



**INSTRUKCJA OBSŁUGI – PL**  
**IN 13146 Bieżnia inSPORTline inCondiT50i**



## SPIS TREŚCI

INFORMACJE DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA.....	3
WAŻNE INSTRUKCJE OBSŁUGI .....	4
WIDOK PO ROZŁOŻENIU .....	5
LISTA CZĘŚCI.....	6
MONTAŻ.....	10
ZAWARTOŚĆ KARTONU .....	10
PAKIET SPRZĘTOWY .....	10
INSTRUKCJA MONTAŻU.....	11
INSTRUKCJE SKŁADANIA.....	14
JAK PRZEMIESZCZAĆ URZĄDZENIE .....	15
WAŻNE INFORMACJE ELEKTRYCZNE .....	15
OBSŁUGA KONSOLI .....	16
OKNO WYŚWIETLACZA.....	16
FUNKCJE PRZYCISKÓW .....	17
PROGRAMY .....	18
INSTRUKCJE DO ĆWICZEŃ.....	23
INSTRUKCJE KONSERWACJI.....	23
REGULACJA PASA BIEŻNI .....	24
SMAROWANIE BIEŻNI .....	24
ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW .....	25
PRZECHOWYWANIE .....	26
WAŻNA UWAGA .....	26
OCHRONA ŚRODOWISKA .....	27
WARUNKI GWARANCJI, ZGŁOSZENIA GWARANCYJNE .....	28

### Specjalne wskazówki:

1. Przed przystąpieniem do montażu i użycia należy dokładnie przeczytać instrukcję obsługi.
2. Proszę zachować instrukcję do wykorzystania w przyszłości.
3. Produkt może się nieznacznie różnić od tego na zdjęciu ze względu na modernizację.

## INFORMACJE DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Dziękujemy za wybór naszego produktu. Aby zapewnić bezpieczeństwo i zdrowie należy poprawnie używać tego urządzenia. Ważne jest aby przeczytać całą instrukcję przed montażem i użyciem urządzenia. Bezpieczne i skuteczne stosowanie może być spełnione tylko wtedy gdy urządzenie jest zamontowane, utrzymywane i używane prawidłowo. Twoim zadaniem jest upewnić się że wszyscy użytkownicy urządzenia są poinformowani o wszystkich ostrzeżeniach i środkach ostrożności.

1. Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem aby ustalić czy masz jakieś przeciwwskazania medyczne lub fizyczne, które mogą narazić twoje zdrowie i bezpieczeństwo lub uniemożliwić prawidłowe korzystanie z urządzenia. Porada z lekarzem jest niezbędna jeśli pacjent przyjmuje jakiegokolwiek leki, które mogą wpływać na rytm serca, ciśnienie krwi lub poziom cholesterolu.
2. Bądź świadom sygnałów organizmu. Niewłaściwy lub nadmierny trening może spowodować uszczerbek na zdrowiu. Zaprzeźdź wykonać ćwiczenia jeśli wystąpi którykolwiek z następujących objawów: ból, ucisk w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, duszność, zawroty głowy lub nudności. Jeśli wystąpi którykolwiek z tych objawów należy skonsultować się z lekarzem przed kontynuowaniem ćwiczeń.
3. Trzymaj dzieci i zwierzęta domowe z dala od urządzenia. Urządzenie jest przeznaczone do użytku tylko dla dorosłych.
4. Korzystaj z tego urządzenia na twardej, płaskiej powierzchni z pokrywą ochronną na podłodze lub dywanie. Aby zapewnić bezpieczeństwo sprzęt powinien mieć co najmniej 0,6 m wolnej przestrzeni dookoła.
5. Upewnij się, że wszystkie śruby i nakrętki są dokręcone przed korzystaniem z urządzenia. Bezpieczeństwo urządzenia można utrzymać tylko wtedy gdy jest regularnie badane pod kątem uszkodzeń i/lub zużycia.
6. Zaleca się aby smarować wszystkie części ruchome w cyklu miesięcznym.
7. Zawsze używaj urządzenia zgodnie z opisem. Jeśli znaleźliśmy jakiś wadliwy element podczas montażu lub kontroli sprzętu lub jeśli słychać nietypowe odgłosy dochodzące z urządzenia podczas ćwiczeń należy natychmiast zaprzestać korzystania z urządzenia i nie korzystać z niego dopóki problem nie zostanie naprawiony.
8. Noś odpowiednią odzież podczas korzystania z urządzenia. Unikaj noszenia luźnych ubrań które mogą być wciągnięte przez urządzenie.
9. Nie należy wkładać palców lub przedmiotów w ruchome części urządzenia.
10. Dane zmierzone przez komputer nie mogą być stosowane do oceny stanu zdrowia użytkownika.
11. Zwiększ ostrożność podczas podnoszenia i przenoszenia urządzenia. Zawsze należy stosować właściwą technikę podnoszenia i szukać pomocy w razie potrzeby.
12. Niniejszy produkt jest przeznaczony do użytku w chłodnym i suchym miejscu. Należy unikać przechowywania w ekstremalnie zimnych, gorących lub wilgotnych miejscach gdyż może to prowadzić do korozji i innych związanych z tym problemów. Dopuszczalna temperatura mieści się w zakresie od 5 °C - 40 °C.
13. Nie regulowane wystające części mogą powodować ograniczenie zakresów ruchu użytkownika.
14. Urządzenie przeznaczone jest do użytku w pomieszczeniach zamkniętych! Nie jest przeznaczone do użytku komercyjnego!
15. **Kategoria:** HC (standard EN957) do użytku domowego.

16. **Limit wagi:** 140 kg

17. **OSTRZEŻENIE!** Monitorowanie częstotliwości rytmu serca może nie być w pełni dokładne. Nadmierny wysiłek podczas treningu może doprowadzić do poważnych obrażeń lub nawet do śmierci. Jeśli zaczynasz się czuć słabo należy natychmiast przerwać ćwiczenia.

## **WAŻNE INSTRUKCJE OBSŁUGI**

1. Włóż wtyczkę bezpośrednio do gniazdka.
2. Stały czas pracy tego urządzenia wynosi mniej niż 2 godziny. Należy przeczytać instrukcję w całości przed uruchomieniem urządzenia.
3. Zmiany prędkości nie są natychmiastowe. Ustaw żadaną prędkość przy pomocy klawisza regulacji na konsoli komputera. Po zakończeniu zwolnij przycisk regulacji. Komputer rozpozna polecenie i stopniowo zwiększy prędkość.
4. Podczas korzystania z bieżni należy zachować ostrożność podczas wielozadaniowych innych czynności takich jak oglądanie telewizji, czytanie itd. Mogą one być zakłócone i może to sprawić, że stracisz równowagę lub będziesz odchodzić od środka pasa bieżni co może doprowadzić do poważnych obrażeń.
5. Aby zapobiec utracie równowagi, NIE przenoś ani nie zsuwaj bieżni, gdy taśma jest w ruchu. To urządzenie włącza się z bardzo małą prędkością; stojąc na pasie, podczas gdy urządzenie powoli przygotowuje się do właściwej prędkości.
6. Przy dokonywaniu zmian w konsoli zawsze trzymaj się poręczy.
7. Bieżnia jest wyposażona w klucz bezpieczeństwa i powinieneś korzystać z niego w sytuacjach awaryjnych. Ćwiczenia mogą być wykonywane tylko wtedy gdy klucz bezpieczeństwa jest włożony do konsoli. W razie wypadku należy wyjąć klucz bezpieczeństwa aby natychmiast zatrzymać pas bieżni i wyłączyć urządzenie. Wyświetlacz konsoli zostanie zresetowany po ponownym włożeniu klucza bezpieczeństwa.
8. Przyciski na konsoli są dokładnym zestawem funkcji i wymagają pewnego nacisku palca do ich użycia. Aby uniknąć uszkodzenia przycisków przy ich naciskaniu nie używaj nadmiernej siły.
9. Urządzenie to jest przeznaczone do użytku tylko dla dorosłych! Dzieci nie powinny być dopuszczone do użytkowania lub grania w pobliżu tej bieżni. Gdy dzieci korzystają z niej powinny być cały czas nadzorowane przez osobę dorosłą. To urządzenie nie jest przeznaczone do użycia terapeutycznego. Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek z ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem.
10. Kobiety w ciąży lub karmiące powinny skonsultować się z lekarzem przed przystąpieniem do programu ćwiczeń.
11. Pamiętaj, aby się nawadniać w trakcie i po treningu.

### **WAŻNA UWAGA:**

**Pas musi być koniecznie nasmarowany przed pierwszym użyciem! Proszę zobaczyć na dalsze instrukcje w instrukcji obsługi, jak prawidłowo stosować smar.**

# WIDOK PO ROZŁOŻENIU

				D25	D24	D23	D21	D20	D19	D12	D11	D10	D09	D08	D07	B13	B12
			D39	D38	D37	D69	D36	D35	D34	D31	D62	D30	D29	D28	D27	D26	

## LISTA CZĘŚCI

Lp.	Opis	Specyfikacja	Ilość
A01	Rama bazowa		1
A02	Rama główna		1
A03	Wspornik pochylni		1
A04	Wspornik konsoli		1
A05	Lewa pionowa rura		1
A06	Prawa pionowa rura		1
A07	Wspornik silnika		1
B01	Przednia rolka		1
B02	Tylna rolka		1
B03	Siłownik ciśnienia powietrza		1
B04	Błaszka pulsometru 1		2
B05	Błaszka pulsometru 2		2
B06	Pokrywa koła transportowego		4
B07	Błaszana sprężyna		2
B08	Lewy głośnik		1
B09	Prawy głośnik		1
B10	Obracana tuleja		4
B11	Błacha miedziana		1
B12	Klucz imbusowy	5 mm	1
B13	Klucz z śrubokrętem	S=13,14,15	1
B14	Z kształtna tablica		2
C01	Górna pokrywa konsoli		1
C02	Środkowa górna pokrywa konsoli		1
C03	Środkowa dolna pokrywa konsoli		1
C04	Górna pokrywa pulsometru		1
C05	Dolna pokrywa pulsometru		1
C06	Góra pokrywa silnika		1
C07	Dolna pokrywa silnika		1
C08	Lewa pokrywa pionowej rurki		1
C09	Prawa pokrywa pionowej rurki		1
C10	Lewa tylna końcówka pokrywy		1
C11	Prawa tylna końcówka pokrywy		1
C12	Kierownica z pianki		2
C13	Gumowana podkładka		1
C14	Uchwyt z tworzywa sztucznego		1
C15	Szyna boczna		2

