



INSTRUKCJA OBSŁUGI - PL
IN 31550 Bieżnia inSPORTline Velocer Run LED



SPIS TREŚCI

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI	3
ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA	5
MONTAŻ	6
Konsola	10
PROGRAMY	12
TABELA WSTĘPNIE USTAWIONYCH PROGRAMÓW	20
PRZECHOWYWANIE I KONSERWACJA	23
REGULARNA KONTROLA	24
BEZPIECZNE ĆWICZENIA	24
ROZPOCZYNANIE	25
ROZGRZEWKA	25
PRZECHOWYWANIE	26
WAŻNE UWAGI	27
REGULACJA PASA BIEGOWEGO	27
SMAROWANIE BIEŻNI	28
SCHEMAT	29
LISTA CZĘŚCI	30
KODY BŁĘDÓW	32
OCHRONA ŚRODOWISKA	34
WARUNKI GWARANCJI, ZGŁOSZENIA GWARANCYJNE	34

inSPORTline Polska zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian i ulepszeń w swoim produkcie bez uprzedniego powiadomienia. Odwiedź naszą stronę internetową www.e-insportline.pl, gdzie znajdziesz najnowszą wersję instrukcji.

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

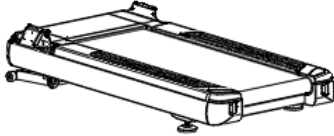
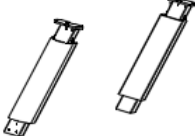
- Przeczytaj uważnie instrukcję obsługi i zachowaj ją do przyszłego użytku.
- Przed rozpoczęciem ćwiczeń zawsze przypnij klucz bezpieczeństwa do ubrania lub paska.
- Poruszaj się naturalnie, do przodu. Nie patrz na swoje stopy. Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba jednocześnie.
- Zwiększaj prędkość stopniowo, nie gwałtownie.
- W razie niebezpieczeństwa naciśnij przycisk stop lub wyciągnij klucz bezpieczeństwa.
- Opuść urządzenie po zatrzymaniu ruchu.
- Postępuj zgodnie z instrukcją montażu. Montaż może być wykonany przez osobę dorosłą.
- Trzymaj z dala od dzieci i zwierząt domowych. Nie pozostawiaj dzieci i zwierząt domowych bez opieki w pobliżu bieżni. Bieżnia jest przeznaczona wyłącznie dla osób dorosłych.
- Przed rozpoczęciem ćwiczeń skonsultuj się z lekarzem. Jest to ważne, jeśli masz problemy zdrowotne, jesteś w trakcie leczenia lub masz wysokie ciśnienie krwi.
- Regularnie sprawdzaj wszystkie śruby i nakrętki. Muszą być odpowiednio dokręcone. Regularnie sprawdzaj bieżnię pod kątem uszkodzeń lub oznak zużycia. Nie używaj bieżni, jeśli jest uszkodzona lub zużyta.
- Regularnie sprawdzaj bieżnię pod kątem oznak zużycia lub uszkodzeń. Jeśli pojawią się ostre krawędzie, przestań używać bieżni.
- Bieżnię należy ustawić na płaskiej, suchej i czystej powierzchni. Wokół bieżni należy zachować bezpieczną odległość co najmniej 0,6 m. Nie używaj w wilgotnych pomieszczeniach. Nie stawiaj bieżni na grubym dywanie.
- Jeśli kabel zasilający jest uszkodzony, nie używaj urządzenia. Kup nowy w autoryzowanym sklepie.
- Chronić bieżnię przed wilgocią i wodą.
- Bieżnię należy ustawić tak, aby nie zakrywała gniazdka elektrycznego.
- Nie używać aerozoli w pobliżu bieżni.
- Nie zdejmować osłony ochronnej, gdy bieżnia jest włączona. Jeśli podczas konserwacji konieczne jest zdjęcie osłony ochronnej, należy odłączyć bieżnię od gniazdka elektrycznego.
- Zawsze należy nosić odzież sportową. Nie nosić luźnej odzieży, która może się wkręcić. Zawsze nosić obuwie sportowe.
- Nie włączać bieżni, gdy stoisz na niej. Po włączeniu bieżni występuje opóźnienie. Przed uruchomieniem bieżni należy stanąć z boku.
- Nie należy ćwiczyć w ciągu 40 minut po posiłku.
- Przed ćwiczeniami należy zawsze wykonać rozgrzewkę.
- Nie należy umieszczać ciał obcych w otworach wentylacyjnych ani gniazdkach.
- Aby przedłużyć żywotność urządzenia, konserwację należy przeprowadzać wyłącznie zgodnie z instrukcją obsługi.
- Nie należy modyfikować produktu.
- Ćwicz rozsądnie i nie przeciążaj się. Jeśli ćwiczysz po raz pierwszy, trzymaj mocno uchwyty, aż przyzwyczaisz się do urządzenia.

- W przypadku błędu lub uszkodzenia natychmiast przerwij ćwiczenia. Jeśli bieżnia nagle zwiększy prędkość, wyjmij klucz bezpieczeństwa.
- Podłącz bieżnię do gniazdka po jej złożeniu. Używaj tylko uziemionego gniazdka.
- Jeśli nie używasz urządzenia, odłącz je od gniazdka i wyjmij klucz bezpieczeństwa.
- Żadna część bieżni nie może uniemożliwiać ruchu użytkownika.
- Nie używaj na zewnątrz.
- Nie wystawiaj na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.
- Nie umieszczaj w miejscach o wysokiej wilgotności (baseny, sauny itp.).
- Czas ciągłej pracy nie może przekraczać 2 godzin.
- Jeśli bieżnia nie jest używana, wyjmij klucz bezpieczeństwa.
- **Temperatura pracy:** 5 – 40 °C
- **Maksymalna waga użytkownika:** 180 kg
- **Kategoria:** SA do użytku komercyjnego i domowego

OSTRZEŻENIE: Nie używaj czujników tętna w uchwycie przy prędkościach powyżej 14 km/h.

UWAGA! System monitorowania tętna może nie działać prawidłowo. Nadmierny wysiłek podczas treningu może spowodować poważne obrażenia lub śmierć. W przypadku wystąpienia nudności należy natychmiast przerwać ćwiczenia!

ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA

 A		 B		 C	
 D	 B-10	 B-11	 B-14	 B-15	 B-16
 B-17	 D-10	 A-35	 A-81	 A-82	 B-3
 B-4	 B-7	 B-8	 D-3	 D-6	 E
 F	 G	 H	 I		

Nr	Nazwa	Ilość	Nr	Nazwa	Ilość
A	Rama główna	1	A-81	Przewód zasilający	1
B	Słupki lewy/prawy	1	A-82	Antypoślizgowy klips przewodu zasilającego	8
C	Uchwyt konsoli	1	B-3	Śruba M10x20 mm	14
D	Konsola	1	B-4	Podkładka płaska	14
B-10	Ośłona górna lewa	1	B-7	Wkręt samogwintujący M4x16 mm	14
B-11	Ośłona górna prawa	1	B-8	Wkręt samogwintujący M4x16 mm	12
B-14	Ośłona lewa konsoli - A	1	D-3	Śruba M8x20 mm	5
B-15	Ośłona lewa konsoli - B	1	D-6	Śruba	5
B-16	Ośłona prawa konsoli - A	1	E	Wkrętak	1
B-17	Ośłona prawa konsoli - B	1	F	Klucz 14-16	1
D-10	Ośłona tylna konsoli	1	G	Klucz imbusowy 6 mm	1
A-35	Śruba samogwintująca M4x16 mm	1	H	Klucz imbusowy 8 mm	1

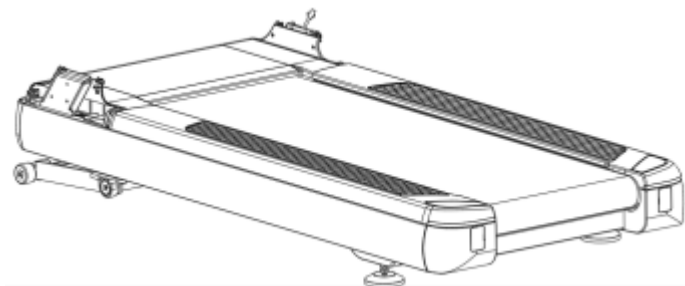
		I	Olej silikonowy	1
--	--	---	-----------------	---

MONTAŻ

Do montażu potrzebne są 2 osoby.

Otwórz tekturę, wyciągnij wszystkie części i sprawdź, czy żadnej nie brakuje.

Umieść główną ramę na płaskiej i czystej powierzchni.

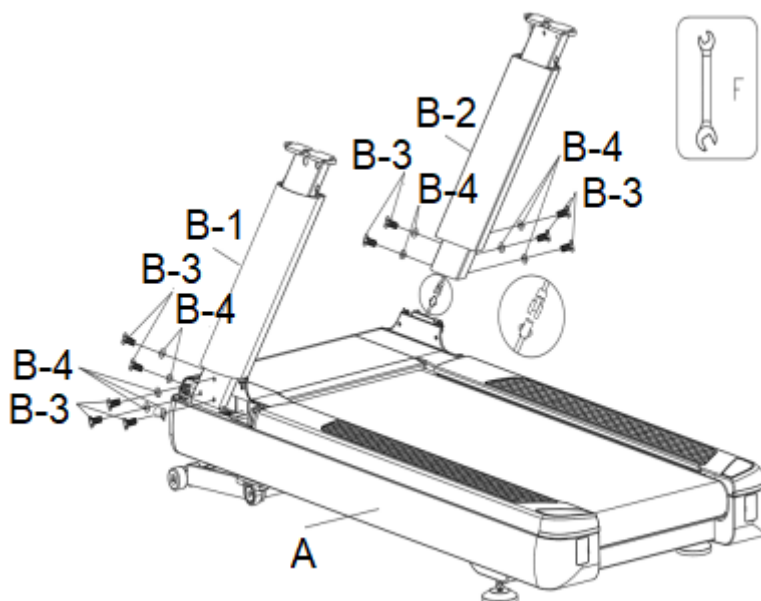


Krok 1

Przymocuj lewy słupek (B-1) do ramy głównej (A). Wyrównaj otwory słupka i ramy. Połącz części za pomocą 5 śrub M10*20 (B-3) i 5 podkładek (B-4).

Po prawej stronie podłącz kable z prawego słupka (B-2) i ramy głównej (A). Włóż resztę kabli do ramy głównej (A). Połącz części za pomocą 5 śrub M10*20 (B-3) i 5 podkładek (B-4).

Uwaga: nie dokręcaj jeszcze śrub.

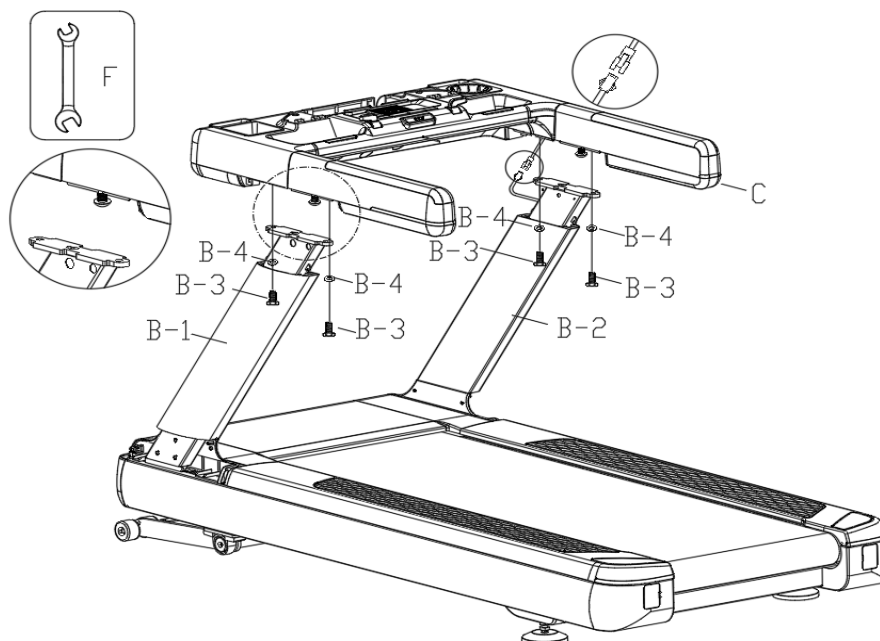


Krok 2

Wyciągnij uchwyt konsoli (C). Poproś inną osobę o pomoc. Jednocześnie przymocuj uchwyt konsoli do lewego/prawego słupka (B-1/B-2).

Przymocuj uchwyt konsoli do słupków za pomocą 4 śrub M10*20 (B-3) i 4 podkładek (B-4). Dokręć wszystkie śruby.

