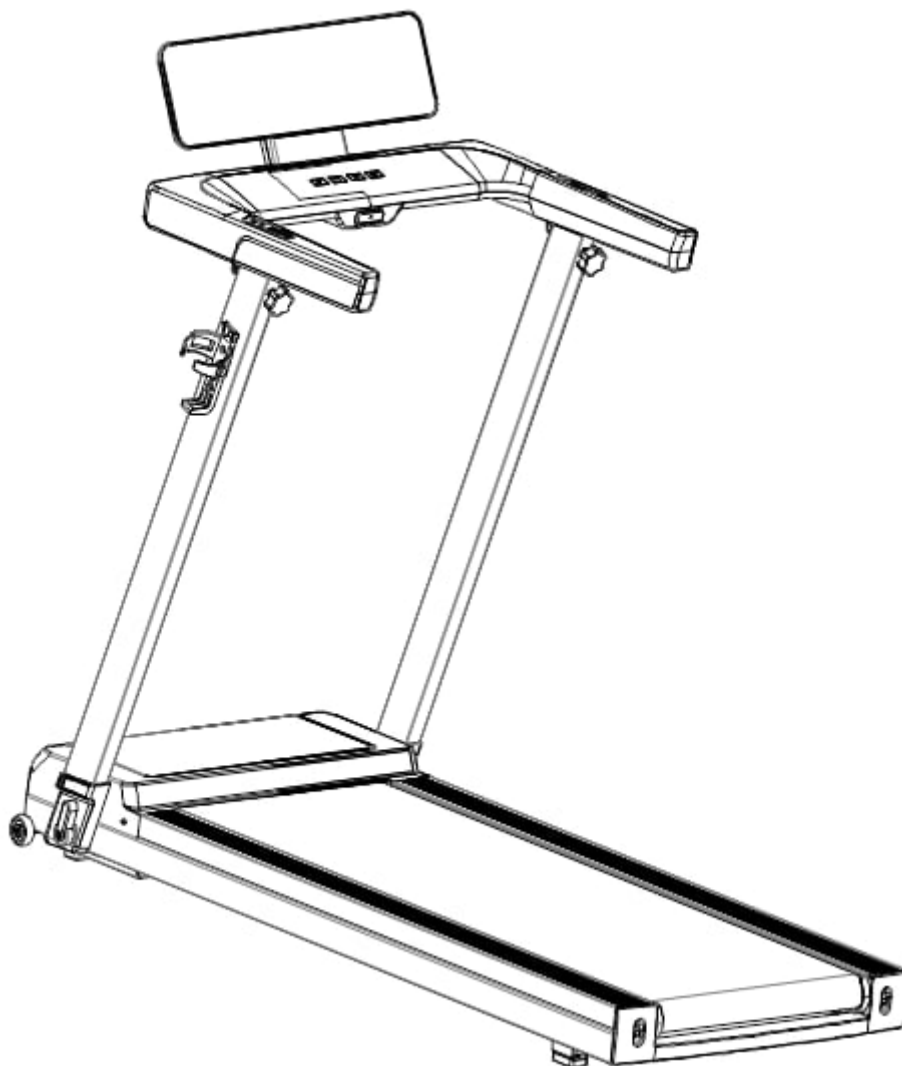


МОТОРИЗОВАНА БІГОВА ДОРІЖКА FITLOGIC T720 КЕРІВНИЦТВО З ЕКСПЛУАТАЦІЇ



Прочитайте та дотримуйтесь усіх інструкцій у цьому посібнику користувача

ДЯКУЄМО

Дякуємо за придбання цього продукту, який допоможе вам підтримувати гарну фізичну форму, здоров'я і самопочуття у дуже простий спосіб.

Посібник користувача

1. Завжди підключайте штепсельну вилку до розетки із заземленим контуром, а розетка повинна мати спеціальний контур, щоб уникнути спільного використання з іншим електрообладнанням.
2. Перед використанням переконайтеся, що бігова доріжка стійко стоїть на землі.
3. Перед запуском перевірте, чи працює він нормально чи ні.
4. Встаньте на дві бічні рейки, коли бігова доріжка почнеться.
5. Прикріпіть ключ безпеки до одягу перед використанням, щоб забезпечити контроль в надзвичайних ситуаціях.
6. Натисніть кнопку "Старт", щоб запустити бігову доріжку.
7. Для підготовки до пробного запуску бігової доріжки слідуйте за біговою стрічкою лівою ногою. Тільки коли ви відчуєте, що це правильно, тоді біжіть двома ногами на біговій доріжці з правильною біговою поставою.
8. Бігова доріжка призначена ТІЛЬКИ ДЛЯ ОДНІЄЇ ОСОБИ. Перевантаження не допускається.
9. При необхідності можна відрегулювати швидкість.
10. Після бігу ви можете зупинити бігову доріжку, витягнувши ключ безпеки або натиснувши кнопку "стоп".
11. Не забудьте вимкнути живлення і витягнути вилку з розетки, коли закінчите тренування.

Заходи безпеки

- ◆ Розміщуйте бігову доріжку в приміщенні, де немає води та важких предметів.
- ◆ Під час використання тренажера одягайте зручний одяг і бажано спортивне або аеробне взуття.
- ◆ Тримайте дітей подалі від бігової доріжки, щоб уникнути нещасного випадку.
- ◆ Не перевантажуйте двигун, контролер, ролик і бігове полотно, щоб не пошкодити їх. Регулярно проводьте технічне обслуговування бігової доріжки.
- ◆ Підтримуйте низький рівень пилу в приміщенні та певну вологість, щоб уникнути перешкод у роботі консолі та контролера.
- ◆ Тримайте домашню бігову доріжку безперервно включеною не більше 2 годин.
- ◆ Підтримуйте хорошу циркуляцію повітря під час бігу.

- ◆ В кінці бігової доріжки під час бігу має бути безпечний простір розміром 2000x1000 мм.
- ◆ Припиніть біг, якщо відчуваєте дискомфорт, і зверніться до лікаря.
- ◆ Зберігайте силіконову пляшечку в недоступному для дітей місці, щоб уникнути серйозної помилки.
- ◆ Забороняйте користувачеві зістрибувати з бігової доріжки відразу після використання.
- ◆ Обережно витягніть вилку шнура живлення з розетки.
- ◆ Якщо щось не так, зупиніть машину і негайно відключіть живлення.
- ◆ Зверніться до місцевого дистриб'ютора для розв'язання будь-якої проблеми або надання послуг. Не дозволяється самостійно розбирати компоненти.

НЕБЕЗПЕКА!

Щоб запобігти нещасним випадкам або травмам, будь ласка, дотримуйтеся наступних правил.

- ◆ Переконайтеся, що ваш одяг застебнутий перед пробіжкою.
- ◆ Не носіть одяг, який легко зачіпляється.
- ◆ Тримайте шнур живлення подалі від гарячих предметів.
- ◆ Тримайте дітей подалі від бігової доріжки.
- ◆ Якщо щось не так, підтримайте ручку, щоб піднятися і залишити бігове полотно.
- ◆ Не використовуйте бігову доріжку на відкритому повітрі.
- ◆ Перед переміщенням бігової доріжки завжди відключайте живлення.
- ◆ Не відкривайте кришку двигуна та ролика, якщо це не роблять професіонали.
- ◆ Цей тренажер можна використовувати в ланцюзі 10А.
- ◆ Переконайтеся, що тільки одна людина одночасно використовує тренажер.
- ◆ Тестування HRC може бути не таким точним, як у медичних приладів, тому його результати надаються лише для ознайомлення.
- ◆ Негайно припиніть тренування, якщо ви відчуваєте нездужання або біль у суглобах чи м'язах. Зокрема, слідкуйте за тим, як ваше тіло реагує на програму тренувань. Запаморочення - це ознака того, що ви занадто інтенсивно тренуєтеся на пристрої. При перших ознаках запаморочення ляжте на землю, поки не відчуєте себе краще.

Обережно!

Заборонено!

◆ Наступні пацієнти, які перебувають на лікуванні, повинні користуватися біговою доріжкою після схвалення професійного лікаря.

(1) Людина з болем у спині або раніше отримувала травми в нозі, талії, шиї. Ті, хто відчуває оніміння ніг, талії, шиї та рук (ті, хто має хронічні захворювання, такі як протрузія міжхребцевих дисків, ковзання хребта, протрузія шийних хребців тощо).)

(2) Пацієнт з деформуючим артритом, ревматизмом або подагрою.

(3) Пацієнт з остеопорозом.

(4) Пацієнт з поганою системою кровообігу, такою як захворювання серця, судинні розлади та судинна гіпертензія.

(5) Пацієнт з порушенням дихання.

(6) Пацієнт зі штучним серцевим ритмом.

(7) Пацієнт зі злякисними пухлинами.

(8) Пацієнт з тромбозом.

(9) Пацієнт з порушенням сприйняття, спричиненим діабетом.

(10) Людина з травмою шкіри.

(11) Пацієнт з високою температурою вище 38°C.

(12) Людина з викривленим хребтом.

(13) Людина з вагітністю або в (менструальний) період.

(14) Людина відчуває дискомфорт.

(15) Людина явно перебуває в поганому стані.

(16) Особа з метою реабілітації.

(17) Особа, яка має аномальні фізичні особливості.

-Вищезазначені випадки можуть призвести до нещасного випадку або погіршення здоров'я

◆ негайно припиніть тренування, якщо відчуєте нездужання, наприклад, біль у суглобах або м'язах, запаморочення, оніміння або ненормальне серцебиття, і якнайшвидше зверніться до

лікаря.

◆ Тримайте дітей подалі від цього виробу.

- Діти можуть постраждати, якщо ви проігноруєте це.

◆ Скажіть дітям, що це не іграшка.

- Діти можуть поранитися, якщо ви проігноруєте це.

◆ Під час використання, виймання, покладання на місце або переміщення цього виробу,

будь ласка, переконайтеся, що поблизу немає нікого або домашніх тварин.

Заборонити !

◆ припиніть використання цього виробу, якщо кришка тріснула (внутрішні деталі вийшли назовні) або зварні деталі відпали.

- може спричинити небезпеку або травму.

◆ Не використовуйте та не зберігайте бігову доріжку на відкритому повітрі або біля ванної кімнати, щоб уникнути потрапляння води.

◆ Не використовуйте та не зберігайте бігову доріжку в місцях, що піддаються впливу прямих сонячних променів, і уникайте місць з високою температурою, таких як електрична ковдра та обігрівач.

- може призвести до витoku електроенергії або пожежі.

◆ Не використовуйте, якщо пошкоджено лінію електропередач або вилку, або розетка не закріплена.

- Це може призвести до ураження електричним струмом, короткого замикання або пожежі.

◆ Не пошкоджуйте і не перекручуйте шнур живлення, а також не ставте на нього важкі предмети.

