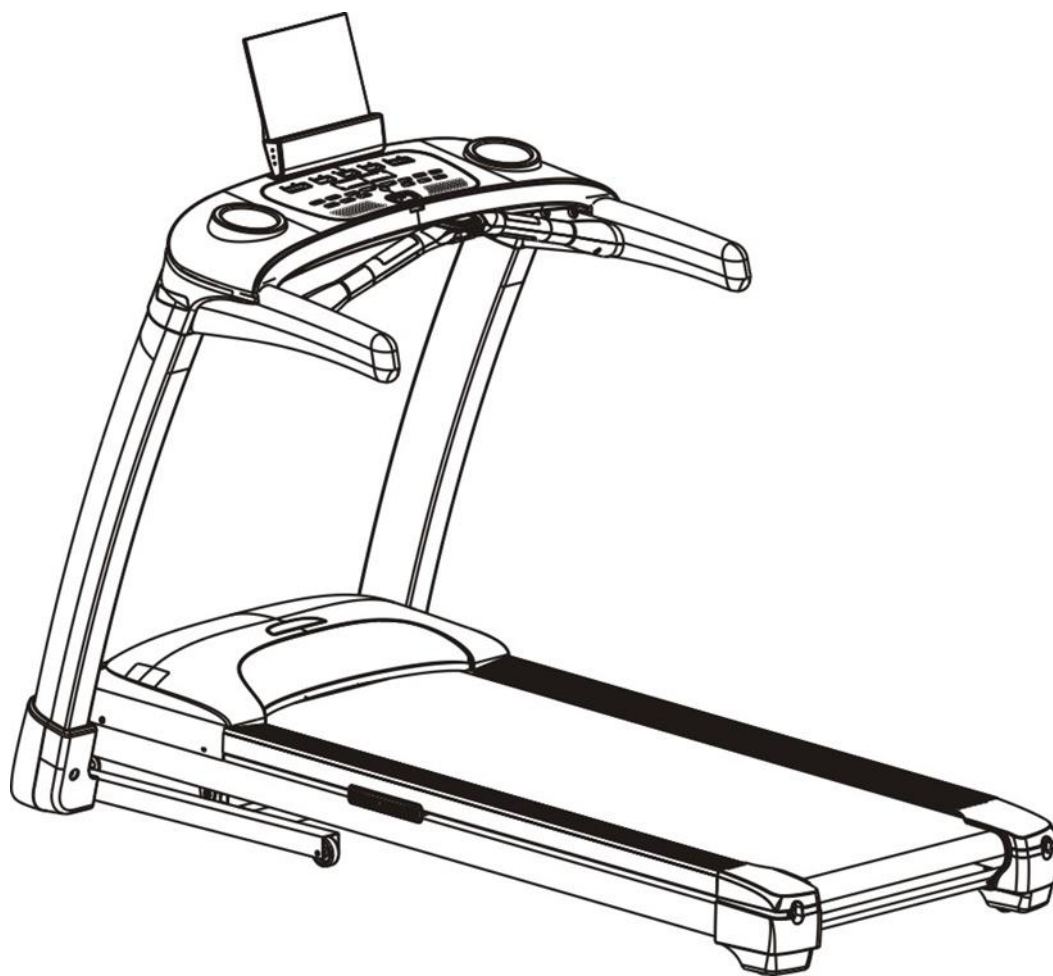




**BIEŻNIA ELEKTRYCZNA
MOTORIZED TREADMILL
ELEKTRICKÝ BĚŽECKÝ PÁS
ELEKTRISCHES LAUFBAND**

BE3601-i



**INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA – MANUAL INSTRUCTION
NÁVOD K OBSLUZE – BEDIENUNGSANLEITUNG**

UWAGI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Produkt ten przeznaczony jest wyłącznie do użytku domowego i zaprojektowano go tak, aby zapewnić optymalne bezpieczeństwo. Powinny być przestrzegane następujące zasady:

1. **Przed rozpoczęciem treningu skonsultuj się z lekarzem w celu stwierdzenia braku przeciwwskazań do korzystania ze sprzętu do ćwiczeń. Decyzja lekarza jest niezbędna w przypadku przyjmowania leków wpływających na pracę serca, ciśnienie krwi i poziom cholesterolu. Jest to także konieczne w przypadku osób w wieku powyżej 35 lat oraz osób mających kłopoty ze zdrowiem.**
2. Przed rozpoczęciem ćwiczeń zawsze wykonaj rozgrzewkę.
3. Zwracaj uwagę na niepokojące sygnały. Niewłaściwe lub nadmierne ćwiczenia są niebezpieczne dla zdrowia. Jeśli w czasie ćwiczeń pojawią się bóle lub zawroty głowy, ból w klatce piersiowej, nieregularny rytm serca lub inne niepokojące objawy, należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skonsultować się z lekarzem. Urazy mogą wynikać z nieprawidłowego lub zbyt intensywnego treningu.
4. W czasie ćwiczeń i po ich zakończeniu zabezpiecz sprzęt treningowy przed dostępem dzieci i zwierząt
5. Urządzenie należy postawić na suchej, stabilnej i właściwie wy poziomowanej powierzchni. Z bezpośredniego sąsiedztwa urządzenia należy usunąć wszystkie ostre przedmioty. Należy chronić je przed wilgocią, ewentualne nierówności podłoża należy wyrównać. Zalecane jest stosowanie specjalnego podkładu antypoślizgowego, który zapobiegnie przesuwaniu się urządzenia podczas wykonywania ćwiczeń.
6. Wolna przestrzeń nie powinna być mniejsza niż 0,6 m i większa niż powierzchnia treningowa w kierunkach, w których sprzęt jest dostępny. Wolna przestrzeń musi także zawierać przestrzeń do awaryjnego zejścia. Gdzie sprzęt jest usytuowany obok siebie, wielkość wolnej przestrzeni może być podzielona.
7. Przed pierwszym użyciem, a później w regularnych odstępach czasu, należy sprawdzać mocowanie wszystkich śrub, bolców i pozostałych połączeń.
8. Przed rozpoczęciem ćwiczeń sprawdź umocowanie części i łączących je śrub. Trening można rozpocząć tylko wtedy, jeżeli urządzenie jest całkowicie sprawne.
9. Urządzenie powinno być regularnie sprawdzane pod względem zużycia i uszkodzeń tylko wtedy będzie ono spełniało warunki bezpieczeństwa. Szczególną uwagę należy zwrócić na uchwyty piankowe, zaślepki na nogi i tapicerkę, które ulegają najszybszemu zużyciu. Uszkodzone części należy natychmiast naprawić lub wymienić do tego czasu nie wolno używać urządzenia do treningu.
10. Nie wkładaj w otwory żadnych elementów.
11. Zwracaj uwagę na wystające urządzenia regulacyjne i inne elementy konstrukcyjne, które mogłyby przeszkadzać w trakcie ćwiczeń.
12. Sprzęt wykorzystuj jedynie zgodnie z przeznaczeniem. Jeśli któraś z części ulegnie uszkodzeniu bądź zużyciu lub też usłyszysz niepokojące dźwięki podczas używania sprzętu, natychmiast przerwij ćwiczenia. Nie używaj sprzętu ponownie dopóki problem nie zostanie usunięty.
13. Ćwicz w wygodnym ubraniu i sportowym obuwiu. Unikaj luźnych ubrań, którymi można zahaczyć o wystające części sprzętu lub które mogłyby ograniczać swobodę ruchów.
14. **Sprzęt zaliczony został do klasy HC według normy EN ISO 20957-1 i jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych i komercyjnych.**
15. Podczas podnoszenia lub przenoszenia sprzętu należy zachować właściwą postawę, aby nie uszkodzić kręgosłupa.
16. Produkt jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych. Trzymaj dzieci, nie będące pod nadzorem z dala od urządzenia.
17. Montując urządzenie należy ściśle stosować się do załączonej instrukcji i używać tylko części dołączonych do zestawu. Przed rozpoczęciem montażu, należy sprawdzić czy wszystkie części, które zawiera dołączona lista, znajdują się w zestawie.



PROSZĘ ZACHOWAĆ WOLNĄ PRZESTRZEŃ WIĘKSZĄ NIŻ 0,6 M OD WIDOCZNEJ NA ZDJĘCIU PRZESTRZENI TRENINGOWEJ.

OSTRZEŻENIE: PRZED UŻYCIEM SPRZĘTU FITNESS ZAWSZE PRZECZYTAJ WSZYSTKIE INSTRUKCJE. NIE PONOSIMY ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA KONTUZJE LUB USZKODZENIA PRZEDMIOTÓW, KTÓRE ZOSTAŁY SPOWODOWANE NIEWŁAŚCIWYM UŻYTKOWANIEM TEGO PRODUKTU.

DANE TECHNICZNE

Waga netto – 80 kg
Pas bieżny – 140 x 52 cm
Rozmiar po rozłożeniu – 184,2,4x89,9x133,2 cm
Maksymalne obciążenie produktu – 130 kg
Silnik: 3.50hp

KONSERWACJA

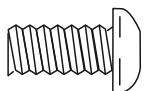
Używaj miękkiej, wilgotnej ściereczki do wycierania krawędzi pasa i przestrzeni między pasem a krawędzią ramy. Czyść również krawędź pasa z jego spodniej strony. Czyść górną część pasa szczotką i wodą z mydłem lub łagodnym detergentem raz na miesiąc.

Zanim zaczniesz znów używać bieżni, poczekaj aż urządzenie wyschnie.

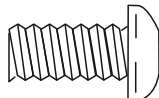
Odkurzaj pod urządzeniem co najmniej raz w miesiącu aby zapobiec gromadzeniu się kurzu. Zaleca się raz w roku zdjęcie czarnej pokrywy silnika i usunięcie kurzu, który może się tam gromadzić.

UWAGA: PRZED CZYSZCZENIEM/SMAROWANIEM NALEŻY WYŁĄCZYĆ WTYCZKĘ Z GNIAZDKA.

ZESTAW MONTAŻOWY



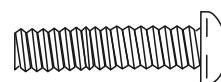
(A5) śruba M8×20
8 szt.



(A10) śruba M10×20
4 szt.



(A7) śruba M8×55
4 szt.



(A8) śruba M8×65
4 szt.



(A16) M4×12
śruba z łbem
krzyżowym
4 szt.



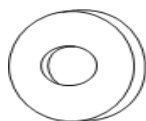
(A24) ST2.9×12
Śruba samoblokująca
6 szt.



(C1) \varnothing 4
płaska podkładka
4 szt.



(C3) \varnothing 8 płaska podkładka
2 szt.



(C4) \varnothing 10
płaska
podkładka 4 szt.



(C9) \varnothing 4
podkładka sprężynująca
4 szt.



(C1) \varnothing 10
podkładka sprężynująca
4 szt.



(D1) śrubokręt
1 szt.



(D2) klucz (S=6)
1 szt.

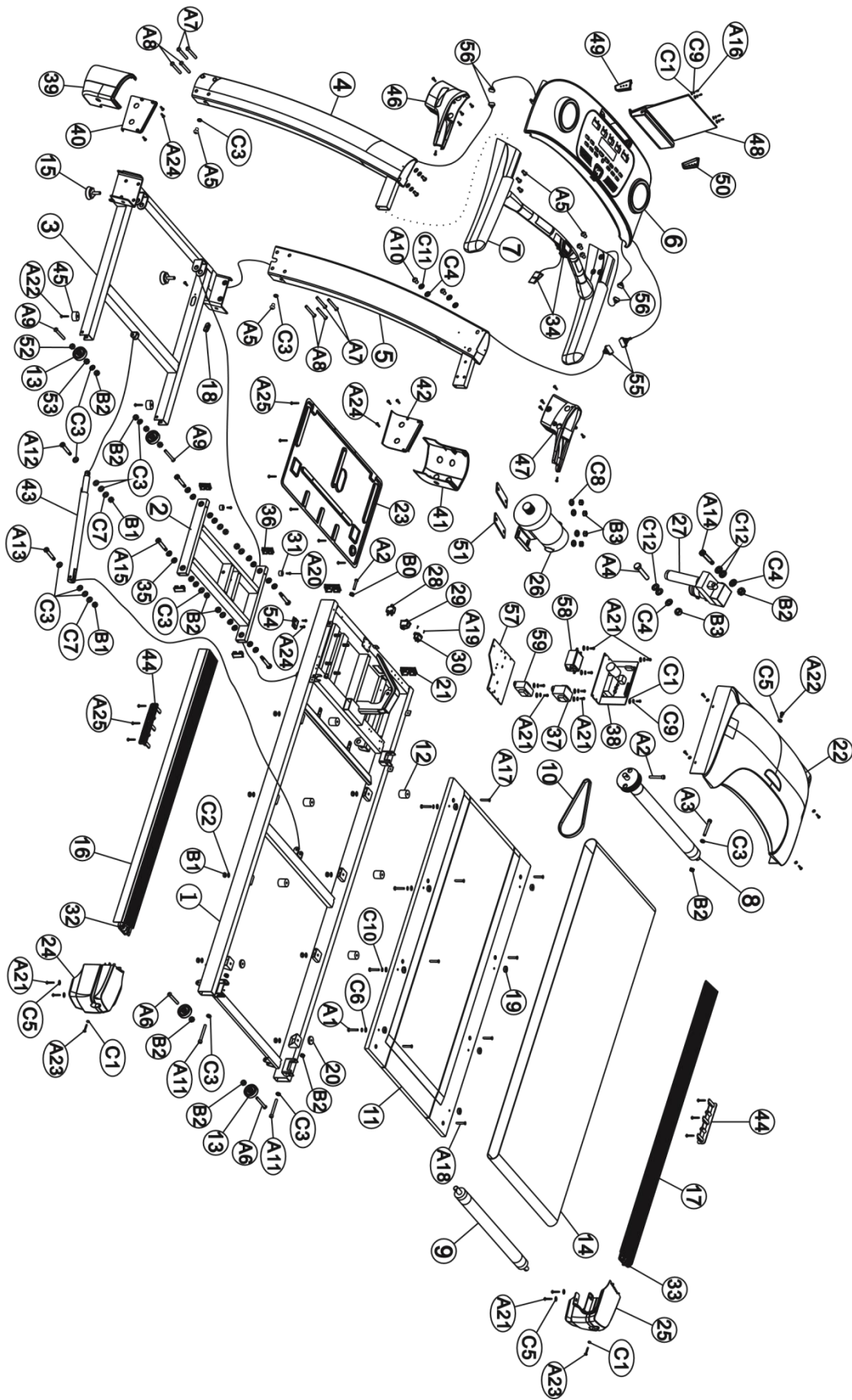


(D3) Butelka ze smarem
1 szt.



(D4) Śrubokręt krzyżakowy
1 szt.

Schemat szczegółowy



Lista części

Nr	Opis	Ilość	Nr	Opis	Ilość	Nr.	Opis	Ilość
1	Rama główna	1	37	Transformator (opcjonalnie)	1	A13	ŚrubaΦ8 X 40	1
2	Rama pochylni	1	38	Sterownik	1	A14	ŚrubaΦ10 X 30	4
3	Rama bazowa	1	39	Ośłona lewa 1	1	A15	ŚrubaΦ10 X 45	4
4	Lewy wspornik	1	40	Ośłona prawa2	1	A16	Śruba z łbem krzyżowym M4 X12	4
5	Prawy wspornik	1	41	Ośłona prawa 1	1	A17	Śruba M6 X25	6
6	Panel sterujący	1	42	Ośłona prawa 2	1	A18	Śruba z łbem krzyżowym M6 X30	2
7	Wspornik kierownicy	1	43	Cylinder	1	A19	Śruba z łbem krzyżowym M3 X8	2
8	Rolka przednia	1	44	Amortyzator boczny	2	A20	Śruba samoblokująca ST4 X16	2
9	Rolka tylna	1	45	Amortyzator gumowy	2	A21	Śruba samoblokująca ST4.2 X12	23
10	Pas napędowy 8V	1	46	Ośłona lewego wspornika	1	A22	Śruba samoblokująca ST4 .2X16	7
11	Płyta bieżna	1	47	Ośłona prawego wspornika	1	A23	Śruba samoblokująca ST4.2 X35	2
12	Poduszka płyty bieżnej	6	48	Uchwyt na tablet	1	A24	Śruba samoblokująca ST2.9 X12	14
13	Stopka	4	49	Lewa zaślepka	1	A25	Śruba samoblokująca ST4X10	46
14	Pas bieżny	1	50	Prawa zaślepka	1	A26	Śruba krzyżowa z podkładką M3 X6	10
15	Regulowana podkładka stopek	2	51	Gumowa podkładka	2			
16	Szyrna boczna lewa	1	52	Tuleja	2	B0	Nakrętka sześciokątna M8	1
17	Szyrna boczna prawa	1	53	Tuleja 2	2	B1	Nylonowa nakrętka M6	14
18	Wtyczka	1	54	Czujnik kwadratowy	1	B2	Nylonowa nakrętka M8	10
19	Sworzeń	8	55	Przewód A	3	B3	Nylonowa nakrętka M10	5
20	Amortyzator	2	56	Przewód B	4			
21	Zaślepka J60X30	2	57	Płyta chłodząca (opcjonalnie)	1	C1	Płaska podkładka Φ4	14
22	Ośłona silnika	1	58	Filtr (opcjonalnie)	1	C2	Płaska podkładka Φ6	12
23	Dolna osłona silnika	1	59	Induktor (optional)	1	C3	Płaska podkładka Φ8	19

24	Lewa zaślepka	1				C4	Płaska podkładka $\Phi 10$	6
25	Prawa zaślepka	1	A1	Śruba z łbem sześciokątnym M5X35	8	C5	Duża płaska podkładka $\Phi 4$	9
26	Silnik	1	A2	Śruba z łbem sześciokątnym M8X35	2	C6	Duża płaska podkładka $\Phi 5$	8
27	Silnik pochylni	1	A3	Śruba z łbem sześciokątnym M8X60	1	C7	Duża płaska podkładka $\Phi 6$	2
28	Wyłącznik przeciążeniowy	1	A4	Śruba z łbem sześciokątnym M10X90	1	C8	Duża płaska podkładka $\Phi 10$	4
29	Przełącznik	1	A5	Półokrągła śruba M8X20	8	C9	Podkładka sprężynująca $\Phi 4$	12
30	Gniazdko	1	A6	Półokrągła śruba M8X40	2	C10	Podkładka sprężynująca $\Phi 5$	8
31	Crash pad	2	A7	Półokrągła śruba M8X55	4	C11	Podkładka sprężynująca $\Phi 10$	4
32	End cap link block (L)	1	A8	Półokrągła śruba M8X65	4	C12	Podkładka nylonowa $\Phi 10$	4
33	End cap link block (R)	1	A9	Półokrągła śruba M8X50	2	D1	Śrubokręt	1
34	Klucz bezpieczeństwa	1	A10	Półokrągła śruba M10X20	4	D2	Klucz (S=6)	1
35	Nylonowa nakrętka	16	A11	Półokrągła śruba M8X75	2	D3	Butelka ze smarem	1
36	Zaślepka J40X20	4	A12	Śruba $\Phi 8 \times 25$	1	D4	Śrubokręt krzyżakowy	1

Uwaga: Części mogą się różnić w zależności od aktualnej dostępności.

Instrukcja montażu



OSTRZEŻENIE: nie należy podłączać zasilania przed zakończeniem montażu.

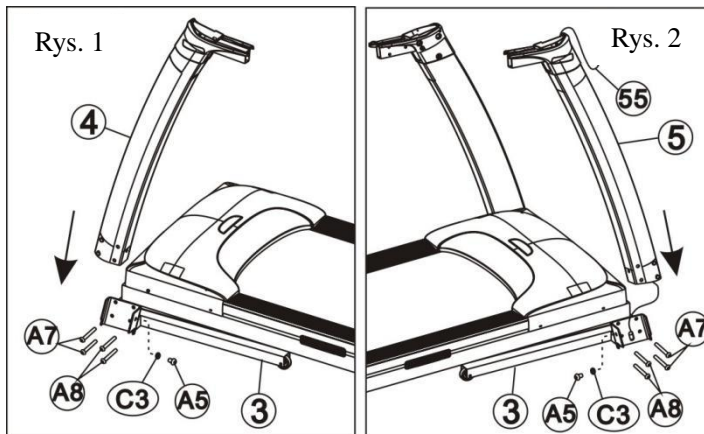
Wskazówki:

1. Nie dokręcaj śrub przed zakończeniem montażu całej bieżni.
2. Urządzenie zapakowane jest w 2 kartony. Rama główna umieszczona jest w kartonie 1, kierownica – w kartonie 2.

1. Montaż lewego wspornika

1.1. Przymocuj lewy wspornik (4) na ramie bazowej (3) za pomocą dwóch śrub półokrągłych M8*55 (A7) oraz M8*65 (A8) (z boku).

1.2. Użyj 1 śruby półokrągłej M8*20 (A5) oraz 1 płaskiej podkładki $\varnothing 8$ (C3) (jak pokazano na rysunku nr 1) (z tyłu).



2. Montaż prawego wspornika

2.1. Przeciągnij przewód sygnałowy (55) od podstawy do góry prawego wspornika i przymocuj go.

2.2. Włóż prawy wspornik (5) do ramy bazowej(3) i przymocuj za pomocą 2 śrub półokrągłych M8*55 (A7) oraz śruby półokrągłej M8*65(A8) z boku, a z tyłu – za pomocą jednej śruby półokrągłej M8*20 (A5) oraz jednej płaskiej podkładki $\varnothing 8$ (C3) (jak pokazano na rysunku 2).

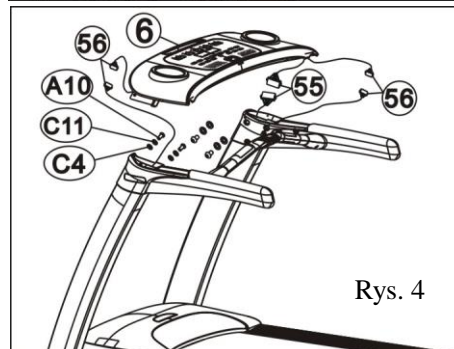
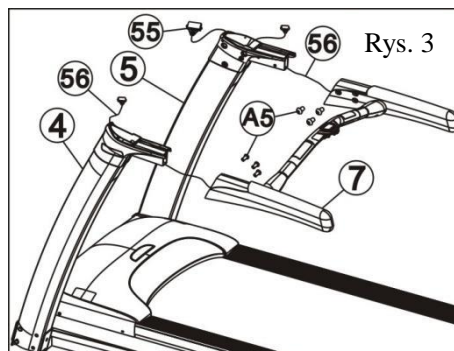
2.3. Włóż lewy wspornik (4) do ramy bazowej(3) i przymocuj za pomocą 2 śrub półokrągłych M8*55 (A7) oraz śruby półokrągłej M8*65(A8) z boku, a z tyłu – za pomocą jednej śruby półokrągłej M8*20 (A5) oraz jednej płaskiej podkładki $\varnothing 8$ (C3) (jak pokazano na rysunku 2).

3. Montaż wspornika kierownicy i panelu sterującego

3.1. Przeciągnij przewód sygnałowy (56) przez wspornik kierownicy, a następnie połącz wspornik kierownicy (7) ze wspornikami (4/5) za pomocą 6 śrub półokrągłych M8*20 (A5) (jak pokazano na rysunku 3).

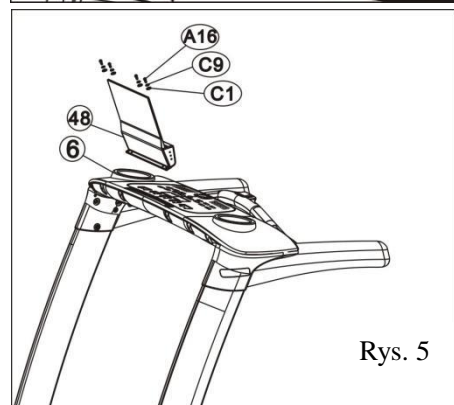
3.2. Połącz przewody (55) i (56) i umieść je we wsporniku.

3.3. Połącz wsporniki z panelem sterującym za pomocą 4 śrub półokrągłych M10*20 (A10), podkładki sprężynującej $\varnothing 10$ (C11) oraz płaskiej podkładki $\varnothing 10$ (C4) (jak pokazano na rysunku 4).



4. Montaż uchwytu na tablet

4.1. Przymocuj uchwyt na tablet (48) do panelu sterującego za pomocą 4 śrub z łbem krzyżowym (A16), podkładki sprężynującej $\varnothing 4$ (C9) oraz płaskiej podkładki $\varnothing 4$ (C1) (jak pokazano na rysunku 5).



5. Montaż lewej/prawej osłony

5.1. Dokręć wszystkie śruby.

5.2. Podnieś bieżnię i nasuń osłonę (40 i 42) oraz osłonę (39 i 41) na słupek, wyrównaj osłony i zamocuj je śrubami ST2.9x12 (A24).

5.3. Opuść bieżnię i przymocuj lewą i prawą osłonę od przodu za pomocą 4 śrub samoblokujących ST2.9x12(A24) z przodu (jak pokazano na rysunku 6).

Składanie, przenoszenie i rozkładanie



Ostrzeżenie: Przed złożeniem urządzenia należy przywrócić kąt nachylenia do zera oraz wyłączyć zasilanie!

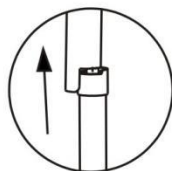
1. Składanie: Unieś koniec ramy głównej i złoż w górę aż do momentu kiedy poprzeczka łącząca wskoczy w cylinder (zobacz ilustracja A-1).

2. Przenoszenie: Unieś poręczę tak, aby podstawa odsunęła się od ziemi, następnie popchnij złożoną bieżnię.

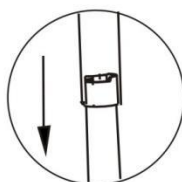
3. Rozkładanie: Unieś odrobinę koniec ramy głównej tak aby wspornik znalazł się wyżej niż pokrywa cylindra (zobacz ilustracja a-1). Przechyl stopą rurkę wspornika (zobacz ilustracja a-2). Mocno naciśnij na ramę główną, usuń stopę i naciskaj na koniec ramy. Cylinder usunie się samoczynnie (ilustracja b), a rama główna się rozłoży.



Rys. A



Rys. A - 1



Rys. A - 2



Rys. B



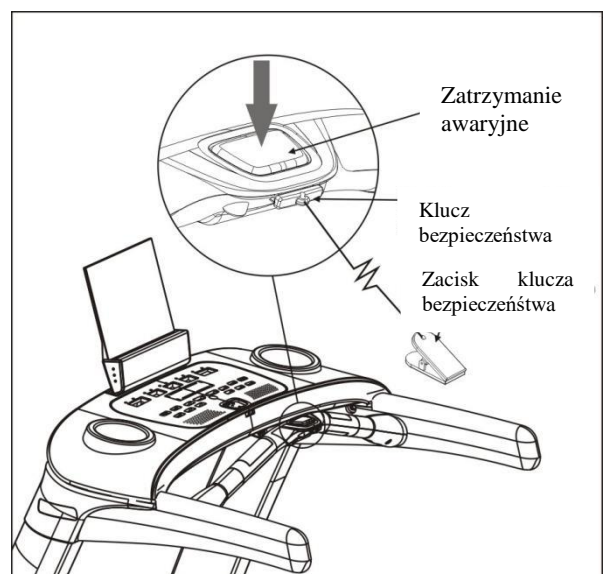
Ostrzeżenie: Niewłaściwe połączenie z przewodem uziemiającym może spowodować ryzyko porażenia prądem. Jeśli masz wątpliwości, czy bieżnia jest prawidłowo uziemiona, poproś elektryka o sprawdzenie. Nie naprawiaj oryginalnej wtyczki, jeśli nie ma odpowiedniego gniazda, poproś elektryka o zainstalowanie odpowiedniego.

Przygotowanie do pracy

1. Serwisant powinien sprawdzić, czy napięcie jest odpowiednie przed podłączeniem zasilania, czy przewód uziemiający jest dobrze podłączony. Pociągnij ręką pas bieżni, aby sprawdzić, czy jest on elastyczny i czy nie powoduje hałasu.
2. Podłącz zasilanie, naciśnij przycisk Start, bieżnia uruchomi się powoli, sprawdź, czy pas i komputer działają prawidłowo.
3. Naciśnij przycisk incline (nachylenie) +/-, sprawdź obroty bieżni i wyświetlacz. Jeśli pas jest odchylony, należy zatrzymać urządzenie, aby wyregulować pas zgodnie z instrukcją konserwacji.
4. Naciśnięcie przycisku zatrzymania awaryjnego lub wyciągnięcie klucza bezpieczeństwa, gdy bieżnia jest uruchomiona, spowoduje jej natychmiastowe zatrzymanie. Ponownie włóż klucz bezpieczeństwa, aby przycisk zatrzymania awaryjnego był podniesiony i zresetuj, a następnie możesz ponownie uruchomić bieżnię. (jak na poniższym rysunku).

