpečného prostředí. Nerozkládejte chaoticky nářadí a montážní prvky. Pamatujte, že fólie a sáčky z plastu představují nebezpečí udušení dětmi.
- Montážní prvky potřebné k provedení daného kroku návodu k montáži byly uvedeny na výkresech a ve vysvětlivkách. Používejte prvky uvedené v návodu k montáži.
- V prvních fázích montáže nedotahujte díly nadzor. Udělejte to po umístění všech a ujistěte se, že jsou správně usazené.
- Výrobce si vyhrazuje právo k předběžné montáži některých prvků.

MONTÁŽNÍ SCHÉMA (→ Viz strana 3)

POZOR! Zakazuje se používat díly pocházející z jiných zdrojů než od výrobce.

SEZNAM DÍLŮ

Kompletní seznam dílů je k dispozici po kontaktování serwis@zipro.pl nebo na webových stránkách Zipro.store v popisu produktu.

Č.	POPIS	MNOŽSTVÍ
1	Hlavní rám	1
2R/2L	Sloupeka podpěry	2
3R/3L	Madla	2
4	Zadní madla	1
5	Sloupek držáku konzoly	1
6	Sloupek držáku konzoly II	1
40R/40L	Kryt nosného sloupku	2
41	Držák na láhev	1
42	Sloupek držáku konzoly ozdobný kryt	1
45	Konzole	1
47	Zadní ozdobný kryt konzoly	1
52R/52L	Vnější ozdobný kryt	2
53R/53L	Vnitřní ozdobný kryt	2
72	Šroub imbusový M10 * 30	4
73	Šroub imbusový M10 * 20	10
76	Šroub imbusový M8 * 40	2
77	Šroub s plochou hlavou M8 * 20	8
78	Šroub imbusový M6 * 25	6
82	Šroub Phillips s hlavou podložkovou M4*15	14
89	Křížový šroub s hlavou s podložkou M4 * 8	2
90	Křížový šroub ST4.0*16	40
102	Vnitřní zoubkovaná podložka Φ 10*1.2	12
103	Vnitřní zoubkovaná podložka Φ 8*1.2	8
105	Plochá podložka standardní Φ 10	8

NÁVOD K MONTÁŽI (→ Viz strana 3)

POZOR! Během montáže dodržujte následující kroky a používejte nástroje, které jsou součástí produktu.

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

INÁVOD K SESTAVENÍ A ROZEBRÁNÍ

SESTAVENÍ ZAŘÍZENÍ

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

POZOR! Během montáže dáváte pozor na ruce a prsty, aby nedošlo k jejich přiskřípnutí.

NÁVOD K OBSLUZE POČÍTAČE

ZAČÁTEK

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

FUNKCE ÚSPORY ENERGIE

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

NOUZOVÉ ZASTAVENÍ ZAŘÍZENÍ

POZOR! V případě náhlého ohrožení okamžitě stiskněte tlačítko nouzového zastavení.

PROGRAMY

Počítač je vybaven 3 uživatelskými programy pro manuální nastavení, 36 automatických programů uložených v paměti, režimy odpočítávání (čas, kroky, výšky, kalorií, úroveň, tepu, rychlosti).

POPIS TLAČÍTEK

- START** – slouží k spuštění zařízení v režimu manuálním nebo zvoleného programu.
- STOP** – slouží k zastavení pracujícíchho zařízení. Po stisknutí dojde také k resetování nastavení. Po opětovném spuštění zařízení zahájí práci v režimu manuálním.
- COOL DOWN** - stiskněte během cvičení pro spuštění postupného ochlazování v souladu s aktuální úrovní intenzity. Stroji rovnoměrně zpomaluje a po dokončení odpočítávání se zastaví.
- PROGRAM** – slouží k výběru programu tréninku automatického (P1-P12), programu uživatele (U1-U3) nebo funkce Body Fat před spuštěním.
- MANUAL** – umožňuje vybrat režim odpočítávání: času, vzdálenosti nebo kalorií
- CUSTOM** – rychlé přepnutí do vlastního programu. V tomto režimu stiskněte potvrzovací klávesu malé klávesnice 3 * 4 pro vstup do nastavení segmentu vlastního programu. Během tohoto období můžete rychle nastavit parametry pomocí parametru "Set + -".
- HEIGHT/CALORIES/TIME odpočítávání** - klávesa vzájemného přepínání režimů: čas může rychle zapnout režim obráceného času. Během tohoto období můžete rychle nastavit parametry pomocí parametru "Set + -". Výška může rychle zapnout režim obrácené výšky. Kalorie mohou rychle zapnout režim počítání kalorií.
- Zobrazuje aktuální puls.** – tlačítka umožňují regulaci (zvýšení a snížení) úrovně o 1 úroveň během tréninku. Tlačítka jsou umístěna jsou na konzoli počítače a na zábradlí.
- TLAČÍTKA RYCHLÉ VOLBY ÚROVNĚ** – umožňují na volbu úrovně během tréninku Zobrazuje aktuální FUNKCE (SPECIFIKACE) (3,6,9,12,15,18).

dobu pohybu nebo počet kroků.

TIME/STEPS	Zobrazuje výšku pohybu nebo číslo programu. Počítá celkový počet spálených kalorií od začátku do konce cvičení.	00:00-99:59 min
HEIGHT/PROG	(Měření je přibližné pro srovnání různých cvičebních jednotek, nelze jej použít k léčbě).	0.0 - 999
CALORIES	Zobrazuje úroveň.	0,0-999 kcal
LEVEL	POZOR!	1-25
PULSE	Měření tepové frekvence pouze pro sportovní účely (lékařské použití je vyloučeno). Zobrazuje aktuální rychlost pohybu. FUNKCE MĚŘENÍ TEPOVÉ FREKVENCE	50-200 BPM
SPM	Po spuštění	Steps/min

schodů

přidržte obě ruce na senzorech pro měření tepu. Po 30 sekundách se na obrazovce zobrazí aktuální tep.

Během měření se na obrazovce zobrazí ikona ve tvaru srdce.

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

MANUÁLNÍ PROGRAM

Manuální program je výchozí režim provozu zařízení. Schody zahajují v něm provoz po stisknutí **START**, pokud není vybrán žádný tréninkový program.

- Výchozí rychlost v režimu manuálním je 0.8 km/h.
- Změna nastavení rychlosti a úrovně je možná pomocí tlačítek na počítači a madlech.

TRÉNINKOVÉ PROGRAMY

Vyberte jeden z 36 automatických tréninkových programů stisknutím tlačítka

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

- Když zobrazen bude odpovídající program stiskněte **MODE**. Po vybrání v okně zobrazí se a bude blikat hodnota „30:00“.
- Nastavení času tréninku programu lze provést tlačítky **SPEED +/-**.
- Nastavený čas tréninku rozdělen je proporcionálně na 20 etap. Tabulka znázorňuje seznam etap a odpovídajícím jim rychlostem a úhlem sklonu pro každý program tréninkový. → [Viz strana 105](#).
- Pro zahájení program stiskněte **START**.

UŽIVATELSKÉ PROGRAMY

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

NASTAVENÍ UŽIVATELSKÉHO PROGRAMU

- V pohotovostním režimu stiskněte tlačítko **PROGRAM**, pro výběr jednoho z uživatelských programů. Na panelu se budou postupně zobrazovat čísla automatických programů a poté uživatelské programy.
- Když se zobrazí odpovídající program, stiskněte **MODE**, pro zahájení editace první sekce programu. Použijte tlačítka **SPEED +/-** pro nastavení rychlosti.
- Stiskněte **MODE**, pro potvrzení nastavení parametrů pro první sekci a přechod k editaci další.

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

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

Data nebudou ztracena v důsledku výpadku napájení.

SPUŠTĚNÍ UŽIVATELSKÉHO PROGRAMU

- W režimu pohotovosti, stiskněte tlačítko **PROGRAM**, pro výběr jednoho z programů uživatele. Po výběru v okně zobrazí se a bude blikat hodnota „30:00“.
- Použijte tlačítka **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** k nastavení času tréninku. Nastavený čas tréninku je rozdělen je proporcionálně na 20 etap.
- Pro spuštění program stiskněte **START**.

REŽIM ODPOČÍTÁVÁNÍ

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

- K nastavení odpočítávané hodnoty použijte tlačítka **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Spuštění běžecského 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 rozmezí 20-990 kcal (po 10 kcal).
- VZDÁLENOST: počáteční wartość odpočítávání je 1 km. Počítač umožňuje nastavení vzdálenosti v rozmezí 1,0-99,0 km (po 1 km).

FUNKCE MĚŘENÍ TUKU (BODY FAT)

Stiskněte tlačítko **PROGRAM**, dokud se na displeji nezobrazí „FAT“.

Použijte **MODE**, pro zadání parametrů:

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

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

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

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

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

TRÉNING A FÁZE CVIČENÍ

Používání zařízení vám přinese mnoho výhod. Především zlepší vaši kondici, posílí svaly a v kombinaci s vhodnou stravou vám umožní spálit zbytečný tuk.

1. ZAHŘÁTÍ

Toto je fáze, která zlepšuje krevní oběh v celém těle a připravuje svaly na zvýšenou námahu. Snižuje také riziko křečí a zranění. Doporučuje se provést několik protahovacích cvičení jak je uvedeno níže.

Pokud cítíte bolest, přestaňte cvičit nebo snižte rozsah prováděného pohybu.

PROTAHOVÁNÍ VNITŘNÍCH SVALŮ STEHEN

Sedněte si na rovnou podložku s pokrčenými nohama a koleny směřujícími ven. Spojte chodidla a přiblížte je k sobě co nejbližší. Jemně zatlačte na kolena směrem k podložce a vydržte v této pozici 15 sekund.

PROTAHOVÁNÍ STEHEN

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

OTOČENÍ HLAVY

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

ZVEDÁNÍ RAMEN

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

PROTAHOVÁNÍ ACHILLOVY ŠLACHY

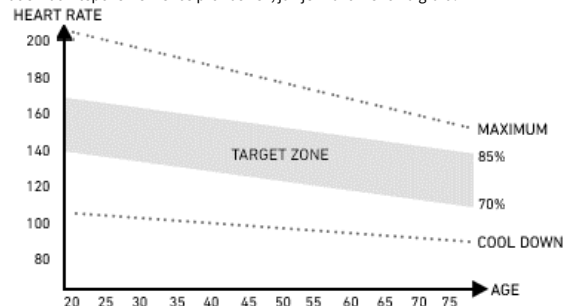
Postavte se čelem ke zdi, levou nohu vysuňte dopředu a lehce pokrčte v koleni. Pravou držte vzadu - narovnanou, s patou položenou naplocho na podložce. Držte obě paty naplocho na podložce a tlače boky směrem ke zdi. Udržujte tuto pozici po dobu 30 sekund. Opakujte s vysunutou pravou nohou. Nezapomeňte, abyste při cvičení neprohýbali záda do luku.

PŘEDKLONY

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

2. FÁZE CVIČENÍ

Toto je správná fáze tréninku. Cvičte vlastním tempem tak, abyste dosáhli adekvátní tepové frekvence pro váš věk, jak je znázorněno na grafu.



3. FÁZE UVOLNĚNÍ

Tato fáze umožňuje zklidnit oběh a uvolnit svaly. Jedná se o opakování zahřívacích cvičení. Je třeba si pamatovat, abyste nepřetěžovali svaly.

MOŽNÉ PORUCHY A TECHNIKY OPRAVY

POZOR! Otevření krytu zařízení bez předchozího kontaktování servisu výrobce vede ke ztrátě záruky.

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

POPIS CHYBY	MOŽNÉ PŘÍČINY	ŘEŠENÍ PROBLÉMU
---- Problém s displejem	Žádné napájení nebo žádný přívod proudu Vypínač napájení není zapnutý. Pohon bez napájení nebo poškozený. Přerušený obvod signálního kabelu elektronického měřiče Elektronický měřič je poškozený	Připojte napájecí kabel do zásuvky AC nebo zkontrolujte zásuvku AC. Nastavte vypínač napájení do polohy ON. Znovu stiskněte ochranu proti přetížení nebo vyměňte pohon. Vyměňte signální kabel a znovu jej připojte. Vyměňte elektronický měřič.
Neúplný displej, chybějící segmenty	Integrovaný obvod ovladače displeje (IC) vadné pájení nebo kontinuální pájení Poškozený integrovaný obvod ovladače displeje (IC)	Nutná oprava, zkontrolujte pájecí body, solidní pájení na místě. Odpojte kabel a Nutná oprava, vložte nový integrovaný obvod ovladače displeje (IC).
Displej elektronického měřiče	Odpojení bezpečnostního zámku Odpojený nouzový vypínač ovladače	Umístěte bezpečnostní zámek do polohy přísavky nebo karty na panelu. Připojte nebo otočte nouzový vypínač do správné polohy
-nebo-	Magnetron není zapnutý (pokud je k dispozici)	Magnetron je nainstalován ve správné poloze.
E01 - Chyba komunikace (ovladač nepřijímá signál z elektronického měřiče); E02 - Chyba komunikace (elektronický měřič nepřijímá signál z ovladače)	Signální kabel elektronického měřiče je špatně připojen nebo má slabý kontakt. Signální kabel elektronického měřiče je poškozený, zkratovaný nebo přerušený Příčina spočívá v signálním kabelu elektronického měřiče	Znovu připojte zástrčku Vyměňte signální kabel. Kontaktujte servis výrobce Vyměňte elektronický měřič. Kontaktujte servis výrobce
	Porucha signálního obvodu ovladače	Vyměňte pohon. Kontaktujte servis výrobce.
E08 - Porucha připojení dolního ovládání	Detekce zda připojení na konci stroje je zablokované.	Odstraňte blokující cizí těleso.

	Porucha IR senzoru	Vyměňte senzor. Kontaktujte servis výrobce.
	Porucha ovladače.	Vyměňte ovladač. Kontaktujte servis výrobce
E48 - Žádný signál detekce rychlosti (z ovladače detekujícího rychlost)	Kabel signálu rychlosti není připojen nebo je senzor poškozený	Znovu vložte kabel signálu rychlosti nebo vyměňte senzor. Kontaktujte servis výrobce
	Obvod senzoru ovladače je poškozený	Vyměňte pohon. Kontaktujte servis výrobce
Zařízení nefunguje	Žádné napájení	Připojte zařízení k napájení.
	Odpojený bezpečnostní klíč	Připojte bezpečnostní klíč.
	Zkrat	Kontaktujte servis výrobce.
	Přepínač ON/OFF není zapnutý	Zapněte zařízení.
	Hnací pás je příliš málo napnutý	Kontaktujte servis výrobce.

ZÁRUKA

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

Záruční list naleznete na poslední straně.

ZÁRUKNÍ 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 nahlášení vady Zákazníkem.

- Tovární vady a poškození zjištěné v záruční době budou bezplatně opraveny ve lhůtě nejpozději 21 dnů od data dodání zboží do prodejny nebo servisu.
- V případě nutnosti dovozu dílů ze zahraničí se může doba trvání záruční opravy prodloužit o dobu nezbytnou k jejich dovozu, ne však o více než 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,
 - poškození a opotřebení spotřebních dílů, jako jsou: lanka, řemeny, gumové díly, pedály, pěnové rukojeti, kolečka, ložiska, čalounění.
 - činnosti související s montáží, údržbou, které je uživatel povinen provést ve vlastním rozsahu dle návodu k obsluze.
- Záruka se nevztahuje na následující případy:
 - uplynutí doby platnosti,
 - provedení samostatných oprav a úprav zákazníkem s použitím neoriginálních dílů,
 - pokud vzniklá vada vyplývá z nesprávné instalace nebo v důsledku nedodržování zásad správného provozu popsaných v návodu k obsluze,
 - používání jiným způsobem než v domácnosti,
 - poškození vzniklé při přepravě.
- Duplikáty záručního listu nebudou vydávány.
- V rámci záruky má zákazník právo požadovat následující druhy bezplatného odškodnění:
 - opravy produktu,
 - výměny produktu,
 - snižování ceny,
 - odstoupení od smlouvy a plného vrácení vynaložených nákladů.
- Pro uplnění reklamace je nutné:
 - Předložit výrobek nebo jeho část, na kterou se záruka vztahuje.
 - Doklad o koupi, který uvádí název a adresu prodejce, datum a místo nákupu, typ produktu nebo platný záruční list s razítkem obchodu.
 - V případě dodání znečištěného produktu může servis odmítnout jeho přijetí, nebo jej na náklady zákazníka s jeho písemným souhlasem vyčistit.
- V případě kladného vyřízení reklamace bude zařízení opraveno nebo vyměněno za nové, nebo budou zákazníkovi vráceny peníze. Náklady na přepravu zboží k zákazníkovi hradí servis výrobce.
- V případě zamítnutí záruční reklamace obdrží zákazník podrobné zdůvodnění přijatého rozhodnutí a ve lhůtě do 14 dnů od okamžiku předání rozhodnutí bude zařízení odesláno zpět zákazníkovi na jeho náklady.

DA Brugervejledning

Bruger,

Læs denne vejledning før du begynder monteringen

og første brug af enheden. Denne vejledning indeholder vigtige oplysninger om sikkerhed ved brug og vedligeholdelse af udstyret. Gem den, så du kan finde oplysninger om vedligeholdelse eller bestilling af reservedele.

TEKNISKE DATA

Strømforsyning	220V
Maksimal effekt	900 W
Vægt	135 kg
Driftstemperatur	0°C til +40°C
Opbevaringstemperatur	-10°C til +60°C
Maksimal brugervægt	160 kg
Anvendelsesklasse	Klasse SC
Nøjagtighedsklasse	Klasse C
Antal modstandsniveauer	25 niveauer
Produktstandard (hoved)	EN ISO 20957-8:2021
Formål	Stræningstrapper til brug semi-kommercielbrugEfter

SIKKERHED

ADVARSEL! Apparatet må kun bruges til det tilsigtede formål, dvs. til træning af voksne. Enhver anden brug af apparatet 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 personskade, er blevet elimineret eller relativt sikret.
- Reparationer og ændringer på egen hånd er ikke tilladt.
- Kontroller én eller to gange om måneden, at skruer, bolte og møtrikker er spændt korrekt.
- For permanent at sikre sikkerheden skal du regelmæssigt (dvs. en gang om året) kontrollere og vedligeholde udstyret og en specialiseret butik.
- Alle ændringer på apparatet, der ikke er beskrevet i denne vejledning kan forårsage skade eller direkte true den trainendes helbred og liv. Ændringer på apparatet må kun foretages af producentens servicepersonale eller personer, der er uddannet af dem til dette.
- Alle apparater er underlagt konstant 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 butik.

ADVARSEL! Overhold de generelle regler bestemmelser og sikkerhedsforanstaltninger, der gælder for håndtering af elektriske apparater.

- **Apparatet forsynes med en netspænding på 220V.**
- Alle elektriske apparater udsender elektromagnetisk stråling under drift. Hvis der er andre apparater, der udsender sådan stråling (f.eks. mobiltelefoner), i nærheden af det elektroniske styresystem eller cockpittet, kan nogle værdier (såsom 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 i længere tid ikke skal bruge udstyret, skal du tage stikket ud af stikkontakten.
- Sørg for, at strømkablet ikke er klemt, og at dets placering ikke udgør en risiko for at snuble over det.

JORDING

Jording beskytter mod risikoen for elektrisk stød. Apparatet har et kabel og et stik med jording. Stikket skal tilsluttes en korrekt installeret og korrekt jordet stikkontakt.

FARE! Forkert tilslutning af kablet kan medføre risiko for elektrisk stød.

- Før du tilslutter apparatet til strømforsyningen, skal du sikre dig, at den lokale spænding svarer til stiktypen.
- Modificer ikke stikket, hvis det ikke passer i stikkontakten.

I så fald skal du få en kvalificeret elektriker til at installere en anden stikkontakt.

ADVARSEL! Personer i nærheden skal underrettes om potentielle farer, mens udstyret er i brug. Advar om mulige farer. Udvis særlig forsigtighed i nærheden af børn.

ADVARSEL! Konsulter en læge, før du starter træningen for at sikre dig, at du ikke har nogen helbredsmæssige kontraindikationer for at træne på enheden. 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 føre til alvorlige skader eller død. Hvis du føler dig svag, skal du stoppe med at træne med det samme.

ADVARSEL! Overhold ubetinget bemærkningerne om træning i denne vejledning.

- Når du vælger et sted at træne, skal du sørge for 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 udstyret

ADVARSEL! Vær forsigtig under monteringen af enheden, og lad ikke børn være i nærheden. Små dele (møtrikker, skruer osv.) bruges under monteringen, som de kan sluge.

RESTRIKO

- I en situation, hvor faldbeskyttelse ikke bruges, eller bruges forkert, er der en restriko, det vil sige et fald på en person, der forårsager hudafskrabninger, blå mærker, brud eller i værste fald døden.
- Der er en restriko for utilsigtet overbelastning af personen, der træner, forårsaget af forkert håndtering eller forkert vurdering, samt forkert dataoverførsel (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 personen, der træner.
- Produktet er en elektrisk enhed, derfor kan elektrisk stød, der kan føre til døden, ikke udelukkes.
- Den resterende risiko for kvælning kan ikke udelukkes.
- Risikoen kan reduceres ved at følge information 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 basis af "den nuværende tilstand af enheden." Fra den udførte vurdering og inspektion af produktet følger det, at sandsynligheden for, at der opstår en uacceptabel risiko, er meget lav. Enheden (dens konstruktion, funktionsmåde og anvendelse) udgør - under normale forhold - ingen urimelig risiko for den person, der træner, eller tredjeparter.

HÅNTERINGSMÆRKNINGER PÅ TRANSPORTEMBALLAGE



- 1 - Denne side op. Må ikke vendes.
- 2 - Beskyt mod fald.
- 3 - Beskyttes mod fugt.
- 4 - Opbevares maksimalt i 3 lag.
- 5 - Elektroaffald. Det er nødvendigt at aflevere udtjent udstyr til et genbrugspunkt.
- 6 - Advarsel, tungt produkt.
- 7 - Emballage lavet af pap.
- 8 - Emballage, der er egnet til genbrug.
- 9 - Emballagen er fremstillet under hensyntagen til miljøansvar og genbrug. Vi beder dig sortere affald i overensstemmelse med de lokale regler.
- 10 - Emballage lavet af pap og plastik. Vi beder dig sortere affald i overensstemmelse med de lokale regler.
- 11 - Emballage lavet af pap og plastik. Vi beder dig sortere affald i overensstemmelse med de lokale regler.

BETJENING

Før du starter træningen, skal du sikre dig, at enheden er korrekt monteret.

- Før du starter den første træning, skal du gøre dig bekendt med alle enhedens funktioner og justeringsmuligheder.
- Enheden har elementer, der kan være udsatte for korrosion. Af denne grund anbefales det ikke, at den forbliver et fugtigt rum. Det er også vigtigt at sikre, at udstyret (især dets indre 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 terapeutisk brug.
- Under drift af enheden kan der forekomme svage støj under den inerte bevægelse af svinghulets masse, som skyldes typen af konstruktion. De har ingen indflydelse på udstyrets drift.
- Støjemissionen under belastning er højere end uden belastning.
- Før du starter hver træning, skal du kontrollere, at sikkerhedsforanstaltningerne og skruer- og stikforbindelserne er korrekte.
- Når du træner på enheden, skal du huske passende fodtøj (sportssko).

VEDLIGEHOLDELSE

For at sikre maksimal brugssikkerhed af enheden, anbefales det at den regelmæssigt kontrolleres for slitage på komponenterne. Dette gælder for kontrol af tilspænding og tilstand af møtrikker, skruer, bevægelige dele og bøsninger osv.

Opbevar enheden på et tørt og varmt sted. Udsæt ikke enheden for sollys.

ADVARSEL! Sluk altid for enheden og tag den ud af stikkontakten før vedligeholdelse.

RENGØRING

Regelmæssig rengøring af apparatet forlænger dets levetid og opretholder dets høje ydeevne.

Brug en blød, fugtig klud til rengøring. Dette gælder ikke elektriske komponenter, motoren, indvendige dele - lad ikke vand trænge ind i disse områder. Beskyt mod vand.

RENGØRING AF MOTOR

Fjern støv fra motoren mindst en gang om året. For at gøre dette skal du først slukke for apparatet fra strømforsyningen og efter ca. 1 times ventetid skal du fjerne motordækslet. Brug trykluft eller en børste til forsigtigt at fjerne det akkumulerede støv. Når du har genmonteret motordækslet og tilsluttet strømforsyningen, kan du starte udstyret.

MILJØ

Apparatet leveres i en emballage for at beskytte mod eventuelle skader under transport. Emballagen er råmaterialer og kan være genbruges. Smid disse materialer i de relevante farvede beholdere beregnet til selektiv indsamling.



Beskyt miljøet og smid ikke brugte batterier i husholdningsaffaldet. Aflever dem på købsstedet eller overfør dem til et separat deponeringssted for genbrugsmaterialer. Brugt elektrisk udstyr (inklusive måler, strømforsyning) er genbrugsmaterialer - smid dem ikke i husholdningsaffaldsbeholdere, da de kan indeholde stoffer, der er farlige for sundhed og miljø. Vi beder om aktiv hjælp til

sparsommelig husholdning af naturressourcer og beskyttelse af det naturlige miljø ved at overføre det brugte udstyr til et deponeringssted for genbrugsmaterialer - brugt elektrisk udstyr.

MONTERING

Installationen af apparatet skal udføres omhyggeligt af en voksen. Hvis du er i tvivl, skal du bede nogen om hjælp med mere erfaring inden for dette område.

- Før du starter monteringen, skal du kontrollere, om sættet med apparatet indeholder alle elementerne fra delelisten og om nogle elementer er blevet beskadiget under transporten. I tilfælde af manglende elementer eller forbehold skal du kontakte forhandleren.
- Læs tegningerne og forklaringerne, og udfør monteringen i den rækkefølge, der er indeholdt i monteringsvejledningen.
- Vær forsigtig under monteringen. Under brugen af værktøjer og elementer er der risiko for at blive skåret.
- Husk at opretholde et sikkert miljø. Spred ikke værktøjer og monteringsdele kaotisk. Husk, at folier og plastposer udgør en risiko for kvælning for børn.
- Monteringsdele, der er nødvendige for at udføre et givet trin i monteringsvejledningen er blevet vist på tegningerne og forklaringerne. Brug de elementer, der er angivet i monteringsvejledningen.
- I de første faser af monteringen må du ikke spænde delene helt til. Gør det, når alle er placeret og du har sikret dig, at de er korrekt placeret.
- Producenten forbeholder sig retten til at formontere visse elementer.

MONTERINGSSKEMA (→ Se side 3)

BEMÆRK! Det er forbudt at bruge dele, der kommer fra andre kilder end producenten.

DELLISTE

En komplet liste over dele er tilgængelig ved at kontakte serwis@zipro.pl eller på siden Zipro.store i produktbeskrivelsen.

NR	BESKRIVELSE	ANTAL
1	Hovedramme	1
2R/2L	Søjler på støtte	2
3R/3L	Håndtag	2
4	Bagerste håndtag	1
5	Konsolstøttesøjle	1
6	Konsolstøttesøjle II	1
40R/40L	Dæksel til bæresøjlen	2
41	Flaskeholder	1
42	Konsolstøttesøjle dekorativt dæksel	1
45	Konsol	1
47	Bageste dekorative konsoldæksel	1
52R/52L	Ydre dekorativt dæksel	2
53R/53L	Indre dekorativt dæksel	2
72	Skrue unbrako M10 * 30	4
73	Skrue unbrako M10 * 20	10
76	Skrue unbrako M8 * 40	2
77	Skrue med fladt hoved M8 * 20	8
78	Skrue unbrako M6 * 25	6
82	Phillips skrue med hoved med spændeskive M4*15	14
	Krydskrævs skrue med hoved med spændeskive M4 * 8	2
89		
90	Krydskrævs skrue ST4.0*16	40
102	Indvendig fortdæksel spændeskive Φ 10*1.2	12
103	Indvendig fortdæksel spændeskive Φ 8*1.2	8
105	Standard flad spændeskive Φ 10	8

MONTAGEVEJLEDNING (→ Se side 3)

ADVARSEL! Overhold nedenstående trin under monteringen, og brug det værktøj, der følger med produktet.

Sørg for tilstrækkelig fri plads til at samle enheden. På grund af den høje vægt af nogle elementer anbefales det at samle dem med to personer.

IVEJLEDNING TIL MONTERING OG DEMONTERING

MONTERING AF ENHEDEN

ADVARSEL! Før du begynder monteringen, skal du kontrollere, at alle skruer er spændt.

ADVARSEL! Vær forsigtig med dine hænder og fingre under monteringen, så de ikke bliver klemt.

BRUGERVEJLEDNING TIL COMPUTEREN

START

Inden for 3 sekunder efter at have trykket på knappen **START** starter enheden.

STRØMSPAREFUNKTION

Computeren 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! I tilfælde af en nødsituation skal du straks trykke på nødstopknappen.

PROGRAMMER

Computeren er udstyret med 3 brugerprogrammer til manuel indstilling, 36 automatiske programmer gemt i hukommelsen, nedtællingstilstande (tid, trin, højde, kalorier, niveau, puls, hastighed).

BESKRIVELSE AF KNAPPER

- **START** – bruges til at starte enheden og tilstand manuel eller valgt program..
- **STOP** – bruges til at stoppe arbejdende enhed. . Efter tryk vil også nulstille indstillingerne. Po genstart vil enheden starte arbejde og manuel tilstand..
- **COOL DOWN** - tryk under træningen for at aktivere gradvis nedkøling i overensstemmelse med det aktuelle intensitetsniveau. Maskinen sætter jævnt ned i fart og stopper, når nedtællingen er færdig.
- **PROGRAM** – bruges til at vælge programmet trænings- automatisk (P1-P12), bruger- programmet (U1-U3) eller funktionen Body Fat for start.
- **MANUAL** – lader dig vælge tilstanden nedtælling: tid, afstand eller kalorier
- **CUSTOM** – skift hurtigt over til det brugerdefinerede program. I denne tilstand skal du trykke på bekræftelsestasten på det lille 3 * 4 tastatur for at indtaste indstillingen af det brugerdefinerede programsegment. Du kan hurtigt indstille parametrene via parameteren "Set + -" i denne periode.
- **HØJDE/KALORIER/TID nedtælling** - tasten til gensidig tilstandsskift: tiden kan hurtigt aktivere tidsomvendt tilstand. Du kan hurtigt indstille parametrene via parameteren "Set + -" i denne periode. Højden kan hurtigt aktivere højdereverstilstand. Kalorier kan hurtigt aktivere kaloriregnende tilstand.
- **NIVEAU** – knapperne giver dig mulighed for at justere (øge og reducere) niveauet med 1 niveau under træning. Knapperne er placeret på på konsollen på computeren og på rækværk.
- **HURTIGVALGKNAPPER NIVEAU** - giver mulighed for at foretage direkte valg af niveau under træning (3,6,9,12,15,18).

FUNKTIONER (SPECIFIKATIONER)

TID/TRIN	Viser aktuel bevægelsestid eller antal trin.	00:00-99:59 min
HØJDE/PROG	Viser bevægelseshøjde eller programnummer.	0.0 - 999
KALORIER	Tæller det samlede antal forbrændte kalorier fra start til slut af øvelserne. (Målingen er omtrentlig med henblik på sammenligning af forskellige træningssessioner og kan ikke bruges til behandling).	0,0-999 kcal
NIVEAU	Viser niveau.	1-25
PULS	Viser aktuel puls. BEMÆRK! Pulsmåling kun til sportsformål (medicinsk anvendelse er udelukket).	50-200 BPM
SPM	Viser den aktuelle bevægelseshastighed.	Steps/min

PULSMÅLINGSFUNKTION

Efter start af trappen hold begge hænder på sensorerne til måling af puls. Efter 30 sekunder vises den aktuelle puls på skærmen.

Under målingen viser computeren et hjerteikon.

ADVARSEL! Pulsmåling kun til sportsformål (medicinsk anvendelse er udelukket).

MANUELT PROGRAM

Manuelt program er enhedens standarddriftstilstand. Trappe starter den sit arbejde i den efter at have trykket på **START**, når der ikke er valgt et træningsprogram.

- Standardhastigheden i tilstanden manuel er 0.8 km/t.
- Ændring af hastighedsindstilling og niveau er mulig ved hjælp af knapperne på computeren og gelænderne.

TRÆNINGSPROGRAMMER

Vælg en af 36 automatiske træningsprogrammer ved at trykke på knappen **PROGRAM** så længe, indtil det relevante nummer vises på skærmen.

- Når vist bliver det relevante program tryk på **MODE**. Efter valg og vinduet vises det en vil blinke værdien "30:00". Indstillingerne for tiden af træningen af programmet kan foretages med knapperne **SPEED +/-**.
- Den indstillede tid for træning er delt er proportionalt i 20 etaper. Tabellen viser en oversigt over etaperne i de tilsvarende deres

hastigheder i vinkel hældning for hvert program træningsprogram. → [Se side 105.](#)

- For at starte program tryk **START**.

BRUGERPROGRAMMER

Computeren er udstyret med 3 brugerprogrammer til individuel definition: U1, U2, U3.

OPSÆTNING AF BRUGERPROGRAM

- I standbytilstand skal du trykke på knappen **PROGRAM** for at vælge et af brugerprogrammerne. På panelet vises nummerne på de automatiske programmer efterfulgt af brugerprogrammerne.
- Når det relevante program vises, tryk på **MODE** for at starte redigeringen af programmets første sektion. Brug knapperne **SPEED +/-** til at indstille hastigheden.
- Tryk på **MODE** for at bekræfte parameterindstillingerne for den første sektion og fortsætte til redigering af den næste.

Programmerne består af 20 sektioner. Gentag ovenstående trin, indtil parametrene for alle sektioner er indstillet. Programmer gemmes i computerens hukommelse indtil næste redigering. Data går ikke tabt i tilfælde af strømsvigt.

START AF BRUGERPROGRAM

- W tilstand standby, tryk på knappen **PROGRAM**, for at vælge et af programmerne brugerdefineret.. Po valg i vinduet vises det i vil blinke værdien "30:00". Brug knapperne **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** til indstilling af tiden for træning. Indstillet tid træning er delt op proportionalt i 20 etaper.
- For at starte program tryk på **START**.

NEDTÆLLINGSTILSTAND

Vælg en af de 3 nedtællingstilstande ved at trykke på knappen **MODE**.

- Til indstilling af nedtællings værdi brug knapperne **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Start af løbebåndet i nedtællingen vil starte efter efter at trykke på knappen **START**.

NEDTÆLLINGS PARAMETRE:

- TID: start værdi nedtælling er 30 min. Computeren giver mulighed for at indstille tiden i intervallet 5-99 minutter (hver 1 minut).
- KALORIER: start værdi nedtælling er 50 kcal. Computeren giver mulighed for indstilling af kalorier i området 20-990 kcal (hver 10 kcal).
- DISTANCE: start værdi nedtælling er 1 km. Computeren giver mulighed for indstilling af distance i området 1,0-99,0 km (hver 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 (køn) - 01 mand / 02 kvinde
- F2 - alder (alder) - værdier 10-99
- F3 - højde (højde) - værdier 100-220 cm
- F4 - vægt (vægt) - værdier 20-130 kg

Brug knapperne **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** til at indstille parameterværdierne. Når du har valgt parametrene, 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 kroppsproportioner. 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 med en ordentlig kost vil det hjælpe dig med at forbrænde unødvendigt fedtvæv.

1. OPVARMNING

Dette er fasen, der forbedrer blodcirkulationen i hele kroppen og forbereder musklerne til øget anstrengelse. Det reducerer også risikoen for kramper 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 DE INDVENDIGE LÅRMUSKLER

Sid på en flad overflade med bøjede ben og knæ vendt udad. Sæt fødsålerne sammen og bring dem så tæt på hinanden som muligt. Tryk forsigtigt på knæene og ret dem mod gulvet, og hold denne position i 15 sekunder.

LÅRSTRÆK

Sid på en flad overflade. Stræk det højre ben og læg venstre fods sål mod højre lår. Ræk ud med højre hånd mod tæerne på højre ben så langt som muligt. Hold i 15 sekunder. Gentag med venstre ben.

HOVEDDREJNINGER

Hold hovedet lige og se lige frem. Uden at bevæge skuldrene drejes det til højre og rettes, og derefter drejes det til venstre og rettes.

ARMLØFT

Løft venstre arm så højt op som muligt, og hold den i et par sekunder. Gentag med højre arm.

ACHILLES SENE STRÆK

Stå med ansigtet mod væggen, skub venstre ben frem og bøj det let i knæet. Hold højre bagud - lige, med hælen fladt på jorden. Hold begge hæle fladt på jorden og

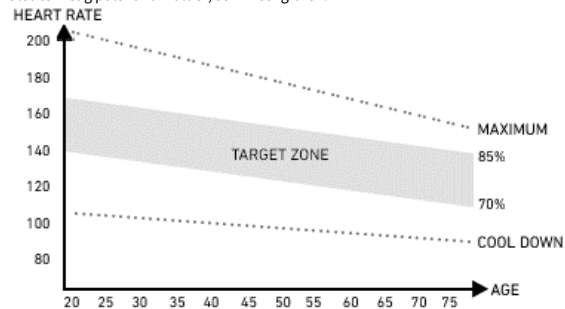
tryk hofterne mod væggen. Hold denne position i 30 sekunder. Gentag med højre ben strakt ud. Husk ikke at bøje ryggen under træningen.

BØJNINGER

Stå med fødderne samlet. Læn dig frem og forsøg at bringe brystet så tæt på knæene som muligt. Hold i 15 sekunder. Husk ikke at bøje knæene.

2. TRÆNINGSFASE

Dette er den rette fase af træningen. Træn i dit eget tempo for at opnå en tilstrækkelig puls for din alder, som vist i grafen.



3. AFSLAPNINGSFASE

Denne fase giver dig mulighed for at berolige cirkulationen og slappe af musklerne. Dette er en gentagelse af opvarmningsøvelserne. Husk det, at du ikke skal overanstrenge dine muskler.

MULIGE SKADER OG REPARATIONSTEKNIKKER

ADVARSEL! Åbning af enhedens kabinet uden forudgående kontakt til producentens servicecenter medfører tab af garantien.

Hvis du har mistanke om en fejl, der kræver åbning af kabinettet, skal du kontakte producentens servicecenter.

FEJLBESKRIVELSE	MULIGE ÅRSAGER	LØSNING PÅ PROBLEMET

Problem med displayet	Ingen strøm eller ingen strømforsyning Afbruderen er ikke tændt. Drev uden strøm eller defekt.	Tilslut strømkablet til AC-stikket eller kontroller AC-stikket. Sæt afbryderen i ON position. Tryk på overbelastningsbeskyttelsen igen, eller udskift drevet.
	Afbrudt kredsløb i signalkablet til den elektroniske tæller Den elektroniske tæller er defekt	Udskift signalkablet, og tilslut det igen. Udskift den elektroniske tæller.
Ufuldstændig display, manglende segmenter	Displaydriverens integrerede kredsløb (IC) har defekt lodning eller konstant lodning Beskadiget displaydriver IC (integreret kredsløb)	Reparation er nødvendig, kontroller loddepunkterne, solid lodning på plads. Frakobl kablet og Reparation er nødvendig, lod et nyt integreret kredsløb til displaydriveren (IC).
Elektronisk tæller display	Sikkerhedslåsen er afbrudt	Placer sikkerhedslåsen i sugeskop- eller kortpositionen på panelet.
	Nødstopkontaktene på controlleren er frakoblet Magnetronen er ikke tilsluttet (hvis den findes)	Tilslut eller drej nødstopkontakten i den korrekte position Magnetronen er installeret i den korrekte position.
-eller-		
E01 - Kommunikationsfejl (controlleren modtager ikke signal fra den elektroniske tæller);	Signalkablet til den elektroniske tæller er forkert tilsluttet eller har dårlig kontakt.	Tilslut stikket igen
E02 - Kommunikationsfejl (den elektroniske tæller modtager ikke signal fra controlleren)	Signalkablet til den elektroniske tæller er beskadiget, kortsluttet eller afbrudt Årsagen ligger i signalkablet til den elektroniske tæller	Udskift signalkablet. Kontakt producentens service Udskift den elektroniske tæller. Kontakt producentens service
	Fejl i controllerens signalkredsløb	Udskift drevet. Kontakt producentens service.
E08 - Fejl i tilslutning af den nederste styring	Detektion om undertilslutning	Fjern blokerende fremmedlegeme.

	i enden af maskinen er blokeret.	
	IR-sensorfejl	Udskift sensoren. Kontakt producentens service.
	Controllerfejl.	Udskift controlleren. Kontakt producentens service
E48 - Intet hastighedsdetekteringssignal (med hastighedsdetekteringscontroller)	Hastighedssignalkablet er ikke tilsluttet, eller sensoren er beskadiget	Sæt hastighedssignalkablet i igen, eller udskift sensoren. Kontakt producentens service
	Controllerens sensorkredsløb er beskadiget	Udskift drevet. Kontakt producentens service
Enheden fungerer ikke	Ingen strøm	Tilslut enheden til strøm.
	Sikkerhedsnøglen er taget ud	Sæt sikkerhedsnøglen i.
	Kortslutning	Kontakt producentens service.
	ON/OFF-kontakten er ikke tændt	Tænd for enheden.
	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 på den solgte vare udelukker, begrænser eller suspenderer ikke Købers rettigheder i henhold til loven om forbrugerrettigheder.

Garantibeviset findes på sidste side.

GARANTIBETINGELSER

- Kun skjulte defekter, der er opstået som følge af producentens fejl, er omfattet af reklamationer og garanti.
- Garantien respekteres af butikken eller serviceværkstedet, når kunden præsenterer:
 - et gyldigt, læseligt og korrekt udfyldt garantibevis med salgstempel og sælgers underskrift,
 - et gyldigt bevis for køb af udstyret med salgsdato,
 - den reklamerede vare eller defekte del.

Ved fjernkøb er garantibeviset kun gyldigt på basis af købsdokumentet (kvittering / faktura).

- Reklamationen vil blive behandlet inden for 14 dage fra det tidspunkt, hvor kunden har anmeldt manglen.
- Fabrikationsfejl og skader, der afsøres i garantiperioden, vil blive repareret gratis inden for en periode på højst 21 dage fra datoen for levering af varen til butikken eller serviceværkstedet.
- I tilfælde af nødvendigheden af at importere reservedele kan perioden for garanti Reparationen forlænges med den tid, der er nødvendig for at importere den, dog ikke længere end 40 dage.
- Garantien dækker ikke:
 - mekaniske skader og defekter forårsaget af dem,
 - skader og defekter som følge af forkert brug og opbevaring, forkert montering og vedligeholdelse,
 - skader og slitage på forbrugsdele såsom: kabler, remme, gummideler, pedaler, skumgreb, hjul, lejer, polstring,
 - aktiviteter relateret til montering, vedligeholdelse, som brugeren er forpligtet til at udføre på egen hånd i henhold til brugsanvisningen.
- Garantien gælder ikke i følgende tilfælde:
 - udløb af gyldighedsperioden,
 - kunden har foretaget uautoriserede reparationer og ændringer med brug af uoriginale dele,
 - hvis den opståede defekt skyldes forkert installation eller manglende overholdelse af principperne for korrekt drift beskrevet i brugsanvisningen,
 - anden brug end hjemmebrug,
 - skader opstået under transport.
- Duplikater af garantibeviset vil ikke blive udstedt.
- Inden for garantien har kunden ret til at kræve følgende former for gratis kompensation:
 - reparation af produktet,
 - udskiftning af produktet,
 - prisnedsættelse,
 - ophævelse af kontrakten og fuld refusion af de afholdte omkostninger.
- For at indgive en klage skal du:
 - Fremvis produktet eller den del deraf, som garantien dækker.
 - Fremvis købsbevis, der angiver sælgers navn og adresse, købsdato og -sted, produkttype eller et gyldigt garantibevis med butikens stempel.
 - I tilfælde af levering af et beskidt produkt kan serviceværkstedet nægte at acceptere det, eller for kundens regning med hans skriftlige samtykke foretage rengøring.
- I tilfælde af en positiv behandling af reklamationen vil udstyret blive repareret eller udskiftet med nyt, eller kunden vil blive refunderet pengene. Omkostningerne ved transport af varen til kunden dækkes af producentens serviceværksted.
- I tilfælde af afvisning af garantireklamationen vil kunden modtage en detaljeret begrundelse for den trufne beslutning, og inden for 14 dage fra datoen for meddelelsen af beslutningen vil udstyret blive returneret til kunden for hans regning.

DE Bedienungsanleitung

Sehr geehrte(r) Benutzer(in),
Bitte lesen Sie diese Anleitung vor der Montage
und der ersten Benutzung des Geräts. Diese Anleitung enthält wichtige
Informationen zur Sicherheit, Verwendung und Wartung des Geräts. Bewahren Sie
sie auf, um auf Informationen zur Wartung oder zur Bestellung von Ersatzteilen
zugreifen zu können.

TECHNISCHE DATEN

Stromversorgung	220V
Maximale Leistung	900 W
Gewicht	135 kg
Betriebstemperatur	0°C bis +40°C
Lagertemperatur	-10°C bis +60°C
Maximales Benutzergewicht	160 kg
Anwendungsklasse	Klasse SC
Genauigkeitsklasse	Klasse C
Anzahl der Widerstandsstufen	25 Stufen
Produktnorm (Hauptnorm)	EN ISO 20957-8:2021
Bestimmungsgemäße Verwendung	Treppensteiger für den Gebrauch halbkommerziellenstarten.

SICHERHEIT

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

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

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

- Das Gerät wird mit einer Netzspannung von 220V betrieben.**
- Alle elektrischen Geräte emittieren im Betrieb 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.
Beauftragen Sie für solche Änderungen Fachleute.
- ACHTUNG!** Denken Sie daran, vor Beginn von Reparaturen,
Wartungsarbeiten oder Reinigungsarbeiten am Gerät 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 Netzkabel 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 das Risiko eines
Stromschlags verursachen.**

- Vergewissern Sie sich vor dem Anschließen des Geräts an die
Stromversorgung, dass die lokale Spannung dem Steckertyp entspricht.
- Verändern Sie den Stecker nicht, wenn er nicht in die Steckdose passt.

Lassen Sie in diesem Fall eine andere Steckdose von einem qualifizierten
Elektriker installieren.

ACHTUNG! Personen, die sich während der Benutzung des Geräts in der Nähe
aufhalten, sind vor möglichen Gefahren zu warnen. Seien Sie besonders vorsichtig
in Gegenwart von Kindern.

ACHTUNG! Konsultieren Sie vor Beginn der Übungen einen 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 entwickeln. Ein falsch gewähltes Programm oder
übermäßige Übungen können gefährlich für Ihre Gesundheit und Ihr Leben sein.

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

ACHTUNG! Beachten Sie unbedingt die Hinweise zum Training in dieser
Anleitung.

- Achten Sie bei der Wahl des Trainingsortes darauf, dass Sie einen
Sicherheitsabstand zu möglichen Hindernissen einhalten. Stellen Sie das
Gerät nicht in der Nähe von Verkehrswegen (Straßen, Toren,
Durchgängen usw.) auf.
- Es ist verboten, das Gerät in unmittelbarer Nähe von einer Wand zu
benutzen. Die Sicherheitszone 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, besteht ein Restrisiko, nämlich der Sturz einer Person,
der zu Hautabschürfungen, Prellungen, Frakturen führt oder im
schlimmsten Fall zum Tod.
- Es besteht ein Restrisiko einer unbeabsichtigten Überlastung der
trainierenden Person, die durch unsachgemäße Bedienung oder falsche
Einschätzung sowie durch falsche Datenübertragung (aufgrund
elektromagnetischer Störungen, Softwarefehler usw.) verursacht wird.
Selbst die beste Software- und Hardware-Sicherung schließt Software-
oder Hardwarefehler nicht aus und kann theoretisch zu einer Überlastung
der trainierenden Person führen.
- Das Produkt ist ein elektrisches Gerät, daher kann ein Stromschlag, der
zum Tod führen kann, nicht ausgeschlossen werden.
- Ein Restrisiko des Ersticken kann nicht ausgeschlossen werden.
- Das Risiko kann durch Beachtung der Informationen über die Sicherheit
in der Bedienungsanleitung enthalten sind, reduziert werden.
- Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass eine unbeabsichtigte oder
unzulässige Verwendung andere, nicht berücksichtigte Risiken und das
berücksichtigte Risiko falsch eingeschätzt wurde.

Bei der Risikoanalyse erfolgte die Bewertung auf der Grundlage des „aktuellen
Zustands des Geräts“. Aus der durchgeführten Bewertung und Kontrolle des
Produkts ergibt sich, dass die Wahrscheinlichkeit, dass ein unzulässiges Risiko
auftritt, sehr gering ist. Das Gerät (seine Konstruktion, Funktionsweise und
Anwendung) birgt – unter normalen Bedingungen – kein unangemessenes Risiko
für die trainierende Person oder Dritte.

HANDBAHUNGSHINWEISE AUF TRANSPORTVERPACKUNGEN



- Diese Seite nach oben. Nicht umkippen.
- Vor Stürzen schützen.
- Vor Feuchtigkeit schützen.
- Maximal 3 Schichten lagern.
- Elektroschrott. Altgeräte müssen einer Recyclingstelle zugeführt werden.
- Achtung, schweres Produkt.
- Verpackung aus Karton.
- Verpackung recyclingfähig.
- Die Verpackung wurde unter Berücksichtigung der Verantwortung für Umwelt
und Recycling hergestellt. Bitte entsorgen Sie Abfälle gemäß den örtlichen
Bestimmungen.
- Verpackung aus Karton und Kunststoff. Bitte entsorgen Sie Abfälle gemäß
den örtlichen Bestimmungen.
- Verpackung aus Karton und Kunststoff.
Bitte entsorgen Sie Abfälle gemäß den örtlichen Bestimmungen.

BEDIENUNG

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

- Machen Sie sich vor dem ersten Training vertraut
mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Geräts.
- Das Gerät verfügt über Elemente, die sein können ausgesetzt für
Korrosion. Aus diesem Grund wird nicht empfohlen, dass bleibt in einem
feuchten Raum. Es ist auch darauf zu achten, dass das Gerät
(insbesondere seine internen und elektronischen Komponenten) nicht
mit Wasser, Getränken, Schweiß usw. in Berührung kommt.
- Das Gerät ist nur für das Training durch Erwachsene bestimmt und ist
absolut kein Spielzeug für Kinder. Wenn Sie Kindern die Nutzung auf

eigene Verantwortung gestatten, weisen Sie sie unbedingt in die korrekte Nutzung ein und beaufsichtigen Sie sie ständig.

- Das Gerät ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
- Während des Betriebs des Geräts kann es bei der Trägheitsbewegung der Schwungmasse zu leisen Geräuschen kommen, die auf die Art der Konstruktion zurückzuführen sind. Sie haben keinen Einfluss auf den Betrieb des Geräts.
- Die Geräuschemission unter Last ist höher als ohne Last.
- Überprüfen Sie vor jedem Trainingsbeginn die korrekte Funktion der Sicherungen sowie der Schraub- und Steckverbindungen.
- Achten Sie beim Training auf dem Gerät auf geeignetes Schuhwerk (Sportschuhe).

WARTUNG

Um maximale Nutzungssicherheit zu gewährleisten des Geräts, wird empfohlen, eses regelmäßig auf Verschleiß der Teile zu überprüfen. Dies betrifft die Überprüfung des Anziehens und des Zustands von Muttern, Schrauben, beweglichen Teilern, Buchsen usw.

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

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

REINIGUNG

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

Verwenden Sie zur Reinigung ein weiches, feuchtes Tuch. Dies gilt nicht für elektrische Teile, Motor, Innenteile - lassen Sie kein Wasser in diese Bereiche gelangen. Vor Wasser schützen.

MOTORREINIGUNG

Beseitigen Sie mindestens einmal jährlich Staub vom Motor. Schalten Sie dazu zuerst das Gerät vom Stromnetz und entfernen Sie nach etwa 1 Stunde die Motorabdeckung. Verwenden Sie Druckluft oder eine Bürste, um den angesammelten Staub vorsichtig zu entfernen. Nach der erneuten Montage der Motorabdeckung und dem Anschluss an die Stromversorgung können Sie das Gerät.

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 getrennte 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 ausgewiesenen Sammelstelle für Wertstoffe.

Elektroaltgeräte (einschließlich Zähler, Netzteil) sind Wertstoffe - werfen Sie sie nicht in den Hausmüll, da sie gesundheits- und umweltschädliche Stoffe enthalten können. Wir bitten um Ihre

aktive Mithilfe bei der sparsamen Bewirtschaftung der natürlichen Ressourcen und dem Schutz der natürlichen Umwelt, indem Sie das Altgerät an eine Sammelstelle für Wertstoffe - Elektroaltgeräte - abgeben.

MONTAGE

Die Montage des Geräts muss sorgfältig von einem Erwachsenen durchgeführt werden. Bitten Sie im Zweifelsfall jemanden um Hilfe, mit mehr Erfahrung in diesem Bereich.

- Vergewissern Sie sich vor Beginn der Montage, ob das Set mit dem Gerät alle Elemente aus der Teileliste enthält und ob irgendwelche Elemente während des Transports beschädigt wurden. Wenn Teile fehlen oder Sie Vorbehalte haben, wenden Sie sich bitte an den Händler.
- Machen Sie sich mit den Zeichnungen und Erklärungen vertraut und führen Sie die Montage in der in der Montageanleitung angegebenen Reihenfolge durch.
- Seien Sie bei der Montage vorsichtig. Während der Verwendung von Werkzeugen und Elementen besteht Verletzungsgefahr.
- Achten Sie auf eine sichere Umgebung. Verteilen Sie Werkzeuge und Montageelemente nicht chaotisch. Denken Sie daran, dass Folien und Plastiktüten eine Erstickungsgefahr für Kinder darstellen.
- Die für den jeweiligen Schritt der Montageanleitung benötigten Montageelemente sind in den Zeichnungen und Erklärungen dargestellt. Verwenden Sie die in der Montageanleitung angegebenen Elemente.
- Ziehen Sie die Teile in den ersten Phasen der Montage nicht vollständig fest. Tun Sie dies erst, nachdem Sie alle Teile platziert und sich vergewissert haben, dass sie richtig sitzen.
- Der Hersteller behält sich das Recht vor, bestimmte Elemente vorab zu montieren.

MONTAGEPLAN (→ Siehe Seite 3)

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

TEILELISTE

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

NR	BEZEICHNUNG	MENGE
1	Hauptrahmen	1
2R/2L	Säulen- stützea	2
3R/3L	Handläufe	2
4	Hintere Handläufe	1
5	Konsole Halterung Säule	1
6	Konsole Halterung Säule II	1
40R/40L	Abdeckung der Tragsäule	2
41	Flaschenhalter	1

42	Konsolenhalterung Säule dekorative Abdeckung	1
45	Konsole	1
47	Hintere dekorative Abdeckung der Konsole	1
52R/52L	Äußere dekorative Abdeckung	2
53R/53L	Innere dekorative Abdeckung	2
72	Schraube Inbus M10 * 30	4
73	Schraube Inbus M10 * 20	10
76	Schraube Inbus M8 * 40	2
77	Flachkopfschraube M8 * 20	8
78	Schraube Inbus M6 * 25	6
82	Phillips-Schraube mit Kopf mit Scheibe M4*15	14
89	Kreuzschlitzschraube mit Kopf und Scheibe M4 * 8	2
90	Kreuzschlitzschraube ST4.0*16	40
102	Innere gezahnte Unterlegscheibe Φ 10*1.2	12
103	Innere gezahnte Unterlegscheibe Φ 8*1.2	8
105	Standardscheibe Φ 10	8

MONTAGEANLEITUNG (→ Siehe Seite 3)

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

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

INSTUKTION ZUM AUF- UND ABBAU

ZUSAMMENBAU DES GERÄTS

ACHTUNG! Vergewissern Sie sich vor dem Zusammenbau, dass alle Schrauben fest angezogen sind.

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

BEDIENUNGSANLEITUNG COMPUTER

BEGINN

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

ENERGIESPARFUNKTION

Der Computer wechselt automatisch in den Energiesparmodus, wenn innerhalb von 10 Minuten keine Aktionen erfolgen. Drücken Sie eine beliebige Taste, um das System wiederherzustellen.

NOT-AUS-SCHALTUNG DES GERÄTS

ACHTUNG! Drücken Sie im Notfall sofort die Not-Aus-Taste.

PROGRAMME

Der Computer ist mit 3 Benutzerprogrammen zur manuellen Einstellung ausgestattet, 36 automatischen Programmen, die im Speicher gespeichert sind, Countdown-Modi (Zeit, Schritte Höhe, Kalorien, Level, Puls, Geschwindigkeit).

BESCHREIBUNG DER TASTEN

- **START** - dient zum Starten Geräts ihnen Modus manuell oder ausgewählten Programm.
- **STOP** - dient zum Anhalten des laufendenden Geräts. Nach dem Drücken erfolgt auch das Zurücksetzen der Einstellungen. Nach dem erneuten Start beginnt das Gerät die Arbeit im im Modus manuell.
- **KÜHLEN RUNTER** - Drücken Sie während des Trainings, um eine schrittweise Abkühlung entsprechend der aktuellen Intensitätsstufe zu aktivieren. Die Maschine verlangsamt sich gleichmäßig und stoppt nach Ablauf des Countdowns.
- **PROGRAMM** - dient zur Auswahl eines Programms für das Training automatisch (P1-P12), Benutzerprogramms Benutzer (U1-U3) oder der Funktion Body Fat vor dem Start.
- **MANUELL** - Ermöglicht die Auswahl des Modus des Countdowns: Zeit, Distanz oder Kalorien
- **CUSTOM** - Schnell zum benutzerdefinierten Programm wechseln. Drücken Sie in diesem Modus die Bestätigungstaste der kleinen 3 * 4-Tastatur, um die Einstellung des benutzerdefinierten Programmsegments aufzurufen. Sie können die Parameter in diesem Zeitraum schnell über den Parameter "Set + -" einstellen.
- **GRÖSSE/KALORIEN/ZEIT Countdown** - die Taste zum gegenseitigen Umschalten des Modus: Die Zeit kann schnell den Zeitumkehrmodus aktivieren. Sie können die Parameter in diesem Zeitraum schnell über den Parameter "Set + -" einstellen. Die Höhe kann schnell den Höhenumkehrmodus aktivieren. Kalorien können schnell den Kalorienzählmodus aktivieren.
- **Zeigt das Level an.** - Tasten ermöglichen die Regelung (Erhöhung und Verringerung) des Levels um 1 Level während des Trainings. Tasten befinden sich auf auf der Konsole des Computers und auf Handläufe.
- **SCHNELLWAHLTASTEN DES LEVELS** - ermöglichen die direkte Auswahl des Levels während des Trainings FUNKTIONEN (SPEZIFIKATION) (3,6,9,12,15,18).

ZEIT

/SCHRITTE	Zeigt die aktuelle	Bewegungszeit oder Anzahl der Schritte an.HÖHE/PROG	00:00-99:59 min
	Zeigt die Bewegungshöhe oder die Programmnummer an.	KALORIEN	0.0 - 999
	Zählt die Gesamtzahl der verbrannten Kalorien vom Beginn bis zum	(Die Messung ist ein Näherungswert zum Vergleich verschiedener Trainingseinheiten und darf nicht in der Behandlung verwendet werden). LEVEL	0,0-999 kcal

Ende des Trainings.		
LEVEL	PULS	1-25
Zeigt den aktuellen Puls an.	ACHTUNG! Pulsmessung nur für sportliche Zwecke (medizinische Anwendung ausgeschlossen). Zeigt die aktuelle Bewegungsgeschwindigkeit an.	50-200 BPM
SPM	PULSMESSFUNKTION	Steps/min

Nach dem Start

der Treppe Halten Sie beide Hände auf die Sensoren zur Messung des Pulses. Nach 30 Sekunden erscheint der aktuelle Puls auf dem Bildschirm.

Während der Messung zeigt der Computer ein herzförmiges Symbol an.

ACHTUNG! Pulsmessung nur für Sportzwecke (medizinische Anwendungen sind ausgeschlossen).

MANUELLES PROGRAMM

Das manuelle Programm ist der Standardbetriebsmodus des Geräts. Treppe beginnt sie damit zu arbeiten, nachdem Sie **START** gedrückt haben, wenn kein Trainingsprogramm ausgewählt wurde.

- Die Standardgeschwindigkeit im Modus manuell ist 0,8 km/h.
- Die Änderung der Geschwindigkeitseinstellung und des Levels ist mit den Tasten am Computer und an den Handläufen möglich.

TRAININGSPROGRAMME

Wählen Sie eines von 36 automatischen Trainingsprogrammen, indem Sie die Taste **PROGRAMM** so lange drücken, bis die entsprechende Nummer auf dem Bildschirm angezeigt wird.

- Wenn angezeigt wird das entsprechende Programm drücken Sie **MODE**. Nach Auswahl im Fenster angezeigt wird und blinkt der Wert „30:00“. Einstellungen der Zeit des Trainings des Programms können mit den Tasten **-** und **+**.
- Die eingestellte Trainings- Zeit wird proportional auf 20 auf 20 Abschnitte. Die Tabelle zeigt eine Übersicht der Abschnitte und der im Geschwindigkeiten und Winkel der Neigung für jedes Programm Trainings. → [Siehe Seite 105](#).
- Um das Programm zu starten, Programm 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. Benutzen Sie die Tasten **SPEED +/-** zum Einstellen der Geschwindigkeit.
- Drücken Sie **MODE**, um die Parametereinstellungen für den ersten Abschnitt zu bestätigen und zur Bearbeitung des nächsten Abschnitts zu gelangen.

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

Die Programme werden im Speicher des Computers bis zur nächsten Bearbeitung gespeichert.

Die Daten gehen bei einem Stromausfall nicht verloren.

STARTEN DES BENUTZERPROGRAMMS

- W Modus Standby, drücken Sie die Taste **PROGRAMM**, um eines der auszuwählen Benutzerprogramme auszuwählen.. Nach der Auswahl im Fenster angezeigt und blinkt der Wert „30:00“. Verwenden Sie die Tasten **SPEED +/-**, **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** zur Einstellung der Zeit des Trainings. Die eingestellte Zeit des Trainings wird aufgeteilt proportional in 20 Etappen.
- Um das Programm zu starten, drücken Sie **START**.

COUNTDOWN-MODUS

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

- Zum Einstellen des heruntergezählten Wertes verwenden Sie die Tasten **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Start des Laufbands und der Countdown beginnt mit dem Drücken der Taste **START**.

HERUNTERGEZÄHLTE PARAMETER:

- ZEIT:** Der anfängliche Wert des Countdowns ist 30 Min. Der Computer ermöglicht das Einstellen der Zeit im Bereich 5-99 Minuten (jeweils 1 Minute).
- KALORIEN:** Der anfängliche der Countdown- Herunterzählen sind 50 kcal. Der Computer ermöglicht die Einstellung von Kalorien im Bereich 20-990 kcal (in 10 kcal).
- DISTANZ:** Der Startwert wartość Zählung ist 1 km. Der Computer ermöglicht die Einstellung der Distanz im Bereich 1,0-99,0 km (in 1 km).

KÖRPERFETTMESSFUNKTION (BODY FAT)

Drücken Sie die Taste **PROGRAMM**, bis "FAT" auf dem Bildschirm angezeigt wird. Verwenden Sie **MODE**, um Parameter einzugeben:

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

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

Nachdem Sie die Parameter ausgewählt haben, erscheint F5 auf dem Display.

Legen Sie beide Hände auf die Pulssensoren, nach 5-6 Sekunden zeigt der Computer die FAT-Informationen an. FAT soll das Verhältnis zwischen Größe und Gewicht und nicht die Körperproportionen messen.

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

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

TRAINING UND ÜBUNGSPHASEN

Die Verwendung des Geräts bietet Ihnen viele Vorteile. Vor allem verbessert es Ihre Kondition, stärkt Ihre Muskeln und ermöglicht in Kombination mit der richtigen Ernährung die Verbrennung von unnötigem Fettgewebe.

1. AUFWÄRMEN

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

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 an. Drücken Sie die Knie vorsichtig in Richtung Boden und halten Sie diese Position 15 Sekunden lang.

OBERSCHENKELDEHNUNG

Setzen Sie sich auf eine ebene Fläche. Strecken Sie das rechte Bein aus und legen Sie die Sohle des linken Fußes an den rechten Oberschenkel. Strecken Sie die rechte Hand

so weit wie möglich in Richtung der Zehen des rechten Beins. 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. Ohne die Arme zu bewegen, drehen Sie ihn nach rechts und strecken Sie ihn, dann drehen Sie ihn nach links und strecken Sie ihn.

ARMHEBEN

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

ACHILLESSEHNENDEHNUNG

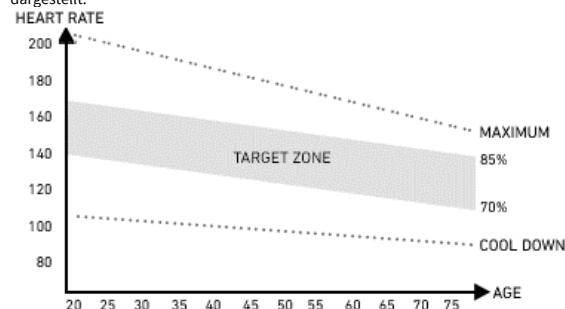
Stellen Sie sich mit dem Gesicht zur Wand, schieben Sie das linke Bein nach vorne und beugen Sie es leicht im Knie. Halten Sie das rechte Bein hinten - gestreckt, mit der Ferse flach auf dem Boden. Halten Sie beide Fersen flach auf dem Boden und drücken Sie die Hüften in Richtung Wand. Halten Sie diese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

BEUGEN

Stellen Sie sich mit zusammenliegenden Beinen hin. Beugen Sie sich nach vorne und versuchen Sie die Brust so nah wie möglich an die Knie zu bringen. Halten Sie diese Position 15 Sekunden lang. Denken Sie daran, die Knie nicht zu beugen.

2. ÜBUNGSPHASE

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



3. ENTSPANNUNGSPHASE

Diese Phase ermöglicht es, die Durchblutung zu beruhigen und die Muskeln zu entspannen. Dies ist eine Wiederholung der Aufwärmübungen. Es ist wichtig, daran zu denken, die Muskeln nicht zu überanstrengen.

MÖGLICHE SCHÄDEN UND REPARATURTECHNIKEN

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

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

FEHLERBESCHREIBUNG	MÖGLICHE URSACHEN	PROBLEMLÖSUNG
--------------------	-------------------	---------------

--- Problem mit dem Display	Keine Stromversorgung oder kein Stromfluss	Schließen Sie das Netzkabel an die Wechselstromsteckdose an oder überprüfen Sie die Wechselstromsteckdose. Stellen Sie den Netzschalter auf ON.
	Der Netzschalter ist nicht eingeschaltet.	Überlastschutz erneut drücken oder Antrieb austauschen.
	Antrieb ohne Stromversorgung oder defekt.	Signalkabel austauschen und wieder anschließen.
	Unterbrochener Stromkreis des Signalkabels des elektronischen Zählers	Elektronischen Zähler austauschen.
	Elektronischer Zähler ist defekt	
Unvollständige Anzeige, fehlende Segmente	Display-Treiber-IC fehlerhaft verlötet oder Dauerlötung	Reparatur erforderlich, Lötstellen prüfen, solide Lötung vor Ort.
	Beschädigter Display-Treiber-IC	Kabel abziehen und Reparatur erforderlich, neuen IC einlöten des Display-Treibers (IC).
Anzeige des elektronischen Zählers	Sicherheitsverriegelung gelöst	Sicherheitsverriegelung in Saug- oder Kartenposition am Bedienfeld bringen.
	Not-Aus-Schalter des Steuergeräts getrennt	Not-Aus-Schalter anschließen oder in die richtige Position drehen
-oder-	Magnetron ist nicht eingeschaltet (falls vorhanden)	Magnetron ist in der richtigen Position installiert.
E01 - Kommunikationsfehler (Steuergerät empfängt kein Signal vom elektronischen Zähler);	Signalkabel des elektronischen Zählers ist falsch angeschlossen oder hat schlechten Kontakt.	Stecker wieder anschließen
E02 - Kommunikationsfehler (elektronischer Zähler empfängt kein Signal vom Steuergerät)	Signalkabel des elektronischen Zählers ist beschädigt, kurzgeschlossen oder unterbrochen Ursache liegt im Signalkabel des elektronischen Zählers	Signalkabel austauschen. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers Elektronischen Zähler austauschen. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers
	Fehler im Signalkreis des Steuergeräts	Antrieb austauschen. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
E08 - Fehler beim Anschluss der unteren Steuerung	Erkennung ob Verbindungs-a am Ende der Maschine blockiert ist.	Entfernen Sie den blockierenden Fremdkörper.
	IR-Sensorfehler	Ersetzen Sie den Sensor. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Treiberfehler.	Tauschen Sie den Treiber aus. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers
E48 - Kein Geschwindigkeitssignal (mit Geschwindigkeitserkennungsgsteuerung)	Das Geschwindigkeitssignalkabel ist nicht angeschlossen oder der Sensor ist defekt	Schließen Sie das Geschwindigkeitssignalkabel wieder an oder tauschen Sie den Sensor aus. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers
	Der Sensorstromkreis der Steuerung ist defekt	Antrieb austauschen. Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers

Gerät funktioniert nicht	Keine Stromversorgung	Schließen Sie das Gerät an den Strom an.
	Sicherheitsschlüssel nicht gesteckt	Stecken 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.
	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 für die verkaufte Ware schließt die Rechte des Käufers aus dem Verbraucherrechtsgesetz nicht aus, beschränkt oder setzt sie aus.

Die Garantiekarte befindet sich auf der letzten Seite.

GARANTIEBEDINGUNGEN

- Reklamationen und Garantien unterliegen ausschließlich versteckten Mängeln, die durch Verschulden des Herstellers entstanden sind.
- Die Garantie wird vom Geschäft oder Service respektiert, nachdem der Kunde Folgendes vorgelegt hat:
 - eine gültige, leserlich und korrekt ausgefüllte Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers,
 - einen gültigen Kaufbeleg für das Gerät mit Verkaufsdatum, die reklamierte Ware oder das defekte Teil.
Beim Fernabsatz ist die Garantiekarte nur auf der Grundlage des Kaufbelegs (Quittung / Rechnung) gültig.
- Die Reklamation wird innerhalb von 14 Tagen ab dem Zeitpunkt der Meldung des Mangels durch den Kunden bearbeitet.
- Fabrikationsfehler und Schäden, die während der Garantiezeit обнаруживаются, werden innerhalb von höchstens 21 Tagen ab dem Datum der Lieferung der Ware an das Geschäft oder den Service kostenlos repariert.
- Falls es notwendig sein sollte, Teile aus dem Import zu beziehen, kann sich die Ausführungszeit der Garantiereparatur um die Zeit verlängern, die für den Bezug erforderlich ist, jedoch nicht länger als um 40 Tage.
- Von der Garantie ausgeschlossen sind:
 - mechanische Beschädigungen und dadurch verursachte Mängel,
 - Beschädigungen und Mängel, die aufgrund unsachgemäßer bestimmungsgemäßer Verwendung und Lagerung, unsachgemäßer Montage und Wartung entstanden sind,
 - Beschädigungen 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 eigenverantwortlich durchzuführen hat.
- Die Garantie findet in folgenden Fällen keine Anwendung:
 - Ablauf der Gültigkeitsdauer,
 - Durchführung eigenständiger Reparaturen und Modifikationen durch den Kunden unter Verwendung von nicht originalen Teilen,
 - wenn der entstandene Mangel auf eine fehlerhafte Installation oder auf die Nichtbeachtung der in der Bedienungsanleitung beschriebenen Regeln für den ordnungsgemäßen Betrieb zurückzuführen ist,
 - Nutzung, die nicht die häusliche Nutzung ist,
 - Transportschäden.
- Duplikate der Garantiekarte werden nicht ausgestellt.
- Im Rahmen der Garantie hat der Kunde das Recht, folgende Arten von kostenloser Wiedergutmachung zu fordern:
 - Reparatur des Produkts,
 - Austausch des Produkts,
 - Preisminderung,
 - Auflösung des Vertrags und vollständige Rückerstattung der entstandenen Kosten.
- Zur Einreichung einer Reklamation ist Folgendes erforderlich:
 - Das Produkt oder ein Teil davon, auf das sich die Garantie bezieht, vorlegen.
 - Kaufbeleg mit Angabe des Namens und der Adresse des Verkäufers, des Kaufdatums und -orts, der Art des Produkts oder einer gültigen Garantiekarte mit dem Stempel des Geschäfts.
 - Im Falle der Lieferung eines verschmutzten Produkts 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 der Ablehnung der Garantiereklamation erhält der Kunde eine detaillierte Begründung der getroffenen Entscheidung, und innerhalb von 14 Tagen ab dem Zeitpunkt der Übermittlung der Entscheidung wird das Gerät auf seine Kosten an den Kunden zurückgesandt.

EE Kasutusjuhend

Kasutaja, Enne seadme kokkupanekut tutvuge alloleva juhendiga ja seadme esmakordset kasutamist. See juhend sisaldab olulist teavet seadme ohutu kasutamise ja hoolduse kohta. Hoidke see alles, et saaksite vajadusel kasutada teavet hoolduse või varuosade tellimise kohta.

TEHNILISED ANDMED

Toide	220V
Maksimaalne võimsus	900 W
Kaal	135 kg
Kasutustemperatuur	0°C kuni +40°C
Säilitustemperatuur	-10°C kuni +60°C
Maksimaalne kasutaja kaal	KALORID:60 kg
Kasutusklass	Klass SC
Täpsusklass	Klass C
Takistuse tasemete arv	25 tasemed
Toote standard (peamine)	PN-EN ISO 20957-8:2021
Eesmärk	Streening trepid kasutamiseks poolkaubanduslikne.

OHUTUS

ETTEVAATUST! Seadet tohib kasutada ainult selle ettenähtud otstarbel, st treenimiseks täiskasvanutele. Igasugune muu seadme kasutamine võib olla ohtlik. Tootjat ei saa vastutusele võtta kahjude eest, mis on põhjustatud seadme ebaõigest kasutamisest.

- Seade on projekteeritud ja valmistatud põhinedes uusimatele teadmistele ohutuse valdkonnas. Ohtlikud elemendid, mis võivad potentsiaalselt vigastuste ohuks olla, on kõrvaldatud või suhteliselt kaitsitud.
- Omavalgust parandamine ja muutmine ei ole lubatud.
- Kontrollige üks või kaks korda kuus kruvide, poltide ja mutrite õiget pingutamist.
- Püsiva ohutuse tagamiseks kontrollige ja hooldage regulaarselt (st üks kord aastas) seadmeid spetsialiseeritud kaubandusasutuses.
- Kõik seadme muudatused, mida ei ole kirjeldatud selles juhendis, võivad põhjustada kahjustusi või otseselt ohustada treenija tervist ja elu. Seadme muudatusi võivad teha ainult tootja teenindustöötajad või nende poolt koolitatud isikud.
- Kõik seadmed on pideva uuendustegevuse all, et tagada kõrge kvaliteet. Sel põhjusel jätab tootja endale õiguse teha tehnilisi muudatusi.
- Kõik küsimused või kahtlused seoses seadmega suunake spetsialiseeritud kaubandusasutusse.

ETTEVAATUST! Järgige üldisi reegleid eeskirju ning ohutusmeetmeid, mis kehtivad elektriseadmete käsitlemisel.

- Seade töötab võrgupingega 220V.**
- Kõik elektriseadmed kiirgavad töötamise ajal elektromagnetilist kiirgust. Kui elektroonilise juhtimissüsteemi või kokpiti läheduses on muid sellist kiirgust kiirgavaid seadmeid (nt mobiiltelefonid), võivad mõned väärtused (nt pulss) olla moonutatud.
- ETTEVAATUST!** Ärge kunagi tehke omal käel elektri võrgus muudatusi. Tellige sellised muudatused spetsialistidelt.
- ETTEVAATUST!** Enne seadme remondi, hoolduse või puhastamise alustamist eemaldage toitepistik vooluvõrgust.
- Seadme ühendamiseks ärge kasutage pikendusjuhtmeid.
- Kui te pikemat aega seadet ei kasuta, eemaldage selle toitepistik vooluvõrgust.
- Pöörake tähelepanu sellele, et elektrijuhe ei oleks kinni pigistatud ja selle paigutus ei tekitaks komistamisohu.