- Це може призвести до пожежі або ураження електричним струмом.

◆ Тільки для однієї людини за раз, попросіть оточуючих не підходити надто близько.

- може впасти і спричинити травму.

◆ Люди, які не притомні або не можуть самостійно керувати, не можуть користуватися

біговою доріжкою.

- може спричинити нещасний випадок або отримати травму.

- ◆ розбирати, ремонтувати, змінювати самостійно категорично заборонено.

- може спричинити механічну поломку та травми.

Щоб уникнути води !

- ◆ основний корпус та робочі компоненти не можна контактувати з водою або пити.

- може спричинити ураження електричним струмом та пожежу.

Забороняю !

- ◆ Не тренуйтеся занадто багато, якщо ви не є регулярним спортсменом.

- ◆ Не використовуйте бігову доріжку після їжі або коли відчуваєте втоми.

- може завдати шкоди вашому здоров'ю.

- ◆ Цей виріб призначений для домашнього використання. Його не можна використовувати

в школі або спортзалі, де є багато неспеціалізованих користувачів.

- може спричинити травми.

- ◆ Не використовуйте виріб під час прийому їжі або інших занять.

- ◆ Не використовуйте виріб, якщо відчуваєте, що тіло стає повільним після вживання

алкоголю.

- може спричинити нещасний випадок або травму.

- ◆ Не використовуйте виріб, коли у вашій кишені є тверді предмети.

- може спричинити нещасний випадок або травму.

- ◆ штепсельну вилку не можна прикріплювати голкою, відходами або водою.

- Це може призвести до ураження електричним струмом, короткого замикання та пожежі.

- ◆ Не виймайте вилку з розетки та не вимикайте живлення під час роботи.

- Це може призвести до травм.

Не працюйте з мокрими руками ! .

◆ Не виймайте та не вставляйте вилку мокрими руками.

- Це може призвести до ураження електричним струмом або травми.

Не забудьте витягнути штепсельну вилку !

◆ Не забувайте витягувати штепсельну вилку, коли не користуєтесь приладом.

- Пил і вологість можуть пошкодити ізоляцію, а потім спричинити витік електроенергії та пожежу.

◆ Витягніть штепсельну вилку під час технічного обслуговування.

- може призвести до ураження електричним струмом та травм.

◆ негайно припиніть використання, якщо виріб не запускається або має якісь несправності, витягніть штепсельну вилку та зателефонуйте в службу технічної підтримки.

- може призвести до ураження електричним струмом та травм.

◆ витягніть штепсельну вилку при раптовому відключенні живлення.

- може спричинити нещасний випадок та травми при відновленні живлення.

◆ При витягуванні штепсельної вилки слід триматися за вилку, а не за дріт.

- може спричинити коротке замикання, ураження електричним струмом та пожежу.

Інструкція з підключення заземлення !

◆ виріб повинен мати заземлене з'єднання. Заземлене з'єднання може забезпечити канал з найменшим опором для струму, коли виріб несправний, таким чином, може зменшити небезпеку ураження електричним струмом.

◆ Виріб оснащений електричним дротом для заземлення та заземлювальною вилкою.

Вилка повинна вставлятися в розетку, яка відповідає місцевим нормам.

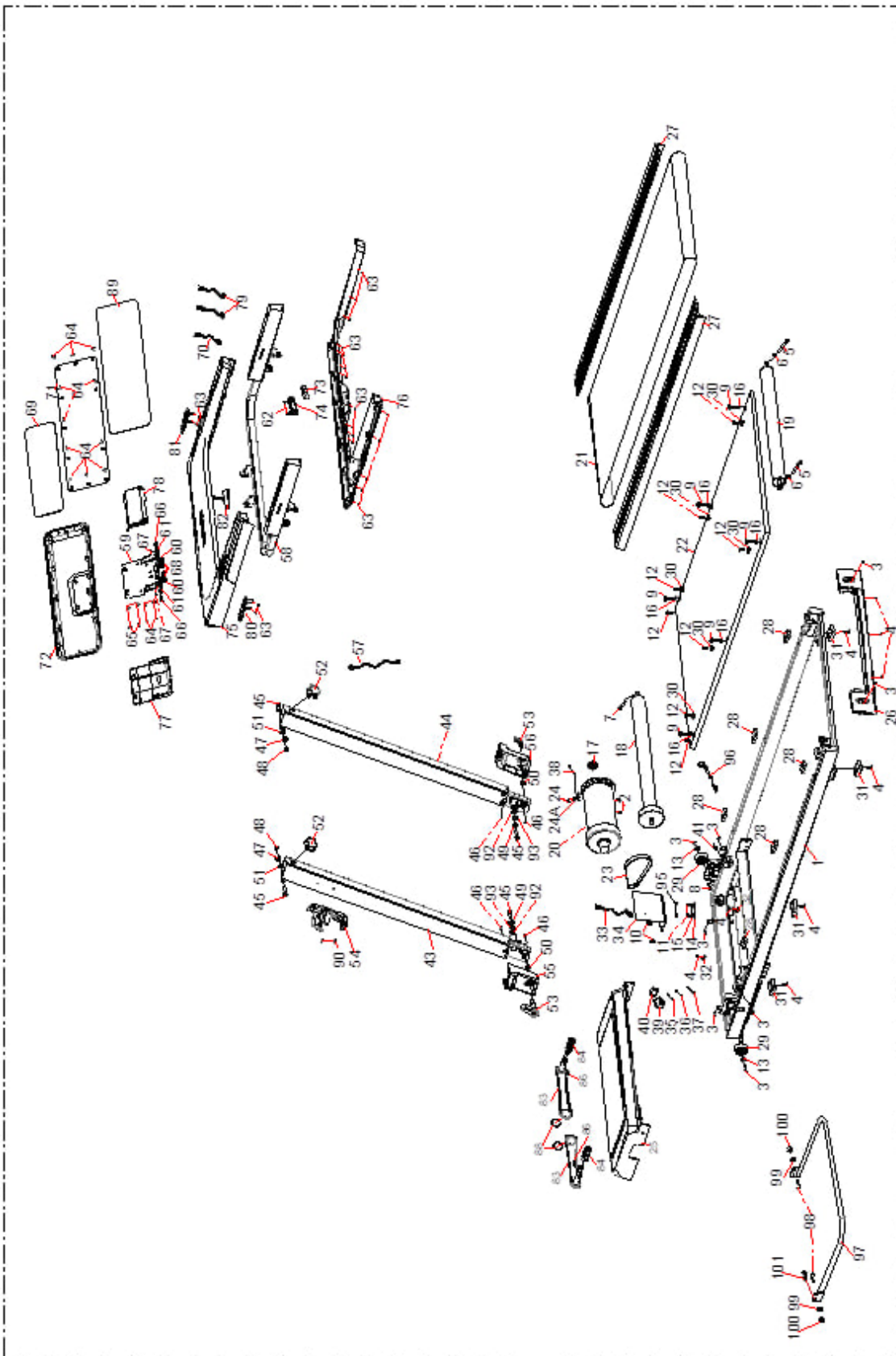
Небезпека !

◆ неправильне підключення заземлювального дроту може призвести до ураження електричним струмом. якщо ви не впевнені в правильності підключення заземлення, зверніться до професійного електрика для перевірки. якщо вилка виробу не відповідає вашій розетці, вам слід звернутися до електрика для встановлення правильної розетки.

◆ виріб має заземлювальну вилку. Будь ласка, спочатку переконайтеся, що у вас є відповідна розетка. Перехідник на розетку не допускається.

◆ Не стрибайте з бігової доріжки під час тренування

Малюнок :



Список деталей :

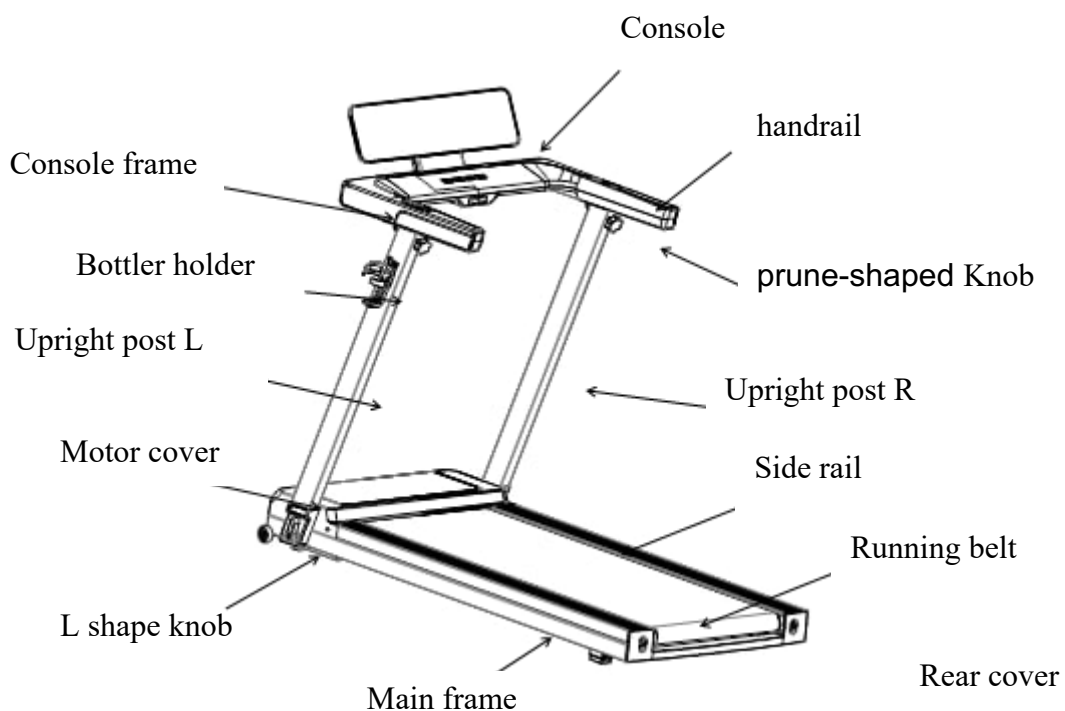
Н.	Найменування деталі	специфікація	Кількість
1	Основна рама		1
2	Болт із внутрішнім шестигранником С.К.С.	M8*20	2