C16	Pas do biegania		1
C17	Poduszka powietrzna		2
C18	Podkładka antypoślizgowa szyny bocznej		2
C19	Czarna poduszka		4
C20	Niebieska poduszka		2
C21	Niebieska poduszka		2
C22	Koło transportowe		2
C23	Owalne wewnętrzne wtyczki		2
C24	Pas silnika		1
C25	Stożkowa poduszka		1
C26	Płaska poduszka pod stopy		4
C27	Regulowane koło		2
C28	Ośłona przewodu		2
C29	Podkładka z tworzywa sztucznego		4
C30	Wspornik klucza bezpieczeństwa		1
C31	Klucz bezpieczeństwa		1
C32	Wtyczka koła transportowego		2
C33	Akrylowa górna pokrywa silnika		1
C34	Dekoracyjny pierścień kierownicy		2
C35	Lewa osłona kierownicy		1
C36	Prawa osłona kierownicy		1
D01	Komputer pokładowy		1
D02	Panel sterowania		1
D03	Tablica przycisków kierownicy		1
D04	Górny kabel sygnałowy	900 mm	1
D05	Środkowy kabel sygnałowy	1100 mm	1
D06	Dolny kabel sygnałowy	800 mm	1
D07	Skrót górny kabla	350 mm	1
D08	Skrót dolny kabla	750 mm	1
D09	Górny kabel pulsometru	150 mm	1
D10	Środkowy kabel pulsometru	650 mm	2
D11	Dolny kabel pulsometru	200 mm	2
D12	Czujnik prędkości	1000 mm	1
D13	Silnik		1
D14	Silnik pochyłości		1
D15	Płyta biegowa		1
D16	Protektor przeciw przeciążeniowy		1
D17	Kwadratowy przełącznik		1

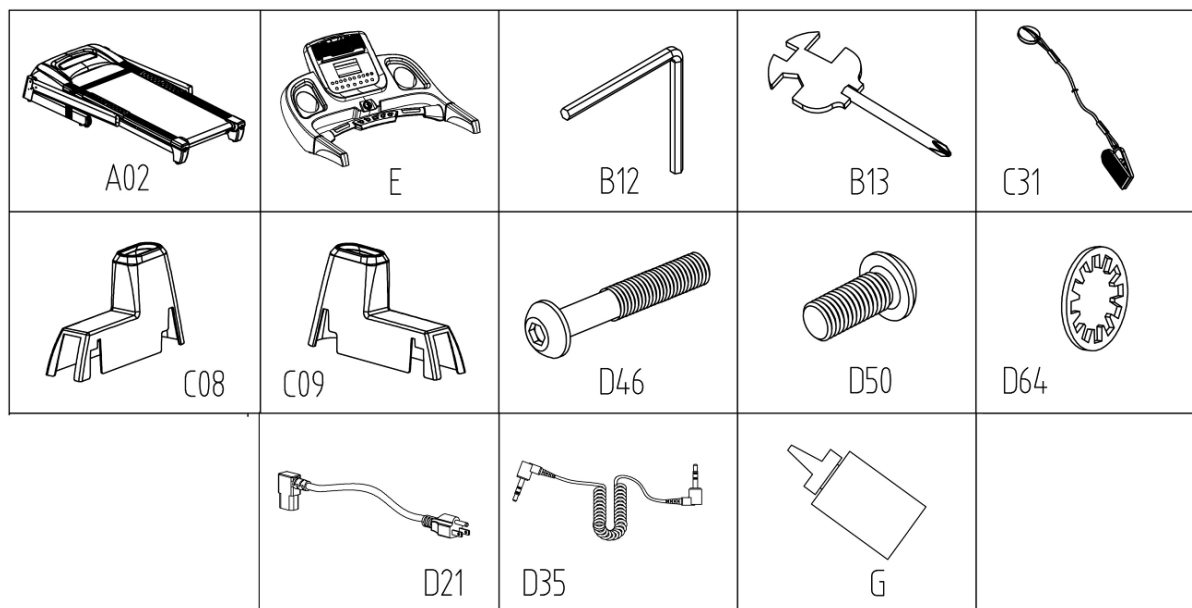
D18	Gniazdko zasilania		1
D19	Pierścień magnetyczny		1
D20	Rdzeń magnetyczny		1
D21	Przewód zasilający		1
D22	Kabel klucza bezpieczeństwa	45 0mm	1
D23	Przewód uziemiający	350 mm	2
D24	Pojedynczy przewód prądu zmiennego	350 mm	2
D25	Pojedynczy przewód prądu zmiennego	350 mm	3
D26	Przewód pojedynczy	500 mm	1
D27	Przewód pojedynczy 1	350 mm	1
D28	Przewód pojedynczy 2	350 mm	1
D29	Filtr		1
D30	Induktor		1
D31	Przewód wzmacniacza	150 mm	1
D32	Panel USB		1
D33	Wzmacniacz		1
D34	Przewód głośności +/-	350 mm	1
D35	Przewód łączący MP3	φ3*φ12*410	1
D36	Głośnik	6Ω5ω 250 mm	2
D37	Panel Bluetooth		1
D38	Przewód Bluetooth	300 mm	1
D39	Wkręt	ST2.9*6.0	4
D40	Nakrętka	M6	2
D41	Nakrętka	M8	6
D42	Nakrętka	M10	6
D43	Śruba	M10*60	1
D44	Śruba	M10*45	1
D45	Śruba	M10*30	4
D46	Śruba	M8*50	6
D47	Śruba	M8*40	2
D48	Śruba	M8*30	1
D49	Śruba	M8*20	4
D50	Śruba	M8*15	8
D51	Śruba	M8*40	2
D52	Śruba	M8*42	1
D53	Śruba	M6*55	3
D54	Śruba	M6*40	2
D55	Śruba	M6*25	6



D56	Śruba	M5*16	11
D57	Śruba	M5*8	9
D58	Wkręt	ST4.2*30	4
D59	Wkręt	ST4.2*30	6
D60	Wkręt	ST4.2*12	17
D61	Wkręt	ST4.2*15	6
D62	Wkręt	ST4.2*12	17
D63	Podkładka	6	3
D64	Podkładka	8	16
D65	Podkładka	10	2
D66	Podkładka	8	6
D67	Płaska podkładka C	8	7
D68	Płaska podkładka C	φ10*φ26*2.0	8
D69	Wkręt	ST2.9*8	48
D70	Wkręt	ST3.5*10	20
D71	Śruba	M5*12	4
D72	Wkręt	ST2.9*4	4
D73	Panel przycisków		1
G	Smar		1

## MONTAŻ

### ZAWARTOŚĆ KARTONU



### PAKIET SPRZĘTOWY

Lp.	Opis	Specyfikacja	Ilość
A02	Rama główna		1
E	Podstawa konsoli		1
B12	Klucz Imbusowy	5 mm	1
B13	Klucz ze śrubokrętem	S=13, 14, 15	1
C31	Klucz bezpieczeństwa		1
C08	Lewa pokrywa pionowej rurki		1
C09	Prawa pokrywa pionowej rurki		1
D46	Śruba	M8*50	2
D50	Śruba	M8*15	6
D64	Sprężysta podkładka	8	8
D21	Przewód zasilający		1
D35	Przewód łączący MP3		1
G	Smar		1

### NARZĘDZIA MONTAŻOWE

(B12) Klucz Imbusowy (5 mm) – 1 szt.

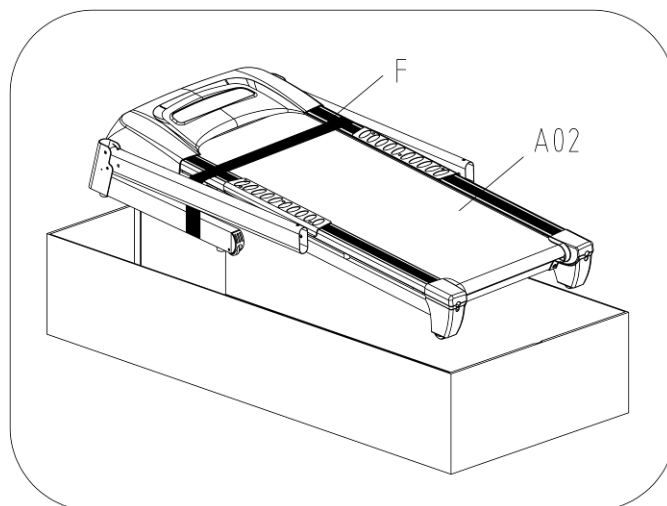
(B13) Klucz ze śrubokrętem (S=13, 14, 15) – 1 szt.

## INSTRUKCJA MONTAŻU

### KROK 1:

Otwórz opakowanie i wyjmij jego całą zawartość. Umieść ramę główną (A02) na równym podłożu i upewnij się, że masz czyste i odpowiednie miejsce do pracy.

UWAGA: Ze względów bezpieczeństwa nie należy przecinać pasa opakowania (F), dopóki nie został zakończony montaż.



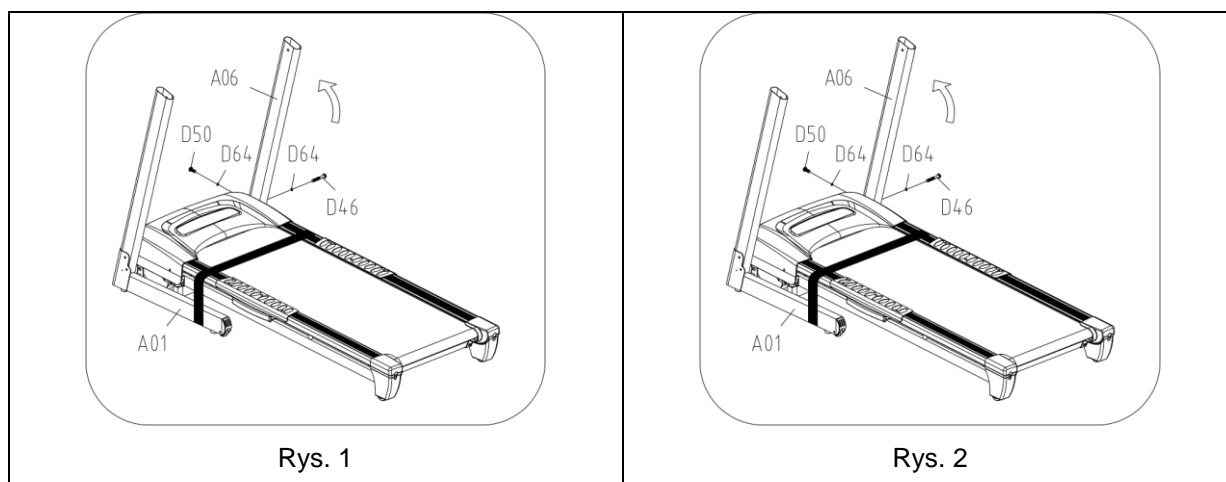
### KROK 2:

Unieś lewą pionową rurkę (A05) do góry. Patrz na rysunek 1.