MAANDUS

Maandus kaitseb elektrilöögi ohu eest. Seadmel on maandusega juhe ja pistik. Pistik tuleb ühendada korrektselt paigaldatud ja õigesti maandatud vooluvõrku.

OHT! Juhtme vale ühendamine võib põhjustada elektrilöögi ohtu.

- Enne seadme ühendamist toiteallikaga veenduge, et kohalik pingest vastab pistiku tüübile.
 - Ärge muutke pistikut, kui see ei sobi pistikupesaga.
- Sellisel juhul tellige kvalifitseeritud elektrikult teise pistikupesaga paigaldamine.

ETTEVAATUST! Seadme kasutamise ajal tuleb läheduses viibivaid isikuid teavitada võimalikest ohtudest. Olge eriti ettevaatlik laste juuresolekul.

TÄHELEPANU! Enne treeninguga alustamist konsulteerige arstiga veendumaks, et teil pole seadmel treenimiseks mingeid meditsiinilisi vastunäidustusi. Spetsialisti arvamusel põhjal saate koostada oma treeninguplaani. Valedi valitud programm või liigne treenimine võib olla teie tervisele ja elule ohtlik.

HOIATUS! Südame löögisageduse jälgimissüsteemid 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.

- Treeningukoha valimisel arvestage võimalike takistuste ohutu kauguse tagamisega. Ärge asetage seadmeid kommunikatsiooniliinide (teed, väravad, ülekäigurajad jne) läheduses.

- Seadme kasutamine on keelatud lähedal kaugusel seinast. Turvaala on 2000 mm ja vähemalt sama lai kui seade.

TÄHELEPANU! Seadme paigaldamisel olge ettevaatlik ja ärge lubage lapsi lähedusse. Paigaldamise ajal kasutatakse väikeseid osi (mutrid, kruvid jne), mida nad võivad alla neelata.

JÄÄKRISK

- Kui kukkumiskaitset ei rakendata või rakendatakse, kuid valesti, on olemas jääkrisk, st inimese kukkumine, mis põhjustab nahakahjustusi, verevalumeid, luumurde või halvemat juhtumit.
- Eksisteerib jääkrisk treenija tahtmatu ülekoormuse tõttu, mis on põhjustatud ebaõigest käsitsemisest või 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 elektrilöögi ohtu, mis võib põhjustada surma.
- Ei saa välistada jääkriski lämbumise korral.
- Riski saab vähendada, järgides teavet ohutuse kohta, mis sisaldub kasutusjuhendis.
- Ei saa välistada, et tahtmatu või lubamatu kasutamine põhjustab muid, arvesse võtmata riske, ja arvesse võetud riski on valesti hinnatud.

Riski hindamise analüüsis tehti hindamised „seadme praeguse seisukorra“ alusel. Toote hindamise ja kontrolli tulemusena selgub, et vastuvõetamatu riski tekkimise tõenäosus on väga madal. Seade (selle konstruktsioon, tööpõhimõte ja kasutamine) ei põhjusta normaalsetes tingimustes põhjendamatut riski treenijale ega kolmandatele isikutele.

KÄSITSEMISMÄRGID TRANSPORTPAKENDIL

- See pool ülespoole. Mitte ümber pöörata.
- Kaitsta kukkumise eest.
- Kaitsta niiskuse eest.
- Hoida maksimaalselt 3 kihis.
- Elektroonikaromud. Kasutatud seadmed tuleb viia taaskasutuspunkti.
- Tähelepanu, raske toode.
- Pakend valmistatud papist.
- Taaskasutatav pakend.
- Pakend on valmistatud keskkonnastututust ja ringlussevõttu silmas pidades. Palun sorteerige jäätmeid vastavalt kohalikele eeskirjadele.
- Pakend on valmistatud papist ja plastist. Palun sorteerige jäätmeid vastavalt kohalikele eeskirjadele.
- Pakend on valmistatud papist ja plastist. Palun sorteerige jäätmeid vastavalt kohalikele eeskirjadele.

KASUTAMINE

Enne treeningu alustamist veenduge, et seade on õigesti paigaldatud.

- Enne esimese treeningu alustamist tutvuge kõigi seadme funktsioonide ja reguleerimisvõimalustega.
- Seadmel on elemente, mis võivad olla kokku puutuda ning korrosiooniga. Sel põhjusel ei ole soovitatav, et see jääks sisse niiskesse ruumi. Samuti tuleb hoolitseda selle eest, et seade (eriti selle sise- ja elektroonikaelemendid) ei puutuks kokku vee, jookide, higi jne.
- Seade on mõeldud treenimiseks ainult täiskasvanutele ja ei ole absoluutselt 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 inertsliikumisel esineda vaikset müra, mis on tingitud konstruktsiooni tüübist. Need ei mõjuta seadme tööd.
- Müratase koormuse korral on suurem kui ilma koormuseta.
- Enne iga treeningu alustamist kontrollige kaitsemeetmete ning kruvi- ja pistikühenduste korrektsust.
- Seadmel treenimise ajal pidage meeles sobivaid jalanõusid (spordijalatsid).

HOOLDUS

Kasutamise maksimaalse ohutuse tagamiseks seadme, on soovitatav seda regulaarselt kontrollida elementide kulumise suhtes. See hõlmab mutreid, poltide, liikuvate osade pingutamist ja seisukorra kontrollimist, pukside jne. Hoidke seadet kuivas ja soojas kohas. Ärge jätke seadet päikesevalguse kätte. **TÄHELEPANU!** Enne hoolduse alustamist lülitage alati välja seade ja eemaldage toide.

PUHASTAMINE

Seadme regulaarne puhastamine pikendab selle eluiga ja säilitab selle kõrge jõudluse.

Puhastamiseks kasutage pehmet niisket lappi. See ei kehti elektriliste komponentide, mootori, sisemiste osade kohta - ärge laske vett nendes kohtadesse sattuda. Kaista vee eest.

MOOTORI PUHASTAMINE

Vähemalt kord aastas eemaldage mootorilt tolm. Selleks lülitage esmalt välja seade vooluvõrgust ja umbes 1 tunni pärast eemaldage mootori kate. Kasutage suruõhku või pintsli, et eemaldada ettevaatlikult kogunenud tolm. Pärast mootori katte uuesti paigaldamist ja vooluvõrku ühendamist saate käivitada seadme..

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 sorteeritud kogumiseks.



Kaitske keskkonda ja ärge visake kasutatud patareisid olmeprügi hulka.. Viige need tagasi ostukohta või andke üle eraldi jäätmekogumispunkti.

Kasutatud elektriseadmed (sealhulgas arvesti, toiteplokk) on taaskasutatavad materjalid – ärge visake neid olmejäätmete konteineritesse, kuna need võivad sisaldada tervisele ja keskkonnale ohtlikke aineid. Palume aktiivselt kaasa aidata

säästlikule majandusele loodusvaradega ja looduskeskkonna kaitsele, andes kasutatud seadme üle jäätmekogumispunkti – kasutatud elektriseadmed.

KOKKUPANEK

Seadme kokkupaneku peab hoolikalt läbi viima täiskasvanu. Kahtluste korral küsige abi kelleltki suurema kogemusega selles valdkonnas.

- Enne kokkupaneku alustamist veenduge, et komplekt koos seadmega sisaldab kõiki elemente osade loendist ja kas mõni element pole transportimise ajal kahjustatud saanud. Elementide puudumise või reservatsioonide korral võtke ühendust müüjaga.
- Tutvuge jooniste ja selgitustega ning tehke kokkupanek vastavalt järjekorrale, mis on toodud kokkupanekujuhistes.
- Olge kokkupanekul ettevaatlik. Kasutamise ajal tööriistade ja elementidega on vigastuste oht.
- Pidage meeles, et peate säilitama ohutu keskkonna. Ärge pange tööriistu ja kokkupanekuelemente kaootiliselt laiali. Pidage meeles, et kiled ja plastkotid kujutavad endast laste lämbumisohtu.
- Kokkupanekuelemendid, mis on vajalikud antud sammu tegemiseks kokkupanekujuhistes on esitatud 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 paigaldatud.
- Tootja jätab endale õiguse mõned elemendid eelnevalt kokku panna.

KOKKUPANEKUSKEEM minut> Vaata lehekülge 3)

TÄHELEPANU! Keelatud on kasutada osi, mis on pärit muudest allikatest kui tootja.

OSADE LOETELU

Täielik osade nimekiri on saadaval, võttes ühendust aadressiga serwis@zipro.pl või veebisaidil Zipro.store toote kirjelduses.

NR	KIRJELDUS	KOGUS
1	Põhiraam	1
2R/2L	Postitudlukustatud masina otsas toetusa	2
3R/3L	Käsi puud	2
4	Tagumised käsi puud	1
5	Konsooli tugipost	1
6	Konsooli tugipost II	1
40R/40L	Kandeposti kate	2
41	Pudelihoija	1
42	Konsooli tugipost dekoratiivne kate	1
45	Konsool	1
47	Konsooli tagumine dekoratiivne kate	1
52R/52L	Välimine dekoratiivne kate	2
53R/53L	Sisemine dekoratiivne kate	2
72	Kruvi kuuskant M10 * 30	4
73	Kruvi kuuskant M10 * 20	10
76	Kruvi kuuskant M8 * 40	2
77	Lamepeakruvi M8 * 20	8
78	Kruvi kuuskant M6 * 25	6
82	Phillipsi kruvi seibiga peaga M4*15	14
89	Ristpeakruvi seibiga peaga M4 * 8	2
90	Ristpeakruvi ST4.0*16	40
102	Sisemine sakiline seib Ø 10*1.2	12
103	Sisemine sakiline seib Ø 8*1.2	8
105	Tavaline seib Ø 10	8

KOKKUPANEMISJUHEND (→ Vt lk 3)

TÄHELEPANU! Kokkupanekul järgige alltoodud samme ja kasutage tootega kaasasolevaid tööriistu.

Seadme kokkupanekuks valmistage ette piisavalt vaba ruumi. Mõnede elementide suure kaalu tõttu on soovitatav kokku panna kahekesi.

IKOKKU- JA LAHTIVÕTMISE JUHEND

SEADME KOKKUPANEK

TÄHELEPANU! Enne kokkupaneku alustamist kontrollige hoolikalt, kas kõik kruvid on kinni keeratud.

TÄHELEPANU! Kokkupanemisel olge oma käte ja sõrmedega ettevaatlik, et need ei jääks vahele.

ARVUTI KASUTUSJUHE

ALGUS

Jooksul 3 sekundit pärast nupu vajutamist **START** alustab seade tööd.

ENERGIA SÄÄSTMISE FUNKTSIOON

Arvuti lülitub automaatselt energiasäästurežiimi, kui 10 minuti jooksul ei toimu ühtegi tegevust. Süsteemi taastamiseks vajutage suvalist klahvi.

SEADME HÄDASEISKUMINE

TÄHELEPANU! Äkilise ohu korral vajutage viivitamatult hädaseiskamisnuppu.

PROGRAMMID

Arvuti on varustatud 3 kasutajaprogrammiga käsitsi seadistamiseks, 36 automaatprogrammi, mis on salvestatud mälu, loendusrežiimid (aja,sammude, kõrguse,kalorite, taseme, pulsi, kiiruse).

NUPUDE KIRJELDUS

- **START** - kasutatakse sest käivitamiseks seadme režiimis käsitsi või valitud programmi.
- **STOP** – on seiskamiseks töötava seadme. Pärast vajutamist toimub ka lähtestamine seadistuste. Pärast taaskäivitamist alustab seade tööd režiimis käsitsi.
- **JAHUTUS ALLA** - vajutage treeningu ajal, et käivitada järkjärguline jahutus vastavalt praegusele intensiivsuse tasemele. Seade aeglustub ühtlaselt ja peatub pärast loenduse lõppu.
- **PROGRAMM** – kasutatakse valimiseks programmi treeningut automaatse (P1-P12), programmi kasutaja (U1-U3) või funktsiooni Body Fat enne käivitamist.
- **MANUAAL** – võimaldab valida režiimi loendamist: aja, kauguse või kalorite
- **CUSTOM** – lülitage kiiresti kohandatud programm üle. Selles režiimis vajutage kohandatud programmi segmendi seadistamiseks 3 * 4 väikese klaviatuuri kinnitusklahvi. Parameetreid saate selle aja jooksul kiiresti seadistada parameetri "Set + -" kaudu.
- **PIKKUS/KALORID/AEG tagaplaanil** - režiimi vastastikune lülitusklahv: aeg saab kiiresti sisse lülitada aja pöördrežiimi. Parameetreid saate selle aja jooksul kiiresti seadistada parameetri "Set + -" kaudu. Kõrgus saab kiiresti sisse lülitada kõrguse pöördrežiimi. Kalorid saavad kiiresti sisse lülitada kalorite lugemise režiimi.
- **TASE** - nupud võimaldavad reguleerida (suurendamine ja vähendamine) taset iga 1 tase treeningu ajal. Nupud asuvad on konsoolil arvutil ning käsipuudel.
- **KIIRE VALIKU NUPUD TASE** - võimaldavad teil teha otsese valiku taseme treeningu ajal (3,6,9,12,15,18

FUNKTSIOONID (SPETSIFIKATSIOON)

AEG/SAMMUD	Kuvab praeguselüükimisaja või sammude arvu.	00:00-99:59 min
KÕRGUS/PROG	Kuvab liikumiskõrguse või programmi numbrit.	0.0 - 999
KALORID	Loendab treeningu algusest lõpuni põletatud kalorite koguarvu. (Mõõtmise on ligikaudne erinevate treeningute võrdlemiseks, seda ei saa kasutada raviks).	0,0-999 kcal
TASE	Kuvab taset.	1-25
PULSS	Kuvab praegust pulssi. TÄHELEPANU! Pulsisageduse mõõtmine ainult sportlikel eesmärkidel (meditsiiniline kasutamine on välistatud).	50-200 BPM
SPM	Kuvab praegust liikumiskiirust.	Sammud/min

PULSISAGEDUSE MÕÕTMISE FUNKTSIOON

Pärast käivitamist trepistiku hoia mõlemad käed pulsi mõõtmise anduritel pulssi. 30 sekundi pärast kuvatakse ekraanil hetkepulss.

Mõõtmise ajal kuvab arvuti südamekujulise ikooni.

TÄHELEPANU! Pulsi mõõtmine on ainult sportlikel eesmärkidel (meditsiiniline kasutamine on välistatud).

MANUAALNE PROGRAMM

Manuaalprogramm on seadme vaikerežiim. Trepp alustabselle tööd selles pärast nupu vajutamist **START**, kui ühtegi treeningprogrammi ei valita.

- Vaikimisi kiirus režiimis manuaalselt on 0.8 km/h.
- Kiiruse ja seadistuse muutmise taseme on võimalik arvutil ja käsipuudel olevate nuppude abil.

TRENINGPROGRAMMID

Valige üks 36 automaatset treeningprogrammi, vajutades nuppu **PROGRAMM** nii kaua, kuni ekraanil kuvatakse vastav number.

- Kui kuvatakse number sobiv programmi vajutage **MODE**. Pärast valimist aknas aknas kuvatakse see ja hakkab vilkuma väärtus "30:00". Seaded aja treeningu programmi saab teha nuppudega - +/- .
- Määratud aeg treeningu jaguneb on proportsionaalselt 20 etapiks. Tabel esitab ülevaate etappidest ja vastavast neile kiirusest ja nurk kalde iga iga programmi treeningu. → [Vaata lk 105](#).
- Et alustada programmi vajutage **START**.

KASUTAJAPROGRAMMID

Arvutil on 3 kasutajaprogrammi individuaalseks määratlemiseks: U1, U2, U3.

KASUTAJAPROGRAMMI SEADISTAMINE

- Ooterežiimis vajutage nuppu **PROGRAM**, et valida üks kasutajaprogrammidest. Paneelil kuvatakse järjest automaatprogrammide numbrid, seejärel kasutajaprogrammid.
- Kui kuvatakse vastav programm, vajutage **MODE**, et alustada programmi esimese sektsiooni redigeerimist.
- Kasutage nuppe **SPEED +/-** kiiruse määramiseks.
- Vajutage **MODE**, et kinnitada esimese sektsiooni parameetrite seaded ja minna järgmise sektsiooni redigeerimise juurde.

Programmid koosnevad 20 sektsioonist. Korra üldtoodud samme, kuni kõikide sektsioonide parameetrid on seadud.

Programmid salvestatakse arvuti mälu kuni nende järgmise redigeerimiseni. Andmed ei lähe toitekatkestuse tõttu kaduma.

KASUTAJAPROGRAMMI KÄIVITAMINE

- W režiimis ooterežiimis, vajutage nuppu **PROGRAM**, et valida ühte programmidest kasutaja. Pärast valimist aknas kuvatakse ja hakkab vilkuma väärtus „30:00“. Kasutage nuppe **SPEED SPEED +/-**, **INCLINE +/-** kuni seadistamiseks aega treeningu. Seadistatud aeg treeningu jagatakse proportsionaalselt proportsionaalselt 20 etapiks.
- Et alustada programmi, vajutage **START**.

TAGASIARVESTUSE REŽIIM

Valige üks kolmest tagasiarvestuse režiimist, vajutades nuppu **MODE**.

- Kuni seadistamiseks tagasiarvestatava väärtuse kasutage nuppe **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Käivitamine jooksulint ja tagasilugemine algab pärast vajutamist nupule **START START**.

TAGASILUGEMISE PARAMEETRID:

- AEG: algväärtus on 30 minutit. Arvuti võimaldab aja seadmist vahemikus 1 minutit (5-99 1 (). 1 algväärtus).
- väärtus loendamine on 50 kcal. Arvuti võimaldab seadistada kaloreid vahemikus ulatuses 20-990 kcal (iga 10 kcal).
- DISTANTS: algne wartsõõ loendamise on 1 km. Arvuti võimaldab seadistada distantsi vahemikus ulatuses 1,0-99,0 km (iga 1 km).

RASVKOE MÕÕTMISE FUNKTSIOON (BODY FAT)

Vajutage nuppu **PROGRAM**, kuni ekraanile ilmub „FAT“.

Kasutage **MODE**, et sisestada parameetrid:

- F1 - sugu (sugu) – 01 mees / 02 naine
- F2 - vanus (vanus) – väärtused 10-99
- F3 - pikkus (pikkus) – väärtused 100-220 cm
- F4 – kaal (kaal) – väärtused 20-130 kg

Kasutage nuppe **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** et seadistada parameetrite väärtused. Pärast parameetrite valimist ilmub ekraanile F5. Asetage mõlemad käed pulsisensoritele, 5-6 sekundi pärast kuvab arvuti FAT-info. FAT-i eesmärk on mõõta suhet pikkuse ja kaalu vahel, mitte keha proportsioone. Õige tulemus peaks olema vahemikus 19-26. Väärtus alla 19 tähendab alakaalu, 27-30 - ülekaalu ja üle 30 - rasvumine.

TÄHELEPANU! Saadud tulemusi ei tohi mingil juhul kasutada ravi alusena või meditsiinilistel eesmärkidel arvesse võtta.

TREENINGU JA HARJUTUSTE FAASID

Seadme kasutamine annab teile palju eeliseid. Eelkõige parandab see teie vormi, tugevdab lihaseid ja kombinatsioonis õige toitumisega võimaldab põletada tarbetut rasvkudet.

1. SOOJENDUS

See on faas, mis parandab verevarustust kogu kehas ja valmistab lihaseid ette suurenenud pingutuseks. Samuti vähendab see krampide ja vigastuste riski. Soovitav on teha mõned venitusharjutused nagu allpool näidatud. Kui tunnete valu, lõpetage treenimine või vähendage liikumislustatust.

REIE SISEMIHASETE VENITAMINE

Istuge tasasel pinnal painutatud jalgadega ja põlvedega väljapoole. Ühendage jalatald ja viige need üksteisele nii lähedale kui võimalik. Vajutage õrnalt põlvedele, suunates need maapinna suunas, ja hoidke selles asendis 15 sekundit.

REIE VENITAMINE

Istu tasasel pinnal. Siruta parem jalg ja asetage vasaku jala tald parema reie vastu. Siruta parem käsi nii kaugele kui võimalik parema jala varvaste suunas. Hoidke 15 sekundit. Korra vasaku jalaga.

PEA PÖÖRAMINE

Hoidke pead otse, vaadates otse ette. Õlgu liigutamata pöörake seda paremale ja sirutage ning seejärel pöörake vasakule ja sirutage.

KÄTE TÕSTMINE

Tõstke vasak käsi nii kõrgele kui võimalik ja hoidke paar sekundit. Korra parema käega.

ACHILLEUSE KÕÕLUSE VENITAMINE

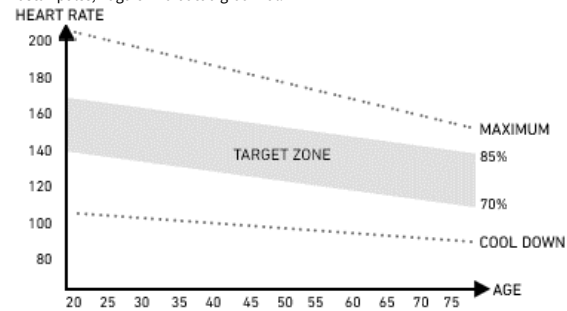
Seisake näoga seina poole, lükake vasak jalg ette ja painutage kergelt põlve. Hoidke paremat jalg taga – sirgena, kannaga tasasel pinnal. Hoidke mõlemad kannad tasasel pinnal ja suruge puusad seina suunas. Hoidke seda asendit 30 sekundit. Korra parema jalaga. Ärge unustage treeningu ajal selga kaardu ajada.

KUMMARDUSED

Seisa jalgad koos. Kummarduge ettepoole, püüdes rinda põlvedele võimalikult lähedale. Hoidke 15 sekundit. Ärge unustage põlvi painutada.

2. TREENINGUFAAS

See on treeningu õige faas. Treenige oma tempos, et saavutada oma vanusele vastav pulss, nagu on näidatud graafikul.



3. LÕÖGASTUSFAAS

See faas võimaldab teil vereringet rahustada ja lihaseid lõdvestada. See on soojendusharjutuste kordus. Tuleb mees pidada, et mitte lihaseid üle koormata.

VÕIMALIKUD KAHJUSTUSED JA REMONDITEHNIKAD

TÄHELEPANU! Seadme korpusse avamine ilma eelnevalt tootja teenindusega ühendust võtmata tühistab garantii.

Rikke kahtluse korral, mis nõuab korpusse avamist, võtke ühendust tootja teenindusega.

VIGA KIRJELDUS	VÕIMALIKUD PÕHJUSED	PROBLEEMI LAHENDUS
----- Probleem koos ekraaniga	Puudub toide või voolu juurdevool Toitelüliti pole sisse lülitatud. Toide puudub või ajam on kahjustatud. Katkestatud elektroonilise loenduri signaalkaabli vooluring Elektrooniline loendur on kahjustatud	Ühendage toitejuhe vahelduvvoolu pistikupessa või kontrollige vahelduvvoolu pistikupessa. Seadke toitelüliti asendisse ON. Vajutage uuesti ülekoormuskaitset või vahetage ajam välja. Vahetage signaalkaabel välja ja ühendage see uuesti. Vahetage elektrooniline loendur välja.
Ekraan on puudulik, segmendid puuduvad	Ekraani draiveri integraallülitis (IC) defektne jootmine või pidev jootmine Kahjustatud ekraani draiveri integraallülitis (IC)	Vajalik remont, kontrollige jootepunkte, kindel jootmine kohapeal. Ühendage kaabel lahti ja Vajalik remont, jootke uus integraallülitis ekraani draiver (IC).
Elektroonilise loenduri ekraan	Turvalukustuse lahtiühendamine Lahtiühendatud kontrolleri avariilüliti Magnetron pole sisse lülitatud (kui see on olemas)	Asetage turvalukuk iminapa või kaardi asendisse paneelil. Ühendage või keerake avariilüliti õigesse asendisse Magnetron on paigaldatud õigesse asendisse.
-või- E01 - Sideviga (kontrolleri ei saa signaali elektrooniliselt loendurilt); E02 - Sideviga (elektrooniline loendur ei saa signaali kontrollerielt)	Elektroonilise loenduri signaalkaabel on valesti ühendatud või sellel on nõrk kontakt. Elektroonilise loenduri signaalkaabel on kahjustatud, lühistatud või katkenud Põhjus peitub elektroonilise loenduri signaalkaablis	Ühendage pistik uuesti Vahetage signaalkaabel välja. Võtke ühendust tootja teenindusega Vahetage elektrooniline loendur välja. Võtke ühendust tootja teenindusega
	Kontrolleri signaalahela rike	Vahetage ajam välja. Võtke ühendust tootja teenindusega.
E08 - Alumise juhtseadme ühenduse rike	Tuvastus kas allaühendusona on lukustatud masina otsas.	Eemaldage blokeeriv võõrkeha.

	IR-sensori rike	Vahetage andur. Võtke ühendust tootja teenindusega.
	Juhtseadme rike.	Vahetage kontrolleri. Võtke ühendust tootja teenindusega.
E48 – kiiruse tuvastamise signaali puudumine (kiirust tuvastava kontrolleri)	Kiiruse signaali juhe ei ole ühendatud või andur on kahjustatud	Sisestage kiiruse signaali juhe uuesti või vahetage andur. Võtke ühendust tootja teenindusega.
	Juhtseadme anduri vooluring on kahjustatud	Vahetage ajam. Võtke ühendust tootja teenindusega.
Seade ei tööta	Toide puudub	Ühendage seade vooluvõrku.
	Turvavõti on lahti ühendatud	Ühendage turvavõti.
	Lühis	Võtke ühendust tootja teenindusega.
	ON/OFF lüliti pole sisse lülitatud	Lülitage seade sisse.
	Ajamirihm on liiga lõdvalt pingutatud	Võtke ühendust tootja teenindusega.

GARANTII

Müüja annab Garantiiandja nimel garantii Eesti Vabariigi territooriumil 24 kuuks alates müügikuupäevast. Müüdüd kauba garantii ei välista, ei piira ega peata Ostja õigusi, mis tulenevad Tarbijakaitseadusest.

Garantiikaart asub viimasel lehel.

GARANTIITINGIMUSED

- Pretensioonidele ja garantiile kuuluvad ainult tootja süül tekkinud varjatud defektid.
- Garantii kehtib kaupluses või teeninduses pärast seda, kui klient esitab:
 - kehtiv, loetavalt ja korrektselt täidetud garantiikaart koos müügi templi ja müüja allkirjaga,
 - kehtiv seadme ostutõend koos müügikuupäevaga,
 - reklameeritud kaup või defektne osa.
Kaugmüügi korral kehtib garantiikaart ainult ostu tõendava dokumendi (kvititung / arve) alusel.

- Pretensioon vaadatakse läbi 14 päeva jooksul alates Kliendi poolt vea teatamise hetkest.
- Garantiiperioodil ilmnunud tootmisdefektid ja kahjustused parandatakse tasuta hiljemalt 21 päeva jooksul alates kauba poodi või teenindusse toimetamise kuupäevast.
- Kui on vaja importida varuosi, võib garantiiremondi teostamise aeg pikeneda selle kohaletoimetamiseks vajaliku aja võrra, kuid mitte rohkem kui 40 päeva.
- Garantii ei kata:
 - mehaanilised kahjustused ja nendest põhjustatud defektid,
 - kahjustused ja defektid, mis on tekkinud ebaõige kasutamise ja ladustamise, vale paigaldamise ja hooldamise tõttu,
 - kahjustused ja kulumine selliste kuluosade puhul nagu: trossid, rihmad, kummidetallid, pedaalid, käsnkäepidemed, rattad, laagrid, polster.
 - paigaldus- ja hooldustööd, mida kasutaja on kasutusjuhendi kohaselt kohustatud ise tegema.
- Garantii ei kehti järgmistel juhtudel:
 - kehtivusaja lõppemine,
 - kui klient on teinud iseseisvaid remonte ja muudatusi, kasutades mitteoriginaalosi,
 - kui tekkinud defekt on tingitud vales paigaldamisest või kasutusjuhendis kirjeldatud õige kasutamise põhimõtete mittejärgimisest,
 - muu kui kodukasutus,
 - transpordil tekkinud kahjustused.
- Garantiikaardi duplikaate ei väljastata.
- Garantii raames on kliendil õigus nõuda järgmisi tasuta pakutavaid hüvitusi:
 - toote parandamine,
 - toote asendamine,
 - hinna alandamine,
 - lepingu lõpetamine ja kantud kulude täielik tagastamine.
- Pretensiooni esitamiseks on vaja:
 - Esitada toode või selle osa, millele garantii kehtib.
 - Ostutõend, mis määrab müüja nime ja aadressi, ostukuupäeva ja -koha, toote tüübi või kehtiva garantiikaardi poe templiga.
 - Kui toode on määratud, võib teenindus keelduda selle vastuvõtmisest või puhastada selle kliendi kulul tema kirjalikul nõusolekul.
- Pretensiooni rahuldamise korral seade parandatakse või asendatakse uuega või tagastatakse kliendile raha. Kauba kliendile transportimise kulud katab tootja teenindus.
- Garantiipretensiooni tagasilükkamise korral saab klient üksikasjaliku põhjenduse tehtud otsusele ning 14 päeva jooksul alates otsuse edastamisest saadetakse seade kliendile tagasi tema kulul.

ES Manual de usuario

Usuario,
Lea este manual antes de comenzar el montaje
y el primer uso del dispositivo. Este manual contiene información importante
sobre la seguridad de uso y el mantenimiento del equipo. Consérvelo para poder
consultar la información sobre el mantenimiento o el pedido de piezas de
repuesto.

DATOS TÉCNICOS

Alimentación	220V
Potencia máxima	900 W
Peso	135 kg
Temperatura de uso	0°C a +40°C
Temperatura de almacenamiento	-10°C a +60°C
Peso máximo del usuario	160 kg
Clase de aplicación	Clase SC
Clase de precisión	Clase C
Número de niveles de resistencia	25 niveles
Norma del producto (principal)	PN-EN ISO 20957-8:2021
Propósito	Scalzados de entrenamiento para uso semicomercialnegro.

SEGURIDAD

¡ATENCIÓN! El dispositivo solo puede utilizarse de acuerdo con su finalidad prevista, es decir, para el entrenamiento de adultos. Cualquier otro uso del dispositivo puede ser peligroso. El fabricante no se hace responsable de los daños causados por el uso inadecuado del dispositivo.

- El dispositivo ha sido diseñado y construido de acuerdo con los últimos conocimientos en materia de seguridad. Los elementos peligrosos que podrían causar lesiones se han eliminado o asegurado en la medida de lo posible.
- 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 regularmente (es decir, una vez al año) el equipo en un establecimiento comercial especializado.
- Todos los cambios en el dispositivo que no estén descritos en estas instrucciones pueden causar daños o poner en peligro directo la salud y la vida del usuario. Las modificaciones en el dispositivo solo pueden ser realizadas por empleados del servicio técnico del fabricante o por personas capacitadas por este para ello.
- Todos los dispositivos están sujetos a continuas 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 de las normas y medidas de seguridad para el manejo de aparatos eléctricos.

- El dispositivo se alimenta con una tensión de red de 220V.**
- Todos los aparatos eléctricos emiten radiación electromagnética durante su funcionamiento. Si hay otros dispositivos que emiten dicha radiación (por ejemplo, teléfonos móviles) cerca del sistema de control electrónico o de la cabina, algunos valores (como la frecuencia cardíaca) pueden distorsionarse.
- ¡ATENCIÓN!** Nunca realice modificaciones en la red eléctrica por su cuenta. Encomiende tales modificaciones a especialistas.
- ¡ATENCIÓN!** Recuerde desenchar el cable de alimentación antes de realizar cualquier reparación, mantenimiento o limpieza del equipo.
- No utilice alargadores para conectar el dispositivo.
- Si durante un largo tiempo no va a utilizar el equipo, desenchufe el cable de alimentación de la toma de corriente.
- Asegúrese de que el cable eléctrico no esté aplastado y de que su disposición no suponga un riesgo de tropiezo.

PUESTA A TIERRA

La puesta a tierra protege contra el riesgo de descarga eléctrica. El dispositivo tiene un cable y un enchufe con toma de tierra. El enchufe debe conectarse a una toma de corriente correctamente instalada y con la toma de tierra adecuada.

¡PELIGRO! La conexión incorrecta del cable puede provocar riesgo de descarga eléctrica.

- Antes de conectar el dispositivo a la fuente de alimentación, asegúrese de que la tensión local se corresponde con el tipo de enchufe.
- No modifique el enchufe si no encaja en la toma de corriente.

En este caso, encargue la instalación de otra toma de corriente a un electricista cualificado.

¡ATENCIÓN! Las personas que se encuentren cerca durante el uso del equipo deben ser advertidas de los posibles peligros. Tenga especial cuidado en presencia de niños.

¡ATENCIÓN! Antes de comenzar a hacer ejercicio, consulte a un médico para asegurarse de que no tiene ninguna contraindicación médica para realizar entrenamientos en el dispositivo. Basándose en la opinión de un especialista, puede desarrollar su plan de entrenamiento. Un programa mal elegido o el ejercicio excesivo pueden ser peligrosos para su salud y su vida.

¡ADVERTENCIA! Los sistemas de 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! Siga estrictamente las instrucciones sobre cómo realizar el entrenamiento que se incluyen en este manual.

- Al elegir un lugar para entrenar, asegúrese de mantener una distancia segura de los posibles obstáculos. No coloque el equipo cerca de vías de comunicación (carreteras, puertas, pasos, etc.).
- Está prohibido utilizar el equipo cerca de una distancia de la pared. La zona de seguridad es de 2000 mm y al menos tan ancha como el equipo.

¡ATENCIÓN! Durante el montaje del equipo, tenga cuidado y no permita que los niños estén cerca. Durante el montaje se utilizan piezas pequeñas (tuercas, tornillos, etc.) que pueden ser tragadas por ellos.

RIESGO RESIDUAL

- Si no se utiliza la protección contra caídas o si se utiliza de forma incorrecta, existe un riesgo residual, es decir, una caída de la persona que provoca abrasiones en la piel, hematomas, fracturas de 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 una evaluación incorrecta, así como a una transmisión incorrecta de datos (debido a interferencias electromagnéticas, errores de software, etc.). Incluso la mejor protección del software y el hardware no excluye un error del software o del hardware y, en teoría, puede causar una sobrecarga de 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 puede reducirse siguiendo las instrucciones o seguridad contenidas en el manual del usuario.
- No se puede descartar que un uso involuntario o no permitido provoque otros riesgos no considerados riesgos, y el riesgo considerado se ha 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 deduce 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.

MARCAS DE MANIPULACIÓN EN LOS EMBALAJES DE TRANSPORTE



- Este lado hacia arriba. No volcar.
 - Proteger de caídas.
 - Proteger de la humedad.
 - Almacenar un máximo de 3 capas.
 - Residuos electrónicos. Es necesario llevar el equipo usado a un punto de reciclaje.
 - Atención: producto pesado.
 - Embalaje hecho de cartón.
 - Embalaje reciclable.
 - 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.
 - Embalaje hecho de cartón y plástico. Por favor, separe los residuos de acuerdo con las normas locales.
 - Embalaje hecho de cartón y plástico.
- Por favor, separe los residuos de acuerdo con las normas locales.

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 un ambiente húmedo. También debe asegurarse de que el equipo (especialmente sus componentes internos y electrónicos) no esté expuesto al contacto con agua, bebidas, sudor, etc.
- El dispositivo está destinado solo para el entrenamiento de adultos y no es un juguete para niños. Si bajo su propia responsabilidad permite que

los niños lo usen, instrúyalos sobre el uso correcto y supervise constantemente.

- El equipo no es adecuado para fines terapéuticos.
- Durante el funcionamiento del dispositivo, puede haber ruidos silenciosos durante el movimiento inercial de la masa del volante, que resultan del tipo de construcción. No tienen ningún efecto sobre el funcionamiento del equipo.
- La emisión de ruido durante la carga es mayor que sin carga.
- Antes de comenzar cada entrenamiento, verifique la corrección de las protecciones y las conexiones atornilladas y enchufables.
- Durante el entrenamiento en el dispositivo, recuerde usar el calzado adecuado (zapatillas deportivas).

MANTENIMIENTO

Para garantizar la máxima seguridad de uso del dispositivo, se recomienda la verificación regular del desgaste de los elementos. Esto se aplica a la verificación de la estanqueidad y el estado de las tuercas, tornillos, partes móviles, casquillos, etc.

Guarde el dispositivo en un lugar seco y cálido. No exponga el dispositivo a la luz solar.

¡ATENCIÓN! Antes de comenzar el mantenimiento, siempre apague el dispositivo y desconéctelo de la fuente de alimentación.

LIMPIEZA

La limpieza regular del aparato prolongará su vida útil y mantendrá su alto rendimiento.

Para la limpieza, utilice un paño suave y húmedo. Esto no se aplica a los elementos eléctricos, el motor, las partes internas: no permita que el agua entre en estas áreas. Proteja contra el agua.

LIMPIEZA DEL MOTOR

Al menos una vez al año, elimine el polvo del motor. Para ello, primero apague el aparato de la corriente y, después de esperar aproximadamente 1 hora, retire la cubierta del motor. Utilizando aire comprimido o un cepillo, retire con cuidado el polvo acumulado. Después de volver a montar la cubierta del motor y conectarlo a la corriente, puede encender el equipo.

MEDIO AMBIENTE

El aparato se entrega en un embalaje para protegerlo de posibles daños durante el transporte. Los embalajes son materias primas no procesadas y pueden ser reciclados. Wyrazuj te materiały do odpowiednich kolorowych pojemników przeznaczonych do selektywnej zbiórki.



Proteja el medio ambiente y no tire las baterías usadas a la basura doméstica. Oddawaj je w miejscu zakupu lub przekazuj do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych.

Los aparatos eléctricos usados (incluidos el contador, la fuente de alimentación) son materias primas secundarias; no los tire a los contenedores de residuos domésticos, ya que pueden contener sustancias peligrosas para la salud y el medio ambiente. Le

pedimos su ayuda activa para ahorrar en la gestión de los recursos naturales y la protección del medio ambiente natural entregando el aparato usado a un punto de almacenamiento de materias primas secundarias: aparatos eléctricos usados.

MONTAJE

El montaje del aparato debe ser realizado cuidadosamente por un adulto. En caso de duda, pida ayuda a alguien con más experiencia en este campo.

- Antes de comenzar el montaje, asegúrese de que el conjunto con el aparato contiene todos los elementos de la lista de piezas y si algún elemento ha sido dañado durante el transporte. En caso de falta de elementos o reservas, póngase en contacto con el vendedor.
- Familiarícese con los dibujos y las explicaciones y realice el montaje de acuerdo con el orden que figura en las instrucciones de montaje.
- Tenga cuidado durante el montaje. Al usar herramientas y elementos, existe el riesgo de cortarse.
- Recuerde mantener un entorno seguro. No coloque las herramientas y los elementos de montaje de forma caótica. Recuerde 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 de las instrucciones de montaje se muestran en los dibujos y las explicaciones. Utilice los elementos indicados en las instrucciones de montaje.
- En las primeras fases del montaje, no apriete las piezas por completo. Hágalo después de colocar todas las piezas y asegurarse de que estén correctamente colocadas.
- El fabricante se reserva el derecho de montar previamente algunos elementos.

ESQUEMA DE MONTAJE (→ Ver página 3)

¡ATENCIÓN! Está prohibido utilizar piezas que provengan de fuentes distintas al fabricante.

LISTA DE PIEZAS

La lista completa de piezas está disponible contactando con servicio@zipro.pl o en la página web Zipro.store en la descripción del producto.

Nº	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
1	Estructura principal	1
2R/2L	Columna de soporte	2
3R/3L	Barandillas	2
4	Barandillas traseras	1
5	Columna de soporte de la consola	1
6	Columna de soporte de la consola II	1
40R/40L	Cubierta del poste de soporte	2
41	Portabotellas	1

	Columna de soporte de la consola cubierta decorativa	1
42	Consola	1
45	Cubierta decorativa trasera de la consola	1
47	Cubierta decorativa exterior	2
52R/52L	Cubierta decorativa interior	2
53R/53L	Tornillo Allen M10 * 30	4
72	Tornillo Allen M10 * 20	10
73	Tornillo Allen M8 * 40	2
76	Tornillo de cabeza plana M8 * 20	8
77	Tornillo Allen M6 * 25	6
78	Tornillo Phillips con cabeza arandela M4 * 15	14
82	Tornillo de cabeza Phillips con arandela M4 * 8	2
89	Tornillo autorroscante ST4.0 * 16	40
90	Arandela dentada interna arandela Φ 10 * 1.2	12
102	Arandela dentada interna Φ 8 * 1.2	8
103	Arandela plana estándar Φ 10	8
105		

INSTRUCCIONES DE MONTAJE (→ Ver página 3)

¡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

MONTAJE DEL DISPOSITIVO

¡ATENCIÓN! Antes de comenzar el montaje, compruebe cuidadosamente que todos los tornillos estén apretados.

¡ATENCIÓN! Durante el montaje, tenga cuidado con sus manos y dedos para que no queden atrapados.

INSTRUCCIONES DE USO DEL ORDENADOR

INICIO

En 3 segundos después de pulsar el botón **START** el dispositivo comenzará a funcionar.

FUNCIÓN DE AHORRO DE ENERGÍA

El ordenador pasará al modo de ahorro de energía automáticamente, si en 10 minutos no se realiza ninguna acción. Pulse cualquier tecla para reanudar el sistema.

PARADA DE EMERGENCIA DEL DISPOSITIVO

¡ATENCIÓN! En caso de peligro repentino, pulse inmediatamente el botón de parada de emergencia.

PROGRAMAS

El ordenador está equipado con 3 programas de usuario para la configuración manual, 36 programas automáticos guardados en la memoria, modos de cuenta atrás (tiempo, pasos, altura, calorías, nivel, pulso, velocidad).

DESCRIPCIÓN DE LOS BOTONES

- **START** - sirve para iniciar dispositivos en modo manual o del programa.
- **PARADA** - sirve para detener el dispositivo. Después de presionar se también restablecerán los ajustes. Po reiniciar el dispositivo comenzará a funcionar en modo manual.
- **ENFRIAR ABAJO** - pulse durante el ejercicio para iniciar un enfriamiento gradual según el nivel de intensidad actual. La máquina disminuye la velocidad uniformemente y se detiene cuando finaliza la cuenta regresiva.
- **PROGRAMA** - sirve para seleccionar un programa de entrenamiento automático (P1-P12), un programa de usuario (U1-U3) o la función Body Fat antes de iniciar.
- **MANUAL** - permite seleccionar el modo de cuenta regresiva: tiempo, distancia o calorías
- **PERSONALIZADO** - cambie rápidamente al programa personalizado. En este modo, presione la tecla de confirmación del teclado pequeño de 3 * 4 para ingresar a la configuración del segmento de programa personalizado. Puede configurar rápidamente los parámetros a través del parámetro "Set + -" durante este período.
- **ALTURA/CALORÍAS/TIEMPO cuenta regresiva** - la tecla de cambio mutuo de modo: el tiempo puede activar rápidamente el modo de tiempo inverso. Puede configurar rápidamente los parámetros a través del parámetro "Set + -" durante este período. La altura puede activar rápidamente el modo de altura inversa. Las calorías pueden activar rápidamente el modo de conteo de calorías.
- **NIVEL** - botones permiten ajustar (aumentar y disminuir) el nivel en 1 nivel durante el entrenamiento. Los botones están ubicados en la consola del ordenador y en pasamanos.
- **BOTONES DE SELECCIÓN RÁPIDA DE NIVEL** - permiten realizar una selección directa del nivel durante el entrenamiento (3,6,9,12,15,18).

FUNCIONES (ESPECIFICACIÓN)

TIEMPO/PASOS	Muestra el actual tiempo de movimiento o el número de pasos.	00:00-99:59 min
ALTURA/PROG	Muestra la altura del movimiento o el número de programa.	0.0 - 999
CALORÍAS	Calcula 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 puede utilizarse con fines médicos).	0,0-999 kcal
NIVEL	Muestra el nivel.	1-25

PULSO	Muestra el pulso actual. ¡ATENCIÓN! Medición del pulso solo para fines deportivos (se excluye el uso médico).	50-200 BPM
SPM	Muestra la velocidad actual de movimiento.	Pasos/min

FUNCIÓN DE MEDICIÓN DEL PULSO

Después de iniciar las escaleras mantenga ambas manos en los sensores para medir el pulso. Después de 30 segundos, la frecuencia cardíaca actual aparecerá en la pantalla.

Mientras se realiza la medición, la computadora mostrará un icono en forma de corazón.

¡ATENCIÓN! La medición del pulso es solo para fines deportivos (se excluye el uso médico).

PROGRAMA MANUAL

El programa manual es el modo de funcionamiento predeterminado del dispositivo. Escalera comienza a funcionar después de pulsar **START**, cuando no se selecciona ningún programa de entrenamiento.

- La velocidad predeterminada en modo manual es 0.8 km/h.
- El cambio de la configuración de velocidad y nivel es posible utilizando los botones de la computadora y los pasamanos.

PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO

Seleccione uno de los 36 programas de entrenamiento automáticos presionando el botón **PROGRAMA** hasta que aparezca el número apropiado en la pantalla.

- Cuando se muestre el programa apropiado presione **MODE**. Después de seleccionar en la ventana se mostrará y se mostrará parpadeando el valor "30:00".

Los ajustes de tiempo de entrenamiento del programa se pueden realizar con los botones **SPEED +/-**.

- El tiempo de tiempo de entrenamiento se divide de forma proporcional en 20 etapas. La tabla muestra un resumen de las etapas y las velocidades correspondientes e ángulo de inclinación para cada programa de entrenamiento. → Ver página 105.
- Para iniciar el programa pulse **START**.

PROGRAMAS DE USUARIO

El ordenador está equipado con 3 programas de usuario para la definición individual: U1, U2, U3.

CONFIGURACIÓN DEL PROGRAMA DE USUARIO

- En el modo de espera, pulse el botón **PROGRAM**, para seleccionar uno de los programas de usuario. En el panel se mostrarán secuencialmente los números de los programas automáticos y, a continuación, los programas de usuario.
- Cuando se muestre el programa apropiado, pulse **MODE**, para iniciar la edición de la primera sección del programa. Utilice los botones **SPEED +/-** para ajustar la velocidad.
- 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 20 secciones. Repita los pasos anteriores hasta que se hayan configurado los parámetros de todas las secciones.

Los programas se guardarán en la memoria del ordenador hasta su próxima edición.

Los datos no se perderán en caso de fallo de alimentación.

PUESTA EN MARCHA DEL PROGRAMA DE USUARIO

- W modo espera, pulse el botón **PROGRAM**, para seleccionar uno de los programas de usuario. Po seleccionar en la pantalla aparecerá y parpadeará el valor "30:00". Utilice los botones **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** para ajustar el tiempo de entrenamiento. El tiempo de entrenamiento se divide de forma proporcional en 20 etapas.
- Para iniciar el programa pulse **START**.

MODO CUENTA ATRÁS

Seleccione uno de los 3 modos de cuenta atrás pulsando el botón **MODE**.

- Para ajustar el valor de la cuenta atrás utilice los botones **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Inicio de la cinta de correr y la cuenta regresiva comenzará después de presionar el botón **START**.

PARÁMETROS DE CUENTA REGRESIVA:

- TIEMPO:** El valor inicial de la cuenta regresiva es 30 min. La computadora permite establecer el tiempo en el rango 5-99 minutos (cada 1 minuto).
- CALORÍAS:** El valor inicial valor cuenta regresiva es 50 kcal. Ordenador permite establecer calorías en el rango 20-990 kcal (cada 10 kcal).
- DISTANCIA:** inicial wartość de cuenta regresiva es 1 km. Ordenador permite establecer la distancia en el rango 1,0-99,0 km (cada 1 km).

FUNCIÓN DE MEDICIÓN DE GRASA CORPORAL (BODY FAT)

Pulse el botón **PROGRAM**, hasta que aparezca "FAT" en la pantalla.

Use **MODE**, para introducir los parámetros:

- F1 - sexo (género) - 01 hombre / 02 mujer
- F2 - edad (age) - valores 10-99
- F3 - altura (height) - valores 100-220 cm
- F4 - peso (weight) - valores 20-130 kg

Use los botones **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** para establecer los valores de los parámetros.

Después de seleccionar los parámetros, aparecerá F5 en la pantalla. Coloque ambas manos en los sensores de pulso, después de 5-6 segundos, la computadora

mostrará la información FAT. FAT está destinado a medir la relación entre la altura y el peso, no la proporción corporal.

El resultado correcto debe estar entre 19-26. Un valor por debajo de 19 significa bajo peso, 27-30 - sobrepeso, y por encima de 30 - obesidad.

¡ATENCIÓN! Los resultados obtenidos no pueden ser en ningún caso la base del tratamiento ni tenerse en cuenta con fines médicos.

ENTRENAMIENTO Y FASES DE EJERCICIO

El uso del dispositivo le brindará muchos beneficios. En primer lugar, mejorará su condición física, fortalecerá sus músculos y, en combinación con una dieta adecuada, le permitirá quemar el tejido graso innecesario.

1. CALENTAMIENTO

Esta es una fase que mejora la circulación sanguínea en todo el cuerpo y prepara los músculos para un ejercicio intenso. También reduce el riesgo de calambres y lesiones. Se recomienda realizar algunos ejercicios de estiramiento como se muestra a continuación.

Si siente dolor, deje de hacer ejercicio o reduzca el rango de movimiento.

ESTIRAMIENTO DE LOS MÚSCULOS INTERNOS DEL MUSLO

Siéntese en una superficie plana con las piernas dobladas y las rodillas apuntando hacia afuera. Junte las plantas de los pies y acérquelas lo más posible. Presione suavemente las rodillas hacia el suelo y mantenga esta posición durante 15 segundos.

ESTIRAMIENTO DE MUSLOS

Siéntese en una superficie plana. Estire la pierna derecha y coloque la planta del pie izquierdo contra el muslo derecho. Extienda la mano derecha hacia los dedos del pie derecho lo más lejos posible. Mantenga la posición durante 15 segundos. Repita con la pierna izquierda.

GIROS DE CABEZA

Mantenga la cabeza recta mirando hacia adelante. Sin mover los hombros, gírela hacia la derecha y enderécela, luego gírela hacia la izquierda y enderécela.

ELEVACIÓN DE BRAZOS

Levante el brazo izquierdo lo más alto posible y manténgalo durante unos segundos. Repita con el brazo derecho.

ESTIRAMIENTO DE LOS TENDONES DE AQUILES

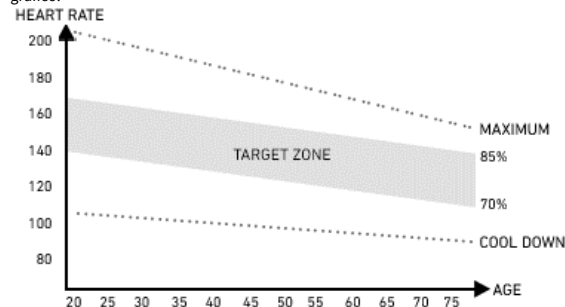
Párese frente a la pared, extienda la pierna izquierda hacia adelante y doble ligeramente la rodilla. Mantenga la derecha hacia atrás, recta, con el talón apoyado en el suelo. Mantenga ambos talones planos en el suelo y presione las caderas contra la pared. Mantenga esta posición durante 30 segundos. Repita con la pierna derecha extendida. Recuerde no arquear la espalda durante el ejercicio.

FLEXIONES

Párese con los pies juntos. Inclínese hacia adelante, tratando de acercar el pecho a las rodillas lo más posible. Mantenga la posición durante 15 segundos. Recuerde no doblar las rodillas.

2. FASE DE EJERCICIO

Esta es la fase adecuada del entrenamiento. Haga ejercicio a su propio ritmo para alcanzar una frecuencia cardíaca adecuada para su 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. Debe recordarse que no fuerce los músculos.

POSIBLES DAÑOS Y TÉCNICAS DE REPARACIÓN

¡ATENCIÓN! Abrir la carcasa del dispositivo sin contactar primero con el servicio técnico del fabricante anula la garantía.

Si sospecha de una falla que requiere abrir la carcasa, comuníquese con el servicio técnico del fabricante.

DESCRIPCIÓN DEL ERROR	POSIBLES CAUSAS	SOLUCIÓN DEL PROBLEMA
Problema con la pantalla	Falta de energía o falta de suministro eléctrico	Conecte el cable de alimentación a la toma de CA o compruebe la toma de CA.
	El interruptor de encendido no está encendido.	Coloque el interruptor de encendido en la posición ON.
	Accionamiento sin alimentación o defectuoso.	Pulse de nuevo el protector de sobrecarga o cambie el accionamiento.

	Circuito interrumpido del cable de señal del contador electrónico	Sustituya el cable de señal y vuelva a conectarlo.
	El contador electrónico está defectuoso	Sustituya el contador electrónico.
Pantalla incompleta, segmentos faltantes	Soldadura defectuosa o soldadura continua del circuito integrado (CI) del controlador de la pantalla	Reparación necesaria, compruebe los puntos de soldadura, soldadura sólida en su lugar.
	Circuito integrado (CI) del controlador de la pantalla defectuoso	Desconecte el cable y Reparación necesaria, suelde un nuevo circuito integrado del controlador de la pantalla (CI).
Pantalla del contador electrónico	Desconexión del bloqueo de seguridad	Coloque el bloqueo de seguridad en la posición de ventosa o tarjeta en el panel.
	Interruptor de emergencia del controlador desconectado	Conecte o gire el interruptor de emergencia a la posición correcta
-o-	El magnetrón no está activado (si está presente)	El magnetrón está instalado en la posición correcta.
E01 - Error de comunicación (el controlador no recibe señal del contador electrónico);	El cable de señal del contador electrónico está mal conectado o tiene un contacto deficiente.	Vuelva a conectar el enchufe
E02 - Error de comunicación (el contador electrónico no recibe señal del controlador)	El cable de señal del contador electrónico está dañado, en cortocircuito o interrumpido	Sustituya el cable de señal. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante
	La causa reside en el cable de señal del contador electrónico	Sustituya el contador electrónico. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante
	Fallo del circuito de señal del controlador	Sustituya el accionamiento. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
E08 - Fallo de conexión del control inferior	Detección si desconexión al final de la máquina está bloqueada.	Retire el cuerpo extraño que lo bloquea.
	Fallo del sensor IR	Reemplace el sensor. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
	Fallo del controlador.	Reemplace el controlador. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante
E48 - Falta de señal de detección de velocidad (con el controlador que detecta la velocidad)	El cable de la señal de velocidad no está conectado o el sensor está dañado	Vuelva a insertar el cable de la señal de velocidad o reemplace el sensor. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante
	El circuito del sensor del controlador está dañado	Reemplace el accionamiento. Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante
El dispositivo no funciona	Falta de alimentación	Conecte el dispositivo a la corriente.

Llave de seguridad desconectada	Vuelva a conectar 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 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 o suspende los derechos del Comprador derivados de la Ley de defensa de los consumidores y usuarios.

La tarjeta de garantía se encuentra en la última página.

CONDICIONES DE LA GARANTÍA

- Las reclamaciones y la garantía cubren exclusivamente los defectos ocultos que surjan por culpa del fabricante.
- La garantía será respetada por la tienda o el servicio técnico previa presentación por parte del cliente de:
 - 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 exclusivamente en base al documento de compra (recibo / factura).
- La reclamación será examinada en un plazo de 14 días a partir del momento en que el Cliente notifique el defecto.
- Los defectos de fabricación 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 en garantía podrá prorrogarse por el tiempo necesario para su importación, pero no más de 40 días.
- La garantía no cubre:
 - daños mecánicos y los defectos causados por ellos,
 - daños y defectos resultantes del uso y almacenamiento inadecuados, montaje y mantenimiento incorrectos,
 - daños y desgaste de elementos consumibles tales como: cables, correas, elementos de goma, pedales, empuñaduras de espuma, ruedas, cojinetes, tapicería.
 - actividades relacionadas con el montaje, el mantenimiento, que el usuario está obligado a realizar por su cuenta de acuerdo con el manual de instrucciones.
- La garantía no se aplica en los siguientes casos:
 - expiración del período de validez,
 - realización por parte del cliente de reparaciones y modificaciones independientes utilizando piezas no originales,
 - cuando el defecto se deba a una instalación incorrecta o al incumplimiento de las normas de funcionamiento correcto descritas en el manual de instrucciones,
 - uso distinto al uso doméstico,
 - daños ocurridos durante el transporte.
- No se emitirán duplicados de la tarjeta de garantía.
- En el marco 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, es necesario:
 - Presentar el producto o la parte del mismo a la que se refiere la garantía.
 - Prueba de compra que especifique el nombre y la dirección del vendedor, la fecha y el lugar de compra, el tipo de producto o una tarjeta de garantía válida con el sello de la tienda.
 - En caso de entrega de un producto sucio, el servicio técnico podrá rechazar su aceptación o, a expensas del cliente y con su consentimiento por escrito, proceder a su limpieza.
- En caso de que la reclamación sea aceptada, el equipo será reparado o sustituido por uno nuevo, o se reembolsará el dinero al cliente. Los gastos de transporte del producto al cliente correrán a cargo del servicio técnico del fabricante.
- En caso de rechazo de la reclamación de garantía, el cliente recibirá una justificación detallada de la decisión adoptada y, en un plazo de 14 días a partir del momento de la comunicación de la decisión, el equipo será devuelto al cliente a su cargo.

FI Käyttöohje

Hyvä käyttäjä,
Tutustu tähän ohjeeseen ennen asennuksen aloittamista ja laitteen ensimmäistä käyttökertaa. Tämä ohje sisältää tärkeitä tietoja laitteen turvallisesta käytöstä ja huollosta. Säilytä se, jotta voit käyttää huoltoa tai varaosien tilaamista koskevia tietoja.

TEKNISET TIEDOT

Virtalähde	220V
Suurin teho	900 W
Paino	135 kg
Käyttölämpötila	0°C - +40°C
Säilytyslämpötila	-10°C - +60°C
Käyttäjän enimmäispaino	160 kg
Käyttöluokka	Luokka SC
Tarkkuusluokka	Luokka C
Vastustasojen lukumäärä	25 tasoa
Tuotestandardi (pää)	PN-EN ISO 20957-8:2021
Käyttötarkoitus	Sharjoitusportaat käyttöön Puoliksi kaupallinen käyttöön.

TURVALLISUUS

HUOMIO! Laitetta saa käyttää vain sen käyttötarkoituksen mukaisesti, eli aikuisten harjoitteluun. Kaikki muu laitteen käyttöön 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 eliminoitu tai suojattu.
- Korjauksia ja muutoksia ei saa tehdä omatoimisesti.
- Tarkista ruuvien, pulttien ja muttereiden kireys kerran tai kahdesti kuukaudessa.
- Turvallisuuden varmistamiseksi tarkista ja huolla säännöllisesti (eli kerran vuodessa) laitteet erikoistuneessa liikkeessä.
- Kaikki laitteeseen tehdyt muutokset, joita ei ole kuvattu tässä ohjeessa, voivat aiheuttaa vaurioita tai suoraan vaarantaa harjoittelijan terveyden ja hengen. Laitteeseen saa tehdä muutoksia vain valmistajan huoltohenkilöstö tai heidän kouluttamansa henkilöt.
- Kaikkiin laitteisiin tehdään jatkuvasti innovaatioita korkean laadun varmistamiseksi. Tästä syystä valmistaja pidättää oikeuden teknisiin muutoksiin.
- Kaikki laitteisiin liittyvät kysymykset tai epäilykset tulee osoittaa erikoisliikkeeseen.

HUOMIO! Noudata sähkölaitteiden käsittelyä koskevia yleisiä määräyksiä ja turvallisuusohjeita.

- **Laitte saa virtansa 220 V verkkojännitteestä.**
- Kaikki sähkölaitteet lähettävät sähkömagneettista säteilyä käytön aikana. Jos elektronisen ohjausjärjestelmän tai ohjaamon lähelle sijoitetaan muita säteilyä lähettäviä laitteita (esim. matkapuhelimia), jotkin arvot (kuten syke) voivat vääristyä.
- **HUOMIO!** Älä koskaan tee itse muutoksia sähköverkkoon. Anna tällaisten muutosten asiantuntijoiden tehtäväksi.
- **HUOMIO!** Muista irrottaa virtajohto pistorasiasta ennen laitteen korjausta, 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 sijainti ei aiheuta kompastumisvaaraa.

MAADOITUS

Maadoitus suojaa sähköiskun vaaralta. Laitteessa on maadoitusjohto ja -pisto. Pistoke on liitettävä oikein asennettuun ja maadoitettuun pistorasiin.

VAARA! Johdon virheellinen liitäntä voi aiheuttaa sähköiskun vaaran.

- Ennen laitteen liittämistä 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 kerrottava mahdollisista vaaroista. Ole erityisen varovainen lasten läsnä ollessa.

HUOMIO! Ennen harjoittelun aloittamista ota yhteys lääkäriin varmistaaksesi, ettei sinulla ole terveysesteitä laitteella harjoitteluun. Asiantuntijan lausunnon perusteella voit laatia oman harjoittelusuunnitelmasi. Väärin valittu ohjelma tai liiallinen harjoittelu voi olla vaarallista terveydellesi ja hengellesi.

VAROITUS! Sykemittausjärjestelmät voivat olla epätarkkoja. Ylirasitus harjoittelun aikana voi johtaa vakaviin vammoihin tai kuolemaan. Jos tunnet olosi heikoksi, lopeta harjoittelu välittömästi.

HUOMIO! Noudata ehdottomasti tässä käyttöohjeessa annettuja harjoittelua koskevia ohjeita.

- Valitessasi harjoittelupaikkaa ota huomioon turvallisen etäisyyden varmistaminen mahdollisiin esteisiin. Älä aseta laitetta kulkureittien (teiden, porttien, käytävien jne.) lähelle.
- Laitteen käyttö lähellä etäisyyttä seinästä on kielletty. Seinästä on kielletty. 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.

JÄÄMÄRISKI

- Jos putoamissuojausta ei käytetä tai se käytetään väärin, on olemassa jäännösriski, eli henkilön putoaminen aiheuttaa ihon hankautumia, mustelmia, murtumia tai pahimmassa tapauksessa kuoleman.
- On olemassa jäännösriski harjoittelijan tahattomasta ylikuormituksesta, joka johtuu virheellisestä käytöstä tai virheellisestä arvioinnista sekä virheellisestä tiedonsiirrosta (sähkömagneettisten häiriöiden, ohjelmistovirheiden jne. vuoksi). Edes paras ohjelmisto- ja laitteistosuojaus ei sulje pois ohjelmisto- tai laitteistovirhettä ja voi teoriassa aiheuttaa harjoittelijan ylikuormituksen.
- Tuote on sähkölaite, joten sähköiskun mahdollisuutta ei voida sulkea pois, mikä voi johtaa kuolemaan.
- Tukehtumisriskiä ei voida sulkea pois.
- Riskiä voidaan pienentää noudattamalla käyttöohjeessa olevia turvallisuustietoja.
- Ei voida sulkea pois, että tahaton tai luvaton käyttö aiheuttaa muita, huomiotta jätettyjä riskejä, ja huomioon otettuja riskejä on arvioitu väärin.

Riskianalyysissä arviointi on tehty "laitteen nykytilan" perusteella. Suoritetun tuotteen arvioinnin ja valvonnan perusteella ilmenee, että kielletyn riskin todennäköisyys on hyvin pieni. Laite (sen rakenne, toimintatapa ja käyttö) ei aiheuta - normaaleissa olosuhteissa - perusteetonta riskiä harjoittelijalle tai kolmansille osapuolille.

KÄSITTELYMERKIT KULJETUSPAKKAUKSISSA



- 1 Tämä puoli ylöspäin. Älä kaada.
- 2 - Suojaa putoamiselta.
- 3 - Suojaa kosteudelta.
- 4 - Varastoi enintään 3 kerroksessa.
- 5 - Sähkö- ja elektronikaaromu. Käytetty laite on toimitettava kierrätyspisteeseen.
- 6 - Huomio! Painava tuote.
- 7 Pakkaus valmistettu pahvista.
- 8 - Kierrätyskelpoinen pakkaus.
- 9 - Pakkaus on valmistettu ympäristövastuullisesti ja kierrätys huomioiden. Lajittele jätteet paikallisten sääntöjen mukaisesti.
- 10 - Pakkaus on valmistettu pahvista ja muovista. Lajittele jätteet paikallisten sääntöjen mukaisesti.
- 11 - Pakkaus on valmistettu pahvista ja muovista. Lajittele jätteet paikallisten sääntöjen mukaisesti.

KÄYTTÖ

Varmista ennen harjoittelun aloittamista, että laite on asennettu oikein.

- Tutustu ennen ensimmäisen harjoituksen aloittamista laitteen kaikkiin toimintoihin ja säätömahdollisuuksiin.
- Laitteessa on osia, jotka voivat olla alttiina korroosiolle. Tästä syystä ei suositella, että se säilytetään kosteassa tilassa. On myös huolehdittava siitä, että laite (erityisesti sen sisäiset ja elektroniset osat) ei ole alttiina kosketukselle veden, juomien, hien jne. kanssa.
- Laite on tarkoitettu vain aikuisten harjoitteluun, eikä se ole missään tapauksessa lasten lelu. Jos omalla vastuullasi annat lasten käyttää sitä, opasta heitä ehdottomasti oikeaan käyttöön ja valvo heitä jatkuvasti.
- Laite ei sovellu terapeuttiseen käyttöön.
- Laitteen käytön aikana voi esiintyä hiljaisia ääniä vauhtipyörän hitausliikkeestä, jotka johtuvat rakenteen tyypistä. Niillä ei ole mitään vaikutusta laitteen toimintaan.
- Melupäästö kuormituksen aikana on suurempi kuin ilman kuormitusta.
- Tarkista ennen jokaista harjoitusta suojalaitteiden sekä ruuvi- ja pistoliitosten oikeellisuus.
- Muista harjoittellessasi laitteella asianmukaiset jalkineet (urheilukengät).

HUOLTO

Laitteen maksimaalisen käyttöturvallisuuden varmistamiseksi laitteen on suositeltavaan säännöllistä tarkistamista osien kulumisen varalta. Tämä koskee

muttereiden, ruuvien, liikkuvien osien ja, holkkien jne. kiristämisen ja kunnan tarkistamista.

Säilytä laitetta kuivassa ja lämpimässä paikassa. Älä altista laitetta auringonvalolle.

HUOMIO! Katkaise aina virta ennen huollon aloittamista laitteesta ja irrota se virtalähteestä.

PUHDISTUS

Säännöllinen laitteen puhdistus pidentää sen käyttöikää ja säilyttää sen korkean suorituskyvyn.

Käytä puhdistukseen pehmeää, kosteaa liinaa. Tämä ei koske sähköosia, moottoria, sisäosia - älä päästä vettä näihin paikkoihin. Suojaa vedeltä.

MOOTTORIN PUHDISTUS

Poista pöly moottorista vähintään kerran vuodessa. Tehdäksesi tämän, katkaise ensin virta laite ja odota noin 1 tunti, poista moottorin suojus. Poista varovasti kertynyt pöly paineilmalla tai siveltimellä. Kun olet asentanut moottorin suojuksen takaisin ja kytkenyt sen virtalähteeseen, voit käynnistää laitteen.

YMPÄRISTÖ

Laitte toimitetaan pakkauksessa suojaamaan mahdollisilta kuljetusvaurioilta. Pakkaukset ovat raaka-aineita ja ne voidaan kierrättää. Hävitä nämä materiaalit asianmukaisiin väriisiin astioihin, jotka on tarkoitettu valikoivaan keräykseen.



Suojele ympäristöä äläkä heitä käytettyjä paristoja kotitalousjätteisiin. Palauta ne ostopaikkaan tai toimita ne erilliseen kierrätyspisteeseen. Käytetyt sähkölaitteet (mukaan lukien mittari, virtalähde) ovat kierrätysmateriaaleja - älä heitä niitä kotitalousjäteastioihin, koska ne voivat sisältää terveydelle ja ympäristölle vaarallisia aineita. Pyydämme aktiivista apua säästäväsessä huoltamisessa.

luonnonvaroilla ja luonnonympäristön suojelussa toimittamalla käytetty laite kierrätyspisteeseen - käytetyt sähkölaitteet.

ASENNUS

Laitteen asennus on suoritettava huolellisesti aikuisen toimesta. Jos olet epävarma, pyydä apua joltakulta jolla on enemmän kokemusta tältä alalta.

- Ennen asennuksen aloittamista varmista, että sarja laitteen kanssa sisältää kaikki osat osaluettelosta sekä ovatko jotkin osat vaurioituneet kuljetuksen aikana. Jos osia puuttuu tai sinulla on huomautuksia, ota yhteyttä myyjään.
- Tutustu piirustuksiin ja selityksiin ja suorita asennus asennusohjeessa ilmoitetussa järjestyksessä. asennusohjeessa.
- Ole varovainen asennuksen aikana. Käytön aikana työkalujen ja osien kanssa on olemassa loukkaantumisvaara.
- Muista ylläpitää turvallista ympäristöä. Älä levitä työkaluja ja asennusosia kaotitaisesti. Muista, että muovikalvot ja -pussit ovat lasten tukehtumisvaara.
- Asennusosat, joita tarvitaan tietyn asennusohjeen vaiheen suorittamiseen on esitetty piirustuksissa ja selityksissä. Käytä asennusohjeessa ilmoitettuja osia. asennusohjeessa.
- Älä kiristä osia kokonaan asennuksen alkuvaiheissa. Tee se, kun olet sijoittanut kaikki ja varmistanut, että ne ovat oikein paikallaan.
- Valmistaja pidättää oikeuden esiasentaa joitain osia.

ASENNUSKAAVIO (→ Katso sivu 3)

HUOMIO! On kiellettyä käyttää muita kuin valmistajan toimittamia osia.

OSALUETTELO

Täydellinen osaluettelo on saatavilla ottamalla yhteyttä osoitteeseen serwis@zipro.pl tai verkkosivulla Zipro.store tuotteen kuvauksessa.

NRO	KUVAUS	MÄÄRÄ
1	Päärunko	1
2R/2L	Pylväsä kannatina	2
3R/3L	Käsinojat	2
4	Takakäsinojat	1
5	Konsolin kannatinpylväs	1
6	Konsolin kannatinpylväs II	1
40R/40L	Kantavan pylvään suojus	2
41	Pulloteline	1
42	Konsolin kannatinpylväs koristesuojus	1
45	Konsoli	1
47	Konsolin takakoristesuojus	1
52R/52L	Ulkoinen koristekansi	2
53R/53L	Sisäinen koristekansi	2
72	Ruuvi kuusiokolo M10 * 30	4
73	Ruuvi kuusiokolo M10 * 20	10
76	Ruuvi kuusiokolo M8 * 40	2
77	Litteäkantaruuvi M8 * 20	8
78	Ruuvi kuusiokolo M6 * 25	6
	Phillips-ruuvi aluslevykannalla aluslevykannalla M4*15	14
89	Ristipääruuvi aluslevykannalla M4 * 8	2
90	Ristipääruuvi ST4.0*16	40
102	Sisäpuolinen hammastettu aluslevy Ø 10*1.2	12
103	Sisäpuolinen hammastettu aluslevy Ø 8*1.2	8
105	Tavallinen liitteä aluslevy Ø 10	8

ASENNUSOHJE (→ Katso sivu 3)

HUOMIO! Noudata asennuksen aikana seuraavia vaiheita ja käytä tuotteen mukana toimitettuja työkaluja.

Varaa riittävästi tilaa laitteen asennusta varten. Joidenkin osien suuren painon vuoksi suositellaan asennusta kahden henkilön voimin.

IASENNUS- JA PURKUOHJE

LAITTEEN ASENNUS

HUOMIO! Ennen asennuksen aloittamista tarkista huolellisesti, että kaikki ruuvit on kiristetty.

HUOMIO! Ole asennuksen aikana varovainen käsiesi ja sormiesi kanssa, jotta ne eivät jää puristuksiin.

TIETOKONEEN KÄYTTÖOHJE

ALOITUS

Sisällä 3 sekuntia painikkeen painamisen jälkeen . laite aloittaa toimintansa.

ENERGIANSÄÄSTÖTOIMINTO

Tietokone siirtyy automaattisesti energiansäästötilaan, jos 10 minuutin kuluessa ei tapahdu mitään toimintoja. Paina mitä tahansa näppäintä jatkaaksesi järjestelmää.

LAITTEEN HÄTÄSEISÄYTY

HUOMIO! Paina äkillisen vaaran sattuessa välittömästi hätäseisäytyspainiketta.

OHJELMAT

Tietokoneessa on 3 käyttöohjelmaa manuaalista asettamista varten, 36 automaattista ohjelmaa tallennettuna muistiin, laskentatilat (aika, askelia korkeus, kaloreita, taso, syke, nopeus).

PAINIKKEIDEN KUVAUS

- START** - käytetään käynnistämään käynnistämään laitteen tilassa manuaalisesti tai valitun ohjelman.
- STOP** - käytetään pysäyttämään toimivan laitteen .. Painettaessa painiketta myös nollataan asetukset .. Uudelleenkäynnistyksen jälkeen laite aloittaa toiminnan manuaalisessa tilassa manuaalisesti.
- COOL DOWN** paina harjoituksen aikana käynnistäaksesi asteittaisen viilennyksen nykyisen intensiteettitason mukaisesti. Laite hidastuu tasaisesti ja pysähtyy laskennan päätyttyä.
- PROGRAM** - käytetään valitsemaan jonkin automaattisen harjoitusohjelman (P1- (P1-P12), käyttöjäohjelman (U1-U3 (U1-U3) tai Body Body Fat - ennen käynnistystä..
- MANUAL** - mahdollistaa laskentatilan valitsemisen : ajan, etäisyyden tai kalorien
- CUSTOM** - siirry nopeasti mukautettuun ohjelmaan. Tässä tilassa paina 3 * 4 pienen näppäimistön vahvistusnäppäintä päästäksesi mukautetun ohjelmaosion asetuksiin. Voit asettaa parametrit nopeasti parametrilla "Set + -" tämän ajanjakson aikana.
- KORKEUS/KALORIT/AIKA lähtölaskenta** - tilan keskinäinen vaihtokytkin: aika voi nopeasti kytkeä aika taaksepäin -tilan päälle. Voit asettaa parametrit nopeasti parametrilla "Set + -" tämän ajanjakson aikana. Korkeus voi nopeasti kytkeä korkeuden taaksepäin -tilan päälle. Kalorit voivat nopeasti kytkeä kalorien laskentatilan päälle.
- TASO** - painikkeet mahdollistavat säädön (lisääminen ja vähentäminen) tason joka 1 taso harjoituksen aikana. Painikkeet sijaitsevat ovat konsolin tietokoneessa sekä kaiteissa.
- PIKAVALINTAPAINIKKEET TASO** - mahdollistavat suoran valinnan tason harjoituksen aikana (3,6,9,12) (3,6,9,12,15,18).

TOIMINNOT (TEKNISET TIEDOT)

AIKA/ASKELIA	Näyttää nykyisenliikkeen ajan tai askelten määrän.	00:00-99:59 min
KORKEUS/OHJELMA	Näyttää liikkeen korkeuden tai ohjelman numeron.	0.0 - 999
KALORIT	Laskee poltettujen kaloreiden kokonaismäärän harjoituksen alusta loppuun. (Mittaus on likimääräinen eri harjoituskertojen vertailua varten, sitä ei saa käyttää hoidossa).	0,0-999 kcal
TASO	Näyttää tason.	1-25
SYKE	Näyttää nykyisen sykkeen. HUOMIO! Syke mittaus vain urheilutarkoituksiin (lääketieteellinen käyttö suljettu pois).	50-200 BPM
SPM	Näyttää nykyisen liikenopeuden.	Askeleet/min

SYKKEEN MITTAUSTOIMINTO

Käynnistyksen jälkeen portaat pidä molemmat kädet sykemittareilla sykkeen mittaamiseksi. 30 sekunnin kuluttua näytöllä näkyy nykyinen syke.

Mittauksen aikana tietokone näyttää sydämen muotoisen kuvakkeen.

HUOMIO! Sykemittaus vain urheilukäyttöön (lääketieteellinen käyttö on poissuljettu).

MANUAALIOHJELMA

Manuaaliohjelma on laitteen oletustila. Portaat aloittaasen toiminnan painettuaan **START**, kun yhtään harjoitusohjelmaa ei ole valittu.