3	Болт із внутрішнім шестигранником Philips C.K.S.	M5*10	8
4	Саморіз Philips C.K.S.	ST4*16	9
5	Болт з внутрішнім шестигранником	M8*75	2
6	Плоска шайба	Φ8	2
7	Болт з внутрішнім шестигранником з повною різьбою	M6*45	1
8	Саморіз Philips C.K.S.	ST4*10	2
9	Болт із внутрішнім шестигранником і потайною головкою	M6×55×Φ16	6
10	Болт із внутрішнім шестигранником Philips C.K.S.	M4*16	2
11	Болт із внутрішньою різьбою Philips C.K.S.	M4*10	2
12	Потайний саморіз Philips	ST4*15	8
13	Плоска шайба	Φ5	2
14	Зовнішня зубчаста стопорна шайба	Φ5	2
15	Пружинна шайба	Φ5	2
16	Пластикова плоска прокладка (ПВХ)	Φ12×Φ6×t1.0	6
17	Магнітне кільце		1
18	Передній ролик		1
19	Задній ролик		1
20	Двигун		1
21	Бігове полотно		1
22	Бігове полотно		1
23	Ремінь двигуна	174(442)PJ6	1
24	Болт з повною різьбою Philips зі шестигранною головкою	M4*8	2
25	Кришка двигуна		1
26	Задня кришка		1
27	Бічний поручень		2
28	Квадратна подушка		6
29	колеса		2
30	Направляючий блок з круглим краєм		6
31	Квадратна підставка для ніг		4
32	затискач кабелю		2
33	Провід зв'язку		1
34	контролер		1
35	Провід для підключення живлення		1
36	Провід для підключення живлення		1
37	Провід для підключення живлення		1
38	Датчик швидкості		1
39	Перемикач суднового типу		1
40	Перемикач самоскидання		1
41	Пряжка кабелю живлення		1
42	Металева опора для датчика швидкості		1
43	Стійка ліва		1
44	Стійка права		1
45	Болт із внутрішнім шестигранником	M8*20	4
46	Саморіз Philips C.K.S.	ST4*10	4
47	Плоска шайба	Φ8	2
48	Шестигранна контргайка	M8	2
49	Плоска шайба	Φ32×Φ8.5×t2.0	2
50	Пластикова прокладка	Φ24×Φ16×t2.0	2

51	Пластикова накладка	Φ18×Φ8.5×t2.0	2
52	П'ятикутна ручка	Φ35×M8×20	2
53	Г-подібна ручка		2
54	Тримач для пляшок		1
55	Кришка стійки ліва		1
56	Кришка стійки права		1
57	Провід зв'язку		1
58	Рама консолі		1
59	Кріпильна пластина консолі		1
60	Папілярна пружина	Φ12.5×Φ6.2×0.7	4
61	Сходінка M6	Φ16×Φ8×4.7	2
62	Саморіз Philips C.K.S.	ST4*10	2
63	Саморіз Philips C.K.S.	ST4*16	20
64	Потайний саморіз Philips	ST4*10	16
65	Потайний саморіз Philips	ST4*15	4
66	Болт із шестигранною внутрішньою різьбою	M6*25	2
67	Болт із внутрішньою різьбою Philips C.K.S.	M4*10	2
68	Шестигранна контргайка	M6	4
69	Консоль		1
70	Провід зв'язку		1
71	Панель консолі		1
72	Задня кришка консолі		1
73	Гніздо для запобіжного ключа		1
74	Запобіжний ключ		1
75	Верхній кошик для сушіння		1
76	Кошик для дрібниць нижній		1
77	Передня декоративна накладка на консоль		1
78	Задня декоративна кришка консолі		1
79	Імпульсний дрiт рукоятки		2
80	Набір імпульсів рукоятки пуску/зупинки		1
81	Набір імпульсів рукоятки швидкості		1
82	Провід сенсорної кнопки		1
83	Складна рама кронштейна		2
84	Звичайна циліндрична спіральна пружина стиснення	φ14×φ1.5×20	2
86	Болт з повною різьбою з головкою під шестигранник Philips	M5*15	2
88	Прокладка EVA		2
89	Акрилова наклейка на консоль		1
90	Болт Philips C.K.S.гострий з повною різьбою		2
91	папілярна пружина	Φ8×Φ4.2×0.4	4
92	папілярна пружина	Φ40×Φ20.4×t2.0	2
93	Розпірка для отвору D	t4.0×Φ40	2
96	Шнур живлення		1
97	Зварні шви задньої опори		1
98	Болт із шестигранною головкою та повним зубом з плоскою головкою	M8×20	2
99	Плоска шайба	φ8	2
100	Шестигранна контргайка	M8	2
101	Засувка з пружинною різьбою		1

None #85 or #87.

Інструкція з експлуатації бігової доріжки

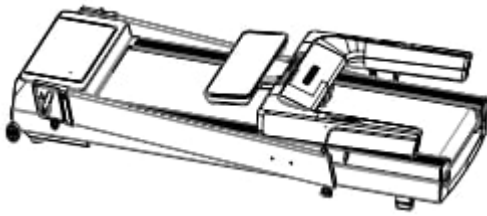


Технічна інформація

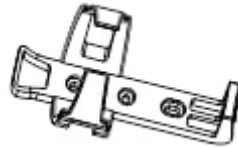
Розмір	Складання: 265*780*1530 мм
	Розкладання: 1530*780*1250 мм
Робоча поверхня	1220*450мм
Швидкість	1,0-16,0 км/год

Примітка: МИ ЗАЛИШАЄМО ЗА СОБОЮ ПРАВО ВНОСИТИ ЗМІНИ ДО ПРОДУКТУ БЕЗ ПОПЕРЕДНЬОГО ПОВІДОМЛЕННЯ.

Пакувальний лист



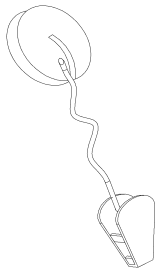
Machine



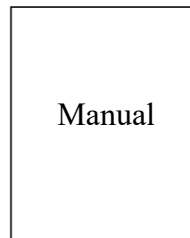
Bottle holder



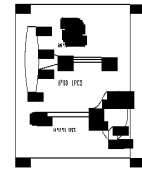
Silicon bottle



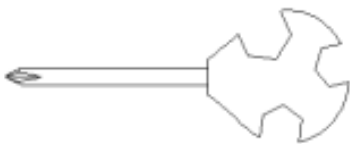
Safety key



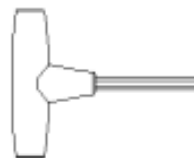
Manual



Hardware kit



Philips Open Wrench 14x17x75



T-shape Wrench 6mm



Philips C.K.S. sharp full thread bolt M4x16

Список обладнання

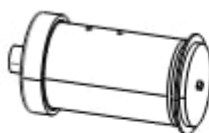
Основні частини



Motor cover



Console



Motor



Motor Belt



Running belt



Running deck



Side rail



Rear roller



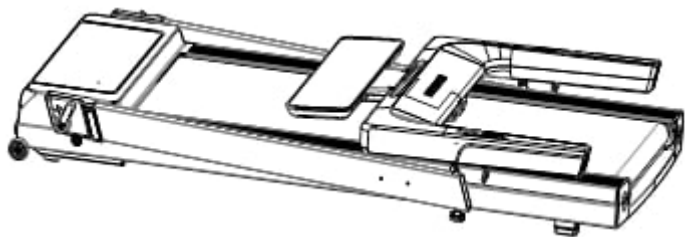
Front roller



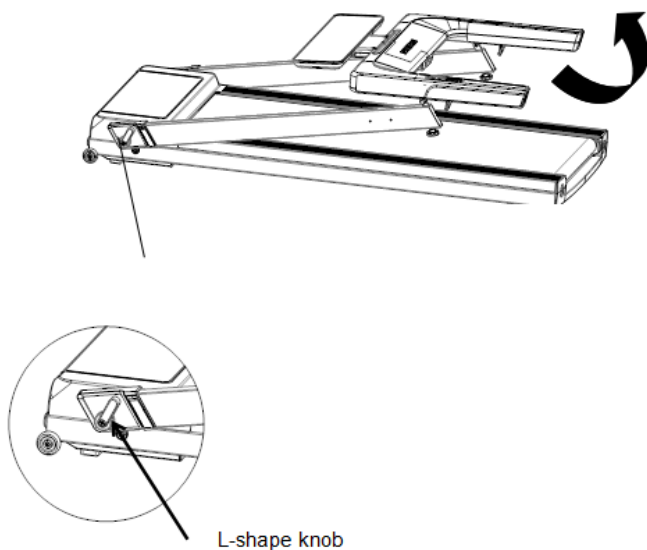
Rear cover

№.	Частина	Qty
1	Гострий гвинт із внутрішньою різьбою Philips C.K.S. M4×16	2
2	Гайковий ключ Philips 14x17x75	1
3	Т-подібний ключ (6 мм)	1

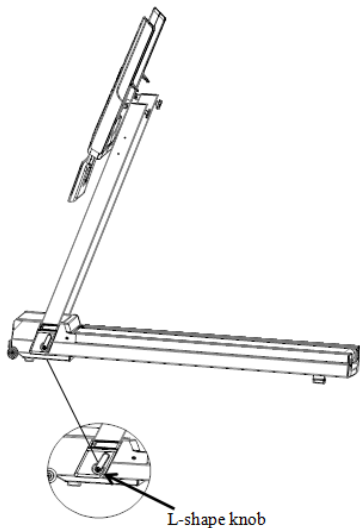
Крок 1: Вийміть машину з картонної коробки та покладіть її на рівну підлогу (див. малюнок вище), зніміть всі поліетиленові пакети та пакувальні ремені, якими обмотана машина.



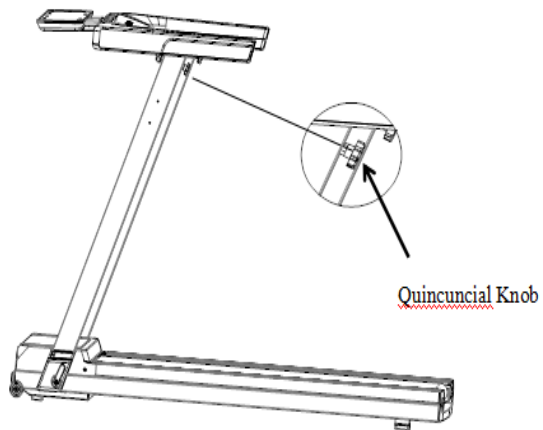
Крок 2: Ослабте дві Г-подібні ручки внизу, потім підніміть вертикальні стійки.