Zamocuj lewą pionową rurkę (A05) do ramy głównej (A01). Użyj 1 śrubę (D46) i 1 podkładkę (D64) służącą do połączenia, 1 śrubę (D50) i jedną podkładkę (D64) aby dołączyć do przodu. Użyj klucza imbusowego (B12).

Powtórz powyższy etap do montażu prawej pionowej rurki (A06) na ramie (A01). Patrz rysunek 2.

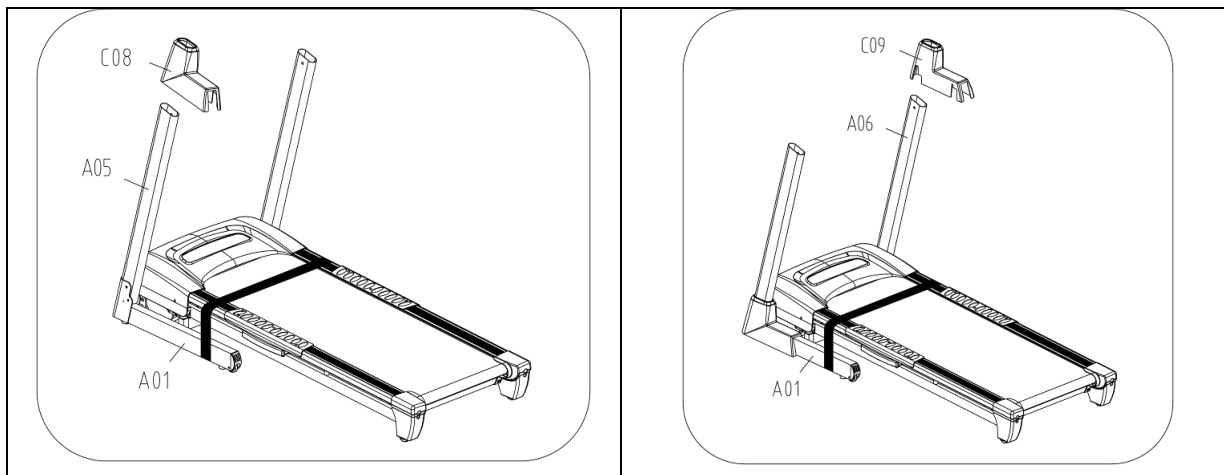
UWAGA: Podczas montażu pionowych rurek (A05 i A06) pomagaj sobie ręką aby zapobiec ich upadkowi.



### KROK 3:

Założ lewą obudowę rurki (C08) na lewą stronę (A05). Wciśnij ją aby przymocować (C08) do ramy głównej (A01).

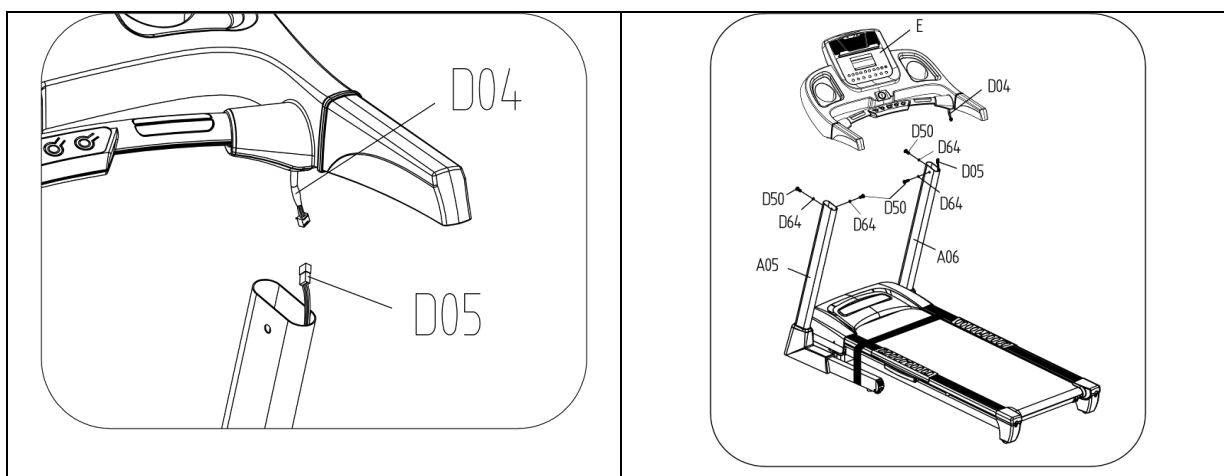
Powtórz powyższy krok dla rurki prawej mocując ją (C09) na ramie głównej (A01).



### KROK 4 (\*PROSIMY ZAPENIĆ SOBIE POMOC WYKONUJĄC TEN KROK):

Podłącz górny przewód sygnałowy (D04) do środkowego przewodu sygnałowego (D05).

Zamocuj podstawę konsoli (E) do lewej i prawej rurki pionowej (A05 i A06) za pomocą 4 śrub (D50) i 4 podkładek (D64). Dokręć używając klucza imbusowego (B12).



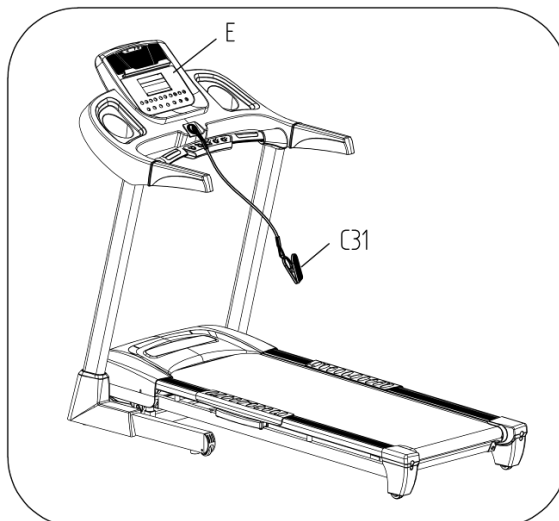
**KROK 5:**

Odetnij pasek opakowania (F).



**KROK 6:**

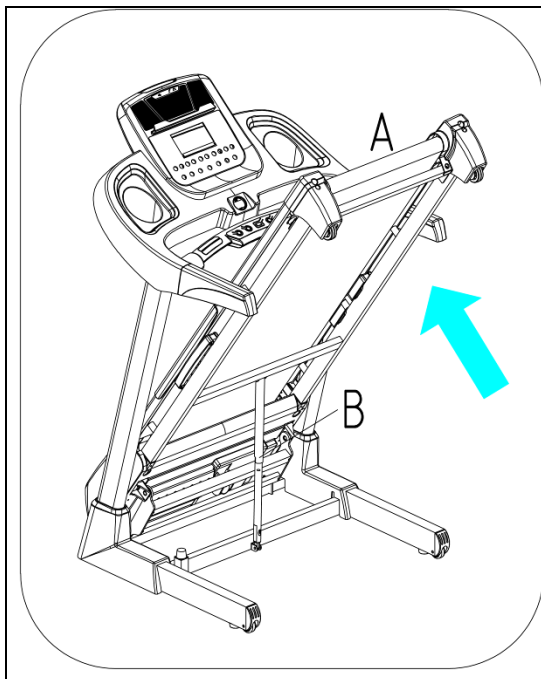
Włóż klucz bezpieczeństwa (C31) w obszarze magnesu konsoli (E).



Montaż zakończony.

## INSTRUKCJE SKŁADANIA

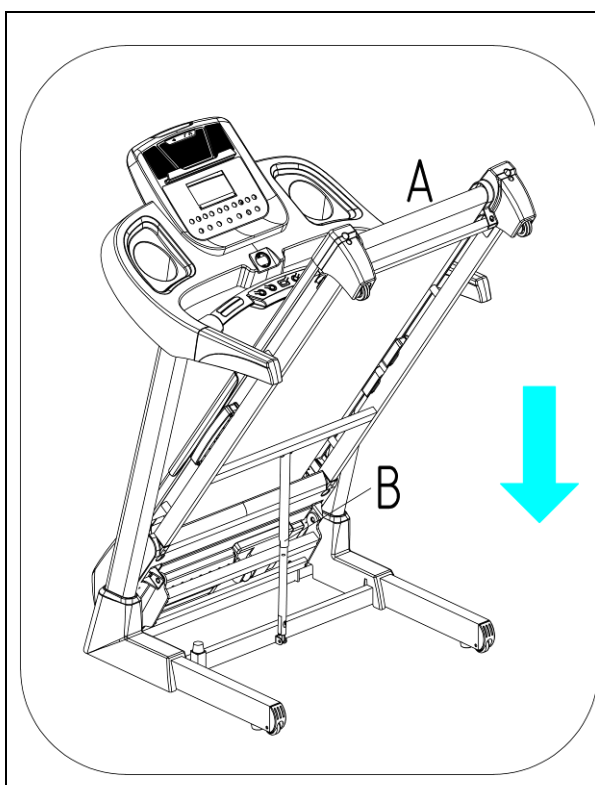
### SKŁADANIE BIEŻNI



Położ dłoń na końcu pokładu do biegania (pozycja A) i podnieś ramę (A02) aż cylinderek sprężonego powietrza (B03) zablokuje się (pozycja B).