Z bieżni można korzystać po dokonaniu wszystkich ustawień.

1. Stań na nieruchomych krawędziach pasa bieżnego i przypnij klucz bezpieczeństwa do swojego ubrania w okolicy pasa.
2. Wciśnij przycisk Start, bieżnia uruchomi się powoli, możesz teraz wejść na pas bieżny i zacząć marsz.
3. Naciskając przycisk „speed+”, zwiększysz prędkość poruszania się bieżni. Aktualną prędkość odczytasz na komputerze. Proponujemy, aby przez pierwsze 2-3 minuty korzystać z małych prędkości, a po przyzwyczajeniu się do poruszania na bieżni, zwiększyć prędkość.
4. Gdy chcesz zakończyć ćwiczenie, zmniejsz prędkość i biegnij powoli jeszcze przez 2-3 minuty aby wyrównać puls i pozwolić mięśniom odpocząć.
5. Pod koniec biegu możesz zmniejsz prędkość do najniższej, a następnie naciśnij przycisk stop, aby zatrzymać bieżnię.
6. Jeśli utracisz równowagę podczas biegu z dużą prędkością, wyciągnij klucz bezpieczeństwa, a bieżnia natychmiast przestanie się poruszać.
7. Należy dobrze opanować używanie wyłącznika awaryjnego i klucza bezpieczeństwa.





Uwaga: Ostrzeżenie: Częste używanie pochylni (ponad 5 razy bez przerwy) może spowodować wyłączenie funkcji pochylni. Nie jest to usterka, ale rodzaj ochrony, funkcja zostanie automatycznie wznowiona po 1 godzinie przestoju.

Instrukcja wyświetlacza



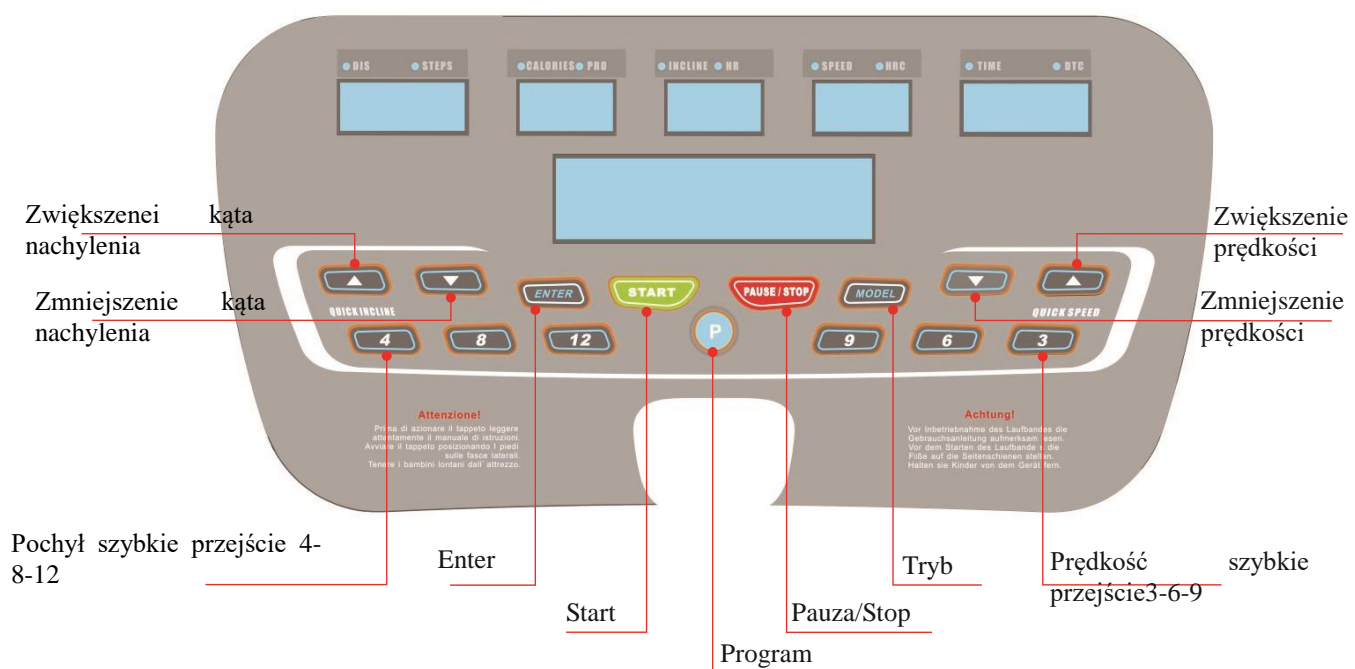
Uwaga: Aby zmniejszyć ryzyko porażenia prądem, konsola musi być sucha, na uchwycie można umieścić tylko zakręconą butelkę.

◆1. Funkcje

Wyświetlacz	LED	Skróty klawiszowe	Pochył szybkie przejście 4-8-12 Prędkość szybkie przejście 3-6-9
Dane dotyczące biegu	Time (Czas) /Incline (Kąt nachylenia)/Speed (Prędkość)/Pace(Kroki)/Distance (Dystans)/Calorie (Kalorie)/Poziom pulsu/HRC	Monitor poziomu pulsu	Puls, HRC bezprzewodowy czujnik pulsu (opcjonalnie)
Technologia Audio	Wbudowany podwójny głośnik o brzmieniu przestrzennym (5W, 2 szt.)	Format Audio	
Aplikacja do treningu			











◆2. Obsługa komputera :

■2.1 Przyciski:



■ 2.1.1

Funkcje przycisków:

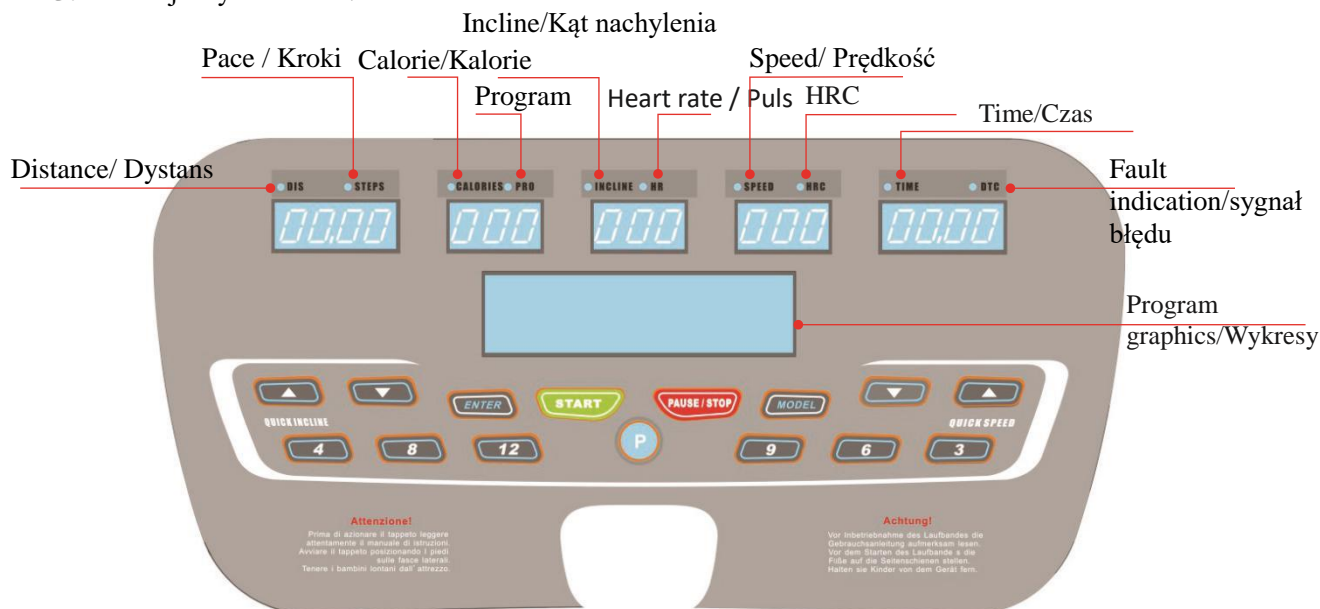
Ikona przycisku	Nazwa przycisku	Opis funkcji
Wskazówki		
	START Key	Podłącz zasilanie, naciśnij przycisk START, bieżnia zacznie działać.
	PAUSE/STOP Key	Gdy bieżnia jest uruchomiona, naciśnij STOP / PAUZA, aby wstrzymać pracę, naciśnij ponownie, a bieżnia zatrzyma się. Po zatrzymaniu naciśnij klawisz Start, a bieżnia zostanie przywrócona do stanu pracy sprzed pauzy.
	ENTER Key	Wciśnij ten przycisk, aby potwierdzić ustawienia
	MODEL Key	W stanie czuwania naciśnij ten przycisk, aby ręcznie ustawić program.
	Emergency Stop/Safety Key Zatrzymanie awaryjne/Klucz bezpieczeństwa	Zabezpieczenie przed poślizgnięciem/zatrzymanie awaryjne. Podczas korzystania z bieżni należy włożyć klucz bezpieczeństwa (po włożeniu klucza bezpieczeństwa przycisk zatrzymania awaryjnego automatycznie zresetuje się i pojawi), Bieżnia zostanie zatrzymana po naciśnięciu przycisku zatrzymania awaryjnego lub wyciągnięciu klucza bezpieczeństwa.
	Prędkość	Gdy bieżnia jest uruchomiona, naciśnij, aby dostosować prędkość, przytrzymanie spowoduje szybką regulację; możesz także nacisnąć ten przycisk, aby zwiększyć lub zmniejszyć wartość w programie bezpośredniego wyboru.
	Prędkość szybkie przejście	Wbudowane 3-6-9 trzy tryby przejścia między poziomem prędkości. (działa, kiedy bieżnia pracuje).
	Pochył	Gdy bieżnia jest uruchomiona, naciśnij, aby dostosować kąt nachylenia, przytrzymanie spowoduje szybką regulację, możesz również nacisnąć ten przycisk, aby zwiększyć lub zmniejszyć wartość w programie bezpośredniego wyboru.
	Pochył szybkie przejście	Wbudowane 4-8-12 trzy tryby przejścia między poziomem odchylenia pasa bieżnego.
	Przycisk Programów	Naciśnij, aby przejść do opcji programów wbudowanych.

◆ 3. Wyświetlacz i konsola

■ 3.1 Instrukcja wyświetlacza



■ 3.2 Funkcje wyświetlacza:



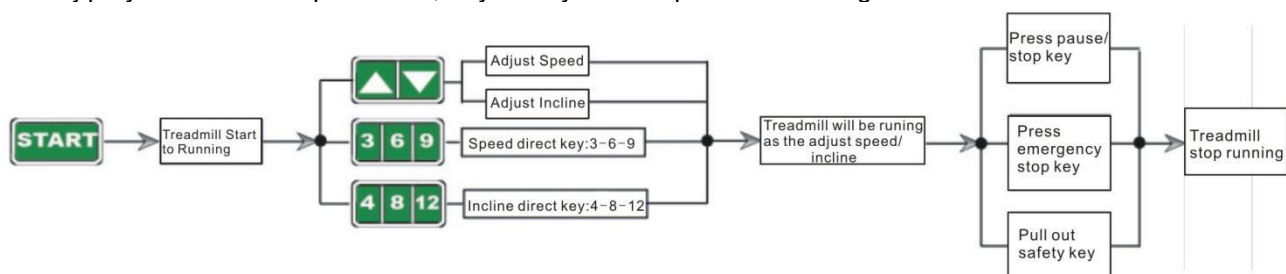
◆ 4. Instrukcja obsługi

■ 4.1 Instrukcja obsługi bieżni

4.1.1 Tryb czuwania

Włóż specjalny przewód zasilający do gniazda na bieżni, drugi koniec przewodu zasilającego jest podłączony do napięcia roboczego (napięcie robocze musi być zgodne z wymaganiami bieżni). Podłącz zasilanie, bieżnia wejdzie w tryb czuwania, okno czasowe pokazuje temperaturę otoczenia, okno PROGRAM pokazuje ustawiony program, inne okna pokażą wartość początkową „0”.

4.1.2 W trybie czuwania wciśnij przycisk **START**, bieżnia uruchomi się, każde okno pokaże aktualne dane treningu. Okno matrycy wyświetli display pas startowy i okrężenia, każde okrężenie wynosi 400 metrów. Jednocześnie możesz wybrać przycisk prędkości (speed) lub nachylenia (incline) **▲ ▼**, aby dostosować prędkość lub kąt nachylenia, wciśnij przycisk Pause/Stop **PAUSE/STOP**, aby wstrzymać lub przerwać trening.



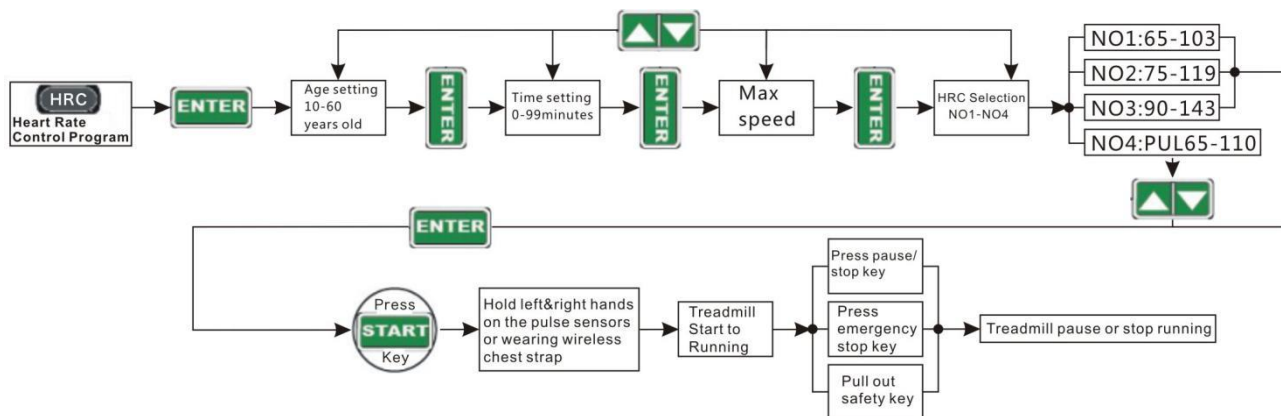
■ 4.1.3 Obsługa programu ćwiczeń

The treadmill apply four types of configurable heart-rate control programs, each with a different level of intensity, users can choose the appropriate level of intensity to train according to their age, gender, weight and other parameters and different purposes of exercise. Bieżnia posiada cztery rodzaje konfigurowalnych programów kontroli pulsu, każdy o innym poziomie intensywności, użytkownicy mogą wybrać odpowiedni poziom intensywności treningu w zależności od wieku, płci, wagi i innych parametrów oraz różnych celów ćwiczeń.

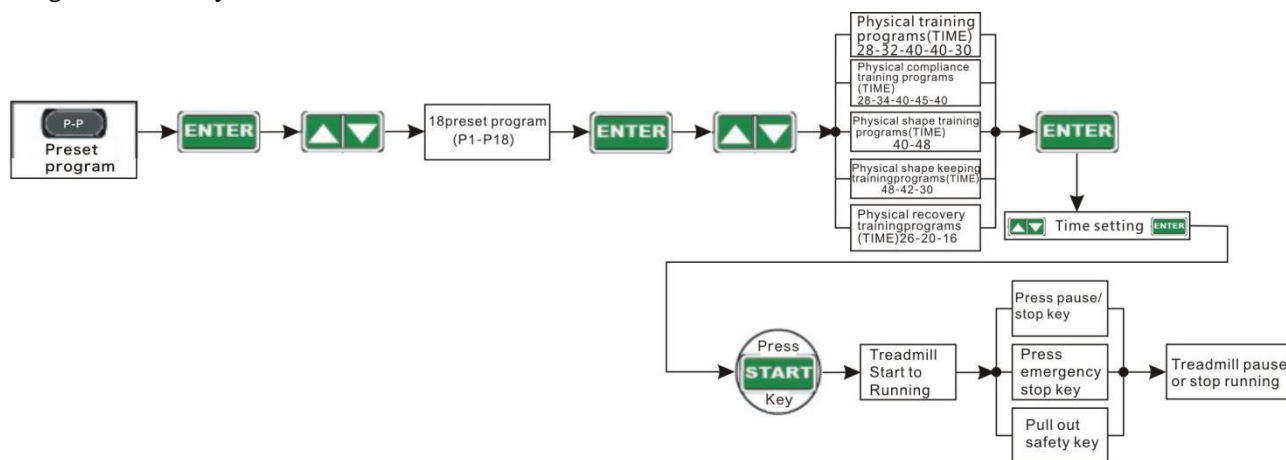
Podczas używania inteligentnego programu, użyj klawisza ustawień **▲ ▼** aby przejść do odpowiednich ustawień, wciśnij przycisk Enter **ENTER**, aby potwierdzić wybór; Wciśnij przycisk direct, aby wybrać odpowiedni program, wciśnij przycisk Stop/pause **PAUSE/STOP** aby wyjść, następnie możesz wybrać kolejny program.

4.1.4 Schemat działania inteligentnego programu ćwiczeń

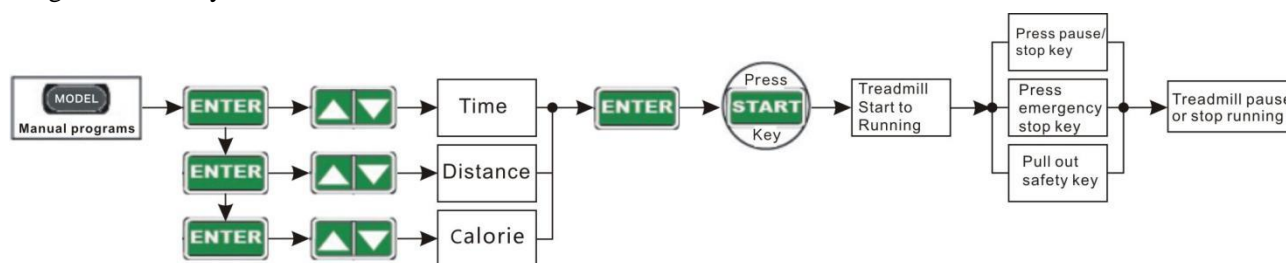
Program kontroli pulsu



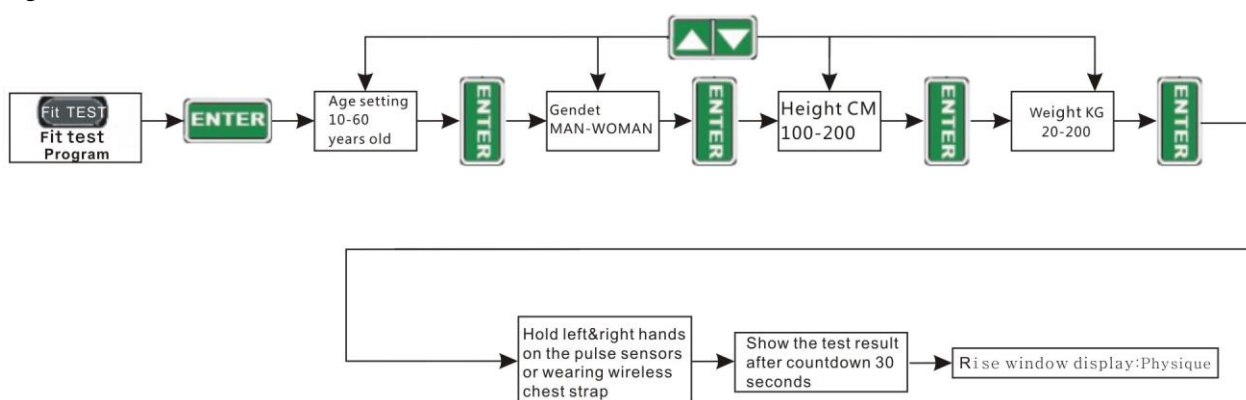
Program ustawiony



Program manualny



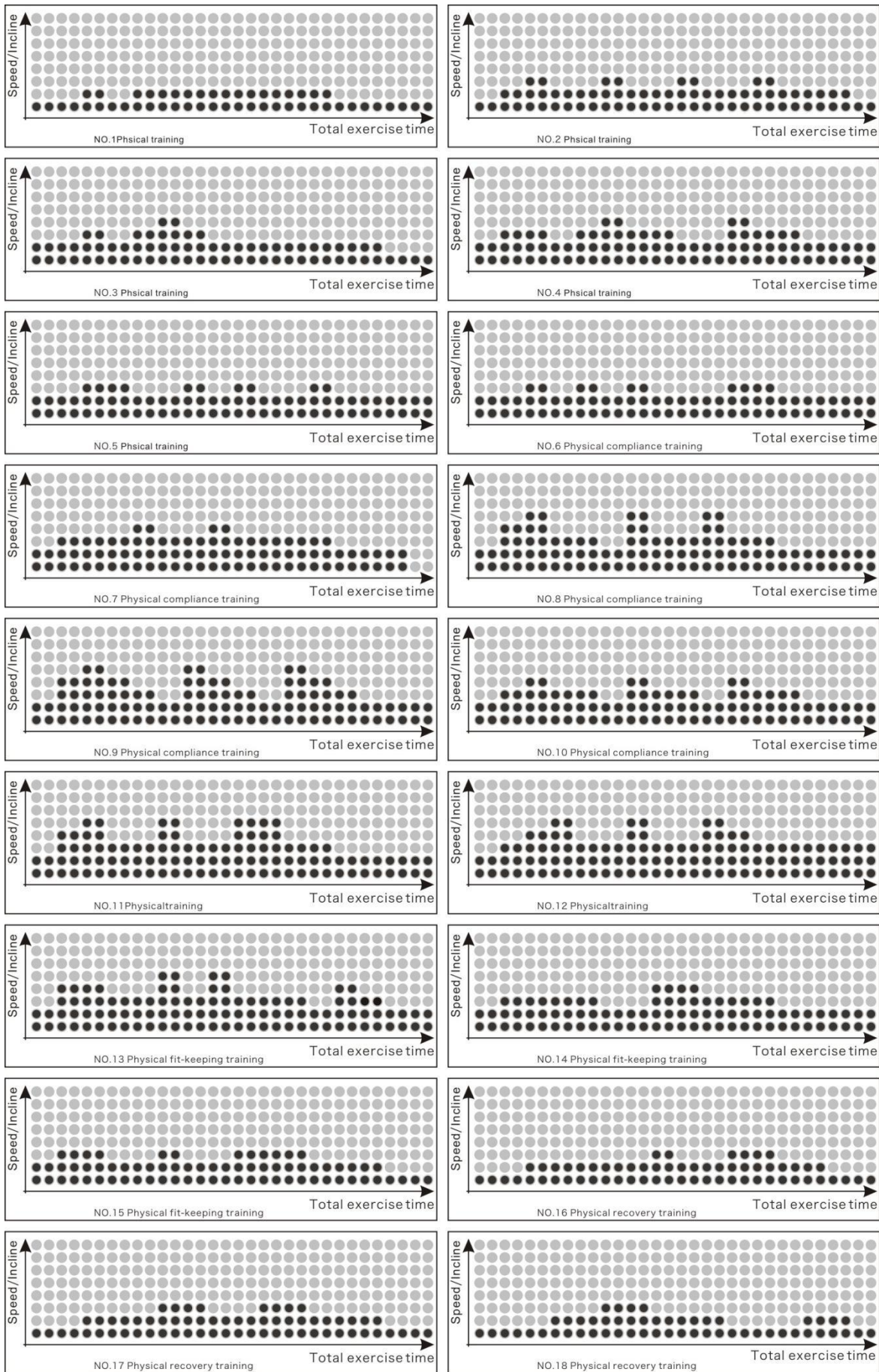
Program Fit test



Wskazówka:

Podczas korzystania z programu P1 HRC (program kontroli pulsu) należy zatrzymać tryb MP3, aby sygnał audio nie zakłócał bezprzewodowego sygnału poziomu pulsu; należy założyć specjalistyczny bezprzewodowy pas telemetryczny.

■ 4.1.5 Wykresy programu Matrix oraz tabela referencyjna wskaźnika masy ciała
 ● Wykresy programu indywidualnego



•Tabela referencyjna procentowego poziomu tłuszczu

Age Gender	body shape				
	slim	healthy	fleshy	over wt	obese
FAT%	body 1	body 2	body 3	body4	body 5
Male ≤30 years old	<14%	14%—20%	20.1%—25%	25.1%—35%	> 35%
Male >30 years old	<17%	17%—23%	23.1%—28%	28.1—38%	> 38%
Female ≤30 years old	<17%	17%—24%	24.1%—30%	30.1—40%	> 40%
Female >30 years old	<20%	20%—27%	27.1%—33%	33.1%—43%	> 43%

•Tabela referencyjna wskaźnika masy ciała (BMI) dorosłych

Body condition	Thin	Realistic weight	Overweight	Mild obesity	Moderate obesity	Severely obesity
Body mass index(BMI)	< 18.5	18.5-23	23-25	25-30	30-35	> 35

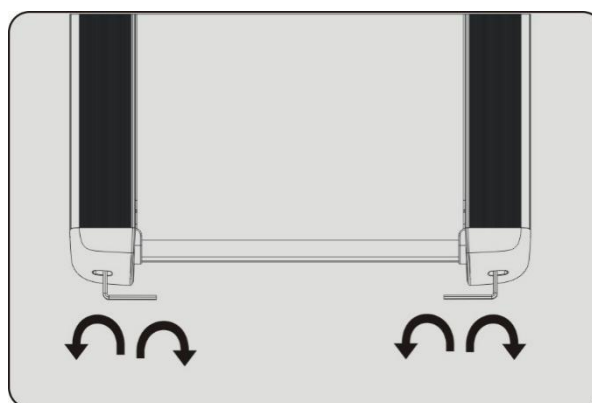
◆5 Pulse testing

5.1•A Po treningu i przed nim istnieje możliwość monitorowania pulsu ćwiczącego w stanie statycznym, dynamicznym i recovery. Połóż obie dłonie na czujnikach pomiaru pulsu, na wyświetlaczu pojawi się wynik. (wskazówka: maksymalna wartość pulsu nie przekracza (220-wiek) podczas ćwiczeń. Jeśli przekroczysz maksymalny puls, zaleca się odpocząć przez 30 minut lub zmniejszyć prędkość i kąt nachylenia. Wynik testu służy wyłącznie jako informacja dotycząca treningu.

Konserwacja, możliwe usterki i ich rozwiązywanie

1. Czyszczenie: Powierzchnia bieżni powinna być utrzymywana w czystości. Zawsze odłączaj zasilanie przed przystąpieniem do mycia. Czyść urządzenie miękką i wilgotną szmatką. Nie używaj silnych detergentów.

2. Regulacja pasa: Pas bieżni został odpowiednio wycentrowany podczas procesu produkcji; Jednak w czasie transportu oraz w wyniku nieprawidłowego użytkowania może się przemieścić. Przed rozpoczęciem regulacji wyłącz bieżnię (jak pokazano na rysunku po prawej stronie), dokręcaj lub luzuj lewą i prawą śrubę w tylnej rolce przy pomocy klucza sześciokątnego. Jeśli pas odchyłony w lewo, przekręć lewą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Jeśli pas jest odchyłony w prawo, przekręć prawą śrubę w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Najlepiej za każdym razem wykonywać 1/2 obrotu. Następnie włącz przełącznik, sprawdź, czy pas działa poprawnie, gdy prędkość wynosi 4 ~ 5 km / h. Powtórz czynności, aby maksymalnie wycentrować pas (patrz: rysunek).



jest

3. Regulacja napięcia pasa: Po długim i częstym użytkowaniu, pas może się naciągnąć i zacinać. Należy wtedy wyregulować jego napięcie prawą i lewą śrubą w tylnej rolce (zgodnie z ruchem wskazówek zegara) do momentu aż pas zacznie przesuwać się swobodnie i równo. Najlepiej za każdym razem wykonywać 1/2 obrotu, nie należy przekreślać zbyt mocno, aby uniknąć skrócenia cyklu serwisowego.

4. Smarowanie: Po około 100 godzinach użytkowania, zużywa się smar pomiędzy pasem bieżnym a platformą pasa. Regularnie smaruj platformę, a po zakończeniu wyreguluj pas.

Smarowanie: Po ponad 100 godzinach pracy lub zużyciu smaru między listwą bieżną a pasem bieżni należy nasmarować bieżnię.

A : Wyłącz urządzenie, poluzuj pas bieżny, a następnie użyj pędzla, aby równomiernie rozprowadzić odpowiednią ilość smaru, a następnie wyreguluj odpowiednio napięcie pasa.

B : Nie nakładaj zbyt dużej ilości smaru.