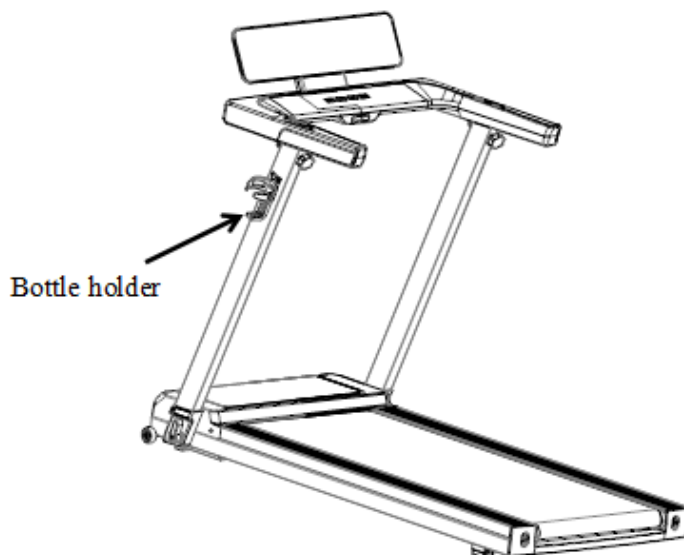
Крок 3: Підніміть вертикальну стійку у верхнє положення, потім зафіксуйте L-подібну ручку.



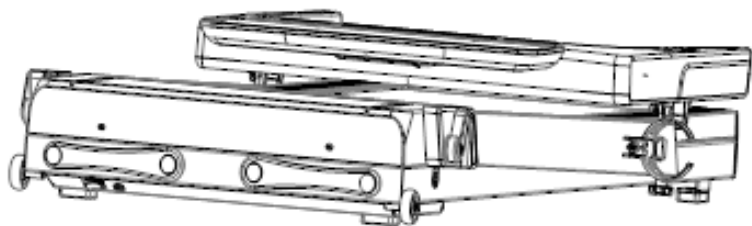
Крок 4: Послабте сливовицю з двох боків, відрегулюйте раму консолі у відповідне положення, а потім зафіксуйте ручки сливовиці.



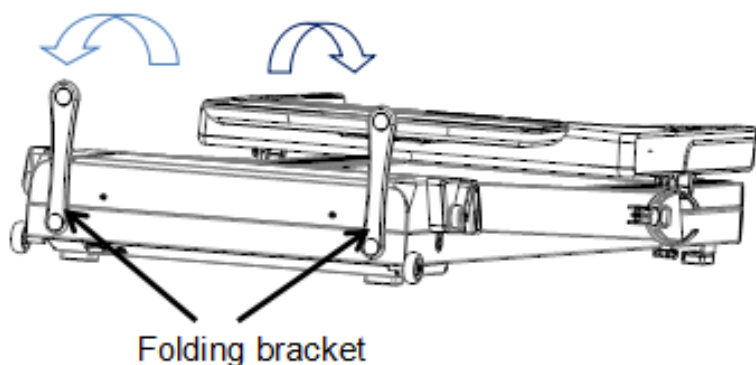
Крок 5: Відрегулюйте консоль у відповідне положення, прикріпіть тримач для пляшок до вертикальної стійки L за допомогою гострого гвинта з повною різьбою M4*16 Philips C.K.S. Перевірте, чи добре зафіксовані L-подібні ручки та ручки у формі сливи, збірка завершена.



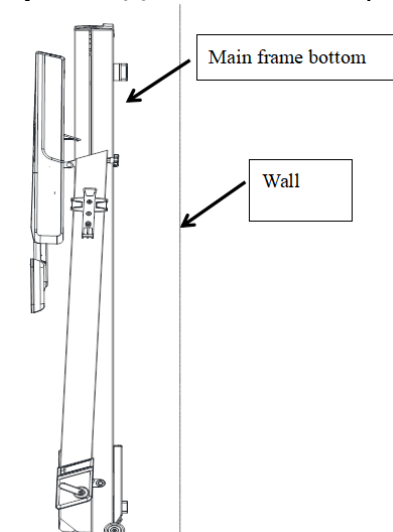
Крок 1: Складіть бігову доріжку у зворотному порядку, покладіть консоль на площину, тримайте раму консолі однією рукою, потім відпустіть ручки у формі сливової кісточки іншою рукою, щоб скласти раму консолі. Тримаючи стійку однією рукою, іншою рукою ослабте Г-подібну ручку, щоб скласти вертикальну стійку, і, нарешті, зафіксуйте Г-подібну ручку. Бігова доріжка складена, її можна переміщати та/або зберігати.



Крок 2: Поверніть відкидні кронштейни у напрямку, показаному на малюнках нижче.



Крок 3: Дайте біговій доріжці постояти самостійно.

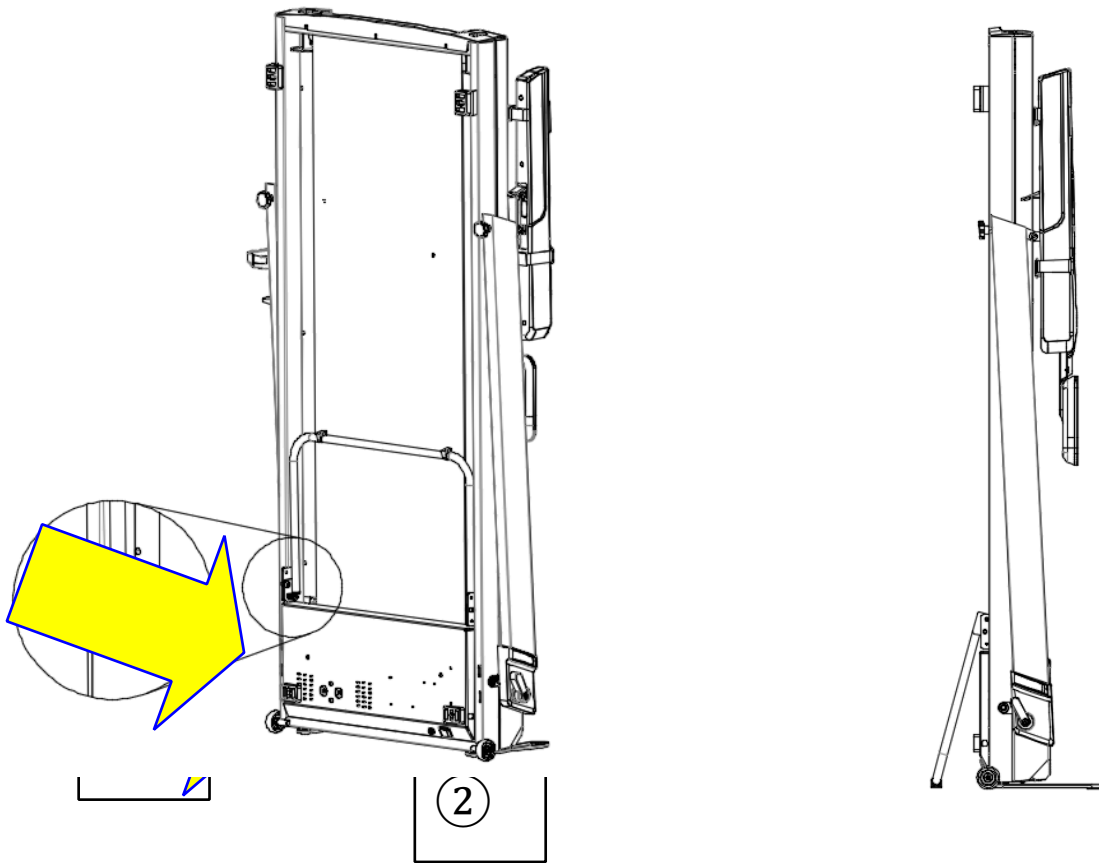


Примітка: Бігова доріжка повинна стояти біля стіни, подальше від дітей, на випадок несподіваної травми.

Крок 4: Вертикальний збір.

Після складання відповідно до перших трьох кроків, витягніть ліву засувку в нижній частині

машини, опорною трубкою вниз, поки засувка не стане на місце зі звуком "клацання", що дозволяє досягти вертикального збору без опори.



Примітка: Триматися подалі від дітей, на випадок несподіваного поранення.

Загальні поради щодо фітнесу

1. Розминка

Не затримуйте дихання перед розминкою протягом 5-10 хвилин перед кожною розминкою.

2. Дихання

Зазвичай, коли ви готуєтеся відновити дихання, вдихніть носом і видихніть ротом. Дихання і рухи повинні бути скоординованими, наприклад, дихати занадто швидко. Рух слід негайно припинити.

3. Частота

Одна і та ж частина м'яза повинна відпочивати 48 годин, тобто одну і ту ж частину можна тренувати тільки через день.

4. Навантаження

Відповідно до індивідуального фізичного стану визначте кількість тренувань, а потім відповідно до принципу асимптотичного навантаження на практиці, початкове тренування болу в м'язах є нормальним явищем, якщо продовжувати практикувати, біль можна усунути.

5. Розслабтеся

Виконуйте 5 хвилин вправ після кожної вправи, особливо розтягування та розслаблення м'язів стопи, щоб уникнути довгострокового ущільнення м'язів, дотримуйтеся м'язової гнучкої дієти

6. Дієта

Щоб захистити травну систему, за годину після їжі до тренування, тренування має бути принаймні за пів години до їди, вправляйтеся менше води, особливо питної води, щоб не збільшити навантаження на серце, нирки

Вправи на розтяжку

Якою б швидкістю ви не ходили, краще спочатку зробити вправи на розтяжку. Розігріті м'язи легше розтягуються, тому виділіть розминку 5-10 хвилин. Потім зупиніться і виконайте розтяжку наступним чином: 5 разів, кожен крок 10 секунд і більше; повторіть це після тренування.

Потягнутися вниз

Коліна злегка зігнуті, корпус повільно нахилиється вперед, дайте спині і плечам розслабитися, а руками намагайтеся торкнутися пальців ніг. Тримайте так 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази (як показано на малюнку 1).

2. Розтягнення сухожиль

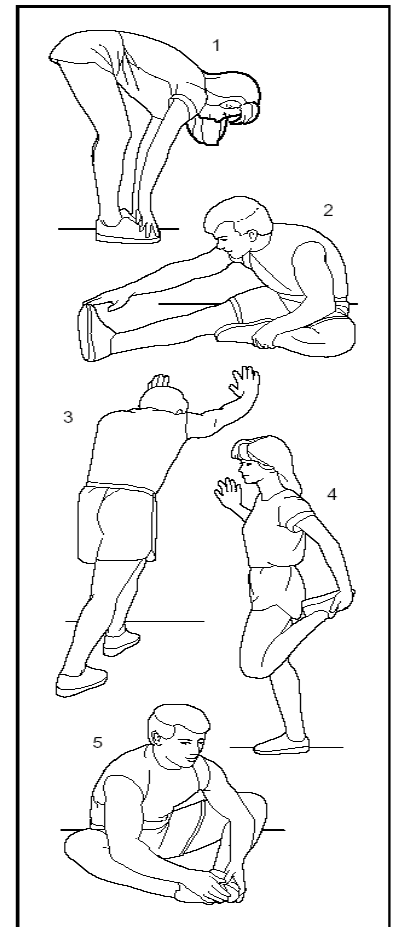
Сядьте на чисту подушку сидіння і випряміть одну ногу. Поставте іншу ногу всередину так, щоб вона щільно прилягала до внутрішньої сторони прямої ноги. Спробуйте торкнутися руками пальців ніг. Тримайте так 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (як показано на малюнку 2).

