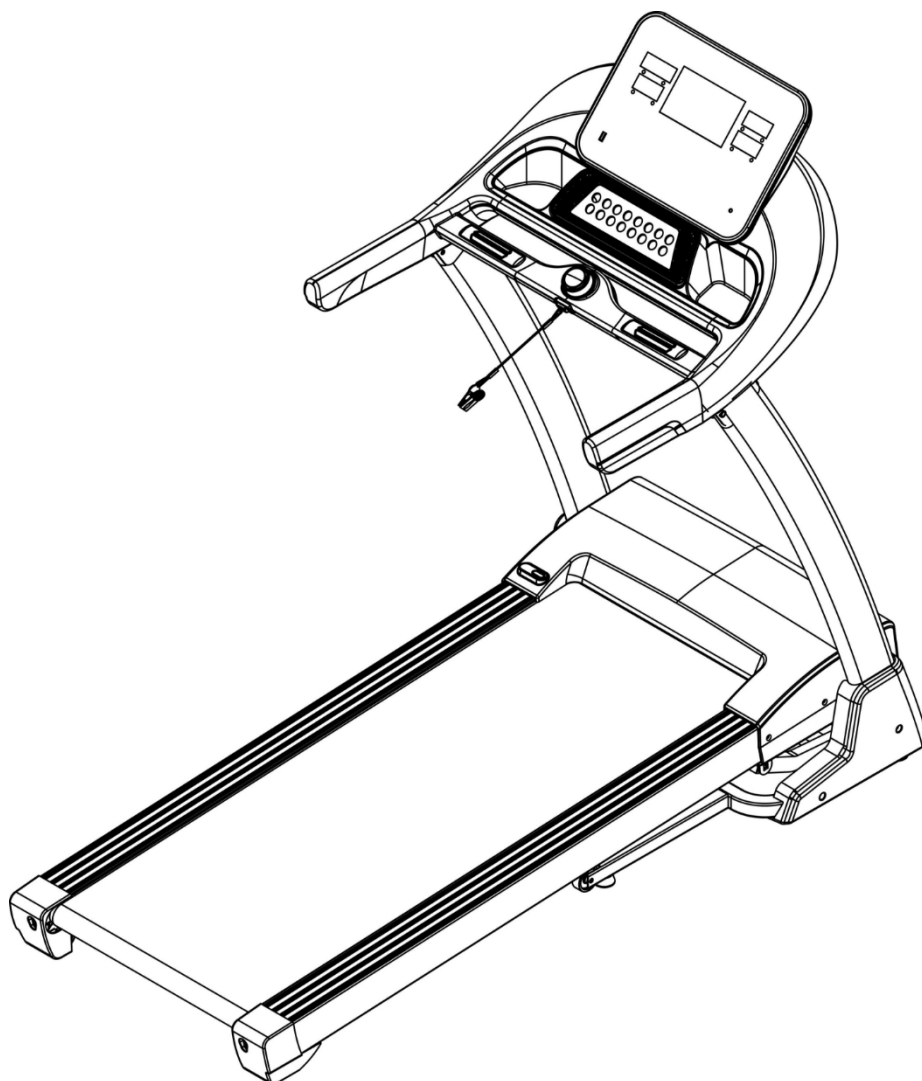


# ACRA<sup>®</sup> fitness



## Motorový běžecký pás GB6400 Návod k použití

Před instalací a provozem si pečlivě přečtěte tento návod k obsluze a uložte jej pro budoucí použití

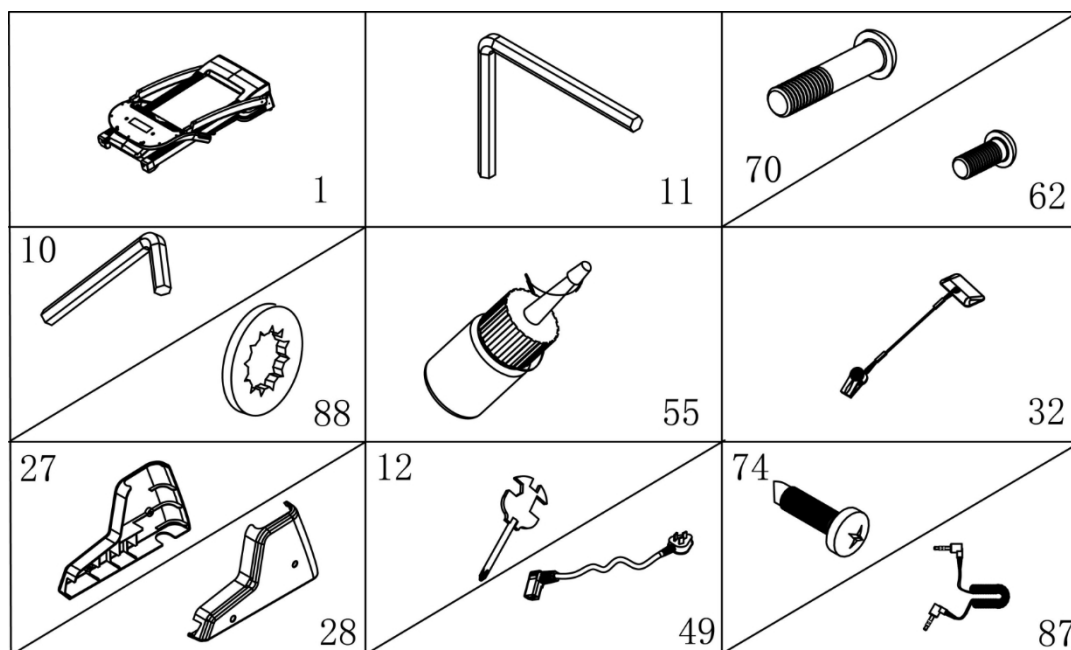
# Bezpečnostní opatření

Varování: Doporučujeme, abyste se před zahájením cvičení poradili se svým lékařem nebo zdravotníkem, zejména u osob ve věku do 35 let nebo u osob se zdravotními problémy. Neneseme žádnou odpovědnost za případné potíže nebo zranění, pokud nebudete postupovat podle našich specifikací. Běžecský pás je třeba pečlivě sestavit a zakrýt štít motoru, poté připojit k napájení.

## Pozor :

1. Před použitím běžecského pásu se ujistěte, zda jsou bezpečnostní svorky připevněny k oděvu nebo pásům.
2. Do žádné části zařízení nevkládejte žádné předměty, které by zařízení poškodily.
3. Běžecský pás umístěte na volný rovný povrch. Neumísťujte běžecský pás na silný koberec, protože by mohl narušit správnou ventilaci. Běžecský pás neumísťujte do blízkosti vody nebo do venkovního prostředí.
4. Nikdy nespouštějte běžecský pás, když stojíte na chodícím pásu. Po zapnutí napájení a nastavení regulátoru rychlosti může dojít k pauze, než se začne pohybovat chodící pás, vždy stůjte na lištách pro nohy po stranách rámu, dokud se pás nezačne pohybovat.
5. Při cvičení na běžecském pásu noste vhodné oblečení. Nenoste dlouhé, volné oblečení, které by se mohlo zachytit o běžecský pás. Vždy noste běžecskou nebo aerobní obuv s gumovou podrážkou.
6. Při zahájení tréninku udržujte děti a domácí zvířata mimo dosah běžecského pásu.
7. Po večeri necvičte ve 40 minutách.
8. Zařízení je vhodné pro dospělé, mladiství musí být při cvičení v doprovodu dospělých.
9. Při prvním spuštění tréninku se musíte přidržovat madel, dokud se s běžecským pásem neseznámíte a neosvojíte si ho.
10. Běžecský pás je zařízení pro vnitřní použití, nikoliv pro venkovní použití, aby nedošlo k jeho poškození. Udržujte skladovací místo v čistotě a rovině, vysoušejte ho. Zákaz používání k jiným účelům, pouze k tréninku.
11. Pokud chcete běžecský pás vybavit pouze napájecím kabelem, obraťte se na distributora nebo přímo na nás.
12. Pokud se rychlost běžecského pásu náhle zvýší v důsledku poruchy elektroniky nebo neúmyslného zvýšení rychlosti, běžecský pás se náhle zastaví, jakmile se uvolní táhlo z konzoly.
13. Nepřipojujte vedení ke středu kabelu; neprodlužujte kabel ani neměňte zástrčku kabelu; nepokládejte na kabel žádné těžké věci ani neumísťujte kabel do blízkosti zdroje tepla; zakažte používání zásuvek s několika zásuvkami.  
otvory, které mohou způsobit požár nebo zranění osob.
14. Pokud zařízení nepoužíváte, odpojte napájení. Když je napájení odpojeno, netahejte za napájecí vedení, aby byl vodič v dobrém stavu. zasuňte zástrčku do zásuvky s bezpečnostním zemnicím obvodem, neboť napájecí vedení je profesionální zařízení. při poškození vedení se musíte obrátit přímo na profesionály.
15. Tento běžecský pás je určen pouze pro domácí použití.
16. Bezpečnostní prostor za běžecským pásem: PLOCHA: 1000\*2000MM

Po otevření krabice najdete v krabici následující díly



### SEZNAM ČÁSTÍ:

NE	DES.	Specifikace	Č.	NE	DES.	Specifikace	Č.
1	Hlavní rám		1	32	Bezpečnostní klíč		1
11	6# imbusový klíč	6 mm	1	27	Levý kryt základny		1
70	Šroub	M8*42	2	28	Pravý kryt základny		1
62	Šroub	M8*16	4	12	Klíč se šroubovákem	S=13, 14, 15	1
10	5# imbusový klíč	5 mm	1	49	Napájecí vodič		1
88	Pojistná podložka	8	6	74	Šroub	ST4.2*19	4
55	Silikonový olej		1	87	Drát MP3	možnost	1

### NÁSTROJE NA OPRAVU:

5# imbusový klíč 5mm 1ks

6# imbusový klíč 6mm 1ks

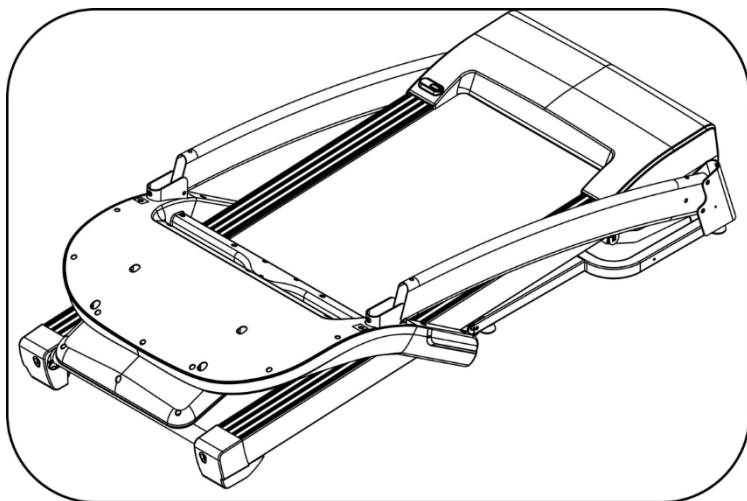
Klíč se šroubovákem S=13, 14, 15 1ks

**Upozornění: Nepřepojujte napájení před dokončením montáže**

## Návod k montáži

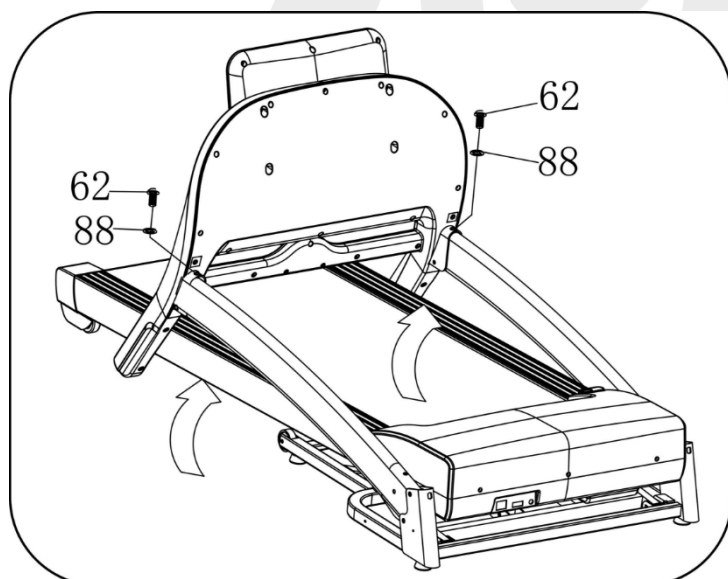
### KROK 1

:



1. Otevřete krabici, vyjměte výše uvedené náhradní díly a položte hlavní rám na rovnou plochu.

### KROK 2 :

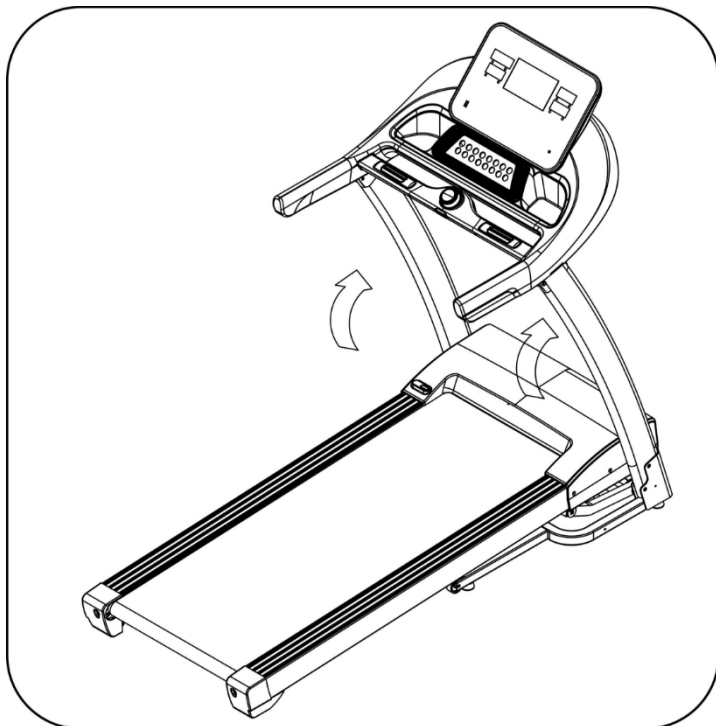


1. Podepřete držák počítače a zajistěte počítač na svislé trubce pomocí imbusového klíče 5# (10), šroubu (62) a pojistné podložky (88). viz obrázek vlevo.

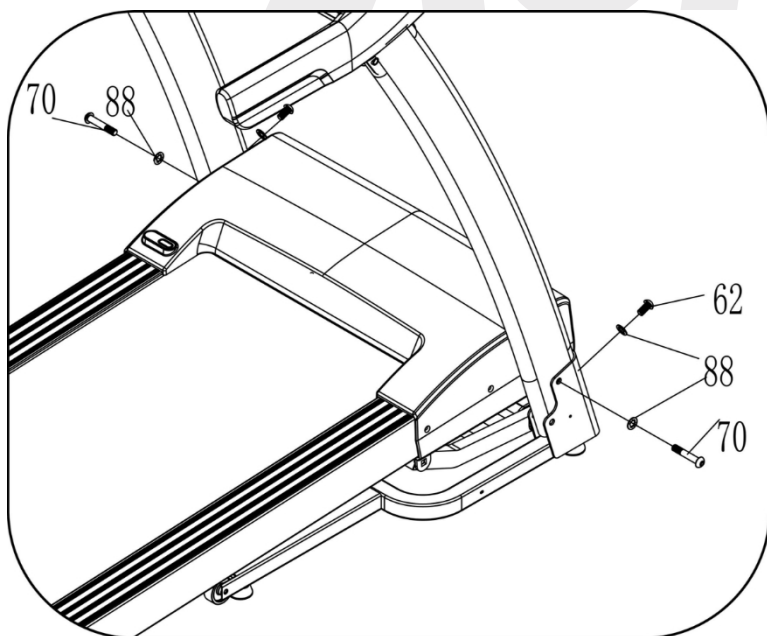
Levá strana je stejná jako pravá.

**Upozornění: Upozornění: Držte prosím sloupky jednou rukou, abyste nikoho nezranili.**



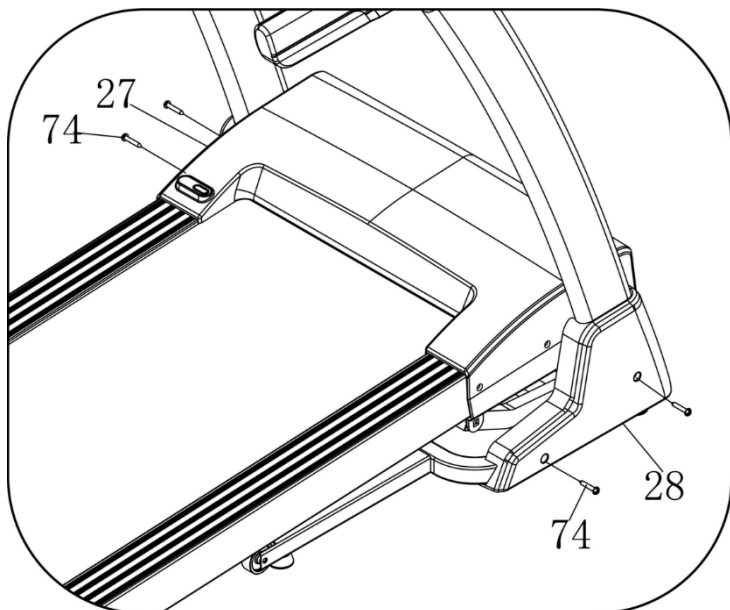
**KROK 3 :**

1. Sklopte počítač ve směru šipky na levém obrázku.

**KROK 4 :**

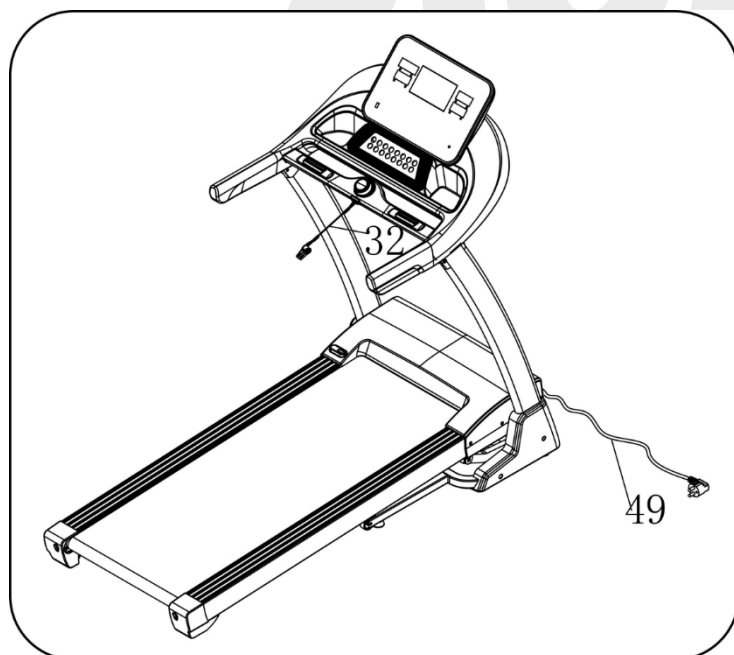
1. Pomocí imbusového klíče 5# (10), šroubu (70) a pojistné podložky (88) zajistěte pravou svislou trubku na základním rámu.
2. Pomocí imbusového klíče 5# (10), šroubu (62) a pojistné podložky (88) zajistěte pravou svislou trubku na základním rámu.
3. Levá strana je stejná jako pravá.

**Upozornění:**            **Upozornění:**  
**Držte prosím sloupky jednou rukou, abyste nikoho nezranili.**

**KROK 5:**

1. Použijte klíč se šroubem ovladač(12), šroub(74) k zajištění pravého spodního krytu ( 28 ) do rámu základny.
2. Pravá strana je stejná jako levá.

**Poznámka: Kryt základny je třeba připevnit ke stojanu.**

**KROK 6:**

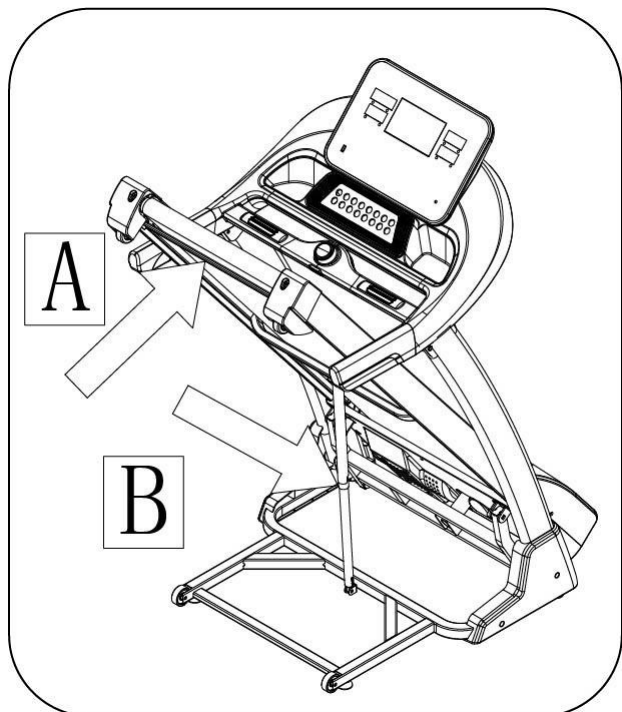
1. Vložte bezpečnostní klíč (32) do počítače.
2. Zapojte napájecí vodič (49) do zásuvky na hlavním rámu (pokud běžecký pás nepoužíváte, můžete napájecí vodič odpojit).

**POZOR :** Potvrďte kompletní montáž podle výše uvedeného požadavku a zajistěte všechny šrouby. Po kontrole, že je vše v pořádku, proveďte následující operace.

Před použitím běžeckého pásu si pečlivě přečtěte návod k použití.

## Pokyny pro skládání

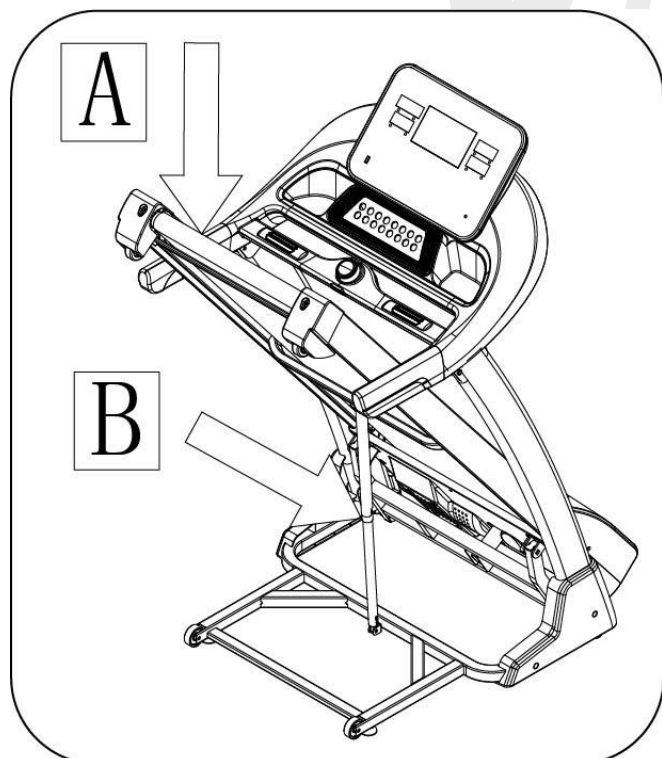
Vytažení nahoru:



Vytáhněte základní rám v poloze (A), dokud neuslyšíte zvuk, který vydává tlaková lišta.

(B) je zajištěn v kruhové trubce.

Stažení dolů:



Podepřete místo A rukou , kopněte do místa tlakové tyče, pak základní rám automaticky spadne dolů (při pádu stroje držte prosím všechny osoby a zvířata stranou).

## Technický parametr

<b>BUILT UP ROZMĚRY (mm)</b>	1615*765*1370 mm	<b>POWER</b>	Jak ukazuje štítek s hodnocením
<b>SKLÁDACÍ ROZMĚRY (mm)</b>	1090*765*1370 mm	<b>Maximální výstupní výkon</b>	Jak ukazuje štítek s hodnocením
<b>BĚŽECKÝ POVRCH ROZMĚRY (mm)</b>	480*1300 mm	<b>ROZSAH RYCHLOSTI</b>	1-16KM/H
<b>SÍŤOVÁ HMOTNOST</b>	68 kg	<b>MAXIMÁLNÍ DOSTUPNÁ HMOTNOST</b>	120 kg
<b>5 LED OKNO</b>	Rychlost, čas, sklon, vzdálenost, kalorie, puls		

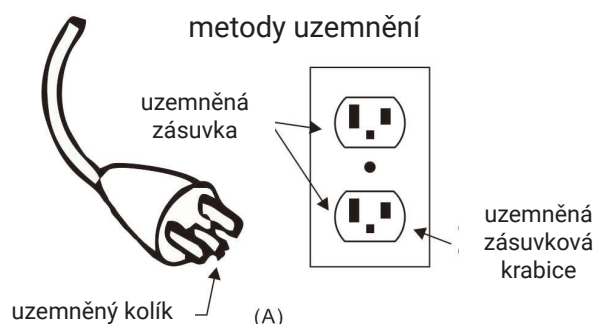
## Metody uzemnění

Tento výrobek musí být uzemněn. Pokud dojde k jeho poruše nebo závadě, uzemnění zajistí cestu nejmenšího odporu pro elektrický proud a sníží tak riziko úrazu elektrickým proudem. Tento výrobek je vybaven kabelem s uzemňovacím vodičem zařízení a uzemňovací zástrčkou. Zástrčka musí být zapojena do vhodné zásuvky, která je řádně instalována a uzemněna v souladu se všemi místními předpisy a nařízeními.

**NEBEZPEČÍ** - Nesprávné připojení uzemňovacího vodiče zařízení může mít za následek nebezpečí úrazu elektrickým proudem. Máte-li pochybnosti o správném uzemnění výrobku, obraťte se na kvalifikovaného elektrikáře nebo servisního pracovníka. Neupravujte zástrčku dodanou s výrobek - pokud se nevejde do zásuvky, nechte si nainstalovat vhodnou zásuvku kvalifikovaným elektrikářem.

Tento výrobek je určen pro použití v obvodu se jmenovitým napětím 220-240/100-120 V a má uzemněnou zástrčku, která vypadá jako zástrčka znázorněná na náčrtku A na následujícím obrázku. Ujistěte se, že je výrobek připojen k zásuvce se stejnou konfigurací jako zástrčka. Neměl by být použit žádný adaptér

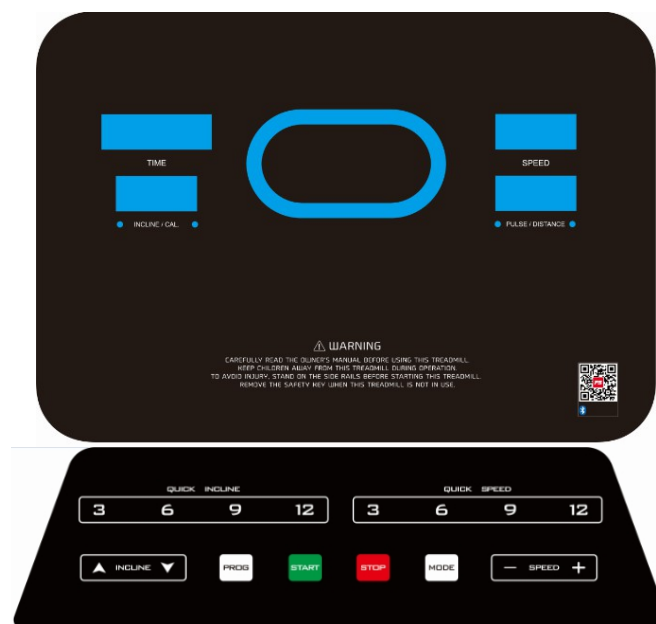
( Níže uvedený obrázek je pouze orientační, skutečná zástrčka a konektor závisí na typu výrobku. země dovozu)



# Průvodce provozem

## 1. ZOBRAZOVACÍ

OKNO :



## 2. PODROBNOSTI O LED DISPLEJI:

**INCLINE/CAL:** Zobrazení úrovně sklonu a kalorií, Když svítí příslušná ikona, odpovídající zobrazí se prvek;

**TIME:**

Zobrazí dobu běhu;

**SPEED:** Zobrazí rychlost;

**DIST/PULSE:** Zobrazení údajů o vzdálenosti a srdečním tepu, Když svítí příslušná ikona, zobrazí se odpovídající prvek;

Mřížové okno: Zobrazuje hřiště

## 3. FUNKCE TLAČÍTKA

**Tlačítko "PROG":** Stisknutím tohoto tlačítka vyberete program z manuálního režimu-P1---P15--U1--

U3--FAT. **Tlačítko "MODE":** Když je stroj v pohotovostním stavu, stisknutím tohoto tlačítka zvolíte režim: manuální režim, režim odpočítávání času, režim odpočítávání vzdálenosti, režim odpočítávání kalorií. Když je stroj v režimu FAT, volí se pořadí "Pohlaví" "Věk" "Výška" "Hmotnost".

**Tlačítko "START":** Stisknutím tohoto tlačítka se stroj spustí, po odpočítání 3 vteřin poběží na nejvyšší rychlost nebo na rychlost výchozího programu.

**Tlačítko "STOP":** Funkce pozastavení/zastavení. Když je běžecký pás v chodu, stisknutím tohoto tlačítka jednou zpomalíte běžecký pás a zastavíte jej. Všechny údaje zůstanou zachovány. Pokud v tomto stavu PAUZY stisknete tlačítko "STOP" ještě jednou, stroj se zcela zastaví a všechna data se vynulují. Pokud však v tomto stavu PAUZY stisknete tlačítko START, běžecký pás bude pokračovat od údajů stavu PAUZY.

**"SPEED+/-":** Nastavte rychlost. Stisknutím tlačítka upravte rychlost za chodu nebo upravte údaje při zastavení.

**"SPEED (3,6,9,12) ":** Rychle nastavte rychlost.

**"INCLINE+/-"**: Nastavte sklon. Stisknutím tlačítka upravte sklon při běhu nebo upravte údaje při zastavení.

**"INCLINE (3,6,9,12) "**: Rychle nastavte sklon.

*Upozornění: Při stisknutí jakéhokoli tlačítka se ozve zvukový signál. Když je tlačítko nastaveno pro překročení parametru, bude doprovázeno dlouhým tónem výzvy. Při stisknutí tlačítka Invalid se neozve žádný zvukový signál.*

## 4. HLAVNÍ FUNKCE

Otevřete vypínač, rozsvítí se okno obrazovky a přístroj přejde do pohotovostního režimu.

### 4.1. RYCHLÉ SPUŠTĚNÍ (MANUÁLNÍ):

Nasadte bezpečnostní klíč, stiskněte tlačítko " START", běžecký pás se během 3 sekund rozběhne na nejnižší rychlost, stisknutím tlačítka **SPEED+/-** rychlost upravte. Stisknutím tlačítka **INCLINE+/-** nastavte sklon. Stisknutím tlačítka ' STOP' nebo přímo vyjmutím bezpečnostního klíče běžecký pás zastavíte.

### 4.2. REŽIM ODPOČÍTÁVÁNÍ:

Stisknutím tlačítka ' MODE' můžete zvolit režim odpočítávání času, režim odpočítávání vzdálenosti, režim odpočítávání kalorií a v okně obrazovky se zobrazí výchozí údaje a třpytky. Současně stiskněte tlačítka **SPEED+/-** a **INCLINE+/-** pro nastavení údajů. Stiskněte tlačítko ' START ', stroj poběží nejnižší rychlostí, stisknutím tlačítka **SPEED+/-** můžete rychlost změnit, stisknutím tlačítka **INCLINE+/-** můžete změnit sklon. Po odpočítání do 0 se stroj plynule zastaví. Určitě můžete stisknout tlačítko ' STOP' nebo vyjmout bezpečnostní klíč z počítače, abyste stroj zastavili.

### 4.3. VNITŘNÍ INSTALAČNÍ PROGRAM:

Stisknutím tlačítka "PROG" vyberte vnitřní instalační program z P1 P15. Po nastavení programu se čas v okně se zobrazí výchozí údaje a třpytky, stisknutím tlačítka **SPEED+/-** nebo **INCLINE+/-** nastavte dobu běhu. Každý program byl rozdělen na 16 částí, Každý čas cvičení = nastavený čas/16. Stiskněte tlačítko "START", stroj se rozběhne na první sekci rychlosti a data sklonu. Po skončení sekce automaticky přejde do další sekce, rychlost a sklon se změní podle údajů další sekce. Po dokončení jednoho programu se stroj plynule zastaví. Během běhu můžete měnit rychlost a sklon pomocí tlačítek **SPEED+/-** a **INCLINE+/-** nebo tlačítka levého/pravého madla. Po zadání programu další sekce se vrátí na výchozí data. A kdykoli můžete stroj zastavit stisknutím tlačítka "STOP" nebo vyjmutím bezpečnostního tlačítka.

### 4.4 UŽIVATELSKY DEFINOVANÝ PROGRAM

Existují tři programy U1, U2, U3 pro uživatelskou definici.

Stiskněte tlačítko "PROGRAM" v pohotovostním režimu, dokud se v okně nezobrazí U1-U3, stiskněte tlačítko "MODE" pro zahájení nastavení prvního segmentu, nastavte rychlost a sklon stisknutím tlačítka "SPEED + -" , ' SPEED ( 3.

6 9

12) ', "SKLON + -", "SKLON (3 6 912) ", .stiskněte "MODE", dokončete nastavení prvního segmentu a zadejte "MODE".



druhý, dokud nedokončíte všech 20 segmentů. Data budou trvale uložena, dokud je uživatel příště neresetuje. U1 má obvykle výchozí rychlost 1KM/H, sklon 0. U2 má obvykle výchozí rychlost 2KM/H, sklon 0. U3 má obvykle výchozí rychlost 3KM/H, sklon 0.

*Na konci programového režimu běžecký pás zabliká 15 pípnutími, poté se všechna data vymažou na 0 a přejdou do pohotovostního stavu.*

## 5. TEST SRDEČNÍHO RYTMU

Při držení pulzu oběma rukama se po 5 sekundách v okénku pulzu zobrazí srdeční tep. Abyste získali přesnou hodnotu srdečního tepu, podržte ruční puls déle než 30 sekund a otestujte, kdy se přístroj zastaví. Údaje o srdečním tepu jsou pouze orientační, nelze je považovat za lékařské údaje.

## 6. TEST TĚLESNÉHO TUKU

Když je běžecký pás v pohotovostním režimu, stiskněte tlačítko 'PROGRAM', dokud se v okně nezobrazí 'FAT'. "FAT" je režim testování tělesného tuku. Stisknutím tlačítka 'MODE' vyberte parametr 'SEX / AGE / HEIGHT / WEIGHT', v odpovídajícím okně se zobrazí "-1-", "-2-", "-3-" "-4-". Po nastavení každého parametru stiskněte SPEED+/(INCLINE+/-).

upravte údaje a v příslušném okně se zobrazí údaje a stiskněte tlačítko "MODE" pro dokončení, v okně se zobrazí "-5-" a "---" a přejděte do stavu připravenosti k provozu. Držte pulzní rukojeť oběma rukama, po 5 sekundách se zobrazí údaje o BMI.

### 6.1 Zobrazení dat a nastavený rozsah

Parametr Typ	výchozí	Rozsah nastavení	mark
SEX (-1-)	0 ( MUŽI )	0-1	0= MUŽ 1= ŽENA
AGE (-2-)	25	10-99	
HEIGHT (-3-)	170 CM	100-240 CM	
WEIGHT (-4-)	70 KG	20-160 KG	

### 6.2 Referenční hodnota BMI

(BMI)	
<19	Podváha
19--26	Normální hmotnost
26--30	Převážení
>30	Obezita



## 7. FUNKCE SPÁNKU

Při zastavení na více než 10 minut systém vypne všechny displeje a přejde do režimu spánku. Pro probuzení stiskněte libovolné tlačítko.

## 8. FUNKCE BEZPEČNOSTNÍHO KLÍČE

Kdykoli vytáhnete bezpečnostní tlačítko, běžecský pás se rychle zastaví, všechny údaje se vynulují a ve všech oknech se zobrazí "---". A sklon zůstane v aktuální poloze. V této době nemůže běžecský pás provádět žádné operace kromě vypnutí spínače. Když dáte bezpečnostní tlačítko zpět do správné polohy, přejde do pohotovostního stavu, kdy čeká na zadání příkazu, a stále zůstává v poloze sklonu. Pokud nyní zvolíte režim programu pro spuštění běžecského pásu, sklon se nastaví podle režimu programu, jinak se sklon nepohne.

## 9. Funkce MP3 (volitelně)

Po zapnutí běžecského pásu a připojení MP3 nebo jiného audio zařízení začne okno přehrávat hudbu. Hlasitost je nastavitelná na audio zařízení. Nastavte vhodnou hlasitost, aby nedošlo k ovlivnění kvality hlasu, a vložte hlasový frekvenční obvod.

## 10. Funkce USB (volitelně)

když je běžecský pás zapnutý, můžete vložit libovolnou paměťovou kartu USB, která obsahuje zvukové soubory. Počítač rozpozná zvukové soubory na paměťové kartě a přehraje hudbu přímo.

## 11. Funkce reproduktoru Bluetooth (volitelně)

Po úspěšném připojení k telefonu nebo IPADu otevřete Bluetooth a vyhledejte Bluetooth. Hudba, kterou přehráváte na telefonu nebo IPADu, bude znít z reproduktoru běžecského pásu.

## 12. ZOBRAZENÍ PROVOZNÍCH ÚDAJŮ A ROZSAH NASTAVENÍ

	ZOBRAZIT ROZSAH	DEFAULT REŽIM	DEFAULT PROGRAM	NASTAVIT ROZSAH
RYCHLOST (KM/H)	1-16 KM	---	---	---
INCLINE(%)	0---15%			0-15%
ČAS	0:00-99:59	30:00	30:00	5:00---99:00
DISTANCE	0,00 KM-99,9 KM	1,00 KM	---	0,5 KM-99,9 KM
KALORIE	0Kcl-999Kcl	50Kcl	---	10Kcl-990Kcl

## 13. TABULKA DAT:

ČAS PROG		Nastavení času/16= doba běhu intervalu																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCLINE	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2
P02	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
	INCLINE	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2
P03	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P04	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P05	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2
P06	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCLINE	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2
P07	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P08	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCLINE	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	10	10	8	6	3
P09	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCLINE	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCLINE	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	8	10	10	8	6	3
P11	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
	INCLINE	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	5	2	0
P12	SPEED	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
	INCLINE	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3
P13	SPEED	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
	INCLINE	3	3	5	6	5	3	3	7	5	3	2	0	0	5	5	3	2	3	2	1
P14	SPEED	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P15	SPEED	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2

## 14. Funkce připomínání doplňování silikonového oleje

Pokud během jízdy překročí kumulativní vzdálenost 100 km, v okénku TIME se střídavě zobrazuje čas a připomínkový znak "OIL", doprovázený zvukovým signálem, který vyzývá k doplnění silikonového oleje pro údržbu. V tomto stavu lze stisknutím tlačítka STOP výzvu odstranit a vymazat kumulovanou vzdálenost. Kromě toho odpojte bezpečnostní klíč a stiskněte současně obě tlačítka programu a režimu na dobu delší než 3 sekundy, aby se zobrazila nahromaděná ujetá vzdálenost. Chcete-li tento údaj vymazat, stačí **znovu** stisknout obě tlačítka programu a režimu současně na dobu delší než 3 sekundy.

## Pokyny ke cvičení

### Zahřívací fáze :

Pokud je vám více než 35 let nebo nejste příliš zdraví a cvičíte poprvé, poraďte se se svým lékařem nebo odbornou osobou.

Než začnete motorový běžecký pás používat, naučte se stroj ovládat, dobře vězte, jak se spouští, zastavuje, nastavuje rychlost atd., v této době na stroji nestůjte. Poté můžete stroj používat. Postavte se na protiskluzovou podložku z obou stran a držte rukojeť oběma rukama. Udržujte stroj při nízké rychlosti asi 1,6 ~ 3,2 km/h, poté vyzkoušejte běh stroje jednou nohou, až si na rychlost zvyknete, můžete na stroji běhat a můžete přidat rychlost mezi 3 a 5 km/h. Udržujte rychlost asi 10 minut, pak stroj zastavte.

### Fáze cvičení :

Před použitím se naučte nastavit rychlost a sklon. Ujděte asi 1 km stabilní rychlostí a zapište si čas, bude vám to trvat asi 15-25 minut. Pokud půjdete rychlostí 4,8 km/h, bude vám 1 km trvat asi 12 minut. Pokud se při stabilní rychlosti cítíte pohodlně, můžete přidat rychlost a sklon, po 30 minutách můžete mít dobré cvičení. V této fázi nemůžete přidávat rychlost nebo sklon příliš najednou, může vás to udržet v pohodlí.

### Intenzita cvičení:

Zahřejte se rychlostí 4,8 km/h za 2 minuty, poté přidejte na 5,3 km/h a pokračujte v chůzi 2 minuty, poté přidejte na 5,8 km/h a pokračujte v chůzi 2 minuty. Poté přidávejte po 0,3 km/h v každých 2 minutách, dokud se rychle nezadýcháte, ale necítíte se pohodlně.

Spalování kalorií - nejúčinnější způsob

Zahřívání po dobu 5 minut rychlostí: 4-4,8 KM/H, pak pomalu zvyšujte rychlost o 0,3 KM/H/2 minuty, až do stabilní rychlosti, která je pro vás pohodlná po dobu 45 minut. Pro zlepšení intenzity pohybu můžete udržovat rychlost během 1 hodiny televizního programu, pak zvýšte rychlost o 0,3 KM/H v každém reklamním intervalu, poté se vraťte k původní rychlosti. S nejlepší účinností tréninku pro spalování kalorií se můžete seznámit během reklamní doby a následné doby zvyšování tepové frekvence. Nakonec byste měli rychlost postupně zpomalovat po dobu 4 minut.

### Frekvence cvičení:

Doba cyklu: Vymyslete si rozvrh tréninku vědecky, nejenom pro váš koníček.

Intenzitu běhu můžete regulovat nastavením rychlosti a sklonu běžeckého pásu. Doporučujeme, abyste zpočátku sklon nenastavovali; zlepšení sklonu je účinný způsob, jak posílit intenzitu cvičení.

Před zahájením tréninku se poraďte se svým lékařem nebo zdravotníkem. Odborníci vám pomohou sestavit vhodný časový plán cvičení podle vašeho věku a zdravotního stavu,

určovat rychlost pohybu, intenzitu cvičení. Pokud během cvičení pocítíte tlak na hrudi, bolest na hrudi, nepravidelný srdeční tep, potíže s dýcháním, závratě nebo jiné nepříjemné pocity, okamžitě přestaňte.

Měli byste se poradit se svým lékařem nebo zdravotníkem, jak pokračovat.

Můžete si zvolit normální rychlost chůze nebo rychlost běhu, pokud vždy trénujete na běžeckém pásu.

Pokud nemáte dostatek zkušeností nebo nepotvrdíte rychlost testování, můžete postupovat podle pokynů:

Rychlost 1-3,0KM/H není dobře fyzicky

Rychlost 3,0-4,5KM/H méně pohybu a tréninku

Rychlost 4,5-6,0KM/H normální chůze

Rychlost 6,0-7,5KM/H Rychlá chůze

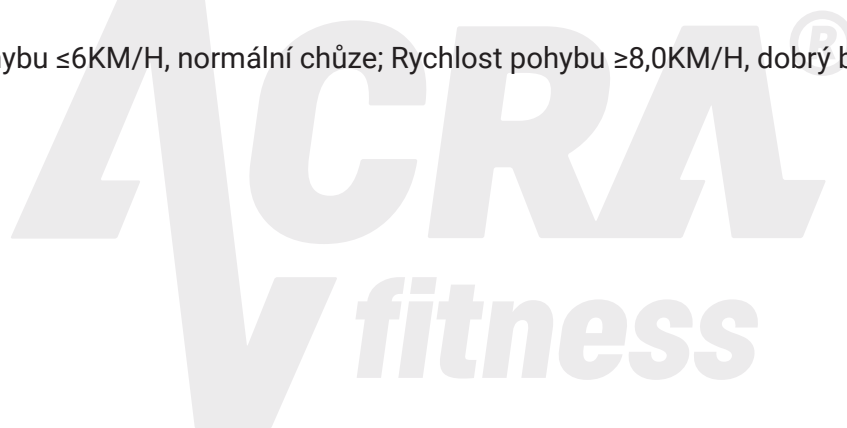
Rychlost 7,5-9,0KM/H Jogging

Rychlost 9,0-12,0KM/H středně rychlá chůze

Rychlost 12,0-14,5KM/H dobré zkušenosti s během

Rychlost 14,5-16,0KM/H výborný běžec

Pozor: Rychlost pohybu  $\leq 6$ KM/H, normální chůze; Rychlost pohybu  $\geq 8$ ,0KM/H, dobrý běžec.



## INSTRUKCE PRO ZAHŘÁTÍ

Před cvičením je lepší provést protahovací cvičení. Teplé svaly se snadněji protáhnou, věnujte nejprve 5 ~ 10 minut zahřátí. Poté v souladu s následujícími metodami zastavit a provést protahovací cvičení - udělat pětkrát, každou nohu pokaždé 10 sekund nebo více času, aby to znovu po skončení cvičení.

1. Dole protažení: kolena mírně pokrčená, tělo pomalu ohnuté dopředu tak, aby záda a ramena byla uvolněná, rukama se snažte dotknout špiček nohou. Udržujte 10 až 15 sekund, poté se uvolněte. Provedení opakujte třikrát (viz obrázek 1).

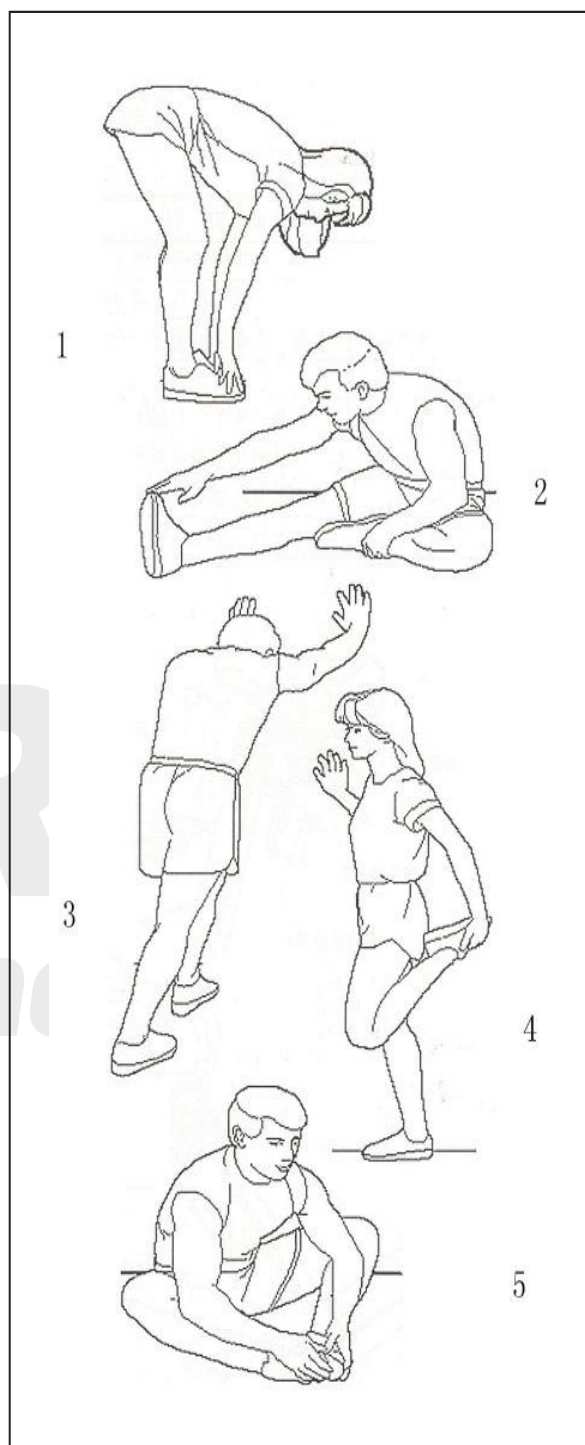
2. Protažení hamstringů: sedněte si na čisté sedadlo a jednu nohu narovnejte. Směrem dovnitř přitáhněte druhou nohu tak, aby se blížila k vnitřní rovné noze. rukou se snažte dotknout prstů. Udržujte 10 až 15 sekund, poté uvolněte. Opakujte pro každou nohu třikrát (viz obrázek 2).

3. Protažení šlach na nohou a chodidlech: dvě nohy na rotopedu nebo na stromě, jedna noha ve sloupku. Nohy držte rovně a paty naklánějte ve směru stěny nebo stromu. Udržujte 10 až 15 sekund, poté uvolněte. Opakujte pro každou nohu třikrát (viz obrázek 3).

4. Quadriceps úsek: levé ruce stěnu nebo stůl zvládnout rovnováhu, a pak se protáhl pravou rukou zpět, aby se chytit pravou nohu na hýždě s pomalu táhnout, dokud necítíte přední stehenní svaly napjaté. Udržujte 10 až 15 sekund, poté

relaxovat. Opakujte pro každou nohu třikrát (viz obrázek 4).

5. Protažení svalu Sartorius (vnitřní stehenní svaly): Naopak koleno směrem ven se posadí. Rukama uchopte chodidla do tříselného tahu. Udržujte 10 až 15 sekund, poté uvolněte. Opakujte třikrát (viz obrázek 5).



## NASTAVENÍ BĚŽECKÉHO PÁSU

**Varování:** PŘED ČIŠTĚNÍM NEBO ÚDRŽBOU BĚŽECKÉHO PÁSU JEJ VŽDY ODPOJTE OD ELEKTRICKÉ ZÁSUVKY.

**Čisté:** Obecné čištění jednotky výrazně prodlouží životnost běžeckého pásu.

Pravidelně udržujte běžecký pás v čistotě. Nezapomeňte vyčistit odkrytou část plošiny na obou stranách běžeckého pásu a také boční lišty. Nošením čisté běžecké obuvi tak omezíte hromadění cizích materiálů pod krátkým pásem.

**Varování:** Před sejmutím krytu motoru vždy odpojte běžecký pás od elektrické zásuvky. Alespoň jednou rok sejměte kryt motoru a vysajte pod krytem motoru.

### MAZÁNÍ POJEZDOVÉHO PÁSU A PALUBY

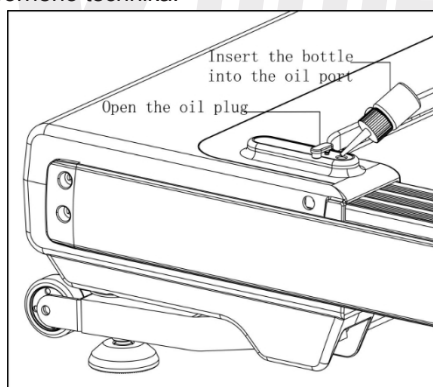
Tento běžecký pás je vybaven předem mazaným systémem s nízkými nároky na údržbu. Tření pásu a paluby může hrát významnou roli ve funkci a životnosti vašeho běžeckého pásu, a proto vyžaduje pravidelné mazání. Doporučujeme provádět pravidelnou kontrolu paluby. Pokud zjistíte poškození paluby, musíte se obrátit na naše servisní středisko.

Doporučujeme mazat palubu podle následujícího rozvrhu:

- Lehký uživatel (méně než 3 hodiny týdně)      ročně
- Střední uživatel (3-5 hodin týdně)              každých šest měsíců
- Silný uživatel (více než 5 hodin týdně)        každé tři měsíce

Doporučujeme vám zakoupit mazivo u našeho distributora nebo přímo u naší společnosti.