- Oletusnopeus tilassa manuaalinen on 0.8 km/h.
- Nopeuden ja tason muuttaminen on mahdollista tietokoneen ja kaiteiden painikkeilla.

HARJOITUSOHJELMAT

Valitse yksi 36 automaattisesta harjoitusohjelmasta painamalla painiketta **OHJELMA** niin kauan, kunnes näytössä näkyy oikea numero.

- Kun näytetään näyttöön oikea ohjelma paina **MODE**. Kun valitset ikkunassa näkyy ja tulee vilkkumaan arvo painikkeita

Asetukset aika harjoittelun ohjelman voidaan tehdä painikkeilla - - .

- Asetettu aika harjoittelun jaetaan on suhteellisesti 20 vaiheeseen. Taulukko esittää yhteenvedon vaiheista ja vastaavista niille

- nopeuksista ja kulma kaltevuus jokaiselle jokaiselle ohjelman harjoitteluo hjelman. [→ Katso sivu 105.](#)
- Aloittaaksesi aloita ohjelman paina **START**.

KÄYTTÄJÄOHJELMAT

Tietokoneessa on 3 käyttäjäohjelmaa yksilölliseen määrittelyyn: U1, U2, U3.

KÄYTTÄJÄOHJELMAN ASETTAMINEN

- Valmiustilassa paina painiketta **OHJELMA**, valitaksesi yhden käyttäjäohjelmista. Paneelissa näkyvät peräkkäin automaattisten ohjelmien numerot ja sitten käyttäjäohjelmat.
- Kun näyttöön tulee oikea ohjelma, paina **MODE**, aloittaaksesi ohjelman ensimmäisen osion muokkauksen. Käytä painikkeita **SPEED +/-** nopeuden asettamiseen.
- Paina **MODE**, vahvistaaksesi ensimmäisen osion parametrien asetukset ja siirtyäksesi seuraavan muokkaamiseen.

Ohjelmat koostuvat 20 osiosta. Toista yllä olevat vaiheet, kunnes kaikkien osioiden parametrit on asetettu. Ohjelmat tallennetaan tietokoneen muistiin seuraavaan muokkaukseen asti. Tiedot eivät katoa sähkökatkoksen sattuessa.

KÄYTTÄJÄOHJELMAN KÄYNNISTÄMINEN

- W tila on valmiustila, paina painiketta **OHJELMA**, valitaksesi yhden ohjelmista käyttäjän ohjelmista.. Valittuasi näyttöön ilmestyy ja arvo "30:00" vilkkuu. Käytä **SPEED +/-** „30:00".
-, **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** aika asetetaan harjoittelun kesto. Asetettu harjoittelun kesto jaetaan suhteellisesti 20 vaiheeseen ..
- Aloittaaksesi ohjelman, paina **START START**.

LASKENTATILA

- Valitse yksi 3 laskentatilasta painamalla painiketta **MODE**).
- Aseta laskettava arvo käyttämällä painikkeita -, **SPEED +/-** , **INCLINE +/-**.
 - Käynnistys juoksumaton ja lähtölaskenta alkaa kun kun painat **START**-painiketta **START**.

LASKETTAVAT PARAMETRIT:

- AIKA: alku- arvo lähtölaskennalle on 30 min. Tietokone mahdollistaa ajan asettamisen ajan välillä 5-99 5-99 minuuttia (joka 1 minuutti).
- KALORIT: alku- arvo lähtölaskenta on 50 kcal. Tietokone mahdollistaa asetuksen kaloreiden alueella 20-99 20-990 kcal (joka 10 kcal).
- MATKA: alkuperäinen arvo lähtölaskenta on 1 km. Tietokone mahdollistaa asetuksen matkan alueella 1,0-99, 1,0-99,0 km (joka 1 km).

KEHONRASVAN MITTAUSTOIMINTO (BODY FAT)

Paina painiketta **OHJELMA**, kunnes näytössä lukee "FAT". Käytä **MODE**, syöttääksesi parametrit:

- F1 - sukupuoli (sukupuoli) – 01 mies / 02 nainen
- F2 - ikä (age) – arvot 10-99
- F3 - pituus (height) – arvot 100-220 cm
- F4 – paino (weight) – arvot 20-130 kg

Käytä painikkeita **SPEED +/-** , **INCLINE +/-** asettaaksesi parametrien arvot. Kun parametrit on valittu, näytössä näkyy F5. Aseta molemmat kädet sykemittareihin, ja 5-6 sekunnin kuluessa tietokone näyttää FAT-tiedot. FAT on tarkoitettu mittaamaan 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 - lihavuus.

HUOMIO! Saatuja tuloksia ei missään tapauksessa saa käyttää hoidon perusteena tai ottaa huomioon lääketieteellisissä tarkoituksissa.

TREENI JA HARJOITUSVAIHEET

Laitteen käyttö tarjoaa sinulle monia etuja. Se parantaa ennen kaikkea kuntoasi, vahvistaa lihaksiasi ja yhdessä oikean ruokavalion kanssa auttaa polttamaan tarpeetonta rasvakudosta.

1. LÄMMITTELY

Tämä vaihe parantaa verenkiertoa koko kehossa ja valmistaa lihakset rasittavaan harjoitteluun. Se vähentää myös kramppien ja vammojen riskiä. On suositeltavaa tehdä useita venytysharjoituksia kuten alla on esitetty. Jos tunnet kipua, lopeta harjoittelu tai vähennä liikkeen laajuutta.

REISIEN SISÄLIHASTEN VENYTYKSET

Istu tasaisella alustalla jalat koukussa ja polvet ulospäin. Yhdistä jalkapohjat ja tuo ne mahdollisimman lähelle toisiaan. Paina varovasti polvia alustaa kohti ja pidä tässä asennossa 15 sekuntia.

REISIEN VENYTYKSET

Istu tasaisella alustalla. Suorista oikea jalka ja aseta vasemman jalan pohja oikean reiden päälle. Ojentaa oikea käsi niin pitkälle kuin mahdollista oikean jalan varpaisiin päin. Pidä 15 sekuntia. Toista vasemmalla jalalla.

PÄÄN KIERROT

Pidä pää suorassa ja katso eteenpäin. Käännä päätä oikealle ja suorista se, sitten käännä vasemmalle ja suorista se ilman, että liikutat olkapäitä.

KÄSIEN NOSTO

Nosta vasen käsi mahdollisimman korkealle ylös ja pidä muutama sekunti. Toista oikealla kädellä.

AKILLEEN JÄNTEEN VENYTYKSET

Seiso kasvot seinään päin, vie vasen jalka eteen ja taivuta hieman polvesta. Pidä oikea jalka takana - suorana, kantapää tasaisesti alustalla. Pidä molemmat kantapää tasaisesti alustalla ja paina lantioita seinää kohti. Pidä tätä asentoa 30

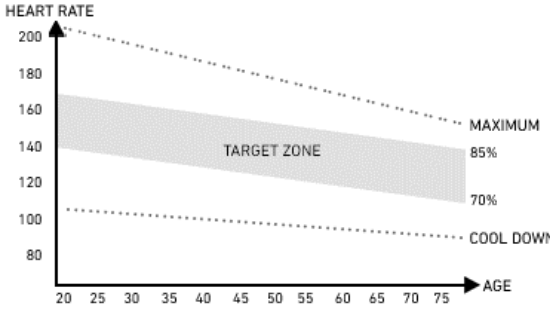
sekuntia. Toista oikealla jalalla. Muista, ettei selkä saa taipua kaarelle harjoituksen aikana.

KUMARRUKSET

Seiso jalat yhdessä. Kumarru eteenpäin yrittäen tuoda rintakehä mahdollisimman lähelle polvia. Pidä 15 sekuntia. Muista, ettet saa taivuttaa polvia.

2. HARJOITUSVAIHE

Tämä on harjoittelun oikea vaihe. Harjoittele omaan tahtiisi niin, että saavutat ikäisellesi sopivan sykkeen, kuten kaaviossa on esitetty.



3. PALAUTUSVAIHE

Tämä vaihe auttaa rauhoittamaan verenkiertoa ja rentouttamaan lihaksia. Tämä on lämmittelyharjoitusten toisto. On muistettava, ettei lihaksia saa rasittaa liikaa.

MAHDOLLISET VAHINGOT JA KORJAUSTEKNIIKAT

HUOMIO! Laitteen kotelon avaaminen ilman yhteydenottoa valmistajan huoltoon johtaa takuun raukeamiseen. Jos epäilet, että laitteessa on vika, joka vaatii kotelon avaamista, ota yhteyttä valmistajan huoltoon.

VIRHEEN KUVAUS	MAHDOLLISET SYYT	ONGELMAN RATKAISU
----- Ongelma näytön kanssa	Ei virtaa tai sähkönsyöttöä Virtakytkin ei ole päällä. Moottori ilman virtaa tai vaurioitunut. Katkennut elektronisen laskurin signaalijohdinpiiri Elektroninen laskuri on vaurioitunut	Liitä virtajohto AC-pistorasiaan tai tarkista AC-pistorasia. Aseta virtakytkin ON-asentoon. Paina ylikuormitusuoja uudelleen tai vaihda moottori. Vaihda signaali johto ja kytke se uudelleen. Vaihda elektroninen laskuri.
Puutteellinen näyttö, puuttuvia segmenttejä	Näytönohjaimen IC-piirin (IC) virheellinen juotos tai jatkuva juotos Vaurioitunut näytönohjaimen IC-piiri (IC)	Korjaus tarpeen, tarkista juotospisteet, kunnollinen juotos paikallaan. Irrota kaapeli ja Korjaus tarpeen, juota uusi IC-piiri näytönohjaimelle (IC).
Elektronisen laskurin näyttö	Turvalukon irrotus Irrotettu ohjaimen hätäkytkin Magnetroni ei ole päällä (jos sellainen on)	Aseta turvalukko imukupin tai kortin asentoonsa paneelissa. Kytke tai käännä hätäkytkin oikeaan asentoon Magnetroni on asennettu oikeaan asentoon.
-tai- E01 - Tiedonsiirtovirhe (ohjain ei vastaanota signaalia elektroniselta laskurilta); E02 - Tiedonsiirtovirhe (elektroninen laskuri ei vastaanota signaalia ohjaimelta)	Elektronisen laskurin signaali johto on kytketty väärin tai siinä on huono kosketus. Elektronisen laskurin signaali johto on vaurioitunut, oikosulussa tai katkennut Syy on elektronisen laskurin signaalijohdossa	Kytke pistoke uudelleen Vaihda signaali johto. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon Vaihda elektroninen laskuri. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon
	Ohjaimen signaali piirin vika	Vaihda moottori. Ota yhteyttä

		valmistajan huoltoon.
E08 - Alemman ohjauksen liitännäsvika	Tunnistus onko ali-kytkentää koneen päässä on tukos.	Poista tukos aiheuttava vieras esine.
	IR-anturivika	Vaihda anturi. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	Ohjainlaitevika.	Vaihda ohjainlaite. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon
E48 - Ei nopeudentunnistussignaalia (nopeudentunnistusohjaimella)	Nopeussignaalin johto ei ole kytketty tai anturi on viallinen	Liitä nopeussignaalin johto uudelleen tai vaihda anturi. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon
	Ohjaimen anturipiiri on vaurioitunut	Vaihda käyttölaite. Ota yhteyttä valmistajan huoltoon
Laite ei toimi	Ei virtaa	Kytke laite virtalähteeseen.
	Turva-avain irrotettu	Kiinnitä turva- avain.
	Oikosulku	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	ON/OFF-kytkin ei ole päällä	Kytke laite päälle.
	Käyttöhihna on liian löysällä	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.

TAKUU

Myyjä myöntää Takuunantajan puolesta takuun Suomen tasavallan alueella 24 kuukauden ajaksi myyntipäivästä. Takuu myydylle tuotteelle ei poista, rajoita tai keskeytä Kuluttajansuojalain mukaisia Ostajan oikeuksia.

Takuukortti on viimeisellä sivulla.

TAKUU EHDOT

- Vain valmistajan virheestä johtuvat piilevät viat kuuluvat reklamaation ja takuun piiriin.
- Takuu hyväksytään liikkeessä tai huollossa, kun asiakas esittää:
 - voimassa olevan, selkeästi ja oikein täytetyn takuukortin, jossa on myyntileima ja myyjän allekirjoitus,

- voimassa olevan ostotositteen laitteesta, jossa on myyntipäivämäärä,
 - reklamoidun tuotteen tai viallisen osan. Etämyynnissä takuukortti on voimassa vain ostotositteen (kuitti / lasku) perusteella.
- Reklamaatio käsitellään 14 päivän kuluessa siitä, kun Asiakas on ilmoittanut virheestä.
 - Valmistusvirheet ja vauriot, jotka ilmenevät takuuaikana, korjataan maksutta enintään 21 päivän kuluessa siitä, kun tuote on toimitettu liikkeeseen tai huoltoon.
 - Jos varaosia on tuotava maahan, takuukorjauksen suorittaminen voi kestää pidempään osien hankintaan kuluvan ajan, kuitenkin enintään 40 päivää.
 - Takuu ei kata:
 - mekaanisia vaurioita ja niistä johtuvia vikoja,
 - vahinkoja ja vikoja, jotka johtuvat virheellisestä käytöstä ja varastoinnista, virheellisestä asennuksesta ja huollosta,
 - kuluvien osien vaurioita ja kulumista, kuten: vaijerit, hihnat, kumiosat, polkimet, vaahtomuovikahvat, pyörät, laakerit, verhoilu.
 - asennus- ja huoltotoimenpiteitä, jotka käyttäjän on käyttöohjeen mukaisesti suoritettava itse.
 - Takuu ei ole voimassa seuraavissa tapauksissa:
 - voimassaoloajan päättymistä,
 - asiakkaan itsenäisesti tekemiä korjauksia ja muutoksia käyttäen muita kuin alkuperäisiä osia,
 - jos vika johtuu virheellisestä asennuksesta tai käyttöohjeessa kuvattujen oikean käytön periaatteiden noudattamatta jättämisestä,
 - muuta kuin kotikäyttöä,
 - kuljetuksen aikana syntyneitä vaurioita.
 - Takuukortista ei myönnetä kaksoiskappaleita.
 - Takuun puitteissa asiakkaalla on oikeus vaatia seuraavia maksuttomia hyvityksiä:
 - tuotteen korjausta,
 - tuotteen vaihtoa,
 - hinnan alennusta,
 - sopimuksen purkamista ja aiheutuneiden kustannusten täyttä palautusta.
 - Reklamaation tekemiseksi on tarpeen:
 - Esittää tuote tai sen osa, jota takuu koskee.
 - Ostotodistus, jossa on myyjän nimi ja osoite, ostopäivä ja -paikka, tuotetyyppi tai voimassa oleva takuukortti liikkeen leimalla.
 - Jos tuote toimitetaan likaisena, huolto voi kieltäytyä vastaanottamasta sitä tai puhdistaa sen asiakkaan kustannuksella hänen kirjallisella suostumuksellaan.
 - Jos reklamaatio hyväksytään, laite korjataan tai vaihdetaan uuteen tai asiakkaalle palautetaan rahat. Tuotteen kuljetuskustannukset asiakkaalle maksaa valmistajan huolto.
 - Jos takuureklamaatio hylätään, asiakas saa yksityiskohtaisen perustelun päätökselle, ja laite palautetaan asiakkaalle hänen kustannuksellaan 14 päivän kuluessa päätöksen tiedoksi antamisesta.

FR Manuel d'utilisation

Utilisateur,
Veuillez lire attentivement ce manuel avant de commencer l'assemblage et la première utilisation de l'appareil. Ce manuel contient des informations importantes concernant la sécurité d'utilisation et l'entretien de l'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	900 W
Poids	135 kg
Température d'utilisation	0°C à +40°C
Température de stockage	-10°C à +60°C
Poids maximal de l'utilisateur	60 kg
Classe d'application	Classe SC
Classe de précision	Classe C
Nombre de niveaux de résistance	25 niveaux
Norme du produit (principale)	EN ISO 20957-8:2021
Destination	Appareil de marche pour l'utilisation semi-commerciale l'appareil

SÉCURITÉ

ATTENTION ! L'appareil doit être utilisé uniquement 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 non autorisées sont interdites.
- Une à deux fois par mois, vérifiez que les vis, boulons et écrous sont correctement serrés.
- Afin de garantir une sécurité durable, vérifiez et entretenez régulièrement (c'est-à-dire une fois par an) l'équipement dans un établissement commercial spécialisé.
- Toute modification de l'appareil qui n'est pas décrite dans ce manuel peut entraîner des dommages ou menacer directement la santé et la vie de la personne qui s'entraîne. 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 activités d'innovation constantes afin de garantir une qualité élevée. Pour cette raison, le fabricant se réserve le droit d'apporter des modifications techniques.
- Toute question ou doute concernant l'équipement doit être adressé à un établissement commercial spécialisé.

ATTENTION ! Respectez les règles générales des réglementations et des mesures de sécurité applicables à la manipulation des appareils électriques.

- L'appareil est alimenté par une tension secteur de 220V.**
- Tous les appareils électriques émettent un rayonnement électromagnétique pendant leur fonctionnement. Si d'autres appareils émettant un tel rayonnement (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 !** N'effectuez jamais vous-même des modifications sur le réseau électrique. Confiez ces modifications à des spécialistes.
- ATTENTION !** N'oubliez pas de débrancher la fiche d'alimentation de la prise avant de commencer toute réparation, entretien ou nettoyage de l'appareil.
- N'utilisez pas de rallonges pour brancher l'appareil.
- Si pendant une longue période vous n'utilisez pas l'appareil, débranchez sa fiche d'alimentation de la prise.
- Veillez à ce que le câble électrique ne soit pas écrasé et que son positionnement 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 possède un câble et une fiche avec mise à la terre. La fiche doit être branchée à une prise de courant correctement installée et correctement mise à la terre.

DANGER ! Un branchement incorrect du câble peut entraîner un risque de choc électrique.

- Avant de brancher l'appareil à l'alimentation électrique, assurez-vous que la tension locale correspond au type de fiche.
- Ne modifiez pas la fiche si elle ne correspond pas à la prise.

Dans ce cas, demandez à un électricien qualifié d'installer une autre prise.

ATTENTION ! Les personnes se trouvant à proximité pendant l'utilisation de l'équipement doivent être 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 pas de contre-indications médicales à l'entraînement sur l'appareil. Sur la base de l'avis d'un spécialiste, vous pouvez

élaborer votre plan d'entraînement. Un programme mal choisi ou un exercice excessif peuvent être dangereux pour votre santé et votre vie.

AVERTISSEMENT ! Les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexactes. La fatigue pendant l'exercice peut entraîner des blessures graves ou la mort. Si vous vous sentez faible, arrêtez immédiatement de faire de l'exercice.

ATTENTION ! Veuillez respecter scrupuleusement les consignes relatives à la réalisation de l'entraînement contenues dans ce manuel.

- Lors du choix d'un lieu d'entraînement, veillez à maintenir des distances de sécurité par rapport aux obstacles potentiels. 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'une distance d'un mur. La zone de sécurité est de 2000 mm et au moins aussi large que.

ATTENTION !

Lors de l'assemblage de l'appareil, soyez prudent et ne laissez pas les enfants se trouver à proximité. Lors de l'assemblage, de petites pièces (écrous, vis, etc.) sont utilisées et peuvent être avalées par les enfants.

- RISQUE RÉSIDUEL** Dans le cas où la protection contre les chutes n'est pas utilisée ou est utilisée mais 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 fait de l'exercice en raison d'une manipulation incorrecte ou d'une évaluation incorrecte, ainsi que d'une transmission incorrecte des données (en raison d'interférences électromagnétiques, d'erreurs logicielles, etc.).
- Même la meilleure protection logicielle et matérielle n'exclut pas une erreur logicielle ou matérielle et peut théoriquement provoquer une surcharge de la personne qui fait de l'exercice. Le produit est un
- appareil électrique, il est donc impossible d'exclure le risque d'électrocution, qui peut entraîner la mort.
- Le risque résiduel de suffocation ne peut être exclu. Le risque peut être limité en suivant les informations de
- sécurité contenues dans le manuel d'utilisation. On ne peut exclure qu'une utilisation involontaire ou non autorisée entraîne d'autres risques

et non pris en compte ou 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



MARQUES DE MANUTENTION SUR LES EMBALLAGES DE TRANSPORT

- 1 - Ce côté vers le haut. Ne pas renverser.
- 2 - Protéger contre les chutes.
- 3 - Protéger de l'humidité.
- 4 - Stocker maximum sur 3 couches.
- 5 - Il est nécessaire de rapporter l'équipement usagé à un point de recyclage.
- 6 - Attention produit lourd.
- 7 - Emballage en carton.
- 8 - Emballage recyclable.
- 9 - L'emballage a été fabriqué en tenant compte de la responsabilité environnementale et du recyclage. Veuillez trier les déchets conformément aux réglementations locales.
- 10 - Emballage en carton et en plastique. Veuillez trier les déchets conformément aux réglementations locales.
- 11 - Emballage en carton et en plastique. Veuillez trier les déchets conformément aux réglementations locales.

UTILISATION

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

- Avant de commencer votre première séance d'entraînement, familiarisez-vous avec toutes les fonctions et les possibilités de réglage de l'appareil. L'appareil comporte des éléments susceptibles d'être exposés à la corrosion. Pour cette raison, il n'est pas recommandé de le laisser dans dans une pièce humide. Il faut également veiller à ce que l'équipement (en particulier ses éléments internes et électroniques) ne soit pas exposé au contact de l'eau, des boissons, de la sueur, etc.
- L'appareil est destiné uniquement à l'entraînement des adultes et n'est absolument pas un jouet pour enfants. Si vous permettez à des enfants

de l'utiliser sous votre propre responsabilité, instruisez-les absolument sur son utilisation correcte et surveillez-les en permanence.

- L'équipement n'est pas adapté à un usage thérapeutique.
- Pendant le fonctionnement de l'appareil, de légers bruits peuvent se produire lors du mouvement d'inertie de la masse d'inertie, en raison du type de construction. Ils n'ont aucun impact sur le fonctionnement de l'appareil.
- L'émission de bruit pendant la charge est plus importante que sans charge.
- Avant de commencer chaque entraînement, vérifiez l'exactitude des sécurités et des connexions vissées et enfichables.
- Pendant l'entraînement sur l'appareil, n'oubliez pas de porter des chaussures appropriées (chaussures de sport).

MANTENANCE

Afin d'assurer une sécurité maximale d'utilisation de l'appareil, il est recommandé de le vérifier régulièrement pour détecter l'usure des éléments. Cela comprend le contrôle du serrage et de l'état des écrous, des vis, des pièces mobiles, des douilles, etc.

Rangez l'appareil dans un endroit sec et chaud. N'exposez pas l'appareil à la lumière directe du soleil.

ATTENTION ! Avant de commencer l'entretien, éteignez toujours l'appareil et débranchez-le de l'alimentation.

NETTOYAGE

Un nettoyage régulier de l'appareil prolongera sa durée de vie et maintiendra ses performances élevées.

Utilisez un chiffon doux et humide pour le nettoyage. Cela ne s'applique pas aux éléments électriques, au moteur, aux pièces internes - ne laissez pas l'eau pénétrer dans ces zones. Protégez de l'eau.

NETTOYAGE DU MOTEUR

Au moins une fois par an, enlevez la poussière du moteur. Pour ce faire, mettez d'abord hors tension l'appareil de l'alimentation et, après avoir attendu environ 1 heure, retirez le capot du moteur. À l'aide d'air comprimé ou d'une brosse, retirez délicatement la poussière accumulée. Après avoir remonté le capot du moteur et branché l'alimentation, vous pouvez démarrer l'appareil.

ENVIRONNEMENT

L'appareil est livré dans un emballage pour le protéger contre d'éventuels dommages pendant le transport. Les emballages sont des matières premières non transformées et peuvent être recyclés. Jetez ces matériaux dans les conteneurs colorés appropriés destinés à la collecte sélective.



Protégez l'environnement et ne jetez pas les piles usagées dans la poubelle domestique. Rapportez-les au point de vente ou déposez-les dans un point de collecte séparé pour les matières premières secondaires.

Les appareils électriques usagés (y compris le compteur, l'alimentation) sont des matières premières secondaires - 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 demandons d'aider activement à l'économie gestion des ressources naturelles et à la protection de l'environnement naturel en remettant l'appareil usagé à un point de collecte des matières premières secondaires - les appareils électriques usagés.

MONTAGE

Le montage 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 le montage, assurez-vous que le kit avec l'appareil contient tous les éléments de la liste des pièces et qu'aucun élément n'a été endommagé pendant le transport. En cas d'absence d'éléments ou de réserves, contactez le vendeur.
- Familiarisez-vous avec les dessins et les explications et effectuez le montage selon l'ordre indiqué dans les instructions de montage.
- Soyez prudent lors du montage. Pendant l'utilisation d'outils et d'éléments, il existe un risque de coupure.
- N'oubliez pas de maintenir un environnement sûr. Ne disposez pas les outils et les éléments de montage de manière chaotique. N'oubliez pas que les films et les sacs en plastique présentent un risque d'étouffement pour les enfants.
- Les éléments de montage nécessaires pour effectuer une étape donnée des instructions de montage ont été présentés dans les dessins et les explications. Utilisez les éléments indiqués dans les instructions de montage.
- Dans les premières phases du montage, ne serrez pas les pièces à fond. Faites-le après avoir placé toutes les pièces et vous être assuré qu'elles sont correctement positionnées.
- Le fabricant se réserve le droit d'assembler certains éléments à l'avance.

SCHÉMA DE MONTAGE (→ Voir page 3)

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](https://www.zipro.store) dans la description du produit.

N°	DESCRIPTION	QUANTITÉ
1	Cadre principal	1
2R/2L	Colonnade support bloqué	2
3R/3L	Mains courantes	2
4	Mains courantes arrière	1
5	Colonne de support de console	1
6	Colonne de support de console II	1
40R/40L	Cache de montant de support	2
41	Porte-bouteille	1

42	Colonne de support de console cache décoratif	1
45	Console	1
47	Cache décoratif arrière de la console	1
52R/52L	Couvercle décoratif extérieur	2
53R/53L	Couvercle décoratif intérieur	2
72	Vis Allen M10 * 30	4
73	Vis Allen M10 * 20	10
76	Vis Allen M8 * 40	2
77	Vis à tête fraisée M8 * 20	8
78	Vis Allen M6 * 25	6
82	Vis Phillips à tête large M4*15	14
89	Vis cruciforme à tête avec rondelle M4 * 8	2
90	Vis cruciforme ST4.0*16	40
102	Rondelle dentelée interne Φ 10*1.2	12
103	Rondelle dentelée interne Φ 8*1.2	8
105	Rondelle plate standard Φ 10	8

INSTRUCTIONS DE MONTAGE (→ Voir page 3)

ATTENTION ! Pendant le montage, respectez les étapes suivantes et utilisez les outils fournis avec le produit.

Préparez suffisamment d'espace libre pour l'assemblage de l'appareil. En raison du poids élevé de certains éléments, il est recommandé de procéder au montage à deux personnes.

INSTRUCTIONS DE MONTAGE ET DE DÉMONTAGE

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 ne pas les pincer.

INSTRUCTIONS D'UTILISATION DE L'ORDINATEUR

DÉMARRAGE

Dans les 3 secondes après avoir appuyé sur le bouton **DÉMARRER** l'appareil se mettra en marche.

FONCTION D'ÉCONOMIE D'ÉNERGIE

L'ordinateur passera en mode d'économie d'énergie automatiquement si aucune action n'est effectuée pendant 10 minutes. Appuyez sur n'importe quelle touche pour relancer le système.

ARRÊT D'URGENCE DE L'APPAREIL

ATTENTION ! En cas de danger soudain, appuyez immédiatement sur le bouton d'arrêt d'urgence.

PROGRAMMES

L'ordinateur est équipé de 3 programmes utilisateur pour le réglage manuel, 36 programmes automatiques enregistrés en mémoire, modes de décompte (temps, pas, altitude, calories, niveau, pouls, vitesse).

DESCRIPTION DES BOUTONS

- **START** - sert à démarrer de l'appareil en mode manuel ou du programme.
- **STOP** - sert à arrêter l'appareil en fonctionnement. Après appui il y aura également une réinitialisation des paramètres. Po le redémarrage de l'appareil démarrera en mode manuel.
- **REFROIDISSEMENT** - appuyez pendant l'exercice pour lancer un refroidissement progressif adapté au niveau d'intensité actuel. La machine ralentit uniformément et s'arrête une fois le compte à rebours terminé.
- **PROGRAMME** - sert à sélectionner un programme d'entraînement automatique (P1-P12), un programme utilisateur (U1-U3) ou la fonction Body Fat avant de démarrer.
- **MANUEL** - permet de sélectionner le mode de compte à rebours: du temps, de la distance ou des calories
- **PERSONNALISÉ** - basculer rapidement vers le programme personnalisé. Dans ce mode, appuyez sur la touche de confirmation du petit clavier 3 * 4 pour accéder au réglage du segment de programme personnalisé. Vous pouvez rapidement définir les paramètres via le paramètre "Set + -" pendant cette période.
- **TAILLE/CALORIES/TEMPS compte à rebours** - la touche de commutation mutuelle de mode : le temps peut activer rapidement le mode inverse de temps. Vous pouvez rapidement définir les paramètres via le paramètre "Set + -" pendant cette période. La taille peut activer rapidement le mode inverse de taille. Les calories peuvent activer rapidement le mode de comptage des calories.
- **NIVEAU** - les boutons permettent le réglage (augmentation et diminution) du niveau de 1 niveau pendant l'entraînement. Les boutons sont placés sur la console de l'ordinateur et sur mains courantes.
- **BOUTONS DE SÉLECTION RAPIDE DE NIVEAU** - permettent de faire directement le choix du niveau pendant l'entraînement (3,6,9,12,15,18).

FONCTIONS (SPÉCIFICATIONS)

TEMPS/PAS	Affiche l'actuel temps de mouvement ou le nombre de pas.	00:00-99:59 min
HAUTEUR/PROG	Affiche la hauteur du mouvement ou le numéro de programme.	0.0 - 999
CALORIES	Calcule le nombre total de calories brûlées du début à la fin de l'exercice. (La mesure est approximative pour comparer différentes séances d'exercices, elle ne peut pas être utilisée pour le traitement).	0,0-999 kcal

NIVEAU	Affiche le niveau.	1-25
POULS	Affiche le pouls actuel. REMARQUE ! La mesure du pouls est uniquement destinée à des fins sportives (l'utilisation médicale est exclue).	50-200 BPM
SPM	Affiche la vitesse actuelle du mouvement.	Pas/min

FONCTION DE MESURE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE

Après le démarrage des escaliers gardez les deux mains sur les capteurs pour mesurer votre pouls. Après 30 secondes, votre pouls actuel s'affichera à l'écran. Pendant la mesure, l'ordinateur affiche une icône en forme de cœur.

ATTENTION ! La mesure de la fréquence cardiaque est uniquement destinée à des fins sportives (l'utilisation médicale est exclue).

PROGRAMME MANUEL

Le programme manuel est le mode de fonctionnement par défaut de l'appareil. Escaliers commencent à fonctionner lorsque vous appuyez sur **START**, si aucun programme d'entraînement n'est sélectionné.

- La vitesse par défaut en mode manuel est de 0.8 km/h.
- La modification du réglage de la vitesse et du niveau est possible à l'aide des boutons de l'ordinateur et des mains courantes.

PROGRAMMES D'ENTRAÎNEMENT

Sélectionnez l'un des 36 programmes d'entraînement automatiques en appuyant sur le bouton **PROGRAMME** jusqu'à ce que le numéro approprié s'affiche à l'écran.

- Lorsque l'affiché sera le bon programme appuyez sur **MODE**. Après avoir sélectionné dans la fenêtre affiche ra et va clignoter la valeur « 30:00 ». Les réglages de temps d'entraînement du programme peuvent être effectués avec les boutons **VITESSE +/-**.
- Le temps de temps d'entraînement est divisé est proportionnellement en 20 étapes. Le tableau présente un aperçu des étapes et leurs correspondantes vitesses et angle d'inclinaison pour chaque programme d'entraînement. → Voir page 105.
- Pour démarrer le programme appuyez sur **START**.

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. Les numéros des programmes automatiques s'afficheront successivement sur le panneau, puis les programmes utilisateur.
- Quand le programme approprié est affiché, appuyez sur **MODE**, pour commencer à modifier la première section du programme. Utilisez les boutons **SPEED +/-** pour régler la vitesse.
- Appuyez sur **MODE**, pour valider les paramètres de la première section et passer à la modification de la suivante.

Les programmes sont composés de 20 sections. Répétez les étapes ci-dessus jusqu'à ce que tous les paramètres de section 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

- W mode veille, appuyez sur le bouton **PROGRAMME**, pour sélectionner l'un des programmes utilisateur. Po la sélection dans la fenêtre affichera et clignotera la valeur « 30:00 ». Utilisez les boutons **SPEED +/-**, **INCLINAISON +/-** pour le réglage du temps d'entraînement. Le temps d'entraînement réglé est divisé proportionnellement en 20 étapes. Pour.
- Pour démarrer le programme, appuyez sur **START**.

MODE DÉCOMPTE

Sélectionnez l'un des 3 modes de décompte en appuyant sur le bouton **MODE**.

- Pour régler la valeur décomptée, utilisez les boutons **VITESSE +/-**, **INCLINE +/-**.
- Démarrage du tapis de course et le compte à rebours commencera après avoir appuyé sur le bouton **START**.

PARAMÈTRES DU COMPTE À REBOURS :

- TEMPS : valeur initiale de décompte est 30 min. L'ordinateur permet de régler le temps dans une plage de 5-99 minutes (par 1 minute).
- CALORIES : valeur initiale initiale compte à rebours est 50 kcal. L'ordinateur permet de régler les calories dans une plage de 20-990 kcal (par 10 kcal).
- DISTANCE : La valeur wartość du compte à rebours est 1 km. L'ordinateur permet de régler la distance dans une plage de 1,0-99,0 km (par 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 (gender) – 01 homme / 02 femme
- F2 - âge (age) – valeurs 10-99
- F3 - taille (height) – valeurs 100-220 cm
- F4 – poids (weight) – valeurs 20-130 kg

Utilisez les boutons **SPEED +/-**, **INCLINAISON +/-** pour régler les valeurs des paramètres.

Après avoir sélectionné les paramètres, F5 apparaîtra sur l'écran. Placez les deux mains sur les capteurs de fréquence cardiaque, après 5 à 6 secondes, l'ordinateur

affichera les informations FAT. FAT est destiné à mesurer la relation entre la taille et le poids, et non les proportions du corps.

Le résultat correct doit se situer entre 19-26. Une valeur inférieure à 19 signifie une insuffisance pondérale, 27-30 - surpoids, et au-dessus 30 - 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.

TRAINING ET PHASES D'EXERCICE

L'utilisation de l'appareil vous apportera de nombreux avantages. Il améliorera avant tout votre condition physique, renforcera vos muscles et, en combinaison avec une alimentation appropriée, vous permettra de brûler les graisses inutiles.

1. ÉCHAUFFEMENT

C'est une phase qui améliore la circulation sanguine dans tout le corps et prépare les muscles à un effort accru. Elle réduit également le risque de crampes et de blessures. Il est conseillé de faire quelques exercices d'étirement comme indiqué ci-dessous.

Si vous ressentez une douleur, arrêtez l'exercice ou réduisez l'amplitude du mouvement.

ÉTIREMENT DES MUSCLES INTÉRIEURS DE LA CUISSE

Asseyez-vous sur une surface plane avec les jambes pliées et les genoux pointés vers l'extérieur. Joignez les plantes des pieds et rapprochez-les le plus possible. Appuyez doucement sur les genoux en les dirigeant vers le sol et maintenez cette position pendant 15 secondes.

ÉTIREMENT DES CUISSES

Asseyez-vous sur une surface plane. Étendez la jambe droite et placez la plante du pied gauche contre la cuisse droite. Tendez la main droite vers les orteils du pied droit aussi loin que possible. Maintenez cette position 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.

LEVÉE DES BRAS

Levez le bras gauche le plus haut possible et maintenez cette position pendant quelques secondes. Répétez l'opération avec le bras droit.

ÉTIREMENT DES TENDONS D'ACHILLE

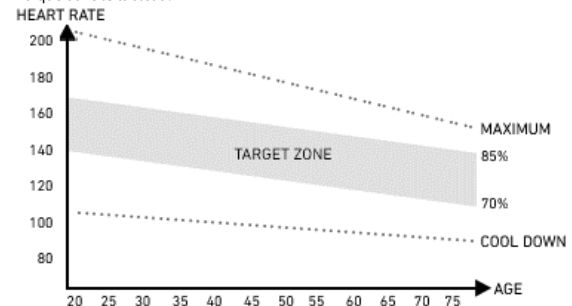
Tenez-vous face au mur, avancez la jambe gauche et pliez-la légèrement au niveau du genou. Gardez la jambe droite derrière - droite, avec le talon à plat sur le sol. Gardez les deux talons à plat sur le sol et appuyez les hanches contre le mur. Maintenez cette position pendant 30 secondes. Répétez l'opération avec la jambe droite avancée. N'oubliez pas de ne pas arquer le dos pendant l'exercice.

FLEXIONS

Tenez-vous debout, les pieds joints. Penchez-vous en avant en essayant de rapprocher le plus possible votre poitrine de vos genoux. Maintenez cette position pendant 15 secondes. N'oubliez pas de ne pas plier les genoux.

2. PHASE D'EXERCICE

C'est la phase d'entraînement proprement dite. Exercez-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. Il s'agit d'une répétition des exercices d'échauffement. Il faut se rappeler que pour ne pas surmener les muscles.

DOMMAGES POSSIBLES ET TECHNIQUES DE RÉPARATION

ATTENTION ! L'ouverture du boîtier de l'appareil sans avoir préalablement contacté le service après-vente du fabricant entraîne l'annulation de la garantie. En cas de suspicion de défaut nécessitant l'ouverture du boîtier, veuillez contacter le service après-vente du fabricant.

DESCRIPTION DE L'ERREUR	CAUSES POSSIBLES	SOLUTION DU PROBLÈME
---- Problème avec l'écran	Pas d'alimentation ou pas d'arrivée de courant L'interrupteur d'alimentation n'est pas activé. Entraînement hors tension ou défectueux.	Branchez le cordon d'alimentation sur la prise secteur ou vérifiez la prise secteur. Mettez l'interrupteur d'alimentation en position ON. Réinitialisez la protection contre les surcharges ou

		remplacez l'entraînement.
	Circuit ouvert du câble de signal du compteur électronique	Remplacez le câble de signal et rebranchez-le.
	Le compteur électronique est défectueux	Remplacez le compteur électronique.
Affichage incomplet, segments manquants	Soudure défectueuse ou soudure continue du circuit intégré (CI) du contrôleur d'affichage	Réparation nécessaire, vérifiez les points de soudure, soudure solide en place.
	Circuit intégré (CI) du contrôleur d'affichage défectueux	Débranchez le câble et Réparation nécessaire, soudez un nouveau circuit intégré du contrôleur d'affichage (CI).
Affichage du compteur électronique	Déconnexion du verrouillage de sécurité	Placez le verrouillage de sécurité en position de ventouse ou de carte sur le panneau.
-ou-	Interrupteur d'arrêt d'urgence du contrôleur déconnecté	Connectez ou faites pivoter l'interrupteur d'arrêt d'urgence dans la bonne position
	Magnétron non activé (si présent)	Le magnétron est installé dans la bonne position.
E01 - Erreur de communication (le contrôleur ne reçoit pas le signal du compteur électronique) ;	Le câble de signal du compteur électronique est mal connecté ou a un mauvais contact.	Rebranchez la fiche
E02 - Erreur de communication (le compteur électronique ne reçoit pas le signal du contrôleur)	Le câble de signal du compteur électronique est endommagé, court-circuité ou interrompu La cause réside dans le câble de signal du compteur électronique	Remplacez le câble de signal. Contactez le service après-vente du fabricant
	Défaut du circuit de signal du contrôleur	Remplacez le câble de signal. Contactez le service après-vente du fabricant.
E08 - Défaut de connexion de la commande inférieure	Détection si lebranchementesta à l'extrémité de la machine..	Retirez le corps étranger bloquant.
	Panne du capteur IR	Remplacez le capteur. Contactez le service après-vente du fabricant..
	Défaut du contrôleur.	Remplacez le contrôleur. Contactez le service après-vente du fabricant
E48 - Pas de signal de détection de vitesse (avec contrôleur détectant la vitesse)	Le câble du signal de vitesse n'est pas connecté ou le capteur est défectueux	Réinsérez le câble du signal de vitesse ou remplacez le capteur. Contactez le service après-vente du fabricant
	Le circuit du capteur du contrôleur est endommagé	Remplacez le capteur. Contactez le service après-vente du fabricant
L'appareil ne fonctionne pas	Pas d'alimentation	Branchez l'appareil sur le secteur.

Clé de sécurité débranchée	Rebranchez la clé de sécurité.
Court-circuit	Contactez le service après-vente du fabricant.
L'interrupteur ON/OFF n'est pas activé	Allumez l'appareil.
La courroie d'entraînement est trop peu tendue	Contactez le service après-vente du fabricant.

GARANTIE

Le vendeur, au nom du Garant, accorde une garantie sur le territoire de la République Française pour une période de 24 mois à compter de la date de vente. La garantie sur les marchandises vendues n'exclut, ne limite ni ne suspend les droits de l'Acheteur découlant du Code de la consommation.

La carte de garantie se trouve en dernière page.

CONDITIONS DE GARANTIE

- Seuls les défauts cachés résultant de la faute du fabricant sont soumis à réclamation et à garantie.
- La garantie sera respectée 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, la marchandise réclamée ou la pièce défectueuse.
 - En cas d'achat à distance, la carte de garantie n'est valable que sur présentation du document d'achat (ticket de caisse / facture).
- La réclamation sera traitée dans un délai de 14 jours à compter du signalement du défaut par le Client.
- Les défauts de fabrication et les dommages constatés pendant la période de garantie seront réparés gratuitement dans un délai maximum de 21 jours à compter de la date de livraison du produit au magasin ou au service après-vente.
- S'il est nécessaire d'importer des pièces, 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, rembourrage.
 - les opérations liées au montage et à l'entretien que l'utilisateur est tenu d'effectuer lui-même conformément au mode d'emploi.
- La garantie ne s'applique pas dans les cas suivants :
 - expiration du délai de validité,
 - réparations et modifications effectuées par le client lui-même avec des pièces non originales,
 - lorsque le défaut est dû à une installation incorrecte ou au non-respect des règles d'utilisation correctes décrites dans le mode d'emploi,
 - une utilisation autre qu'une utilisation domestique,
 - dommages survenus pendant le transport.
- Aucun duplicata de la carte de garantie ne sera délivré.
- Dans le cadre de la garantie, le client a le droit d'exiger les types de compensation gratuite suivants :
 - réparation du produit,
 - remplacement du produit,
 - réduction du prix,
 - résiliation du contrat et remboursement intégral des coûts encourus.
- Pour faire une réclamation, il faut :
 - Présenter le produit ou la partie du produit concernée 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 à son nettoyage.
- Si la réclamation est acceptée, l'équipement sera réparé ou remplacé par un neuf, ou le client sera remboursé. Les frais de transport du produit au client sont couverts par le service après-vente du fabricant.
- En cas de rejet de la réclamation au titre de la garantie, le client recevra une justification détaillée de la décision prise et, dans un délai de 14 jours à compter de la notification de la décision, l'équipement sera renvoyé au client à ses frais.

GR Εγχειρίδιο χρήσης

Χρήστη, Διαβάστε τις παρακάτω οδηγίες πριν ξεκινήσετε τη συναρμολόγηση και την πρώτη χρήση της συσκευής. Αυτές οι οδηγίες περιέχουν σημαντικές πληροφορίες σχετικά με την ασφάλεια χρήσης και συντήρησης του εξοπλισμού. Φυλάξτε το για να μπορείτε να χρησιμοποιήσετε πληροφορίες σχετικά με τη συντήρηση ή την παραγγελία ανταλλακτικών.

ΤΕΧΝΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ

Τροφοδοσία	220V
Μέγιστη ισχύς	900 W
Βάρος	135 κιλά
Θερμοκρασία λειτουργίας	0C έως +40°C
Θερμοκρασία αποθήκευσης	-10°C έως +60°C
Μέγιστο βάρος χρήστη	160 kg
Κατηγορία εφαρμογής	Κλάση SC
Κατηγορία ακρίβειας	Κλάση C
Αριθμός επιπέδων αντίστασης	25 επίπεδα
Πρότυπο προϊόντος (κύριο)	EN ISO 20957-8:2021
Προορισμός	Σοκαλοπάτια εκγύμνασης για χρήση ημιεμπορικής.

ΑΣΦΑΛΕΙΑ

ΠΡΟΣΟΧΗ! Η συσκευή πρέπει να χρησιμοποιείται αποκλειστικά για τον προορισμό της, δηλαδή για προπόνηση από ενήλικες. Κάθε άλλη χρήση της συσκευής μπορεί να είναι επικίνδυνη. Ο κατασκευαστής δεν φέρει καμία ευθύνη για ζημιές που προκαλούνται από ακατάλληλη χρήση της συσκευής.

- Η συσκευή έχει σχεδιαστεί και κατασκευαστεί με βάση τις τελευταίες γνώσεις στον τομέα της ασφάλειας. Τα επικίνδυνα στοιχεία που θα μπορούσαν ενδεχομένως να θέσουν σε κίνδυνο τραυματισμό έχουν εξαλειφθεί ή σχετικά ασφαλιστεί.
- Δεν επιτρέπονται επισκευές και τροποποιήσεις μεμονωμένα.
- Ελέγχετε τη σωστή σύσφιξη των βιδών, των κοχλίων και των περικοχλίων μία φορά κάθε ένα ή δύο μήνες.
- Προκειμένου να διασφαλιστεί μόνιμα η ασφάλεια, ελέγχετε και συντηρείτε τακτικά (δηλαδή μία φορά το χρόνο) τον εξοπλισμό σε εξειδικευμένο κατάστημα λιανικής.
- Οποιοσδήποτε αλλαγές στη συσκευή που δεν περιγράφονται σε αυτές τις οδηγίες μπορεί να προκαλέσουν ζημία ή να θέσουν άμεσα σε κίνδυνο την υγεία και τη ζωή του ατόμου που ασκείται. Οι αλλαγές στη συσκευή μπορούν να γίνουν μόνο από το προσωπικό σέρβις του κατασκευαστή ή από άτομα που έχουν εκπαιδευτεί από αυτούς σχετικά.
- Όλες οι συσκευές υπόκεινται σε συνεχή καινοτομία για τη διασφάλιση υψηλής ποιότητας. Για το λόγο αυτό, ο κατασκευαστής διατηρεί το δικαίωμα να προβεί σε τεχνικές αλλαγές.
- Απευθύνετε τυχόν ερωτήσεις ή αμφιβολίες σχετικά με τον εξοπλισμό σε ένα εξειδικευμένο κατάστημα λιανικής.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Ακολουθήστε τους γενικούς κανόνες κανονισμών και μέτρων ασφαλείας που ισχύουν για το χειρισμό ηλεκτρικών συσκευών.

- Η συσκευή τροφοδοτείται από τάση δικτύου 220V.**
- Όλες οι ηλεκτρικές συσκευές εκπέμπουν ηλεκτρομαγνητική ακτινοβολία κατά τη λειτουργία. Εάν υπάρχουν άλλες συσκευές που εκπέμπουν τέτοια ακτινοβολία (π.χ. κινητά τηλέφωνα) κοντά στην ηλεκτρονική μονάδα ελέγχου ή στο πιλοτήριο, ορισμένες τιμές (όπως π.χ. ο καρδιακός ρυθμός) ενδέχεται να παραμορφωθούν.
- ΠΡΟΣΟΧΗ!** Μην κάνετε ποτέ μόνοι σας τροποποιήσεις στο ηλεκτρικό δίκτυο. Αναθέστε τέτοιες αλλαγές σε ειδικούς.
- ΠΡΟΣΟΧΗ!** Να θυμάστε να αποσυνδέετε το φως τροφοδοσίας από την πρίζα πριν ξεκινήσετε οποιαδήποτε επισκευή, συντήρηση ή καθαρισμό του εξοπλισμού.
- Μη χρησιμοποιείτε καλώδια επέκτασης για τη σύνδεση της συσκευής.
- Εάν δεν χρησιμοποιείτε τον εξοπλισμό για μεγάλο χρονικό διάστημα, αφαιρέστε το φως τροφοδοσίας από την πρίζα.
- Βεβαιωθείτε ότι το ηλεκτρικό καλώδιο δεν είναι τσακισμένο και ότι η θέση του δεν προκαλεί κίνδυνο σκονάμματος.

ΓΕΙΩΣΗ

Η γείωση προστατεύει από τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Η συσκευή διαθέτει καλώδιο και φως με γείωση. Το φως πρέπει να είναι συνδεδεμένο σε μια σωστά εγκατεστημένη και σωστά γειωμένη πρίζα δικτύου.

ΚΙΝΔΥΝΟΣ! Η ακατάλληλη σύνδεση του καλωδίου μπορεί να προκαλέσει κίνδυνο ηλεκτροπληξίας.

- Πριν συνδέσετε τη συσκευή στην παροχή ρεύματος, βεβαιωθείτε ότι η τοπική τάση αντιστοιχεί στον τύπο του φως.
- Μην τροποποιείτε το φως εάν δεν ταιριάζει στην πρίζα.

Σε αυτήν την περίπτωση, ζητήστε από έναν εξειδικευμένο ηλεκτρολόγο να εγκαταστήσει μια διαφορετική πρίζα.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Τα άτομα που βρίσκονται κοντά κατά τη χρήση του εξοπλισμού πρέπει να προειδοποιούνται για πιθανούς κινδύνους. Να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί παρουσία παιδιών.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Πριν ξεκινήσετε την άσκηση, συμβουλευτείτε έναν γιατρό για να βεβαιωθείτε ότι δεν έχετε ιατρικές αντενδείξεις για την άσκηση στη συσκευή. Με βάση τη γνώμη ενός ειδικού, μπορείτε να αναπτύξετε το δικό σας πρόγραμμα προπόνησης. Ένα ακατάλληλα επιλεγμένο πρόγραμμα ή η υπερβολική άσκηση μπορεί να είναι επικίνδυνη για την υγεία και τη ζωή σας.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ! Τα συστήματα παρακολούθησης καρδιακών παλμών ενδέχεται να είναι ανακριβή. Η υπερβολική άσκηση μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρό τραυματισμό ή θάνατο. Εάν αισθανθείτε αδυναμία, σταματήστε αμέσως την άσκηση.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Ακολουθήστε αυστηρά τις σημειώσεις σχετικά με την εκτέλεση της προπόνησης που περιέχονται σε αυτές τις οδηγίες.

- Όταν επιλέγετε ένα μέρος για προπόνηση, φροντίστε να διατηρείτε ασφαλείς αποστάσεις από πιθανά εμπόδια. Μην τοποθετείτε τον εξοπλισμό κοντά σε δρόμους επικοινωνίας (δρόμοι, πύλες, διαβάσεις κ.λπ.).
- Απαγορεύεται η χρήση του εξοπλισμού σε κοντινή απόσταση από τον τοίχο. Η ζώνη ασφαλείας είναι 2000 mm και τουλάχιστον τόσο φαρδιά όσο η συσκευή.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Κατά την εγκατάσταση της συσκευής, να είστε προσεκτικοί και να μην επιτρέπετε στα παιδιά να βρίσκονται κοντά. Κατά τη διάρκεια της εγκατάστασης, χρησιμοποιούνται μικρά μέρη (παξιμάδια, βίδες κ.λπ.) που μπορεί να καταποθούν από αυτά.

ΥΠΟΛΕΙΠΟΜΕΝΟΣ ΚΙΝΔΥΝΟΣ

- Σε περίπτωση που δεν χρησιμοποιηθεί προστασία από πτώση ή χρησιμοποιηθεί, αλλά εσφαλμένα, υπάρχει υπολειπόμενος κίνδυνος, δηλαδή πτώση ατόμου που προκαλεί εκδορές, μώλωπες, κατάγματα ή στη χειρότερη περίπτωση, θάνατος.
- Υπάρχει υπολειπόμενος κίνδυνος ακούσιας υπερφόρτωσης του ασκούμενου που προκαλείται από ακατάλληλο χειρισμό ή εσφαλμένη αξιολόγηση, καθώς και εσφαλμένη μετάδοση δεδομένων (λόγω ηλεκτρομαγνητικών παρεμβολών, σφάλματος λογισμικού κ.λπ.). Ακόμη και η καλύτερη προστασία λογισμικού και υλικού δεν αποκλείει ένα σφάλμα λογισμικού ή υλικού και μπορεί θεωρητικά να προκαλέσει υπερφόρτωση του ασκούμενου.
- Το προϊόν είναι μια ηλεκτρική συσκευή, επομένως δεν μπορεί να αποκλειστεί ο κίνδυνος ηλεκτροπληξίας, η οποία μπορεί να οδηγήσει σε θάνατο.
- Δεν μπορεί να αποκλειστεί ο κίνδυνος υπολειπόμενου πνιγμού.
- Ο κίνδυνος μπορεί να μειωθεί τηρώντας τις πληροφορίες ο την ασφάλεια που περιέχονται στο εγχειρίδιο οδηγιών.
- Δεν μπορεί να αποκλειστεί ότι η ακούσια ή μη εξουσιοδοτημένη χρήση θα προκαλέσει άλλους, μη συνυπολογιζόμενους κινδύνους, και ο υπολογιζόμενος κίνδυνος έχει εκτιμηθεί εσφαλμένα.

Στην ανάλυση κινδύνου, η αξιολόγηση έγινε με βάση την «τρέχουσα κατάσταση της συσκευής». Από την αξιολόγηση και τον έλεγχο του προϊόντος προκύπτει ότι η πιθανότητα απaráδεκτου κινδύνου είναι πολύ χαμηλή. Η συσκευή (η κατασκευή, η λειτουργία και η χρήση της) δεν προκαλεί - υπό κανονικές συνθήκες - αδικαιολόγητο κίνδυνο για τον ασκούμενο ή τρίτους.

ΣΗΜΑΤΑ ΧΕΙΡΙΣΜΟΥ ΣΤΙΣ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΕΣ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ



- Αυτή η πλευρά προς τα πάνω. Μην αναποδογυρίζετε.
- Προστατέψτε από την πτώση.
- Να προστατεύεται από την υγρασία.
- Να αποθηκεύεται το πολύ σε 3 στρώσεις.
- Ηλεκτρικά απόβλητα. Απαιτείται η παράδοση του χρησιμοποιημένου εξοπλισμού σε σημείο ανακύκλωσης.
- Προσοχή βαρύ προϊόν.
- Συσκευασία κατασκευασμένη από χαρτόνι.
- Συσκευασία κατάλληλη για ανακύκλωση.
- Η συσκευασία έχει κατασκευαστεί με γνώμονα την περιβαλλοντική ευθύνη και την ανακύκλωση. Παρακαλούμε να διαχωρίζετε τα απόβλητα σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς.
- Συσκευασία κατασκευασμένη από χαρτόνι και πλαστικά. Παρακαλούμε να διαχωρίζετε τα απόβλητα σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς.
- Συσκευασία κατασκευασμένη από χαρτόνι και πλαστικά. Παρακαλούμε να διαχωρίζετε τα απόβλητα σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς.

ΧΕΙΡΙΣΜΟΣ

Πριν ξεκινήσετε την προπόνηση, βεβαιωθείτε ότι η συσκευή έχει τοποθετηθεί σωστά.

- Πριν ξεκινήσετε την πρώτη προπόνηση, εξοικειωθείτε με όλες τις λειτουργίες και τις δυνατότητες της συσκευής.
- Η συσκευή διαθέτει στοιχεία που ενδέχεται να είναι εκτεθειμένα σε διάβρωση. Για το λόγο αυτό, δεν συνιστάται να παραμείνει σε υγρό χώρο.

Πρέπει επίσης να φροντίζετε ώστε ο εξοπλισμός (ειδικά τα εσωτερικά και ηλεκτρονικά του στοιχεία) να μην εκτίθεται σε επαφή με νερό, ποτά, ιδρώτα κ.λπ.

- Η συσκευή προορίζεται μόνο για προπόνηση μόνο από ενήλικες και δεν είναι απολύτως παιχνίδι για παιδιά. Εάν επιτρέψετε σε παιδιά να το χρησιμοποιήσουν με δική σας ευθύνη, φροντίστε να τα καθοδηγήσετε σχετικά με τη σωστή χρήση και να τα επιβλέπετε συνεχώς.
- Ο εξοπλισμός δεν είναι κατάλληλος για θεραπευτικούς σκοπούς.
- Κατά τη λειτουργία της συσκευής, ενδέχεται να υπάρχουν ήσυχoi θόρυβοι κατά την αδρανειακή κίνηση της μάζας του σφονδύλου, οι οποίοι οφείλονται στον τύπο της κατασκευής. Δεν έχουν καμία επίδραση στη λειτουργία του εξοπλισμού.
- Η εκπομπή θορύβου κατά τη διάρκεια του φορτίου είναι μεγαλύτερη από ό, τι χωρίς φορτίο.
- Πριν ξεκινήσετε κάθε προπόνηση, ελέγξτε τη σωστή λειτουργία των ασφαλειών και των συνδέσεων με βίδες και βύσματα.
- Κατά τη διάρκεια της προπόνησης στη συσκευή, θυμηθείτε τα κατάλληλα υποδήματα (αθλητικά παπούτσια).

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

Για να εξασφαλιστεί η μέγιστη ασφάλεια χρήσης της συσκευής, συνιστάται να της να ελέγχεται τακτικά για φθορά των εξαρτημάτων. Αυτό περιλαμβάνει τον έλεγχο της σύσφιξης και της κατάστασης των παξιμαδιών, των βιδών, των κινητών εξαρτημάτων, κουζινετών κ.λπ.

Αποθηκεύστε τη συσκευή σε ξηρό και ξεστό μέρος. Μην εκθέτετε τη συσκευή στο άμεσο ηλιακό φως.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Πριν ξεκινήσετε τη συντήρηση, να απενεργοποιείτε πάντα τη συσκευή και να την αποσυνδέετε από την παροχή ρεύματος.

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

Ο τακτικός καθαρισμός της συσκευής θα παρατείνει τη διάρκεια ζωής της και θα διατηρήσει την υψηλή απόδοσή της.

Για τον καθαρισμό, χρησιμοποιήστε ένα μαλακό, υγρό πανί. Αυτό δεν ισχύει για τα ηλεκτρικά μέρη, τον κινητήρα, τα εσωτερικά μέρη - μην αφήνετε το νερό να εισχωρήσει σε αυτά τα μέρη. Προστατέψτε από το νερό.

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΚΙΝΗΤΗΡΑ

Τουλάχιστον μία φορά το χρόνο, αφαιρέστε τη σκόνη από τον κινητήρα. Για να το κάνετε αυτό, πρώτα απενεργοποιήστε τη συσκευή από την πρίζα και, αφού περιμένετε περίπου 1 ώρα, αφαιρέστε το κάλυμμα του κινητήρα.

Χρησιμοποιώντας πεπιεσμένο αέρα ή βούρτσα, αφαιρέστε προσεκτικά τη συσσωρευμένη σκόνη. Αφού επανατοποθετήσετε το κάλυμμα του κινητήρα και συνδέσετε το ρεύμα, μπορείτε να ξεκινήσετε τη συσκευή.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Η συσκευή παραδίδεται σε συσκευασία για να προστατευτεί από πιθανές ζημιές κατά τη μεταφορά. Οι συσκευασίες είναι ακατέργαστες πρώτες ύλες και μπορούν να ανακυκλωθούν. Απορρίψτε αυτά τα υλικά στους κατάλληλους χωματιστούς κάδους που προορίζονται για ξεχωριστή συλλογή.

Προστατέψτε το περιβάλλον και μην πετάτε τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες στον οικιακό κάδο απορριμμάτων. Επιστρέψτε τις στο σημείο αγοράς ή παραδώστε τις σε ξεχωριστό σημείο αποθήκευσης δευτερογενών πρώτων υλών. Οι χρησιμοποιημένες ηλεκτρικές συσκευές (συμπεριλαμβανομένου του μετρητή, του τροφοδοτικού) είναι δευτερογενείς πρώτες ύλες - μην τις πετάτε σε κάδους οικιακών απορριμμάτων, επειδή μπορεί να περιέχουν ουσίες επικίνδυνες για την υγεία και το περιβάλλον. Σας παρακαλούμε να βοηθήσετε ενεργά στην οικονομική διαχείριση των φυσικών πόρων και την προστασία του φυσικού περιβάλλοντος παραδίδοντας τη χρησιμοποιημένη συσκευή σε σημείο αποθήκευσης δευτερογενών πρώτων υλών - χρησιμοποιημένων ηλεκτρικών συσκευών.

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

Η συναρμολόγηση της συσκευής πρέπει να γίνει προσεκτικά από ενήλικα. Σε περίπτωση αμφιβολίας, ζητήστε βοήθεια από κάποιον με περισσότερη εμπειρία σε αυτόν τον τομέα.

- Πριν ξεκινήσετε τη συναρμολόγηση, βεβαιωθείτε ότι το σετ με τη συσκευή περιέχει όλα τα στοιχεία από τη λίστα ανταλλακτικών και αν κάποια στοιχεία έχουν υποστεί ζημιά κατά τη μεταφορά. Σε περίπτωση έλλειψης εξαρτημάτων ή επιφυλάξεων, επικοινωνήστε με τον πωλητή.
- Εξοικειωθείτε με τα σχέδια και τις επεξηγήσεις και πραγματοποιήστε τη συναρμολόγηση σύμφωνα με τη σειρά που περιέχεται στις οδηγίες συναρμολόγησης.
- Να είστε προσεκτικοί κατά τη συναρμολόγηση. Κατά τη χρήση εργαλείων και εξαρτημάτων υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού.
- Θυμηθείτε να διατηρείτε ένα ασφαλές περιβάλλον. Μην απλώνετε χαοτικά τα εργαλεία και τα εξαρτήματα συναρμολόγησης. Να θυμάστε ότι τα πλαστικά φύλλα και οι σακούλες αποτελούν κίνδυνο ασφυξίας για τα παιδιά.
- Τα εξαρτήματα συναρμολόγησης που απαιτούνται για την εκτέλεση ενός συγκεκριμένου βήματος των οδηγιών συναρμολόγησης παρουσιάζονται στα σχέδια και τις επεξηγήσεις. Χρησιμοποιήστε τα στοιχεία που υποδεικνύονται στις οδηγίες συναρμολόγησης.
- Στα πρώτα στάδια της συναρμολόγησης, μην σφίγγετε τα μέρη μέχρι τέρμα. Κάντε το αφού τοποθετηθείτε όλα τα μέρη και βεβαιωθείτε ότι έχουν τοποθετηθεί σωστά.
- Ο κατασκευαστής διατηρεί το δικαίωμα να προσαρμολογήσει ορισμένα στοιχεία.

ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ (→ Δείτε τη σελίδα 3)

ΠΡΟΣΟΧΗ! Απαγορεύεται η χρήση εξαρτημάτων που προέρχονται από πηγές άλλες εκτός από τον κατασκευαστή.

ΛΙΣΤΑ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ

Πλήρης κατάλογος ανταλλακτικών διατίθεται κατόπιν επικοινωνίας με serwis@zipro.pl ή στην ιστοσελίδα Zipro.store στην περιγραφή του προϊόντος.

ΑΡ.	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ
1	Κύριο πλαίσιο	1
2R/2L	Κολόνα υποστήριξηςα	2
3R/3L	Χειρολαβές	2
4	Πίσω χειρολαβές	1
5	Κολόνα στήριξης κονσόλας	1
6	Κολόνα στήριξης κονσόλας II	1
40R/40L	Κάλυμμα στύλου στήριξης	2
41	Θήκη μπουκαλιού	1
42	Κολόνα στήριξης κονσόλας διακοσμητικό κάλυμμα	1
45	Κονσόλα	1
47	Πίσω διακοσμητικό κάλυμμα κονσόλας	1
52R/52L	Εξωτερικό διακοσμητικό κάλυμμα	2
53R/53L	Εσωτερικό διακοσμητικό κάλυμμα	2
72	Βίδα άλεν M10 * 30	4
73	Βίδα άλεν M10 * 20	10
76	Βίδα άλεν M8 * 40	2
77	Βίδα με επίπεδη κεφαλή M8 * 20	8
78	Βίδα άλεν M6 * 25	6
82	Βίδα Phillips με κεφαλή ροδέλας M4*15	14
89	Βίδα σταυρού με κεφαλή με ροδέλα M4 * 8	2
90	Βίδα σταυρού ST4.0*16	40
102	Εσωτερική οδοντωτή ροδέλα Φ 10*1.2	12
103	Εσωτερική οδοντωτή ροδέλα Φ 8*1.2	8
105	Επίπεδη ροδέλα standard Φ 10	8

ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ (→ Δείτε σελίδα 3)

ΠΡΟΣΟΧΗ! Κατά τη συναρμολόγηση, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα και χρησιμοποιήστε τα εργαλεία που περιλαμβάνονται στο προϊόν.

Ετοιμάστε αρκετό ελεύθερο χώρο για τη συναρμολόγηση της συσκευής. Λόγω του μεγάλου βάρους ορισμένων εξαρτημάτων, συνιστάται η συναρμολόγηση από δύο άτομα.

ΙΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΠΟΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΣΥΣΚΕΥΗΣ

ΠΡΟΣΟΧΗ! Πριν ξεκινήσετε τη συναρμολόγηση, ελέγξτε προσεκτικά εάν όλες οι βίδες είναι σφιγμένες.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Κατά τη συναρμολόγηση, προσέξτε τα χέρια και τα δάχτυλά σας για να μην ταμπηθούν.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ

ΕΝΑΡΞΗ

Μέσα σε 3 δευτερόλεπτα μετά το πάτημα του κουμπιού **START** η συσκευή θα ξεκινήσει να λειτουργεί.

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ

Ο υπολογιστής θα μεταβεί αυτόματα σε λειτουργία εξοικονόμησης ενέργειας, εάν δεν πραγματοποιηθεί καμία ενέργεια εντός 10 λεπτών. Πατήστε οποιοδήποτε πλήκτρο για να επαναφέρετε το σύστημα.

ΣΤΑΜΑΤΗΜΑ ΕΚΤΑΚΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ ΤΗΣ ΣΥΣΚΕΥΗΣ

ΠΡΟΣΟΧΗ! Σε περίπτωση ξαφνικής απειλής, πατήστε αμέσως το κουμπί διακοπής έκτακτης ανάγκης.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

Ο υπολογιστής είναι εξοπλισμένος με 3 προγράμματα χρήστη για χειροκίνητη ρύθμιση, 36 αυτόματα προγράμματα αποθηκευμένα στη μνήμη, λειτουργίες αντίστροφης μέτρησης (χρόνου, βημάτων, ύψους, θερμίδων, επιπέδου, παλμού, ταχύτητας).

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΚΟΥΜΠΙΩΝ

- **START** – χρησιμεύει για εκκίνηση συσκευής σε λειτουργία χειροκίνητη ή επιλεγμένου προγράμματος.
- **STOP** – χρησιμεύει για να σταματήσει τη λειτουργία της συσκευής. Μετά το πάτημα θα γίνει επίσης επαναφορά των ρυθμίσεων. Μετά την επανεκκίνηση της συσκευής η συσκευή θα ξεκινήσει να λειτουργεί σε λειτουργία χειροκίνητη.
- **COOL DOWN** - πατήστε κατά τη διάρκεια της άσκησης για να ξεκινήσετε τη σταδιακή ψύξη σύμφωνα με το τρέχον επίπεδο έντασης. Το μηχάνημα επιβραδύνει ομοιόμορφα και σταματά όταν ολοκληρωθεί η αντίστροφη μέτρηση.
- **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ** – χρησιμεύει για να επιλέξετε ένα πρόγραμμα προπόνησης αυτόματο (P1-P12), ένα πρόγραμμα χρήστη (U1-U3) ή τη λειτουργία Body Fat πριν την εκκίνηση.
- **MANUAL** – σας επιτρέπει να επιλέξετε τη λειτουργία αντίστροφης μέτρησης: χρόνου, απόστασης ή θερμίδων
- **CUSTOM** – γρήγορη εναλλαγή στο προσαρμοσμένο πρόγραμμα. Σε αυτήν τη λειτουργία, πατήστε το πλήκτρο επιβεβαίωσης του μικρού πληκτρολογίου 3 * 4 για να εισέλθετε στη ρύθμιση του τμήματος του προσαρμοσμένου προγράμματος. Μπορείτε να ορίσετε γρήγορα τις παραμέτρους μέσω της παραμέτρου "Set + -" κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου.
- **HEIGHT/CALORIES/TIME αντίστροφη μέτρηση** - το αμοιβαίο πλήκτρο εναλλαγής λειτουργίας: ο χρόνος μπορεί να ενεργοποιήσει γρήγορα τη λειτουργία αντίστροφης μέτρησης χρόνου. Μπορείτε να ορίσετε γρήγορα τις παραμέτρους μέσω της παραμέτρου "Set + -" κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Το ύψος μπορεί να ενεργοποιήσει γρήγορα τη λειτουργία αντίστροφης μέτρησης ύψους. Οι θερμίδες μπορούν να ενεργοποιήσουν γρήγορα τη λειτουργία μέτρησης θερμίδων.
- **ΕΠΙΠΕΔΟ** – το κουμπί επιτρέπει την προσαρμογή (αύξηση και μείωση) του επιπέδου κατά 1 επίπεδο κατά τη διάρκεια της προπόνησης. Τα κουμπιά βρίσκονται πάνω στην κονσόλα του υπολογιστή καθώς και στην χειρολαβή.

- **ΚΟΥΜΠΙΑ ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΕΠΙΠΕΔΟΥ**– επιτρέπουν να πραγματοποιήσετε άμεση επιλογή επιπέδου κατά τη διάρκεια της προπόνησης (3,6,9,12,15,18).

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ (ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ)

TIME/STEPS	Εμφανίζει τον τρέχοντα χρόνο κίνησης ή τον αριθμό των βημάτων.	00:00-99:59 λεπτά
HEIGHT/PROG	Εμφανίζει το ύψος της κίνησης ή τον αριθμό του προγράμματος.	0.0 - 999
CALORIES	Μετράει τον συνολικό αριθμό θερμίδων που καίγονται από την έναρξη έως το τέλος της άσκησης. (Η μέτρηση είναι κατά προσέγγιση για τη σύγκριση διαφορετικών συνεδριών άσκησης και δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί για θεραπεία).	0,0-999 kcal
LEVEL	Εμφανίζει το επίπεδο.	1-25
PULSE	Εμφανίζει τους τρέχοντες παλμούς. ΠΡΟΣΟΧΗ! Η μέτρηση καρδιακού παλμού είναι μόνο για αθλητικούς σκοπούς (δεν περιλαμβάνεται ιατρική χρήση).	50-200 BPM
SPM	Εμφανίζει την τρέχουσα ταχύτητα κίνησης.	Steps/λεπτό

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ ΚΑΡΔΙΑΚΩΝ ΠΑΛΜΩΝ

Μετά την εκκίνηση της σκάλας κρατήστε και τις δύο παλάμες σας στους αισθητήρες για τη μέτρηση του παλμού. Μετά από 30 δευτερόλεπτα, η τρέχουσα τιμή παλμού θα εμφανιστεί στην οθόνη. Κατά τη διάρκεια της μέτρησης, ο υπολογιστής θα εμφανίσει ένα εικονίδιο σε σχήμα καρδιάς. **ΠΡΟΣΟΧΗ!** Η μέτρηση του παλμού προορίζεται μόνο για αθλητικούς σκοπούς (αποκλείεται η ιατρική χρήση).

ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Το χειροκίνητο πρόγραμμα είναι η προεπιλεγμένη λειτουργία της συσκευής. Σκαλοπάτια ξεκινάει την λειτουργία σε αυτό μετά το πάτημα του **START**, εάν δεν έχει επιλεγεί κανένα πρόγραμμα προπόνησης.

- Η προεπιλεγμένη ταχύτητα στη λειτουργία manual είναι 0.8 χλμ/ώρα.
- Η αλλαγή της ρύθμισης ταχύτητας και επιπέδου είναι δυνατή με τα κουμπιά στον υπολογιστή και στις χειρολαβές.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ

Επιλέξτε ένα από τα 36 αυτόματα προγράμματα προπόνησης πατώντας το κουμπί **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ** για όσο διάστημα χρειαστεί μέχρι να εμφανιστεί ο κατάλληλος αριθμός στην οθόνη.

- Όταν εμφανιστεί το κατάλληλο πρόγραμμα πατήστε **MODE**. Μετά την επιλογή στο παράθυρο θα εμφανιστεί και θα αναβοσβήνει η τιμή "30:00". Οι ρυθμίσεις χρόνου προπόνησης του προγράμματος μπορούν να γίνουν με τα κουμπιά **SPEED +/-**.
- Ο καθορισμένος χρόνος προπόνησης μοιράζεται είναι αναλογικά σε 20 στάδια. Ο πίνακας παρουσιάζει μια σύνοψη των σταδίων και των αντίστοιχων σε αυτά ταχυτήτων και γωνία κλίσης για κάθε προγράμματος προπόνησης. [➔ Δες σελίδα 105.](#)
- Για να ξεκινήσετε το πρόγραμμα πατήστε **START**.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΧΡΗΣΤΗ

Ο υπολογιστής είναι εξοπλισμένος με 3 προγράμματα χρήστη για εξατομικευμένο ορισμό: U1, U2, U3.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΧΡΗΣΤΗ

- Σε κατάσταση αναμονής, πατήστε το κουμπί **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**, για να επιλέξετε ένα από τα προγράμματα χρήστη. Στην οθόνη θα εμφανίζονται διαδοχικά οι αριθμοί των αυτόματων προγραμμάτων και στη συνέχεια τα προγράμματα χρήστη.
- Όταν εμφανιστεί εμφανιστεί το κατάλληλο πρόγραμμα, πατήστε **MODE**, για να ξεκινήσετε την επεξεργασία της πρώτης ενότητας του προγράμματος. Χρησιμοποιήστε τα κουμπιά **SPEED +/-** για να ρυθμίσετε την ταχύτητα.
- Πατήστε **MODE**, για να επιβεβαιώσετε τις ρυθμίσεις παραμέτρων για την πρώτη ενότητα και να μεταβείτε στην επεξεργασία της επόμενης.

Τα προγράμματα αποτελούνται από 20 ενότητες. Επαναλάβετε τις παραπάνω ενέργειες μέχρι να ρυθμιστούν οι παράμετροι όλων των ενοτήτων. Τα προγράμματα θα αποθηκευτούν στη μνήμη του υπολογιστή μέχρι την επόμενη επεξεργασία τους. Τα δεδομένα δεν θα χαθούν σε περίπτωση διακοπής ρεύματος.

ΕΚΚΙΝΗΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΧΡΗΣΤΗ

- W λειτουργία αναμονής, πατήστε το κουμπί **PROGRAM**, για να επιλέξετε ένα από τα προγράμματα χρήστη. Μετά την επιλογή στο παράθυρο θα εμφανιστεί και θα αναβοσβήνει η τιμή "30:00". Χρησιμοποιήστε τα κουμπιά **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** για ρύθμιση χρόνου προπόνησης. Ορισμένος χρόνος προπόνησης μοιράζεται είναι αναλογικά σε 20 στάδια.
- Για να ξεκινήσετε το πρόγραμμα πατήστε **START**.

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗΣ ΜΕΤΡΗΣΗΣ

Επιλέξτε μία από τις 3 λειτουργίες αντίστροφης μέτρησης πατώντας το κουμπί **MODE**.

- Για ρύθμιση αντίστροφης τιμής χρησιμοποιήστε τα κουμπιά **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.

- Εκκίνηση του διαδρόμου και η αντίστροφη μέτρηση θα ξεκινήσει μετά το πάτημα του κουμπιού **START**.

ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗΣ ΜΕΤΡΗΣΗΣ:

- ΧΡΟΝΟΣ: αρχική τιμή αντίστροφης μέτρησης είναι 30 λεπτά. Ο υπολογιστής επιτρέπει την ρύθμιση του χρόνου στο εύρος 5-99 λεπτών (ανά 1 λεπτό).
- ΘΕΡΜΙΔΕΣ: αρχική τιμή αντίστροφης μέτρησης σε 50 kcal. Υπολογιστής επιτρέπει ρύθμιση θερμίδων στο εύρος 20-990 kcal (ανά 10 kcal).
- ΑΠΟΣΤΑΣΗ: αρχική wartosé αντίστροφης μέτρησης σε 1 χλμ. Υπολογιστής επιτρέπει ρύθμιση απόστασης στο εύρος 1,0-99,0 χλμ (ανά 1 χλμ).

