



Návod na použitie: Bežecký pás Fassi F6.6

kód: 7601

SK

Vážené zákazníčky, vážení zákazníci

Teší nás, že ste sa rozhodli pre zariadenie **DUVLAN**. Tento kvalitný produkt je navrhnutý pre domáce používanie. Pred poskladaním zariadenia si pozorne prečítajte návod na použitie. Používajte zariadenie iba tak ako je to popísané v tomto návode na použitie. Tento návod uschovajte pre prípadné otázky v budúcnosti ohľadne prevádzky Vášho zariadenia.

Prajeme Vám veľa zábavy a úspechov pri Vašom tréningu.

Váš **DUVLAN** tím

Záruka

Kvalitné výrobky **DUVLAN** sú konštruované a testované pre fitness tréningy v domácom prostredí.

Predávajúci poskytuje na tento výrobok predĺženú 5-ročnú záruku na rám. Pre všetky ostatné mechanické aj elektronické súčiastky platí 2-ročná záruka.

Záruka sa nevzťahuje na škody spôsobené nesprávnou montážou, nesprávnou údržbou, mechanickým poškodením, opotrebením dielov pri bežnom používaní, neodvratnou udalosťou, neodbornými zásahmi, nesprávnym zaobchádzaním, či nevhodným umiestnením. V prípade reklamácie nás kontaktujte.

Záručná doba začína plynúť dátumom predaja (uschovajte preto doklad o kúpe).

Zákaznícky servis

Aby sme Vám mohli čo najlepšie pomôcť s prípadnými problémami na Vašom zariadení, poznačte si presný názov výrobku a sériové číslo. Tieto údaje nájdete na faktúre.

Pokyny pre zaobchádzanie so zariadením po vyradení z prevádzky

Zariadenie **DUVLAN** je recyklovateľné. Prosíme Vás, aby ste Vaše zariadenie po skončení životnosti odovzdali do zberní odpadu (alebo miesta na to určeného).

Kontakt

Duvlan s.r.o.
Textilná 5/897
957 01 Bánovce nad Bebravou
e-mail: servis@duvlan.com
web: www.duvlan.com

Pokyny

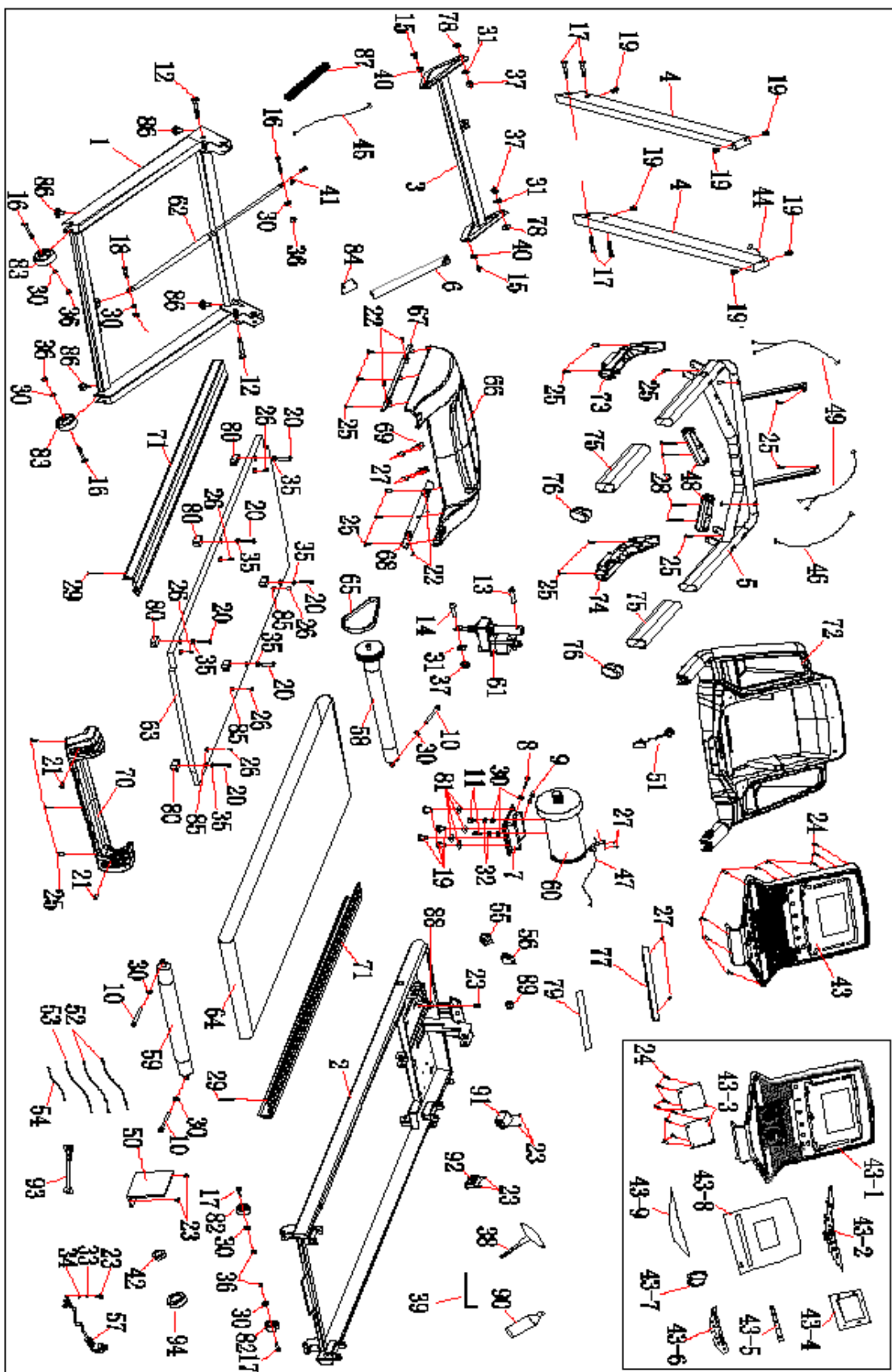
Tento návod na použitie je len referencia pre zákazníkov. **DUVLAN** nepreberá ručenie za chyby vzniknuté prekladom alebo technickou zmenou produktu.