**Pozor:** Jakákoli oprava vyžaduje odborného technika.



1, Doporučujeme, abyste vypnuli napájení po dobu 10 minut poté, co běží 2HS, takže je dobré udržovat běžecký pás.

2, Aby se zabránilo prokluzování během chodu, řemen není příliš volný; aby se zabránilo většímu oděru mezi válcem a řemenem a udržel se dobrý chod stroje, řemen není příliš napnutý. Můžete nastavit vzdálenost mezi deskami a řemenem, řemen musí být vzdálen od desek asi 50-75 mm na obou stranách, pokud není nejlépe příliš těsný ani volný.

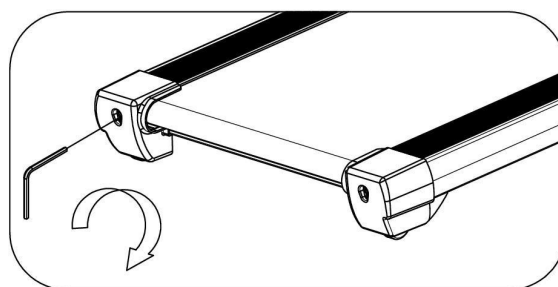
## VYSTŘEDIT BĚŽÍCÍ PÁS

• Běžecský pás postavte na rovný povrch. Běžecský pás rozběhněte rychlostí přibližně 6-8 km/h a zkontrolujte stav běhu.

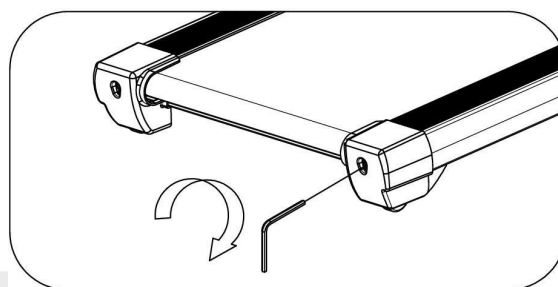
Pokud se řemen posunul doprava, vytáhněte spořicí hodiny a spínač, otočte pravým seřizovacím šroubem o 1/4 otáčky ve směru hodinových ručiček a spusťte chod, dokud se řemen nevycentruje. PIC A

Pokud se řemen posunul doleva, vytáhněte bezpečnostní hodiny a spínač, otočte levým seřizovacím šroubem o 1/4 otáčky ve směru hodinových ručiček, poté spusťte chod, dokud se řemen nevycentruje. PIC B

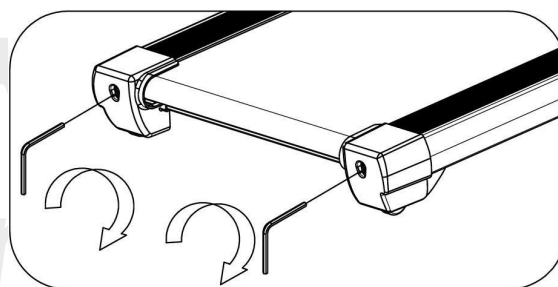
Včas upravte utažení řemene ,pro uvolnění po určité době provozu. Vytáhněte bezpečnostní hodiny a spínač , otočte levým a pravým seřizovacím šroubem o 1/4 otáčky ve směru hodinových ručiček , poté znovu spusťte chod, potvrďte těsnost řemene, dokud nebude řemen správně napnutý. PIC C



A



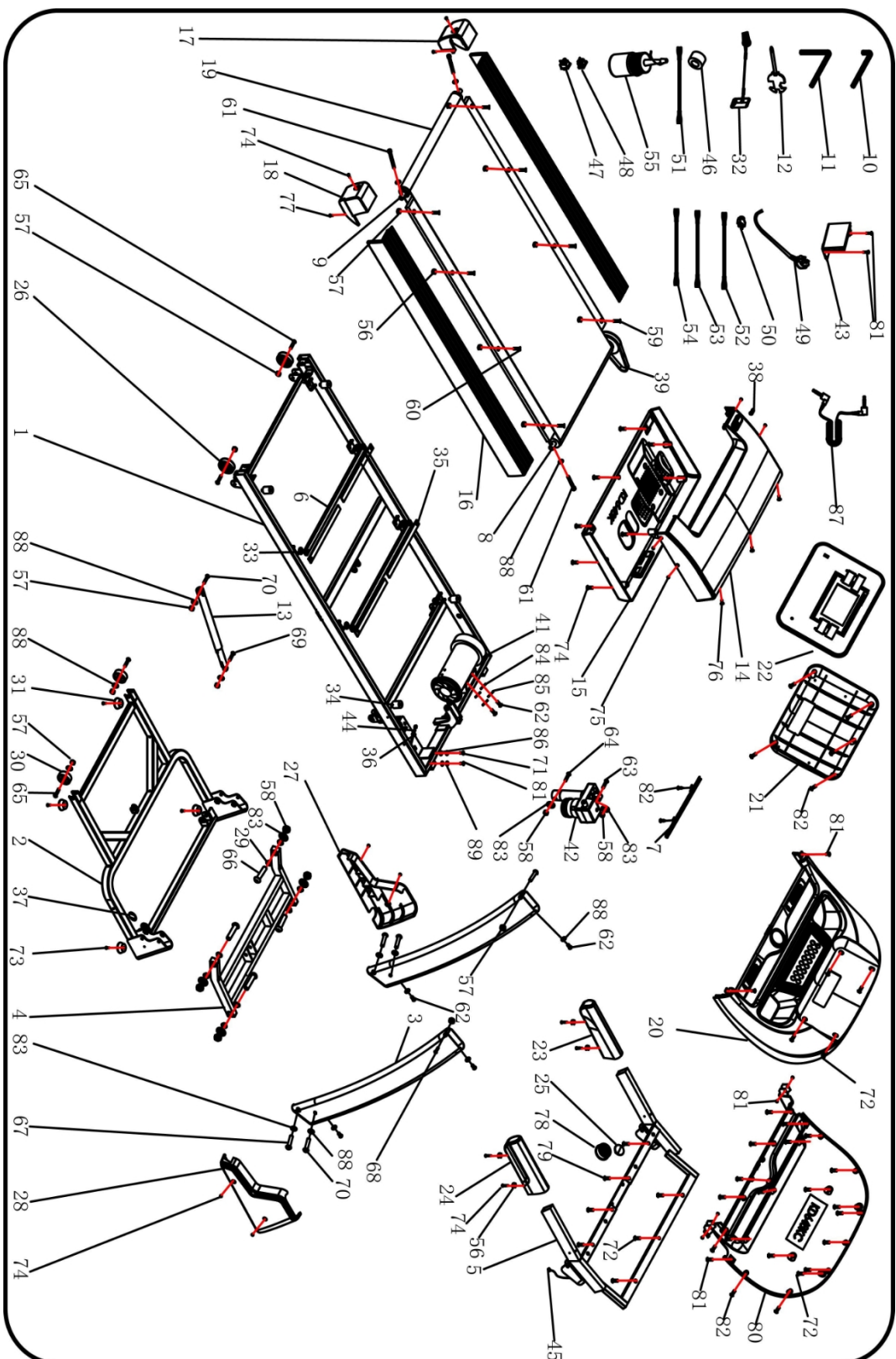
B



C



## Výřezové schéma dílů



# Seznam dílů

NE.	POPIS	SPECIFIKACE.	MNOŽSTVÍ	NE	POPIS	SPECIFIKACE.	MNOŽSTVÍ
1	Hlavní rám		1	46	Magnetický kroužek		1
2	Základní rám		1	47	Přepínač		1
3	Svislý držák		2	48	Zásuvka napájecího kabelu		1
4	Šikmý držák		1	49	Napájecí vodič		1
5	Držák počítače		1	50	Ochrana proti přetížení		1
6	Zpevňovací trubka podběhu		2	51	Jeden vodič 1		1
7	Sestava trubek		1	52	Střídavý proud s jedním vodičem		1
8	Přední válec		1	53	Jednoduchý drát		1
9	Zadní válec		1	54	Uzemňovací vodič		1
10	imbusový klíč 5#		1	55	Silikonový olej		1
11	6# imbusový klíč		1	56	Pojistná matice	M6	6
12	Klíč se šroubovákem		1	57	Pojistná matice	M8	8
13	válec		1	58	Pojistná matice	M10	12
14	Horní kryt motoru		1	59	Šroub	M8*25	4
15	Spodní kryt motoru		1	60	Šroub	M6*40	4
16	Boční kolejnice		2	61	Šroub	M8*65	3
17	Levý zadní kryt		1	62	Šroub	M8*16	6
18	Pravý zadní kryt		1	63	Šroub	M10*42	1
19	Běžecový pás		1	64	Šroub	M10*55	1
20	Horní kryt počítače		1	65	Šroub	M8*40	4
21	Spodní kryt panelu		1	66	Šroub	M10*45	4
22	Panel		1	67	Šroub	M10*45	2
23	Levý pruh		1	68	Šroub	M8*45	2
24	Pravý pruh		1	69	Šroub	M8*25	1
25	Hlavní tlačítko		1	70	Šroub	M8*42	3
26	kolo		2	71	Šroub	M5*8	1
27	Levý kryt základny		1	72	Šroub	4.2*20	2
28	Pravý kryt základny		1	73	Šroub	4.2*25	4
29	Distanční pouzdro		8	74	Šroub	4.2*19	18
30	Pohyblivé kolo		2	75	Šroub	4.2*25	4
31	Podložka pod nohy		4	76	Šroub	4.2*19	3
32	Bezpečnostní klíč		1	77	Šroub	4.2*9.5	2
33	Izolační nylonová podložka		4	78	Světelný kruh		1
34	polštář		4	79	Šroub	4.2*12	4
35	Posílení polštáře trubky		4	80	Spodní kryt počítače		1
36	Kroužková ochrana vodičů A		1	81	Šroub	4.2*12	16
37	Kroužková ochrana vodiče B		1	82	Šroub	4.2*13	22
38	Olejová zátka		1	83	Pojistná podložka	10	8
39	Řemen motoru		1	84	Plochá podložka	8	2
40	Podjezdová deska		1	85	Pružinová podložka	8	2
41	stejnoseměrný motor		1	86	Pojistná podložka	5	2
42	Šikmý motor		1	87	Drát MP3	možnost	1
43	Řídicí deska		1	88	Pojistná podložka	8	13
44	Vrchní drát počítače		1	89	Pružinová podložka	5	2
45	Spodní drát počítače		1	90	Šroub	4.2*12	4

## PRŮVODCE ODSTRAŇOVÁNÍM PROBLÉMŮ

KÓD	DŮVOD	ŘEŠENÍ
E01	1. drát zprávy je přerušený nebo špatně připojený	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zkontrolujte, zda počítač a spodní ovládání dobře připojit drát desky;</li> <li>2. Zkontrolujte, zda se neuvolnil integrovaný obvod na spodní ovládací desce, resetujte integrovaný obvod.</li> </ol>
E02	1. Střet s výbuchem	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zkontrolujte, zda je napájecí napětí o 50 % nižší než normální napětí, k testu použijte normální napětí;</li> <li>2. zkontrolujte, zda není řídicí deska spálená a zda nezapáchá, vyměňte řídicí desku;</li> <li>3. Zkontrolujte, zda je vodič motoru dobře připojen, a znovu jej připojte.</li> </ol>
E03	žádný signál ze senzoru	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zkontrolujte, zda svítí signální světlo na řídicí desce, pokud je signální světlo vypálené, vyměňte signální světlo.</li> <li>2. Zkontrolujte, zda je zástrčka snímače dobře připojena</li> <li>3. Zkontrolujte, zda není magnetický snímač přerušen nebo dobře připojen, znovu jej připojte nebo vyměňte. magnetický senzor.</li> </ol>
E05	Ochrana proti proudovému přetížení	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nadměrné zatížení nebo zaseknutí motoru způsobí nadměrný proud, stroj spustí samočinný ochranný systém. Stroj seřídte a znovu spustíte;</li> <li>2. Zkontrolujte, zda motor není hlučný, nebo zda nedošlo k vypálení motoru/spodní řídicí desky, v případě vypálení vyměňte motor a spodní řídicí desku;</li> <li>3. Zkontrolujte, zda je napájecí napětí nesprávné, a znovu použijte správné napětí.</li> </ol>
Zobrazit " "	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bezpečnostní klíč není na určeném místě</li> <li>2. Bezpečnostní klíč není dobře připojen nebo je zlomený</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zkontrolujte, zda je bezpečnostní klíč na určeném místě.</li> <li>2. Zkontrolujte, zda je deska snímače bezpečnostního klíče dobře připojena.</li> <li>3. Vyměňte desku snímače bezpečnostního klíče uvnitř počítače</li> </ol>
<p>Pokud se motor po stisknutí tlačítka "START" neroztočí. Drát, který ovládá motor, může být v nepořádku. Například je poškozena nebo odpadla ochranná trubka na řídicí desce. Zkontrolujte, zda je vodič motoru dobře připojen, a znovu jej dobře připojte. zkontrolujte, zda je ochranná trubka v pořádku, znovu ji nastavte nebo vyměňte. Pomocí multimetru zkontrolujte, zda není IGBT vypálený, a vyměňte IGBT nebo řídicí desku.</p>		
E07/E08	Poškozená paměť EEPROM	Výměna řídicí desky

## Aplikace ke stažení



Naskenujte QR kód a stáhněte si APP přímo, nebo si je stáhněte a nainstalujte přes obchody s aplikacemi vyhledáním „FitShow“, „Kinomap“ nebo „Zwift“



**FITSHOW**



**KINOMAP**



**ZWIFT**

# ZÁRUČNÍ LIST

Na toto zboží se vztahuje zákonná záruční lhůta 24 měsíců, pokud není uvedeno jinak. U označených druhů zboží je, nad rámec zákonné záruční lhůty poskytována záruční lhůta prodloužená na 10 let, která se vztahuje na konstrukci rámu daného druhu zboží. Plněním záručních podmínek se pak u prodloužené záruční lhůty rozumí bezplatné provedení oprav všech výrobních vad, které se v této záruční lhůtě vyskytnou na konstrukci rámu, a to v servisních střediscích, společnosti ACRA, s.r.o. Záruční list spolu s dokladem o zakoupení a návodem k použití pečlivě uschovejte!

## Reklamacce

Práva z odpovědnosti za vady lze uplatňovat jen u prodávajícího, u kterého byl výrobek zakoupen.

Je třeba vytknout vadu – tzn. dostatečně přesně označit vadu, popřípadě to, jak se vada navenek projevuje. Obecně formulované sdělení, že výrobek má vadu, nestačí!

Vytknutí musí obsahovat i oznámení konkrétního práva z odpovědnosti za vady, kterého se kupující domáhá, a je třeba jej doložit vyplněným záručním listem s razítkem prodávajícího a dokladem o zakoupení (účtenkou) s datem prodeje. Výrobek je zároveň nutno opatřit vyhovujícím obalem, nejlépe originálním.

Kupující má právo, aby byla vada odstraněna bezplatně, řádně a včas (nejpozději ve 30denní lhůtě od uplatnění reklamacce, nedohodne-li se kupující s prodávajícím na době delší), popřípadě výrobek vyměněn.

Doba od uplatnění práva z odpovědnosti za vady až do doby, kdy kupující po skončení opravy byl povinen výrobek převzít (bez ohledu na to, kdy kupující věc fakticky převzal) se do záruční doby nepočítá.

Práva z odpovědnosti za vady věci zaniknou, nebyla-li uplatněna v záruční době (tzn. nejpozději posledního dne záruční doby).

## Záruka se nevztahuje na:

Opotřebení výrobku způsobené jeho obvyklým užíváním. (Obvyklým užíváním se rozumí používání k účelu, ke kterému je výrobek určen a způsobem, který je popsán v přiloženém návodu k použití)

## Záruka se dále nevztahuje na vady způsobené:

Mechanickým poškozením; (například vady způsobené rozříznutím výrobku nebo jeho části při rozbalování);  
 Neodborným zásahem (opravou) uživatele, i třetích osob;  
 Nesprávným zacházením či zacházením v rozporu s návodem k použití;  
 Neprováděním nutné údržby popsané v návodu k použití;  
 Vystavením nepříznivým vnějším vlivům, nízkým/vysokým teplotám, nevhodným skladováním;  
 Neodvratitelnou událostí – živelnou pohromou;

## Placená oprava:

Je-li vytýkána vada, na kterou se záruka nevztahuje, nebo již uplynula záruční doba, a kupující požaduje opravu, jedná se o opravu placenou.

Cena a podmínky budou stanoveny po dohodě se servisním střediskem společnosti ACRA s. r. o. Ostatní práva a povinnosti se řídí ustanoveními zák. č. 40/1964 Sb., občanského zákoníku, zejména § 612 a násl.

Za obaly od výše uvedeného výrobku byl zaplacen poplatek za využití a zpětný odběr dle § 10 a § 12 zák. č. 477/2001 Sb., o obalech, do systému EKO-KOM pod identifikačním číslem EK – F06020112.

Typové označení výrobku:	Datum prodeje: Razítko a podpis prodávajícího:
--------------------------	---

Datum reklamace	Vytýkaná vada	Záznamy servisního střediska	Výměna součástky	Poznámka

V případě jakýchkoli dotazů kontaktujte servisní středisko nebo reklamační oddělení:

ACRA, s. r. o. (IČ: 64254330), Brodská 161, 513 01 Semily  
 Reklamační oddělení – tel.: +420 481 623 322, e-mail: reklamace@acra.cz

**ES/EU Prohlášení o shodě č. 02052020/A**

Potvrzujeme tímto, že strojní zařízení splňuje všechna příslušná ustanovení níže uvedených předpisů Evropských společenství, nařízení vlády a norem. Toto prohlášení o shodě se vydává na výhradní odpovědnost výrobce.

**Dovozce**

**(zplnomocněný zástupce):** ACRA s.r.o., Brodská 161, 513 01 Semily, ČR

**Výrobek:**

název: Běžecský pás  
typ: GB6400  
modifikace: GB3500N, GB4500N, GB5400, GB6500

**Popis a určení funkce výrobku:** Běžecský pás s elektrickým náklonem slouží k běhání v interiéru. Rychlost 1-14,8 km/hod, náklon 3 polohy. Napájecí napětí 230 V AC. Jednotlivé modifikace se liší některými technickými parametry. Konstrukční princip i použité prvky jsou shodné.

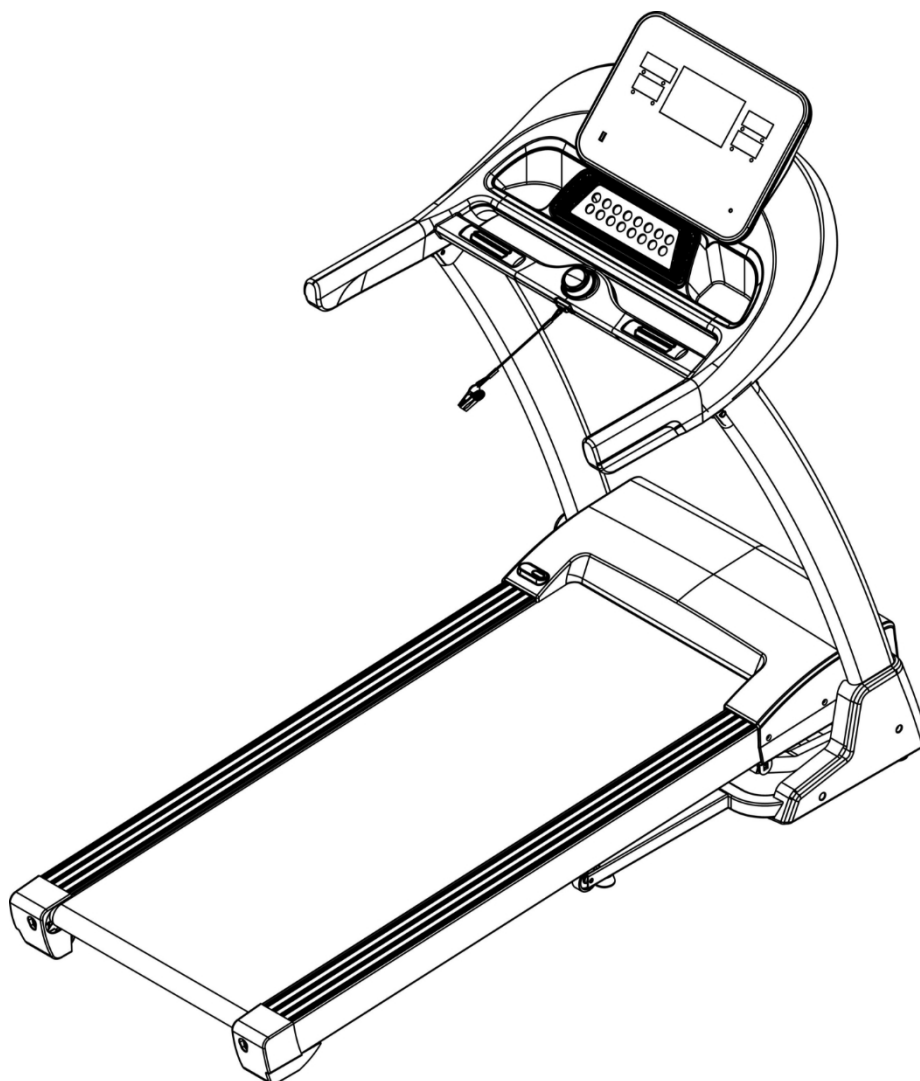
**Ověřeno dle:**

Nařízení vlády č. 118/2016 Sb., které je ekvivalentní směrnici rady č. 2014/35/EU, nařízení vlády č. 117/2016 Sb., které je ekvivalentní směrnici rady č. 2014/30/EU, nařízení vlády č. 176/2008 Sb. ve znění nařízení vlády č. 170/2011 Sb. a 229/2012 Sb. a 320/2017 Sb., které je ekvivalentní směrnici rady č. 2006/42/ES ve znění směrnice rady 2009/127/ES a 2012/32/EU, ČSN EN ISO 12100, ČSN EN 957-6 +A1, ČSN EN 60335-1 ed. 2, ČSN EN 61000-6-3 ed. 3, ČSN EN 55014-1 ed. 4, ČSN EN ISO 13849-1

V Semilech, dne 23.4.2024



# ACRA<sup>®</sup> fitness



## Motorový bežecký pás GB6400 Návod na použitie

Pred inštaláciou a prevádzkou si pozorne prečítajte tento návod na obsluhu a uložte ho pre budúce použitie

## Bezpečnostné opatrenia

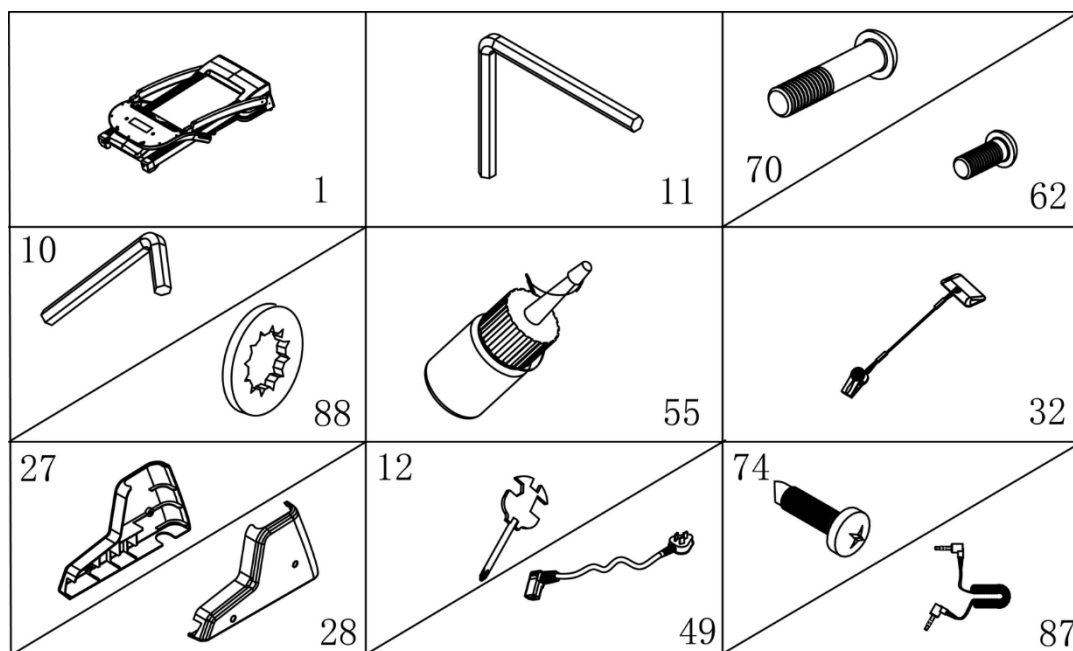
Varovanie: Odporúčame, aby ste sa pred začatím tréningu poradili so svojim lekárom alebo zdravotníckym pracovníkom, najmä vo veku do 35 rokov alebo u ľudí so zdravotnými problémami.

Nenesieme žiadnu zodpovednosť za akékoľvek problémy alebo zranenia, ak nebudete postupovať podľa našich špecifikácií. Bežecký pás by mal byť starostlivo zmontovaný a zakrytý štít motora, potom pripojte k napájaniu.

### Pozor :

1. Pred použitím bežeckého pásu sa uistite, či sú bezpečnostné svorky pripevnené k odevu alebo pásom.
2. Do žiadnej časti zariadenia nekladajte žiadne predmety, ktoré by ho mohli poškodiť.
3. Umiestnite bežecký pás na voľný rovný povrch. Bežecký pás neumiestňujte na hrubý koberec, pretože môže brániť správne vetraniu. Bežecký pás neumiestňujte do blízkosti vody alebo do vonkajšieho prostredia.
4. Nikdy nespúšťajte bežecký pás, keď stojíte na chodiacom páse. Po zapnutí napájania a nastavení regulátora rýchlosti môže nastať prestávka, kým sa začne pohybovať chodiaci pás, vždy stojte na lištách pre nohy po stranách rámu, kým sa pás nezačne pohybovať.
5. Pri cvičení na bežiacom páse noste vhodné oblečenie. Nenoste dlhé, voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť o bežecký pás. Vždy noste bežeckú alebo aeróbnu obuv s gumovou podrážkou.
6. Počas tréningu udržiavajte deti a domáce zvieratá mimo bežeckého pásu.
7. Po večeri necvičte v 40 minútach.
8. Zariadenie je vhodné pre dospelých, mladiství musia byť počas tréningu v sprievode dospelých.
9. Pri prvom spustení tréningu sa musíte držať držiadiel, kým sa s bežeckým pásom neoznámite a neosvojíte si ho.
10. Bežecký pás je zariadenie na používanie v interiéri, nie na používanie v exteriéri, aby sa predišlo poškodeniu. Udržiavajte skladovacie miesto čisté a rovné, sušené. Zákaz používania na iné účely, len na cvičenie.
11. Prosím, zakúpte si napájací kábel u distribútora alebo sa obráťte priamo na nás, ak chcete bežecký pás vybaviť iba napájacím káblom.
12. Ak sa rýchlosť bežeckého pásu náhle zvýši v dôsledku poruchy elektroniky alebo neúmyselného zvýšenia rýchlosti, bežecký pás sa náhle zastaví, keď sa ťahací kolík uvoľní z konzoly.
13. Nepripájajte vedenie do stredu kábla; nepredlžujte kábel ani nemeňte zástrčku kábla; nekladte na kábel žiadne ťažké veci ani neumiestňujte kábel do blízkosti zdroja tepla; zakažte používanie zásuvky s niekoľkými otvorov, môžu spôsobiť požiar alebo zranenie osôb.
14. Ak sa zariadenie nepoužíva, vypnite napájanie. Keď je napájanie odpojené, neťahajte za napájacie vedenie, aby bol vodič v dobrom stave. zasunúť zástrčku do zásuvky s bezpečnostným uzemňovacím obvodom, pretože napájacie vedenie je profesionálne zariadenie. pri poškodení vedenia sa musíte obrátiť priamo na profesionálov.
15. Tento bežecký pás je určený len na domáce použitie.
16. Bezpečnostný priestor za bežeckým pásom: PLOCHA: 1000\*2000MM

Po otvorení škatule nájdete v škatuli nasledujúce časti



### ZOZNAM ČASTÍ:

NIE	DES.	Špecifikácia	Č.	NIE	DES.	Špecifikácia	Č.
1	Hlavný rám		1	32	Bezpečnostný kľúč		1
11	6#Allenový kľúč	6 mm	1	27	Ľavý kryt základne		1
70	Skrutka	M8*42	2	28	Pravý kryt základne		1
62	Skrutka	M8*16	4	12	Kľúč so skrutkovačom	S=13、14、15	1
10	5#Allenový kľúč	5 mm	1	49	Napájací vodič		1
88	Zaistovacia podložka	8	6	74	Skrutka	ST4.2*19	4
55	Silikónový olej		1	87	Drôt MP3	možnosť	1

### NÁSTROJE NA OPRAVU:

5# imbusový kľúč 5mm 1ks

6# imbusový kľúč 6mm 1ks

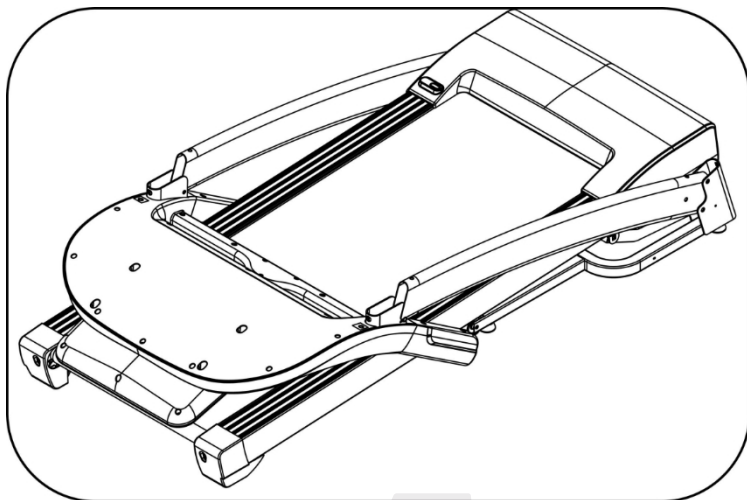
Kľúč so skrutkovačom S=13、14、15 1ks

**Upozornenie: Neprechádzajte cez napájanie pred kompletnou montážou**

## Návod na montáž

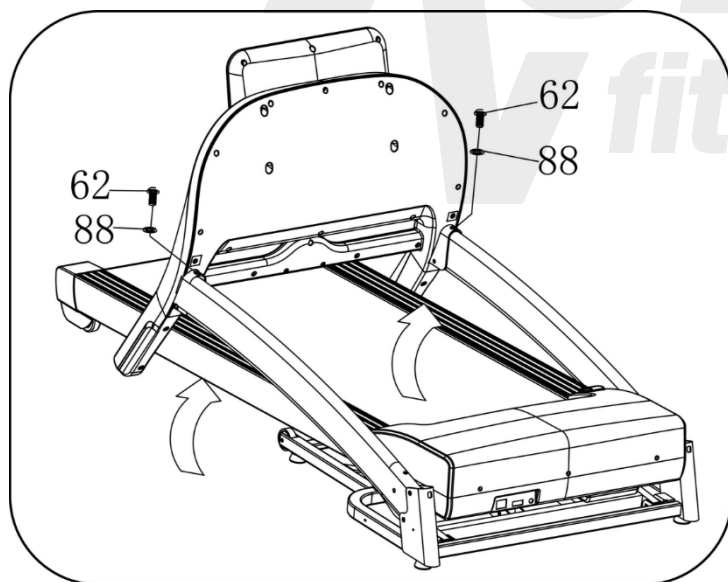
### KROK 1

:



1. Otvorte kartón, vyberte uvedené náhradné diely, položte hlavný rám na rovnú zem.

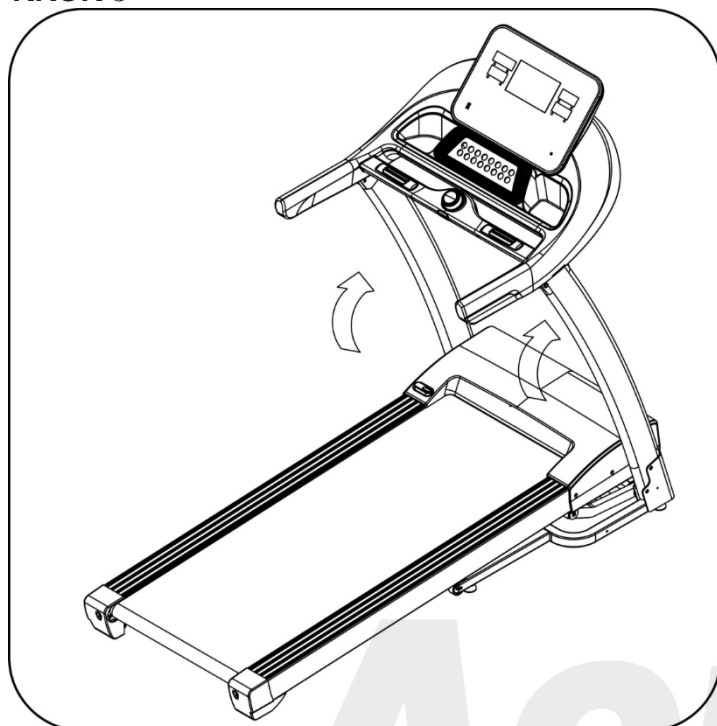
### KROK 2 :



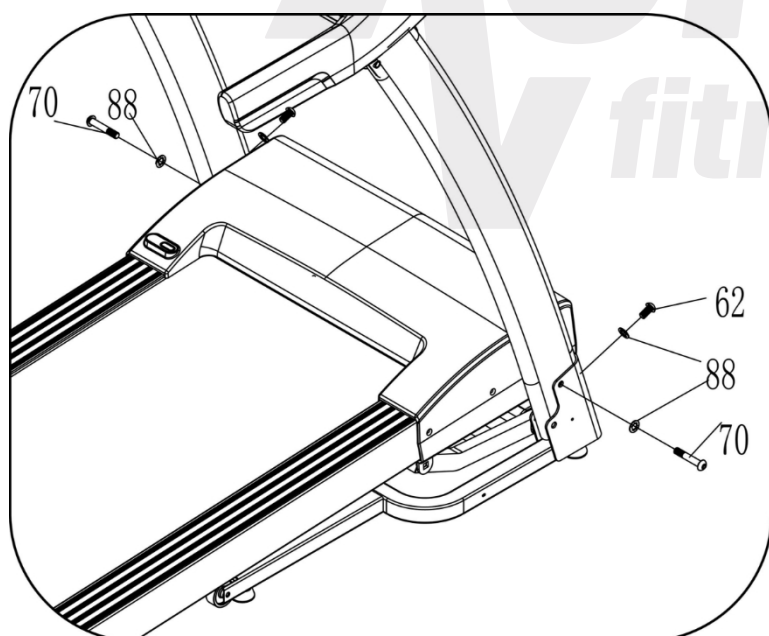
1. Podoprite držiak počítača a zaistite počítač na zvislej rúrke pomocou imbusového kľúča 5# (10), skrutky (62) a poistnej podložky (88). pozri obrázok vľavo.

Ľavá strana je rovnaká ako pravá.

**Upozornenie: Upozornenie:**  
Držte stípičky jednou rukou, aby ste nikoho nezranili.

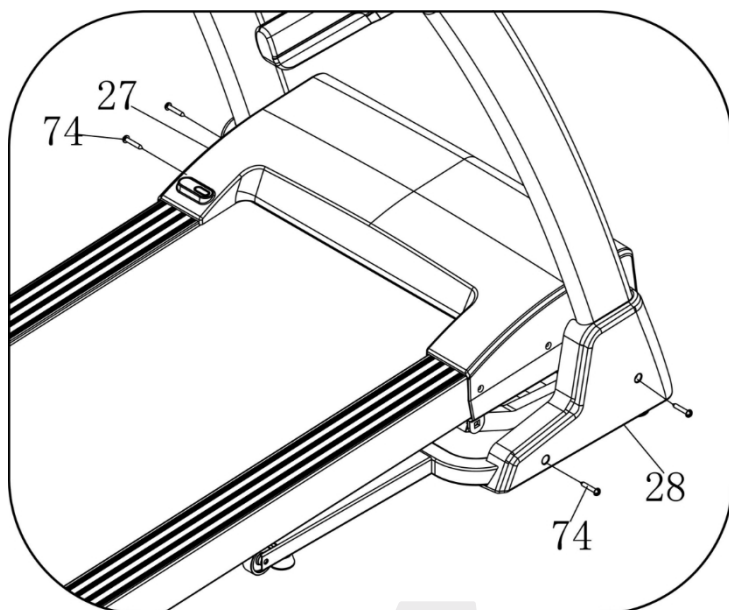
**KROK 3 :**

1. Počítač zložte v smere šípky na ľavom obrázku.

**KROK 4 :**

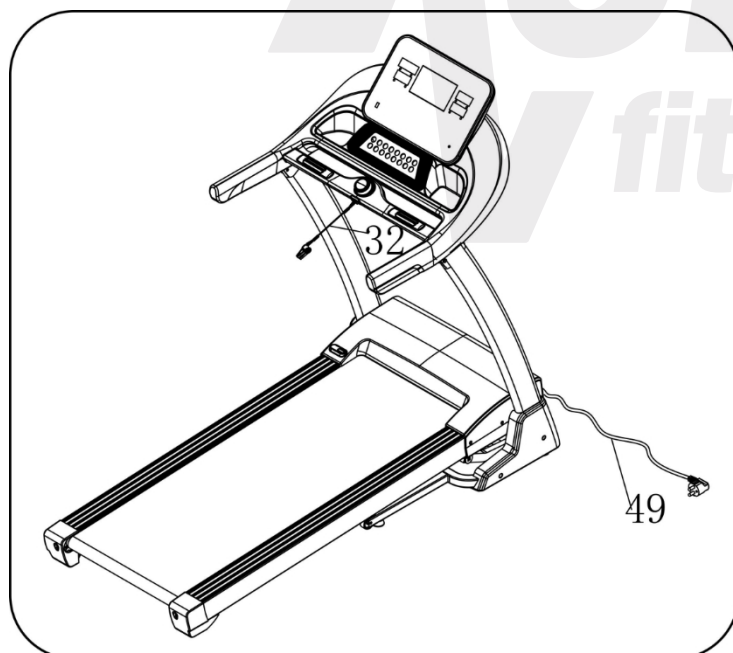
1. Pomocou imbusového kľúča 5# (10), skrutky (70) a poistnej podložky (88) zaistíte pravú zvislú rúrku na základnom ráme.
2. Pomocou imbusového kľúča 5# (10), skrutky (62) a poistnej podložky (88) zaistíte pravú zvislú rúrku na základnom ráme.
3. Ľavá strana je rovnaká ako pravá strana.

**Upozornenie: Upozornenie:**  
**Držte stĺpiky jednou rukou,**  
**aby ste nikoho nezranili.**

**KROK 5:**

1. Použite kľúč so skrutkou vodič(12), skrutka(74) na zaistenie pravého základného krytu ( 28 ) do základného rámu.
2. Pravá strana je rovnaká ako ľavá.

**Poznámka: Kryt základne musí byť pripevnený k stojanu.**

**KROK 6:**

1. Vložte bezpečnostný kľúč (32) do počítača.
2. Zapojte napájací kábel (49) do zásuvky na hlavnom ráme (keď bežecký pás nepoužívate, môžete napájací kábel odpojiť).

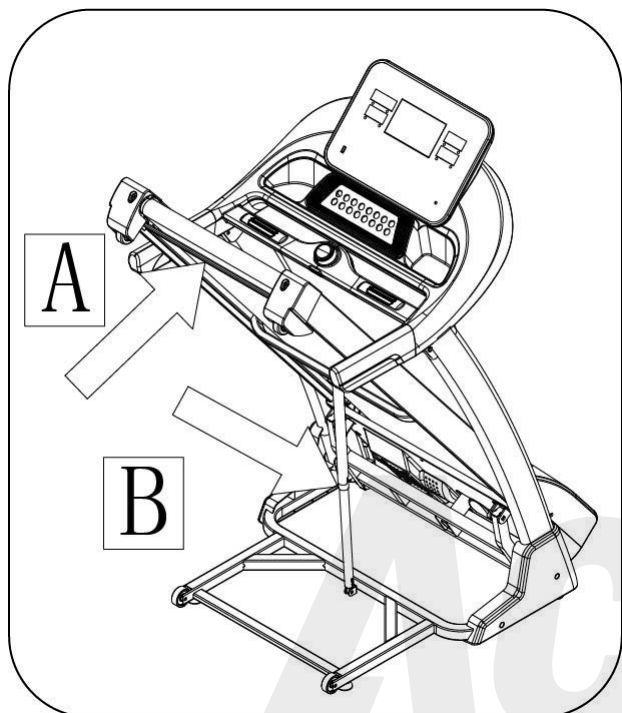
**POZOR : Potvrďte kompletnú montáž podľa vyššie uvedených požiadaviek a zaistíte všetky skrutky. Po skontrolovaní, či je všetko v poriadku, vykonajte nasledujúcu operáciu.**

**Pred použitím bežeckého pásu si pozorne prečítajte návod na použitie.**



## Pokyny na skladanie

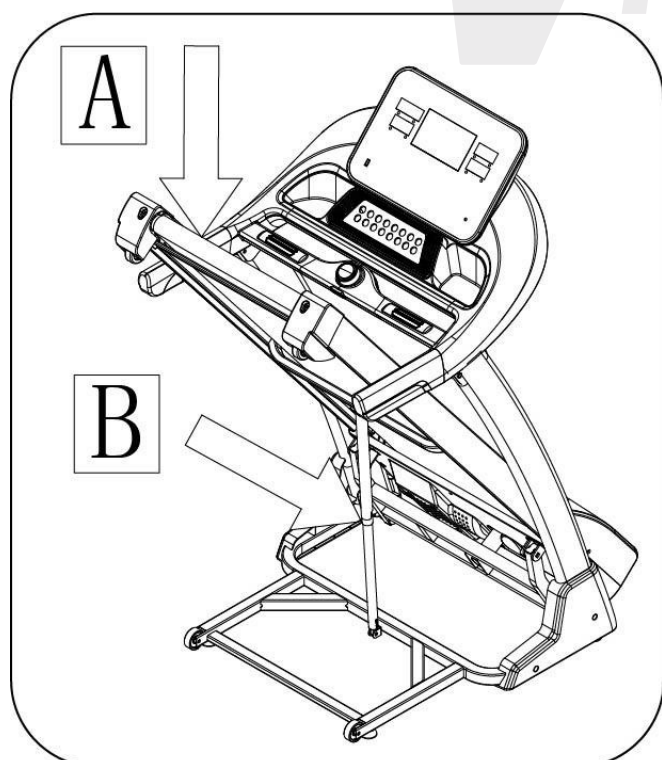
### Vyťahovanie:



Vytiahnite základný rám v polohe ( A), kým neuslyšíte zvuk, ktorý vydáva tlaková lišta.

(B) je zaistený v okrúhlej rúrke.

### Ťahanie nadol:



Podoprite miesto A rukou , kopnite do miesta tlakovej tyče, potom základný rám automaticky spadne (pri páde zariadenia držte mimo neho všetkých ľudí a domáce zvieratá).



# Technické parametre

<b>VYBUDOVANÉ VEĽKOSŤ (mm)</b>	1615*765*1370 mm	<b>POWER</b>	Ako ukazuje hodnotiaci štítok
<b>SKLADACIE VEĽKOSŤ (mm)</b>	1090*765*1370 mm	<b>Maximálny výstupný výkon</b>	Ako ukazuje hodnotiaci štítok
<b>BEŽECKÁ PLOCHA VEĽKOSŤ (mm)</b>	480*1300 mm	<b>RÝCHLOSTNÝ ROZSAH</b>	1-16KM/H
<b>SÚČASNÁ HMOTNOSŤ</b>	68 kg	<b>MAXIMÁLNA DOSTUPNÁ HMOTNOSŤ</b>	120 kg
<b>5 LED OKNO</b>	Rýchlosť, čas, sklon, vzdialenosť, kalórie, pulz		

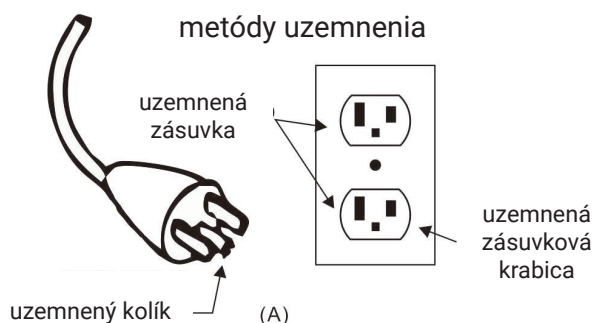
## Metódy uzemnenia

Tento výrobok musí byť uzemnený. V prípade poruchy alebo poruchy uzemnenie poskytuje cestu najmenšieho odporu pre elektrický prúd, aby sa znížilo riziko úrazu elektrickým prúdom. Tento výrobok je vybavený káblom s uzemňovacím vodičom zariadenia a uzemňovacou zástrčkou. Zástrčka musí byť zapojená do vhodnej zásuvky, ktorá je správne nainštalovaná a uzemnená v súlade so všetkými miestnymi predpismi a nariadeniami.

**NEBEZPEČENSTVO** - Nesprávne pripojenie uzemňovacieho vodiča zariadenia môže mať za následok riziko úrazu elektrickým prúdom. Ak máte pochybnosti, či je výrobok správne uzemnený, poraďte sa s kvalifikovaným elektrikárom alebo servisným pracovníkom. Neupravujte zástrčku dodanú s výrobok - ak sa nezmesťí do zásuvky, nechajte nainštalovať vhodnú zásuvku kvalifikovaným elektrikárom.

Tento výrobok je určený na použitie v menovitom obvode 220-240/100-120 V a má uzemnenú zástrčku, ktorá vyzerá ako zástrčka znázornená na náčrte A na nasledujúcom obrázku. Uistite sa, že výrobok je p r i p o j e n ý do zásuvky s rovnakou konfiguráciou ako zástrčka. Nemal by byť použitý žiadny adaptér

(Nižšie uvedený obrázok je len referenčný, skutočná zástrčka a konektor závisí od krajiny dovozu)



# Prevádzková príručka

## 1. ZOBRAZOVACIE

OKNO :



## 2. PODROBNOSTI O DISPLEJI LED OKNA:

**INCLINE/CAL:** Zobrazenie úrovne sklonu a kalórií, Keď svieti príslušná ikona, príslušný zobrazí sa prvok;

**TIME:**

Zobrazí čas behu;

**SPEED:** Zobrazí rýchlosť;

**DIST/PULSE:** Zobrazenie údajov o vzdialenosti a srdcovom tepe, Keď svieti príslušná ikona, zobrazí sa príslušný prvok;

Mriežkové okno: Zobrazuje detské ihrisko

## 3. FUNKCIA TLAČIDLA

**Tlačidlo "PROG":** Stlačením tohto tlačidla vyberiete program z manuálneho režimu-P1---P15--U1--U3-

-FAT. **Tlačidlo "MODE":** Keď je stroj v pohotovostnom režime, stlačením tohto tlačidla vyberiete režim: manuálny režim, režim odpočítavania času, režim odpočítavania vzdialenosti, režim odpočítavania kalórií. Keď je stroj v režime FAT, postupnosť výberu je "Pohlavie" "Vek" "Výška" "Hmotnosť".

**Tlačidlo "START":** Po odpočítaní 3 sekúnd sa stroj spustí na najnižšiu rýchlosť alebo na rýchlosť predvoleného programu.

**Tlačidlo "STOP":** Funkcia pozastavenia/zastavenia. Keď je bežec v prevádzke, stlačením tohto tlačidla raz spomalíte bežec a zastavíte ho. Všetky údaje zostanú zachované. V tomto stave PAUZY Ak stlačíte tlačidlo "STOP" ešte raz, stroj sa úplne zastaví a všetky údaje sa vynulujú. Ak však v tomto stave PAUZY stlačíte tlačidlo START, bežec bude pokračovať od údajov stavu PAUZY

**"SPEED+/-":** Nastavte rýchlosť. Stlačením tlačidla upravte rýchlosť pri behu alebo upravte údaje pri zastavení. **"SPEED (3,6,9,12) "**: Rýchle nastavenie rýchlosti.

**"INCLINE+/-"**: Nastavte sklon. Stlačením tlačidla upravte sklon pri behu alebo upravte údaje pri zastavení.

**"INCLINE (3,6,9,12) "**: Rýchle nastavenie sklonu.

*Upozornenie: Po stlačení ktoréhokoľvek tlačidla sa ozve zvukový signál. Keď sa tlačidlo nastaví na prekročenie parametrov, bude to sprevádzané dlhým výzvovým tónom. Pri stlačení tlačidla Invalid (Neplatné) sa neozve žiadny zvukový signál.*

## 4. HLAVNÁ FUNKCIA

Otvorte vypínač, rozsvieti sa okno obrazovky a zariadenie prejde do pohotovostného stavu.

### 4.1. RÝCHLE SPUSTENIE (MANUÁLNE):

Vložte bezpečnostný kľúč, stlačte tlačidlo ' START', bežecký pás sa rozbehne na najnižšiu rýchlosť za 3 sekundy, stlačte **SPEED+/-** na nastavenie rýchlosti. Stlačením **INCLINE+/-** nastavte sklon. Stlačte tlačidlo ' STOP' alebo vyberte bezpečnostný kľúč priamo, aby ste zastavili bežecký pás.

### 4.2. REŽIM ODPOČÍTAVANIA:

Stlačte tlačidlo ' MODE', môžete si vybrať režim odpočítavania času, režim odpočítavania vzdialenosti, režim odpočítavania kalórií a v okne obrazovky sa zobrazia predvolené údaje a trblietky. Súčasne stlačte tlačidlá **SPEED+/-** a **INCLINE+/-** na nastavenie údajov. Stlačte tlačidlo ' START ', stroj sa spustí pri najnižšej rýchlosti, stlačením **SPEED+/-** môžete rýchlosť zmeniť, stlačením **INCLINE+/-** môžete zmeniť sklon. Keď sa odpočíta do 0, stroj sa plynulo zastaví. Určite môžete stlačiť tlačidlo ' STOP' alebo vybrať bezpečnostný kľúč z počítača, aby ste stroj zastavili.

### 4.3. VNÚTORNÝ INŠTALAČNÝ PROGRAM:

Stlačením tlačidla "PROG" vyberte vnútorný inštalačný program z P1 P15. Po nastavení programu sa čas V okne sa zobrazia predvolené údaje a lesk, stlačením tlačidla **SPEED+/-** alebo **INCLINE+/-** nastavte čas behu. Každý program bol rozdelený na 16 častí, Každý čas cvičenia = nastavený čas/16. Stlačte tlačidlo "START", stroj bude bežať pri prvej sekcii rýchlosti a sklonu dátumu. Po skončení sekcie automaticky prejde do ďalšej sekcie, rýchlosť a sklon sa zmenia podľa údajov ďalšej sekcie. Po dokončení jedného programu sa stroj plynulo zastaví. Počas behu môžete meniť rýchlosť a sklon pomocou tlačidiel **SPEED+/-** a **INCLINE+/-** alebo tlačidla ľavého/právého madla. Keď program vstúpi do ďalšej sekcie, vráti sa na predvolené dáta. A kedykoľvek môžete stroj zastaviť stlačením tlačidla "STOP" alebo vytiahnutím bezpečnostného tlačidla.

### 4.4 PROGRAM DEFINOVANÝ POUŽÍVATEĽOM

Existujú tri programy U1, U2, U3 pre používateľa.