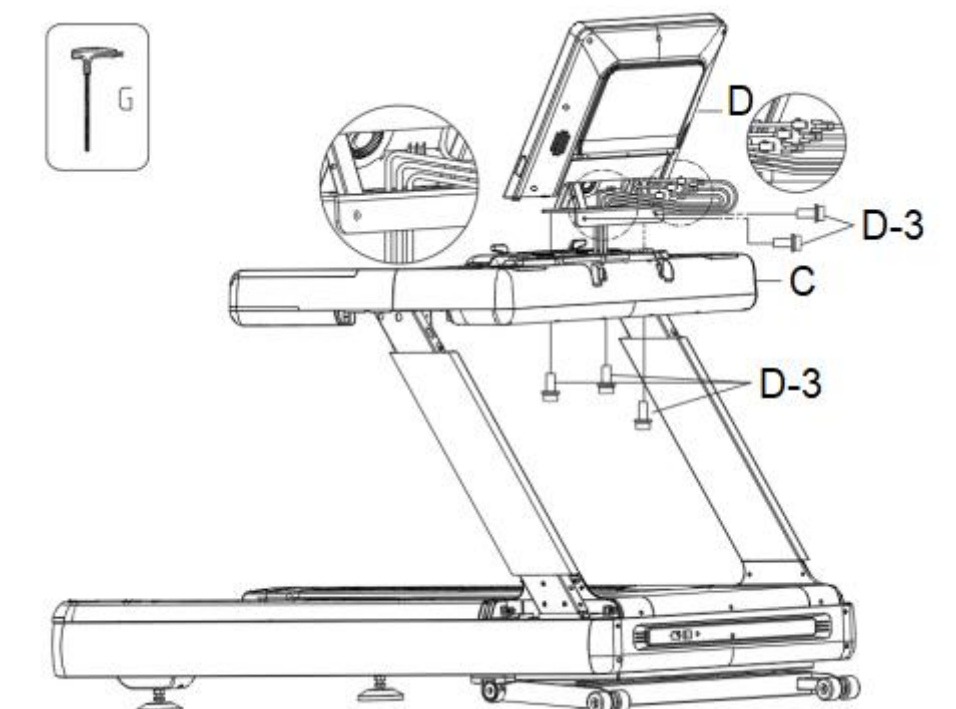
Podłącz kabel z prawego słupka (B-2) do kabla wspornika (C).



Krok 3

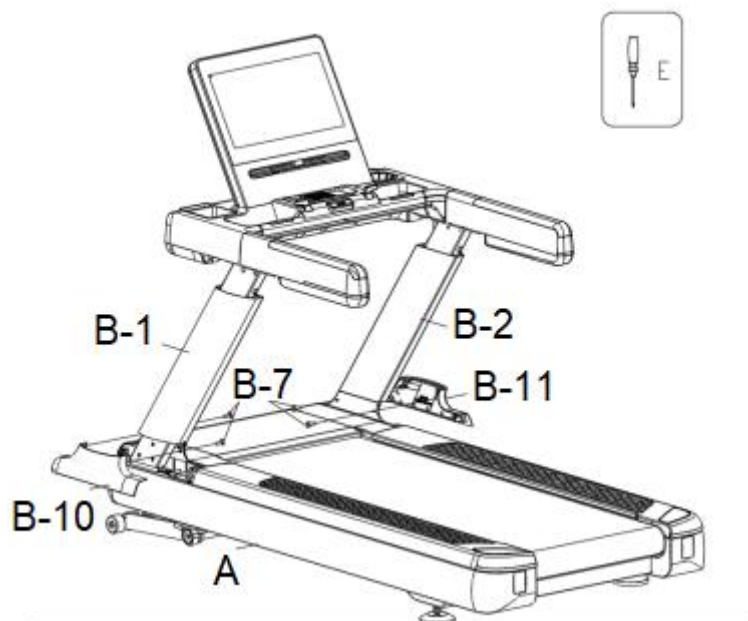
Przymocuj konsolę (D) do uchwytu konsoli (C) za pomocą 2 śrub M8*20 (D-3). Nie dokręcaj jeszcze śrub. Przymocuj kable z uchwytu.

Przymocuj konsolę (D) do uchwytu konsoli (C) za pomocą 3 śrub M8*20 mm (D-3). Dokręć wszystkie śruby. Podłącz wszystkie kable z uchwytu konsoli (C) i konsoli (D).



Krok 4

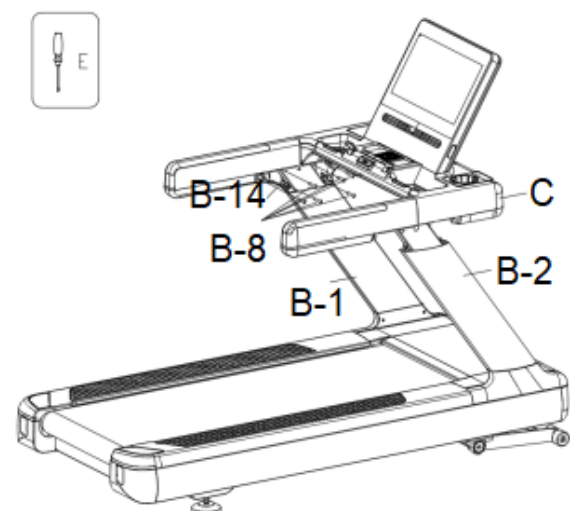
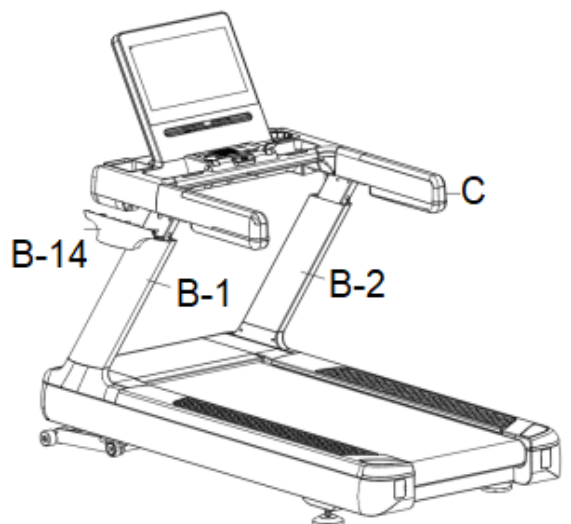
Przymocuj zaślepki słupków (B-10) do ramy głównej (A) za pomocą 2 śrub M4*16 mm (B-7).



Krok 5

Przymocuj lewą osłonę wspornika (B-14) do lewego słupka (B-1) i uchwyty konsoli (C) i przymocuj za pomocą 6 śrub M4*16 (B-14).

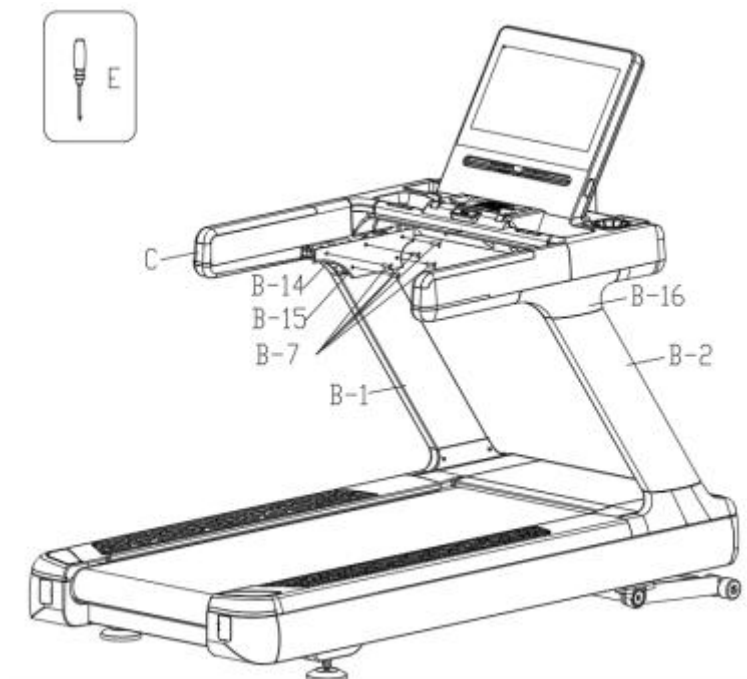
Przymocuj prawą osłonę wspornika (B-16) do prawego słupka (B-2) i uchwyty konsoli (C) i przymocuj za pomocą 6 śrub M4*16 (B-14).



Krok 6

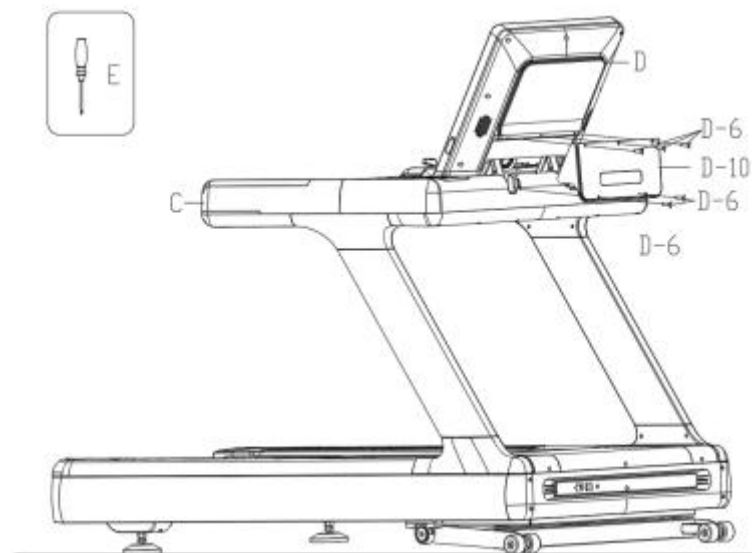
Uwaga: Dokręć wszystkie śruby na lewej (B-14) i prawej (B-16) osłonie.

Przymocuj lewą pokrywę (B-15) do lewej pokrywy konsoli (B-14) za pomocą śrub (B-7).



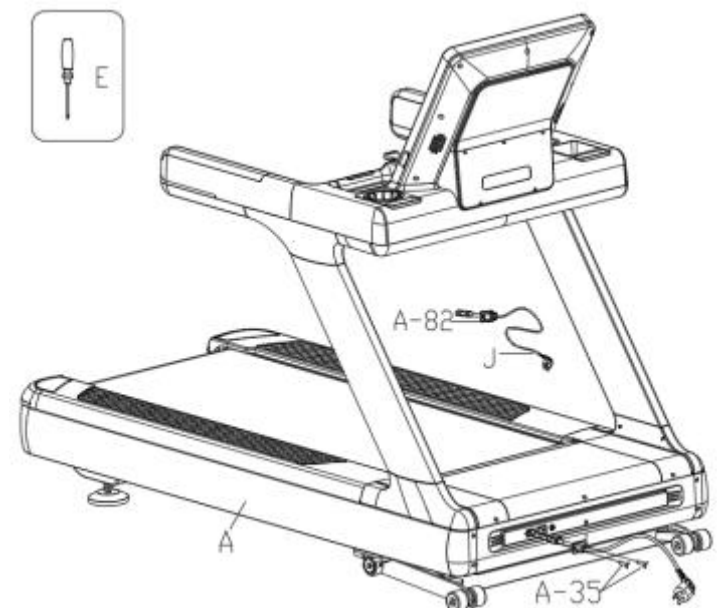
Krok 7

Przymocuj tylną pokrywę konsoli (D-10) do konsoli (D) i uchwyty konsoli (C) za pomocą 5 śrub M4*16 (D-6). Dokręć wszystkie śruby.



Krok 8

Przeprowadź kabel zasilający (A-81) przez wkładkę antypoślizgową (A-82) i podłącz kabel zasilający (A-81) do ramy głównej (A), a następnie zabezpiecz go 2 śrubami M4*16 mm.

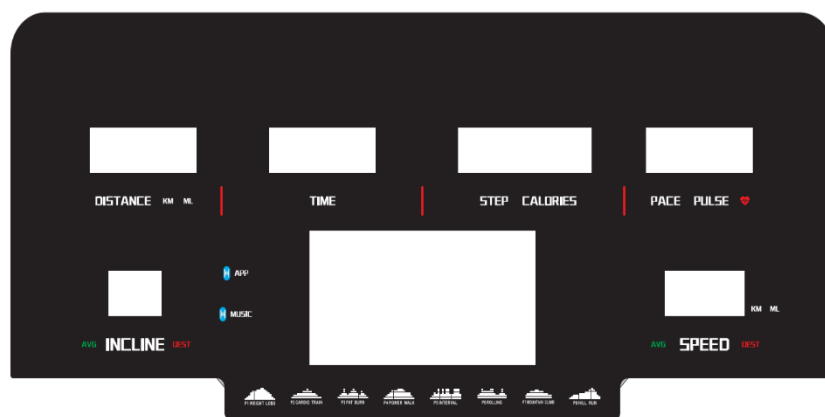


Przed użyciem sprawdź, czy wszystkie śruby są dokręcone.

Konsola

Ogólne wskazówki dotyczące obsługi

- Przed użyciem podłącz klucz bezpieczeństwa i przypnij go do ubrania. W przypadku awarii lub nieprawidłowego działania wyjmij klucz z konsoli.
- Nie stój na powierzchni bieżni podczas uruchamiania, stań na bocznych stopniach.
- Najniższa prędkość bieżni wynosi 0,5 km/h. Jeśli jesteś nowym użytkownikiem, trzymaj się uchwytów, dopóki nie przyzwyczaisz się do prędkości.



Po włączeniu konsoli wszystkie dane będą podświetlone przez 1 sekundę. Wyświetlacz pokazujący czas wyświetli wersję systemu.

Następnie system przejdzie w tryb czuwania.

STANDBY

Wszystkie dane będą wskazywać wartość 0.

Jeśli ustawiono odliczanie danych, po osiągnięciu wartości 0 rozlegnie się sygnał dźwiękowy, na wyświetlaczu prędkości pojawi się komunikat END, a prędkość zostanie zmniejszona do 0,0. Po 5 sekundach konsola przejdzie w tryb czuwania.