Dôležité bezpečnostné upozornenie

Ak chcete znížiť riziko vážneho poranenia, prečítajte si nasledujúce bezpečnostné pokyny pred použitím produktu. Dozviete sa dôležité informácie o bezpečnosti, správnom používaní a údržbe zariadenia. Uschovajte tento návod na používanie v prípade neskoršej opravy, údržby alebo objednania náhradných súčiastok.

1. Toto zariadenie nemôže používať osoba, ktorej telesná hmotnosť je väčšia ako **120 kg**.
2. Zariadenie je navrhnuté pre tréning dospelých osôb. Nenechávajte deti a domáce zvieratá bez dozoru v miestnosti so strojom.
3. Postavte zariadenie na nekĺzavý povrch. V prípade, že chcete chrániť Vašu podlahu, položte pod zariadenie ochrannú podložku.
4. Zabezpečte dostatočný priestor na bezpečné používanie zariadenia. V blízkosti stroja musí byť voľná plocha min. 0,6 m.
5. Používajte zariadenie vo vnútri a chráňte ho pred vlhkosťou a prachom. Neumiestňujte zariadenie do zastrešenej verandy a v blízkosti vody.
6. Zariadenie je navrhnuté pre domáce používanie. Trieda použitia a účinnosti HC (norma STN EN957 – 10). Pre komerčné využívanie zariadenia sa na zariadenie záruka nevzťahuje výrobcu za zariadenie neručí.
7. Zariadenie nie je vhodné pre terapeutické použitie.
8. Pri zdravotných komplikáciách a obmedzeniach konzultujte Váš tréning s Vaším lekárom. Povie Vám, ktorý tréning je pre Vás vhodný.
9. Nesprávny tréning a precenenie Vašich schopností môže poškodiť Vaše zdravie.
10. Pokiaľ počas tréningu pocítite nevoľnosť, bolesť na hrudi alebo sa Vám bude zle dýchať, okamžite ukončíte tréning a vyhľadajte lekára.
11. S tréningom začnite až potom ako sa presvedčíte, že zariadenie je správne poskladané a nastavené.
12. Pri montáži zariadenia postupujte presne podľa návodu.
13. Používajte len originálne diely DUVLAN (pozri zoznam).
14. Pevne utiahnite všetky pohyblivé časti, aby ste zabránili ich uvoľneniu počas tréningu.
15. Nepoužívajte zariadenie na boso alebo s voľnou obuvou. Počas tréningu nenoste voľné oblečenie. Pred začatím tréningu odložte všetky šperky. Vlasy si riadne upravte, aby Vám počas cvičenia neprekážali.
16. Poškodené diely môžu ohroziť Vašu bezpečnosť a ovplyvniť životnosť zariadenia.
17. Pravidelne kontrolujte všetky matice a skrutky, či sú dotiahnuté.
18. Akákoľvek montáž/demontáž zariadenia musí byť vykonaná starostlivo.
19. Držte ruky a nohy preč od pohyblivých častí.
20. Buďte zvlášť opatrný pri zdvíhaní alebo presúvaní zariadenia tak, aby nedošlo k zraneniu chrbta. Vždy používajte správne zdvíhacie techniky alebo v prípade potreby požiadajte o pomoc druhú osobu.
21. Hmotnosť zariadenia: 73 kg.
22. Celkové rozmery zariadenia (d x š x v): 163 x 71 x 140 cm.