Możliwe usterki i ich rozwiązywanie

Błąd	Przyczyna	Rozwiązanie
1.Brak reakcji urządzenia na włączenie zasilania	<ul style="list-style-type: none"> ① Niewłaściwie podłączone urządzenie ② Wyłączona ochrona przed przeciążeniem ③ Niewłaściwie podłączony lub uszkodzony transformator ④ Przepalony bezpiecznik 	<ul style="list-style-type: none"> ① Ponowne podłączenie urządzenia ② Reset urządzenia ③ Kontrola poprawności podłączenia transformatora lub jego wymiana ④ Wymiana bezpiecznika
2.E01: Błąd czujnika prędkości	<ul style="list-style-type: none"> ① Niewłaściwy montaż czujnika lub jego uszkodzenie ② Uszkodzony optoizolator ③ Uszkodzony sterownik 	<ul style="list-style-type: none"> ① Kontrola poprawności montażu lub wymiana ② Wymiana optoizolatora ③ Wymiana sterownika
3.E02: Nadmierne obciążenie bieżni	<ul style="list-style-type: none"> ① The motor current is excessive ② Zbyt duże obciążenie wałka napędowego ③ Uszkodzony sterownik 	<ul style="list-style-type: none"> ① Wymiana silnika ② Smarowanie lub wymiana ③ Wymiana sterownika
1.E03: Błąd komunikacji	<ul style="list-style-type: none"> ① Nieprawidłowy odczyt ② Uszkodzony optoizolator ③ Uszkodzony komputer 	<ul style="list-style-type: none"> ① Kontrola poprawności połączenia kabla sygnałowego lub jego wymiana ② Wymiana sterownika lub optoizolatora ③ Wymiana komputera
5.E04: Błąd sterownika bieżni	<ul style="list-style-type: none"> ① Niewłaściwy montaż silnika lub jego uszkodzenie ② Uszkodzony przekaźnik sterownika ③ Niewłaściwe podłączenie sterownika ④ Uszkodzony sterownik 	<ul style="list-style-type: none"> ① Kontrola poprawności montażu lub wymiana ② Wymiana sterownika lub przekaźnika ③ Replace the bridge rectifier or the driver ④ Wymiana sterownika
6.Symbol "--". Błąd czujnika nachylenia bieżni.	<ul style="list-style-type: none"> ① Niewłaściwy montaż czujnika ② Uszkodzony czujnik nachylenia ③ Uszkodzony sterownik 	<ul style="list-style-type: none"> ① Kontrola poprawności podłączenia wtyczki ② Wymiana silnika ③ Wymiana sterownika
7. Problem z pracą pasa bieżnego.	<ul style="list-style-type: none"> ① Niewłaściwy moment obrotowy ② Zbyt luźny pas bieżny ③ Niewłaściwy silnik 	<ul style="list-style-type: none"> ① Regulacja momentu obrotowego ② Regulacja pasa bieżnego ③ Wymiana silnika

Ostrzeżenie: W przypadku nieprawidłowego działania lub uszkodzenia przewodu zasilającego, musi on być konserwowany i wymieniany przez specjalistę.

ZAKRES STOSOWANIA

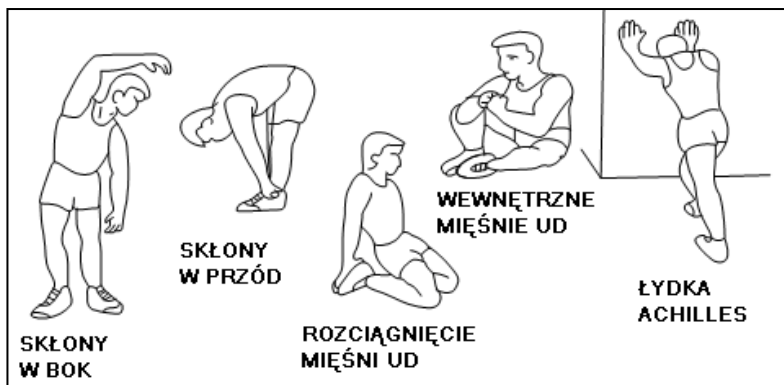
Ćwiczenia na bieżni zastępują spacer lub bieg. **Bieżnia elektryczna BE3601-i nie jest urządzeniem przeznaczonym do celów terapii i rehabilitacji.**

INSTRUKCJA ĆWICZEŃ

Cykl ćwiczeń zapewni Ci polepszenie kondycji, rozbudowę mięśni, a w połączeniu z dietą i ograniczeniem kalorii pozwoli zgubić zbędne kilogramy.

1. Rozgrzewka

Ten etap pomoże przyspieszyć krążenie krwi, co pozwoli na efektywniejsze ćwiczenie mięśni. Poprawnie wykonana rozgrzewka zredukuje ryzyko kontuzji. Wskazane jest rozciągnięcie ciała jak pokazano na rysunkach poniżej. Każda z następujących czynności powinna być wykonywana przez co najmniej 30 sekund. Nie rozciągaj się zbyt mocno, jeśli poczujesz ból przestań naciągać mięśnie.



2. Pozycja



Wejść na pas bieżni, dłonie możesz oprzeć na poręczach. W trakcie ćwiczeń należy mieć wyprostowane plecy. Na bieżni możesz wykonywać ćwiczenia zastępujące spacer lub bieg (patrz rysunki obok).

Mimo naszych wysiłków by zapewnić najlepszą jakość produktów, mogą pojawić się pojedyncze błędy lub przeoczenia. Jeśli zauważą Państwo defekt lub brak części prosimy o kontakt.

Dział obsługi klienta: ABISAL Sp. z o.o.
ul. Św. Elżbiety 6
41-905 Bytom
abisal@abisal.pl
www.abisal.pl
www.hms-fitness.pl



KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:

Kod EAN:

Data sprzedaży:

.....
(Pieczęćka i podpis sprzedawcy)

WARUNKI GWARANCJI

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium RP na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczęcią sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy
 - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży / rachunku /
 - reklamowanego towaru
3. Ewentualne wady i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do sklepu lub serwisu.
4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres gwarancji może się wydłużyć o czas niezbędny do jej sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 40 dni.
5. Gwarancją nie są objęte: - Uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania,
 - niewłaściwy montaż i konserwacja,
 - uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska itp.
6. Gwarancja traci ważność w przypadku: - Upływu terminu ważności,
 - samodzielnych napraw,
 - nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji.
7. Duplikaty karty gwarancyjnej nie będą wydawane.
8. Produkt oddany do naprawy powinien być kompletny i czysty. W przypadku stwierdzenia braków, serwis ma prawo odmówić przyjęcia do naprawy. W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
9. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem i konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
10. Gwarant informuje również, że prowadzi serwis pogwarancyjny.
11. Towar powinien być w oryginalnym opakowaniu i zabezpieczony do wysyłki.

Gwarancja na sprzedany towar nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień kupującego wynikających z niezgodności towaru z umową.

SPRZĘT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKOWANIA W SIŁOWNIACH, KLUBACH KULTURYSTYCZNYCH, CENTRACH FITNESS ORAZ DO INNYCH CELÓW WYCZYNOWYCH

ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW

Lp.	Data zgłoszenia	Data wydania	Przebieg napraw	Podpis odbierającego (sklep, właściciel)

MANUAL INSTRUCTION

IMPORTANT SAFETY INFORMATION

This product has been designed for home use only and built for optimum safety. Please note the following safety precautions:

1. **Before starting any exercise program you should consult your doctor to determine if you have any physical or health conditions that could create a risk to your health and safety, or prevent you from using the equipment properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level. This is especially important for persons over the age of 35, pregnant women, or those with pre-existing health problems or balance impairments.**
2. Before using this equipment to exercise, always do stretching exercises to properly warm up.
3. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, feeling light headed, dizzy or nauseous. If you do experience any of these conditions you should consult your doctor before continuing with exercise program. Injuries to health may result from incorrect or excessive training.
4. During exercises and after keep children and pets away from the equipment.
5. Use the equipment on a stable and levelled surface with a protective cover for your floor or carpet. Move all sharp objects.
6. Free area shall be not less than 0,6 m greater than the training area in the directions from which the equipment is accessed. Free area must also include the area for emergency dismount. Where equipment is positioned adjacent to each other the value of the free area may be shared.
7. Before each use, visually inspect the unit including hardware and resistance bends.
8. Before using the equipment, check if the nuts, bolts and other bends are securely tightened.
9. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components whilst assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noise coming from the equipment while using, stop. Do not use the equipment until the problem has been rectified.
10. Do not insert any object into any openings.
11. Be aware of all regulation and constructions parts which may disturb during exercises.
12. The safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
13. Wear suitable clothing whilst using the equipment. Avoid wearing loose clothing which may get caught in the equipment or that may restrict or prevent movement.
14. **The equipment has been tested and certified according to EN ISO 20957-1 under class HC. It is not suitable for therapeutic use.**
15. Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back. Always use proper lifting techniques and/or use assistance.
16. The equipment is designed for adult use only. Keep unsupervised children away from the equipment.
17. Assemble this unit as described in this manual. Use only parts from the set. Check all parts with the part list.



WARNING: READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USING ANY FITNESS EQUIPMENT. WE ASSUME NO RESPONSIBILITY FOR PERSONAL INJURY OR PROPERTY DAMAGE CAUSED BY OR THROUGH THE USE OF THIS PRODUCT

SPECIFICATIONS

Weight – 80 kg

Running belt – 140 x 52 cm

Dimensions – 184,2,4x89,9x133,2 cm

Maximum weight of user – 130 kg

Motor: 3.50hp

MAINTENANCE

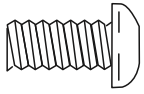
Use a soft, damp cloth to wipe the edge of the belt and the area between the belt edge and frame. Also reach as far as practical directly under the belt edge. A mild soap and water solution along with a nylon scrub brush will clean the top of the textured belt. This task should be done once a month.

Allow to dry before using.

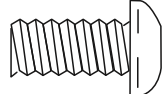
On a monthly basis, vacuum underneath your treadmill to prevent build-up. Once a year, you should remove the black motor shield and vacuum out dirt that may accumulate.

WARNING - UNPLUG POWER CORD BEFORE CLEANING/LUBRICATING.

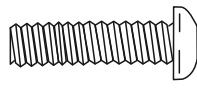
Hardware and Tool



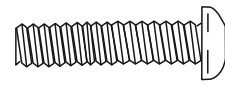
(A5)M8×20 bolt
8 pcs



(A10)M10×20 bolt
4 pcs



(A7)M8×55 bolt
4 pcs



(A8)M8×65 bolt
4 pcs



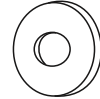
(A16)M4×12 cross
head screw
4pcs



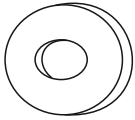
(A24)ST2.9×12
cross head tapping screw
6pcs



(C1)φ4flat washer
4pcs



(C3) φ8 flat washer
2pcs



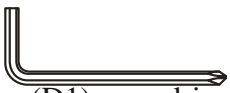
(C4) φ10 flat
washer
4pcs



(C9) φ4 spring washer
4pcs



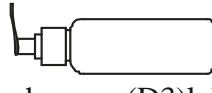
(C1) φ10 spring
washer 4pcs



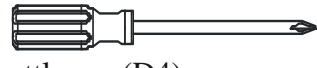
(D1)screwdriver
1pc



(D2)wrench
(S=6)
1pc

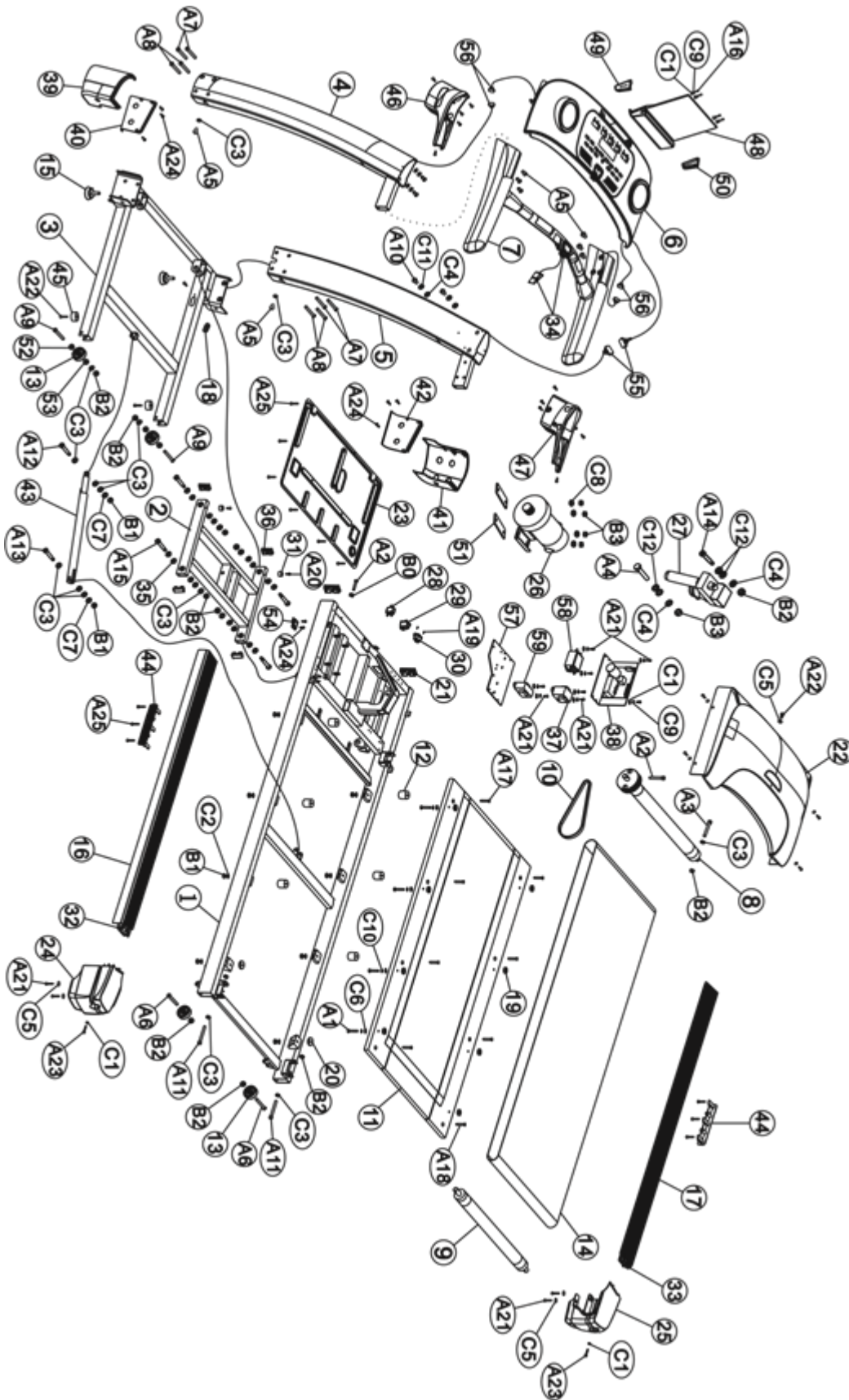


(D3)lubricant bottle
1pc



(D4)cross screwdriver
1pc

Exploded-view drawing



Parts list

No.	Description	Qty	No.	Description	Qty	No.	Description	Qty
1	Base frame	1	37	Transformer (optional)	1	A13	Shoulder boltΦ8 X 40	1
2	Incline frame	1	38	Driver	1	A14	Shoulder boltΦ10 X 30	4
3	Base support	1	39	Left foot cover 1	1	A15	Shoulder boltΦ10 X 45	4
4	Left upright tube	1	40	Left foot cover2	1	A16	Cross pan head bolt M4 X12	4
5	Right upright tube	1	41	Right foot cover 1	1	A17	Cross counter-sunk bolt M6 X25	6
6	Controller set	1	42	Right foot cover 2	1	A18	Cross pan head bolt M6 X30	2
7	Handlebar	1	43	cylinder	1	A19	Cross pan head bolt M3 X8	2
8	Front roller	1	44	Side cushion	2	A20	Cross pan head self-lock bolt ST4 X16	2
9	Rear roller	1	45	Rubber cushion	2	A21	Cross pan head self-lock bolt ST4.2 X12	23
10	8V belt	1	46	Left upright tube cover	1	A22	Cross pan head self-lock bolt ST4 .2X16	7
11	Running board	1	47	Right upright tube cover	1	A23	Cross pan head self-lock bolt ST4.2 X35	2
12	Running board cushion	6	48	Tablet PC holder	1	A24	Cross pan head self-lock bolt ST2.9 X12	14
13	Foot wheel	4	49	Left end cap for the supporter	1	A25	Cross pan head self-lock bolt ST4X10	46
14	Running belt	1	50	Right end cap for the supporter	1	A26	Cross bolt with washer M3 X6	10
15	Adjustable foot pad	2	51	Rubber pad	2			
16	Left side rail	1	52	Spacer bush	2	B0	Hex nut M8	1
17	Right side rail	1	53	Spacer bush 2	2	B1	Nylon lock nut M6	14
18	Thread plug	1	54	Square sensor	1	B2	Nylon lock nut M8	10
19	Side rail positioning pin	8	55	Signal wire A	3	B3	Nylon lock nut M10	5
20	Cushion	2	56	Signal wire B	4			
21	J60X30 End cap	2	57	Driver cooling plate (optional)	1	C1	Flat washer Φ4	14
22	Motor cover	1	58	Filter (optional)	1	C2	Flat washer Φ6	12
23	Bottom motor cover	1	59	Inductor (optional)	1	C3	Flat washer Φ8	19
24	Left end cap	1				C4	Flat washer Φ10	6
25	Right end cap	1	A1	Hex head bolt M5X35	8	C5	Big flat washerΦ4	9
26	Motor	1	A2	Hex head bolt M8X35	2	C6	Big flat washerΦ5	8
27	Incline motor	1	A3	Hex head bolt M8X60	1	C7	Big flat washer Φ6	2
28	Overload protection switch	1	A4	Hex head bolt M10X90	1	C8	Big flat washer Φ10	4
29	Power switch	1	A5	Half- round bolt M8X20	8	C9	Spring washer Φ4	12
30	Socket	1	A6	Half-round bolt M8X40	2	C10	Spring washerΦ5	8
31	Crash pad	2	A7	Half-round bolt M8X55	4	C11	Spring washer Φ10	4
32	End cap link block (L)	1	A8	Half-round bolt M8X65	4	C12	Nylon washer Φ10	4
33	End cap link block (R)	1	A9	Half-round boltM8X50	2	D1	Screwdriver	1
34	Emergency key set	1	A10	Half-round bolt M10X20	4	D2	Wrench (S=6)	1
35	Nylon space	16	A11	Half-round bolt M8X75	2	D3	Lubricant bottle	1

36	J40X20 End cap	4	A12	Shoulder boltΦ8 X 25	1	D4	Cross screwdriver	1
----	----------------	---	-----	----------------------	---	----	-------------------	---

Remark: Parts subject to our available products if there is any discrepancy.



WARNING: Don't insert the power wire until the treadmill was fully assembled.

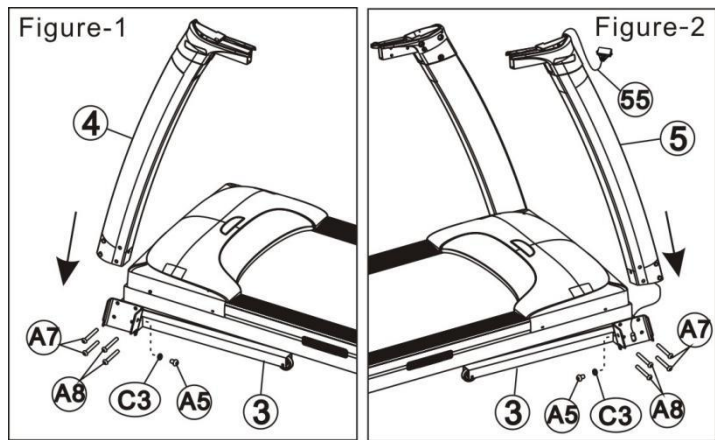
Assembly tips:

2. In order to avoid instruction mistake, do not tighten bolt completely until the whole treadmill assembly is finished.
3. This treadmill packaged for 2 cartons. #1 carton is main frame. #2 carton is Handlebar set.

1. Assembly of left upright tube

1.1 Install left upright tube (4) to base frame (3) by using two sets half-round bolt M8*55(A7) and M8*65(A8) on the side.

1.2 In the rear, use one piece of half-round bolt M8*20(A5) and 1 piece flat washer φ8(C3) to connect. (As Figure 1 shown).



2. Assembly of right upright tube

2.1 Thread the Signal wire (55) from Base frame to the upper end of the Right upright tube and fix it.

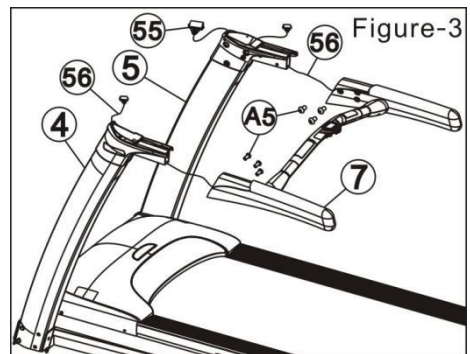
2.2 Install the Right upright tube (5) to the Base frame (3) by using two sets Half-round bolt M8*55(A7) and Half-round bolt M8*65(A8) on the side.

2.3 In the rear, use one piece of Half-round bolt M8*20(A5) and one piece Flat washer φ8(C3) to connect. (As Figure 2 shown).

3. Assembly of handlebar and controller

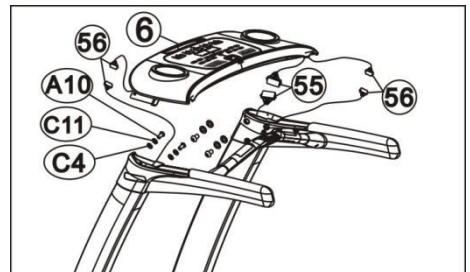
3.1 Thread the Signal wire (56) inside the Handlebar through the upper side of Upright tube, then connect the Handlebar (7) to the upright tubes (4/5).

3.2 Use six pieces of Half-round bolt M8*20(A5) to connect (As Figure 3 shown).



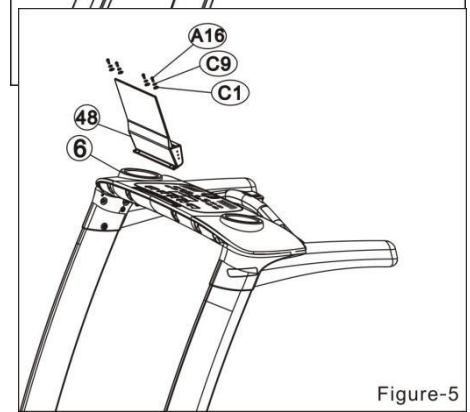
3.3 Connect the Signal wire in the upright tube and the corresponding wire in the controller, then insert into the upright tube.

3.4 Use four sets of Half-round M10*20(A10), Spring washer φ10 (C11) and Flat washer φ10 (C4) to connect the upright tubes to the controller (As Figure 4 shown).



4. Assembly of tablet PC holder

4.1 Align the holder with the turnable pedestal, then connect them by using four sets of Cross pan head bolt (A16), Spring washer φ4 (C9) and Flat washer φ4 (C1) (As Figure 5 shown).



5. Assembly of left/right foot cover

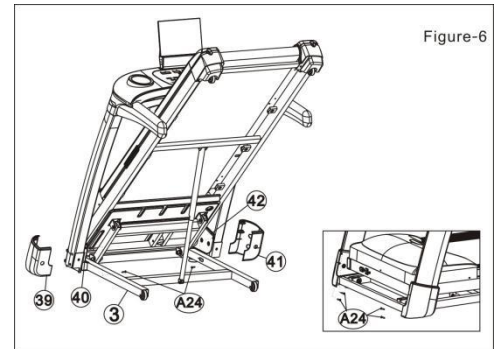
5.1 Tighten all the bolts.

5.2 Fold up the base frame, remove the adhesive tape from the Left foot cover 2 (40), install the cover 2 inside of the Base support (3), then integrate the Left foot cover 1(39) with the cover 2(40) by using one piece of Cross pan head self-lock bolt ST2.9×12(A24) inside to tighten.

5.3 Remove the adhesive tape from the Right foot cover 2(42), install the cover 2(41) by inside of the Base support (3), then integrate the Right foot cover 1(41) with the cover 2(42) by using one piece of Cross pan head self-lock bolt ST2.9×12(A24) inside to tighten.

5.4 After unfolding treadmill to flat, tighten the left and right covers by using four pieces of Cross pan head self-lock bolt ST2.9×12(A24) in the front-end (As Figure 6 shown).

5.5 Regarding folding and unfolding, please see Folding, Moving and Unfolding Instruction.



Folding, moving and unfolding instruction



Warning: The incline must be return to zero and the power should be cut off before folding!

1. Folding: The treadmill is foldaway. Lift the end of the main frame and upwards to the folding position of cylinder, the link position should be buckled into the bayonet when folding (As Figure A-1).

2. Moving: Hold the end the frame with both hands, put one foot on a foot wheel, pull the frame back forcefully, resulting in the front end suspended, then you can move the treadmill forward and backward.

3. Unfolding: Lift then end the the main frame to make the upper pole of cylinder higher than the bayonet surface; (As Figure A-1 shown), then put your toes to push the pole lightly, and pull down the frame to make the pole go over the bayonet position at the same time; (As Figure A-2 shown) Free your foot from the pole, but continue to press the frame slowly, then free your hand when the frame move down for a while, the cylinder contracts slowly under the action of gravity of the treadmill itself, and finally the frame goes to be flat. (As Figure B shown).

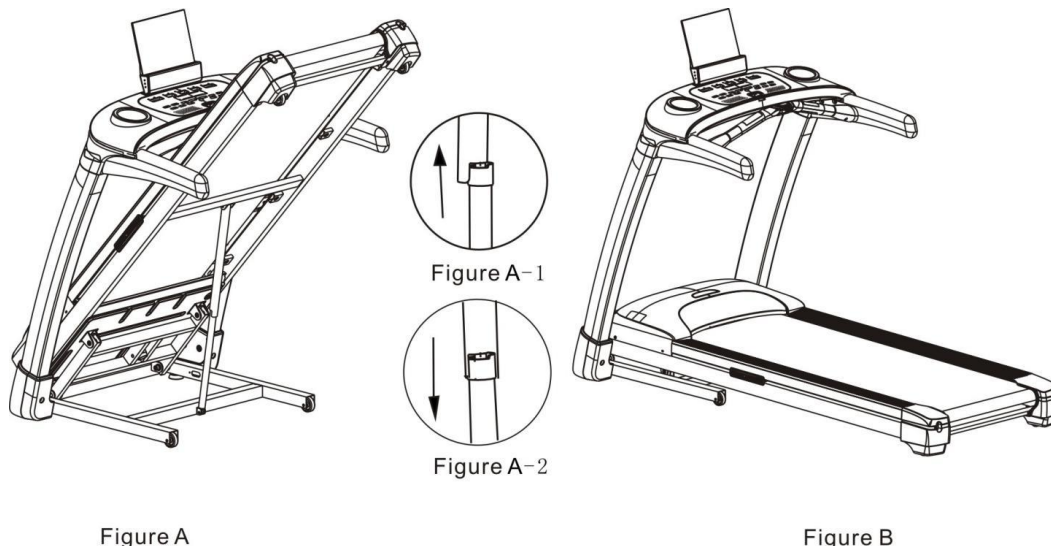


Figure A

Figure B

Operation instruction



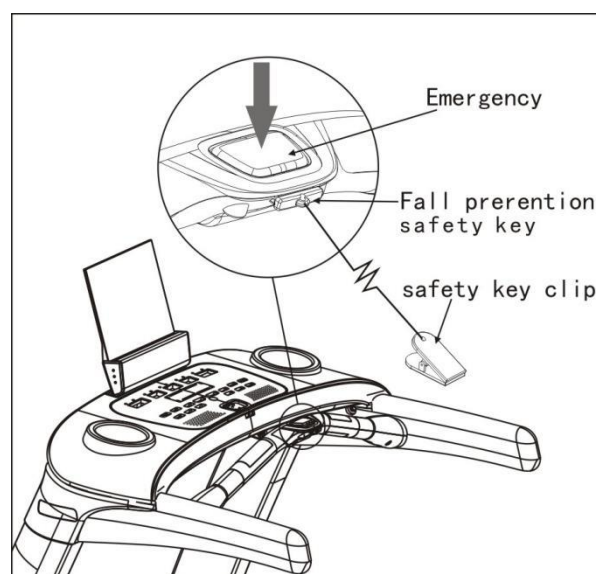
Warning: Improper connection with the grounding conductor may result in the risk of electronic shock. When you are in doubt if the treadmill is properly grounded, professional electrician or repairman should be required to inspect it. Do not fix the original plug, if there is no proper socket available, you should turn to professional electrician to install a proper one.

Adjustment instruction

- 1 . The serviceman or the professional should check if voltage is suitable before connecting power, if grounded wire of three-core plug is well connected. Use hand to pull the running belt to check if rotation is flexible and there is no noise.
- 2 . Connect power, press Start key, treadmill will run slowly, inspect if belt and computer are normal.
- 3 . Press incline +/- key, inspect treadmill rotation and display. If the belt is deviation, you must stop it to adjust belt according to the maintenance instruction.
- 4 . Pressing emergency stop key or pull out safety key when the treadmill is running, it will stop immediately. Reinsert the safety key so that the emergency stop button is up and reset, then you can restart the treadmill. (As the below figure).