3. Розтяжка гомілки та п'яти

Тримайтеся за стіну або дерево обома руками і однією ногою позаду. Тримайте задні ноги вертикально, а п'яти на землі, нахилиючись у напрямку до стіни або дерева. Тримайте так 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (як показано на малюнку 3).

4. Розтяжка квадрицепса

Візьміться за рівновагу лівою рукою або столом, потім витягніть праву руку назад, візьміться за праву щиколотку й повільно потягніть її до стегон, поки не відчуєте, що м'язи перед стегнами напружені. Тримайте так 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторіть 3 рази для кожної ноги (як показано на малюнку 4).



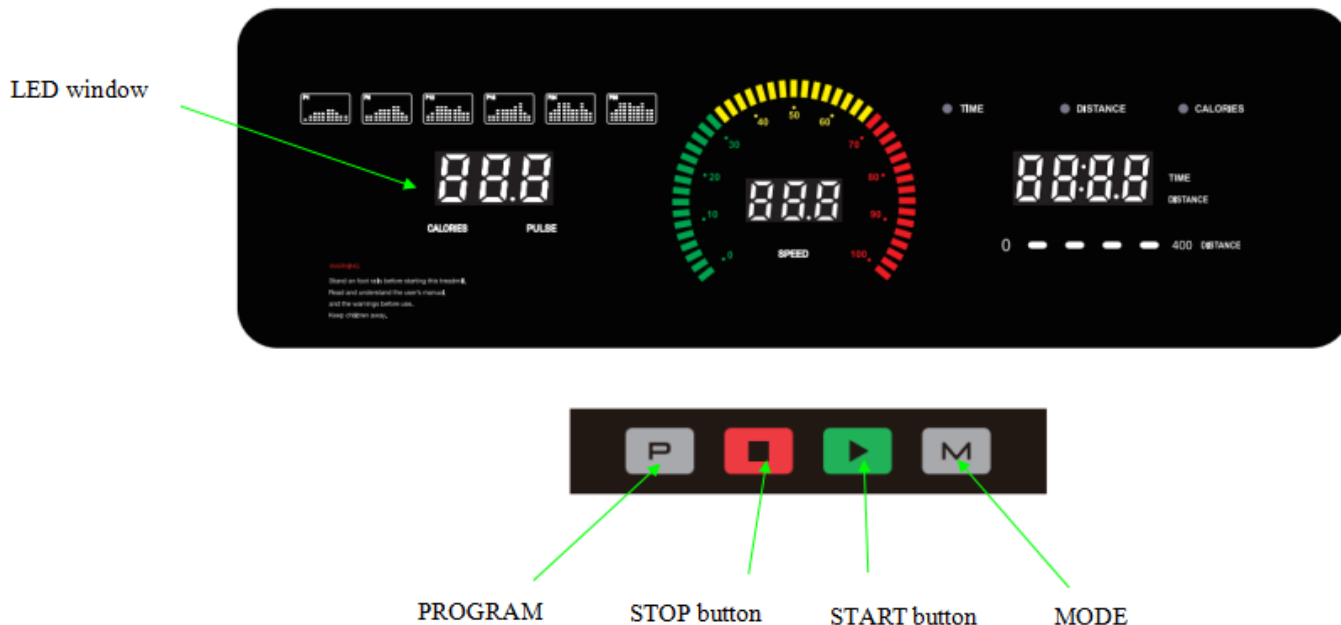
5. Розтягується протяжний м'яз (м'яз всередині стегна).

Підошви ніг протилежні, а коліна сідають. Візьміть ноги обома руками і потягніть їх у напрямку до паху. Тримайте так 10-15 секунд, потім розслабтеся. Повторити 3 рази. (Як показано на малюнку 5).

Інструкція з використання продукту

(Опис функцій консолі, інструкції з використання бігової доріжки)

Інструкції панелі консолі:



Опис функції консолі:

1. P0 призначений для встановлення програми навчання для користувача, P1-P36 є вбудованою автоматичною програмою навчання, три програми USER та BMI.
2. Світлодіодний дисплей, 4 робочі клавіші;
3. Вікно швидкості та відстані, функція перетворення кілометрів і миль
4. Діапазон робочих швидкостей: 1,0 ~ 16,0 км/год;
5. Захист від перевантаження, перевантаження по струму, вибухозахищений, антишвидкісний, антиелектромагнітний захист та інші функції захисту безпеки;
6. Самоперевірка системи, функція сповіщення про ненормальну інформацію.
7. Три призначені для користувача функції;
8. Функція ERP;

9. Функція відключення звукового сигналу.

Інструкція з безпеки:

- Вставте вилку шнура живлення в розетку 10 А з безпечним заземленням, увімкніть вимикач живлення, екран консолі відобразиться повністю, а потім знайдіть ключ безпеки;;
- Помістіть ключ безпеки в положення на консолі та прикріпіть прищіпку до одягу на грудях;
- Електронна система управління в будь-який час знаходиться під контролем безпеки. Поки буде виявлено будь-яку аномалію, бігова доріжка, що працює, негайно зупиниться, а на екрані відобразиться повідомлення про ненормальну інформацію з підказкою;
- Коли на екрані відображається незвичайна інформація, від'єднайте ключ безпеки або перемикач, щоб видалити інформацію про помилку.

Опис дисплея та кнопки :

- ✧ **Інструкція до вікна дисплея:** Світлодіодний дисплей.
- ✧ Вікно "ВІДСТАНЬ" "ЧАС": відображає значення відстані та часу ; Вікно "КАЛОРІЇ" "ПУЛЬС": відображає значення калорій та пульсу
- ✧ Вікно "КАЛОРІЇ" "ПУЛЬС": відображає значення калорій та пульсу
- ✧ Вікно "SPEED": відображає значення швидкості
- ✧

1. Функція конвертації кілометрів у милі:

- А. Зніміть ключ безпеки, потім натисніть і утримуйте кнопки "PROGRAM" і "MODE" разом протягом декількох секунд, на дисплеї з'явиться 0.6, що означає, що кілометри конвертуються в милі.
- В. Зніміть ключ безпеки, потім натисніть і утримуйте кнопки "PROGRAM" і "MODE" разом протягом декількох секунд, на дисплеї з'явиться 1.0, що означає, що милі перетворені в кілометри.

2. Опис функціональних кнопок: Опис функціональних кнопок

- А. Програмна клавіша: Кнопка програми: "P" - це кнопка програми: У режимі очікування натисніть цю кнопку, щоб вибрати 36 різних програм роботи від ручного режиму "1.0" до "P1-P36". Ручний режим - це режим роботи системи за замовчуванням, швидкість за замовчуванням становить 1,0 км/год, а максимальна швидкість - 16 км/год.

- B. Кнопка перемикачів режимів: "M" - це кнопка перемикачів режимів: у режимі очікування натисніть цю кнопку, щоб вибрати один з трьох режимів зворотного відліку. Н Режим зворотного відліку часу, режим зворотного відліку відстані та режим зворотного відліку калорій. Клавіша додавання-віднімання швидкості може бути використана для встановлення відповідного значення зворотного відліку при виборі різних режимів. Після налаштування натисніть кнопку СТАРТ, щоб запустити бігову доріжку.
- C. СТАРТ - це кнопка запуску/паузи. Коли бігова доріжка зупинена, натисніть кнопку пуск/пауза, і бігова доріжка почне працювати на найнижчій швидкості. Під час роботи бігової доріжки натисніть кнопку пуск/пауза, і бігова доріжка тимчасово зупиниться. Повторне натискання кнопки пуск/пауза в режимі паузи поступово поверне бігове полотно до режиму роботи, що передував паузі.
- D. Кнопка зупинки: "STOP" - це кнопка зупинки. Бігова доріжка зупиниться, якщо натиснути кнопку зупинки під час роботи або паузи.
- E. Кнопка швидкості: "SPEED+" і "SPEED -" - це кнопки додавання-віднімання швидкості: регулюють задане значення під час налаштування параметрів бігової доріжки. Після запуску бігової доріжки їх можна використовувати для регулювання швидкості з кроком 0,1 секунди. Якщо утримувати кнопку натиснутою більше ніж 2 секунди, швидкість автоматично збільшуватиметься або зменшуватиметься.

3. Опис функцій клавіші безпеки:

Запобіжний ключ складається з магнітного індуктора, затискача для одягу та нейлонової мотузки. Він виконує функцію захисту від аварійного вимкнення. У будь-якому стані, поки запобіжний замок не в положенні, бігова доріжка зупиняється, клавіатура електронного годинника не працює, а на екрані з'являється напис "E-07" з підказувальним звуковим сигналом. Кожного разу, коли замок встановлюється, на екрані на 2 секунди з'являється напис "E-07", після чого система переходить у робочий стан за замовчуванням.

4. Інструкції з програмування/запуску: Інструкції з програмування/запуску

A: Опис програми

1: Ручна програма P0: звичайний режим, зворотний відлік часу, зворотний відлік відстані, режим зворотного відліку калорій.

2: 36 програм налаштування: P01, P02, P03, P04, P05, ..., P36 ; .

3: Три спеціальні програми U01 ~ U03

B: Інструкції з запуску

1: Приєднайте ключ безпеки до положення перемикача ключа безпеки на панелі, консоль відобразиться на 2 секунди, потім увійдіть в ручну програму.

2: Натисніть кнопку пуск, на екрані з'явиться вікно часу: 5-4-3-2-1, і зумер буде подавати звуковий сигнал один раз на мінус один раз, і бігова доріжка буде запущена, коли вона зменшиться до 1; початкове значення бігової доріжки становить 1 км / год.

3: Під час роботи бігової доріжки натисніть кнопку зупинки, щоб зупинити бігову доріжку, і дані бігової доріжки будуть очищені.

Ручний режим: Ручний режим

1: Як увійти в ручну програму?

A: Увімкніть вимикач живлення та перейдіть безпосередньо до звичайного режиму в ручній програмі.

B: У стані зупинки натисніть програмну клавішу, щоб увійти в нормальний режим ручної програми.

2: Три функції налаштування в ручній програмі: налаштування часу, налаштування відстані, налаштування калорій; після входу в звичайний режим ручної програми натисніть кнопку режиму "MODE" у стані очікування, щоб вибрати різні режими. Після завершення налаштування натисніть кнопку "START", щоб запустити бігову доріжку; швидкість тренування встановлюється користувачем. За замовчуванням: Швидкість: 1 км/год.

Можна встановити лише один режим серед нормального режиму, часу зворотного відліку, відстані зворотного відліку, калорій зворотного відліку. При роботі в останньому режимі відлік ведеться від встановленого значення, а в іншому - відображається позитивний відлік.