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΛΙΠΟΥΣ (BODY FAT)

Πατήστε το κουμπί **PROGRAM**, μέχρι να εμφανιστεί η ένδειξη "FAT" στην οθόνη. Χρησιμοποιήστε **MODE**, για να εισαγάγετε τις παραμέτρους:

- F1 - φύλο (φύλο) – 01 άνδρας / 02 γυναίκα
- F2 - ηλικία (ηλικία) – τιμές 10-99
- F3 - ύψος (ύψος) – τιμές 100-220 εκ.
- F4 – βάρος (βάρος) – τιμές 20-130 kg

Χρησιμοποιήστε τα κουμπιά **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** για να ρυθμίσετε τις τιμές των παραμέτρων. Αφού επιλέξετε τις παραμέτρους, στην οθόνη θα εμφανιστεί το F5. Τοποθετήστε και τις δύο παλάμες σας στους αισθητήρες μέτρησης παλμών και μετά από 5-6 δευτερόλεπτα ο υπολογιστής θα εμφανίσει την πληροφορία FAT. Το FAT έχει ως στόχο να μετρήσει τη σχέση μεταξύ ύψους και βάρους και όχι τις αναλογίες του σώματος. Ένα σωστό αποτέλεσμα θα πρέπει να είναι μεταξύ 19-26. Μια τιμή κάτω από 19 σημαίνει χαμηλό βάρος, 27-30 - υπέρβαρο, και πάνω από 30 - παχυσαρκία. **ΠΡΟΣΟΧΗ!** Τα αποτελέσματα που λαμβάνονται δεν μπορούν σε καμία περίπτωση να αποτελέσουν βάση θεραπείας ή να ληφθούν υπόψη για ιατρικούς σκοπούς.

ΤΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΚΑΙ ΦΑΣΕΙΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

Η χρήση της συσκευής θα σας προσφέρει πολλά οφέλη. Πρώτα απ' όλα, θα βελτιώσει τη φυσική σας κατάσταση, θα δυναμώσει τους μυς σας και σε συνδυασμό με μια κατάλληλη διαίτα, θα σας επιτρέψει να κάψετε περιττό λίπος.

1. ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ

Αυτή είναι μια φάση που βελτιώνει την κυκλοφορία του αίματος σε όλο το σώμα και προετοιμάζει τους μυς για αυξημένη προσπάθεια. Μειώνει επίσης τον κίνδυνο εμφάνισης κράμπες και τραυματισμού. Συνιστάται να εκτελέσετε μερικές ασκήσεις διάτασης όπως φαίνεται παρακάτω. Εάν αισθανθείτε πόνο, σταματήστε την άσκηση ή μειώστε το εύρος της κίνησης.

ΔΙΑΤΑΣΗ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ ΜΥΩΝ ΤΩΝ ΜΗΡΩΝ

Καθίστε σε μια επίπεδη επιφάνεια με λυγισμένα πόδια και γόνατα στραμμένα προς τα έξω. Ενώστε τις πατούσες των ποδιών σας και φέρτε τις όσο το δυνατόν πιο κοντά μεταξύ τους. Πιέστε απαλά τα γόνατα προς το έδαφος και κρατήστε αυτή τη θέση για 15 δευτερόλεπτα.

ΔΙΑΤΑΣΗ ΜΗΡΩΝ

Καθίστε σε μια επίπεδη επιφάνεια. Ισιώστε το δεξί σας πόδι και τοποθετήστε το πέλμα του αριστερού σας ποδιού στον δεξιό σας μηρό. Τεντώστε το δεξί σας χέρι προς τα δάχτυλα του δεξιού σας ποδιού όσο το δυνατόν περισσότερο. Κρατήστε για 15 δευτερόλεπτα. Επαναλάβετε με το αριστερό πόδι.

ΣΤΡΟΦΕΣ ΚΕΦΑΛΙΟΥ

Κρατήστε το κεφάλι σας ίσια κοιτάζοντας μπροστά. Χωρίς να κουνήσετε τους ώμους σας, στρίψτε το προς τα δεξιά και ισιώστε το και μετά στρίψτε το προς τα αριστερά και ισιώστε το. ΑΝΥΨΩΣΗ ΧΕΡΙΩΝ Σηκώστε το αριστερό σας χέρι όσο το δυνατόν ψηλότερα και κρατήστε για μερικά δευτερόλεπτα. Επαναλάβετε με το δεξί χέρι.

ΔΙΑΤΑΣΗ ΤΩΝ ΤΕΝΟΝΤΩΝ ΤΟΥ ΑΧΙΛΛΕΑ

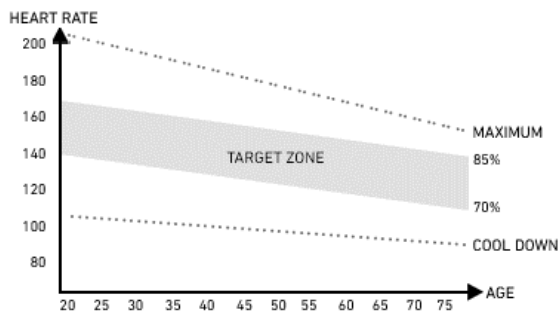
Σταθείτε με το πρόσωπο στον τοίχο, τεντώστε το αριστερό σας πόδι προς τα εμπρός και λυγίστε το ελαφρά στο γόνατο. Κρατήστε το δεξί σας πόδι πίσω - ίσιο, με τη φτέρνα επίπεδη στο έδαφος. Κρατήστε και τις δύο φτέρνες επίπεδες στο έδαφος και πιέστε τους γοφούς προς τον τοίχο. Κρατήστε αυτή τη θέση για 30 δευτερόλεπτα. Επαναλάβετε με το δεξί πόδι τεντωμένο. Θυμηθείτε να μην λυγίσετε την πλάτη σας σε τόσο κατά τη διάρκεια της άσκησης.

ΣΚΥΦΙΜΑΤΑ

Σταθείτε με τα πόδια σας ενωμένα. Σκύψτε προς τα εμπρός προσπαθώντας να φέρετε το στήθος σας όσο το δυνατόν πιο κοντά στα γόνατά σας. Κρατήστε για 15 δευτερόλεπτα. Θυμηθείτε να μην λυγίζετε τα γόνατά σας.

2. ΦΑΣΗ ΑΣΚΗΣΗΣ

Αυτή είναι η σωστή φάση της προπόνησης. Ασκείστε με το δικό σας ρυθμό έτσι ώστε να επιτύχετε τον κατάλληλο καρδιακό ρυθμό για την ηλικία σας, όπως φαίνεται στο γράφημα.



3. ΦΑΣΗ ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ

Αυτή η φάση σας επιτρέπει να ηρεμήσετε την κυκλοφορία και να χαλαρώσετε τους μυς σας. Είναι μια επανάληψη των ασκήσεων προθέρμανσης. Θα πρέπει να θυμάστε ότι, να μην καταπονήσετε τους μυς σας.

ΠΙΘΑΝΕΣ ΒΛΑΒΕΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΠΙΔΙΟΡΘΩΣΗΣ

ΠΡΟΣΟΧΗ! Το άνοιγμα της θήκης της συσκευής χωρίς προηγούμενη επικοινωνία με το σέρβις του κατασκευαστή θα ακυρώσει την εγγύηση.

Σε περίπτωση που υποψιάζεστε ότι υπάρχει βλάβη που απαιτεί άνοιγμα της θήκης, επικοινωνήστε με το σέρβις του κατασκευαστή.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΦΑΛΜΑΤΟΣ	ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΙΤΙΕΣ	ΕΠΙΛΥΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΟΣ
---- Πρόβλημα με την οθόνη	Έλλειψη τροφοδοσίας ή έλλειψη ρεύματος Ο διακόπτης ρεύματος δεν είναι ενεργοποιημένος. Μονάδα δίσκου χωρίς ρεύμα ή ελαττωματική. Διακοπή κυκλώματος καλωδίου σήματος του ηλεκτρονικού μετρητή	Συνδέστε το καλώδιο τροφοδοσίας στην πρίζα AC ή ελέγξτε την πρίζα AC. Ρυθμίστε τον διακόπτη ρεύματος στη θέση ON. Επαναφέρετε την ασφάλεια υπερφόρτωσης ή αντικαταστήστε τη μονάδα δίσκου. Αντικαταστήστε το καλώδιο σήματος και συνδέστε το ξανά.
Ελλιπής οθόνη, λείπουν τμήματα	Ελαττωματική συγκόλληση ή συνεχής συγκόλληση του ολοκληρωμένου κυκλώματος ελεγκτή οθόνης (IC) Ελαττωματικό ολοκληρωμένο κύκλωμα ελεγκτή οθόνης (IC)	Απαιτείται επισκευή, ελέγξτε τα σημεία συγκόλλησης, σταθερή συγκόλληση στη θέση τους. Αποσυνδέστε το καλώδιο και Απαιτείται επισκευή, κολλήστε ένα νέο ολοκληρωμένο κύκλωμα ελεγκτή οθόνης (IC).
Οθόνη ηλεκτρονικού μετρητή	Αποσύνδεση του διακόπτη ασφαλείας	Τοποθετήστε τον διακόπτη ασφαλείας στη θέση βεντούζας ή κάρτας στον πίνακα.
-ή-	Αποσυνδεδεμένος διακόπτης έκτακτης ανάγκης του ελεγκτή Το Magnetron δεν είναι ενεργοποιημένο (εάν υπάρχει)	Συνδέστε ή περιστρέψτε τον διακόπτη έκτακτης ανάγκης στη σωστή θέση. Το Magnetron είναι εγκατεστημένο στη σωστή θέση.
E01 - Σφάλμα επικοινωνίας (ο ελεγκτής δεν λαμβάνει σήμα από τον ηλεκτρονικό μετρητή);	Το καλώδιο σήματος του ηλεκτρονικού μετρητή είναι λανθασμένα συνδεδεμένο ή έχει κακή επαφή.	Συνδέστε ξανά το βύσμα
E02 - Σφάλμα επικοινωνίας (ο ηλεκτρονικός μετρητής δεν λαμβάνει σήμα από τον ελεγκτή)	Το καλώδιο σήματος του ηλεκτρονικού μετρητή είναι ελαττωματικό, βραχυκυκλωμένο ή διακεκομμένο	Αντικαταστήστε το καλώδιο σήματος. Επικοινωνήστε με την υπηρεσία τεχνικής υποστήριξης του κατασκευαστή
	Η αιτία έγκειται στο καλώδιο σήματος του ηλεκτρονικού μετρητή	Αντικαταστήστε τον ηλεκτρονικό μετρητή. Επικοινωνήστε με την υπηρεσία τεχνικής υποστήριξης του κατασκευαστή
	Βλάβη στο κύκλωμα σήματος του ελεγκτή	Αντικαταστήστε τη μονάδα δίσκου. Επικοινωνήστε με την υπηρεσία τεχνικής υποστήριξης του κατασκευαστή.
E08 - Σφάλμα σύνδεσης του κάτω ελέγχου	Ανίχνευση αν υπό σύνδεση na κοόκυ maszyn jest zablokowana.	Αφαιρέστε το μπλοκαρισμένο ξένο σώμα.
	Βλάβη αισθητήρα IR	Αντικαταστήστε τον αισθητήρα. Επικοινωνήστε με την εξυπηρέτηση πελατών του κατασκευαστή.
	Βλάβη ελεγκτή.	Αντικαταστήστε τον ελεγκτή. Επικοινωνήστε με την εξυπηρέτηση πελατών του κατασκευαστή
E48 - Έλλειψη σήματος ανίχνευσης ταχύτητας (με ελεγκτή ανίχνευσης ταχύτητας)	Το καλώδιο σήματος ταχύτητας δεν είναι συνδεδεμένο ή ο αισθητήρας είναι κατεστραμμένος	Επανατοποθετήστε το καλώδιο σήματος ταχύτητας ή αντικαταστήστε τον αισθητήρα. Επικοινωνήστε με την εξυπηρέτηση πελατών του κατασκευαστή
	Το κύκλωμα του αισθητήρα του ελεγκτή είναι κατεστραμμένο	Αντικαταστήστε τον κινητήρα. Επικοινωνήστε με την εξυπηρέτηση πελατών του κατασκευαστή
Η συσκευή δεν λειτουργεί	Έλλειψη τροφοδοσίας Αποσυνδεδεμένο κλειδί ασφαλείας Βραχυκύκλωμα Ο διακόπτης ON/OFF δεν είναι ενεργοποιημένος Ο μάντλας κίνησης είναι πολύ χαλαρός	Συνδέστε τη συσκευή στην πρίζα. Συνδέστε το κλειδί ασφαλείας. Επικοινωνήστε με την εξυπηρέτηση πελατών του κατασκευαστή. Ενεργοποιήστε τη συσκευή. Επικοινωνήστε με την εξυπηρέτηση πελατών του κατασκευαστή.

ΕΓΓΥΗΣΗ

Ο πωλητής εκ μέρους του Εγγυητή παρέχει εγγύηση στην επικράτεια της Ελληνικής Δημοκρατίας για περίοδο 24 μηνών από την ημερομηνία πώλησης. Η εγγύηση για το πωληθέν προϊόν δεν αποκλείει, δεν περιορίζει ούτε αναστέλλει τα δικαιώματα του Αγοραστή που απορρέουν από τον Νόμο περί προστασίας του καταναλωτή.

Η κάρτα εγγύησης βρίσκεται στην τελευταία σελίδα.

ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

- Στην αξίωση και την εγγύηση υπόκεινται αποκλειστικά τα κρυμμένα ελαττώματα που προκλήθηκαν από υπαιτιότητα του κατασκευαστή.
- Η εγγύηση θα γίνεται σεβαστή από το κατάστημα ή το συνεργείο μετά από προσκόμιση από τον πελάτη:
 - έγκυρης, ευανάγνωστης και σωστά συμπληρωμένης κάρτας εγγύησης με σφραγίδα πώλησης και υπογραφή του πωλητή,
 - έγκυρης απόδειξης αγοράς του εξοπλισμού με την ημερομηνία πώλησης,
 - του εμπορεύματος που υποβάλλεται σε αξίωση ή του ελαττωματικού εξαρτήματος.
 Σε περίπτωση αγοράς εξ αποστάσεως, η κάρτα εγγύησης ισχύει αποκλειστικά βάσει του εγγράφου αγοράς (απόδειξη / τιμολόγιο).
- Η αξίωση θα εξεταστεί εντός 14 ημερών από την ημερομηνία αναφοράς του ελαττώματος από τον Πελάτη.
- Τα εργοστασιακά ελαττώματα και οι ζημιές που αποκαλύπτονται κατά τη διάρκεια της περιόδου εγγύησης θα επισκευάζονται δωρεάν εντός 21 ημερών από την ημερομηνία παράδοσης του προϊόντος στο κατάστημα ή στο σέρβις.
- Εάν είναι απαραίτητο να εισαχθούν ανταλλακτικά, η περίοδος για την ολοκλήρωση της επισκευής εγγύησης μπορεί να παραταθεί κατά το χρόνο που απαιτείται για την εισαγωγή τους, αλλά όχι περισσότερο από 40 ημέρες.

6. Η εγγύηση δεν καλύπτει:
 - a. μηχανικές βλάβες και ελαττώματα που προκαλούνται από αυτές,
 - b. ζημιές και ελαττώματα που προκύπτουν από ακατάλληλη χρήση και αποθήκευση, ακατάλληλη συναρμολόγηση και συντήρηση, ζημιές και φθορά αναλώσιμων στοιχείων όπως: καλώδια, μάντες, λαστιχένια μέρη, πεντάλ, λαβές αφρού, τροχοί, ρουλεμάν, ταπετσαρία.
 - d. δραστηριότητες που σχετίζονται με την εγκατάσταση, τη συντήρηση, τις οποίες ο χρήστης είναι υποχρεωμένος να εκτελέσει μόνος του σύμφωνα με το εγχειρίδιο χρήσης.
7. Η εγγύηση δεν ισχύει στις ακόλουθες περιπτώσεις:
 - a. λήξη της περιόδου ισχύος,
 - b. πραγματοποίηση ανεξάρτητων επισκευών και τροποποιήσεων από τον πελάτη με χρήση μη γνήσιων ανταλλακτικών,
 - c. όταν το ελάττωμα προκύπτει από εσφαλμένη εγκατάσταση ή λόγω μη τήρησης των κανόνων σωστής λειτουργίας που περιγράφονται στο εγχειρίδιο χρήσης,
 - d. χρήση διαφορετική από οικιακή χρήση,
 - e. ζημιές που προκλήθηκαν κατά τη μεταφορά.
8. Δεν θα εκδίδονται αντίγραφα της κάρτας εγγύησης.
9. Στο πλαίσιο της εγγύησης, ο πελάτης έχει το δικαίωμα να ζητήσει τα ακόλουθα είδη δωρεάν αποκατάστασης:
 - a. επισκευή του προϊόντος,
 - b. αντικατάσταση του προϊόντος,
 - c. μείωση της τιμής,
 - d. ακύρωση της σύμβασης και πλήρης επιστροφή των εξόδων που πραγματοποιήθηκαν.
10. Για να υποβάλετε μια αξίωση, πρέπει:
 - a. Να προσκομίσετε το προϊόν ή το μέρος του, για το οποίο ισχύει η εγγύηση.
 - b. Απόδειξη αγοράς που να προσδιορίζει το όνομα και τη διεύθυνση του πωλητή, την ημερομηνία και τον τόπο αγοράς, τον τύπο του προϊόντος ή έγκυρη κάρτα εγγύησης με τη σφραγίδα του καταστήματος.
 - c. Σε περίπτωση παράδοσης βρώμικου προϊόντος, το σέρβις μπορεί να αρνηθεί την αποδοχή του ή να το καθαρίσει με έξοδα του πελάτη με τη γραπτή του συγκατάθεση.
11. Σε περίπτωση θετικής διεκπεραίωσης της αξίωσης, ο εξοπλισμός θα επισκευαστεί ή θα αντικατασταθεί με καινούργιο ή θα επιστραφούν τα χρήματα στον πελάτη. Το κόστος μεταφοράς του προϊόντος στον πελάτη καλύπτεται από το σέρβις του κατασκευαστή.
12. Σε περίπτωση απόρριψης της αξίωσης εγγύησης, ο πελάτης θα λάβει λεπτομερή αιτιολόγηση της απόφασης που ελήφθη και εντός 14 ημερών από τη στιγμή της κοινοποίησης της απόφασης, ο εξοπλισμός θα επιστραφεί στον πελάτη με δικά του έξοδα.

HR Upute za uporabu

Poštovani korisniče,
Molimo Vas da pročitate ove upute prije početka montaže i prvog korištenja uređaja. Ove upute sadrže važne informacije o sigurnosti korištenja i održavanju opreme. Sačuvajte ih kako biste mogli koristiti informacije o održavanju ili naručivanju zamjenskih dijelova.

TEHNIČKI PODACI

Napajanje	220V
Maksimalna snaga	900 W
Težina	135 kg
Temperatura korištenja	0°C do +40°C
Temperatura skladištenja	-10°C do +60°C
Maksimalna težina korisnika	160 kg
Klasa primjene	Klasa SC
Klasa točnosti	Klasa C
Broj razina otpora	25 razina
Norma proizvoda (glavna)	EN ISO 20957-8:2021
Namjena	Stepenice za vježbanje za upotrebu polukomercijalnog.

SIGURNOST

PAŽNJA! Uređaj se smije koristiti isključivo u skladu s njegovom namjenom, odnosno za trening odraslih osoba. Svaka druga uporaba uređaja može biti opasna. Proizvođač ne može biti odgovoran za štetu nastalu nepravilnom uporabom uređaja.

- Uređaj je projektiran i konstruiran na temelju najnovijih spoznaja iz područja sigurnosti. Opasni elementi koji potencijalno mogu predstavljati opasnost od ozljeda su eliminirani ili relativno zaštićeni.
- Nije dopušteno popravljati i mijenjati uređaj samostalno.
- Jednom u jedan ili dva mjeseca provjerite jesu li vijci, zavrtnji i matice pravilno zategnuti.
- Kako biste trajno osigurali sigurnost, 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 serviseri proizvođača ili osobe koje su oni obučili za to.
- 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 vezane uz opremu uputite specijaliziranoj trgovini.

PAŽNJA! Pridržavajte se općih pravila 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 iskrivljene.
- **PAŽNJA!** Nikada nemojte sami vršiti nikakve preinake na električnoj mreži. 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 vrijeme nećete koristiti opremu, izvadite utikač iz utičnice.
- Pazite da električni kabel nije pritisnut i da njegov položaj ne uzrokuje rizik od spoticanja o njega.

UZEMLJENJE

Uzemljenje štiti od rizika od strujnog udara. Uređaj ima kabel i utikač s uzemljenjem. Utikač mora biti spojen na ispravno instaliranu i pravilno uzemljenu mrežnu utičnicu.

OPASNOST! Neispravno spajanje kabela može uzrokovati rizik od strujnog udara.

- Prije spajanja uređaja na napajanje provjerite odgovara li lokalni napon vrsti utikača.
- Nemojte modificirati utikač ako ne odgovara utičnici.

U tom slučaju prepustite instaliranje druge utičnice kvalificiranom električaru.

PAŽNJA! Osobe koje se nalaze u blizini tijekom korištenja opreme moraju se upozoriti na moguće opasnosti. Budite posebno oprezni u prisutnosti djece.

PAŽNJA! Prije početka vježbanja posavjetujte se s liječnikom kako biste bili sigurni da nemate zdravstvenih kontraindikacija za treniranje 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! Bezuvjetno se pridržavajte uputa o izvođenju treninga sadržanih u ovim uputama.

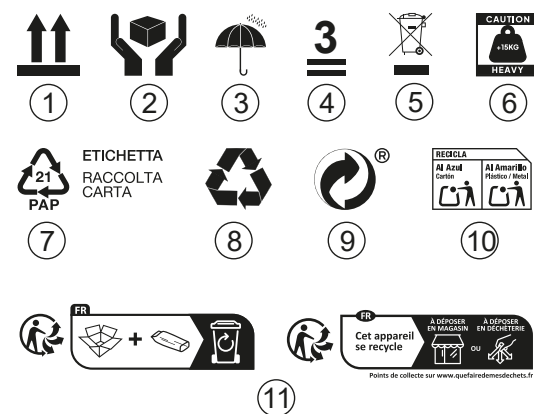
- Prilikom odabira mjesta za trening, osigurajte si siguran razmak od mogućih prepreka. Ne postavljajte opremu u blizini komunikacijskih puteva (cesta, vrata, prolaza itd.).
- Zabranjeno je korištenje opreme u blizini udaljenosti od zida. Sigurnosna zona iznosi 2000 mm i najmanje je širine kao uređaj.

PAŽNJA! Tijekom montaže uređaja budite oprezni i ne dopuštajte djeci da budu u blizini. Tijekom montaže koriste se mali dijelovi (matice, vijci itd.) koje 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 ni 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 procijenjen netočno.

U analizi rizika procjena je izvršena na temelju "trenutnog stanja uređaja". Iz provedene procjene i kontrole proizvoda proizlazi, da je vjerojatnost pojave neprihvatljivog rizika vrlo niska. Uređaj (njegova konstrukcija, način rada i primjena) ne uzrokuje - u normalnim uvjetima - neopravdan rizik za osobu koja vježba niti za treće osobe.

MANIPULATIVNI ZNAKOVI NA TRANSPORTNOJ AMBALAŽI

- 1 - Ovom stranom prema gore. Ne prevrtati.
- 2 - Zaštititi od pada.
- 3 - Zaštititi od vlage.
- 4 - Skladištiti maksimalno u 3 sloja.
- 5 - EE otpad. Potrebno je predati istrošenu opremu na reciklažno mjesto.
- 6 - Pažnja, težak proizvod.
- 7 - Pakiranje izrađeno od kartona.
- 8 - Ambalaža pogodna za recikliranje.
- 9 - Ambalaža je proizvedena uzimajući u obzir odgovornost prema okolišu i recikliranje. Molimo razvrstavajte otpad u skladu s lokalnim propisima.
- 10 - Ambalaža izrađena od kartona i plastike. Molimo razvrstavajte otpad u skladu s lokalnim propisima.
- 11 - Ambalaža izrađena od kartona i plastike.

Molimo razvrstavajte otpad u skladu s lokalnim propisima.

UPUTE ZA UPORABU

Prije početka treninga provjerite je li uređaj ispravno montiran.

- Prije početka prvog treninga upoznajte se sa svim funkcijama i mogućnostima podešavanja uređaja.
- Uređaj ima elemente koji mogu biti izloženi na koroziju. Iz tog razloga, ne preporučuje se da ostane u vlažnoj prostoriji. Također, treba paziti da oprema (posebno njezini unutarnji i električni dijelovi) ne bude izložena kontaktu s vodom, pićima, znojem itd.
- Uređaj je namijenjen samo za trening odraslih osoba i apsolutno nije igrčka za djecu. Ako na vlastitu odgovornost dopustite djeci da ga koriste, obavezno ih uputite u pravilno korištenje i stalno ih nadzirite.
- Oprema nije prikladna za terapijske svrhe.
- Tijekom rada uređaja mogu se pojaviti tihi šumovi pri inercijalnom gibanju zamašnjaka, koji su posljedica vrste konstrukcije. Oni nemaju nikakav utjecaj na rad uređaja.
- Emisija buke tijekom opterećenja je veća 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

U cilju osiguranja maksimalne sigurnosti korištenja uređaja, preporučuje se njegovo redovito provjeravanje u pogledu istrošenosti elemenata. To se odnosi na kontrolu zategnutosti i stanja matica, vijaka, pokretnih, čahura itd. Čuvajte uređaj na suhom i toplom mjestu. Ne izlažite uređaj izravnoj sunčevoj svjetlosti.

PAŽNJA! Prije početka održavanja uvijek isključite uređaj i isključite iz napajanja.

ČIŠĆENJE

Redovito čišćenje uređaja produžit će mu životni vijek i očuvati njegovu visoku učinkovitost. Za čišćenje koristite meku, vlažnu krpu. To se ne odnosi na električne komponente, motor, unutarnje dijelove - ne dopustite da voda uđe u ove dijelove. Zaštitite od vode.

ČIŠĆENJE MOTORA

Najmanje jednom godišnje uklonite prašinu s motora. Da biste to učinili, prvo isključite uređaj iz napajanja i nakon otprilike 1 sata skinite poklopac motora. Koristeći komprimirani zrak ili četku, pažljivo uklonite nakupljenu prašinu. Nakon ponovnog postavljanja poklopca motora i spajanja na napajanje, možete pokrenuti opremu.

OKOLIŠ

Uređaj se isporučuje u pakiranju radi zaštite od mogućih oštećenja tijekom transporta. Pakiranja su neprerađene sirovine i mogu se reciklirati. Bacite te materijale u odgovarajuće obojene spremnike namijenjene selektivnom prikupljanju.



Zaštitite okoliš i ne bacajte iskorištene baterije u kućanski koš za smeće. Predajte ih na mjestu kupnje ili ih odnesite na odvojeno mjesto za skladištenje sekundarnih sirovina. Iskorišteni električni uređaji (uključujući brojilo, 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 štedljivom upravljanju prirodnim resursima i zaštiti prirodnog okoliša predajom rabljenog uređaja na mjesto za skladištenje sekundarnih sirovina - rabljenih električnih uređaja.

MONTAŽA

Montažu uređaja mora pažljivo izvršiti odrasla osoba. U slučaju sumnje, zamolite nekoga za pomoć s više iskustva u tom 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 primjedbi, obratite se prodavaču.
- Upoznajte se s crtežima i objašnjenjima i izvršite montažu prema redoslijedu navedenom u uputama za montažu.
- Budite oprezni tijekom montaže. Tijekom korištenja alata i elemenata postoji rizik od ozljeda.
- Ne zaboravite održavati sigurno okruženje. Nemojte kaotično razbacivati alate i elemente za montažu. Zapamtite 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 su svi postavljeni i provjerite jesu li pravilno postavljeni.
- Proizvođač zadržava pravo na preliminarnu montažu nekih elemenata.

SHEMA MONTAŽE (→ Vidi stranicu 3)

NAPOMENA! Zabranjeno je koristiti dijelove koji potječu iz drugih izvora osim od proizvođača.

POPIS DIJELOVA

Kompletan popis dijelova dostupan nakon kontakta s servis@zipro.pl ili na stranici Zipro.store u opisu proizvoda.

BR.	OPIS	KOLIČINA
1	Glavni okvir	1
2R/2L	Stupa potpornia	2
3R/3L	Rukohvati	2
4	Stražnji rukohvati	1
5	Stup nosača konzole	1
6	Stup nosača konzole II	1
40R/40L	Poklopac stupa nosača	2
41	Držać boce	1
42	Stup nosača konzole ukrasni poklopac	1
45	Konzola	1
47	Stražnji ukrasni poklopac konzole	1
52R/52L	Vanjski ukrasni poklopac	2
53R/53L	Unutarnji ukrasni poklopac	2
72	Vijak imbus M10 * 30	4
73	Vijak imbus M10 * 20	10
76	Vijak imbus M8 * 40	2
77	Vijak s plosnatom glavom M8 * 20	8
78	Vijak imbus M6 * 25	6
82	Phillips vijak s glavom podloškom M4*15	14
89	Vijak s križnom glavom s podloškom M4 * 8	2
90	Vijak s križnom glavom ST4.0*16	40
102	Unutarnja nazubljena podloška Φ 10*1.2	12
103	Unutarnja nazubljena podloška Φ 8*1.2	8
105	Standardna ravna podloška Φ 10	8

UPUTE ZA MONTAŽU (→ Vidi stranicu 3)

NAPOMENA! Tijekom montaže pridržavajte se sljedećih koraka i koristite alate koji se isporučuju s proizvodom. Pripremite dovoljno slobodnog prostora za montažu uređaja. Zbog velike težine nekih elemenata preporučuje se montaža u dvoje.

IUPUTE ZA SASTAVLJANJE I RASTAVLJANJE

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.

UPUTE ZA UPORABU RAČUNALA

POČETAK

U roku od 3 sekunde nakon pritiska na tipku **START** uređaj će započeti s radom.

FUNKCIJA UŠTEDE ENERGIJE

Računalo će prijeći u način uštede energije automatski, ako u roku od 10 minuta ne bude nikakvih radnji. Pritisnite bilo koju tipku za nastavak sustava.

HITNO ZAUSTAVLJANJE UREĐAJA

NAPOMENA! U slučaju nagle opasnosti, odmah pritisnite tipku za hitno zaustavljanje.

PROGRAMI

Računalo je opremljeno s 3 korisnička programa za ručno postavljanje, 36 automatskih programa spremjenih u memoriji, načini odbrojavanja (vremena, koraka, visine, kalorija, razine, pulsa, brzine).

OPIS GUMBA

- START** - služi za pokretanje uređaja u načinu ručnom ili odabranog programa.
- STOP** - služi za zaustavljanje radećeg uređaja. Nakon pritiska će se također resetirati postavke. Nakon ponovnog pokretanja uređaj će započeti rad u načinu ručnom.
- COOL DOWN** - pritisnite tijekom vježbanja za pokretanje postupnog hlađenja u skladu s trenutnom razinom intenziteta. Uređaj ravnomjerno usporava, a nakon završetka odbrojavanja se zaustavlja.
- PROGRAM** - služi za odabir programa vježbanja automatskog (P1-P12), programa korisnika (U1-U3) ili funkcije Body Fat prije pokretanja.
- MANUAL** - omogućuje odabir načina odbrojavanja: vremena, udaljenosti ili kalorija
- CUSTOM** - brzo prebacite preko prilagođenog programa. U ovom načinu rada, pritisnite tipku za potvrdu male tipkovnice 3 * 4 da biste ušli u postavku segmenta prilagođenog programa. Parametre možete brzo postaviti putem parametra "Set + -" tijekom ovog razdoblja.
- VISINA/KALORIJE/VRIJEME odbrojavanje** - tipka za međusobno prebacivanje načina rada: vrijeme može brzo uključiti način obrnutog vremena. Parametre možete brzo postaviti putem parametra "Set + -" tijekom ovog razdoblja. Visina može brzo uključiti način obrnutog visine. Kalorije mogu brzo uključiti način brojanja kalorija.
- RAZINA** - tipke omogućuju regulaciju (povećavanje i smanjivanje) razine za 1 razinu tijekom treninga. Tipke smještene su na konzoli računala te na rukohvatima.
- TIPKE ZA BRZI ODABIR RAZINE** - omogućuju na izravan odabir razine razine tijekom treninga (3,6,9,12,15,18).

FUNKCIJE (SPECIFIKACIJA)

VRIJEME/KORACI	Prikazuje trenutnovrijeme kretanja ili broj koraka.	00:00-99:59 min
VISINA/PROG	Prikazuje visinu kretanja ili broj programa.	0.0 - 999
KALORIJE	Broji ukupan broj potrošenih kalorija od početka do kraja vježbanja. (Mjerenje je približno za usporedbu različitih sesija vježbanja, ne može se koristiti u liječenju).	0,0-999 kcal
RAZINA	Prikazuje razinu.	1-25
OTKUCAJI SRCA	Prikazuje trenutni puls. PAŽNJA! Mjerenje pulsa samo u sportske svrhe (isključuje se medicinska primjena).	50-200 BPM
SPM	Prikazuje trenutnu brzinu kretanja.	Koraci/min

FUNKCIJA MJERENJA OTKUCAJA SRCA

Nakon pokretanja stepenica držite obje ruke na senzorima za mjerenje pulsa. Nakon 30 sekundi na zaslonu će se pojaviti trenutni puls. Tijekom mjerenja, računalo će prikazati ikonu u obliku srca. **PAŽNJA!** Mjerenje pulsa samo u sportske svrhe (isključuje se medicinska upotreba).

RUČNI PROGRAM

Ručni program je zadani način rada uređaja. Stepenice započinjuga s radom nakon pritiska na **START**, kada nije odabran nijedan program treninga.

- Zadana brzina u ručnom načinu je 0,8 km/h.
- Promjena postavki brzine i razine moguća je pomoću tipki na računalu i rukohvatima.

PROGRAMI TRENINGA

Odaberite jedan od 36 automatskih programa treninga pritiskom na tipku **PROGRAM** sve dok se na zaslonu ne prikaže odgovarajući broj.

- Kada se prikaže odgovarajući program pritisnite **MODE**. Nakon odabira u prozoru će se prikazati i će treperiti vrijednost "30:00". Postavke vremena treninga programa se mogu podesiti tipkama **BRZINA +/-**.

- Postavljeno vrijeme treninga dijeli se proporcionalno na 20 etapa. Tablica prikazuje prikaz etapa i odgovarajućim im brzinama i kut nagiba za svaki program treninga. → [Vidi stranicu 105.](#)
- Da biste započeli program pritisnite **START**.

KORISNIČKI PROGRAMI

Računalo je opremljeno s 3 korisnička programa za individualnu definiciju: U1, U2, U3.

POSTAVLJANJE KORISNIČKOG PROGRAMA

- U stanju čekanja, pritisnite tipku **PROGRAM**, kako biste odabrali jedan od korisničkih programa. Na zaslonu će se redom prikazivati brojevi automatskih programa, a zatim korisnički programi.
- Kada se prikaže odgovarajući program, pritisnite **MODE**, kako biste započeli uređivanje prvog odjeljka programa. Koristite tipke **SPEED +/-** za podešavanje brzine.
- Pritisnite **MODE**, kako biste potvrdili postavke parametara za prvi odjeljak i prešli na uređivanje sljedećeg.

Programi se sastoje od 20 odjeljaka. Ponavljajte gore navedene korake dok se ne postave parametri svih odjeljaka.

Programi će biti spremeni u memoriju računala do njihove sljedeće izmjene. Podaci neće biti izgubljeni u slučaju nestanka struje.

POKRETANJE KORISNIČKOG PROGRAMA

- W načinu mirovanja, pritisnite tipku **PROGRAM**, kako biste odabrali jedan od programa korisnika. Nakon odabira u prozoru će se prikazati i će treptati vrijednost "30:00". Koristite tipke **SPEED +/-**, **NAGIB +/-** za postavljanje vremena treninga. Postavljeno vrijeme treninga podijeljeno je proporcionalno na 20 etapa.
- Za pokretanje program pritisnite **START**.

NAČIN ODBROJAVANJA

Odaberite jedan od 3 načina odbrojanja pritiskom na gumb **MODE**.

- Za postavljanje odbrojane vrijednosti koristite gumbi **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Pokretanje trake za trčanje i odbrojanje započet će se nakon pritiska tipke **START**.

PARAMETRI ODBROJAVANJA:

- **VRJEME:** početna vrijednost odbrojanja je 30 min. Računalo omogućuje postavljanje vremena u rasponu 5-99 minuta (svakih 1 minuta).
- **KALORIJE:** početna vrijednost odbrojanja je 50 kcal. Računalo omogućuje postavljanje kalorija u rasponu 20-990 kcal (svakih 10 kcal).
- **UDALJENOST:** početna wartsoc odbrojanja je 1 km. Računalo omogućuje postavljanje udaljenosti u rasponu 1,0-99,0 km (svaki 1 km).

FUNKCIJA MJERENJA MASNOG TKIVA (BODY FAT)

Pritisnite 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 20-130 kg

Koristite tipke **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** za postavljanje vrijednosti parametara. Nakon odabira parametara na zaslonu će se pojaviti F5. Stavite obje ruke na senzore za mjerenje pulsa, nakon 5-6 sekundi računalo će prikazati informaciju FAT. FAT ima za cilj izmjeriti odnos između visine i težine, a ne proporcije tijela. Ispravan rezultat trebao bi biti između 19-26. Vrijednost ispod 19 znači pothranjenost, 27-30 - prekomjernu težinu, a iznad 30 - pretilost.

PAŽNJA! Dobiveni rezultati ni u kojem slučaju ne smiju biti osnova za liječenje ili se uzimati u obzir u medicinske svrhe.

TRENING I FAZE VJEŽBANJA

Korištenje uređaja pružit će vam mnoge prednosti. Prije svega, poboljšat će vašu kondiciju, ojačati mišiće, a u kombinaciji s odgovarajućom prehranom omogućit će vam sagorijevanje nepotrebno masnog tkiva.

1. ZAGRIJAVANJE

Ovo je faza koja poboljšava cirkulaciju krvi u cijelom tijelu i priprema mišića za pojačani 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 podlogu sa savijenim nogama i koljenima usmjerenim prema van. Spojite tabane stopala i približite ih što bliže jedne drugima. Lagano pritisnite koljena usmjeravajući ih prema podlozi i izdržite u tom položaju 15 sekundi.

ISTEZANJE BEDARA

Sjednite na ravnu podlogu. Ispružite desnu nogu, a taban lijeve noge prislonite na desnu bedru. Ispružite desnu ruku u smjeru prstiju desne noge što je dalje moguće. Izdržite 15 sekundi. Ponovite postupak s lijevom nogom.

OKRETI GLAVE

Držite glavu uspravno gledajući ispred sebe. Bez pomicanja ramena okrenite je udesno i ispravite, a zatim je 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 AHILOVE TETIVE

Stanite licem prema zidu, lijevu nogu ispružite prema naprijed i lagano savijte u

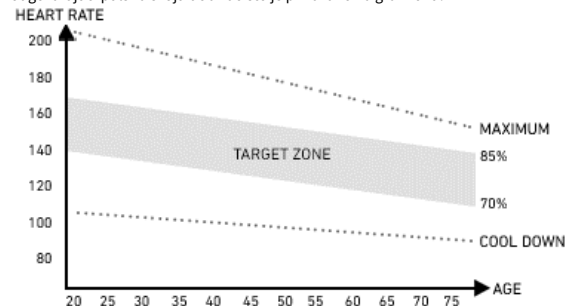
koljenu. Desnu držite straga – ispruženu, s petom položenom ravno na podlozi. Držite obje pete ravno na podlozi i pritisnite bokove prema zidu. Zadržite tu poziciju 30 sekundi. Ponovite postupak s ispruženom desnom nogom. Zapamtite, tijekom vježbe ne savijati leđa u luk.

PRETKLONI

Stanite sa spojenim nogama. Izvedite pretklon prema naprijed pokušavajući što je više moguće približiti prsa koljenima. Izdržite 15 sekundi. Zapamtite, ne savijati 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 preopterećujete 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 s zaslonom	Nema napajanja ili nema dovoda struje Prekidač za napajanje nije uključen. Pogon bez napajanja ili oštećen. Prekinuti krug signalnog kabela elektroničkog brojača Elektronički brojač je oštećen	Priključite kabel za napajanje u AC utičnicu ili provjerite AC utičnicu. Postavite prekidač za napajanje u položaj ON. Ponovno pritisnite zaštitu od preopterećenja ili zamijenite pogon. Zamijenite signalni kabel i ponovno ga priključite. Zamijenite elektronički brojač.
Zaslon nepotpun, nedostaju segmenti	Integrirani krug upravljačkog sklopa zaslona (IC) neispravno lemljenje ili kontinuirano lemljenje Oštećen integrirani krug upravljačkog sklopa zaslona (IC)	Potreban popravak, provjerite točke lemljenja, solidno lemljenje na mjestu. Odspojite kabel i Potreban popravak, zalemite novi integrirani krug upravljačkog sklopa zaslona (IC).
Zaslon elektroničkog brojača	Odspajanje sigurnosne brave Odspojen prekidač za zaustavljanje u nuždi upravljačkog sklopa	Postavite sigurnosnu bravu u položaj usisne čašice ili kartice na ploči. Priključite ili okrenite prekidač za zaustavljanje u nuždi u ispravan položaj
-ili-	Magnetron nije uključen (ako postoji)	Magnetron je instaliran u ispravnom položaju.
E01 - Greška komunikacije (upravljački sklop ne prima signal od elektroničkog brojača);	Signalni kabel elektroničkog brojača je loše priključen ili ima slab kontakt.	Ponovno priključite utikač
E02 - Greška komunikacije (elektronički brojač ne prima signal od upravljačkog sklopa)	Signalni kabel elektroničkog brojača je oštećen, kratko spojen ili prekinut	Zamijenite signalni kabel. Kontaktirajte servis proizvođača

	Uzrok leži u signalnom kabeu elektroničkog brojača	Zamijenite elektronički brojač. Kontaktirajte servis proizvođača
	Neispravnost signalnog kruga upravljačkog sklopa	Zamijenite pogon. Kontaktirajte servis proizvođača.
E08 - Kvar priključka donjeg upravljanja	Detekcija da li podvezia na kraju stroja je blokirano.	Uklonite strano tijelo koje blokira.
	Kvar IR senzora	Zamijenite senzor. Kontaktirajte servis proizvođača.
	Greška upravljačkog sklopa.	Zamijenite upravljački sklop. Kontaktirajte servis proizvođača
E48 - Nema signala za detekciju brzine (s upravljačkim sklopom za detekciju brzine)	Kabel signala brzine nije spojen ili je senzor oštećen	Ponovno umetnite kabel signala brzine ili zamijenite senzor. Kontaktirajte servis proizvođača
	Krug senzora upravljačkog sklopa je oštećen	Zamijenite pogon. Kontaktirajte servis proizvođača
Uređaj ne radi	Nema napajanja	Priključite uređaj na napajanje.
	Otpusten sigurnosni ključ	Umetnite sigurnosni ključ.
	Kratki spoj	Kontaktirajte servis proizvođača.
	Prekidač ON/OFF nije uključen	Uključite uređaj.
	Pogonoski remen je premalo zategnut	Kontaktirajte servis proizvođača.

JAMSTVO

Prodavatelj u ime Jamca daje jamstvo na teritoriju Republike Hrvatske u trajanju od 24 mjeseca od datuma prodaje. Jamstvo na prodani proizvod ne isključuje, ne ograničava niti suspendira prava Kupca koja proizlaze iz Zakona o zaštiti potrošača.

Jamstveni list se nalazi na posljednjoj stranici.

UVJETI JAMSTVA

- Reklamacije i jamstvo se odnose isključivo na skrivene nedostatke nastale krivnjom proizvođača.
- Jamstvo će biti uvaženo od strane trgovine ili servisa nakon što klijent predoči:

- važeći, čitko i ispravno ispunjen jamstveni list s pečatom prodaje i potpisom prodavača,
 - važeći dokaz o kupnji opreme s datumom prodaje,
 - reklamiranu robu ili neispravan dio.
- U slučaju kupnje na daljinu, jamstveni list vrijedi isključivo na temelju dokumenta o kupnji (račun / faktura).
- Reklamacija će biti razmotrena u roku od 14 dana od trenutka prijave kvara od strane Kupca.
 - 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.
 - U slučaju potrebe uvoza dijelova, rok za provedbu jamstvenog popravka može se produžiti za vrijeme potrebno za njegov uvoz, ali ne dulje od 40 dana.
 - Jamstvo ne pokriva:
 - mehanička oštećenja i kvarove uzrokovane njima,
 - oštećenja i kvarove nastale uslijed nepravilne uporabe i skladištenja, nepravilne montaže i održavanja,
 - oštećenja i potrošnju potrošnih dijelova kao što su: sajle, remeni, gumeni dijelovi, pedale, ručke od spužve, kotači, ležajevi, tapecirung.
 - radnje vezane uz montažu, održavanje, koje je korisnik dužan obaviti samostalno prema uputama za uporabu.
 - Jamstvo se ne primjenjuje u sljedećim slučajevima:
 - isteka roka valjanosti,
 - ako je kupac samostalno izvršio popravke i preinake koristeći neoriginalne dijelove,
 - kada je kvar nastao zbog nepravilne instalacije ili zbog nepoštivanja pravila pravilnog rada opisanih u uputama za uporabu,
 - uporabe drugačije od kućne uporabe,
 - oštećenja nastalih u transportu.
 - Duplikati jamstvenog lista neće se izdavati.
 - U okviru jamstva, kupac ima pravo zahtijevati sljedeće vrste besplatne naknade:
 - popravka proizvoda,
 - zamjena proizvoda,
 - sniženje cijene,
 - raskid ugovora i potpuni povrat nastalih troškova.
 - U svrhu prijave reklamacije potrebno je:
 - Prezentirati proizvod ili njegov dio na koji se odnosi jamstvo.
 - Dokaz o kupnji koji specificira naziv i adresu prodavatelja, datum i mjesto kupnje, vrstu proizvoda ili važeći jamstveni list s pečatom trgovine.
 - U slučaju isporuke prljavog proizvoda, servis može odbiti njegovo prihvaćanje ili, na trošak kupca, uz njegovu pismenu suglasnost, izvršiti čišćenje.
 - U slučaju pozitivnog rješenja reklamacije, oprema će biti popravljena ili zamijenjena novom, ili će kupcu biti vraćen novac. Troškove transporta robe do kupca pokriva servis proizvođača.
 - U slučaju odbijanja jamstvenog zahtjeva, kupac će dobiti detaljno obrazloženje donesene odluke, a u roku od 14 dana od trenutka priopćenja odluke, oprema će biti poslana natrag kupcu o njegovom trošku.

HU Használati útmutató

Felhasználó,
Kérjük, olvassa el az alábbi utasításokat a szerelés megkezdése előtt és a készülék első használata előtt. Ez az útmutató fontos információkat tartalmaz a berendezés biztonságos használatáról és karbantartásáról. Kérjük, őrizze meg, hogy hozzáférhessen a karbantartásra vagy a pótalkatrészek megrendelésére vonatkozó információkhoz.

MŰSZAKI ADATOK

Tápellátás	220V
Maximális teljesítmény	900 W
Súly	135 kg
Üzemi hőmérséklet	0°C és +40°C között
Tárolási hőmérséklet	-10°C és +60°C között
Maximális felhasználói súly	percenként 60 kg
Alkalmazási osztály	Osztály SC
Pontossági osztály	C osztály
Ellenállási szintek száma	25 szint
Termékszabvány (fő)	PN-EN ISO 20957-8:2021
Rendeltetés	Sedző lépcsőmászó használatra félkereskedelmi jellegű

BIZTONSÁG

FIGYELEM! A berendezést kizárólag a rendeltetésének megfelelően szabad használni, azaz felnőttek általi edzésre. A készülék bármilyen más felhasználásaa veszélyes lehet. A gyártó nem tehető felelőssé a készülék helytelen használatából eredő károkért.

- A készüléket a legújabb biztonsági ismeretek alapján tervezték és építették. A veszélyes elemek, amelyek potenciálisan sérülésveszélyt jelenthetnek, ki lettek küszöbölve vagy megfelelően védettek.
- A javítások és módosítások saját felelősségre nem megengedettek.
- Havonta egyszer vagy kétszer ellenőrizze a csavarok, facsavarok és anyák meghúzását.
- A biztonság tartós biztosítása érdekében rendszeresen (évente egyszer) ellenőrizze és karbantartsa a berendezést egy szaküzletben.
- A készüléken végzett minden olyan módosítás, amelyet nem írtak le ebben az útmutatóban, a sérülések okai lehetnek, vagy közvetlen veszélyt jelenthetnek az edző személy egészségére és életére. A készüléken csak a gyártó szervizének alkalmazottai vagy az általuk erre képzett személyek végezhetnek változtatásokat.
- Minden eszköz folyamatos innováción megy keresztül a magas minőség biztosítása érdekében. Emiatt a gyártó fenntartja a jogot a műszaki változtatások bevezetésére.
- A berendezéssel kapcsolatos kérdéseit vagy kétségeit irányítsa egy szaküzlethez.

FIGYELEM! Tartsa be az elektromos készülékek kezelésére vonatkozó általános előírásokat és biztonsági óvintézkedéseket.

- A készülék 220 V-os hálózati feszültséggel működik.**
- Minden elektromos eszköz elektromágneses sugárzást bocsát ki működés közben. Ha az elektronikus vezérlőrendszer vagy a pilótafülke közelében más ilyen sugárzást kibocsátó eszközök (pl. mobiltelefonok) vannak, akkor bizonyos értékek (például a pulzusszám) torzulhatnak.
- FIGYELEM!** Soha ne végezzen saját felelősségre semmilyen módosítást az elektromos hálózaton. Az ilyen változtatásokat bízza szakemberekre.
- FIGYELEM!** Ne felejtse el, hogy a berendezés javításának, karbantartásának vagy tisztításának megkezdése előtt húzza ki a tápkábelt a konnektorból.
- Ne használjon hosszabbítót a készülék csatlakoztatásához.
- 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 kábelrel és dugóval rendelkezik. A dugót megfelelően telepített és megfelelően földelt hálózati aljzathoz kell csatlakoztatni.

VESZÉLY! A vezeték helytelen csatlakoztatása áramütés kockázatát okozhatja.

- A készülék tápellátáshoz való csatlakoztatása előtt győződjön meg arról, hogy a helyi feszültség megfelel a dugó típusának.
- Ne módosítsa a dugót, ha nem illeszkedik a konnektorba.

Ilyen esetben bízson meg egy képzett villanyszerelőt egy másik konnektor telepítésével.

FIGYELEM! A berendezés használata közben a közelben tartózkodó személyeket tájékoztatni kell a lehetséges veszélyekről. Fokozott óvatossággal járjon el gyermekek jelenlétében.

FIGYELEM! Edzés előtt konzultáljon orvosával, hogy megbizonyosodjon arról, hogy nincs-e valamilyen egészségügyi ellenjavallata a berendezésen történő edzésnek. A szakember véleménye alapján kidolgozhatja edzéstervét. A helytelenül megválasztott program vagy a túlzott edzés veszélyes lehet az egészségére és az életére.

FIGYELMEZTETÉS! A pulzusmérő rendszerek pontatlanok lehetnek. Az edzés közbeni túlterheltes súlyos sérülésekhez vagy halálhoz vezethet. Ha gyengén érzi magát, azonnal hagyja abba az edzést.

FIGYELEM! Feltétlenül tartsa be az edzésre vonatkozó megjegyzéseket, amelyek ebben az útmutatóban találhatók.

- Az edzés helyének kiválasztásakor vegye figyelembe a lehetséges akadályoktól való biztonságos távolságok biztosítását. Ne helyezze a berendezést forgalmi útvonalak (utak, kapuk, átjárók stb.) közelébe.
- Tilos a berendezést közel távolságra a faltól használni. A biztonsági zóna 2000 mm, és legalább olyan széles, mint a berendezés oldalt.

FIGYELEM! A berendezés összeszerelése során legyen óvatos, és ne engedje, hogy gyermekek a közelben tartózkodjanak. Az összeszerelés során apró alkatrészeket (anyákat, csavarokat stb.) használnak, amelyeket lenyelhetnek.

MARADÉK KOCKÁZAT

- Abban az esetben, ha az esés elleni védelem nincs alkalmazva, vagy alkalmazva van, de helytelenül, fennáll a maradék kockázat, azaz a személy elesése bõrelváltozásokat, zúzódásokat, töréseket vagy a legrosszabb esetben halált okoz.
- 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 hardverhibát, és elméletileg a gyakorló személy túlterhelését okozhatja.
- A termék egy elektromos berendezés, ezért nem zárható ki az áramütés veszélye, amely halálhoz vezethet.
- Nem zárható ki a maradék fulladásveszély.
- A kockázat csökkenthető a tájékoztatás a használati útmutatóban található biztonsági tudnivalók betartásával.
- Nem zárható ki, hogy a nem szándékos vagy tiltott használat más, nem figyelembe vett kockázatot a a figyelembe vett kockázatot helytelenül értékelték.

A kockázatelemzés során az értékelés a „berendezés jelenlegi állapota” alapján történt. A termék elvégzett értékelése és ellenőrzése azt mutatja, hogy a nem elfogadható kockázat bekövetkezésének valószínűsége nagyon alacsony. A berendezés (szerkezete, működési módja és alkalmazása) normál körülmények között nem okoz indokolatlan kockázatot a gyakorló személy vagy harmadik felek számára.

SZÁLLÍTÁSI CSOMAGOLÁSON TALÁLHATÓ KEZELÉSI JELZÉSEK



- Ezzel az oldallal felfelé. Ne fordítsa fel.
- Óvja az eséstől.
- Óvja a nedvességtől.
- Maximálisan 3 rétegben tárolandó.
- Elektromos hulladék. A használt berendezéseket újrahasznosítási pontra kell vinni.
- Figyelem, nehéz termék.
- Csomagolás kartonból készült.
- Újrahasznosítható csomagolás.
- A csomagolás a környezeti felelősségvállalás és az újrahasznosítás figyelembevételével készült. Kérjük, a hulladékot a helyi szabályoknak megfelelően válogassa szétgombot.
- 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.

HASZNÁLAT

Edzés megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy a készülék megfelelően van felszerelve.

- Az első edzés megkezdése előtt ismerkedjen meg a készülék összes funkciójával és beállítási lehetőségével.
- A készülék olyan elemeket tartalmaz, amelyek lehetnek kitéve a korrózióknak. Ezért nem ajánlott, hogy maradjon a nedves helyiségben. Arra is figyelni kell, hogy a berendezés (különösen annak belső és elektronikai elemei) ne érintkezzen vízzel, itallal, izzadsággal stb.
- A készülék kizárólag felnőttek általi edzésre szolgál, és semmiképpen sem játék gyermekek számára. Ha saját felelősségére engedi, hogy gyermekek használják, feltétlenül oktassa ki őket a helyes használatról, és folyamatosan figyelje őket.
- A berendezés nem alkalmas terápiás célokra.

- A készülék működése közben csendes zajok léphetnek fel a lendkerék tömegének tehetetlenségi mozgása közben, ami a szerkezet típusából adódik. Ezek nincsenek hatással a berendezés működésére.
- A zajkibocsátás terhelés alatt nagyobb, mint terhelés nélkül.
- Minden edzés megkezdése előtt ellenőrizze a biztonsági berendezéseket, valamint a csavaros és dugaszolható kötéseket.
- Edzés közben ne felejtse el megfelelő cipőt (sportcipőt) viselni.

KARBANTARTÁS

A maximális használati biztonság érdekében a berendezés, ajánlotta elemek kopásának rendszeres ellenőrzése. Ez magában foglalja az anyák, csavarok, mozgó alkatrészek meghúzásának és állapotának ellenőrzését, hüvelyek stb. Tárolja a készüléket száraz és meleg helyen. Ne tegye ki a készüléket napfénynek. **FIGYELEM! Karbantartás megkezdése előtt mindig kapcsolja ki a készüléket és húzza ki a tápegységet.**

TISZTÍTÁS

A készülék rendszeres tisztítása meghosszabbítja az élettartamát és megőrzi magas hatékonyságát. A tisztításhoz használjon puha, nedves ruhát. Ez nem vonatkozik az elektromos alkatrészekre, a motorra, a belső alkatrészekre - ne engedje, hogy víz kerüljön ezekre a helyekre. Óvja a víztől.

MOTORTISZTÍTÁS

Évente legalább egyszer távolítsa el a port a motorról. Ehhez először kapcsolja ki a készüléket az áramellátásból, és körülbelül 1 óra elteltével távolítsa el a motorburkolatot. Sűrített levegővel vagy ecsettel óvatosan távolítsa el a felgyülemlt port. A motorburkolat visszahelyezése és az áramellátáshoz való csatlakoztatás után elindíthatja a berendezést meg a

KÖRNYEZETVÉDELEM

A készüléket csomagolásban szállítjuk, hogy megvédjük a szállítás közbeni esetleges sérülésektől. A csomagolások feldolgozatlan nyersanyagok, és újrahasznosíthatók. Kérjük, hogy ezeket az anyagokat a szelektív hulladékgyűjtésre kijelölt megfelelő színes tartályokba dobja.



Óvja a környezetet, és ne dobja a használt elemeket a háztartási szemétkébe. Adja le azokat a vásárlás helyén, vagy adja át a másodlagos nyersanyagok elkülönített tárolóhelyére. A használt elektromos készülékek (beleértve a mérőt, a tápegységet) másodlagos nyersanyagok - ne dobja azokat a háztartási hulladékgyűjtő edényekbe, mert egészségre és környezetre veszélyes anyagokat tartalmazhatnak. Kérjük,

segítsen aktívan a takarékos ga természeti erőforrásokkal való gazdálkodásban és a természetes környezet védelmében azáltal, hogy a használt készüléket a másodlagos nyersanyagok tárolóhelyére - a használt elektromos készülékekhez - adja le.

ÖSSZESZERELÉS

A készülék összeszerelését gondosan, felnőtt személynek kell elvégeznie. Kétség esetén kérjen segítséget valakitől, nagyobb tapasztalattal ezen a területen.

- Az összeszerelés megkezdése előtt ellenőrizze, hogy a készlet a készülékkel tartalmazza-e az összes elemet a alkatrészlistáról valamint hogy nem sérültek-e meg alkatrészek a szállítás során. Alkatrészek hiánya vagy fenntartások esetén forduljon az eladóhoz.
- Ismerkedjen meg a rajzokkal és a magyarázatokkal, és az összeszerelést a következő sorrendben végezze el a szerelési útmutatóban.
- Legyen óvatos az összeszerelés során. Használat közben a szerszámok és elemek használatakor fennáll a sérülés veszélye.
- Ne feledkezzen meg a biztonságos környezet megőrzéséről. Ne szórja szét kaotikusan a szerszámokat és a szerelési elemeket. Ne fedje le, hogy a faliák és a műanyag zacskók fulladásveszélyt jelentenek a gyermekek számára.
- Az adott lépés elvégzéséhez szükséges szerelési elemek a szerelési útmutatóban a rajzokon és a magyarázatokban kerültek bemutatásra. Használja a megjelölt elemeket a szerelési útmutatóban.
- A szerelés első fázisaiban ne húzza meg az alkatrészeket. Ezt akkor tegye meg, ha már minden a helyén van, és megbizonyosodott arról, hogy megfelelően vannak behelyezve.
- A gyártó fenntartja a jogot, hogy egyes alkatrészeket előre összeszereljen.

ÖSSZESZERELÉSI VÁZLAT (→ Lásd a 3)

FIGYELEM! Tilos a gyártótól eltérő forrásból származó alkatrészek használata.

ALKATRÉSZEK LISTÁJA

A teljes alkatrészlista elérhető a serwis@zipro.pl címen vagy a [Zipro.store](https://zipro.store) terméklistájában.

SZ.	LEÍRÁS	MENNYISÉG
1	Fő váz	1
2R/2L	Oszlopa tartó	2
3R/3L	Korlátok	2
4	Hátsó korlátok	1
5	Konzol tartóoszlop	1
6	Konzol tartóoszlop II	1
40R/40L	Tartóoszlop burkolata	2
41	Palacktartó	1
42	Konzol tartóoszlop dekoratív burkolat	1
45	Konzol	1
47	Konzol hátsó dekoratív burkolata	1
52R/52L	Külső dekoratív burkolat	2
53R/53L	Belső dekoratív burkolat	2
72	Csavar imbuszkulcsos M10 * 30	4
73	Csavar imbuszkulcsos M10 * 20	10
76	Csavar imbuszkulcsos M8 * 40	2
77	Lapos fejű csavar M8 * 20	8
78	Csavar imbuszkulcsos M6 * 25	6
82	Phillips csavar alátétetes fejű alátétetes M4*15	14

89	Kereszthornyú csavar alátétetes fejű M4 * 8	2
90	Kereszthornyú csavar ST4.0*16	40
102	Belső fogazású alátét Φ 10*1.2	12
103	Belső fogazású alátét Φ 8*1.2	8
105	Normál lapos alátét Φ 10	8

ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ (→ Lásd az oldalt 3)

FIGYELEM! Az összeszerelés során tartsa be az alábbi lépéseket, és használja a termékhez mellékelt eszközöket.

Készítsen elő elegendő szabad helyet a készülék összeszereléséhez. Egyes elemek nagy súlya miatt ajánlott az összeszerelést két személynek végeznie.

ÖSSZESZERELÉSI ÉS SZÉTSZERELÉSI ÚTMUTATÓ

A KÉSZÜLÉK ÖSSZESZERELÉSE

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

FIGYELEM! Az összeszerelés során ügyeljen a kezére és az ujjaira, nehogy becsipődjének.

A SZÁMÍTÓGÉP HASZNÁLATI ÚTMUTATÓJA

ELKEZDÉS

Alatt 3 másodperccel a gomb megnyomása után **meg a START** a készülék megkezd a működést.

ENERGIA TAKARÉKOSÁGI FUNKCIÓ

A számítógép átvált energiatakarékos módba automatikusan, ha 10 percen belül nem történik semmilyen művelet. A rendszer folytatásához nyomjon meg egy tetszőleges billentyűt.

A KÉSZÜLÉK VÉSZLEÁLLÍTÁSA

FIGYELEM! Hirtelen veszély esetén azonnal nyomja meg a vészleállító gombot.

PROGRAMOK

A számítógép 3 felhasználói programmal van felszerelve a kézi beállításához, 36 automatikus program a memóriában tárolva, visszaszámlálási módok (idő,lépések+/- magasság,kalóriagombokat, szint, pulzus, sebesség)

GOMBOK LEÍRÁSA

- **gombot.** - szolgál a elindítására készülék üzemmódban kézi vagy a kiválasztott elindításához.
- **STOP** - szolgál a megállítására működő készüléknek. A megnyomása után a beállítások is törölődnek .. Újraindítás után a készülék kézi üzemmódban kezdi meg a működését. .
- **COOL DOWN** - edzés közben nyomja meg a gombot a fokozatos lehűlés elindításához az aktuális intenzitási szintnek megfelelően. A gép egyenletesen lassul, és a visszaszámlálás végén megáll.
- **PROGRAM** - szolgál a választásra program edzéséhez automatikus (P1-P12), program felhasználói (U1-U3) vagy a Body Fat a futás előtt..
- **MANUAL** - lehetővé teszi a választást üzemmód visszaszámlálást:: idő, távolság vagy kalória
- **EGYEDI** - gyorsan váltson az egyedi programra. Ebben a módban nyomja meg a 3 * 4 kis billentyűzet megerősítő gombját az egyedi programszegmens beállításainak megadásához. A paramétereket gyorsan beállíthatja a "Set + -" paraméteren keresztül ebben az időszakban.
- **MAGASSÁG/KALÓRIÁK/IDŐ visszaszámlálás** - a mód kölcsönös kapcsoló gombja: az idő gyorsan bekapcsolhatja az idő visszafelé módot. A paramétereket gyorsan beállíthatja a "Set + -" paraméteren keresztül ebben az időszakban. A magasság gyorsan bekapcsolhatja a magasság fordított módját. A kalóriák gyorsan bekapcsolhatják a kalóriaszámláló módot.
- **SZINT** - gombok lehetővé teszik a szabályozást (növelés és csökkentés) a szintet minden 1 szintet edzés közben. A gombok találhatók a a számítógép konzolján valamint a korlátokon.
- **GYORSVÁLASZTÓ GOMBOK SZINT** - lehetővé teszik a közvetlen választást a szintre az edzés alatt (3,6,9,12,15,18).

FUNKCIÓK (SPECIFIKÁCIÓ)

TIME/STEPS	Megjeleníti az aktuálismozgási időt vagy a lépések számát.	00:00-99:59 perc
HEIGHT/PROG	Megjeleníti a mozgás magasságát vagy a program számát.	0.0 - 999
CALORIES	Számolja az edzés kezdetétől a befejezéséig elégetett kalóriák teljes számát. (A mérés közvetlen a különböző edzéssorozatok összehasonlítására, nem használható kezelésre).	0,0-999 kcal
LEVEL	Megjeleníti a szintet.	1-25
PULSE	Megjeleníti az aktuális pulzust. FIGYELEM! A pulzusz mérés csak sportolási célokra szolgál (orvosi felhasználás kizárva).	50-200 BPM
SPM	Megjeleníti az aktuális mozgási sebességet.	Steps/perc

PULZUSMÉRÉSI FUNKCIÓ

A bekapcsolás után a lépcsőnek helyezze mindkét kezét a pulzusz mérő érzékelőre méréséhez. 30 másodperc elteltével a képernyőn megjelenik az aktuális pulzusszám.

Mérés közben a számítógép egy szív alakú ikont jelenít meg.

FIGYELEM! A pulzuszámolás kizárólag sportolási célokra szolgál (orvosi felhasználás kizárva).

MANUÁLIS PROGRAM

A manuális program az eszköz alapértelmezett üzemmódja. Lépcsőző elkezdi a működését a gomb megnyomásával **START**, ha nincs kiválasztva edzésprogram.

- Alapértelmezett sebesség manuális módban manuális módban az 0.8 km/h.
- A sebesség és a szint beállítása a számítógépen és a korlátokon lévő gombokkal lehetséges.

EDZÉSPROGRAMOK

Válasszon egyet a 36 automatikus edzésprogram közül a gomb megnyomásával **gombot** addig, amíg a megfelelő szám meg nem jelenik a képernyőn.

- Amikor megjelenik a megfelelő program nyomja meg a **MODE**. A választás után az ablakban megjelenik és fog villogni az érték "30:00". A beállítások az idő edzés program lehet elvégezni a gombokkal +/- **gombokat**, -.
- A beállított idő edzés van osztva van arányosan 20 szakaszra. A táblázat bemutatja a szakaszok szakaszok és a hozzájuk tartozó sebességeket és dőlésszög a minden edzésprogramhoz a a. → [Lásd az 105.](#)
- A program program nyomja **START**.

FELHASZNÁLÓI PROGRAMOK

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

FELHASZNÁLÓI PROGRAM BEÁLLÍTÁSA

- Készenléti módban nyomja meg a **PROGRAM** gombot a felhasználói programok egyikének kiválasztásához. A panelen egymás után megjelennek az automatikus programok számai, majd a felhasználói programok.
- Amikor a megfelelő program megjelenik, nyomja meg a **MODE** gombot a program első szakaszának szerkesztéséhez. Használja a **SPEED +/-** gombokat a sebesség beállításához.
- Nyomja meg a **MODE** gombot az első szakasz paramétereinek megerősítéséhez és a következő szakasz szerkesztéséhez.

A programok 20 szakaszból állnak. Ismételje meg a fenti lépéseket, amíg az összes szakasz paramétereit be nem állította.

A programok a számítógép memóriájában tárolódnak a következő szerkesztésükig.

Az adatok nem vesznek el áramszünet esetén.

FELHASZNÁLÓI PROGRAM FUTTATÁSA

- W készenléti állapotban, nyomja meg a **PROGRAM** gombot, hogy kiválasszon egyik felhasználói programot. A kiválasztás után a kijelzőn megjelenik és a „30:00” érték villog.
- Használja a **SPEED SPEED gombokat**, **INCLINE +/-** a beállításához az edzésidő. A beállított edzési idő arányosan felosztásra kerül 20 szakaszra. A.
- elindításához nyomja program **START START**.

VISSZASZÁMLÁLÁSI MÓD

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

- A visszaszámlálási érték beállításához használja a **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Indítás a futópadnak és a visszaszámlálás elkezdődik a megnyomásakor a **START**.

VISSZASZÁMOLT PARAMÉTEREK:

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

ZSÍRSZÖVET MÉRÉSI FUNKCIÓ (BODY FAT)

Nyomja meg a gombot **PROGRAM**, amíg a képernyőn meg nem jelenik a "FAT".

Használja a **MODE**, a paraméterek megadásához:

- F1 - nem (nem) – 01 férfi / 02 nő
- F2 - életkor (age) – értékek 10-99
- F3 - magasság (height) – értékek 100-220 cm
- F4 - súly (weight) – értékek 20-130 kg

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

A paraméterek kiválasztása után az F5 megjelenik a kijelzőn. Helyezze mindkét kezét a pulzuszámoló 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 következő tartományban kell lennie: 19-26. Az alatti érték: 19 alultápláltságot jelent, 27-30 - túlsúlyt, a feletti pedig 30 - elhízás.

FIGYELEM! A kapott eredmények semmilyen körülmények között sem képezhetik a kezelés alapját, és nem vehetők figyelembe orvosi célokra.

EDZÉS ÉS GYAKORLÁSI FÁZISOK

A készülék használata számos előnnyel jár. Először is javítja a kondíciót, erősíti az izmokat, és kombinálva a megfelelő étrenddel lehetővé teszi a felesleges zsírszövet elégetését.

1. BEEMELEGÍTÉS

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

Ha fájdalmat érez, hagyja abba a gyakorlatot, vagy csökkentse a mozgástartományt.

A BELSŐ COMB MUSZKAINAK NYÚJTÁSA

Üljön le egy sík felületre behajlított lábakkal és kifelé néző térdekkel. Húzza össze a talpakat, és közelítse őket egymáshoz, amennyire csak lehetséges. Finoman nyomja a térdeket a talaj felé, és tartsa meg ezt a pozíciót 15 másodpercig.

COMB NYÚJTÁSA

Üljön le egy sík felületre. Nyújtsa ki a jobb lábát, és helyezze a bal lábféjét a jobb combjára. Nyújtsa ki a jobb kezét a jobb láb ujjai felé, amilyen messzire csak lehetséges. Tartsa ki 15 másodpercig. Ismételje meg a műveletet a bal lábbal.

FEJFORDÍTÁSOK

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

KAR EMELESE

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

ACHILLES-IN NYÚJTÁSA

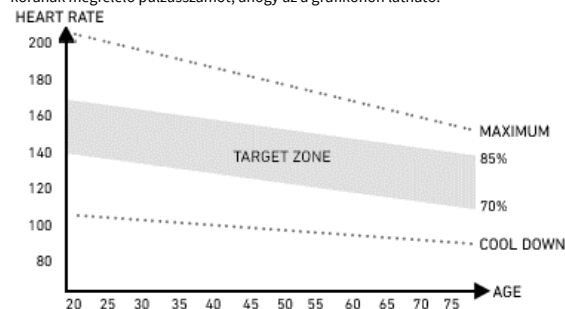
Álljon a fal felé, nyújtsa előre a bal lábát, és enyhén hajlítsa be a térdét. A jobbát tartsa hátul - egyenesen, a sarokkal laposan a talajon. Tartsa mindkét sarkát laposan a talajon, és nyomja a csípőjét a fal felé. Tartsa ezt a pozíciót 30 másodpercig. Ismételje meg a műveletet a kinyújtott jobb lábbal. Ne felejtse el, hogy a gyakorlat során ne hajlítsa a hátát ívbe.

HAJLÁSOK

Álljon összezárt lábakkal. Hajoljon előre, próbálva a lehető legközelebb hozni a mellkast a térdekhez. Tartsa ki 15 másodpercig. Ne felejtse el, hogy ne hajlítsa be a térdét.

2. GYAKORLÁSI FÁZIS

Ez az edzés megfelelő fázisa. Gyakoroljon a saját tempójában, hogy elérje a korának megfelelő pulzusszámot, ahogy az a grafikonon látható.



3. RELAXÁCIÓS FÁZIS

Ez a fázis lehetővé teszi a keringés megnyugtatótását és az izmok ellazítását. Ez a bemelegítő gyakorlatok ismétlése. Ne feledje, hogy ne terhelje túl az izmokat.

LEHETSÉGES KÁROK ÉS JAVÍTÁSI TECHNIKÁK

FIGYELEM! A készülék burkolatának felnyitása a gyártó szervizével való előzetes kapcsolatfelvétel nélkül a garancia elvesztését vonja maga után.

Ha olyan hibát gyanít, amely a ház felnyitását igényli, forduljon a gyártó szervizéhez.

HIBA LEÍRÁSA	LEHETSÉGES OKOK	A PROBLÉMA MEGOLDÁSA
----- Probléma a kijelzővel	Nincs áramellátás vagy nincs áram	Csatlakoztassa a tápkábel az AC aljzathoz, vagy ellenőrizze az AC aljzatot.
	A tápkapcsoló nincs bekapcsolva.	Állítsa a tápkapcsolót ON állásba.
	Nincs áramellátás vagy sérült a meghajtó.	Nyomja meg újra a túlerhelés elleni védelmet, vagy cserélje ki a meghajtót.
	Megszakadt az elektronikus számláló jelvezetékek áramköre	Cserélje ki a jelvezeteket, és csatlakoztassa újra.
	Az elektronikus számláló sérült	Cserélje ki az elektronikus számlálót.
A kijelző hiányos, hiányzó szegmensek	A kijelzővezérlő integrált áramkör (IC) hibás forrasztása vagy folyamatos forrasztása	Javítás szükséges, ellenőrizze a forrasztási pontokat, szilárd forrasztás a helyén.
	Sérült kijelzővezérlő integrált áramkör (IC)	Húzza ki a kábelt és Javítás szükséges, forraszon be egy új integrált áramkört kijelzővezérlő (IC).

Elektronikus számláló kijelző	A biztonsági zár leválasztása	Helyezze a biztonsági zárat a tapadókorong vagy a kártya helyzetébe a panelen.
	Leválasztott vezérlő vészleállító kapcsoló	Csatlakoztassa vagy forgassa el a vészleállító kapcsolót a megfelelő helyzetbe
	A magnetron nincs bekapcsolva (ha van)	A magnetron a megfelelő helyzetben van beszerelve.
-vagy-		
E01 - Kommunikációs hiba (a vezérlő nem kap jelet az elektronikus számlálótól);	Az elektronikus számláló jelvezetéke rosszul van csatlakoztatva, vagy gyenge a kontaktus.	Csatlakoztassa újra a csatlakozót
E02 - Kommunikációs hiba (az elektronikus számláló nem kap jelet a vezérlőtől)	Az elektronikus számláló jelvezetéke sérült, rövidzártas vagy megszakadt	Cserélje ki a jelvezetékét. Forduljon a gyártó szervizéhez
	Az ok az elektronikus számláló jelvezetékében rejlik	Cserélje ki az elektronikus számlálót. Forduljon a gyártó szervizéhez
	A vezérlő jelző áramkörének hibája	Cserélje ki a meghajtót. Forduljon a gyártó szervizéhez.
E08 - Az alsó vezérlés csatlakoztatásának meghibásodása	Érzékelés hogy alácsatlakoztatáa gép végénél blokkolva van.	Távolítsa el az idegen testet.
	IR érzékelő meghibásodása	Cserélje ki az érzékelőt. Lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.
	Vezérlőhiba.	Cserélje ki a vezérlőt. Lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével
E48 - Nincs sebességérzékelési jel (sebességet érzékelő vezérlővel)	A sebességgel vezetéke nincs csatlakoztatva, vagy az érzékelő sérült	Dugja vissza a sebességgel vezetéket, vagy cserélje ki az érzékelőt. Lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével
	A vezérlő érzékelő áramköre sérült	Cserélje ki a meghajtót. Lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével
A készülék nem működik	Nincs áramellátás	Csatlakoztassa a készüléket az elektromos hálózathoz.
	Kihúzott biztonsági kulcs	Dugja be a biztonsági kulcsot.
	Rövidzárlat	Lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.
	A be/ki kapcsoló nincs bekapcsolva	Kapcsolja be a készüléket.
	A meghajtósíj túl laza	Lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével.