V pohotovostnom režime nepretržite stláčajte tlačidlo "PROGRAM", kým sa v okne nezobrazí U1-U3, stlačením tlačidla "MODE" začnite nastavovať prvý segment, nastavte rýchlosť a sklon stlačením

tlačidla "SPEED + -" , ' SPEED ( 3

6 9

12) ', "SKLON + -", "SKLON (3 6 912) ", .stlačte "MODE" dokončíte nastavenie prvého segmentu a zadajte

druhý, kým nedokončíte všetkých 20 segmentov. Údaje budú trvalo uložené až do ďalšieho resetovania používateľom. U1 má zvyčajne predvolenú rýchlosť 1KM/H, sklon 0. U2 má zvyčajne predvolenú rýchlosť 2KM/H, sklon 0. U3 má zvyčajne predvolenú rýchlosť 3KM/H, sklon 0.

*Na konci programového režimu bude bežecký pás blikať s 15 pípnutiami, po ktorých sa všetky údaje vymažú na 0 a prejdú do pohotovostného stavu.*

## 5. TEST SRDCOVÉHO TEPU

Ak držíte pulz dvoma rukami, v okne pulzu sa po 5 sekundách zobrazí váš srdcový tep. Aby ste získali presnú hodnotu srdcového tepu, držte pulz ruky viac ako 30 sekúnd, aby ste otestovali, kedy sa prístroj zastaví. Údaje o srdcovom tepe sú len referenčné, nemôžu byť považované za lekárske údaje.

## 6. TEST TELESNÉHO TUKU

Keď je bežecký pás v pohotovostnom režime, stlačte tlačidlo 'PROGRAM', kým sa v okne nezobrazí 'FAT'. 'FAT' je režim testovania telesného tuku. Stlačením tlačidla 'MODE' vyberte parameter 'SEX / AGE / HEIGHT / WEIGHT', v príslušnom okne sa zobrazí "-1-", "-2-", "-3-" "-4-". Po nastavení každého parametra stlačte SPEED+/--(INCLINE+/-), aby ste upravte údaje a v príslušnom okne sa zobrazia údaje a stlačte tlačidlo "MODE", aby ste to dokončili, v okne sa zobrazí "-5-" a"---", čím prejdete do stavu pripravenosti. Držte pulznú rukoväť oboma rukami, po 5 sekundách sa zobrazia údaje o vašom BMI.

### 6.1 Zobrazenie údajov a nastavený rozsah

Parameter Typ	predvolené nastavenie	Rozsah nastavenia	značka
SEX (-1-)	0 ( MUŽI )	0-1	0= MUŽ 1= ŽENA
AGE (-2-)	25	10-99	
HEIGHT (-3-)	170 CM	100-240 CM	
WEIGHT (-4-)	70 KG	20-160 KG	

### 6.2 Referenčný index BMI

(BMI)	
<19	Podváha
19--26	Normálna hmotnosť
26--30	Viac ako váha
>30	Obezita

## 7. FUNKCIA SPÁNKU

Pri zastavení na viac ako 10 minút systém vypne všetky displeje a prejde do režimu spánku. Stlačením ľubovoľného tlačidla sa prebudíte.

## 8. FUNKCIA BEZPEČNOSTNÉHO KLÚČA

Vždy, keď vytiahnete bezpečnostný kľúč, bežecký pás sa rýchlo zastaví, všetky údaje sa vynulujú a vo všetkých oknách sa zobrazí "---". A sklon zostáva v aktuálnej polohe. V tomto čase nemôže bežecký pás vykonávať žiadne operácie okrem vypnutia spínača. Keď dáte bezpečnostný kľúč späť do správnej polohy, prejde do pohotovostného stavu a čaká na zadanie príkazu a stále zostáva v polohe sklonu. Ak teraz zvolíte režim programu na spustenie bežeckého pásu, sklon sa nastaví podľa režimu programu, inak sa sklon nebude pohybovať.

## 9. Funkcia MP3 (voliteľná možnosť)

Keď je bežecký pás zapnutý, pripojte MP3 alebo iné audio zariadenie, okno začne prehrávať hudbu. Hlasitosť je nastaviteľná na audio zariadení. Nastavte vhodnú hlasitosť, aby nedošlo k ovplyvneniu kvality hlasu, a vložte hlasový frekvenčný obvod.

## 10. Funkcia USB (voliteľná možnosť)

Keď je bežecký pás zapnutý, môžete vložiť ľubovoľnú pamäťovú kartu USB, ktorá obsahuje zvukové súbory. Počítač rozpozná zvukové súbory na pamäťovej karte a prehráva hudbu priamo.

## 11. Funkcia reproduktora Bluetooth (možnosť)

Po úspešnom pripojení k telefónu alebo IPAD otvorte Bluetooth a vyhľadajte Bluetooth. Hudba, ktorú prehrávate na telefóne alebo IPAD, bude spievať z reproduktora bežeckého pásu.

## 12. ZOBRAZENIE ÚDAJOV O CHODE A ROZSAH NASTAVENIA

	ZOBRAZIŤ ROZSAH	DEFAULT REŽIM	DEFAULT PROGRAM	NASTAVENIE ROZSAHU
RÝCHLOSŤ (KM/H)	1-16 KM	---	---	---
INCLINE (%)	0---15%			0-15%
ČAS	0:00-99:59	30:00	30:00	5:00---99:00
DISTANCE	0,00 KM-99,9 KM	1,00 KM	---	0,5 KM-99,9 KM
KALORIE	0Kcl-999Kcl	50Kcl	---	10Kcl-990Kcl

## 13. TABUĽKA DÁTUM:

PROG \ ČAS		Nastavenie času/16= čas behu intervalu																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	RÝCHLOS ↑	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCLINE	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2
P02	RÝCHLOS ↑	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
	INCLINE	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2
P03	RÝCHLOS ↑	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P04	RÝCHLOS ↑	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P05	RÝCHLOS ↑	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2
P06	RÝCHLOS ↑	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCLINE	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2
P07	RÝCHLOS ↑	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P08	RÝCHLOS ↑	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCLINE	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	10	12	8	6	3
P09	RÝCHLOS ↑	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCLINE	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	2
P10	RÝCHLOS ↑	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCLINE	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	8	10	10	8	6	3
P11	RÝCHLOS ↑	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
	INCLINE	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	5	2	0
P12	RÝCHLOS ↑	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
	INCLINE	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3
P13	RÝCHLOS ↑	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
	INCLINE	3	3	5	6	5	3	3	7	5	3	2	0	0	5	5	3	2	3	2	1
P14	RÝCHLOS ↑	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P15	RÝCHLOS ↑	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2

## 14. Funkcia pripomínajúca doplnenie silikónového oleja

Ak počas jazdy presiahne kumulatívna vzdialenosť 100 km, v okienku TIME sa striedavo zobrazuje čas a znak upozornenia "OIL", sprevádzaný zvukovým signálom, ktorý vyzýva na doplnenie silikónového oleja na údržbu. V tomto stave môžete stlačením tlačidla Stop výzvu odstrániť a vymazať nahromadenú vzdialenosť. Okrem toho odpojte bezpečnostný kľúč a stlačte súčasne obe tlačidlá programu a režimu na viac ako 3 sekundy, aby sa zobrazila nahromadená vzdialenosť chodu. Ak chcete tieto údaje vymazať,

stačí **znovu** stlačiť obe tlačidlá programu a režimu súčasne na viac ako 3 sekundy.

## Pokyny na cvičenie

### Zahrievacia fáza :

Ak máte viac ako 35 rokov, alebo nie ste veľmi zdraví, alebo cvičíte prvýkrát, poraďte sa so svojim lekárom alebo odbornou osobou.

Pred použitím motorového bežeckého pásu sa naučte, ako stroj ovládať, dobre poznajte, ako ho spustiť, zastaviť, nastaviť rýchlosť a podobne, v tomto čase na stroji nestojte. Potom môžete stroj používať. Postavte sa na protišmykovú podložku z oboch strán a rukoväť držte oboma rukami. Stroj udržiavajte pri nízkej rýchlosti približne 1,6 ~ 3,2 km/h, potom vyskúšajte chod stroja jednou nohou, keď si zvyknete na rýchlosť, potom môžete na stroji bežať a môžete pridať rýchlosť medzi 3 a 5 km/h. Udržujte rýchlosť približne 10 minút, potom stroj zastavte.

### Fáza cvičenia :

Pred použitím sa naučte nastaviť rýchlosť a sklon. Prejdite približne 1 km stabilnou rýchlosťou a zapíšte si čas, bude vám to trvať približne 15-25 minút. Ak idete rýchlosťou 4,8 km/h, 1 km vám bude trvať približne 12 minút. Ak sa pri stabilnej rýchlosti cítite pohodlne, môžete pridať rýchlosť a sklon, po 30 minútach môžete mať dobré cvičenie. V tejto fáze nemôžete naraz pridávať rýchlosť ani sklon príliš veľa, môže vás to udržať v pohodlí.

### Intenzita cvičenia:

Zahrejte sa na rýchlosť 4,8 km/h za 2 minúty, potom pridajte rýchlosť na 5,3 km/h a pokračujte v chôdzi 2 minúty, potom pridajte rýchlosť na 5,8 km/h a pokračujte v chôdzi 2 minúty. Potom pridávajte po 0,3 km/h za každé 2 minúty, až kým sa rýchlo nezadýchate, ale nebudete sa cítiť pohodlne.

Spaľovanie kalórií - najúčinnější spôsob

Rozcvička na 5 minút rýchlosťou: 4-4,8 km / h, potom pomaly zvyšujte rýchlosť o 0,3 km / h / 2 minúty, až do stabilnej rýchlosti, ktorá je podľa vás pohodlná na 45 minút. Na zlepšenie intenzity pohybu môžete udržiavať rýchlosť počas 1 hodiny televízneho programu, potom zvýšiť rýchlosť o 0,3 km / h každý časový interval reklamy, potom sa vráťte k pôvodnej rýchlosti. Najlepšiu účinnosť tréningu na spaľovanie kalórií môžete spoznať počas reklamného času a následného času zvyšovania srdcovej frekvencie. Nakoniec by ste mali rýchlosť postupne spomaľovať po dobu 4 minút.

### Frekvencia cvičenia:

Čas cyklu: Vymyslíte si plán tréningu vedeckého, nielen

pre vaše hobby.

Intenzitu behu môžete regulovať nastavením rýchlosti a sklonu bežeckého pásu. Odporúčame, aby ste sklon na začiatku nenastavovali; zlepšenie sklonu je účinný spôsob, ako posilniť intenzitu cvičenia.

Pred začatím tréningu sa poraďte so svojim lekárom alebo zdravotníckym pracovníkom. Odborníci vám pomôžu zostaviť vhodný časový harmonogram cvičenia podľa vášho veku a zdravotného stavu,



určiť rýchlosť pohybu, intenzitu cvičenia. Ak počas cvičenia pocítite tlak na hrudníku, bolesť na hrudníku, nepravidelný srdcový tep, ťažkosti s dýchaním, závraty alebo iné neprijemné pocity, ihneď prestaňte. Mali by ste sa poradiť so svojim lekárom alebo zdravotníckym pracovníkom, ako pokračovať.

Ak vždy trénujete na bežiacom páse, môžete si zvoliť normálnu rýchlosť chôdze alebo rýchlosť behu.

Ak nemáte dostatok skúseností alebo nepotvrdíte rýchlosť testovania, môžete postupovať podľa pokynov:

Rýchlosť 1-3,0KM/H	nie je dobre fyzicky
Rýchlosť 3,0-4,5KM/H	menej pohybu a tréningu
Rýchlosť 4,5-6,0KM/H	normálna chôdza
Rýchlosť 6,0-7,5KM/H	Rýchla chôdza
Rýchlosť 7,5-9,0KM/H	Behanie
Rýchlosť 9,0-12,0KM/H	stredná rýchlosť chôdze
Rýchlosť 12,0-14,5M/H	dobré skúsenosti s behom
Rýchlosť 14,5-16,0KM/H	výborný bežec

Pozor: Rýchlosť pohybu  $\leq 6$ KM/H , normálna chôdza; Rýchlosť pohybu  $\geq 8,0$ KM/H , dobrý bežec.



## INŠTRUKCIE NA ZAHRIATIE

Pred cvičením je lepšie robiť strečingové cvičenia . Teplé svaly sa ľahšie natiahnu, najprv strávte 5 ~ 10 minút na zahriatie. Potom v súlade s nasledujúcimi metódami zastavte a vykonajte strečingové cvičenia - urobte päťkrát, každú nohu vždy 10 sekúnd alebo viac času, aby ste ju po skončení cvičenia urobili znova.

1. Dole natiahnite: kolena mierne pokrčené, telo pomaly predklonené dopredu tak, aby bol chrbát a ramená uvoľnené, rukami sa snažte dotknúť prstov na nohách. Udržujte 10 až 15 sekúnd, potom uvoľnite. Opakujte trikrát, aby ste to urobili (pozri obrázok 1).

2. Natiahnutie stehenných svalov: sadnite si na čisté sedadlo, jednu nohu dajte rovno. Smerom dovnútra priblížte druhú nohu tak, aby bola blízko vnútornej rovnej nohy. rukou sa snažte dotknúť prstov. Udržujte 10 až 15 sekúnd, potom uvoľnite. Opakujte pre každú nohu trikrát (pozri obrázok 2).

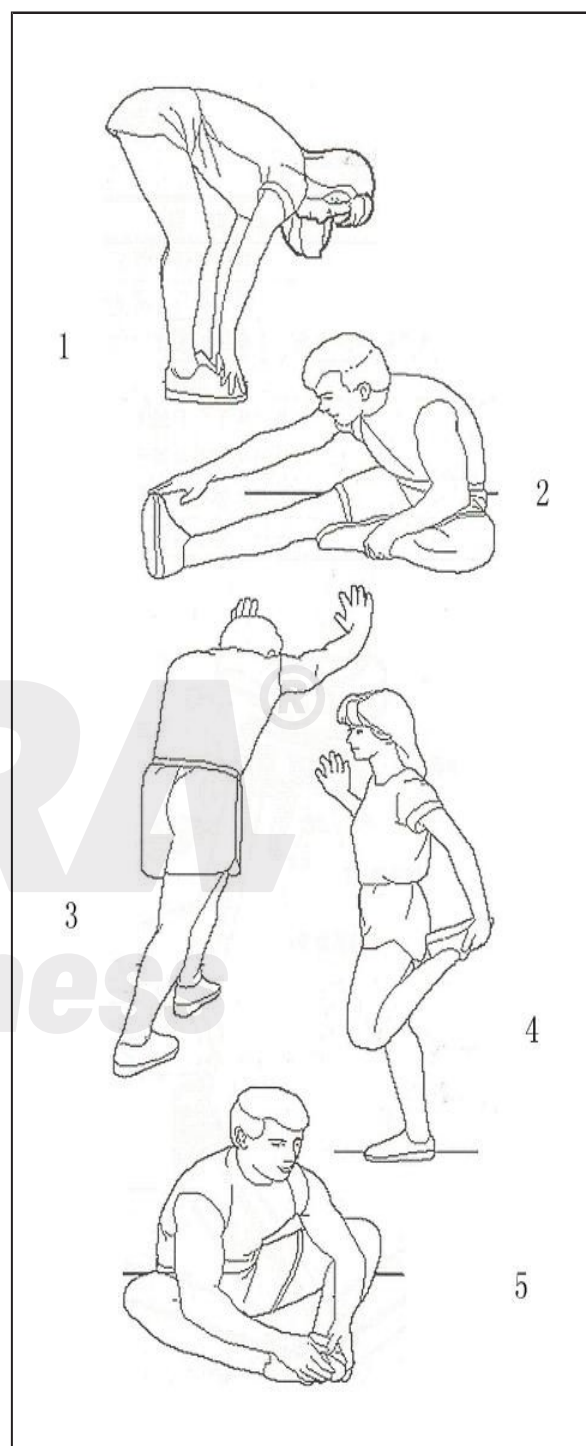
3. Natiahnutie šliach nôh a chodidiel: dve na rotačnej stene alebo stojane na strome, jedno chodidlo v stĺpiku. Nohy držte rovno a päty nakláňajte smerom k stene alebo stromu. Udržujte 10 až 15 sekúnd, potom uvoľnite.

Opakujte pre každú nohu trikrát (pozri obrázok 3).

4 .Quadriceps úsek: ľavá ruka stenu alebo stôl zvládnuť rovnováhu, a potom natiahol pravú ruku späť, aby sa chytil pravú nohu na zadku s pomaly ťahať, kým budete cítiť predné stehenné svaly napätie. Udržujte 10 až 15 sekúnd, potom

relaxovať. Opakujte trikrát pre každú nohu (pozri obrázok 4).

5. Sartorius (vnútorné stehenné svaly): Naopak, koleno smerom von, aby si sadlo. Rukami uchopíte chodidlá do slabín ťahom. Udržujte 10 až 15 sekúnd, potom uvoľnite. Opakujte trikrát (pozri obrázok 5).



## NASTAVENIE BEŽECKÉHO PÁSU

**Varovanie:** PRED ČISTENÍM ALEBO ÚDRŽBOU BEŽECKÉHO PÁSU HO VŽDY ODPOJTE OD ELEKTRICKEJ ZÁSUVKY.

**Čisté:** Bežné čistenie jednotky výrazne predĺži životnosť bežeckého pásu.

Pravidelne udržiajte bežecký pás v čistote. Nezabudnite čistiť odkrytú časť plošiny na oboch stranách kráčajúceho pásu a tiež bočné lišty. Nosením čistej bežeckej obuvi sa tak zníži hromadenie cudzích materiálov pod kráčajúcim pásom.

**Varovanie:** Pred odstránením krytu motora vždy odpojte bežecký pás od elektrickej zásuvky. Aspoň raz rok odstráňte kryt motora a vysajte pod krytom motora.

### MAZANIE BEŽECKÉHO PÁSU A PALUBY

Tento bežecký pás je vybavený predmazaným systémom paluby s nízkymi nárokmi na údržbu. Trenie pásu a paluby môže zohrávať významnú úlohu pri funkcii a životnosti bežeckého pásu, preto si vyžaduje pravidelné mazanie.

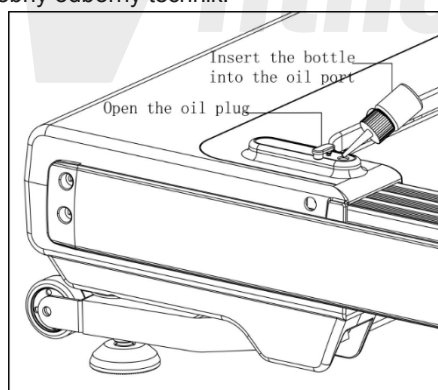
Odporúčame pravidelnú kontrolu paluby. Ak zistíte poškodenie paluby, musíte sa obrátiť na naše servisné stredisko.

Odporúčame, aby ste palubu mazali podľa nasledujúceho harmonogramu:

- L'ahký používateľ (menej ako 3 hodiny týždenne) ročne
- Stredný používateľ (3-5 hodín týždenne) každých šesť mesiacov
- Silný používateľ (viac ako 5 hodín týždenne) každé tri mesiace

Odporúčame vám, aby ste si mazivo zakúpili u nášho distribútora alebo priamo v našej spoločnosti.

**Pozor:** Pri akejkolvek oprave je potrebný odborný technik.



1, Navrhujeme, aby ste po spustení ZHS odpojili napájanie na 10 minút, aby bolo dobré udržiavať bežecký pás.

2, aby sa zabránilo skĺznutiu počas chodu, remeň nie je príliš voľný; aby sa zabránilo väčšiemu oderu medzi valcom a remeňom a udržal sa dobrý chod stroja, remeň nie je príliš napnutý. Môžete nastaviť vzdialenosť medzi doskami a pásom, pás musí byť vzdialený od dosiek asi 50-75 mm na oboch stranách, ak nie je príliš tesný ani voľný.

## VYCENTROVAŤ BEŽECKÝ PÁS

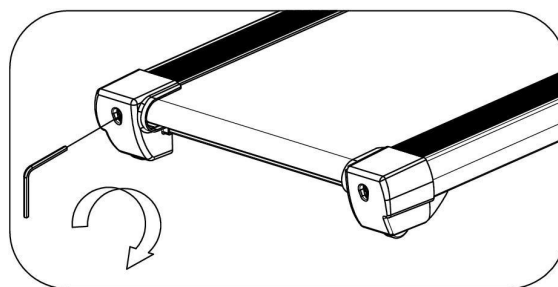
• Bežecký pás umiestnite na rovný povrch.

Bežecký pás spustite rýchlosťou približne 6-8 km/h a skontrolujte stav behu.

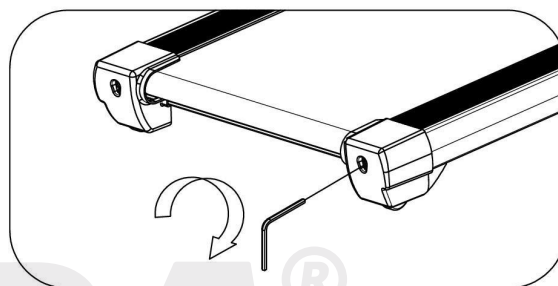
Ak sa remeň posunul doprava, vytiahnite úsporné hodiny a spínač, otočte pravú nastavovaciu skrutku o 1/4 otáčky v smere hodinových ručičiek a potom spustite chod, kým sa remeň nevycentruje. PIC A

Ak sa remeň posunul doľava, vytiahnite bezpečnostné hodiny a spínač, otočte ľavú nastavovaciu skrutku o 1/4 otáčky v smere hodinových ručičiek, potom spustite chod, kým sa remeň nevycentruje. PIC B

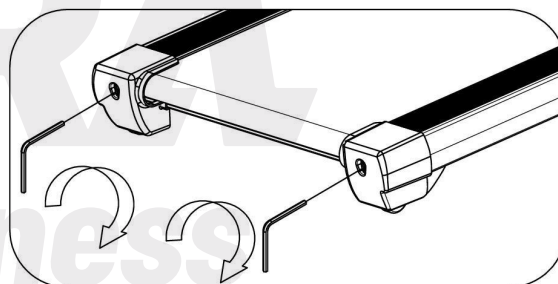
Včas upravte napnutie remeňa, aby sa po určitom čase prevádzky uvoľnil. Vytiahnite bezpečnostné hodiny a spínač, otočte ľavú a pravú nastavovaciu skrutku o 1/4 otáčky v smere hodinových ručičiek, potom znovu spustite chod, potvrdíte tesnosť remeňa, kým nebude remeň správne napnutý. PIC C



A



B



C



# Zoznam častí

NIE.	POPIS	ŠPECIFIKÁCIE.	QTY	NIE	POPIS	ŠPECIFIKÁCIE.	QTY
1	Hlavný rám		1	46	Magnetický krúžok		1
2	Základný rám		1	47	Prepínač		1
3	Vzpriamený držiak		2	48	Zásuvka napájacieho kábla		1
4	Šikmá konzola		1	49	Napájací vodič		1
5	Držiak počítača		1	50	Ochrana proti preťaženiu		1
6	Rúrka na spevnenie podbehov		2	51	Jeden vodič 1		1
7	Montáž rúrok		1	52	Jednovodičové napájanie striedavým prúdom		1
8	Predný valec		1	53	Jeden drôt		1
9	Zadný valec		1	54	Uzemňovací vodič		1
10	5# imbusový kľúč		1	55	Silikónový olej		1
11	6# imbusový kľúč		1	56	Zaisťovacia matica	M6	6
12	Kľúč so skrutkovačom		1	57	Zaisťovacia matica	M8	8
13	valec		1	58	Zaisťovacia matica	M10	12
14	Horný kryt motora		1	59	Skrutka	M8*25	4
15	Spodný kryt motora		1	60	Skrutka	M6*40	4
16	Bočná lišta		2	61	Skrutka	M8*65	3
17	Ľavý zadný kryt		1	62	Skrutka	M8*16	6
18	Pravý zadný kryt		1	63	Skrutka	M10*42	1
19	Bežecký pás		1	64	Skrutka	M10*55	1
20	Horný kryt počítača		1	65	Skrutka	M8*40	4
21	Spodný kryt panelu		1	66	Skrutka	M10*45	4
22	Panel		1	67	Skrutka	M10*45	2
23	Ľavý pruh		1	68	Skrutka	M8*45	2
24	Pravý pruh		1	69	Skrutka	M8*25	1
25	Hlavné tlačidlo		1	70	Skrutka	M8*42	3
26	koleso		2	71	Skrutka	M5*8	1
27	Ľavý kryt základne		1	72	Skrutka	4.2*20	2
28	Pravý kryt základne		1	73	Skrutka	4.2*25	4
29	Rukáv na diaľku		8	74	Skrutka	4.2*19	18
30	Pohyblivé koleso		2	75	Skrutka	4.2*25	4
31	Podložka pod nohy		4	76	Skrutka	4.2*19	3
32	Bezpečnostný kľúč		1	77	Skrutka	4.2*9.5	2
33	Izolačná nylonová podložka		4	78	Svetelný kruh		1
34	vankúš		4	79	Skrutka	4.2*12	4
35	Posilnenie vankúša rúrky		4	80	Spodný kryt počítača		1
36	Chránič krúžkového vedenia A		1	81	Skrutka	4.2*12	16
37	Chránič krúžkového vedenia B		1	82	Skrutka	4.2*13	22
38	Olejová zátka		1	83	Zaisťovacia podložka	10	8
39	Motorový remeň		1	84	Plochá podložka	8	2
40	Bežecká doska		1	85	Pružinová podložka	8	2
41	Motor na jednosmerný prúd		1	86	Zaisťovacia podložka	5	2
42	Šikmý motor		1	87	Drôt MP3	možnosť	1
43	Riadiaca doska		1	88	Zaisťovacia podložka	8	13
44	Vrchný drôt počítača		1	89	Pružinová podložka	5	2
45	Spodný vodič počítača		1	90	Skrutka	4.2*12	4



## SPRIEVODCA ODSTRÁNĎOVANÍM PROBLÉMOV

KÓD	DÔVOD	RIEŠENIE
E01	1. vodič správy je zlomený alebo nie je dobre pripojený	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Skontrolujte, či počítač a spodné ovládanie doska drôt dobre pripojiť;</li> <li>2. Skontrolujte, či je IC na spodnej riadiacej doske uvoľnený, resetujte IC</li> </ol>
E02	1. Stret s prasknutím	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Skontrolujte, či je napájacie napätie o 50 % nižšie ako normálne napätie, na testovanie použite normálne napätie;</li> <li>2. skontrolujte, či je riadiaca doska spálená s nepravidelným zápachom, vymeňte riadiacu dosku;</li> <li>3. Skontrolujte, či je vodič motora dobre pripojený, a znovu ho pripojte.</li> </ol>
E03	žiadny signál zo snímača	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Skontrolujte, či svieti signálne svetlo na riadiacej doske, ak je signálne svetlo vypálené, vymeňte signálne svetlo.</li> <li>2. Skontrolujte, či je zástrčka snímača dobre pripojená</li> <li>3. Skontrolujte, či je magnetický snímač poškodený alebo dobre pripojený, znovu ho pripojte alebo vymeňte magnetický senzor.</li> </ol>
E05	Ochrana proti súčasnému preťaženiu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nadmerné zaťaženie alebo zaseknutie motora spôsobí nadmerný prúd, stroj spustí systém vlastnej ochrany. Stroj upravte a znovu spustite;</li> <li>2. Skontrolujte, či motor nemá hluk z motora alebo či motor/spodná riadiaca doska nevyhorela, ak vyhorela, vymeňte motor a spodné ovládanie;</li> <li>3. Skontrolujte, či je napájacie napätie nesprávne, na opätovný test použite správne napätie.</li> </ol>
Zobrazit' ""	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bezpečnostný kľúč sa nenachádza na určenom mieste</li> <li>2. Bezpečnostný kľúč nie je dobre pripojený alebo je zlomený</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Skontrolujte, či sa bezpečnostný kľúč nachádza na určenom mieste.</li> <li>2. Skontrolujte, či je doska so snímačom bezpečnostného kľúča dobre pripojená</li> <li>3. Vymeňte dosku so snímačom bezpečnostného kľúča vo vnútri počítača</li> </ol>
<p>Ak sa motor po stlačení tlačidla "START" neotáča. Na vodiči, ktorý ovláda motor, môže byť niečo v neporiadku. Napríklad ochranná trubica na riadiacej doske je poškodená alebo odpadla. Alebo vodič motora nie je dobre pripojený. alebo IGBT na riadiacej doske je vypálený Skontrolujte, či je vodič motora dobre pripojený a znovu ho dobre pripojte. skontrolujte, či je ochranná trubica v poriadku, znovu ju nastavte alebo vymeňte. Pomocou multimetra skontrolujte, či nie je vypálený IGBT, a vymeňte IGBT alebo riadiacu dosku.</p>		
E07/E08	Poškodená pamäť EEPROM	Zmena riadiacej dosky



## Aplikácie na stiahnutie



Naskenujte QR kód a stiahnite si APP priamo, alebo si ich stiahnite a nainštalujte cez obchody s aplikáciami vyhľadáním „FitShow“, „Kinomap“ alebo „Zwift“



**FITSHOW**



**KINOMAP**



**ZWIFT**

# ZÁRUČNÝ LIST

Na tento tovar sa vzťahuje zákonná záručná lehota 24 mesiacov, pokiaľ nie je uvedené inak. U označených druhov tovaru je, nad rámec zákonnej záručnej lehoty poskytovaná záručná lehota predĺžená na 10 rokov, ktorá sa vzťahuje na konštrukciu rámu daného druhu tovaru. Plnením záručných podmienok sa potom pri predĺženej záručnej lehote rozumie bezplatné vykonanie opráv všetkých výrobných chýb, ktoré sa v tejto záručnej lehote vyskytnú na konštrukcii rámu, a to v servisných strediskách, spoločnosti ACRA, s.r.o. Záručný list spolu s dokladom o zakúpení a návodom na použitie starostlivo uschovajte!

## Reklamácia

Práva z zodpovednosti za vady je možné uplatňovať len u predávajúceho, u ktorého bol výrobok zakúpený.

Je potrebné vytknúť vadu - tzn. dostatočne presne označiť vadu, poprípade to, ako sa vada navonok prejavuje. Všeobecne formulované oznámenie, že výrobok má vadu, nestačí!

Vytknutie musí obsahovať aj oznámenie konkrétneho práva z zodpovednosti za vady, ktorého sa kupujúci domáha, a treba ho doložiť vyplneným záručným listom s pečiatkou predávajúceho a dokladom o zakúpení (účtenkou) s dátumom predaja. Výrobok je zároveň nutné opatriť vyhovujúcim obalom, najlepšie originálnym.

Kupujúci má právo, aby bola vada odstránená bezplatne, riadne a včas (najneskôr v 30-dňovej lehote od uplatnenia reklamácie, ak sa nedohodne kupujúci s predávajúcim na dlhšiu dobu), poprípade výrobok vymenený.

Doba od uplatnenia práva z zodpovednosti za vady až do doby, kedy kupujúci po skončení opravy bol povinný výrobok prevziať (bez ohľadu na to, kedy kupujúci vec fakticky prevzal) sa do záručnej doby nepočíta.

Práva z zodpovednosti za vady veci zaniknú, ak neboli uplatnené v záručnej dobe (tzn. najneskôr posledného dňa záručnej doby).

## Záruka sa nevzťahuje na:

Opotrebenie výrobku spôsobené jeho obvyklým užívaním. (Obvyklým užívaním sa rozumie používanie na účel, ku ktorému je výrobok určený a spôsobom, ktorý je popísaný v priloženom návode na použitie)

## Záruka sa ďalej nevzťahuje na vady spôsobené:

Mechanickým poškodením; (napríklad vady spôsobené rozrezaním výrobku alebo jeho časti pri rozbaľovaní);  
 Neodborným zásahom (opravou) užívateľa, aj tretích osôb;  
 Nesprávnym zaobchádzaním či zaobchádzaním v rozpore s návodom na použitie;  
 Nevykonávaním nutnej údržby popísanej v návode na použitie;  
 Vystavením nepriaznivým vonkajším vplyvom, nízkym/vysokým teplotám, nevhodným skladovaním;  
 Neodvratiteľnou udalosťou – živelnou pohromou;

## Platená oprava:

Ak sa vytýka vada, na ktorú sa záruka nevzťahuje, alebo už uplynula záručná doba, a kupujúci požaduje opravu, jedná sa o opravu platenú.

Cena a podmienky budú stanovené po dohode so servisným strediskom spoločnosti ACRA s. r. o. Ostatné práva a povinnosti sa riadia ustanoveniami zák. č. 40/1964 Zb., Občianskeho zákonníka, najmä § 612 a nasl.

Za obaly od vyššie uvedeného výrobku bol zaplatený poplatok za využitie a spätný odber podľa § 10 a § 12 zák. č. 477/2001 Zb., o obaloch, do systému EKO-KOM pod identifikačným číslom EK – F06020112.

Typové označenie výrobku:	Dátum predaja: Pečiatka a podpis predávajúceho:
---------------------------	--

Dátum reklamácia	Vytýkaná vada	Záznamy servisného strediska	Výmena súčiastky	Poznámka

V prípade akýchkoľvek otázok kontaktujte servisné stredisko alebo reklamačné oddelenie:

ACRA, s. r. o. (IČO: 64254330), Brodská 161, 513 01 Semily  
 Reklamačné oddelenie – tel.: +420 481 623 322, e-mail: reklamace@acra.cz

## ES/EÚ Vyhlásenie o zhode č. 02052020/A

Potvrdzujeme týmto, že strojné zariadenie spĺňa všetky príslušné ustanovenia nižšie uvedených predpisov Európskych spoločenstiev, nariadenia vlády a noriem. Toto vyhlásenie o zhode sa vydáva na výhradnú zodpovednosť výrobcu.

**Dovozca**

(splnomocnený zástupca): ACRA s.r.o., Brodská 161, 513 01 Semily, ČR

**Výrobok:**

názov: Bežecký pás  
typ: GB6400  
modifikácia: GB3500N, GB4500N, GB5400, GB6500

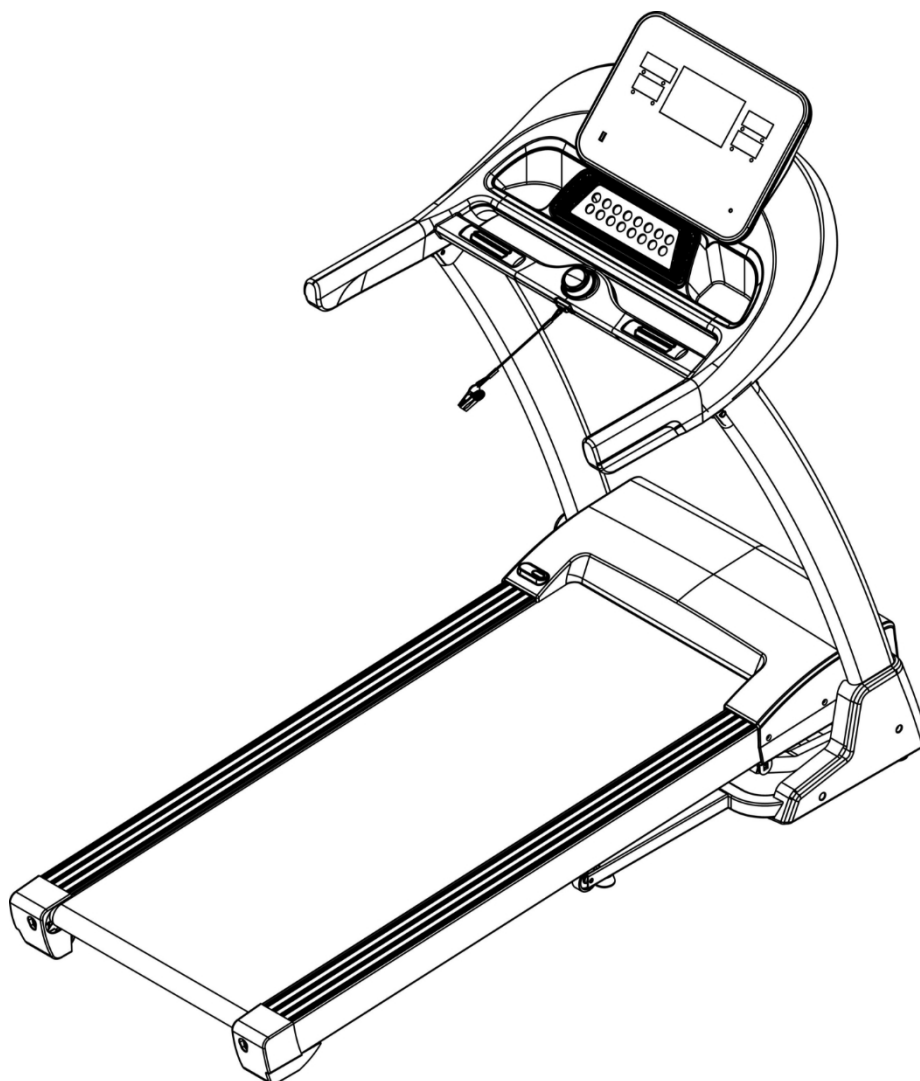
**Popis a určenie funkcie výrobku:** Bežecký pás s elektrickým náklonom slúži na behanie v interiéri. Rýchlosť 1-14,8 km/hod, náklon 3 polohy. Napájacie napätie 230 V AC. Jednotlivé modifikácie sa líšia niektorými technickými parametrami. Konštrukčný princíp aj použité prvky sú zhodné.

**Overené podľa:**

Nariadenie vlády č. 118/2016 Zb., ktoré je ekvivalentné smernici rady č. 2014/35/EÚ, nariadenie vlády č. 117/2016 Zb., ktoré je ekvivalentnej smernici rady č. 2014/30/EÚ, nariadenie vlády č. 176/2008 Zb. v znení nariadenia vlády č. 170/2011 Zb. a 229/2012 Zb. a 320/2017 Zb., ktoré je ekvivalentné smernici rady č. 2006/42/ES v znení smernice rady 2009/127/ES a 2012/32/EÚ, STN EN ISO 12100, STN EN 957-6 +A1, STN EN 60335-1 ed. 2, ČSN EN 61000-6-3 ed. 3, ČSN EN 55014-1 ed. 4, ČSN EN ISO 13849-1

V Semiloch, dňa 23.4.2024

# ACRA<sup>®</sup> fitness



## Motorized treadmill GB6400 Instructions for use

Read carefully before installation and operation  
this manual and save it for future reference

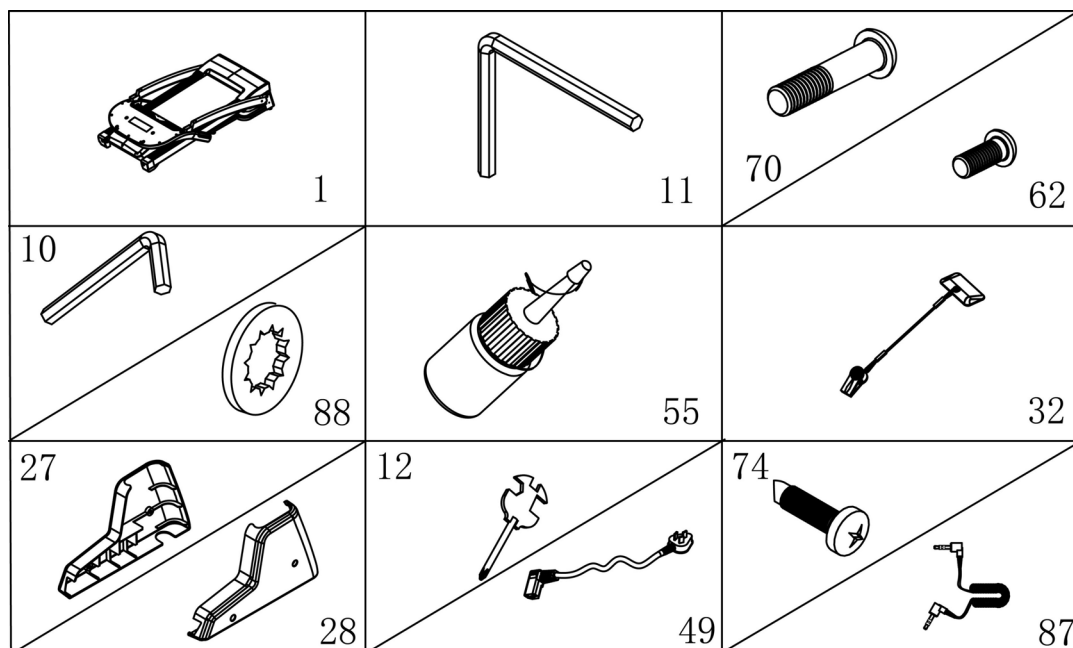
## Safety precautions

Warning: We suggest that you should consult with your physician or health professional before starting your workout, especially for the age up to 35 old or health problem related people. We take no responsible for any troubles or hurts if you don't following our specification. Treadmill should be carefully assembled and covered the motor shield, then connect to the power.

### **Attention:**

1. Ensuring the safety clamps were attached to the clothing or belts before using the treadmill.
2. Please do not insert any items to any part of the equipment, which would damage the equipment.
3. Position the treadmill on a clear level surface. Do not place the treadmill on thick carpet as it may interfere with proper ventilation. Do not place the treadmill near water or outdoors.
4. Never start the treadmill while you are standing on the walking belt. After turning the power on and adjusting the speed control, there may be a pause before the walking belt begins to move, always stand on the foot rails on the sides of the frame until the belt is moving.
5. Wear appropriate clothing when exercising on the treadmill. Do not wear long, loose fitting clothing that may be caught in the treadmill. Always wear running or aerobic shoes with rubber soles.
6. Keep the children and pets away from the treadmill while starting workout.
7. Don't exercise in 40-Mints after dinner.
8. The equipment is suitable for adults, Juveniles need be accompanied with adults while workout.
9. You must hold on to the handrails until you become comfortable and familiar with the treadmill when first start the workout.
10. Treadmill is indoor-using equipment, not outdoor-using for avoiding damage. Keep the store-place clean and flat, drying. Prohibiting other purpose of using, only for workout.
11. Please purchase the power-line to the distributor or contact with us directly, for the power-line only equip to the treadmill.
12. If the treadmill suddenly increase in speed due to an electronics failure or the speed being inadvertently increased, the treadmill will come to a sudden stop when the pull pin is disengaged from the console.
13. Do not connect the line to the middle of cable; do not lengthen cable or change the cable plug; do not put any heavy thing on cable or put the cable near the heat source; forbid using socket with several holes, these may cause fire or people may be hurt by the power.
14. Cut off the power when the equipment is not used. When the power is cut off , do not pull the power line to keep the wire in good condition. Insert the plug to the socket with the safety ground circuit, for the power-line is professional equipment .You must contact with the professional people directly while the line is damaged.
15. This Treadmill only for home-using.
- 16, Safety area behind the treadmill: 1000\*2000MM

When you open the carton, and you will find the below parts in the carton



**PART LIST :**

NO	DES.	Specification	Nos.	NO	DES.	Specification	Nos.
1	Main frame		1	32	Safety key		1
11	6#Allen wrench	6mm	1	27	Left base cover		1
70	Bolt	M8*42	2	28	Right base cover		1
62	Bolt	M8*16	4	12	Wrench with screw driver	S=13、14、15	1
10	5#Allen wrench	5mm	1	49	Power wire		1
88	Lock washer	8	6	74	Screw	ST4.2*19	4
55	Silicone oil		1	87	MP3 wire	option	1

**FIXING TOOLS:**

5# Allen Wrench 5mm 1pc

6# Allen Wrench 6mm 1pc

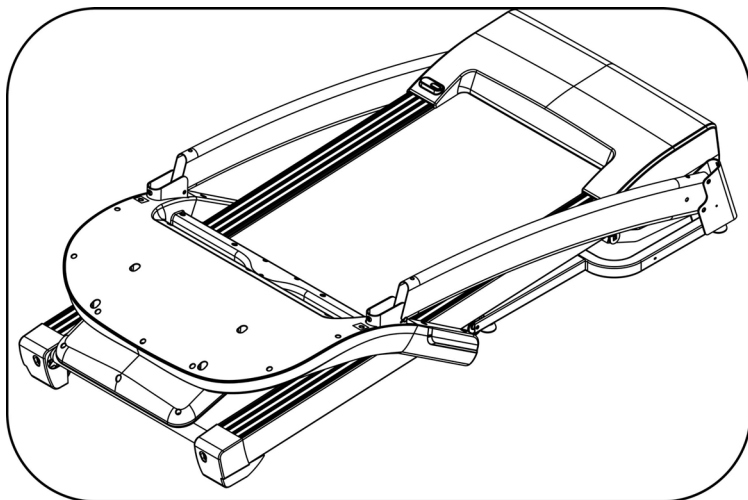
Wrench with screw driver S=13、14、15 1pcs

**Notice: Do not get through power before complete assembly**



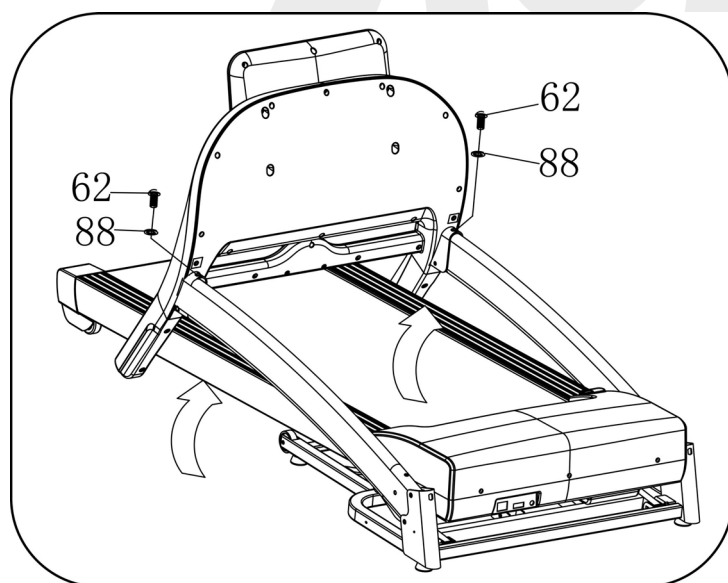
## Assembly Instructions

### STEP 1:



1. Open the carton, take out the above spare parts, put the Main Frame on the level ground.

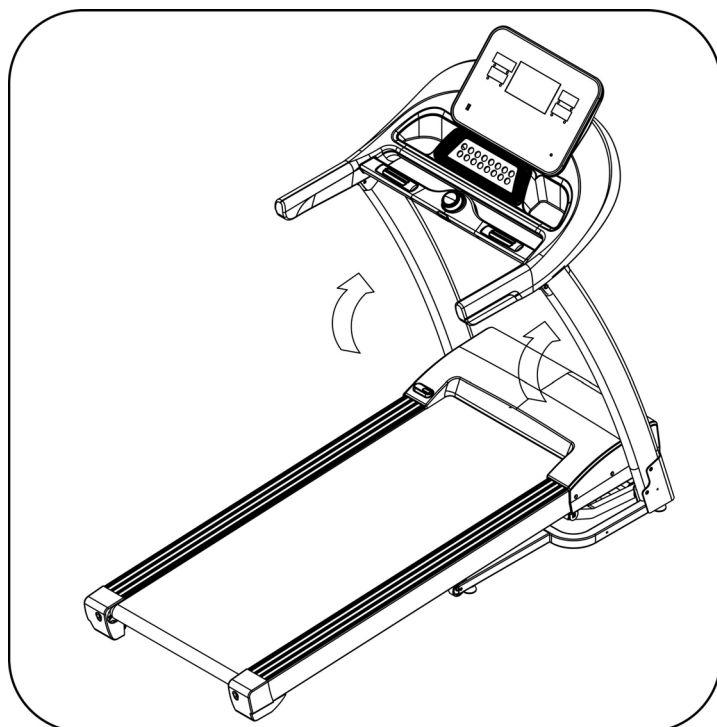
### STEP 2:



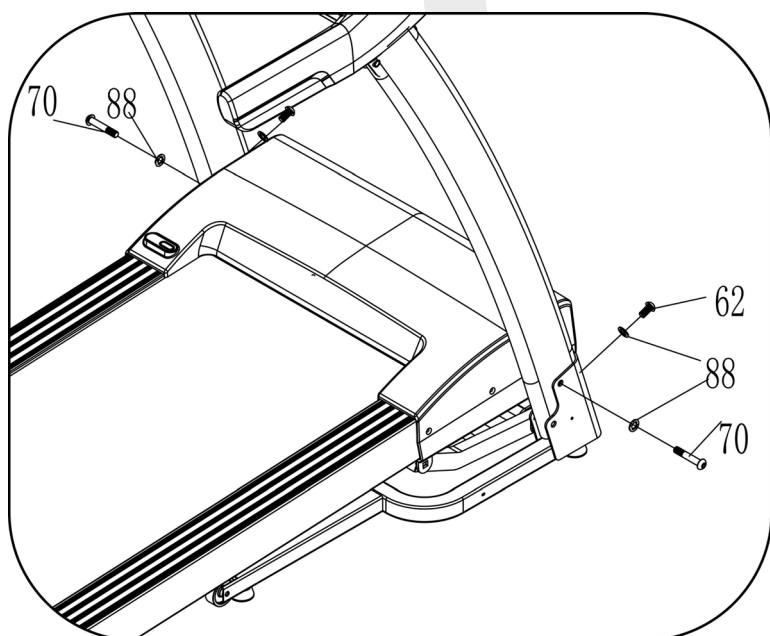
1. Support the computer bracket, and lock the computer on the upright tube with 5# Allen wrench(10), Bolt(62) and lock washer(88). refer to the picture left.

Left side the same as the right side.

**Notice:** Please hold the uprights with one hand, avoid to hurt anyone.

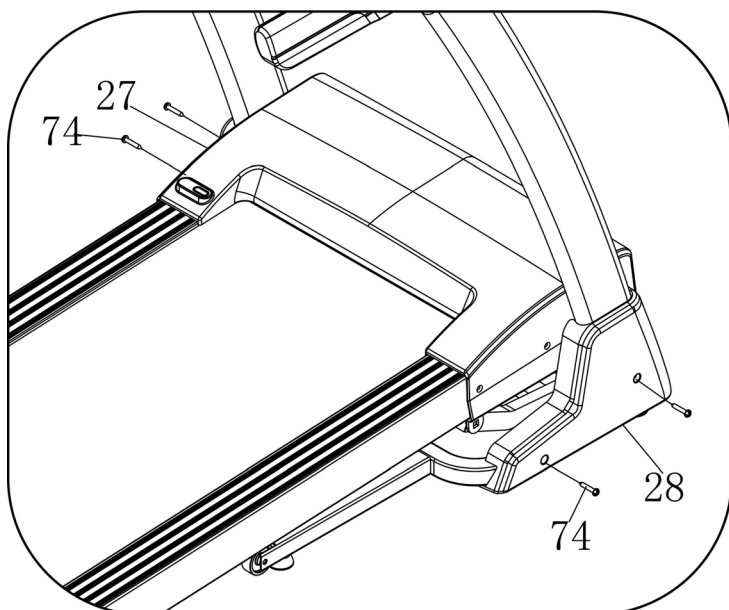
**STEP 3:**

1. Fold up the computer as the direction of arrow in left picture.

**STEP 4:**

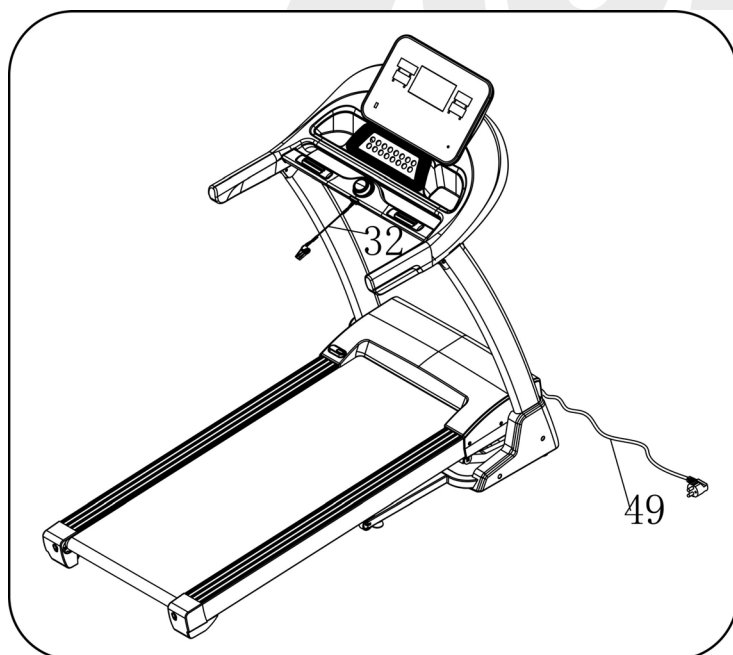
1. Use 5#Allen wrench (10), Bolt(70) and lock washer(88) to lock the right upright tube onto the base frame.
2. Use 5#Allen wrench (10), Bolt(62) and lock washer(88) to lock the right upright tube onto the base frame.
3. Left side is same as the right side.