The treadmill can be used after finishing all the adjustments.

2. Stand with your feet on both side rails and clip the other end of safety key to your clothes of waist.
2. Press Start key, the treadmill will run slowly, you can step on belt slowly.
- 3 . Press speed+ key, the belt speed will gradually increase, the speed value can be seen in the computer, it's suggested to run at low speed for 2-3 minutes, then press your target speed, after getting use to the running pace , you can release the handrail to run.
- 4 . You should slow down gradually and keep running for 2-3 minutes at low speed before stop running, which will help the heart and breathe back to normal.
5. At the end of run, you can reduce the speed to the lowest, then press stop key to stop the treadmill.
- 6.If it is too late to reduce speed and lose balance in high speed running, you can pat the emergency stop,then the treadmill will stop to run immediately. Its stopping distance depends on inertia weight.



7. Please fully master the usage of emergency stop and safety key.



Warning: Frequent use of incline operation (over 5 times continuously) may disable the incline function. This is not malfunction but a kind of self-protection, it will automatically resume after 1 hour stop.

LED Instruction



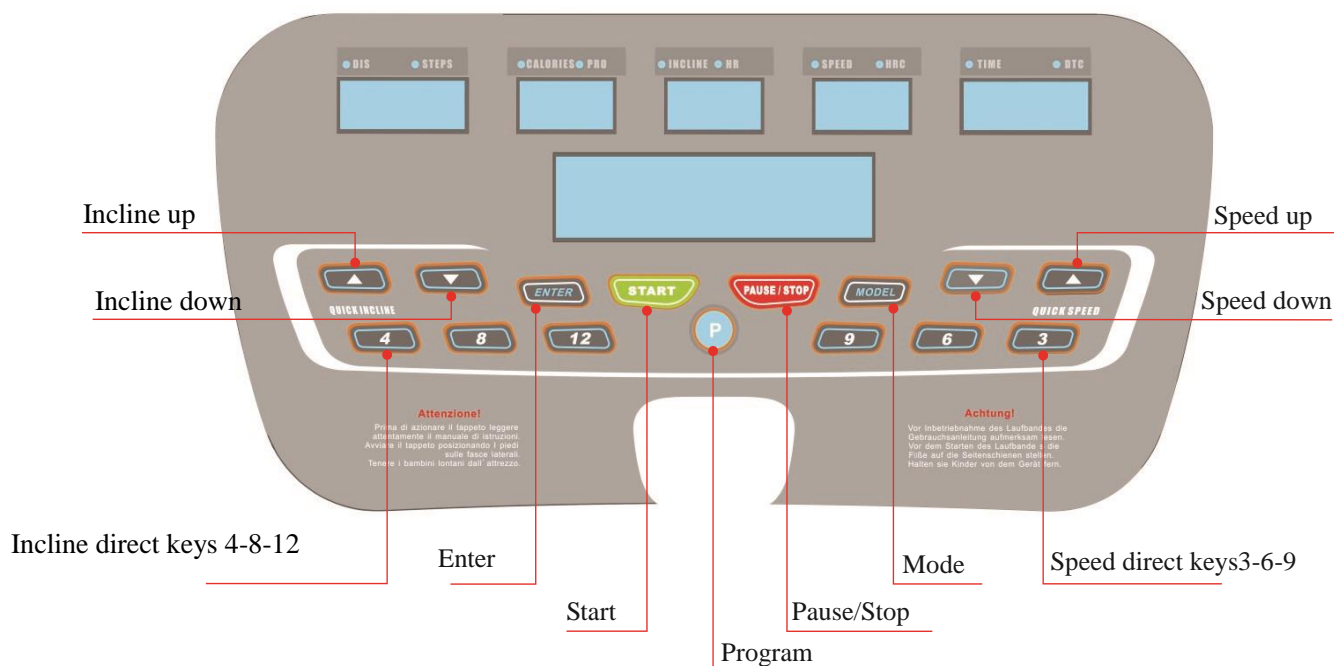
Warning: To reduce the possibility of electric shock, please keep the console dry, only sealed bottle could be put on the holder.

◆1. Function











Display screen	LED	Shortcut Keys	Incline direct keys 4-8-12 Speed direct keys 3-6-9
Running data	Time/Incline/Speed/Pace/Distance/Calorie/Heart rate/HRC	Heart rate monitor	Hand pulse, HRC wireless heart rate (optional)
Audio Technology	Built-in dual surround speaker (5W, 2pcs)	Audio Format	
Excercise Application			

◆2. Console instruction:

■2.1 Physical rubber buttons operation (As shown below)



■2.1.1 Buttons function table:

Button Icon	Button Name	Function Description
Guidance		
	START Key	Connect the power, press START key, the treadmill start running.
	PAUSE/STOP Key	When the treadmill is running, press STOP/PAUSE to pause status, press it again, the treadmill turn to stop status. After pause, press Start key, the treadmill will be restored to its running state before pause.
	ENTER Key	Press this key to confirm setting.
	MODEL Key	In standby state, press this key for manual program setting.
	Emergency Stop/Safety Key	It is a safety device to prevent slipping or force stop in emergency. When using the treadmill, you need to insert the safety key (after inserting the safety key, the emergency stop button will automatically reset and pop up), Treadmill will be stopped when press the emergency stop button or pull out the safety key.
	Speed Adjustment Key	When the treadmill running, press them to adjust speed, long press will adjust quickly; you also can press this key to increase or reduce value in the direct select exercise program.
	Direct Speed Keys	Build-in 3-6-9 three speed direct shortcut keys. (It is effective when the treadmill running).
	Incline Adjustment Key	When the treadmill running, press them to adjust incline, long press will adjust quickly, you also can press this key to increase or reduce value in the direct select exercise program.
	Direct Incline Keys	Build-in 4-8-12 three incline direct shortcut keys.
	Program Key	Press it to enter built-in program state.

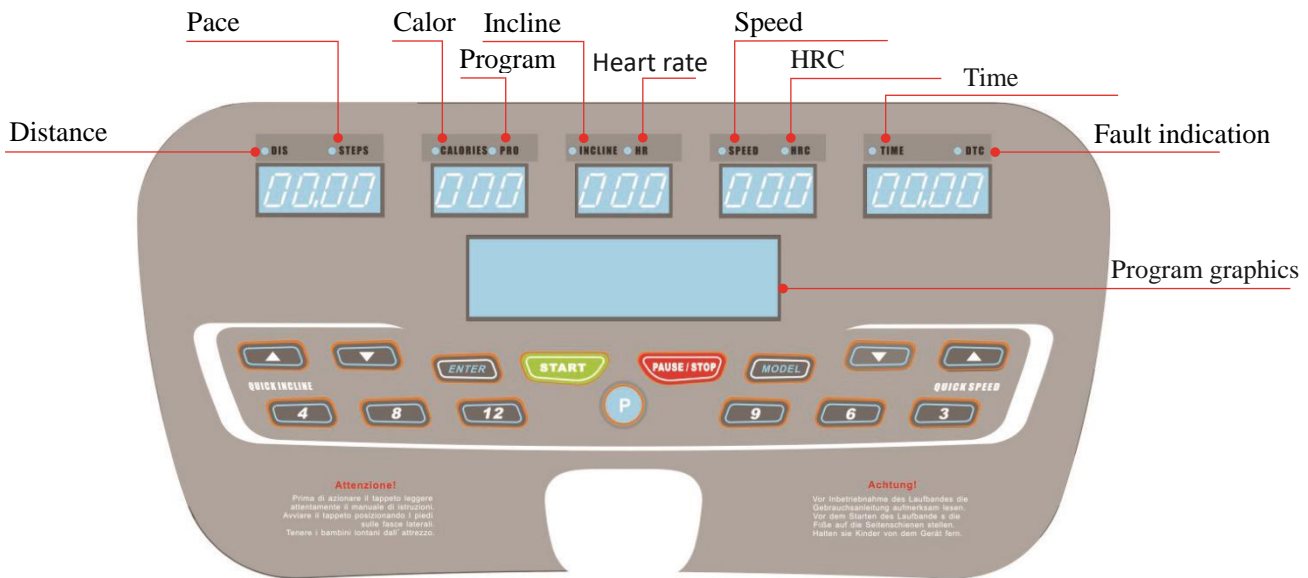
◆3. Display screen and console

■3.1 Display screen instruction



■3.2 Display screen

function:






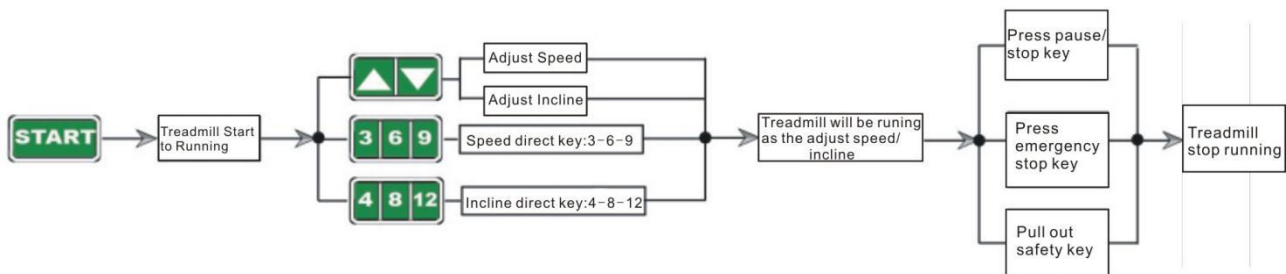
◆4.Operation instruction

■4.1Treadmill operation instruction

4.1.1Standby mode operation




Put the special power wire into treadmill socket, another end of power wire has be connected to the environment working voltage (the working voltage must be in conformity with requirements of the treadmill). Connect the power, treadmill enter to standby mode, time window shows environment temperature, PROGRAM window shows preset program ,other windows will shows initial value “0”.

4.1.2In standby mode, press START  key, treadmill start to running, each window will show current exercise data accordingly. Matrix window display runway and laps, each lap is 400 meters. At the same time, you can select speed or incline key  to adjust speed or incline class as you like, press Pause/Stop key  to pause or stop running.



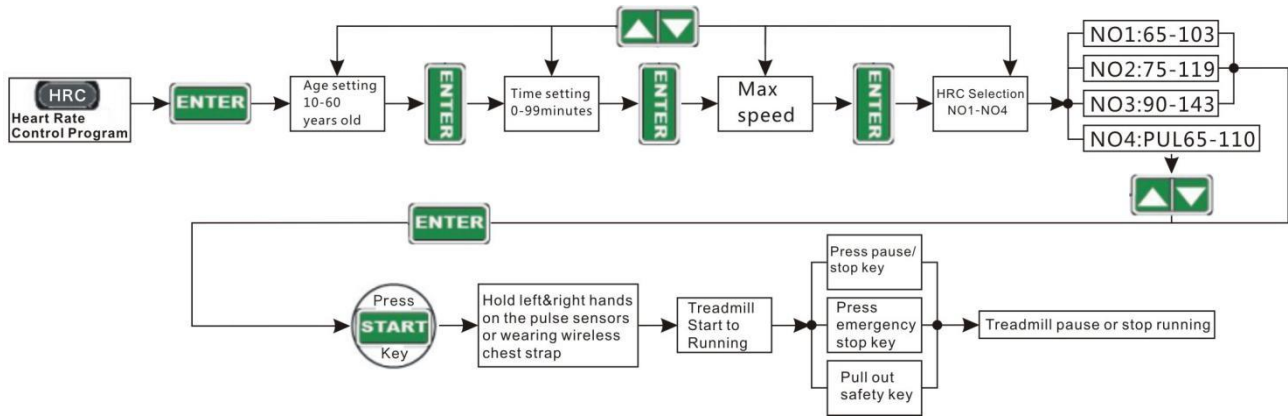
■ 4.1.3 Exercise program operation instruction

The treadmill apply four types of configurable heart-rate control programs, each with a different level of intensity, users can choose the appropriate level of intensity to train according to their age, gender, weight and other parameters and different purposes of exercise.

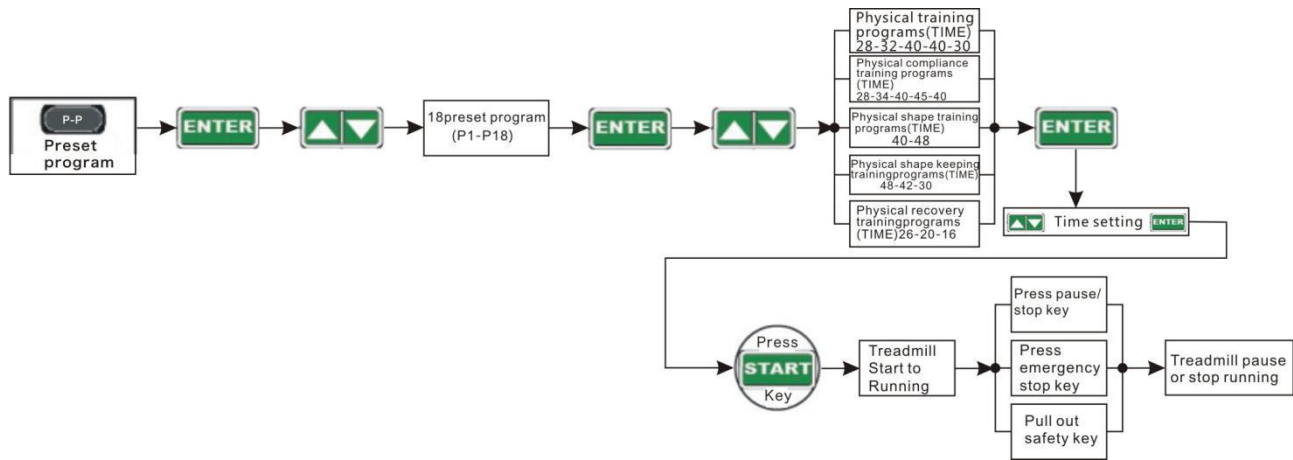
When you use intelligent program, you need to use setting key  to proceed relevant setting, press Enter key  to confirm; Press direct key to select intelligent program as you like, press Stop/pause key  to exit when selected, then you can select another intelligent program after exit.

4.1.4 Intelligent Exercise program operation schematic diagram

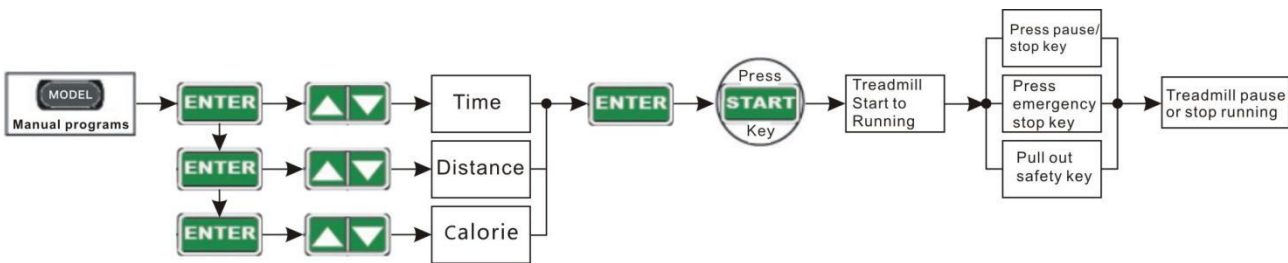
Heart rate control program



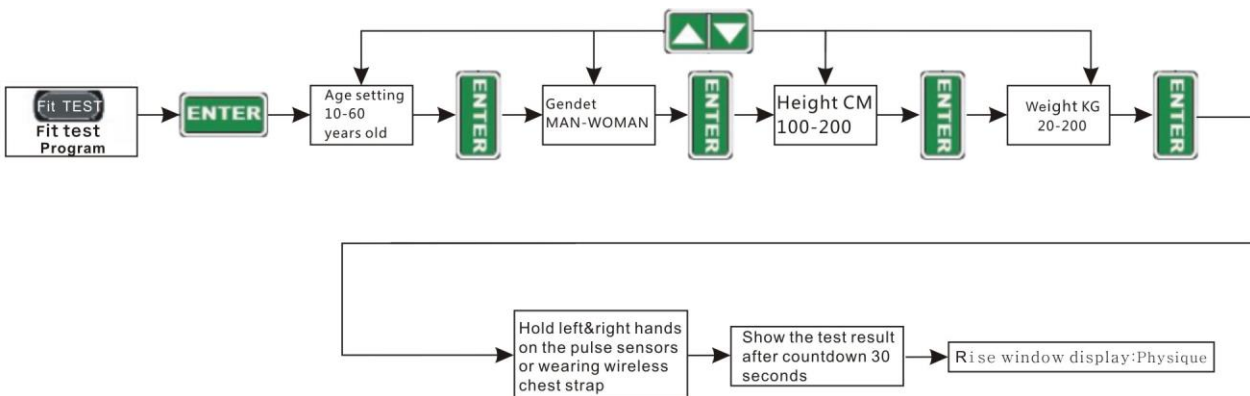
Preset program



Manal program



Fit test Program

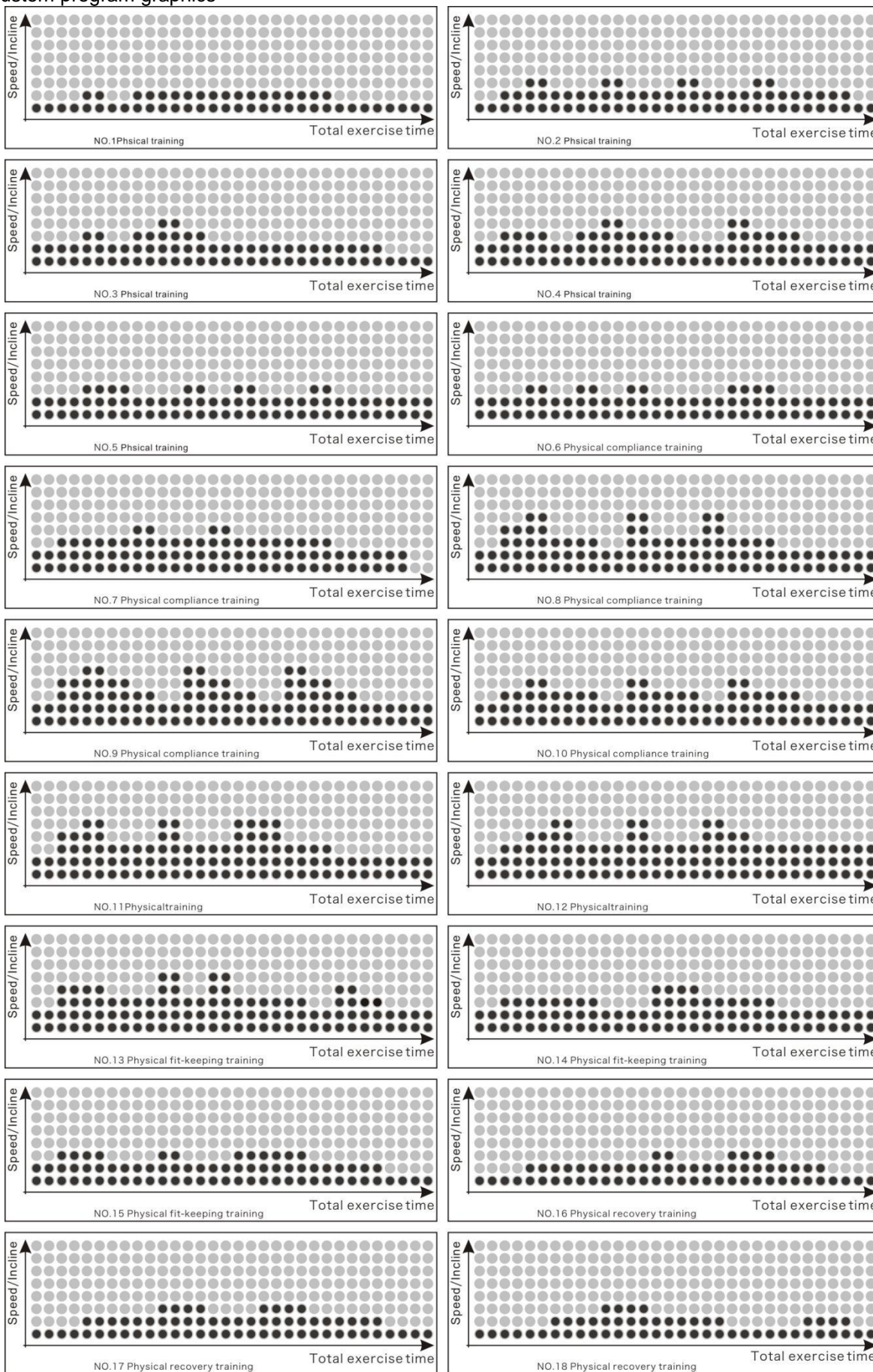


Warm Tip:

When using the P1 HRC program, please stop MP3 mode to prevent the audio signal from interfering with the wireless heart rate signal, and it's required to wear a specialized HRC wireless chest band.

■ 4.1.5 Program Matrix graphics and body mass index reference table

● Custom program graphics



●Fat percentage reference table

Age Gender	body shape				
	slim	healthy	fleshy	over wt	obese
FAT%	body 1	body 2	body 3	body4	body 5
Male ≤30 years old	<14%	14%—20%	20.1%—25%	25.1%—35%	> 35%
Male > 30 years old	<17%	17%—23%	23.1%—28%	28.1—38%	> 38%
Female ≤30 years old	<17%	17%—24%	24.1%—30%	30.1—40%	> 40%
Female > 30 years old	<20%	20%—27%	27.1%—33%	33.1%—43%	> 43%

●Adult body mass index(BMI) reference table

Body condition	Thin	Realistic weight	Overweight	Mild obesity	Moderate obesity	Severely obesity
Body mass index(BMI)	< 18.5	18.5-23	23-25	25-30	30-35	> 35

◆5 Hand pulse test

5.1●After and before exercise, it can monitor exerciser’s pulse of static, dynamic and recovery status. Exerciser hold the left and right hand touch pulse monitored metal, pulse value will be shown on screen. (Warm tip: the max pulse value do not over (220-age) when exercise. If over the max pulse, it’s suggested to rest for 30 minutes, or reduce speed and incline. The test result is just for your exercise reference).

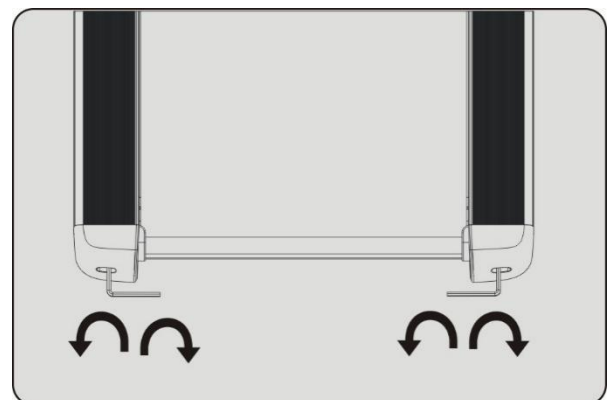
Maintenance and malfunction treatment

1. Clean: The surface of the treadmill should be kept clean, pull out the power wire before cleaning. You can clean the running belt and the surface of the treadmill with a soft and wet cloth. Do not use strong solvents

2. Adjust belt deviation: The running belt has been well adjusted at factory; it may run defectively after transportation and improper use. Turn off the treadmill before adjusting, (As the right figure shown) adjust the left and right bolts in rear roller with hex wrench. If the belt is deviation to left, clockwise rotate the left bolt. If the belt is deviation to right, counterclockwise rotate the right bolt. It is better to adjust 1/2 circle each time. Then turn on the switch, check if the belt runs defectively when the running speed is 4~5 km/h. Repeat to adjust to the belt to the center.(see As figure)

3. Adjust belt slip: After using for some time, the belt may be extended and stuck. Your should adjust the left and right bolts in rear roller clockwise at same position till the runs smoothly, it is better to adjust 1/2 circle each time .But it should not be adjusted too tight, so as to avoid shortening the service cycle. But

4. Lubricate: After using over 100 hours or the lubricant between the running board and the running belt is used up, you should lubricate the running board.



A: Power off, loosen the running belt as the method of the belt deviation adjustment, then use a brush to evenly spread the right amount of silicone oil on the running board, be careful not to apply to outside of running belt coverage, and then tighten the running belt.

B: Please do not lubricate excessively, more lubricant is not better. Reasonable lubricate can extend the treadmill life!

Malfunction treatment

Malfunction	Reasons	Troubleshooting
1.No data shown after power on	①The power wire is not properly plugged in ②Overcurrent protector is disconnected ③The transformer is not plugged in properly or is damaged ④The fuse on the drive is broken	①Replug the wire. ②Reset the overcurrent protector ③Check or replace transformer ④Replace the fuse
2.E01: fault in speed sensor	①Speed sensor is mal or assembly problem come out ②The optocoupler of driver is broken ③Other peripheral part of controlling IC is broken	①Check the assembly position or replace the speed sensor ②Replace the optocoupler ③Replace the driver
3.E02: fault of motor overcurrent	①The motor current is excessive ②The resistance of roller is too high ③The part of driver is broken	①Replace the motor. ②Strengthen the lubricate or replace ③Replace the driver
4.E03: fault of communication	①Signal wire is broken ②The optocoupler of driver is broken ③The part of the console is broken	①Check the joint of signal wire which connects the console and driver or replace the wire ②Replace the driver or the optocoupler of driver ③Replace the board of console
5.E04: fault of driver power	①The motor does not plug in properly, or the motor is broken (circuit open) ②The relay or drive of driver is broken ③The bridge rectifiers of driver is broken ④Other peripheral part of controlling IC is broken	①Check or replace the motor ②Replace the relay or the driver ③Replace the bridge rectifier or the driver ④Replace the driver
6.'--' displayed in incline window: fault in incline detection	①The incline sensor does not plug in properly ②The incline sensor is broken ③The part of driver is broken	①Check connection of the plug ②Replace the incline motor ③Replace the driver
7.It runs normally without load, but it is difficult to start after load, with pause	①The torque adjustment of driver is small ②The running belt is too loose. ③There is fault in motor.	①Adjust the torque potentiometer on the drive ②Adjust the running belt ③Replace the motor

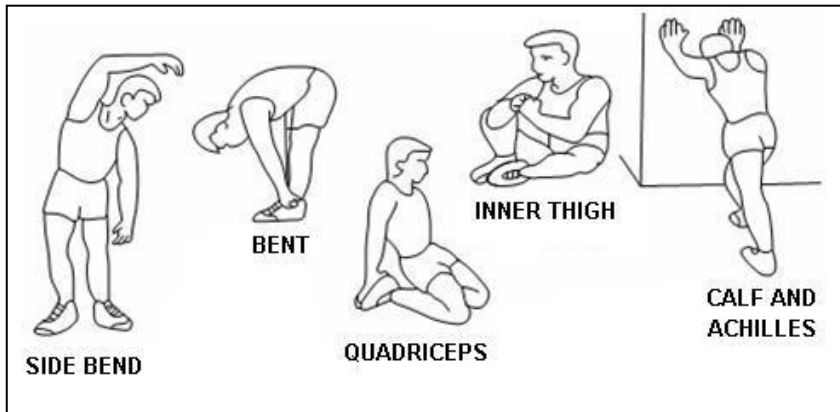
Warning: In case of malfunction or damage to the power wire, it must be maintained and replaced by the professional.

TERMS OF REFERENCES

Motorized treadmill is used for legs training. Treadmill BE3601-i is HC class item. Unit is not intended for therapy or rehabilitation.

TRAINING INSTRUCTION

1. Warm-Up



To prevent injury and maximize performance we recommend that each workout period starts with a warm-up. We suggest you do the following exercise as the sketch map. Each exercise at least about 30 seconds.

2. Position



Step on the running belt, you may put your hands on the handle bar. Keep your back straight during exercises. You may walk or run (look at the pictures).

Even though we go to great efforts to ensure the quality of each product we produce, occasional errors and /or omissions do occur. In any event should you find this product to has either a defective or a missing part, Please contact us for a replacement.