Rozložený diagram



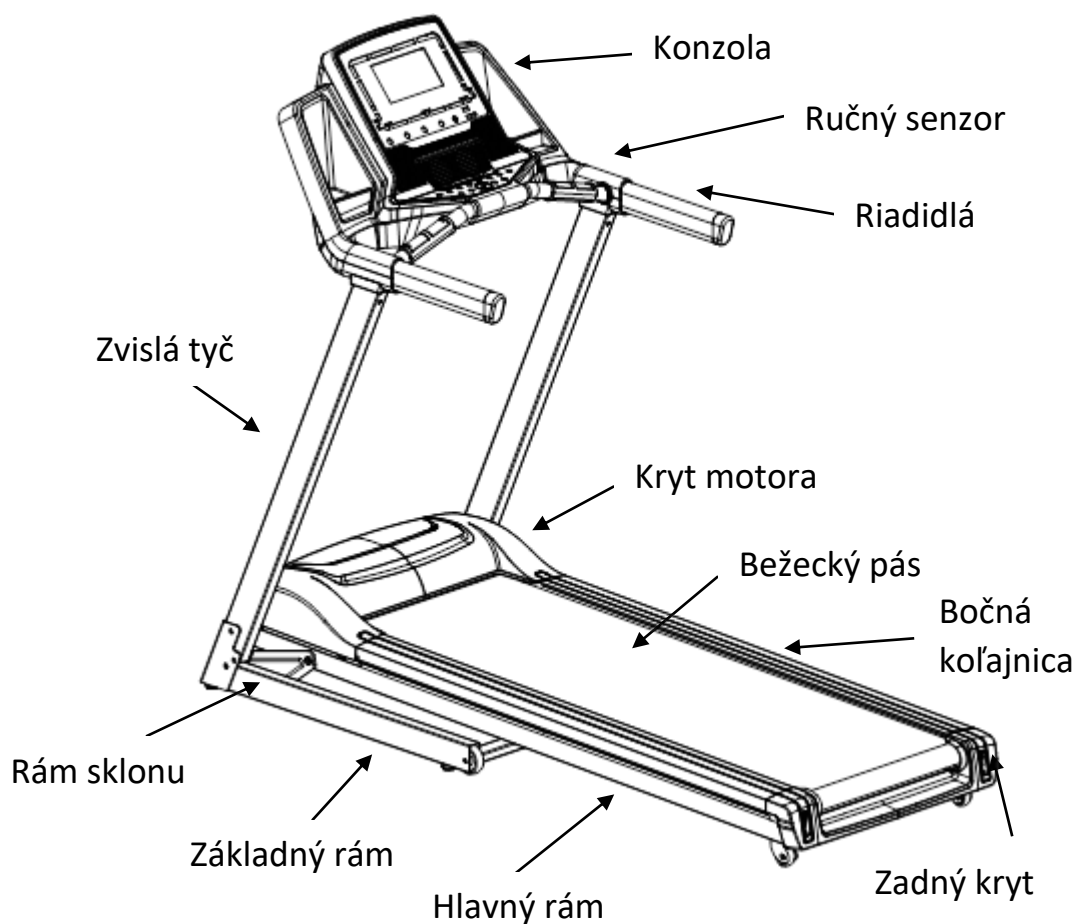
Zoznam dielov

P.Č.	Názov	KS	P.Č.	Názov	KS
1	Základný rám	1	24	Krížová samorezná skrutka M4×10 (ocel')	17
2	Hlavný rám	1	25	Krížová samorezná skrutka ST4×10 (čierna)	18
3	Rám sklonu	1	26	Krížová zápusťná samorezná skrutka ST4×16 (čierna/ocel')	6
4	Zvislá tyč (ľavá & pravá)	2	27	Krížová zápusťná samorezná skrutka ST4×15	8
5	Rám konzoly	1	28	Krížová samorezná skrutka ST3×10	4
6	Ezfit spojovací diel	1	29	Krížová samorezná skrutka ST3×25	2
7	Základný rám motora	1	30	Plochá podložka Φ8	12
8	Imbusová skrutka s úplným závitom M8×75	1	31	Plochá podložka Φ10	3
9	Nastaviteľná skrutka motora s maticou-1 M8×65	1	32	Elastická podložka Φ8	2
10	Imbusová skrutka s polovičným závitom M8×75 (8.8)	3	33	Elastická podložka Φ5	3
11	Imbusová skrutka s polovičným závitom M8×15 (8.8)	2	34	Poistná podložka Φ5	3
12	Imbusová skrutka s polovičným závitom M10×85×20 (8.8)	2	35	Plastová podložka(PVC)	6
13	Imbusová skrutka s polovičným závitom M10×35×20 (8.8)	1	36	Šesťhranná samoregulačná skrutka M8	6
14	Imbusová skrutka s polovičným závitom M10×60×20 (8.8)	1	37	Šesťhranná samoregulačná skrutka M10	3
15	Imbusová skrutka s polovičným závitom M10×25 (8.8)	2	38	Kľúč T 6×80	1
16	Imbusová skrutka s polovičným závitom M8×50×20 (8.8)	3	39	Kľúč T 6×35×80	1
17	Imbusová skrutka s polovičným závitom M8×40×20 (8.8)	6	40	Súprava práškovej metalurgie	2
18	Imbusová skrutka s polovičným závitom M8×30×20 (8.8)	1	41	Pružina	1
19	Imbusová skrutka s úplným závitom M8×15 (8.8)	10	42	Magnetický krúžok	1
20	Imbusová zápusťná skrutka s úplným závitom M6×55×Φ16	6	43	6610CA Konzola	1
21	Krížová skrutka M5×10	2	44	Komunikačný vodič L-1100mm	1
22	Krížová skrutka s úplným závitom M5×10	4	45	Komunikačný vodič L-800mm	1
23	Krížová skrutka s úplným závitom M4×10 (ocel')	7	46	Komunikačný vodič L-400mm	1

P.Č.	Názov	KS	P.Č.	Názov	KS
47	Senzor rýchlosti L-300	1	71	Bočná koľajnica	2
48	Súprava ručného tepu L-300mm	2	72	Zadný kryt konzoly	1
49	Vodič ručného tepu	2	73	Penový úchop (ľavý)	1
50	6610CA ovládač	1	74	Penový úchop (pravý)	1
51	Bezpečnostný kľúč	1	75	Pena	2
52	Kábel	2	76	Koncový uzáver	2
53	Kábel	1	77	Držiak	1
54	Kábel	1	78	Plastová podložka	2
55	Vypínač	1	79	EVA lepenie	1
56	Vypínač	1	80	Štvorcová výplň	6
57	Napájací kábel	1	81	Štvorcová výplň	4
58	Predný valec	1	82	Koliesko	2
59	Zadný valce	1	83	Koliesko	2
60	Motor	1	84	Koncový uzáver	1
61	Motor sklonu	1	85	Kruhové vedenie bočnej koľajnice	6
62	Valec	1	86	Nastaviteľná noha	4
63	Bežecská doska	1	87	Ochrana káblov	1
64	Bežecský pás	1	88	Káblková svorka	2
65	Pás motora	1	89	Káblový krúžok	1
66	Kryt motora	1	90	Fľaštička silikónového oleja	1
67	Fixný plát krytu motora (ľavý)	1	91	Filter	1
68	Fixný plát krytu motora (pravý)	1	92	Induktor	1
69	Zátka polohy krytu motora	2	93	Kábel L-150mm	1
70	Zadný kryt	1	94	Fľaštička silikónového oleja	1

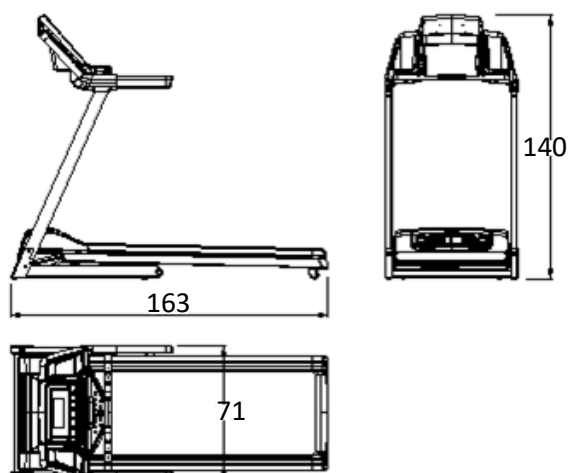
Diely konzoly

P.Č.	Názov	KS
43	6610CA Konzola	1
43-1	Doska	1
43-2	Klávesnica	1
43-3	Uzáver výstupu vzduchu	2
43-4	PCB obrazovka	1
43-7	Doska bezpečnostného kľúča	1
43-8	Prekrytie konzoly (displej)	1
43-9	Prekrytie konzoly (klávesnica)	1