GARANCIA

A Garanciavállaló nevében a forgalmazó a termék Magyarország területére vonatkozóan 24 hónap garanciát vállal az értékesítés napjától számítva. A termékre vonatkozó garancia nem zárja ki, nem korlátozza és nem függeszti fel a vevő fogyasztói jogairól szóló törvényből eredő jogait.

A jótállási jegy az utolsó oldalon található.**GARANCIA FELTÉTELEI**

- Csak a gyártó hibájából eredő rejtett hibákra vonatkozik a reklamáció és a garancia.
- A garanciát a bolt vagy a szerviz a következő dokumentumok bemutatása esetén érvényesíti:
 - érvényes, olvasható és helyesen kitöltött jótállási jegy az eladás bélyegzőjével és az eladó aláírásával,
 - a berendezés érvényes vásárlási bizonylata az eladás dátumával,
 - a reklamált áru vagy a hibás alkatrész. Távvásárlás esetén a jótállási jegy csak a vásárlást igazoló dokumentum (nyugta / számla) alapján érvényes.
- A reklamációt a Vevő általi hibabejelentéstől számított 14 napon belül bíráljuk el.
- A garanciális időszakban feltárt gyári hibákat és sérüléseket ingyenesen javítjuk a termék üzletbe vagy szervizbe történő szállításától számított legfeljebb 21 napon belül.
- Amennyiben alkatrészt kell importálni, a garanciális javítási idő meghosszabbodhat a behozatalhoz szükséges idővel, de legfeljebb 40 nappal.
- A garancia nem terjed ki a következőkre:
 - mechanikai sérülések és az általuk okozott hibák,
 - nem rendeltetésszerű használatból és tárolásból, helytelen összeszerelésből és karbantartásból eredő sérülések és hibák,
 - a 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 köteles saját költségén elvégezni.
- A garancia a következő esetekben nem érvényes:
 - a garancia lejárt,
 - ha az ügyfél saját maga végez javításokat és módosításokat nem eredeti alkatrészek felhasználásával,
 - ha a hiba helytelen telepítésből vagy a használati útmutatóban leírt helyes használati szabályok be nem tartásából ered,
 - nem háztartási használat,
 - szállítás közben keletkezett sérülések.
- A jótállási jegy másolatát nem állítjuk ki.
- A garancia keretében a vásárló a következő ingyenesen nyújtott kártérítési módokra jogosult:
 - a termék javítása,
 - a termék cseréje,
 - árlaszállítás,
 - a szerződés felbontása és a felmerült költségek teljes visszatérítése.
- A reklamáció bejelentéséhez szükséges:
 - Bemutatni a terméket vagy annak a részét, amelyre a garancia vonatkozik.
 - A vásárlást igazoló dokumentum, amely tartalmazza az eladó nevét és címét, a vásárlás dátumát és helyét, a termék típusát vagy érvényes jótállási jegyet az üzlet bélyegzőjével.
 - Piszkos termék esetén a szerviz megtagadhatja a termék átvételét, vagy a vásárló költségére, annak írásbeli beleegyezésével elvégezheti a tisztítást.
- A reklamáció pozitív elbírálása esetén a berendezést megjavítják, kicserélik egy újra, vagy a vevő visszakapja a pénzét. A termék vevőhöz történő szállításának költségeit a gyártó szervize fedezi.
- A garanciális reklamáció elutasítása esetén az ügyfél részletes indoklást kap a meghozott döntésről, és a döntés közlésétől számított 14 napon belül a berendezést visszaküldik az ügyfélnek annak költségére.

IT Manuale d'uso

Utente,

Si prega di leggere attentamente le seguenti istruzioni prima di iniziare l'assemblaggio e il primo utilizzo del dispositivo. Questo manuale contiene importanti informazioni sulla sicurezza d'uso e la manutenzione dell'apparecchiatura. Conservarlo per poter usufruire delle informazioni relative alla manutenzione o all'ordinazione di pezzi di ricambio.

DATI TECNICI

Alimentazione	220V
Potenza massima	900 W
Peso	135 kg
Temperatura di esercizio	0°C a +40°C
Temperatura di stoccaggio	-10°C a +60°C
Peso massimo dell'utente	160 kg
Classe di applicazione	Classe SC
Classe di precisione	Classe C
Numero di livelli di resistenza	25 livelli
Norma del prodotto (principale)	EN ISO 20957-8:2021
Destinazione d'uso	Scala da allenamento per uso semi-commerciale

SICUREZZA

ATTENZIONE! L'apparecchio può essere utilizzato esclusivamente per lo scopo previsto, ovvero per l'allenamento da parte di adulti. Qualsiasi altro uso dell'apparecchio può essere pericoloso. Il produttore non può essere ritenuto responsabile per danni causati da un uso improprio dell'apparecchio.

- L'apparecchio è stato progettato e costruito sulla base delle più recenti conoscenze in materia di sicurezza. Gli elementi pericolosi che potrebbero potenzialmente rappresentare un rischio di lesioni sono stati eliminati o adeguatamente protetti.
- Non sono ammesse riparazioni e modifiche autonome.
- Una volta ogni uno o due mesi, verificare che viti, bulloni e dadi siano serrati correttamente.
- Al fine di garantire la sicurezza a lungo termine, controllare e mantenere regolarmente (ovvero una volta all'anno) l'attrezzatura in un negozio specializzato.
- Tutte le modifiche all'apparecchio che non sono descritte nel presente manuale possono causare danni o mettere direttamente in pericolo la salute e la vita dell'utente. Le modifiche all'apparecchio possono essere effettuate esclusivamente dal personale di assistenza del produttore o da persone da esso addestrate a tale scopo.
- Tutti gli apparecchi sono soggetti a continue innovazioni al fine di garantire un'alta qualità. Per questo motivo, il produttore si riserva il diritto di apportare modifiche tecniche.
- Per qualsiasi domanda o dubbio relativo all'attrezzatura, rivolgersi a un negozio specializzato.

ATTENZIONE! Rispettare le norme generali e le disposizioni e le misure di sicurezza applicabili per la manipolazione di apparecchiature elettriche.

- L'apparecchio è alimentato con una tensione di rete di 220V.**
- Tutti gli apparecchi elettrici emettono radiazioni elettromagnetiche durante il funzionamento. Se vicino al sistema di controllo elettronico o al cockpit sono posizionati altri apparecchi che emettono tali radiazioni (ad es. telefoni cellulari), alcuni valori (come ad es. la frequenza cardiaca) potrebbero essere distorti.
- ATTENZIONE!** Non apportare mai modifiche all'impianto elettrico da soli. 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 per un periodo di tempo più lungo non si utilizza l'apparecchio, scollegare la spina di alimentazione dalla presa.
- Assicurarsi 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 un cavo e di una spina con messa a terra. La spina deve essere collegata a una presa di corrente correttamente installata e adeguatamente messa a terra.

PERICOLO! Un collegamento errato del cavo può causare il rischio di scosse elettriche.

- Prima di collegare l'apparecchio all'alimentazione, assicurarsi che la tensione locale corrisponda al tipo di spina.
- Non modificare la spina se non si adatta alla presa.

In tal caso, far installare un'altra presa da un elettricista qualificato.

ATTENZIONE! Le persone che si trovano nelle vicinanze durante l'uso dell'attrezzatura devono essere avvertite di eventuali pericoli. Prestare particolare attenzione in presenza di bambini.

ATTENZIONE! Prima di iniziare l'allenamento, consultare un medico per assicurarsi di non avere controindicazioni mediche all'allenamento con il dispositivo. 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.

AVVERTENZA! 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! Attenersi scrupolosamente alle istruzioni sull'allenamento contenute in questo 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 in prossimità vicinanza da pareti. L'area di sicurezza è di 2000 mm e almeno della stessa larghezza dell'attrezzatura.

ATTENZIONE! Durante l'assemblaggio del dispositivo, prestare attenzione e non consentire ai bambini di trovarsi nelle vicinanze. Durante l'assemblaggio 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, lividi, fratture sulla nel peggiore dei casi, la morte.
- Esiste un rischio residuo di sovraccarico involontario della persona che si esercita a causa di un funzionamento errato o di una valutazione errata, nonché di una trasmissione errata dei dati (a causa di interferenze elettromagnetiche, errori software, ecc.). Anche la migliore protezione software e hardware non esclude un errore software o hardware e può teoricamente causare un sovraccarico della persona che si esercita.
- Il prodotto è un dispositivo elettrico, pertanto non si può escludere una scossa elettrica che può portare alla morte.
- Non si può escludere il rischio residuo di soffocamento.
- Il rischio può essere ridotto seguendo le informazioni o sicurezza contenute nel manuale d'uso.
- Non si può escludere che un uso involontario o non autorizzato possa causare altri rischi e i rischi inclusi sono stati valutati 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 effettuati 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.

SIMBOLI DI MOVIMENTAZIONE SUGLI IMBALLAGGI DI TRASPORTO



- Questo lato verso l'alto. Non capovolgere.
- Proteggere dalla caduta.
- Proteggere dall'umidità.
- Stoccare al massimo su 3 strati.
- RAEE. È necessario smaltire l'apparecchiatura usata in un punto di riciclaggio.
- Attenzione prodotto pesante.
- Imballaggio realizzato in cartone.
- Imballaggio riciclabile.
- L'imballaggio è stato prodotto tenendo conto della responsabilità ambientale e del riciclaggio. Si prega di smaltire i rifiuti secondo le normative locali.
- Imballaggio realizzato in cartone e plastica. Si prega di smaltire i rifiuti secondo le normative locali.
- Imballaggio realizzato in cartone e plastica. Si prega di smaltire i rifiuti secondo le normative locali.

UTILIZZO

Prima di iniziare l'allenamento, assicurarsi che il dispositivo sia stato installato correttamente.

- Prima di iniziare il primo allenamento, familiarizzare con tutte le funzioni e le possibilità di regolazione del dispositivo.
- Il dispositivo ha elementi che possono essere esposti alla corrosione. Per questo motivo, si sconsiglia di lasciare in un ambiente umido. Bisogna anche fare attenzione a che l'attrezzatura (soprattutto le sue parti interne ed elettroniche) 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 permetti ai

- bambini di usarlo a tuo rischio e pericolo, istruiscili assolutamente sul corretto utilizzo e sorvegliarli costantemente.
- L'apparecchiatura non è adatta per scopi terapeutici.
 - Durante il funzionamento del dispositivo, potrebbero verificarsi lievi rumori durante il movimento inerziale della massa del volano, che sono dovuti al tipo di costruzione. Questi non hanno alcun effetto sul funzionamento del dispositivo.
 - L'emissione di rumore durante il carico è maggiore che senza carico.
 - Prima di iniziare ogni allenamento, controllare la corretta sicurezza e i collegamenti a vite e a spina.
 - Durante l'allenamento sul dispositivo, ricordarsi di indossare calzature adeguate (scarpe sportive).

MANUTENZIONE

Al fine di garantire la massima sicurezza d'uso del dispositivo, si raccomanda di far eseguire controlli regolari per l'usura degli elementi. Ciò include il controllo della tenuta e delle condizioni di dadi, bulloni, parti mobili, manicotti, 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 dispositivo e scollegarlo dalla rete elettrica.

PULIZIA

La pulizia regolare dell'apparecchio ne prolunga la durata e ne mantiene l'alta efficienza.

Per la pulizia, 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 dall'acqua.

PULIZIA DEL MOTORE

Almeno una volta all'anno, rimuovere la polvere dal motore. Per fare ciò, prima spegnere l'apparecchio dall'alimentazione e, dopo circa 1 ora, rimuovere la copertura del motore. Utilizzando aria compressa o una spazzola, rimuovere con cautela la polvere accumulata. Dopo aver rimontato la copertura del motore e averlo collegato all'alimentazione, è possibile avviare l'attrezzatura.

AMBIENTE

L'apparecchio viene fornito in un imballaggio 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 al punto vendita o consegnarle a un punto di raccolta differenziata.

Le apparecchiature elettriche usate (compresi contatore, alimentatore) sono materie prime secondarie - non gettarle nei contenitori dei rifiuti domestici, perché possono contenere sostanze pericolose per la salute e l'ambiente. Chiediamo un

aiuto attivo per un risparmio gestione delle risorse naturali e per la protezione dell'ambiente naturale consegnando l'apparecchio usato a un punto di raccolta differenziata - apparecchiature elettriche usate.

MONTAGGIO

Il montaggio dell'apparecchio deve essere eseguito con cura da un adulto. In caso di dubbi, chiedere aiuto a qualcuno con maggiore esperienza in questo campo.

- Prima di iniziare il montaggio, assicurarsi che il set con l'apparecchio contenga tutti gli elementi dell'elenco delle parti e se alcuni elementi non siano stati danneggiati durante il trasporto. In caso di elementi mancanti o riserve, contattare il rivenditore.
- Familiarizzare con i disegni e le spiegazioni ed eseguire il montaggio secondo l'ordine contenuto nelle istruzioni di montaggio.
- Prestare attenzione durante il montaggio. Durante l'utilizzo di utensili ed elementi, c'è il rischio di lesioni.
- Ricordarsi di mantenere un ambiente sicuro. Non disporre in modo caotico gli utensili 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 una determinata fase delle istruzioni di montaggio sono stati presentati nei disegni e nelle spiegazioni. Utilizzare 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 assicurati che siano correttamente in posizione.
- Il produttore si riserva il diritto di preassemblare alcuni elementi.

SCHEMA DI MONTAGGIO (→ Vedi pagina 3)

ATTENZIONE! È vietato utilizzare parti provenienti da fonti diverse dal produttore.

ELENCO DELLE PARTI

L'elenco completo dei componenti è disponibile contattando serwis@zipro.pl o sul sito web Zipro.store nella descrizione del prodotto.

NR	DESCRIZIONE	QUANTITÀ
1	Telaio principale	1
2R/2L	Colonna di supporto a	2
3R/3L	Maniglie	2
4	Maniglie posteriori	1
5	Colonna di supporto della console	1
6	Colonna di supporto della console II	1
40R/40L	Copertura del montante di supporto	2
41	Portabottiglia	1
	Colonna di supporto della console copertura	
42	decorativa	1
45	Console	1
47	Copertura decorativa posteriore della console	1
52R/52L	Copertura decorativa esterna	2

53R/53L	Copertura decorativa interna	2
72	Vite a brugola M10 * 30	4
73	Vite a brugola M10 * 20	10
76	Vite a brugola M8 * 40	2
77	Vite a testa piatta M8 * 20	8
78	Vite a brugola M6 * 25	6
82	Vite Phillips a testa con rondella M4*15	14
89	Vite a croce con testa con rondella M4 * 8	2
90	Vite a croce ST4.0*16	40
102	Rondella dentellata interna Φ 10*1.2	12
103	Rondella dentellata interna Φ 8*1.2	8
105	Rondella piana standard Φ 10	8

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO (→ Vedere pagina 3)

ATTENZIONE! Durante il montaggio, seguire i passaggi seguenti e utilizzare gli strumenti inclusi nel prodotto.

Preparare uno spazio libero sufficiente per l'installazione del dispositivo. A causa del peso elevato di alcuni elementi, si consiglia il montaggio in due persone.

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO E SMONTAGGIO

MONTAGGIO DEL DISPOSITIVO

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 che rimangano schiacciate.

ISTRUZIONI PER L'USO DEL COMPUTER

INIZIO

Entro 3 secondi dalla pressione del pulsante **START** il dispositivo inizierà a funzionare.

FUNZIONE DI RISPARMIO ENERGETICO

Il computer passerà alla modalità di risparmio energetico automaticamente, se entro 10 minuti non si verificano azioni. Premere un tasto qualsiasi per riavviare il sistema.

ARRESTO DI EMERGENZA DEL DISPOSITIVO

ATTENZIONE! In caso di emergenza improvvisa, premere immediatamente il pulsante di arresto di emergenza.

PROGRAMMI

Il computer è dotato di 3 programmi utente per l'impostazione manuale, 36 programmi automatici salvati in memoria, modalità conto alla rovescia (tempo, passi, altezza, calorie, livello, frequenza cardiaca, velocità).

DESCRIZIONE DEI PULSANTI

- **START** – serve per avviare dell'apparecchio in modalità manuale o del programma.
- **STOP** – serve per arrestare l'apparecchio .. Premendo il pulsante verrà anche azzerata la configurazione. Al riavvio l'apparecchio si avvierà in modalità manuale . .
- **COOL DOWN** - premi durante l'allenamento per avviare un raffreddamento graduale in base al livello di intensità attuale. La macchina rallenta uniformemente e si ferma al termine del conto alla rovescia.
- **PROGRAMMA** – serve per selezionare un programma di allenamento automatico (P1-P12), un programma utente (U1-U3) o la funzione Body Fat prima dell'avvio.
- **MANUALE** – consente di selezionare la modalità conto alla rovescia :: tempo, distanza o calorie
- **PERSONALIZZATO** – passare rapidamente al programma personalizzato. In questa modalità, premere il tasto di conferma della piccola tastiera 3 * 4 per accedere all'impostazione del segmento del programma personalizzato. È possibile impostare rapidamente i parametri tramite il parametro "Set + -" durante questo periodo.
- **ALTEZZA/CALORIE/TEMPO conto alla rovescia** - il tasto di commutazione reciproca della modalità: il tempo può attivare rapidamente la modalità inversa del tempo. È possibile impostare rapidamente i parametri tramite il parametro "Set + -" durante questo periodo. L'altezza può attivare rapidamente la modalità inversa dell'altezza. Le calorie possono attivare rapidamente la modalità di conteggio delle calorie.
- **LIVELLO** - i pulsanti consentono di regolare (aumento e diminuzione) il livello di 1 livello durante l'allenamento. I pulsanti sono posizionati su sulla console del computer e su corrimano.
- **PULSANTI DI SELEZIONE RAPIDA LIVELLO** - consentono di effettuare una selezione diretta del livello durante l'allenamento (3,6,9,12,15,18).

FUNZIONI (SPECIFICHE)

TEMPO/PASSI	Visualizza l'attuale tempo di movimento o il numero di passi.	00:00-99:59 min
ALTEZZA/PROG	Visualizza l'altezza del movimento o il numero del programma.	0.0 - 999
CALORIE	Calcola il numero totale di calorie bruciate dall'inizio alla fine dell'esercizio. (La misurazione è approssimativa per confrontare diverse sessioni di allenamento e non può essere utilizzata per il trattamento).	0,0-999 kcal
LIVELLO	Visualizza il livello.	1-25
PULSAZIONI	Visualizza le pulsazioni attuali.	50-200 BPM

ATTENZIONE! La misurazione della frequenza cardiaca è solo per scopi sportivi (l'uso medico è escluso).		
SPM	Visualizza la velocità di movimento attuale.	Passi/min

FUNZIONE DI MISURAZIONE DELLA FREQUENZA CARDIACA

Dopo l'avvio della macchina 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 (è escluso l'uso medico).

PROGRAMMA MANUALE

Il programma manuale è la modalità di funzionamento predefinita del dispositivo. Scale iniziali suo funzionamento dopo aver premuto **START**, quando non viene selezionato alcun programma di allenamento.

- La velocità predefinita in modalità manuale è 0.8 km/h.
- La modifica dell'impostazione della velocità e del livello è possibile tramite i pulsanti sul computer e sui corrimano.

PROGRAMMI DI ALLENAMENTO

Seleziona uno dei 36 programmi di allenamento automatici premendo il pulsante **PROGRAMMA** finché sullo schermo non viene visualizzato il numero corretto.

- Quando visualizzato sarà il corretto programma premi **MODE**. Dopo aver selezionato nella finestra apparirà e lampeggerà il valore "30:00". Impostazioni del tempo di allenamento del programma possono essere effettuate con i pulsanti **VELOCITÀ +/-**.
- Il tempo di allenamento impostato viene suddiviso in modo proporzionale in 20 fasi. La tabella mostra un riepilogo delle fasi e delle velocità corrispondenti e angolo di inclinazione per ogni programma di allenamento. → [Vedi pagina 105](#).
- Per avviare il programma premere **START**.

PROGRAMMI UTENTE

Il computer è dotato di 3 programmi utente per la definizione individuale: U1, U2, U3.

IMPOSTAZIONE DEL PROGRAMMA UTENTE

- In modalità standby, premere il pulsante **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.
- Premere **MODE** per confermare le impostazioni dei parametri per la prima sezione e passare alla modifica della successiva.

I programmi sono composti da 20 sezioni. Ripetere i passaggi precedenti 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 in caso di interruzione di corrente.

AVVIO DEL PROGRAMMA UTENTE

- In modalità standby, premere il pulsante **PROGRAMMA** per selezionare uno dei programmi utente. Dopo aver selezionato nella finestra verrà visualizzato e lampeggerà il valore "30:00". Utilizzare i pulsanti **SPEED +/-**, **INCLINAZIONE +/-** per l'impostazione del tempo di allenamento. Impostato il tempo di allenamento è diviso in modo proporzionale in 20 fasi.
- Per avviare il programma premere **START**.

MODALITÀ CONTO ALLA ROVESCIA

Selezionare una delle 3 modalità di conto alla rovescia premendo il pulsante **MODE**.

- Per impostare il valore del conto alla rovescia utilizzare i pulsanti **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Avvio del tapis roulant e il conto alla rovescia inizierà dopo aver premuto il pulsante **START**.

PARAMETRI CONTO ALLA ROVESCIA:

- TEMPO:** Il valore iniziale del conto alla rovescia è 30 min. Il computer permette di impostare il tempo in un intervallo 5-99 minuti (ogni 1 minuto).
- CALORIE:** Il valore iniziale conto alla rovescia a 50 kcal. Il computer permette di impostare le calorie nel range 20-990 kcal (ogni 10 kcal).
- DISTANZA:** Il valore wartyósc del conto alla rovescia è 1 km. Il computer permette di impostare la distanza nel range 1,0-99,0 km (ogni 1 km).

FUNZIONE DI MISURAZIONE DEL GRASSO CORPOREO (BODY FAT)

Premere il pulsante **PROGRAMMA**, fino a quando sullo schermo non viene visualizzato "FAT".

Usa **MODE** per inserire i parametri:

- F1 - sesso (sesso) - 01 uomo / 02 donna
- F2 - età (età) - valori 10-99
- F3 - altezza (altezza) - valori 100-220 cm
- F4 - peso (peso) - valori 20-130 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 l'informazione FAT. FAT ha lo scopo di misurare il rapporto 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 trattamenti o essere presi in considerazione per scopi medici.

TLENAMENTO E FASI DI ESERCIZIO

L'utilizzo del dispositivo Le offrirà molti vantaggi. Soprattutto, migliorerà la Sua condizione fisica, rafforzerà i Suoi muscoli e, in combinazione con una dieta adeguata, Le permetterà di bruciare il tessuto adiposo in eccesso.

1. RISCALDAMENTO

Questa è la fase che migliora la circolazione sanguigna in tutto il corpo e prepara i muscoli a uno sforzo maggiore. Riduce anche il rischio di crampi e lesioni. Si consiglia di eseguire alcuni esercizi di stretching come mostrato di seguito. Se sente dolore, smetta di allenarsi o riduca la gamma di movimento.

ALLUNGAMENTO DEI MUSCOLI INTERNI DELLA COSCIA

Si sieda su una superficie piana con le gambe piegate e le ginocchia rivolte verso l'esterno. Unisca le piante dei piedi e le avvicini il più possibile. Prema delicatamente sulle ginocchia spingendole verso il pavimento e mantenga questa posizione per 15 secondi. Ripeta con la gamba sinistra.

ALLUNGAMENTO DELLA COSCIA

Si sieda su una superficie piana. Stenda la gamba destra e appoggi la pianta del piede sinistro sulla coscia destra. Estenda la mano destra verso le dita del piede destro il più lontano possibile. Mantenga la posizione per 15 secondi. Ripeta con la gamba sinistra.

TORSIONI DELLA TESTA

Tenga la testa dritta guardando avanti. Senza muovere le spalle, la ruoti a destra e la raddrizzi, poi la ruoti a sinistra e la raddrizzi.

SOLLEVAMENTO DELLE BRACCIA

Sollevi il braccio sinistro il più in alto possibile e mantenga la posizione per alcuni secondi. Ripeta con il braccio destro.

ALLUNGAMENTO DEL TENDINE DI ACHILLE

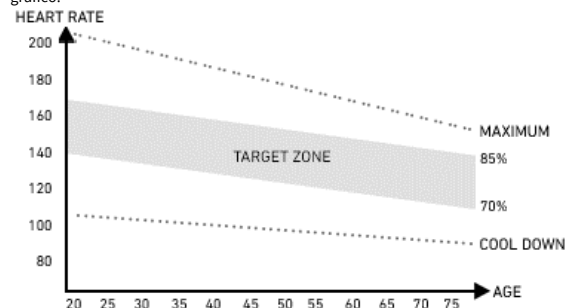
Si metta di fronte al muro, porti avanti la gamba sinistra e la pieghi leggermente al ginocchio. Tenga la destra indietro - dritta, con il tallone appoggiato piatto sul pavimento. Mantenga entrambi i talloni piatti sul pavimento e preme i fianchi verso il muro. Mantenga questa posizione per 30 secondi. Ripeta con la gamba destra portata avanti. Ricordi di non arcuare la schiena durante l'esercizio.

FLESSIONI

Si metta in piedi con i piedi uniti. Si pieghi in avanti cercando di avvicinare il più possibile il petto alle ginocchia. Mantenga la posizione per 15 secondi. Ricordi di non piegare le ginocchia.

2. FASE DI ESERCIZIO

Questa è la fase vera e propria dell'allenamento. Si alleni al Suo ritmo in modo da raggiungere una frequenza cardiaca adeguata alla Sua età, come mostrato nel grafico.



3. FASE DI RILASSAMENTO

Questa fase aiuta a calmare la circolazione e a rilassare i muscoli. È una ripetizione degli esercizi di riscaldamento. Bisogna ricordarsi di non sforzare i muscoli.

POSSIBILI DANNI E TECNICHE DI RIPARAZIONE

ATTENZIONE! L'apertura dell'involucro del dispositivo senza aver prima contattato il servizio di assistenza del produttore invalida la garanzia.

In caso di sospetto guasto che richieda l'apertura dell'involucro, La preghiamo di contattare il servizio di assistenza del produttore.

DESCRIZIONE DELL'ERRORE	POSSIBILI CAUSE	SOLUZIONE DEL PROBLEMA

Problema con il display	Nessuna alimentazione o interruzione di corrente	Colleghi il cavo di alimentazione alla presa CA o controlla la presa CA.
	L'interruttore di alimentazione non è acceso.	Metta l'interruttore di alimentazione in posizione ON.
	Azionamento non alimentato o difettoso.	Premere di nuovo la protezione da sovraccarico o sostituire l'azionamento.
	Circuito interrotto del cavo di segnale del contatore elettronico	Sostituire il cavo di segnale e ricollegarlo.

	Il contatore elettronico è difettoso	Sostituire il contatore elettronico.
Display incompleto, segmenti mancanti	Saldatura difettosa o saldatura continua del circuito integrato (IC) del driver del display	È necessaria la riparazione, controllare i punti di saldatura, saldatura solida in posizione.
	Circuito integrato (IC) del driver del display difettoso	Scollegare il cavo e È necessaria la riparazione, saldare un nuovo circuito integrato del driver del display (IC).
Display del contatore elettronico	Scollegamento del blocco di sicurezza	Posizionare il blocco di sicurezza nella posizione della ventosa o della scheda sul pannello.
-o-	Interruttore di emergenza del driver scollegato	Collegare o ruotare l'interruttore di emergenza nella posizione corretta
	Il magnetron non è inserito (se presente)	Il magnetron è installato nella posizione corretta.
E01 - Errore di comunicazione (il driver non riceve il segnale dal contatore elettronico);	Il cavo di segnale del contatore elettronico è collegato in modo errato o ha un contatto debole.	Ricollegare la spina
E02 - Errore di comunicazione (il contatore elettronico non riceve il segnale dal driver)	Il cavo di segnale del contatore elettronico è danneggiato, in cortocircuito o interrotto	Sostituire il cavo di segnale. Contattare l'assistenza del produttore
	La causa risiede nel cavo di segnale del contatore elettronico	Sostituire il contatore elettronico. Contattare l'assistenza del produttore
	Guasto del circuito di segnale del driver	Sostituire l'azionamento. Contattare l'assistenza del produttore.
E08 - Errore di connessione del controllo inferiore	Rilevamento se il collegamento a fine della macchina è bloccato.	Rimuovere il corpo estraneo bloccante.
	Guasto del sensore IR	Sostituire il sensore. Contattare l'assistenza del produttore.
	Guasto del driver.	Sostituire il driver. Contattare l'assistenza del produttore
E48 - Nessun segnale di rilevamento della velocità (con driver di rilevamento della velocità)	Il cavo del segnale di velocità non è collegato o il sensore è difettoso	Reinserire il cavo del segnale di velocità o sostituire il sensore. Contattare l'assistenza del produttore
	Il circuito del sensore del driver è difettoso	Sostituire l'azionamento. 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.

L'interruttore ON/OFF non è acceso	Accendere il dispositivo.
La cinghia di trasmissione è troppo poco tesa	Contattare l'assistenza del produttore.

GARANZIA

Il venditore, per conto 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 dal Codice del Consumo.

Il certificato di garanzia si trova nell'ultima pagina.

CONDIZIONI DI GARANZIA

- I reclami e la garanzia si applicano esclusivamente ai difetti nascosti derivanti da colpa del produttore.
- La garanzia sarà rispettata dal negozio o dal servizio assistenza previa presentazione da parte del cliente di:
 - un certificato di garanzia valido, leggibile e correttamente compilato con timbro di vendita e firma del venditore,
 - una prova d'acquisto valida dell'apparecchiatura con la data di vendita,
 - la merce reclamata o la parte difettosa.
 In caso di acquisto a distanza, il certificato di garanzia è valido esclusivamente sulla base del documento di acquisto (scontrino / fattura).
- Il reclamo sarà esaminato entro 14 giorni dalla segnalazione del difetto da parte del Cliente.
- I difetti di fabbricazione e i danni riscontrati 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 al centro assistenza.
- Qualora fosse necessario importare dei componenti, il periodo di esecuzione della riparazione in garanzia potrebbe prolungarsi del tempo necessario per l'importazione, ma non oltre 40 giorni.
- La garanzia non copre:
 - danni meccanici e difetti da essi causati,
 - danni e difetti derivanti da un uso e stoccaggio improprio, montaggio e manutenzione errati,
 - danni e usura di elementi soggetti a usura come: cavi, cinghie, elementi in gomma, pedali, maniglie in spugna, ruote, cuscinetti, tappezzeria.
 - interventi relativi al montaggio, alla manutenzione che, secondo le istruzioni per l'uso, l'utente è tenuto a eseguire autonomamente.
- La garanzia non è valida nei seguenti casi:
 - scadenza del termine di validità,
 - esecuzione da parte del cliente di riparazioni e modifiche autonome con l'utilizzo di parti non originali,
 - quando il difetto è dovuto a un'installazione errata o al mancato rispetto delle norme di corretto utilizzo descritte nel manuale d'uso,
 - uso diverso dall'uso domestico,
 - danni verificatisi durante il trasporto.
- Non saranno rilasciati duplicati del certificato di garanzia.
- Nell'ambito della garanzia, il cliente ha il diritto di richiedere le seguenti forme di risarcimento gratuito:
 - riparazione del prodotto,
 - sostituzione del prodotto,
 - riduzione del prezzo,
 - risoluzione del contratto e rimborso completo dei costi sostenuti.
- Per presentare un reclamo è necessario:
 - Presentare il prodotto o la sua parte 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 centro assistenza può rifiutare l'accettazione oppure, a spese del cliente e con il suo consenso scritto, provvedere alla pulizia.
- In caso di esito positivo del reclamo, l'apparecchio sarà riparato o sostituito con uno nuovo oppure al cliente sarà rimborsato l'importo speso. I costi di trasporto della merce al cliente sono a carico del servizio di assistenza del produttore.
- In caso di rigetto del reclamo in garanzia, il cliente riceverà una motivazione dettagliata della decisione presa e, entro 14 giorni dalla comunicazione della decisione, l'apparecchio sarà rispedito al cliente a sue spese.

LT Naudojimo instrukcija

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

TECHNINIAI DUOMENYS

Maitinimas	220V
Maksimali galia	900 W
Svoris	135 kg
Naudojimo temperatūra	0°C iki +40°C
Laikymo temperatūra	-10°C iki +60°C
Maksimalus naudotojo svoris	160 kg
Naudojimo klasė	Klasė SC
Tikslumo klasė	Klasė C
Paspriešinimo lygių skaičius	25 lygių
Gaminio standartas (pagrindinis)	PN-EN ISO 20957-8:2021
Paskirtis	Strenuoočių laiptai, skirti naudoti pusiau komercinėms.

SAUGUMAS

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

- Prietaisas buvo suprojektuotas ir pagamintas remiantis naujausiomis saugos žiniomis. Pavojingi elementai, kurie potencialiai gali kelti sužalojimo pavojų, buvo pašalinti arba atitinkamai apsaugoti.
- Draudžiama patiems atlikti remontą ir keitimus.
- Kartą per vieną ar du mėnesius patikrinkite, ar tinkamai priveržti varžtai, sraigčiai ir veržlės.
- Kad būtų užtikrintas nuolatinis saugumas, reguliariai (t. y. kartą per metus) patikrinkite ir prižiūrėkite įrangą į specializuotoje prekybos vietoje.
- Visi prietaiso pakeitimai, kurie neaprašyti šioje instrukcijoje, gali sukelti pažeidimus arba tiesiogiai kelti grėsmę besitreniruojančio asmens sveikatai ir gyvybei. Prietaiso pakeitimus gali atlikti tik gamintojo serviso darbuotojai arba jų apmokyti asmenys.
- Visi prietaisai nuolat tobulinami 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 nuostatų ir saugos priemonių, galiojančių dirbant su elektros prietaisais.

- Prietaisas maitinamas 220V įtampa.**
- Visi elektros prietaisai veikimo metu skleidžia elektromagnetinę spinduliuotę. Jei šalia elektroninės valdymo sistemos ar kabinos yra kitų prietaisų, skleidžiančių tokią spinduliuotę (pvz., mobilieji telefonai), kai kurios reikšmės (pvz., širdies ritmas) gali būti iškraipytos.
- DĖMESIO!** Niekada patys neatlikite jokių elektros tinklo modifikacijų. Tokius pakeitimus patikėkite specialistams.
- DĖMESIO!** Atminkite, kad prieš pradėdami bet kokią įrangos remontą, priežiūrą ar valymą, ištraukite maitinimo kištuką iš lizdo.
- Prietaisui prijungti nenaudokite ilgtintuvų.
- Jei ilgesnį laiką nesinaudosite įranga, ištraukite maitinimo kištuką iš lizdo.
- Atkreipkite dėmesį, kad elektros laidas nebūtų prispaustas ir jo padėtis nekeltų pavojaus užkliūti už jo.

ĮŽEIMINIMAS

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

PAVOJUS! Netinkamas laido prijungimas gali sukelti elektros smūgio pavojų.

- 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 laidą.

DĖMESIO! Asmenys, esantys šalia, kai naudojama įranga, turi būti įspėti apie galimus pavojus. Būkite ypač atsargūs šalia vaikų.

DĖMESIO! Prieš pradėdami mankštintis, pasikonsultuokite su gydytoju ir įsitikinkite, kad neturite jokių sveikatos kontraindikacijų treniruotis su įranga. Remdamiesi specialisto nuomone, galite sukurti savo treniuočių planą. Neteisingai parinkta programa ar per didelis pratimas gali būti pavojingas jūsų sveikatai ir gyvybei.

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

DĖMESIO! Būtinai laikykitės šioje instrukcijoje pateiktų pastabų apie treniruotes.

- Renkantis vietą treniruotei, atsižvelkite į saugaus atstumo nuo galimų kliūčių užtikrinimą. Nestatykite įrangos šalia komunikacijos linijų (kelių, vartų, perėjų ir pan.).
- Draudžiama naudoti įrangą arti atstumo nuo sienos. Saugos zona yra 2000 mm ir bent tokio paties pločio kaip įrenginys.

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

LIEKAMOJO RIZIKA

- Jei apsauga nuo kritimo nenaudojama arba naudojama neteisingai, yra likutinė rizika, t. y. asmens kritimas, sukeliantis odos įbrėžimus, mėlynės, lūžius arba blogiausiu atveju mirtį.
- Yra likutinė rizika, kad besitreniruojantis asmuo netyčia bus perkrautas dėl netinkamo naudojimo ar netinkamo įvertinimo, taip pat dėl neteisingo duomenų perdavimo (dėl elektromagnetinių trukdžių, programinės įrangos klaidos ir pan.). Net ir 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 pavojaus, kuris gali sukelti mirtį.
- Negalima atmesti likutinės užduosimo rizikos.
- Riziką galima sumažinti laikantis informacijos o saugą, pateiktos naudojimo instrukcijoje.
- Negalima atmesti, kad netyčinis ar neteisėtas naudojimas sukels kitų, neįvertintų rizikų, o įvertinta rizika buvo įvertinta neteisingai.

Atliekant rizikos analizę, vertinimas buvo atliktas remiantis „dabartinio įrenginio būkle“. Iš atlikto produkto įvertinimo ir patikrinimo matyti, kad neleistinos rizikos tikimybė yra labai maža. Įrenginys (jo konstrukcija, veikimo būdas ir taikymas) normaliomis sąlygomis nekelia nepagrįstos rizikos besitreniruojančiam asmeniui ar tretiesiems asmenims.

MANIPULIACINIAI ŽENKLAI ANT TRANSPORTAVIMO PAKUOČIŲ



- Šia puse į viršų. Neapverskite.
- Saugoti nuo kritimo.
- Saugoti nuo drėgmės.
- Sandėliuoti ne daugiau kaip 3 sluoksniais.
- Elektros atliekos. Būtina atiduoti panaudotą įrangą į perdirbimo punktą.
- Atsargiai, sunkus produktas.
- Pakuotė pagaminta iš kartono.
- Pakuotė tinkama perdirbti.
- Pakuotė pagaminta atsižvelgiant į atsakomybę už aplinką ir perdirbimą. Prašome rūšiuoti atliekas pagal vietines taisykles.
- Atsargiai, sunkus produktas.
- Pakuotė pagaminta iš kartono ir plastiko. Prašome rūšiuoti atliekas pagal vietines taisykles.
- Pakuotė pagaminta iš kartono ir plastiko. Prašome rūšiuoti atliekas pagal vietines taisykles.

NAUDOJIMAS

Prieš pradėdami treniruotę, įsitikinkite, kad įrenginys tinkamai sumontuotas.

- Prieš pradėdami pirmąją treniruotę, susipažinkite su visomis įrenginio funkcijomis ir reguliavimo galimybėmis.
- Įrenginyje yra elementų, kurie gali būti paveikti nuo korozijos. Dėl šios priežasties nerekomenduojama, kad liktų į drėgnoje patalpoje. Taip pat reikia pasirūpinti, kad įranga (ypač jos vidiniai ir elektroniniai elementai) nebūtų veikiami vandens, gėrimų, prakaito ir pan.
- Šis prietaisas skirtas tik suaugusiems žmonėms treniruotis ir jokių būdu nėra žaistas vaikams. Jei savo pačių atsakomybe leisite vaikams juo naudotis, būtinai instruktukite juos, kaip tinkamai naudotis, ir nuolat prižiūrėkite.
- Įranga netinka terapiniams tikslams.
- Veikiant prietaisui, gali būti girdimas tylus triukšmas smagračio inercinio judėjimo metu, kuris atsiranda dėl konstrukcijos tipo. Jie neturi jokios įtakos įrenginio veikimui.
- Triukšmo lygis apkrovos metu yra didesnis nei be apkrovos.
- Prieš pradėdami kiekvieną treniruotę, patikrinkite saugos priemonių, varžtų ir kištukų jungčių teisingumą.
- Treniruodamiesi su įrenginiu, nepamirškite tinkamos avalynės (sportinių batelių).

PRIEŽIŪRA

Siekiant užtikrinti maksimalų naudojimo saugumą įrenginio, rekomenduojamąjį reguliariai tikrinti, ar nėra susidėvėjusių dalių. Tai apima varžtų, judančių dalių priveržimo ir būklės patikrinimą, įvorių ir pan. Laikykite prietaisą sausoje ir šiltoje vietoje. Nelaikykite prietaiso saulės spinduliuose.

DĖMESIO! Prieš pradėdami techninę priežiūrą, visada išjunkite įrenginį ir atjunkite nuo maitinimo šaltinio.

VALYMAS

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

Valymui naudokite minkštą, drėgną skudurėlį. Tai netaikoma elektriniams elementams, varikliui, vidinėms dalims - neleiskite, kad į šias vietas patektų vanduo. Saugokite nuo vandens.

VARIKLIO VALYMAS

Bent kartą per metus pašalinkite dulkes nuo variklio. Norėdami tai padaryti, pirmiausia išjunkite įrenginį iš maitinimo šaltinio ir, palaukę apie 1 valandą, nuimkite variklio dangtį. Naudodami suspaustą orą arba teptuką, atsargiai pašalinkite susikaupusias dulkes. Vėl sumontavę variklio dangtį ir prijungę prie maitinimo šaltinio, galite paleisti įrangą.

APLINKA

Įrenginys tiekiamas pakuotėje, kad būtų apsaugotas nuo galimų pažeidimų transportavimo metu. Pakuotės yra neapdorotos žaliavos ir gali būti perdirbamos. Wyrzuczą te materiałły do odpowiednich kolorowych pojemników przeznaczonych do selektywnej zbiórki.



Saugokite aplinką ir neišmeskite panaudotų baterijų į buitinių atliekų šiukšladižę. Oddawaj je w miejscu zakupu lub przekazuj do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych. Panaudoti elektros prietaisai (įskaitant skaitiklį, maitinimo šaltinį) yra antrinės žaliavos – neišmeskite jų į buitinių atliekų konteinerius, nes juose gali būti sveikatai ir aplinkai pavojingų medžiagų. Prašome aktyviai padėti taupyti valdyti gamtos išteklius ir saugoti natūralią aplinką, perduodant panaudotą prietaisą į antrinių žaliavų saugojimo punktą – panaudotus elektros prietaisus.

MONTAVIMAS

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

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

MONTAVIMO SCHEMĄ (→ Žr. puslapį 3)

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

DALIŲ SĄRAŠAS

Pilnas dalių sąrašas pasiekiamas susisiekius su serwis@zipro.pl arba puslapyje zipro.store produkto aprašyme.

NR	APRAŠYMAS	KIEKIS
1	Pagrindinis rėmas	1
2R/2L	Kolonos yra atrama	2
3R/3L	Porankiai	2
4	Galiniai porankiai	1
5	Konsolės atramos kolona	1
6	Konsolės atramos kolona II	1
40R/40L	Atraminio stulpo dangtelis	2
41	Butelio laikiklis	1
42	Konsolės atramos kolona dekoratyvinis dangtelis	1
45	Konsolė	1
47	Galinis dekoratyvinis konsolės dangtelis	1
52R/52L	Išorinis dekoratyvinis dangtis	2
53R/53L	Vidinis dekoratyvinis dangtis	2
72	Varžtas su šešiabriaune galvute M10 * 30	4
73	Varžtas su šešiabriaune galvute M10 * 20	10
76	Varžtas su šešiabriaune galvute M8 * 40	2
77	Varžtas su plokščia galvute M8 * 20	8
78	Varžtas su šešiabriaune galvute M6 * 25	6
82	Phillips varžtas su galvute su poveržle M4*15	14
89	Kryžminis varžtas su galvute su poveržle M4 * 8	2
90	Kryžminis varžtas ST4.0*16	40
102	Vidinė dantytoji poveržlė Φ 10*1.2	12
103	Vidinė dantytoji poveržlė Φ 8*1.2	8
105	Standartinė plokščia poveržlė Φ 10	8

MONTAVIMO INSTRUKCIJA (→ Žr. psl. 3)

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

Paruoškite pakankamai laisvos vietos įrenginiui montuoti. Atsižvelgiant į didelį kai kurių elementų svorį, montuoti rekomenduojama dviem asmenimis.

INSTRUKCIJA SULANKSTYMO IR IŠARDYMO

ĮRENGINIO SULANKSTYMAS

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

DĖMESIO! Sulankstydami saugokite rankas ir pirštus, kad nebūtų prispausti.

KOMPIUTERIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJA

PRADŽIA

Per 3 sekundes po mygtuko paspaudimo **"START"** įrenginys pradės veikti.

ENERGIJOS TAUPYMO FUNKCIJA

Kompiuteris persijungs į automatinį energijos taupymo režimą, jei per 10 minučių neatliekami jokie veiksmai. Norėdami atnaujinti sistemą, paspauskite bet kurį klavišą.

AVARINIS ĮRENGINIO SUSTABDYMAS

DĖMESIO! Staigaus pavojaus atveju nedelsdami paspauskite avarinio sustabdymo mygtuką.

PROGRAMOS

Kompiuteryje yra 3 vartotojo programos rankiniam nustatymui, 36 automatinės programos, įrašytos į atmintį, atgalinės atskaitos režimai (laiko, žingsnių, aukščio, kalorijų, lygio, pulso, greičio).

MYGTUKŲ APRĄŠYMAS

- START** – skirtas įjungti paleidimui įrenginio režimu rankiniu arba pasirinktos programos.
- STOP** – skirtas sustabdyti veikiantį įrenginį. Paspaudus mygtuką bus taip pat atstatyti nustatymus. Po pakartotinio paleidimo įrenginys pradės veikti režimu rankiniu.
- COOL DOWN** - pratimų metu paspauskite, kad įjungtumėte laipsnišką atvėsimą pagal dabartinį intensyvumo lygį. Treniruoklis tolygiai lėtėja, o atgaliniam skaičiavimui pasibaigus, sustoja.
- PROGRAM** – naudojamas norint pasirinkti automatinę treniruočių programą (P1-P12), naudotojo programą (U1-U3) arba funkciją Body Fat prieš pradėdant.
- MANUAL** – leidžia pasirinkti atgalinio skaičiavimorežimą: laiko, atstumo arba kalorijų
- CUSTOM** – greitai perjunkite į pasirinktinę programą. Šiuo režimu paspauskite 3 * 4 mažos klaviatūros patvirtinimo klavišą, kad įeitumėte į pasirinktinio programos segmento nustatymą. Galite greitai nustatyti parametrus naudodami parametą "Set + -" šiuo laikotarpiu.
- HEIGHT/CALORIES/TIME atgalinis skaičiavimas** - režimo abipusis perjungimo klavišas: laikas gali greitai įjungti laiko atvirkštinį režimą. Galite greitai nustatyti parametrus naudodami parametą "Set + -" šiuo laikotarpiu. Aukštis gali greitai įjungti aukščio atvirkštinį režimą. Kalorijos gali greitai įjungti kalorijų skaičiavimo režimą.
- LYGIS**– mygtukai leidžia reguliuoti (didinti ir mažinti) lygį kas 1 lygį treniruotės metu. Mygtukai yra išdėstyti ant konsolės kompiuterio ir ant turėkluose.
- GREITO PASIRINKIMO MYGTUKAI LYGIO**– leidžia atlikti tiesioginį pasirinkimą lygio treniruotės metu). (3,6,9,12,15,18).

FUNKCIJOS (SPECIFIKACIJA)

LAIKAS/ŽINGSNIAI	Rodo esamą judėjimo laiką arba žingsnių skaičių.	00:00-99:59 min
AUKŠTIS/PROG	Rodo judėjimo aukštį arba programos numerį.	0.0 - 999
KALORIJOS	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
LEVEL	Rodo lygį.	1-25
PULSAS	Rodo esamą pulsą. DĖMESIO! Pulso matavimas skirtas tik sportiniais tikslais (negalima naudoti medicininiais tikslais).	50-200 BPM
SPM	Rodo esamą judėjimo greitį.	Žingsniai/min

PULSO MATAVIMO FUNKCIJA

Paleidus laiptus laikykite abi rankas ant pulso matavimo jutiklių pulso. Po 30 sekundžių ekrane pasirodys dabartinis pulsas.

Matavimo metu kompiuteris parodys širdies formos piktogramą.

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

RANKINĖ PROGRAMA

Rankinė programa yra numatytasis įrenginio veikimo režimas. Laiptai pradėdą darbą jame paspaudus **START**, kai nepasirenkama jokia treniruočių programa.

- Numatytasis greitis režime rankiniu režimu yra 0.8 km/h.
- Grečio nustatymo keitimas ir lygio galima naudojant kompiuterio ir turėklų mygtukus.

TRENIRUOČIŲ PROGRAMOS

Pasirinkite vieną iš 36 automatinių treniruočių programų, paspausdami mygtuką **PROGRAMA** tol, kol ekrane pasirodys atitinkamas numeris.

- Kai parodytas bus atitinkama programa paspauskite **MODE**. Po pasirinkimo langelyje langelyje bus rodoma ir mirksės mirksės reikšmė „30:00“.

Nustatymai laiko treniruotės programos galima nustatyti mygtukais **SPEED +/-**.

- Nustatytas treniruotės laikas padalintas yra proporcingai į 20 etapų. Lentelėje pateikiamas etapų sąrašas ir atitinkami jiems greičiai ir kampas pasivirimo kiekvienai treniruotėi programai treniruotė. → [Žr. pslapj 105](#).
- Norėdami pradėti programą paspauskite **START**.

VARTOTOJO PROGRAMOS

Kompiuteryje yra 3 vartotojo programos, skirtos individualiam nustatymui: U1, U2, U3.

VARTOTOJO PROGRAMOS NUSTATYMAS

- Budėjimo režime spauskite mygtuką **PROGRAM**, norėdami pasirinkti vieną iš vartotojo programų. Ekrane paėliui bus rodomi automatinii programų numeriai, tada vartotojo programos.
- Kai rodoma bus atitinkama programa, paspauskite **MODE**, norėdami pradėti pirmosios programos sekcijos redagavimą. Naudokite mygtukus **SPEED +/-** greičiui nustatyti.
- Paspauskite **MODE**, kad patvirtintumėte pirmojo skyriaus parametrų nustatymus ir pereitumėte prie kito redagavimo.

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

Programos bus išsaugotos kompiuterio atmintyje iki kito jų redagavimo. Duomenys nebus prarasti dėl elektros energijos tiekimo sutrikimų.

VARTOTOJO PROGRAMOS PALEIDIMAS

- W režimą budėjimo, spauskite mygtuką **PROGRAM**, kad pasirinktumėte vieną iš programų vartotojo. Po pasirinkimo langelyje bus rodoma ir mirksės vertė "30:00". Naudokite mygtukus **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** iki nustatymo laiko treniruotei. Nustatytas laikas treniruotei padalintas yra proporcingai į 20 etapų.
- Norėdami pradėti programą paspauskite **START**.

ATGALINIO SKAIČIAVIMO REŽIMAS

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

- Norėdami nustatyti skaičiuojamą vertę naudokite mygtukus **GREITIS +/-**, **INCLINE +/-**.
- Paleidimas bėgimo takelio ir atgalinis skaičiavimas prasidės paspausdami mygtuką "START" **START**.

ATGALINIO SKAIČIAVIMO PARAMETRAI:

- LAIKAS:** pradinė reikšmė atgaliniam skaičiavimui yra 30 min. Kompiuteris leidžia nustatyti laiką diapazone 5-99 minučių (kas 1 minutę).
- KALORIJOS:** pradinė vertė atgalinio skaičiavimo yra 50 kcal. Kompiuteris leidžia nustatyti kalorijas į diapazoną 20-990 kcal (kas 10 kcal).
- ATSTUMAS:** pradinė vertė atgalinio skaičiavimo yra 1 km. Kompiuteris leidžia nustatyti atstumą į diapazoną 1,0-99,0 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) – reikšmės 10-99
- F3 - ūgis (height) – reikšmės 100-220 cm
- F4 - svoris (weight) – reikšmės 20-130 kg

Norėdami nustatyti parametrų reikšmes, naudokite mygtukus **SPEED +/-**, **POKLONIS +/-** nustatyti parametrų vertes.

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

Teisingas rezultatas turėtų būti tarp 19-26. Reikšmė mažesnė nei 19 reiškia nepakankamą svorį, 27-30 - antsvorį, o virš 30 - nutukimas.

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

TRENGIMAS IR PRATIMŲ ETAPAI

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

1. APŠILIMAS

Tai etapas, kuris pagerina kraujotaką visame kūne ir paruošia raumenis intensyvesniam krūviui. Tai taip pat sumažina mėšlungio ir sužalojimo riziką. Patartina atlikti keletą tempimo pratimų kaip parodyta žemiau. Jei jaučiate skausmą, nustokite mankštintis arba sumažinkite judesio amplitudę.

VIDINIŲ ŠLAUNIES RAUMENŲ TEMSIMAS

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

ŠLAUNŲ TEMSIMAS

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

GALVOS SUKIMAI

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

RANKŲ KĖLIMAS

Pakelkite kairę ranką kuo aukščiau ir palaikykite kelias sekundes. Pakartokite su dešine ranka.

ACHILO SAUSGYSLIŲ TEMSIMAS

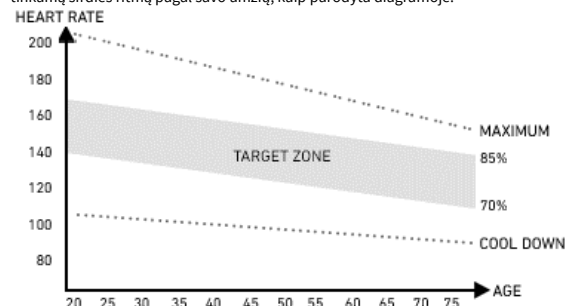
Atsisotkite veidu į sieną, ištieskite kairę koją į priekį ir šiek tiek sulenkite per kelį. Laikykite dešinę koją gale – ištiesia, kulnu plokščiai padėtu ant žemės. Laikykite abu kulnus plokščiai ant žemės ir spauskite klubus sienos link. Išlaikykite šią poziciją 30 sekundžių. Pakartokite su ištiesia dešine koja. Atminkite, kad mankštos metu nugaros nelenktumėte lanku.

LANKSTYMAI

Atsisotkite kojos kartu. Pasilenkite į priekį stengdamiesi kuo labiau pritraukti krūtinę prie kelių. Išlaikykite 15 sekundžių. Atminkite, kad nelenktumėte kelių.

2. PRATIMŲ ETAPAS

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



3. ATSPALIAIDAVIMO ETAPAS

Šis etapas leidžia nuraminti kraujotaką ir atpalaiduoti raumenis. Tai apšilimo pratimų pakartojimas. Reikėtų prisiminti, kad nepertemptumėte raumenų.

GALIMI GEDIMAI IR REMONTO TEHNIKOS

DĖMESIO! Prietaiso korpuso atidarymas be išankstinio susisiekiimo su gamintojo servisu panaikina garantiją.

[tarus gedimą, kurį reikia atidaryti korpusą, susisiekite su gamintojo servisu.

GEDIMO APRĄŠYMAS	GALIMOS PRIEŽASTYS	PROBLEMOS SPRENDIMAS
----- Problema su ekranu	Nėra maitinimo arba nėra elektros srovės	Prijunkite maitinimo laidą prie kintamosios srovės lizdo arba patikrinkite kintamosios srovės lizdą.
	Maitinimo jungiklis neįjungtas.	Nustatykite maitinimo jungiklį į ON padėtį.
	Pavara be maitinimo arba sugedusi.	Dar kartą paspauskite apsaugą nuo perkrovos arba pakeiskite pavarą.
	Nutrūkęs elektroninio skaitiklio signalo laido kontūras	Pakeiskite signalo laidą ir vėl jį prijunkite.
	Elektroninis skaitiklis yra sugedęs	Pakeiskite elektroninį skaitiklį.
Nepilnas ekranas, trūksta segmentų	Ekranas valdiklio integrinis grandynas (IC) netinkamas litavimas arba nuolatinis litavimas	Reikalingas remontas, patikrinkite litavimo taškus, tvirtas litavimas vietoje.
	Sugedęs ekranas valdiklio integrinis grandynas (IC)	Atjunkite kabelį ir Reikalingas remontas, įlituokite naują integrinį grandyną ekranas valdiklio (IC).
Elektroninio skaitiklio ekranas	Atsijungęs apsauginis užraktas	[dėkite apsauginį užraktą į siurbtuko arba kortelės padėtį ant skydelio.
	Atsijungęs avarinis valdiklio išjungiklis	Prijunkite arba pasukite avarinį išjungiklį į tinkamą padėtį
-arba-	Magnetronas neįjungtas (jei yra)	Magnetronas įrengtas tinkamoje padėtyje.
E01 - Komunikacijos klaida (valdiklis negauna signalo iš elektroninio skaitiklio);	Elektroninio skaitiklio signalo laidas yra netinkamai prijungtas arba turi silpną kontaktą.	Vėl prijunkite kištuką
E02 - Komunikacijos klaida (elektroninis skaitiklis negauna signalo iš valdiklio)	Elektroninio skaitiklio signalo laidas yra pažeistas,	Pakeiskite signalo laidą. Kreipkitės į

	trumpai sujungtas arba nutrūkęs Priežastis yra elektroninio skaitiklio signalo laidas	gamintojo aptarnavimo centrą Pakeiskite elektroninį skaitiklį. Kreipkitės į gamintojo aptarnavimo centrą
	Valdiklio signalo grandinės gedimas	Pakeiskite pavarą. Kreipkitės į gamintojo aptarnavimo centrą.
E08 - Apatinio valdymo prijungimo gedimas	Aptikimas ar pojungimos mašinos gale yra užblokuotas.	Pašalinkite blokuojantį pašalinį kūną.
	IR jutiklio gedimas	Pakeiskite jutiklį. Susisiekite su gamintojo servisu.
	Valdiklio gedimas.	Pakeiskite valdiklį. Susisiekite su gamintojo servisu
E48 - Nėra greičio aptikimo signalo (su greitį aptinkančiu valdikliu)	Greičio signalo laidas neprijungtas arba jutiklis yra pažeistas	Iš naujo įdėkite greičio signalo laidą arba pakeiskite jutiklį. Susisiekite su gamintojo servisu
	Valdiklio jutiklio grandinė yra pažeista	Pakeiskite pavarą. Susisiekite su gamintojo servisu
Įrenginys neveikia	Nėra maitinimo	Prijunkite įrenginį prie elektros tinklo.
	Atsijungęs apsauginis raktas	Įdėkite apsauginį raktą.
	Trumpasis jungimas	Susisiekite su gamintojo servisu.
	ON/OFF jungiklis neįjungtas	Įjunkite įrenginį.
	Pavaros diržas yra per mažai įtemptas	Susisiekite su gamintojo servisu.

GARANTIJA

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

Garantis talonas yra paskutiniame puslapyje.**GARANTIJOS SĄLYGOS**

- Skundai ir garantija taikomi tik paslėptiems defektams, atsiradusiems dėl gamintojo kaltės.

- Garantija bus gerbiama parduotuvės ar serviso, kai klientas pateiks:
 - galiojantį, įskaitomai ir teisingai užpildytą garantinį taloną su pardavimo antspaudu ir pardavėjo parašu,
 - galiojantį įrangos pirkimo įrodymą su pardavimo data,
 - reklamuojamą prekę arba defektinę dalį.
Perkant nuotoliniu būdu, garantinis talonas galioja tik pirkimo dokumento (čekio / sąskaitos faktūros) pagrindu.
- Pretenzija bus išnagrinėta per 14 dienų nuo tos dienos, kai Klientas pranešė apie defektą.
- Gamykliniai defektai ir pažeidimai, atsiradę garantiniu laikotarpiu, bus nemokamai pašalinti per ne daugiau kaip 21 dieną nuo prekės pristatymo į parduotuvę ar servisą 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:
 - mechaniniams pažeidimams ir jų sukeltiems defektams,
 - pažeidimams ir defektams, atsiradusiems dėl netinkamo naudojimo ir laikymo, netinkamo surinkimo ir priežiūros,
 - pažeidimams ir susidėvėjimui tokių eksploatacinių dalių kaip: trosai, diržai, guminės dalys, pedalai, putplasčio rankenos, ratukai, guoliai, apmušalai.
 - veiksmams, susijusiems su surinkimu, priežiūra, kuriuos, vadovaujantis naudojimo instrukcija, naudotojas privalo atlikti savo sąskaita.
- Garantija netaikoma šiais atvejais:
 - pasibaigus galiojimo laikui,
 - jei klientas atliko savarankiškus remontus ir modifikacijas naudodamas neoriginalias dalis,
 - kai defektas atsirado dėl netinkamo įrengimo arba nesilaikant tinkamo naudojimo taisyklių, aprašytų naudojimo instrukcijoje,
 - naudojant ne būtiniam naudojimui,
 - pažeidimams, atsiradusiems transportuojant.
- Garantinio talono dublikatai neišduodami.
- Pagal garantiją klientas turi teisę reikalauti šių rūšių neatlygintino atlyginimo:
 - produkto remonto,
 - produkto pakeitimo,
 - kainos sumažinimo,
 - sutarties nutraukimo ir visiško patirtų išlaidų grąžinimo.
- Norint pateikti pretenziją, reikia:
 - Pateikti gaminį arba jo dalį, kuriai taikoma garantija.
 - Pirkimo įrodymas, nurodantis pardavėjo pavadinimą ir adresą, pirkimo datą ir vietą, produkto tipą arba galiojantį garantinį taloną su parduotuvės antspaudu.
 - Jeį pristatomas nešvarus produktas, servisas gali atsisakyti jį priimti arba kliento sąskaita, gavęs jo raštišką sutikimą, jį išvalyti.
- Teigiamai išnagrinėjus pretenziją, įrangą bus suremontuota arba pakeista nauja, arba klientui bus grąžinti pinigai. Prekės transportavimo klientui išlaidas apmoka gamintojo servisas.
- Atsisakius patenkinti garantinę pretenziją, klientas gaus išsamų priimto sprendimo paaiškinimą, o per 14 dienų nuo sprendimo perdavimo įrangą bus išsiųsta klientui jo sąskaita.

Lai nodrošinātu maksimālu lietošanas drošību iekārtai, ieteicams to regulāri pārbaudīt, vai nav nodilušu elementu. Tas attiecas uz uzgriežņu, skrūvju, kustīgo daļu pievilkšanas un stāvokļa pārbaudi, uzmavu utt.

Glabājiet iekārtu sausā un siltā vietā. Nepakļaujiet iekārtu saules stariem.

UZMANĪBU! Pirms apkopes sākšanas vienmēr izslēdziet iekārtu un atvienojiet no strāvas.

TĪRĪŠANA

Regulāra ierīces tīrīšana paildzinās tās kalpošanas laiku un saglabās tās augsto veiktspēju.

Tīrīšanai izmantojiet mīkstu, mitru drānu. Tas neattiecas uz elektriskajiem elementiem, dzinēju, iekšējām daļām - neļaujiet ūdenim iekļūt šajās vietās. Sargāt no ūdens iedarbības.

DZINĒJA TĪRĪŠANA

Vismaz reizi gadā atbrīvojieties no putekļiem dzinējā. Lai to izdarītu, vispirms izslēdziet ierīci no strāvas padeves un pēc aptuveni 1 stundas noņemiet dzinēja pārsegu. Izmantojot saspiestu gaisu vai otu, uzmanīgi notīriet putekļus. Pēc dzinēja pārsega atkārtotas uzstādīšanas un pievienošanas strāvas padevei, varat palaist iekārtu.

VIDE

Ierīce tiek piegādāta iepakojumā, lai aizsargātu to no iespējamajiem bojājumiem transportēšanas laikā. Iepakojums ir izveidots un var tikt pārstrādāts. Wyrzućaj te materiały do odpowiednich kolorowych pojemników przeznaczonych do selektywnej zbiórki.



Aizsargājiet vidi un neizmetiet izlietotās baterijas sadzīves atkritumu tvertnē. Oddawaj je w miejscu zakupu lub przekazuj do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych. Noliototās elektriskās ierīces (ieskaitot skaitītāju, barošanas bloku) ir otrreizējās izejvielas – neizmetiet tās sadzīves atkritumu konteineros, jo tās var saturēt veselībai un videi bīstamas vielas. Lūdzam aktīvi palīdzēt taupīgi saimniekot ar dabas resursiem un aizsargāt dabisko vidi, nododot nolietoto ierīci otrreizējo izejvielu uzglabāšanas vietā – noliototās elektriskās ierīces.

MONTĀŽA

Ierīces montāža jāveic rūpīgi pieaugušajam. Ja rodas šaubas, lūdziet palīdzību kādam ar lielāku pieredzi šajā jomā.

- Pirms montāžas sākšanas pārliecinieties, vai komplektā ar ierīci ir visi elementi no detaļu saraksta un vai kādi elementi nav bojāti transportēšanas laikā. Ja trūkst elementu vai ir pretenzijas, sazinieties ar pārdevēju.
- Iepazīstieties ar zīmējumiem un skaidrojumiem un veiciet montāžu saskaņā ar secību, kas norādīta montāžas instrukcijā.
- Esiet piesardzīgs montāžas laikā. Lietošanas laikā ar instrumentiem un elementiem pastāv savainošanās risks.
- Atcerieties par drošas vides uzturēšanu. Neizklājiet instrumentus un montāžas elementus haotiski. Atcerieties, ka plēves un plastmasas maisiņi rada nosmakšanas risku bērniem.
- Montāžas elementi, kas nepieciešami noteikta soļa veikšanai montāžas instrukcijā ir parādīti zīmējumos un skaidrojumos. Izmantojiet elementus, kas norādīti montāžas instrukcijā.
- Montāžas pirmajās fāzēs nepievelciet detaļas līdz galam. Dariet to pēc visu detaļu ievietošanas un pārliecināšanās, ka tās ir pareizi ievietotas.
- Ražotājs patur tiesības iepriekš samontēt dažus elementus.

MONTĀŽAS SHĒMA (→ Skatīt lapu 3)

UZMANĪBU! Ir aizliegts izmantot detaļas, kas iegūtas no citiem avotiem, nevis no ražotāja.

DETAĻU SARAKSTS

Pilns detaļu saraksts ir pieejams, sazinoties ar servis@zipro.pl vai vietnē **Zipro.store produkta aprakstā.**

NR	APRAKSTS	DAUDZUMS
1	Galvenais rāmis	1
2R/2L	Statņa atbalsta	2
3R/3L	Rokturi	2
4	Aizmugurējie rokturi	1
5	Konsoles atbalsta statnis	1
6	Konsoles atbalsta statnis II	1
40R/40L	Atbalsta statņa pārsegs	2
41	Pudeļu turētājs	1
42	Konsoles atbalsta statnis dekoratīvs pārsegs	1
45	Konsole	1
47	Konsoles aizmugurējais dekoratīvais pārsegs	1
52R/52L	Ārējais dekoratīvais pārsegs	2
53R/53L	Iekšējais dekoratīvais pārsegs	2
72	Skrūve iekšējā seškanšu M10 * 30	4
73	Skrūve iekšējā seškanšu M10 * 20	10
76	Skrūve iekšējā seškanšu M8 * 40	2
77	Skrūve ar plakanu galvu M8 * 20	8
78	Skrūve iekšējā seškanšu M6 * 25	6
82	Phillips skrūve ar galvu ar paplāksni M4*15	14
89	Krusteniskā skrūve ar galvu un paplāksni M4 * 8	2
90	Krusteniskā skrūve ST4,0*16	40
102	Iekšējā zobainā paplāksne Φ 10*1.2	12
103	Iekšējā zobainā paplāksne Φ 8*1.2	8
105	Standarta plakana paplāksne Φ 10	8

MONTĀŽAS INSTRUKCIJA (→ Skatīt lapu 3)

UZMANĪBU! Montāžas laikā ievērojiet tālāk norādītās darbības un izmantojiet izstrādājumam pievienotos instrumentus.

Sagatavojiet pietiekami daudz brīvas vietas iekārtas montāžai. Ņemot vērā dažu elementu lielo svaru, ieteicams montāžu veikt diviem cilvēkiem.

ISALIKŠANAS UN IZJAUKŠANAS INSTRUKCIJA

IERĪCES SALIKŠANA

UZMANĪBU! Pirms salikšanas rūpīgi pārbaudiet, vai visas skrūves ir pievilktas. UZMANĪBU! Salikšanas laikā uzmanieties no rokām un pirkstiem, lai tie netiktu iespiesti.

DATOREKSTRĀDES INSTRUKCIJA

SĀKUMS

Laikā 3 sekundes pēc pogas nospiešanas **START** ierīce sāks darboties.

ENERĢIJAS TAUPĪŠANAS FUNKCIJA

Dators pāries enerģijas taupīšanas režīmā automātiski, ja 10 minūšu laikā netiek veiktas nekādas darbības. Nospiediet jebkuru taustiņu, lai atsāktu sistēmu.

AVĀRIJAS APTURĒŠANAS IERĪCE

UZMANĪBU! Pēkšņu draudu gadījumā nekavējoties nospiediet avārijas apturēšanas pogu.

PROGRAMMAS

Dators ir aprīkots ar 3 lietotāju programām manuālai iestatīšanai, 36 automātiskās programmas, kas saglabātas atmiņā, atpakaļskaitīšanas režīmi (laiks, soli, augstums, kalorijas, līmenis, pulss, ātrums).

POGU APRAKSTS

- START** - kalpo lai ieslēgtu ierīces režīmā manuālā vai izvēlēta programmā.
- STOP** - kalpo lai apturētu darbojošos ierīci. Pēc nospiešanas notiks arī atiestatīšana iestatījumiem. Po atkārtotas ieslēgšanas ierīce sāks darbu režīmā manuālā.
- COOL DOWN** - nospiediet treniņa laikā, lai sāktu pakāpenisku atdzišanu atbilstoši pašreizējam intensitātes līmenim. Iekārta vienmērīgi palēnina ātrumu un pēc atpakaļskaitīšanas beigām apstājas.
- PROGRAMMA** - izmanto lai izvēlētos programmu treniņam automātisku (P1-P12), lietotāja programmu lietotāja (U1-U3) vai funkciju Body Fat pirms sākšanas.
- MANUĀLI** - ļauj izvēlēties režīmu atpakaļskaitīšanas: laika, attāluma vai kaloriju
- CUSTOM** - ātri pārslēdziet uz pielāgoto programmu. Šajā režīmā nospiediet 3 * 4 mazās tastatūras apstiprināšanas taustiņu, lai atvērtu pielāgotā programmas segmenta iestatījumu. Šajā periodā jūs varat ātri iestatīt parametrus, izmantojot parametru "Set + -".
- AUGUMS/KALORIJA/LAIKS atpakaļskaitīšana** - režīmu savstarpējās pārslēgšanas taustiņš: laiks var ātri ieslēgt laika atpakaļgaitas režīmu. Šajā periodā jūs varat ātri iestatīt parametrus, izmantojot parametru "Set + -". Augstums var ātri ieslēgt augstuma atpakaļgaitas režīmu. Kalorijas var ātri ieslēgt kaloriju skaitīšanas režīmu.
- LĪMENIS** - pogas ļauj regulēt (palielināšana un samazināšana) līmeni par 1 līmeni treniņa laikā. Pogas atrodas uz uz datora konsoles un uz margām.
- ĀTRIZVĒLES POGAS LĪMENIS** - ļauj uz veikt tiešu izvēli līmenim treniņa laikā (3,6,9,12,15,18).

FUNKCIJAS (SPECIFIKĀCIJA)

TIME/STEPS	Parāda pašreizējokustības laiku vai soļu skaitu.	00:00-99:59 min
HEIGHT/PROG	Parāda kustības augstumu vai programmas numuru.	0.0 - 999
CALORIES	Aprēķina kopējo sadedzināto kaloriju skaitu no vingrinājuma sākuma līdz beigām. (Mērījums ir aptuvenš dažādu treniņu sesiju salīdzināšanai, to nedrīkst izmantot ārstēšanai).	0,0-999 kcal
LEVEL	Parāda līmeni.	1-25
PULSE	Parāda pašreizējo pulsu. UZMANĪBU! Pulsa mērīšana tikai sporta nolūkiem (medicīniska izmantošana ir izslēgta).	50-200 BPM
SPM	Parāda pašreizējo kustības ātrumu.	Steps/min

PULSA MĒRĪŠANAS FUNKCIJA

Pēc ieslēgšanas kāpnēm turiet abas rokas uz sensoriem, lai mērītu pulsu. Pēc 30 sekundēm ekrānā parādīsies aktuālais pulss.

Mērīšanas laikā dators parādīs sirds formas ikonu.

UZMANĪBU! Sirds darbības mērīšana paredzēta tikai sporta nolūkiem (medicīniska izmantošana ir izslēgta).

MANUĀLĀ PROGRAMMA

Manuālā programma ir ierīces noklusējuma darbības režīms. Kāpnēs sākdarbu tajā pēc nospiešanas **START**, ja nav atlasīta neviena treniņu programma.

- Noklusējuma ātrums režīmā manuāli ir 0.8 km/h.
- Ātruma un līmeņa iestatījumu maiņa ir iespējama, izmantojot datora un margu pogas.

TRENIŅU PROGRAMMAS

Izvēlieties vienu no 36 automātiskajām treniņu programmām, nospiežot pogu **PROGRAMMA** tik ilgi, līdz ekrānā parādās atbilstošais numurs.

- Kad parādās pareizais programmas numurs, nospiediet **MODE**. Pēc atlasīšanas logā parādīsies informācija par un mīrgos mīrgos vērtība "30:00".

Iestatījumu laika treniņam programmā var veikt ar pogām **+/-**.

- Iestatītais laiks treniņam tiek sadalīts ir proporcionāli uz 20 posmiem. Tabulā ir parādīts sadalījums posmiem un atbilstošajiem tiem

- ātrumiem un lēnķis slīpuma katram katram programmam treniņu. ➤
[Skatīt lappusi 105.](#)
- Lai sāktu programmu nospiediet **START**.

LIETOTĀJA PROGRAMMAS

Dators ir aprīkots ar 3 lietotāja programmām individuālai definēšanai: U1, U2, U3.

LIETOTĀJA PROGRAMMAS IESTATĪŠANA

- Gaidīšanas režīmā nospiediet pogu **PROGRAM**, lai izvēlētos vienu no lietotāja programmām. Panelī secīgi tiks parādīti automātisko programmu numuri, pēc tam lietotāja programmas.
- Kad tiek parādīta tiek parādīta atbilstošā programma, nospiediet **MODE**, lai sāktu programmas pirmās sadaļas rediģēšanu. Izmantojiet pogas **SPEED +/-** lai iestatītu ātrumu.
- Nospiediet **MODE**, lai apstiprinātu pirmās sadaļas parametru iestatījumus un pārietu uz nākamās rediģēšanu.

Programmas sastāv no 20 sadaļām. Atkārtojiet iepriekš minētās darbības, līdz tiek iestatīti visu sadaļu parametri. Programmas tiks saglabātas datora atmiņā līdz nākamajai rediģēšanai. Dati netiks zaudēti strāvas padeves traucējumu dēļ.

LIETOTĀJA PROGRAMMAS DARBINĀŠANA

- W režīmā gaidīšanas, nospiediet pogu **PROGRAM**, lai izvēlētos vienu no programmām lietotāja. Po izvēles logā parādīsies un un mirgos vērtība "30:00". Izmantojiet pogas **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** līdz iestatīšanai laika treniņam. Iestatītais laiks treniņam tiek dalīts ir proporcionāli uz 20 posmiem.
- Lai sāktu programmu nospiediet **START**.

ATPAKAĻSKAITĪŠANAS REŽĪMS

Izvēlieties vienu no 3 atpakaļskaitīšanas režīmiem, nospiežot pogu **MODE**.

- Lai iestatītu atskaitāmo vērtību izmantojiet pogas **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Iedarbināšana skrejceļiņa un atpakaļskaitīšana sāksies pēc nospiešanas pogas **START**.

ATPakaļskaitāmie PARAMETRI:

- LAIKS: sākotnējā vērtība atpakaļskaitīšanas ir 30 min. Dators ļauj iestatīt laiku diapazonā no 5-99 minūtēm (ar 1 minūti).
- KALORIJAS: sākotnējā vērtība atpakaļskaitīšanas ir 50 kcal. Dators ļauj iestatīt kalorijas diapazonā no 20-990 kcal (ar 10 kcal).
- ATTĀLUMS: sākotnējā вартоść atpakaļskaitīšanas ir 1 km. Dators ļauj iestatīt attālumu diapazonā no 1,0-99,0 km (ar 1 km).