Consumer service department: ABISAL Sp. z o. o.
ul. Św. Elżbiety 6
41-905 Bytom
abisal@abisal.pl
www.abisal.pl
www.hms-fitness.pl

NÁVOD K OBSLUZE

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Výrobek je určen pouze k domácímu použití a byl navržen tak, aby byla zajištěná optimální bezpečnost. Zásady, které je potřeba dodržovat:

1. Před započítím tréninku se poraďte s lékařem za účelem vyloučení překážek ve využívání tohoto cvičebního zařízení. Rozhodnutí lékaře je nezbytné v případě užívání léků majících vliv na činnost srdce, tlak krve a hladinu cholesterolu. Je to také nezbytné u osob starších 35 let a osob majících zdravotní potíže.
2. Před započítím tréninku proveďte vždy rozcvičku.
3. Všimněte si znepokojujících signálů. Nesprávné nebo nadměrné cvičení je nebezpečné pro zdraví. Pokud se v průběhu tréninku objeví bolesti hlavy nebo závratě, bolest na hrudníku, nepravidelný srdeční rytmus nebo jiné znepokojující projevy, je potřeba trénink okamžitě přerušit a poradit se s lékařem. Úrazy mohou být způsobené nepravidelným nebo příliš intenzivním tréninkem.
4. V průběhu tréninku a po jeho ukončení zajistěte, aby k zařízení neměly přístup děti a zvířata.
5. Zařízení je potřeba postavit na suchém a rovném povrchu. Z nejbližšího okolí zařízení je potřeba odstranit veškeré ostré předměty. Zařízení je potřeba chránit před vlhkostí a eventuální nerovnosti podlahy je potřeba vyrovnat. Je doporučeno používat speciální antiskluzový podklad, který zabrání posouvání se zařízení během tréninku.
6. Volný prostor kolem zařízení by neměl dosahovat do vzdálenosti menší než 0,6 m a větší než je dostupná tréninková plocha. Volný prostor musí také zahrnovat prostor pro bezpečné sestoupení ze zařízení. Tam, kde se nacházejí dvě tato zařízení vedle sebe, může dojít k podělení volného prostoru.
7. Před prvním použitím, a dále v pravidelných intervalech, je potřeba kontrolovat upevnění šroubů a ostatních spojů.
8. Před započítím tréninku zjistěte upevnění jednotlivých částí a šroubů, které je spojují. Trénink je možné započít pouze v případě, že je zařízení řádně sestaveno.
9. Zařízení by mělo být pravidelně kontrolováno z hlediska opotřebení a poškození, pouze tehdy budou splněny bezpečnostní podmínky. Zvláštní pozornost je potřeba věnovat potahu a pěnokám, které podléhají opotřebení nejrychleji. Poškozené části je potřeba co nejrychleji opravit nebo vyměnit-do té doby není možno zařízení používat.
10. Do otvorů nevkládejte žádné předměty.
11. Dávejte pozor na čouhající regulační části a jiné konstrukční části, které by při tréninku mohly překážet.
12. Zařízení využívejte pouze v souladu s jeho určením. Jestliže bude některá část poškozena nebo opotřebena nebo se během tréninku objeví znepokojující zvuky, okamžitě přerušete trénink. Nepoužívejte zařízení dokud nebude závada odstraněna.
13. Cvičte v pohodlném oblečení a sportovní obuvi. Vyhněte se volnému oblečení, které by se mohlo o vyčnívající části zachytit nebo by mohly omezovat volnost pohybu.
14. Zařízení spadá do kategorie H podle normy **EN ISO 20957-1**. Není možné jej využívat jako terapeutické zařízení.
15. Během zvedání nebo přenášení tohoto zařízení je potřeba mít správné držení těla, aby nedošlo k poškození páteře.
16. Zařízení je určeno pouze pro osoby dospělé. Děti bez dozoru udržujte v bezpečné vzdálenosti od zařízení.
17. Při montáži zařízení je potřeba přesně dodržovat návod a používat pouze části, které patří k zařízení. Před započítím montáže je potřeba zkontrolovat, zda všechny části, které jsou v seznamu, byly dodány.



UPOZORNĚNÍ: PŘED POUŽITÍM FITNESS ZAŘÍZENÍ JE POTŘEBA PŘEČÍST SI ŘÁDNĚ NÁVOD. NENESEME ZODPOVĚDNOST ZA ÚRAZY NEBO POŠKOZENÍ PŘEDMĚTŮ ZPŮSOBENÉ NESPRÁVNÝM POUŽÍVÁNÍM TOHOTO VÝROBKU.

TECHNICKÉ ÚDAJE:

Hmotnost netto – 80 kg

Běžecský pás – 52 x 140 cm

Rozměry po rozložení – 184,2,4x89,9x133,2 cm

Maximální zatížení výrobku –130 kg

Silnik: 3,50hp

ÚDRŽBA

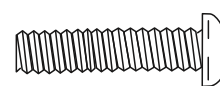
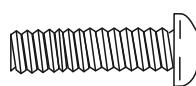
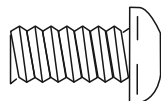
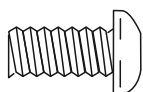
Používejte měkký a vlhký hadřík k utírání okraje pásu a prostoru mezi pásem a okrajem rámu. Čistěte také okraj pásu z jeho spodní strany. Jednou měsíčně čistěte horní část pásu kartáčkem a vodou s mýdlem nebo jemným detergentem.

Než začnete běžecský trenážer opět používat, počkejte, až vyschne.

Min. jednou měsíčně pod zařízením vysávejte a předcházejte tak hromadění se prachu. Doporučujeme min. jednou ročně stáhnout černý kryt motoru a odstranit prach, který se zde může hromadit.

POZOR: PŘED ČIŠTĚNÍM/PROMAZÁNÍM VYTÁHNĚTE ŠŇŮRU ZE ZÁSUVKY.

Montážní sada



(A5) šroub M8×20 8ks (A10) šroub M10×20 4 ks (A7) šroub M8×55 4 ks (A8) šroub M8×65 4 ks



(A16) šroub M4×12

(A24) šroub ST2.9×12

(C1) podložka \varnothing 4

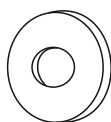
(C3) podložka \varnothing 8

4 ks

6 ks

4 ks

2 ks



(C4) podložka \varnothing 10

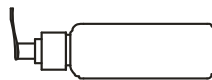
(C9) pružinová
podložka \varnothing 4

(C1) \varnothing 10 pružinová
podložka

4 ks

4 ks

4 ks



(D1) imbus /
šroubovák

(D2) imbus

(D3) olejníčka

(D4) křížový
šroubovák

1 ks

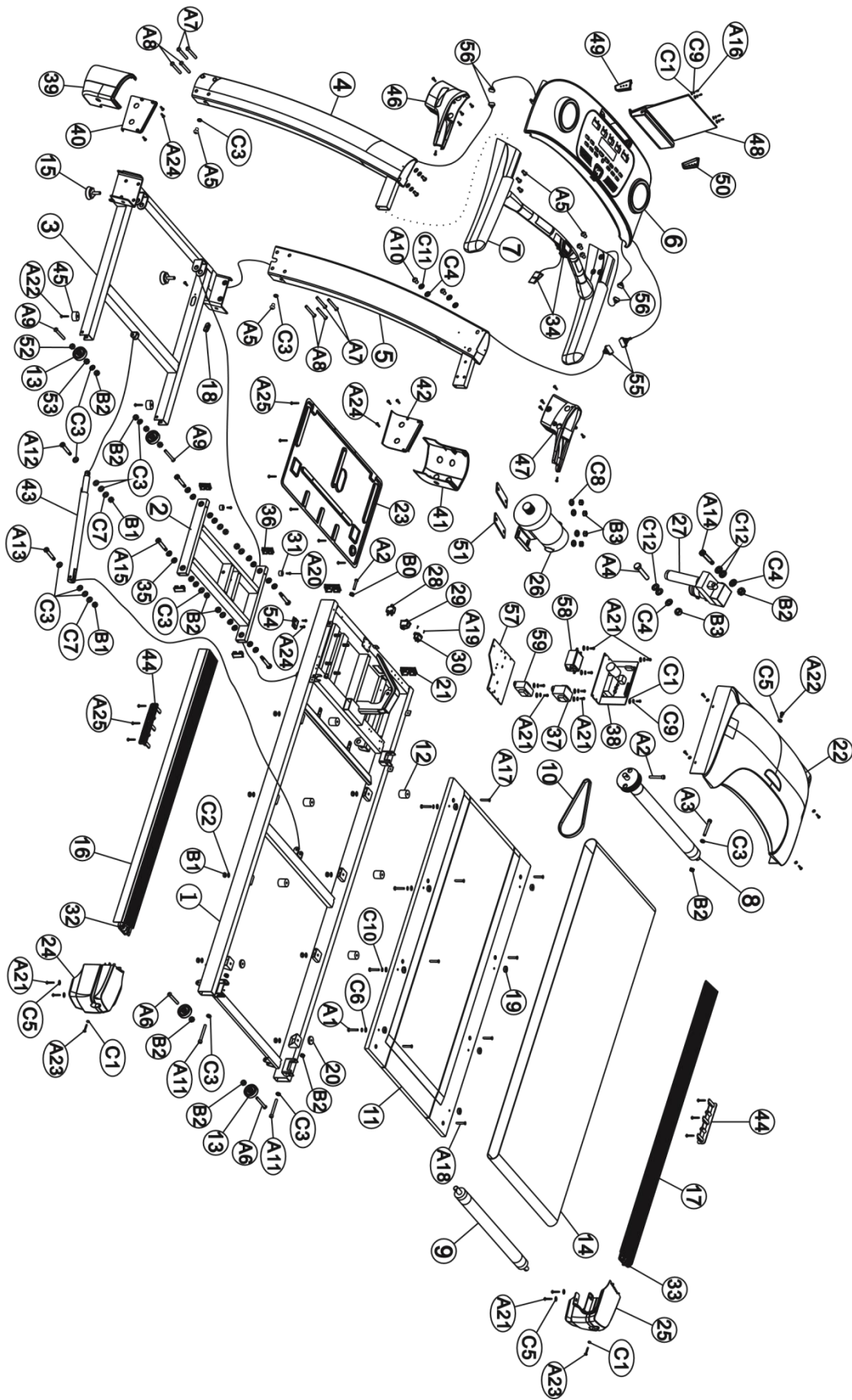
(S=6)

1 ks

1 ks

1 ks

Detailní schéma



Soupis dílů

Č.	Název	Ks	Č.	Název	Ks	Č.	Název	Ks
1	Hlavní rám	1	37	Transformátor	1	A13	Šroub Φ 8 x 40	1
2	Rám naklápění	1	38	Řídící jednotka	1	A14	Šroub Φ 10 x 30	4
3	Základní rám	1	39	Levý kryt 1	1	A15	Šroub Φ 10 x 45	4
4	Levý sloupek	1	40	Levý kryt 2	1	A16	Šroub M4 X12	4
5	Pravý sloupek	1	41	Pravý kryt 1	1	A17	Šroub M6 X25	6
6	Konzole	1	42	Pravý kryt 2	1	A18	Šroub M6 X30	2
7	Madla	1	43	Píst	1	A19	Šroub M3 X8	2
8	Přední válec	1	44	Tlumič	2	A20	Šroub ST4 X16	2
9	Zadní válec	1	45	Gumová podložka	2	A21	Šroub ST4.2 X12	23
10	Klínový řemen 8V	1	46	Levý kryt sloupku	1	A22	Šroub ST4 .2X16	7
11	Kluzná deska	1	47	Pravý kryt sloupku	1	A23	Šroub ST4.2 X35	2
12	Silentblok	6	48	Držák mobilního zařízení	1	A24	Šroub ST2.9 X12	14
13	Transportní kolečko	4	49	Levá záslepka	1	A25	Šroub ST4X10	46
14	Kurtna	1	50	Pravá záslepka	1	A26	Šroub M3 X6	10
15	Stavitelná nožka	2	51	Gumová podložka	2			
16	Levá bočnice	1	52	Váleček	2	B0	Matice M8	1
17	Pravá bočnice	1	53	Váleček 2	2	B1	Nylonová matice M6	14
18	Wtyczka	1	54	Czujnik kwadratowy	1	B2	Nylonová matice M8	10
19	Sworzeń	8	55	Przewód A	3	B3	Nylonová matice M10	5
20	Amortyzator	2	56	Przewód B	4			
21	Záslepka J60X30	2	57	Płyta chłodząca (opcjonalnie)	1	C1	Podložka Φ 4	14
22	Oštona silnika	1	58	Filtr (opcjonalnie)	1	C2	Podložka Φ 6	12
23	Dolna oštona silnika	1	59	Induktor (optional)	1	C3	Podložka Φ 8	19
24	Levá záslepka	1				C4	Podložka Φ 10	6
25	Prvá záslepka	1	A1	Šroub M5X35	8	C5	Podložka Φ 4	9
26	Motor	1	A2	Šroub M8X35	2	C6	Podložka Φ 5	8
27	Zdvihací motor	1	A3	Šroub M8X60	1	C7	Podložka Φ 6	2
28	Pojistka	1	A4	Šroub M10X90	1	C8	Podložka Φ 10	4

29	Vypínač	1	A5	Šroub M8X20	8	C9	Pružinová podložka Φ 4	12
30	Hnízdo	1	A6	Šroub M8X40	2	C10	Pružinová podložka Φ 5	8
31	Podložka	2	A7	Šroub M8X55	4	C11	Pružinová podložka Φ 10	4
32	Kryt seřizovacího šroubu - levý	1	A8	Šroub M8X65	4	C12	Nylonová podložka Φ 10	4
33	Kryt seřizovacího šroubu - pravý	1	A9	Šroub M8X50	2	D1	Šroubovák	1
34	Bezpečnostní klíč	1	A10	Šroub M10X20	4	D2	Klíč (S=6)	1
35	Nylonová matice	16	A11	Šroub M8X75	2	D3	Olejníčka	1
36	Záslepka J40X20	4	A12	Šroub Φ 8 x 25	1	D4	Šroubovák	1

Poznámka: Díly se mohou lišit podle aktuální dostupnosti.

Postup montáže



UPOZORNĚNÍ: před dokončením montáže trezážer nepřipojíte do zásuvky 230V.

Poznámka:

1. Před dokončením montáže nedotahujte šrouby, dotáhněte je až na závěr.
2. Trezážer je zabalen do 2 balíčků, hlavní rám je v balíku č. 1, konzole je v balíku č. 2.

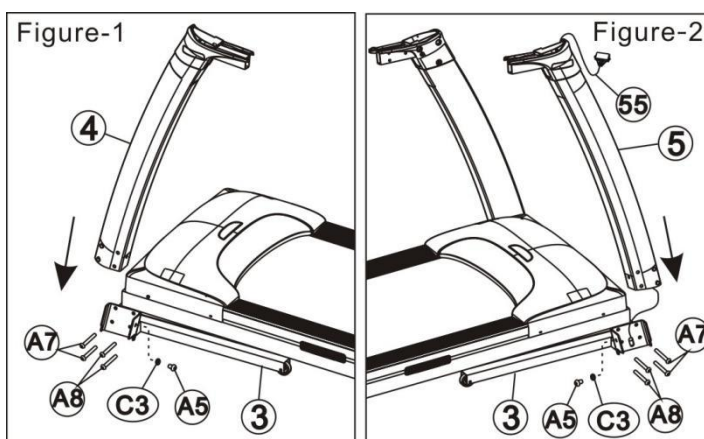
1. Montáž levého sloupku

1.1 Levý sloupek (4) spojte se základním rámem (3) pomocí 2 párů šroubů M8*55 (A7) a M8*65 (A8) z vnější strany a pomocí šroubu M8*20 (A5) a podložky φ8 (C3) ze zadní strany. (Obr. 1)

2. Montáž pravého sloupku

2.1 Napájecí vodič (55) protáhněte sloupkem a zajistěte jej proti sklouznutí zpět do sloupku. Dbejte zvýšené opatrnosti ať nepoškodíte vodič během montáže sloupku.

2.2 Pravý sloupek (5) spojte se základním rámem (3) pomocí 2 párů šroubů M8*55 (A7) a M8*65 (A8) z vnější strany a pomocí šroubu M8*20 (A5) a



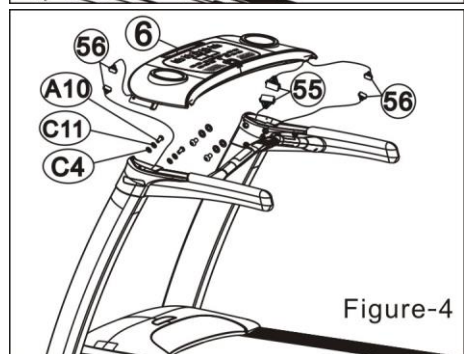
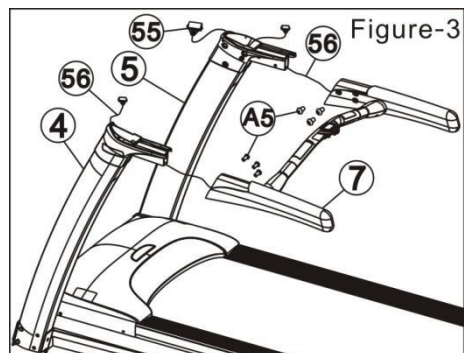
podložky $\varnothing 8$ (C3) ze zadní strany. (Obr. 2)

3. Montáž madel a konzole

3.1 Signální vodiče (56) protáhněte přes konstrukci sloupků (4 a 5) a madla (7) připevněte ke sloupkům pomocí 6-ti šroubů M8*20 (A5). (Obr. 3)

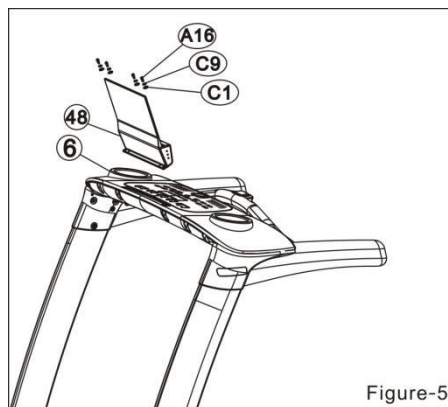
3.2 Propojte signální (56) a napájecí (55) vodiče a uložte je do sloupků.

3.3 Konzoli položte na sloupky (4 a 5) a připevněte ji pomocí šroubů M10*20 (A10), pružinových podložek $\varnothing 10$ (C11) a podložek $\varnothing 10$ (C4). (Obr. 4)



4. Montáž držáku mobilního zařízení

4.1 Vyklepnete kloub držáku (48) a pomocí 4 šroubů (A16), pružinových podložek $\varnothing 4$ (C9) a podložek $\varnothing 4$ (C1) jej připevněte ke konzoli (6). (Obr. 5)

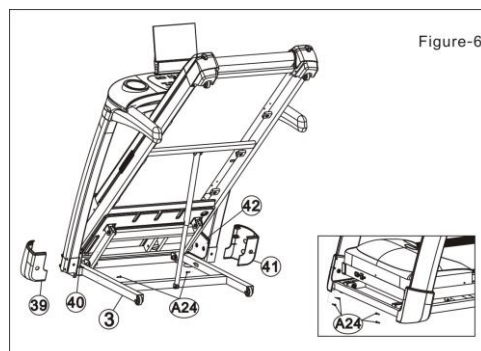


5. Montáž levého a pravého krytu

5.1 Dotáhněte všechny šrouby, které jsou pod montovaným krytem.

5.2 Nadzvedněte běžeckou plochu a na sloupek nasuňte vnitřní kryt (40 a 42) a vnější kryt (39 a 41), kryty srovnejte a připevněte pomocí šroubů ST2.9x12 (A24).

5.3 spusťte běžeckou plochu do roviny a pomocí šroubů ST2.9x12 (A24) připevněte kryty z přední strany (Obr. 6)





Upozornění: Před zvednutím běžecké plochy snižte úhel náklonu na 0!

1.Zvedání: Uchopte zadní část hlavního rámu a zvedněte ji do té výšky, kdy vyskočí bezpečnostní západka pístu (Obr. A-1).

2.Přesouvání: Trenažér uchopte za zadní část zajištěného rámu a zatlačte tak, aby se přední část základního rámu zvedla od země a trenažér převezte na požadované místo.

3.Spouštění: Nadzvedněte rám tak, aby pojistka pístu byla volně nad přírubou. Píst jednou rukou překlopte směrem k sobě (Obr. A-2) a pomalu začněte spouštět hlavní rám. Jakmile se pojistka přesune pod přírubu, pusťte rám a ustupte, rám pomalu klesne až na zem. (Obr. B)

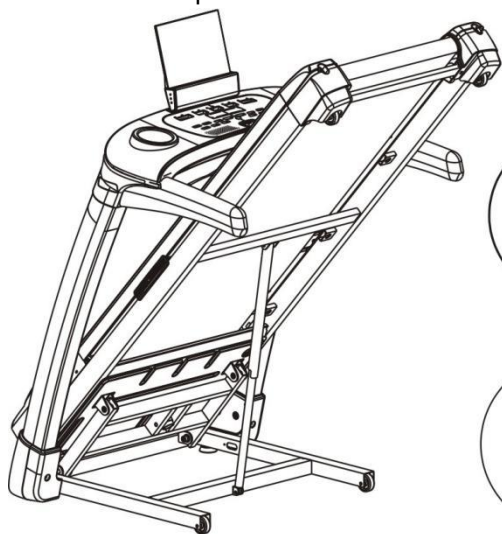


Figure A

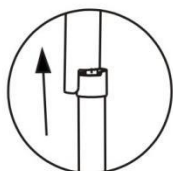


Figure A-1

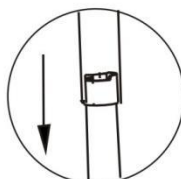


Figure A-2

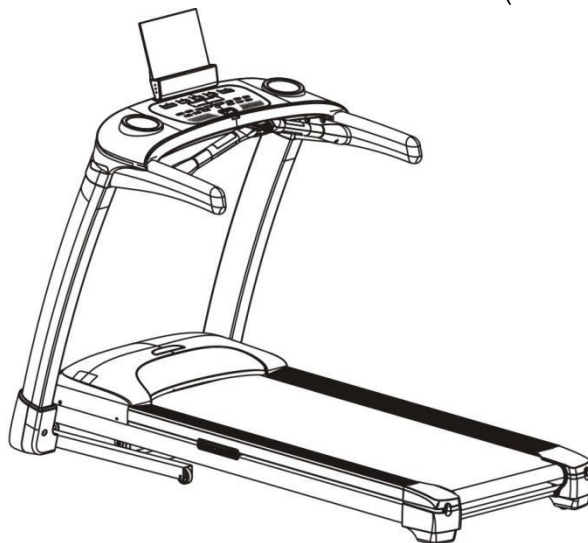


Figure B

Instrukce k uvedení do provozu



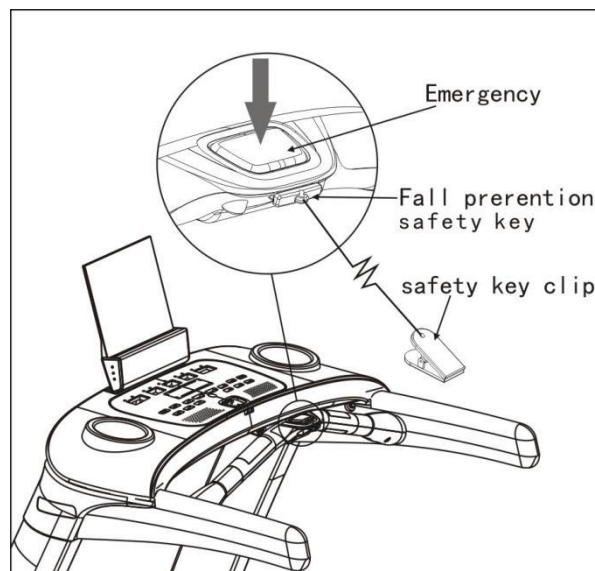
Varování: Nesprávné připojení k uzemňovacímu vodiči může představovat riziko úrazu elektrickým proudem. Pokud máte pochybnosti o tom, zda je běžecký pás řádně uzemněn, zkontrolujte jej u elektrikáře nebo mechanika. Pokud není k dispozici vhodná zásuvka, neopravujte původní zástrčku. Požádejte elektrikáře, aby nainstaloval správnou zástrčku.

Příprava ke spuštění

1. Servisní technik by měl před připojením napájecího zdroje zkontrolovat, zda je napětí správné a zda je zemnicí vodič třívodičové zástrčky bezpečně připojen. Rukou zatáhněte za kurtnu, abyste zkontrolovali, zda je pohyb plynulý a zda není slyšet žádný zvuk.
2. Připojte napájení, stiskněte tlačítko start, běžecký pás se spustí pomalu, zkontrolujte, zda běžící pás a počítač fungují správně.
3. Stiskněte tlačítko sklonu +/-, zkontrolujte pohyb běžeckého pásu a displej. Pokud je kurtna vychýlena, zastavte stroj a seřídte jej podle příručky pro údržbu.
4. Stisknutím tlačítka nouzového zastavení nebo vytažením bezpečnostního klíče, když je běžecký pás spuštěn, běžecký pás okamžitě zastaví. Znovu vložte bezpečnostní klíč, aby bylo tlačítko nouzového zastavení nahoře a resetováno, pak můžete restartovat běžecký pás. (Viz obrázek níže)

Běžecký pás lze používat po provedení všech nastavení.

3. Postavte se na bočnice a připevněte si svorku bezpečnostního klíče k oděvu.
2. Stiskněte tlačítko Start, běžící pás se spustí pomalu, nyní můžete vstoupit na běžecký pás a začít chodit.
3. Stisknutím tlačítka „speed +“ zvýšíte rychlost chůze na běžeckém pásu. Aktuální rychlost si můžete přečíst na počítači. Doporučujeme, abyste první 2-3 minuty používali pomalou rychlost a poté, jak si zvyknete na běžecký pás, zvýšte rychlost.
4. Pokud chcete cvičení ukončit, snižte rychlost a běžte pomalu další 2-3 minuty, aby se vyrovnal puls a vaše svaly mohly odpočívat.
5. Na konci běhu můžete snížit rychlost na nejnižší hodnotu, poté stisknutím tlačítka stop běžecký pás zastavíte.
6. Pokud ztratíte rovnováhu při běhu vysokou rychlostí, vytáhněte bezpečnostní klíč a běžecký pás se okamžitě zastaví.
- 1.7. Seznamte se s použitím nouzového vypínače a bezpečnostního klíče.





Upozornění: Častá změna náklonu (více než 5x po sobě) může způsobit zablokování této funkce. Nejde o závadu, ale o bezpečnostní pojistku. Funkce se automaticky obnoví po hodinové pauze (vychladnutí).

Návod ke konzoli



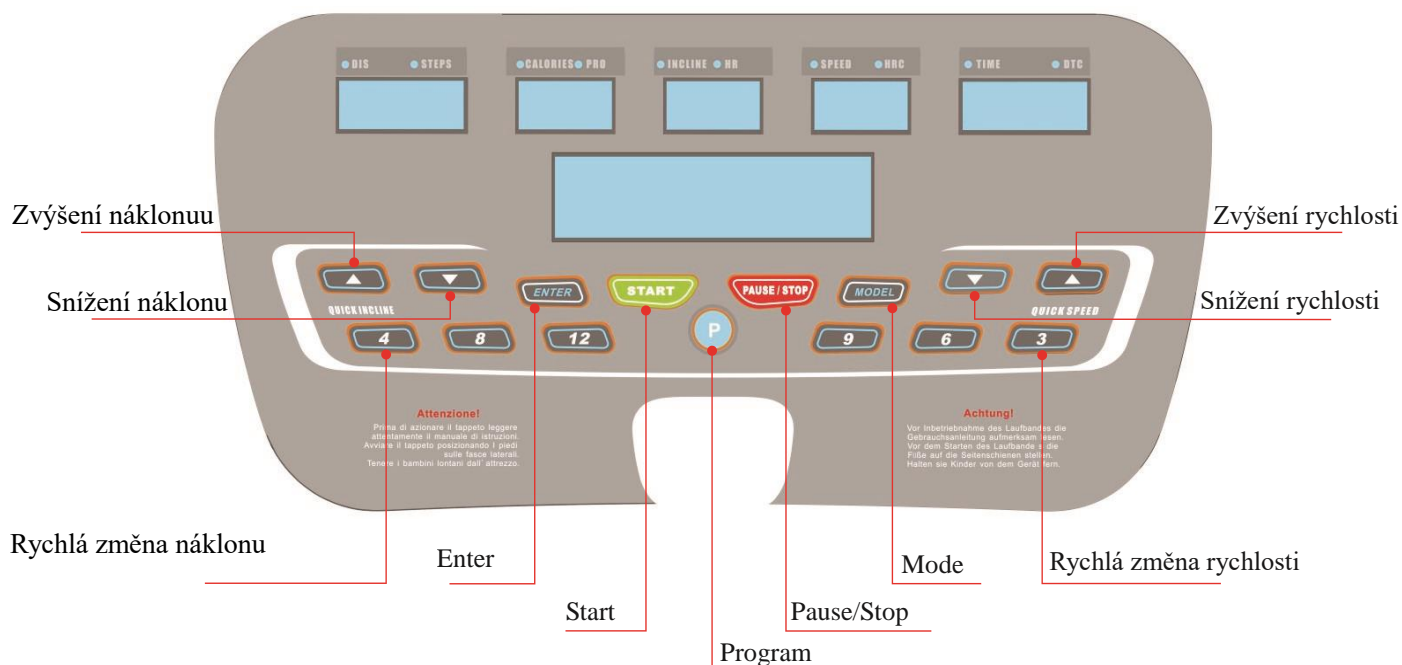
Varování: Aby se předešlo úrazu elektrickým proudem, udržujte konzoli v suchu a do držáků na nápoje odkládejte pouze uzavřené bidony.