**UWAGA:** Usłyszysz kliknięcie gdy cylinderek (B03) zablokuje się.

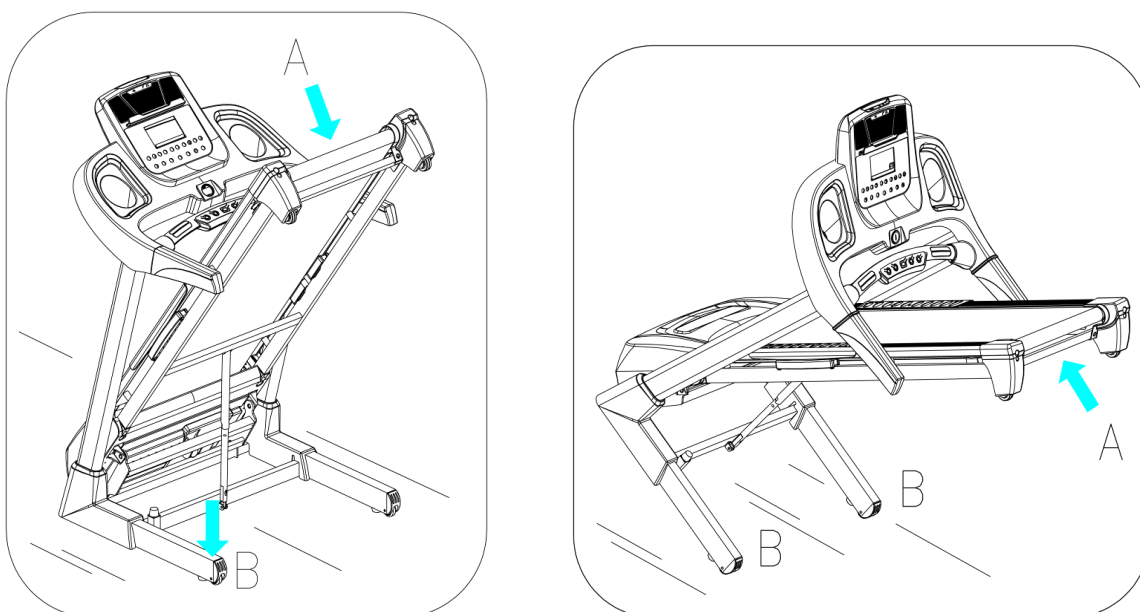
### ROZKŁADANIE BIEŻNI



Chwyć ramę główną (A02) z jednej strony (pozycja A) i korzystając z nogi lekko kopnij cylinderek (B03) by odblokować (pozycja B). Daj ramę główną (A02) do pozycji A i powinna automatycznie stopniowo zacząć się obniżać aż osiągnie równą powierzchnię (A02).

**UWAGA:** Przed opuszczeniem ramy głównej należy upewnić się, że przestrzeń bezpośrednio pod urządzeniem jest czysta i nie ma tam żadnych przedmiotów.

## JAK PRZEMIESZCZAĆ URZĄDZENIE



Przed przeniesieniem bieżni, upewnij się, że bieżnia została prawidłowo złożona i przewód zasilający został wyjęty z gniazdka

Zacznij od umieszczenia ręki w punkcie A do wsparcia górnej części bieżni. Następnie umieść jedną nogę w pozycji B utrzymując dolny koniec bieżni.

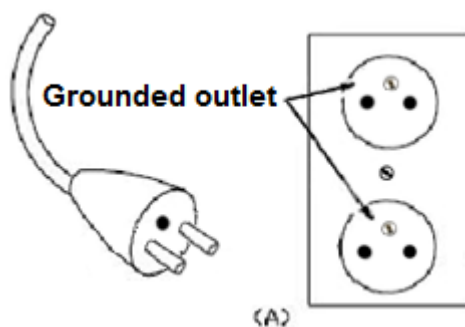
Stopą ustawioną w pozycji B, wolno rozpocząć opuszczanie górnej części bieżni w kierunku podłoża. Gdy górna część bieżni (pozycja A) osiągnie wystarczająco niski punkt, koło trafia na ziemię, dzięki czemu można łatwo przenosić bieżnię do żądanej lokalizacji.

## WAŻNE INFORMACJE ELEKTRYCZNE

**WAŻNA UWAGA:** Ta bieżnia wymaga prawidłowego źródła zasilania, aby mogła działać. Dla własnego bezpieczeństwa, jak również bezpieczeństwa innych, upewnij się, że źródło zasilania jest prawidłowe przed włączeniem urządzenia. Każde źródło zasilania powyżej lub poniżej poziomu może spowodować znaczne uszkodzenia sprzętu i/ lub użytkownika.

### METODY UZIEMIANIA

Ten produkt musi być uziemiony. Jeśli bieżnia będzie niesprawna, uziemienie stanowi ścieżkę najmniejszego oporu z prądu elektrycznego aby zmniejszyć ryzyko porażenia prądem. Ten produkt jest wyposażony we wtyczkę z uziemieniem. Wtyczka musi być podłączona do odpowiedniego gniazdka, które jest prawidłowo zainstalowane i uziemione zgodnie z lokalnymi przepisami i normami.



## UWAGA

Niepoprawne podłączenie sprzętu może spowodować ryzyko porażenia prądem, Sprawdź u wykwalifikowanego elektryka lub serwisanta jeśli nie jesteś pewien czy urządzenie zostało prawidłowo uziemione. Nie należy modyfikować wtyczki dostarczonej wraz z produktem. Jeśli nie pasuje do gniazdka należy zainstalować odpowiednie gniazdko przez wykwalifikowanego elektryka. Upewnij się, że urządzenie jest podłączone do gniazdka z taką samą konfiguracją wtyczki. Nie należy używać adaptera dla tego produktu.

## OSTRZEŻENIE

- NIE UŻYWAJ wyłącznika różnicowo prądowego (GFCI) u wyjścia tej bieżni. Poprowadzić przewód z dala od ruchomych części bieżni, w tym cylinderka sprężonego powietrza i kół transportowych.
- NIE UŻYWAJ bieżni za pomocą prądnicy lub zasilacza UPS.
- NIE NELEŻY zdejmować pokrywy tej bieżni bez uprzedniego odłączenia kabla zasilającego.
- NIE wystawiaj bieżni na działanie deszczu lub wilgoci. Ta bieżnia nie może być używana na zewnątrz lub w dowolnym środowisku o dużej wilgotności.

## OBSŁUGA KONSOLI



## OKNO WYŚWIETLACZA

**SPEED/PULSE:** Zakres prędkości 1.0 - 20.0 km/h. 1.0 jest domyślnie uruchomioną prędkością.

Gdy biegacz trzyma obie ręce na czujnikach pulsu (umieszczonych w uchwytach) system obliczy bicie serca biegacza i wyświetli go w tym oknie. Zakres ten wynosi 50 - 200 bpm (te dane są tylko dla odniesienia, nie mogą być używane jako dane medyczne).



**System monitorowania częstotliwości rytmu serca nie zawsze jest dokładny. Nadmierny wysiłek organizmu podczas treningu może prowadzić do poważnych obrażeń lub śmierci. Jeśli zaczniesz się czuć słabo, należy natychmiast przerwać ćwiczenia!**

**DISTANCE:** Wyświetla odległość od 0.0 - 99.99 km. Gdy licznik osiągnie 99.99, zostanie zresetowany i rozpocznie ponownie liczenie od 0.0. W trybie Countdown MODE (Odliczania ) będzie odliczać od żadanego ustawienia do 0.00. Kiedy osiągnie wartość 0.00, urządzenie zatrzyma się płynnie, wyświetli "END" i automatycznie powróci do ustawień początkowych po 5 sekundach. Podczas ustawiania programów, okno pokaże programy P1 - P24, U1 - U3, i "FAT".

**TIME:** Wyświetla czas pracy od 0:00 - 18 godzin. Kiedy licznik osiągnie 18 godzin, urządzenie zostanie zresetowane na 0:00 i dalej zacznie naliczać. W trybie odliczania (COUNTDOWN MODE), będzie ona liczyć od zadanej godziny do 0:00. Gdy licznik osiągnie 0:00, urządzenie zatrzyma się powoli i wyświetli "END", a następnie automatycznie powróci ustawienia początkowego po 5 sekundach.

**CALORIES/INCLINE:** Wyświetla ilość spalonych kalorii od 0 do 999 kcal i poziom nachylenia od 0 - 15. Kiedy licznik osiągnie wartość 999, zostanie zresetowany i zacznie liczyć od 0. W trybie odliczania (COUNTDOWN MODE), będzie odliczać od żadanego ustawienia do 0. Gdy osiągnie 0 urządzenie zatrzyma się powoli i wyświetli "END", potem automatycznie powróci do ustawień początkowych po 5 sekundach.

**STEPS:** Wyświetla kroki, które użytkownik przeszedł. Podczas wyświetlania kroki będą odliczane od 0 do 99999, kiedy licznik osiągnie 99999, będzie liczyć ponownie od 0.

**MATRIX:** Tryb Matrix wyświetla 400 m bieżnię. Po zakończeniu okrążenia urządzenie wyemituje sygnał dźwiękowy i pokaże liczbę ukończonych już okrążeń.

## FUNKCJE PRZYCISKÓW

**PROGRAM:** Naciśnij ten przycisk, aby przełączyć i wybrać program. Programy w zakresie od P1 - P24, U1 - U3, i "FAT". P1 - P24 są to programy zaprogramowane.

**MODE:** Gdy bieżnia jest zatrzymana, naciśnij ten przycisk aby wybrać tryb odliczania.

- 15:00 min jest ustawieniem odliczania TIME
- Km jest ustawieniem odliczania DISTANCE
- 50 kcal jest ustawieniem odliczania CALORIES

Podczas ustawienia każdego trybu odliczania można nacisnąć klawisze prędkości +/- aby zwiększyć lub zmniejszyć ustawienie danych. Naciśnij przycisk START aby uruchomić urządzenie.

**START:** Aby uruchomić urządzenie włóż koniec magnesu klucza zabezpieczającego (C31) do konsoli, a następnie naciśnij przycisk START. (To urządzenie wymaga klucza bezpieczeństwa w celu używania).

**STOP:** Gdy bieżnia jest w ruchu, należy wcisnąć przycisk STOP w dowolnym momencie aby zatrzymać działanie bieżni. Zatrzymanie pasa bieżni kasuje wszystkie dane do jego początkowych ustawień.

**PRZYCISKI SPEED +/-:** Gdy urządzenie jest uruchomione, naciśnij przyciski +/- aby zwiększyć lub zmniejszyć prędkość w odstępach co 0.1 km/h; trzymając jeden z tych przycisków na okres ponad pół sekundy będzie zwiększać lub zmniejszać prędkość w sposób ciągły.