KERMEŅA TAUKU MĒRĪŠANAS FUNKCIJA (BODY FAT)

Spiediet pogu **PROGRAM**, līdz ekrānā parādās "FAT".

Izmantojiet **MODE**, lai ievadītu parametrus:

- F1 - dzimums (dzimums) – 01 vīrietis / 02 sievieti
- F2 - vecums (vecums) – vērtības 10-99
- F3 - augums (augums) – vērtības 100-220 cm
- F4 – svars (svars) – vērtības 20-130 kg

Izmantojiet pogas **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** lai iestatītu parametru vērtības. Pēc parametru izvēles displejā parādīsies F5. Novietojiet abas rokas uz pulsa mērīšanas 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 nozīmē nepietiekamu svaru, 27-30 - lieko svaru, un virs 30 - aptaukošanās.

UZMANĪBU! Iegūtie rezultāti nekādā gadījumā nedrīkst būt par pamatu ārstēšanai vai tikt ņemti vērā medicīniskiem mērķiem.

TTRENIŅŠ UN VINGRINĀJUMU FĀZES

Ierīces lietošana sniegs Jums daudz priekšrocību. Pirmkārt, tas uzlabos Jūsu fizisko stāvokli, stiprinās muskuļus, un apvienojumā ar atbilstošu diētu ļaus sadedzināt liekos taukus.

1. IESILDĪŠANĀS

Šī ir fāze, kas uzlabo asinsriti visā ķermenī un sagatavo muskuļus intensīvai slodzei. Tas arī samazina krampju un traumu risku. Ieteicams veikt dažus stiepšanās vingrinājumus kā parādīts zemāk. Ja Jūs jūtat sāpes, pārtrauciet vingrošanu vai samaziniet kustību amplitūdu.

AUGŠSTILBA IEKŠĒJO MUSKUĻU STIEPŠANA

Sēdiet uz līdzenas virsmas ar saliektām kājām un ceļgaliem, kas vērsti uz āru. Savienojiet pēdu zoles un pietuvināt tās viena otrai pēc iespējas tuvāk. Viegli nospiediet ceļgalus, virzot tos pret zemi, un noturiet šo pozīciju 15 sekundes.

AUGŠSTILBA STIEPŠANA

Sēdiet uz līdzenas virsmas. Iztaisnojiet labo kāju, un kreisās pēdas zoli pielieciet pie labā augšstilba. Izstiepiet labo roku labās kājas pirkstu virzienā cik tālu vien iespējams. Noturiet 15 sekundes. Atkārtojiet ar kreiso kāju.

GALVAS PAGRIEZIENI

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 cik vien iespējams augstu un noturiet dažas sekundes. Atkārtojiet ar labo roku.

AHILEJA CĪPSLAS STIEPŠANA

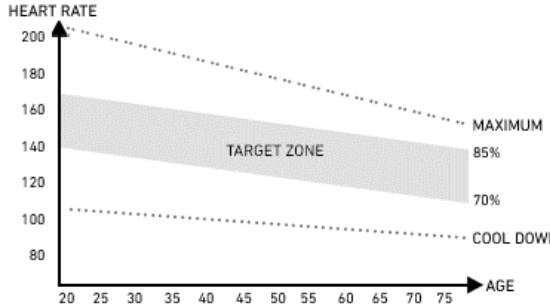
Stāviet ar seju pret sienu, izbidiet kreiso kāju uz priekšu un viegli salieciet ceļgā. Labo turiet aizmugurē – iztaisnotu, ar papēdi, kas atrodas plakaniski uz zemes. Turiet abus papēžus plakaniski uz zemes un spiediet gurnus pret sienu. Noturiet šo pozīciju 30 sekundes. Atkārtojiet ar izbidītu labo kāju. Atcerieties, ka vingrinājuma laikā nedrīkst izliet muguru.

NOLIEKŠANĀS

Stāviet ar kājām kopā. Noliecieties uz priekšu, cenšoties cik vien iespējams pietuvināt krūškurvi ceļgaliem. Noturiet 15 sekundes. Atcerieties, ka nedrīkst saliekt ceļgalus.

2. VINGRINĀJUMU FĀZE

Šī ir pareizā treniņa fāze. Vingrojiet savā tempā, lai sasniegtu savam vecumam atbilstošu pulsu, kā parādīts grafikā.



3. ATSLĀBŠANAS FĀZE

Šī fāze ļauj nomierināt asinsriti un atslābināt muskuļus. Tas ir iesildīšanās vingrinājumu atkārtojums. Jāatceras, ka nedrīkst pārpūlēt muskuļus.

IESPĒJAMIE BOJĀJUMI UN REMONTA TEHNIKAS

UZMANĪBU! Ierīces korpusa atvēršana bez iepriekšējas sazināšanās ar ražotāja servisu izraisa garantijas zaudēšanu.

Ja Jums ir aizdomas par defektu, kas prasa korpusa atvēršanu, sazinieties ar ražotāja servisu.

KĻŪDAS APRAKSTS	IESPĒJAMIE CĒĻŅI	PROBLĒMAS RISINĀJUMS
----- Problēma ar displeju	Nav barošanas vai nav strāvas padeves Barošanas slēdzis nav ieslēgts. Piedziņa bez strāvas vai bojāta. Elektroniskā skaitītāja signāla vada ķēde ir pārtraukta Elektroniskais skaitītājs ir bojāts	Pievienojiet strāvas vadu maiņstrāvas kontaktligzdai vai pārbaudiet maiņstrāvas kontaktligzdu. Iestatiet barošanas slēdzi pozīcijā ON. Atkārtoti nospiediet aizsardzību pret pārslodzi vai nomainiet piedziņu. Nomainiet signāla vadu un pievienojiet to atpakaļ. Nomainiet elektronisko skaitītāju.
Nepilnīgs displejs, trūkstoši segmenti	Displeja draivera integrālās shēmas (IC) defektīva lodēšana vai nepārtraukta lodēšana Bojāta displeja draivera integrālā shēma (IC)	Nepieciešams remonts, pārbaudiet lodēšanas punktus, droša lodēšana vietā. Atvienojiet kabeli un Nepieciešams remonts, pielodējiet jaunu integrālo shēmu displeja draiveri (IC).
Elektroniskā skaitītāja displejs	Drošības slēdzenes atvēršana Atvienots draivera avārijas slēdzis Magnetrons nav ieslēgts (ja tāds ir)	Novietojiet drošības slēdzeni piesūcekņa vai kartes pozīcijā uz paneļa. Pievienojiet vai pagrieziet avārijas slēdzi pareizā pozīcijā Magnetrons ir uzstādīts pareizā pozīcijā.
-vai-		
E01 - Sakaru kļūda (draiveris nesaņem signālu no elektroniskā skaitītāja);	Elektroniskā skaitītāja signāla vads ir nepareizi pievienots vai tam ir vājš kontakts.	Pievienojiet kontaktdakšu vēlreiz
E02 - Sakaru kļūda (elektroniskais skaitītājs nesaņem signālu no draivera)	Elektroniskā skaitītāja signāla vads ir bojāts, īssavienojums vai pārtraukts limesls ir elektroniskā skaitītāja signāla vadā	Nomainiet signāla vadu. Sazinieties ar ražotāja servisa centru
	Draivera signāla ķēdes kļūme	Nomainiet piedziņu.

		Sazinieties ar ražotāja servisa centru.
E08 - Apakšējās vadības savienojuma kļūme	Detekcija vai savienojumasa iekārtas galā ir bloķēta..	Noņemiet bloķējošo svešķermeni..
	IR sensora kļūme	Nomainiet sensoru. Sazinieties ar ražotāja servisu.
	Kontrollera kļūme.	Nomainiet kontrolleri.. Sazinieties ar ražotāja servisu
E48 - Nav ātruma noteikšanas signāla (ar ātrumu nosakošu kontrolieri)	Ātruma signāla vads nav pievienots vai sensors ir bojāts	Atkārtoti ievietojiet ātruma signāla vadu vai nomainiet sensoru. Sazinieties ar ražotāja servisu
	Kontrollera sensora kļūde ir bojāta	Nomainiet piedziņu. Sazinieties ar ražotāja servisu
Ierīce nedarbojas	Nav barošanas	Pievienojiet ierīci strāvas padevei.
	Atvienota drošības atslēga	Ievietojiet drošības atslēgu.
	Īssavienojums	Sazinieties ar ražotāja servisu.
	ON/OFF slēdzis nav ieslēgts	Ieslēdziet ierīci.
	Piedziņas sikсна ir pārāk maz nosprigota	Sazinieties ar ražotāja servisu.

GARANTIJA

Pārdevējs Garantētāja vārdā sniedz garantiju Latvijas Republikas teritorijā uz 24 mēnešiem no pārdošanas datuma. Garantija pārdotajai precei neizslēdz, neierobežo un neapņur Pircēja tiesības, kas izriet no Patērētāju tiesību aizsardzības likuma.

Garantijas karte atrodas pēdējā lapā.**GARANTIJAS NOTEIKUMI**

1. Pretenzijām un garantijai pakļautas tikai slēptas nepilnības, kas radušās ražotāja vainas dēļ.
2. Garantija tiks ievērota tikai tad, ja pēc tam, kad klients būs uzraudzījis:
 - a. derīgu, salasāmu un pareizi aizpildītu garantijas karti ar pārdošanas zīmogu un pārdevēja parakstu,
 - b. derīgu iekārtas iegādes apliecinājumu ar pārdošanas datumu,

- c. reklamēto preci vai bojāto daļu.
Ja pirkums veikts 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 novērtēti bez maksas ne ilgāk kā 21 dienas laikā no preces piegādes datuma veikalam vai servisa centram.
 5. Ja nepieciešams importēt rezerves daļas, garantijas remonta izpildes laiks var tikt pagarināts par laiku, kas nepieciešams to 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 nodilumam, piemēram: troses, siksnas, gumijas elementi, pedāļi, sūkļa rokturi, riteni, gultņi, polsterējums.
 - d. darbībām, kas saistītas ar montāžu, apkopi, kuras saskaņā ar lietošanas instrukciju lietotājam jāveic pašam.
 7. Garantija neattiecas uz šādiem gadījumiem:
 - a. derīguma termiņa beigām,
 - b. ja klients pats veicis remontu un modifikācijas, izmantojot neoriģinālas detaļas,
 - c. ja defekts radies nepareizas uzstādīšanas vai lietošanas instrukcijā aprakstīto pareizas darbības principu neievērošanas dēļ,
 - d. lietošanai, kas nav mājās lietošana,
 - e. transportēšanas laikā radušies bojājumiem.
 8. Garantijas kartes dublikāti netiks izsniegti.
 9. Garantijas ietvaros klientam ir tiesības pieprasīt šādas bezmaksas kompensācijas veidus:
 - a. produkta remonts,
 - b. produkta nomaiņa,
 - c. cenas samazināšana,
 - d. līguma laušana un pilnīga radušos izmaksu atmaksas.
 10. Lai iesniegtu pretenziju, jums jā:
 - a. Uzrādīt produktu vai tā daļu, uz kuru attiecas garantija.
 - b. Pirkuma apliecinājums, kurā norādīts pārdevēja nosaukums un adrese, pirkuma datums un vieta, produkta veids vai derīga garantijas karte ar veikala zīmogu.
 - c. Ja produkts tiek piegādāts netīrs, servisa centrs var atteikties no pieņemšanas vai arī par klienta rēķinu ar viņa rakstisku piekrišanu veikt tīrīšanu.
 11. Ja pretenzija tiek apmierināta, iekārta tiks salabota vai nomainīta pret jaunu, vai arī klientam tiks atmaksāta nauda. Preču transportēšanas izmaksas līdz klientam sedz ražotāja servisa centrs.
 12. Ja garantijas pretenzija tiek noraidīta, klients saņems detalizētu pieņemta lēmuma pamatojumu un 14 dienu laikā no lēmuma paziņošanas brīža iekārta tiks nosūtīta atpakaļ klientam uz viņa rēķina.

NL Gebruikershandleiding

Beste gebruiker,
Lees deze handleiding aandachtig door voordat u met de montage begint en het apparaat voor de eerste keer gebruikt. Deze handleiding bevat belangrijke informatie over de veiligheid, het gebruik en het onderhoud van het apparaat. Bewaar hem zodat u de informatie over onderhoud kunt raadplegen of reserveonderdelen kunt bestellen.

TECHNISCHE GEGEVENS

Voeding	220V
Maximaal vermogen	900 W
Gewicht	135 kg
Bedrijfstemperatuur	0°C tot +40°C
Opslagtemperatuur	-10°C tot +60°C
Maximaal gebruikersgewicht	160 kg
Toepassingsklasse	Klasse SC
Nauwkeurigheidsklasse	Klasse C
Aantal weerstandsniveaus	25 niveaus
Productnorm (hoofd)	PN-EN ISO 20957-8:2021
Bestemming	Strainingstrap voor gebruik semi-commercieële inschakelen.

VEILIGHEID

LET OP! Het apparaat mag alleen worden gebruikt voor het beoogde doel, namelijk 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 laatste veiligheidskennis. Gevaarlijke elementen die mogelijk een risico op letsel vormen, zijn geëlimineerd of relatief beschermd.
- Reparaties en wijzigingen op eigen gelegenheid zijn niet toegestaan.
- Controleer één of twee keer per maand of de schroeven en moeren goed vastzitten.
- Om de veiligheid permanent te garanderen, dient u regelmatig (één keer per jaar) de apparatuur in een gespecialiseerde winkel te controleren en te onderhouden.
- Alle wijzigingen aan het apparaat die niet beschreven zijn in deze handleiding, kunnen schade veroorzaken of de gezondheid en het leven van de persoon die traint direct in gevaar brengen. Wijzigingen aan het apparaat mogen alleen worden aangebracht door medewerkers van de servicedienst van de fabrikant of door personen die door hen zijn opgeleid.
- Alle apparaten zijn onderworpen aan voortdurende innovatieve acties om een hoge kwaliteit te waarborgen. Om deze reden behoudt de fabrikant zich het recht voor om technische wijzigingen aan te brengen.
- Alle vragen of twijfels over de apparatuur kunt u richten aan een gespecialiseerde winkel.

LET OP! Houd u aan de algemene regels voorschriften en veiligheidsmaatregelen die gelden voor de omgang met elektrische apparaten.

- Het apparaat wordt gevoed door een netspanning van 220V.**
- Alle elektrische apparaten zenden tijdens bedrijf elektromagnetische straling uit. Als er andere apparaten in de buurt van de elektronische besturing of cockpit staan die dergelijke straling uitzenden (bijv. mobiele telefoons), kunnen sommige waarden (zoals bijv. hartslag) vervormd raken.
- LET OP!** Breng nooit zelf wijzigingen aan in het elektriciteitsnet. Besteed dergelijke wijzigingen uit aan specialisten.
- LET OP!** Vergeet niet om de stekker uit het stopcontact te halen voordat u reparaties, onderhoud of reiniging aan de apparatuur uitvoert.
- Gebruik geen verlengsnoeren om het apparaat aan te sluiten.
- Als u het apparaat gedurende langere tijd niet gebruikt, trek dan de stekker uit het stopcontact.
- Let erop dat de elektrische kabel niet bekneld raakt en dat de plaatsing ervan geen risico op struikelen veroorzaakt.

AARDING

Aarding beschermt tegen het risico van elektrische schokken. Het apparaat heeft een kabel en stekker met aarding. De stekker moet worden aangesloten op een correct geïnstalleerd en goed geaard stopcontact.

GEVAAR! Een onjuiste aansluiting van de kabel kan leiden tot een risico op elektrische schokken.

- Voordat u het apparaat op het stroomnet aansluit, moet u ervoor 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 elektricien.

LET OP! Personen die zich in de buurt bevinden tijdens het gebruik van de apparatuur moeten worden gewaarschuwd voor mogelijke gevaren. Wees extra voorzichtig in de buurt van kinderen.

LET OP! Raadpleeg een arts voordat u met de oefeningen begint om er zeker van te zijn dat u geen gezondheidsbelemmeringen hebt om op het apparaat te trainen. Op basis van de mening van een specialist kunt u uw

trainingsplan ontwikkelen. Een verkeerd gekozen programma of overmatige oefeningen kunnen gevaarlijk zijn voor uw gezondheid en leven.

WAARSCHUWING! Hartslagmeetsystemen kunnen onnauwkeurig zijn. Overbelasting tijdens het sporten kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Als u zich zwak voelt, stop dan onmiddellijk met sporten.

LET OP! Neem absoluut de opmerkingen over 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 verkeersaders (wegen, poorten, doorgangen, enz.).
- Het is verboden om de apparatuur in de buurt van afstand van een muur te gebruiken. De veiligheidszone is 2000 mm en minstens zo breed als het apparaat.

LET OP! Wees voorzichtig tijdens de montage van het apparaat en laat geen kinderen in de buurt komen. Tijdens de montage worden kleine onderdelen (moeren, schroeven, enz.) gebruikt die door hen kunnen worden ingeslikt.

RESIDUEEL RISICO

- In een situatie waarin de valbeveiliging niet wordt gebruikt of wel wordt gebruikt, maar onjuist, is er een residueel risico, d.w.z. het vallen van een persoon waardoor huidafschuringen, blauwe plekken, breuken ontstaan of in het ergste geval, de dood.
- Er bestaat een residueel risico op onbedoelde overbelasting van de sporter als gevolg van onjuiste bediening of verkeerde beoordeling, evenals onjuiste gegevensoverdracht (als gevolg van elektromagnetische storingen, softwarefouten, enz.). Zelfs de beste software- en hardwarebeveiliging sluit software- of hardwarefouten niet uit en kan in theorie leiden tot overbelasting van de sporter.
- Het product is een elektrisch apparaat, daarom kan een elektrische schok, die tot de dood kan leiden, niet worden uitgesloten.
- Het residueel risico op verstikking kan niet worden uitgesloten.
- Het risico kan worden beperkt door de informatie over veiligheid in de gebruiksaanwijzing te volgen.
- Het kan niet worden uitgesloten dat onbedoeld of ongeoorloofd gebruik zal leiden tot andere, niet-geïdentificeerde risico's, en de geïdentificeerde risico's verkeerd zijn 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 (zijn constructie, werking en toepassing) veroorzaakt - onder normale omstandigheden - geen onredelijk risico voor de sporter of derden.

MANIPULATIE MARKERINGEN OP TRANSPORTVERPAKKINGEN



- Deze kant boven. Niet kantelen.
- Beschermen tegen vallen.
- Beschermen tegen vocht.
- Stapel maximaal 3 lagen hoog.
- Elektro-afval. Afgedankte apparatuur moet naar een recyclingpunt worden gebracht.
- Let op, zwaar product.
- Verpakking gemaakt van karton.
- Verpakking geschikt voor recycling.
- De verpakking is geproduceerd met aandacht voor milieuverantwoordelijkheid en recycling. Sorteer afval volgens de lokale voorschriften.
- Verpakking gemaakt van karton en kunststoffen. Sorteer afval volgens de lokale voorschriften.
- Verpakking gemaakt van karton en kunststoffen. Sorteer afval volgens de lokale voorschriften.

GEBRUIK

Zorg ervoor dat het apparaat correct is gemonteerd voordat u met de training begint.

- Maak uzelf vertrouwd met alle functies en instelmogelijkheden van het apparaat voordat u met de eerste training begint.
- Het apparaat heeft onderdelen die blootgesteld aan corrosie kunnen zijn. Daarom wordt het niet aanbevolen om het te laten in een vochtige ruimte. Zorg er ook voor dat de apparatuur (vooral de interne en elektronische componenten) niet in contact komt met water, dranken, zweet, enz.

- Het apparaat is uitsluitend bedoeld voor training door volwassenen en is absoluut geen speelgoed voor kinderen. Als u kinderen op eigen verantwoordelijkheid toestaat het te gebruiken, instrueer ze dan absoluut over correct gebruik en houd voortdurend toezicht.
- De apparatuur is niet geschikt voor therapeutische doeleinden.
- Tijdens het gebruik van het apparaat kan er een zacht geluid optreden bij de inertiebeweging van de vliegwielmassa, wat te wijten is aan het type constructie. Deze hebben geen invloed op de werking van de apparatuur.
- 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 de training op het apparaat aan geschikt schoeisel (sportschoenen).

ONDERHOUD

Om een maximale veiligheid van het gebruik van het apparaat te garanderen, wordt aanbevolen om het regelmatig te controleren op slijtage van onderdelen. Dit omvat het controleren van de vastheid en staat van moeren, schroeven, bewegende delen, bussen etc. Bewaar het apparaat op een droge en warme plaats. Stel het apparaat niet bloot aan direct zonlicht.

LET OP! Schakel het apparaat altijd uit voordat u met het onderhoud begint en koppel het los van de voeding.

REINIGING

Regelmatige reiniging van het apparaat verlengt de levensduur en behoudt de hoge prestaties.

Gebruik voor de reiniging een zachte, vochtige doek. Dit geldt niet voor elektrische onderdelen, de motor, interne onderdelen - laat er geen water in komen. Bescherm tegen water.

MOTORREINIGING

Verwijder minstens één keer per jaar stof van de motor. Om dit te doen, schakelt u eerst het apparaat uit en verwijder na ongeveer 1 uur de motorafdekking. Gebruik perslucht of een borstel om voorzichtig het opgehoopte stof te verwijderen. Nadat u de motorafdekking opnieuw hebt geïnstalleerd en de stekker in het stopcontact hebt gestoken, kunt u de apparatuur.

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 inzamelpunt voor secundaire grondstoffen. Afgedankte elektrische apparaten (inclusief meter, 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 u om actief mee te helpen aan een spaarzaam behoud van natuurlijke hulpbronnen en de bescherming van het natuurlijke milieu door het afgedankte apparaat naar een inzamelpunt voor secundaire grondstoffen - afgedankte elektrische apparaten - te brengen.

MONTAGE

De installatie van het apparaat moet zorgvuldig worden uitgevoerd door een volwassene. Vraag bij twijfel iemand om hulp met meer ervaring op dit gebied.

- Controleer voor aanvang van de montage of de set met het apparaat alle onderdelen van de onderdelenlijst en of er onderdelen tijdens het transport beschadigd zijn geraakt. Neem bij ontbrekende onderdelen of bezwaren contact op met de verkoper.
- Maak uzelf vertrouwd met de tekeningen en uitleg en voer de montage uit in de volgorde die is opgenomen in de montagehandleiding.
- Wees voorzichtig tijdens de montage. Tijdens het gebruik van gereedschap en elementen bestaat het risico op letsel.
- Denk eraan om een veilige omgeving te behouden. Leg gereedschap en montageonderdelen niet chaotisch neer. Houd er rekening mee dat folies en plastic zakken verstikkingsgevaar voor kinderen opleveren.
- De montageonderdelen die nodig zijn om de betreffende stap uit te voeren van de montagehandleiding zijn weergegeven in de tekeningen en uitleg. Gebruik de elementen die in de montagehandleiding worden aangegeven.
- Draai de onderdelen in de eerste fasen van de montage niet helemaal vast. Doe dit nadat alle onderdelen zijn geplaatst en u er zeker van bent dat ze correct zijn geplaatst.
- De fabrikant behoudt zich het recht voor om bepaalde onderdelen vooraf te monteren.

MONTAGESHEMA (→ Zie pagina 3)

LET OP! Het is verboden onderdelen te gebruiken die afkomstig zijn van andere bronnen dan de fabrikant.

ONDERDELENLIJST

Een volledige onderdelenlijst is beschikbaar na contact met serwis@zipro.pl of op de pagina [zipro.store](https://www.zipro.store) in de productbeschrijving.

NR	BESCHRIJVING	AANTAL
1	Hoofdframe	1
2R/2L	Kolomis steuna	2
3R/3L	Handgrepen	2
4	Achterste handgrepen	1
5	Console steunkolom	1
6	Console steunkolom II	1
40R/40L	Afdekking steunpilaar	2
41	Bidonhouder	1

42	Console steunkolom decoratieve afdekking	1
45	Console	1
47	Achterste decoratieve afdekking console	1
52R/52L	Buitenste decoratieve afdekking	2
53R/53L	Binnenste decoratieve afdekking	2
72	Bout inbus M10 * 30	4
73	Bout inbus M10 * 20	10
76	Bout inbus M8 * 40	2
77	Platkopbout M8 * 20	8
78	Bout inbus M6 * 25	6
82	Phillips schroef met kop met flens M4*15	14
89	Kruiskopschroef met flenskop M4 * 8	2
90	Kruiskopschroef ST4.0*16	40
102	Interne getande borgring Ø 10*1.2	12
103	Interne getande borgring Ø 8*1.2	8
105	Standaard vlakke ring Ø 10	8

MONTAGE-INSTRUCTIES (→ Zie pagina 3)

LET OP! Volg tijdens de montage de onderstaande stappen en gebruik het meegeleverde gereedschap.

Zorg voor voldoende vrije ruimte voor de montage van het apparaat. Vanwege het hoge gewicht van sommige onderdelen wordt montage door twee personen aanbevolen.

INSTRUCTIES VOOR HET IN- EN UITKLAPPEN

HET APPARAAT INKLAPPEN

LET OP! Controleer voordat u begint met inklappen of alle schroeven goed vastzitten.

LET OP! Let bij het inklappen op uw handen en vingers om te voorkomen dat ze bekneld raken.

HANDLEIDING COMPUTER

BEGIN

Binnen 3 seconden na het indrukken van de knop **START** zal het apparaat starten.

ENERGIEBESPARINGSFUNCTIE

De computer gaat automatisch naar de energiebesparende modus als er binnen 10 minuten geen actie wordt ondernomen. Druk op een willekeurige toets om het systeem te hervatten.

NOODSTOP APPARAAT

LET OP! Druk in geval van een noodsituatie onmiddellijk op de noodstopknop.

PROGRAMMA'S

De computer is uitgerust met 3 gebruikersprogramma's voor handmatige instelling, 36 automatische programma's die in het geheugen zijn opgeslagen, aftelmodi (tijd, stappen, hoogte, calorieën, niveau, hartslag, snelheid).

BESCHRIJVING KNOPPEN

- **START** - dient om te starten apparaten in de handmatige of geselecteerde programma.
- **STOP** - wordt gebruikt om te stoppen werkende apparaat. Na het indrukken zal ook het resetten van de instellingen. Po herstart van het apparaat begint te werken in de handmatige.
- **COOL DOWN** - druk tijdens de oefening om geleidelijk afkoelen te activeren op basis van het huidige intensiteitsniveau. De machine vertraagt gelijkmatig en stopt na het voltooiën van het aftellen.
- **PROGRAMMA** - wordt gebruikt om een programma training automatisch (P1-P12), programma gebruiker (U1-U3) of functie Body Fat voor start.
- **HANDMATIG** - hiermee kunt u selecteren modus aftellen: tijd, afstand of calorieën
- **AANGEPAST** - schakel snel over naar het aangepaste programma. Druk in deze modus op de bevestigingstoets van het kleine 3 * 4-toetsenbord om de instelling van het aangepaste programmasegment te openen. U kunt de parameters snel instellen via de parameter "Set + -" gedurende deze periode.
- **HOOGTE/CALORIEËN/TIJD aftellen** - de onderlinge schakeltoets voor de modus: tijd kan snel de tijd-omgekeerde modus inschakelen. U kunt de parameters snel instellen via de parameter "Set + -" gedurende deze periode. Hoogte kan snel de hoogte-omgekeerde modus inschakelen. Calorieën kunnen snel de calorieëntelmodus inschakelen.
- **NIVEAU** - knoppen maakt het mogelijk om aan te passen (verhogen en verlagen) het niveau met 1 niveau tijdens de training. De knoppen zijn geplaatst op op de console van de computer en op leuningen.
- **SNELKEUZEKNOPPEN NIVEAU** - maken het mogelijk om een directe selectie van het niveau tijdens de training (3,6,9,12,15,18).

FUNCTIES (SPECIFICATIES)

TIJD/STAPPEN	Geeft de huidigebewegingstijd of het aantal stappen weer.	00:00-99:59 min
HOOGTE/PROG	Geeft de bewegingshoogte of het programmanummer weer.	0.0 - 999
CALORIEËN	Telt het totale aantal verbrande calorieën van het begin tot het einde van de oefening. (De meting is een schatting om verschillende trainingssessies te vergelijken en mag niet voor medische doeleinden worden gebruikt).	0,0-999 kcal
NIVEAU	Geeft het niveau weer.	1-25
POLS	Geeft de huidige hartslag weer.	50-200 BPM

	LET OP! Hartslagmeting alleen voor sportieve doeleinden (medisch gebruik is uitgesloten).	
SPM	Geeft de huidige bewegingssnelheid weer.	Stappen/min

HARTSLAGMEETFUNCTIE

Na het starten van de trap houdt beide handen op de sensoren voor de meting van de hartslag. Na 30 seconden verschijnt de actuele hartslag op het scherm. Tijdens de meting toont de computer een hartvormig icoon.

LET OP! Hartslagmeting alleen voor sportdoeleinden (medisch gebruik is uitgesloten).

HANDMATIG PROGRAMMA

Het handmatige programma is de standaard bedrijfsmodus van het apparaat.

Trap begint ermee in na het indrukken van **START**, als er geen trainingsprogramma is geselecteerd.

- De standaard snelheid in de handmatige modus is 0.8 km/u.
- De wijziging van de snelheid en niveau is mogelijk met de knoppen op de computer en de leuningen.

TRAININGSPROGRAMMA'S

Kies een van de 36 automatische trainingsprogramma's door op de knop te drukken **PROGRAMMA** zo lang tot het juiste nummer op het scherm verschijnt.

- Wanneer het juiste programma wordt weergegeven drukt u op **MODE**. Na selectie in het venster zal verschijnen en zal knipperen de waarde "30:00".

Instellingen van de tijd van de training van het programma kunnen worden ingesteld met de knoppen **SNELHEID +/-**.

- De ingestelde tijd van de training is verdeeld evenredig over 20 etappes. De tabel toont een overzicht van de etappes en de bijbehorende snelheden en hoek helling voor elk programma trainingsprogramma. → [Zie pagina 105](#).
- Om te starten het programma druk op **START**.

GEBRUIKERSPROGRAMMA'S

De computer is uitgerust met 3 gebruikersprogramma's voor individuele definitie: U1, U2, U3.

GEBRUIKERSPROGRAMMA INSTELLEN

- In de stand-bymodus drukt u op de knop **PROGRAMMA** om een van de gebruikersprogramma's te selecteren. Op het display verschijnen achtereenvolgens de nummers van de automatische programma's, vervolgens de gebruikersprogramma's.
- Wanneer het juiste programma wordt weergegeven, druk op **MODE** om de eerste sectie van het programma te bewerken. Gebruik de knoppen **SNELHEID +/-** om de snelheid in te stellen.
- Druk op **MODE** om de parameterinstellingen voor de eerste sectie te bevestigen en door te gaan naar de volgende sectie.

De programma's bestaan uit 20 secties. Herhaal de bovenstaande stappen totdat de parameters van alle secties zijn ingesteld.

Programma's worden in het computergeheugen opgeslagen tot de volgende bewerking.

Gegevens gaan niet verloren bij een stroomstoring.

GEBRUIKERSPROGRAMMA STARTEN

- W modus stand-by, druk op de knop **PROGRAMMA**, om een van de programma's gebruiker. Po selectie in het venster verschijnt en zal knipperen de waarde "30:00". Gebruik de knoppen **SPEED +/-**, **HELLING +/-** om de tijd van de training. De ingestelde tijd van de training is verdeeld in evenredig over 20 stappen.
- Om het programma te starten, drukt u op **START**.

AFTELLER MODUS

Selecteer een van de 3 aftelmodi door op de knop te drukken **MODE**.

- Om de afgetelde waarde gebruikt u de knoppen **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Opstarten van de loopband en het aftellen start zodra na het indrukken van de knop **START**.

AFTELLENDEN PARAMETERS:

- TIJD:** De begin waarde van het aftellen is 30 min. De computer maakt het mogelijk om de tijd in te stellen in de range 5-99 minuten (per 1 minuut).
- CALORIEËN:** De begin waarde aftellen is 50 kcal. Computer maakt het mogelijk om in te stellen calorieën in het bereik van 20-990 kcal (per 10 kcal).
- AFSTAND:** De begin waarde van het aftellen is 1 km. Computer maakt het mogelijk om de afstand in te stellen afstand in het bereik van 1,0-99,0 km (per 1 km).

LICHAAMSVETMETINGSFUNCTIE (BODY FAT)

Druk op de knop **PROGRAM**, totdat "FAT" op het scherm verschijnt.

Gebruik **MODE** om de parameters in te voeren:

- F1 - geslacht (gender) - 01 man / 02 vrouw
- F2 - leeftijd (age) - waarden 10-99
- F3 - lengte (height) - waarden 100-220 cm
- F4 - gewicht (weight) - waarden 20-130 kg

Gebruik de knoppen **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** om de parameterwaarden in te stellen.

Na het selecteren van de parameters verschijnt F5 op het display. Plaats beide handen op de polssensoren, na 5-6 seconden toont de computer de FAT-informatie. FAT is bedoeld om de relatie tussen lengte en gewicht te meten, en niet de lichaamsverhouding.

De juiste waarde moet tussen 19-26. Een waarde lager dan 19 betekent ondergewicht, 27-30 - overgewicht, en boven 30 - obesitas.

LET OP! De verkregen resultaten mogen in geen geval de basis vormen voor een behandeling of in overweging worden genomen voor medische doeleinden.

TRAINING EN OEFENFASSEN

Het gebruik van het apparaat levert u veel voordelen op. Het verbetert vooral uw conditie, versterkt uw spieren en in combinatie met een passend dieet helpt het overtollig vet te verbranden.

1. OPWARMING

Dit is de fase die de bloedcirculatie in het hele lichaam verbetert en de spieren voorbereidt op verhoogde inspanning. Het vermindert ook het risico op krampen en blessures. Het is aan te raden om een aantal rek oefeningen te doen zoals hieronder weergegeven.

Als u pijn voelt, stop dan met oefenen of verklein de bewegingsuitslag.

REKKEN VAN DE BINNENZIJDEN VAN DE DIJEN

Ga op een vlakke ondergrond zitten met gebogen benen en de knieën naar buiten gericht. Breng de voetzolen samen 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 het rechterbeen en plaats de zool van de linkervoet tegen de rechterdij. Strek de rechterarm zo ver mogelijk in de richting van de tenen van de rechtervoet. Houd 15 seconden vast. Herhaal met het linkerbeen.

HOOFDBEWEGINGEN

Houd uw hoofd recht vooruit kijkend. Draai het, zonder uw schouders te bewegen, naar rechts en strek het, draai het dan naar links en strek het.

ARMHEFFEN

Hef de linkerarm zo hoog mogelijk op en houd een paar seconden vast. Herhaal met de rechterarm.

REKKEN VAN DE ACHILLESPEZEN

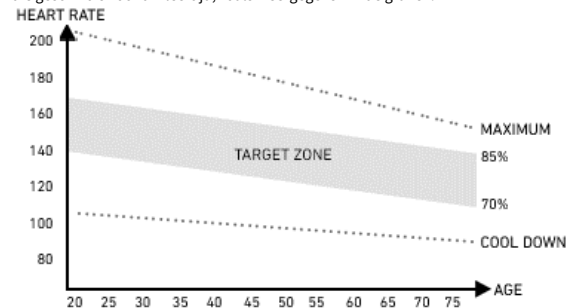
Ga met uw gezicht naar de muur staan, schuif uw linkerbeen naar voren en buig lichtjes door de knie. Houd uw rechterbeen naar achteren - gestrekt, met uw hiel plat op de grond. Houd beide hielen plat op de grond en duw uw heupen naar de muur. Houd deze positie 30 seconden vast. Herhaal met het rechterbeen naar voren. Zorg ervoor dat u uw rug niet buigt tijdens de oefening.

VOOROVERBUIGINGEN

Ga staan met uw voeten bij elkaar. Maak een vooroverbuiging en probeer uw borst zo dicht mogelijk bij uw knieën te brengen. Houd 15 seconden vast. Vergeet niet uw knieën niet te buigen.

2. OEFENFASE

Dit is de juiste trainingsfase. Oefen in uw eigen tempo om een hartslag te bereiken die geschikt is voor uw leeftijd, zoals weergegeven in de grafiek.



3. ONTSPANNENDE FASE

Deze fase helpt de bloedsomloop te kalmeren en de spieren te ontspannen. Het is een herhaling van de warming-up oefeningen. Vergeet niet 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 de garantie. Neem bij een vermoeden van een defect dat het openen van de behuizing vereist contact op met de serviceafdeling van de fabrikant.

FOUTBESCHRIJVING	MOGELIJKE OORZAKEN	PROBLEEMOPLOSSING

Probleem met het scherm	Geen stroom of geen stroomtoevoer	Sluit het netsnoer aan op het AC-stopcontact of controleer het AC-stopcontact.
	De aan/uit-schakelaar staat niet aan.	Zet de aan/uit-schakelaar in de ON-stand.
	Aandrijving zonder stroom of defect.	Druk de overbelastingsbeveiliging opnieuw in of vervang de aandrijving.
	Onderbroken circuit van de signaalkabel van de elektronische teller	Vervang de signaalkabel en sluit deze opnieuw aan.
	De elektronische teller is defect	Vervang de elektronische teller.

Onvolledig display, ontbrekende segmenten	Display driver IC (Integrated Circuit) defecte soldeerverbinding of continue soldeerverbinding Defecte display driver IC (Integrated Circuit)	Reparatie noodzakelijk, controleer de soldeerpunten, stevig solderen op zijn plaats. Koppel de kabel los en Reparatie noodzakelijk, soldeer een nieuwe IC display driver (IC).
Display van de elektronische teller	Veiligheidsvergrendeling losgekoppeld	Plaats de veiligheidsvergrendeling in de zuignap- of kaartpositie op het paneel.
-of-	Noodschakelaar van de controller losgekoppeld	Sluit de noodschakelaar aan of draai deze in de juiste positie
	Magnetron is niet ingeschakeld (indien aanwezig)	De magnetron is in de juiste positie geïnstalleerd.
E01 - Communicatiefout (controller ontvangt geen signaal van de elektronische teller);	De signaalkabel van de elektronische teller is slecht aangesloten of heeft slecht contact.	Sluit de stekker opnieuw aan
E02 - Communicatiefout (elektronische teller ontvangt geen signaal van de controller)	De signaalkabel van de elektronische teller is defect, kortgesloten of onderbroken De oorzaak ligt in de signaalkabel van de elektronische teller	Vervang de signaalkabel. Vervang de elektronische teller. Neem contact op met de servicedienst van de fabrikant
	Defect in het signaalcircuit van de controller	Vervang de aandrijving. Neem contact op met de servicedienst van de fabrikant.
E08 - Defecte aansluiting onderste besturing	Detectie of onderaansluiting aan het einde van de machine is geblokkeerd.	Verwijder het blokkerende vreemde voorwerp.
	Defecte IR-sensor	Vervang de sensor. Neem contact op met de service van de fabrikant.
	Besturingsfout.	Vervang de controller. Neem contact op met de service van de fabrikant
E48 - Geen signaal voor snelheidsdetectie (met snelheidsdetectiecontroller)	De snelheidssignaalkabel is niet aangesloten of de sensor is defect	Plaats de snelheidssignaalkabel terug of vervang de sensor. Neem contact op met de service van de fabrikant
	Het sensorcircuit van de controller is defect	Vervang de aandrijving. Neem contact op met de service van de fabrikant
Apparaat werkt niet	Geen stroomvoorziening	Sluit het apparaat aan op het elektriciteitsnet.
	Veiligheidssleutel losgekoppeld	Sluit de veiligheidssleutel aan.
	Kortsluiting	Neem contact op met de service van de fabrikant.
	De AAN/UIT-schakelaar staat niet aan	Schakel het apparaat in.

De aandrijfriem is te los	Neem contact op met de service van de fabrikant.
---------------------------	--

GARANTIE

De verkoper verleent namens de Garant een garantie op het grondgebied van de Republiek Polen voor een periode van 24 maanden vanaf de verkoopdatum. De garantie op de verkochte goederen sluit de rechten van de Koper die voortvloeien uit de Wet op consumentenrechten niet uit, beperkt of schort deze niet op.

De garantietaal bevindt zich op de laatste pagina.

GARANTIEVOORWAARDEN

- Alleen verborgen defecten die zijn ontstaan door toedoen van de fabrikant vallen onder klachten en garantie.
- De garantie wordt door de winkel of service gerespecteerd na overlegging door de klant van:
 - een geldige, leesbare en correct ingevulde garantietaal met verkoopstempel en handtekening van de verkoper,
 - een geldig aankoopbewijs van de apparatuur met de verkoopdatum,
 - de geclaimde goederen of het defecte onderdeel.
 In geval van aankoop op afstand is de garantietaal alleen geldig op basis van het aankoopdocument (bon / factuur).
- De klacht zal binnen 14 dagen na de melding van het defect door de Klant worden behandeld.
- Fabrieksfouten en schade die tijdens de garantieperiode aan het licht komen, worden kosteloos gerepareerd binnen een termijn van maximaal 21 dagen vanaf de datum van levering van de goederen aan de winkel of service.
- Indien het noodzakelijk is onderdelen uit het buitenland te importeren, kan de periode voor de garantieherstelling worden verlengd met de tijd die nodig is om deze te importeren, maar niet langer dan 40 dagen.
- De garantie dekt geen:
 - mechanische schade en daaruit voortvloeiende defecten,
 - schade en defecten als gevolg van oneigenlijk gebruik en opslag, onjuiste montage en onderhoud,
 - schade en slijtage van verbruiksartikelen zoals: kabels, riemen, rubberen onderdelen, pedalen, schuimrubber handgrepen, wielen, lagers, bekleding.
 - activiteiten met betrekking tot montage, onderhoud, die de gebruiker volgens de gebruiksaanwijzing zelf dient uit te voeren.
- De garantie is niet van toepassing in de volgende gevallen:
 - het verstrijken van de geldigheidsduur,
 - reparaties en aanpassingen die door de klant zelf zijn uitgevoerd met behulp van niet-originele onderdelen,
 - 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,
 - ander gebruik dan huishoudelijk gebruik,
 - schade ontstaan tijdens transport.
- Er worden geen duplicaten van de garantietaal afgegeven.
- In het kader van de garantie heeft de klant het recht om de volgende soorten kosteloze compensatie te eisen:
 - reparatie van het product,
 - vervanging van het product,
 - prijzverlaging,
 - ontbinding van de overeenkomst en volledige terugbetaling van de gemaakte kosten.
- Om een klacht in te dienen, is het noodzakelijk:
 - Het product of een onderdeel ervan waarop de garantie van toepassing is, te tonen.
 - Een aankoopbewijs met de naam en het adres van de verkoper, de datum en plaats van aankoop, het type product of een geldige garantietaal met de stempel van de winkel.
 - Indien een vervuld product wordt geleverd, kan de service weigeren het te accepteren of het op kosten van de klant schoonmaken met zijn schriftelijke toestemming.
- In geval van een positieve afhandeling van de klacht wordt de apparatuur gerepareerd of vervangen door een nieuwe, of wordt de klant het geld 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 de apparatuur binnen 14 dagen na de kennisgeving van de beslissing op zijn kosten naar de klant teruggestuurd.

PT Manual de instruções

Caro utilizador,
Leia atentamente as seguintes instruções antes de iniciar a montagem e da primeira utilização do equipamento. Estas instruções contêm informações importantes sobre a segurança de utilização e a manutenção do equipamento. Guarde-as para poder consultar informações sobre a manutenção ou encomendar peças de substituição.

DADOS TÉCNICOS

Fonte de alimentação	220V
Potência máxima	900 W
Peso	135 kg
Temperatura de funcionamento	0°C a +40°C
Temperatura de armazenamento	-10°C a +60°C
Peso máximo do utilizador	160 kg
Classe de aplicação	Classe SC
Classe de precisão	Classe C
Número de níveis de resistência	25 níveis
Norma do produto (principal)	EN ISO 20957-8:2021
Finalidade	Sessadas de treino para utilização Semicomercial.

SEGURANÇA

ATENÇÃO! O equipamento só pode ser utilizado para o fim a que se destina, ou seja, para treino por adultos. Qualquer outra utilização do equipamento pode ser perigosa. O fabricante não pode ser responsabilizado por danos causados pela utilização indevida do equipamento.

- O equipamento foi projetado e construído com base nos mais recentes conhecimentos em matéria de segurança. Os elementos perigosos que podem potencialmente representar um risco de lesões foram eliminados ou relativamente protegidos.
- Não são permitidas reparações e alterações por conta própria.
- Verifique o aperto correto dos parafusos, cavilhas e porcas uma vez por mês ou de dois em dois meses.
- Para garantir a segurança a longo prazo, verifique e faça a manutenção regularmente (ou seja, uma vez por ano) o equipamento num estabelecimento comercial especializado.
- Todas as alterações no equipamento que não estejam descritas neste manual podem causar danos ou colocar diretamente em risco a saúde e a vida do utilizador. As alterações no equipamento só podem ser efetuadas por funcionários do serviço de assistência do fabricante ou por pessoas por ele formadas para o efeito.
- Todos os equipamentos estão sujeitos a ações de inovação constantes para garantir a alta qualidade. Por este motivo, o fabricante reserva-se o direito de efetuar alterações técnicas.
- Se tiver alguma questão ou dúvida sobre o equipamento, contacte um estabelecimento comercial especializado.

ATENÇÃO! Respeite as regras gerais das regulamentações e medidas de segurança aplicáveis ao manuseamento de equipamentos elétricos.

- O equipamento é alimentado por uma tensão de rede de 220V.
- Todos os aparelhos elétricos emitem radiação eletromagnética durante o funcionamento. Se outros aparelhos que emitem essa radiação (por exemplo, telefones celulares) forem colocados perto da unidade de controlo eletrónica ou do cockpit, alguns valores (como, por exemplo, a frequência cardíaca) podem ser distorcidos.
- ATENÇÃO!** Nunca faça nenhuma modificação na rede elétrica por conta própria. Encarregue especialistas de tais alterações.
- ATENÇÃO!** Lembre-se de desligar a ficha da tomada antes de iniciar qualquer reparação, manutenção ou limpeza do equipamento.
- Não utilize extensões para ligar o equipamento.
- Se durante um período de tempo não for utilizar o equipamento, retire a ficha da tomada.
- Certifique-se de que o cabo elétrico não está preso e que a sua colocação não causa risco de tropeçar nele.

ATERRAMENTO

O aterramento protege contra o risco de choque elétrico. O equipamento tem um cabo e uma ficha com aterramento. A ficha deve ser ligada a uma tomada de rede devidamente instalada e devidamente aterrada.

PERIGO! A ligação incorreta do cabo pode causar risco de choque elétrico.

- Antes de ligar o equipamento à alimentação, certifique-se de que a tensão local corresponde ao tipo de ficha.
- Não modifique a ficha se ela não se adequar à tomada.

Nesse caso, mande instalar outra tomada por um electricista qualificado.

ATENÇÃO! As pessoas que se encontram nas proximidades durante a utilização do equipamento devem ser avisadas sobre possíveis perigos. Tenha cuidado especial na presença de crianças.

ATENÇÃO! Antes de iniciar os exercícios, consulte um médico para se certificar de que não tem contraindicações de saúde para treinar no equipamento. Com base na opinião de um especialista, pode desenvolver o seu plano de treino. Um programa mal escolhido ou exercícios excessivos 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 distâncias seguras de possíveis obstáculos. Não coloque o equipamento perto de vias de comunicação (estradas, portões, passagens, etc.).
- É proibido utilizar o equipamento perto de uma distância da parede. A zona de segurança é de 2000 mm e pelo menos tão larga quanto o equipamento.

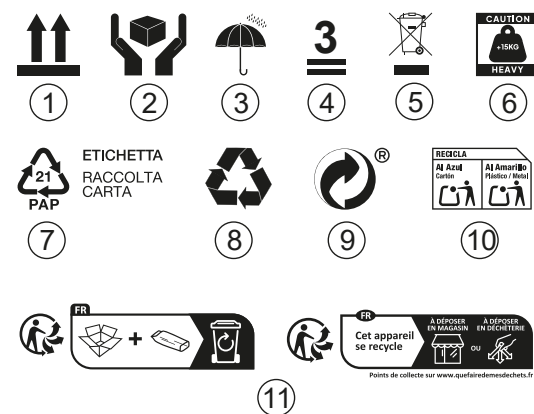
ATENÇÃO! Tenha cuidado ao montar o equipamento e não permita que crianças fiquem perto. Durante a montagem, são utilizadas peças pequenas (porcas, parafusos, etc.) que podem ser engolidas.

RISCO RESIDUAL

- Numa situação em que a proteção contra quedas não seja utilizada ou seja utilizada, mas incorretamente, existe um risco residual, ou seja, uma queda de uma pessoa que causa abrasões na pele, hematomas, fraturas ou na pior das hipóteses, 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 uma sobrecarga na pessoa que se exercita.
- O produto é um equipamento 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 o segurança contidas no manual de instruções.
- Não se pode excluir que o uso não intencional ou não autorizado cause outros riscos não considerados riscos, e o risco considerado foi avaliado incorretamente.

Na análise de risco, a avaliação foi feita com base no "estado atual do dispositivo". A partir da avaliação e inspeção do produto realizadas resulta, que a probabilidade de ocorrência de um risco inaceitável é muito baixa. O dispositivo (sua construção, modo de operação e aplicação) não causa - em condições normais - um risco injustificado para a pessoa que se exercita ou terceiros.

SINAIS DE MANIPULAÇÃO NAS EMBALAGENS DE TRANSPORTE



- Este lado para cima. Não tombar.
- Proteger da queda.
- Proteger da humidade.
- Armazenar no máximo em 3 camadas.
- Resíduos eletrónicos. É necessário entregar o equipamento usado num ponto de reciclagem.
- Atenção produto pesado.
- Embalagem feita de cartão.
- Embalagem reciclável.
- A embalagem foi produzida tendo em conta a responsabilidade ambiental e a reciclagem. Queira separar os resíduos de acordo com as normas locais.
- Embalagem feita de cartão e plástico. Queira separar os resíduos de acordo com as normas locais.
- Embalagem feita de cartão e plástico. Queira separar os resíduos de acordo com as normas locais.

UTILIZAÇÃO

Antes de iniciar o treino, certifique-se de que o aparelho foi montado corretamente.

- Antes de iniciar o primeiro treino, familiarize-se com todas as funções e possibilidades de ajuste do aparelho.
- O aparelho possui elementos que podem estar expostos na corrosão. Por este motivo, não se recomenda que permaneça em um local húmido. Deve também certificar-se de que o equipamento (especialmente os seus elementos internos e eletrónicos) não está exposto ao contacto com água, bebidas, suor, etc.
- O aparelho destina-se apenas ao treino por adultos e não é, de modo algum, um brinquedo para crianças. Se permitir que as crianças o utilizem por sua própria responsabilidade, instrua-as absolutamente sobre a utilização correta e supervisione-as constantemente.
- O equipamento não se destina a fins terapêuticos.

- Durante o funcionamento do aparelho, podem ocorrer ruídos silenciosos durante o movimento inercial da massa do volante, que resultam do tipo de construção. Estes não têm qualquer efeito no funcionamento do equipamento.
- A emissão de ruído durante o carregamento é maior do que sem carregamento.
- Antes de iniciar cada treino, verifique a correção das proteções e das ligações de parafusos e fichas.
- Durante o treino no aparelho, lembre-se de usar calçado adequado (sapatos de desporto).

MANUTENÇÃO

A fim de garantir a máxima segurança de utilização do aparelho, recomenda-se que seja verificado regularmente quanto ao desgaste dos elementos. Isto aplica-se ao controlo do aperto e estado das porcas, parafusos, peças móveis, buchas, etc.
Guarde o aparelho num local seco e quente. Não exponha o aparelho à luz solar.
ATENÇÃO! Antes de iniciar a manutenção, desligue sempre o aparelho e desligue-o da corrente.

LIMPEZA

A limpeza regular do aparelho prolongará a sua vida útil e manterá o seu alto desempenho.
Use um pano macio e húmido para limpar. Isto não se aplica aos elementos elétricos, motor, peças internas - não deixe a água entrar nestes locais. Proteja contra a água.

LIMPEZA DO MOTOR

Pelo menos uma vez por ano, remova o pó do motor. Para o fazer, primeiro desligue o aparelho da corrente e, após esperar cerca de 1 hora, retire a tampa do motor. Usando ar comprimido ou um pincel, remova cuidadosamente a poeira acumulada. Depois de reinstalar a tampa do motor e ligar à corrente, pode ligar o equipamento.

MEIO AMBIENTE

O aparelho é fornecido numa embalagem para proteção contra possíveis danos durante o transporte. As embalagens são matérias-primas não processadas e podem ser recicladas. Descarte estes materiais nos contentores coloridos apropriados destinados à coleta seletiva.



Proteja o meio ambiente e não deite as pilhas usadas no lixo doméstico. Entregue-as no local de compra ou encaminhe-as para um ponto de armazenamento separado de matérias-primas secundárias.
Os aparelhos elétricos usados (incluindo o contador, a fonte de alimentação) são matérias-primas secundárias - não os deite nos contentores de lixo doméstico, pois podem conter substâncias

perigosas para a saúde e o ambiente. Solicitamos assistência ativa para uma gestão económica de recursos naturais e proteção do meio ambiente, entregando o aparelho usado num ponto de armazenamento de matérias-primas secundárias - aparelhos elétricos usados.

MONTAGEM

A montagem do aparelho 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 aparelho contém todos os elementos da lista de peças e se algum elemento foi danificado durante o transporte. Em caso de ausência de elementos ou objeções, contacte o vendedor.
- Familiarize-se com os desenhos e explicações e efetue a montagem de acordo com a ordem contida no manual de montagem.
- Tenha cuidado durante a montagem. Ao usar ferramentas e elementos, existe o risco de se cortar.
- Lembre-se de manter um ambiente seguro.
Não espalhe ferramentas e elementos de montagem de forma caótica. Lembre-se de que os filmes e sacos de plástico representam um risco de asfixia para as crianças.
- Os elementos de montagem necessários para realizar um determinado passo do manual de montagem foram apresentados nos desenhos e explicações. Use os elementos indicados no manual de montagem.
- Nas primeiras fases da montagem, não aperte as peças até ao fim. Faça-o depois de colocar todas e garantir que estão devidamente assentes.
- O fabricante reserva-se o direito de pré-montar alguns elementos.

ESQUEMA DE MONTAGEM (→ Ver página 3)

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
2R/2L	Colunasa suportea	2
3R/3L	Corrimãos	2
4	Corrimãos traseiros	1
5	Coluna de suporte do console	1
6	Coluna de suporte do console II	1
40R/40L	Tampa do poste de suporte	2
41	Suporte de garrafa	1
42	Coluna de suporte do console tampa decorativa	1
45	Console	1
47	Tampa traseira decorativa do console	1
52R/52L	Tampa decorativa externa	2
53R/53L	Tampa decorativa interna	2
72	Parafuso Allen M10 * 30	4
73	Parafuso Allen M10 * 20	10

76	Parafuso Allen M8* 40	2
77	Parafuso de cabeça chata M8 * 20	8
78	Parafuso Allen M6 * 25	6
82	Parafuso Phillips com cabeça de arruela M4*15	14
89	Parafuso de cabeça cruzada com arruela M4 * 8	2
90	Parafuso de cabeça cruzada ST4.0*16	40
102	Arruela serrilhada interna arruela Φ 10*1.2	12
103	Arruela serrilhada interna Φ 8*1.2	8
105	Arruela lisa padrão Φ 10	8

INSTRUÇÕES DE MONTAGEM (→ Ver página 3)

ATENÇÃO! Durante a montagem, siga os passos abaixo e use as ferramentas incluídas no produto.
Prepare espaço livre suficiente para montar o dispositivo. Devido ao grande peso de alguns componentes, recomenda-se a montagem por duas pessoas.

INSTRUÇÕES DE MONTAGEM E DESMONTAGEM

MONTAGEM DO DISPOSITIVO

ATENÇÃO! Antes de começar a montagem, verifique cuidadosamente se todos os parafusos estão apertados.
ATENÇÃO! Durante a montagem, tenha cuidado com as mãos e os dedos para não ficarem presos.

INSTRUÇÕES DE OPERAÇÃO DO COMPUTADOR

INÍCIO

Dentro de 3 segundos após pressionar o botão **INICIAR** o dispositivo começará a funcionar.

FUNÇÃO DE ECONOMIA DE ENERGIA

O computador entrará no modo de economia de energia automaticamente se, dentro de 10 minutos, não houver nenhuma ação. Pressione qualquer tecla para retomar o sistema.

PARAGEM DE EMERGÊNCIA DO DISPOSITIVO

ATENÇÃO! Em caso de emergência súbita, pressione imediatamente o botão de parada de emergência.

PROGRAMAS

O computador está equipado com 3 programas de utilizador para configuração manual, 36 programas automáticos armazenados na memória, modos de contagem decrescente (tempo, passos, altura, calorias, nível, pulsação, velocidade).

DESCRIÇÃO DOS BOTÕES

- **START** – serve para iniciar do equipamento em modo manual ou para programa selecionado.
- **STOP** – serve para parar o equipamento .. Após pressionar ocorrerá também a reposição das configurações. Após reiniciar o equipamento começará a funcionar em modo manual.
- **ARREFECIMENTO ATÉ AO FIM** - pressione durante o exercício para iniciar um arrefecimento gradual de acordo com o nível de intensidade atual. A máquina abrandará uniformemente e para quando a contagem regressiva termina.
- **PROGRAMA** – serve para selecionar um programa de treino automático (P1-P12), um programa de utilizador (U1-U3) ou a função Body Fat antes de iniciar.
- **MANUAL** – permite selecionar o modo de contagem regressiva: tempo, distância ou calorias
- **PERSONALIZADO** – mude rapidamente para o programa personalizado. Neste modo, pressione a tecla de confirmação do pequeno teclado 3 * 4 para entrar na configuração do segmento do programa personalizado. Você pode definir rapidamente os parâmetros através do parâmetro "Set + -" durante este período.
- **ALTURA/CALORIAS/TEMPO contagem regressiva** - a tecla de troca mútua de modo: o tempo pode ativar rapidamente o modo reverso de tempo. Você pode definir rapidamente os parâmetros através do parâmetro "Set + -" durante este período. A altura pode ativar rapidamente o modo reverso de altura. As calorias podem ativar rapidamente o modo de contagem de calorias.
- **NÍVEL**– botões permitem o ajuste (aumentar e diminuir) do nível em 1 nível durante o treino. Os botões estão localizados no fazer console do computador e na corrimãos.
- **BOTÕES DE SELEÇÃO RÁPIDA DE NÍVEL**– permitem na uma seleção direta do nível durante o treino (3,6,9,12,15,18).

FUNÇÕES (ESPECIFICAÇÃO)

TEMPO/PASSOS	Mostra o atualtempo de movimento ou o número de passos.	00:00-99:59 min
ALTURA/PROG	Mostra a altura do movimento ou o número do programa.	0.0 - 999
CALORIAS	Conta o número total de calorias queimadas desde o início até ao fim do exercício. (A medição é aproximada para comparar diferentes sessões de exercício e não pode ser usada para tratamento).	0,0-999 kcal
NÍVEL	Mostra o nível.	1-25
PULSAÇÃO	Mostra a pulsação atual. ATENÇÃO! A medição da pulsação destina-se apenas a fins desportivos (exclui-se o uso médico).	50-200 BPM

SPM	Mostra a velocidade atual do movimento.	Passos/min
-----	---	------------

FUNÇÃO DE MEDIÇÃO DA PULSAÇÃO

Após o arranque das escadas mantenha as duas mãos nos sensores para medir a frequência cardíaca. Após 30 segundos, a frequência cardíaca 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 operação predefinido do equipamento. Escadas começa a funcionar ao pressionar **START**, quando nenhum programa de treino é selecionado.

- A velocidade padrão no modo manual é 0.8 km/h.
- A alteração da velocidade e nível é possível através dos botões no computador e nos corrimãos.

PROGRAMAS DE TREINO

Selecione um dos 36 programas de treino automáticos pressionando o botão **PROGRAMA** até que o número apropriado seja exibido no ecrã.

- Quando exibido estiver o programa pressione **MODE**. Após selecionar na janela aparecerá e irá piscar o valor "30:00". As definições do tempo de treino do programa podem ser efetuadas com os botões **VELOCIDADE +/-**.
- O tempo de treino é dividido proporcionalmente proporcionalmente em 20 etapas. A tabela apresenta uma visão geral das etapas e as respetivas velocidades e ângulo de inclinação para cada programa de treino. → Ver página 105.
- Para iniciar o programa prima **START**.

PROGRAMAS DO UTILIZADOR

O computador está equipado com 3 programas de utilizador para definição individual: U1, U2, U3.

CONFIGURAÇÃO DO PROGRAMA DO UTILIZADOR

- No modo de espera, prima o botão **PROGRAMA**, para selecionar um dos programas de utilizador. No painel, serão exibidos sucessivamente os números dos programas automáticos e, em seguida, os programas de utilizador.
- Quando o programa apropriado for exibido, prima **MODE**, para iniciar a edição da primeira secção do programa. Use os botões **SPEED +/-** para definir a velocidade.
- Prima **MODE**, para confirmar as definições dos parâmetros para a primeira secção e passar à edição da seguinte.

Os programas consistem em 20 secções. Repita os passos acima até que os parâmetros de todas as secções estejam definidos.

Os programas serão guardados na memória do computador até à sua próxima edição.

Os dados não serão perdidos devido a falha de energia.

INICIAR PROGRAMA DO UTILIZADOR

- W modo de espera, prima o botão **PROGRAM**, para selecionar um dos programas do utilizador. Após selecionar na janela aparecerá e piscará o valor "30:00". Use os botões **SPEED +/-**, **INCLINAÇÃO +/-** para definição do tempo de treino. O definido tempo de treino é dividido e proporcionalmente em 20 etapas.
- Para iniciar o programa pressione **START**.

MODO DE CONTAGEM DECRESCENTE

Selecione um dos 3 modos de contagem decrescente pressionando o botão **MODE**.

- Para definir o valor de contagem decrescente use os botões **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Início da passadeira e a contagem decrescente começará após premir o botão **START**.

PARÂMETROS DE CONTAGEM DECRESCENTE:

- TEMPO:** o valor inicial da contagem decrescente é 30 min. O computador permite definir o tempo num intervalo 5-99 minutos (a cada 1 minuto).
- CALORIAS:** o valor inicial valor contagem regressiva é de 50 kcal. O computador permite definir calorías na faixa de 20-990 kcal (a cada 10 kcal).
- DISTÂNCIA:** inicial wartsó da contagem regressiva é de 1 km. O computador permite definir a distância na faixa de 1,0-99,0 km (a cada 1 km).

FUNÇÃO DE MEDIÇÃO DE GORDURA CORPORAL (BODY FAT)

Pressione o botão **PROGRAM**, até que "FAT" apareça no ecrã.

Use **MODE**, para inserir os parâmetros:

- F1 - sexo (gênero) – 01 masculino / 02 feminino
- F2 - idade (idade) – valores 10-99
- F3 - altura (altura) – valores 100-220 cm
- F4 - peso (peso) – valores 20-130 kg

Use os botões **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** do definir os valores dos parâmetros.

Depois de selecionar os parâmetros, F5 aparecerá no visor. Coloque ambas as mãos nos sensores de frequência cardíaca e, após 5 a 6 segundos, o computador exibirá as informações de gordura (FAT). O FAT destina-se a 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 indica baixo peso, 27-30 - excesso de peso e acima 30 - obesidade.

ATENÇÃO! Os resultados obtidos não podem, em circunstância alguma, servir de base para tratamento ou ser tidos em conta para fins médicos.

TREINO E FASES DE EXERCÍCIO

A utilização do equipamento proporcionar-lhe-á muitos benefícios. Acima de tudo, melhorará a sua condição física, fortalecerá os seus músculos e, em combinação com uma dieta adequada, ajudá-lo-á a queimar o excesso de gordura.

1. AQUECIMENTO

Esta é uma fase que melhora a circulação sanguínea em todo o corpo e prepara os músculos para um esforço acrescido. Também reduz o risco de câibras e lesões. É aconselhável realizar alguns exercícios de alongamento tal como mostrado abaixo.

Se sentir dor, pare de se exercitar ou reduza a amplitude de movimento.

ALONGAMENTO DOS MÚSCULOS INTERNOS DA COXA

Sente-se numa superfície plana com as pernas dobradas e os joelhos virados para fora. Junte as solas dos pés e aproxime-as o mais possível. Pressione suavemente os joelhos em direção ao chão e mantenha 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. Estenda a mão direita em direção aos dedos do pé direito o mais longe possível. Mantenha por 15 segundos. Repita com a perna esquerda.

ROTAÇÕES DA CABEÇA

Mantenha a cabeça reta olhando para frente. Sem mover os ombros, gire-a para a direita e endireite, depois gire-a para a esquerda e endireite.

ELEVAÇÃO DOS BRAÇOS

Levante o braço esquerdo o mais alto possível e segure por alguns segundos. Repita com o braço direito.

ALONGAMENTO DO TENDÃO DE AQUILES

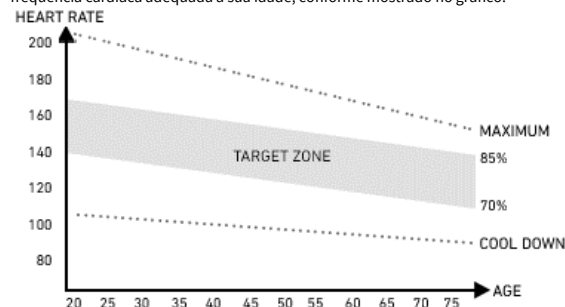
Fique de frente para a parede, estenda a perna esquerda para frente e dobre ligeiramente o joelho. Mantenha a direita atrás - reta, com o calcanhar apoiado no chão. Mantenha os dois calcanhares apoiados no chão e pressione os quadris em direção à parede. Mantenha essa posição por 30 segundos. Repita com a perna direita estendida. Lembre-se de não arquear as costas durante o exercício.

FLEXÕES

Fique de pé com os pés juntos. Incline-se para a frente tentando aproximar o máximo possível o peito dos joelhos. Mantenha por 15 segundos. Lembre-se de não dobrar os joelhos.

2. FASE DE EXERCÍCIO

Esta é a fase certa do treino. Exercite-se no seu próprio ritmo para atingir uma frequência cardíaca adequada à sua idade, conforme mostrado no gráfico.



3. FASE DE DESCONTRAÇÃO

Esta fase ajuda a acalmar a circulação e a relaxar os músculos. É uma repetição dos exercícios de aquecimento. Lembre-se que, para não forçar os músculos.

POSSÍVEIS DANOS E TÉCNICAS DE REPARAÇÃO

ATENÇÃO! A abertura da caixa do dispositivo sem contato prévio com o serviço de assistência técnica do fabricante resulta na 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 o visor	Sem alimentação ou sem corrente elétrica	Ligue o cabo de alimentação à tomada CA ou verifique a tomada CA.
	O interruptor de alimentação não está ligado.	Coloque o interruptor de alimentação na posição ON.
	Motor sem energia ou danificado.	Pressione novamente a proteção contra sobrecarga ou substitua o motor.
	Circuito interrompido do cabo de sinal do contador eletrónico	Substitua o cabo de sinal e volte a ligá-lo.
	O contador eletrónico está danificado	Substitua o contador eletrónico.

Visor incompleto, segmentos em falta	Soldadura defeituosa ou soldadura contínua do circuito integrado (CI) do controlador do visor Circuito integrado (CI) do controlador do visor danificado	Reparação necessária, verifique os pontos de soldadura, soldadura sólida no local. Desligue o cabo e Reparação necessária, solde um novo circuito integrado do controlador do visor (CI).
Visor do contador eletrónico	Desconexão do bloqueio de segurança Interruptor de emergência do controlador desligado Magnetron não está ligado (se existir)	Coloque o bloqueio de segurança na posição da ventosa ou do cartão no painel. Ligue ou rode o interruptor de emergência para a posição correta O magnetron está instalado na posição correta.
-ou-		
E01 - Erro de comunicação (o controlador não recebe sinal do contador eletrónico); E02 - Erro de comunicação (o contador eletrónico não recebe sinal do controlador)	O cabo de sinal do contador eletrónico está mal ligado ou tem mau contacto. O cabo de sinal do contador eletrónico está danificado, em curto-circuito ou interrompido A causa reside no cabo de sinal do contador eletrónico	Volte a ligar a ficha Substitua o cabo de sinal. Contacte o serviço de assistência do fabricante Substitua o contador eletrónico. Contacte o serviço de assistência do fabricante
	Avaria no circuito de sinal do controlador	Substitua o motor. Contacte o serviço de assistência do fabricante.
E08 - Avaria na ligação do controlo inferior	Deteção se subconexão extremidade da máquina está bloqueada.	Remova o corpo estranho bloqueador.
	Falha do sensor IV	Substitua o sensor. Entre em contato com o serviço do fabricante.
	Defeito do controlador.	Substitua o controlador. Entre em contato com o serviço do fabricante
E48 - Sem sinal de detecção de velocidade (com controlador de detecção de velocidade)	O cabo do sinal de velocidade não está conectado ou o sensor está danificado	Reinsira o cabo do sinal de velocidade ou substitua o sensor. Entre em contato com o serviço do fabricante
	O circuito do sensor do controlador está danificado	Substitua o acionamento. Entre em contato com o serviço do fabricante
O dispositivo não funciona	Sem energia Chave de segurança desconectada Curto-circuito O interruptor ON/OFF não está ligado	Ligue o dispositivo à energia. Conecte a chave de segurança. Entre em contato com o serviço do fabricante. Ligue o dispositivo.

A correia de transmissão está muito frouxa

Entre em contato com o serviço 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 está na última página.

TERMOS DA GARANTIA

- Reclamações e garantias cobrem apenas defeitos ocultos resultantes de culpa do fabricante.
- A garantia será respeitada pela loja ou serviço 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 comprovante de compra válido do equipamento com a data de venda,
 - o produto reclamado ou a peça defeituosa.
 No caso de compra à distância, o cartão de garantia é válido apenas com base no documento de compra (recibo / fatura).
- A reclamação será analisada no prazo de 14 dias a partir do momento em que o Cliente notificar o defeito.
- Defeitos de fabricação e danos revelados durante o período de garantia serão reparados gratuitamente em um prazo não superior a 21 dias a partir da data de entrega do produto na loja ou serviço de assistência técnica.
- Caso seja necessário importar peças, o período de reparo da garantia poderá ser estendido pelo tempo necessário para a sua importação, mas não superior a 40 dias.
- A garantia não cobre:
 - danos mecânicos e defeitos causados por eles,
 - danos e defeitos resultantes de uso e armazenamento inadequados, montagem e manutenção incorretas,
 - danos e desgaste de elementos consumíveis, como: cabos, cintos, elementos de borracha, pedais, punhos de espuma, rodas, rolamentos, estofamento.
 - atividades relacionadas à montagem, manutenção, que, de acordo com o manual de instruções, o usuário é obrigado a realizar por conta própria.
- A garantia não se aplica nos seguintes casos:
 - expiração do prazo de validade,
 - realização de reparos e modificações independentes pelo cliente com o uso de peças não originais,
 - quando o defeito resultante de instalação incorreta ou como resultado do não cumprimento das regras de operação corretas descritas no manual de instruções,
 - uso diferente do uso doméstico,
 - danos causados no transporte.
- Não serão emitidas cópias da apólice de garantia.
- No âmbito da garantia, o cliente tem o direito de exigir os seguintes tipos de compensação fornecida gratuitamente:
 - reparo do produto,
 - substituição do produto,
 - redução de preço,
 - rescisão do contrato e reembolso total dos custos incorridos.
- Para registrar uma reclamação, você deve:
 - Apresentar o produto ou parte dele coberto pela garantia.
 - Comprovante de compra especificando o nome e endereço do vendedor, data e local da compra, tipo de produto ou apólice de garantia válida com o carimbo da loja.
 - Se o produto for entregue sujo, o serviço de assistência técnica poderá recusar a sua aceitação ou, por conta do cliente, com o seu consentimento por escrito, efetuar a limpeza.
- Se a reclamação for considerada procedente, o equipamento será reparado ou substituído por um novo, ou o cliente será reembolsado. Os custos de transporte da mercadoria para o cliente são suportados pelo serviço de assistência técnica do fabricante.
- Em caso de rejeição da reclamação de garantia, o cliente receberá uma justificativa detalhada para a decisão tomada e, no prazo de 14 dias a partir do momento da entrega da decisão, o equipamento será devolvido ao cliente às suas custas.

RO Manual de utilizare

Utilizatorul, Vă rugăm să citiți instrucțiunile de mai jos înainte de a începe asamblarea și de a utiliza aparatul pentru prima dată. 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	900 W
Greutate	135 kg
Temperatura de utilizare	0C până la +40°C
Temperatura de depozitare	-10°C până la +60°C
Greutatea maximă a utilizatorului	160 kg
Clasa de aplicare	Clasa SC
Clasa de precizie	Clasa C
Numărul de niveluri de rezistență	25 niveluri
Standardul produsului (principal)	SR EN ISO 20957-8:2021
Destinație	Scară de antrenament pentru utilizare semi-comercialnegru.

SIGURANȚĂ

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

- Aparatul a fost proiectat și construit pe baza celor mai recente cunoștințe în domeniul siguranței. Elementele periculoase care ar putea reprezenta o amenințare de rănire au fost eliminate sau protejate relativ.
- Nu sunt permise reparații și modificări pe cont propriu.
- Verificați strângerea corectă a șuruburilor, a șuruburilor și a piulițelor o dată la una sau două luni.
- Pentru a asigura siguranța pe termen lung, verificați și întrețineți în mod regulat (adică o dată pe an) echipamentul în într-o unitate comercială specializată.
- Toate modificările aduse dispozitivului care nu au fost descrise în acest manual pot cauza daune sau pot pune în pericol direct sănătatea și viața persoanei care face exerciții fizice. Modificările dispozitivului pot fi efectuate numai de către angajații serviciului producătorului sau de persoane instruite de aceștia în acest sens.
- Toate dispozitivele sunt supuse unor activități de inovare continuă pentru a asigura o calitate înaltă. Din acest motiv, producătorul își rezervă dreptul de a face modificări tehnice.
- Adresați orice întrebări sau nelămuriri legate de echipament către o unitate comercială specializată.

ATENȚIE! Respectați regulile generale ale reglementărilor și măsurilor de siguranță aplicabile pentru manipularea echipamentelor electrice.

- Dispozitivul este alimentat cu o tensiune de rețea de 220V.**
- Toate dispozitivele electrice emit radiații electromagnetice în timpul funcționării. Dacă alte dispozitive care emit astfel de radiații (de exemplu, telefoane mobile) sunt plasate în apropierea sistemului electronic de control sau a cabinei de pilotaj, unele valori (cum ar fi ritmul cardiac) pot fi distorsionate.
- ATENȚIE!** Nu faceți niciodată modificări la rețeaua electrică pe cont propriu. Comandați astfel de modificări de la specialiști.
- ATENȚIE!** Nu uitați să scoateți ștecherul din priză înainte de a începe orice reparație, întreținere sau curățare a echipamentului.
- Nu utilizați cabluri prelungitoare pentru a conecta dispozitivul.
- Dacă pentru o lungă perioadă de timp nu veți utiliza echipamentul, scoateți ștecherul de alimentare din priză.
- Aveți grijă ca cablul electric să nu fie prins și ca poziția sa să nu prezinte riscul de a vă împiedica de el.

PĂMÂNTARE

Pământarea protejează împotriva riscului de electrocutare. Dispozitivul are un cablu și o mufă de împământare. Ștecherul trebuie conectat la o priză de rețea instalată corect și bine împământată.

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

- Înainte de a conecta dispozitivul la sursa de alimentare, asigurați-vă că tensiunea locală corespunde tipului de ștecher.
- Nu modificați ștecherul dacă nu se potrivește cu priză.

În acest caz, comandați instalarea unei alte prize de la un electrician calificat.

ATENȚIE! Persoanele aflate în apropiere în timpul utilizării echipamentului trebuie avertizate cu privire la posibilele pericole. Acordați o atenție deosebită 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 dispozitiv. Pe baza avizului unui specialist, puteți elabora propriul plan de antrenament. Un program selectat incorect sau exercițiile fizice excesive pot fi periculoase pentru sănătatea și viața dumneavoastră.