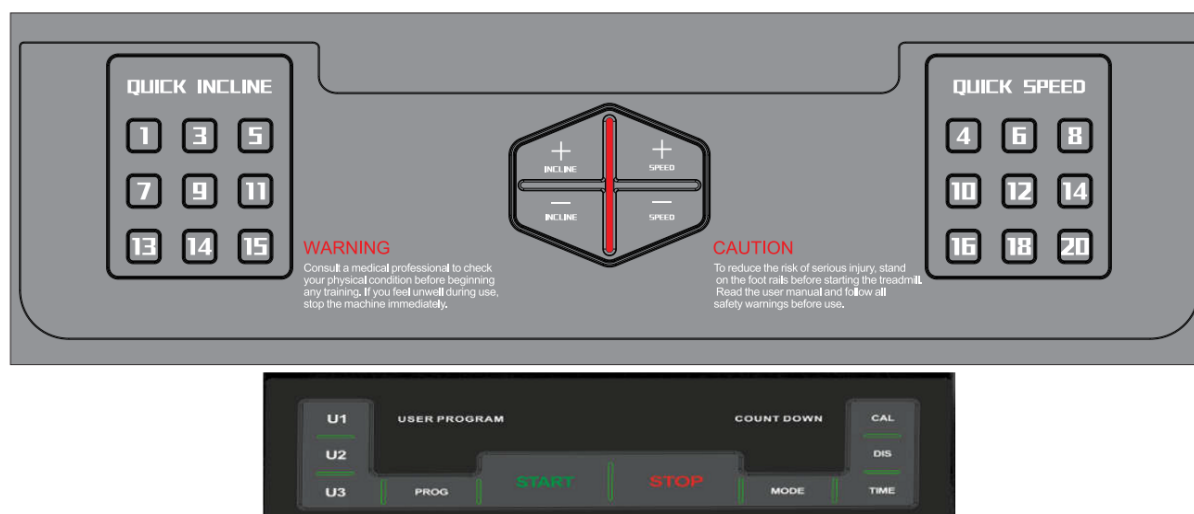
Jeśli naciśniesz przycisk stop podczas zatrzymania programu, konsola przejdzie w tryb czuwania.

Konsola automatycznie przechodzi w tryb czuwania, jeśli nie jest aktywna przez 5 minut.

CECHY

CZAS	0.00 – 99.59 (min: sec)
TEMPO	0.00 – 120
DYSTANS	0.00 – 99.59 km
KALORIE	0 – 99999
ŚREDNIA PRĘDKOŚĆ	0.5 – 25 km/h
PRĘDKOŚĆ	0.5 – 25 km/h
NAJLEPSZA PRĘDKOŚĆ	0.5 – 25 km/h
PULS	W przypadku wykrycia tętna zostanie wyświetlony odczyt, w przeciwnym razie zostanie wyświetlony symbol P
ŚREDNIE NACHYLENIE	0 – 20°
NACHYLENIE	0 – 20°
NAJLEPSZE WLICZENIE	0 – 20°
KROKI	0 – 99999

PRZYCISKI



START

Naciśnij, aby uruchomić program. Wyświetli się 3-sekundowe odliczanie, a wszystkie dane zostaną zliczone.

STOP

Jeśli program jest wstrzymany, naciśnij przycisk, aby przełączyć konsolę w tryb czuwania. Dane dotyczące nachylenia zostaną zapisane, pozostałe dane zostaną ustawione na 0.

Naciśnij, aby wstrzymać uruchomiony program. Na wyświetlaczu punktowym pojawi się komunikat „PAH”, prędkość zostanie zmniejszona do 0, pozostałe dane pozostaną bez zmian. Po 5 minutach bezczynności konsola przełączy się w tryb czuwania.

W ustawieniach naciśnij przycisk, aby powrócić do poprzedniej wartości.

PROG

W trybie czuwania naciśnij przycisk, aby wybrać programy P1 – P8, FIT, programy użytkownika U1 – U3, programy tętna HP1 – HP3, BODY FAT..

MODE

W trybie czuwania naciśnij przycisk, aby przełączać się między trybami odliczania.

Podczas wyboru programów zaprogramowanych naciśnij przycisk, aby przełączać się między podprogramami L2 – L8.

Podczas ustawiania parametrów w programach pomiaru tkanki tłuszczowej / programach użytkownika / programach fitness i HRC przełączasz się do następnego wyświetlacza danych.

Podczas przeglądania profilu naciśnij przycisk, aby przełączać się między prędkością a nachyleniem.

U1 / U2 / U3

Naciśnij przycisk, aby wybrać program użytkownika.

TIME/DIS. / CAL.

Naciśnij przycisk, aby przełączać się między programami odliczania czasu/odległości/kalorii.

SPEED + / -

Naciśnij przycisk, aby dostosować prędkość o 0,1 km/h. Przytrzymanie przycisku spowoduje ciągłą regulację prędkości.

INCLINE + / -

Naciśnij przycisk, aby dostosować nachylenie o 0,1, przytrzymanie przycisku spowoduje ciągłą regulację nachylenia.

QUICK SPEED

Naciśnij przycisk, aby dostosować prędkość do 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20.

QUICK INCLINE

Naciśnij przycisk, aby dostosować nachylenie do 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 14, 15.

SAFETY KEY

W przypadku awarii bieżni, wyjmij klucz bezpieczeństwa, wszystkie funkcje zostaną zatrzymane i wyświetli się komunikat „---”. Zapisane zostaną tylko dane dotyczące nachylenia. Po podłączeniu klucza konsola przejdzie w tryb czuwania.

Uwagi:

Przed rozpoczęciem upewnij się, że nic nie utrudnia ruchu bieżni.

Podłącz urządzenie do gniazdka i uruchom je.

Stań na bocznych stopniach.

Przymocuj klucz bezpieczeństwa do ubrania.

Podłącz klucz bezpieczeństwa do konsoli.

PROGRAMY

PROGRAM RĘCZNY

Naciśnij przycisk START, aby rozpocząć 3-sekundowe odliczanie, po czym bieżnia zacznie się poruszać. Możesz regulować prędkość i nachylenie za pomocą odpowiednich przycisków.

Aby zmierzyć tętno, przytrzymaj płytki pomiarowe. Wyświetlenie informacji może potrwać kilka sekund. Wartość jest wyświetlana w oknie PULSE.

Naciśnij przycisk STOP, aby wstrzymać program. Nachylenie pozostanie niezmienione, a na wyświetlaczu pojawi się komunikat „PAH”.

Naciśnięcie przycisku START spowoduje rozpoczęcie 3-sekundowego odliczania i kontynuację programu.

Jeśli program pozostanie wstrzymany przez 5 minut, konsola przejdzie w tryb czuwania.

Wyjęcie klucza bezpieczeństwa spowoduje, że nachylenie nie ulegnie zmianie, ale wszystkie pozostałe funkcje zostaną wyłączone, bieżnia zatrzyma się, a na wyświetlaczach pojawi się komunikat „---”.

PROGRAMY ODLICZANIA

Uwaga:

Jeśli ustawiono odliczanie jednej z wartości: czas – dystans – kalorie, ustawiona wartość będzie odliczana. Pozostałe wartości będą dodawane. Gdy ustawiona wartość osiągnie 0, bieżnia zatrzyma się.

Podłącz klucz bezpieczeństwa, w przeciwnym razie nie będziesz mógł sterować konsolą.

Odliczanie czasu

Naciśnij przycisk MODE lub TIME, aby ustawić licznik czasu. Na wyświetlaczu pojawi się komunikat SET TIME i wartość TIME 30:00. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/-, aby ustawić wartość w zakresie od 5:0 do 99:00 minut.

Odliczanie odległości

Naciśnij przycisk MODE lub DIS, aby ustawić licznik czasu. Na wyświetlaczu punktowym pojawi się komunikat SET DISTANCE, a na wyświetlaczu DISTANCE pojawi się wartość 1,0 km. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/-, aby ustawić wartość w zakresie od 1,0 do 99,0 km.

Odliczanie kalorii

Naciśnij przycisk MODE lub CAL, aby ustawić licznik czasu. Na wyświetlaczu pojawi się komunikat SET CALORIES (Ustaw kalorie) oraz wartość CALORIE 50 cal (50 kalorii). Użyj przycisków SPEED +/- (Prędkość +/-) lub INCLINE +/- (Nachylenie +/-) aby ustawić wartość w zakresie od 10 do 990 kalorii.

Naciśnij przycisk STOP podczas konfiguracji, aby przełączyć konsolę w tryb czuwania.

Po skonfigurowaniu programu naciśnij przycisk START, aby rozpocząć 3-sekundowe odliczanie, a następnie bieżnia uruchomi się.

Możesz regulować prędkość i nachylenie za pomocą odpowiednich przycisków.

Aby zmierzyć tętno, przytrzymaj płytki pomiaru tętna. Wyświetlenie informacji może potrwać kilka sekund. Wartość jest wyświetlana w oknie PULSE.

Naciśnij przycisk STOP, aby wstrzymać program. Nachylenie pozostanie niezmienione, a na wyświetlaczu pojawi się komunikat „PAH”.

Naciśnięcie przycisku START spowoduje rozpoczęcie 3-sekundowego odliczania i kontynuację programu.

Jeśli program pozostanie wstrzymany przez 5 minut, konsola przejdzie w tryb czuwania.

Po wyjęciu klucza bezpieczeństwa nachylenie nie ulegnie zmianie, ale wszystkie inne funkcje zostaną wyłączone, bieżnia zatrzyma się, a na wyświetlaczu pojawi się komunikat „---”.

PROGRAMY PREDEFINIOWANE

Uwaga:

Do wyboru jest 64 programów fabrycznych. Każdy program P1 – P8 ma 8 poziomów ustawień L1 – L8. Wszystkie programy fabryczne mają 16 segmentów czasowych. Segmenty czasowe są podzielone zgodnie z ustawioną długością programu.

Podłącz klucz bezpieczeństwa, aby móc sterować konsolą.

Naciśnij przycisk PROG, aż na wyświetlaczu DISTANCE pojawią się programy P1 – P8.

Wybierz jeden z programów. Następnie naciśnij przycisk MODE, aż na wyświetlaczu CALORIES pojawią się poziomy L1 – L8, i wybierz żądany poziom programu.

Czas trwania treningu będzie wtedy wynosił 30:00 na wyświetlaczu TIME. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/-, aby ustawić czas w zakresie od 5:00 do 99:00 min. Naciśnij PROG, aby powrócić do wyboru programu P1 – P8.

Po ustawieniu czasu naciśnij START, aby potwierdzić wszystkie dane i uruchomić program.

Prędkość i nachylenie można regulować za pomocą odpowiednich przycisków. Zmiana zostanie zastosowana tylko do bieżącego segmentu programu, a następnie nastąpi powrót do wartości programu ustawionej fabrycznie.

Aby zmierzyć tętno, należy przytrzymać płytki pomiarowe. Wyświetlenie informacji może potrwać kilka sekund. Wartość jest wyświetlana w oknie PULSE.

Naciśnij przycisk STOP, aby wstrzymać program. Nachylenie pozostanie niezmienione, a na wyświetlaczu pojawi się komunikat „PAH”.

Naciśnięcie przycisku START spowoduje rozpoczęcie 3-sekundowego odliczania i kontynuację programu.

Jeśli program pozostanie wstrzymany przez 5 minut, konsola przejdzie w tryb czuwania.

Po wyjęciu klucza bezpieczeństwa nachylenie nie ulegnie zmianie, ale wszystkie inne funkcje zostaną wyłączone, bieżnia zatrzyma się, a na wyświetlaczach pojawi się komunikat „---”.

PROGRAM FITNESS

Naciśnij przycisk PROG, aby wybrać program FITNESS. Na wyświetlaczu DISTANCE pojawi się napis FIT, a na wyświetlaczu TIME pojawi się 30:00. Czasu nie można regulować.

Program podzielony jest na fazę rozgrzewki (3 min) / uspokojenia (3 min) oraz fazę treningową.

Naciśnij przycisk START, aby rozpocząć program.

Prędkość i nachylenie można regulować za pomocą odpowiednich przycisków.

Aby zmierzyć tętno, należy przytrzymać płytki pomiarowe. Wyświetlenie informacji może potrwać kilka sekund. Wartość jest wyświetlana w oknie PULSE.

Naciśnij przycisk STOP, aby wstrzymać program. Nachylenie pozostanie niezmienione, a na wyświetlaczu pojawi się komunikat „PAH”.

Naciśnięcie przycisku START spowoduje rozpoczęcie 3-sekundowego odliczania i wznowienie programu.

Jeśli program zostanie wstrzymany na 5 minut, konsola przejdzie w tryb czuwania.

Po wyjęciu klucza bezpieczeństwa nachylenie nie ulegnie zmianie, ale wszystkie inne funkcje zostaną wyłączone, bieżnia zatrzyma się, a na wyświetlaczach pojawi się komunikat „---”.

Długość programu zależy od wydajności użytkownika. Po zakończeniu programu konsola przejdzie w tryb czuwania.

Tabela postępów programu 30-minutowego

Etapy	Czas	Prędkość (km/h)	Nachylenie
1. Rozgrzewka	30:00 – 27:01	5	1
2. Trening 1	27:00 – 22:01	8	4
3. Trening 2	22:00 – 17:01	12	0
4. Regeneracja	17:00 – 13:01	2	0
5. Trening 3	13:00 – 12:01	6	5
6. Trening 3	12:00 – 10:01	8	3

7. Trening 3	10:00 – 09:01	10	2
8. Trening 3	09:00 – 07:01	12	0
9. Trening 3	07:00 – 06:01	10	2
10. Trening 3	06:00 – 04:01	8	1
11. Trening 3	04:00 – 03:01	6	0
12. Wyciszenie	03:00 – 00:00	2	0

PROGRAMY UŻYTKOWNIKA

Można skonfigurować 3 programy użytkownika U1 – U3. Długość programu „30:00” jest wyświetlana na wyświetlaczu TIME. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/-, aby ustawić czas. Naciśnij START, aby uruchomić program.