**PRZYCISKI INCLINE +/-:** W trybie ustawień można nacisnąć ten przycisk aby ustawić wartość. Gdy urządzenie jest uruchomione, naciśnij przyciski w górę lub w dół aby zwiększyć lub zmniejszyć nachylenie co 1. Naciśnięcie i przytrzymanie jednego z tych przycisków na okres ponad pół sekundy będzie zwiększać lub zmniejszać nachylenie w sposób ciągły. Zakres nachylenia wynosi od 0 - 15.

**SZYBKE PRZYCISKI PRĘDKOŚCI 3, 6, 9, 12:** Przyciski te służą do ustawienia prędkości, które pozwalają na wybór automatyczny prędkości obrotowej 3, 6, 9 lub 12 km/h od razu po naciśnięciu jednego przycisku.

**SZYBKE PRZYCISKI NACHYLENIA 3%, 6%, 9%, 12%:** Przyciski te służą do ustawienia nachylenia, które pozwalają na wybór automatyczny biegu nachylenia z 3%, 6%, 9%, lub 12% od razu po naciśnięciu jednego przycisku.

**SLOT MP3:** Można podłączyć telefon komórkowy z przewodu MP3 do odtwarzania muzyki. Wszystkie funkcje wyboru piosenki są obsługiwane za pomocą urządzenia mobilnego.

**SLOT USB:** Można również podłączyć urządzenie mobilne za pośrednictwem połączenia USB. Połączenie USB ładuje także baterię w trakcie używania.



: Krótkie naciśnięcie tego przycisku spowoduje powrót do poprzedniego utworu (\* Dostępne tylko za pośrednictwem połączenia USB). Wciśnij i przytrzymaj ten przycisk, aby zmniejszyć głośność muzyki (\* dostępne zarówno dla MP3 i złączem USB).



: Krótkie naciśnięcie tego przycisku spowoduje przejście do następnego utworu (\* Dostępne tylko za pośrednictwem połączenia USB). Naciśnij i przytrzymaj ten przycisk, aby zwiększyć głośność muzyki (\* dostępne zarówno dla MP3 i złączem USB).

**GNIZADO SŁUCHAWKOWE:** Podłącz słuchawki do gniazda słuchawkowego aby słuchać muzyki na słuchawkach zamiast głośników.

## PROGRAMY

### SZYBKI START

1. Włóż koniec magnesu klucza bezpieczeństwa do konsoli komputera.
2. Naciśnij przycisk START, alarm wyda dźwięk a system automatycznie zacznie wyświetlać 3 sekundowe odliczanie. Kiedy odliczanie osiągnie zero, pas zostanie uruchomiony. Początkowa prędkość będzie wynosić 1.0 km/h (domyślna wartość prędkości).
3. Po uruchomieniu można używać przycisków prędkości +/- lub przycisków szybkiego ustawienia prędkości aby dostosować prędkość bieżni. Można również korzystać z przycisków nachylenia +/- lub przycisków szybkiego ustawienia nachylenia aby dostosować nachylenie bieżni.

### FUNKCJE KONTROLNE

1. Naciśnij SPEED – aby zmniejszyć prędkość.
2. Naciśnij SPEED + aby zwiększyć prędkość.
3. Naciśnij INCLINE – aby zmniejszyć nachylenie.
4. Naciśnij INCLINE + aby zwiększyć nachylenie.
5. Naciśnij 3, 6, 9, 12 km/h skrótów prędkości aby natychmiast dostosować prędkość do wybranej.
6. Naciśnij 3%, 6%, 9%, 12% skrótów nachylenia aby natychmiast dostosować nachylenie do 3%, 6%, 9%, 12%.
7. Naciśnij STOP by zatrzymać urządzenie.
8. Trzymaj czujników impulsowych (umieszczonych na rękojeści) obiema rękami przez pięć sekund aby obliczyć i wyświetlić rytm bicia serca biegacza (bpm) na ekranie komputera.

### TRYB RĘCZNY

1. Bezpośrednio po wciśnięciu przycisku START rozpocznie się automatyczne rozpoczęcie pracy bieżni z domyślną prędkością 1.0 km/h. Pozostałe okna rozpoczną odliczanie w górę od domyślnych wartości. Naciśnięcie przycisków SPEED +/- służą do zwiększenia lub zmniejszenia prędkości. Naciśnięcie klawisza INCLINE +/- zwiększa lub zmniejsza nachylenie.
2. Naciśnij przycisk MODE aby wejść w odliczanie czasu, okno czasu zacznie pokazywać migoczące 15:00, naciśnij przyciski +/- aby ustawić żądany czas. Zakres czas stu to 5:00 – 99:00 min.
3. Naciśnij dwa razy przycisk MODE aby wejść w odliczanie dystansu, okno zacznie pokazywać migoczące 1.0, naciśnij przyciski +/- aby ustawić żądaną odległość. Zakres ustawień wynosi 0.5 – 99:90 min.

- Naciśnij trzykrotnie przycisk MODE aby wejść do odliczania kalorii, okno kalorii wyświetli migoczące 50, naciskając przyciski +/- ustawić żądaną ilość kalorii. Zakres ustawień to 10-999 kcal.
- Po dokonaniu ustawień naciśnij przycisk START aby rozpocząć pracę bieżni. Bieżnia zaczyna się uaktywniać po 3 sekundach. Naciśnij przyciski INCLINE +/- lub SPEED +/- aby dostosować prędkość i nachylenie. Naciśnij przycisk STOP aby zatrzymać bieżnię.
- W trybie odliczania kalorii, naciśnij przycisk MODE aby wejść do trybu kroków. Okno pokaże prędkość 3.0 km/h; okno czasu wyświetli 15:00 min. Naciśnij przyciski SPEED +/- aby ustawić czas ćwiczeń od 5:00 do 99:00 min. Prędkość nie może być regulowana w tym trybie.

## PRZYPOMNIENIE O SMAROWANIU

Bieżnia wymaga smarowania co 300 km. System wyda sygnał dźwiękowy co 10 sekund i wyświetli ikonę "OIL" na wyświetlaczu LCD aby przypomnieć kiedy nadszedł czas na smarowanie. Proszę przeczytać instrukcję konserwacji aby dowiedzieć się o odpowiednich etapach smarowania bieżni. Stosuje się olej smarujący w środku pokładu po obu stronach. Po aplikacji naciśnij i przytrzymaj przycisk STOP przez 3 sekundy aby usunąć przypomnienie.

## PROGRAMY WBUDOWANE

Naciśnij przycisk PROGRAM a okno odległości wyświetli P1 - P24, które są zaprogramowane. Wybierz żądany program i okno czasu powinien wyświetlać ustawiony czas na 10:00 min. Naciśnij przyciski +/- aby ustawić żądany czas ćwiczeń. Naciśnij przycisk START aby uruchomić program. Gdy system przechodzi do następnego przedziału, wydaje sygnał, a prędkość zostanie zmieniona w zależności od ustawionego programu. Naciśnij przyciski +/- aby ustawić nachylenie i prędkość. Gdy program przechodzi do następnego przedziału, powróci do aktualnego nachylenia i prędkości. Po zakończeniu programu system zasygnalizuje i wyświetli 'END'. Urządzenie płynnie się zatrzyma i powróci do ustawienia początkowego po 5 sekundach.

		PRZEDZIAŁ CZASU= ustawienie czasu/10									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	PRĘDKOŚĆ	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	NACHYLENIE	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	PRĘDKOŚĆ	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	NACHYLENIE	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	PRĘDKOŚĆ	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	NACHYLENIE	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	PRĘDKOŚĆ	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	NACHYLENIE	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	PRĘDKOŚĆ	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	NACHYLENIE	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	PRĘDKOŚĆ	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	NACHYLENIE	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	PRĘDKOŚĆ	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	NACHYLENIE	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	PRĘDKOŚĆ	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	NACHYLENIE	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	PRĘDKOŚĆ	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	NACHYLENIE	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	PRĘDKOŚĆ	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3

	NACHYLENIE	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	PRĘDKOŚĆ	2	5	8	10	6	9	5	3	2	2
	NACHYLENIE	1	3	5	8	10	7	6	3	2	3
P12	PRĘDKOŚĆ	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	NACHYLENIE	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3
P13	PRĘDKOŚĆ	2	7	4	7	8	9	4	5	3	2
	NACHYLENIE	5	6	6	4	6	5	8	9	4	2
P14	PRĘDKOŚĆ	2	6	5	4	8	6	5	2	3	3
	NACHYLENIE	5	6	5	8	4	5	5	10	6	3
P15	PRĘDKOŚĆ	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	NACHYLENIE	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P16	PRĘDKOŚĆ	2	5	7	5	8	6	5	2	4	2
	NACHYLENIE	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P17	PRĘDKOŚĆ	2	5	6	7	8	9	10	5	3	4
	NACHYLENIE	3	5	6	8	6	5	8	7	5	3
P18	PRĘDKOŚĆ	2	3	5	6	8	6	9	6	5	2
	NACHYLENIE	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2
P19	PRĘDKOŚĆ	3	7	6	5	9	7	6	3	5	2
	NACHYLENIE	3	5	6	8	5	6	5	12	8	3
P20	PRĘDKOŚĆ	3	7	9	10	11	12	10	8	5	2
	NACHYLENIE	2	5	6	7	6	5	8	6	3	2
P21	PRĘDKOŚĆ	3	6	8	7	9	10	5	8	3	2
	NACHYLENIE	3	6	8	9	9	6	8	10	6	3
P22	PRĘDKOŚĆ	3	5	8	6	9	10	8	12	6	3
	NACHYLENIE	2	6	8	10	12	10	12	8	5	2
P23	PRĘDKOŚĆ	3	5	9	11	12	8	6	5	3	2
	NACHYLENIE	2	6	8	10	9	7	8	10	6	3
P24	PRĘDKOŚĆ	3	8	10	11	12	10	10	8	5	3
	NACHYLENIE	3	6	8	9	10	12	9	6	3	2

**PROGRAM KONTROLI RYTMU SERCA (HRC):**

**TABELA PARAMETRÓW HRC (WYŁĄCZNIE W CELU INFORMACYJNYM)**

WIEK	BPM			WIEK	BPM			WIEK	BPM		
	MAX	DOMYŚLNA	MIN		MAX	DOMYŚLNA	MIN		MAX	DOMYŚLNA	MIN
15	195	123	123	35	176	111	111	58	154	97	97
16	194	122	122	36	175	110	110	59	153	97	97
17	193	122	122	37	174	110	110	60	152	96	96
18	192	121	121	38	173	109	109	61	151	95	95
19	191	121	121	39	172	109	109	62	150	95	95
20	190	120	120	40	171	108	108	63	149	94	94
21	189	119	119	41	170	107	107	64	148	94	94

22	188	119	119	42	169	107	107	65	147	93	93
23	187	118	118	43	168	106	106	66	146	92	92
24	186	118	118	44	167	106	106	67	145	92	92
25	185	117	117	45	166	105	105	68	144	91	91
26	184	116	116	46	165	104	104	69	143	91	91
27	183	116	116	47	164	103	103	70	143	90	90
28	182	115	115	48	163	103	103	71	142	90	89
29	181	115	115	49	162	103	103	72	141	90	89
30	181	114	114	50	162	102	102	73	140	90	88
31	180	113	113	51	161	101	101	74	139	90	88
32	179	113	113	52	160	101	101	75	138	90	87
33	178	112	112	53	159	100	100	76	137	90	86
34	177	112	112	54	158	100	100	77	136	90	86
				55	157	99	99	78	135	90	85
				56	156	98	98	79	134	90	85
				57	155	98	98	80	133	90	84

\* MN-MX: Maksymalny i minimalny zakres dostępnej regulacji tętna.