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

- Atunci când alegeți un loc pentru a efectua antrenamentul, asigurați-vă că aveți distanțe sigure față de posibile obstacole. Nu amplasați echipamentul în apropierea căilor de comunicație (drumuri, porți, pasaje etc.).
- Este interzisă utilizarea echipamentului în apropierea apropiată de perete. Zona de siguranță este de 2000 mm și cel puțin lată ca dispozitivul.

ATENȚIE! În timpul asamblării dispozitivului, aveți grijă 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 situația în care protecția împotriva căderii nu este utilizată sau este utilizată, dar incorect, există un risc rezidual, adică căderea unei persoane care provoacă abraziuni ale pielii, vânătăi, fracturi sau în cel mai rău caz, decesul.
- Există un risc rezidual de suprasarcină accidentală a persoanei care face exerciții fizice cauzată de o funcționare incorectă sau de o evaluare incorectă, precum și de o transmitere incorectă a datelor (din cauza interferențelor electromagnetice, a erorilor de software etc.). Chiar și cea mai bună protecție software și hardware nu exclude o eroare software sau hardware și, teoretic, poate provoca suprasolicitarea persoanei care face exerciții fizice.
- Produsul este un dispozitiv electric, prin urmare, nu poate fi exclusă electrocutarea, care poate duce la deces.
- Nu poate fi exclus riscul rezidual de sufocare.
- Riscul poate fi redus prin respectarea informațiilor o siguranță conținute în manualul de utilizare.
- Nu se poate exclude faptul că utilizarea neintenționată sau neautorizată va cauza alte riscuri neincluse riscuri, iar riscurile incluse au fost evaluate incorect.

În analiza de risc, evaluările au fost efectuate pe baza „stării actuale a dispozitivului”. Din evaluarea și inspecția produsului rezultă, că probabilitatea apariției unui risc inacceptabil este foarte scăzută. Dispozitivul (construcția, funcționarea 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



- Cu această parte în sus. A nu se răsturna.
- A se proteja de cădere.
- A se feri de umiditate.
- A se depozita maximum în 3 straturi.
- Deșeuri electrice. Este necesară predarea echipamentului uzat la un punct de reciclare.
- Atenție, produs greu.
- Ambalaj fabricat din carton.
- Ambalaj reciclabil.
- Ambalajul a fost produs ținând cont de responsabilitatea pentru mediu și reciclare. Vă rugăm să sortați deșeurile conform reglementărilor locale.
- Ambalaj fabricat din carton și plastic. Vă rugăm să sortați deșeurile conform reglementărilor locale.
- Ambalaj fabricat din carton și plastic.

Vă rugăm să sortați deșeurile conform reglementărilor locale.

UTILIZARE

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

- Înainte de a începe primul antrenament, familiarizați-vă cu toate funcțiile și posibilitățile de reglare ale dispozitivului.
- Dispozitivul are elemente care pot fi expuse la coroziune. Din acest motiv, nu se recomandă ca acesta să rămână într-o încăpădere umedă. De asemenea, trebuie să aveți grijă ca echipamentul (în special elementele sale interne și electronice) să nu fie expus la contactul cu apă, băuturi, transpirație etc.
- Dispozitivul este destinat doar pentru antrenament de către adulți și nu este absolut o jucărie pentru copii. Dacă permiteți copiilor să-l folosească

pe propria răspundere, instruiți-i neapărat cu privire la utilizarea corectă și supravegheați-i constant.

- Echipamentul nu este potrivit pentru scopuri terapeutice.
- În timpul funcționării dispozitivului, pot apărea zgomote ușoare la mișcarea inerțială a masei volante, care rezultă din tipul de construcție. Acestea 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 conectori.
- În timpul antrenamentului pe dispozitiv, amintiți-vă de încălțăminte adecvată (pantof sport).

ÎNTREȚINERE

Pentru a asigura siguranța maximă a utilizării dispozitivului, se recomandă ca acesta să fie verificat regulat pentru uzura elementelor. Aceasta se referă la verificarea strângerii și a stării piulițelor, șuruburilor, părților mobile, bușelor etc.

Depozitați dispozitivul într-un loc uscat și cald. Nu expuneți dispozitivul la lumina directă a soarelui.

ATENȚIE! Înainte de a începe întreținerea, opriți întotdeauna dispozitivul și deconectați-l de la sursa de alimentare.

CURĂȚARE

Curățarea regulată a dispozitivului îi va prelungi durata de viață și îi va menține performanța ridicată.

Pentru curățare, utilizați o cârpă moale și umedă. Acest lucru nu se aplică elementelor electrice, motorului, pieselor interne - nu permiteți pătrunderea apei în aceste locuri. Protejați de apă.

CURĂȚAREA MOTORULUI

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

MEDIU

Dispozitivul este livrat în ambalaj pentru a proteja împotriva eventualelor deteriorări în timpul transportului. Ambalajele sunt materii prime neprelucrate și pot fi reciclate. Aruncați aceste materiale în containerele colorate corespunzătoare destinate colectării selective.



Protejați mediul și nu aruncați bateriile uzate la gunoier 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 containerele pentru deșeuri menajere, deoarece pot conține substanțe periculoase pentru sănătate și mediu. Vă rugăm să contribuiți

activ la economisirea gestionarea resurselor naturale și la protejarea mediului natural prin predarea dispozitivului uzat la un punct de depozitare a materiilor prime secundare - aparate electrice uzate.

MONTARE

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

- Înainte de a începe asamblarea, asigurați-vă că setul cu dispozitivul conține toate elementele din lista de piese și dacă unele elemente nu au fost deteriorate în timpul transportului. În cazul în care lipsesc elemente sau aveți obiecții, contactați vânzătorul.
- Familiarizați-vă cu desenele și explicațiile și efectuați asamblarea în ordinea conținută în instrucțiunile de montare.
- Aveți grijă în timpul asamblării. În timpul utilizării a uneltelor și elementelor, există riscul de rănire.
- Amintiți-vă să mențineți un mediu sigur. Nu împrăștiati haotic uneltele și elementele de asamblare. Rețineți că folia și pungile de plastic reprezintă un pericol de sufocare pentru copii.
- Elementele de asamblare necesare pentru a efectua un anumit pas din instrucțiunile de asamblare sunt prezentate în desene și explicații. Utilizați elementele indicate în instrucțiunile de asamblare.
- În primele etape 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 3)

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

LISTA DE PIESE

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

NR.	DESCRIERE	CANTITATE
1	Cadru principal	1
2R/2L	Coloane de sprijina	2
3R/3L	Mânere	2
4	Mânere spate	1
5	Coloană suport consolă	1
6	Coloană suport consolă II	1
40R/40L	Capac stâlp de susținere	2
41	Suport pentru sticlă	1
42	Coloană suport consolă capac decorativ	1
45	Consolă	1
47	Capac decorativ spate consolă	1
52R/52L	Capac decorativ exterior	2
53R/53L	Capac decorativ interior	2
72	Șurub imbus M10 * 30	4
73	Șurub imbus M10 * 20	10

76	Șurub imbus M8* 40	2
77	Șurub cu cap plat M8 * 20	8
78	Șurub imbus M6 * 25	6
82	Șurub Phillips cu cap șaibă M4*15	14
89	Șurub autofiletant cruce cu cap cu șaibă M4 * 8	2
90	Șurub autofiletant ST4.0*16	40
102	Șaibă interioară zimțată șaibă Ø 10*1.2	12
103	Șaibă interioară zimțată Ø 8*1.2	8
105	Șaibă plată standard Ø 10	8

INSTRUCȚIUNI DE MONTAJ (→ Vezi pagina 3)

ATENȚIE! În timpul montajului, respectați pașii de mai jos și utilizați uneltele incluse în produs.

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

INSTRUCȚIUNI DE ASAMBLARE ȘI DEZASAMBLARE

ASAMBLAREA DISPOZITIVULUI

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

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

INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE A COMPUTERULUI

ÎNCEPERE

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

FUNCȚIA DE ECONOMISIRE A ENERGIEI

Computerul va intra automat în modul de economisire a energiei, dacă în 10 minute nu are loc nicio acțiune. Apăsăți orice tastă pentru a reporni sistemul.

OPRIREA DE URGENȚĂ A DISPOZITIVULUI

ATENȚIE! În caz de urgență, apăsați imediat butonul de oprire de urgență.

PROGRAME

Computerul este echipat cu 3 programe de utilizator pentru setare manuală, 36 programe automate stocate în memorie, moduri de numărare inversă (timp, pași, înălțime, calorii, nivel, puls, viteză).

DESCRIEREA BUTOANELOR

- START** – servește la pornirea dispozitivului în modul manual sau programului selectat.
- STOP** – este folosit pentru a opri dispozitivulafat în funcțiune. După apăsare va avea loc și resetarea setărilor. Po repornirea dispozitivului dispozitivul va începe să funcționeze în modul manual.
- COOL DOWN** - apăsați în timpul exercițiului pentru a activa răcirea treptată în funcție de nivelul actual de intensitate. Aparatul încetinește uniform și se oprește după terminarea numărătorii inverse.
- PROGRAM** – este folosit pentru a selecta programul de antrenament automat (P1-P12), programul utilizatorului (U1-U3) sau funcția Body Fat înainte de a începe.
- MANUAL** – vă permite să selectați modul de numărătoare inversă: timp, distanță sau calorii
- PERSONALIZAT** – comutați rapid peste programul personalizat. În acest mod, apăsați tasta de confirmare a tastaturii mici 3 * 4 pentru a intra în setarea segmentului de program personalizat. Puteți seta rapid parametri prin parametrul "Set + -" în această perioadă.
- ÎNĂLȚIME/CALORII/TIMP numărătoare inversă** - tasta de comutare reciprocă a modului: timpul poate activa rapid modul invers de timp. Puteți seta rapid parametri prin parametrul "Set + -" în această perioadă. Înălțimea poate activa rapid modul invers de înălțime. Caloriile pot activa rapid modul de numărare a calorilor.
- NIVEL** - butoanele permit reglarea (creșterea și reducerea) nivelului cu 1 nivel în timpul antrenamentului. Butoanele sunt amplasate sunt pe consola computerului precum și pe de bare.
- TASTE DE SELECTARE RAPIDĂ NIVEL** - vă permit să efectuați o selecție directă a nivelului în timpul antrenamentului (3,6,9,12,15,18).

FUNCȚII (SPECIFICAȚII)

TIME/STEPS	Afișează timpulde mișcare curent sau numărul de pași.	00:00-99:59 min
HEIGHT/PROG	Afișează înălțimea mișcării sau numărul programului.	0.0 - 999
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
LEVEL	Afișează nivelul.	1-25
PULSE	Afișează pulsul curent. ATENȚIE! Măsurarea ritmului cardiac numai în scopuri sportive (se exclude utilizarea medicală).	50-200 BPM
SPM	Afișează viteza curentă a mișcării.	Steps/min

FUNCȚIA DE MĂSURARE A RITMULUI CARDIAC

După pornirea scărilor țineți ambele mâini pe senzorii de măsurare pulsului. După 30 de secunde, pe ecran va apărea pulsul curent.

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

ATENȚIE! Măsurarea ritmului cardiac este doar pentru scopuri sportive (excluzând utilizarea medicală).

PROGRAM MANUAL

Programul manual este modul implicit de funcționare al dispozitivului. Scări începe în el lucrul după apăsarea **START**, atunci când nu este selectat niciun program de antrenament.

- Viteza implicită în modul manual este 0.8 km/h.
- Modificarea setării vitezei și a nivelului este posibilă cu ajutorul butoanelor de pe computer și de pe balustrade.

PROGRAME DE ANTRENAMENT

Alegeți unul dintre cele 36 de programe de antrenament automate apăsând butonul **PROGRAM** atât timp cât numărul corespunzător este afișat pe ecran.

- Când afișat este programul corect apăsați **MODE**. După selectarea în fereastra va afișa se și va clipi valoarea "30:00". Setările duratei antrenamentului programului pot fi efectuate cu butoanele **SPEED +/-**.
- Durata de timp a antrenamentului este împărțită în proporțional în 20 de etape. Tabelul prezintă o prezentare generală a etapelor și a vitezelor corespunzătoare acestora și unghiul de înclinare pentru fiecare programul de antrenament. → [Vezi pagina 105](#).
- Pentru a începe programul apăsați **START**.

PROGRAME UTILIZATOR

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

CONFIGURAREA PROGRAMULUI UTILIZATOR

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

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

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

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

PORNIREA PROGRAMULUI UTILIZATORULUI

- W modul standby, apăsați butonul **PROGRAM**, pentru a selecta unul dintre programele utilizatorului. Po selectare în fereastra va afișa și și va clipi valoarea „30:00”. Utilizați butoanele **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** pentru setarea duratei antrenamentului. Durata antrenamentului setată este împărțită proporțional în 20 în 20 de etape.
- Pentru a începe program apăsați **START**.

MOD NUMĂRĂTOARE INVERSĂ

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

- Pentru setarea valorii numărate invers utilizați butoanele **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Pornirea bandei de alergare și numărătoare inversă va începe după după apăsarea butonului **START**.

PARAMETRI NUMĂRAȚI INVERS:

- **TIMP:** valoarea inițială a numărătorii inverse este de 30 min. Computerul permite setarea timpului în intervalul 5-99 minute (cu 1 minutul).
- **CALORII:** valoarea inițială a numărătoare inversă este 50 kcal. Calculatorul permite setarea caloriilor în intervalul 20-990 kcal (ceea ce 10 kcal).
- **DISTANȚA:** valoarea inițială a numărătorii inverse este 1 km. Calculatorul permite setarea distanței în intervalul 1,0-99,0 km (ceea ce 1 km).

FUNCȚIA DE MĂSURARE A ȚESUTULUI ADIPOS (BODY FAT)

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

Utilizați **MODE**, pentru a introduce parametrii:

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

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

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

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

ANTRENAMENTUL ȘI FAZELE DE EXERCIȚII

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

1. ÎNCĂLZIRE

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

arată mai jos.

Dacă simțiți durere, opriți exercițiul sau reduceți intervalul de mișcare efectuat.

ÎNTINDEREA MUȘCHILOR INTERNI 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. Apăsați ușor pe genunchi, îndreptându-i spre sol și mențineți această poziție timp de 15 secunde.

ÎNTINDEREA COAPSELOR

Așezați-vă pe o suprafață plană. Întindeți piciorul drept și puneți 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.

ROTIRI ALE CAPULUI

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

RIDICAREA BRAȚELOR

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

ÎNTINDEREA TENDOANELOR LUI ACHILE

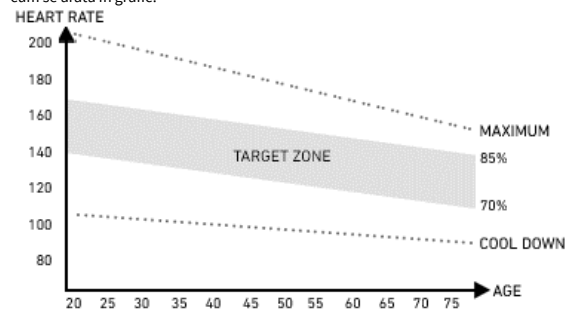
Stați cu fața la perete, extindeți piciorul stâng înainte și îndoiti-l ușor la genunchi. Țineți-l pe cel drept în spate - drept, cu călcăiul așezat plat pe sol. Țineți ambii călcăie plat pe sol și împingeți șoldurile spre perete. Mențineți această poziție timp de 30 de secunde. Repetați cu piciorul drept extins. Amintiți-vă să nu vă arcuriți spatel în timpul exercițiului.

ÎNDOIRI

Stați cu picioarele unite. Aplecați-vă înainte, încercând să vă apropiați cât mai mult pieptul de genunchi. Mențineți timp de 15 secunde. Nu uitați să nu vă îndoiti genunchii.

2. FAZA DE EXERCIȚII

Aceasta este faza potrivită a antrenamentului. Exersați în ritmul dumneavoastră, astfel încât să obțineți o frecvență cardiacă adecvată vârstei dumneavoastră, 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. Nu uitați acest lucru, pentru a nu suprasolicita mușchii.

POSSIBILE DETERIORĂRI ȘI TEHNICI DE REPARARE

ATENȚIE! Deschiderea carcasei dispozitivului fără a contacta mai întâi service-ul producătorului va duce la pierderea garanției.

Dacă suspectați o defecțiune care necesită deschiderea carcasei, contactați service-ul producătorului.

DESCRIEREA ERORII	POSSIBILE CAUZE	SOLUȚIONAREA PROBLEMEI

Problemă cu afișajul	Fără alimentare sau fără curent	Conectați cablul de alimentare la priză AC sau verificați priză AC.
	Înterupătorul de alimentare nu este pornit.	Puneți întrerupătorul de alimentare în poziția ON.
	Acționare fără alimentare sau defectă.	Apăsați din nou protecția la suprasarcină sau înlocuiți acționarea.
	Circuit întrerupt al cablului de semnal al contorului electronic	Înlocuiți cablul de semnal și conectați-l din nou.
	Contorul electronic este defect	Înlocuiți contorul electronic.
Afișaj incomplet, segmente lipsă	Lipirea defectuoasă sau lipirea continuă a circuitului integrat al driverului de afișaj (IC)	Reparație necesară, verificați punctele de lipire, lipire solidă la fața locului.
	Circuit integrat al driverului de afișaj (IC) defect	Deconectați cablul și Este necesară reparația, lipiți un nou circuit integrat al driverului de afișaj (IC).

Afișajul contorului electronic	Deconectarea blocării de siguranță	Așezați blocarea de siguranță în poziția ventuzei sau a cardului pe panou.
	Înterupător de urgență al driverului deconectat	Conectați sau rotiți întrerupătorul de urgență în poziția corectă
-sau-	Magnetronul nu este pornit (dacă este prezent)	Magnetronul este instalat în poziția corectă.
E01 - Eroare de comunicare (controlerul nu primește semnal de la contorul electronic);	Cablul de semnal al contorului electronic este conectat incorect sau are un contact slab.	Reconectați ștecherul
E02 - Eroare de comunicare (contorul electronic nu primește semnal de la controler)	Cablul de semnal al contorului electronic este deteriorat, scurtcircuitat sau întrerupt	Înlocuiți cablul de semnal. Contactați serviciul de asistență al producătorului
	Cauza se află în cablul de semnal al contorului electronic	Înlocuiți contorul electronic. Contactați serviciul de asistență al producătorului
	Defecțiune a circuitului de semnal al controlerului	Înlocuiți acționarea. Contactați serviciul de asistență al producătorului.
E08 - Defecțiune la conectarea controlului inferior	Detectie dacă conectarea la capătul mașinii este blocată.	Îndepărtați corpul străin blocant.
	Defecțiune senzor IR	Înlocuiți senzorul. Contactați serviciul producătorului.
	Defecțiune controler.	Înlocuiți controlerul. Contactați serviciul producătorului
E48 - Lipsă semnal detectare viteză (cu controler care detectează viteza)	Cablul semnalului de viteză nu este conectat sau senzorul este defect	Reintroduceți cablul semnalului de viteză sau înlocuiți senzorul. Contactați serviciul producătorului
	Circuitul senzorului controlerului este defect	Înlocuiți unitatea. Contactați serviciul producătorului
Dispozitivul nu funcționează	Lipsă alimentare	Conectați dispozitivul la curent.
	Cheia de siguranță este scoasă	Introduceți cheia de siguranță.
	Scurtcircuit	Contactați serviciul producătorului.
	Comutatorul ON/OFF nu este pornit	Porniți dispozitivul.
	Cureaua de transmisie este prea puțin tensionată	Contactați serviciul producătorului.

GARANȚIE

Vânzătorul, în numele Garantului, acordă o garanție pe teritoriul României pentru o perioadă de 24 de luni de la data vânzării. Garanția pentru bunurile vândute nu

exclde, nu limitează sau nu suspendă drepturile Cumpărătorului care decurg din Legea privind drepturile consumatorilor.

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

- Reclamațiile și garanția se aplică numai defectelor ascunse apărute 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 cumpărare valabile a echipamentului cu data vânzării,
 - bunurilor reclamate sau a părții defecte.
 În cazul achizițiilor la distanță, certificatul de garanție este valabil numai pe baza documentului de achiziție (bon fiscal / factură).
- Reclamația va fi procesată în termen de până la 14 zile de la data raportării defectului de către Client.
- Defectele de fabricație și daunele dezvăluite în perioada de garanție vor fi reparate gratuit în termen de cel mult 21 de zile de la data livrării produsului la magazin sau service.
- Dacă este necesară importarea unei piese, perioada de reparație în garanție poate fi prelungită cu timpul necesar pentru importul acesteia, dar nu mai mult de 40 de zile.
- Garanția nu acoperă:
 - deteriorările mecanice și defectele cauzate de acestea,
 - deteriorările și defectele rezultate din utilizarea și depozitarea necorespunzătoare, asamblarea și întreținerea necorespunzătoare,
 - deteriorarea și uzura elementelor consumabile, cum ar fi: cabluri, curele, elemente de cauciuc, pedale, mânere de burete, roți, rulmenți, tapițerie.
 - activitățile legate de asamblare, întreținere, pe care, conform instrucțiunilor de utilizare, utilizatorul este obligat să le efectueze pe cont propriu.
- Garanția nu se aplică în următoarele cazuri:
 - expirarea perioadei de valabilitate,
 - efectuarea de către client a reparațiilor și modificărilor independente folosind piese neoriginale,
 - când defectul rezultat se datorează instalării incorecte sau nerespectării regulilor de utilizare corectă descrise în manualul de utilizare,
 - utilizarea altelor decât uzul casnic,
 - daunele suferite 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:
 - Prezentați produsul sau o parte a acestuia, care este acoperită de garanție.
 - Dovada achiziției care specifică numele și adresa vânzătorului, data și locul achiziției, tipul produsului sau un certificat de garanție valabil cu ștampila magazinului.
 - În cazul livrării unui produs murdar, service-ul poate refuza acceptarea acestuia sau, pe cheltuiala clientului, cu acordul său scris, să efectueze curățarea.
- În cazul unei reclamații acceptate, echipamentul va fi reparat sau înlocuit cu unul nou sau clientului i se va rambursa suma. Costurile de transport al mărfii către client sunt suportate de service-ul producătorului.
- În cazul respingerii reclamației în 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 sa.

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	220V
Максимальная мощность	900 W
Вес	135 kg
Температура использования	0°C до +40°C
Температура хранения	-10°C до +60°C
Максимальный вес пользователя	160 kg
Класс применения	Класс SC
Класс точности	Класс C
Количество уровней сопротивления	25 уровней
Стандарт изделия (основной)	PN-EN ISO 20957-8:2021
Назначение	лестница для тренировок для использования полукommerческого.

БЕЗОПАСНОСТЬ

ВНИМАНИЕ! Устройством можно пользоваться исключительно 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 спроектировано 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 изменения своими силами.
- Раз в один или два месяца проверяйте правильность затяжки винтов, шурупов и гаек.
- В целях постоянного обеспечения безопасности регулярно (то есть один раз в год) проверяйте и обслуживайте оборудование в специализированном торговом учреждении.
- Все изменения на устройстве, которые не были описаны в данной инструкции, могут стать причиной повреждений или непосредственно угрожать здоровью и жизни тренирующегося. Изменения на устройстве могут производить только сотрудники сервиса производителя или лица, обученные ими в этой области.
- Все устройства подвергаются постоянным инновационным действиям в целях обеспечения высокого качества. По этой причине производитель оставляет за собой право на внесение технических изменений.
- Любые вопросы или сомнения, связанные с оборудованием, направляйте в специализированное торговое учреждение.

ВНИМАНИЕ! Соблюдайте общие правила правила и меры безопасности, действующие для обращения с электрическими устройствами.

- Устройство питается от сетевого напряжения 220В.**
- Все электрические устройства во время работы излучают электромагнитное излучение. Если вблизи электронной системы управления или кабины размещены другие устройства, излучающие такое излучение (например, мобильные телефоны), то некоторые значения (например, пульс) могут быть искажены.
- ВНИМАНИЕ!** Никогда не производите самостоятельно никаких модификаций в электрической сети. Такие изменения поручайте специалистам.
- ВНИМАНИЕ!** Помните, что перед началом выполнения каких-либо ремонтов, обслуживания или чистки оборудования необходимо вынуть вилку питания из розетки.
- Для подключения устройства не используйте удлинители.
- Если в течение длительного времени вы не будете пользоваться оборудованием, 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 предохраняет от риска поражения электрическим током. Устройство имеет провод и вилку с заземлением. Вилка должна быть подключена к правильно установленной и надлежащим образом заземленной розетке сети.

ОПАСНОСТЬ! Неправильное подключение провода может вызвать риск поражения электрическим током.

- Перед подключением устройства к питанию убедитесь, что местное напряжение соответствует типу вилки.
- Не модифицируйте вилку, если она не подходит к розетке.

В таком случае поручите установку другой розетки квалифицированному электрику.

ВНИМАНИЕ! Люди, находящиеся поблизости во время использования оборудования, должны быть предупреждены о возможных опасностях. Соблюдайте особую осторожность в присутствии детей.

ВНИМАНИЕ! Прежде чем приступить к тренировкам, проконсультируйтесь с врачом, чтобы убедиться в отсутствии противопоказаний 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.

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

ВНИМАНИЕ! Строго соблюдайте указания по проведению тренировок, содержащиеся в данной инструкции.

- При выборе места 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 как минимум такой же ширины, как устройство.

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

ОСТАТОЧНЫЙ РИСК

- В ситуации, когда защита от падения не будет применена или будет применена, но неправильно, существует остаточный риск, то есть падение человека, вызывающее ссадины кожи, синяки, переломы или в худшем случае смерть.
- Существует остаточный риск непреднамеренной перегрузки тренирующегося из-за неправильной эксплуатации или неверной оценки, а также неправильной передачи данных (из-за электромагнитных помех, ошибки программного обеспечения и т.п.).
Даже лучшая защита программного и аппаратного обеспечения не исключает ошибки программного обеспечения или оборудования и может теоретически привести к перегрузке тренирующегося.
- Продукт является электрическим устройством, поэтому нельзя исключить поражение электрическим током, которое может привести к смерти.
- Нельзя исключить риск остаточного удушья.
- Риск можно ограничить, следуя информации о безопасности, содержащейся в инструкции по эксплуатации.
- Нельзя исключить, что непреднамеренное или несанкционированное использование приведет к другим, неучтенным рискам, а учтенный риск был оценен неверно.

В анализе риска оценки были произведены на основании "текущего состояния устройства". Из проведенной оценки и контроля продукта следует, что вероятность возникновения недопустимого риска очень низкая. Устройство (его конструкция, способ действия и применение) не создает — в нормальных условиях — неоправданного риска для тренирующегося или третьих лиц.

МАНИПУЛЯЦИОННЫЕ ЗНАКИ НА ТРАНСПОРТНОЙ УПАКОВКЕ

- 1 - Этой стороной вверх. Не переворачивать.
- 2 - Беречь от падения.
- 3 - Беречь от влаги.
- 4 - Хранить максимум в 3 слоях.
- 5 - Электронные отходы. Обязательно сдайте использованное оборудование в пункт утилизации.
- 6 - Внимание, тяжелый продукт.
- 7 - Упаковка изготовлена из картона.
- 8 - Упаковка, пригодная для переработки.
- 9 - Упаковка изготовлена с учетом экологической ответственности и переработки. Пожалуйста, сортируйте отходы в соответствии с местными правилами.
- 10 - Упаковка изготовлена из картона и пластмасс. Пожалуйста, сортируйте отходы в соответствии с местными правилами.
- 11 - Упаковка изготовлена из картона и пластмасс. Пожалуйста, сортируйте отходы в соответствии с местными правилами.

ОБСЛУЖИВАНИЕ

Перед началом тренировки убедитесь, что устройство правильно собрано.

- Перед началом первой тренировки ознакомьтесь со всеми функциями и возможностями регулировки устройства.
- Устройство имеет элементы, которые могут быть подвержены в коррозии. По этой причине не рекомендуется, чтобы оно оставалось в сыром помещении. Также следует позаботиться о том, чтобы оборудование (особенно его внутренне и электронные компоненты) не подвергалось контакту с водой, напитками, потом и т.д.
- Устройство предназначено только для тренировок взрослыми и ни в коем случае не является игрушкой для детей. Если вы разрешаете детям использовать его на свой страх и риск, обязательно проинструктируйте их о правильном использовании и постоянно контролируйте.
- Оборудование не подходит для терапевтического использования.
- Во время работы устройства могут возникать тихие шумы при инерционном движении маховика, которые связаны с типом конструкции. Они не оказывают никакого влияния на работу устройства.
- Уровень шума при нагрузке выше, чем без нагрузки.
- Перед началом каждой тренировки проверяйте правильность предохранителей, а также винтовых и штекерных соединений.
- Во время тренировки на устройстве не забывайте о подходящей обуви (спортивная обувь).

ОБСЛУЖИВАНИЕ

В целях обеспечения максимальной безопасности использования устройства, рекомендуем регулярно проверять на предмет износа элементов. Это касается проверки затяжки и состояния гаек, винтов, подвижных частей, втулок и т.д. Храните устройство в сухом и теплом месте. Не подвергайте устройство воздействию солнечных лучей.

ВНИМАНИЕ! Перед началом обслуживания всегда выключайте устройство и отключайте его от источника питания.

ЧИСТКА

Регулярная чистка устройства продлит срок его службы и обеспечит высокую производительность. Для чистки используйте мягкую влажную ткань. Это не относится к электрическим компонентам, двигателю, внутренним частям - не допускайте попадания воды в эти места. Берегите от воздействия воды.

ЧИСТКА ДВИГАТЕЛЯ

По крайней мере, раз в год избавляйтесь от пыли с двигателя. Чтобы это сделать, сначала выключите устройство из сети питания и, подождя около 1 часа, снимите крышку двигателя. Используя сжатый воздух или кисточку, осторожно удалите скопившуюся пыль. После повторной установки крышки двигателя и подключения к источнику питания вы можете запустить оборудование.

ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА

Устройство поставляется в упаковке для защиты от возможных повреждений во время транспортировки. Упаковка является необработанным сырьем и может быть переработана. Wyższa jakość do odpowiednich kolorowych pojemników przeznaczonych do selektywnej zbiórki.



Берегите окружающую среду и не выбрасывайте использованные батареи в бытовой мусор. Oddawaj je w miejscu zakupu lub przekazuj do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych. Использованное электрическое устройство (включая счетчик, блок питания) является вторсырьем – 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 использовании природными ресурсами и защите окружающей среды путем передачи использованного устройства в пункт сбора вторсырья – использованных электрических устройств.

МОНТАЖ

Монтаж устройства должен быть выполнен тщательно взрослым. В случае сомнений обратитесь за помощью к кому-нибудь с большим опытом в этой области.

- Перед началом монтажа убедитесь, что комплект с устройством содержит все элементы из списка деталей и не повреждены ли какие-либо элементы во время транспортировки. В случае отсутствия элементов или возражений свяжитесь с продавцом.
- Ознакомьтесь с рисунками и пояснениями и выполняйте монтаж в соответствии с порядком, указанным в инструкции по монтажу.
- 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 угрозу удушья для детей.
- Монтажные элементы, необходимые для выполнения данного шага инструкции по монтажу, представлены на рисунках и в пояснениях. Используйте элементы, указанные в инструкции по монтажу.
- На первых этапах монтажа не затягивайте детали до упора. Сделайте это после размещения всех и убедившись, что они правильно установлены.
- Производитель оставляет за собой право на предварительную сборку некоторых элементов.

СХЕМА МОНТАЖА (→ См. страницу 3)

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

СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

Полный список деталей можно получить, связавшись с serwis@zipro.pl или на странице zipro.store в описании продукта.

НОМЕР	ОПИСАНИЕ	КОЛ-ВО
1	Главная рама	1
2R/2L	Колонные опорные	2
3R/3L	Поручни	2
4	Задние поручни	1
5	Опорная колонна консоли	1
6	Опорная колонна консоли II	1
40R/40L	Крышка опорной стойки	2
41	Держатель для бутылки	1
42	Опорная колонна консоли декоративная	
45	крышка	1
47	Консоль	1
52R/52L	Задняя декоративная крышка консоли	1
53R/53L	Внешняя декоративная крышка	2
72	Внутренняя декоративная крышка	2
73	Винт с внутренним шестигранником M10 * 30	4
76	Винт с внутренним шестигранником M10 * 20	10
77	Винт с внутренним шестигранником M8 * 40	2
78	Винт с плоской головкой M8 * 20	8
82	Винт с внутренним шестигранником M6 * 25	6
	Винт Phillips с головкой с шайбой M4*15	14
	Винт крестообразный с головкой с шайбой M4 *	
89	8	2
90	Винт крестообразный ST4.0*16	40
102	Внутренняя зубчатая шайба Ф 10*1.2	12
103	Внутренняя зубчатая шайба Ф 8*1.2	8
105	Шайба плоская стандартная Ф 10	8

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ (→ См. страницу 3)

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

Подготовьте достаточно свободного места для сборки устройства. Из-за большого веса некоторых элементов рекомендуется сборка двумя людьми.

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И РАЗБОРКЕ

СБОРКА УСТРОЙСТВА

ВНИМАНИЕ! Перед началом сборки тщательно проверьте, затянуты ли все винты.

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

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ КОМПЬЮТЕРА

НАЧАЛО РАБОТЫ

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

ФУНКЦИЯ ЭНЕРГОСБЕРЕЖЕНИЯ

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

АВАРИЙНАЯ ОСТАНОВКА УСТРОЙСТВА

ВНИМАНИЕ! В случае внезапной опасности немедленно нажмите кнопку аварийной остановки.

ПРОГРАММЫ

Компьютер оснащен 3 пользовательскими программами для ручной настройки, 36 автоматических программ, записанных в памяти, режимы отсчета (времени, шагов, высоты, калорий, уровня, пульса, скорости).

ОПИСАНИЕ КНОПОК

- **START** – служит для запуска устройства в режиме ручном или выбранной программы.
- **СТОП** – служит для остановки работающего устройства. После нажатия произойдет также сброс настроек. После повторного запуска устройство начнет работу в режиме ручном.
- **ОХЛАЖДЕНИЕ ВНИЗ** – нажмите во время тренировки, чтобы запустить постепенное охлаждение в соответствии с текущим уровнем интенсивности. Машина равномерно замедляется и останавливается после завершения обратного отсчета.
- **PROGRAM** – служит для выбора программы тренировки автоматической (P1-P12), программы пользователя (U1-U3) или функции Body Fat перед запуском.
- **MANUAL** – позволяет выбрать режим обратного отсчета: времени, расстояния или калорий
- **CUSTOM** – быстрый переход к пользовательской программе. В этом режиме нажмите клавишу подтверждения малой клавиатуры 3 * 4, чтобы войти в настройку сегмента пользовательской программы. Вы можете быстро установить параметры с помощью параметра "Set + -" в течение этого периода.
- **HEIGHT/CALORIES/TIME обратный отсчет** - клавиша взаимного переключения режимов: время может быстро включить режим обратного отсчета времени. Вы можете быстро установить параметры с помощью параметра "Set + -" в течение этого периода. Height может быстро включить режим обратного отсчета высоты. Calories может быстро включить режим подсчета калорий.
- **УРОВЕНЬ** – кнопки позволяют регулировать (увеличение и уменьшение) уровень на 1 уровень во время тренировки. Кнопки расположены находятся на консоли компьютера и на поручнях.
- **КНОПКИ БЫСТРОГО ВЫБОРА УРОВНЯ** – позволяют на выполнение непосредственного выбора уровня во время тренировки (3,6,9,12,15,18).

ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

ВРЕМЯ/ШАГИ	Отображает текущее время движения или количество шагов.	00:00-99:59 мин
ВЫСОТА/ПРОГ	Отображает высоту движения или номер программы.	0.0 - 999
КАЛОРИИ	Считает общее количество сожженных калорий от начала до конца упражнений. (Измерение является приблизительным для сравнения различных сеансов упражнений и не может использоваться в лечебных целях).	0,0-999 ккал
LEVEL	Отображает уровень.	1-25
ПУЛЬС	Отображает текущий пульс. ВНИМАНИЕ! Измерение пульса только для спортивных целей (исключается медицинское применение).	50-200 ударов в минуту
SPM	Отображает текущую скорость движения.	Шаги/мин

ФУНКЦИЯ ИЗМЕРЕНИЯ ПУЛЬСА

После запуска лестницы удерживайте обе руки на датчиках для измерения пульса. Через 30 секунд на экране появится 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. Лестница начинает свою работу в ней после нажатия кнопки **START**, если не выбрана ни одна тренировочная программа.

- Скорость по умолчанию в режиме ручном это 0.8 км/ч.
- Изменение настройки скорости и уровня возможно с помощью кнопок на компьютере и поручнях.

ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ПРОГРАММЫ

Выберите одну из 36 автоматических тренировочных программ, нажимая кнопку **ПРОГРАММА** до тех пор, пока на экране не отобразится соответствующий номер.

- Когда отобразится соответствующая будет программа нажмите **РЕЖИМ**. После выбора в окне отобразится и будет мигать значение "30:00".
Настройки времени тренировки программы можно выполнить кнопками **SPEED +/-**.
- Установленное время тренировки делится на пропорционально на 20 этапов. Таблица представляет сопоставление этапов и соответствующим им скорости и угол наклона для каждой программы тренировки. → [Смотрите страницу 105](#).
- Чтобы начать программу нажмите **START**.

ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИЕ ПРОГРАММЫ

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

НАСТРОЙКА ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКОЙ ПРОГРАММЫ

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

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

Программы будут сохранены в памяти компьютера до следующего редактирования.

Данные не будут потеряны в результате сбоя питания.

ЗАПУСК ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКОЙ ПРОГРАММЫ

- В режиме ожидания, нажмите кнопку **PROGRAM**, чтобы выбрать одну из программ пользователя. После выбора в окне отобразится и будет мигать значение "30:00". Используйте кнопки **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** к настройке времени тренировки. Установленное время тренировки делится пропорционально на 20 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 начнется после нажатия кнопки **START**.

ОТСЧИТЫВАЕМЫЕ ПАРАМЕТРЫ:

- **ВРЕМЯ:** начальное значение обратного отсчета это 30 мин. Компьютер позволяет установить время в диапазоне 5-99 минут (с 1 минуту).

- **КАЛОРИИ:** начальное значение обратного отсчета это 50 ккал. Компьютер позволяет установить калории в диапазоне 20-990 ккал (с 10 ккал).
- **ДИСТАНЦИЯ:** начальное значение обратного отсчета это 1 км. Компьютер позволяет установить дистанцию в диапазоне 1,0-99,0 км (с 1 км).

ФУНКЦИЯ ИЗМЕРЕНИЯ ЖИРОВОЙ ТКАНИ (BODY FAT)

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

Используйте **MODE**, чтобы ввести параметры:

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

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

После выбора параметров на дисплее отобразится F5. Положите обе руки на датчики для измерения пульса, через 5-6 секунд компьютер отобразит информацию FAT. FAT предназначен для измерения соотношения между ростом и весом, а не пропорций тела.

Правильный результат должен находиться между 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, оно улучшит ваше состояние, укрепит мышцы и в сочетании с правильной диетой позволит сжечь ненужный жир.

1. РАЗМИНКА

Это фаза, которая улучшает кровообращение во всем теле и подготавливает мышцы к напряженным упражнениям. Также снижает риск спазмов и травм. Рекомендуется выполнить несколько упражнений на растяжку как показано ниже.

Если вы чувствуете боль, прекратите тренировку или уменьшите диапазон движений.

РАСТЯЖКА ВНУТРЕННИХ МЫШЦ БЕДРА

Сядьте на плоскую поверхность согнутыми ногами и коленями наружу. Соедините подошвы ног и поднесите 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 и приложите подошву левой стопы к правому бедру. Вытяните правую руку в направлении пальцев правой ноги как можно дальше. Удерживайте в течение 15 секунд. Повторите с левой ногой.

ПОВОРОТЫ ГОЛОВЫ

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

ПОДНЯТИЕ РУК

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

РАСТЯЖКА АХИЛЛЕСОВА СУХОЖИЛИЯ

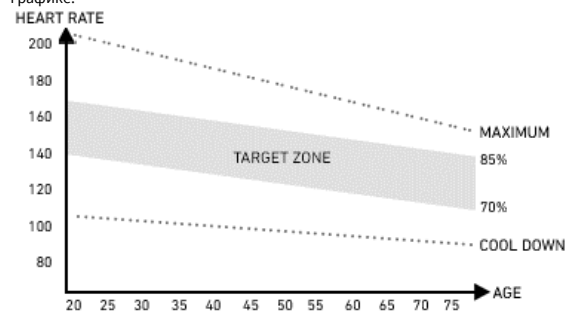
Встаньте лицом к стене, вытяните левую ногу вперед и слегка согните в колене. Держите правую сзади – выпрямленной, пяткой плоско на полу. Держите обе пятки плоско на полу и прижимайте бедра к стене. Удерживайте это положение в течение 30 секунд. Повторите с вытянутой правой ногой. Помните, чтобы во время упражнения не выгибать спину дугой.

НАКЛОНЫ

Встаньте вместе с соединенными ногами. Сделайте наклон вперед, стараясь как можно ближе поднести грудь к коленям. Удерживайте в течение 15 секунд. Помните, чтобы не сгибать колени.

2. ФАЗА УПРАЖНЕНИЙ

Это правильная фаза тренировки. Тренируйтесь в своем темпе, чтобы достичь соответствующего пульса для вашего возраста, как показано на графике.

**3. ФАЗА РАССЛАБЛЕНИЯ**

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

ВОЗМОЖНЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ И МЕТОДЫ РЕМОНТА

ВНИМАНИЕ! Открытие корпуса устройства без предварительной связи с сервисной службой производителя приводит к потере гарантии. В случае подозрения на неисправность, требующую открытия корпуса, обратитесь в сервисную службу производителя.

ОПИСАНИЕ ОШИБКИ	ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ	РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ
----- Проблема с дисплеем	Нет питания или нет подачи тока	Подключите шнур питания к розетке АС или проверьте розетку АС.
	Выключатель питания не включен.	Установите выключатель питания в положение ON.
	Привод без питания или поврежден.	Снова нажмите защиту от перегрузки или замените привод.
	Прервана цепь сигнального провода электронного счетчика	Замените сигнальный провод и подключите его снова.
	Электронный счетчик поврежден	Замените электронный счетчик.
Дисплей неполный, отсутствуют сегменты	Интегральная схема драйвера дисплея (IC) плохо запаяна или постоянно запаяна	Требуется ремонт, проверьте точки пайки, надежная пайка на месте.
	Повреждена интегральная схема драйвера дисплея (IC)	Отсоедините кабель и Требуется ремонт, впаяйте новую интегральную схему драйвера дисплея (IC).
Дисплей электронного счетчика	Отсоединение блокировки безопасности	Установите блокировку безопасности в положение присоски или карты на панели.
-или-	Отсоединен аварийный выключатель контроллера	Подключите или поверните аварийный выключатель в правильное положение
	Магнетрон не включен (если имеется)	Магнетрон установлен в правильном положении.
E01 - Ошибка связи (контроллер не получает сигнал от электронного счетчика);	Сигнальный провод электронного счетчика плохо подключен или имеет слабый контакт.	Подключите вилку снова
E02 - Ошибка связи (электронный счетчик не получает сигнал от контроллера)	Сигнальный провод электронного счетчика поврежден, замкнут или прерван	Замените сигнальный провод. Свяжитесь с сервисной службой производителя
	Причина кроется в сигнальном проводе электронного счетчика	Замените электронный счетчик. Свяжитесь с сервисной службой производителя
	Неисправность сигнальной цепи контроллера	Замените привод. Свяжитесь с сервисной службой производителя.
E08 - Сбой подключения нижнего управления	Обнаружение ли подсоединения в конце машины заблокировано.	Удалите блокирующее инородное тело.
	Неисправность ИК-датчика	Замените датчик. Свяжитесь с сервисной службой производителя.
	Неисправность контроллера.	Замените контроллер. Свяжитесь с сервисной службой производителя

E48 - Отсутствует сигнал обнаружения скорости (с контроллером, обнаруживающим скорость)	Провод сигнала скорости не подключен или датчик поврежден	Вставьте снова провод сигнала скорости или замените датчик. Свяжитесь с сервисной службой производителя
	Цепь датчика контроллера повреждена	Замените привод. Свяжитесь с сервисной службой производителя
Устройство не работает	Нет питания	Подключите устройство к электросети.
	Вынут ключ безопасности	Вставьте ключ безопасности.
	Короткое замыкание	Свяжитесь с сервисной службой производителя.
	Переключатель ON/OFF не включен	Включите устройство.
	Приводной ремень недостаточно натянут	Свяжитесь с сервисной службой 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 приниматься магазином или сервисной службой после предъявления клиентом:
 - действительного, четко и правильно заполненного гарантийного талона с печатью продавца и подписью продавца,
 - действительного доказательства покупки оборудования с датой продажи,
 - рекламируемого товара или дефектной части.
 В случае покупки на расстоянии гарантийный талон действителен исключительно на основании документа о покупке (чек / счет-фактура).
- Рекламация будет рассмотрена в течение 14 дней с момента уведомления о дефекте Клиентом.
- Заводские дефекты и повреждения, обнаруженные в течение гарантийного срока, будут устранены бесплатно в течение не более 21 дня с даты доставки товара в магазин или сервисный центр.
- В случае необходимости импорта запчастей срок гарантийного ремонта может быть продлен на время, необходимое для их импорта, но не более чем на 40 дней.
- Гарантия не распространяется на:
 - механические повреждения и дефекты, вызванные ими,
 - повреждения и дефекты, возникшие в результате неправильного использования и хранения, неправильной сборки и технического обслуживания,
 - повреждения и износ расходных материалов, таких как: тросы, ремни, резиновые элементы, педали, ручки из губки, колеса, подшипники, обивка.
 - действия, связанные с установкой, обслуживанием, которые, согласно инструкции по эксплуатации, пользователь обязан выполнять самостоятельно.
- Гарантия не распространяется в следующих случаях:
 - истечения срока годности,
 - выполнения клиентом самостоятельного ремонта и модификаций с использованием неоригинальных запчастей, если возникший дефект является результатом неправильной установки или несоблюдения правил правильной эксплуатации, описанных в инструкции по эксплуатации,
 - использования, отличного от домашнего,
 - повреждений, возникших при транспортировке.
- Дубликаты гарантийного талона не выдаются.
- В рамках гарантии клиент имеет право требовать следующие виды бесплатного возмещения:
 - ремонта продукта,
 - замены продукта,
 - снижения цены,
 - расторжения договора и полного возмещения понесенных затрат.
- Для подачи рекламации необходимо:
 - Предъявить продукт или его часть, на которую распространяется гарантия.
 - Подтверждение покупки с указанием наименования и адреса продавца, даты и места покупки, типа продукта или действующий гарантийный талон с печатью магазина.

- с. В случае предоставления грязного продукта сервисный центр может отказать в его принятии или, за счет клиента, с его письменного согласия, произвести очистку.
- 11. В случае положительного рассмотрения рекламации оборудование будет отремонтировано или заменено на новое, или клиенту будут возвращены деньги. Стоимость транспортировки товара клиенту покрывает сервисный центр производителя.
- 12. 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.

SK Návod na použitie

Používateľu,
Oboznámte sa s nasledujúcimi pokynmi pred začatím montáže a prvým použitím zariadenia. Tento návod obsahuje dôležité informácie týkajúce sa bezpečnosti používania a údržby zariadenia. Uchovajte ho, aby ste mohli využiť informácie týkajúce sa údržby alebo objednávanie náhradných dielov.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájanie	220V
Maximálny výkon	900 W
Hmotnosť	135 kg
Teplota používania	0°C do +40°C
Teplota skladovania	-10°C do +60°C
Maximálna hmotnosť používateľa	160 kg
Trieda použitia	Trieda SC
Trieda presnosti	Trieda C
Počet úrovni odporu	25 úrovní
Norma výrobu (hlavná)	PN-EN ISO 20957-8:2021
Určenie	Stréningové schody na použitie polokomerčného.

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 bráný na zodpovednosť za škody, ktoré boli spôsobené nesprávnym používaním zariadenia.

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

POZOR! Dodržiavajte všeobecné zásady 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) sa môžu skresliť.
- POZOR!** Nikdy nevykonávajte na vlastnú päsť žiadne úpravy v elektrickej sieti. Takéto zmeny zverte špecialistom.
- POZOR!** Nezabudnite pred začatím vykonávania akýchkoľvek opráv, údržby alebo čistenia výstroja vytiahnuť zástrčku napájania zo zásuvky.
- Na pripojenie zariadenia nepoužívajte predlžovacie káble.
- Ak dlhší čas nebudete výstroj používať, vytiahnite zástrčku napájania zo zásuvky.
- Dbajte na to, aby elektrický kábel nebol priviknutý a jeho uloženie nespôsobovalo riziko potknutia sa oň.

UZEMNENIE

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

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

- Pred pripojením zariadenia k napájaniu sa uistite, že lokálne napätie zodpovedá typu zástrčky.
 - Neupravujte zástrčku, ak nepasuje do zásuvky.
- V takom prípade zverte inštaláciu inej zásuvky kvalifikovanému elektrikárovi.

POZOR! Osoby zdržiavajúce sa v blízkosti počas používania zariadenia musia byť upozornené na prípadné nebezpečenstvá. Buďte obzvlášť opatrní v prítomnosti detí.

POZOR! Pred začatím cvičenia sa poraďte s lekárom, aby ste sa uistili, že nemáte žiadne zdravotné kontraindikácie na vykonávanie tréningov na zariadení. Na základe názoru odborníka môžete vypracovať svoj tréningový plán. Nesprávne zvolený program alebo nadmerné cvičenie môže 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 cítite slabé, okamžite prestaňte cvičiť.

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

- Pri výbere miesta na tréning zvážte zabezpečenie bezpečných vzdialeností od možných prekážok. Neumiestňujte zariadenie v blízkosti dopravných ciest (cesty, brány, priechody atď.).
- Je zakázané používať zariadenie v tesnej vzdialenosti od steny. Bezpečnostná zóna je 2000 mm a minimálne rovnakej šírky ako zariadenie.

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

REZIDUÁLNE RIZIKO

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

V analýze rizika sa hodnotenie vykonalo na základe „súčasného 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 - neopodstatnené riziko pre cvičiacu osobu ani tretie osoby.

MANIPULAČNÉ ZNAČKY NA PREPRAVNÝCH OBALOCH



- Touto stranou nahor. Nепrevracat.
- Chrániť pred pádom.
- Chráňte pred vlhkosťou.
- Skladujte maximálne v 3 vrstvách.
- Elektroodpad. Je nutné odovzdať použité zariadenie do zberného dvora.
- Pozor, ťažký produkt.
- Obal vyrobený z lepenky.
- Obal vhodný na recykláciu.
- Obal bol vyrobený s ohľadom na zodpovednosť za životné prostredie a recykláciu. Prosíme, separujte odpad v súlade s miestnymi pravidlami.
- Obal je vyrobený z lepenky a plastov. Prosíme, separujte odpad v súlade s miestnymi pravidlami.
- Obal je vyrobený z lepenky a plastov. Prosíme, separujte odpad v súlade s miestnymi pravidlami.

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 na koróziu. Z tohto dôvodu sa neodporúča, aby zostávalo v vlhkej miestnosti. Je tiež potrebné dbať na to, aby zariadenie (najmä jeho vnútorné a elektronické komponenty) nebolo vystavené kontaktu s vodou, nápojmi, potom atď. Zariadenie je určené len na tréning pre dospelých a v žiadnom prípade nie je hračka pre deti. Ak na vlastnú zodpovednosť dovolíte deťom používať ho, bezpodmienečne ich poučte o správnom používaní a neustále ich dohliadajte.
- Zariadenie nie je vhodné na terapeutické účely.
- Počas prevádzky zariadenia sa môžu vyskytovať tiché šumy pri zotrvačnom pohybe zotrvačníka, ktoré vyplývajú z typu konštrukcie. Nemajú žiadny vplyv na funkciu zariadenia.
- Emisia hluku pri zaťažení je vyššia ako bez zaťaženia.
- Pred začatím každého tréningu skontrolujte správnosť zabezpečenia a skrutkových a zásuvných spojov.
- Počas tréningu na zariadení nezabudnite na vhodnú obuv (športové topánky).

ÚDRŽBA

Pre zaistenie maximálnej bezpečnosti používania zariadenia, odporúča sa ho pravidelne kontrolovať z hľadiska opotrebenia prvkov. To sa týka kontroly dotiahnutia a stavu matíc, skrutiek, pohyblivých častí, puzdier atď. Skladujte zariadenie na suchom a teplom mieste. Nevystavujte zariadenie slnečnému žiareniu.

POZOR! Pred začatím údržby vždy vypnite zariadenie a odpojte ho od napájania.

ČISTENIE

Pravidelné čistenie zariadenia predĺži jeho životnosť a zachová jeho vysokú účinnosť.

Na čistenie používajte mäkkú vlhkú handričku. Netýka sa to elektrických prvkov, motora, vnútorných častí - zabráňte preniknutiu vody do týchto miest. Chráňte pred pôsobením vody.

ČISTENIE MOTORA

Aspoň raz ročne zbavte motor prachu. Aby ste to urobili, najprv vypnite zariadenie zo zdroja napájania a po približne 1 hodine odstráňte kryt motora. Pomocou stlačeného vzduchu alebo štetca opatrne odstráňte prach. Po opätovnej montáži krytu motora a pripojení k zdroju napájania môžete spustiť zariadenie..

ŽIVOTNÉ PROSTREDIE

Zariadenie je dodávané v obale na ochranu pred prípadným poškodením počas prepravy. Obaly sú nespracované suroviny a môžu byť recyklované. Vyhádzajte tieto materiály do príslušných farebných kontajnerov určených na selektívny zber.



Chráňte životné prostredie a nevyhadzujte použité batérie do domáceho odpadkového koša. Odovzdávajte ich na mieste zakúpenia alebo ich odovzdajte do vyhradeného miesta skladovania druhotných surovín.

Použitie elektrické zariadenia (vrátane merača, napájacieho zdroja) sú druhotné suroviny - nevyhadzujte ich do nádob na domový odpad, pretože môžu obsahovať látky nebezpečné pre zdravie a životné prostredie. Prosíme o aktívnu pomoc pri šetrom hospodárení s prírodnými zdrojmi a ochrane životného prostredia odovzdaním použitého zariadenia do miesta skladovania druhotných surovín - použitých elektrických zariadení.

MONTÁŽ

Montáž zariadenia musí byť starostlivo vykonaná dospelou osobou. V prípade potreby požiadajte o pomoc niekoho s väčšími skúsenosťami v tejto oblasti.

- Pred začatím montáže sa uistite, či súprava so zariadením obsahuje všetky prvky z zoznamu dielov a či nedošlo k poškodeniu niektorých prvkov počas prepravy. V prípade chýbajúcich prvkov alebo výhrad kontaktujte predajcu.
- Oboznámte sa s náčrtmi a vysvetlivkami a vykonajte montáž podľa poradia uvedeného v návode na montáž.
- Zachovajte opatrnosť počas montáže. Počas používania nástrojov a prvkov existuje riziko udusení a poranení.
- Nezabudnite zachovať bezpečné prostredie. Nerozkladajte chaoticky nástroje a montážne prvky. Nezabudnite, že fólie a vrecká z plastu predstavujú riziko udusení pre deti.
- Montážne prvky potrebné na vykonanie daného kroku návodu na montáž boli uvedené na náčrtoch a vysvetlivkách. 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.

SCHÉMA MONTÁŽE (→ Pozri strana 3)

POZOR! Je zakázané používať diely pochádzajúce z iných zdrojov ako od výrobcu.

ZOZNAM DIELOV

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

Č.	POPIS	POČET
1	Hlavný rám	1
2R/2L	Stĺpika podperná	2
3R/3L	Madlá	2
4	Zadné madlá	1
5	Stĺpik konzolového držiaka	1
6	Stĺpik konzolového držiaka II	1
40R/40L	Kryt nosného stĺpika	2
41	Držiak na fľašu	1
42	Stĺpik konzolového držiaka ozdobný kryt	1
45	Konzola	1
47	Zadný ozdobný kryt konzoly	1
52R/52L	Vonkajší ozdobný kryt	2
53R/53L	Vnútorný ozdobný kryt	2
72	Skrutka imbusová M10 * 30	4
73	Skrutka imbusová M10 * 20	10
76	Skrutka imbusová M8 * 40	2
77	Skrutka s plochou hlavou M8 * 20	8
78	Skrutka imbusová M6 * 25	6
82	Skrutka Phillips s hlavou podložkovou M4*15	14
89	Skrutka krížová s hlavou s podložkou M4 * 8	2
90	Skrutka krížová ST4.0*16	40
102	Vnútorná zubkovaná podložka Φ 10*1.2	12
103	Vnútorná zubkovaná podložka Φ 8*1.2	8
105	Podložka plochá štandardná Φ 10	8

NÁVOD NA MONTÁŽ (→ Pozri stranu 3)

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

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

INÁVOD NA ZLOŽENIE A ROZLOŽENIE**ZLOŽENIE ZARIADENIA**

POZOR! Pred začatím skladania starostlivo skontrolujte, či sú všetky skrutky dotiahnuté.

POZOR! Počas skladania dávajte pozor na svoje ruky a prsty, aby nedošlo k ich pricviknutiu.

NÁVOD NA OBSLUHU POČÍTAČA**ZAČIATOK**

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

FUNKCIA ÚSPORY ENERGIE

Počítač prejde do režimu úspory energie automaticky, ak počas 10 minút nedôjde k žiadnej činnosti. Stlačením ľubovoľného klávesu obnovíte systém.

NÚDZOVÉ ZASTAVENIE ZARIADENIA

POZOR! V prípade náhleho ohrozenia okamžite stlačte tlačidlo núdzového zastavenia.

PROGRAMY

Počítač je vybavený 3 užívateľskými programami na manuálne nastavenie, 36 automatických programov uložených v pamäti, režimy odpočítavania (času, krokov, výšky, kalórií, úrovne, pulzu, rýchlosti).

POPIS TLAČIDIEL

- **ŠTART** – slúži na spustenie zariadenia v režime manuálnom alebo vybraného programu.
- **STOP** – slúži na zastavenie pracujúceho zariadenia. Po stlačení nastane aj resetovanie nastavení. Po opätovnom spustení zariadenie začne pracovať v režime manuálnom.
- **COOL DOWN** - stlačte počas cvičenia, aby sa spustilo postupné ochladzovanie zodpovedajúce aktuálnej úrovni intenzity. Stroj rovnomerne spomaľuje a po skončení odpočítavania sa zastaví.
- **PROGRAM** – slúži na výber programu tréningového automatického (P1-P12), programu používateľa (U1-U3) alebo funkcie Body Fat pred spustením.
- **MANUAL** – umožňuje vybrať režim odpočítavania: času, vzdialenosti alebo kalórií
- **CUSTOM** – rýchlo prepnete na vlastný program. V tomto režime stlačte potvrdzovacie tlačidlo malej klávesnice 3 * 4 pre vstup do nastavenia segmentu vlastného programu. Parametre môžete rýchlo nastaviť pomocou parametra "Set + -" počas tohto obdobia.
- **HEIGHT/CALORIES/TIME odpočítavanie** - kláves na vzájomné prepínanie režimov: čas môže rýchlo zapnúť režim spätného chodu času. Parametre môžete rýchlo nastaviť pomocou parametra "Set + -" počas tohto obdobia. Výška môže rýchlo zapnúť režim spätného chodu výšky. Kalórie môžu rýchlo zapnúť režim počítania kalórií.
- **ÚROVEŇ** – tlačidlá umožňujú reguláciu (zvyšovanie a znižovanie) úrovne o 1 úroveň počas tréningu. Tlačidlá umiestnené sú na konzole počítača a na zábradliach.
- **TLAČIDLÁ RÝCHLEJ VOĽBY ÚROVNE** – umožňujú na vykonanie priamej voľby úrovne počas tréningu (3,6,9,12,15,18).

FUNKCIE (ŠPECIFIKÁCIA)

ČAS/KROKY	Zobrazuje aktuálny čas pohybu alebo počet krokov.	00:00-99:59 min
VÝŠKA/PROG	Zobrazuje výšku pohybu alebo číslo programu.	0.0 - 999
KALÓRIE	Počíta celkový počet spaľených kalórií od začiatku do konca cvičenia. (Meranie je približné na porovnanie rôznych cvičebných relácií, nemôže sa používať na liečbu).	0,0-999 kcal
LEVEL	Zobrazuje úroveň.	1-25
PULS	Zobrazuje aktuálny pulz. POZOR! Meranie tepu len na športové účely (vylučuje sa lekárske použitie).	50-200 BPM
SPM	Zobrazuje aktuálnu rýchlosť pohybu.	Kroky/min

FUNKCIA MERANIA TEPU

Po spustení schodov pridržiňte 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. Schody začínať ním pracovať po stlačení **ŠTART**, ak nie je vybraný žiadny tréningový program.

- Predvolená rýchlosť v režime manuálnom je 0.8 km/h.
- Zmena nastavenia rýchlosti a úrovne je možná pomocou tlačidiel na počítači a madlách.

TRÉNINGOVÉ PROGRAMY

Vyberte jeden z 36 automatických tréningových programov stlačením tlačidla **PROGRAM** tak dlho, kým sa na obrazovke nezobrazí príslušné číslo.

- Keď zobrazí sa príslušný program stlačte **MODE**. Po výbere v okne zobrazí sa a bude blikať hodnota „30:00“.

Nastavenia času tréningu programu možno vykonať tlačidlami **SPEED +/-**.

- Nastavený čas tréningu rozdelený je proporcionálne na 20 etáp. Tabuľka znázorňuje súpis etáp a zodpovedajúcim im rýchlosti a uhol sklonu pre každého programu tréningu. → [Pozri strana 105.](#)
- Pre spustenie programu stlačte **START**.

PROGRAMY POUŽÍVATEĽA

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

NASTAVENIE PROGRAMU POUŽÍVATEĽA

- V pohotovostnom režime stlačte tlačidlo **PROGRAM**, pre výber jedného z užívateľských programov. Na paneli sa budú postupne zobrazovať čísla automatických programov a potom užívateľské programy.
- Keď sa zobrazí príslušný program, stlačte **MODE**, pre začatie úprav prvej sekcie programu. Použite tlačidlá **SPEED +/-** pre nastavenie rýchlosti.
- Stlačte **MODE**, pre potvrdenie nastavení parametrov pre prvú sekciu a prechod na úpravu ďalšej.

Programy sa skladajú z 20 sekcií. Opakujte vyššie uvedené kroky, kým nenastavíte parametre všetkých sekcií.

Programy budú uložené v pamäti počítača až do ich nasledujúcej úpravy.

Dáta sa nestratia v dôsledku výpadku napájania.

SPUSTENIE PROGRAMU POUŽÍVATEĽA

- W režime pohotovosti, stlačte tlačidlo **PROGRAM**, aby ste vybrali jeden z programov používateľa. Po vybraní v okne zobrazí sa a bude blikať hodnota „30:00“.
- Použite tlačidlá **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** na nastavenie času tréningu. Nastavený čas tréningu rozdelený je proporcionálne na 20 etáp.
- Pre spustenie program stlačte **START**.

REŽIM ODPOČÍŤAVANIA

Vyberte jeden z 3 režimov odpočítavania stlačením tlačidla **MODE**.

- Na nastavenie odpočítavanej hodnoty použite tlačidlá **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Spustenie bežekého pásu a odpočítavanie sa spustí po stlačení tlačidla **START**.

ODPOČÍŤAVANÉ PARAMETRE:

- ČAS: počiatočná hodnota odpočítavania je 30 min.
- Počítač umožňuje nastavenie času v rozmedzí 5-99 minút (po 1 minúte).
- KALÓRIE: počiatočná hodnota odpočítavania to 50 kcal.
- Počítač umožňuje nastavenie kalórií v rozsahu 20-990 kcal (čo 10 kcal).
- VZDIALENOSŤ: počiatočná vzdialenosť odpočítavania to 1 km.
- Počítač umožňuje nastavenie vzdialenosti v rozsahu 1,0-99,0 km (čo 1 km).

FUNKCIA MERANIA TELESNÉHO TUKU (BODY FAT)

Stlačte tlačidlo **PROGRAM**, kým sa na obrazovke nezobrazí "FAT".

Použite **MODE**, na zadanie parametrov:

- F1 - pohlavie (pohlavie) – 01 muž / 02 žena
- F2 - vek (vek) – hodnoty 10-99
- F3 - výška (výška) – hodnoty 100-220 cm
- F4 – hmotnosť (hmotnosť) – hodnoty 20-130 kg

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

Po výbere 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 - obezita.

POZOR! Získané výsledky nemôžu byť za žiadnych okolností základom liečby alebo sa brať do úvahy na lekárske účely.

TRÉNING A FÁZY CVIČENÍ

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

s vhodnou diétou vám umožní spáliť zbytočné tukové tkanivo.

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 tak ako je uvedených nižšie.

Ak pociťujete bolesť, prestaňte cvičiť alebo znížte rozsah vykonávaného pohybu.

PREŤAHOVANIE VNÚTORNÝCH SVALOV STEHIEN

Sadnite si na rovný povrch so zohnutými nohami a kolenami smerujúcimi von. Spojte chodidlá a priblížte ich k sebe čo najbližšie. Jemne zatlačte na kolená smerom k zemi a vydržte v tejto polohe 15 sekúnd.

PREŤAHOVANIE STEHIEN

Sadnite si na rovný povrch. Narovnaj pravú nohu a chodidlo ľavej nohy priložte k pravému stehnu. Natiahnite pravú ruku smerom k prstom pravej nohy tak ďaleko, ako je to možné. Vydržte 15 sekúnd. Opakujte s ľavou nohou.

OTÁČANIE HLAVY

Držte hlavu rovno a pozerajte sa pred seba. Bez pohybu ramien ju otočte doprava a narovnaj, potom ju otočte dolava a narovnaj.

ZDÍHANIE RAMIEN

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

PREŤAHOVANIE ACHILLOVEJ ŠLACHY

Postavte sa tvárou k stene, ľavú nohu vsuňte dopredu a mierne pokrčte v kolene. Pravú držte vzadu - vystretú, s pätou položenou naplocho na zemi. Držte obe päty naplocho na zemi a tlačte boky smerom k stene. Vydržte v tejto polohe 30 sekúnd.

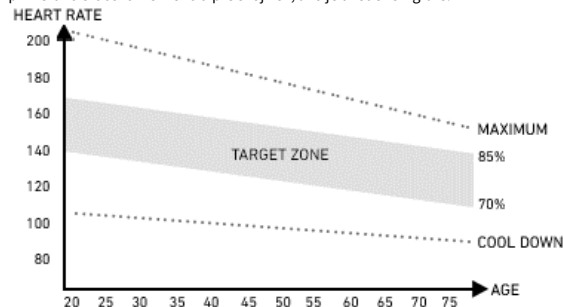
Opakujte s vysunutou pravou nohou. Nezabudnite, aby ste počas cvičenia neohýbali chrbát do oblúka.

PREDKLONY

Postavte sa s nohami spojenými dohromady. Urobte predklon a snažte sa čo najviac priblížiť hrudník ku kolenám. Vydržte 15 sekúnd. Nezabudnite neohýbať kolena.

2. FÁZA CVIČENÍ

Toto je správna fáza tréningu. Cvičte vlastným tempom tak, aby ste dosiahli primeranú srdcovú frekvenciu pre svoj vek, ako je uvedené v grafe.



3. FÁZA UVOLNENIA

Táto fáza vám umožňuje upokojiť obeh a uvoľniť svaly. Ide o opakovanie zahrievacích cvičení. Treba na to pamätať, aby ste nepreťažovali svaly.

MOŽNÉ POŠKODENIA A TECHNIKY OPRAVY

POZOR! 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 displejom	Žiadne napájanie alebo žiadny prívod prúdu Vypínač napájania nie je zapnutý. Pohon bez napájania alebo poškodený. Prerušený obvod signálneho vodiča elektronického počítača Elektronické počítač je poškodené	Pripojte napájací kábel do zásuvky AC alebo skontrolujte zásuvku AC. Nastavte vypínač napájania do polohy ON. Opätovne stlačte ochranu proti preťaženiu alebo vymeňte pohon. Vymeňte signálny vodič a znova ho pripojte. Vymeňte elektronické počítač.
Neúplný displej, chýbajúce segmenty	Integrovaný obvod ovládača displeja (IC) chybné spájkovanie alebo kontinuálne spájkovanie Poškodený integrovaný obvod ovládača displeja (IC)	Potrebná oprava, skontrolujte spájkovacie body, pevné spájkovanie na mieste. Odpojte kábel a potrebná oprava, vspájajte nový integrovaný obvod ovládača displeja (IC).
Displej elektronického počítača	Odpojenie bezpečnostnej blokády Odpojený núdzový vypínač ovládača	Umiestnite bezpečnostnú blokádu do polohy prísavky alebo karty na paneli. Pripojte alebo otočte núdzový vypínač do správnej polohy
-alebo-	Magnetón nie je zapnutý (ak sa vyskytuje)	Magnetón je nainštalovaný v správnej polohe.
E01 - Chyba komunikácie (ovládač neprijíma signál z elektronického počítača);	Signálny vodič elektronického počítača je zle pripojený alebo má slabý kontakt.	Znova pripojte zástrčku
E02 - Chyba komunikácie (elektronické počítač neprijíma signál z ovládača)	Signálny vodič elektronického počítača je poškodený, skratovaný alebo prerušený	Vymeňte signálny vodič. Kontaktujte servis výrobcu

	Prčina spočívajúca v signálnom vodiči elektronického počítadla	Vymeňte elektronické počítadlo. Kontaktujte servis výrobcu
	Porucha signálneho obvodu ovládača	Vymeňte pohon. Kontaktujte servis výrobcu.
E08 - Porucha pripojenia dolného ovládania	Detekcia či podpojenia na konci stroja je zablokovaná.	Odstráňte blokujuce cudzie teleso.
	Porucha IR senzora	Vymeňte senzor. Kontaktujte servis výrobcu.
	Porucha riadiacej jednotky.	Vymeňte riadiacu jednotku. Kontaktujte servis výrobcu
E48 - Žiadny signál detekcie rýchlosti (s ovládačom detekujúcim rýchlosť)	Kábel signálu rýchlosti nie je pripojený alebo je snímač poškodený	Znova vložte kábel signálu rýchlosti alebo vymeňte snímač. Kontaktujte servis výrobcu
	Obvod snímača ovládača je poškodený	Vymeňte pohon. Kontaktujte servis výrobcu
Zariadenie nefunguje	Žiadne napájanie	Pripojte zariadenie k napájaniu.
	Odpojený bezpečnostný kľúč	Zapojte bezpečnostný kľúč.
	Skrat	Kontaktujte servis výrobcu.
	Prepínač ON/OFF nie je zapnutý	Zapnite zariadenie.
	Hnací remeň je príliš málo napnutý	Kontaktujte servis výrobcu.

ZÁRUKA

Predávajúci v mene Ručiteľa 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 vzniknuté vinou výrobcu.
- Záruka bude rešpektovaná predajňou alebo servisom po predložení klientom:
 - platného, čitateľne a správne vyplneného záručného listu s pečiatkou predaja a podpisom predajcu,

- platného dokladu o kúpe zariadenia s dátumom predaja,
 - reklamovaného tovaru alebo chybných častí.
- 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 chyby a poškodenia zistené počas záručnej doby budú bezplatne opravené v lehote nepresahujúcej 21 dní od dátumu doručenia tovaru do obchodu alebo servisu.
 - V prípade potreby dovozu dielov zo zahraničia sa môže doba realizácie záručnej opravy predĺžiť o čas potrebný na ich dovoz, najviac však o 40 dní.
 - Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a nimi spôsobené vady,
 - poškodenia a vady spôsobené nesprávnym používaním a skladovaním, nesprávnou montážou a údržbou,
 - poškodenia a opotrebenie spotrebných dielov, ako sú: lanká, remene, gumové časti, pedále, penové rukoväte, kolieska, ložiská, čalúnenie.
 - činnosti spojené s montážou, údržbou, ktoré je používateľ povinný vykonať vo vlastnej réžii v súlade s návodom na obsluhu.
 - Záruka sa nevzťahuje na nasledujúce prípady:
 - uplynutie doby platnosti,
 - vykonania samostatných opráv a úprav zákazníkom s použitím neoriginálnych dielov,
 - ak vzniknutá vada vyplýva z nesprávnej inštalácie alebo v dôsledku nedodržania zásad správnej prevádzky popísaných v návode na obsluhu,
 - používania iného ako domáceho použitia,
 - poškodení vzniknutých pri preprave.
 - Duplikáty záručného listu sa nevydávajú.
 - V rámci záruky má zákazník právo požadovať nasledujúce druhy bezplatného odškodnenia:
 - opravy produktu,
 - výmenny produktu,
 - zniženia ceny,
 - odstúpenia od zmluvy a vrátenia všetkých vynaložených nákladov.
 - Na uplatnenie reklamácie je potrebné:
 - Predložiť produkt alebo jeho časť, na ktorú sa vzťahuje záruka.
 - Doklad o kúpe s uvedením názvu a adresy predávajúceho, dátumu a miesta kúpy, druhu výrobku alebo platný záručný list s pečiatkou obchodu.
 - V prípade dodania znečisteného produktu môže servis odmietnuť jeho prijatie alebo na náklady zákazníka s jeho písomným súhlasom vykonať čistenie.
 - V prípade kladného vybavenia reklamácie bude zariadenie opravené alebo vymenené za nové, alebo budú zákazníkovi vrátené peniaze. Náklady na prepravu tovaru k zákazníkovi hradí servis výrobcu.
 - V prípade zamietnutia záručnej reklamácie zákazník obdrží podrobné odôvodnenie prijatého rozhodnutia a v lehote do 14 dní od momentu odovzdania rozhodnutia bude zariadenie zaslané späť zákazníkovi na jeho náklady.

SL Navodila za uporabo

Uporabnik,
Pred začetkom montaže preberite naslednja navodila
in prvo uporabo naprave. Ta navodila vsebujejo pomembne informacije o varnosti
uporabe in vzdrževanja opreme. Shranite jih, da boste lahko uporabili informacije
o vzdrževanju ali naročanju nadomestnih delov.

TEHNIČNI PODATKI

Napajanje	220V
Maksimalna moč	900 W
Teža	135 kg
Temperatura uporabe	0°C do +40°C
Temperatura skladiščenja	-10°C do +60°C
Maksimalna teža uporabnika	160 kg
Razred uporabe	Razred SC
Razred natančnosti	Razred C
Število stopenj upora	25 stopenj
Standard izdelka (glavni)	EN ISO 20957-8:2021
Namen	Svadbene stopnice za uporabo polkomercialnega.

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 varnostnih znanj. 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 priviti.
- Za trajno zagotavljanje varnosti redno (enkrat letno) preverjajte in vzdržujte opremo v specializirani trgovini.
- Vse spremembe na napravi, ki niso opisane v teh navodilih, lahko povzročijo poškodbe ali neposredno ogrozijo zdravje in življenje osebe, ki 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. Zaradi tega si proizvajalec pridruže pravico do izvajanja tehničnih sprememb.
- Vsa vprašanja ali pomisleke v zvezi z opremo naslovite na specializirano trgovino.

POZOR! Upoštevajte splošna načela predpisov in varnostnih ukrepov, 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 kabine nameščene druge naprave, ki oddajajo takšno sevanje (npr. mobilni telefoni), se lahko nekatere vrednosti (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 izvečete napajalni vtič iz vtičnice.
- Za priključitev naprave ne uporabljajte podaljškov.
- Če naprave dlje časa ne boste uporabljali, izvečete njen napajalni vtič iz vtičnice.
- Bodite pozorni, da električni kabel ni stisnjen in da njegova lega ne povzroča nevarnosti spotikanja ob njem.

OZEMLJITEV

Ozemljitev štiti pred nevarnostjo električnega udara. Naprava ima kabel in vtič z ozemljitvijo. Vtič mora biti priključen v pravilno nameščeno in ustrezno ozemljeno omrežno vtičnico.

NEVARNOST! Nepravilna priključitev kabla lahko povzroči nevarnost električnega udara.

- Pred priključitvijo naprave na napajanje se prepričajte, da lokalna napetost ustreza vrsti vtiča.
- Ne spreminjajte vtiča, če ne ustreza vtičnici.

V tem primeru naročite namestitev druge vtičnice usposobljenemu električarju.

POZOR! Osebe v bližini je treba med uporabo opreme opozoriti na morebitne nevarnosti. Bodite še posebej previdni v navzočnosti otrok.