Naciśnij przycisk MODE, aby przejść do ustawień prędkości i nachylenia. Wyświetlacz CALORIE pokaże aktualny segment „S-01” (segment 1). Dostosuj wartości prędkości i nachylenia za pomocą odpowiednich przycisków. Po ustawieniu danych naciśnij przycisk MODE, aby zapisać segment, a przejdziesz do ustawień następnego segmentu. Proces ten będzie się powtarzał, aż wszystkie 14 segmentów zostanie ustawionych. Naciśnij przycisk STOP, aby powrócić do poprzedniej wartości.

Naciśnij przycisk START, aby uruchomić program.

Aby zmierzyć tętno, przytrzymaj płytki pomiarowe. Wyświetlenie informacji może potrwać kilka sekund. Wartość jest wyświetlana w oknie PULSE.

Naciśnij przycisk STOP, aby wstrzymać program. Nachylenie pozostanie niezmienione, a na wyświetlaczu pojawi się komunikat „PAH”.

Naciśnięcie przycisku START spowoduje rozpoczęcie 3-sekundowego odliczania i kontynuację programu.

Jeśli program pozostanie wstrzymany przez 5 minut, konsola przejdzie w tryb czuwania.

Po wyjęciu klucza bezpieczeństwa nachylenie nie ulegnie zmianie, ale wszystkie inne funkcje zostaną wyłączone, bieżnia zatrzyma się, a na wyświetlaczach pojawi się komunikat „---”.

PROGRAMY TĘTNA

Naciśnij przycisk PROG, aby wybrać program HP1, HP2 lub HP3. Na ekranie punktowym pojawi się komunikat HRC AGE SET.

Na wyświetlaczu DISTANCE pojawi się HP1, HP2 lub HP3.

Na wyświetlaczu PULSE pojawi się 80.

Na wyświetlaczu CALORIES pojawi się wiek 30. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/-, aby ustawić wiek: 15–80 lat. Naciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić wartość.

Przejdź do ustawień tętna. Na wyświetlaczu punktowym pojawi się komunikat HRC THR SET.

Na wyświetlaczu PULSE pojawi się wartość 80. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/-, aby ustawić docelowe tętno: $80 - (220 - \text{wiek}) \times 0,9$. Naciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić wartość.

Przejdź do ustawień czasu. Na wyświetlaczu punktowym pojawi się komunikat HRC TIME SET. Na wyświetlaczu TIME pojawi się wartość 30:00. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/-, aby ustawić czas trwania treningu: 5:00 – 99:00.

Naciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić.

Na wyświetlaczu TIME pojawi się ustawiony czas, a na wyświetlaczach SPEED i INCLINE pojawią się dane dotyczące rozgrzewki. Naciśnij przycisk STOP, aby powrócić do poprzedniej wartości ustawienia. Naciśnij przycisk PROG, aby wybrać inny program..

Przebieg programu:

HP1

Po uruchomieniu prędkość wynosi 1 km/h, a nachylenie 0.

Po pierwszej minucie prędkość jest regulowana co 30 sekund:

- A. (docelowe tętno – tętno użytkownika) > 30, prędkość wzrośnie o 2,0 km/h
- B. (docelowe tętno – tętno użytkownika) < 30, prędkość zmniejsza się o 1,0 km/h
- C. (tętno użytkownika – docelowe tętno) > 30, prędkość zmniejsza się o 2,0 km/h
- D. (tętno użytkownika – docelowe tętno) < 30, prędkość zmniejsza się o 1,0 km/h

HP2

Po uruchomieniu prędkość wynosi 4 km/h, a nachylenie 4.

Po pierwszej minucie nachylenie jest regulowane co 30 sekund:

- A. (docelowe tętno – tętno użytkownika) > 30, nachylenie wzrośnie o 2 poziomy
- B. (docelowe tętno – tętno użytkownika) < 30, nachylenie wzrośnie o 1 poziom
- C. (tętno użytkownika – docelowe tętno) > 30, nachylenie zostanie zmniejszone o 2 poziomy
- D. (tętno użytkownika – docelowe tętno) < 30, nachylenie zostanie zmniejszone o 2 poziomy.

HP3

Po uruchomieniu prędkość wynosi 3 km/h, a nachylenie 2.

Po pierwszej minucie prędkość i nachylenie są regulowane co 30 sekund:

A. (docelowe tętno – tętno użytkownika) > 30, prędkość wzrośnie o 2,0 km/h, nachylenie wzrośnie o 1 poziom

B. (docelowe tętno – tętno użytkownika) < 30, prędkość wzrośnie o 1,0 km/h, nachylenie wzrośnie o 1 poziom

C. (tętno użytkownika – docelowe tętno) > 30, prędkość zmniejszy się o 2,0 km/h, nachylenie zmniejszy się o 1 poziom

D. (tętno użytkownika – docelowe tętno) < 30, prędkość zmniejszy się o 1,0 km/h, nachylenie zmniejszy się o 1 poziom

Gdy tylko wartość tętna przekroczy (220-wiek) lub tętno nie zostanie wykryte, prędkość zostanie zmniejszona do 1,0 km/h. Jednocześnie zostanie wyemitowany sygnał dźwiękowy.

Aby wykryć tętno, należy chwycić płytki do pomiaru tętna.

Naciśnij przycisk STOP, aby wstrzymać program. Nachylenie pozostanie bez zmian, a na wyświetlaczu pojawi się komunikat „PAH”.

Naciśnięcie przycisku START spowoduje rozpoczęcie 3-sekundowego odliczania i kontynuację programu.

Jeśli program pozostanie wstrzymany przez 5 minut, konsola przejdzie w tryb czuwania.

Po wyjęciu klucza bezpieczeństwa nachylenie nie ulegnie zmianie, ale wszystkie inne funkcje zostaną wyłączone, bieżnia zatrzyma się, a na wyświetlaczach pojawi się komunikat „---”.

PROGRAM REDUKCJI TKANKI TŁUSZCZOWEJ

Wyniki mają charakter wyłącznie informacyjny i nie są przeznaczone do celów medycznych.

Naciśnij przycisk PROG, aby wybrać program BODY FAT (tkanka tłuszczowa). Naciśnij przycisk MODE, aby ustawić parametry: płeć, wiek, wzrost, waga.

Płeć: Wyświetlacz SPEED (prędkość) pokaże F-1, a wyświetlacz DISTANCE (odległość) pokaże 01. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/- (nachylenie), aby wybrać płeć: 01 mężczyzna, 02 kobieta. Naciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić wartość i przejść do następnego kroku.

Wiek: na wyświetlaczu SPEED pojawi się F-2, a na wyświetlaczu DISTANCE pojawi się 25. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/-, aby ustawić wiek w zakresie 10-99. Naciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić wartość i przejść do następnego kroku.

Wzrost: Wyświetlacz SPEED pokaże F-3, a wyświetlacz DISTANCE pokaże 67. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/-, żeby ustawić wzrost od 39 do 79 cali. Naciśnij MODE, żeby potwierdzić wartość i przejść do następnego kroku.

Waga: Wyświetlacz SPEED pokaże F-4, a wyświetlacz DISTANCE pokaże 67. Użyj przycisków SPEED +/- lub INCLINE +/-, aby ustawić wagę w zakresie 44-330 funtów.

Po ustawieniu wszystkich wymaganych danych naciśnij przycisk MODE. Wyświetlacz SPEED pokaże F-5, a wyświetlacz TIME pokaże „---”, aby pobrać dane z czujników tętna. Po około 5 sekundach wynik zostanie wyświetlony na wyświetlaczu TIME.

Naciśnij przycisk STOP, aby przejść do trybu czuwania.

Otyłość	BMI > 30
Nadwaga	26 < BMI < 30
Normalna	19 < BMI < 25
Niedożywienie	BMI < 19

INNE CECHY

Ładowarka bezprzewodowa

Aby korzystać z funkcji ładowania bezprzewodowego, bieżnia musi być podłączona do gniazdka.

Umieść telefon na powierzchni ładowarki bezprzewodowej.

Aby korzystać z funkcji ładowania bezprzewodowego, musisz posiadać kompatybilne urządzenie lub etui.

Łączność Bluetooth

Sterowanie odtwarzaniem muzyki

Włącz Bluetooth w swoim urządzeniu mobilnym i połącz się z konsolą.

Po nawiązaniu połączenia możesz regulować głośność odtwarzanych multimedialnych za pomocą swojego urządzenia mobilnego.

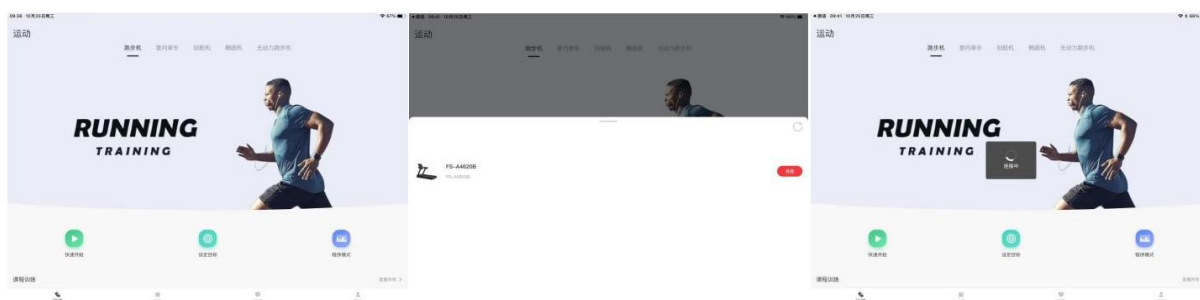
Aplikacje

FitShow

Pobierz aplikację FitShow na swoje urządzenie mobilne. Wybierz trening BIEGANIE.

Znajdź konsolę i połącz się z nią. Po nawiązaniu połączenia konsola przejdzie w tryb czuwania.

Można uruchomić tylko program ręczny, w którym aplikacja synchronizuje wyłącznie datę, prędkość, nachylenie i tętno.



Kinomap

Pobierz i zainstaluj aplikację.

Otwórz aplikację i wybierz [Więcej].

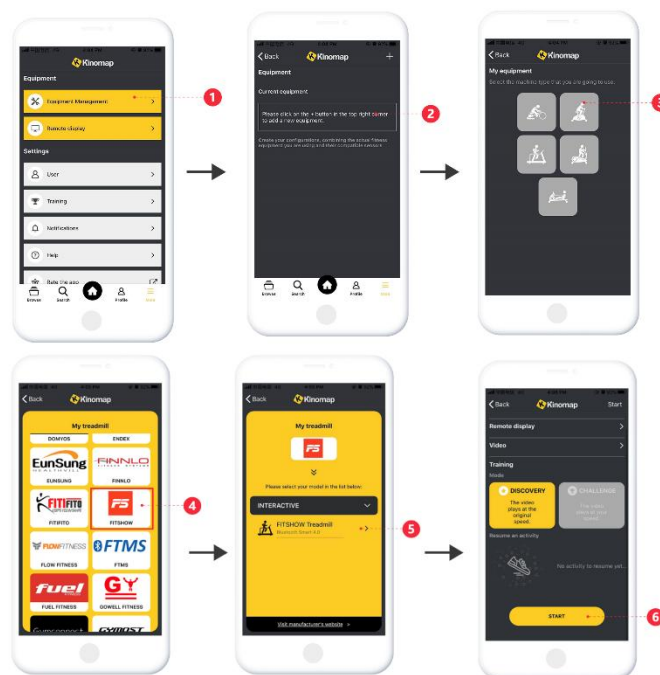
Dodaj więcej urządzeń.

Wybierz typ urządzenia.

Wybierz FitShow.

Wybierz swoją bieżnię, będzie ona oznaczona jako FS-XXXX (X = losowe cyfry).

Wybierz żądane wideo.



Zwift

Pobierz i zainstaluj aplikację Zwift.

Otwórz aplikację i zarejestruj się.

Zaloguj się i sparuj z bieżnią.

Po pomyślnym sparowaniu naciśnij OK, aby rozpocząć.

Aby aktywować program, należy nacisnąć przycisk Start.