Technické informácie

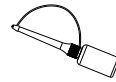
Nosnosť	120 kg
Rozmery	Rozložené: 163 x 71 x 140 cm
	Zložené: 100 x 71 x 141 cm
Plocha na behanie	48 x 130 cm
Rozsah rýchlosti	1-18 km/h



Obsah balenia



Hlavný rám



Silikónová fľaštička



Zvislé tyče



Návod na použitie



Balenie súčiastok

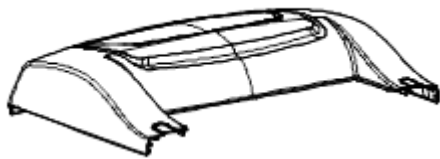


Bezpečnostný kľúč



Konzola

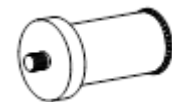
Zoznam hlavných dielov



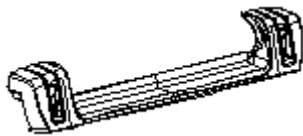
Kryt motora



Konzola



Motor



Zadný kryt



Pás motora



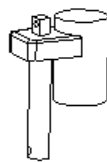
Bežecský pás



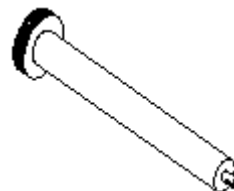
Bežecská doska



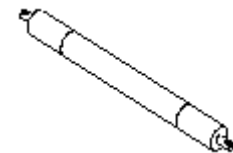
Bočná koľajnica



Motor sklonu

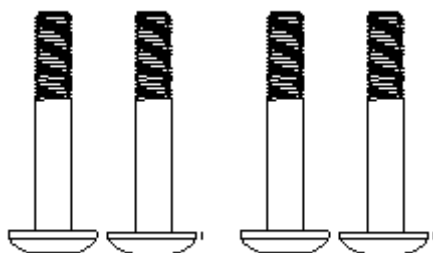


Predný valec

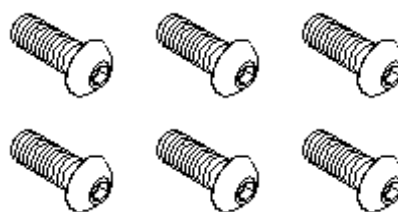


Zadný valec

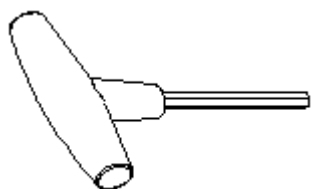
Obsah balenia súčiastok



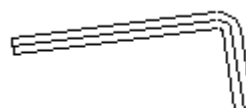
Imbusová skrutka
s polovičným závitom
M8×40×20 4 ks



Imbusová skrutka
s úplným závitom M8×15



Kľúč T 1 ks



Kľúč L 1 ks

Montážny návod

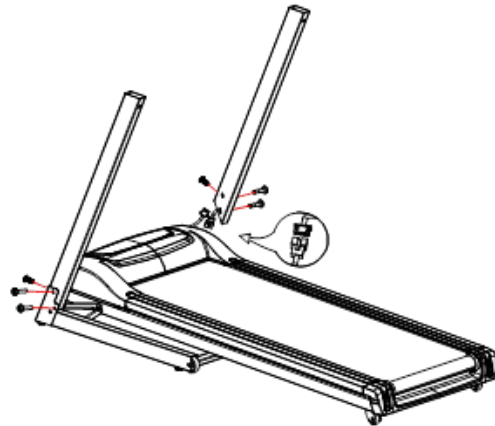
Krok 1

Stroj vyťahnite z krabice a položte ho na plochú zem.



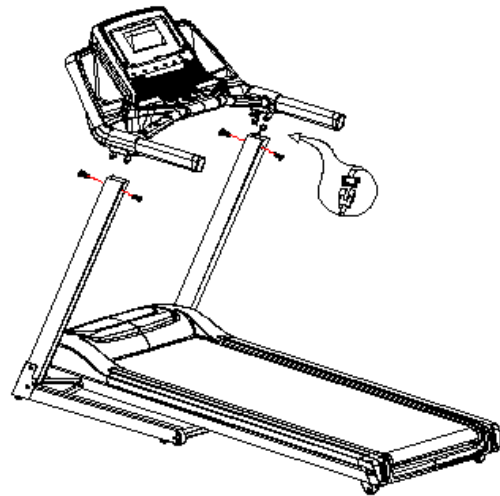
Krok 2

Komunikačné vedenie zvislých tyčí pripojte k vodiču hlavného rámu a potom vložte zvislé tyče do základného rámu. Hlavný rám zaistite pomocou 4 imbusových skrutiek s polovičným závitom M8×40×20 a 4 imbusových skrutiek s polovičným závitom M8×15.



Krok 3

Vedenie konzoly pripojte k vedeniu zvislých tyčí. Potom konzolu vložte na zvislé tyče a zaistite ju pomocou 4 imbusových skrutiek s polovičným závitom M8×15.



Krok 4

Súčiastky utiahnite kľúčmi.



Typy a rady k tréningu

Rozcvička

Pred tréningom je potrebná 5- až 10-minútová rozcvička.

Dýchanie

Pri cvičení nezadržavajte dych. Pri uvoľňovacích cvičeniach sa nadychujte nosom a vydychujte ústami. Pohyb by mal byť v súlade s dýchaním. Ak dýchate príliš rýchlo, mali by ste prestať cvičiť.

Frekvencia

Jedná svalová partia by mala odдыхovať aspoň 48 hodín, čo znamená, že rovnakú svalovú partiu môžete cvičiť aspoň každý druhý deň.

Záťaž

V závislosti na individuálnej fyzickej zdatnosti si určíte množstvo. Potom cvičte krok za krokom. Počiatková bolesť svalov počas prvých tréningov je normálna. Pri pokračujúcom cvičení bude bolesť ustupovať.