POZOR! Pred začetkom vadbe se posvetujte z zdravnikom, da se prepričate, ali imate kakšne zdravstvene kontraindikacije za vadbo na napravi. Na podlagi mnenja strokovnjaka lahko izdelate 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. Preobremenjenost med vadbo lahko povzroči resne poškodbe ali smrt. Če se počutite slabo, takoj prenehajte z vadbo.

POZOR! Nujno upoštevajte opombe o izvajanju vadbe, ki so navedene v teh navodilih.

- Pri izbiri mesta za vadbo upoštevajte zagotavljanje varnih razdalj od možnih ovir. Ne postavljajte opreme v bližino prometnih poti (cest, vrat, prehodov itd.).
- Prepovedana je uporaba opreme v neposredni bližini od stene. Varnostna cona je 2000 mm in vsaj tako široka kot naprava.

POZOR! Med montažo naprave bodite previdni in ne dovolite, da so otroci v bližini. Med montažo se uporabljajo majhni deli (matice, vijaki itd.), ki jih lahko pogoltnejo.

PREOSTALO TVEGANJE

- V primeru, da zaščita pred padcem ni uporabljena ali je uporabljena, 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 upravljanja ali napačne ocene, pa tudi nepravilnega prenosa podatkov (zaradi elektromagnetnih motenj, napake programske opreme itd.).
- Tudi najboljša zaščita programske in strojne opreme ne izključuje napake programske ali strojne opreme in lahko teoretično povzroči preobremenitev osebe, ki vadi.
- Izdelek je električna naprava, zato ni mogoče izključiti električnega udara, ki lahko povzroči smrt.
- Ni mogoče izključiti preostalega tveganja zadušitve.
- Tveganje je mogoče zmanjšati 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 upoštevano tveganje je bilo ocenjeno nepravilno.

Pri analizi tveganja je bila ocena opravljena na podlagi "trenutnega stanja naprave". Iz opravljene ocene in nadzora izdelka izhaja, da je verjetnost pojava nedopustnega tveganja zelo nizka. Naprava (njena zgradba, način delovanja in uporaba) - v normalnih pogojih - ne povzroča neupravičenega tveganja za osebo, ki vadi, ali tretje osebe.

ZNAKKE ZA RAVNANJE NA TRANSPORTNI EMBALAŽI



- 1 - S to stranjo navzgor. Ne prevračajte.
- 2 - Zaščitite pred padcem.
- 3 - Zaščitite pred vlago.
- 4 - Skladiščite največ v 3 plasteh.
- 5 - E-odpadki. Obvezna oddaja rabljene opreme na zbirno mesto za recikliranje.
- 6 - Pozor, težek izdelek.
- 7 - Embalaža izdelana iz kartona.
- 8 - Embalaža, primerna za recikliranje.
- 9 - Embalaža je bila izdelana z upoštevanjem odgovornosti do okolja in recikliranja. Prosim, ločite odpadke v skladu z lokalnimi predpisi.
- 10 - Embalaža je izdelana iz kartona in plastike. Prosim, ločite odpadke v skladu z lokalnimi predpisi.
- 11 - Embalaža je izdelana iz kartona in plastike. Prosim, ločite odpadke v skladu z lokalnimi predpisi.

UPORABA

Pred začetkom vadbe se prepričajte, da je naprava pravilno nameščena.

- Pred začetkom prve vadbe se seznanite z vsemi funkcijami in možnostmi nastavitve naprave.
- Naprava ima elemente, ki so lahko izpostavljeni, da korozijo. Zato se ne priporoča, da ostane v vlažnem prostoru. Prav tako je treba zagotoviti, da oprema (zlasti njeni notranji in elektronski elementi) ni izpostavljena stiku z vodo, pijačami, znojem itd.
- Naprava je namenjena samo vadbi odraslih in nikakor ni igrača za otroke. Če na lastno odgovornost dovolite otrokom, da jo uporabljajo, jih obvezno poučite o pravilni uporabi in jih nenehno nadzorujte.
- Oprema ni primerna za terapevtsko uporabo.
- Med delovanjem naprave se lahko pojavijo tihi šumi pri inercialnem gibanju vztrajnostne mase, ki so posledica vrste konstrukcije. Ti nimajo vpliva na delovanje opreme.
- Emisija hrupa med obremenitvijo je večja kot brez obremenitve.
- Pred začetkom vsake vadbe preverite pravilnost varnostnih elementov ter vijačnih in vtičnih spojev.
- Med vadbo na napravi ne pozabite na primerno obutev (športni copati).

VZDRŽEVANJE

Za zagotovitev maksimalne varnosti uporabe naprave, se priporoča njeno redno preverjanje glede obrabe elementov. To vključuje preverjanjeategnetnosti in stanja matic, vijakov, gibljivih delov, puš itd. Napravo shranjujte v suhem in tistem prostoru. Ne izpostavljajte je neposredni sončni svetlobi.

POZOR! Pred začetkom vzdrževanja vedno izklopite napravo in jo izključite iz napajanja.

ČIŠČENJE

Redno čiščenje naprave podaljša njeno življenjsko dobo in ohranja njeno visoko učinkovitost.

Za čiščenje uporabljajte mehko vlažno krpo. To ne velja za električne elemente, motor, notranje dele - ne dovolite, da bi voda prišla v te dele. Zaščitite pred vodo.

ČIŠČENJE MOTORJA

Vsaj enkrat letno odstranite prah z motorja. Da to storite, najprej izklopite napravo iz napajanja in po približno 1 uri odstranite pokrov motorja. S stisnjenim zrakom ali čopičem previdno odstranite prah. Po ponovni namestitvi pokrova motorja in priključitvi na napajanje lahko zaženete opremo.

OKOLJE

Naprava je dobavljena v embalaži za zaščito pred morebitnimi poškodbami med transportom. Embalaža je nepredelana surovina in se lahko reciklira. Te materiale zavrzite v ustrezne barvne posode, namenjene selektivnemu zbiranju.



Varujte okolje in ne mečite izrabljenih baterij v gospodinske smeti. Oddajte jih na mestu nakupa ali jih oddajte na ločeno zbirno mesto za sekundarne surovine. Izrabljena električna naprava (vključno s števcem, napajalnikom) je sekundarna surovina - ne mečite je v posode za gospodinske odpadke, ker lahko vsebuje snovi, ki so nevarne za zdravje in okolje. Prosimo za aktivno pomoč pri varčnem gospodarjenju z naravnimi viri in varovanju naravnega okolja, tako da izrabljeno napravo predate na zbirno mesto za sekundarne surovine - izrabljene električne naprave.

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 s seznama delov ter ali so bili nekateri 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 vrstnim redom v navodilih za montažo.
- Bodite previdni med montažo. Med uporabo orodja in elementov obstaja nevarnost poškodb.
- Ne pozabite ohraniti varnega okolja. Ne razporejajte kaotično orodja in elementov za montažo. Ne pozabite, da so folije in vrečke iz plastike nevarnost zadržke za otroke.
- Elementi za montažo, potrebni za izvedbo določenega koraka navodil za montažo so predstavljeni na risbah in pojasnilih. Uporabite elemente, navedene v navodilih za montažo.
- V prvih fazah montaže neategnite delov do konca. To storite po namestitvi vseh in se prepričajte, da so pravilno nameščeni.
- Proizvajalec si pridržuje pravico do predhodne montaže nekaterih elementov.

SHEMA MONTAŽE (→ Glejte stran 3)

POZOR! Prepovedana je uporaba delov, ki ne izvirajo od proizvajalca.

SEZNAM DELOV

Celoten seznam delov je na voljo po stiku s servis@zipro.pl ali na spletni strani Zipro.store v opisu izdelka.

ŠT.	OPIS	KOLIČINA
1	Glavni okvir	1
2R/2L	Stebričekna podporea	2
3R/3L	Ograje	2
4	Zadnje ograje	1
5	Stebriček konzolnega nosilca	1
6	Stebriček konzolnega nosilca II	1
40R/40L	Pokrov podpornega stebra	2
41	Držalo za steklenico	1
42	Stebriček konzolnega nosilca okrasni pokrov	1
45	Konzola	1
47	Zadnji okrasni pokrov konzole	1
52R/52L	Zunanji okrasni pokrov	2
53R/53L	Notranji okrasni pokrov	2
72	Vijak imbus M10 * 30	4
73	Vijak imbus M10 * 20	10
76	Vijak imbus M8* 40	2
77	Vijak s ploščato glavo M8 * 20	8
78	Vijak imbus M6 * 25	6
82	Vijak Phillips z glavo s podložko M4*15	14
89	Križni vijak z glavo s podložko M4 * 8	2
90	Križni vijak ST4.0*16	40
102	Notranja nazobčana podložka Φ 10*1.2	12
103	Notranja nazobčana podložka Φ 8*1.2	8
105	Standardna ploščata podložka Φ 10	8

NAVODILA ZA MONTAŽO (→ Glejte stran 3)

POZOR! Med montažo upoštevajte naslednje korake in uporabljajte orodje, priloženo izdelku.

Pripravite dovolj prostora za montažo naprave. Zaradi velike teže nekaterih elementov je priporočljiva montaža v dvoje.

INAVODILA ZA SESTAVLJANJE IN RAZSTAVLJANJE

SESTAVLJANJE NAPRAVE

POZOR! Pred začetkom sestavljanja natančno preverite, ali so vsi vijaki priviti. POZOR! Med sestavljanjem pazite na roke in prste, da se ne ukleščijo.

NAVODILA ZA UPORABO RAČUNALNIKA

ZAČETEK

V 3 sekundah po pritisku na gumb **START** bo naprava začela delovati.

FUNKCIJA VARČEVANJA Z ENERGIJO

Računalnik bo prešel v način varčevanja z energijo samodejno, če v 10 minutah ne bo prišlo do nobenih dejanj. Pritisnite katero koli tipko, da znova zaženete sistem.

ZAUSTAVITEV NAPRAVE V SILI

POZOR! V primeru nenadne nevarnosti takoj pritisnite gumb za zaustavitev v sili.

PROGRAMI

Računalnik je opremljen s 3 uporabniškimi programi za ročno nastavitve, 36 samodejnih programov, shranjenih v pomnilniku, načini odštevanja (časa, korakov, višine, kalorij, nivoja, srčnega utripa, hitrosti).

OPIS GUMBOV

- **START** - služi za zagon naprave v načinu ročnega ali izbranega programa.
- **STOP** - služi za ustavitev delujočega naprave. Po pritisku bo tudi ponastavitev nastavitve. Po ponovnem zagonu naprava začne delovati v načinu ročnega.
- **HLAJENJE DOL** - med vadbo pritisnite, da zaženete postopno ohlajevanje glede na trenutno raven intenzivnosti. Naprava enakomerno upočasnjuje in se po koncu odštevanja ustavi.
- **PROGRAM** - služi za izbiro programa vadbe samodejnega (P1-P12), programa uporabnika (U1-U3) ali funkcije Body Fat pred zagonom.
- **MANUAL** - omogoča izbiro načina odštevanja: časa, razdalje ali kalorij
- **CUSTOM** - hitro prekopite na program po meri. V tem načinu pritisnite potrditveno tipko majhne tipkovnice 3 * 4, da vstopite v nastavitve segmenta programa po meri. V tem obdobju lahko hitro nastavite parametre prek parametra "Set + -".
- **VIŠINA/KALORIJE/ČAS odštevanje** - ključ za medsebojno preklapljanje načina: čas lahko hitro vklopi način obratnega časa. V tem obdobju lahko hitro nastavite parametre prek parametra "Set + -". Višina lahko hitro vklopi način obratne višine. Kalorije lahko hitro vklopijo način štetja kalorij.
- **STOPNJA** - gumbi omogočajo prilagajanje (povečanje in zmanjšanje) stopnje za 1 stopnjo med vadbo. Gumbi so nameščeni na na konzoli računalnika in na ograje.
- **GUMBI ZA HITRO IZBIRO NIVOJA** - omogočajo na izberete neposredno izberete nivo med vadbo (3,6,9,12,15,18).

FUNKCIJE (SPECIFIKACIJA)

ČAS/KORAKI	Prikazuje trenutni čas gibanja ali število korakov.	00:00-99:59 min
VIŠINA/PROGRAM	Prikazuje višino gibanja ali številko programa.	0.0 - 999
KALORIJE	Šteje skupno število porabljenih kalorij od začetka do konca vadbe. (Meritev je približna za primerjavo različnih vadb in se ne sme uporabljati za zdravljenje).	0,0-999 kcal
NIVO	Prikazuje nivo.	1-25
PULS	Prikazuje trenutni utrip. POZOR! Merjenje srčnega utripa samo za športne namene (medicinska uporaba je izključena).	50-200 BPM
SPM	Prikazuje trenutno hitrost gibanja.	Koraki/min

FUNKCIJA MERJENJA SRČNEGA UTRIPA

Po zagonu stopnic Držite obe roki na senzorjih za merjenje srčnega utripa. Po 30 sekundah se na zaslonu prikaže 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. Stopnice začnejo z delom, ko pritisnete **START**, če ni izbran noben program vadbe.

- Privzeta hitrost v načinu ročno je 0.8 km/h.
- Sprememba nastavitve hitrosti in nivoja je možna s pomočjo gumbov na računalniku in ograjah.

PROGRAMI VADBE

Izberite enega izmed 36 samodejnih programov vadbe s pritiskom na gumb

PROGRAM tako dolgo, dokler se na zaslonu ne prikaže ustrezna številka.

- Ko prikazano bo ustrezen programa pritisnite **MODE**. Po izbiri v oknu se bo prikazalo in bo utripala vrednost "30:00". Nastavitve časa vadbe programa lahko nastavite z gumboma **SPEED +/-**.
- Nastavljen čas vadbe razdeljen je sorazmerno na 20 stopenj. Tabela prikazuje seznam stopenj in ustreznih jim hitrosti in kot naklona za vsak programa vadbe. → Glejte stran 105.
- Za začetek program pritisnite **START**.

UPORABNIŠKI PROGRAMI

Računalnik je opremljen s 3 uporabniškimi programi za individualno nastavitve: U1, U2, U3.

NASTAVITEV UPORABNIŠKEGA PROGRAMA

- V stanju pripravljenosti pritisnite gumb **PROGRAM**, da izberete enega od uporabniških programov. Na zaslonu se bodo zaporedno prikazovale številke avtomatskih programov, nato pa uporabniški programi.
- Ko se prikaže ustrezen program, pritisnite **MODE**, da začnete urejati prvi del programa.
- Uporabite gumba **SPEED +/-** za nastavitev hitrosti.
- Pritisnite **MODE**, da potrdite nastavitve parametrov za prvi del in preidete na urejanje naslednjega.

Programi so sestavljeni iz 20 delov. Ponovite zgornje korake, dokler ne nastavite parametrov vseh delov.

Programi bodo shranjeni v pomnilniku računalnika do naslednje urejanja. Podatki se ne bodo izgubili zaradi izpada električne energije.

ZAGON UPORABNIŠKEGA PROGRAMA

- W načinu pripravljenosti, pritisnite gumb **PROGRAM**, da izberete enega od programov uporabnika. Po izbiri v oknu se bo prikazala in bo utripala vrednost "30:00".
Uporabite gumba **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** za nastavitev časa treninga. Nastavljen čas treninga je razdeljen sorazmerno na 20 etap.
- Za začetek program pritisnite **START**.

NAČIN ODŠTEVANJA

Izberite enega od 3 načinov odštevanja s pritiskom na gumb **MODE**.

- Za nastavitev odštete vrednosti uporabite gumba **SPEED +/-**, **INCLINE +/-**.
- Zagon tekaške steze in odštevanje se bo začelo po pritisku na gumb **START**.

ODŠTEVANI PARAMETRI:

- ČAS: začetna vrednost odštevanja je 30 min.
Računalnik omogoča nastavitev časa v območju 5-99 minut (po 1 minuto).
- KALORIJE: začetna vrednost odštevanja na 50 kcal.
Računalnik omogoča nastavitev kalorij v območju 20-990 kcal (na 10 kcal).
- RAZDALJA: začetna vartošč odštevanja na 1 km.
Računalnik omogoča nastavitev razdalje v območju 1,0-99,0 km (na 1 km).

FUNKCIJA MERJENJA TELESNE MAŠČOBE (BODY FAT)

Pritiskajte gumb **PROGRAM**, dokler se na zaslonu ne prikaže "FAT".

Uporabite **MODE**, da vnesete parametre:

- F1 - spol (gender) – 01 moški / 02 ženska
- F2 - starost (age) – vrednosti 10-99
- F3 - višina (height) – vrednosti 100-220 cm
- F4 – teža (weight) – vrednosti 20-130 kg

Uporabite gumba **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** za nastavitev vrednosti parametrov. Po izbiri parametrov se na zaslonu prikaže F5. Položite obe dlani na senzorje za merjenje srčnega utripa, po 5-6 sekundah bo računalnik prikazal informacijo FAT. FAT je namenjen merjenju razmerja med višino in težo, ne pa porporev telesa. Pravilen rezultat bi moral biti med 19-26. Vrednost pod 19 pomeni preizkušeno težo, 27-30 - prekomerno težo, nad 30 - debelost.

POZOR! Pridobljeni rezultati nikakor ne morejo biti osnova za zdravljenje ali se upoštevati v medicinske namene.

TRENING IN FAZE VAJE

Uporaba naprave vam bo prinesla številne koristi. Predvsem bo izboljšala vašo kondicijo, okrepila mišice in v kombinaciji s pravilno prehrano omogočila izgorevanje odvečne maščobe.

1. OGREVANJE

To je faza, ki izboljša prekrvavitev v celem telesu in pripravi mišice na povečan napor. Zmanjšuje tudi tveganje za nastanek krčev in poškodb. Priporočljivo je izvesti nekaj razteznih vaj, kot je prikazano spodaj.

Če čutite bolečino, prenehajte vaditi ali zmanjšajte obseg gibanja.

RAZTEZANJE NOTRANJIH MIŠIC STEGEN

Sedite na ravno podlago z upognjenimi nogami in koleni, usmerjenimi navzven. Združite podplate stopal in jih približajte drug drugemu čim bližje. Nežno pritisnite na kolena in jih usmerite proti tlom ter vztrajajte v tem položaju 15 sekund.

RAZTEZANJE STEGEN

Sedite na ravno podlago. Iztegnite desno nogo, podplat leve noge pa prislonite na desno stegno. Iztegnite desno roko v smeri prstov desne noge, kolikor daleč je mogoče. Vztrajajte 15 sekund. Ponovite z levo nogo.

ZSUKANJE GLAVE

Držite glavo naravnost in gledajte naprej. Ne premikajte ramen, jo obrnite v desno in poravnajte, nato pa jo obrnite v levo in poravnajte.

DVIGOVANJE ROK

Dvignite levo roko čim višje navzgor in vztrajajte nekaj sekund. Ponovite z desno roko.

RAZTEZANJE AHILOVE TETIVE

Stojte obrnjeni proti steni, levo nogo iztegnite naprej in jo rahlo upognite v kolenu. Desno nogo držite zadaj – iztegnjeno, s peto plosko na tleh. Obe peti držite plosko na tleh in potiskajte boke proti steni. Vztrajajte v tem položaju 30 sekund. Ponovite z iztegnjeno desno nogo. Ne pozabite, da med vadbo ne smete upogibati hrbta v lok.

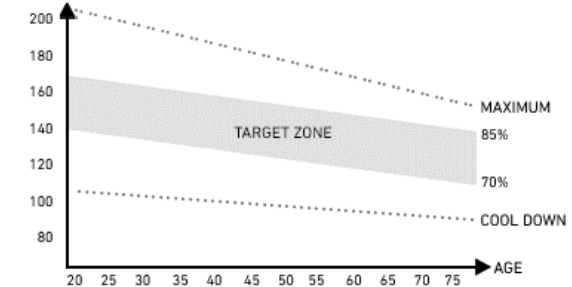
PREDSEKLONI

Stojte z združenimi nogami. Naredite predklon in se potrudite čim bolj približati prsni koš kolenom. Vztrajajte 15 sekund. Ne pozabite, da ne smete upogniti kolen.

2. FAZA VAJE

To je prava faza treninga. Vadite v svojem tempu, da dosežete ustrezen srčni utrip glede na vašo starost, kot je prikazano na grafu.

HEART RATE



3. FAZA SPROŠČANJA

Ta faza vam omogoča, da umirite krvni obtok in sprostite mišice. To je ponovitev vaj za ogrevanje. Ne pozabite, da ne preobremenite mišic.

MOŽNE POŠKODBE IN TEHNIKE POPRAVILA

POZORI! Odprtje ohišja naprave brez predhodnega stika s servisom proizvajalca povzroči izgubo garancije.

V primeru suma na okvaro, ki zahteva odprtje ohišja, se obrnite na servis proizvajalca.

OPIS NAPAKE	MOŽNI VZROKI	REŠITEV PROBLEMA

Problem z zaslonom	Ni napajanja ali ni dotoka električnega toka Stikalo za vklop ni vklopljeno. Pogon brez napajanja ali poškodovan. Prekinjeno vezje signalnega kabla elektronskega števeca Elektronski števec je poškodovan	Priključite napajalni kabel v vtičnico AC ali preverite vtičnico AC. Nastavite stikalo za vklop v položaj ON. Ponovno pritisnite zaščito pred preobremenitvijo ali zamenjajte pogon. Zamenjajte signalni kabel in ga ponovno priključite. Zamenjajte elektronski števec.
Zaslon nepopoln, manjkajoči segmenti	Integrirano vezje krmilnika zaslona (IC) ima napake pri spajkanju ali kontinuirano spajkanje Poškodovano integrirano vezje krmilnika zaslona (IC)	Potrebno popravilo, preverite spajkalne točke, trdno spajkanje na mestu. Odklopite kabel in Potrebno popravilo, spajkajte novo integrirano vezje krmilnika zaslona (IC).
Zaslon elektronskega števeca	Odklop varnostne blokade Odklopljeno stikalo za zaustavitev v sili krmilnika Magnetron ni vklopljen (če je prisoten)	Namestite varnostno blokado v položaj prisessa ali kartice na plošči. Priključite ali obrnite stikalo za zaustavitev v sili v pravi položaj Magnetron je nameščen v pravilnem položaju.
-ali-		
E01 - Napaka v komunikaciji (krmilnik ne prejema signala iz elektronskega števeca);	Signalni kabel elektronskega števeca je slabo priključen ali ima slab stik.	Ponovno priključite vtič
E02 - Napaka v komunikaciji (elektronski števec ne prejema signala iz krmilnika)	Signalni kabel elektronskega števeca je poškodovan, kratek stik ali prekinjen Vzrok je v signalnem kablu elektronskega števeca	Zamenjajte signalni kabel. Obrnite se na servis proizvajalca Zamenjajte elektronski števec. Obrnite se na servis proizvajalca
	Napaka signalnega vezja krmilnika	Zamenjajte pogon. Obrnite se na servis proizvajalca.
E08 - Okvara povezave spodnjega krmiljenja	Zaznavanje ali podvezaa koncu stroja je blokiran.	Odstranite blokirno tučko.
	Okvara IR senzorja	Zamenjajte senzor. Obrnite se na servis proizvajalca.

	Napaka krmilnika.	Zamenjajte krmilnik. Obrnite se na servis proizvajalca
E48 - Ni zaznavanja hitrosti (s krmilnikom, ki zaznava hitrost)	Kabel signala hitrosti ni priključen ali pa je senzor poškodovan	Ponovno vstavite kabel signala hitrosti ali zamenjajte senzor. Obrnite se na servis proizvajalca
	Vezje senzorja krmilnika je poškodovano	Zamenjajte pogon. Obrnite se na servis proizvajalca
Naprava ne deluje	Ni napajanja	Priključite napravo na električno.
	Izključen varnostni ključ	Vklopite varnostni ključ.
	Kratek stik	Obrnite se na servis proizvajalca.
	Stikalo ON/OFF ni vklopljeno	Vklopite napravo.
	Pogon je premalo napet	Obrnite se na servis proizvajalca.

GARANCIJA

Prodajalec v imenu Garanta daje garancijo na območju Republike Slovenije za obdobje 24 mesecev od datuma prodaje. Garancija za prodano blago ne izključuje, ne omejuje ali ne zadrži pravic Kupca, ki izhajajo iz Zakona o varstvu potrošnikov.

Garancijski list se nahaja na zadnji strani.

POGOJI GARANCIJE

- Reklamacije in garancije so predmet samo skrite napake, ki so nastale po krivdi proizvajalca.
- Garancija bo upoštevana s strani trgovine ali servisa po predložitvi s strani stranke:
 - veljaven, čitljiv in pravilno izpolnjen garancijski list z žigom prodaje in podpisom prodajalca,
 - veljavnega dokazila o nakupu opreme z datumom prodaje,
 - reklamiranega blaga ali okvarjenega 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, ko kupec prijavi napako.
- Tovarniške napake in poškodbe, ki se pojavijo v garancijskem roku, bodo popravljene brezplačno v roku, ki ni daljši od 21 dni od datuma dostave blaga v trgovino ali servis.
- Če je treba dele uvoziti, se lahko obdobje izvedbe garancijskega popravila podaljša za čas, potreben za uvoz, vendar ne za več kot 40 dni.
- Garancija ne krije:
 - mehanske poškodbe in napake, ki jih povzročajo,
 - poškodbe in napake, ki nastanejo zaradi nepravilne uporabe in skladiščenja, nepravilne montaže in vzdrževanja,
 - poškodbe in obraba potrošnih delov, kot so: vrvi, jermeni, gumijasti elementi, pedala, ročaji iz pene, kolesa, ležaji, oblažninjenje,
 - dejavnosti, povezane z montažo, vzdrževanjem, ki jih je uporabnik dolžan izvesti sam v skladu z navodili za uporabo.
- Garancija ne velja v naslednjih primerih:
 - potek roka veljavnosti,
 - če stranka sama opravi popravila in predelave z neoriginalnimi deli,
 - če je napaka nastala zaradi nepravilne namestitve ali zaradi neupoštevanja pravil pravilnega delovanja, opisanih v navodilih za uporabo,
 - uporabe, ki ni domača,
 - poškodbe, nastale med prevozom.
- Dvojniki garancijskega lista ne bodo izdani.
- V okviru garancije ima stranka pravico zahtevati naslednje vrste brezplačne odškodnine:
 - popravilo izdelka,
 - zamenjava izdelka,
 - znižanje cene,
 - razveljavitev pogodbe in popolno povračilo nastalih stroškov.
- Za prijavo reklamacije je treba:
 - Predložiti izdelek ali njegov del, na katerega se nanaša garancija.
 - Dokazilo o nakupu, ki določa ime in naslov prodajalca, datum in kraj nakupa, vrsto izdelka ali veljaven garancijski list z žigom trgovine.
 - V primeru dostave umazanega izdelka lahko servis zavrne njegovo sprejem ali pa na stroške stranke z njenim pisnim soglasjem opravi čiščenje.
- V primeru pozitivne obravnave reklamacije bo oprema popravljena ali zamenjana z novo ali pa bo stranki vrnjen denar. Stroške prevoza blaga do stranke krije servis proizvajalca.
- V primeru zavrnitve garancijskega zahtevka bo stranka prejela podrobno utemeljitev sprejete odločitve in v roku 14 dni od trenutka posredovanja odločitve bo oprema poslana nazaj stranki na njene stroške.

TR Kullanım Kılavuzu

Kullanıcı,
Montaja başlamadan önce aşağıdaki talimatları okuyun
ve cihazı ilk kez kullanmadan önce. Bu kılavuz, ekipmanın güvenli kullanımı ve
bakımı hakkında önemli bilgiler içerir. Bakım veya yedek parça siparişi ile ilgili
bilgilere başvurmak için saklayın.

TEKNİK VERİLER

Güç kaynağı	220V
Maksimum güç	900 W
Ağırlık	135 kg
Çalışma sıcaklığı	0°C ila +40°C
Depolama sıcaklığı	-10°C ila +60°C
Maksimum kullanıcı ağırlığı	160 kg
Uygulama sınıfı	Sınıf SC
Hassasiyet sınıfı	Sınıf C
Direnç seviyesi sayısı	25 seviyeleri
Ürün standardı (ana)	EN ISO 20957-8:2021
Amaç	Santrenman merdivenleri için kullanım yanı ticari amaçlı çalıştırabilirsiniz.

GÜVENLİK

DİKKAT! Cihaz sadece yetiştirkin tarafından egzersiz amacıyla kullanılabilir.
Cihazın diğer her türlü kullanımı tehlikeli olabilir. Üretici, cihazın yanlış
kullanımından kaynaklanan hasarlardan sorumlu tutulamaz.

- Cihaz, en son güvenlik bilgileri dikkate alınarak tasarlanmış ve
üretilmiştir.
Yaralanma tehlikesi oluşturabilecek potansiyel olarak tehlikeli unsurlar
ortadan kaldırılmış veya nispeten güvenli hale getirilmiştir.
- Kendi başına onarım ve değişikliklere izin verilmez.
- Bir veya iki ayda bir vidaların, civataların ve somunların sıkılığını kontrol
edin.
- Güvenliği kalıcı olarak sağlamak için düzenli olarak (yani yılda bir kez)
kontrol edin ve bakımını yapın ekipmanı uzman bir satış noktasında.
- Bu kılavuzda açıklanmayan cihazdaki tüm değişiklikler
hasara neden olabilir veya doğrudan egzersiz yapan kişinin sağlığını ve
yaşamını tehlikeye atabilir. 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, teknik değişiklik yapma hakkını saklı tutar.
- Ekipmanla ilgili tüm sorularınızı veya endişelerinizi uzman bir satış
noktasına yönlendirin.

DİKKAT! Elektrikli ekipmanların kullanımı için geçerli olan genel ilkelere
yönetmeliklere ve güvenlik önlemlerine uyun.

- Cihaz 220V şebeke voltajıyla çalışır.**
- Tüm elektrikli cihazlar çalışırken elektromanyetik radyasyon yayar.
Elektronik kontrol sisteminin veya kokpitin yakınına bu tür radyasyon
yayan başka cihazlar (örn. cep telefonları) yerleştirilirse, bazı değerler
(örn. kalp atış hızı) bozulabilir.
- DİKKAT!** Elektrik şebekesinde asla kendi başınıza herhangi bir değişiklik
yapmayın. Bu tür değişiklikleri uzmanlara yaptırın.
- DİKKAT!** Herhangi bir onarım, bakım veya temizlik işlemine başlamadan
önce güç fişini prizden çıkardığınızdan emin olun.
- Cihazı bağlamak için uzatma kabloları kullanmayın.
- Ekipmanı uzun süre kullanmayacaksanız, güç fişini prizden çekin.
- Elektrik kablolarının sıkışmadığından ve yerleşiminin takılma riskine
neden olmadığından emin olun.

TOPRAKLAMA

Topraklama elektrik çarpması riskine karşı korur. Cihazda topraklı bir kablo ve fiş
bulunur. Fiş, doğru şekilde takılmış ve uygun şekilde topraklanmış bir elektrik
prizine takılmalıdır.

TEHLİKE! Kablonun yanlış bağlanması elektrik çarpması riskine neden olabilir.

- Cihazı prize takmadan önce, yerel voltajın fiş tipine uygun olduğundan
emin olun.
- Fiş prize uymuyorsa değiştirmeyin.

Bu durumda, kalifiye bir elektrikçiye başka bir priz taktırın.

DİKKAT! Ekipmanı kullanırken yakınında bulunan kişiler olası tehlikelere karşı
uyarılmalıdır. Çocukların yanında özellikle dikkatli olun.

DİKKAT! Egzersize başlamadan önce bir doktora danışarak
cihazda egzersiz yapmanıza engel olacak herhangi bir sağlık sorununuzun
olmadığından emin olun. Bir uzmanın görüşüne dayanarak kendi egzersiz
planınızı geliştirebilirsiniz. Yanlış seçilmiş bir program veya aşırı egzersiz sağlığınız
ve hayatınız için tehlikeli olabilir.

**UYARI! Kalp atış hızı izleme sistemleri yanlış olabilir. Egzersiz sırasında aşırı
yorgunluk ciddi yaralanmalara veya ölüme yol açabilir. Kendinizi halsiz
hissediyorsanız, derhal egzersizi bırakın.**

DİKKAT! Bu kılavuzda yer alan eğitimle ilgili notlara kesinlikle uyun.

- Eğitim için bir yer seçerken, olası engellere karşı güvenli mesafeler
sağladığınızdan emin olun. Ekipmanı iletişim yollarının (yollar, kapılar,
geçitler vb.) yakınına kurmayın.
- Ekipmanın yakınında kullanılması yasaktır. mesafe itibaren duvar.
Güvenlik bölgesi 2000 mm'dir ve en azından cihaz.

DİKKAT! Cihazı monte ederken dikkatli olun ve çocukların yakınında bulunmasına
izin vermeyin. Montaj sırasında küçük parçalar (somunlar, vidalar vb.) kullanılır ve
bunlar yutulabilir.

KALINTI RİSKİ

- Düşmeye karşı koruma uygulanmadığında veya uygulandığında ancak
yanlış uygulandığında, kişinin düşmesi sonucu ciltte sıyrıklar, morluklar,
kırıklar oluşması gibi kalıntı riski vardır. veya en kötü durumda ölüm.
- Egzersiz yapan kişinin yanlış kullanım veya yanlış değerlendirme, ayrıca
yanlış veri aktarımı (elektromanyetik parazit, yazılım hatası vb. nedeniyle)
nedeniyle istemeden aşırı yüklenmesi riski vardır.
En iyi yazılım ve donanım koruması bile yazılım veya donanım hatasını
ortadan kaldırmaz ve teorik olarak egzersiz yapan kişinin aşırı
yüklenmesine neden olabilir.
- Ürün elektrikli bir cihazdır, bu nedenle ölüme yol açabilecek elektrik
çarpması olasılığı göz ardı edilemez.
- Kalan boğulma riski göz ardı edilemez.
- Risk, uyarak azaltılabilir. bilgiye hakkında kullanım kılavuzunda yer alan
güvenlik.
- İstenmeyen veya yetkisiz kullanımın diğer, dikkate alınmayan risklere ve
dikkate alınan riskin yanlış değerlendirilmiş olması göz ardı edilemez.

Risk analizinde, değerlendirme "cihazın mevcut durumu" temelinde yapılmıştır.
Gerçekleştirilen değerlendirme ve ürün kontrolünden sonuç olarak bu kabul
edilemez risk olasılığının çok düşük olduğu anlaşılmaktadır. Cihaz (yapısı, çalışma
şekli ve uygulaması) - normal koşullar altında - egzersiz yapan kişi veya üçüncü
şahıslar için haksız bir risk oluşturmaz.

TAŞIMA AMBALAJLARINDAKİ ELLEÇLEME İŞARETLERİ

- Bu taraf yukarı bakacak şekilde. Devirmeyin.
- Düşmeye karşı koruyun.
- Nemden koruyun.
- Maksimum 3 kat halinde depolayın.
- Elektro atıklar. Kullanılmış ekipmanın geri dönüşüm noktasına iade edilmesi
gereklidir.
- Dikkat ağır ürün.
- Ambalaj kartondan yapılmıştır.
- Geri dönüşüme uygun ambalaj.
- Ambalaj, çevreye karşı sorumluluk ve geri dönüşüm dikkate alınarak
üretilmiştir. Lütfen atıkları yerel kurallara göre ayırın.
- Ambalaj karton ve plastikten yapılmıştır. Lütfen atıkları yerel kurallara göre
ayırın.
- Ambalaj karton ve plastikten yapılmıştır.
Lütfen atıkları yerel kurallara göre ayırın.

KULLANIM

Egzersize başlamadan önce cihazın doğru şekilde monte edildiğinden emin olun.

- İlk egzersize başlamadan önce tanışın
cihazın tüm fonksiyonları ve ayar imkanları ile.
- Cihazda olabilecek parçalar bulunur maruz kalmış için korozyon. Bu
nedenle, tavsiye edilmez kalmış içinde nemli bir oda. Ayrıca şuna dikkat
edilmelidir: ekipmanın (özellikle iç ve elektronik parçaları) su, içecekler,
ter vb. ile temas etmesine izin verilmemelidir.
- Cihaz sadece yetiştirkin tarafından egzersiz yapmak için tasarlanmıştır ve
kesinlikle çocuklar için bir oyuncak değildir. Çocukların kendi
sorumluluğunuzda kullanmasına izin verirken, onlara kesinlikle doğru
kullanım konusunda talimat verin ve sürekli olarak denetleyin.
- Ekipman terapötik amaçlar için uygun değildir.
- Cihaz çalışırken, volanın serbest hareketi sırasında yapı türünden
kaynaklanan hafif gürültüler olabilir. Ekipmanın çalışması üzerinde
herhangi bir etkisi yoktur.
- Yük altındayken gürültü emisyonu, yüksüz durumdan daha yüksektir.
- Her egzersize başlamadan önce güvenliklerini ve vida ve fiş bağlantılarının
doğruluğunu kontrol edin.
- Cihazda egzersiz yaparken uygun ayakkabı (spor ayakkabı) giymeyi
unutmayın.

BAKIM

Maksimum kullanım güvenliği sağlamak için cihazın, tavsiye edilironu parçalarının aşınması açısından düzenli olarak kontrol edilmesi. Bu, somunların, vidaların, hareketli parçaların sıklığının ve durumunun kontrolünü içerirlerin, burçlar vb. Cihazı kuru ve sıcak bir yerde saklayın. Cihazı güneş ışığına maruz bırakmayın. **DİKKAT! Bakıma başlamadan önce daima kapatın cihazı ve güç kaynağından ayırın.**

TEMİZLİK

Cihazın düzenli olarak temizlenmesi, ömrünü uzatır ve yüksek performansını korur. Temizlik için yumuşak, nemli bir bez kullanın. Bu, elektrikli parçalar, motor, dahili parçalar için geçerli değildir - bu yerlere su girmesine izin vermeyin. Sudan koruyun.

MOTOR TEMİZLİĞİ

Yılda en az bir kez motordaki tozu temizleyin. Bunu yapmak için önce cihazı güç kaynağından ayırın ve yaklaşık 1 saat bekledikten sonra motor kapağını çıkarın. Basınçlı hava veya fırça kullanarak biriken tozu dikkatlice temizleyin. Motor kapağını yeniden taktıktan ve güç kaynağına bağladıktan sonra, ekipmanı.

ÇEVRE

Cihaz, nakliye sırasında olası hasarlara karşı koruma sağlamak amacıyla ambalaj içinde teslim edilir. Ambalajlar işlenmemiş hammaddelerdir ve geri dönüştürülebilir. Bu malzemeleri, seçici toplama için tasarlanmış uygun renkli kaplara atın.



Çevreyi koruyun ve kullanılmış pilleri evsel çöp kutusuna atmayın. Bunları satın aldığınız yere iade edin veya ayrı bir geri dönüşüm depolama noktasına teslim edin. Kullanılmış elektrikli cihazlar (sayaç, güç kaynağı dahil) geri dönüştürülebilir hammaddelerdir – bunları evsel atık kaplarına atmayın, çünkü bunlar sağlığa ve çevreye zararlı maddeler içerirler. Lütfen tutumlu doğalkaynakların yönetimine ve kullanılmış cihazı geri dönüşüm depolama noktasına - kullanılmış elektrikli cihazlara - teslim ederek doğal çevrenin korunmasına aktif olarak yardımcı olun.

MONTAJ

Cihazın montajı, yetişkin bir kişi tarafından dikkatlice yapılmalıdır. Herhangi bir şüpheniz varsa, bu konuda daha fazla deneyime sahip birinden yardım isteyin alanda.

- Montaja başlamadan önce, ile birlikte gelen kitin içindeki tüm öğelerin parça listesinde ve nakliye sırasında herhangi bir öğenin hasar görüp görmediğini kontrol edin. Eksik öğeler veya itirazlar durumunda, satıcıyla iletişime geçin.
- Çizimleri ve açıklamaları inceleyin ve montajı montaj talimatlarındaki sıraya göre yapın. Montaj sırasında dikkatli olun. Kullanım sırasında alet ve parçalarla kendinizi yaralama riski vardır.
- Güvenli bir ortam sağlamayı unutmayın.
- Aletleri ve montaj parçalarını dağınık bir şekilde yaymayın. Plastik filmlerin ve torbaların çocuklar için boğulma tehlikesi oluşturduğunu unutmayın.
- Belirli bir adımı tamamlamak için gereken montaj parçaları montaj talimatlarında çizimlerde ve açıklamalarda gösterilmiştir. Montaj talimatlarında belirtilen parçaları kullanın.
- Montajın ilk aşamalarında parçaları sonuna kadar sıkımayın. Bunu, tüm parçaları yerleştirdikten ve doğru şekilde oturduklarından emin olduktan sonra yapın.
- Üretici, bazı parçaları önceden monte etme hakkını saklı tutar.

MONTAJ ŞEMASI (→ Sayfa 3'e bakınız)

DİKKAT! Üretici dışındaki kaynaklardan gelen parçaların kullanılması yasaktır.

PARÇA LİSTESİ

Parça listesinin tamamına servis@zipro.pl adresinden veya adresinden ulaşılabilir. Zipro.store ürün açıklamasında.

NO	AÇIKLAMA	ADET
1	Ana çerçeve	1
2R/2L	Sütünü desteka	2
3R/3L	Kollar	2
4	Arka kollar	1
5	Konsol destek sütunu	1
6	Konsol destek sütunu II	1
40R/40L	Taşıyıcı direk kapağı	2
41	Şişe tutucu	1
42	Konsol destek sütunu dekoratif kapak	1
45	Konsol	1
47	Konsol arka dekoratif kapağı	1
52R/52L	Dış dekoratif kapak	2
53R/53L	İç dekoratif kapak	2
72	Vida alyen başlı M10 * 30	4
73	Vida alyen başlı M10 * 20	10
76	Vida alyen başlı M8 * 40	2
77	Yassı başlı vida M8 * 20	8
78	Vida alyen başlı M6 * 25	6
82	Phillips başlı vida rondelalı M4*15	14
89	Rondelalı yıldız vida M4 * 8	2
90	Yıldız vida ST4.0*16	40
102	İçten tırtıklı pul Φ 10*1.2	12
103	İçten tırtıklı pul Φ 8*1.2	8
105	Standart düz rondela Φ 10	8

MONTAJ TALİMATLARI (→ Sayfa3a bakın 3)

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 tavsiye edilir.

İMONTAJ VE SÖKME TALİMATLARI

CIHAZIN MONTAJI

DİKKAT! Montaja başlamadan önce tüm vidaların sıkıldığından emin olun.

DİKKAT! Montaj sırasında ellerinize ve parmaklarınıza dikkat edin, sıkışmalarına özen gösterin.

BİLGİSAYAR KULLANIM TALİMATLARI

BAŞLANGIÇ

İçinde 3 saniye sonra düğmesine basıldığında **BAŞLAT** cihaz çalışmaya başlayacaktır.

ENERJİ TASARRUFU FONKSİYONU

Bilgisayar geçecek 10 dakika içinde herhangi bir işlem yapılmazsa, otomatik olarak enerji tasarrufu moduna geçecektir. Sistemi devam ettirmek için herhangi bir tuşa basın.

CIHAZIN ACİL DURDURULMASI

DİKKAT! Ani bir tehlike durumunda, acil durdurma düğmesine hemen basın.

PROGRAMLAR

Bilgisayar, manuel ayar için 3 kullanıcı programı ile donatılmıştır, 36 belleğe kaydedilmiş otomatik programlar, geri sayım modları (zaman,adım,, yükseklik,kalori, seviye, nabız, hız).

DÜĞMELERİN AÇIKLAMASI

- BASIN** - hizmet eder için başlatma cihazları içinde modunda manuel veya seçilen programın.
- DUR** - için kullanılır için durdurmak çalışanbir cihazı. Sonrasında basıldığında gerçekleştirilecek ayrıca sıfırlama ayarları. Sonrasında yeniden başlatıldığında cihaz çalışmaya başlayacak çalışmayı içinde modunda manuel.
- SOĞUTMA AŞAĞI** - Egzersiz sırasında mevcut yoğunluk seviyesine uygun kademeli soğutmayı başlatmak için basın. Makine eşit şekilde yavaşlar ve geri sayım tamamlandığında durur.
- PROGRAM** – kullanılır için seçimi programı antrenman otomatik (P1-P12), programı kullanıcı (U1-U3) veya fonksiyonu Vücut Yağı - önce başlatma.
- MANUEL** – olanak tanıır seçmek modu geri sayım: zamanı, mesafe veya kalori
- ÖZEL** – özel programa hızlıca geçin. Bu modda, özel program segmentinin ayarına girmek için 3 * 4 küçük klavyenin onay tuşuna basın. Bu süre zarfında parametreleri "Ayar + -" parametresi aracılığıyla hızlıca ayarlayabilirsiniz.
- YÜKSEKLİK/KALORİ/ZAMAN geri sayım** - mod karşılıklı geçiş tuşu: zaman, zaman ters modunu hızla açabilir. Bu süre zarfında parametreleri "Ayar + -" parametresi aracılığıyla hızlıca ayarlayabilirsiniz. Yükseklik, yükseklik ters modunu hızla açabilir. Kalori, kalori sayma modunu hızla açabilir.
- SEVİYE**– tuşlar sağlar ayarlama (artırma ve azaltma) seviyesini her 1 seviye sırasında antrenman. Tuşlar yerleştirilmiştir üzerine konsoluna bilgisayarın ve na tirabzanlarda.
- HIZLI SEÇİM TUŞLARI SEVİYE**– izin verir na yapmak için doğrudan seçimini seviyenin sırasında antrenman (3,6,9,12,15,18).

FONKSİYONLAR (SPESİFİKASYON)

SÜRE/ADIMLAR	Günceli gösterirhareket süresi veya adım sayısı.	00:00-99:59 dk
YÜKSEKLİK/PROG	Hareket yüksekliğini veya program numarasını görüntüler.	0.0 - 999
KALORİ	Egzersizlerin başlangıcından bitişine kadar yakılan toplam kalori sayısını sayar. (Ölçüm, farklı egzersiz seanslarını karşılaştırmak içindir, tedavide kullanılamaz).	0,0-999 kcal
SEVİYE	Seviyeyi gösterir.	1-25
NABİZ	Mevcut nabız görüntüler. DİKKAT! Nabız ölçümü sadece spor amaçlıdır (tıbbi kullanım hariçtir).	50-200 BPM
SPM	Mevcut hareket hızını görüntüler.	Adım/dk

NABİZ ÖLÇÜM FONKSİYONU

Başladıktan sonra merdiven nabız ölçümü için her iki elinizi de sensörlerde tutun. nabız. 30 saniye sonra ekranda güncel nabız görünecektir. Ölçüm sırasında bilgisayar kalp şeklinde bir simge gösterecektir. **DİKKAT!** Nabız ölçümü sadece sportif amaçlıdır (tıbbi kullanım hariçtir).

MANUEL PROGRAM

Manuel program, cihazın varsayılan çalışma modudur. Merdivenler başlatılır içinde START'a basıldıktan sonra çalışmaya "**START**", herhangi bir egzersiz programı seçilmediğinde.

- Manuel modda varsayılan hız manuel 0.8 km/sa.
- Hız ve seviye ayarı, bilgisayar ve korkuluk üzerindeki düğmeler yardımıyla yapılabilir.

EGZERSİZ PROGRAMLARI

Birini seçin: 36 otomatik egzersiz programlarından birini PROGRAM düğmesine basarak **BASIN** ekranda doğru numara görüne kadar.

- Ne zaman ki görüntülenir olursa uygun programı basın **BASIN**. Sonra seçim içinde pencere görüntülenecektir olacaktır ve olacak yanıp sönecek değeri "30:00".

Ayarlar süresi antrenman programı yapılabilir yapmak düğmeleriyle **HIZ +/-**.

- Ayarlanan süre antrenman bölünür orantılı olarak 20'ye aşmaya. Tablo göstermektedir aşamaların özeti ve karşılık gelen onlara hızları ve aç eğimi için her programı antrenman. → [Bakınız sayfa 105.](#)
- Başlamak için programı "START" düğmesine **START**.

KULLANICI PROGRAMLARI

Bilgisayar, bireysel tanımlama için 3 kullanıcı programı ile donatılmıştır: U1, U2, U3.

KULLANICI PROGRAMINI AYARLAMA

- Bekleme modunda, "PROGRAM" düğmesine **PROGRAM**, bir kullanıcı programı seçmek için. Panelde, otomatik program numaraları ve ardından kullanıcı programları görüntülenecektir.
- Ne zaman görüntüldüğünde uygun program, "MODE" düğmesine **BASIN**, programın ilk bölümünü düzenlemeye başlamak için. "SPEED" +/- düğmelerini kullanın hızı ayarlamak için.
- "MODE" düğmesine **MODE**, ilk bölüm için parametre ayarlarını onaylamak ve bir sonraki bölümü düzenlemeye geçmek için.

Programlar 20 bölümden oluşur. Tüm bölümlerin parametreleri ayarlanana kadar yukarıdaki adımları tekrarlayın.

Programlar, bir sonraki düzenlemeye kadar bilgisayarın belleğinde saklanacaktır. Elektrik kesintisi durumunda veriler kaybolmaz.

KULLANICI PROGRAMINI ÇALIŞTIRMA

- W modda bekleme, basın düğmesine **PROGRAM**, için seçmek birini programların kullanıcı. Sonra seçildikten içinde pencerede görüntülenecek ve ye yanıp sönecek değer "30:00". Kullanın düğmelerini **SPEED +/-**, **INCLINE +/-** için ayarlanması süresi antrenmanı. Ayarlanan süre antrenmanı orantılı olarak bölünür 20 aşamaya.
- Başlamak için program başlatmak **START**.

GERİ SAYIM MODU

Düğmeye basarak 3 geri sayım modundan birini seçin **MODE**.

- İçin ayarlanması geri sayım değeri kullanın düğmelerini **Hız +/-**, **INCLINE +/-**.
- Başlatma koşu bandı ve geri sayım başlayacak tır sonra basıldığında düğmesine **START**.

GERİ SAYIM PARAMETRELERİ:

- SÜRE:** başlangıç değeri geri sayım şudur 30 dak. Bilgisayar ayarlamınıza olanak tanıy ayarlanmasını süreyi içinde aralığında 5-99 dakika (her 1 dakika).
- KALORİLER:** başlangıç değeri geri sayım eşittir 50 kcal. Bilgisayar sağlar ayarlamayı kalori aralığında bir aralıkta 20-990 kcal (her 10 kcal).
- MESAFE:** başlangıç değeri geri sayım eşittir 1 km. Bilgisayar sağlar ayarlamayı mesafeyi aralığında bir aralıkta 1,0-99,0 km (her 1 km).

YAĞ ÖLÇÜM FONKSİYONU (BODY FAT)

„PROGRAM” tuşuna basın **PROGRAM**, ekranda "FAT" görünene kadar.

Kullan **MODE**, parametreleri girmek için:

- F1 - cinsiyet (gender) – 01 erkek / 02 kadın
- F2 - yaş (age) – değerler 10-99
- F3 - boy (height) – değerler 100-220 cm
- F4 – ağırlık (weight) – değerler 20-130 kg

SPEED +/- **SPEED +/-**, **Eğim +/-** kullanarak parametre değerlerini ayarlayın.

Parametreleri seçtikten sonra ekranda F5 belirecektir. Her iki elinizi de nabız sensörlerine yerleştirin, 5-6 saniye sonra bilgisayar FAT bilgisini gösterecektir. FAT, vücut oranlarını değil, boy ve kilo arasındaki ilişkiyi ölçmeyi amaçlar. Doğru sonuç arasında olmalıdır 19-26. Altındaki bir değer 19 zayıflık, 27-30 - fazla kilolu ve üzeri 30 - obezite.

DİKKAT! Elde edilen sonuçlar hiçbir koşulda tedavi temeli olarak kabul edilemez veya tıbbi amaçlarla dikkate alınmaz.

EGZERSİZ VE EGZERSİZ AŞAMALARI

Cihazı kullanmak size birçok fayda sağlayacaktır. Öncelikle kondisyonunuzu iyileştirecek, kaslarınızı güçlendirecek ve birlikte uygun bir diyetle fazla yağ dokusunu yakmanızı sağlayacaktır.

1. ISINMA

Bu, tüm vücutta kan dolaşımını iyileştiren ve kasları yoğun egzersize hazırlayan bir aşamadır. Ayrıca kramp ve yaralanma riskini de azaltır. Birkaç esneme egzersizi yapılması önerilir aşağıda gösterildiği gibi.

Ağrı hissederseniz egzersizi bırakın veya hareket aralığını azaltın.

İÇ UYLUK KASLARINI ESNETME

Düz bir zemine bacaklarınız bükülü ve dizleriniz dışa dönük şekilde oturun. Ayak tabanlarınızı birleştirin ve birbirine olabildiğince yaklaşın. Dizlerinizi nazikçe yere doğru bastırın ve bu pozisyonda 15 saniye bekleyin.

UYLUK ESNETME

Düz bir zemine oturun. Sağ bacağınızı düzeltin ve sol ayağınızın tabanını sağ uyluğunuza yerleştirin. Sağ elinizi uzatın sağ bacağınızın parmaklarına doğru olabildiğince uzağa. 15 saniye bekleyin. Aynı işlemi sol bacakla tekrarlayın.

KAFA DÖNMELERİ

Başınızı dik tutarak önünüze bakın. Omuzlarınızı hareket ettirmeden başınızı sağa çevirin ve düzeltin, ardından sola çevirin ve düzeltin.

KOL KALDIRMA

Sol kolunuzu olabildiğince yukarı kaldırın ve birkaç saniye bekleyin. Aynı işlemi sağ kolla tekrarlayın.

AŞIL TENDONUNU ESNETME

Yüzünüz duvara dönük durun, sol bacağınızı öne doğru uzatın ve dizinizi hafifçe

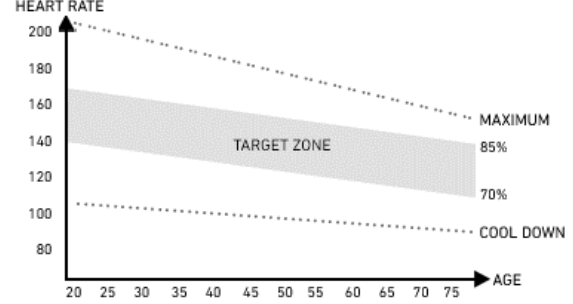
bükün. Sağı arkada tutun - düz, topuğu yere düz bir şekilde yerleştirilmiş. Her iki topuğu da yere düz bir şekilde basın ve kalçalarınızı duvara doğru itin. Bu pozisyonu 30 saniye koruyun. Aynı işlemi sağ bacak önde olacak şekilde tekrarlayın. Egzersiz sırasında sırtınızı kamburlaştırmamaya dikkat edin.

EĞİLME

Ayaklarınız birleşik şekilde durun. Öne doğru eğilin ve göğsünüzü dizlerinize olabildiğince yaklaştırmaya çalışın. 15 saniye bekleyin. Dizlerinizi bükmemeye dikkat edin.

2. EGZERSİZ AŞAMASI

Bu, antrenmanın 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. Şunu unutmamak önemlidir: kasları aşırı yormamak gerekir.

OLASI HASARLAR VE ONARIM TEKNİKLERİ

DİKKAT! Cihazın kasasının üreticinin servisiyle önceden iletişime geçilmeden açılması garantinin geçersiz olmasına neden olur.

Kasanın açılmasını gerektiren bir arıza şüphesi durumunda, üreticinin servisiyle iletişime geçin.

HATA AÇIKLAMASI	OLASI NEDENLER	SORUN ÇÖZÜMÜ
----- Sorun ile ekran	Güç yok veya elektrik beslemesi yok Güç anahtarı açık değil. Güç kaynağı olmayan veya hasarlı tahrik. Elektronik sayacın sinyal kablosu devresi kesildi Elektronik sayaç hasarlı	Güç kablосunu AC prizine takın veya AC prizini kontrol edin. Güç anahtarını AÇIK konumuna getirin. Aşırı yük korumasını tekrar itin veya tahriki değiştirin. Sinyal kablосunu değiştirin ve tekrar bağlayın. Elektronik sayacı değiştirin.
Eksik ekran, eksik segmentler	Ekran sürücü entegresi (IC) hatalı lehimleme veya sürekli lehimleme Hasarlı ekran sürücü entegresi (IC)	Onarım gerekli, lehim noktalarını kontrol edin, yerinde sağlam lehimleme. Kablону çıkarın ve Onarım gerekli, yeni bir entegre lehimleyin ekran sürücüsü (IC).
Elektronik sayaç ekranı	Güvenlik kilidinin bağlantısının kesilmesi	Güvenlik kilidini paneldeki vantuz veya kart konumuna yerleştirin.
-veya-	Sürücü acil durum anahtarı bağlantısı kesildi Magnetron devreye alınmadı (varsa)	Acil durum anahtarını doğru konumda bağlayın veya döndürün Magnetron doğru konumda takılı.
E01 - İletişim hatası (sürücü elektronik sayaçtan sinyal almıyor);	Elektronik sayacın sinyal kablosu yanlış bağlanmış veya zayıf teması var.	Fişi tekrar bağlayın
E02 - İletişim hatası (elektronik sayaç sürücüdən sinyal almıyor)	Elektronik sayacın sinyal kablosu hasarlı, kısa devre yapmış veya kesilmiş Nedeni elektronik sayacın sinyal kablосunda yatıyor	Sinyal kablосunu değiştirin. Üreticinin servisiyle iletişime geçin Elektronik sayacı değiştirin. Üreticinin servisiyle iletişime geçin
	Sürücü sinyal devresi arızası	Tahriki değiştirin. Üreticinin servisiyle iletişime geçin.
E08 - Alt kontrol bağlantı arızası	Algılama veya altındabağlantısı	Engelleyen yabancı cisim çıkarın.

	makinenin sonunda engellenmiş.	
	IR sensör arızası	Değiştirin sensörü. Üretici servisi ile iletişime geçin.
	Sürücü arızası.	Sürücüyü değiştirin. Üretici servisi ile iletişime geçin
E48 - Hız algılama sinyali yok (hız algılayan sürücü ile)	Hız sinyal kablosu bağlı değil veya sensör arızalı	Hız sinyal kablosunu tekrar takın veya sensörü değiştirin. Üretici servisi ile iletişime geçin
	Sürücü sensör devresi hasarlı	Sürücüyü değiştirin. Üretici servisi ile iletişime geçin
Cihaz çalışmıyor	Güç yok Güvenlik anahtarı çıkarıldı Kısa devre	Cihazı prize takın. Güvenlik anahtarını takın. Üretici servisi ile iletişime geçin.
	Açma/Kapama düğmesi açık değil	Cihazı açın.
	Tahrik kayışı çok gevşek	Üretici servisi ile iletişime geçin.

GARANTİ

Satıcı, Garantör adına, ürünün satıldığı tarihten itibaren 24 ay süreyle Türkiye Cumhuriyeti topraklarında garanti vermektedir. Satılan ürünün garantisi, Alıcının Tüketici Hakları Kanunu'ndan kaynaklanan haklarını ortadan kaldırmaz, kısıtlamaz veya askıya almaz.

Garanti belgesi son sayfadadır.

GARANTİ ŞARTLARI

1. Şikayet ve garanti, yalnızca üreticinin hatasından kaynaklanan gizli kusurları kapsar.
2. Garanti, müşteri tarafından aşağıdaki belgelerin ibraz edilmesi durumunda mağaza veya servis tarafından kabul edilecektir:
 - a. satış mührü ve satıcının imzası bulunan geçerli, okunaklı ve doğru bir şekilde doldurulmuş garanti belgesi,
 - b. satış tarihini gösteren geçerli bir ekipman satın alma belgesi,
 - c. şikayet edilen ürün veya arızalı parça.
 Uzaktan satın alma durumunda, garanti belgesi yalnızca satın alma belgesine (makbuz / fatura) göre geçerlidir.

3. Müşteri tarafından arızanın bildirilmesinden itibaren şikayetler en geç 14 gün içinde sonuçlandırılacaktır.
4. Garanti süresi içinde ortaya çıkan üretim hataları ve hasarlar, ürünün mağazaya veya servise teslim tarihinden itibaren en geç 21 gün içinde ücretsiz olarak onarılacaktır.
5. Yedek parçaların ithal edilmesi gerektiğinde, garanti onarımının tamamlanma süresi, parçaların ithalatı için gereken süre kadar uzayabilir, ancak bu süre 40 günü geçemez.
6. Garanti kapsamına girmeyenler:
 - a. Mekanik hasarlar ve bunlardan kaynaklanan kusurlar,
 - b. Amacına uygun olmayan kullanım ve depolama, yanlış montaj ve bakım nedeniyle oluşan hasar ve kusurlar,
 - c. Kablolar, kayışlar, lastik parçalar, pedallar, sünger kulplar, tekerlekler, rulmanlar, döşemeler gibi sarf malzemelerinin hasar görmesi ve aşınması.
 - d. Kullanım kılavuzuna göre kullanıcının kendi başına yapması gereken montaj ve bakım işlemleri.
7. Garanti aşağıdaki durumlarda geçerli değildir:
 - a. Geçerlilik süresinin dolması,
 - b. Müşteri tarafından orijinal olmayan parçalar kullanılarak yapılan bağımsız onarımlar ve değişiklikler,
 - c. Ortaya çıkan arıza, yanlış kurulumdan veya kullanım kılavuzunda açıklanan doğru çalıştırma kurallarına uyulmamasından kaynaklanıyorsa,
 - d. Ev kullanımı dışında kullanım,
 - e. Nakliye sırasında oluşan hasarlar.
8. Garanti belgesinin suretleri düzenlenmeyecektir.
9. Garanti kapsamında müşteri, aşağıdaki ücretsiz tazminat türlerini talep etme hakkına sahiptir:
 - a. Ürünün onanımı,
 - b. Ürünün değiştirilmesi,
 - c. Fiyat indirimi,
 - d. Sözleşmenin feshi ve yapılan masrafların tam olarak iadesi.
10. Şikayette bulunmak için lütfen:
 - a. Garanti kapsamındaki ürünün veya parçasını ibraz edin.
 - b. Satıcının adını ve adresini, satın alma tarihini ve yerini, ürün türünü veya geçerli bir garanti kartını belirten satın alma belgesi mağaza mührü ile.
 - c. Kirliliği bir ürün teslim edilirse, servis kabul etmeyi reddedebilir veya müşterinin yazılı izni ile müşterinin masrafları kendisine ait olmak üzere temizlik yapılabilir.
11. Şikayetin kabul edilmesi halinde, ekipman onarılacak veya yenisiyle değiştirilecek veya müşteriye para iadesi yapılacaktır. Ürünün müşteriye nakliye masrafları üreticinin servisi tarafından karşılanır.
12. Garanti talebinin reddedilmesi durumunda, müşteri alınan kararın ayrıntılı bir açıklamasını alacak ve kararın verilmesinden itibaren 14 gün içinde ekipman müşteriye masrafları kendisine ait olmak üzere iade edilecektir.

BG ТРЕНИРОВЪЧНИ ПРОГРАМИ Таблицата показва обобщение на етапите и съответните скорости за всяка тренировъчна програма.
CZ ŠKOLENÍ PROGRAMY Tabulka poskytuje přehled kroků a odpovídající rychlosti pro každý tréninkový program.
DA TRÆNINGSPROGRAMMER Tabellen viser en oversigt over faserne og de tilsvarende hastigheder for hvert træningsprogram.
DE TRAININGSPROGRAMME Die Tabelle stellt eine Zusammenstellung der Etappen vor sowie die entsprechenden Geschwindigkeiten der Etappen für jedes Trainingsprogramm.
EE KOOLITUSPROGRAMMID Tabelis on esitatud iga koolituspogrammi etappide ja vastavate kiiruste kokkuvõte.
EN TRAINING PROGRAMMES The table shows a list of the stages and relevant speeds for each training programme.
ES PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO La tabla muestra un resumen de las etapas y las velocidades correspondientes a cada programa de entrenamiento.
FI KOULUTUSOHJELMAT Taulukossa on yhteenveto kunkin koulutusohjelman vaiheista ja vastaavista nopeuksista.
FR PROGRAMMES D'ENTRAÎNEMENT Le tableau présente un résumé des étapes et des vitesses correspondantes pour chaque programme d'entraînement.
GR ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ Ο πίνακας παρουσιάζει συνοπτικά τα στάδια και τις αντίστοιχες ταχύτητες για κάθε πρόγραμμα κατάρτισης.
HR KÉPZÉSI PROGRAMOK A táblázat az egyes képzési programok szakaszainak és a hozzájuk tartozó sebességeknek az összefoglalóját tartalmazza.
HU KÉPZÉSI PROGRAMOK A táblázat áttekintést nyújt az egyes edzésprogramok lépéseiről és a megfelelő sebességről.
IT PROGRAMMI DI ALLENAMENTO La tabella mostra una sintesi delle fasi e delle velocità corrispondenti per ogni programma di allenamento.
LT TREINIRUOČIŲ PROGRAMOS Toliau pateiktoje lentelėje parodyti atskiri etapai ir kiekvienai treniruočių programai skirtas greitis.
NL MĀCĪBU PROGRAMMAS Tabulā ir apkopoti katras mācību programmas posmi un attiecīgie ātrumi.
NL TRAININGSPROGRAMMA'S De tabel toont een overzicht van de stappen en bijbehorende snelheden voor elk trainingsprogramma.
PL PROGRAMY TRENINGOWE Tabela przedstawia zestawienie etapów i odpowiadającym im prędkości dla każdego programu treningowego.
PT PROGRAMAS DE FORMAÇÃO O quadro apresenta um resumo das etapas e das velocidades correspondentes a cada programa de formação.
RO PROGRAME DE ANTRENAMENT Tabelul prezintă lista de etape și viteza corespunzătoare pentru fiecare program de antrenament.
RU ПРОГРАММЫ ТРЕНИНГА В таблице показан перечень этапов и соответствующие им скорости для каждой программы тренинга.
SK TRÉNINGOVÉ PROGRAMY Tabuľka znázorňuje zoznam etáp a rýchlosti, ktoré im odpovedajú, pre každý tréningový program.
SL PROGRAMI USPOSABLJANJA Tabela prikazuje povzetek stopenj in ustreznih hitrosti za vsak program usposabljanja.
TR EĞİTİM PROGRAMLARI Tabloda her bir eğitim programı için aşamaların ve ilgili hızların bir özeti gösterilmektedir.

SEG PROGRAM	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20
P1	4	5	5	6	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	6	5	5	1
P2	4	5	5	6	7	7	10	7	10	10	10	7	10	10	7	7	6	5	5	1
P3	4	5	5	6	7	7	10	10	7	10	10	10	10	7	7	7	6	5	5	1
P4	4	5	5	6	6	9	9	9	9	9	9	12	9	9	9	6	6	5	5	1
P5	4	5	5	6	7	9	9	9	9	12	9	9	9	9	9	7	6	5	5	1
P6	4	5	5	7	7	9	9	12	12	12	12	9	9	9	9	9	7	5	5	1
P7	4	5	6	8	8	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	8	6	6	2
P8	4	5	5	7	7	10	10	10	10	12	12	12	12	12	12	12	12	12	11	4
P9	4	5	5	8	8	11	11	11	9	11	11	11	11	11	11	11	8	5	5	2
P10	4	5	5	7	7	9	5	7	7	9	5	7	7	9	5	7	7	9	7	3
P11	4	6	6	8	8	11	6	8	8	11	6	8	8	11	6	8	8	11	6	1
P12	4	6	6	9	12	12	6	9	12	12	6	9	12	12	6	9	12	12	9	4
P13	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
P14	4	5	5	8	11	11	5	8	11	11	5	8	11	11	5	8	11	11	8	3
P15	4	6	9	9	9	6	9	9	9	6	9	9	9	6	9	9	9	6	4	2
P16	4	6	6	11	6	11	6	11	6	11	6	11	6	11	6	11	6	11	6	9
P17	4	4	4	6	8	8	11	11	11	4	6	8	8	11	11	11	8	4	4	2
P18	5	8	5	8	8	5	8	8	5	8	8	5	8	8	5	8	8	4	4	2
P19	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9	4	2
P20	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	4
P21	4	8	4	8	11	4	8	11	4	8	11	4	8	11	4	8	11	4	8	2
P22	6	8	11	8	4	11	8	4	11	8	4	11	8	4	11	8	4	4	6	2
P23	6	8	11	8	8	4	11	8	8	4	11	8	8	4	11	8	8	4	4	2
P24	6	8	11	8	6	11	8	6	11	8	6	11	8	6	11	8	6	4	6	2
P25	4	6	5	6	5	7	6	4	7	4	8	4	9	4	10	5	9	5	11	3
P26	4	7	6	8	6	8	6	4	6	5	5	8	7	9	7	9	7	5	7	2
P27	4	7	6	7	6	7	6	4	5	5	5	8	7	8	7	8	7	5	6	2
P28	4	8	9	6	6	9	6	4	6	5	5	9	10	7	7	10	7	5	7	2
P29	4	6	8	10	9	10	8	4	5	5	5	7	9	11	10	11	9	5	6	2
P30	4	6	7	7	8	7	8	5	5	5	5	7	8	8	9	8	9	6	6	2
P31	5	8	9	7	10	7	11	8	6	4	6	9	10	8	11	8	11	9	6	3
P32	4	7	8	6	9	7	8	7	5	5	5	8	9	7	10	8	9	8	6	3
P33	4	10	8	6	7	11	9	7	6	6	5	11	9	7	8	11	10	8	7	3
P34	4	5	7	5	5	7	5	8	5	6	5	6	8	6	6	8	6	9	6	3
P35	4	7	10	11	8	11	7	5	4	5	5	8	11	11	9	11	8	6	5	2
P36	4	7	7	6	6	8	6	4	5	7	5	8	8	7	7	9	7	5	6	4

EN	Kod EAN	Product name	Date of sale
BG	EAN code	Product name	Date of sale
CZ	EAN-Code	Artiklename	Datum des Verkaufs
DA	Kod EAN	Navnet på produktet	Salgsdato
DE	EAN-Code	Name des Produkts	Datum des Verkaufs
EE	EAN kodus	Gaminio pavadinimas	Pardavimo data
ES	Kód EAN	Nombre del producto	Fecha de venta
FR	Code EAN	Nom de l'article	Date de vente
GR	EAN Kód	Cikkszám	Értékesítés dátuma
HR	EAN kod	Ime na artykul	Дата на продажба
HU	Code EAN	Nome del l'articolo	Data di vendita
IT	Codice EAN	Nome dell'articolo	Data di vendita
LT	Codice EAN	Nombre de producto	Fecha de venta
LV	EAN-code	Naam artikel	Datum verkoop
NL	Código EAN	Nome do artigo	Data de venda
PL	EAN kods	Raksta nosaukums	Pārdošanas datums
PT	EAN-koodi	Artikli nimi	Müügikuupäev
RO	EAN-koodi	Artikkelin nimi	Myyntipäivä
RU	Код EAN	Наименование продукта	Дата продажи
SK	EAN-kód	Cikk neve	Az értékesítés időpontja
SL	EAN-koda	Oznaka proizvoda	Ημερομηνία πώλησης
SR	EAN kodu	Makale adı	Satış tarihi
TR	EAN-kode	Artikelnavn	Dato for salg
EN	Stamp and signature of the seller (Not applicable to remote purchases. See Warranty Terms and Conditions, section 2)		
BG	Печат и подпис на продавача (Неприложимо при покупка от разстояние. Вижте Гаранционните условия т. 2)		
CZ	Razítko a podpis prodejce (Netýká se v případě nákupu na dálku. Viz záruční podmínky bod 2)		
DA	Forhandlerens stempel og underskrift (gælder ikke ved fjernkøb. Se garantibetingelserne, punkt 2)		
DE	Stempel und Unterschrift des Verkäufers (Nicht anwendbar im Fall des Fernkaufs. Siehe Garantiebedingungen Punkt 2)		
EE	Edasimüüja tempel ja allkiri (ei kohaldata kaugostu korral. Vt garantiitingimused, punkt 2)		
ES	Sello y firma del vendedor (No aplica en caso de compra remota). Ver Condiciones de garantía pct. 2)		
FR	Jälleenmyyjän leima ja allekirjoitus (ei sovelleta etäostotapauksissa, ks. takuuehdot, kohta 2)		
GR	Cachet et signature du vendeur (Non applicable en cas d'achat à distance. Voir les Conditions de garantie, point 2)		
HR	Σφραγίδα και υπογραφή του εμπόρου (Δεν ισχύει σε περίπτωση αγοράς εξ αποστάσεως. Βλέπε όρους εγγύησης, σημείο 2)		
HU	Eladó bélyegzője és aláírása (Ez nem vonatkozik a nem személyesen történő vásárlásra. Lásd a Garanciaiis feltételek 2. pontját)		
IT	Cachet et signature du vendeur (Non applicable en cas d'achat à distance. Voir les Conditions de garantie, point 2)		
LT	Timbro e firma del venditore (Non applicabile in caso di acquisto a distanza. Vedi le Condizioni di garanzia punto 2)		
LV	Pardavėjo antspaudas ir parašas (Netaikoma, jeigu įrenginys įsigytas internetinėje parduotuvėje. Žr. „Garantijos sąlygos“, 2 pkt.)		
NL	Dilera zīmogs un paraksts (Nav piemērojams tālpārdošanas gadījumā. Skatīt garantijas nosacījumus, 2. punkts)		
PL	Stempel en handtekening van de dealer (Niet van toepassing bij aankoop op afstand. Zie garantievoorwaarden, item 2)		
PT	Pieczęćka i podpis sprzedawcy (Nie dotyczy w przypadku zakupu na odległość. Patrz Warunki gwarancji pkt.2)		
RO	Carimbo e assinatura do revendedor (Não aplicável em caso de compra à distância. Ver condições de garantia, ponto 2)		
RU	Data și semnătura comerciantului (Nu se aplică în caz de achiziție la distanță. Vezi Condiții de garanție pct.2)		
SK	Печат и подпись продавца (Не относится к случаю дистанционной покупки. См. Гарантийные условия п.2)		
SL	Pečiatka a podpis prodajca (Netýka sa v prípade nákupu na diaľku. Pozri záručné podmienky bod 2)		
SR	Žig in podpis prodajalca (Ne velja v primeru nakupa na daljavo. Glej garancijske pogoje, točka 2)		
TR	Bayi kaşesi ve imzası (Uzaktan satın alma durumunda geçerli değildir. Bkz. garanti koşulları, madde 2)		

EN	TECHNICAL SERVICE CENTRE	MANUFACTURER	Made in China
BG	СЕРВИЗЕН ЦЕНТЪР	ПРОИЗВОДИТЕЛ	Произведено в Китай
CZ	SERVISNÍ CENTRUM	VÝROBEC	Vyrobeno v Číně
DA	SERVICECENTER	PRODUCENT	Fremstillet i Kina
DE	SERVICECENTRUM	HERSTELLER	Hergestellt in China
EE	TEENINDUSKESKUS	TOOTJA	Valmistatud Hiinas
ES	CENTRO TÉCNICO	FABRICANTE	Fabricado en China
FR	CENTRE DE SERVICE	FABRICANT	Fabriqu�� en Chine
GR	ΚΕΝΤΡΟ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ	ΠΑΡΑΓΩΓΟΣ	Κατασκευασμένο στην Κίνα
HR	SZOLGÁLTATÓKÖZPONT	PRODUCER	Made in China
HU	SZERVIZ K��ZPONT	GY��RT��	K��n��ban gy��rtott
IT	CENTRO SERVIZI	FABBRICANTE	Fatto in Cina
LT	SERVISAS	GAMINTOJAS	Pagaminta Kinijoje
LV	PAKALPOJUMU CENTRS	PRODUKCIJA	Ra��zots K��n��
NL	SERVICE CENTRUM	PRODUCER	Gemaakt in China
PL	CENTRUM SERWISOWE	PRODUCENT	Wyprodukowano w Chinach
PT	CENTRO DE SERVI��OS	PRODUTOR	Fabricado na China
RO	CENTRU SERVICE	PRODUC��TOR	Fabricat ��n China
RU	СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР	ПРОИЗВОДИТЕЛЬ	Сделано в Китае
SK	SERVISN�� STREDISKO	V��ROVCA	Vyroben�� v ���ine
SL	CENTER STORITEV	PRODUCER	Izdelano na Kitajskem
SR	ПАБЕЛЈЕЊЕСКИ ЦЕНТАР	PRODUCER	Made in China
TR	SERVIS MERKEZİ	YAPIMCI	��in mali
	Wielejska 166, 41-216 Sosnowiec, Poland	Morele.net Sp. z o.o. al. Jana Paw��a II 43b, 31-864 Krak��w, Poland NIP (Tax ID) 9451972201 KRS (National Court Register) 0000390511	 