**Notice:** Please hold the uprights with one hand, avoid to hurt anyone.

**STEP 5:**

1. Use wrench with screw driver(12), bolt(74) to lock the right base cover ( 28 ) into the base frame.
2. Right side is same as the left side.

**Note: The base cover needs to be fastened to the upright.**

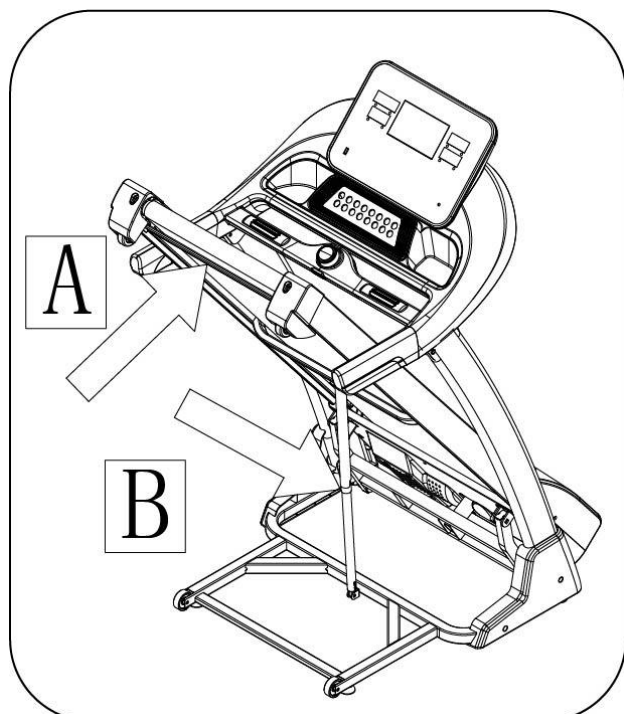
**STEP 6:**

1. Put the safety key (32) on the computer.
2. Plug the power wire(49) on the socket on mainframe(when you don't use treadmill, you can unplug the power wire.)

**ATTENTION:** Please confirm complete assembly as the require above and lock all the bolt. Do the following operation after checking everything is OK. Before you use the treadmill, please read the instruction carefully.

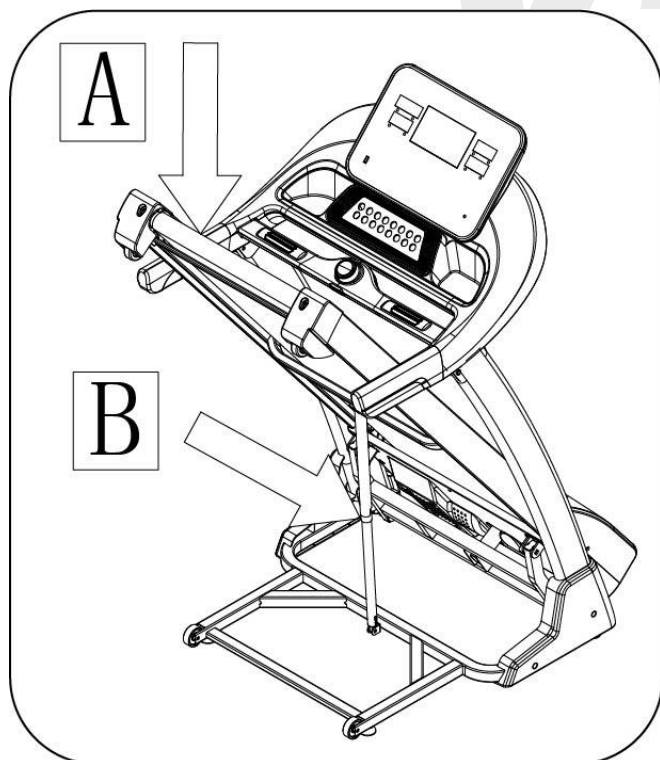
## Folding Instruction

Pulling up:



Pull up the base frame at position ( A ) till hearing the sound that the air pressure bar ( B ) is locked into the round tube.

Pulling down:



Support place A with hand , kick the place of air pressure bar, then the base frame will fall down automatically ( **Please keep anybody and any pet away the machine when falling down**).

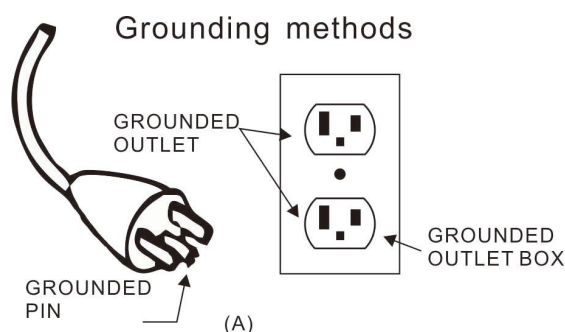
## Technical Parameter

<b>BUILT UP SIZE(mm)</b>	1615*765*1370mm	<b>POWER</b>	As the rating label showing
<b>FOLDABLE SIZE(mm)</b>	1090*765*1370mm	<b>Maximum output power</b>	As the rating label showing
<b>RUNNING SURFACE SIZE(mm)</b>	480*1300mm	<b>SPEED RANGE</b>	1-16KM/H
<b>NET WEIGHT</b>	68kg	<b>MAX AFFORDABLE WEIGHT</b>	120kg
<b>5 LED WINDOW</b>	<b>Speed, Time, Incline, Distance, Calories, Pulse</b>		

## Grounding Methods

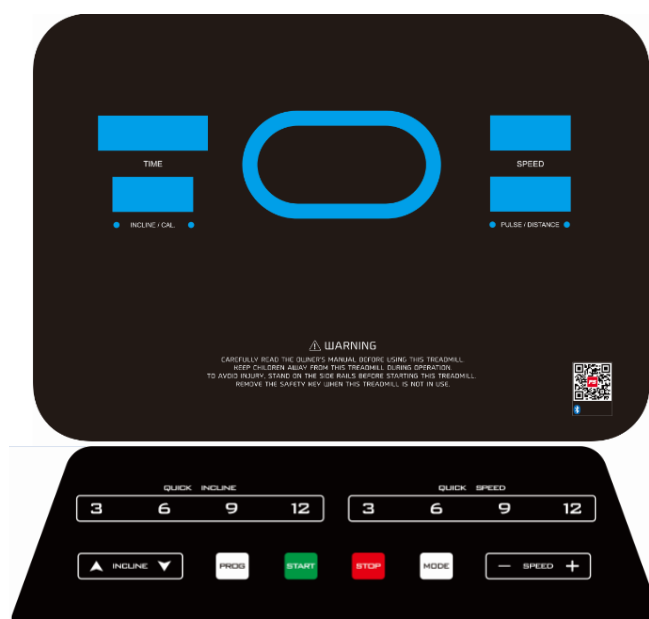
This product must be grounded. If it malfunction or breakdown, grounding provides a path of least resistance for electric current to reduce the risk of electric shock. This product is equipped with a cord having an equipment-grounding conductor and a grounding plug. The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with all local codes and ordinances.

**DANGER** – Improper connection of the equipment-grounding conductor can result in a risk of electric shock. Check with a qualified electrician or serviceman if you are in doubt as to whether the product is properly grounded. Do not modify the plug provided with the product – if it will not fit the outlet, have a proper outlet installed by a qualified electrician. This product is for use on a nominal 220-240/100-120 volt circuit and has a grounding plug that looks like the plug illustrated in sketch A in following figure. Make that the product is connected to an outlet having the same configuration as the plug. No adapter should be used with this product.( The below picture is just for reference, the actual plug and jack is depends on import country)



# Operation Guide

## 1. DISPLAY WINDOW:



## 2. LED WINDOW DISPLAY DETAILS:

**INCLINE/CAL:** Show incline level and Calories, When the corresponding icon is lit, the corresponding element is displayed;

**TIME:** Show running time;

**SPEED:** Show speed;

**DIST/PULSE:** Show distance and heart beat data, When the corresponding icon is lit, the corresponding element is displayed;

**Lattice window:** Displays the playground

## 3. BUTTON FUNCTION

**“PROG” button:** Press this button to choose program from manual mode—P1---P15--U1--U3--FAT.

**“MODE” button:** When machine in standby state, press this button to choose the mode: manual mode, time count down mode, distance count down mode, calories count down mode. When machine in FAT mode, the choose sequence is “Sex” “Age” “Height” “Weight”.

**“START” button:** Press this button to start the machine, the machine will run at the lowest speed or at the speed of default program after 3 seconds time count down.

**“STOP” button:** Pause/Stop function. When the treadmill is running, Press this button once to slow down treadmill and stop. All data will remain. In this PAUSE state, If you press the "STOP" button once again, the machine will stop completely and all the data will reset. But in this PAUSE state, if you press START button, the treadmill will go on from the data of PAUSE state

**“SPEED+/-”:** Adjust the speed. Press the button to adjust the speed when running, or adjust the data when stop.

**“SPEED (3,6,9,12) ”:** Adjust the speed quickly.

“**INCLINE+/-**” : Adjust the incline. Press the button to adjust the incline when running, or adjust the data when stop.

“**INCLINE (3,6,9,12)** ” : Adjust the incline quickly.

*Notice: When any button is pressed, it will be accompanied by a prompt tone. When the button is adjusted for parameter overrun, it will be accompanied by a long tone prompt. There is no beep when the button is pressed Invalid.*

## 4. MAIN FUNCTION

Open the power switch, the screen window will light up, the machine will enter into standby state.

### 4.1. START-UP QUICKLY (MANUAL):

Put safety key, press ‘ START’ button, the treadmill will run at the lowest speed in 3 seconds, press **SPEED+/-** to adjust the speed. Press **INCLINE+/-** to adjust the incline. Press the ‘ STOP’ button or take out the safety key directly to stop the treadmill.

### 4.2. COUNT DOWN MODE:

Press the ‘ MODE’ button, you can choose time countdown mode, distance count down mode, calories countdown mode, and the screen window will show the default data and glitter. At the same time, press **SPEED+/-** and **INCLINE+/-** to set the data. Press ‘ START ’ button, the machine will run at the lowest speed, you can press **SPEED+/-** to change the speed, press **INCLINE+/-** to change the incline. When it counts down to 0, the machine will stop smoothly. Certainly, you can press ‘ STOP’ button or take out the safety key from the computer to stop the machine.

### 4.3. INNER INSTALL PROGRAM:

Press ‘PROG’ button to choose the inner install program from P1----P15. When set the program, the time window will show default data and glitter, press **SPEED+/-** or **INCLINE+/-** button to set the running time. Each program has been divided into 16 section, Each exercise time=the setting time/16. Press ‘START’, the machine will run at the first section speed and incline date. When the section is over, it will enter into next section automatically, the speed and incline will change as next section data. When finish one program, the machine will stop smoothly. During the running, you can change the speed and incline by the **SPEED+/-** and **INCLINE+/-** or **Left/right Handrail Button**. When the program enter next section will come back to the default date. And you can press ‘STOP’ or take out the safety key to stop the machine whenever.

### 4.4 USER DEFINED PROGRAM

There are three program U1, U2, U3 for user defined.

Press “PROGRAM” continuously under standby mode until window display U1-U3,press “MODE” to start setting first segment, setup speed and incline by pressing ‘SPEED + -’、 ‘ SPEED ( 3 6 9 12) ’、 ”INCLINE + -”、 ”NCLINE (3 6 9 12) ”, .press “MODE” finish first segment setting and enter



second one, until finish all 20 segments. The data will be permanently saved until user reset next time. The U1 is usually with default speed 1KM/H, incline 0. The U2 is usually with default speed 2KM/H, incline 0. The U3 is usually with default speed 3KM/H, incline 0.

*At the end of the program mode the treadmill will flash with 15 beeps, after which all data will be cleared to 0 and come into standby status.*

## 5. HEART BEAT TEST

When holding the hand pulse by two hands, the pulse window will show your heart beat after 5 seconds. In order to get an accurate heartbeat value, please holding the hand pulse more than 30 seconds to test when the machine stop. The heart beat data is just for reference, can not be as the medical data.

## 6. BODY FAT TEST

When the treadmill standby, press 'PROGRAM' button till 'FAT' show in the window. 'FAT' is body fat test mode. Press 'MODE' to choose parameter 'SEX / AGE / HEIGHT / WEIGHT', Corresponding window will show "-1-", "-2-", "-3-" "-4-". When set each parameter, press SPEED+/(INCLINE+/-) to adjust the data, and Corresponding window will show the data and press 'MODE' button to finish, the window will show "-5-" and "---" enter into ready to go condition. Hold the handle pulse with two hands, it will show your BMI data after 5 seconds.

### 6.1 Data display and set range

Parameter Type	default	Setting range	mark
SEX ( -1- )	0 ( MALE )	0—1	0= MALE 1= FEMALE
AGE ( -2- )	25	10—99	
HEIGHT ( -3- )	170 CM	100—240 CM	
WEIGHT ( -4- )	70KG	20—160KG	

### 6.2 BMI reference

( BMI )	
<19	Under weight
19--26	Normal weight
26--30	Over weigh
>30	Obesity

## 7. SLEEP FUNCTION

Stopped more than 10 minutes, the system turns off all displays and enters a sleep mode. Press any key to wake up.

## 8. SAFETY KEY FUNCTION

Whenever pull out the safety key, the treadmill will stop quickly, all data turn to zero, All the windows display“---”. And the incline remains the current position. At this time, the treadmill can not do any operation except for turning off the switch. When you put the safety key back to the right position, it will enter into the standby status waiting for a command input and still remains its incline position. If you choose program mode to start the treadmill now, the incline will adjust according to the program mode, Or the incline won't move.

## 9.MP3 Function (Option)

When treadmill is power on, connect MP3 or other audio equipment the window will start to play music. Volume is adjustable on the audio equipment. Please adjust suitable volume to avoid effecting voice quality, and inset voice-frequency circuit.

## 10.USB function (Option)

when treadmill is power on, you may insert any USB memory stick which contains audio files.The computer will detect the audio files on the memory stick and play the music directly.

## 11.Bluetooth speaker function(Optional)

Open the Bluetooth of you phone or IPAD searching the Bluetooth, after successfully connect to it. The music you play on Phone or IPAD will sing from treadmill speaker.

## 12. RUNNING DATA DISPLAY AND SETTING RANGE

	SHOW RANGE	DEFAULT MODE	DEFAULT PROGRAM	SET RANGE
<b>SPEED(KM/H)</b>	1-16KM	-----	-----	-----
<b>INCLINE(%)</b>	0---15%			0—15%
<b>TIME</b>	0:00—99:59	30:00	30:00	5:00---99:00
<b>DISTANCE</b>	0.00KM—99.9KM	1.00KM	-----	0.5KM—99.9KM
<b>CALORIES</b>	0Kcl—999Kcl	50Kcl	-----	10Kcl—990Kcl

### 13. DATE TABLE:

TIME PROG		Setting time/16= interval running time																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCLINE	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2
P02	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
	INCLINE	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2
P03	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P04	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P05	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2
P06	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCLINE	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2
P07	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P08	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCLINE	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	1	1	1	8	6
P09	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCLINE	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCLINE	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	4	5	5	8	8	1	1	8	6
P11	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
	INCLINE	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	5	2	0
P12	SPEED	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
	INCLINE	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3
P13	SPEED	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
	INCLINE	3	3	5	6	5	3	3	7	5	3	2	0	0	5	5	3	2	3	2	1
P14	SPEED	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P15	SPEED	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2

### 14. Refueling silicone oil reminder function

During the process of running, the cumulative distance exceeds 100KM, time and the reminder character "OIL" will alternate display in TIME window, accompanied by a buzzer to prompt refueling silicone oil for maintenance. In this state, pressing the stop button can remove the prompt and clear the accumulated distance. In addition, unplug the safety key and press both program and mode buttons at the same time for more than 3 seconds to show the accumulated distance of running. To clear this data , just press **again** both the program and mode buttons at the same time for more than 3 seconds .

## Exercise Instructions

### Warm up stage :

If you are over 35 years old, or not very healthy, also it's your first time exercise, please consult with your doctor or professional person.

Before you use the motorized treadmill, please learn how to control the machine, know well how to start, stop, adjust the speed and so on, don't stand on the machine at this time. After that, you can use the machine. Stand on anti-slip pad both sides and handle the handle bar with your both hands. Keep the machine at the low speed about 1.6~3.2 km/h, then test the running machine by one foot, after get used to the speed, then you can run on the machine and you can add the speed between 3 and 5 km/h. Keep the speed about 10 minutes, then stop the machine.

### Exercise stage :

Learn how to adjust the speed and incline before using. Walk about 1 km at stable velocity and write down the time, it will take you about 15-25 minutes. If walk at 4.8 km/h, it will take you about 12 minutes in 1 km. If you feel comfortable at the stable velocity, you can add the speed and incline, after 30 minutes, you can have good exercise. At this stage, you can not add the speed or incline too much at one time, it can keep you feel comfortable.

### Exercise intensity :

Warm up at the speed 4.8 km/h in 2 minutes, then add the speed to 5.3 km/h and keep walking in 2 minutes, then add to 5.8km/h and walk in 2 minutes. After that, add up 0.3 km/h in each 2 minutes, until rapid breath but not feel comfortable

Calorie burning---the best effective way

Warm-up for 5mints by the velocity:4-4.8KM/H, then slowly increase the speed by 0.3KM/H/2Mints ,until up to the stable speed which you feel is comfortable for 45Mints.For improving the intensity of movement, you can maintain the speed during 1H of TV program, then increase the speed by 0.3KM/H each Advertisement interval time, after that return to the original speed . You can acquaint the best efficiency of workout for calorie burning during the advertisement time and subsequent heart frequency increasing time. Finally , you should slow down the speed step by step for 4Mints.

### Exercise frequency :

The cycle time: 3-5times/Week, 15-60mints/Times.Make up the schedule of workout scientific, not only for your hobby.

You can control the running intensity through adjusting the velocity and incline of treadmill. We suggest that you don't set the incline at first; improve the incline is the effective way to strengthen the exercise's intensity.

Consult with your physician or health professional before starting your workout. The professional people can help you make up the suitable exercise time-chart according to your age and health condition,

determine the velocity of movement, the intensity of exercise. Please stop at once, If you feel chest tightness, chest pain, irregular heart beat, breath difficulty, dizziness or other discomfort during exercise.

You should consult with your physician or health professional as keep going.

You can choose the normal walking speed or the jogging speed ,if you always take workout with treadmill.

If you don't have enough experiences or confirm the testing velocity ,you can follow the instruction :

Speed 1-3.0KM/H not well physical

Speed 3.0-4.5KM/H less movement and workout

Speed 4.5-6.0KM/H normal walking

Speed 6.0-7.5KM/H Fast walking

Speed 7.5-9.0KM/H Jogging

Speed 9.0-12.0KM/H intermediate speed walking

Speed 12.0-14.5M/H well experiences of running

Speed 14.5-16.0KM/H excellent runner

Attention: The velocity of movement  $\leq 6\text{KM/H}$  , **the normal walking**; The velocity of movement  $\geq 8.0\text{KM/H}$  ,**the good runner**.

## WARM UP INSTRUCTION

Before exercise, it is better to do stretching exercises .

Warm muscles stretch more easily, spend the first of 5 ~ 10 minutes to warm up. Then in accordance with the following methods to stop and do stretching exercises - do five times, each leg every time 10 seconds or more time to do it again after the end of the exercise.

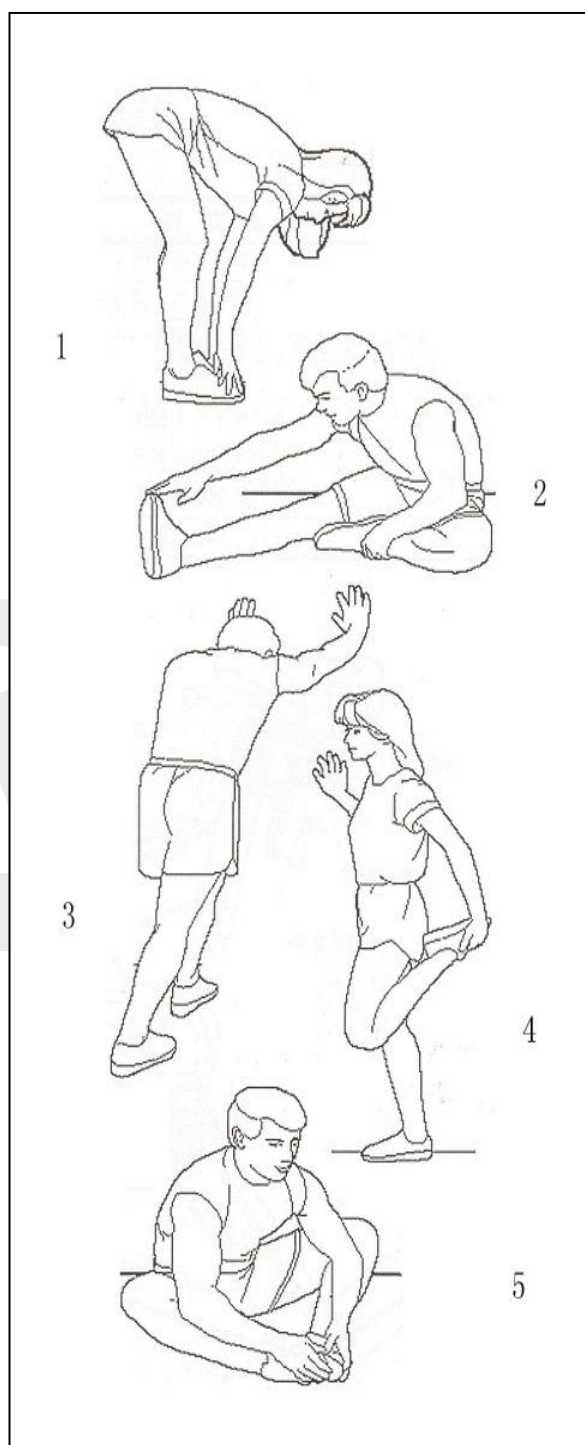
1. Down the stretch: knees slightly curved, the body bent forward slowly, so that the back and shoulders relaxed, hands try to touch your toes. Maintain 10 to 15 seconds, then relax. Repeat three times to do (see Figure 1).

2. Hamstring stretch: sitting on the clean seat, put one leg straight. Inward close to the other leg to make it close to the inside leg straight. hand try to touch the toes. Maintain 10 to 15 seconds, then relax. Repeat for each leg do three times (see Figure 2).

3. Legs and feet tendon stretch: two on the Rotary wall or tree stand, one foot in the post. Keep legs straight and heel to tilt the direction of the wall or tree. Maintain 10 to 15 seconds, then relax. Repeat for each leg do three times (see Figure 3).

4 .Quadriceps stretch: the left hand wall or table to master balance, and then stretched his right hand back to seize the right foot to the buttocks with slowly pull until you feel the front thigh muscles tense. Maintain 10 to 15 seconds, then relax. Repeat for each leg to do three times (see Figure 4).

5. Sartorius muscle (inner thigh muscles) stretch: Foot In contrast, the knee outward to sit down. The hands grasp the feet to the groin pull. Maintain 10 to 15 seconds, then relax. Repeat three times(see Figure 5).



## RUNNING BELT ADJUSTMENT

**Warning:** ALWAYS UNPLUG THE TREADMILL FROM THE ELECTRICAL OUTLET BEFORE CLEANING OR SERVICING THE UNIT.

**Clean:** General cleaning the unit will greatly prolong the treadmill.

Keep treadmill clean regularly. Be sure to clean the exposed part of the deck on either side of the walking belt and also the side rails. This reduces the build up of foreign material underneath the walking belt by wearing the clean running shoes.

**Warning:** Always unplug the treadmill from the electrical outlet before removing the motor cover. At least once a year remove the motor cover and vacuum under the motor cover.

## RUNNING BELT AND DECK LUBRICATION

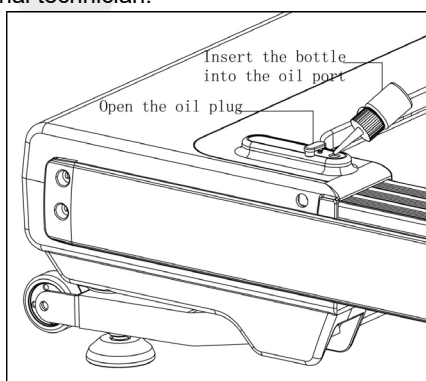
This treadmill is equipped with a pre-lubricated, low maintenance deck system. The belt/ deck friction may play a major role in the function and life of your treadmill, thus requiring periodic lubrication. We recommend a periodic inspection of the deck. You need contact with our service center if you find the damage of the deck.

We recommend that lubricate the deck according to the following timetable:

- Light user (less than 3 hours/ week)                      annually
- Medium user (3-5 hours/ week)                              every six months
- Heavy user (more than 5 hours/ week)                    every three months

We recommend that you buy the lubrication from our distributor or directly to our company.

**Attention:** Any repair need professional technician.



1, We suggest that you should cut off the power for 10Mints after keep running 2HS ,so that it's good for maintain the treadmill.

2,For avoiding the slipping during running , the belt not too loose; for avoiding the more abrasion

between the roller and belt and maintain the machine's good running ,the belt not too tight. You can

adjust the distance between plates and belt , the belt be away from the plates about 50-75mm on both sides ,if the best not too tight nor loose.



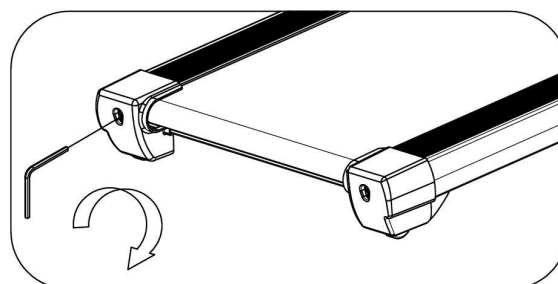
## CENTER THE RUNNING BELT

●Place treadmill on a level surface. Run Treadmill at approximately 6-8KM/H, checking the running condition.

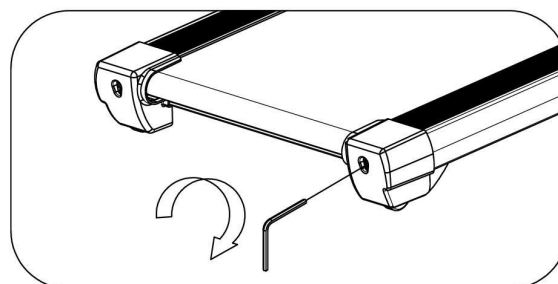
If the belt has drifted to the right, pull out of the safety clock and switch, turn the right adjusting bolt 1/4 turn clockwise, then start running until centering the belt. PIC A

If the belt has drifted to the left, pull out of the safety clock and switch, turn the left adjusting bolt 1/4 turn clockwise, then start running until centering the belt. PIC B

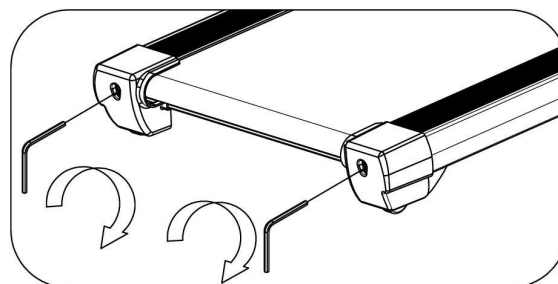
Timely adjust the tightness of the belt, for the looseness after a period of time running. Pull out of the safety clock and switch, turn the left and right adjusting bolt 1/4 turn clockwise, then re-start running, confirm the belt-tightness until the belt be right tightness. PIC C



A

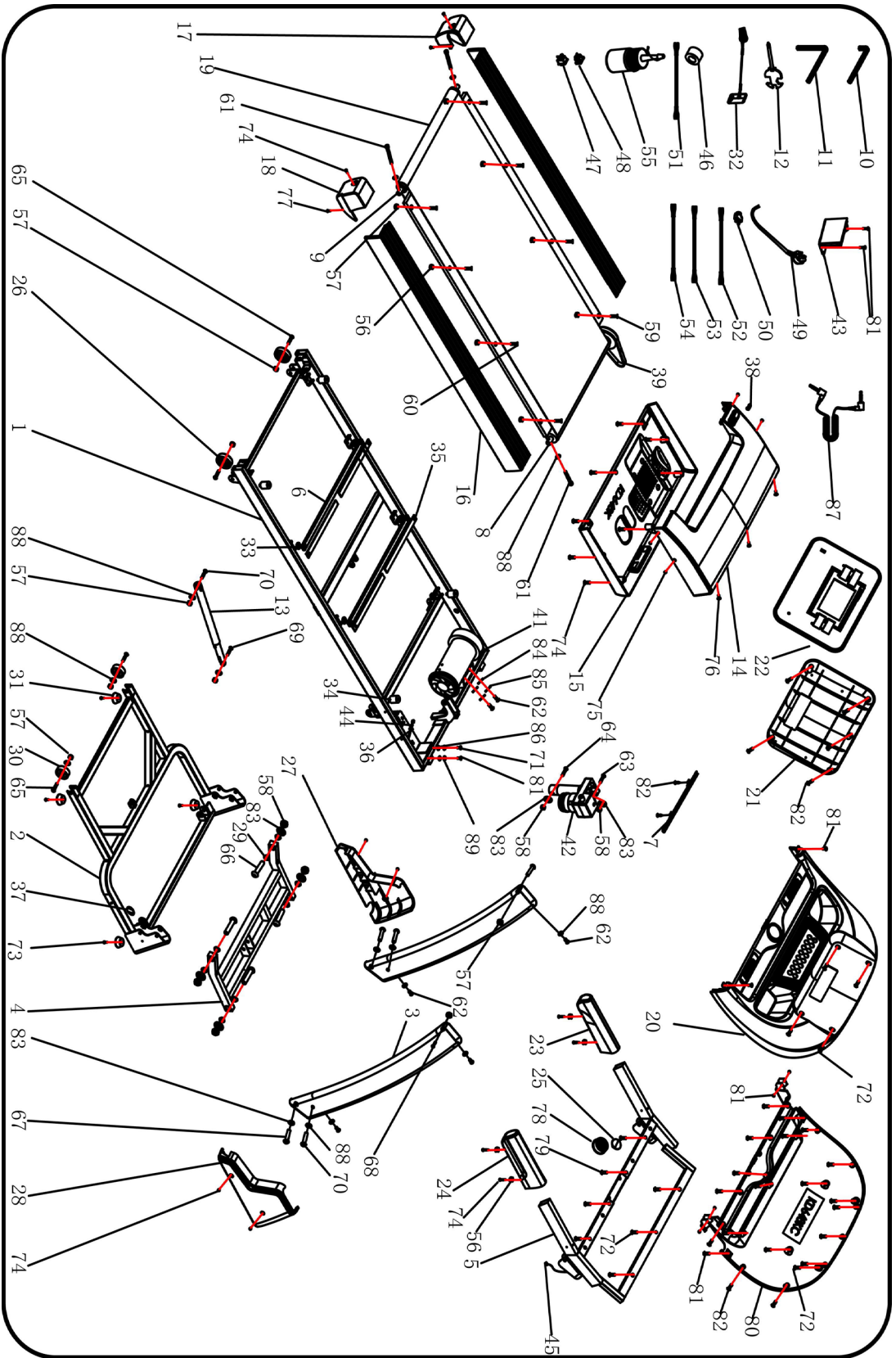


B



C

# Exploded Parts Diagram



## Part list

NO.	DESCRIPTION	SPECS.	QTY	NO	DESCRIPTION	SPECS.	QTY
1	Main frame		1	46	Magnetic ring		1
2	Base frame		1	47	Switch		1
3	Upright bracket		2	48	Power wire socket		1
4	Incline bracket		1	49	Power wire		1
5	Computer bracket		1	50	Overload protector		1
6	Running board strengthen tube		2	51	Single wire 1		1
7	Tubing assembly		1	52	AC single wire		1
8	Front roller		1	53	Single wire		1
9	Rear roller		1	54	Grounding wire		1
10	5# Allen wrench		1	55	Silicone oil		1
11	6# Allen wrench		1	56	Lock nut	M6	6
12	Wrench with screw driver		1	57	Lock nut	M8	8
13	cylinder		1	58	Lock nut	M10	12
14	Motor top cover		1	59	Bolt	M8*25	4
15	Motor bottom cover		1	60	Bolt	M6*40	4
16	Side rail		2	61	Bolt	M8*65	3
17	Left back end cap		1	62	Bolt	M8*16	6
18	Right back end cap		1	63	Bolt	M10*42	1
19	Running belt		1	64	Bolt	M10*55	1
20	Computer top cover		1	65	Bolt	M8*40	4
21	Panel bottom cover		1	66	Bolt	M10*45	4
22	Panel		1	67	Bolt	M10*45	2
23	Left hand bar		1	68	Bolt	M8*45	2
24	Right hand bar		1	69	Bolt	M8*25	1
25	Main button		1	70	Bolt	M8*42	3
26	wheel		2	71	Bolt	M5*8	1
27	Left base cover		1	72	Screw	4.2*20	2
28	Right base cover		1	73	Screw	4.2*25	4
29	Distance sleeve		8	74	Screw	4.2*19	18
30	Moving wheel		2	75	Screw	4.2*25	4
31	Foot pad		4	76	Screw	4.2*19	3
32	Safety key		1	77	Screw	4.2*9.5	2
33	Isolation nylon pad		4	78	Light circle		1
34	cushion		4	79	Screw	4.2*12	4
35	Strengthen tube cushion		4	80	Computer bottom cover		1
36	Ring wire protector A		1	81	Screw	4.2*12	16
37	Ring wire protector B		1	82	Screw	4.2*13	22
38	Oil plug		1	83	Lock washer	10	8
39	Motor belt		1	84	Flat washer	8	2
40	Running board		1	85	Spring washer	8	2
41	DC motor		1	86	Lock washer	5	2
42	Incline motor		1	87	MP3 wire	option	1
43	Control board		1	88	Lock washer	8	13
44	Computer top wire		1	89	Spring washer	5	2
45	Computer bottom wire		1	90	Screw	4.2*12	4

## TROUBLE SHOOTING GUIDE

CODE	REASON	SOLUTION
E01	1.message wire is broken or not connected well	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Check if the computer and bottom control board wire connect well;</li> <li>2. Check if IC on bottom control board is loosen, reset the IC</li> </ol>
E02	1. Burst clash	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Check if the power voltage is 50% lower than the normal voltage, please use the normal voltage to test;</li> <li>2. check if the control board is burnt with irregular smell, replace a control board;</li> <li>3. Check if the motor wire is well connected, reconnect it.</li> </ol>
E03	no sensor signal	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Check if the signal light on control board is light on, if the signal light is burnt out, change a signal light.</li> <li>2. Check if the plug of sensor is well connected</li> <li>3. Check if the magnetic sensor is broken or well connected, reconnect it or replace a magnetic sensor.</li> </ol>
E05	Current overload protecting	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Over rated loaded or the motor is stuck, cause excessive current, machine will start self-protecting system. Adjust the machine and restart;</li> <li>2. Check if the motor has noise from motor or if the motor / bottom control board were burnt out, if burnt out, change motor and bottom control;</li> <li>3. Check if the power voltage is wrong, use right voltage to test again.</li> </ol>
Show "----"	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. The safety key is not at the appointed site</li> <li>2. The safety key is not connected well or broken</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Check if the safety key is at the appointed site.</li> <li>2. Check if the safety key sensor board is connected well</li> <li>3. Replace the safety key sensor board inside computer</li> </ol>
<p>If the motor doesn't rotate after press "START" button. The wire that control the motor might have something wrong. Such as the protective tube on control board is damaged or fall off,. Or the motor wire isn't connected well.Or the IGBT on control board is burnt out Check if the motor wire is connected well and re-connect well.Check if the protective tube is OK, re-set it or change one. Use multimeter to test if the IGBT is burnt out,and change an IGBT or control board.</p>		
E07/E08	EEPROM damaged	Change a control board

## Applications for download



Scan the QR code and download the APP directly, or download and install via app stores by searching „FitShow“, „Kinomap“ or „Zwift“



**FITSHOW**



**KINOMAP**



**ZWIFT**

# WARRANTY CARD

This product is subject to a statutory warranty period of 24 months, unless otherwise stated. For the indicated types of goods, a warranty period extended to 10 years is provided, in addition to the legal warranty period, which applies to the construction of the frame of the given type of goods. Fulfilling the warranty conditions for an extended warranty period means the free repair of all manufacturing defects that occur on the frame construction during this warranty period, namely in the service centers of ACRA, s.r.o. Keep the warranty card together with the proof of purchase and the user manual carefully!

## Complaint

Rights from liability for defects can only be exercised with the seller from whom the product was purchased.

It is necessary to point out a defect - i.e. sufficiently accurately mark the defect, or how the defect manifests itself on the outside. A generally worded statement that the product has a defect is not enough!

The objection must also contain a notification of the specific right from liability for defects that the buyer is claiming, and it must be supported by a completed warranty card with the seller's stamp and a proof of purchase (receipt) with the date of sale. At the same time, the product must be provided with suitable packaging, preferably original.

The buyer has the right to have the defect removed free of charge, properly and on time (no later than within 30 days from the application of the complaint, unless the buyer and the seller agree on a longer period), or the product replaced.

The time from the exercise of the right from liability for defects to the time when the buyer was obliged to take over the product after the repair was completed (regardless of when the buyer actually took over the item) is not included in the warranty period.

Rights from liability for item defects expire if they have not been exercised within the warranty period (i.e. no later than the last day of the warranty period).

## The warranty does not cover:

Wear and tear of the product caused by its usual use. (Normal use means use for the purpose for which the product is intended and in the manner described in the attached instructions for use)

## Furthermore, the warranty does not cover defects caused by:

Mechanical damage; (for example, defects caused by cutting the product or part of it during unpacking);  
 Unprofessional intervention (repair) by the user, including by third parties;  
 Improper handling or handling contrary to the instructions for use;  
 By not performing the necessary maintenance described in the user manual;  
 Exposure to adverse external influences, low/high temperatures, inappropriate storage;  
 An unavoidable event - a natural disaster;

## Paid repair:

If there is a defect that is not covered by the warranty or the warranty period has already passed and the buyer requests a repair, this is a paid repair.

The price and conditions will be determined after agreement with the service center of ACRA s. r. o. Other rights and obligations are governed by the provisions of Act. No. 40/1964 Coll., of the Civil Code, especially § 612 et seq.

A fee was paid for the packaging of the above-mentioned product for use and take-back according to § 10 and § 12 of the Act. No. 477/2001 Coll., on packaging, to the EKO-KOM system under EC identification number – F06020112.

Product type designation:	Date of sale:  Seller's stamp and signature:
---------------------------	--

Claim date	defect complained of	Service center logs	Part replacement	Note

If you have any questions, please contact the service center or the complaints department:

ACRA, s. r. o. (ID: 64254330), Brodská 161, 513 01 Semily  
 Complaints department – phone: +420 481 623 322, e-mail: reklamace@acra.cz



## EC/EU Declaration of Conformity No. 02052020/A

We hereby confirm that the machinery complies with all relevant provisions of the European Community regulations, government regulations and standards listed below. This declaration of conformity is issued under the sole responsibility of the manufacturer.

### Importer

(authorized representative): ACRA s.r.o., Brodská 161, 513 01 Semily, Czech Republic

### Product:

name: Treadmill  
type: GB6400  
modifications: GB3500N, GB4500N, GB5400, GB6500

### Description and determination of product function:

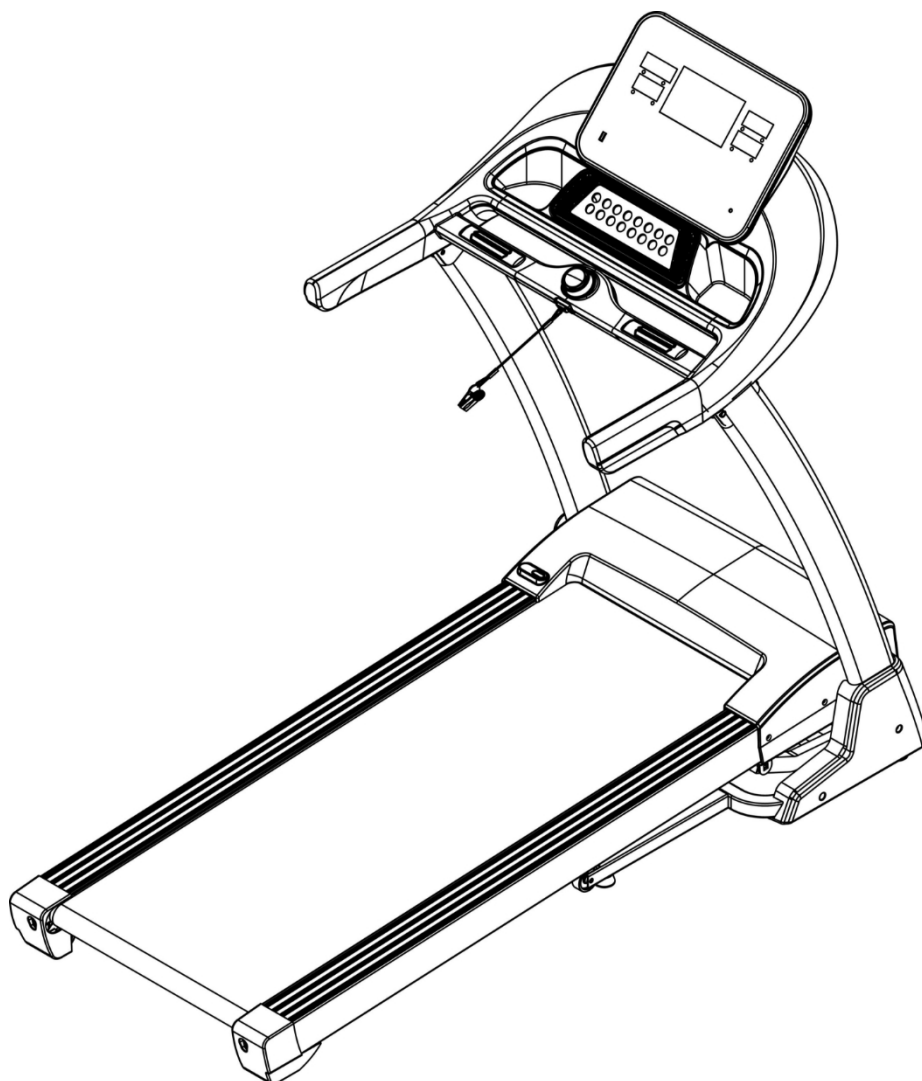
Treadmill with electric tilt is used for running indoors. Speed 1-14.8 km/h, tilt 3 positions. Supply voltage 230 V AC. Individual modifications differ in some technical parameters. The construction principle and the elements used are the same.

### Verified by:

Government Regulation No. 118/2016 Coll., which is equivalent to Council Directive No. 2014/35/EU, Government Regulation No. 117/2016 Coll., which is equivalent to Council Directive No. 2014/30/EU, Government Regulation No. 176/2008 Coll. as amended by Government Regulation No. 170/2011 Coll. and 229/2012 Coll. and 320/2017 Coll., which is equivalent to Council Directive No. 2006/42/EC as amended by Council Directive 2009/127/EC and 2012/32/EU, ČSN EN ISO 12100, ČSN EN 957-6 +A1, ČSN EN 60335-1 ed. 2, ČSN EN 61000-6-3 ed. 3, ČSN EN 55014-1 ed. 4, ČSN EN ISO 13849-1

*In Semily, on 23/04/2024*

# ACRA<sup>®</sup> fitness



## Motorisiertes Laufband GB6400 Gebrauchsanweisung

Lesen Sie vor der Installation und Inbetriebnahme sorgfältig dieses Handbuch und bewahren Sie es zum späteren Nachschlagen auf

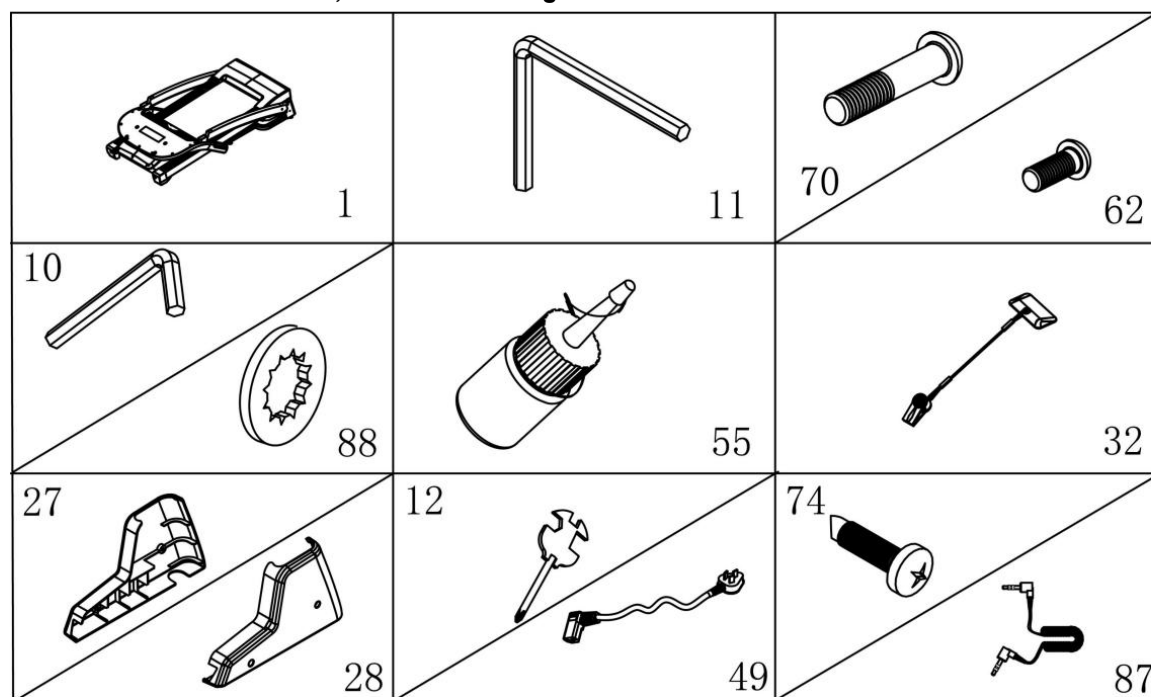
## Sicherheitsvorkehrungen

Warnung: Wir empfehlen Ihnen, vor Beginn des Trainings Ihren Arzt oder Ihre medizinische Fachkraft zu konsultieren, insbesondere für Personen im Alter bis zu 35 Jahren oder für Personen mit gesundheitlichen Problemen. Wir übernehmen keine Verantwortung für etwaige Probleme oder Schäden, wenn Sie unsere Spezifikationen nicht befolgen. Laufband sollte vorsichtig sein zusammenbauen und die Motorabschirmung abdecken, dann an die Stromversorgung anschließen.

Aufmerksamkeit:

1. Stellen Sie sicher, dass die Sicherheitsklemmen an der Kleidung oder am Gürtel befestigt sind, bevor Sie das Laufband verwenden.
2. Bitte stecken Sie keine Gegenstände in Teile des Geräts, die das Gerät beschädigen könnten.
3. Stellen Sie das Laufband auf eine freie, ebene Fläche. Stellen Sie das Laufband nicht auf einen dicken Teppich, da dies die ordnungsgemäße Belüftung beeinträchtigen kann. Stellen Sie das Laufband nicht in der Nähe von Wasser oder im Freien auf.
4. Starten Sie das Laufband niemals, während Sie auf dem Laufband stehen. Nach dem Einschalten und Einstellen der Geschwindigkeitsregelung kann es zu einer Pause kommen, bevor sich das Laufband in Bewegung setzt. Stellen Sie sich daher immer auf die Fußschiene an den Seiten des Rahmens, bis sich das Laufband bewegt.
5. Tragen Sie beim Training auf dem Laufband angemessene Kleidung. Tragen Sie keine lange, locker sitzende Kleidung, die sich im Laufband verfangen könnte. Tragen Sie immer Lauf- oder Aerobic-Schuhe mit Gummisohlen.
6. Halten Sie Kinder und Haustiere zu Beginn des Trainings vom Laufband fern.
7. Machen Sie nach dem Abendessen keinen Sport.
8. Die Ausrüstung ist für Erwachsene geeignet. Jugendliche müssen beim Training von Erwachsenen begleitet werden.
9. Sie müssen sich an den Handläufen festhalten, bis Sie mit dem Laufband vertraut sind, wenn Sie zum ersten Mal mit dem Training beginnen.
10. Das Laufband ist zur Vermeidung von Schäden ein Gerät zur Verwendung in Innenräumen und nicht für die Verwendung im Freien. Halten Sie den Lagerraum sauber und flach und trocknen Sie ihn. Verbot der Verwendung für andere Zwecke, nur für das Training.
11. Bitte erwerben Sie das Stromkabel beim Händler oder wenden Sie sich direkt an uns, da das Stromkabel nur für das Laufband bestimmt ist.
12. Wenn die Geschwindigkeit des Laufbands aufgrund eines Elektronikfehlers oder einer unbeabsichtigten Erhöhung der Geschwindigkeit plötzlich ansteigt, kommt das Laufband plötzlich zum Stillstand, wenn der Zugstift von der Konsole gelöst wird.
13. Schließen Sie die Leitung nicht in der Mitte des Kabels an. Verlängern Sie das Kabel nicht und wechseln Sie den Kabelstecker nicht. Stellen Sie keine schweren Gegenstände auf das Kabel und platzieren Sie das Kabel nicht in der Nähe einer Wärmequelle. Verboten Sie die Verwendung von Sockets mit mehreren Löchern, diese könnten einen Brand verursachen oder Personen könnten durch den Strom verletzt werden.
14. Unterbrechen Sie die Stromversorgung, wenn das Gerät nicht verwendet wird. Wenn die Stromversorgung unterbrochen ist, ziehen Sie nicht an der Stromleitung, um das Kabel in gutem Zustand zu halten. Stecken Sie den Stecker in die Steckdose mit Schutzerdung, da es sich bei der Stromleitung um professionelles Gerät handelt. Sie müssen sich direkt an die Fachleute wenden während die Leitung beschädigt ist.
15. Dieses Laufband ist nur für den Heimgebrauch bestimmt.
16. Sicherheitsbereich hinter dem Laufband: 1000\*2000MM

Wenn Sie den Karton öffnen, finden Sie die folgenden Teile im Karton



### STÜCKLISTE:

NEIN	DES.	Spezifikationsnummern.	NR	DES.	Spezifikationsnummern.
1	Hauptrahmen	1	32	Sicherheitsschlüssel	1
11	6# Inbusschlüssel	6mm	1	Linke Bodenabdeckung	1
70	Bolzen	M8*42	2	Rechte Basisabdeckung	1
62	Bolzen	M8*16	4	12 Schraubenschlüssel mit Schraubendreher S=13,14,15	1
10	5# Inbusschlüssel	5mm	1	Stromkabel	1
88	Sicherungsscheibe	8	6	Schrauben	ST4,2*19
55	Silikonöl	1	87	MP3-Kabel	Möglichkeit

#### BEFESTIGUNGSWERKZEUGE:

**5# Inbusschlüssel 5 mm 1 Stk**

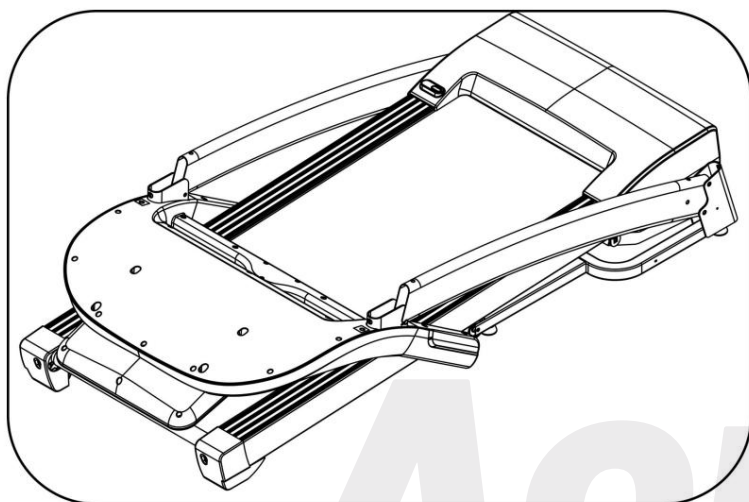
**6# Inbusschlüssel 6 mm 1 Stk**

**Schraubenschlüssel mit Schraubendreher S=13, 14, 15 1St**

**Hinweis: Schalten Sie die Stromversorgung erst nach vollständiger Montage durch**

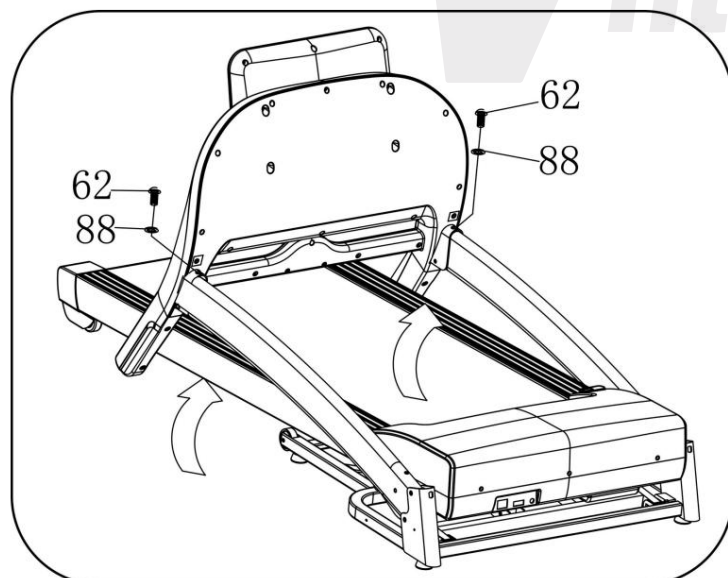
## Montageanleitungen

### SCHRITT 1:



1. Öffnen Sie den Karton, nehmen Sie die oben genannten Ersatzteile heraus und stellen Sie den Hauptrahmen auf den ebenen Boden.