Uvoľňovacie cvičenia

Po tréningu je sú potrebné aspoň 5-minútové uvoľňovacie cvičenia, hlavne na uvoľnenie svalov nôh, aby ste sa vyhli dlhodobej kondenzácii svalov a zachovali flexibilitu svalov.

Strava

Za účelom ochrany tráviaceho systému, nejedzte jednu hodinu pred tréningom a polhodinu po tréningu. Počas cvičenia pite menej pitnej vody, aby ste nezaťažovali srdce a obličky.

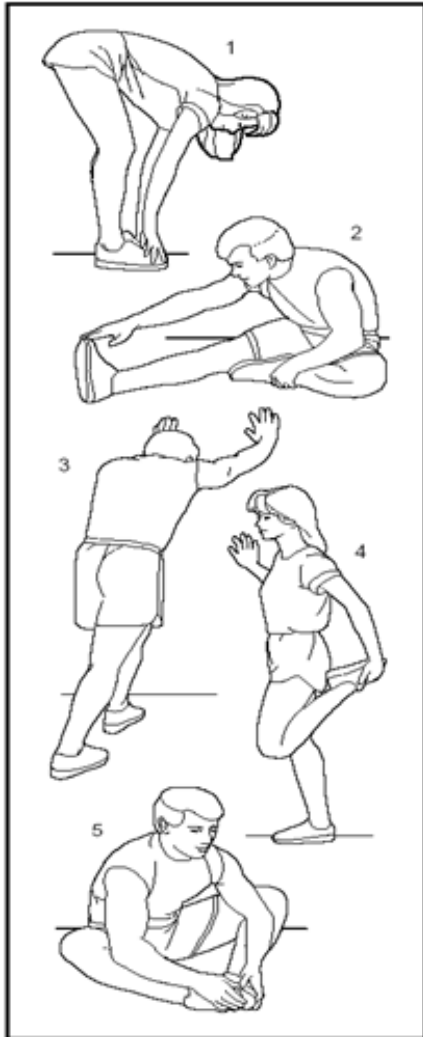
Natáhovacie cvičenia

Bez ohľadu na to, ako rýchlo kráčate, je dobré sa pred tréningom rozcvičiť. Zahriate svaly sa ľahšie natáhajú, tak strávte 5-10 minút rozcvičovaním. Potom sa zastavte a postupujte nasledovne: každý cvik robte aspoň 10 sekúnd a opakujte 5-krát. Zopakujte to aj po tréningu.

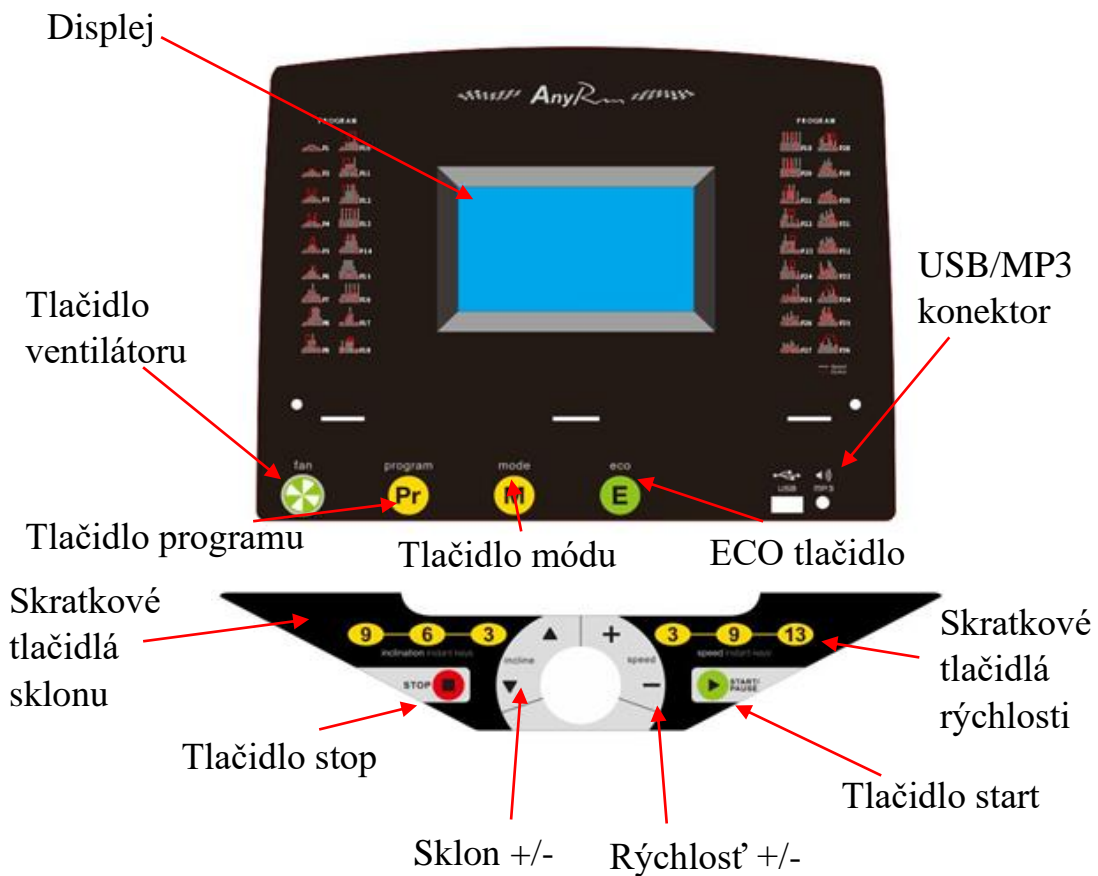
1. Natiahnutie v predklone
Kolená jemne pokrčte a telo pomaly ohýbajte dopredu, chrbát a ruky uvoľnite a dlanami sa pokúste dotknúť prstov na nohách. Polohu udrzte 10-15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Zopakujte 3-krát.
2. Natiahnutie šliach
Sadnite si na čistý vankúš a vystrite jednu nohu. Druhú nohu si vložte dnu, aby sa pohodlne opierala o vnútornú časť vystretej nohy. Dlanami sa pokúste dotknúť prstov na nohách. Polohu držte 10-15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Zopakujte 3-krát na každú nohu.
3. Natiahnutie lýtky a päty
Držte sa steny alebo stromu oboma rukami a s jednou nohou vzadu. Zadnú nohu držte vystretú a päťu na zemi. Pohybujte sa smerom k stene alebo stromu. Polohu držte 10-15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Zopakujte 3-krát na každú nohu.
4. Natiahnutie stehenného svalu
Držte rovnováhu ľavou rukou alebo sa držte stola, vystrite pravú ruku dozadu a chyťte si pravý členok a pomaly ho ťahajte smerom k bokom, až kým nepocítite natiahnutie svalov na prednej strane stehna. Polohu držte 10-15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Zopakujte 3-krát na každú nohu.