◆1. Funkce konzole











Technologie displeje	LED	Rychlé klávesy	Skoková změna náklonu 4-8-12 Skoková změna rychlosti-6-9
Zobrazované údaje	Čas /Náklon/Rychlost/Vzdálenost/Kalorie/Tep/HRC	Snímaní tepové frekvence	Elektrody na madlech, hrudní pás (volitelné příslušenství)
Technologie reprodukce zvuku	Vestavěný duální reproduktor s prostorovým zvukem (5W, 2 ks.)	Přenos zvuku	
Tréninková aplikace			

◆2.Popis kláves:

■2.1 Funkce kláves



■2.1.1 Popis funkce tlačítek:

Tlačítko	Název tlačítka	Popis funkce
	START	Stiskněte klávesu pro uvedení pásu do pohybu
	PAUSE/STOP	Pokud je pás v pohybu, stiskněte tlačítko pro přerušení tréninku, opětovným stiskem tlačítka trénink ukončíte, stisknutím START pokračujete v tréninku.
	ENTER	Potvrzení zvolené hodnoty nebo funkce.
	MODE	Pokud pás stojí, stiskněte klávesu pro manuální program.
	Nouzové tlačítko / bezpečnostní klíč	Bezpečnostní prvek, který zastaví pás v případě upadnutí. V případě nouze stiskněte tlačítko a trenážér se zastaví. Pro obnovu tlačítka zasuňte klíč na doraz.
	Tlačítka nastavení rychlosti	Tlačítka pro změnu rychlosti během tréninku, stiskem krokově, přidržením skokově. Změna zobrazované hodnoty během nastavování programu.
	Skoková změna rychlosti	Tlačítka pro přímou změnu rychlosti pásu na 3, 6 nebo 9 km/h.
	Tlačítka nastavení náklonu	Tlačítka pro změnu náklonu během tréninku, stiskem krokově, přidržením skokově. Změna zobrazované hodnoty během nastavování programu.
	Skoková změna úhlu	Tlačítka pro přímou změnu náklonu na 4, 8 nebo 12°.
	Program	Tlačítko pro výběr vestavěného programu.

◆3. Popis displeje a konzole

■3.1 Konzole

LED panel

Vizualizace programu
Držák na
Levá elektroda snímání tepu



Zobrazované hodnoty
Držák na bidon
Konzole

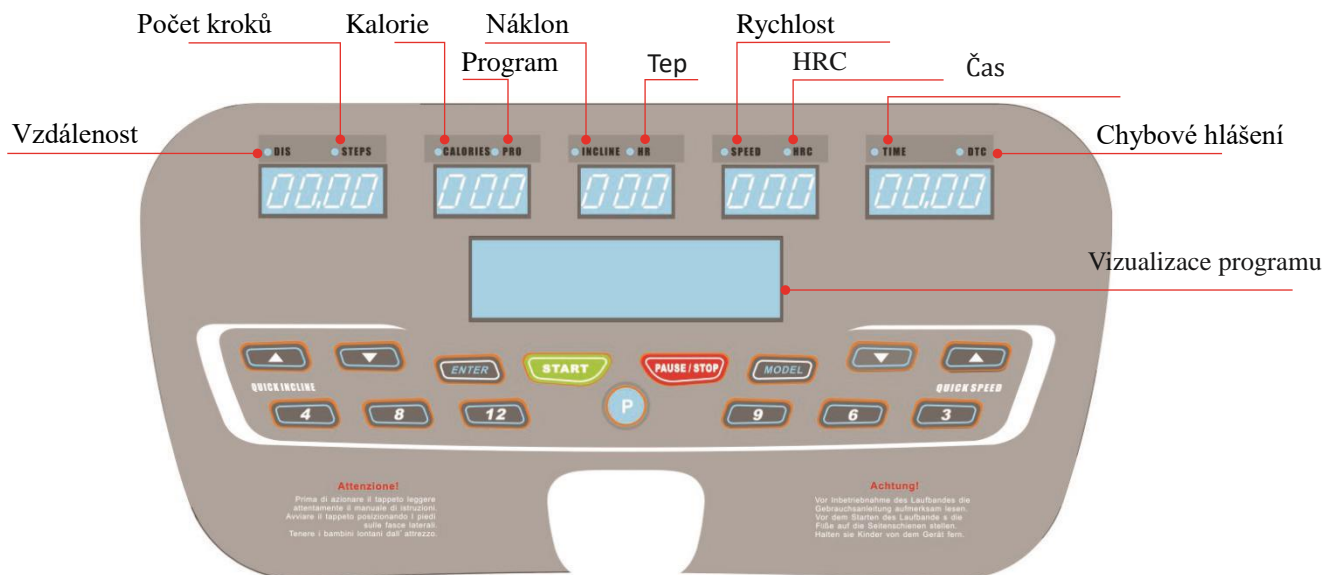
Právní elektroda snímání tepu

■3.2 Popis funkce

Bezpečnostní klíč

Nouzové tlačítko

zobrazovaných hodnot:



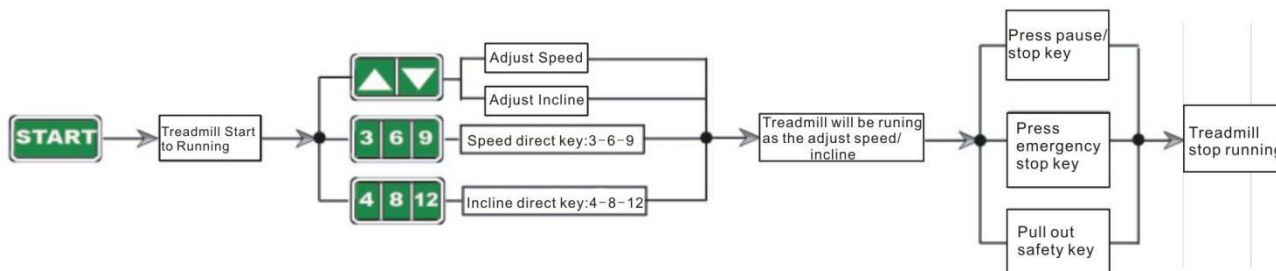
◆ 4. Popis funkcí

■ 4.1 Ovládání trenažéru

4.1.1 Režim „Stand by“

Správný konec napájecího kabelu zasuňte do terminálu na trenažéru, opačný konec zasuňte do napájecí zásuvky (230VAC/60Hz). Po zapnutí hlavního vypínače přejde trenažér do pohotovostního režimu. Na displeji „Time“ se zobrazí teplota okolního prostředí, ostatní displeje zobrazují „0“.

4.1.2 Pro rychlý start stiskněte klávesu „START“ , pás se dá do pohybu a každý displej zobrazuje aktuální hodnoty. Displej s vizualizací programu zobrazuje počet kol o délce 400 m.. Pomocí kláves   můžete měnit rychlost a náklon běžecké plochy, stiskněte klávesu „START/STOP“  pro pozastavení a ukončení tréninku.



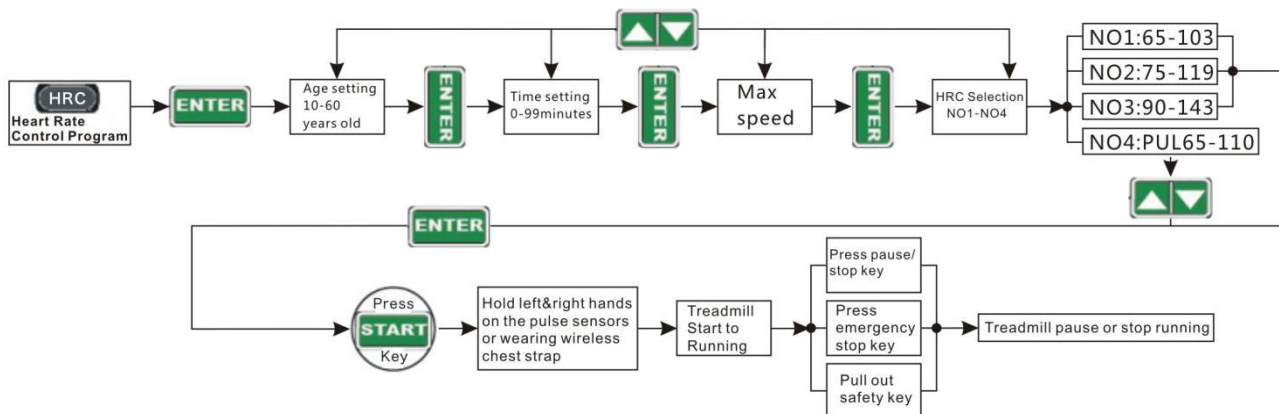
■ 4.1.3 Popis vestavěných programů

Trenažér je vybaven čtyřmi typy nastavitelných programů řízených pomocí tepové frekvence, každý s jinou úrovní intenzity. Uživatel si může zvolit vhodný program s ohledem na svou kondici, věk, pohlaví a hmotnost.

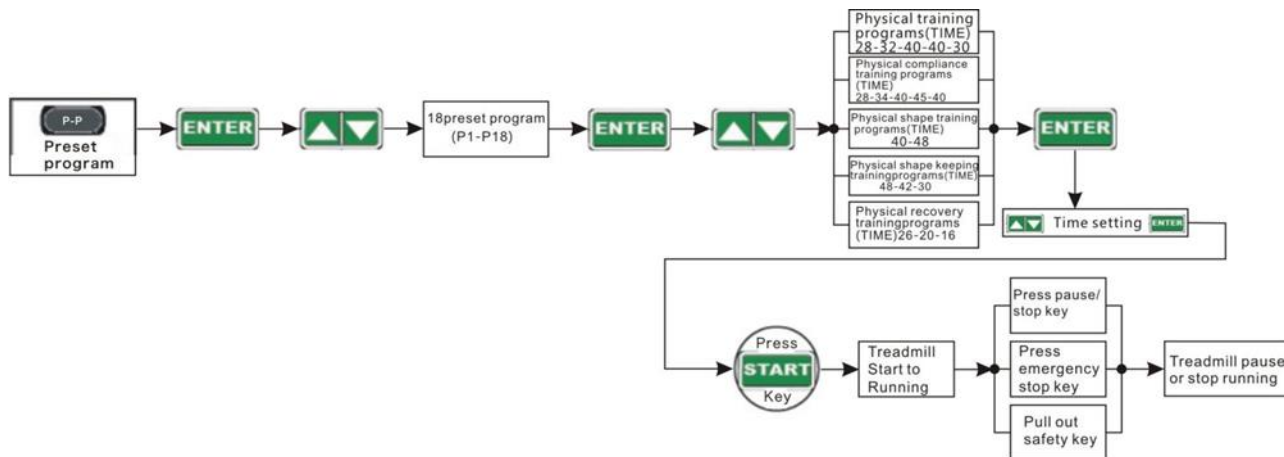
Pro nastavení inteligentního programu je zapotřebí nastavit správné hodnoty klávesami   a vždy potvrdit klávesou „Enter“  stiskem klávesy „START/STOP“  se můžete vrátit o krok zpět.

4.1.4 Schématické diagramy s průběhem nastavení jednotlivých programů

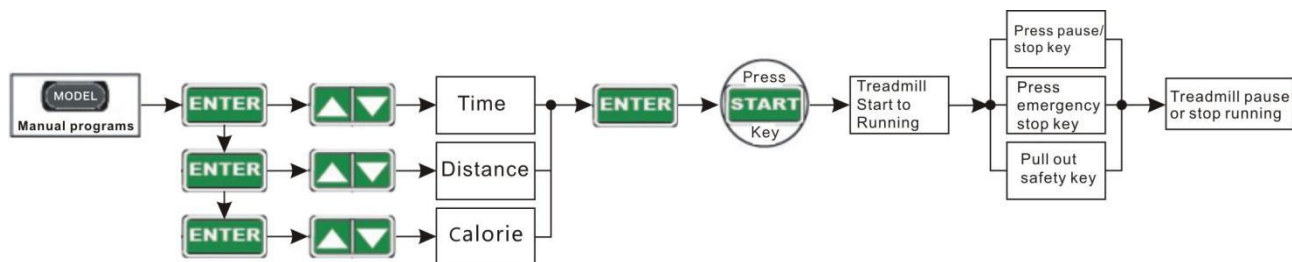
P1 Tepovou frekvencí řízený program (H.R.C.)



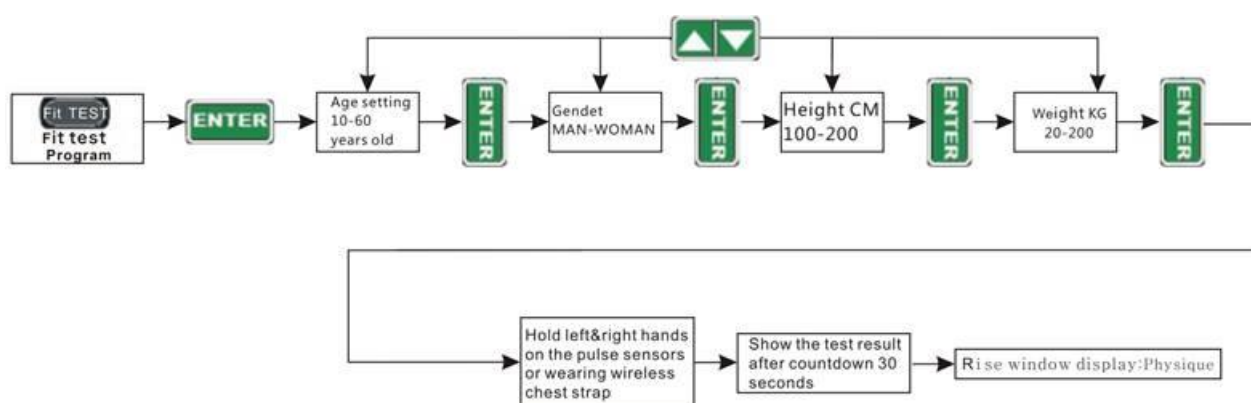
Prřednastavěný program



Manuální program



Program Test fyzické kondice

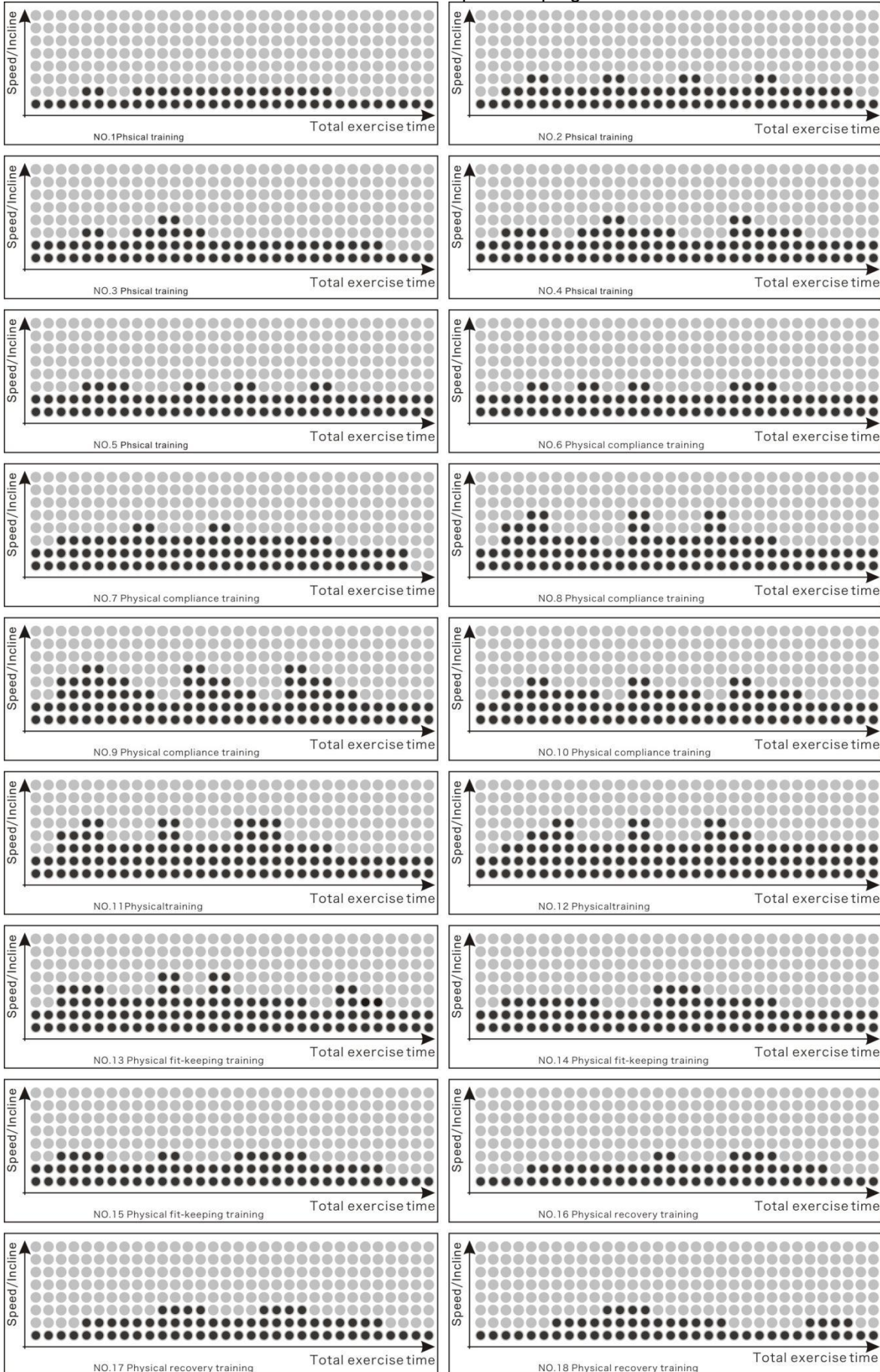


Poznámka:

Při používání programu P1 - HRC zastavte přehrávání hudby, aby přenos zvukového signálu nerušil signál bezdrátového přenosu tepové frekvence; potřeba použít bezdrátový telemetrický pás.

■ 4.1.5 Vizualizace průběhů programů a BMI referenční tabulky

● Vizualizace průběhů programů



•Referenční tabulky tělesného tuku

Age Gender	body shape				
	slim	healthy	fleshy	over wt	obese
FAT%	body 1	body 2	body 3	body4	body 5
Male ≤30 years old	<14%	14%—20%	20. 1%—25%	25. 1%—35%	> 35%
Male >30 years old	<17%	17%—23%	23. 1%—28%	28. 1—38%	> 38%
Female ≤30 years old	<17%	17%—24%	24. 1%—30%	30. 1—40%	> 40%
Female >30 years old	<20%	20%—27%	27. 1%—33%	33. 1%—43%	> 43%

•BMI

Body condition	Thin	Realistic weight	Overweight	Mild obesity	Moderate obesity	Severely obesity
Body mass index(BMI)	< 18.5	18.5-23	23-25	25-30	30-35	> 35

◆5 Vhodná úroveň tréninku

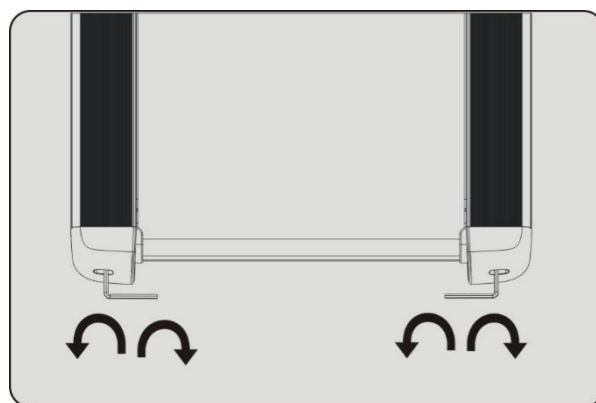
5.1 •Před, během a po tréninku můžete sledovat svůj tep ve statickém, dynamickém a zotavovacím stavu. Během tréninku držte pravou i levou dlaň na elektrodách pro snímání tepu, hodnota pulzu se zobrazí na obrazovce. (Poznámka: tepová frekvence by nikdy neměla překročit maximální hodnotu (220 - věk). Pokud překročíte maximální tepovku, doporučuje se odpočívat po dobu 30 minut nebo snížit rychlost a sklon. Výsledek testu je pouze orientační.)

Údržba a odstarňování závad

UPOZORNĚNÍ: Ujistěte se prosím, že běžecký trenážér je vypnutý ze sítě (vytažená zástrčka napájecího kabelu ze zásuvky) před čištěním nebo údržbou běžeckého trenážéru.

ČIŠTĚNÍ: Pravidelné čištění celé jednotky výrazně prodlouží životnost běžeckého trenážéru. Udržujte běžecký trenážér čistý a pravidelně z něj odstraňujte prach. Zvýšenou pozornost věnujte odkrytým částem na obou stranách běžícího pásu a bočním lištám. Pravidelným čištěním zabráníte usazování nečistot pod běžícím pásem. Vždy běhejte v botách s čistými podrážkami. Horní část běžícího pásu otírejte vlhkým hadříkem namočeným v mýdlové vodě. Dávejte pozor, aby se tekutina nedostala dovnitř motorové části nebo pod běžící pás.

UPOZORNĚNÍ: Před otevřením krytu motoru se vždy ujistěte, že je napájecí kabel běžeckého trenážéru odpojen z elektrické zásuvky. Nejméně 1x ročně odstraňte kryt motoru a prostor pod ním vyluxujte. Běžící pás tohoto běžeckého trenážéru je dodáván již předmazaný, tím jsou sníženy nároky na údržbu. Přesto běžící pás vyžaduje pravidelné mazání. Tření mezi běžícím pásem a běžící deskou může výrazně ovlivnit funkci a životnost běžícího pásu. Doporučujeme pravidelnou kontrolu běžící desky a mazání dle následujícího harmonogramu.



Lehký uživatel (méně než 3 hodiny týdně) 1x ročně
 Střední uživatel (3-5 hodin týdně) 1x za půl roku
 Silný uživatel (vice jak 5 hodin týdně) 1x za 3 měsíce

ÚDRŽBA BĚHOUNU:

Běžecský trenážer umístěte na rovný povrch. Nastavte rychlost přibližně na 6 –8 km/hod, sledujte běžící pás. V případě, že běžící pás **vybočuje doprava**, odpojte bezpečnostní klíč a vypínač. Otočte pravým seřizovacím šroubem o ¼ otáčky ve směru hodinových ručiček, vložte bezpečnostní klíč a zapněte běžecský trenážer. Sledujte pohyb běžícího pásu. Opakujte výše uvedené kroky dokud nebude běžící pás umístěn ve středu –viz. obrázek A.

V případě, že běžící pás **vybočuje doleva**, odpojte bezpečnostní klíč a vypínač. Otočte levým seřizovacím šroubem o ¼ otáčky ve směru hodinových ručiček, vložte bezpečnostní klíč a zapněte běžecský trenážer. Sledujte pohyb běžícího pásu. Opakujte výše uvedené kroky dokud nebude běžící pás umístěn ve středu –viz. obrázek B. Po provedení výše uvedených kroků nebo po určité době používání, by měl běžící pás zůstat v klidu. Odpojte bezpečnostní klíč a vypínač. Oba seřizovací šrouby otočte o ¼ otáčky, vložte bezpečnostní klíč a zapněte běžecský trenážer, pak se postavte na běžící pás a ujistěte, že je správně nastavený. Opakujte výše uvedené kroky dokud nebude pás správně nastavený, viz. obrázek C.

Pokud není běh rovnoměrný a pás se jakoby zastavuje, tak je potřeba jej napnout. Oběma šrouby otáčejte simuntálně. Pás by neměl být prověšený, ale nesmí být ani extrémně vypnutý.

Závady a jejich odstranění

Závada	Důvod	Řešení
1. Ne zobrazují se žádná data	① Napájecí kabel není zapojen správně ② Vyhozena přepěťová pojistka ③ Špatně zapojený, nebo poškozený transformátor ④ Poškozená pojistka	① Zkontrolujte oba konce napájecího kabelu. ② Vyresetujte přepěťovou pojistku ③ Zkontrolujte, nebo vyměňte transformátor ④ Vyměňte pojistku
2. E01: chyba snímače rychlosti	① Snímač je poškozen a nebo špatně umístěn ② Optočlen je poškozen ③ Jiný kontrolní prvek je poškozen	① Zkontrolujte polohu snímače. Vyměňte jej. ② Vyměňte optočlen. ③ Vyměňte poškozenou část.
3. E02: přepětí na motoru	① Přepětí na motoru ② Odpor napínacích válců je moc velký ③ Část pohonu je poškozena	① Vyměňte motor ② Zkontrolujte a promažte, povolte, nebo vyměňte napínací válec. ③ Vyměňte poškozenou část
5. E03: chyba komunikace	① poškozen signální vodič ② poškozený optočlen, nebo pohon ③ poškozena konzole	① zkontrolujte vedení ② vyměňte poškozený díl ③ Vyměňte poškozený díl
5. E04: chyba napětí pohonu	① Motor je špatně připojen a nebo je poškozen ② Výkonové relé je poškozeno ③ Přemostění pohonu je poškozeno ④ Jiná součást řídicích obvodů je poškozena	① Zkontrolujte, nebo vyměňte motor ② Vyměňte výkonové relé ③ Vyměňte přemostění pohonu ④ Vyměňte poškozenou součást
6. Displej náklonu zobrazuje „-“	① Čidlo náklonu není správně nainstalováno ② Čidlo náklonu je poškozeno ③ Část pohonu je poškozena	① Zkontrolujte propojení čidla ② Vyměňte motor náklonu ③ Vyměňte poškozenou část
7. trenážer běží normálně s nízkou zátěží, ale s velkou zátěží se rozbíhá těžce	① Seřízení výkonu pohonu je špatně ② Kurtna je moc povolena. ③ Chyba motoru	① Seřídte výkon pomocí potenciometru ② Seřídte kurtnu ③ Vyměňte motor

Varování: V případě poruchy nebo poškození napájecího vodiče musí být tento udržován a vyměněn by the professional.

ÚČEL POUŽITÍ

Trénink na běžeckém trenažéru nahrazuje procházky nebo běh. **Elektrický běžecký trenažér BE3601-i není zařízením určeným k terapeutickým nebo rehabilitačním účelům.**

CVIČEBNÍ POSTUPY

Pravidelné cvičení Vám zajistí zlepšení kondice, nárůst svalové hmoty a ve spojení s dietou a omezením příjmu kalorií dojde ke ztrátě nadbytečných kilogramů.

1. Rozcvička

Tato fáze urychlí proudění krve, čímž je zvýšena efektivita posilování svalů. Správně provedená rozcvička sníží riziko úrazu. Doporučujeme cviky viz.obrázek níže. Každý z těchto cviků by měl být prováděn min. po dobu 30 sekund. Neprotahujte se příliš, jakmile ucítíte bolest, protahování ukončete



2. Pozice



Stoupněte si na pás běžeckého trenažéru, dlaně si můžete opřít o opěradla. V průběhu tréninku mějte záda ve vzpřímené poloze. Na běžeckém trenažéru můžete provádět cviky nahrazující procházky nebo běh (viz.obrázky).

Přesto, že děláme vše pro to, abychom zajistili maximální kvalitu našich výrobků, mohou se objevit jednotlivé vady nebo chyby. Pokud si všimnete závady nebo toho, že některá z částí chybí, kontaktujte nás, prosím.