- Naciśnij przycisk HRC w trybie czuwania. Można wybrać kontrolę tętna z HP1 to HP2.  
HP1: Prędkość maksymalna to 10.0 km/h a domyślne tętno to 120 bpm.  
HP2: Prędkość maksymalna to 12.0 km/h a domyślne tętno to 130 bpm.  
Jeśli naciśniesz przycisk START w trybie HP1 lub HP2 system zaproponuje parametr kontroli tętna dla domyślnego użytkownika: 30 lat, tętno 114.
- Naciśnij przycisk MODE aby wprowadzić wiek. Okno czas pokaże domyślny wiek 30 lat. Użytkownik może nacisnąć przycisk INCLINE +, INCLINE -, SPEED +, SPEED – aby wybrać rzeczywisty wiek, przedział wiekowy wynosi od 15 do 80 lat.
- Po ustawieniu wieku naciśnij przycisk MODE; system zaleci odpowiedni przedział rytmu serca i pokaże go na ekranie w celu informacyjnym. Możesz również nacisnąć przycisk INCLINE+, INCLINE -, SPEED+, SPEED – aby wybrać oczekiwany przedział rytmu serca w zależności od kondycji fizycznej. Dostępny zakres to od 80 do 180.
- Po zakończeniu ustawiania wieku i zakresu tętna, naciśnij przycisk MODE aby przejść do ustawienia czasu. Okno czas wyświetli zaprogramowaną godzinę 15:00; naciśnij przycisk INCLINE +, INCLINE -, SPEED +, SPEED – aby ustawić czas. Dostępny zakres to od 5:00 do 99:00.
- Naciśnij przycisk START aby zacząć.
- Zgodnie z trybem - HP2 jeśli nie ustawisz żadnej wartości i naciśniesz START, system dostosuje prędkość i nachylenie automatycznie zgodnie z wartością domyślnego tętna.
- W ramach działania programów HP1 lub HP2, dostępne są przyciski INCLINE +, INCLINE -, SPEED +, SPEED – aby dostosować prędkość i nachylenie, ale system może także dostosować prędkość i nachylenie automatycznie w celu osiągnięcia docelowego tętna.
- Pierwsza minuta treningu jest rozgrzewką. System nie będzie automatycznie dostosowywał prędkości i nachylenia, tylko ręczna regulacja jest dostępna w pierwszej minucie. Po pierwszej minucie system zwiększy prędkość z częstotliwością co 0.5 km za każdym razem aż osiągnie prędkość maksymalną. A jeśli jeszcze nie osiągniesz tętna docelowego system będzie zwiększał nachylenie z częstotliwością 1 punktu za każdym razem aż do osiągnięcia wartości docelowej tętna. Kiedy ustawiony czas zakończy się urządzenie zatrzyma się automatycznie.
- Uwaga: System kontroli serca może być tylko dostępny, gdy używasz pasu piersiowego i założysz go dookoła klatki piersowej.

## ZAPROGRAMOWANE TRENINGI (U1 – U3)

Każdy program podzielony jest na 10 sekcji ćwiczeń czasowych. Każda sekcja razem będzie dostosowywać prędkość w zależności od prędkości określonej w programie.

### USTAWIENIA UŻYTKOWNIKA

Naciśnij przycisk PROGRAM aby przechodzić między programami aż dotrzesz do U1-U2-U3. Ustawienia programów użytkownika (U1 - U3) pozwalają ręcznie zaprogramować każdy z 10 sekcji ćwiczeń, aby dostosować osobisty plan treningowy.

Aby rozpocząć wybierz U1 (pierwszy ustawiony program użytkownika ); Po wybraniu ustawień okno czas pokaże ustawiony czas 10:00 min. Użyj przycisków SPEED +/-, INCLINE +/-, lub szybkie ustawienia prędkości/ nachylenia aby ustawić żadaną wartość. Naciśnij przycisk MODE aby przejść do następnej sekcji lub pominąć sekcję. Po ustawieniu pierwszej sekcji można ustawić wartości dla kolejnej sekcji. Powtórz ten proces dopóki nie zostaną zakończone wszystkie sekcje. Wartości ustawione nie zmieniają się dopóki nie zostaną edytowane.

Po zakończeniu ustawienia planu treningowego, można nacisnąć przycisk START aby rozpocząć wykonywanie ćwiczeń. Urządzenie będzie pracować przy zadanej prędkości i nachylenia. Cały program będzie podzielony na 10 sekcji. Każda sekcja będzie podzielona na 10 odcinków ustawień czasu dla sekcji ćwiczeń a każda sekcja będzie dostosowywać prędkość i nachylenie w oparciu o prędkość i nachylenie określone w programie. Gdy cały program zostanie zakończony, urządzenie zatrzyma się.

	Początek	Wartość domyślna	Zakres ustawień	Zakres wyświetlania
TIME (MIN:SEK)	0:00	15:00	5:00 - 99:00	0:00 - 99:59
INCLINE (SEKCJE)	0	0	0 - 15	0 - 15
SPEED (KM/H)	1.0	1.0	1.0 - 20.0	1.0 - 20.0
DISTANCE (KM)	0	1.0	0.5 - 99.9	0.00 - 99.99
PULSE (BPM)	P	N/A	N/A	50 - 200
CALORIE (KCAL)	0	50	10 - 999	0 - 999

## OBLICZENIE ZAWARTOŚCI TŁUSZCZU

Naciśnij przycisk PROGRAM aż okno wyświetli FAT (obliczenie zawartości tłuszczu). Naciśnij MODE aby wejść w F-1, F-2, F-3, F-4, F-5 (F-1 PŁEĆ, F-2 WIEK, F-3 WZROST, F-4 WAGA, F-5 Indeks ciała).

Naciśnij przycisk SPEED +/- aby ustawić F1-F4 (patrz na tabelę poniżej). Po zakończeniu ustawiania F1 - F4, naciśnij MODE, to pozwoli na ustawienie F-5 (BQI).

Aby ustawić F-5, chwyć czujniki pulsu umieszczone na uchwytach po obu stronach i przytrzymaj je co najmniej przez 3 sekundy. Okno będzie pokazywać indeks ciała. Wskaźnik ciała służy do testowania relacji między wzrostem i masą ciała. Jest ona tylko do odniesienia, nie nadaje się do zastosowań medycznych. Indeks ciała jest odpowiedni zarówno dla mężczyzn jak i kobiet.

**UWAGA:** Średni wynik BQI wynosi 20 - 25%

Niedowaga	poniżej 19.0
Normalna waga	20.0 – 25.0
Nadwaga	26.0 – 29.0
Otyłość	30.0 i więcej

## TABELA BQI

F-1	Płeć	01 Mężczyzna	02 Kobieta
-----	------	--------------	------------

F-2	Wiek	10 - 99	
F-3	Wzrost	40 – 80 cali	
F-4	Waga	44 – 330 funtów	
F-5	BQI	≤ 19	Niedowaga
	BQI	= (20 - 25)	Normalna waga
	BQI	= (26 - 29)	Nadwaga
	BQI	≥ 30	Otyłość

## INSTRUKCJE DO ĆWICZEŃ

### ROZPOCZYNIANIE TRENINGU

Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem aby ustalić czy masz jakieś medyczne lub fizyczne przeciwwskazania, które mogą narazić twoje zdrowie i bezpieczeństwo na ryzyko lub uniemożliwią na prawidłowe korzystanie z urządzenia. Bądź świadomy sygnałów organizmu. Niewłaściwy lub nadmierny trening może spowodować uszczerbek na zdrowiu. Należy natychmiast przerwać ćwiczenie jeśli wystąpi którykolwiek z następujących objawów: ból, ucisk w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, nasilona duszność, zawroty głowy lub uczucia mdłości.

Zapoznanie z bieżnią. Przed przystąpieniem do korzystania z bieżni należy stanąć obok urządzenia i zapoznać się z jego sterowaniem. Kiedy czujesz się komfortowo, możesz zacząć. Można stanąć nogami na szynach i zrównoważyć się umieszczając ręce uchwytych.

Następnie podłącz koniec klucza bezpieczeństwa (C31) na swojej odzieży i włóż magnetyczną końcówkę klucza do konsoli. Naciśnij przycisk START aby zacząć pracę bieżni. Urządzenie rozpocznie pracę z prędkością domyślną 1.0 km/h. Kiedy czujesz się komfortowo, możesz powoli zwiększać prędkość. Kiedy zakończysz ćwiczenia, naciśnij przycisk STOP lub wyjmij magnetyczną końcówkę klucza bezpieczeństwa (C31) aby zatrzymać urządzenie.

### BLOKADA BEZPIECZEŃSTWA

Wyjmij klucz bezpieczeństwa (C31) z konsoli aby zatrzymać natychmiast bieżnię. Po zatrzymaniu bieżnia wyświetli na ekranie "---" i brzęczyk wyda sygnał 3 razy. Aby ponownie uruchomić bieżnię włóż koniec magnesu klucza bezpieczeństwa (C31) o konsoli i naciśnij START.