### SCHRITT 2:

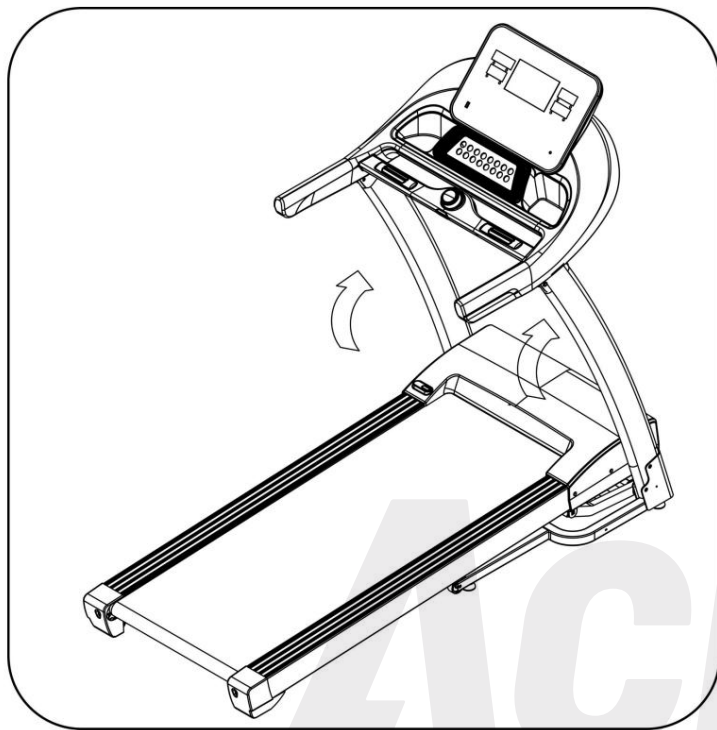


1. Stützen Sie die Computerhalterung ab und befestigen Sie den Computer mit einem 5#-Inbusschlüssel (10), einer Schraube (62) und einer Sicherungsscheibe (88) am Standrohr. siehe Bild links.

Linke Seite gleich wie die rechte Seite.

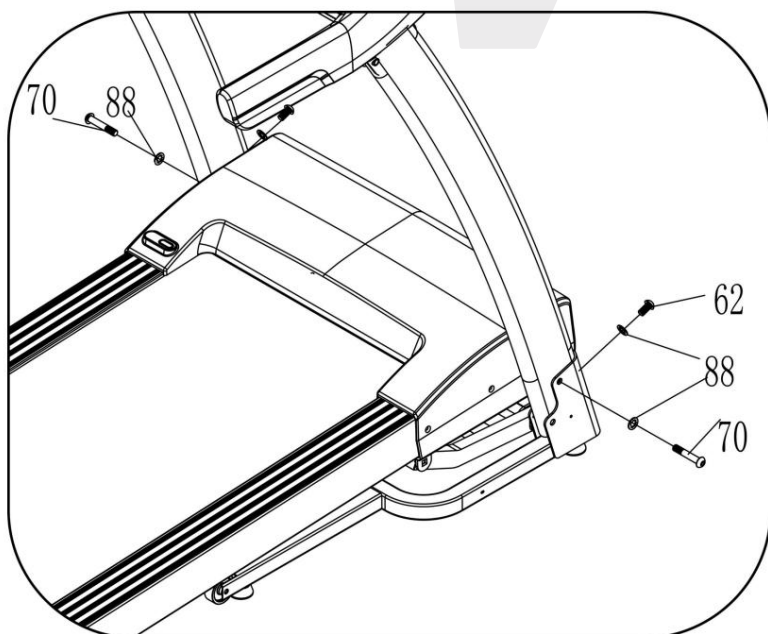
Hinweis: Bitte halten Sie die Pfosten mit einer Hand fest, um Verletzungen zu vermeiden.

## SCHRITT 3:



1. Klappen Sie den Computer in Pfeilrichtung im linken Bild zusammen.

## SCHRITT 4:

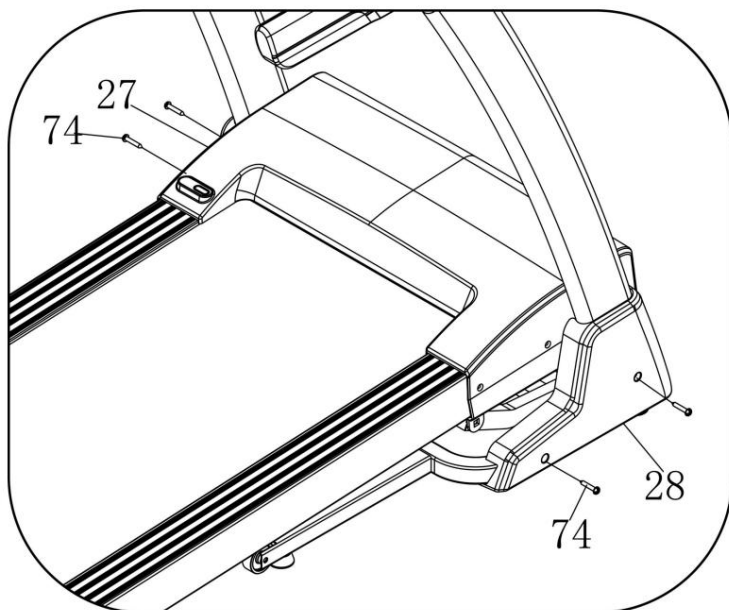


1. Verwenden Sie einen 5#Inbusschlüssel (10), eine Schraube (70) und eine Sicherungsscheibe (88), um das rechte Standrohr am Grundrahmen zu befestigen.  
 2. Verwenden Sie einen 5#Inbusschlüssel (10), eine Schraube (62) und eine Sicherungsscheibe (88), um das rechte Standrohr am Grundrahmen zu befestigen.  
 3. Die linke Seite ist die gleiche wie die rechte Seite.

Hinweis: Bitte halten Sie die Pfosten mit einer Hand fest, um Verletzungen zu vermeiden.



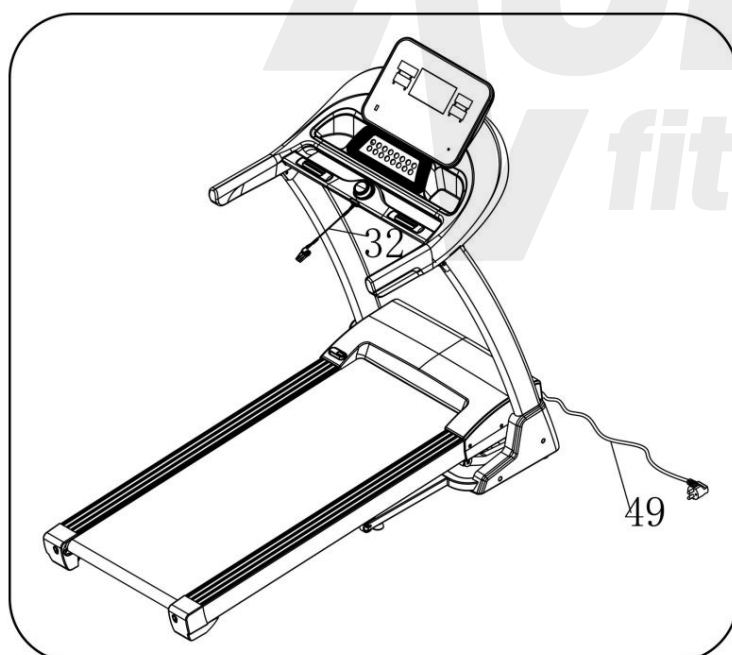
## SCHRITT 5:



1. Verwenden Sie einen Schraubenschlüssel mit Schraubendreher (12) und Bolzen (74), um die rechte Basisabdeckung (28) im Grundrahmen zu befestigen.
2. Die rechte Seite ist die gleiche wie die linke Seite.

Hinweis: Die Bodenabdeckung muss am Pfosten befestigt werden.

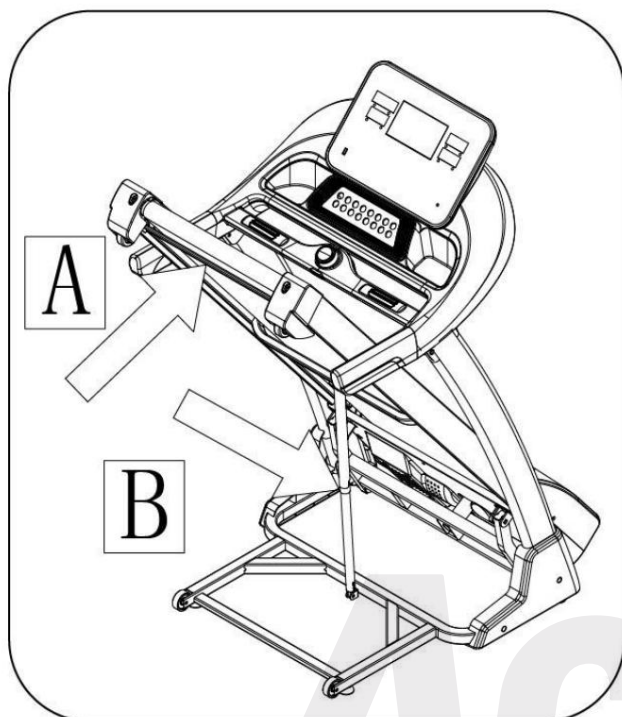
## SCHRITT 6:



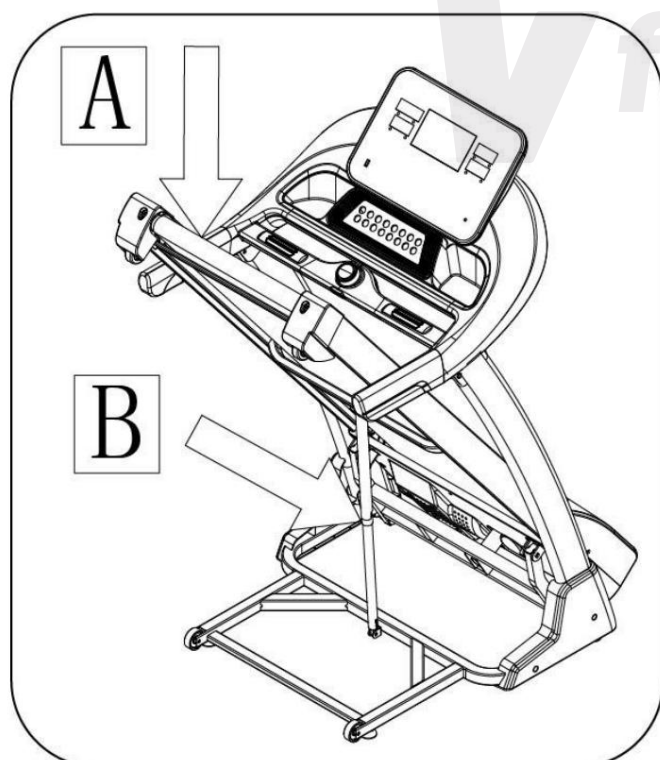
1. Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel (32) in den Computer.
2. Stecken Sie das Stromkabel (49) in die Buchse am Hauptgerät (wenn Sie das Laufband nicht benutzen, können Sie das Stromkabel abziehen).

**ACHTUNG:** Bitte bestätigen Sie die vollständige Montage gemäß den oben genannten Anforderungen und verriegeln Sie alle Bolzen. Führen Sie den folgenden Vorgang aus, nachdem Sie überprüft haben, dass alles in Ordnung ist. Bevor Sie das Laufband benutzen, lesen Sie bitte die Gebrauchsanweisung sorgfältig durch.



**Hochziehen:**

Ziehen Sie den Grundrahmen an Position (A) nach oben, bis Sie das Geräusch hören, dass die Luftdruckstange (B) im Rundrohr verriegelt ist.

**Herunterziehen:**

Stützen Sie Stelle A mit der Hand ab und treten Sie gegen die Stelle der Luftdruckstange, dann fällt der Grundrahmen automatisch herunter (bitte halten Sie Personen und Haustiere von der Maschine fern, wenn sie herunterfallen).

## Technische Parameter

<b>AUFGEBAUT GRÖSSE (mm)</b>	1615*765*1370mm	<b>LEISTUNG</b>	Wie das Bewertungsetikett zeigt
<b>FALTBAR GRÖSSE (mm)</b>	1090*765*1370mm	<b>Maximale Leistung Leistung</b>	Wie das Bewertungsetikett zeigt
<b>LÄUFT OBERFLÄCHE GRÖSSE (mm)</b>	480*1300mm	<b>GESCHWINDIGKEITSBEREICH</b>	1–16 km/h
<b>NETTOGEWICHT</b>	68kg	<b>MAX ERSCHWINGLICH GEWICHT</b>	120kg
<b>5 LED-FENSTER</b>	<b>Geschwindigkeit, Zeit, Steigung, Distanz, Kalorien, Puls</b>		

## Erdungsmethoden

Dieses Produkt muss geerdet werden. Im Falle einer Fehlfunktion oder eines Ausfalls sorgt die Erdung dafür

Ein Weg mit dem geringsten Widerstand für elektrischen Strom, um das Risiko eines Stromschlags zu verringern. Das

Das Produkt ist mit einem Kabel mit einem Geräteerdungsleiter und einem ausgestattet

Erdungsstecker. Der Stecker muss in eine geeignete Steckdose eingesteckt werden

gemäß allen örtlichen Vorschriften und Verordnungen installiert und geerdet werden.

**GEFAHR** – Ein unsachgemäßer Anschluss des Geräteerdungsleiters kann zu Schäden führen

Es besteht die Gefahr eines Stromschlags. Wenden Sie sich im Zweifelsfall an einen qualifizierten Elektriker oder Servicetechniker ob das Produkt ordnungsgemäß geerdet ist. Modifizieren Sie den mitgelieferten Stecker nicht

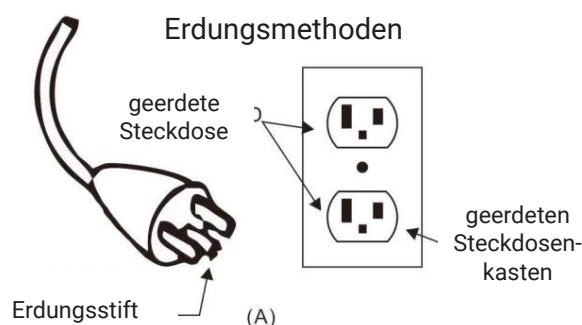
Produkt – wenn es nicht in die Steckdose passt, lassen Sie von einem qualifizierten Elektriker eine geeignete Steckdose installieren.

Dieses Produkt ist für den Einsatz in einem Stromkreis mit einer Nennspannung von 220–240/100–120 Volt vorgesehen und verfügt über einen Erdungsstecker

sieht aus wie der in Skizze A in der folgenden Abbildung dargestellte Stecker. Stellen Sie sicher, dass das Produkt ist

an eine Steckdose angeschlossen werden, die die gleiche Konfiguration wie der Stecker hat. Kein Adapter sollte sein

Wird mit diesem Produkt verwendet. ( Das Bild unten dient nur als Referenz. Der tatsächliche Stecker und die Buchse hängen davon ab Importland)



# Bedienerführung

## 1. ANZEIGEFENSTER:



## 2. DETAILS DER LED-FENSTERANZEIGE:

INCLINE/CAL: Steigungsstufe und Kalorien anzeigen. Wenn das entsprechende Symbol leuchtet, wird das entsprechende Element angezeigt;  
 ZEIT: Laufzeit anzeigen; GESCHWINDIGKEIT: Geschwindigkeit anzeigen;  
 DIST/PULSE: Entfernungs- und Herzschlagdaten anzeigen. Wenn das entsprechende Symbol leuchtet, wird das entsprechende Element angezeigt;  
 Gitterfenster: Zeigt den Spielplatz an

## 3. TASTE FUNKTION

„**PROG**“-Taste: Drücken Sie diese Taste, um das Programm im manuellen Modus auszuwählen – P1–P15–U1–U3–FAT. „**MODE**“-Taste: Wenn sich das Gerät im Standby-Modus befindet, drücken Sie diese Taste, um den Modus auszuwählen: manueller Modus, Zeit-Countdown-Modus, Entfernungs-Countdown-Modus, Kalorien-Countdown-Modus. Wenn sich das Gerät im FAT-Modus befindet, lautet die Auswahlsequenz „Sex“. „Alter“, „Größe“, „Gewicht“.

„**START**“-Taste: Drücken Sie diese Taste, um die Maschine zu starten. Nach einem Countdown von 3 Sekunden läuft die Maschine mit der niedrigsten Geschwindigkeit oder mit der Geschwindigkeit des Standardprogramms.

„**STOP**“-Taste: Pause/Stopp-Funktion. Wenn das Laufband läuft, drücken Sie diese Taste einmal, um das Laufband zu verlangsamen und anzuhalten. Alle Daten bleiben erhalten. Wenn Sie in diesem PAUSE-Zustand die Taste „STOP“ erneut drücken, stoppt die Maschine vollständig und alle Daten werden zurückgesetzt. Wenn Sie jedoch in diesem PAUSE-Zustand die START-Taste drücken, läuft das Laufband mit den Daten des PAUSE-Zustands weiter

„**SPEED+/-**“-Taste: Passen Sie die Geschwindigkeit an. Drücken Sie die Taste, um die Geschwindigkeit beim Laufen anzupassen oder die Daten beim Stoppen anzupassen.

„**SPEED 3,6,9,12**“-Taste: Passen Sie die Geschwindigkeit schnell an.

„**INCLINE+/-**“-Taste: Passen Sie die Neigung an. Drücken Sie die Taste, um die Steigung beim Laufen anzupassen oder die Daten beim Anhalten anzupassen.

„**INCLINE 3,6,9,12**“-Taste: Passen Sie die Neigung schnell an.

*Hinweis: Beim Drücken einer beliebigen Taste ertönt ein Hinweisston. Wenn die Taste auf Parameterüberschreitung eingestellt ist, wird dies von einer langen Tonaufforderung begleitet. Es ertönt kein Signalton, wenn die Taste gedrückt wird. Ungültig.*

## 4. HAUPTFUNKTION

Öffnen Sie den Netzschalter, das Bildschirmfenster leuchtet auf und das Gerät wechselt in den Standby-Zustand.

### 4.1. SCHNELLE INBETRIEBNAHME (MANUELL):

Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel ein, drücken Sie die „START“-Taste. Das Laufband läuft innerhalb von 3 Sekunden mit der niedrigsten Geschwindigkeit. Drücken Sie SPEED+/-, um die Geschwindigkeit anzupassen. Drücken Sie INCLINE+/-, um die Neigung anzupassen. Drücken Sie die „STOP“-Taste oder ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel direkt heraus, um das Laufband anzuhalten.

### 4.2. COUNTDOWN-MODUS:

Drücken Sie die Taste „MODE“. Sie können zwischen Zeit-Countdown-Modus, Entfernungs-Countdown-Modus und Kalorien-Countdown-Modus wählen. Das Bildschirmfenster zeigt die Standarddaten und Glitzer an. Drücken Sie gleichzeitig SPEED+/- und INCLINE+/-, um die Daten einzustellen. Drücken Sie die Taste „START“, die Maschine läuft mit der niedrigsten Geschwindigkeit. Sie können SPEED+/- drücken, um die Geschwindigkeit zu ändern, und INCLINE+/- drücken, um die Steigung zu ändern. Wenn der Countdown bis 0 erfolgt, stoppt die Maschine sanft. Natürlich können Sie die STOP-Taste drücken oder den Sicherheitsschlüssel vom Computer abziehen, um die Maschine anzuhalten.

### 4.3. INNERES INSTALLATIONSPROGRAMM:

Drücken Sie die Taste „PROG“, um das innere Installationsprogramm von P1 bis P15 auszuwählen. Wenn das Programm eingestellt ist, zeigt das Zeitfenster Standarddaten und Glitzer an. Drücken Sie die Taste SPEED+/- oder INCLINE+/-, um die Laufzeit einzustellen. Jedes Programm ist in 16 Abschnitte unterteilt. Jede Übungszeit = Einstellzeit/16. Drücken Sie „START“, die Maschine läuft mit der Geschwindigkeit und dem Steigungsdatum des ersten Abschnitts. Wenn der Abschnitt beendet ist, geht es automatisch zum nächsten Abschnitt über. Geschwindigkeit und Steigung ändern sich als Daten für den nächsten Abschnitt. Wenn ein Programm beendet ist, stoppt die Maschine sanft. Während des Laufens können Sie die Geschwindigkeit und Steigung mit den Tasten SPEED+/- und INCLINE+/- oder der linken/rechten Handlauftaste ändern. Wenn das Programm den nächsten Abschnitt aufruft, wird das Standarddatum wiederhergestellt. Und Sie können jederzeit „STOP“ drücken oder den Sicherheitsschlüssel abziehen, um die Maschine anzuhalten.

### 4.4 BENUTZERDEFINIERTES PROGRAMM

Es gibt drei benutzerdefinierte Programme U1, U2 und U3.

Drücken Sie im Standby-Modus kontinuierlich „PROGRAM“, bis das Fenster U1-U3 angezeigt wird. Drücken Sie „MODE“, um mit der Einstellung des ersten Segments, der Setup-Geschwindigkeit und der Steigung zu beginnen, indem Sie „SPEED + -“ SPEED (3 6 9) drücken<sup>12</sup> „INCLINE + -“ INCLINE 3 6 9 12“, drücken Sie „MODE“, um die Einstellung des ersten Segments zu beenden und geben Sie das zweite ein, bis alle 20 Segmente fertig sind. Die Daten werden bis zum nächsten Zurücksetzen durch den Benutzer dauerhaft gespeichert. Der U1 hat normalerweise eine Standardgeschwindigkeit von 1 km/h und eine Steigung von 0. Der U2 hat normalerweise eine Standardgeschwindigkeit von 2 km/h und eine Steigung von 0. Der U3 hat normalerweise eine Standardgeschwindigkeit von 3 km/h und eine Steigung von 0.

Am Ende des Programmiermodus blinkt das Laufband mit 15 Pieptönen, danach werden alle Daten auf 0 gelöscht und in den Standby-Status versetzt.

## 5. HERZSCHLAGTEST

Wenn Sie den Handpuls mit beiden Händen halten, zeigt das Pulsfenster nach 5 Sekunden Ihren Herzschlag an. Um einen genauen Herzschlagwert zu erhalten, halten Sie bitte den Handpuls länger als 30 Sekunden gedrückt, um zu testen, wann die Maschine stoppt. Die Herzschlagdaten dienen nur als Referenz und können nicht mit medizinischen Daten übereinstimmen.

## 6. KÖRPERFETTTEST

Wenn sich das Laufband im Standby-Modus befindet, drücken Sie die Taste „PROGRAM“, bis „FAT“ im Fenster angezeigt wird. „FAT“ ist der Körperfett-Testmodus. Drücken Sie „MODE“, um den Parameter „GESCHLECHT / ALTER / GRÖSSE / GEWICHT“ auszuwählen. Das entsprechende Fenster zeigt „-1-“, „-2-“, „-3-“, „-4-“. Wenn Sie jeden Parameter eingestellt haben, drücken Sie GESCHWINDIGKEIT+/- (STEIGUNG+/-) bis

Passen Sie die Daten an, und das entsprechende Fenster zeigt die Daten an. Drücken Sie zum Beenden die Taste „MODE“. Das Fenster zeigt „-5-“ und „--“ und wechselt in den betriebsbereiten Zustand. Halten Sie den Griffpuls mit beiden Händen fest. Nach 5 Sekunden werden Ihre BMI-Daten angezeigt.

### 6.1 Datenanzeige und Bereichseinstellung

Parameter Typ	Standard	Einstellbereich	markieren
SEX-1-	0 (MÄNNLICH)	0—1	0= MÄNNLICH 1= WEIBLICH
ALTER (-2-)	25	10—99	
HÖHE (-3-)	170 CM	100—240 cm	
GEWICHT (-4-)	70 kg	20—160 kg	

### 6.2 BMI-Referenz

(BMI)	
<19	Untergewicht
19-26	Normalgewicht
26—30	Übergewicht
>30	Fettleibigkeit

## 7. SCHLAFFUNKTION

Wenn das System länger als 10 Minuten angehalten wird, schaltet es alle Anzeigen aus und wechselt in den Ruhemodus. Drücken Sie eine beliebige Taste, um aufzuwachen.

## 8. SICHERHEITSSCHLÜSSELFUNKTION

Wenn Sie den Sicherheitsschlüssel herausziehen, stoppt das Laufband schnell, alle Daten werden auf Null gesetzt und in allen Fenstern wird „---“ angezeigt. Und die Steigung bleibt die aktuelle Position. Zu diesem Zeitpunkt kann das Laufband außer dem Ausschalten des Schalters keine anderen Vorgänge ausführen. Wenn Sie den Sicherheitsschlüssel wieder in die richtige Position bringen, wechselt er in den Standby-Status und wartet auf eine Befehlseingabe und behält weiterhin seine geneigte Position bei. Wenn Sie den Programmmodus wählen, um das Laufband jetzt zu starten, wird die Steigung entsprechend dem Programmmodus angepasst, oder die Steigung bewegt sich nicht.

## 9. MP3-Funktion (Option)

Wenn das Laufband eingeschaltet ist, schließen Sie MP3- oder andere Audiogeräte an und das Fenster beginnt mit der Musikkwiedergabe. Die Lautstärke ist am Audiogerät einstellbar. Bitte stellen Sie die Lautstärke entsprechend ein, um eine Beeinträchtigung der Sprachqualität zu vermeiden, und setzen Sie einen Sprachfrequenzkreis ein.

## 10. USB-Funktion (Option)

Wenn das Laufband eingeschaltet ist, können Sie einen beliebigen USB-Speicherstick anschließen, der Audiodateien enthält. Der Computer erkennt die Audiodateien auf dem Speicherstick und spielt die Musik direkt ab.

## 11. Bluetooth-Lautsprecherfunktion (Option)

Öffnen Sie das Bluetooth Ihres Telefons oder IPADs und suchen Sie nach Bluetooth, nachdem Sie erfolgreich eine Verbindung hergestellt haben. Die Musik, die Sie auf Ihrem Telefon oder iPad abspielen, wird über den Laufbandlautsprecher wiedergegeben.

## 12. LAUFDATENANZEIGE UND EINSTELLBEREICH

	REICHWEITE ANZEIGEN	STANDARD MODUS	STANDARD PROGRAMM	BEREICH EINSTELLEN
GESCHWINDIGKEIT (KM/H)	1-16 km	-----	-----	-----
NEIGUNG(%)	0---15%			0-15 %
ZEIT	0:00-99:59	30:00	30:00	5:00---99:00
ENTFERNUNG	0,00 KM – 99,9 KM	1,00 km	-----	0,5 km – 99,9 km
KALORIEN	0Kcl – 999Kcl	50Kcl	-----	10 Kcl – 990 Kcl

## 13. DATUMSTABELLE:

PROG \ ZEIT		Einstellzeit/16= Intervalllaufzeit																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCLINE	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2
P02	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
	INCLINE	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2
P03	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P04	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P05	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2
P06	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCLINE	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2
P07	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P08	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCLINE	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	1	1	1	8	6
P09	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCLINE	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCLINE	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	8	1	1	8	6	3
P11	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
	INCLINE	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	5	2	0
P12	SPEED	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
	INCLINE	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3
P13	SPEED	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
	INCLINE	3	3	5	6	5	3	3	7	5	3	2	0	0	5	5	3	2	3	2	1
P14	SPEED	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P15	SPEED	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2

## 14. Erinnerungsfunktion für das Auftanken von Silikonöl

Während des Laufvorgangs überschreitet die kumulierte Distanz 100 km, Zeit und Erinnerung

Das Zeichen „OIL“ wird abwechselnd im TIME-Fenster angezeigt, begleitet von einem Summer, der zum Auftanken auffordert Silikonöl zur Wartung. In diesem Zustand kann durch Drücken der Stopptaste die Eingabeaufforderung entfernt und die kumulierte Distanz. Ziehen Sie außerdem den Sicherheitsschlüssel ab und drücken Sie sowohl die Programm- als auch die Modustaste gleichzeitig länger als 3 Sekunden gedrückt, um die gesamte zurückgelegte Distanz anzuzeigen. Um diese Daten zu löschen, Drücken Sie einfach **erneut** die Programm- und Modustaste gleichzeitig für mehr als 3 Sekunden.



# ÜBUNGSANWEISUNGEN

## Aufwärmphase:

Wenn Sie über 35 Jahre alt oder nicht sehr gesund sind und zum ersten Mal Sport treiben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder eine professionelle Person.

Bevor Sie das motorisierte Laufband verwenden, machen Sie sich bitte mit der Steuerung des Geräts vertraut, wissen Sie genau, wie man es startet, stoppt, die Geschwindigkeit einstellt usw. Stellen Sie sich zu diesem Zeitpunkt nicht auf das Gerät. Danach können Sie die Maschine verwenden. Stellen Sie sich auf beiden Seiten auf die rutschfeste Unterlage und fassen Sie den Lenker mit beiden Händen an. Halten Sie die Maschine auf einer niedrigen Geschwindigkeit von etwa 1,6–3,2 km/h, testen Sie dann die Laufmaschine mit einem Fuß, nachdem Sie sich an die Geschwindigkeit gewöhnt haben, können Sie dann auf der Maschine laufen und die Geschwindigkeit zwischen 3 und 5 km/h erhöhen. Halten Sie die Geschwindigkeit etwa 10 Minuten lang aufrecht und stoppen Sie dann die Maschine.

## Übungsphase:

Erfahren Sie vor der Verwendung, wie Sie Geschwindigkeit und Steigung anpassen. Gehen Sie etwa 1 km mit stabiler Geschwindigkeit und notieren Sie sich die Zeit. Sie benötigen dafür etwa 15 bis 25 Minuten. Bei einer Gehgeschwindigkeit von 4,8 km/h benötigen Sie für 1 km etwa 12 Minuten. Wenn Sie sich bei der stabilen Geschwindigkeit wohl fühlen, können Sie die Geschwindigkeit und Steigung hinzufügen. Nach 30 Minuten können Sie gut trainieren. In diesem Stadium können Sie die Geschwindigkeit oder Steigung nicht zu sehr auf einmal erhöhen, damit Sie sich wohl fühlen.

## Trainingsintensität:

Wärmen Sie sich in 2 Minuten mit einer Geschwindigkeit von 4,8 km/h auf, erhöhen Sie dann die Geschwindigkeit auf 5,3 km/h und gehen Sie in 2 Minuten weiter, erhöhen Sie dann die Geschwindigkeit auf 5,8 km/h und gehen Sie in 2 Minuten weiter. Danach steigern Sie alle 2 Minuten 0,3 km/h, bis Sie schnell atmen, sich aber nicht mehr wohl fühlen  
Kalorienverbrennung – der effektivste Weg

Wärmen Sie sich 5 Minuten lang mit der Geschwindigkeit auf: 4–4,8 km/h, erhöhen Sie dann langsam die Geschwindigkeit um 0,3 km/h/2 Minuten, bis Sie die stabile Geschwindigkeit erreicht haben, die Sie für 45 Minuten als angenehm empfinden. Um die Intensität der Bewegung zu verbessern, Sie können die Geschwindigkeit während einer Stunde des Fernsehprogramms beibehalten, dann die Geschwindigkeit in jedem Werbeintervall um 0,3 km/h erhöhen und danach zur ursprünglichen Geschwindigkeit zurückkehren. Sie können die beste Effizienz des Trainings zur Kalorienverbrennung während der Trainingszeit und der anschließenden Herzfrequenzsteigerungszeit erfahren. Abschließend sollten Sie die Geschwindigkeit für 4 Minuten schrittweise verlangsamen.

## Trainingshäufigkeit:

Die Zykluszeit: 3–5 Mal pro Woche, 15–60 Minuten pro Mal. Erstellen Sie einen wissenschaftlichen Trainingsplan, nicht nur für Ihr Hobby.

Sie können die Laufintensität steuern, indem Sie die Geschwindigkeit und Neigung des Laufbands anpassen. Wir empfehlen Ihnen, die Steigung zunächst nicht einzustellen; Die Verbesserung der Steigung ist der wirksame Weg, um die Intensität der Übung zu steigern.

Konsultieren Sie Ihren Arzt oder Ihre medizinische Fachkraft, bevor Sie mit dem Training beginnen. Die Fachleute können Ihnen helfen, entsprechend Ihrem Alter und Gesundheitszustand den passenden Trainingsplan zu erstellen und die Bewegungsgeschwindigkeit und Intensität des Trainings zu bestimmen. Bitte hören Sie sofort auf, wenn Sie während des Trainings ein Engegefühl in der Brust, Schmerzen in der Brust, einen unregelmäßigen Herzschlag, Atembeschwerden, Schwindel oder andere Beschwerden verspüren. Sie sollten Ihren Arzt oder Ihre medizinische Fachkraft konsultieren, um fortzufahren.

Sie können die normale Gehgeschwindigkeit oder die Jogginggeschwindigkeit wählen, wenn Sie immer auf dem Laufband trainieren.

Wenn Sie nicht über genügend Erfahrung verfügen oder die Testgeschwindigkeit nicht bestätigen, können Sie der Anweisung folgen:

Geschwindigkeit 1-3,0 km/h	nicht gut körperlich
Geschwindigkeit 3,0-4,5 km/h	weniger Bewegung und Training
Geschwindigkeit 4,5-6,0 km/h	normales Gehen
Geschwindigkeit 6,0-7,5 km/h	schnelles Gehen
Geschwindigkeit 7,5-9,0 km/h	Joggen
Geschwindigkeit 9,0-12,0 km/h	mittlere Geschwindigkeit beim Gehen
Geschwindigkeit 12,0-14,5 km/h	gute Lauferfahrungen
Geschwindigkeit 14,5-16,0 km/h	ausgezeichneter Läufer

Achtung: Die Bewegungsgeschwindigkeit beträgt  $\leq 6$  km/h, das normale Gehen;  
Die Bewegungsgeschwindigkeit  $\geq 8,0$  km/h, der gute Läufer.

**MORA**®  
**fitness**

## AUFWÄRMANLEITUNG

Vor dem Training ist es besser, Dehnübungen zu machen. Warme Muskeln lassen sich leichter dehnen. Nehmen Sie sich die ersten 5 bis 10 Minuten zum Aufwärmen. Halten Sie dann gemäß den folgenden Methoden an und führen Sie Dehnübungen durch: Führen Sie die Dehnübungen fünfmal durch, wobei jedes Bein jedes Mal 10 Sekunden oder länger dauert, und wiederholen Sie die Übung nach dem Ende der Übung.

1. Dehnen Sie sich nach unten: Knie leicht gebeugt, Körper langsam nach vorne gebeugt, sodass Rücken und Schultern entspannt sind, Hände versuchen, Ihre Zehen zu berühren. Halten Sie die Spannung 10 bis 15 Sekunden lang aufrecht und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies dreimal (siehe Abbildung 1).

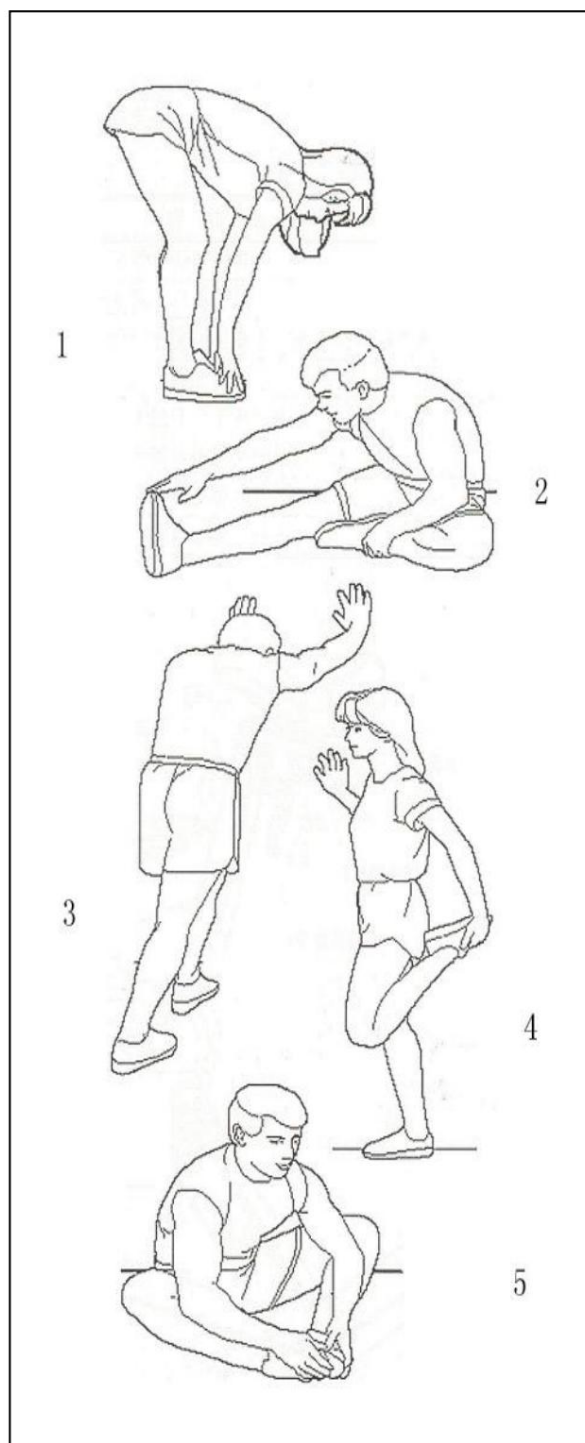
2. Dehnung der Oberschenkelmuskulatur: Setzen Sie sich auf den sauberen Sitz und strecken Sie ein Bein aus. Gehen Sie nah am anderen Bein nach innen, um es nahe am inneren Bein gerade zu machen. Versuchen Sie mit der Hand, die Zehen zu berühren. Halten Sie 10 bis 15 Sekunden, dann entspannen. Wiederholen Sie dies für jedes Bein dreimal

(siehe Abbildung 2).

3. Sehnendehnung der Beine und Füße: zwei an der Drehwand oder am Baumständer, ein Fuß am Pfosten. Halten Sie die Beine gerade und die Fersen so, dass sie sich in Richtung der Wand oder des Baums neigen. Halten Sie 10 bis 15 Sekunden lang gedrückt und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies für jedes Bein dreimal (siehe Abbildung 3).

4. Quadrizeps-Dehnung: Die linke Hand an der Wand oder am Tisch, um das Gleichgewicht zu meistern, und dann die rechte Hand nach hinten strecken, um den rechten Fuß am Gesäß zu fassen und langsam zu ziehen, bis die Muskeln des vorderen Oberschenkels angespannt sind. Warten Sie dann 10 bis 15 Sekunden entspannen. Wiederholen Sie dies dreimal für jedes Bein (siehe Abbildung 4).

5. Sartorius-Muskel (innere Oberschenkelmuskulatur) dehnen: Fuß im Gegensatz dazu das Knie nach außen, um sich hinzusetzen. Die Hände umfassen die Füße bis zum Leistenzug. Halten Sie die Spannung 10 bis 15 Sekunden lang aufrecht und entspannen Sie sich dann. Dreimal wiederholen (siehe Abbildung 5).



## EINSTELLUNG DES LAUFGURTS

Warnung: TRENNEN SIE DAS LAUFGERÄT IMMER AUS DER STECKDOSE, BEVOR SIE DAS GERÄT REINIGEN ODER WARTEN.

Reinigen: Eine allgemeine Reinigung des Geräts verlängert die Lebensdauer des Laufbands erheblich.

Halten Sie das Laufband regelmäßig sauber. Achten Sie darauf, den freiliegenden Teil des Decks auf beiden Seiten des Laufbands und auch die Seitengitter zu reinigen. Dadurch wird die Ansammlung von Fremdkörpern unter dem Laufband durch das Tragen sauberer Lafschuhe verringert.

Warnung: Trennen Sie das Laufband immer vom Stromnetz, bevor Sie die Motorabdeckung entfernen. Entfernen Sie mindestens einmal im Jahr die Motorabdeckung und saugen Sie unter der Motorabdeckung ab.

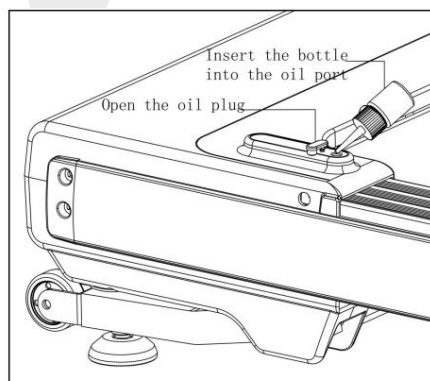
### LAUFBAND- UND DECKSCHMIERUNG

Dieses Laufband ist mit einem vorgeschmierten, wartungsarmen Decksystem ausgestattet. Die Reibung zwischen Riemen und Deck kann eine wichtige Rolle für die Funktion und Lebensdauer Ihres Laufbandes spielen und erfordert daher eine regelmäßige Schmierung. Wir empfehlen eine regelmäßige Inspektion des Decks. Wenn Sie Schäden am Deck feststellen, müssen Sie sich an unser Servicecenter wenden. Wir empfehlen, das Deck nach folgendem Zeitplan zu schmieren:

Weniger Benutzer (weniger als 3 Stunden/Woche)	jährlich
Mittlerer Benutzer (3-5 Stunden/Woche)	alle sechs Monate
Starker Benutzer (mehr als 5 Stunden/Woche)	alle drei Monate

Wir empfehlen Ihnen, das Schmiermittel bei unserem Händler oder direkt bei uns zu kaufen.

Achtung: Für jede Reparatur ist ein professioneller Techniker erforderlich.



1) Wir empfehlen Ihnen, den Strom für 10 Minuten auszuschalten, nachdem Sie 2 Stunden lang weitergelaufen sind, damit das Laufband gut gewartet werden kann.

2) Um ein Verrutschen beim Laufen zu vermeiden, sollte der Riemen nicht zu locker sein. Um einen stärkeren Abrieb zwischen Walze und Riemen zu vermeiden und einen guten Lauf der Maschine aufrechtzuerhalten, sollte der Riemen nicht zu stramm sein. Du kannst Passen Sie den Abstand zwischen Platten und Riemen an. Der Riemen sollte auf beiden Seiten etwa 50–75 mm von den Platten entfernt sein, möglichst nicht zu eng oder zu locker.

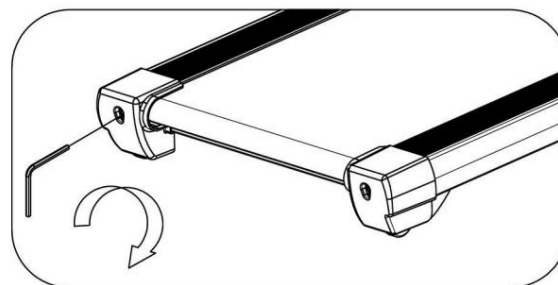
## ZENTRIEREN SIE DAS LAUFBAND

Stellen Sie das Laufband auf eine ebene Fläche. Lassen Sie das Laufband mit etwa 6–8 km/h laufen und überprüfen Sie den Laufzustand.