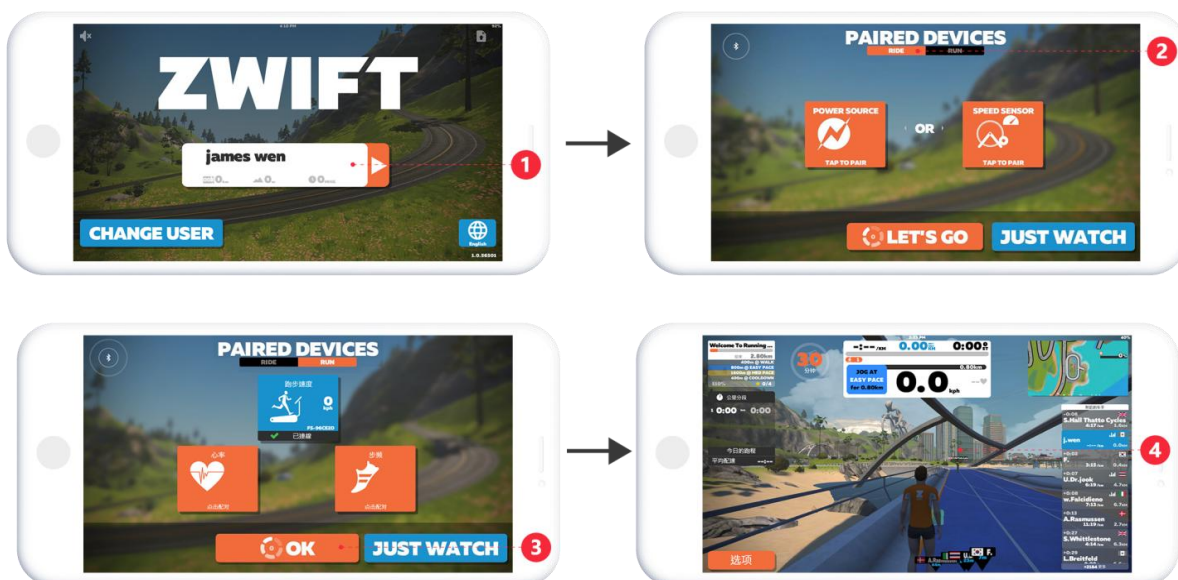


TABELA WSTĘPNIE USTAWIONYCH PROGRAMÓW

Program		Całkowity czas / 16 = długość jednego segmentu															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
P1																	
L1	Prędkość	0.6	1.2	1.2	1.9	1.9	1.9	2.5	3.1	4.3	3.7	3.1	2.5	2.5	1.9	1.2	1.2
	Nachylenie	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
L2	Prędkość	0.6	1.2	1.2	1.9	2.5	2.5	3.1	3.7	6.2	5	5	3.1	3.1	1.9	1.2	1.2
	Nachylenie	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
L3	Prędkość	0.6	1.2	1.9	2.5	3.1	3.1	3.7	5	7.4	6.2	5	4.3	3.7	2.5	1.9	1.2
	Nachylenie	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
L4	Prędkość	0.6	1.2	1.9	2.5	3.7	4.3	5	6.2	8.1	6.8	6.2	5	4.3	3.1	2.5	1.2
	Nachylenie	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
L5	Prędkość	1.2	1.9	2.5	3.1	4.3	4.3	5	6.2	8.7	8.1	7.4	6.2	5.6	3.7	2.5	1.2
	Nachylenie	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
L6	Prędkość	1.2	1.9	2.5	3.1	4.3	5.6	6.2	7.4	8.7	8.1	7.4	6.2	5.6	3.7	3.1	1.9
	Nachylenie	1	1	2	2	4	4	5	2	6	6	3	3	2	2	3	3
L7	Prędkość	1.2	1.9	3.1	3.7	5	5.6	6.2	7.4	9.3	8.1	7.4	6.2	5.6	3.7	3.7	1.9
	Nachylenie	2	2	3	3	4	4	4	3	5	5	2	2	5	5	2	2
L8	Prędkość	1.2	1.9	3.1	3.7	5	6.2	7.4	8.7	9.3	8.7	8.1	6.8	5.6	4.3	3.7	1.9
	Nachylenie	1	1	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	2	2
P2																	
L1	Prędkość	0.6	0.6	1.2	1.2	1.9	2.5	3.1	3.7	4.3	3.7	3.7	2.5	1.9	1.2	0.6	0.6
	Nachylenie	1	1	2	3	4	5	6	7	8	7	7	5	4	2	1	1
L2	Prędkość	0.6	1.2	1.2	1.9	2.5	3.1	3.7	4.3	5	4.3	4.3	3.1	2.5	1.2	1.2	0.6
	Nachylenie	1	2	3	4	5	6	7	8	9	8	8	6	5	3	2	1
L3	Prędkość	0.6	1.2	1.9	2.5	3.1	3.7	4.3	5	5.6	5	5	3.7	3.1	1.9	1.2	0.6
	Nachylenie	1	2	4	5	6	7	8	9	10	9	9	7	6	4	2	1
L4	Prędkość	1.2	1.2	2.5	3.1	3.7	4.3	5	5.6	6.2	5.6	5.6	4.3	3.7	2.5	1.2	1.2
	Nachylenie	2	3	5	6	7	8	9	10	11	10	10	8	7	5	3	2
L5	Prędkość	1.2	1.9	3.1	3.7	4.3	5	5.6	6.2	6.8	6.2	6.2	5	4.3	3.1	1.9	1.2
	Nachylenie	2	4	6	7	8	9	10	11	12	11	11	9	8	6	4	2
L6	Prędkość	1.2	2.5	3.7	4.3	5	5.6	6.2	6.8	7.4	6.8	6.8	5.6	5	3.7	2.5	1.2
	Nachylenie	3	5	7	8	9	10	11	12	13	12	12	10	9	7	5	3
L7	Prędkość	1.9	3.1	4.3	5	5.6	6.2	6.8	7.4	8.1	7.4	7.4	6.2	5.6	4.3	3.1	1.9
	Nachylenie	4	6	8	9	10	11	12	13	14	13	13	11	10	8	6	4
L8	Prędkość	2.5	3.7	5	5.6	6.2	6.8	7.4	8.1	8.7	8.1	8.1	6.8	6.2	5	3.7	2.5
	Nachylenie	5	7	9	10	11	12	13	14	15	14	14	12	11	9	7	5

P3																	
L1	Prędkość	0.6	1.2	1.9	1.9	3.1	3.7	4.3	5	5	4.3	4.3	3.1	2.5	1.9	1.2	0.6
	Nachylenie	1	1	2	2	3	3	4	5	5	4	4	3	2	2	1	1
L2	Prędkość	0.6	1.2	1.9	2.5	3.1	4.3	5	5.6	5.6	5	5	3.7	3.1	1.9	1.2	0.6
	Nachylenie	1	1	2	2	3	4	5	6	6	5	5	4	3	2	1	1
L3	Prędkość	0.6	1.2	2.5	3.1	4.3	5	5.6	6.2	6.2	5.6	5.6	4.3	3.7	2.5	1.2	0.6
	Nachylenie	1	1	2	3	4	5	6	7	7	6	6	4	3	2	1	1
L4	Prędkość	1.2	1.9	3.1	3.7	5	5.6	6.2	6.8	6.8	6.2	6.2	5	4.3	3.1	1.9	1.2
	Nachylenie	1	2	3	4	5	6	7	8	8	7	7	5	4	3	2	1
L5	Prędkość	1.2	2.5	3.7	4.3	5.6	6.2	6.8	7.4	7.4	6.8	6.8	5.6	5	3.7	2.5	1.2
	Nachylenie	1	2	3	4	6	7	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
L6	Prędkość	1.9	3.1	4.3	5	6.2	6.8	7.4	8.1	8.1	7.4	7.4	6.2	5.6	4.3	3.1	1.9
	Nachylenie	2	3	4	5	7	8	9	10	10	9	9	7	6	4	3	2
L7	Prędkość	2.5	3.7	5	5.6	6.8	7.4	8.1	8.7	8.7	8.1	8.1	6.8	6.2	5	3.7	2.5
	Nachylenie	2	3	5	6	8	9	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2
L8	Prędkość	2.5	4.3	5.6	6.2	7.4	8.1	8.7	9.3	9.3	8.7	8.7	7.4	6.8	5.6	4.3	2.5
	Nachylenie	2	4	6	7	9	10	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2
P4																	
L1	Prędkość	0.6	0.6	1.2	1.2	1.9	1.9	2.5	2.5	2.5	2.5	1.9	1.2	1.2	1.2	0.6	0.6
	Nachylenie	1	1	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	2	2
L2	Prędkość	0.6	1.2	1.2	1.2	1.9	1.9	2.5	2.5	2.5	2.5	1.9	1.9	1.2	1.2	0.6	0.6
	Nachylenie	1	1	2	2	3	3	3	2	6	6	2	2	1	1	2	2
L3	Prędkość	0.6	1.2	1.2	1.9	1.9	2.5	2.5	3.1	2.5	2.5	2.5	1.9	1.9	1.2	0.6	0.6
	Nachylenie	1	1	3	3	4	4	3	2	5	5	2	2	1	1	2	2
L4	Prędkość	0.6	1.2	1.9	1.9	1.9	2.5	2.5	3.1	3.1	2.5	2.5	2.5	1.9	1.2	1.2	0.6
	Nachylenie	1	1	4	4	6	6	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2
L5	Prędkość	0.6	1.2	1.9	2.5	2.5	3.1	3.1	3.1	3.7	3.1	2.5	2.5	2.5	1.9	1.2	0.6
	Nachylenie	4	4	5	5	6	6	7	9	10	10	6	6	3	3	6	6
L6	Prędkość	0.6	1.2	1.9	2.5	3.1	3.1	3.7	3.7	3.7	3.1	3.1	2.5	2.5	1.9	1.2	0.6
	Nachylenie	3	3	5	5	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3
L7	Prędkość	0.6	1.2	1.9	2.5	3.1	3.7	3.7	4.3	3.7	3.7	3.1	3.1	2.5	1.9	1.2	0.6
	Nachylenie	3	3	5	5	4	4	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3
L8	Prędkość	0.6	1.2	1.9	2.5	3.1	3.7	4.3	4.3	3.7	3.7	3.7	3.1	3.1	2.5	1.2	0.6
	Nachylenie	4	4	1	1	3	3	6	7	7	7	3	3	3	3	3	3

P5																	
L1	Prędkość	0.6	1.2	2.5	1.2	2.5	1.2	2.5	1.2	2.5	1.2	2.5	1.2	2.5	1.2	2.5	1.2
	Nachylenie	1	3	6	5	6	5	6	9	10	10	8	6	4	4	6	8
L2	Prędkość	0.6	1.2	3.1	1.2	3.1	1.2	3.1	1.2	3.1	1.2	3.1	1.2	3.1	1.2	3.1	1.2
	Nachylenie	3	3	5	5	6	6	7	8	10	10	7	6	3	3	6	7
L3	Prędkość	0.6	1.2	3.7	1.2	3.7	1.2	3.7	1.2	3.7	1.2	3.7	1.2	3.7	1.2	3.7	1.2
	Nachylenie	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	5	5	2	2
L4	Prędkość	0.6	1.9	3.7	1.9	3.7	1.9	3.7	1.9	3.7	1.9	3.7	1.9	3.7	1.9	3.7	1.9
	Nachylenie	3	5	9	10	9	9	8	8	3	3	2	2	4	4	2	2
L5	Prędkość	0.6	1.9	4.3	1.9	4.3	1.9	4.3	1.9	4.3	1.9	4.3	1.9	4.3	1.9	4.3	1.9
	Nachylenie	1	1	4	4	6	6	6	1	6	6	4	4	4	4	4	4
L6	Prędkość	1.2	2.5	4.3	2.5	4.3	2.5	4.3	2.5	4.3	2.5	4.3	2.5	4.3	2.5	4.3	2.5
	Nachylenie	1	1	4	4	4	4	6	1	6	6	8	8	4	4	8	8
L7	Prędkość	1.2	2.5	5	2.5	5	2.5	5	2.5	5	2.5	5	2.5	5	2.5	5	2.5
	Nachylenie	1	1	2	2	4	4	5	1	4	4	3	3	3	3	3	3
L8	Prędkość	1.2	3.1	5	3.1	5	3.1	5	3.1	5	3.1	5	3.1	5	3.1	5	3.1
	Nachylenie	1	1	2	2	4	4	5	2	6	6	3	3	2	2	3	3
P6																	
L1	Prędkość	0.6	1.2	1.9	1.2	0.6	1.2	1.9	1.2	1.9	1.2	0.6	1.2	1.9	1.2	0.6	0.6
	Nachylenie	2	3	3	5	5	3	3	4	4	2	2	3	3	3	3	2
L2	Prędkość	1.2	1.9	2.5	1.9	1.2	1.9	2.5	1.9	2.5	1.9	1.2	1.9	2.5	1.9	1.2	1.2
	Nachylenie	2	3	3	5	5	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3
L3	Prędkość	1.2	1.9	2.5	3.1	2.5	1.9	2.5	3.1	2.5	3.1	2.5	1.9	2.5	3.1	2.5	1.9
	Nachylenie	1	3	3	5	5	3	3	4	4	2	2	3	3	3	3	2
L4	Prędkość	1.2	2.5	3.1	3.7	3.1	2.5	3.1	3.7	3.1	3.7	3.1	2.5	3.1	3.7	3.1	1.9
	Nachylenie	2	3	3	4	4	6	6	2	9	5	5	2	2	2	2	5
L5	Prędkość	1.2	3.1	3.7	4.3	3.7	3.1	3.7	4.3	3.7	4.3	3.1	3.7	4.3	3.7	3.1	1.9
	Nachylenie	1	3	3	5	5	6	6	7	10	10	8	2	2	2	2	8
L6	Prędkość	1.9	3.7	4.3	5	4.3	3.7	4.3	5	4.3	5	4.3	3.7	4.3	5	4.3	2.5
	Nachylenie	1	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	2	2	2	2	3
L7	Prędkość	1.9	4.3	5	5.6	5	4.3	5	5.6	5	5.6	5	4.3	5	5.6	5	2.5
	Nachylenie	3	4	4	2	2	4	4	6	8	6	6	2	2	2	2	6
L8	Prędkość	1.9	5	5.6	6.2	5.6	5	5.6	6.2	5.6	6.2	5.6	5	5.6	6.2	5	2.5
	Nachylenie	2	1	1	2	2	4	4	5	4	6	6	3	3	3	3	6