5. Natiahnutie svalu vnútorných stehien

Päty si priložte oproti sebe a kolena položte na zem. Dlaňami si chytíte chodidlá a potiahnite ich smerom k sebe. Polohu udrzte 10-15 sekúnd a potom sa uvoľnite. Zopakujte 3-krát.



Návod na použitie



Funkcie počítača

1. P0: užívateľský program, P1-P36: prednastavené automatické programy, U01-U03: nastaviteľné programy, FAT: funkcia merania telesného tuku.
2. 5" LCD displej
3. Rozsah rýchlosti: 1-16 km/h; 12 úrovní sklonu
4. Sebakontrola a upozorňovacie zvuky
5. Metrické a britské jednotky vzdialenosti a rýchlosti
6. MP3 (voliteľné)
7. Ventilátor (voliteľné)
8. HRC (voliteľné)
9. MP3/USB Bluetooth funkcia (voliteľné)
10. ECO funkcia

LCD displej

1. Okno rýchlosti: zobrazuje hodnotu rýchlosti.
2. Okno času a kroku: zobrazuje hodnotu času a tempa.
3. Okno vzdialenosti: zobrazuje hodnotu vzdialenosti.
4. Okno kalórií: zobrazuje hodnotu kalórií.
5. Okno tepu: zobrazuje hodnotu tepu.
6. Okno sklonu: zobrazuje hodnotu sklonu.

Funkcie tlačidiel

1. PROGRAM: vyberá program. Keď je pás zastavený, prechádza medzi programami (P1-P36 -> U1-U3 -> FAT).
2. MODE: vyberá mód. Keď je pás zastavený, môžete nastaviť mód. Môžete prechádzať medzi odpočítavaním času -> odpočítavaním kalórií -> odpočítavaním vzdialenosti. Pri programoch p1-p36 je predvolená hodnota odpočítavania 30 minút.
3. START/PAUSE: Keď je pás zastavený, tlačidlo START ho spustí. Po opätovnom stlačení sa pás zastaví.
4. STOP: Keď pás beží, tlačidlo STOP ho postupne zastaví.
5. +: Počas bežania zvýši rýchlosť. Pri FAT programe zvýši hodnotu parametra.
6. -: Počas bežania zníži rýchlosť. Pri FAT programe zníži hodnotu parametra.
7. QUICK SPEED: Počas bežania môžete ihneď zmeniť rýchlosť stlačením tlačidla 3, 9 alebo 13.
8. ▲: Zvýši hodnotu sklonu.
9. ▼: Zníži hodnotu sklonu.
10. QUICK INCLINE: Môžete upraviť sklon priamo stlačením tlačidla 3, 6 alebo 9.

Zmena jednotiek rýchlosti

1. Vytiahnite bezpečnostný kľúč, naraz stlačte tlačidlá „SPEED +“ a „SPEED-“. Ak okno rýchlosti zobrazuje 0,6, tak jednotka rýchlosti je míle za hodinu (MPH).
2. Vytiahnite bezpečnostný kľúč, naraz stlačte tlačidlá „SPEED +“ a „SPEED-“. Ak okno rýchlosti zobrazuje 1,0, tak jednotka rýchlosti je kilometre za hodinu (km/h).

Ak chcete nastavenie zmeniť, opäť stlačte obe tlačidlá naraz.

Funkcia bezpečnostného kľúča

Kedykoľvek, keď vyberiete bezpečnostný kľúč, displej zobrazí „E7“ a zaznie zvuk „Di-Di-Di“. Keď vložíte bezpečnostný kľúč, všetko sa rozsvieti na 2 sekundy a vojdete do manuálneho štartovacieho módu (ekvivalent resetovania).