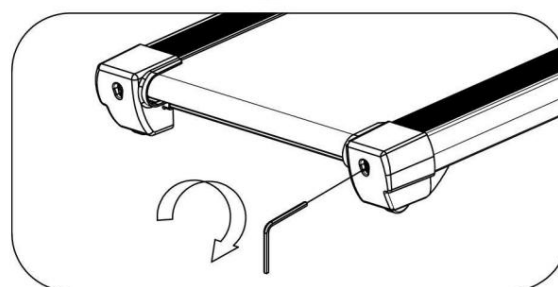
Wenn das Band nach rechts gewandert ist, ziehen Sie die Sicherungsuhr und den Schalter heraus, drehen Sie die rechte Einstellschraube um eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn und beginnen Sie dann mit dem Laufen, bis das Band zentriert ist. BILD A

Wenn das Band nach links gerutscht ist, ziehen Sie die Sicherungsuhr und den Schalter heraus, drehen Sie die linke Einstellschraube um eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn und beginnen Sie dann mit dem Laufen, bis das Band zentriert ist. BILD B

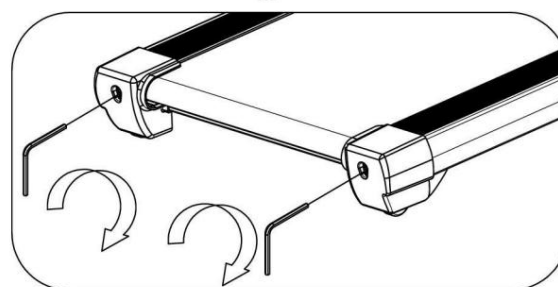
Passen Sie die Spannung des Riemens rechtzeitig an, damit er nach einiger Zeit locker bleibt. Ziehen Sie die Sicherungsuhr und den Sicherheitsschalter heraus, drehen Sie die linke und rechte Einstellschraube um eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn, starten Sie den Betrieb erneut und überprüfen Sie die Riemenspannung, bis der Riemen richtig gespannt ist. Bild C



A



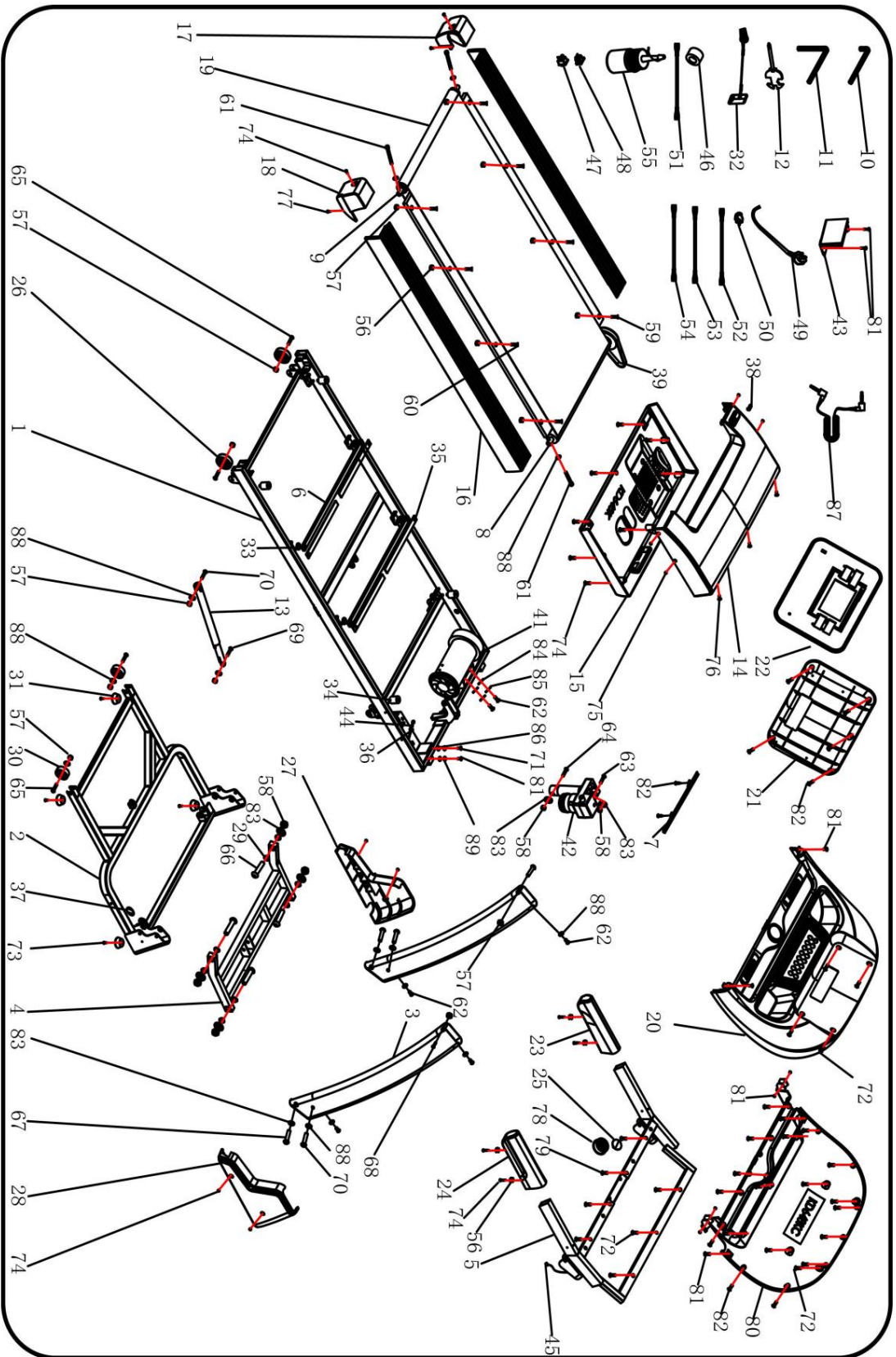
B



C



## Explosionszeichnung der Teile



# Stückliste

NEIN.	BESCHREIBUNG	SPEZIFIKATIONEN.	MENGE	NR	BESCHREIBUNG	SPEZIFIKATIONEN.	MENGE
1	Hauptrahmen		1	46	Magnetring		1
2	Grundrahmen		1	47	Schalten		1
3	Aufrechte Halterung		2	48	Stromkabelbuchse		1
4	Neigungshalterung		1	49	Stromkabel		1
5	Computerhalterung		1	50	Überlastungsschutz		1
6	Trittbrett verstärken Rohr		2	51	Einzeldraht 1		1
7	Schlauchmontage		1	52	AC-Einzeldraht		1
8	Vordere Walze		1	53	Einzeldraht		1
9	Hintere Walze		1	54	Erdungskabel		1
10	5# Inbusschlüssel		1	55	Silikonöl		1
11	6# Inbusschlüssel		1	56	Kontermutter	M6	6
12	Schraubenschlüssel mit Schraubenzieher		1	57	Kontermutter	M8	8
13	Zylinder		1	58	Kontermutter	M10	12
14	Obere Motorabdeckung		1	59	Bolzen	M8*25	4
15	Untere Motorabdeckung		1	60	Bolzen	M6*40	4
16	Seitenschiene		2	61	Bolzen	M8*65	3
17	Endkappe links hinten		1	62	Bolzen	M8*16	6
18	Rechte hintere Endkappe		1	63	Bolzen	M10*42	1
19	Laufgürtel		1	64	Bolzen	M10*55	1
20	Obere Computerabdeckung		1	65	Bolzen	M8*40	4
21	Untere Abdeckung des Panels		1	66	Bolzen	M10*45	4
22	Panel		1	67	Bolzen	M10*45	2
23	Linke Leiste		1	68	Bolzen	M8*45	2
24	Rechte Handstange		1	69	Bolzen	M8*25	1
25	Haupttaste		1	70	Bolzen	M8*42	3
26	Rad		2	71	Bolzen	M5*8	1
27	Linke Bodenabdeckung		1	72	Schrauben	4,2*20	2
28	Rechte Basisabdeckung		1	73	Schrauben	4,2*25	4
29	Distanzhülse		8	74	Schrauben	4,2*19	18
30	Bewegliches Rad		2	75	Schrauben	4,2*25	4
31	Fußpolster		4	76	Schrauben	4,2*19	3
32	Sicherheitsschlüssel		1	77	Schrauben	4,2*9,5	2
33	Isolations-Nylonpolster		4	78	Lichtkreis		1
34	Kissen		4	79	Schrauben	4,2*12	4
35	Rohrkissen verstärken		4	80	Untere Abdeckung des Computers		1
36	Ringkabelschutz A		1	81	Schrauben	4,2*12	16
37	Ringkabelschutz B		1	82	Schrauben	4,2*13	22
38	Ölstopfen		1	83	Sicherungsscheibe	10	8
39	Motorriemen		1	84	Flache Unterlegscheibe	8	2
40	Trittbrett		1	85	Federscheibe	8	2
41	Gleichspannungs Motor		1	86	Sicherungsscheibe	5	2
42	Neigungsmotor		1	87	MP3-Kabel	Möglichkeit	1
43	Steuerplatine		1	88	Sicherungsscheibe	8	13
44	Oberes Computerkabel		1	89	Federscheibe	5	2
45	Unteres Kabel des Computers		1	90	Schrauben	4,2*12	4



## ANLEITUNG ZUR FEHLERBEHEBUNG

CODE	GRUND	LÖSUNG
E01	1. Die Nachrichtenleitung ist defekt oder nicht gut verbunden	1y Überprüfen Sie, ob der Computer und die Bodensteuerung funktionieren Platinendraht gut anschließen; 2y Überprüfen Sie, ob der IC auf der unteren Steuerplatine vorhanden ist Lösen, IC zurücksetzen
E02	1. Burst-Zusammenstoß	1. Prüfen Sie, ob die Netzspannung um 50 % niedriger ist als die normale Spannung, verwenden Sie bitte die Normale Spannung zum Testen; 2. Überprüfen Sie, ob die Steuerplatine verbrannt ist Unregelmäßiger Geruch, Steuerplatine austauschen; 3. Überprüfen Sie, ob das Motorkabel richtig angeschlossen ist, und schließen Sie es erneut an.
E03	kein Sensorsignal	1. Überprüfen Sie, ob die Signalleuchte auf der Steuerplatine Leuchtet das Licht, wenn das Signallicht durchgebrannt ist, tauschen Sie ein Signallicht aus. 2. Überprüfen Sie, ob der Stecker des Sensors in Ordnung ist in Verbindung gebracht 3. Überprüfen Sie, ob der Magnetsensor defekt ist oder Ist die Verbindung gut, schließen Sie sie erneut an oder tauschen Sie sie aus Magnetsensor.
E05	Überstromschutz	1. Überlastung oder Motor klemmt, verursacht übermäßigen Strom, die Maschine startet selbstschützendes System. Stellen Sie die Maschine ein und neu starten; 2. Überprüfen Sie, ob der Motor Motorgeräusche verursacht oder wenn der Motor / die untere Steuerplatine durchgebrannt, wenn durchgebrannt, Motor wechseln und Bodenkontrolle; 3. Überprüfen Sie, ob die Netzspannung falsch ist, verwenden Sie Richtige Spannung, um es erneut zu testen.
„----“ anzeigen 1.	Der Sicherheitsschlüssel befindet sich nicht am benannter Ort 2. Der Sicherheitsschlüssel ist nicht angeschlossen gut oder kaputt	1. Überprüfen Sie, ob sich der Sicherheitsschlüssel an der vorgesehenen Stelle befindet Website. 2. Überprüfen Sie, ob die Sensorplatine des Sicherheitsschlüssels funktioniert gut verbunden 3. Ersetzen Sie die Sensorplatine des Sicherheitsschlüssels im Computer
<p>Wenn sich der Motor danach nicht dreht, drücken Sie die „START“-Taste. Das Kabel, das den Motor steuert, könnte vorhanden sein Stimmt etwas nicht. Beispielsweise ist das Schutzrohr auf der Steuerplatine beschädigt oder fällt ab. Oder der Das Motorkabel ist nicht richtig angeschlossen. Oder der IGBT auf der Steuerplatine ist durchgebrannt. Überprüfen Sie, ob das Motorkabel ordnungsgemäß angeschlossen ist Gut angeschlossen und wieder gut angeschlossen. Überprüfen Sie, ob das Schutzrohr in Ordnung ist, setzen Sie es neu ein oder tauschen Sie eines aus. Verwenden Multimeter, um zu testen, ob der IGBT durchgebrannt ist, und um einen IGBT oder eine Steuerplatine auszutauschen.</p>		
E07/E08 EEPROM beschädigt		Tauschen Sie eine Steuerplatine aus

## Anwendung zum Herunterladen



Scannen Sie den QR-Code, um die APP direkt herunterzuladen, oder laden Sie sie über die App Stores herunter und installieren Sie sie, indem Sie nach „FitShow“, „Kinomap“ oder „Zwift“ suchen.



**FITSHOW**



**KINOMAP**



**ZWIFT**

# GARANTIEKARTE

Für dieses Produkt gilt eine gesetzliche Gewährleistungsfrist von 24 Monaten, sofern nicht anders angegeben. Für die genannten Warenarten gilt zusätzlich zur gesetzlichen Gewährleistungsfrist, die für die Konstruktion des Rahmens der jeweiligen Warenart gilt, eine auf 10 Jahre verlängerte Gewährleistungsfrist. Die Erfüllung der Garantiebedingungen für eine verlängerte Garantiezeit bedeutet die kostenlose Reparatur aller Herstellungsfehler, die während dieser Garantiezeit an der Rahmenkonstruktion auftreten, und zwar in den Servicezentren von ACRA, s.r.o. Bewahren Sie die Garantiekarte zusammen mit dem Kaufbeleg und der Bedienungsanleitung sorgfältig auf!

## Beschwerde

Mängelhaftungsrechte können ausschließlich gegenüber dem Verkäufer geltend gemacht werden, bei dem das Produkt erworben wurde.

Es ist notwendig, auf einen Mangel hinzuweisen – d.h. den Mangel hinreichend genau kennzeichnen bzw. wie sich der Mangel äußerlich bemerkbar macht. Eine allgemein formulierte Aussage, dass das Produkt einen Mangel aufweist, reicht nicht aus!

Der Einspruch muss außerdem einen Hinweis auf das vom Käufer geltend gemachte konkrete Recht aus Mängelhaftung sowie eine ausgefüllte Garantiekarte mit Stempel des Verkäufers und einen Kaufbeleg (Quittung) mit Verkaufsdatum enthalten. Gleichzeitig muss das Produkt mit einer geeigneten Verpackung, vorzugsweise Original, versehen sein.

Der Käufer hat das Recht auf kostenlose, ordnungsgemäße und rechtzeitige Beseitigung des Mangels (spätestens innerhalb von 30 Tagen ab Geltendmachung der Reklamation, sofern Käufer und Verkäufer keine längere Frist vereinbaren) oder auf Ersatz des Produkts.

Die Zeit von der Geltendmachung des Rechts aus der Mängelhaftung bis zu dem Zeitpunkt, zu dem der Käufer verpflichtet ist, das Produkt nach Abschluss der Reparatur zu übernehmen (unabhängig davon, wann der Käufer das Produkt tatsächlich übernommen hat), wird nicht in die Gewährleistungsfrist einbezogen.

Rechte aus der Sachmängelhaftung erlöschen, wenn sie nicht innerhalb der Gewährleistungsfrist (also spätestens am letzten Tag der Gewährleistungsfrist) ausgeübt werden.

## Von der Garantie ausgeschlossen sind:

Abnutzung des Produkts, die durch den normalen Gebrauch verursacht wird. (Normale Verwendung bedeutet die Verwendung für den Zweck, für den das Produkt bestimmt ist, und auf die in der beigefügten Gebrauchsanweisung beschriebene Weise.)

## Die Gewährleistung gilt nicht für verursachte Mängel:

Mechanischer Schaden; (z. B. Mängel, die durch das Zerschneiden des Produkts oder eines Teils davon beim Auspacken verursacht wurden);

Unfachmännische Eingriffe (Reparatur) durch den Nutzer, auch durch Dritte;

Unsachgemäße oder entgegen der Gebrauchsanweisung stehende Handhabung;

Indem Sie die in der Bedienungsanleitung beschriebene notwendige Wartung nicht durchführen;

Belastung durch widrige äußere Einflüsse, niedrige/hohe Temperaturen, unsachgemäße Lagerung;

Ein unvermeidbares Ereignis – eine Naturkatastrophe;

## Bezahlte Reparatur:

Liegt ein Mangel vor, der nicht von der Garantie abgedeckt ist oder ist die Garantiezeit bereits abgelaufen und verlangt der Käufer eine Reparatur, handelt es sich um eine kostenpflichtige Reparatur.

Der Preis und die Konditionen werden nach Absprache mit dem Servicecenter von ACRA s.o. festgelegt. Weitere Rechte und Pflichten richten sich nach den Bestimmungen des Gesetzes. Nr. 40/1964 Slg., des Bürgerlichen Gesetzbuches, insbesondere § 612 ff.

Für die Verpackung des oben genannten Produkts wurde für die Nutzung und Rücknahme eine Gebühr gemäß § 10 und § 12 des Gesetzes entrichtet. Nr. 477/2001 Slg., auf der Verpackung, an das EKO-KOM-System unter der EG-Identifikationsnummer – F06020112.

Produkttypbezeichnung:		Verkaufsdatum:		
		Stempel und Unterschrift des Verkäufers:		
Datum des Anspruchs	Mangel bemängelt	Aufzeichnungen des Servicecenters	Teileaustausch	Notiz

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das Servicecenter oder die Reklamationsabteilung:

ACRA, s. r. o. (ID: 64254330), Brodská 161, 513 01 Semily

Beschwerdeabteilung – Telefon: +420 481 623 322, E-Mail: reklamace@acra.cz

## EG/EU-Konformitätserklärung Nr. 02052020/A

Hiermit bestätigen wir, dass die Maschine allen relevanten Bestimmungen der unten aufgeführten Verordnungen der Europäischen Gemeinschaft, Regierungsverordnungen und Normen entspricht. Die Erstellung dieser Konformitätserklärung erfolgt in alleiniger Verantwortung des Herstellers.

### Importeur

(bevollmächtigter Vertreter): ACRA s.r.o., Brodská 161, 513 01 Semily, Tschechische Republik

### Produkt:

Name: Laufband  
Typ: GB6400  
Modifikationen: GB3500N, GB4500N, GB5400, GB6500

### Beschreibung und Bestimmung der Produktfunktion:

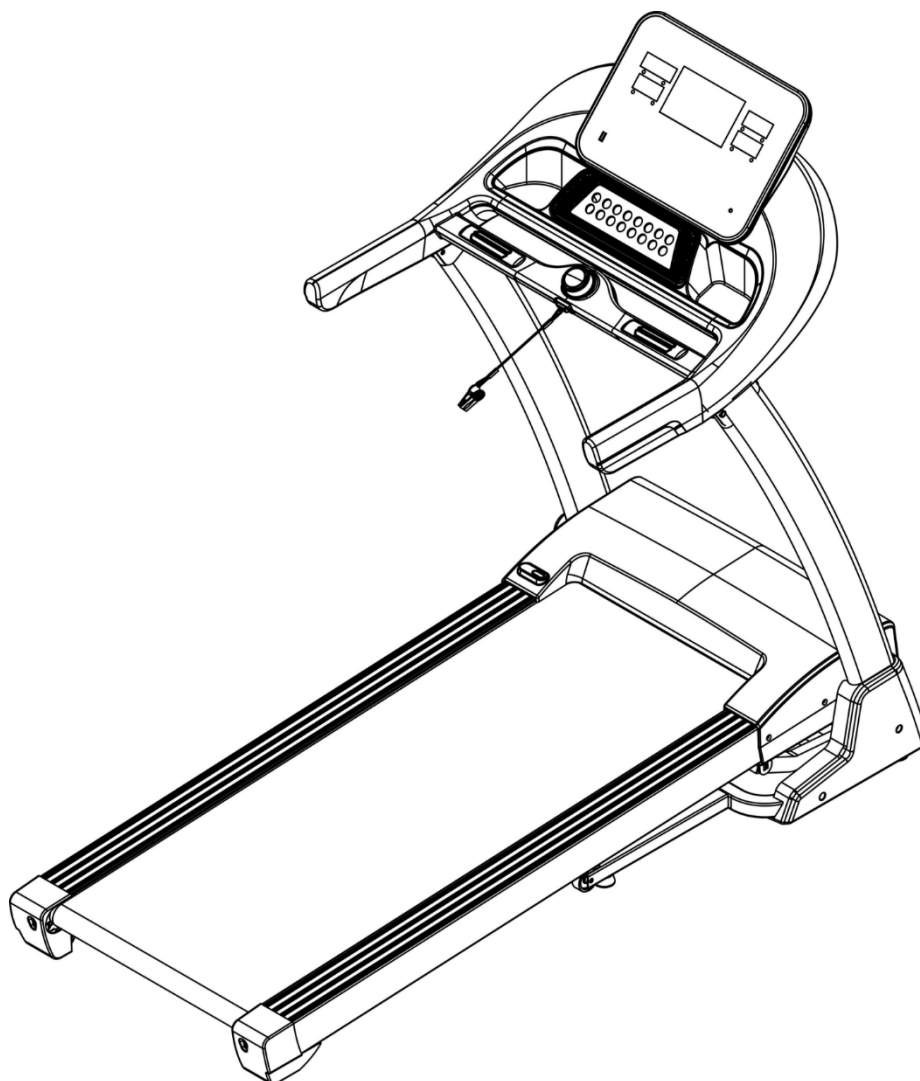
Das Laufband mit elektrischer Neigung wird zum Laufen im Innenbereich verwendet. Geschwindigkeit 1-14,8 km/h, Neigung 3 Positionen. Versorgungsspannung 230 V AC. Einzelne Modifikationen unterscheiden sich in einigen technischen Parametern. Das Konstruktionsprinzip und die verwendeten Elemente sind gleich.

### Gepüft von:

Regierungsverordnung Nr. 118/2016 Slg., die der Richtlinie des Rates Nr. 2014/35/EU entspricht, Regierungsverordnung Nr. 117/2016 Slg., die der Richtlinie des Rates Nr. 2014/30/EU entspricht, Regierungsverordnung Nr. 176/2008 Slg. in der Fassung der Regierungsverordnung Nr. 170/2011 Slg. und 229/2012 Slg. und 320/2017 Slg., was der Richtlinie Nr. 2006/42/EG des Rates in der durch die Richtlinien 2009/127/EG und 2012/32/EU geänderten Fassung entspricht, ČSN EN ISO 12100, ČSN EN 957-6 +A1, ČSN EN 60335-1 ed. 2, ČSN EN 61000-6-3 ed. 3, ČSN EN 55014-1 ed. 4, ČSN EN ISO 13849-1

In Semily, am 23.04.2024

# **ACRA<sup>®</sup> fitness**



## **Motoros futópad GB6400 Használati útmutató**

Kérjük, figyelmesen olvassa el ezt a használati útmutatót a telepítés és használat előtt, és őrizze meg későbbi használatra

## Biztonsági óvintézkedések

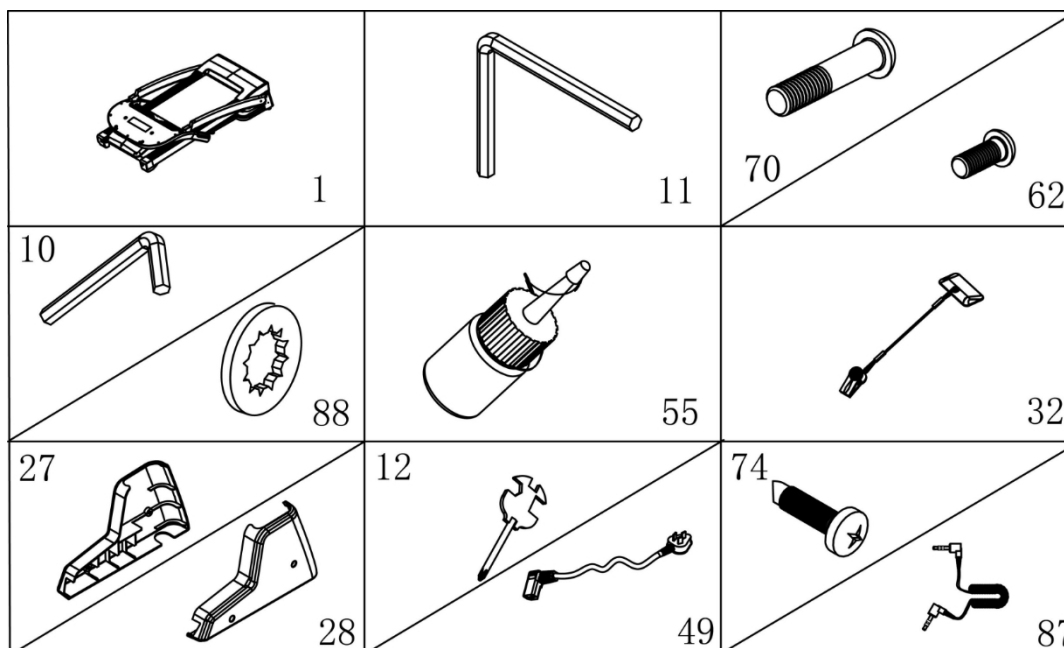
**Figyelmeztetés:** Javasoljuk, hogy konzultáljon orvosával vagy egészségügyi szakemberrel, mielőtt elkezdené az edzést, különösen a legfeljebb 35 éves vagy egészségügyi problémákkal küzdő emberek esetében. Nem vállalunk felelősséget semmilyen bajért vagy sérülésért, ha nem követi a specifikációnkat. A futópadot gondosan kell összeszerelt és lefedett motorpajzsot, majd csatlakoztassa a tápellátáshoz.

### Figyelem!

1. A biztonsági bilincsek rögzítésének biztosítása a ruházathoz vagy az övekhez a futópad használata előtt.
  2. Kérjük, ne helyezzen be olyan tárgyakat a berendezés bármely részébe, amelyek károsíthatják a berendezést.
  3. Helyezze a futópadot tiszta, vízszintes felületre. Ne helyezze a futópadot vastag szőnyegre, mivel az akadályozhatja a megfelelő szellőzést. Ne helyezze a futópadot víz közelébe vagy a szabadban.
  4. Soha ne indítsa el a futópadot, miközben a futószalagon áll. A bekapcsolás és a sebességszabályozó beállítása után szünet állhat be, mielőtt a futószalag elkezdi mozogni, mindig álljon a keret oldalán lévő lábtartókra, amíg a futószalag mozog.
  5. A futópadon való edzéskor viseljen megfelelő ruházatot. Ne viseljen hosszú, bő ruházatot, amely beakadhat a futópadba. Mindig gumitalpú futó- vagy aerobiccipőt viseljen.
  6. Tartsa távol a gyerekeket és a háziállatokat a futópadról az edzés megkezdésekor.
  7. Vacsora után ne mozogj 40 percen belül.
  8. A felszerelés felnőttek számára alkalmas, a fiatalok számára felnőttek kíséretében kell edzeniük.
  9. Az edzés első megkezdésekor addig kell kapaszkodnia a kapaszkodókba, amíg kényelmesen nem érzi magát és nem ismerkedik a futópaddal.
  10. A futópad beltéri használatú berendezés, nem kültéri használatú a károk elkerülése érdekében. Tartsa a tárolóhelyet tisztán és laposan, szárítva. Tilos más célra használni, csak edzésre.
  11. Kérjük, vásárolja meg a tápvezetékét a forgalmazóhoz, vagy lépjen kapcsolatba velünk közvetlenül, a tápvezeték csak a futópadhoz való felszereléshez.
  12. Ha a futópad hirtelen megemeli a sebességet az elektronika meghibásodása vagy a sebesség véletlen megnövelése miatt, a futópad hirtelen megáll, amikor a húzócsap kioldódik a konzolból.
  13. Ne csatlakoztassa a vezetékét a kábel közepére; ne hosszabbítsa meg a kábelt, vagy ne változtassa meg a kábel dugóját; ne tegyen nehéz dolgot a kábelre, vagy ne tegye a kábelt a hőforrás közelébe; tilos több aljzatot használni.
- lyukak, ezek tüzet okozhatnak, vagy emberek megsérülhetnek az áramtól.
14. Kapcsolja ki az áramot, ha a berendezést nem használja. Amikor a tápellátás le van kapcsolva, ne húzza a tápvezetékét, hogy a vezeték jó állapotban maradjon. Helyezze a dugót a konnektorba a biztonsági földelt áramkörrel, mert a tápvezeték professzionális berendezés. You kell kapcsolatba lépni a szakmai emberek közvetlenül, míg a vonal sérült.
  15. Ez a futópad csak otthoni használatra.
  16. Biztonsági terület a futópad mögött: 1000\*2000MM



Amikor kinyitja a dobozt, és az alábbi alkatrészeket találja a dobozban



### RÉSZLISTÁK :

NO	DES.	Specifikáció	Nem.	NO	DES.	Specifikáció	Nem.
1	Főkeret		1	32	Biztonsági kulcs		1
11	6#Alen kulcs	6mm	1	27	Bal oldali alapfedél		1
70	Csavar	M8*42	2	28	Jobb oldali alapfedél		1
62	Csavar	M8*16	4	12	Csavarkulcs csavarhúzóval	S=13、14、15	1
10	5#Alen kulcs	5 mm	1	49	Tápvezeték		1
88	Rögzítő alátét	8	6	74	Csavar	ST4.2*19	4
55	Szilikonolaj		1	87	MP3 vezeték	opció	1

### JAVÍTÓSZEREK:

5# imbuszkulcs 5mm 1db

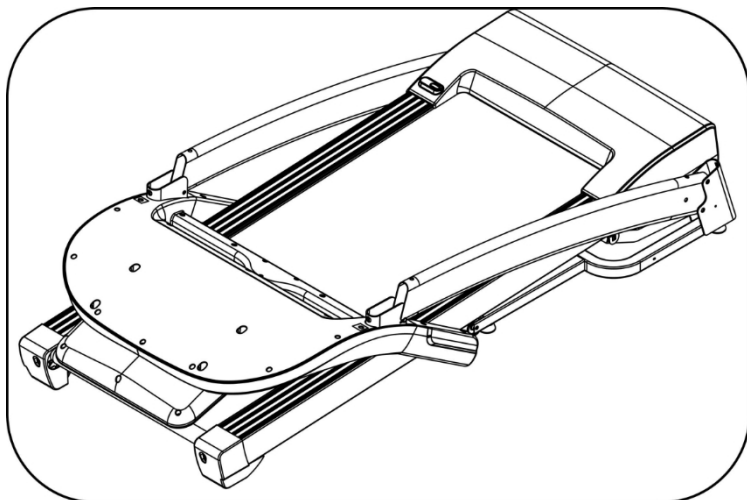
6# imbuszkulcs 6mm 1db

Csavarkulcs csavarhúzóval S=13、14、15 1db

**Értesítés: A teljes összeszerelés előtt ne kapjon áramot**

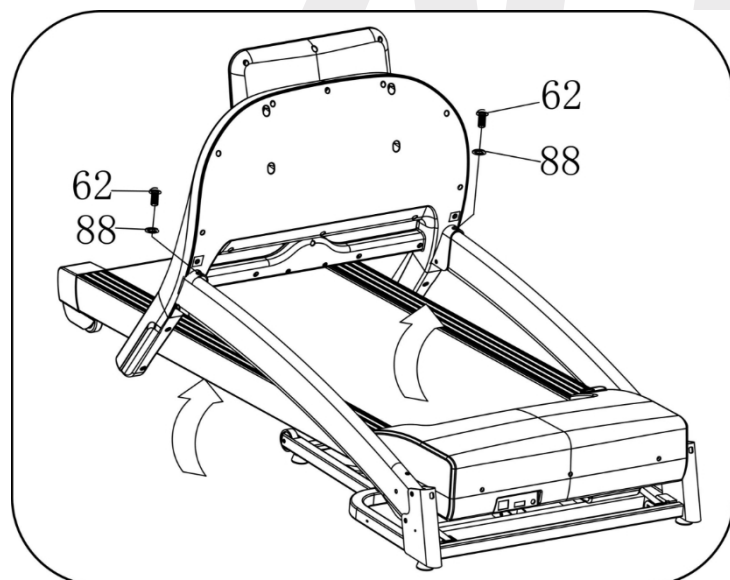
## Összeszerelési útmutató

### 1. LÉPÉS



1. Nyissa ki a kartont, vegye ki a fenti pótalkatrészeket, és helyezze a főkeretet a vízszintes talajra.

### 2. LÉPÉS

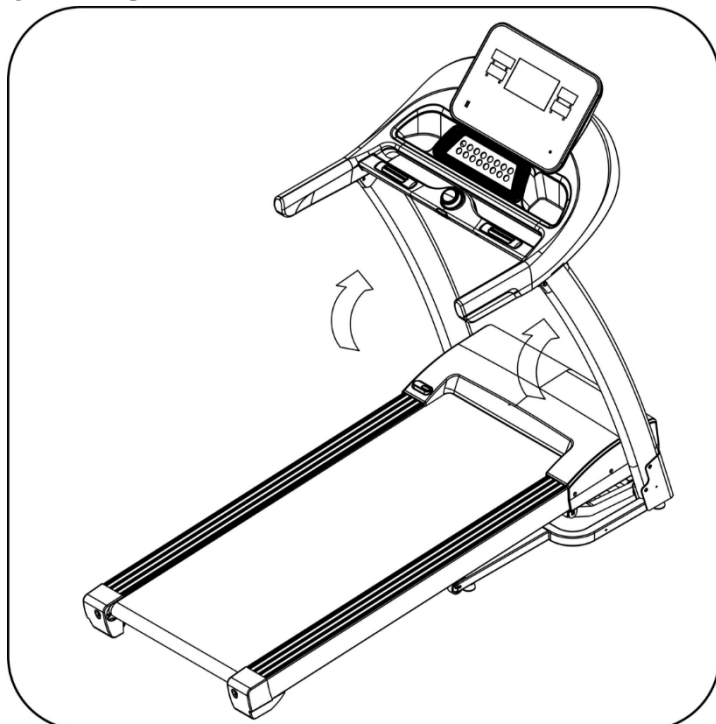


1. Támassza meg a számítógép tartóját, és rögzítse a számítógépet a függőleges csőre az 5#-os imbuszkulccsal (10), a csavarral (62) és a rögzítő alátéttel (88). lásd a bal oldali képet.

A bal oldal ugyanolyan, mint a jobb oldal.

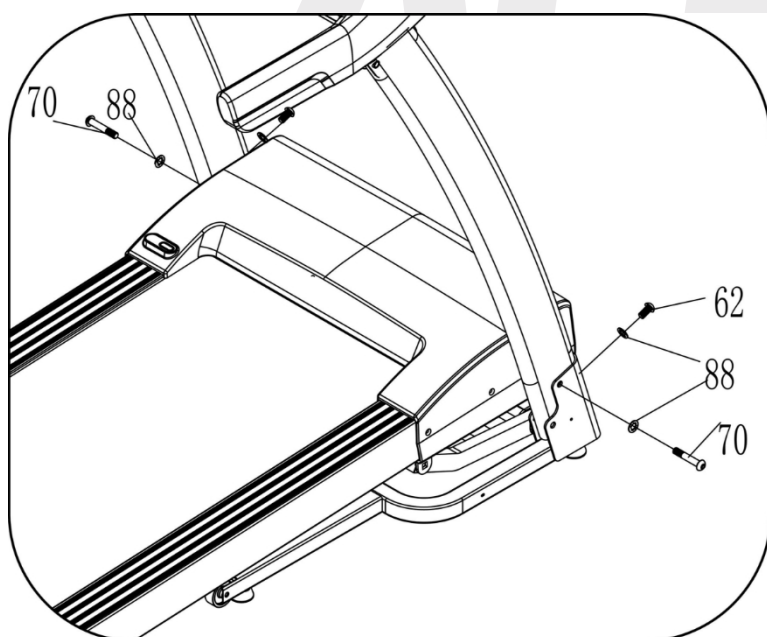
**Értesítés:** Kérjük, tartsa a tartóoszlopokat egy kézzel, nehogy megsérüljön valaki.

## 3. LÉPÉS



1. Hajtsa fel a számítógépet a bal oldali képen látható nyíl irányába.

## 4. LÉPÉS

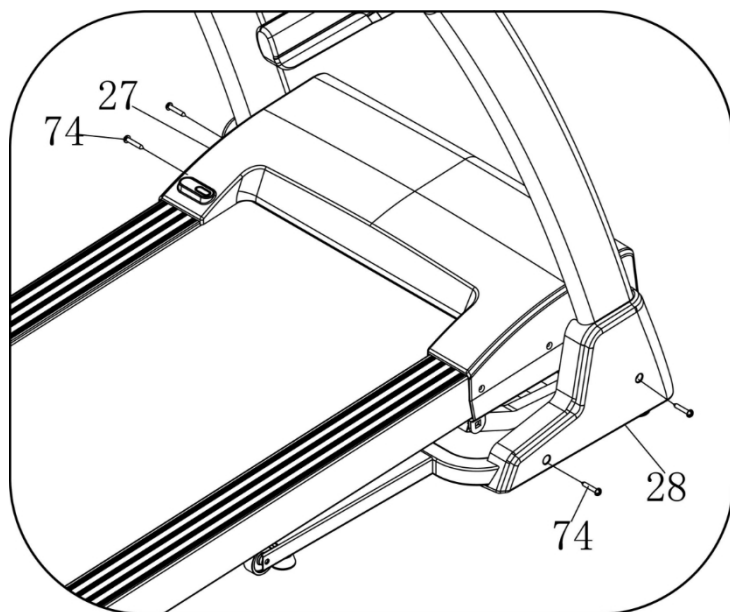


1. A jobb oldali függőleges csőnek az alaphoz való rögzítéséhez használja az 5#Allenkulcsot (10), a csavart (70) és az alátétet (88).

2. A jobb oldali függőleges csőnek az alaphoz való rögzítéséhez használja az 5#Allenkulcsot (10), a csavart (62) és az alátétet (88).

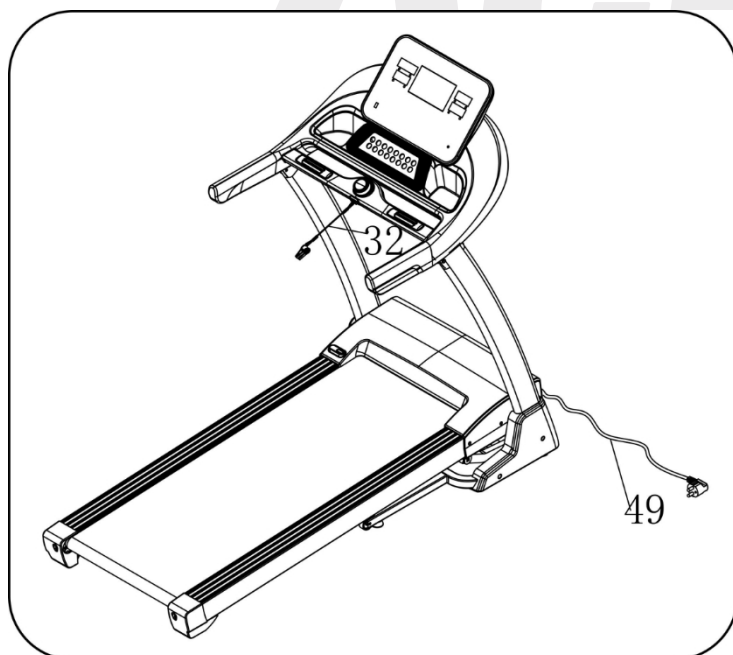
3. A bal oldal ugyanolyan, mint a jobb oldal.

**Értesítés:** Kérjük, tartsa a tartóoszlopokat egy kézzel, nehogy megsérüljön valaki.

**5. LÉPÉS:**

1. Használjon csavarkulcsot csavarral meghajtó(12), csavar(74) a jobb oldali alapfedél rögzítéséhez ( 28 ) az alapteretbe.
2. A jobb oldal ugyanolyan, mint a bal oldal.

**Megjegyzés:** Az alapfedelelet a tartóoszlophoz kell rögzíteni.

**6. LÉPÉS:**

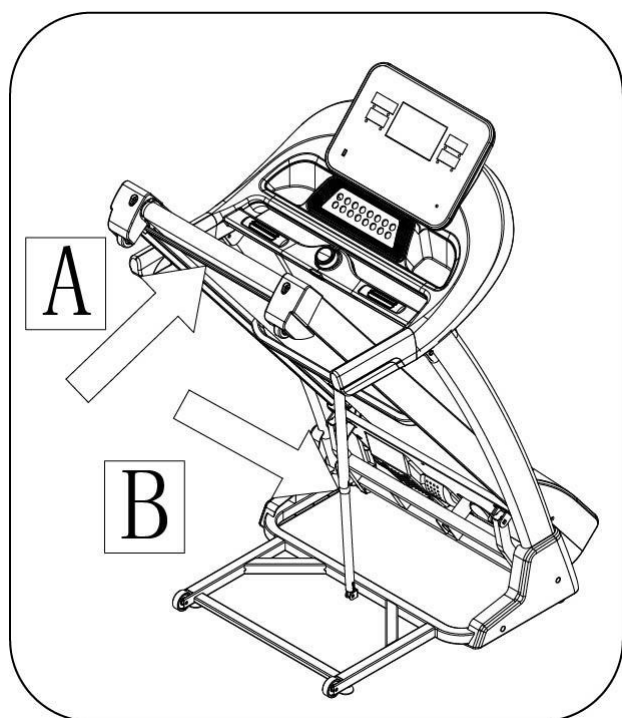
1. Helyezze a biztonsági kulcsot (32) a számítógépre.
2. Csatlakoztassa a tápkábelt (49) a főkészülék aljzatához (ha nem használja a futópado, kihúzhatja a tápkábelt).

**FIGYELEM:** Kérjük, erősítse meg a teljes összeszerelést, ahogyan azt a fentiekben előírták, és zárja be az összes csavart. Miután ellenőrizte, hogy minden rendben van, végezze el a következő műveletet.

A futópado használata előtt kérjük, figyelmesen olvassa el a használati utasítást.

## Összecsukási utasítás

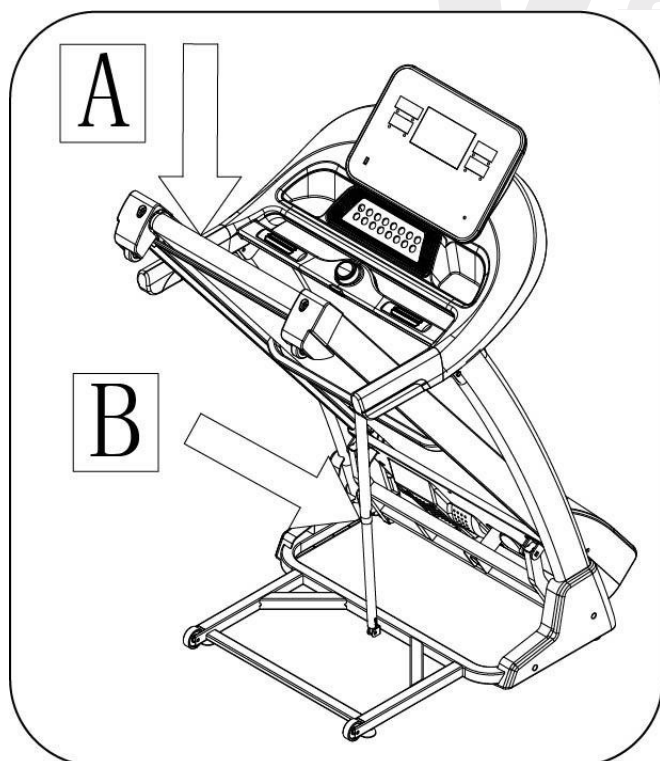
Felhúzom:



Húzza fel az alapkeretet az A pozícióban (A), amíg a légnyomásmérő sáv hangját nem hallja.

(B) a kerek csőbe van rögzítve.

Húzza lefelé:



Támogassa az A helyet kézzel, rúgja meg a légnyomórúd helyét, majd az alapkeret automatikusan leesik (**kérjük, tartsa távol a gépet a leesés közben**).

## Műszaki paraméterek

<b>BUILT UP MÉRET (mm)</b>	1615*765*1370mm	<b>POWER</b>	Ahogy a minősítési címke mutatja
<b>ÖSSZECSUKHATÓ MÉRET (mm)</b>	1090*765*1370mm	<b>Maximális kimeneti teljesítmény</b>	Ahogy a minősítési címke mutatja
<b>JÁRÓFELÜLET MÉRET (mm)</b>	480*1300mm	<b>SEBESSÉGTARTOMÁNY</b>	1-16KM/H
<b>NETTÓ SÚLY</b>	68kg	<b>MAX. MEGFIZETHETŐ SÚLY</b>	120kg
<b>5 LED-ABLAK</b>	<b>Sebesség, idő, emelkedés, távolság, kalória, pulzus</b>		

## Földelési módszerek

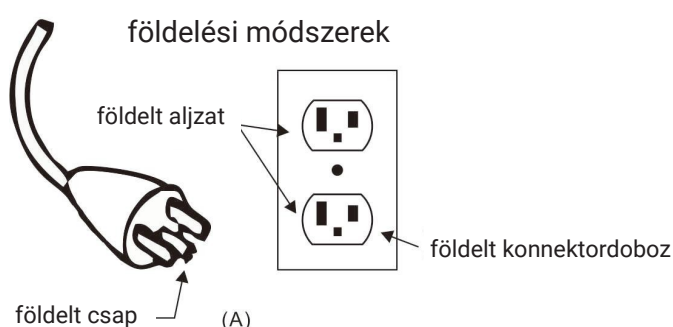
Ezt a terméket földelni kell. Meghibásodás vagy meghibásodás esetén a földelés biztosítja a legkisebb ellenállású utat az elektromos áram számára, hogy csökkentse az áramütés veszélyét. Ez a termék egy készülékföldelő vezetékkel és egy földelő dugóval ellátott vezetékkel van felszerelve. A dugót megfelelő konnektorba kell dugni, amely megfelelően van felszerelve és földelve az összes helyi szabályzatnak és rendeletnek megfelelően.

**VESZÉLY** - A berendezés földelő vezetékének helytelen csatlakoztatása áramütés veszélyét eredményezheti. Ha kétségei vannak afelől, hogy a termék megfelelően van-e földelve, forduljon szakképzett villanszerelőhöz vagy szerelőhöz. Ne módosítsa a készülékhez mellékelt dugót

termék - ha nem illeszkedik a konnektorba, megfelelő konnektort szereltesen fel szakképzett villanszerelővel.

Ez a termék 220-240/100-120 voltos névleges áramkörben való használatra készült, és a következő ábrán látható A vázlaton látható dugaszhoz hasonló földelt dugóval rendelkezik. Győződjön meg róla, hogy a terméket a dugóval azonos konfigurációjú konnektorba csatlakoztatja. Nem szabad adaptert

(Az alábbi kép csak tájékoztató jellegű, a tényleges dugó és csatlakozó a terméktől függ).  
importáló ország)









**"INCLINE+/-"**: A dőlésszög beállítása. Nyomja meg a gombot a meredekség beállításához futás közben, vagy állítsa be az adatokat megálláskor.

**"INCLINE (3,6,9,12) "**: A dőlésszög gyors beállítása.

*Értesítés: Bármelyik gomb megnyomásakor egy figyelmeztető hangjelzés hallható. Ha a gombot paramétertúllépéshez állítják be, azt egy hosszú hangjelzés kíséri. Érvénytelen gomb megnyomásakor nincs hangjelzés.*

## 4. FŐ FUNKCIÓ

Nyissa ki a hálózati kapcsolót, a képernyőablak kigyullad, a gép készenléti állapotba kerül.

### 4.1. GYORS INDÍTÁS (MANUÁLIS):

Helyezze be a biztonsági kulcsot, nyomja meg a START gombot, a futópád 3 másodperc alatt a legalacsonyabb sebességgel fog futni, a sebesség beállításához nyomja meg a **SPEED+/- gombot**. Nyomja meg az **INCLINE+/- gombot** a meredekség beállításához. A futópád leállításához nyomja meg a STOP gombot, vagy közvetlenül vegye ki a biztonsági kulcsot.

### 4.2. VISSZASZÁMLÁLÓ ÜZEMMÓD:

Nyomja meg a 'MODE' gombot, kiválaszthatja az idő visszaszámláló módot, a távolság visszaszámláló módot, a kalóriák visszaszámláló módját, és a képernyőablak megmutatja az alapértelmezett adatokat és a csillogást. Egyidejűleg nyomja meg a **SPEED+/-** és **INCLINE+/-** gombokat az adatok beállításához. Nyomja meg a 'START' gombot, a gép a legalacsonyabb sebességgel fog futni, a sebesség megváltoztatásához megnyomhatja a **SPEED+/-** gombot, a dőlésszög megváltoztatásához megnyomhatja az **INCLINE+/- gombot**. Amikor visszaszámol 0-ig, a gép simán megáll. Természetesen a gép leállításához megnyomhatja a STOP gombot, vagy kiveheti a biztonsági kulcsot a számítógépből.

### 4.3. BELSŐ TELEPÍTŐ PROGRAM:

Nyomja meg a 'PROG' gombot a belső telepítőprogram kiválasztásához a P1 P15-ről. A program beállításakor az idő

ablakban az alapértelmezett adatok és a csillogás jelenik meg, a futási idő beállításához nyomja meg a **SPEED+/- vagy INCLINE+/-** gombot. Minden program 16 szakaszra van osztva, Minden edzésidő = a beállított idő/16. Nyomja meg a 'START' gombot, a gép az első szakasz sebesség és emelkedés dátumával fog futni. Amikor a szakasz véget ér, automatikusan belép a következő szakaszba, a sebesség és a dőlésszög a következő szakasz adatainak megfelelően változik. Amikor befejeződik egy program, a gép simán leáll. Futás közben a **SPEED+/-** és **INCLINE+/-** vagy a **bal/jobbi oldali kapaszkodó gombokkal** módosíthatja a sebességet és a dőlésszöget. Amikor a program belép a következő szakaszba, visszatér az alapértelmezett adatra. És bármikor megnyomhatja a "STOP" gombot vagy kiveheti a biztonsági gombot, hogy leállítsa a gépet.

### 4.4 FELHASZNÁLÓ ÁLTAL DEFINIÁLT PROGRAM

Három program van U1, U2, U3 a felhasználó által meghatározottakhoz.

Nyomja meg a "PROGRAM" gombot folyamatosan készenléti üzemmódban, amíg az ablakban megjelenik az U1-U3, nyomja meg a "MODE" gombot az első szegmens beállításának

megkezdéséhez, a sebesség és a lejtő beállítása a 'SPEED + -', 'SPEED (3 6 9 12) ', "DŐLÉS + -", "NCLINE (3 6 9 12) ", .nyomja meg a "MODE" gombot fejezze be az első szegmens beállítását és lépjen be

a másodikat, amíg be nem fejezzük mind a 20 szegmenst. Az adatok a felhasználó következő visszaállításáig véglegesen el lesznek mentve. Az U1 általában alapértelmezett sebességgel 1KM/H, emelkedés 0. Az U2 általában alapértelmezett sebességgel 2KM/H, emelkedés 0. Az U3 általában alapértelmezett sebességgel 3KM/H, emelkedés 0. A U3 általában alapértelmezett sebességgel 3KM/H, emelkedés 0.

*A program üzemmód végén a futópad 15 hangjelzéssel villog, majd minden adat 0-ra törlődik és készenléti állapotba kerül.*

## 5. SZÍVVERÉS TESZT

Ha két kézzel tartja a kézimпульzust, a pulzus ablak 5 másodperc múlva mutatja a szívverést. A pontos szívverés értékének elérése érdekében kérjük, tartsa a kézimпульzust több mint 30 másodpercig a teszteléshez, amikor a gép leáll. A szívverési adatok csak referenciaként szolgálnak, nem lehetnek orvosi adatok.

## 6. TESTSÍR TESZT

Amikor a futópad készenléti állapotban van, nyomja meg a PROGRAM gombot, amíg az ablakban meg nem jelenik a "FAT". A "FAT" a testsír teszt üzemmód. Nyomja meg a "MODE" gombot a "SEX / AGE / HEIGHT / WEIGHT" paraméter kiválasztásához, a megfelelő ablakban megjelenik a "-1-", "-2-", "-3-", "-4-". Az egyes paraméterek beállítása után nyomja meg a SPEED+/--(INCLINE+/-) gombot a következőhöz

állítsa be az adatokat, és a megfelelő ablakban megjelennek az adatok, majd nyomja meg a "MODE" gombot a befejezéshez, az ablakban megjelenik a "-5-" és a "---", és a készülék készen áll az indulásra. Tartsa a fogantyú impulzust két kézzel, 5 másodperc múlva megjelenik a BMI-adat.

### 6.1 Adatkijelzés és beállított tartomány

Paraméter Típus	alapértelmezett	Beállítási tartomány	mark
SEX (-1-)	0 ( FÉRFI )	0-1	0= FÉRFI 1= NŐ
AGE (-2-)	25	10-99	
HEIGHT (-3-)	170 CM	100-240 CM	
SÚLY (-4-)	70KG	20-160KG	

### 6.2 BMI referencia

(BMI)	
<19	Súly alatt
19--26	Normál súly
26--30	Túlsúlyos
>30	Elhízás

## 7. ALVÁS FUNKCIÓ

Ha 10 percnél hosszabb ideig áll, a rendszer kikapcsolja az összes kijelzőt, és alvó üzemmódba lép. Az ébredéshez nyomja meg bármelyik billentyűt.

## 8. BIZTONSÁGI KULCS FUNKCIÓ

Amikor kihúzza a biztonsági kulcsot, a futópad gyorsan leáll, minden adat nullára fordul, az összes ablakon megjelenik a "----". És a lejtés az aktuális pozícióban marad. Ebben az időben a futópad nem tud semmilyen műveletet végezni, kivéve a kapcsoló kikapcsolását. Amikor a biztonsági kulcsot visszahelyezi a megfelelő pozícióba, a futópad készenléti állapotba kerül, amely parancsbevitelre vár, és továbbra is megmarad a lejtőállás. Ha most a futópad indításához a program üzemmódot választja, a lejtő a program üzemmódnak megfelelően fog beállítani, Vagy a lejtő nem fog mozogni.

## 9. MP3 funkció (opció)

Amikor a futópad be van kapcsolva, csatlakoztassa az MP3- vagy más audióberendezést, az ablak elkezd zenét lejátszani. A hangerő az audióberendezésen állítható. Kérjük, állítsa be a megfelelő hangerőt a hangminőség befolyásolásának elkerülése érdekében, és helyezze be a hangfrekvenciás áramkört.

## 10. USB funkció (opció)

Amikor a futópad be van kapcsolva, behelyezhet bármilyen USB memóriakártyát, amely audio fájlokat tartalmaz. A számítógép felismeri a memóriakártyán lévő audio fájlokat és lejátszza a zenét. közvetlenül.

## 11. Bluetooth hangszóró funkció (opció)

Nyissa meg a Bluetooth a telefon vagy IPAD keres a Bluetooth, miután sikeresen csatlakozik hozzá. A telefonon vagy IPAD-on lejátszott zene a futópad hangszórójából fog énekelni.

## 12. FUTÁSI ADATOK MEGJELENÍTÉSE ÉS BEÁLLÍTÁSI TARTOMÁNYA

	MUTASD A TARTOMÁNYT	DEFAULT MODE	DEFAULT PROGRAM	SET RANGE
SEBESSÉG (KM/H)	1-16KM	---	---	---
INCLINE (%)	0--15%			0-15%
IDŐ	0:00-99:59	30:00	30:00	5:00---99:00
TÁVOLSÁG	0.00KM-99.9KM	1.00KM	---	0.5KM-99.9KM
KALÓRIÁK	0Kcl-999Kcl	50Kcl	---	10Kcl-990Kcl

## 13. DÁTUMTÁBLÁZAT:

IDŐ PROG		Beállítási idő/16= intervallum futási ideje																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCLINE	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2
P02	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
	INCLINE	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2
P03	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P04	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P05	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2
P06	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCLINE	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2
P07	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P08	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCLINE	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	1	1	1	8	6
P09	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCLINE	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCLINE	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	8	10	10	8	6	3
P11	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
	INCLINE	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	5	2	0
P12	SPEED	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
	INCLINE	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3
P13	SPEED	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
	INCLINE	3	3	5	6	5	3	3	7	5	3	2	0	0	5	5	3	2	3	2	1
P14	SPEED	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P15	SPEED	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2

## 14. Szilikonolaj-utántöltésre emlékeztető funkció

A futás során a halmozott távolság meghaladja a 100KM-t, az idő és az "OIL" emlékeztető karakter váltakozva jelenik meg a TIME ablakban, egy hangjelzés kíséretében, amely a karbantartáshoz szükséges szilikonolaj feltöltésére szólít fel. Ebben az állapotban a stop gomb megnyomásával a felszólítás megszüntethető és a felhalmozott távolság törölhető. Ezenkívül húzza ki a biztonsági kulcsot, és nyomja meg egyszerre a program és az üzemmód gombokat több mint 3 másodpercig, hogy megjelenítse a futás során felhalmozott távolságot. Az adatok törléséhez , csak nyomja meg **újra** a program és az üzemmód gombokat egyszerre több mint 3 másodpercig.

## Gyakorlati utasítások

### Bemelegítő szakasz :

Ha Ön 35 évnél idősebb, vagy nem túl egészséges, illetve ha először edz, kérjük, konzultáljon orvosával vagy szakemberrel.

Mielőtt használná a motoros futópadot, kérjük, tanulja meg, hogyan kell vezérelni a gépet, jól tudja, hogyan kell elindítani, leállítani, beállítani a sebességet és így tovább, ne álljon a gépen ebben az időben. Ezt követően használhatja a gépet. Álljon mindkét oldalon csúszásgátló párnára, és mindkét kezével fogja a kormányrudat. Tartsa a gépet alacsony sebességen, körülbelül 1,6 ~ 3,2 km/h sebességgel, majd tesztelje a futógépet egy lábbal, miután megszokta a sebességet, akkor futhat a gépen, és hozzáadhatja a sebességet 3 és 5 km/h között. Tartsa a sebességet körülbelül 10 percig, majd állítsa le a gépet.