P7																	
L1	Prędkość	0.6	0.6	1.2	1.2	1.9	1.9	1.9	2.5	1.9	1.9	1.9	1.2	1.2	1.2	0.6	0.6
	Nachylenie	0	1	1	2	2	3	3	4	6	7	8	7	6	4	2	0
L2	Prędkość	0.6	0.6	1.2	1.2	1.9	1.9	1.9	2.5	1.9	1.9	1.9	1.2	1.2	1.2	0.6	0.6
	Nachylenie	0	1	2	2	3	3	4	4	7	8	9	8	6	4	2	0
L3	Prędkość	0.6	0.6	1.2	1.2	1.9	1.9	1.9	2.5	1.9	1.9	1.9	1.2	1.2	1.2	0.6	0.6
	Nachylenie	1	1	2	3	3	4	4	5	8	9	10	9	8	6	4	2
L4	Prędkość	1.2	1.2	1.9	1.9	2.5	2.5	2.5	3.1	2.5	2.5	1.9	1.9	1.9	1.2	1.2	1.2
	Nachylenie	1	2	2	3	3	4	5	6	9	10	11	10	8	7	5	3
L5	Prędkość	1.2	1.2	1.9	1.9	2.5	2.5	2.5	3.1	2.5	2.5	1.9	1.9	1.9	1.2	1.2	1.2
	Nachylenie	1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	11	10	8	6	4
L6	Prędkość	1.2	1.2	1.9	1.9	2.5	2.5	2.5	3.1	2.5	2.5	1.9	1.9	1.9	1.2	1.2	1.2
	Nachylenie	2	2	3	4	5	6	7	8	11	12	13	12	10	8	6	4
L7	Prędkość	1.2	1.2	2.5	2.5	3.1	3.1	3.1	3.7	3.1	3.1	2.5	2.5	2.5	1.2	1.2	1.2
	Nachylenie	2	3	4	5	6	7	8	9	12	13	14	13	10	8	6	4
L8	Prędkość	1.2	1.2	2.5	2.5	3.1	3.1	3.1	3.7	3.1	3.1	2.5	2.5	2.5	1.2	1.2	1.2
	Nachylenie	3	4	5	6	7	8	9	10	13	14	15	13	10	8	6	4
P8																	
L1	Prędkość	1.2	1.2	1.2	1.9	1.9	1.9	2.5	2.5	3.1	3.1	3.7	3.1	2.5	1.9	1.2	1.2
	Nachylenie	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	6	5	4	3	2
L2	Prędkość	1.2	1.2	1.9	1.9	2.5	2.5	3.1	3.1	3.7	3.7	4.3	3.7	3.1	2.5	1.9	1.2
	Nachylenie	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	8	7	6	5	4	3
L3	Prędkość	1.2	1.9	1.9	2.5	2.5	3.1	3.1	3.7	4.3	4.3	5	4.3	3.7	3.1	2.5	1.9
	Nachylenie	3	3	4	4	5	5	6	6	7	8	9	8	7	6	5	4
L4	Prędkość	1.9	1.9	2.5	2.5	3.1	3.7	3.7	4.3	4.3	5	5.6	5	4.3	3.7	3.1	2.5
	Nachylenie	3	4	4	5	5	6	6	7	8	9	10	9	8	7	6	5
L5	Prędkość	1.9	2.5	2.5	3.1	3.7	3.7	4.3	4.3	5	5.6	6.2	5.6	5	4.3	3.7	3.1
	Nachylenie	4	4	5	5	6	7	7	8	9	10	11	10	9	8	7	6
L6	Prędkość	2.5	2.5	3.1	3.7	3.7	4.3	4.3	5	5.6	6.2	6.8	6.2	5.6	5	4.3	3.7
	Nachylenie	4	5	5	6	7	7	8	9	10	11	12	11	10	9	8	7
L7	Prędkość	2.5	3.1	3.7	3.7	4.3	5	5	5.6	6.2	6.8	7.4	6.8	6.2	5.6	5	4.3
	Nachylenie	5	5	6	7	7	8	9	10	11	12	13	12	11	10	9	8
L8	Prędkość	3.1	3.1	3.7	4.3	5	5	5.6	6.2	6.8	7.4	8.1	7.4	6.8	6.2	5.6	5
	Nachylenie	5	6	6	7	8	9	10	11	12	13	14	13	12	11	10	9

PRZECHOWYWANIE I KONSERWACJA

PRZECHOWYWANIE

Bieżnię należy przechowywać w suchym i ciemnym miejscu. Chronić przed kurzem. Przed przechowywaniem należy odłączyć urządzenie od gniazdka elektrycznego (jeśli dotyczy).

Trwałość i bezpieczeństwo urządzenia można zagwarantować tylko wtedy, gdy produkt jest regularnie sprawdzany pod kątem uszkodzeń lub zużycia.

Nigdy nie zdejmuj osłon ochronnych.

Bieżnia jest przeznaczona wyłącznie do użytku w pomieszczeniach, nie należy jej używać w wilgotnych miejscach.

Należy regularnie sprawdzać dokręcenie wszystkich śrub i nakrętek.

KONSERWACJA

Do czyszczenia należy zawsze używać miękkiej, bawełnianej szmatki i nieagresywnego detergentu.

Nigdy nie używaj agresywnych środków czyszczących na bazie alkoholu lub benzyny.

REGULARNA KONTROLA

CODZIENNIE

- Przed każdym użyciem należy upewnić się, że żaden przedmiot w pobliżu nie uniemożliwia użytkownikowi swobodnego poruszania się.
- Przed każdym użyciem należy sprawdzić, czy krawędzie pasa są prawidłowo zablokowane i czy nie są zużyte.
- Po każdym użyciu należy wytrzeć pot i wilgoć.
- Wyświetlacz konsoli należy czyścić wilgotną, miękką bawełnianą ściereczką. Unikaj używania zbyt dużej ilości wody.

CO TYDZIEŃ

- Dokładnie wyczyść plastikową osłonę.
- Wyczyść uchwyty i wyświetlacz
- Sprawdź, czy słupki są bezpiecznie zablokowane.
- Sprawdź wszystkie śruby, nakrętki pod kątem zużycia i dokręcenia.

CO MIESIĄC

- Nasmaruj wszystkie metalowe końcówki środkiem antykorozyjnym.
- Sprawdź poziom baterii AA w konsoli, w razie potrzeby wymień.
- Oczyszcz powierzchnię biegową.

Nie zalecamy wykonywania jakichkolwiek wewnętrznych poprawek/dostosowań.

Stosowanie środków innych niż środki czyszczące i smarujące może skrócić żywotność produktu.

BEZPIECZNE ĆWICZENIA

Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem. Może on zalecić częstotliwość, intensywność i czas trwania ćwiczeń w zależności od wieku i stanu zdrowia. W przypadku odczuwania jakichkolwiek lub podobnych objawów podczas ćwiczeń - bólu lub ucisku w klatce piersiowej, nieregularnego tętna, duszności, zawrotów głowy lub innego dyskomfortu - należy natychmiast przerwać ćwiczenia! Przed kontynuowaniem ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem. Jeśli często korzystasz z bieżni, możesz wybrać regularną prędkość chodzenia lub joggingu. Jeśli nie masz doświadczenia lub nie jesteś pewien, jaka prędkość początkowa jest dla Ciebie najlepsza, zapoznaj się z poniższymi danymi:

Prędkość 1 - 3.0 km/h	osoby o słabej budowie ciała
Prędkość 3.0 - 4.5 km/h	osoby, które nie ćwiczą często
Prędkość 4.5 - 6.0 km/h	normalna prędkość chodzenia
Prędkość 6.0 - 7.5 km/h	szybki chód
Prędkość 7.5 - 9.0 km /h	jogging
Prędkość 9.0 - 12.0 km/h	średnio szybki biegacz
Prędkość 12.0 - 14.5 km/h	doświadczony biegacz
Prędkość powyżej 14.5 km/h	doskonały biegacz

UWAGA:

- Użytkownicy, którzy chcą ćwiczyć chodzenie, powinni wybrać prędkość 6 km/h lub niższą.
- Użytkownicy, którzy chcą ćwiczyć bieganie, powinni wybrać prędkość 8 km/h lub wyższą.

ROZPOCZYNANIE

PRZYGOTOWANIE

Jeśli masz więcej niż 45 lat lub masz problemy zdrowotne i używasz bieżni po raz pierwszy, przed rozpoczęciem ćwiczeń skonsultuj się z lekarzem.

Przed użyciem bieżni z napędem silnikowym należy stanąć na boku i nauczyć się jej obsługi, np. jak uruchomić, zatrzymać i dostosować prędkość. Możesz z niej korzystać po zapoznaniu się z jej funkcjami. Następnie stań na plastikowych antypoślizgowych szynach bocznych i chwyć poręcz oboma rękami. Włącz bieżnię i ustaw małą prędkość (1,6 - 3,2 km / h), stań prosto, patrz przed siebie i spróbuj kilka razy jedną stopą stanąć na pasie. Następnie wejdź na pas do biegania i zacznij ćwiczyć. Po dostosowaniu możesz powoli zwiększać prędkość do 3 - 5 km / h i utrzymywać tę prędkość przez około 10 minut. Następnie powoli zatrzymaj bieżnię.

ĆWICZENIE

Odsuń się, aby nauczyć się obsługiwać maszynę (regulować prędkość i nachylenie). Rozpocznij ćwiczenia po zapoznaniu się z funkcjami. Przejdź 1 km w stałym tempie i zapisz potrzebny czas, który może wynosić około 15 - 25 minut. Przejdź 1 km z prędkością 4,8 km / h (potrzebujesz około 12 minut). Po kilkakrotnym pomyślnym wykonaniu tego ćwiczenia możesz dostosować się do większej prędkości i nachylenia. Życzymy dobrego 30-minutowego ćwiczenia. Kiedy wykonujesz ćwiczenia chodzenia, nie spiesz się. Ćwiczenie poprawia zdrowie.

CZĘSTOTLIWOŚĆ

Optymalna częstotliwość ćwiczeń to 3 - 5 razy w tygodniu przez 15 - 60 min. Lepiej jest najpierw sporządzić harmonogram i nie ćwiczyć przypadkowo. Możesz kontrolować intensywność ruchu poprzez regulację prędkości i nachylenia. Sugerujemy, aby nie ustawiać nachylenia na początku ćwiczenia. Gdy chcesz zwiększyć intensywność ćwiczeń, zmiana nachylenia będzie najbardziej efektywna.

JAK ĆWICZYĆ

Najlepiej, aby każde ćwiczenie trwało 15 - 20 minut. Rozgrzej się przez 2 minuty marszem 4,8 km / h, następnie zwiększ prędkość do 5,3 km / h, a następnie 5,8 km / h. Każda sekcja powinna zająć około 2 minut. Następnie dodawaj 0,3 km / h co 2 minuty, aż oddech przyspieszy (nie powinieneś mieć jednak żadnych trudności). Ćwicz dalej z tą prędkością, jeśli czujesz, że trudno oddychać, zmniejsz prędkość o 0,3 km / h. Na koniec pozostaw 4 minuty, aby w końcu zmniejszyć prędkość. Jeśli stwierdzisz, że zwiększanie intensywności poprzez zwiększanie prędkości jest zbyt trudne, możesz powoli zwiększać nachylenie. Już niewielka regulacja może znacznie zwiększyć intensywność.

SPALANIE KALORII - W ten sposób możesz spalać kalorie. Rozgrzewaj się przez 5 minut przy prędkości 4 - 4,8 km / h, a następnie dodawaj 0,3 km / h co 2 minuty. Zwiększaj prędkość, aż poczujesz, że wykonywanie tego ćwiczenia bez przerwy przez 45 minut jest wyzwaniem. Aby zwiększyć intensywność, możesz spróbować ćwiczyć przez 1 godzinę z tą prędkością. Możesz ćwiczyć podczas oglądania telewizji. Dodawaj prędkość 0,3 km / h za każdym razem, gdy zobaczysz reklamy i powracaj do poprzedniej prędkości pod koniec reklamy, aby zwiększyć intensywność tylko podczas reklam. Zwolnij przez co najmniej 4 minuty.

UBIÓR

Wystarczy para butów, które pozwolą Ci w pełni rozciągnąć stopy, a jednocześnie nie będą przyklejać się do ciała obcych pod podeszwami buta, dzięki czemu nie będziesz przenosić brudu na pas i deskę do biegania. Brud i inne ciała obce mogą je uszkodzić. Powinieneś nosić wygodne ubranie.

ROZGRZEWKA

Przed bieganiem lepiej wykonać rozgrzewkę. Rozgrzane mięśnie łatwo się rozciągają, więc poświęć 5–10 minut na rozgrzewkę. Powtórz każde ćwiczenie pokazane na poniższych zdjęciach.



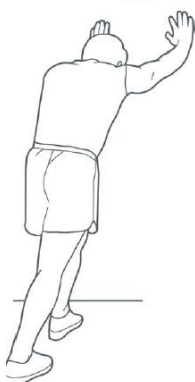
Skłony

Ugnij lekko kolana i lekko ugnij ciało do przodu. Rozluźnij plecy i ramiona i dotknij palce stóp. Przytrzymaj przez 10-15 sekund i zrelaksuj się. Powtórz 3 razy.



Rozciąganie ścięgien

Usiądź na czystej poduszce i wyprostuj jedną nogę. Włóż drugą nogę blisko do wewnętrznej strony prostej nogi. Staraj się dotykać palcami rąk. Przytrzymaj przez 10-15 sekund i zrelaksuj się. Powtórz 3 razy dla każdej nogi.



Rozciąganie ścięgien

Oprzyj się obiema rękami na ścianie lub drzewie. Masz jedną nogę w tyle. Trzymaj nogi prosto i trzymaj pięty na ziemi. Przechyl do ściany lub drzewa. Przytrzymaj przez 10-15 sekund i zrelaksuj się. Powtórz 3 razy dla każdej nogi.