### FUNKCJA OSZCZĘDZANIA ENERGII

Gdy bieżnia jest nieaktywna przez 10 minut przejdzie do trybu oszczędzania energii. Gdy bieżnia jest w trybie oszczędzania energii, wyświetlacz zostanie wyłączony. Aby aktywować należy nacisnąć dowolny klawisz..

### WYŁĄCZANIE

Zasilanie bieżni można wyłączać w dowolnym momencie podczas lub po ćwiczeniach, bez ryzyka uszkodzenia urządzenia.

### UWAGA

1. Zaleca się utrzymanie niskiej prędkości na początku ćwiczeń i trzymania poręczy, aż zaczniesz czuć się komfortowo i dobrze zapoznasz się z bieżnią.
2. Włóż koniec magnesu klucza bezpieczeństwa do konsoli i podłącz drugi koniec (klips) do ubrania przed rozpoczęciem treningu. Aby zakończyć trening, naciśnij przycisk STOP lub wyjmij klucz bezpieczeństwa. Po tych czynnościach bieżnia natychmiast się zatrzyma.

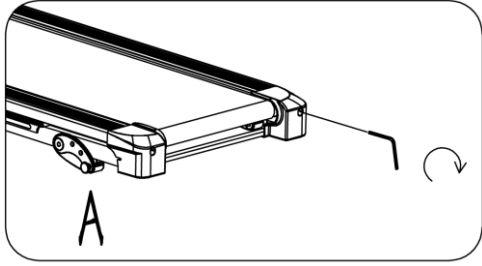
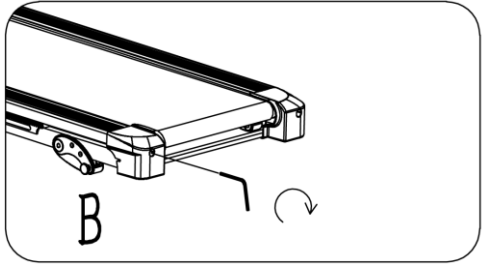
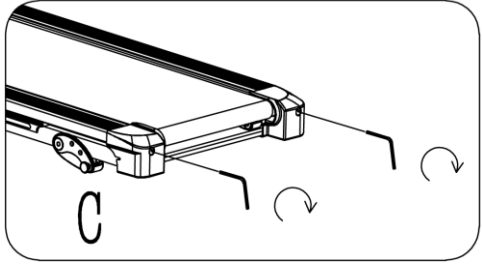
## INSTRUKCJE KONSERWACJI

Generalnie sprzątanie pomoże przedłużyć żywotność i poprawia osiągi bieżni. Utrzymywanie urządzenia w czystości poprzez regularne odkurzanie elementów, czyszczenie obu odsłoniętych stron pasa zapobiega gromadzeniu się kurzu pod taśmą. Miej czyste buty do biegania, dzięki czemu brud z

butów nie nanosi się na bieżnię. Oczyszczyć powierzchnię pasa za pomocą wilgotnej ściereczki. Trzymaj płyny z dala od części elektrycznych bieżni.

## REGULACJA PASA BIEŻNI

Umieść bieżnię na równej powierzchni i ustaw ją na 3.5 – 5 km/h aby sprawdzić czy pas w ruchu (20) przesuwa się od centrum.

<p>Jeśli pas bieżni (20) przesuwa się na prawo, obróć śrubę regulacyjną po prawej stronie zgodnie z ruchem wskazówek zegara o ¼ obrotu a następnie lewą śrubę regulacyjną obróć o ¼ obrotu w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Jeśli pasek nie rusza się powtórz tę czynność aż pas się wycentruje. Patrz na rysunek A.</p>	 <p>Diagram A shows a side view of the belt drive assembly. A line points to the right adjustment screw, with a clockwise rotation arrow. Another line points to the left adjustment screw, with a counter-clockwise rotation arrow. The letter 'A' is at the bottom left.</p>
<p>Jeśli pas bieżni (20) przesuwa się na lewo, obróć śrubę regulacyjną po lewej stronie zgodnie z ruchem wskazówek zegara o ¼ obrotu a następnie prawą śrubę regulacyjną obróć o ¼ obrotu w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Jeśli pasek nie rusza się powtórz tę czynność aż pas się wycentruje. Patrz na rysunek B.</p>	 <p>Diagram B shows a side view of the belt drive assembly. A line points to the left adjustment screw, with a clockwise rotation arrow. Another line points to the right adjustment screw, with a counter-clockwise rotation arrow. The letter 'B' is at the bottom left.</p>
<p>Z biegiem czasu, bieżnia (20) rozluźni się. Aby zacisnąć pas skręć zarówno lewą i prawą śrubę regulacyjną o jeden pełny obrót w prawo. Sprawdź napięcie pasa. Kontynuuj ten proces, aż pasek będzie prawidłowo napięty. Upewnij się, że obie strony są w równomiernym stopniu ustawione. Patrz na rysunek C.</p>	 <p>Diagram C shows a side view of the belt drive assembly. Lines point to both the left and right adjustment screws, with clockwise rotation arrows. The letter 'C' is at the bottom left.</p>

## SMAROWANIE BIEŻNI

Smarowanie bieżni i pasa bieżni jest istotne ponieważ tarcie wpływa na żywotność. Dlatego proponujemy aby regularnie kontrolować bieżnię.

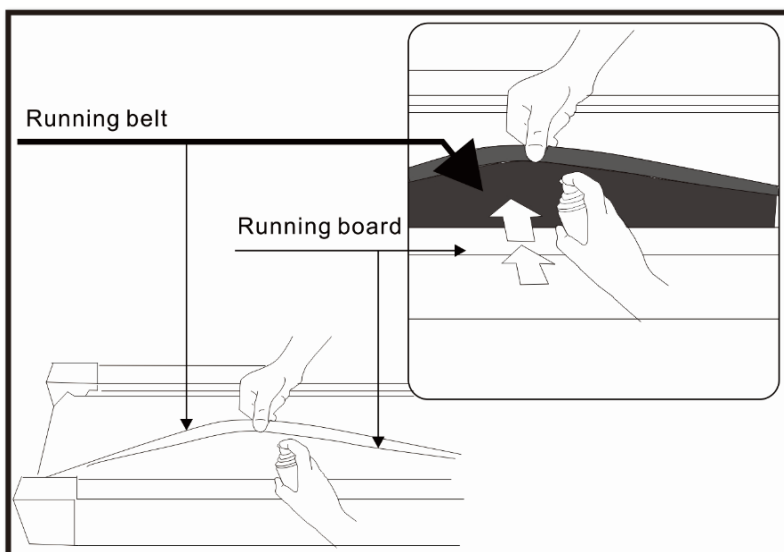
**OSTRZEŻENIE:** Zawsze przed przystąpieniem do czyszczenia, smarowania lub naprawy urządzenia należy zawsze odłączyć bieżnię od gniazdka elektrycznego.

### Częstotliwość smarowania:

- Niskie użytkowanie (poniżej 3 godzin tygodniowo) - co 6 miesięcy
- Umiarkowane użytkowanie (3-5 godzin w tygodniu) - co 3 miesiące
- Częste użytkowanie (ponad 5 godzin tygodniowo) - co 2 miesiące
- Lub za każdym razem, gdy całkowity dystans jest większy niż 250-300 km.
- Zawsze używaj oleju silikonowego inSPORTline.



Zalecany jest następujący harmonogram:



**UWAGA:**

- W celu lepszego utrzymania bieżni i przedłużenia jej trwałości proponuje się aby urządzenie było włączone przez 10 min co dwie godziny gdy nie jest w użytku.
- Luźny pas powoduje zsuniecie się biegacza podczas ćwiczeń, podczas gdy jest zbyt mocno naciągnięty spowoduje spadek wydajności silników, a także stworzy większe tarcie między wałkiem i pasem prowadzącym. Najbardziej odpowiednia szerokość szczeliny między pasem a płytą to 50 – 75 mm.

**ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW**

PROBLEM	PRZYCZYNA	ROZWIĄZANIE
Bieżnia nie uruchamia się	Nie jest podłączona	Podłącz kabel do gniazdka
	Klucz bezpieczeństwa nie jest włożony	Włóż klucz bezpieczeństwa
Niepoprawne wskazanie prędkości	Niepoprawnie skalibrowane	Kalibracja ustawień prędkości
Bieżnia nie jest scentrowana	Pas jest źle ustawiony po lewej i prawej stronie	Dokręć śruby regulacyjne po lewej i prawej stronie tylnego wałka
Komputer nie działa	Przewody od komputera i dolnej płyty sterującej są źle połączone	Sprawdź połączenie przewodów z komputera do panelu sterowania
	Transformator uszkodzony	Jeśli transformator został uszkodzony, skontaktuj się z serwisem.
E01 & E13: Błąd komunikacji	Brak komunikacji konsoli z panelem sterowania	Sprawdź połączenie przewodów z komputera do panelu sterowania i w razie potrzeby wymień przewody i/ lub panel sterowania

E02: Ochrona przeciw zderzeniowa	Napięcie wejściowe jest niższe niż 50% wymaganego napięcia	Sprawdzić napięcie. Sprawdzić połączenie przewodów do silnika. Sprawdź panel sterowania, w razie potrzeby wymień
E03: Brak sygnału czujnika prędkości	Sygnał czujnika prędkości nie jest odbierany przez panel sterowania	Sprawdź czy przewód czujnika jest prawidłowo podłączony i w razie uszkodzenia wymień przewód. Sprawdź czy czujnik magnetyczny nie jest uszkodzony i w razie potrzeby wymień go.
E04: Awaria pochylni	Silnik nachylenia jest uszkodzony lub przewód silnika nachylenia jest prawidłowo połączony lub został uszkodzony	Podłącz ponownie lub wymień przewód silnika nachylenia. Wymień silnik nachylenia.
E05: Ochrona przeciw przeciążeniowa (system samoobrony)	Napięcie pochodzące jest zbyt niskie lub wysokie. Moduł sterujący jest uszkodzony.	Ponownie uruchom bieżnię. Należy sprawdzić czy napięcie jest prawidłowe. Sprawdź panel sterowania, w razie potrzeby wymień ją.
	Ruchoma część bieżni jest zablokowana i dlatego silnik nie jest w stanie prawidłowo obracać się.	Sprawdź czy ruchome części bieżni działają prawidłowo. Sprawdź silnik, czy słychać dziwne odgłosy i czy nie unosi się swąd. W razie potrzeby wymień silnik.
E08: Nieprawidłowość panelu sterowania	Panel sterowania nie jest podłączony	Sprawdź górne i środkowe przewody czy panek sterowania jest podłączony. Jeśli przewód został przebity lub uszkodzony trzeba go wymienić na nowy. Jeśli problem nie zostanie rozwiązany być może trzeba będzie wymienić panel sterowania.