### Gyakorlat szakasz :

Használat előtt tanulja meg, hogyan állítsa be a sebességet és a dőlésszöget. Sétáljon kb. 1 km-t stabil sebességgel, és írja le az időt, ez kb. 15-25 percet vesz igénybe. Ha 4,8 km/h sebességgel sétál, akkor 1 km megtétele körülbelül 12 percet vesz igénybe. Ha jól érzi magát a stabil sebességnél, akkor hozzáadhatja a sebességet és a meredekséget, 30 perc elteltével jó edzést végezhet. Ebben a szakaszban nem adhatja hozzá a sebességet vagy az emelkedőt egyszerre túl sokat, ez megtarthatja, hogy kényelmesen érezze magát.

### Gyakorlat intenzitása :

2 perc alatt melegítsen be 4,8 km/h sebességgel, majd növelje a sebességet 5,3 km/h-ra, és sétáljon tovább 2 percig, majd növelje a sebességet 5,8 km/h-ra, és sétáljon tovább 2 percig. Ezután 2 percenként 0,3 km/h-t adjunk hozzá, amíg a gyors lélegzetvétel, de nem érezzük jól magunkat.

Kalóriaégetés - a leghatékonyabb módszer

Bemelegítés 5 percig a sebességgel:4-4.8KM/H, majd lassan növelje a sebességet 0.3KM/H/2Mints, amíg a stabil sebességet, amit úgy érzi, kényelmes 45Mints.A mozgás intenzitásának javítására, akkor fenntarthatja a sebességet 1H TV program alatt, majd növelje a sebességet 0.3KM/H minden reklám intervallum idő, majd visszatér az eredeti sebességre. Megismerheti az edzés legjobb hatékonyságát a kalóriaégetéshez a reklámidő és az azt követő szívfrekvencia növelő idő alatt. Végül , akkor lassítsa le a sebességet lépcsőről lépésre 4Mints.

### Gyakorlási gyakoriság :

A ciklusidő: Készítsük el az edzés ütemezését tudományos, nem csak a hobbijához.

A futópad sebességének és emelkedésének beállításával szabályozhatja a futás intenzitását. Javasoljuk, hogy először ne állítsa be a dőlésszöget; a dőlésszög javítása a hatékony módja a gyakorlat intenzitásának erősítésének.

Az edzés megkezdése előtt konzultáljon orvosával vagy egészségügyi szakemberrel. A szakemberek segíteni tudnak Önnek abban, hogy az Ön életkorának és egészségi állapotának megfelelően összeállítsa a megfelelő edzésidőtáblázatot,

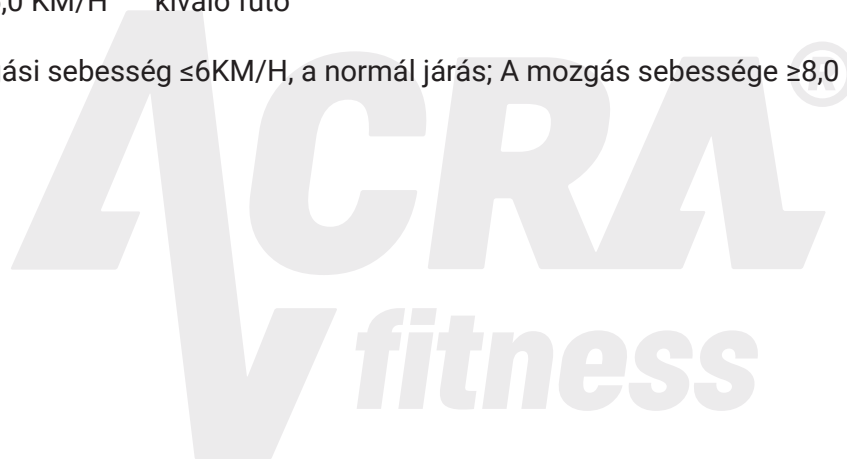
meghatározza a mozgás sebességét, a gyakorlat intenzitását. Kérjük, azonnal hagyja abba, ha mellkasi szorítást, mellkasi fájdalmat, szabálytalan szívverést, légzési nehézséget, szédülést vagy egyéb kellemetlenséget érez edzés közben. Konzultáljon orvosával vagy egészségügyi szakemberrel, mivel folytassa.

Kiválaszthatja a normál gyaloglási sebességet vagy a kocogási sebességet, ha mindig futópaddal edz.

Ha nincs elegendő tapasztalata, vagy nem erősíti meg a tesztelési sebességet, kövesse az utasításokat:

Sebesség 1-3,0 KM/H	nem jó fizikai
Sebesség 3,0-4,5 KM/H	kevesebb mozgás és edzés
Sebesség 4,5-6,0 KM/H	normál gyaloglás
Sebesség 6,0-7,5 KM/H	Gyors séta
Sebesség 7,5-9,0 KM/H	Kocogás
Sebesség 9,0-12,0 KM/H	közepes sebességű gyaloglás
Sebesség 12,0-14,5M/H	jól futási tapasztalatok
Sebesség 14,5-16,0 KM/H	kiváló futó

Figyelem: A mozgási sebesség  $\leq 6$  KM/H, a normál járás; A mozgás sebessége  $\geq 8,0$  KM/H, a jó futó.



## BEMELEGÍTÉSI UTASÍTÁS

Edzés előtt jobb, ha nyújtógyakorlatokat végzünk. A meleg izmok könnyebben nyúlnak, az első 5 ~ 10 percet töltsön a bemelegítésre. Ezután a következő módszerekkel összhangban, hogy megállítsa és végezzen nyújtógyakorlatokat - csináljon ötször, minden egyes láb minden alkalommal 10 másodperc vagy több időt, hogy újra megtehesse a gyakorlat befejezése után.

1. Lefelé a nyújtás: térd enyhén ívelt, a test lassan előre hajlított, úgy, hogy a hát és a vállak laza, kezek próbálja megérinteni a lábujjakat. Tartsa fenn 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg háromszor, hogy tegye (lásd az 1. ábrát).

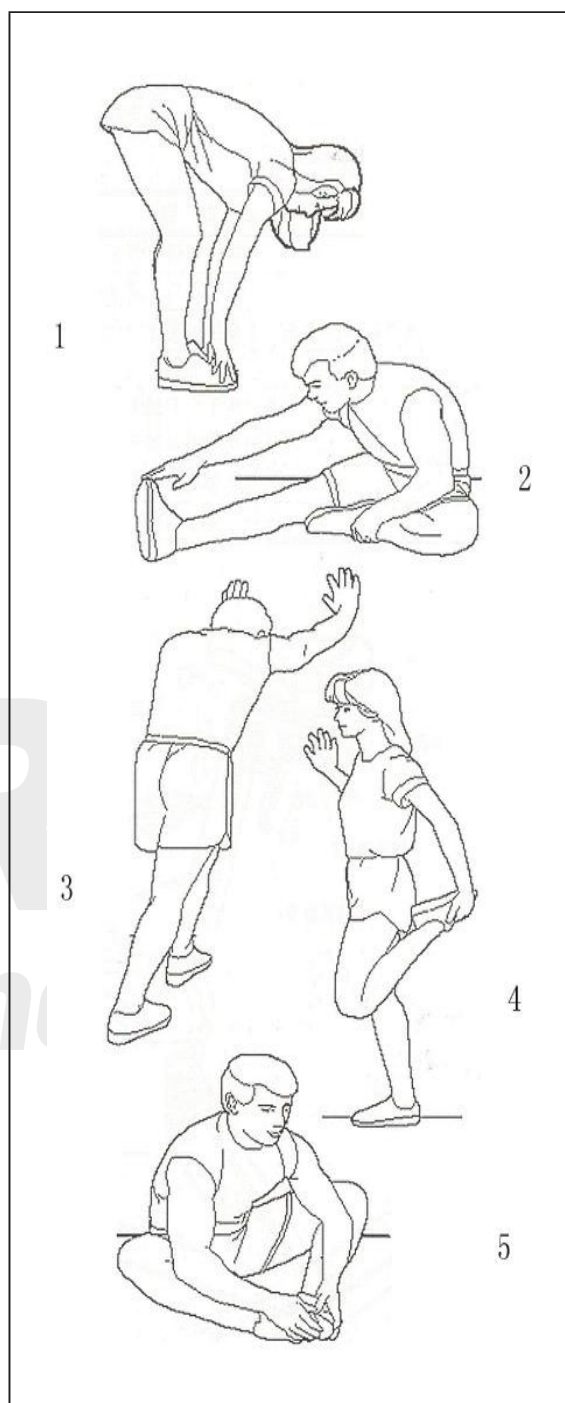
2. Combhajlító nyújtás: üljön a tiszta ülésen, tegye az egyik lábát egyenesbe. Befelé közel a másik lábat, hogy közel a belső láb egyenes. Kéz próbálja megérinteni a lábujjakat. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg mindkét lábát háromszor (lásd a 2. ábrát).

3. Lábak és lábak ínfeszítése: kettő a Rotary falon vagy faállványon, egy láb az oszlopban. Tartsa a lábakat egyenesen és a sarkát a fal vagy fa irányába dönteni. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg minden lábra háromszor (lásd a 3. ábrát).

4. Quadriceps stretch: a bal kéz fal vagy asztal, hogy a mester egyensúlyt, majd nyújtotta a jobb kezét vissza, hogy megragadja a jobb lábát a fenék lassan húzza, amíg úgy érzi, az első combizmok feszült. Tartsa 10-15 másodpercig, majd

lazítson. Ismételje meg mindkét lábát háromszor (lásd a 4. ábrát).

5. Sartorius izom (belső combizom) nyújtása: Láb Ezzel szemben a térd kifelé, hogy leüljön. A kezek megfogják a lábat az ágyékhoz húzódnak. Tartsa fenn 10-15 másodpercig, majd lazítsa el. Ismételje meg háromszor (lásd az 5. ábrát).





## FUTÓSZÍJ BEÁLLÍTÁSA

**Figyelmeztetés: A FUTÓPADOT MINDIG HÚZZUK KI A KONNEKTORBÓL, MIELŐTT A KÉSZÜLÉKET TISZTÍTANÁNK VAGY SZERVIZELNÉNK.**

**Tiszta: A** készülék általános tisztítása nagymértékben meghosszabbítja a futópad élettartamát.

Tartsa rendszeresen tisztán a futópadot. Ügyeljen arra, hogy a futópadnak a futószalag mindkét oldalán lévő, szabadon lévő részét és az oldalsó síneket is tisztítsa meg. A tiszta futócipő viselésével csökkentheti a járókeret alatti idegen anyagok felhalmozódását.

**Figyelmeztetés: Mindig húzza ki a futópadot a konnektorból, mielőtt eltávolítja a motorburkolatot.** Legalább egyszer évente vegye le a motorburkolatot, és porszívózzon a motorburkolat alatt.

### FUTÓSZÍJ ÉS FEDÉLZET KENÉSE

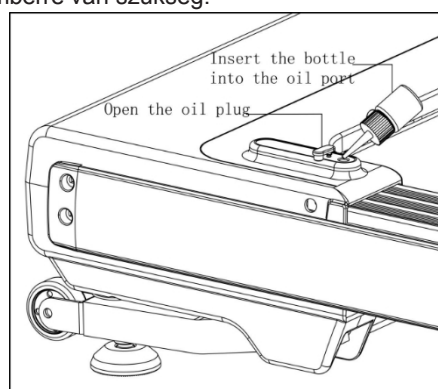
Ez a futópad előre megolajozott, alacsony karbantartási igényű fedélzeti rendszerrel van felszerelve. A futópad működésében és élettartamában nagy szerepet játszhat a szíj/fedélzet súrlódása, ezért rendszeres kenést igényel. Javasoljuk a fedélzet időszakos ellenőrzését. Ha a fedélzet sérülését tapasztalja, vegye fel a kapcsolatot szervizközpontunkkal.

Javasoljuk, hogy a fedélzetet az alábbi ütemterv szerint kenje be:

- Könnyű felhasználó (kevesebb mint 3 óra/hét) évente
- Közepes felhasználó (3-5 óra/hét)hathavonta
- Erős felhasználó (több mint 5 óra/hét)háromhavonta

Javasoljuk, hogy a kenőanyagot forgalmazónktól vagy közvetlenül cégünktől vásárolja meg.

**Figyelem!** Minden javításhoz szakemberre van szükség.



1, Javasoljuk, hogy a 2HS folyamatos futása után 10Mints-re kapcsolja ki a teljesítményt, hogy jó legyen a futópad fenntartásához.

2, A futás közbeni csúszás elkerülése érdekében a szíj nem túl laza; a görgő és a szíj közötti nagyobb kopás elkerülése és a gép jó működésének fenntartása érdekében a szíj nem túl szoros. Akkor lehet állítsa be a távolságot a lemezek és az öv között, az öv legyen távol a lemezektől körülbelül 50-75 mm mindkét oldalon, ha a legjobb nem túl szoros vagy laza.

## A FUTÓSZÍJ KÖZÉPRE HELYEZÉSE

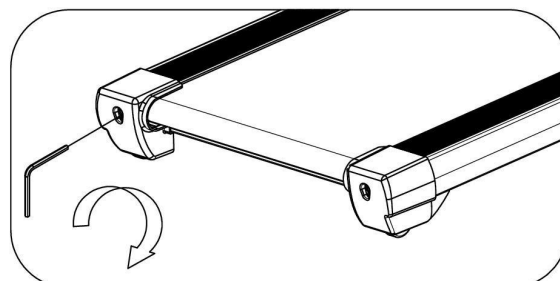
•Helyezze a futópadot vízszintes felületre.

Futtassa a futópadot körülbelül 6-8KM/H sebességgel, ellenőrizve a futás állapotát.

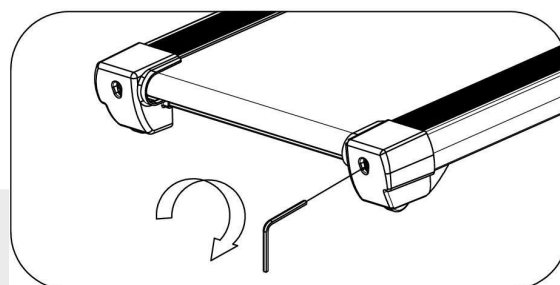
Ha a szíj jobbra sodródott, húzza ki a mentőórát és a kapcsolót, fordítsa el a jobb oldali állítócsavart 1/4 fordulatot az óramutató járásával megegyező irányba, majd indítsa el a futást, amíg a szíjat központosítja. PIC A

Ha a szíj balra sodródott ,húzza ki a biztonsági órát és a kapcsolót, fordítsa el a bal oldali állítócsavart 1/4 fordulatot az óramutató járásával megegyező irányba ,majd indítsa el a futást, amíg a szíjat központosítja .PIC B

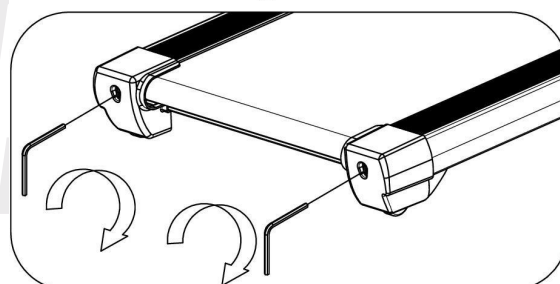
Időben állítsa be az öv szorosságát ,a lazaságot egy idő után futás után. Húzza ki a biztonsági órát és a kapcsolót , fordítsa el a bal és jobb oldali beállítócsavart 1/4 fordulatot az óramutató járásával megegyező irányba, majd indítsa újra a futást, erősítse meg a szíj feszességét, amíg a szíj nem lesz megfelelő feszességű. PIC C



A

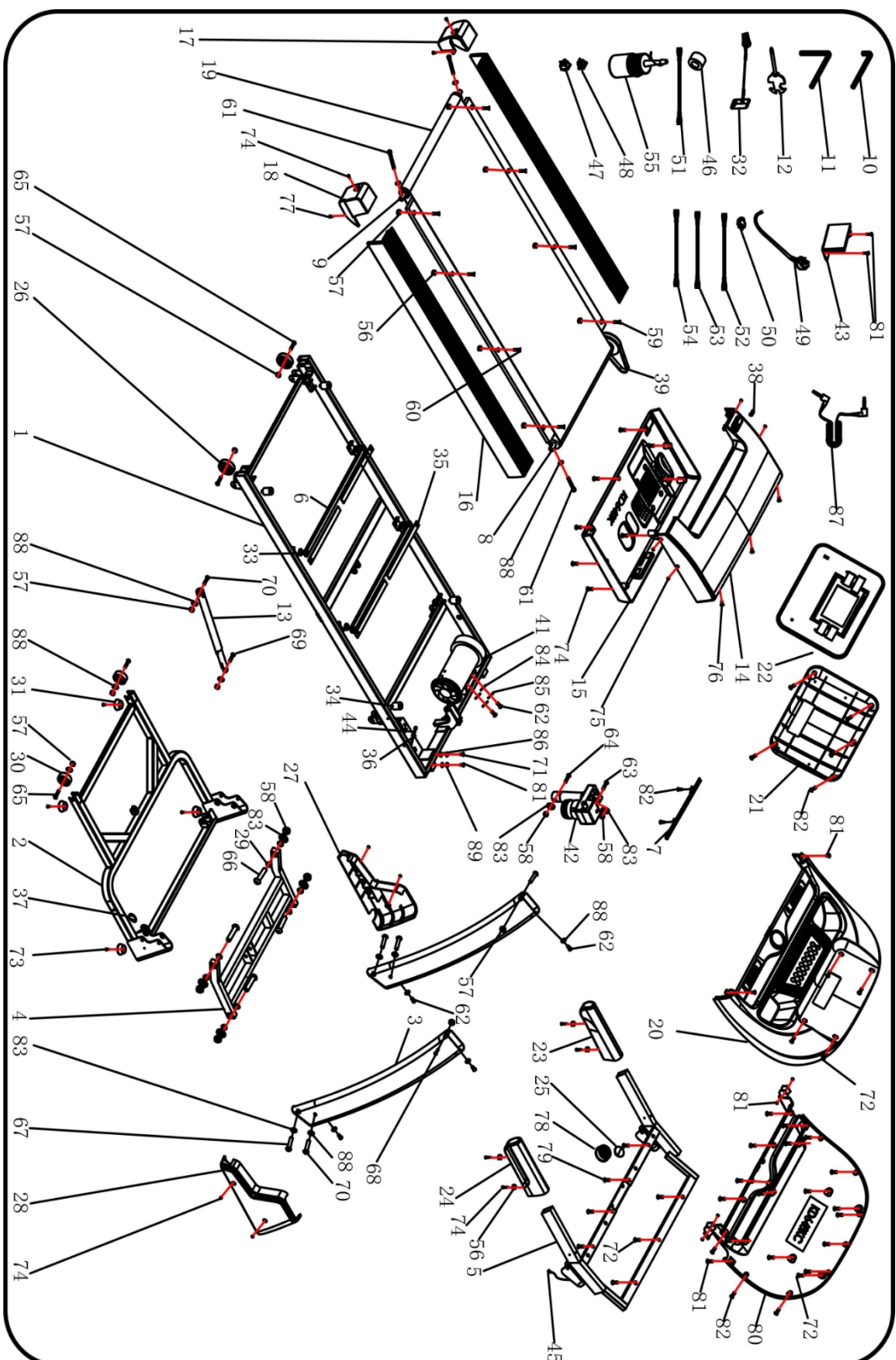


B



C

## Felbontott alkatrészek diagramja



# Alkatrészek listája

NEM.	LEÍRÁS	KÜLÖNLE GES.	QTY	NO	LEÍRÁS	KÜLÖNLEG ES.	QTY
1	Főkeret		1	46	Mágneses gyűrű		1
2	Alapkeret		1	47	Switch		1
3	Függőleges konzol		2	48	Tápvezeték aljzat		1
4	Dőlésszögű konzol		1	49	Tápvezeték		1
5	Számítógép konzol		1	50	Túlterhelésvédő		1
6	Futómű erősítő cső		2	51	Egyetlen vezeték 1		1
7	Csövek összeszerelése		1	52	AC egyvezetékes		1
8	Első görgő		1	53	Egyetlen vezeték		1
9	Hátsó görgő		1	54	Földelő vezeték		1
10	5# imbuszkulcs		1	55	Szilikonolaj		1
11	6# imbuszkulcs		1	56	Rögzítőanya	M6	6
12	Csavarkulcs csavarhúzóval		1	57	Rögzítőanya	M8	8
13	henger		1	58	Rögzítőanya	M10	12
14	Motor felső burkolat		1	59	Csavar	M8*25	4
15	Motor alsó burkolat		1	60	Csavar	M6*40	4
16	Oldalsín		2	61	Csavar	M8*65	3
17	Bal hátsó végzáró sapka		1	62	Csavar	M8*16	6
18	Jobb hátsó végzáró sapka		1	63	Csavar	M10*42	1
19	Futóöv		1	64	Csavar	M10*55	1
20	Számítógép felső burkolata		1	65	Csavar	M8*40	4
21	Panel alsó burkolat		1	66	Csavar	M10*45	4
22	Panel		1	67	Csavar	M10*45	2
23	Bal oldali sáv		1	68	Csavar	M8*45	2
24	Jobb oldali sáv		1	69	Csavar	M8*25	1
25	Fő gomb		1	70	Csavar	M8*42	3
26	kerék		2	71	Csavar	M5*8	1
27	Bal oldali alapfedél		1	72	Csavar	4.2*20	2
28	Jobb oldali alapfedél		1	73	Csavar	4.2*25	4
29	Távolsági hüvely		8	74	Csavar	4.2*19	18
30	Mozgó kerék		2	75	Csavar	4.2*25	4
31	Lábpárna		4	76	Csavar	4.2*19	3
32	Biztonsági kulcs		1	77	Csavar	4.2*9.5	2
33	Izolációs nejlon párna		4	78	Fénykör		1
34	párna		4	79	Csavar	4.2*12	4
35	Erősítse a csőpárnát		4	80	Számítógép alsó borítása		1
36	Gyűrűs vezetékvédő A		1	81	Csavar	4.2*12	16
37	Gyűrűs vezetékvédő B		1	82	Csavar	4.2*13	22
38	Olajdugó		1	83	Rögzítő alátét	10	8
39	Motorszíj		1	84	Lapos alátét	8	2
40	Futómű		1	85	Rugós alátét	8	2
41	DC motor		1	86	Rögzítő alátét	5	2
42	Dőlésszögű motor		1	87	MP3 vezeték	opció	1
43	Vezérlőpanel		1	88	Rögzítő alátét	8	13
44	Számítógép felső vezeték		1	89	Rugós alátét	5	2
45	Számítógép alsó vezeték		1	90	Csavar	4.2*12	4

## HIBAEELHÁRÍTÁSI ÚTMUTATÓ

CODE	INDOKLÁS	MEGOLDÁS
E01	1. az üzenő vezeték eltört vagy nem jól csatlakozik	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ellenőrizze, hogy a számítógép és az alsó vezérlés a fedélzeti vezeték jól csatlakozik;</li> <li>Ellenőrizze, hogy az alsó vezérlőpanelen lévő IC meglazult-e, állítsa vissza az IC-t.</li> </ol>
E02	1. Összecsapás	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ellenőrizze, hogy a hálózati feszültség 50%-kal alacsonyabb-e a normál feszültségnél, kérjük, használja a normál feszültséget a teszteléshez;</li> <li>ellenőrizze, hogy a vezérlőpanel nem égett-e meg szabálytalan szaggal, cserélje ki a vezérlőpanelt;</li> <li>Ellenőrizze, hogy a motor vezeték jól van-e csatlakoztatva, csatlakoztassa újra.</li> </ol>
E03	nincs érzékelő jel	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ellenőrizze, hogy a vezérlőpanelen lévő jelzőfény világít-e, ha a jelzőfény kiégett, cserélje ki a jelzőfényt.</li> <li>Ellenőrizze, hogy az érzékelő dugója jól van-e csatlakoztatva</li> <li>Ellenőrizze, hogy a mágneses érzékelő eltört-e vagy jól csatlakozik-e, csatlakoztassa újra vagy cserélje ki a mágneses érzékelő.</li> </ol>
E05	Jelenlegi túlterhelés elleni védelem	<ol style="list-style-type: none"> <li>A túl nagy névleges terhelés vagy a motor elakadt, túlzott áramot okoz, a gép elindítja az önvédelmi rendszert. Állítsa be a gépet és indítsa újra;</li> <li>Ellenőrizze, hogy a motorból nem jön-e zaj, vagy a motor / alsó vezérlőpanel kiégett-e. Ha kiégett, cserélje ki a motort és az alsó vezérlőt;</li> <li>Ellenőrizze, hogy a tápfeszültség nem megfelelő-e, a megfelelő feszültséget használja az újbóli teszteléshez.</li> </ol>
Mutasd " -"	<ol style="list-style-type: none"> <li>A biztonsági kulcs nincs a kijelölt helyen</li> <li>A biztonsági kulcs nincs jól csatlakoztatva vagy eltört</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ellenőrizze, hogy a biztonsági kulcs a kijelölt helyen van-e.</li> <li>Ellenőrizze, hogy a biztonsági kulcs érzékelőlapja jól van-e csatlakoztatva.</li> <li>Cserélje ki a számítógépen belüli biztonsági kulcsérzékelő lapot</li> </ol>
<p>Ha a motor nem forog a "START" gomb megnyomása után. Lehet, hogy a motort vezérlő vezetékkel van valami baj. Például a vezérlőpanel védőcsöve megsérült vagy leesett. Vagy a motor vezeték nincs jól csatlakoztatva. Vagy a vezérlőpanelen lévő IGBT kiégett. Ellenőrizze, hogy a motor vezeték jól van-e csatlakoztatva, és jól csatlakoztassa újra. Ellenőrizze, hogy a védőcső rendben van-e, állítsa újra vagy cserélje ki. Használjon multimétert annak vizsgálatára, hogy az IGBT kiégett-e, és cserélje ki az IGBT-t vagy a vezérlőpanelt.</p>		
E07/E08	EEPROM sérült	Vezérlőtábla cseréje

## Alkalmazás letölthető



Olvassa be a QR-kódot az APP közvetlen letöltéséhez, vagy töltsse le és telepítse az alkalmazásboltokból a „FitShow”, „Kinomap” vagy „Zwift” kifejezésre keresve.



**FITSHOW**



**KINOMAP**



**ZWIFT**

# JÓTÁLLÁSI LEVÉL

Erre a termékre 24 hónapos törvényes jótállás vonatkozik, hacsak másként nem szerepel. A megjelölt árutípusokra a törvényi szavatossági időn túlmenően 10 évre kiterjesztett jótállási idő jár, amely az adott árutípus vázszerkezetére vonatkozik. A garanciális feltételek meghosszabbított garanciális időszakra való teljesítése a vázszerkezeten a jelen garanciális idő alatt előforduló összes gyártási hiba ingyenes kijavítását jelenti, nevezetesen az ACRA, s.r.o. szervizközpontjaiban. A jótállási jegyet a vásárlást igazoló bizonylattal és a használati útmutatóval együtt gondosan őrizze meg!

## Panaszok

A kellékszavatossági jogokat csak azzal az eladóval lehet gyakorolni, akitől a terméket vásárolta.

Szükséges rámutatni egy hibára - pl. kellően pontosan meg kell jelölni a hibát, vagy azt, hogy a hiba hogyan jelenik meg kívülről. Nem elég egy általánosan megfogalmazott kijelentés, hogy a termék hibás!

A kifogásnak tartalmaznia kell a vevő által érvényesített konkrét kellékszavatossági jogról szóló értesítést is, valamint az eladó pecséttel ellátott, kitöltött jótállási jegyével és az eladás dátumát tartalmazó vásárlást igazoló bizonylattal (nyugtával). Ugyanakkor a terméket megfelelő, lehetőleg eredeti csomagolással kell ellátni.

A Vevőnek joga van a hibát díjmentesen, szabályszerűen és időben (legkésőbb a reklamáció benyújtásától számított 30 napon belül, ha a vevő és az eladó hosszabb határidőben nem állapodnak meg), vagy a terméket kicseréltetni.

Nem számít bele a jótállási időbe az az idő, amely a kellékszavatossági jog gyakorlásától addig az időpontig tart, amikor a vevő a javítás befejezését követően köteles volt a terméket átvenni (függetlenül attól, hogy a vevő ténylegesen mikor vette át a terméket).

A tételhibákért való felelősség elévül, ha azt a jótállási időn belül (azaz legkésőbb a jótállási időszak utolsó napjáig) nem gyakorolták.

## A garancia nem vonatkozik:

A termék szokásos használatából eredő kopása. (Normál használat a termék rendeltetésének és a mellékelt használati útmutatóban leírt módon történő használatot jelenti)



## A garancia nem vonatkozik az okozott hibákra:

Mechanikai sérülések; (például a termék vagy annak egy részének kicsomagolás közbeni elvágásából eredő hibák);

Szakszerűtlen beavatkozás (javítás) a felhasználó részéről, beleértve a harmadik feleket is; szakszerűtlen kezelés vagy a használati utasítással ellentétes kezelés;

A felhasználói kézikönyvben leírt szükséges karbantartások elmulasztásával;

Kedvezőtlen külső hatásoknak való kitétség, alacsony/magas hőmérséklet, nem megfelelő tárolás;

Elkerülhetetlen esemény - természeti katasztrófa;

## Fizetett javítás:

Ha olyan hiba van, amelyre nem vonatkozik a garancia, vagy a jótállási idő már lejárt, és a vevő javítást kér, ez fizetett javítás.

Az árat és a feltételeket az ACRA r o.

Az egyéb jogokra és kötelezettségekre a törvény rendelkezései az irányadók. A Polgári Törvénykönyv 40/1964. sz., különösen a 612. és azt követő §.

A fent említett termék felhasználásra és visszavételre történő csomagolásáért a törvény 10. és 12. §-a szerint díjat kellett fizetni. 477/2001 Coll. számú, csomagoláson, az EKO-KOM rendszerhez EK azonosító számon – F06020112.

Terméktípus megnevezése:		Eladás dátuma:		
		Az eladó pecsétje és aláírása:		
Igénylés időpontja	Defektet kritizáltak	A szervizközpont nyilvántartásai	Alkatrészcsere	Jegyzet

Ha kérdése van, forduljon a szervizközponthoz vagy a panaszosztályhoz:

ACRA, s. o. (azonosító: 64254330), Brodská 161, 513 01.

Panaszügyi osztály – telefon: +420 481 623 322, e-mail: reklamace@acra.cz

## 02052020/A számú EK/EU megfelelési nyilatkozat

Ezúton megerősítjük, hogy a gép megfelel az alábbiakban felsorolt Európai Közösségi előírások, kormányrendeletek és szabványok összes vonatkozó előírásának. Ezt a megfelelési nyilatkozatot a gyártó kizárólagos felelősségére bocsátják ki.

### Importőr

(meghatalmazott képviselője): ACRA s.r.o., Brodská 161, 513 01 Semily, Csehország

### Termék:

név: Futópad  
típus: GB6400  
módosítások: GB3500N, GB4500N, GB5400, GB6500

### A termék funkciójának leírása és meghatározása:

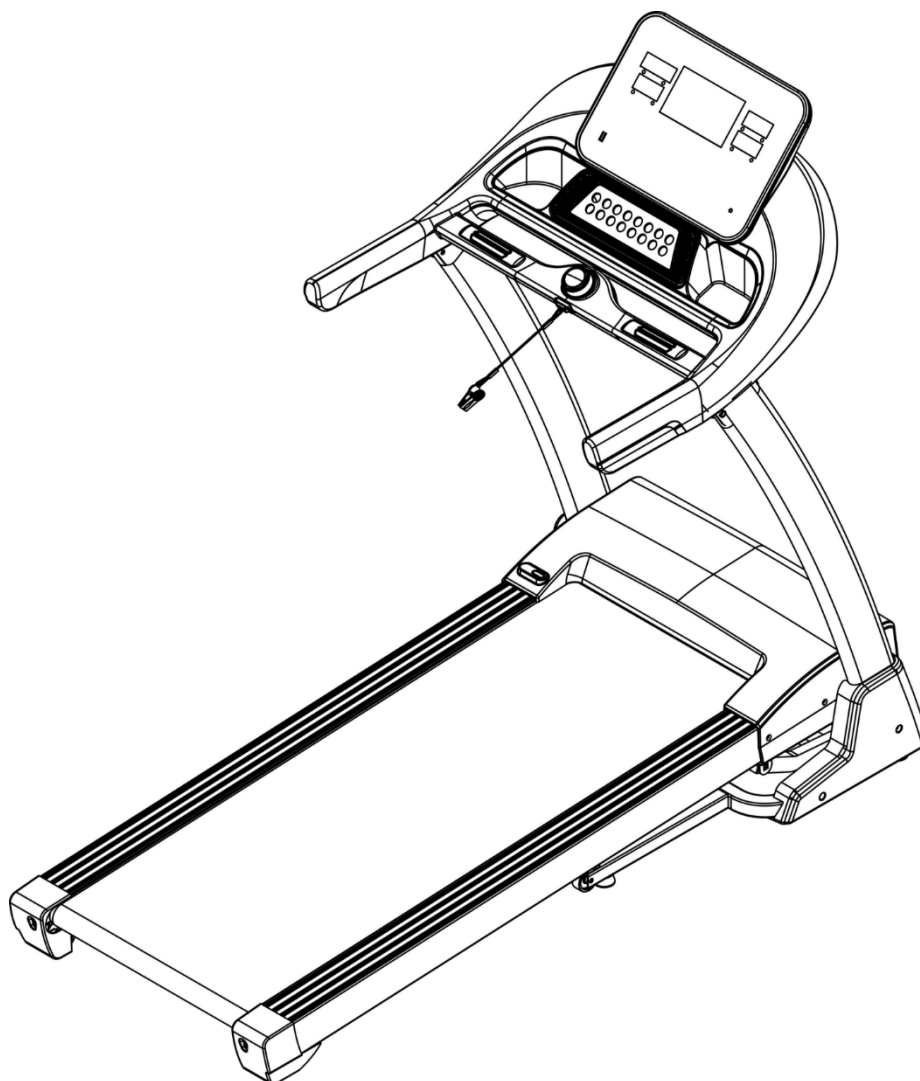
Az elektromos dönthető futópad beltéri futáshoz használható. Sebesség 1-14,8 km/h, dönthető 3 állásban. Tápfeszültség 230 V AC. Az egyes módosítások bizonyos műszaki paraméterekben eltérnek. A felépítési elv és a felhasznált elemek megegyeznek.

### Igazolta:

Kormányrendelet, amely egyenértékű a 2014/35/EU tanácsi irányelvvel, 117/2016 Sb.  
kormányrendelet, amely egyenértékű a 2014/30/EU tanácsi irányelvvel, kormányrendelet sz., 176/2008. Korm. rendelettel módosított 170/2011. és a 229/2012. és 320/2017 Coll., amely egyenértékű a 2009/127/EK és a 2012/32/EU tanácsi irányelvvel módosított 2006/42/EK tanácsi irányelvvel, ČSN EN ISO 12100, ČSN EN 957-6 +A1, ČSN EN 60335-1 ed. 2, ČSN EN 61000-6-3 ed. 3, ČSN EN 55014-1 kiad. 4, ČSN EN ISO 13849-1

Semilyben, 2024.04.23

# **ACRA<sup>®</sup> fitness**



## **Zmotoryzowana bieżnia GB6400 Instrukcja użycia**

Przed instalacją i obsługą prosimy o dokładne zapoznanie się z niniejszą instrukcją obsługi i zachowanie jej na przyszłość

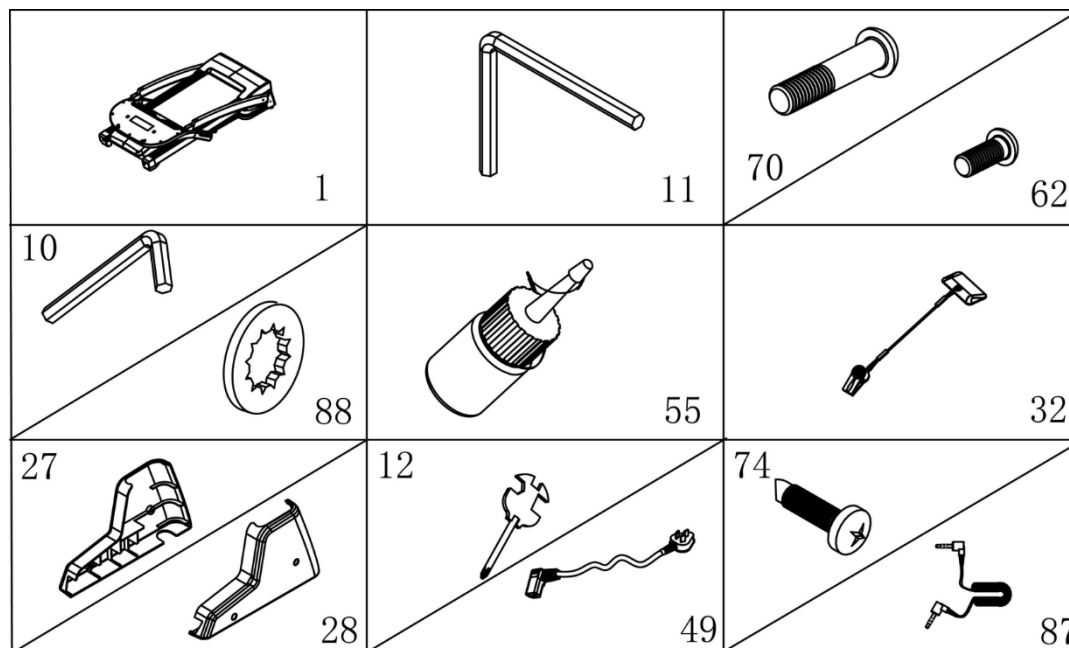
## Środki ostrożności

Ostrzeżenie: Zalecamy skonsultowanie się z lekarzem lub pracownikiem służby zdrowia przed rozpoczęciem treningu, szczególnie w przypadku osób w wieku do 35 lat lub osób z problemami zdrowotnymi. Nie ponosimy odpowiedzialności za jakiegokolwiek kłopoty lub obrażenia, jeśli nie zastosujesz się do naszej specyfikacji. Bieżnia powinna być ostrożnie zmontował i zakrył osłonę silnika, a następnie podłączył do zasilania.

### Uwaga :

1. Upewnienie się, że klamry zabezpieczające zostały przymocowane do odzieży lub pasów przed rozpoczęciem korzystania z bieżni.
  2. Nie należy wkładać żadnych przedmiotów do jakiegokolwiek części urządzenia, które mogłyby je uszkodzić.
  3. Bieżnię należy ustawić na czystej, równej powierzchni. Nie umieszczaj bieżni na grubym dywanie, ponieważ może to zakłócić prawidłową wentylację. Nie należy umieszczać bieżni w pobliżu wody lub na zewnątrz.
  4. Nigdy nie uruchamiaj bieżni, stojąc na pasie kroczącym. Po włączeniu zasilania i wyregulowaniu prędkości może nastąpić przerwa, zanim pas zacznie się poruszać, dlatego należy zawsze stać na poręczach po bokach ramy, aż pas zacznie się poruszać.
  5. Podczas ćwiczeń na bieżni należy nosić odpowiednią odzież. Nie należy nosić długich, luźnych ubrań, które mogą zaczepić się o bieżnię. Należy zawsze nosić buty do biegania lub aerobiku z gumowymi podeszwami.
  6. Trzymaj dzieci i zwierzęta domowe z dala od bieżni podczas rozpoczynania treningu.
  7. Nie ćwicz w 40-Mints po kolacji.
  8. Sprzęt jest odpowiedni dla osób dorosłych, a nieletnim podczas treningu muszą towarzyszyć osoby dorosłe.
  9. Po rozpoczęciu treningu należy trzymać się poręczy, dopóki nie poczujesz się komfortowo i nie oswoisz się z bieżnią.
  10. Bieżnia jest sprzętem do użytku w pomieszczeniach, a nie na zewnątrz, aby uniknąć uszkodzeń. Miejsce przechowywania należy utrzymywać w czystości i suszyć na płasko. Zakaz używania w innym celu, tylko do treningu.
  11. Należy zakupić przewód zasilający u dystrybutora lub skontaktować się z nami bezpośrednio, aby wyposażyć bieżnię tylko w przewód zasilający.
  12. Jeśli bieżnia nagle zwiększy prędkość z powodu awarii elektroniki lub niezamierzonego zwiększenia prędkości, bieżnia zatrzyma się nagle po odłączeniu sworznia pociągowego od konsoli.
  13. Nie podłączaj przewodu do środka kabla; nie przedłużaj kabla ani nie zmieniaj wtyczki kabla; nie kładź żadnych ciężkich przedmiotów na kablu ani nie umieszczaj kabla w pobliżu źródła ciepła; zabrania się używania gniazda z kilkoma wtyczkami.
- Otwory te mogą spowodować pożar lub zranienie ludzi.
14. Gdy sprzęt nie jest używany, należy odłączyć zasilanie. Gdy zasilanie jest odcięte, nie ciągnij za przewód zasilający, aby utrzymać go w dobrym stanie. Włóż wtyczkę do gniazda z uziemieniem bezpieczeństwa, ponieważ przewód zasilający jest profesjonalnym sprzętem. Musisz skontaktować się bezpośrednio z profesjonalistami, gdy linia jest uszkodzona.
  15. Bieżnia przeznaczona jest wyłącznie do użytku domowego.
  16. Obszar bezpieczeństwa za bieżnią: 1000\*2000MM

Po otwarciu kartonu znajdziesz w nim następujące części



### LISTA CZĘŚCI :

NIE	DES.	Specyfikacja	Nr.	NIE	DES.	Specyfikacja	Nr.
1	Rama główna		1	32	Klucz bezpieczeństwa		1
11	6#Klucz imbusowy	6 mm	1	27	Lewa pokrywa podstawy		1
70	Śruba	M8*42	2	28	Prawa pokrywa podstawy		1
62	Śruba	M8*16	4	12	Klucz ze śrubokrętem	S=13、 14、 15	1
10	5#Klucz imbusowy	5mm	1	49	Przewód zasilający		1
88	Podkładka zabezpieczająca	8	6	74	Śruba	ST4.2*19	4
55	Olej silikonowy		1	87	Przewód MP3	opcja	1

### NARZĘDZIA NAPRAWCZE:

5# Klucz imbusowy 5mm

1szt 6# Klucz imbusowy

6mm 1szt

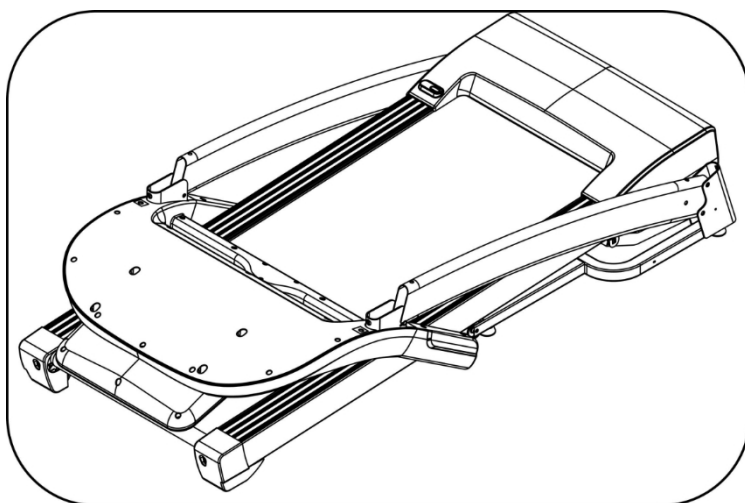
Klucz ze śrubokrętem S=13、 14、 15 1szt.

**Uwaga: Nie podłączać zasilania przed zakończeniem montażu**

## Instrukcja montażu

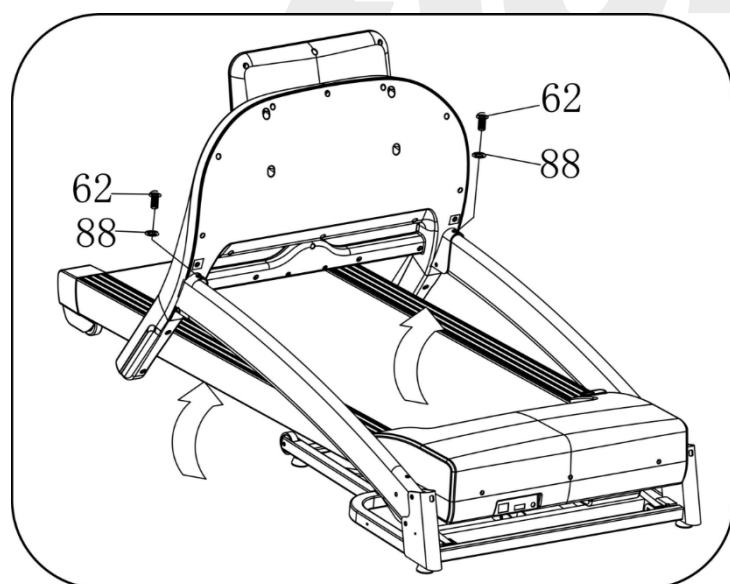
### KROK 1

:



1. Otwórz karton, wyjmij powyższe części zamienne, umieść ramę główną na równym podłożu.

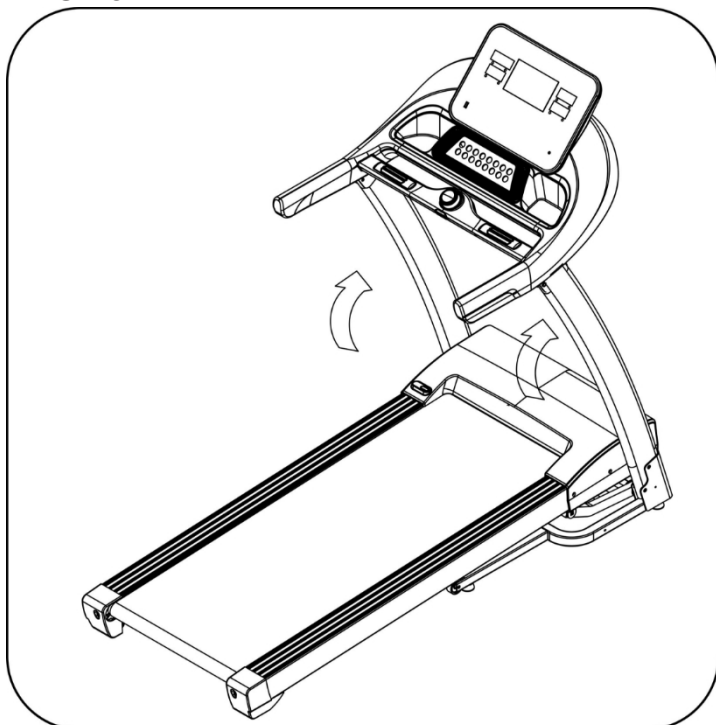
### KROK 2 :



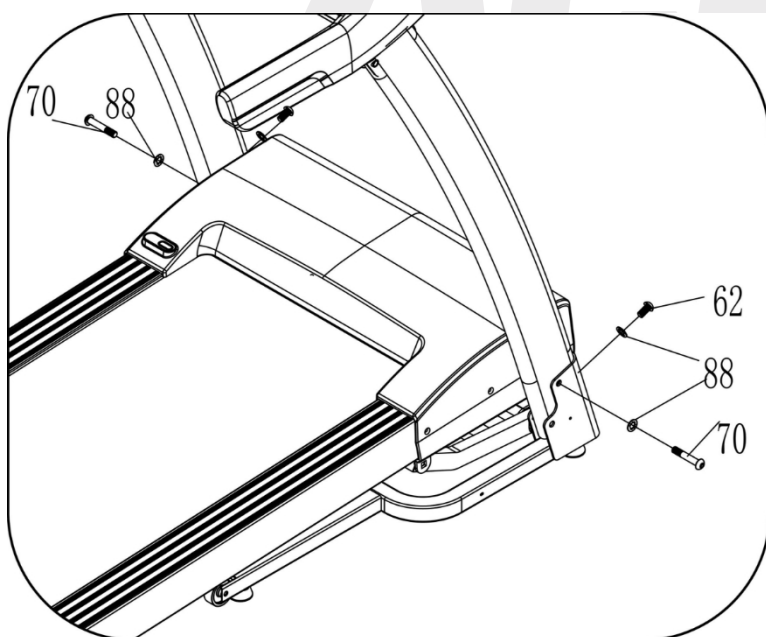
1. Podeprzyj wspornik komputera i zablokuj komputer na rurze pionowej za pomocą klucza imbusowego 5 # (10), śruby (62) i podkładki zabezpieczającej (88). patrz rysunek po lewej.

Lewa strona jest taka sama jak prawa.

**Uwaga:** Stojaki należy trzymać jedną ręką, aby nikogo nie zranić.

**KROK 3 :**

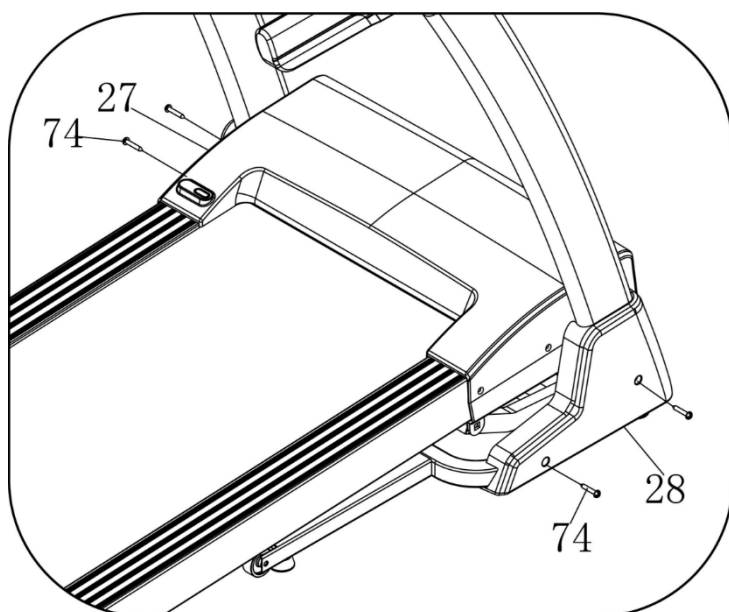
1. Złóż komputer zgodnie z kierunkiem strzałki na lewym obrazku.

**KROK 4 :**

1. Użyj klucza imbusowego 5# (10), śruby (70) i podkładki zabezpieczającej (88), aby zablokować prawą rurę pionową na ramie podstawy.
2. Użyj klucza imbusowego 5# (10), śruby (62) i podkładki zabezpieczającej (88), aby zablokować prawą rurę pionową na ramie podstawy.
3. Lewa strona jest taka sama jak prawa.

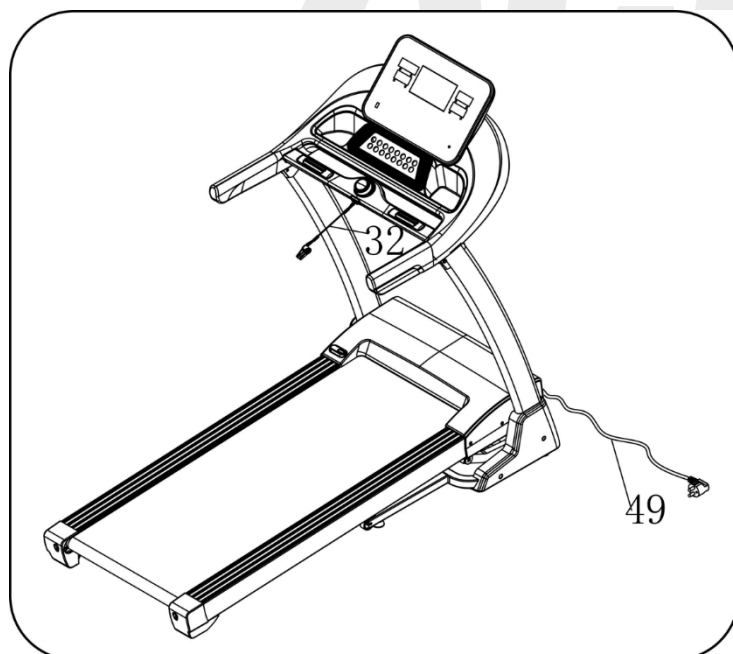
**Uwaga: Stojaki należy trzymać jedną ręką, aby nikogo nie zranić.**



**KROK 5:**

1. Użyj klucza ze śrubą (74), aby zablokować prawą pokrywę podstawy ( 28 ) w ramie podstawy. w ramie podstawy.
2. Prawa strona jest taka sama jak lewa.