Miesień czworogłowy

Położ lewą rękę na ścianie lub chwyć stół i wyciągnij prawą rękę do tyłu. Wepchnij prawą piętę w pośladek. Powoli, aż poczujesz napięcie w przednim udzie. Przytrzymaj przez 10-15 sekund i zrelaksuj się. Powtórz 3 razy dla każdej nogi.



Rozciąganie wewnętrznych części ud

Usiądź z podeszwami w przeciwnej pozycji. Kolana są skierowane na zewnątrz. Przyciągnij stopy do pachwiny przez 10-15 sekund. Zrelaksuj się i powtórz 3 razy.

PRZECHOWYWANIE

Bieżnię należy przechowywać w czystym i suchym miejscu. Upewnij się, że wyłącznik zasilania jest wyłączony, a bieżnia nie jest podłączona do gniazda zasilania.

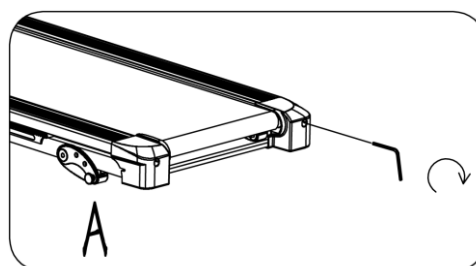
WAŻNE UWAGI

- Bieżnia posiada standardowe przepisy bezpieczeństwa i nadaje się tylko do użytku komercyjnego i domowego. Każde inne użycie jest zabronione i może być niebezpieczne dla użytkowników. Nie odpowiadamy za jakiegokolwiek obrażenia spowodowane niewłaściwym i zabronionym użytkowaniem maszyny.
- Przed rozpoczęciem treningu na bieżni skonsultuj się z lekarzem. Twój lekarz powinien ocenić, czy jesteś sprawny fizycznie, aby korzystać z urządzenia i ile wysiłku jesteś w stanie podjąć. Nieprawidłowe ćwiczenia lub zmiana pozycji ciała mogą zaszkodzić zdrowiu.
- Uważnie przeczytaj poniższe wskazówki i ćwiczenia. Jeśli podczas ćwiczeń poczujesz ból, nudności, nierówne oddychanie lub inne problemy zdrowotne, natychmiast przerwij ćwiczenie. Jeśli ból nie ustąpi, należy natychmiast skontaktować się z lekarzem.
- Bieżnia nie nadaje się do zastosowań profesjonalnych ani medycznych. Nie można jej również używać do celów leczniczych.
- Czujnik tętna nie jest urządzeniem medycznym. Dostarcza tylko przybliżonych informacji o średnim tętnie, a żadna sugerowana częstość tętna nie jest medycznie wiążąca. Zgromadzone dane mogą nie zawsze być dokładne w odniesieniu do niekontrolowanych czynników ludzkich i środowiskowych.

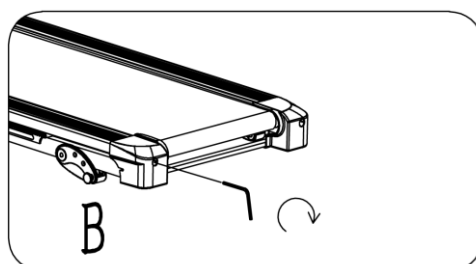
REGULACJA PASA BIEGOWEGO

Umieść bieżnię na równym podłożu i ustaw prędkość 3,5 - 5 km/h, aby sprawdzić, czy pas biegowy (20) nie przesuwają się od środka.

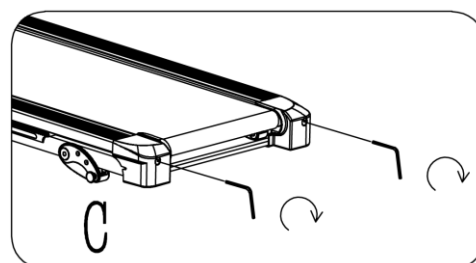
Jeśli pas biegowy (20) przesuwają się w prawo, obróć śrubę regulacyjną po prawej stronie o $\frac{1}{4}$ obrotu w prawo, a następnie obróć lewą śrubę regulacyjną o $\frac{1}{4}$ obrotu w lewo. Jeśli położenie pasa nie zmieni się, powtórz ten krok, aż zostanie wyśrodkowany. Patrz rysunek A.

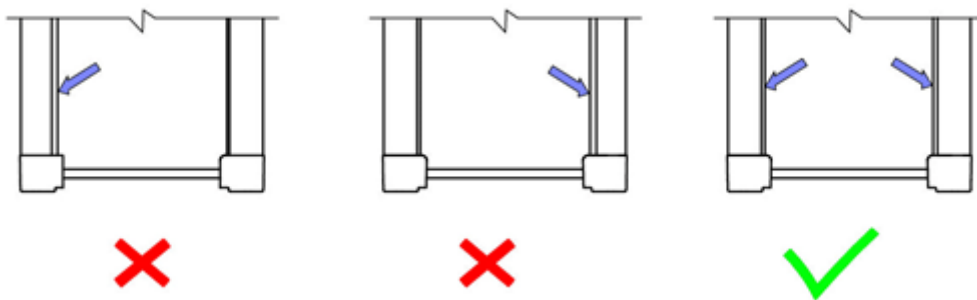


Jeśli pas biegowy (20) przesuwają się w lewo, obróć śrubę regulacyjną po lewej stronie o $\frac{1}{4}$ obrotu w prawo, a następnie obróć prawą śrubę regulacyjną o $\frac{1}{4}$ obrotu w lewo. Jeśli położenie pasa nie zmieni się, powtórz ten krok, aż zostanie wyśrodkowany. Patrz rysunek B.



Z czasem pas biegowy (20) poluzuje się. Aby napiąć pas, przekręć śruby regulacyjne po lewej i prawej stronie o jeden pełny obrót w prawo. Sprawdź napięcie pasa. Kontynuuj ten proces, aż pas będzie prawidłowo napięty. Upewnij się, że wyregulowałeś obie strony w równym stopniu, aby zapewnić równe wycentrowanie pasa. Patrz rysunek C.





SMAROWANIE BIEŻNI

Smarowanie pasa biegowego i płyty bieżnej jest niezbędne, ponieważ tarcie wpływa na żywotność i działanie bieżni. Dlatego zalecamy regularne sprawdzanie pasa biegowego.

OSTRZEŻENIE: Przed czyszczeniem, smarowaniem lub naprawą urządzenia należy zawsze odłączyć bieżnię od gniazdka elektrycznego.

Zalecamy przestrzeganie poniższej tabeli smarowania:

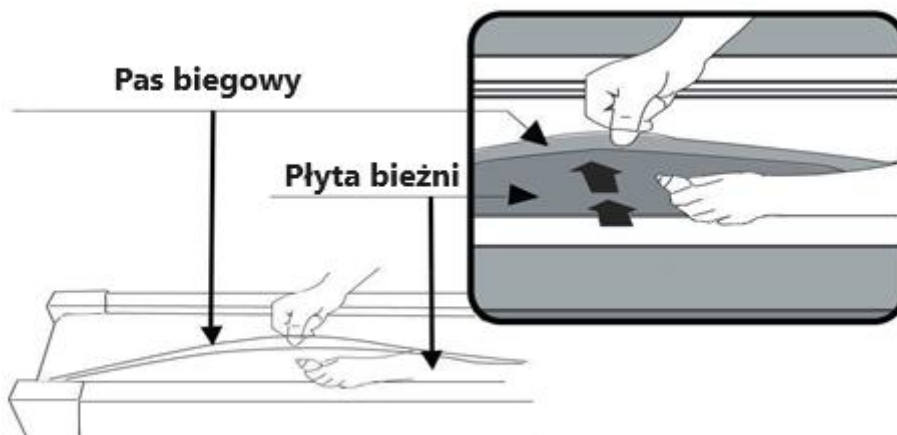
Rzadkie użytkowanie (mniej niż 3 godziny/tydzień)	Co 6 miesięcy
Średnie użytkowanie (3 - 5 godzin/tydzień)	Co 3 miesiące
Częste użytkowanie (ponad 5 godzin/tydzień)	Co 2 miesiące

Jak smarować bieżnię:

Podnieś pas z jednej strony i nałóż olej, a następnie nałóż olej na całą powierzchnię szmatką. powtórz po drugiej stronie.

Wszystkie ruchome części muszą poruszać się swobodnie i cicho. Nieprawidłowy ruch może zagrozić bezpieczeństwu produktu. Regularnie sprawdzaj i dokręcaj wszystkie śruby.

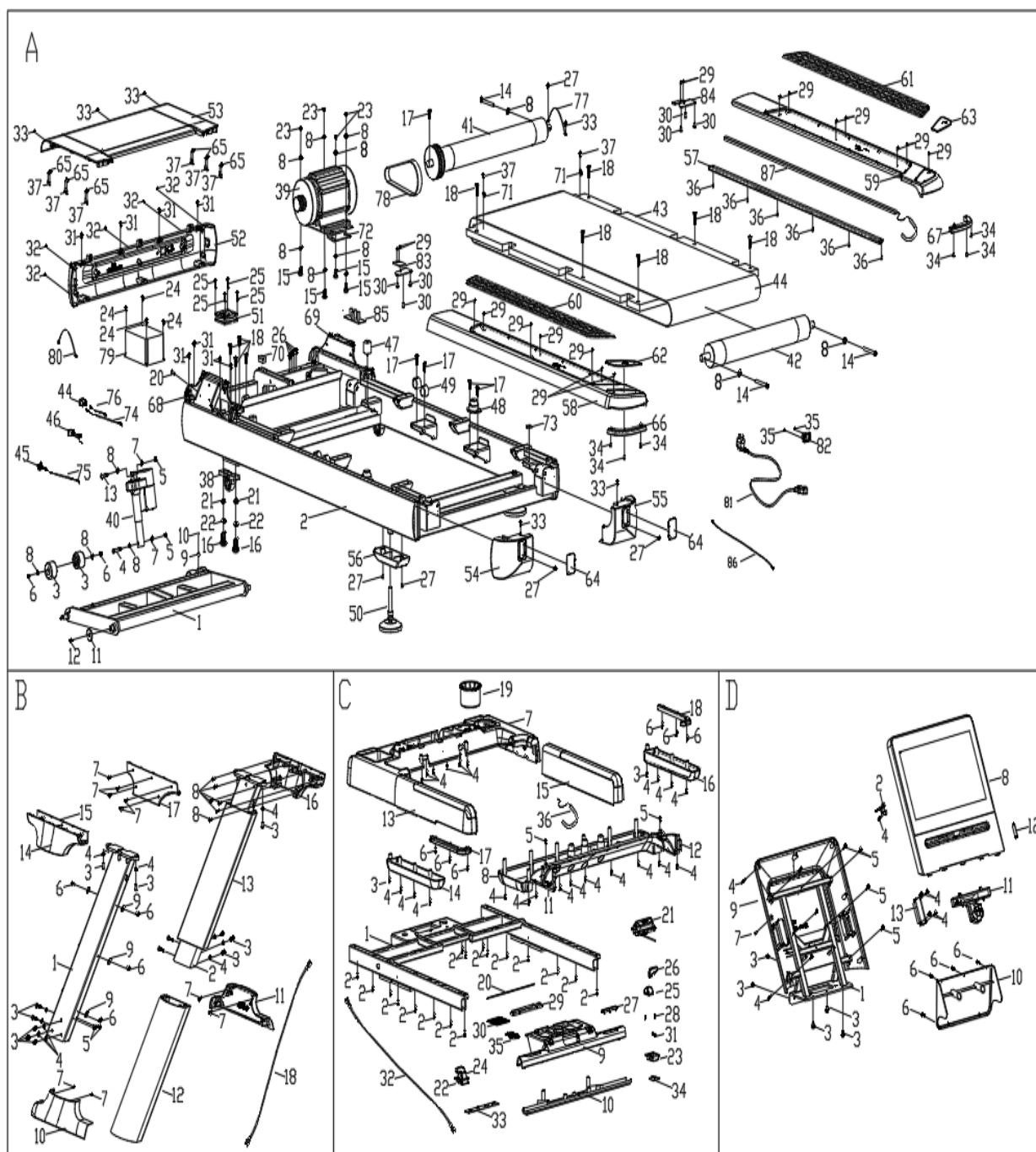
Właściwa i regularna konserwacja wydłuża żywotność bieżni.



Przed każdym smarowaniem bieżni najpierw sprawdź film olejowy, dotykając płyty pod pasem. Na płycie powinna znajdować się cienka warstwa oleju, która pozostanie również na palcach. Jeśli tak nie jest, nasmaruj bieżnię. Ogólnie zaleca się użycie około 10 ml oleju w odpowiednim miejscu, a następnie pozostawienie bieżni na najniższej prędkości przez kilka minut bez obciążenia. Następnie sprawdź ponownie, czy na płycie pod pasem utworzył się cienki film olejowy.

UWAGA! Nadmierne smarowanie bieżni nie jest pożądane i zwykle wymaga specjalistycznej obsługi. Dlatego lepiej jest wlać mniej oleju i dodać więcej w razie potrzeby.