B: Під час запуску ручної програми час відображення часового вікна дорівнює 0:00. Час, відстань, калорії підраховуються, а функція налаштування вимикається. Під час роботи двигуна натисніть кнопку "STOP", і двигун буде повільно сповільнюватися, поки плавно не зупиниться, а всі налаштування повернуться до стану за замовчуванням.

B: У режимі зворотного відліку часу натисніть кнопку режиму "MODE" в режимі очікування, щоб увійти в режим зворотного відліку часу. У стані налаштування вікно часу відображає час і блимає. Початковий час становить: 30:00 хвилин, натисканням кнопок додавання-віднімання швидкості "+" і "-" можна встановити зворотний відлік. Діапазон встановлення часу: 5:00-99:00. Різниця становить 1:00 хвилин. Значення за замовчуванням - 30:00.

B: У режимі зворотного відліку відстані натисніть кнопку режиму "MODE" в режимі очікування, щоб увійти в режим зворотного відліку відстані, і вікно відстані почне блимати. Початкове значення 1.0 км, натисніть кнопку додавання-віднімання швидкості "+" і "-", щоб

встановити відстань, діапазон налаштувань 1.0-99.0 км. Кожного разу збільшуйте на 1.0 км. Значення за замовчуванням - 1.0 км.

D: У режимі зворотного відліку дистанції: натисніть кнопку режиму "MODE" в режимі очікування, щоб увійти в режим зворотного відліку калорій, вікно калорій блимає. Початкове відображення калорій: 50 калорій, натискайте кнопки додавання-віднімання швидкості "+" і "-", щоб встановити діапазон налаштування калорій: 20-990 кал. Щоразу збільшуйте на 10 кал. Значення за замовчуванням - 50 кал.

3: Ручне управління програмою:

B: Натисніть кнопку "Пуск", час відраховується до 5 секунд, потім двигун починає працювати, початкова швидкість становить 1 км/год.

B: У стані роботи натисніть кнопку "+", "-" або кнопку "QUICK SPEED", щоб відрегулювати швидкість бігової доріжки;

C: D: Коли значення калорій зменшується до нуля, швидкість повільно зменшується до повної зупинки, а потім повертається до ручного режиму.

E: Коли встановлена відстань зменшується до нуля, швидкість повільно зменшується до повної зупинки, а потім повертається до стану ручного режиму.

F: Коли заданий час зменшується до нуля, швидкість повільно зменшується до повної зупинки, а потім повертається до стану ручного режиму.

Програмний режим

1.P1-P36" - це програма налаштування системи. Вона підходить лише для режиму зворотного відліку часу. У стані налаштування вікно часу відображає час і блимає. Натисніть "+" або "-", щоб змінити встановлене значення. Натисніть "MODE", щоб відновити значення за замовчуванням. Початковий час Встановіть 30 хвилин, і можна встановити лише час. Діапазон встановлення часу 5:00-99:00. Натисніть кнопку додавання-віднімання швидкості, щоб відрегулювати встановлене значення;

2: Після встановлення режиму тренування натисніть кнопку "START", на екрані почне відображатися 5-секундний зворотний відлік, що супроводжується 5 звуковими сигналами. Після зворотного відліку до 1 бігова доріжка почне м'яко, повільно прискорюватися до відображеної швидкості, а потім плавно і з постійною швидкістю. Біжіть відповідно до швидкості та нахилу програми.

З'У стані бігу натисніть кнопку "+", "-" або кнопку "QUICK SPEED", щоб відрегулювати швидкість бігової доріжки;

4: Коли двигун працює, натисніть кнопку "STOP", двигун повільно сповільнюється, поки плавно не зупиниться, супроводжуваний довгим звуковим сигналом зупинки, і всі налаштування відновлюються до стану за замовчуванням.

Програма тестування жиру в організмі:

Індекс маси тіла (ІМТ) - це показник зросту і ваги людини, а не пропорції тіла. ІМТ підходить для будь-якого чоловіка і жінки, разом з іншими показниками здоров'я, щоб надати людям основу для коригування ваги. Ідеальний показник ІМТ повинен бути в межах 18-24, якщо менше ніж 18 - це занадто худа вага, від 25 до 28 - надмірна вага, а якщо більше ніж 29 - ожиріння (ці дані наведені лише для довідки та не можуть бути використані як медичні дані).

1: Коли бігова доріжка зупиниться, натисніть програмну кнопку "PROG", щоб перейти до програми визначення індексу маси тіла "FAT", виберіть програму вимірювання жиру в організмі та введіть тест на визначення жиру в організмі. Натисніть кнопку "MODE", щоб вибрати пункт натискайте кнопки "+" і "-" для налаштування параметрів.

2: Після входу в функцію тестування жирового прошарку на екрані з'явиться вікно "Пульс": F1, вказуючи на те, що в цей час введено стать, а у вікні "Калорії" відображається 01, вказуючи на те, що це для чоловіка. Натисніть кнопку додавання-віднімання швидкості, щоб вибрати значення: 01 (чоловічий), 02 (жіночий).

4: Натисніть кнопку режиму "MODE", з'явиться вікно "Pulse": F2, що вказує на вхід у вікно "Вік", у вікні "Калорії" відображається 25 років (значення за замовчуванням), натисніть кнопку додавання-віднімання швидкості, щоб відрегулювати вік (діапазон налаштувань: 1-99 років).

5: Натисніть кнопку режиму "MODE", з'явиться вікно "Pulse": F3 означає ввести значення висоти, у вікні "Калорії" відображається 170 см (67 дюймів), натисніть кнопку додавання-віднімання швидкості, щоб відрегулювати висоту (діапазон налаштувань: 100-220 см (39-87 дюймів)).

6: Натисніть кнопку режиму "MODE" і на дисплеї з'явиться вікно "Pulse": F4, що вказує на встановлену вагу. Вікно "Калорії" показує 70 кг (154 фунти), натисніть кнопку додавання-віднімання швидкості, щоб відрегулювати вагу. (Діапазон налаштування: 20-150 кг (44-330 фунтів)).

7: Натисніть кнопку режиму "MODE" і на дисплеї з'явиться вікно "Pulse": F5 (BMI), що вказує на те, що ви ввійшли в режим тестування жиру в організмі, а вікно "Калорії" відображається---. Будь ласка, покладіть руки на датчик для тестування серцебиття на ручці тренажера. Протягом 8 секунд у вікні відобразиться значення індексу маси тіла (ІМТ) обстежуваного.

На основі азіатських стандартів, результати тесту на вміст жиру:

FAT	≤18	-- Under weight
	18<FAT ≤24	-- Normal weight
	25<FAT ≤28	-- Over weight
	FAT≥29	-- Obesity

Ці дані використовуються лише як орієнтир руху

Функція клавiші безпеки:

Запобiжний ключ складається з тактового перемикача, прищiпки для одягу та нейлонового шнура і має функцію аварiйної зупинки.

У будь-якому стані ключ безпеки витягується, і у вікні часу відображається "E-07" зі звуковим сигналом. Якщо двигун працює, двигун терміново зупиняється, а клавіатура консолі блокується.

2. Кожного разу, коли ви кладете захисний ключ, екран буде повністю відобразитися протягом 2 секунд. Після цього система повернеться до робочого стану за замовчуванням. Всі лічильники обнуляються, а встановлені значення скидаються. Бігова доріжка перебуває в режимі позитивного хронометражу ручної програми P0.

Спеціальна програма: Користувацька програма

Режим USER має три U01~U03. У режимі USER користувач може отримати або встановити власну унікальну програму руху. Натисніть кнопку "PROG", щоб налаштувати "U01~U03". Потім натисніть кнопку "MODE", щоб встановити, і натисніть кнопку "+/-", щоб відрегулювати час руху (діапазон 5-99 хвилин). Натисніть кнопку СТАРТ, щоб почати рух.

Налаштування режиму користувача: Натисніть кнопку "MODE", щоб встановити ексклюзивну програму швидкості та підйому в межах 0-16%. Натисніть кнопку додавання-віднімання, щоб встановити очікуване значення швидкості користувача від 1 км до 20 км. Ви також можете використовувати клавішу миттєвого вибору швидкості для швидкого вибору. Під час налаштування підйомника натискайте кнопки вгору і вниз, щоб встановити очікуваний користувачем нахил. Діапазон становить 0%-15%. Ви також можете використовувати клавішу миттєвого підйому для швидкого вибору. Після встановлення поточного числа натисніть кнопку MODE, щоб перейти до наступного кроку. Встановлене значення автоматично зберігається після встановлення останнього параметра. Продовжуйте натискати кнопку MODE, щоб вибрати час тренування. За замовчуванням встановлено 30:00 хвилин. Натисніть кнопку додавання-

віднімання, щоб відрегулювати налаштування часу. Після налаштування користувач може почати рух, натиснувши кнопку "СТАРТ", і ексклюзивна програма користувача буде збережена. Коли клієнт використовує цей режим тренування наступного разу, він може безпосередньо увійти у відповідний режим і натиснути кнопку "Старт", щоб почати біг.

Функція частоти серцевих скорочень

Коли бігову доріжку увімкнено, показник частоти серцебиття відображається протягом 5 секунд після затримки серцебиття. Початковим значенням є фактично виміряна частота серцебиття, а діапазон відображення становить 50-200 уд/хв. Під час тестового серцебиття блимає графічний символ у вигляді серця. Ці дані наведені лише для ознайомлення і не можуть бути використані як медичні дані.

Діапазон відображення значень: Діапазон відображення значень

	Початковий	Встановити початкове значення	Заздалегідь визначена область	Діапазон відображення
Час (хвилини: секунди)	0:00	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Швидкість (км/год)	0.0	Н/Д	НЕ МАЄ ЗНАЧЕННЯ	1-16 КМ
нахил (%)	00	Н/Д	НЕ МАЄ ЗНАЧЕННЯ	0
Відстань (км)	0.0	1.00	1.0-99.0	0.0-99.9
Калорійність (ккал)	0	50	20-990	0-999

Задавши параметр, його можна відрегулювати, додаючи або віднімаючи символи "+" і "-".

Наприклад: діапазон налаштування часу 5:00-99:00. Після встановлення 99:00 натисніть кнопку "+" ще раз, щоб повернутися до 5:00 і продовжити цикл.

Функція ERP: Функція ERP

За замовчуванням використовується режим ERP. Якщо бігова доріжка не експлуатується протягом 4,5 хвилин, вона переходить в режим очікування, щоб самостійно економити енергоспоживання. Користувач може натиснути будь-яку кнопку, щоб розбудити систему. У режимі очікування користувач може натиснути кнопку "MODE" приблизно на 3 секунди, щоб скасувати функцію ERP, при цьому на консолі відобразиться "2222"; потім знову натиснути приблизно на 3 секунди, щоб повернутися в режим ERP, при цьому на консолі відобразиться "1111".