**Uwaga: Pokrywa podstawy musi być przymocowana do stojaka.**

**KROK 6:**

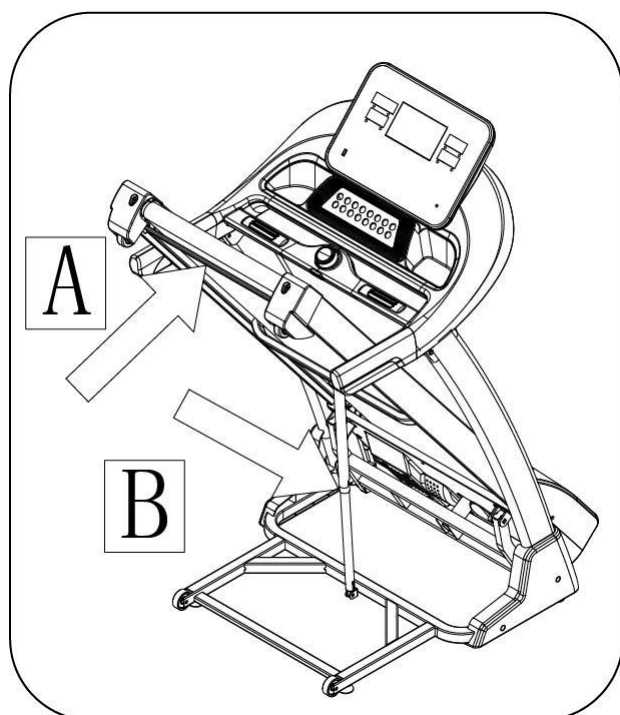
1. Umieść klucz bezpieczeństwa (32) na komputerze.
2. Podłącz przewód zasilający (49) do gniazda na ramie głównej (jeśli nie używasz bieżni, możesz odłączyć przewód zasilający).

**UWAGA: Potwierdź kompletny montaż zgodnie z powyższymi wymaganiami i zablokuj wszystkie śruby. Po sprawdzeniu, że wszystko jest w porządku, wykonaj następujące czynności.**

**Przed rozpoczęciem korzystania z bieżni należy uważnie przeczytać instrukcję.**

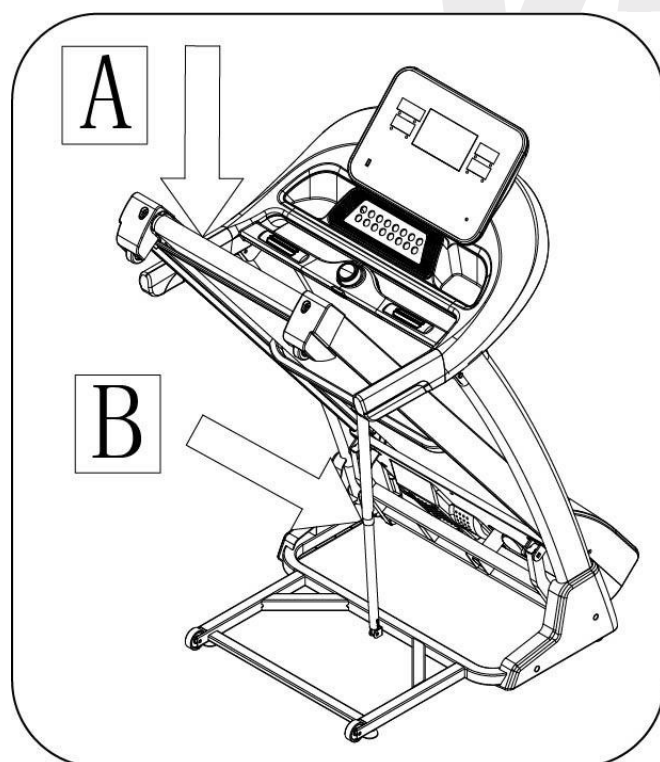
## Instrukcja składania

Podciąganie:



Pociągnij ramę podstawy do góry w pozycji (A), aż usłyszysz dźwięk paska ciśnienia powietrza. (B) jest zablokowany w okrągłej rurze.

Ściąganie w dół:



Podeprzyj miejsce A ręką, kopnij miejsce listwy dociskowej powietrza, a następnie rama podstawy opadnie automatycznie (trzymaj **nikogo i zwierzęta z dala od maszyny podczas upadku**).

## Parametry techniczne

<b>ZBUDOWANY ROZMIAR (mm)</b>	1615*765*1370mm	<b>MOC</b>	Jak pokazuje etykieta znamionowa
<b>SKŁADANY ROZMIAR (mm)</b>	1090*765*1370 mm	<b>Maksymalna moc wyjściowa</b>	Jak pokazuje etykieta znamionowa
<b>POWIERZCHNI A DO BIEGANIA ROZMIAR (mm)</b>	480*1300 mm	<b>ZAKRES PRĘDKOŚCI</b>	1-16KM/H
<b>WAGA NETTO</b>	68 kg	<b>MAKSYMALN A PRZYSTĘPNA WAGA</b>	120 kg
<b>5 LED WINDOW</b>	<b>Prędkość, czas, nachylenie, dystans, kalorie, puls</b>		

## Metody uziemienia

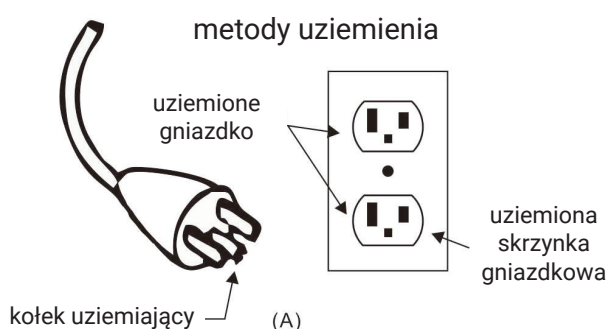
Ten produkt musi być uziemiony. W przypadku nieprawidłowego działania lub awarii, uziemienie zapewnia ścieżkę najmniejszego oporu dla prądu elektrycznego, aby zmniejszyć ryzyko porażenia prądem. Ten produkt jest wyposażony w przewód z przewodem uziemiającym i wtyczkę z uziemieniem. Wtyczka musi być podłączona do odpowiedniego gniazdka, które jest prawidłowo zainstalowane i uziemione zgodnie ze wszystkimi lokalnymi przepisami i rozporządzeniami.

**NIEBEZPIECZEŃSTWO** - Nieprawidłowe podłączenie przewodu uziemiającego może spowodować ryzyko porażenia prądem elektrycznym. W razie wątpliwości co do prawidłowego uziemienia produktu należy skontaktować się z wykwalifikowanym elektrykiem lub serwisantem. Nie należy modyfikować wtyczki dołączonej do

produkt - jeśli nie pasuje do gniazdka, należy zlecić wykwalifikowanemu elektrykowi zainstalowanie odpowiedniego gniazdka.

Ten produkt jest przeznaczony do użytku w nominalnym obwodzie 220-240/100-120 V i jest wyposażony we wtyczkę z uziemieniem, która wygląda jak wtyczka przedstawiona na szkicu A na poniższym rysunku. Należy upewnić się, że produkt jest podłączony do gniazdka o takiej samej konfiguracji jak wtyczka. Nie należy stosować

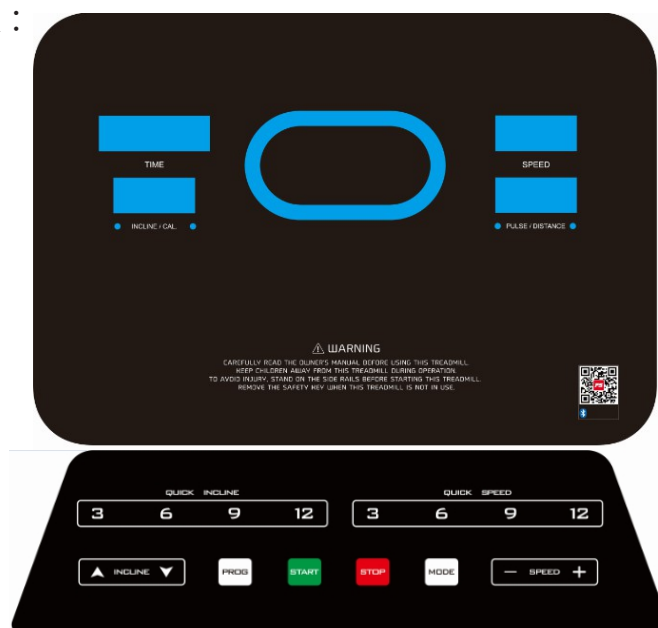
używane z tym produktem (poniższe zdjęcie ma charakter poglądowy, rzeczywista wtyczka i gniazdo zależą od kraj importu)



# Instrukcja obsługi

## 1. OKNO

WYŚWIETLACZA :



## 2. SZCZEGÓŁY WYŚWIETLACZA LED:

**INCLINE/CAL:** Wyświetlanie poziomu nachylenia i kalorii, gdy odpowiednia ikona jest podświetlona, odpowiedni poziom nachylenia jest wyświetlany.

wyświetlany jest element;

**CZAS:** wyświetlanie czasu

pracy; **PRĘDKOŚĆ:**

wyświetlanie prędkości;

**DIST/PULSE:** Wyświetlanie danych dystansu i tętna, gdy świeci się odpowiednia ikona, wyświetlany jest odpowiedni element;

Okno siatki: Wyświetla plac zabaw

## 3. FUNKCJA PRZYCISKU

**Przycisk "PROG":** Naciśnij ten przycisk, aby wybrać program z trybu ręcznego-P1---P15--U1--U3--

FAT. **Przycisk "MODE":** Gdy urządzenie znajduje się w trybie gotowości, naciśnij ten przycisk, aby

wybrać tryb: tryb ręczny, tryb odliczania czasu, tryb odliczania dystansu, tryb

odliczania kalorii. "Wzrost" "Waga".

**Przycisk "START":** Naciśnij ten przycisk, aby uruchomić maszynę, maszyna będzie pracować z najniższą prędkością lub z prędkością domyślnego programu po 3 sekundach odliczania czasu.

**Przycisk "STOP":** Funkcja pauzy/zatrzymania. Gdy bieżnia pracuje, naciśnij ten przycisk jeden raz, aby zwolnić i zatrzymać bieżnię. Wszystkie dane zostaną zachowane. W stanie PAUZY ponowne naciśnięcie przycisku "STOP" spowoduje całkowite zatrzymanie urządzenia i zresetowanie wszystkich danych. Jeśli jednak w tym stanie PAUZY naciśniesz przycisk START, bieżnia rozpocznie pracę od danvch ze stanu PAUZY

**"SPEED+/-":** Regulacja prędkości. Naciśnij przycisk, aby dostosować prędkość podczas pracy lub dostosować dane po zatrzymaniu.

**"SPEED (3,6,9,12) ":** Szybko dostosuj prędkość.

**"INCLINE+/-"**: Regulacja nachylenia. Naciśnij przycisk, aby dostosować nachylenie podczas biegu lub dostosować dane po zatrzymaniu.

**"INCLINE (3,6,9,12) "**: Szybko dostosuj nachylenie.

*Uwaga: Naciśnięciu dowolnego przycisku towarzyszy sygnał dźwiękowy. Gdy przycisk jest ustawiony na przekroczenie parametru, towarzyszy temu długi sygnał dźwiękowy. Po naciśnięciu przycisku Invalid (Nieprawidłowe) nie jest emitowany sygnał dźwiękowy.*

## 4. GŁÓWNA FUNKCJA

Otwórz przełącznik zasilania, okno ekranu zaświeci się, urządzenie przejdzie w stan czuwania.

### 4.1. SZYBKIE URUCHOMIENIE (RĘCZNE):

Umieść klucz bezpieczeństwa, naciśnij przycisk "START", bieżnia uruchomi się z najniższą prędkością w ciągu 3 sekund, naciśnij **SPEED+/-**, aby dostosować prędkość. Naciśnij **INCLINE+/-**, aby dostosować nachylenie. Naciśnij przycisk "STOP" lub wyjmij klucz bezpieczeństwa bezpośrednio, aby zatrzymać bieżnię.

### 4.2. TRYB ODLICZANIA:

Naciśnij przycisk "MODE", aby wybrać tryb odliczania czasu, tryb odliczania dystansu, tryb odliczania kalorii, a na ekranie wyświetlone zostaną domyślne dane i wskaźnik. Jednocześnie naciśnij przycisk **SPEED+/-** i **INCLINE+/-**, aby ustawić dane. Naciśnij przycisk "START", urządzenie będzie działać z najniższą prędkością, możesz nacisnąć **SPEED+/-**, aby zmienić prędkość, naciśnij **INCLINE+/-**, aby zmienić nachylenie. Po odliczeniu do 0 urządzenie zatrzyma się płynnie. Oczywiście można nacisnąć przycisk "STOP" lub wyjąć klucz bezpieczeństwa z komputera, aby zatrzymać maszynę.

### 4.3. WEWNĘTRZNY PROGRAM INSTALACYJNY:

Naciśnij przycisk "PROG", aby wybrać wewnętrzny program instalacji z P1 P15. Po ustawieniu programu, czas W oknie wyświetlone zostaną domyślne dane i wskaźnik, naciśnij przycisk **SPEED+/-** lub **INCLINE+/-**, aby ustawić czas pracy. Każdy program został podzielony na 16 sekcji, czas każdego ćwiczenia = ustawiony czas/16. Po naciśnięciu przycisku "START" urządzenie rozpocznie pracę z prędkością i nachyleniem ustawionymi w pierwszej sekcji. Po zakończeniu sekcji urządzenie automatycznie przejdzie do następnej sekcji, a prędkość i nachylenie zmienią się zgodnie z danymi następnej sekcji. Po zakończeniu jednego programu urządzenie zatrzyma się płynnie. Podczas pracy można zmienić prędkość i nachylenie za pomocą przycisków **SPEED+/-** i **INCLINE+/-** lub przycisku lewej/prawej poręczy. Gdy program przejdzie do następnej sekcji, powróci do domyślnej daty. Aby zatrzymać urządzenie, można nacisnąć przycisk "STOP" lub wyjąć klucz bezpieczeństwa.

### 4.4 PROGRAM ZDEFINIOWANY PRZEZ UŻYTKOWNIKA

Istnieją trzy programy U1, U2, U3 zdefiniowane przez użytkownika.

Naciskaj przycisk "PROGRAM" w trybie gotowości do momentu wyświetlenia okna U1-U3, naciśnij przycisk "MODE", aby rozpocząć ustawianie pierwszego segmentu, ustaw prędkość i nachylenie,

naciskając przycisk "SPEED + -", "SPEED (3 6 9 12) ", "NACHYLENIE + -", "NACHYLENIE (3 6 9 12) ", .naciśnij "MODE", aby zakończyć ustawianie pierwszego segmentu i wprowadzić

drugi, aż do ukończenia wszystkich 20 segmentów. Dane zostaną trwale zapisane do następnego resetu użytkownika. U1 ma zwykle domyślną prędkość 1 km / h, nachylenie 0. U2 ma zwykle domyślną prędkość 2 km / h, nachylenie 0. U3 ma zwykle domyślną prędkość 3 km / h, nachylenie 0.

*Po zakończeniu trybu programu bieżnia wyemituje 15 sygnałów dźwiękowych, po czym wszystkie dane zostaną wyzerowane i przejdzie ona w tryb gotowości.*

## 5. TEST BICIA SERCA

Podczas trzymania pulsometru oburącz, okno pulsometru pokaże bicie serca po 5 sekundach. Aby uzyskać dokładną wartość bicia serca, należy przytrzymać puls ręczny przez ponad 30 sekund, aby przetestować, kiedy urządzenie się zatrzyma. Dane dotyczące bicia serca służą jedynie jako odniesienie, nie mogą być traktowane jako dane medyczne.

## 6. TEST TKANKI TŁUSZCZOWEJ

Gdy bieżnia znajduje się w trybie gotowości, naciskaj przycisk "PROGRAM", aż w oknie pojawi się "FAT". "FAT" to tryb testu tkanki tłuszczowej. Naciśnij przycisk "MODE", aby wybrać parametr "SEX / AGE / HEIGHT / WEIGHT" (płeć / wiek / wzrost / waga), w odpowiednim oknie pojawi się "-1-", "-2-", "-3-" i "-4-". Po ustawieniu każdego parametru, naciśnij SPEED+/--(INCLINE+/-), aby dostosować dane, a odpowiednie okno wyświetli dane i naciśnij przycisk "MODE", aby zakończyć, okno pokaże "-5-" i "---", aby przejść do stanu gotowości. Przytrzymaj uchwyt pulsometru obiema rękami, a po 5 sekundach wyświetlone zostaną dane BMI.

### 6.1 Wyświetlanie danych i ustawiony zakres

Parametr Typ	domyślny	Zakres ustawień	znak
SEX (-1-)	0 ( MĘŻCZYŻNA )	0-1	0= MĘŻCZYŻNA 1= KOBIEĆ
AGE (-2-)	25	10-99	
WYSOKOŚĆ (-3-)	170 CM	100-240 CM	
WAGA (-4-)	70 KG	20-160 KG	

### 6.2 Referencyjny wskaźnik BMI

(BMI)	
<19	Niedociężony
19--26	Normalna waga
26--30	Nadwaga
>30	Otyłość



## 7. FUNKCJA SLEEP

System zatrzymany na dłużej niż 10 minut wyłączy wszystkie wyświetlacze i przejdzie w tryb uśpienia. Naciśnij dowolny przycisk, aby go wybudzić.

## 8. FUNKCJA KLUCZA BEZPIECZEŃSTWA

Po wyciągnięciu klucza bezpieczeństwa bieżnia szybko się zatrzyma, wszystkie dane zostaną wyzerowane, wszystkie okna wyświetlą "---". Nachylenie pozostaje w bieżącej pozycji. W tym czasie bieżnia nie może wykonać żadnej operacji poza wyłączeniem przełącznika. Po ponownym ustawieniu klucza bezpieczeństwa we właściwej pozycji bieżnia przejdzie w stan gotowości, oczekując na polecenie i nadal pozostanie w pozycji nachylenia. Po wybraniu trybu programu w celu uruchomienia bieżni, nachylenie zostanie dostosowane zgodnie z trybem programu lub nachylenie nie zmieni się.

## 9. Funkcja MP3 (opcja)

Po włączeniu bieżni, podłączeniu MP3 lub innego sprzętu audio, okno zacznie odtwarzać muzykę. Głośność można regulować za pomocą sprzętu audio. Dostosuj odpowiednią głośność, aby uniknąć wpływu na jakość głosu i wstaw obwód częstotliwości głosu.

## 10. Funkcja USB (opcja)

Po włączeniu bieżni można włożyć dowolną pamięć USB zawierającą pliki audio. Komputer wykryje pliki audio w pamięci i odtworzy muzykę. bezpośrednio.

## 11. Funkcja głośnika Bluetooth (opcja)

Po pomyślnym nawiązaniu połączenia otwórz Bluetooth w telefonie lub urządzeniu IPAD, wyszukując Bluetooth. Muzyka odtwarzana na telefonie lub tablecie IPAD będzie śpiewać z głośnika bieżni.

## 12. WYŚWIETLANIE DANYCH PRACY I ZAKRES USTAWIEŃ

	POKAŻ ZAKRES	DEFAULT TRYB	DEFAULT PROGRAM	USTAWIONY ZAKRES
PRĘDKOŚĆ (KM/H)	1-16KM	---	---	---
INCLINE(%)	0---15%			0-15%
CZAS	0:00-99:59	30:00	30:00	5:00---99:00
ODLEGŁOŚĆ	0,00 KM-99,9 KM	1.00 KM	---	0,5 KM-99,9 KM
KALORIE	0Kcl-999Kcl	50Kcl	---	10Kcl-990Kcl



## 13. TABELA DAT:

PROG		CZAS																			
		Ustawienie czasu/16= czas pracy interwału																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	PRĘDKOŚĆ	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCLINE	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2
P02	PRĘDKOŚĆ	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
	INCLINE	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2
P03	PRĘDKOŚĆ	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P04	PRĘDKOŚĆ	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P05	PRĘDKOŚĆ	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2
P06	PRĘDKOŚĆ	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCLINE	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2
P07	PRĘDKOŚĆ	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P08	PRĘDKOŚĆ	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCLINE	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	12	12	8	6	3
P09	PRĘDKOŚĆ	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCLINE	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	2
P10	PRĘDKOŚĆ	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCLINE	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	8	10	10	8	6	3
P11	PRĘDKOŚĆ	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
	INCLINE	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	5	2	0
P12	PRĘDKOŚĆ	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
	INCLINE	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3
P13	PRĘDKOŚĆ	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
	INCLINE	3	3	5	6	5	3	3	7	5	3	2	0	0	5	5	3	2	3	2	1
P14	PRĘDKOŚĆ	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P15	PRĘDKOŚĆ	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2

## 14. Funkcja przypomnienia o uzupełnieniu oleju silikonowego

W trakcie biegu, gdy łączny dystans przekroczy 100 km, czas i znak przypomnienia "OIL" będą naprzemiennie wyświetlane w oknie TIME, czemu towarzyszyć będzie brzęczyk zachęcający do uzupełnienia oleju silikonowego w celu konserwacji. W tym stanie naciśnięcie przycisku zatrzymania może usunąć monit i wyczyścić zgromadzony dystans. Ponadto należy odłączyć klucz bezpieczeństwa i nacisnąć jednocześnie przyciski programu i trybu przez ponad 3 sekundy, aby wyświetlić łączny dystans biegu. Aby usunąć te dane ,

Wystarczy ponownie nacisnąć jednocześnie przyciski programu i trybu przez ponad 3 sekundy.

## Instrukcje dotyczące ćwiczeń

### Etap rozgrzewki :

Jeśli masz ponad 35 lat lub nie jesteś zbyt zdrowy, a także ćwiczysz po raz pierwszy, skonsultuj się z lekarzem lub specjalistą.

Przed rozpoczęciem korzystania z bieżni z napędem silnikowym należy dowiedzieć się, jak sterować urządzeniem, jak je uruchamiać, zatrzymywać, regulować prędkość itp. Następnie można korzystać z urządzenia. Stań na podkładce antypoślizgowej po obu stronach i trzymaj kierownicę obiema rękami. Utrzymuj maszynę na niskiej prędkości około 1,6 ~ 3,2 km / h, a następnie przetestuj maszynę do biegania jedną stopą, po przyzwyczajeniu się do prędkości, możesz biegać na maszynie i możesz dodać prędkość od 3 do 5 km / h. Utrzymuj prędkość przez około 10 minut, a następnie zatrzymaj urządzenie.

### Etap ćwiczeń :

Przed użyciem należy nauczyć się regulować prędkość i nachylenie. Przejdź około 1 km ze stałą prędkością i zapisz czas, zajmie Ci to około 15-25 minut. Jeśli chodzisz z prędkością 4,8 km/h, pokonanie 1 km zajmie Ci około 12 minut. Jeśli czujesz się komfortowo przy stabilnej prędkości, możesz dodać prędkość i nachylenie, po 30 minutach możesz mieć dobre ćwiczenia. Na tym etapie nie można zbyt zwiększać prędkości lub nachylenia za jednym razem, aby czuć się komfortowo.

### Intensywność ćwiczeń :

Rozgrzej się z prędkością 4,8 km/h przez 2 minuty, następnie zwiększ prędkość do 5,3 km/h i kontynuuj marsz przez 2 minuty, następnie zwiększ prędkość do 5,8 km/h i kontynuuj marsz przez 2 minuty. Następnie należy zwiększać prędkość o 0,3 km/h w ciągu każdych 2 minut, aż do uzyskania szybkiego oddechu, ale bez uczucia komfortu.

Spalanie kalorii - najlepszy skuteczny sposób

Rozgrzej się przez 5 minut z prędkością: 4-4,8 km / h, a następnie powoli zwiększaj prędkość o 0,3 km / h / 2 minuty, aż do stabilnej prędkości, którą uważasz za wygodną przez 45 minut. Aby poprawić intensywność ruchu, możesz utrzymać prędkość przez 1 godzinę programu telewizyjnego, a następnie zwiększyć prędkość o 0,3 km / h w każdym interwale reklamowym, a następnie powrócić do pierwotnej prędkości. Najlepszą efektywność treningu pod kątem spalania kalorii można uzyskać podczas czasu reklamowego i późniejszego zwiększania częstotliwości akcji serca. Na koniec należy stopniowo zmniejszać prędkość przez 4 minuty.

### Częstotliwość ćwiczeń :

Czas cyklu: 3-5times/Week, 15-60mints/Times. Make up harmonogram treningu naukowego, nie tylko dla swojego hobby.

Intensywność biegu można kontrolować poprzez regulację prędkości i nachylenia bieżni. Sugerujemy, aby początkowo nie ustawiać nachylenia; poprawa nachylenia jest skutecznym sposobem na zwiększenie intensywności ćwiczeń.

Przed rozpoczęciem treningu należy skonsultować się z lekarzem lub pracownikiem służby zdrowia.

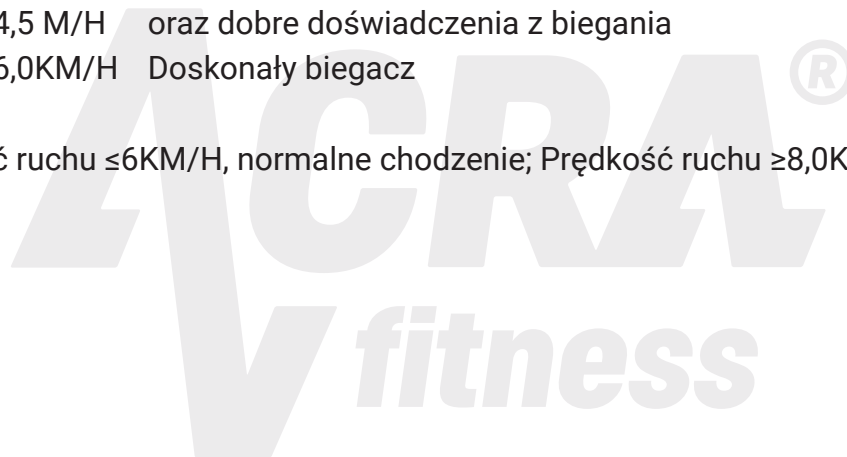
Profesjonaliści mogą pomóc w opracowaniu odpowiedniego harmonogramu ćwiczeń w zależności od wieku i stanu zdrowia,

określić prędkość ruchu, intensywność ćwiczeń. W przypadku odczuwania ucisku w klatce piersiowej, bólu w klatce piersiowej, nieregularnego bicia serca, trudności z oddychaniem, zawrotów głowy lub innego dyskomfortu podczas ćwiczeń należy natychmiast przerwać ćwiczenie. Należy skonsultować się z lekarzem lub pracownikiem służby zdrowia.

Możesz wybrać normalną prędkość chodzenia lub prędkość joggingu, jeśli zawsze ćwiczysz na bieżni. Jeśli nie masz wystarczającego doświadczenia lub nie potwierdzasz prędkości testowania, możesz postępować zgodnie z instrukcją:

Prędkość 1-3,0 km/h	nie jest zbyt fizyczna
Prędkość 3,0-4,5 km/h	mniej ruchu i treningu
Prędkość 4,5-6,0 km/h	podczas normalnego chodzenia
Prędkość 6,0-7,5 km/h	Szybkie chodzenie
Prędkość 7,5-9,0 km/h	Bieganie
Prędkość 9,0-12,0 km/h	chodzenie ze średnią prędkością
Prędkość 12,0-14,5 M/H	oraz dobre doświadczenia z biegania
Prędkość 14,5-16,0KM/H	Doskonały biegacz

Uwaga: prędkość ruchu  $\leq 6$ KM/H, normalne chodzenie; Prędkość ruchu  $\geq 8,0$ KM/H, dobry biegacz.



## INSTRUKCJA ROZGRZEWKI

Przed ćwiczeniami lepiej jest wykonać ćwiczenia rozciągające. Rozgrzane mięśnie łatwiej się rozciągają, poświęć pierwsze 5 ~ 10 minut na rozgrzewkę. Następnie zgodnie z poniższymi metodami zatrzymaj się i wykonaj ćwiczenia rozciągające - wykonaj pięć razy, każdą nogę za każdym razem 10 sekund lub dłużej, aby zrobić to ponownie po zakończeniu ćwiczenia.

1. Rozciąganie w dół: kolana lekko ugięte, ciało powoli pochylone do przodu, tak aby plecy i ramiona były rozluźnione, dłonie starają się dotknąć palców stóp. Wytrzymaj 10-15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz trzy razy (patrz rysunek 1).

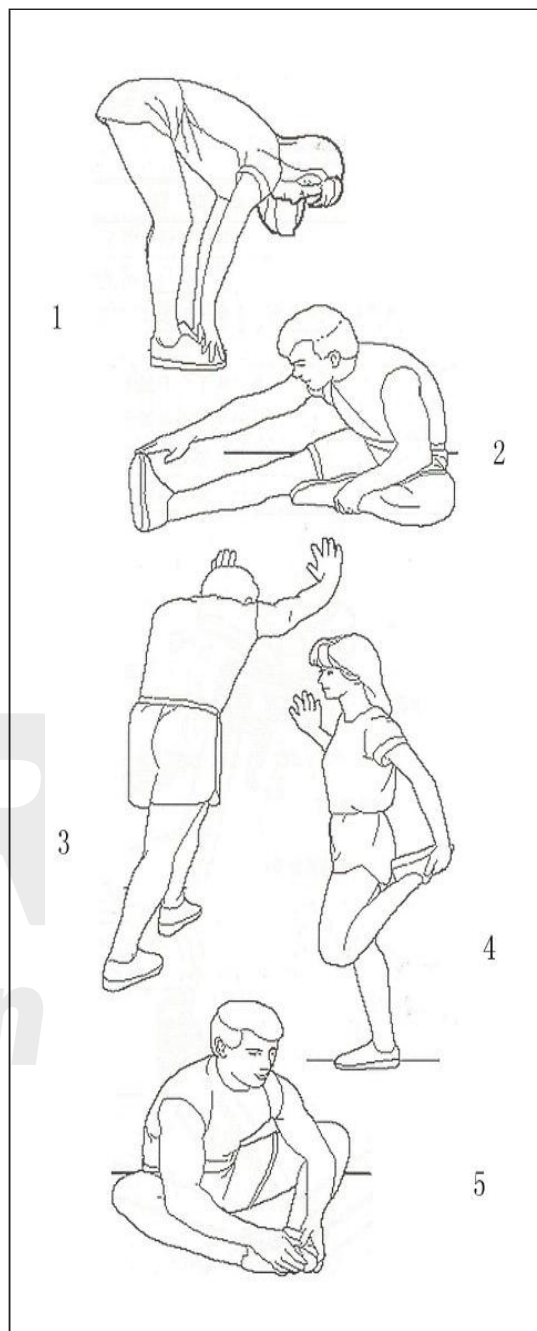
2. Rozciąganie ścięgna podkolanowego: siedząc na czystym siedzeniu, wyprostuj jedną nogę. Zbliż do wewnątrz drugą nogę, aby zbliżyć ją do wyprostowanej nogi wewnętrznej. Ręka próbuje dotknąć palców u nóg. Wytrzymaj 10-15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz dla każdej nogi trzy razy (patrz rysunek 2).

3. Rozciąganie ścięgien nóg i stóp: dwie stopy na ścianie obrotowej lub stojaku na drzewie, jedna stopa w słupku. Trzymaj nogi prosto, a pięty przechyl w kierunku ściany lub drzewa. Utrzymać 10-15 sekund, następnie rozluźnić. Powtórz dla każdej nogi trzy razy (patrz rysunek 3).

4. Rozciąganie mięśnia czworogłowego: lewa ręka na ścianie lub stole, aby opanować równowagę, a następnie wyciągnął prawą rękę do tyłu, aby chwycić prawą stopę do pośladków, powoli pociągając, aż poczujesz napięcie mięśni przedniej części uda. Utrzymać 10 do 15 sekund, a następnie

odpocząć. Powtórz czynność dla każdej nogi trzy razy (patrz rysunek 4).

5. Rozciąganie mięśnia Sartoriusa (wewnętrzne mięśnie uda): Stopa W przeciwieństwie do tego, kolano na zewnątrz, aby usiąść. Dłonie chwytają stopy i przyciągają je do pachwiny. Wytrzymaj 10-15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz trzy razy (patrz rysunek 5).



## REGULACJA PASA BIEGOWEGO

**Ostrzeżenie:** PRZED CZYSZCZENIEM LUB SERWISOWANIEM BIEŻNI NALEŻY ZAWSZE ODŁĄCZYĆ JĄ OD GNIAZDKA ELEKTRYCZNEGO.

**Czyszczenie:** Ogólne czyszczenie urządzenia znacznie wydłuży żywotność bieżni.

Bieżnię należy regularnie czyścić. Upewnij się, że czyścisz odsłoniętą część platformy po obu stronach pasa bieżnego, a także szyny boczne. Ogranicza to gromadzenie się ciał obcych pod pasem bieżnym poprzez noszenie czystych butów do biegania.

**Ostrzeżenie:** Przed zdjęciem pokrywy silnika należy zawsze odłączyć bieżnię od gniazdka elektrycznego. Przynajmniej raz

rok zdjąć pokrywę silnika i odkurzyć pod pokrywą silnika.

### SMAROWANIE PASA BIEŻNEGO I POKŁADU

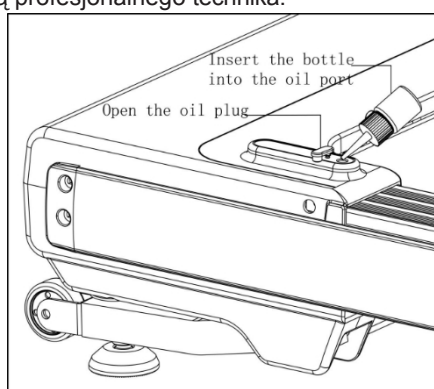
Ta bieżnia jest wyposażona we wstępnie nasmarowany, niewymagający konserwacji system pasa bieżnego. Tarcie między pasem a platformą może odgrywać ważną rolę w działaniu i żywotności bieżni, dlatego wymaga okresowego smarowania. Zalecamy okresową kontrolę pasa bieżni. W przypadku stwierdzenia uszkodzenia pasa należy skontaktować się z naszym centrum serwisowym.

Zalecamy smarowanie pokładu zgodnie z poniższym harmonogramem:

- Lekki użytkownik (mniej niż 3 godziny tygodniowo)rocznie
- Średni użytkownik (3-5 godzin tygodniowo) co sześć miesięcy
- Intensywne użytkowanie (ponad 5 godzin tygodniowo) co trzy miesiące

Zalecamy zakup smaru u naszego dystrybutora lub bezpośrednio w naszej firmie.

**Uwaga:** Wszelkie naprawy wymagają profesjonalnego technika.



1, Sugerujemy, aby odciąć zasilanie na 10 minut po uruchomieniu 2HS, aby dobrze utrzymać bieżnię.

2, Aby uniknąć poślizgu podczas pracy, pasek nie jest zbyt luźny; aby uniknąć większego ścierania między rolką a paskiem i utrzymać dobrą pracę maszyny, pasek nie jest zbyt ciasny. Można wyregulować odległość między płytami a taśmą, taśma powinna być oddalona od płyt o około 50-75 mm po obu stronach, jeśli najlepiej nie jest zbyt ciasna ani luźna.

## WYŚRODKOWAĆ PAS BIEŻNY

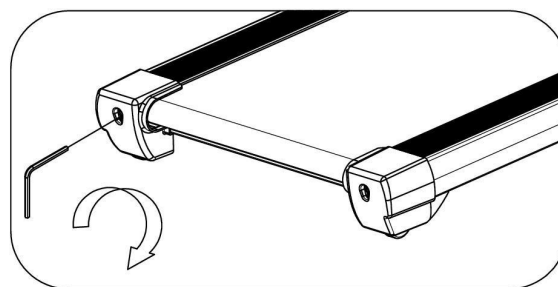
•Umieść bieżnię na równej powierzchni.

Uruchom bieżnię z prędkością około 6-8 km/h, sprawdzając stan bieżni.

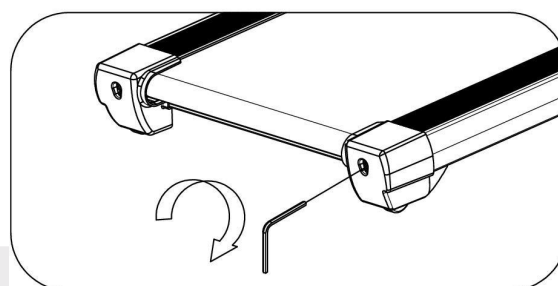
Jeśli pasek przesunął się w prawo, należy wyciągnąć zegar i przełącznik, obrócić prawą śrubę regulacyjną o 1/4 obrotu w prawo, a następnie rozpocząć pracę do wyśrodkowania paska. PIC A

Jeśli pasek przesunął się w lewo, wyciągnij zegar bezpieczeństwa i przełącznik, obróć lewą śrubę regulacyjną o 1/4 obrotu w prawo, a następnie rozpocznij pracę, aż do wyśrodkowania paska.

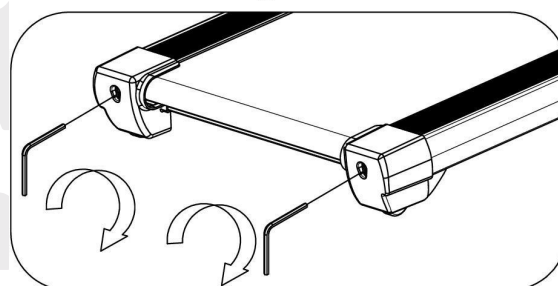
W odpowiednim czasie wyreguluj naprężenie paska, aby poluzował się po pewnym czasie pracy. Wyciągnąć zegar bezpieczeństwa i wyłącznik, obrócić lewą i prawą śrubę regulacyjną o 1/4 obrotu w prawo, a następnie ponownie uruchomić, potwierdzić naprężenie paska, aż pasek będzie odpowiednio naprężony. PIC C



A



B



C







# Lista części

NIE.	OPIS	SPECYFIKACJA.	QTY	NIE	OPIS	SPECYFIKACJA.	QTY
1	Rama główna		1	46	Pierścień magnetyczny		1
2	Rama podstawowa		1	47	Przełącznik		1
3	Wspornik pionowy		2	48	Gniazdo przewodu zasilającego		1
4	Wspornik nachylenia		1	49	Przewód zasilający		1
5	Wspornik komputera		1	50	Zabezpieczenie przed przeciążeniem		1
6	Rura wzmacniająca deskę rozdzielczą		2	51	Pojedynczy przewód 1		1
7	Montaż rurek		1	52	Pojedynczy przewód AC		1
8	Przednia rolka		1	53	Pojedynczy przewód		1
9	Tylna rolka		1	54	Przewód uziemiający		1
10	Klucz imbusowy 5		1	55	Olej silikonowy		1
11	Klucz imbusowy 6		1	56	Nakrętka zabezpieczająca	M6	6
12	Klucz ze śrubokrętem		1	57	Nakrętka zabezpieczająca	M8	8
13	cylinder		1	58	Nakrętka zabezpieczająca	M10	12
14	Górna pokrywa silnika		1	59	Śruba	M8*25	4
15	Dolna pokrywa silnika		1	60	Śruba	M6*40	4
16	Szyna boczna		2	61	Śruba	M8*65	3
17	Lewa tylna zaślepka		1	62	Śruba	M8*16	6
18	Prawa tylna zaślepka		1	63	Śruba	M10*42	1
19	Pas do biegania		1	64	Śruba	M10*55	1
20	Górna pokrywa komputera		1	65	Śruba	M8*40	4
21	Dolna pokrywa panelu		1	66	Śruba	M10*45	4
22	Panel		1	67	Śruba	M10*45	2
23	Lewy drążek		1	68	Śruba	M8*45	2
24	Prawy drążek		1	69	Śruba	M8*25	1
25	Przycisk główny		1	70	Śruba	M8*42	3
26	koło		2	71	Śruba	M5*8	1
27	Lewa pokrywa podstawy		1	72	Śruba	4.2*20	2
28	Prawa pokrywa podstawy		1	73	Śruba	4.2*25	4
29	Tuleja dystansowa		8	74	Śruba	4.2*19	18
30	Ruchome koło		2	75	Śruba	4.2*25	4
31	Podkładka pod stopę		4	76	Śruba	4.2*19	3
32	Klucz bezpieczeństwa		1	77	Śruba	4.2*9.5	2
33	Nylonowa podkładka izolacyjna		4	78	Lekki okrąg		1
34	poduszka		4	79	Śruba	4.2*12	4
35	Wzmocnienie poduszki rury		4	80	Dolna pokrywa komputera		1
36	Pierścieniowa osłona przewodu A		1	81	Śruba	4.2*12	16
37	Pierścieniowa osłona przewodu B		1	82	Śruba	4.2*13	22
38	Korek oleju		1	83	Podkładka zabezpieczająca	10	8
39	Pasek silnika		1	84	Podkładka płaska	8	2
40	Deska do biegania		1	85	Podkładka sprężysta	8	2
41	Silnik prądu stałego		1	86	Podkładka zabezpieczająca	5	2
42	Silnik nachylenia		1	87	Przewód MP3	opcja	1
43	Karta kontrolna		1	88	Podkładka zabezpieczająca	8	13
44	Górny przewód komputera		1	89	Podkładka sprężysta	5	2
45	Dolny przewód komputera		1	90	Śruba	4.2*12	4

## PRZEWODNIK ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW

KOD	POWÓD	ROZWIĄZANIE
E01	1. Przewód komunikatu jest uszkodzony lub źle podłączony	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sprawdź, czy komputer i dolny element sterujący przewód płyty dobrze się łączy;</li> <li>2. Sprawdź, czy układ scalony na dolnej płycie sterowania jest poluzowany, zresetuj układ scalony.</li> </ol>
E02	1. Zderzenie wybuchów	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sprawdź, czy napięcie zasilania jest o 50% niższe niż normalne napięcie, użyj normalnego napięcia do testu;</li> <li>2. sprawdzić, czy płyta sterująca jest spalona i nie wydziela nieprzyjemnego zapachu, wymienić płytę sterującą;</li> <li>3. Sprawdź, czy przewód silnika jest dobrze podłączony i podłącz go ponownie.</li> </ol>
E03	brak sygnału czujnika	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sprawdź, czy lampka sygnalizacyjna na płycie sterowania świeci się, jeśli lampka sygnalizacyjna jest przepalona, wymień lampkę sygnalizacyjną.</li> <li>2. Sprawdź, czy wtyczka czujnika jest dobrze podłączona</li> <li>3. Sprawdź, czy czujnik magnetyczny jest uszkodzony lub dobrze podłączony, podłącz go ponownie lub wymień na nowy czujnik magnetyczny.</li> </ol>
E05	Ochrona przed przeciążeniem prądowym	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nadmierne obciążenie znamionowe lub zablokowany silnik powodują nadmierny prąd, maszyna uruchomi system samoobrony. Wyreguluj urządzenie i uruchom ponownie;</li> <li>2. Sprawdź, czy z silnika nie wydobywają się dźwięki lub czy silnik / dolna płytka sterująca nie są spalone, jeśli są spalone, wymień silnik i dolną płytkę sterującą;</li> <li>3. Sprawdź, czy napięcie zasilania jest nieprawidłowe, użyj prawidłowego napięcia do ponownego przetestowania.</li> </ol>
Pokaż "---"	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Klucz bezpieczeństwa nie znajduje się w wyznaczonym miejscu</li> <li>2. Klucz bezpieczeństwa nie jest dobrze podłączony lub jest uszkodzony</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sprawdź, czy klucz bezpieczeństwa znajduje się w wyznaczonym miejscu.</li> <li>2. Sprawdź, czy płytka czujnika klucza bezpieczeństwa jest dobrze podłączona</li> <li>3. Wymień płytkę czujnika klucza bezpieczeństwa wewnątrz komputera</li> </ol>
<p>Jeśli silnik nie obraca się po naciśnięciu przycisku "START". Przewód sterujący silnikiem może być uszkodzony. Na przykład rurka ochronna na płycie sterującej jest uszkodzona lub odpadła. Sprawdź, czy przewód silnika jest dobrze podłączony i podłącz go ponownie. Sprawdź, czy rurka ochronna jest w porządku, ustaw ją ponownie lub wymień. Za pomocą multimetru sprawdź, czy tranzystor IGBT jest przepalony i wymień tranzystor IGBT lub płytkę sterującą.</p>		
E07/E08	Uszkodzona pamięć EEPROM	Zmiana karty kontrolnej

## Aplikacja do pobrania



Zeskanuj kod QR, aby bezpośrednio pobrać aplikację, lub pobierz i zainstaluj za pośrednictwem sklepów z aplikacjami, wyszukując „FitShow”, Kinomap” lub „Zwift”



**FITSHOW**



**KINOMAP**



**ZWIFT**

# KARTA GWARANCYJNA

Produkt ten podlega ustawowemu okresowi gwarancji wynoszącemu 24 miesiące, chyba że określono inaczej. Na wskazane rodzaje towarów udzielany jest okres gwarancji wydłużony do 10 lat, oprócz ustawowego okresu rękojmi, który dotyczy konstrukcji ramy danego rodzaju towaru. Spełnienie warunków gwarancji przedłużonego okresu gwarancyjnego oznacza bezpłatną naprawę wszystkich wad produkcyjnych, które wystąpią w konstrukcji ramy w okresie gwarancyjnym, a mianowicie w centrach serwisowych ACRA, s.r.o. Starannie przechowuj kartę gwarancyjną wraz z dowodem zakupu i instrukcją obsługi!

## Skarga

Z praw wynikających z odpowiedzialności za wady można dochodzić wyłącznie u sprzedawcy, u którego produkt został zakupiony.

Należy wskazać wadę – tj. wystarczająco dokładnie oznaczyć wadę lub sposób, w jaki wada objawia się na zewnątrz. Ogólnie sformułowane stwierdzenie, że produkt ma wadę, nie wystarczy!

Sprzeciw musi zawierać także pouczenie o konkretnym prawie z tytułu odpowiedzialności za wady, którego domaga się kupujący, a także musi być opatrzony wypełnioną kartą gwarancyjną z pieczętą sprzedawcy oraz dowodem zakupu (paragonem) z datą sprzedaży. Jednocześnie produkt musi być zaopatrzony w odpowiednie opakowanie, najlepiej oryginalne.

Kupujący ma prawo do bezpłatnego, prawidłowego i terminowego usunięcia wady (nie później niż w terminie 30 dni od dnia zgłoszenia reklamacji, chyba że kupujący i sprzedający uzgodnią dłuższy termin) lub wymiany towaru.

Do okresu gwarancji nie wlicza się czasu od skorzystania z prawa z odpowiedzialności za wady do chwili, gdy kupujący był zobowiązany odebrać produkt po naprawie (niezależnie od tego, kiedy kupujący faktycznie przejął rzecz).

Uprawnienia z tytułu odpowiedzialności za wady rzeczy wygasają, jeżeli nie zostaną wykonane w okresie rękojmi (tj. nie później niż w ostatnim dniu okresu rękojmi).

## Gwarancja nie dotyczy:

Zużycie produktu spowodowane jego normalnym użytkowaniem. (Normalne użytkowanie oznacza użytkowanie zgodne z przeznaczeniem produktu i w sposób opisany w załączonej instrukcji obsługi)

## Gwarancja nie obejmuje wad powstałych:

Uszkodzenie mechaniczne; (na przykład wady powstałe w wyniku przecięcia produktu lub jego części podczas rozpakowywania);

Nieprofesjonalna interwencja (naprawa) użytkownika, w tym osób trzecich;

Niewłaściwe postępowanie lub postępowanie niezgodne z instrukcją obsługi;

Niewykonując niezbędnych czynności konserwacyjnych opisanych w instrukcji obsługi;

Narażenie na niekorzystne wpływy zewnętrzne, niskie/wysokie temperatury, niewłaściwe przechowywanie;

Zdarzenie nieuniknione - klęska żywiołowa;

## Naprawa płatna:

Jeżeli występuje wada nie objęta gwarancją lub okres gwarancji już minął, a kupujący żąda naprawy, jest to naprawa odpłatna.

Cena i warunki zostaną ustalone po uzgodnieniu z centrum serwisowym ACRA s.o.

Pozostałe prawa i obowiązki regulują przepisy ustawy. Nr 40/1964 Dz. Kodeksu cywilnego, w szczególności § 612 i nast.

Za opakowanie ww. produktu do wykorzystania i odbioru zgodnie z § 10 i § 12 Ustawy uiszczono opłatę. nr 477/2001 Dz.U. na opakowaniach do systemu EKO-KOM pod numerem identyfikacyjnym WE – F06020112.

Oznaczenie typu produktu:	Data wyprzedaży: Pieczeńć i podpis sprzedawcy:
---------------------------	---

Data roszczenia	Wada krytykowana	Dokumentacja centrum serwisowego	Wymiana części	Notatka

W razie pytań prosimy o kontakt z serwisem lub działem reklamacji:

ACRA, s. o. (ID: 64254330), Brodska 161, 513 01 Semily

Dział reklamacji – telefon: +420 481 623 322, e-mail: reklamace@acra.cz

## Deklaracja zgodności WE/UE nr 02052020/A

Niniejszym potwierdzamy, że maszyna jest zgodna ze wszystkimi odpowiednimi postanowieniami rozporządzeń Wspólnoty Europejskiej, przepisami rządowymi i normami wymienionymi poniżej. Niniejsza deklaracja zgodności wydana zostaje na wyłączną odpowiedzialność producenta.

### Importer

(upoważniony przedstawiciel): ACRA s.r.o., Brodská 161, 513 01 Semily, Czechy

### Produkt:

nazwa: Bieżnia  
typ: GB6400  
modyfikacje: GB3500N, GB4500N, GB5400, GB6500

### Opis i określenie funkcji produktu:

Bieżnia z elektrycznym pochyleniem służy do biegania w pomieszczeniach zamkniętych. Prędkość 1-14,8 km/h, przechylenie 3 pozycje. Napięcie zasilania 230 V AC. Poszczególne modyfikacje różnią się niektórymi parametrami technicznymi. Zasada budowy i użyte elementy są takie same.

### Zweryfikowane przez:

Rozporządzenie Rządu nr 118/2016 Coll., które jest równoważne Dyrektywie Rady nr 2014/35/UE, Rozporządzenie Rządu nr 117/2016 Coll., które jest równoważne Dyrektywie Rady nr 2014/30/UE, Rozporządzenie Rządu Nr 176/2008 Dz. ze zmianami wprowadzonymi Rozporządzeniem Rządu nr 170/2011 Dz. i 229/2012 Dz. oraz 320/2017 Coll., co jest odpowiednikiem Dyrektywy Rady nr 2006/42/WE zmienionej Dyrektywą Rady 2009/127/WE i 2012/32/UE, ČSN EN ISO 12100, ČSN EN 957-6 +A1, ČSN EN 60335-1 wyd. 2, ČSN EN 61000-6-3 wyd. 3, ČSN EN 55014-1 wyd. 4, ČSN EN ISO 13849-1

W Semilach w dniu 23.04.2024r