## PRZECHOWYWANIE

Przechowuj bieżnię w czystym i suchym otoczeniu. Upewnij się, że wyłącznik zasilania jest wyłączony, a bieżnia nie jest podłączona do gniazdka elektrycznego.

## WAŻNA UWAGA

- Ta bieżnia posiada standardowe przepisy bezpieczeństwa i nadaje się tylko do użytku domowego. Każde inne użycie jest zabronione i może być niebezpieczne dla użytkowników. Nie ponosimy odpowiedzialności za jakiegokolwiek obrażenia spowodowane przez niewłaściwe i zabronione korzystanie z urządzenia.
- Skonsultuj się z lekarzem przed rozpoczęciem treningu na bieżni. Twój lekarz powinien ocenić, czy jesteś sprawny fizycznie, aby korzystać z urządzenia i ile wysiłku możesz wykonać. Nieprawidłowe ćwiczenia lub zmiana ciała może zaszkodzić zdrowiu.
- Uważnie przeczytaj poniższe wskazówki i ćwiczenia. W przypadku odczuwania bólu, nudności, oddychania lub innych problemów zdrowotnych podczas ćwiczeń, natychmiast przerwij ćwiczenie. Jeśli ból utrzymuje się, natychmiast skontaktuj się z lekarzem.

- Ta bieżnia nie nadaje się jako cel profesjonalny lub medyczny. Nie można go również wykorzystywać do celów leczniczych.
- Monitor pracy serca nie jest urządzeniem medycznym. Dostarcza jedynie przybliżonych informacji o twoim średnim tętnie, a sugerowana częstość tętna nie jest medycznie wiążąca. Zgromadzone dane mogą nie zawsze być dokładne w odniesieniu do niekontrolowanych czynników ludzkich i środowiskowych.

## **OCHRONA ŚRODOWISKA**

Po upływie czasu żywotności produktu lub jeśli możliwa naprawa jest nieopłacalna, wyrzuć ją zgodnie z lokalnymi przepisami i jest przyjazna dla środowiska w najbliższym złomowisku.

Odpowiednia utylizacja zapewni ochronę środowiska i naturalnych źródeł. Co więcej, możesz pomóc chronić ludzkie zdrowie. Jeśli nie jesteś pewien w prawidłowym utylizacji, poproś władze lokalne, aby uniknęły naruszenia prawa lub sankcji.

Nie umieszczaj baterii wśród odpadów domowych, tylko oddaj je do miejsca recyklingu.

# WARUNKI GWARANCJI, ZGŁOSZENIA GWARANCYJNE

Gwarant:

**inSPORTline Polska**

Ciemiętniki 19, 29-120 Kluczewsko

NIP: 6090063070, REGON: 260656756

Okres gwarancji rozpoczyna się od daty zakupu towaru przez klienta. Gwarancja udzielana jest w trzech wariantach:

1. **Gwarancja Domowa** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego do użytku prywatnego, nie komercyjnego przez Kupującego będącego konsumentem. (**okres gwarancji: 24 miesiące**).
2. **Gwarancja Pół-komercyjna** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego w hotelach, spa, szkołach, ośrodkach rehabilitacji, itp. (**okres gwarancji: 12 miesięcy**).
3. **Gwarancja Komercyjna** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego w hotelach, spa, szkołach, ośrodkach rehabilitacji, klubach fitness oraz siłowniach, itp. (**okres gwarancji: 12 miesięcy**).

Brak informacji o wariancie gwarancji, na dowodzie zakupu (fakturze lub paragonie), domyślnie oznacza Gwarancje Domową.

Gwarancja obejmuje usunięcie usterek, które w sposób dający się udowodnić wynikają z zastosowania wadliwych materiałów lub są wynikiem błędów produkcyjnych.

Gwarancja nie obejmuje czynności związanych z konserwacją, czyszczeniem, regulacją i ze skręcaniem połączeń śrubowych danego przedmiotu, do których to czynności zobowiązany jest Kupujący we własnym zakresie i na własny koszt.

Dowodem udzielenia gwarancji są niniejsze Warunki gwarancji wraz z oświadczeniem Gwaranta zawartym na dowodzie zakupu (fakturze lub paragonie). W celu realizacji uprawnień z gwarancji Kupujący winien okazać warunki gwarancji oraz dowód zakupu (paragon lub fakturę VAT). Gwarancja obowiązuje na terenie Polski.

Uprawnienia z gwarancji nie przysługują w przypadku:

- a) uszkodzenia mechanicznego, które powstało w transporcie produktu do Kupującego za pomocą firm transportowych. Kupujący jest zobowiązany do sprawdzenia towaru przy dostawie, w celu wykrycia ewentualnych uszkodzeń w transporcie. W przypadku wykrycia takiego uszkodzenia, Kupujący zobowiązany jest niezwłocznie poinformować podmiot sprzedający oraz sporządzić protokół szkody z przewoźnikiem (firmą kurierską/pocztową). W przypadku braku sporządzenia protokołu szkody Gwarant nie ponosi odpowiedzialności za szkody spowodowane przez firmy kurierskie/pocztowe.
- b) Uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, wtyki, gniazdka, przełączniki, przyciski, baterie, przewody, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska, tapicerka, rączki itp., chyba że ujawniona w tych elementach wada nie jest skutkiem naturalnego zużycia, a powstała z przyczyny tkwiącej w tym elemencie.
- c) Drobne, powierzchniowe zarysowania, odbarwienia lub spękania powłoki kryjącej.
- d) Używania przez Kupującego, niezgodnych z instrukcją obsługi sprzętu, środków eksploatacyjnych lub czyszczących.
- e) Niewłaściwego zabezpieczenia sprzętu przez Kupującego przed działaniem czynników zewnętrznych tj. wilgoci, temperatury, kurzu, itp.
- f) Niestosowania przez Kupującego wymaganych (zgodnie z instrukcją obsługi) materiałów eksploatacyjnych.
- g) Przeróbek i zmian konstrukcyjnych, dokonywanych przez Kupującego lub inne osoby nieuprawnione do tego działania przez Gwaranta.
- h) Normalnego użytkowania (normalne zużycie części eksploatacyjnych).
- i) Uszkodzenia sprzętu na skutek nieprawidłowego montażu przez Kupującego lub osoby trzecie.

W przypadku zasadności zgłoszenia reklamacyjnego Gwarant zapewnia transport i usługę serwisową przedmiotu gwarancji.

W przypadku braku zasadności zgłoszenia reklamacyjnego Kupujący pokrywa koszty ewentualnego transportu i usługi serwisowej przedmiotu gwarancji.

W przypadku braku zasadności zgłoszenia reklamacyjnego Kupujący będzie mógł odebrać przekazany przedmiot w siedzibie Gwaranta lub zamówić usługę wysyłki danego przedmiotu na własny koszt.

W wyjątkowych przypadkach, aby zdiagnozować usterkę i stwierdzić zasadność zgłoszenia reklamacyjnego Gwarant może zażądać przygotowania sprzętu do odbioru. Odbiór ten może być dokonany przez firmę spedycyjną, wówczas Kupujący zobowiązany jest przygotować towar w sposób bezpieczny do odbioru. Kupujący wyda przedmiot sprzedaży bez zanieczyszczeń, w opakowaniu oryginalnym lub zastępczym pozwalającym na przetransportowanie przedmiotu sprzedaży w stanie bezpiecznym.

Gwarant zobowiązany jest ustosunkować się do zgłoszenia gwarancyjnego w terminie do 14 dni. Naprawa gwarancyjna zostanie wykonana w najkrótszym możliwym terminie. W wyjątkowych przypadkach, gdy naprawa przedmiotu sprzedaży będzie wymagać sprowadzenia niedostępnych w Polsce lub nietypowych części z zagranicy, termin może być wydłużony. Kupujący zostanie poinformowany o takiej sytuacji drogą mailową lub telefonicznie.

Gwarant zobowiązuje się do naprawy uszkodzonego sprzętu w przypadku zasadności zgłoszenia gwarancyjnego. Wymiana towaru na nowy możliwa jest jedynie w przypadku braku możliwości naprawy sprzętu i gdy wada przedmiotu sprzedaży jest istotna. Zwrot kwoty zakupu za sprzęt jest możliwy jedynie w przypadku braku możliwości naprawy i braku możliwości wymiany na nowy oraz gdy wada jest istotna.

#### **Okresowe przeglądy techniczne sprzętu (dotyczy sprzętu przeznaczonego do użytku pół-komercyjnego oraz komercyjnego)**

Po upływie 6 i 12 miesięcy obowiązywania gwarancji, Gwarant zaleca przeprowadzenie przeglądu technicznego sprzętu. Wszystkie części, które zostaną wymienione w trakcie okresowego przeglądu technicznego, zostaną użyte przez Gwaranta nieodpłatnie w ramach gwarancji (poza częściami zużytymi w trakcie normalnego użytkowania). Kupujący zobowiązany jest jedynie do pokrycia kosztów przeglądu technicznego i dojazdu do klienta wg. indywidualnej wyceny. Wiążącej wyceny dokonuje dział serwisowy Gwaranta.

#### **Zgłoszenia gwarancyjne**

W celu zgłoszenia reklamacyjnego należy przesłać FORMULARZ GWARANCYJNY za pomocą strony internetowej Gwaranta [www.e-insportline.pl](http://www.e-insportline.pl).

Formularz gwarancyjny powinien zawierać takie informacje jak:

Imię i Nazwisko / Numer telefonu / Adres / Dowód zakupu / Nazwa produktu / Opis Wady.

Klient zostanie poinformowany o zakończeniu i wyniku reklamacji przez e-mail lub telefonicznie.



inSPORTline Polska  
Ciemiętniki 19, 29-120 Kluczewsko  
Telefon: +48 510 275 999  
E-mail: [biuro@e-insportline.pl](mailto:biuro@e-insportline.pl)  
NIP: 6090063070, REGON: 260656756