Функція вимкнення зумера : Функція вимкнення зумера

За замовчуванням зумер працює. У режимі очікування натисніть кнопки "PROGRAM" і "STOP"

разом, коли на дисплеї з'явиться "bz off", зумер буде закритий; потім знову натисніть кнопки "PROGRAM" і "STOP", коли на дисплеї знову з'явиться "bz off", зумер знову буде відкритий.

Функція Anyrun bluetooth (опціонально):

Завантажте веб-сайт: <http://api.sunwayelectronic.com/oma/web/Download>, що вимагає конфігурації апаратної системи: Система IOS 7.0 або вище, сумісна з Iphone, iPad тощо.

Адреса QR-коду дивіться нижче (як для систем IOS, так і для Android):



Автоматична програма P1-P36 метрична таблиця швидкостей швидкостей

Level Prog Sort		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	3.0	2.0
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0

P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0

Поширені несправності та технічне обслуговування:

Проблема та код	Причина	Технічне обслуговування
Система не працює	A, немає живлення	Вставте вилку в розетку або поверніть перемикач живлення в положення "НІ".
	B, Ключ безпеки знаходиться в неправильному положенні	Замініть ключ безпеки
	C, Трансформатор не підключений до мережі або несправний трансформатор	Перевірте та підключіть трансформатор або замініть трансформатор
	D, вимкнуті	Перевірте входні та вихідні лінії системи та лінії зв'язку
Різка зупинка в нормальному стані	A, Випадання ключа безпеки	Замініть ключ безпеки
	B, Пошкоджена система	Попросіть військовослужбовця відремонтувати її
Несправність клавіш	зламани клавіші	1. Замініть клавіатуру та дріт; 2. Замініть материнську плату; 3. замініть консоль
E-01	A, Дріт зв'язку несправний	Переконайтеся, що кожна жила повністю вставлена. Перевірте з'єднувальний провід, якщо він був зламаний, замініть його.
	B, зламана консоль	Змінити консоль
	C, пошкоджений трансформатор	Перевірте та замініть трансформатор
	D, несправний контролер	Змініть контролер
E-02	A, Пошкоджений провід двигуна та двигун	Замініть двигун
	B, погане з'єднання між з'єднувальним проводом двигуна та контролером або несправний контролер.	Перевірте та підключіть провід ще раз або замініть контролер.
E-03	A, неправильне встановлення фотоелектричного датчика	Перевірте та зберіть ще раз
	B, поганий фотоелектричний датчик	Замініть фотоелектричний датчик

	С Погане з'єднання між фотоелектричним датчиком і контролером	Перевірте та підключіть знову
	D - несправний контролер	Змініть контролер
E-05	A , контролер був пошкоджений	Змініть контролер
	B , двигун був пошкоджений	Замініть двигун
	C , механічна несправність	Перевірте/додайте мастило ходового ременя, або ролики заблоковані
E-07	Немає сигналу від ключа безпеки	Перевірте ключ безпеки, замініть ключ безпеки або консоль
РК-дисплей не відображає значення імпульсу	A, Дріт зв'язку з ручкою погано під'єднаний або обірваний дріт ручки	Перевірте та добре підключіть дріт або замініть дріт ручки.
	B, Обірваний дріт консольної системи	Замініть консоль
Неповне відображення консолі або відсутність штрихів	A , Світлодіодна цифрова трубка	Змініть основну плату друкованої плати
	B, Несправна система	Змініть консоль

Інструкція з використання: Інструкція з використання складання та переміщення бігової доріжки:

1 , Складання

Вимикайте живлення, коли плануєте скласти бігову доріжку.

2 , Розкладання

1. Розкладаючи бігову доріжку, ви повинні вибрати місце, де відстань до розетки становить близько 1 м, а земля рівна, без будь-яких перешкод.

3 , переміщення

Перш за все, вам потрібно переконатися в наступних речах перед переїздом:.

1: живлення вимкнено

2: вилка витягнута з розетки

3: бігова доріжка була складена

Тоді ви можете зловити кінець бігової доріжки однією рукою, а іншою рукою зловити кермо з тієї

ж сторони, нахилити на 40 ~ 50 ° до грудей, щоб повільно рухати бігову доріжку.

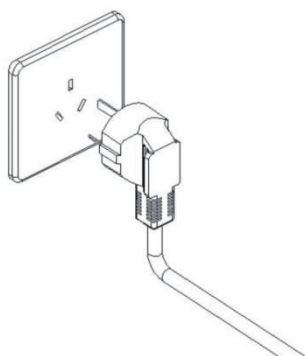
Посібник із заземлення

Цей виріб повинен мати заземлення. Якщо сталася помилка або пошкодження бігової доріжки, дрід заземлення може утворити один контур з найнижчим опором, струм може бути спрямований в землю, щоб зменшити небезпеку ураження електричним струмом. Цей виріб оснащено одним кабелем, який має один заземлювальний провідник і заземлювальну вилку. Бігова доріжка повинна бути заземлена за допомогою правильної розетки, сумісної з місцевими правилами.

Небезпека:

Якщо ви не знаєте, чи правильно заземлено обладнання, зверніться до кваліфікованого електрика або персоналу з технічного обслуговування. Не змінюйте штепсельну вилку, прикріплену до цього виробу, без дозволу. Якщо вилка не сумісна з розеткою, зверніться до кваліфікованого електрика для встановлення відповідної розетки.

Вона має бути розрахована на напругу 220-240 В і відповідати цьому типу розетки, як показано на малюнку.



Інструкція з використання бігової доріжки

1. Увімкніть живлення, розкладіть бігове полотно в найнижчому положенні та перевірте, чи нормально воно функціонує.
 2. Закріпіть шнур запобіжного ключа на одязі.
 3. Перед використанням переконайтеся та перевірте його працездатність і стабільність.
- Не дозволяється стояти на біговому полотні, щоб запустити його.

Правильно починати тренування стоячи на бічних поручнях, тримаючись руками за рукоятку. Після звичайної роботи ви можете тренуватися на біговій доріжці.

Утримуйте рукоятку при натисканні клавіші "START", бігова доріжка почне працювати зі швидкістю 1,0 км/год через 5 секунд. Потім натисніть клавішу "+" до 2,5-3,5 км/год, що є комфортною швидкістю для бігу. Обидві руки повинні одночасно взятися за рукоятку, а ноги послідовно ступити на бігове полотно, щоб почати біг. Біжіть у тому ж темпі, що і бігове полотно.

4. через кілька хвилин ви можете прискорити темп, натиснувши клавішу "+", або сповільнити темп, натиснувши клавішу "-", утримуючи при цьому рукоятку .

5. Під час роботи, натисніть значення швидкості, ви можете ввести фіксовану швидкість, яку ви хочете.

6. Натискання клавіші "стоп", щоб двигун зупинився.

Попереднє налаштування Використання

Під'єднайте живлення. Увімкніть живлення.

Натисніть клавішу "вибір", щоб вибрати режим, який ви хочете.

Натисніть кнопку "Пуск", щоб почати роботу у вибраному режимі.

Ви можете натиснути "+" або "-", щоб змінити швидкість, або клавішу "стоп", щоб зупинити бігову доріжку.

Тестування HRC: Після увімкнення бігової доріжки покладіть руки на металеві датчики пульсу, тоді ви зможете побачити значення HRC на дисплеї.

Note: When safety key pull out ,the treadmill will stop immediately .
And the computer can not work ,the window shows “__”

ОБСЛУГОВУВАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ

Належне технічне обслуговування дуже важливе для забезпечення бездоганного та робочого стану бігової доріжки. Неправильне обслуговування може призвести до пошкодження бігової доріжки або скоротити термін служби виробу.

Усі деталі бігової доріжки необхідно регулярно перевіряти та затягувати. Зношені деталі слід

негайно замінити.

ЗМАЩЕННЯ

Бігова доріжка змащується на заводі-виробнику. Однак для забезпечення оптимальної роботи бігової доріжки рекомендується регулярно перевіряти рівень змащення бігового полотна. Рекомендації:

При використанні менше ніж 3 години щотижня змащення 1 раз на 5 місяців

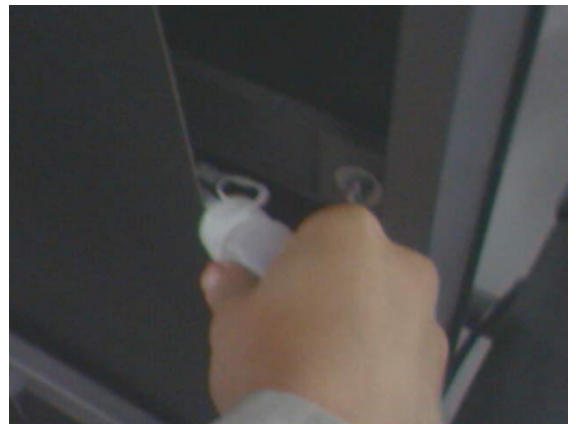
При використанні від 4 до 7 годин щотижня змащування 1 раз на 2 місяці

Час використання більше ніж 7 годин щотижня, змащення 1 раз на місяць

Без надмірного змащування. Примітка: важливим фактором збільшення терміну служби бігової доріжки є належне змащення.

Перевірити, чи потребує змащення бігове полотно, можна так: підніміть м'яку сторону бігової доріжки і промацайте центральну задню частину полотна, наскільки це можливо. Якщо виявлено сліди силіконового спрею, змащення не потрібне.

Якщо поверхня суха, ремінь потребує змащування.



Нанесення мастила на стрічку: (як показано)

- Зупиніть бігове полотно і складіть бігову доріжку. Підніміть ремінь задньої основної рами так, щоб масло могло досягти середнього положення.
- Розпиліть силіконове мастило на внутрішню сторону бігового полотна і покрийте силіконовим мастилом обидві сторони бігового полотна.
- Запустіть бігову доріжку зі швидкістю 1 км/год, щоб рівномірно нанести силікон. Злегка пройдіться по біговому полотну зліва направо.
- Зачекайте кілька хвилин, щоб силіконовий спрей розійшовся, перш ніж запускати машину.

ОЧИЩЕННЯ:

Регулярне чищення крокуючої стрічки забезпечує тривалий термін служби виробу.

- Попередження: Бігова доріжка повинна бути вимкнена, щоб уникнути ураження електричним струмом. Перед початком чищення або технічного обслуговування необхідно витягнути шнур живлення з розетки.

Після тренування: Протріть консоль та інші поверхні чистою м'якою вологою тканиною, щоб видалити залишки поту.