Bezpečnostné pokyny

1. Napájací kábel zapojte do 10A zásuvky. Spínač prepnete do zapnutej pozície, obrazovka sa zapne a zaznie zvuk.
2. Bezpečnostný kľúč vložte do správnej polohy, zapnete stroj, zasvieti LCD obrazovka a zaznie zvuk „bíp“ a pás vstúpi do programu P0.
3. Tlačidlom PROGRAM môžete prechádzať programami P0-P36, U01-U03, FAT.
4. Používateľský program P0. Tlačidlom MODE môžete prechádzať 4 módmi. Užívateľ si môže zvoliť rýchlosť a sklon. Predvolená hodnota rýchlosti je 1 km/h a sklonu 0%.
5. Mód 1: Počítanie. Hodnoty času, vzdialenosti a kalórií sa pripočítavajú. Funkcia výberu je vypnutá.
6. Mód 2: Odpočítavanie času. Pri výbere bude blikať okno času, tlačidlami + a – môžete upraviť túto hodnotu. Rozsah je 5-99 minút a predvolená hodnota je 30 minút.
7. Mód 3: Odpočítavanie kalórií. Pri výbere bude blikať okno kalórií, tlačidlami + a – môžete upraviť túto hodnotu. Rozsah je 20-990 cal a predvolená hodnota je 50 cal.
8. Mód 4: Odpočítavanie vzdialenosti. Pri výbere bude blikať okno vzdialenosti, tlačidlami + a – môžete upraviť túto hodnotu. Rozsah je 1-99 km a predvolená hodnota je 1 km.
9. Prednastavené programy P1-P36. K dispozícii je iba mód odpočítavania času. Pri výbere bude blikať okno času, tlačidlami + a – môžete upraviť túto hodnotu. Rozsah je 5-99 minút a predvolená hodnota je 30 minút. Stlačením tlačidla MODE vrátite parametre na ich predvolené hodnoty.
10. Po výbere módu stlačte tlačidlo START. Na obrazovke sa začne odpočítavať od 5 spolu s upozorňujúcimi zvukmi. Keď odpočítavanie dosiahne 1, pás sa začne jemne hýbať a potom postupne zrýchľovať až ku konštantnej rýchlosti.
11. Počas bežania môžete použiť tlačidlá + a- alebo skratkové tlačidlá rýchlosti pre úpravu rýchlosti pásu.
12. Pri programoch P1-P36 je priebeh rýchlosti a sklonu rozdelený do 10 segmentov. Každý segment trvá rovnako dlhý časový úsek. Rýchlosť sa upravuje podľa nastavenej hodnoty aktuálneho segmentu. Pred prechodom do ďalšieho segmentu zaznie 3-krát signál. Po ukončení všetkých 10 segmentov sa motor zastaví spolu s dlhým zvukovým signálom.
13. Keď počas bežania stlačíte tlačidlo START, pás sa zastaví. Po opätovnom stlačení tlačidla START sa pás zase spustí spolu so zachovanými údajmi o tréningu.
14. Keď počas bežania stlačíte tlačidlo STOP, pás začne postupne zastavovať. Všetky údaje sa vrátia do predvoleného stavu.
15. Kedykoľvek, keď vytiahnete bezpečnostný kľúč, na displeji sa zobrazí „E7“, zaznie signál a bežecký pás sa zastaví.
16. Ovládač je vždy pod dohľadom. Akonáhle nastane abnormálna situácia, stroj sa zastaví, displej zobrazí chybovú správu a zaznie signál.
17. Keď je pás zastavený, stláčajte tlačidlo PROGRAM a vyberte program FAT a stlačením tlačidla MODE nastavíte parameter.
18. F1 znamená pohlavie: 1 (muž), 2 (žena). Predvolená hodnota je 1 (muž).
19. F2 znamená vek, rozsah je 1-99 a predvolená hodnota je 25 rokov.
20. F3 znamená výška, rozsah je 100-220 cm (39-87 palcov) a predvolená hodnota je 170 cm (67 palcov).

21. F4 znamená hmotnosť, rozsah je 20-150 kg (44-330 lbs) a predvolená hodnota je 70 kg (154 lbs).
22. F5 znamená BMI, dokončili ste nastavovanie parametrov. Obe dlane položte na senzory tehu a čakajte 8 sekúnd. Okno zobrazí Vaše BMI.

Podľa ázijských štandardov platí:

BMI	
<18	Podváha
18-24	Normálna hmotnosť
25-28	Nadváha
>29	Obezita

Predvolená hodnota je 24.

Funkcia ventilátora (voliteľné)

Keď je ventilátor vypnutý, zapnete ho tlačidlom FAN. Keď je ventilátor zapnutý, vypnete ho tlačidlom FAN. V akejkoľvek chybnej situácii sa ventilátor automaticky zastaví.

HRC – kontrola srdcovej frekvencie (voliteľné)

1. Predvolene má HRC tri skupiny, rýchlostne obmedzené :HRC1, HRC2, HRC3 – 9 km/h, 11 km/h, 13 km/h.
2. HRC môže nastaviť rozsah metód, príkazov a parametrov. Keď stlačíte tlačidlo PROGRAM pre zobrazenie HRC, stlačte MODE, čím potvrdíte výber a prejdete do ďalšej nastavovacej skupiny. Začnete, keď stlačíte tlačidlo rýchlosti na nastavenie posledného parametru.
3. Rozsah veku je 15-80 rokov, prednastavená hodnota je 25 rokov.
4. Predvolený tep je $(220-\text{vek}) \cdot 0,6$.
5. Prednastavený rozsah cieľového tehu je 80-180.
6. Predvolená hodnota času je 30 minút a rozsah nastavenia je 5-99 minút.
7. Zmenu frekvencie kontroluje HRC každých 30 sekúnd (tep sa zobrazí).
8. Keď je užívateľova hodnota tehu nižšia o min. 30 úderov/minútu ako cieľová hodnota, rýchlosť sa zvýši o 2 km/h.
9. Keď je užívateľova hodnota tehu nižšia o 6-26 úderov/minútu ako cieľová hodnota, rýchlosť sa zvýši o 1 km/h.
10. Keď je užívateľova hodnota tehu vyššia o min. 30 úderov/minútu ako cieľová hodnota, rýchlosť sa zníži o 2 km/h.
11. Keď je užívateľova hodnota tehu vyššia o 6-26 úderov/minútu ako cieľová hodnota, rýchlosť sa zníži o 1 km/h.
12. Keď je užívateľova hodnota tehu vyššia alebo nižšia o 0-5 úderov/minútu ako cieľová hodnota, rýchlosť sa nemení.
13. V nasledujúcich situáciách sa rýchlosť pásu zníži na najnižšiu hodnotu za 20 sekúnd a po 15 sekundách na tejto hodnote sa úplne zastaví za signálu po každej sekunde:
 - a. Jednu minútu nemožno skontrolovať tep.
 - b. Tep spomalí rýchlosť na najnižšiu hodnotu.
 - c. Tep je vyšší ako 220-vek.

14. Nemôžete znížiť rýchlosť na menšiu rýchlosť ako je najnižšia rýchlosť, pokiaľ na nej nie ste. Napríklad: najnižšia rýchlosť je 1 km/h a keď znížite rýchlosť z 1,6 km/h, tak sa zmení na 1 km/h.
15. Sklon nie je kontrolovaný srdcovou frekvenciou, môžete ho nastaviť manuálne.

ECO funkcia

Týmto tlačidlom vstúpite do funkcie ECO a zakaždým sa sklon zvýši o 3%. Keď toto tlačidlo stlačíte ešte raz, vstúpite do funkcie väčšieho sklonu.