DOVOZCE: ABISAL Sp. z o.o.

ul. Św. Elżbiety 6

41-905 Bytom

Polska

Vyrobena v Číně

www.abisal.pl

www.hms-fitness.pl

Sicherheitsanmerkungen

1. Vor dem ersten Gebrauch sollte die unten stehende Bedienungsanleitung sorgfältig durchgelesen und für die Zukunft aufbewahrt werden.
2. Es sollten alle Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen sowie die einzelnen Montageschritte berücksichtigt werden. Nutzen Sie das Gerät nur gemäß seinem Verwendungszweck.
3. Um die eigene Sicherheit nicht zu gefährden, sollte das Produkt gemäß dieser Anleitung aufgebaut und verwendet werden. Alle anderen Anwender sollten über die Grundsätze der sicheren Verwendung informiert werden.
4. Das Gerät sollte vor dem Zugriff von Kindern und Tieren gesichert werden. Kinder sollten sich nicht ohne Aufsicht in der Nähe der Maschine aufhalten. Die Maschine kann durch eine Person aufgebaut und verwendet werden.
5. Vor dem Beginn eines Übungsprogramms sollte ein Arzt konsultiert werden. Dies ist vor allem bei Personen mit Gesundheitsproblemen oder Personen, die Arzneimittel einnehmen, welche die Herzfrequenz, den Blutdruck und den Cholesterinspiegel beeinflussen, notwendig.
6. Der eigene Körper sollte stets aufmerksam überwacht werden. Falls irgendein Gesundheitsproblem auftritt (z. B. Schmerz, Druckgefühl im Brustkorbbereich, ++Herzrhythmusstörungen, Atemstillstand, Übelkeit, Schwindel), sollte das Training unverzüglich unterbrochen werden. Die fehlerhafte Durchführung der Übungen kann zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen und zu Verletzungen führen.
7. Die Maschine sollte auf einer flachen, trockenen und sauberen Oberfläche gestellt werden. Aus Sicherheitsgründen sollte der Abstand zu anderen Gegenständen mindestens 0,6 m betragen.
8. Es sollten entsprechende Sportkleidung und -schuhe verwendet werden. Zu lockere Kleidungsstücke sollten vermieden werden.
9. Die Maschine darf nicht im Freien benutzt werden.
10. Das Gerät sollte vor jedem Training auf mögliche Beschädigungen oder Abnutzungserscheinungen überprüft werden.
11. Falls auf dem Gerät scharfe Kanten entstehen, sollte die Benutzung sofort beendet werden.
12. Falls die Maschine ungewöhnliche Geräusche von sich gibt, sollte die weitere Benutzung unterbrochen werden.
13. Keines der einstellbaren Teile darf hervorstehen und die Bewegungen des Benutzers behindern. Das Produkt ist nur zur Nutzung durch eine Person geeignet.
14. Die Bremsung hängt von der Geschwindigkeit nicht ab.
15. Die Maschine ist zu therapeutischen Zwecken nicht geeignet.
16. Beim Anheben oder beim Transport der Maschine sollte vorsichtig vorgegangen werden, um Schulterverletzungen zu vermeiden. Es sollten entsprechende Anhebe-techniken angewendet oder die Hilfe einer weiteren Person in Anspruch genommen werden.
17. Es dürfen keine Modifikationen am Produkt vorgenommen werden. Bei Bedarf sollte der technische Dienst kontaktiert werden.
- 18. Das Gerät wurde zur Klasse HC DEN ISO 20957 Norm angerechnet. Es darf nicht zu therapeutischen und Rehabilitationszwecken verwendet werden.**

WARNUNG! Die Überwachung der Herzfrequenz kann ungenau sein. Eine Überlastung während der Übungen kann zu schweren Verletzungen und sogar zum Tod führen. Falls Sie sich schwach fühlen, unterbrechen Sie sofort die Übungen.

Technische Daten

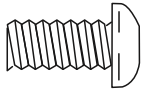
Nettogewicht: 80 kg

Abmessungen der Laufbahn: 184,2,4x89,9x133,2 cm

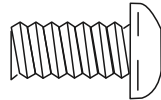
Höchstgewicht des Nutzers: 130 kg

Motor: 3.50hp

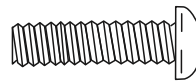
Montagesatz



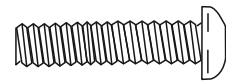
(A5)M8×20
Halbrundschaube
8 Stk.



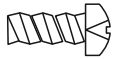
(A10)M10×20
Halbrundschaube
4 Stk.



(A7) M8×55
Halbrundschaube
4 Stk.



(A8) M8×65
Halbrundschaube
4 Stk.



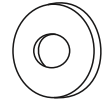
(A16)M4×12
Kreuzschlitzschraube
4 Stk.



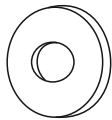
(A24)ST2.9×12
selbstsichernde
Schraube
6 Stk.



(C1)φ4 flache
Unterlegscheibe
4 Stk.



(C3) φ8 flache
Unterlegscheibe
2 Stk.



(C4)φ10 flache
Unterlegscheibe
4 Stk.



(C9)φ4 Federring
4 Stk.



(C1)φ10 Federring
4 Stk.



(D1) Schraubenzieher
1 Stk.



(D2) Schlüssel
(S=6)
1 Stk.

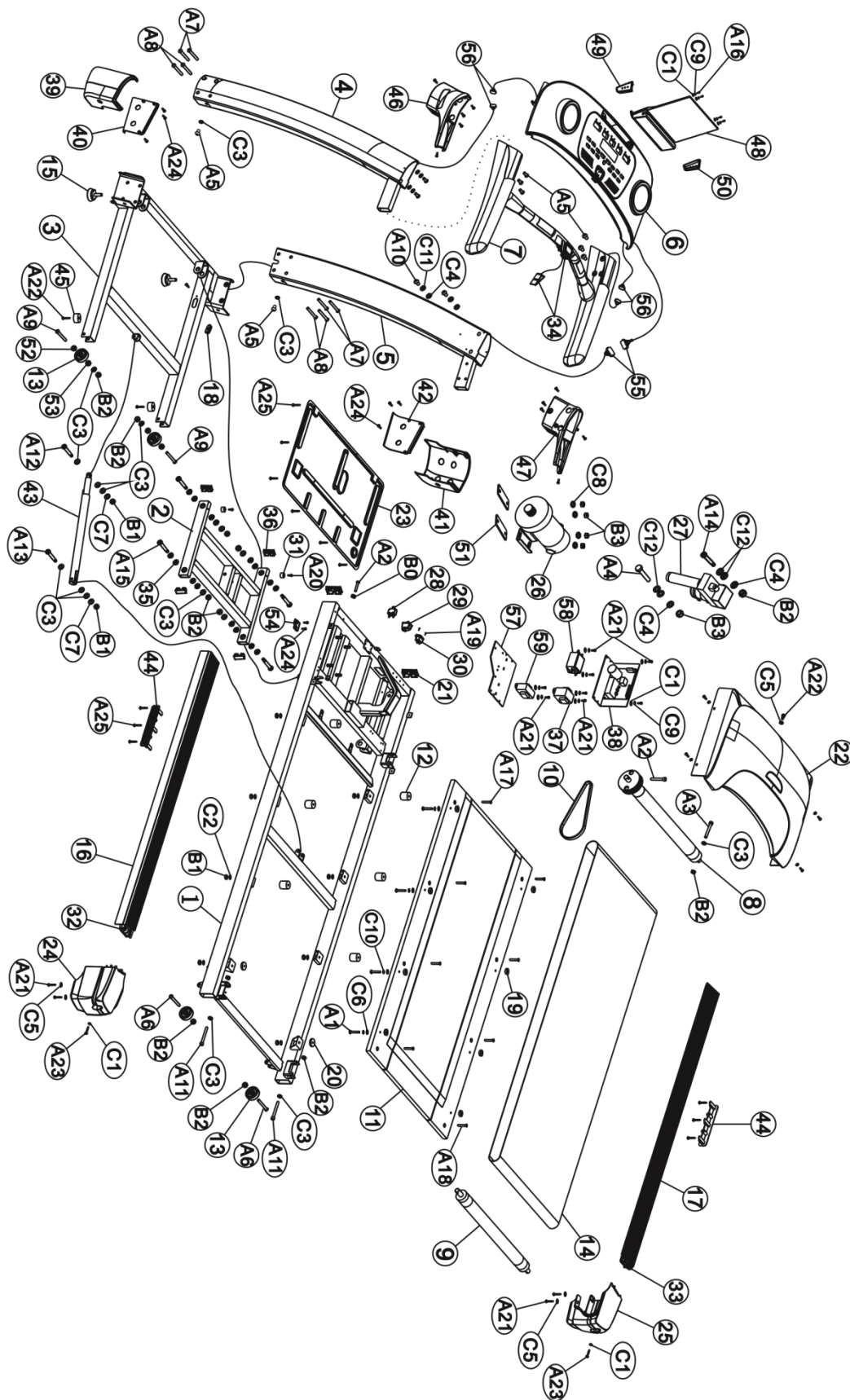


(D3) Flasche mit
Schmiermittel
1 Stk.



(D4)
Kreuzschraubendreher
1 Stk.

Detaillierte Zeichnung



Liste der Teile

Nr.	Beschreibung	Stk.	Nr.	Beschreibung	Stk.	Nr.	Beschreibung	Stk.
1	Hauptrahmen	1	37	Umspanner (wahlweise)	1	A13	SchraubeΦ8 x 40	1
2	Rahmen für die Neigungsfunktion	1	38	Controller	1	A14	SchraubeΦ10 x 30	4
3	Basis-Rahmen	1	39	Abdeckung links 1	1	A15	SchraubeΦ10 x 45	4
4	Konsolenmast links	1	40	Abdeckung links 2	1	A16	Schraube mit Kreuzkopf M4 X12	4
5	Konsolenmast rechts	1	41	Abdeckung rechts 1	1	A17	Schraube M6 X25	6
6	Konsole	1	42	Abdeckung rechts 2	1	A18	Schraube mit Kreuzkopf M6 X30	2
7	Handlauf	1	43	Hydraulischer Zylinder	1	A19	Schraube mit Kreuzkopf M3 X8	2
8	Vordere Rolle	1	44	Seitlicher Stoßdämpfer	2	A20	Selbstsichernde Schraube ST4 X16	2
9	Hintere Rolle	1	45	Stoßdämpfer aus Gummi	2	A21	Selbstsichernde Schraube ST4.2 X12	23
10	Antriebsriemen 8V	1	46	Abdeckung des linken Konsolenmasts	1	A22	Selbstsichernde Schraube ST4 .2X16	7
11	Platte des Laufbands	1	47	Abdeckung des rechten Konsolenmasts	1	A23	Selbstsichernde Schraube ST4.2 X35	2
12	Kissen bei der Platte des Laufbands	6	48	Halterung für ein Tablet	1	A24	Selbstsichernde Schraube ST2.9 X12	14
13	Rolle	4	49	Fußkappe links	1	A25	Selbstsichernde Schraube ST4X10	46
14	Laufbandgurt	1	50	Fußkappe rechts	1	A26	Kreuzschlitzschraube mit der Unterlegscheibe M3 X6	10
15	Verstellbare Fußstütze	2	51	Scheibe aus Gummi	2			
16	Seitenschiene links	1	52	Hülse	2	B0	Sechskantmutter M8	1
17	Seitenschiene rechts	1	53	Hülse 2	2	B1	Nylonmutter M6	14
18	Stecker	1	54	Sensor, quadratisch	1	B2	Nylonmutter M8	10
19	Bolzen	8	55	Kabel A	3	B3	Nylonmutter M10	5
20	Stoßdämpfer	2	56	Kabel B	4			
21	Endkappe J60X30	2	57	Kühlungsplatte (wahlweise)	1	C1	Flache Unterlegscheibe Φ4	14
22	Abdeckung des Motors	1	58	Filter (wahlweise)	1	C2	Flache Unterlegscheibe Φ6	12
23	Untere Abdeckung des Motors	1	59	Induktor (wahlweise)	1	C3	Flache Unterlegscheibe Φ8	19
24	Endkappe links	1				C4	Flache Unterlegscheibe Φ10	6
25	Endkappe rechts	1	A1	Sechskantschraube M5X35	8	C5	Große und flache Unterlegscheibe Φ4	9
26	Motor	1	A2	Sechskantschraube	2	C6	Große und flache	8

				M8X35			Unterlegscheibe Φ 5	
27	Motor für die Neigungsfunktion	1	A3	Sechskantschraube M8X60	1	C7	Große und flache Unterlegscheibe Φ 6	2
28	Überlastschalter	1	A4	Sechskantschraube M10X90	1	C8	Große und flache Unterlegscheibe Φ 10	4
29	An- und Ausschalter	1	A5	Halbrundschrabe M8X20	8	C9	Federring Φ 4	12
30	Steckdose	1	A6	Halbrundschrabe M8X40	2	C10	Federring Φ 5	8
31	Unterlegscheibe	2	A7	Halbrundschrabe M8X55	4	C11	Federring Φ 10	4
32	Abdeckung links (L)	1	A8	Halbrundschrabe M8X65	4	C12	Unterlegscheibe aus Nylon Φ 10	4
33	Abdeckung rechts (R)	1	A9	Halbrundschrabe M8X50	2	D1	Schraubenzieher	1
34	Sicherheitsschlüssel	1	A10	Halbrundschrabe M10X20	4	D2	Schlüssel (S=6)	1
35	Nylonmutter	16	A11	Halbrundschrabe M8X75	2	D3	Flasche mit Schmiermittel	1
36	Endkappe J40X20	4	A12	Schraube Φ 8 x 25	1	D4	Kreuzschraubendreher	1

Achtung: Im Falle einer Diskrepanz gehören die Teile zu unseren verfügbaren Produkten.

Montageanleitung



VORSICHT: Schließen Sie die Stromversorgung vor der Montage nicht an.

Hinweise:

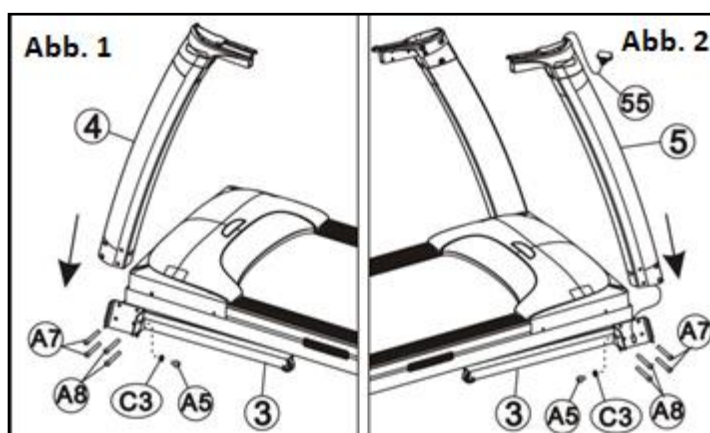
1. Ziehen Sie die Schrauben vor dem Beenden der Montage des ganzen Laufbands nicht fest an.
2. Das Sportgerät ist in zwei Kartone verpackt. Den Hauptrahmen finden Sie im Karton 1 und die Handläufe im Karton 2.

1. Montage des linken Konsolenmasts

- 1.1 Befestigen Sie den linken Konsolenmast (4) am Basis-Rahmen (3) mittels zwei Sets mit den Halbrundschraben M8*55(A7) und M8*65(A8) (seitwärts).
- 1.2 Benutzen Sie zur Montage 1 Halbrundschrabe M8*20(A5) und 1 flache Unterlegscheibe ϕ 8(C3) (wie auf der Abbildung Nr. 1) (hinten).

2. Montage des rechten Konsolenmasts

- 2.1 Ziehen Sie das Signalkabel (55) von der Basis nach oben im rechten Konsolenmast durch und befestigen Sie es.
- 2.2 Führen Sie den rechten Konsolenmast (5) den Basis-Rahmen (3) ein und befestigen Sie ihn mittels zwei Sets mit den Halbrundschraben M8*55(A7) und einer Halbrundschrabe M8*65(A8) seitwärts.
- 2.3 Benutzen Sie zur Montage im hinteren Teil eine Halbrundschrabe M8*20(A5) und eine flache Unterlegscheibe ϕ 8(C3) (wie auf der Abbildung 2).



in

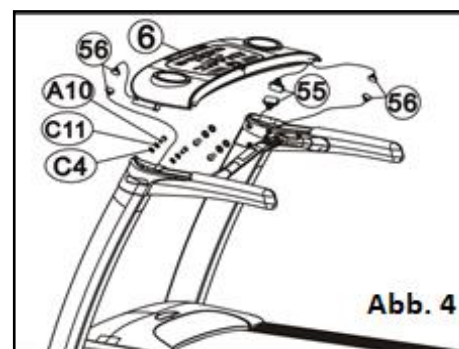
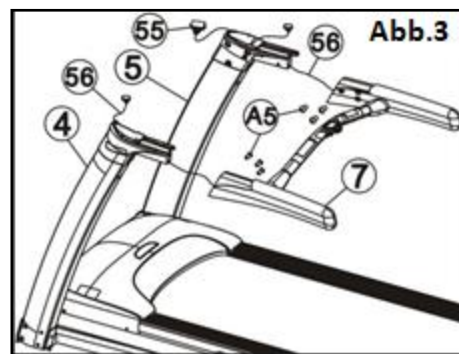
3. Montage der Handläufe und der Konsole

3.1 Ziehen Sie das Signalkabel (56) bis Mitte des Handlaufs durch den oberen Teil des Konsolenmasts. Verbinden Sie danach die Handläufe (7) mit den Konsolenmasten (4/5).

3.2 Benutzen Sie dafür 6 Halbrundschraben M8*20(A5) (wie auf der Abbildung Nr. 3).

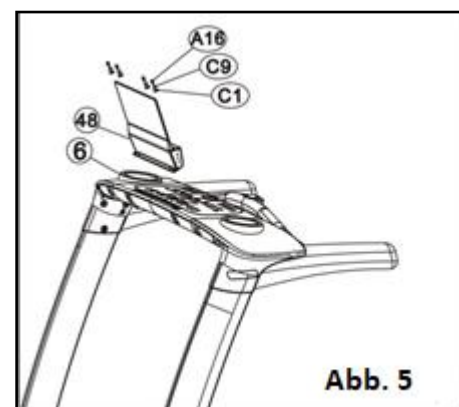
3.3 Verbinden Sie das Signalkabel mit dem Konsolenmast und schließen Sie es an das Kabel in der Konsole an. Führen Sie es danach in den Konsolenmast ein.

3.4 Benutzen Sie 4 Sets mit Halbrundschraben M10*20(A10), einen Federring $\phi 10$ (C11) und eine flache Unterlegscheibe $\phi 10$ (C4), um den rechten Konsolenmast an der Konsole zu befestigen (wie auf der Abbildung Nr. 4).



4. Montage der Halterung für ein Tablet

4.1 Zentrieren Sie den Griff mit der drehbaren Basis. Befestigen Sie alles mittels 4 Sets mit Kreuzschlitzschrauben (A16), mittels eines Federrings $\phi 4$ (C9) und einer flachen Unterlegscheibe $\phi 4$ (C1) (wie auf der Abbildung Nr. 5).



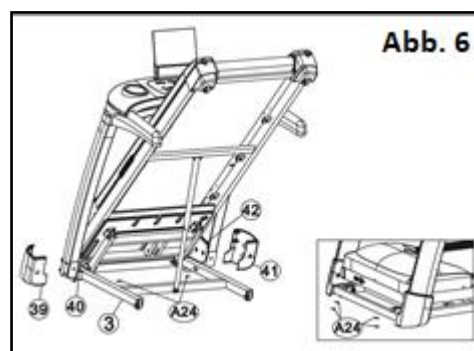
5. Montage der linken und rechten Abdeckung

5.1 Ziehen Sie alle Schrauben fest an.

5.2 Heben Sie den Basis-Rahmen an. Entfernen Sie das Klebeband aus der linken Abdeckung 2 (40) und befestigen Sie die Abdeckung 2 am Basis-Rahmen (3). Verbinden Sie danach die Abdeckung 1 (39) mit der Abdeckung 2 (40) mittels einer selbstsichernden Schraube (A24).

5.3 Entfernen Sie das Klebeband aus der rechten Abdeckung 2 (42) und befestigen Sie die Abdeckung 2 (41) am Basis-Rahmen (3). Verbinden Sie danach die rechte Abdeckung 1 (41) mit der Abdeckung 2 (42) mittels einer selbstsichernden Schraube ST2.9x12(A24).

5.4 Montieren Sie die linke und rechte Abdeckung nach dem Aufklappen des Laufbands mittels 4 selbstsichernden Schrauben



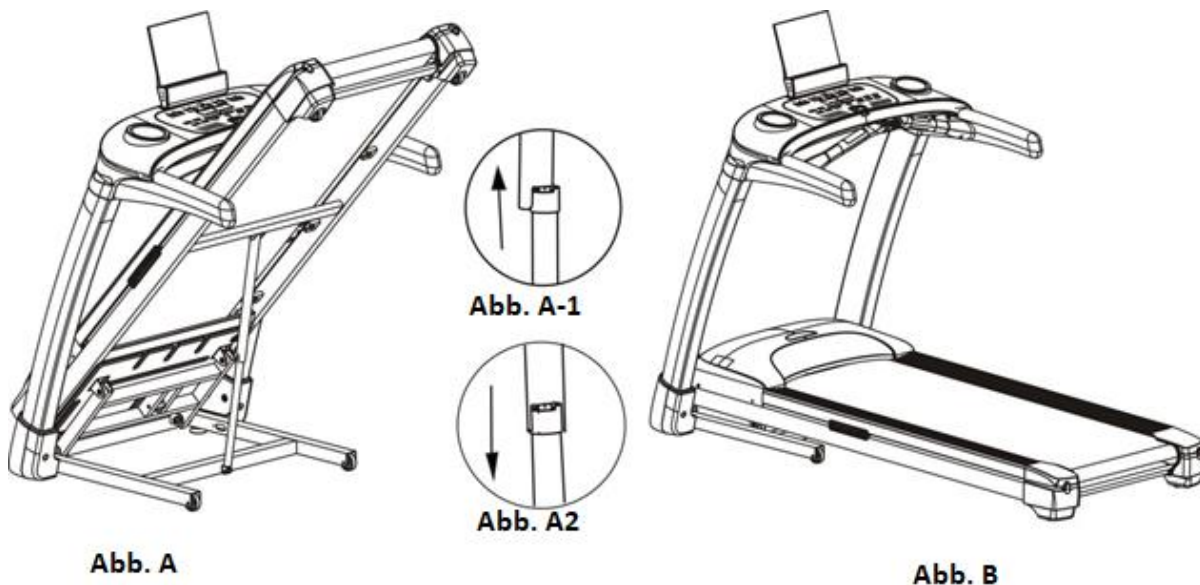
ST2.9×12(A24) im vorderen Teil (wie auf der Abbildung Nr. 6).



Anweisungen für den Klappmechanismus des Laufbands und den Transport

Vorsicht: Vor dem Zusammenklappen muss der Neigungswinkel 0 betragen. Das Gerät muss auch vollständig von der Stromversorgung getrennt sein!

1. Zusammenklappen: Heben Sie das Ende des Hauptrahmens nach oben an, bis Sie ein Geräusch hören, welches darauf hinweist, dass der hydraulische Zylinder und das runde Rohr eingerastet sind (siehe: Abbildung A-1).
2. Transport: Heben Sie das Ende des Hauptrahmens so an, dass der Rahmen nicht den Boden berührt. Schieben Sie danach das zusammengeklappte Laufband.
3. Aufklappen: Heben Sie das Ende des Hauptrahmens so an, dass sich das Rohr höher als die Abdeckung des hydraulischen Zylinders befindet (siehe: Abbildung a-1). Stemmen Sie dann Ihren Fuß fest gegen das Rohr (siehe: Abbildung a-2). Drücken Sie stark den Hauptrahmen und entfernen Sie Ihren Fuß. Drücken Sie danach das Ende des Hauptrahmens, um den Klappmechanismus zu lösen (siehe: Abbildung B). Der Hauptrahmen öffnet sich dann langsam automatisch.



Gebrauchsanweisungen



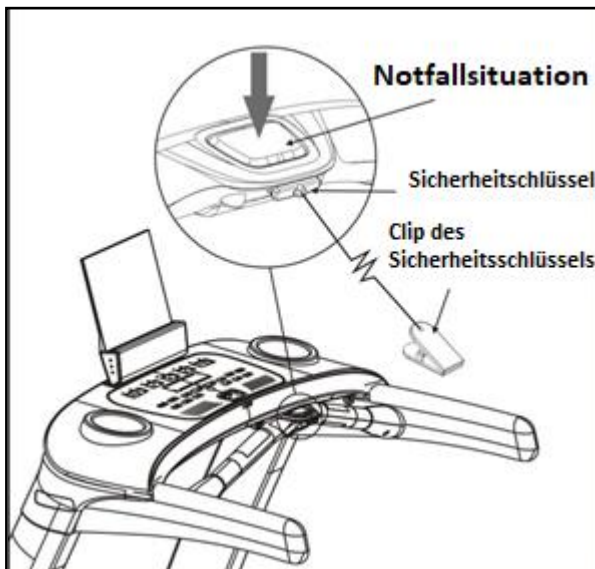
Vorsicht: Das unrichtige Anschließen der Erdungsleitung kann zum Stromschlag führen. Wenn Sie Zweifel daran haben, ob das Laufband richtig geerdet ist, fragen Sie danach einen Elektriker oder Mechaniker. Reparieren Sie den Originalstecker selbst nicht, wenn er keine passende Steckdose hat. Wenden Sie sich an einen Elektriker und bitten Sie ihn um die Installation einer passenden Steckdose.

Vorbereitungsphase

1. Der Servicetechniker sollte vor dem Anschließen der Stromversorgung prüfen, ob die elektrische Spannung korrekt ist und die Erdungsleitung des dreiadrigen Steckers richtig angeschlossen ist. Ziehen Sie den Laufbandgurt mit der Hand, um zu prüfen, ob die Drehung elastisch ist und es dabei keine Geräusche auftreten.
2. Schließen Sie die Stromversorgung an und drücken Sie die Taste Start. Das Laufband beginnt langsam zu arbeiten. Prüfen Sie, ob der Laufbandgurt und der Computer richtig funktionieren.
3. Drücken Sie die Taste INCLINE (Neigung) +/- und prüfen Sie die Drehung des Laufbands sowie das Display. Wenn der Laufbandgurt schief anliegt, muss das Sportgerät gestoppt werden. Stellen Sie dann den Laufbandgurt entsprechend den Wartungsanweisungen ein.
4. Das Drücken der Taste des Not-Ausschaltens oder das Herausziehen des Sicherheitsschlüssels bei dem arbeitenden Laufband führt zum sofortigen Anhalten des Geräts. Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel wieder ein, so dass die Taste des Not-Ausschaltens angehoben und zurückgesetzt werden kann.

Man darf das Laufband nur dann benutzen, wenn alle Einstellungen durchgeführt werden.

1. Stellen Sie sich auf die unbeweglichen, seitlichen Teile des Laufbandgurts. Befestigen Sie den Clip des Sicherheitsschlüssels an Ihrer Kleidung in der Nähe Ihrer Taille.
2. Drücken Sie die Taste Start. Das Laufband beginnt dann langsam zu arbeiten. Sie können aufs Laufband treten und anfangen zu laufen.
3. Durch das Drücken der Taste „speed+“ erhöhen Sie die Geschwindigkeit. Die Information über Ihre aktuelle Geschwindigkeit können Sie am Computer finden. Wir empfehlen Ihnen, die ersten zwei bis drei Minuten mit einer niedrigeren Geschwindigkeit zu laufen, bis Sie sich an das Gehen auf dem Laufband gewöhnen. Danach können Sie die Geschwindigkeit erhöhen.
4. Wenn Sie Ihr Training beenden wollen, verringern Sie die Geschwindigkeit und laufen Sie zwei bis drei Minuten langsamer, um den Puls zu sinken und Ihren Muskeln eine Pause zu geben.
5. Wenn Sie Ihr Training beenden wollen, können Sie die Geschwindigkeit auf die niedrigste Einstellung verringern und dann die Taste STOP drücken, um das Laufband anzuhalten.
6. Wenn Sie beim Laufen mit hoher Geschwindigkeit das Gleichgewicht verlieren, ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel heraus. Das Laufband hört sofort auf, weiter zu arbeiten.
7. Beherrschen Sie unbedingt den Umgang mit der Taste des Not-Ausschaltens und mit dem Sicherheitsschlüssel.





Achtung: Die häufige Benutzung der Neigungsfunktion (mehr als 5 Mal ohne Pause) kann zum Ausschalten dieser Funktion führen. Das ist kein Mangel, sondern eine Art Schutz. Diese Funktion wird automatisch wieder nach 1 Stunde Pause aktiviert.