Застереження: <19>Не використовуйте абразивні речовини або розчинники. Щоб уникнути пошкодження комп'ютера, тримайте рідини подалі від нього. Не піддавайте комп'ютер впливу прямих сонячних променів.

Щотижня: <Для полегшення очищення рекомендується використовувати килимок для бігової доріжки. взуття може залишати бруд на біговій стрічці, яка може потрапити під бігову доріжку. килимок під біговою доріжкою слід чистити раз на тиждень.

ЗБЕРІГАННЯ: Зберігайте бігову доріжку в чистому і сухому приміщенні.

Переконайтеся, що головний вимикач вимкнений і відключений від електричної розетки.

РЕГУЛЮВАННЯ РЕМЕНІВ

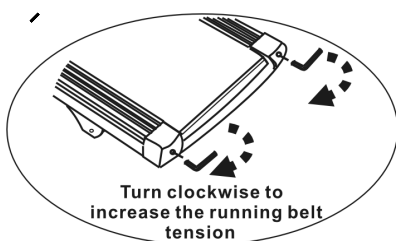
Усі бігові паси правильно відрегульовані на заводі та після складання. Однак, після певного періоду використання може виникнути слабкість. Наприклад: під час бігу можуть виникати паузи та ковзання. Коли це відбувається, відрегулюйте біговий ремінь і закрутіть його на пів-обороту вліво і вправо. Якщо ремінь ослаблений, ремінь і ролик будуть ковзати по черзі. Але занадто туго натягнутий ремінь також не є добрим, оскільки легко збільшити навантаження на двигун і пошкодити двигун, біговий ремінь і ролик тощо.

РЕГУЛЮВАННЯ ВІДХИЛЕННЯ РЕМЕНЯ

Усі бігові паси правильно відрегульовані на заводі та після складання. Але через деякий час ремені можуть відхилитися від норми. Причини можна перерахувати н ^{tight}

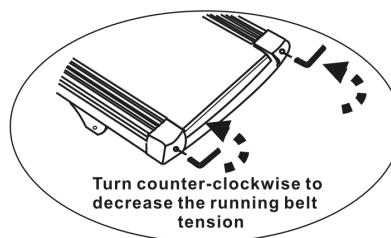
1. Бігова доріжка нестабільна.
2. Під час бігу ноги не знаходяться в центрі бігового полотна.
3. Ноги докладають нерівномірне зусилля.

Якщо відхилення спричинене ручним регулюванням, обертанням вантажу протягом декількох хвилин можна відновити нормальне положення. Регулювання здійснюється поетапно на пів обороту шестигранним ключем на 6 мм, який оснащений випадковим чином для неможливості автоматичного відновлення.



tight

loose



loose

Such as left deviation of running belt.
Adjust the left screw clockwise or the right screw anti-clockwise.

Such as right deviation of running belt.
Adjust the right screw clockwise or the left screw anti-clockwise.

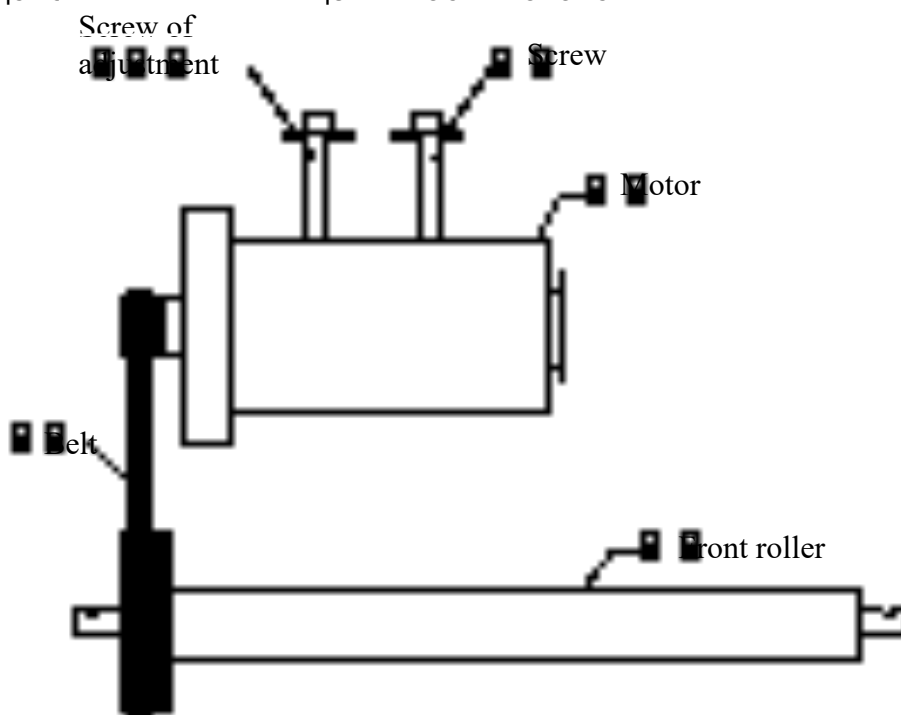
Гарантія не поширюється на відхилення бігового полотна, і в основному користувачі обслуговують його відповідно до інструкцій. Відхилення бігового полотна може серйозно пошкодити бігове полотно. Його необхідно вчасно виявити та виправити.

Регулювання ременя двигуна

Весь ремінь двигуна бігової доріжки повинен бути відрегульований на заводі та після складання. Однак після певного періоду використання може виникнути провисання або ковзання.

Крок регулювання: 1. Поверніть регулювальний гвинт проти годинникової стрілки за допомогою ключа.

1. Діапазон регулювання повинен залежати від того, чи не прослизає вантаж на стрічці.
2. Взяти до відома: Регулярне очищення пасів і канавок шківів



Усунення несправностей і технічне обслуговування

Бігова доріжка

Пункт	Причина	Технічне обслуговування
Бігова доріжка не працює	A. Немає живлення	Увімкніть вилку в розетку
	B. Запобіжний ключ знаходиться в неправильному положенні	Замініть ключ безпеки
	C. Пошкодження сигнальної системи	Перевірте вхід контролера та сигнальний провід

	D. Вимкнення	Переведіть вимикач живлення в положення "НІ".
	E. Перегорів запобіжник	Замініть запобіжник
Бігова стрічка рухається нерівномірно.	A. Недостатньо мастила	Використовуйте силіконове мастило
	B. Занадто туго натягнутий ремінь	Відрегулюйте натяг бігового ременя
Біговий ремінь ковзає	A. Біговий ремінь занадто слабо натягнутий	Відрегулюйте натяг ременя
	B. Ремінь двигуна занадто слабо натягнутий	Відрегулюйте натяг ременя двигуна
Несправність клавiш	зламани клавiші	1. замініть клавіатуру та дріт; 2. замініть материнську плату; 3. Змініть консоль
Різка зупинка в нормальному стані	A. Випадання запобіжного ключа	Замініть ключ безпеки
	B. Несправність системи	Попросіть військовослужбовця відремонтувати її

Консоль

Пункт	Причина	Технічне обслуговування
Система не працює	A. Немає живлення	Під'єднайте до розетки, подайте живлення
	B. ключ безпеки знаходиться в неправильному положенні	Встановіть запобіжний ключ у правильне положення
	C. Трансформатор вставлено неправильно, або трансформатор несправний	Перевірте та правильно під'єднайте трансформатор, або замініть трансформатор
	D. обрив ланцюга	Перевірте вхідні та вихідні клеми системи та лінії зв'язку
Раптово зупиниться в нормальному стані	A. Ключ безпеки впав	Правильно зберіть ключ безпеки
	B. ненормальна система	Зверніться до служби післяпродажного обслуговування
Кнопки не працюють	A. Деякі кнопки пошкоджені або недійсні	Замініть кнопки
	B. Усі кнопки недійсні	1. Замініть плату кнопок, дроти кнопок 2. замініть основну плату 3. поміняйте консоль
E1	A. Погане підключення проводів зв'язку	Під'єднайте лінію зв'язку ще раз і перевірте, чи підключений порт на місці, або замініть лінію зв'язку
	B. Консоль несправна	Замініть консоль
	C. Трансформатор несправний	Перевірте та замініть трансформатор
	D. Регулятор несправний	Замініть контролер
E2	A. Дріт двигуна або двигун несправний	Перевірте та замініть провід двигуна або двигун
	B. Погане з'єднання між проводом двигуна та контролером, або контролер несправний	Перевірте та правильно під'єднайте провід або замініть контролер

E3	A. Датчик швидкості зібрано неправильно	Перевірте та зберіть його правильно
	B. Датчик швидкості несправний	Замініть датчик швидкості
	C. Погане з'єднання між датчиком швидкості та контролером	Перевірте та правильно під'єднайте його
	D. Контролер несправний	Замініть контролер
E5	A. Контролер несправний	Замініть контролер
	B. Двигун несправний	Замініть двигун
E7	На консолі не виявлено сигналу запобіжного ключа	1. Перевірте, чи ключ безпеки знаходиться в правильному положенні ; 2. Перевстановіть механізм блокування безпеки, щоб переконатися, що отвір знаходиться посередині, а чорний боб на місці ; 3. Встановіть консоль на місце
Не відображаються дані про частоту серцевих скорочень	A. Пульсовий дріт ручки неправильно з'єднаний або несправний пульсовий дріт ручки.	Перевірте та під'єднайте його добре або замініть імпульсний провід ручки
	B. Несправність лінії електронної системи	Замініть консоль
Електронний дисплей неповний або відсутні штрихи	A. гвинти переміщення дошки ослаблені	Зафіксуйте та зафіксуйте гвинти
	B. Несправність системи	Замініть консоль

Важливі зауваження

Пристрій відповідає чинним стандартам безпеки. Пристрій призначений лише для домашнього використання. Будь-яке інше використання є неприпустимим і, можливо, навіть небезпечним. Ми не несемо відповідальності за збитки, спричинені неналежним використанням.

Перед початком тренувань проконсультуйтеся з лікарем, щоб з'ясувати, чи підходить ваш стан здоров'я для тренувань на цьому пристрої. Діагноз лікаря повинен бути основою для структури вашої програми тренувань. Неправильні або надмірні тренування можуть бути шкідливими для вашого здоров'я.

Уважно ознайомтеся з наведеними нижче загальними фітнес-порадами та вправами в конструкціях. Якщо ви відчуваєте біль, задишку, погане самопочуття або інші фізичні скарги, негайно припиніть вправу. У разі тривалого болю негайно зверніться до лікаря.

Цей фітнес-пристрій не призначений для професійного або медичного використання, а також не може використовуватися в терапевтичних цілях.

Датчик пульсу не є медичним пристроєм. Він призначений лише для ваших інформаційних

цілей і призначений для визначення середньої частоти пульсу. Він не призначений для надання медичних консультацій і не буде вимірювати пульс точно кожного разу через різні фактори навколишнього середовища та стану людини.