SCHEMAT



LISTA CZĘŚCI

Nr	Nazwa	Ilość	Nr	Nazwa	Ilość
A	Rama główna	1	35	Śruba krzyżakowa M4*14 mm	2
1	Rama nachylenia	1	36	Śruba M4*16 mm	12
2	Rama główna	1	37	Śruba M4*10 mm	17
3	Koła ramy nachylenia	4	38	Łożysko	2
4	Śruba imbusowa M8*60 mm	1	39	Silnik	1
5	Nakrętka nylonowa M8	1	40	Silnik pochylenia	1
6	Nakrętka M10	4	41	Przedni cylinder	1
7	Podkładka płaska $\phi 8,5 * \phi 17$	2	42	Tylny cylinder	1
8	Podkładka płaska $\phi 10,5 * \phi 20$	17	43	Stopień	1
9	Podkładka	2	44	Włącznik/wyłącznik	1
10	Śruba krzyżakowa M4*25 mm	2	45	Bezpiecznik	1
11	Dolna pokrywa łożyska	2	46	Przewód zasilający	1
12	Śruba imbusowa M8*15 mm	2	47	Podkładka amortyzująca	2
13	Śruba imbusowa M8*40 mm	1	48	Podkładka amortyzująca	2
14	Śruba imbusowa M10*75 mm	3	49	Podkładka amortyzująca	4
15	Śruba imbusowa M10*35 mm	4	50	Nóżki	2
16	Śruba imbusowa M12*30 mm	4	51	Wentylator	1
17	Śruba imbusowa M8*15 mm	9	52	Przednia pokrywa silnika	1
18	Śruba imbusowa M8*20 mm	4	53	Pokrywa silnika	1
19	Śruba sześciokątna M8*30 mm	6	54	Lewa tylna pokrywa	1
20	Śruba imbusowa M6*12 mm	2	55	Prawa tylna pokrywa	1
21	Podkładka płaska $\phi 12,5 * \phi 24$	4	56	Pokrywa nóżek	2
22	Podkładka sprężyn. $\phi 12,5 * \phi 18,7$	4	57	Pokrywa świateł	2
23	Nakrętka nylonowa M10	4	58	Lewy pasek boczny	1
24	Śruba imbusowa M4*10 mm	4	59	Prawy pasek boczny	1
25	Śruba krzyżakowa M4*30 mm	4	60	Lewa podkładka antypoślizg. -A	1
26	Śruba krzyżakowa M4*8 mm	4	61	Prawa podkładka antypoślizg. -A	1
27	Śruba krzyżakowa M5*8 mm	1	62	Lewa osłona panelu	1
28	Śruba krzyżakowa M5*10 mm	10	63	Prawa osłona panelu	1
29	Śruba krzyżakowa M5*15 mm	18	64	Tylna pokrywa	1
30	Śruba imbusowa M6*15 mm	6	65	Zatrask pokrywy silnika	6
31	Śruba krzyżakowa M4*15 mm	13	66	Pokrywa lewego oświetlenia	1
32	Śruba krzyżakowa M4*16 mm	5	67	Pokrywa prawego oświetlenia	1
33	Śruba krzyżakowa M4*15 mm	6	68	Pokrywa lewego silnika	1
34	Śruba krzyżakowa M4*15 mm	6	69	Pokrywa prawego silnika	1

70	Zaślepka	2	C	Konsola	1
71	Sworzeń	5	1	Wspornik konsoli	1
72	Gumowa podkładka silnika	4	2	Śruba krzyżakowa M4*16 mm	18
73	Gumowa podkładka do stopnia	2	3	Śruba krzyżakowa M4*16 mm	4
74	Kabel – niebieski	1	4	Śruba krzyżakowa M4*12 mm	37
75	Kabel – brązowy 250 mm	1	5	Śruba krzyżakowa M4*15 mm	2
76	Kabel – brązowy 100 mm	1	6	Śruba krzyżakowa M4*16 mm	6
77	Kabel uziemiający	2	7	Górna pokrywa konsoli	1
78	Pasek silnika	1	8	Dolna pokrywa konsoli	1
79	Falownik	1	9	Górna pokrywa przycisku	1
80	Kabel uziemiający – żółto-zielony	1	10	Dolna pokrywa przycisku	1
81	Przewód zasilający	1	11	Lewa ozdobna pokrywa uchwytu	1
82	Zacisk przewodu zasilającego	1	12	Prawa osłona uchwytu	1
83	Płyta zasilająca	1	13	Górna lewa pokrywa uchwytu	1
84	Dolny uchwyt kabla – 800 mm	1	14	Dolna lewa pokrywa uchwytu	1
85	Oświetlenie bieźnika	1	15	Górna prawa pokrywa uchwytu	1
86	Pasek bieźnika	1	16	Dolna prawa pokrywa uchwytu	1
87	Kabel – niebieski	2	17	Lewy uchwyt lampki	1
88	Kabel – brązowy 250 mm	1	18	Prawy uchwyt lampki	1
B	Zestaw słupków	1	19	Silikonowy uchwyt na kubek	1
1	Lewy słupek	1	20	Mata antypoślizgowa	1
2	Prawy słupek	1	21	Zestaw kluczy bezpieczeństwa	1
3	Śruba sześciokątna M10 *20 mm	14	22	Lewa płyta główna przycisku	1
4	Podkładka 10,5×20×T1,5 mm	14	23	Prawa płyta główna przycisku	1
5	Śruba krzyżakowa M4*15 mm	4	24	Lewy uchwyt przycisku	1
6	Śruba krzyżakowa M4*16 mm	12	25	Prawy uchwyt przycisku	1
7	Śruba krzyżakowa M4*14 mm	14	26	Przycisk szybkiego wyboru	2
8	Śruba krzyżakowa M4*16 mm	12	27	Płytko do pomiaru tętna	4
9	Zacisk boczny bieźnika	6	28	Sprężyna przycisku wyboru	4
10	Dolna lewa osłona słupka	1	29	Przyciski	1
11	Dolna prawa osłona słupka	1	30	Naklejka ładowarki bezprzewod.	1
12	Lewa osłona słupka	1	31	Osłona przycisku	2
13	Prawa osłona słupka	1	32	Górny kabel danych – 1100 mm	1
14	Lewa osłona wspornika -A	1	33	Płytko główna przycisków	1
15	Lewa osłona wspornika -B	1	34	Przyciski płyty głównej	2
16	Prawa osłona wspornika -A	1	35	Ładowarka bezprzewodowa	1
17	Prawa osłona wspornika -B	1	36	Zestaw oświetleniowy	2
18	Środkowy kabel danych 1100 mm	1			

D	Układ scalony konsoli	1	7	Śruba krzyżakowa M4*10 mm	2
1	Uchwyt układu scalonego konsoli	1	8	Chip konsoli	1
2	Wspornik układu konsoli	2	9	Tylna pokrywa chipa konsoli	1
3	Śruba imbusowa M8*20 mm	5	10	Tylna pokrywa konsoli	1
4	Śruba krzyżakowa M4*12 mm	17	11	Pokrywa wentylatora	1
5	Śruba krzyżakowa M4*16 mm	7	12	Pokrywa USB	1
6	Śruba krzyżakowa M4*14 mm	5	13	Głośnik	2

KODY BŁĘDÓW

Kod	Awaria	Możliwe rozwiązanie
E01H	Usterka niskiego napięcia	1. Po 1 minucie od wyłączenia zasilania włącz ponownie bieżnię. 2. Sprawdź, czy wtyczka, przełącznik i gniazdo nie są poluzowane. 3. Sprawdź, czy napięcie sieciowe nie jest niższe od wartości standardowej.
E02H	Awaria czujnika temperatury i prędkości	1. Po 1 minucie od wyłączenia zasilania włącz ponownie bieżnię. 2. Sprawdź, czy czujnik NTC w falowniku nie jest poluzowany.
E04H	Aktualny błąd przeciążenia	1. Po wyłączeniu zasilania na 5 minut ponownie włącz bieżnię. 2. Sprawdź, czy waga użytkownika nie przekracza dopuszczalnego limitu. 3. Nasmaruj bieżnię lub sprawdź stan biegni, bieźni i rolek.
E06H	Przeciążenie falownika	1. Sprawdź, czy napięcie jest zgodne z normą. 2. Po 1 minucie od wyłączenia zasilania włącz ponownie bieżnię.
E08H	Błąd izolacji silnika	1. Po minucie od wyłączenia zasilania włącz ponownie bieżnię. 2. Sprawdź, czy silnik jest w normalnym stanie. Sprawdź, czy kabel izolacyjny jest prawidłowo podłączony do silnika. 3. Nasmaruj bieżnię lub sprawdź stan biegni, płyty biegowej i rolek. Jeśli wszystko jest w porządku, sprawdź, czy waga użytkownika nie przekracza dopuszczalnego udźwigu.
E09H	Błąd przegrzania falownika	1. Popraw wentylację bieźni i wyczyść sworzeń w sterowniku. 2. Wymień wentylator (jeśli temperatura wentylatora przekroczy 50°C, uruchom ponownie bieżnię) lub falownik.
E0AH	Przeciążenie silnika	1. Sprawdź, czy waga użytkownika nie przekracza dopuszczalnego udźwigu.

		2. Nasmaruj bieżnię lub sprawdź stan bieżni, bieżni i rolek.
E0BH	Przeciążenie falownika	1. Sprawdź, czy waga użytkownika nie przekracza dopuszczalnego udźwigu. 2. Nasmaruj bieżnię lub sprawdź stan bieżni, pasa biegowego i rolek.
E0DH	Kabel silnika jest uszkodzony.	Sprawdź, czy złącze między silnikiem a falownikiem nie jest luźne.
E0EH	Przeciążenie hamulca w przetworniku	Wyłącz bieżnię na 2 minuty, a następnie włącz ją ponownie. Jeśli kod błędu nadal występuje, wymień falownik.
E21H	Błąd programu Flash	Wyłącz bieżnię na 2 minuty, a następnie włącz ją ponownie. Jeśli kod błędu nadal występuje, wymień falownik.
E22H	Błąd EEPROM	Wyłącz bieżnię na 2 minuty, a następnie włącz ją ponownie. Jeśli kod błędu nadal występuje, wymień falownik.
E23H	Usterka niskiego napięcia	1. Sprawdź, czy napięcie wejściowe falownika mieści się w prawidłowych wartościach. 2. Upewnij się, że wtyczka zasilania jest podłączona.
E25H	Zatrzymanie awaryjne	Sprawdź, czy kabel 2-pinowy między konsolą a napędem jest prawidłowo podłączony.
E26H	Błąd parametru sterownika	Wyłącz bieżnię i uruchom ją ponownie.
E27H	Błąd niskiego napięcia wejściowego	Sprawdź, czy napięcie wejściowe przetwornika jest prawidłowe.
E28H	Błąd wejścia wysokiego napięcia	Sprawdź, czy napięcie wejściowe przetwornika jest prawidłowe.
E5	Usterka silnika przechyłu	1. Sprawdź, czy kabel silnika VR jest prawidłowo podłączony. 2. Sprawdź, czy temperatura silnika pochylenia nie jest wysoka. Jeśli jest za gorąco, nie używaj pochylenia ani nie wyłączaj bieżni przez 5 minut, aż silnik ostygnie.
Błąd silnika przechyłu	Usterka silnika przechyłu	1. Sprawdź, czy kabel silnika VR jest prawidłowo podłączony. 2. Skalibruj ponownie.
Zatrzymanie awaryjne	Błąd klucza bezpieczeństwa	1. Sprawdź, czy klucz bezpieczeństwa nie jest uszkodzony. 2. Sprawdź, czy kabel klucza bezpieczeństwa jest prawidłowo podłączony. 3. Sprawdź, czy klawiatura bezpieczeństwa nie jest uszkodzona. 4. Sprawdź, czy konsola nie jest uszkodzona. 5. Upewnij się, że kabel między konsolą a falownikiem nie jest uszkodzony.
Błąd połączenia	Błąd połączenia między konsolą a falownikiem	1. Upewnij się, że górny kabel między konsolą a słupkiem jest bezpiecznie podłączony.

		2. Upewnij się, że kabel konsoli jest bezpiecznie podłączony do kabla w napędzie. 3. Upewnij się, że konsola jest w normalnym stanie. 4. Wyłącz bieżnię na 2 minuty, a następnie uruchom ją ponownie.
E50H	Błąd połączenia pomiędzy dolnym kablem a falownikiem	1. Sprawdź, czy dolny kabel jest prawidłowo podłączony do falownika. 2. Sprawdź, czy falownik jest prawidłowo podłączony.
E51H	Błąd komunikacji pomiędzy falownikiem a centralną płytką drukowaną sterownika	1. Upewnij się, że kabel konsoli jest prawidłowo podłączony do płytki drukowanej kontrolera centralnego. 2. Sprawdź, czy konsola nie ma wad. 3. Sprawdź, czy sterownik centralny nie jest uszkodzony.

OCHRONA ŚRODOWISKA

Po wygaśnięciu żywotności produktu lub jeśli ewentualna naprawa jest nieopłacalna, należy go zutylizować zgodnie z lokalnymi przepisami i w sposób przyjazny dla środowiska na najbliższym złomowisku.

Poprzez odpowiednią utylizację chronisz środowisko i źródła naturalne. Ponadto możesz pomóc chronić zdrowie ludzkie. Jeśli nie masz pewności co do prawidłowej utylizacji, poproś lokalne władze o więcej informacji, aby uniknąć naruszenia prawa lub sankcji.

Nie wyrzucaj baterii jako odpadów domowych, ale oddaj je do punktu zbiórki w celu recyklingu podzespołów elektronicznych i baterii. Nieprawidłowa utylizacja może mieć negatywne konsekwencje dla środowiska i zdrowia ludzkiego.

WARUNKI GWARANCJI, ZGŁOSZENIA GWARANCYJNE

Gwarant:

inSPORTline Polska

Ciemnietniki 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 Gwarancję 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) Drobnego, powierzchownego 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 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.

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
NIP: 6090063070, REGON: 260656756

Formularz kontaktowy