Bedienung des LED-Displays



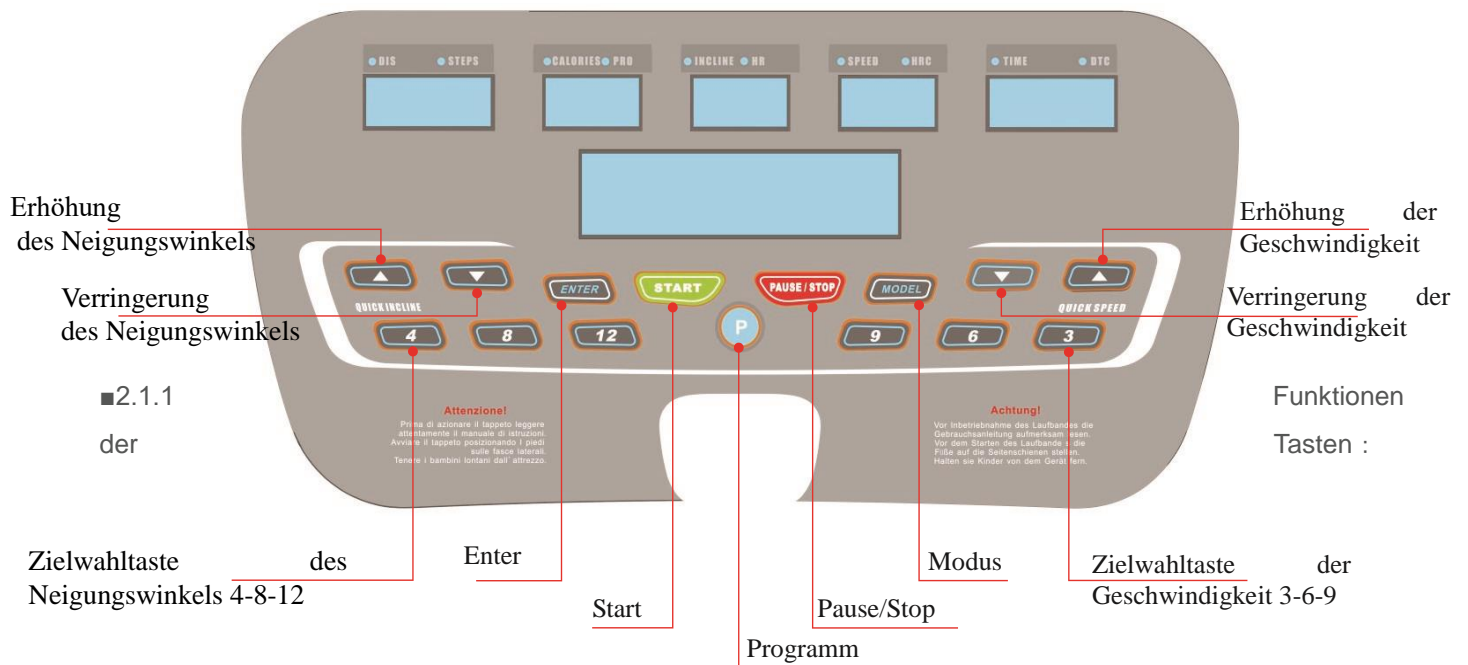
Vorsicht: Um das Risiko des Stromschlags zu verringern, muss die Konsole trocken sein. Nur die verschlossene Trinkflasche kann auf die Halterung gesetzt werden.









◆1. Funktionen

Display	LED	Schnelltas- ten	Zielwahltaste des Neigungswinkels 4-8-12 Zielwahltaste der Geschwindigkeit 3-6-9
Laufdat- en	Zeit/Neigungswinkel/Geschwindigkeit/ Schritte/Distanz/Kalorienverbrauch/ Herzfrequenz/HRC	Messung der Herzfrequen- z	Handpulsmessung, HRC drahtlose Pulsmessung (wahlweise)
Audio- Technol- ogie	Der eingebaute, doppelte Lautsprecher mit dem Raumklang (5W, 2 St.)	Audio- format	
Training sapp			

◆2. Bedienung des Computers:

■2.1 Bedienung der Tasten (wie unten dargestellt)



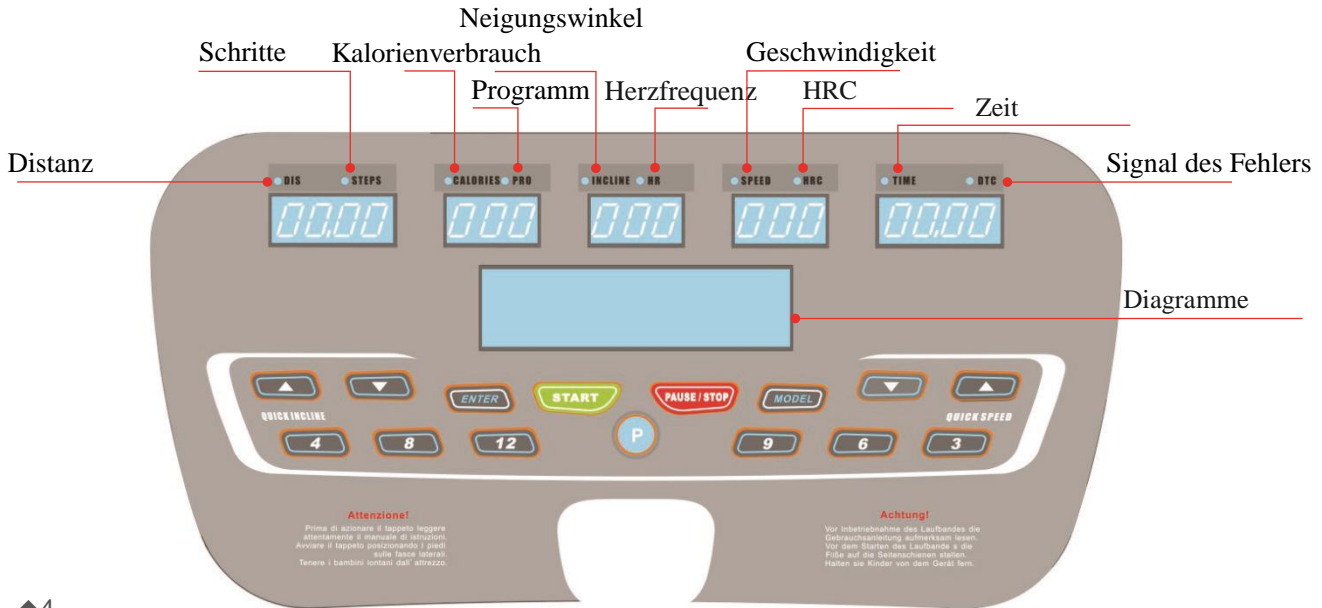
Grafische Darstellung der Taste	Name der Taste	Beschreibung der Funktion
Hinweise		
	START	Schalten Sie das Gerät ein und drücken Sie die Taste START. Das Laufband beginnt dann zu arbeiten.
	PAUSE/STOP	Drücken Sie die Taste STOP / PAUSE während der Benutzung, um das Laufband zu stoppen. Drücken Sie danach die Taste START, um das Laufband wieder zu aktivieren. Der Zustand vor der Pause wird beibehalten.
	ENTER	Drücken Sie diese Taste, um die Einstellungen zu bestätigen.
	MODUS	Drücken Sie diese Taste im Schlafmodus, um das Programm manuell einzustellen.
	Sicherheitsschlüssel	Das Sicherheitssystem vor dem Ausrutschen/Not-Ausschalten. Während des Gebrauchs soll der Sicherheitsschlüssel eingesteckt sein (Nach dem Einstecken soll die Taste des Not-Ausschaltens zurückgesetzt und angezeigt werden). Das Laufband wird nach dem Drücken der Taste des Not-Ausschaltens oder nach dem Ziehen des Schlüssels gestoppt.
	Geschwindigkeit	Drücken Sie diese Taste nach dem Starten des Laufbands, um die Geschwindigkeit anzupassen. Wenn Sie diese Taste gedrückt halten, wird die Geschwindigkeit schnell geändert. Sie können auch diese Taste drücken, wenn Sie den Wert im Programm der direkten Auswahl erhöhen oder verringern wollen.
	Tasten zur schnellen Geschwindigkeitsänderung	Die eingebauten, drei Modi der schnellen Geschwindigkeitsänderung 3-6-9 (Diese sind nur im Betrieb zu benutzen).
	Neigungswinkel	Drücken Sie diese Taste nach dem Starten des Laufbands, um den Neigungswinkel anzupassen. Wenn Sie diese Taste gedrückt halten, wird der Neigungswinkel schnell geändert. Sie können auch diese Taste drücken, wenn Sie den Wert im Programm der direkten Auswahl erhöhen oder verringern wollen.
	Tasten zur schnellen Änderung des Neigungswinkels	Die eingebauten, drei Modi der schnellen Änderung des Neigungswinkels 4-8-12.
	Programm-Taste	Drücken Sie diese Taste, um in den Modus der eingebauten Programme zu gelangen.

◆3. Display und Konsole

■3.1 Bedienungsanleitung des Displays



■ 3.2 Funktionen des Displays:



◆ 4.

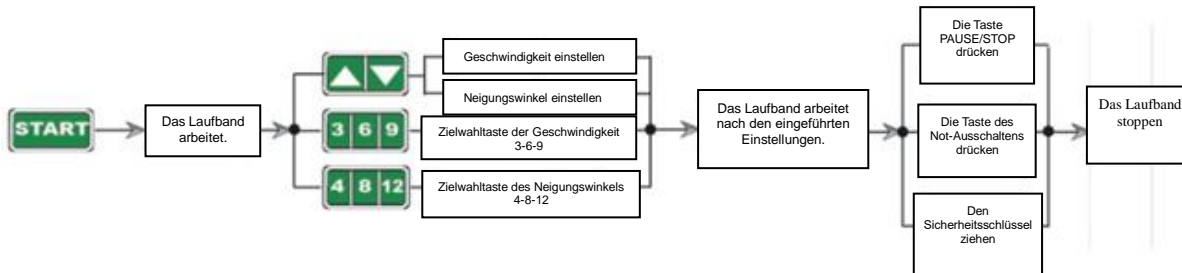
Bedienungsanleitung

■ 4.1 Bedienungsanleitung des Laufbands

4.1.1 Schlafmodus

Stecken Sie das spezielle Netzkabel in die Steckdose am Laufband. Das andere Ende des Netzkabels wird an die Betriebsspannung angeschlossen, die den Anforderungen des Laufbandes entsprechen muss. Schließen Sie die Spannungsversorgung an. Das Laufband gelangt dann in den Schlafmodus. Das Fenster mit der Zeit zeigt die Umgebungstemperatur an. Das Fenster PROGRAM zeigt hingegen das eingestellte Programm an. In den weiteren Fenstern finden Sie den Anfangswert „0“.

4.1.2 Drücken Sie die Taste **START** im Schlafmodus. Das Laufband beginnt dann zu arbeiten und jedes Fenster zeigt aktuelle Trainingsdaten an. Das Fenster zeigt den Lauf und die Runden. Jede Runde bedeutet 400 Meter. Gleichzeitig können Sie die Taste der Geschwindigkeit (speed) oder des Neigungswinkels (incline) **▲ ▼** auswählen, um die Geschwindigkeit oder den Neigungswinkel anzupassen. Drücken Sie die Taste Pause/Stop **PAUSE / STOP**, um das Training zu stoppen oder zu beenden.



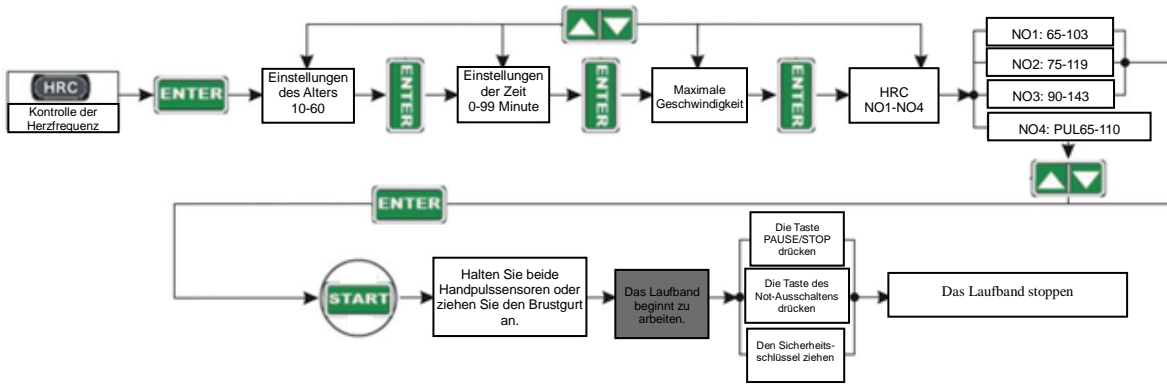
■ 4.1.3 Bedienung des Trainingsprogramms

Dieses Laufband verfügt über 4 konfigurierbare Programme zur Kontrolle der Herzfrequenz, jedes mit einem anderen Niveau der Intensität. Der Benutzer kann das Niveau der Trainingsintensität wählen, das seinem Alter, Geschlecht, Gewicht und anderen Parametern sowie unterschiedlichen Trainingszielen entspricht.

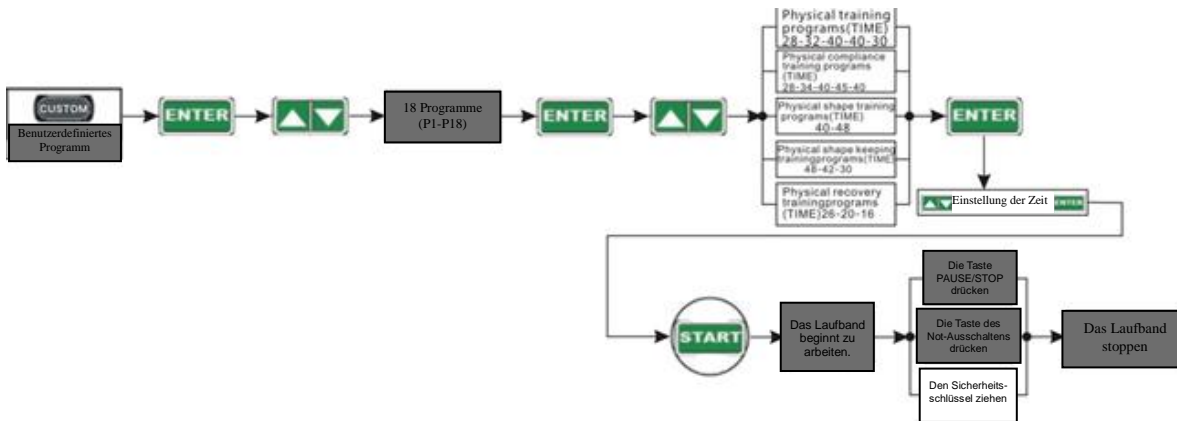
Drücken Sie die Taste der Einstellungen **▲ ▼** der Benutzung des intelligenten Programms, um relevante Einstellungen einzuführen. Drücken Sie die Taste **ENTER**, um den Wahl zu bestätigen. Drücken Sie direkt die Taste, um ein intelligentes Programm auszuwählen, wie Sie es wünschen. Drücken Sie die Taste STOP/PAUSE **PAUSE / STOP**, um das Programm zu beenden, wenn Sie es ausgewählt haben. Danach können Sie ein anderes intelligentes Programm auswählen.

4.1.4 Schema von der Wirkung des intelligenten Trainingsprogramms

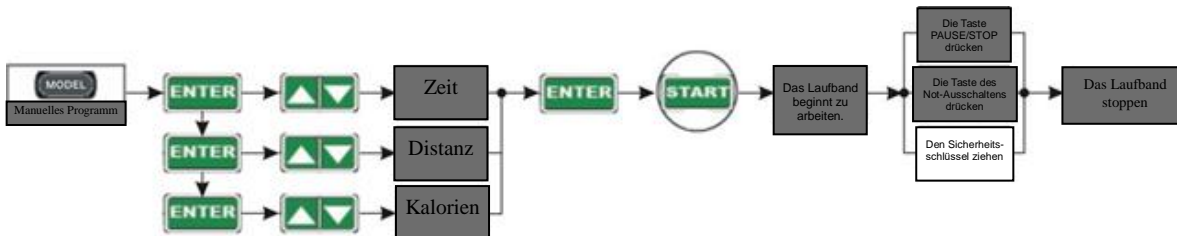
P1 Programm zur Kontrolle der Herzfrequenz



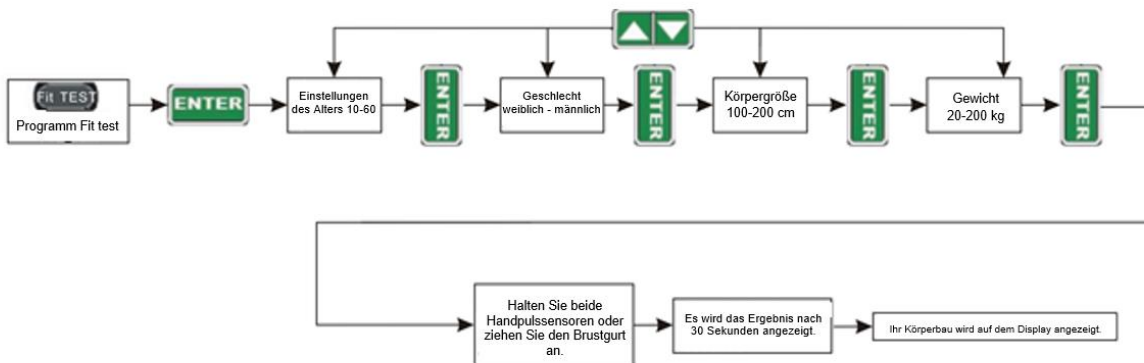
P2 Individuelles Programm



P3 Manuelles Programm



Programm Fit test



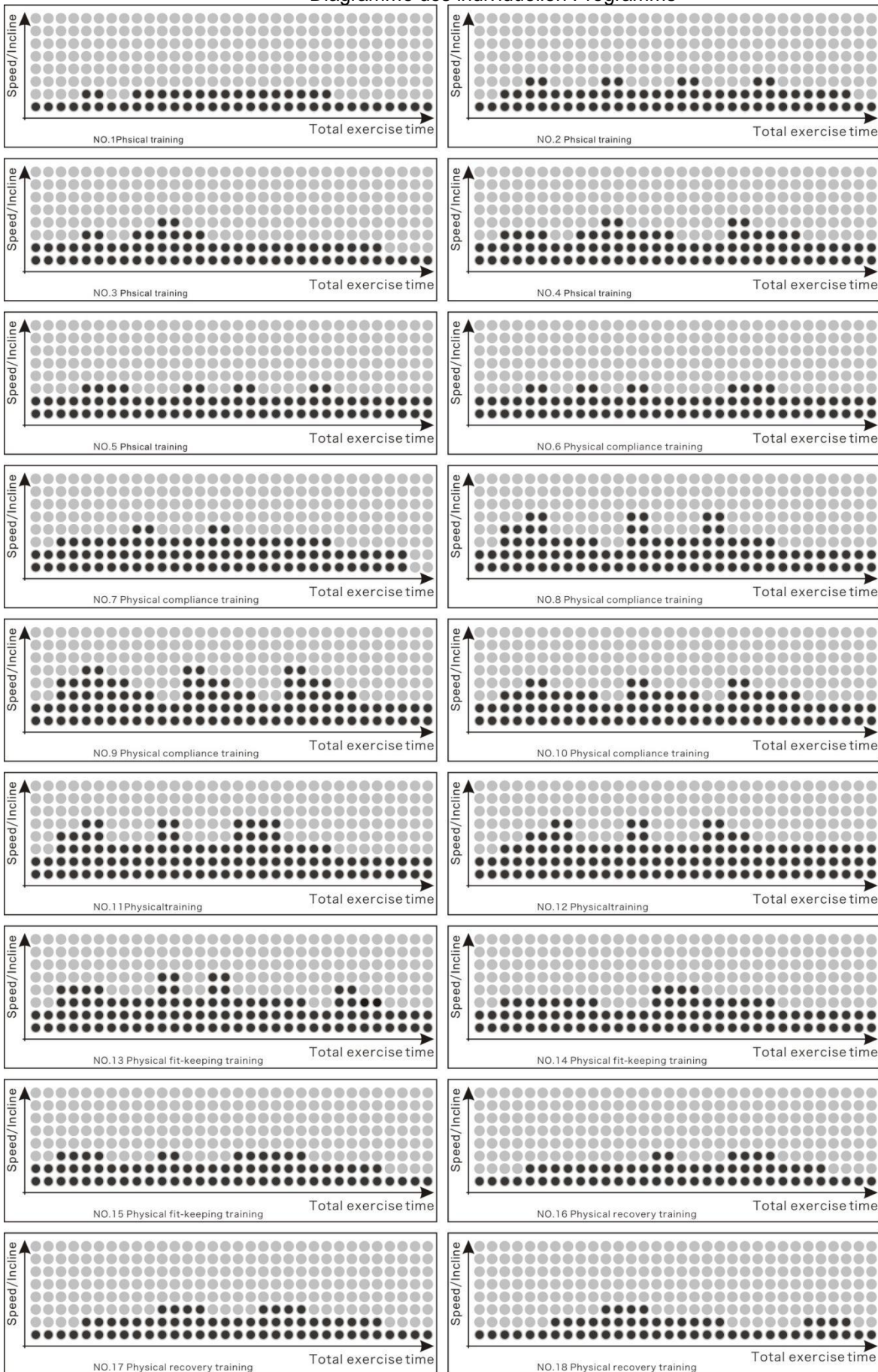
Hinweis:

Bei der Benutzung des Programms P1 HRC (Programm zur Pulsüberwachung) soll der MP3-Modus ausgeschaltet werden, damit das Audio-Signal keine Störungen bei der kabellosen Überwachung des Pulses verursacht. Der

fachspezifische, kabellose Brustgurt soll angezogen werden.

■ 4.1.5 Diagramme des Matrix-Programms und die Referenztable von BMI (Body-Mass-Index)

• Diagramme des individuellen Programms



● Referenztabelle mit dem %-Körperfettanteil

Alter Geschlecht		Körperform				
		schlank	gesund	normal	Übergewicht	Adipositas
%Körperfett		body 1	body 2	body 3	body4	body 5
Männer	≤ 30 Jahre alt	<14%	14%—20%	20. 1%—25%	25. 1%—35%	> 35%
Männer	> 30 Jahre alt	<17%	17%—23%	23. 1%—28%	28. 1—38%	> 38%
Frauen	≤ 30 Jahre alt	<17%	17%—24%	24. 1%—30%	30. 1—40%	> 40%
Frauen	> 30 Jahre alt	<20%	20%—27%	27. 1%—33%	33. 1%—43%	> 43%

● Referenztabelle mit Body-Mass-Index (BMI) für Erwachsene

Kategorie	Untergewicht	Normalgewicht	Übergewicht	Präadipositas	Adipositas Grad I	Adipositas Grad II
Body mass index(BMI)	< 18.5	18.5-23	23-25	25-30	30-35	> 35

◆5 Test der Pulsmessung

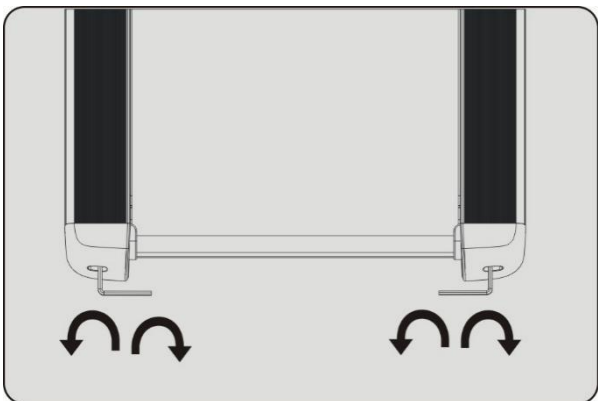
5.1● Nach und vor dem Training kann die trainierende Person ihren Puls als Ruhepuls messen oder ihn im dynamischen Zustand sowie im Recovery-Modus überwachen. Legen Sie beide Hände auf die Sensoren zur Pulsmessung. Auf dem Display soll das Ergebnis angezeigt werden.

Hinweis: Der Pulswert soll nicht den maximalen Pulswert (220-Alter) während des Trainings überschreiten. Wenn trotzdem der maximale Pulswert überschreitet wird, sollte man 30 Minute Pause machen oder die Geschwindigkeit sowie den Neigungswinkel verringern. Die Testergebnisse sollen lediglich als Information bezüglich des Trainings dienen.

Wartung, mögliche Mängel und die Problemlösungen

3. Pflege: Die Oberfläche des Laufbands soll immer sauber sein. Bevor Sie Pflegearbeiten durchführen, vergewissern Sie sich, dass das Gerät vollständig von der Stromversorgung getrennt ist. Reinigen Sie das Laufband nur mit einem leicht angefeuchteten Tuch. Benutzen Sie keinesfalls starke Reinigungsmittel.

4. Einstellung des Laufbandgurts: Der Laufbandgurt wurde bei dem Herstellungsprozess entsprechend zentriert. Jedoch kann es während des Transports oder wegen der unsachgemäßen Benutzung zur Änderung seiner Position kommen. Vor der Einstellung des Laufbandgurts sollen Sie das Laufband ausschalten (wie auf dem Bild angezeigt). Ziehen Sie die rechte und linke Schraube an oder lösen Sie sie im hinteren Teil mittels Sechskantschlüssels. Wenn der Laufbandgurt nach links gerichtet ist, drehen Sie die



linke Schraube im Uhrzeigersinn zu. Wenn der Laufbandgurt nach rechts gerichtet ist, drehen Sie die rechte Schraube gegen den Uhrzeigersinn zu. Am besten ist es, ½ Drehung jedes Mal zu machen. Schalten Sie das Gerät mit dem Schalter ein und prüfen Sie, ob den Laufbandgurt bei der Geschwindigkeit 4 ~ 5 km / h richtig funktioniert. Wiederholen Sie diesen Prozess, um maximal den Laufbandgurt zu zentrieren (siehe: Abbildung).

3. Einstellung der Spannung vom Laufbandgurt: Nach einer langen und häufigen Benutzung kann der Laufbandgurt klemmen oder überspannt sein. Man soll dann die Spannung mittels der linken und rechten Schraube im hinteren Teil (im Uhrzeigersinn) so einstellen, dass sich der Laufbandgurt ungehindert und gleichmäßig bewegen lässt. Am besten ist es, ½ Drehung jedes Mal zu machen. Dadurch verhindert man die zu starke Spannung des Laufbandgurts und gleichzeitig die Verkürzung des Service-Zyklus.

4. Schmieren: Nach circa 100 Stunden der Benutzung wird der Schmierfilm zwischen dem Laufband und dem Laufdeck abgenutzt. Sie sollen regelmäßig das Laufband schmieren und danach den Laufbandgurt entsprechend einstellen.

A : Schalten Sie das Gerät aus, lösen Sie den Laufbandgurt und benutzen Sie den Pinsel, um das Schmiermittel gleichmäßig aufzutragen. Danach sollen Sie den Laufbandgurt entsprechend einstellen.

B : Tragen Sie nicht zu viel Schmiermittel auf.

Mögliche Mängel und ihre Lösungen

Fehler	Ursache	Lösung
1. Keine Reaktion des Geräts nach dem Anschließen des Netzkabels	<ul style="list-style-type: none"> ① Das Netzkabel ist nicht richtig angeschlossen. ② Der Überlastungsschutz ist ausgeschaltet. ③ Der Umspanner ist nicht richtig eingesteckt oder beschädigt. ④ Die Sicherung ist durchgebrannt. 	<ul style="list-style-type: none"> ① Das Sportgerät wieder anschließen ② Das Sportgerät zurücksetzen ③ Die Kontrolle der Befestigung des Umspanners oder sein Wechsel ④ Wechsel der Sicherung
2.E01: Fehler des Geschwindigkeitssensors	<ul style="list-style-type: none"> ① Der Sensor wurde nicht richtig montiert oder ist beschädigt. ② Der Optokoppler ist beschädigt. ③ Der Controller ist beschädigt. 	<ul style="list-style-type: none"> ① Die Kontrolle der Montage vom Sensor oder seinen Wechsel ② Wechsel des Optokopplers ③ Wechsel des Controllers
3.E02: Übermäßige Belastung des Laufbands	<ul style="list-style-type: none"> ① Der Motorstrom ist zu hoch. ② Die Antriebswelle ist überlastet. ③ Der Controller ist beschädigt. 	<ul style="list-style-type: none"> ① Wechsel des Motors ② Schmieren oder Wechsel ③ Wechsel des Controllers
6.E03: Kommunikationsfehler	<ul style="list-style-type: none"> ① Das Signalkabel ist beschädigt. ② Der Optokoppler ist beschädigt. ③ Der Computer ist beschädigt. 	<ul style="list-style-type: none"> ① Die Kontrolle des Anschließens vom Signalkabel oder sein Wechsel ② Wechsel des Controllers oder Optokopplers ③ Wechsel des Computers
5.E04: Fehler des Controllers vom Laufband	<ul style="list-style-type: none"> ① Der Motor wurde falsch montiert oder ist beschädigt. ② Das Relais des Controllers ist beschädigt. ③ Der Controller ist falsch montiert. ④ Der Controller ist beschädigt. 	<ul style="list-style-type: none"> ① Die Kontrolle der Montage oder Wechsel ② Wechsel des Controllers oder Relais ③ Wechsel des Controllers ④ Wechsel des Controllers
6.Symbol "--". Fehler vom Sensor des Neigungswinkels	<ul style="list-style-type: none"> ① Der Sensor wurde falsch montiert. ② Der Sensor des Neigungswinkels ist beschädigt. ③ Der Controller ist beschädigt. 	<ul style="list-style-type: none"> ① Die Kontrolle des Anschließens vom Stecker ② Wechsel des Motors ③ Wechsel des Controllers

7. Problem mit dem Laufbandgurt	<ul style="list-style-type: none"> ① Ein falsch berechnetes Drehmoment. ② Der Laufbandgurt ist zu locker. ③ Fehler im Motor 	<ul style="list-style-type: none"> ① Einstellung des Drehmoments ② Einstellung des Laufbandgurts ③ Wechsel des Motors
---------------------------------	--	--

Vorsicht: Im Falle einer Fehlfunktion oder Beschädigung des Stromkabels muss es von einem hierfür ausgebildeten *Fachmann* gewartet oder ausgetauscht werden.