Rýchlostná tabuľka programov

Program/Segment		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Rýchlosť	1.0	2.0	2.0	3.0	3.0	3.0	3.0	2.0	2.0	1.0
	Sklon	0	0	1	1	2	2	1	1	0	0
P2	Rýchlosť	1.0	2.0	2.0	3.0	4.0	4.0	3.0	2.0	2.0	1.0
	Sklon	0	0	2	3	4	4	3	2	0	0
P3	Rýchlosť	1.0	2.0	2.0	3.0	4.0	4.0	3.0	2.0	2.0	1.0
	Sklon	0	0	3	7	4	4	7	3	0	0
P4	Rýchlosť	1.0	2.0	2.0	3.0	3.0	3.0	3.0	2.0	2.0	1.0
	Sklon	0	0	3	7	4	4	7	2	0	0
P5	Rýchlosť	1.0	2.0	2.0	3.0	4.0	4.0	3.0	2.0	2.0	1.0
	Sklon	0	0	2	4	6	8	4	2	0	0
P6	Rýchlosť	1.0	2.0	2.0	4.0	4.0	6.0	4.0	2.0	2.0	1.0
	Sklon	0	0	3	4	5	7	7	3	0	0
P7	Rýchlosť	2.0	3.0	4.0	6.0	6.0	9.0	6.0	4.0	4.0	2.0
	Sklon	0	0	2	4	4	6	4	2	0	0
P8	Rýchlosť	1.0	2.0	2.0	4.0	4.0	9.0	9.0	9.0	8.0	4.0
	Sklon	0	0	2	4	8	9	9	2	0	0
P9	Rýchlosť	2.0	3.0	3.0	6.0	6.0	9.0	6.0	3.0	3.0	2.0
	Sklon	0	0	9	9	8	4	3	3	0	0
P10	Rýchlosť	1.0	2.0	2.0	4.0	4.0	4.0	4.0	6.0	4.0	3.0
	Sklon	0	0	2	2	4	9	9	9	0	0
P11	Rýchlosť	2.0	4.0	4.0	6.0	6.0	6.0	6.0	9.0	4.0	1.0
	Sklon	0	0	9	9	9	3	4	3	0	0
P12	Rýchlosť	1.0	3.0	3.0	6.0	9.0	6.0	9.0	9.0	6.0	4.0
	Sklon	0	0	9	9	9	9	9	8	0	0
P13	Rýchlosť	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0
	Sklon	0	0	4	8	9	8	9	9	0	0
P14	Rýchlosť	2.0	3.0	3.0	6.0	9.0	6.0	9.0	9.0	6.0	3.0
	Sklon	0	0	4	8	9	8	9	9	0	0
P15	Rýchlosť	4.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	2.0
	Sklon	0	0	2	3	4	4	3	2	0	0
P16	Rýchlosť	2.0	4.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0
	Sklon	0	0	2	4	5	4	5	6	0	0
P17	Rýchlosť	2.0	2.0	2.0	4.0	6.0	9.0	6.0	2.0	2.0	2.0
	Sklon	0	0	2	4	6	6	4	2	0	0

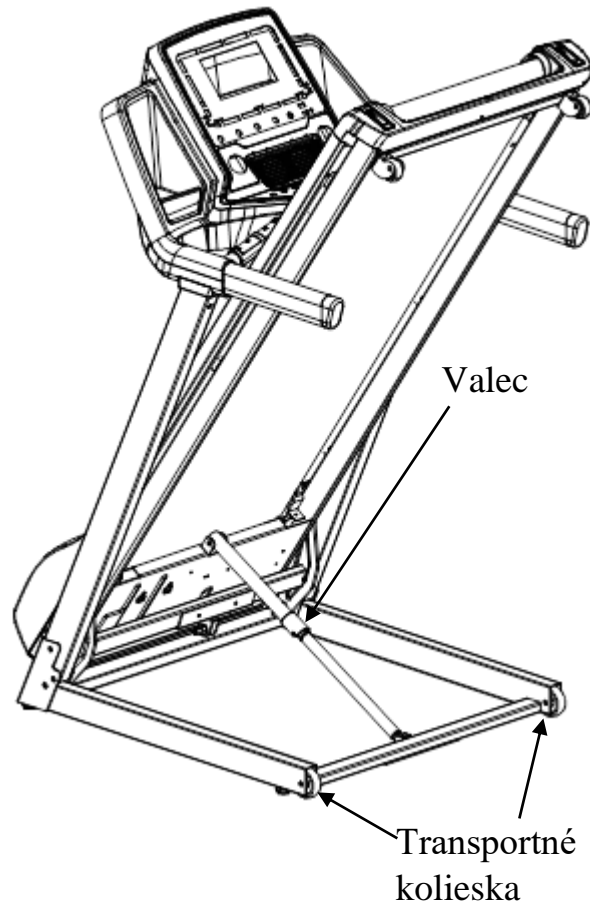
P18	Rýchlost'	3.0	6.0	3.0	6.0	6.0	6.0	6.0	2.0	2.0	2.0
	Sklon	0	0	2	6	8	6	8	2	0	0
P19	Rýchlost'	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0
	Sklon	0	0	9	8	6	8	6	4	0	0
P20	Rýchlost'	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0
	Sklon	0	0	9	8	2	8	2	2	0	0
P21	Rýchlost'	2.0	6.0	2.0	6.0	9.0	6.0	9.0	2.0	6.0	2.0
	Sklon	0	0	9	8	2	8	2	2	0	0
P22	Rýchlost'	4.0	6.0	9.0	6.0	2.0	6.0	2.0	2.0	4.0	2.0
	Sklon	0	0	2	4	9	8	9	2	0	0
P23	Rýchlost'	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	6.0	6.0	2.0	2.0	2.0
	Sklon	0	0	2	3	4	9	9	2	0	0
P24	Rýchlost'	4.0	6.0	9.0	6.0	4.0	6.0	4.0	2.0	4.0	2.0
	Sklon	0	0	4	4	5	9	9	2	0	0
P25	Rýchlost'	2.0	4.0	3.0	4.0	3.0	3.0	7.0	3.0	9.0	3.0
	Sklon	1	2	3	3	1	5	5	6	5	0
P26	Rýchlost'	2.0	5.0	4.0	6.0	4.0	7.0	5.0	3.0	5.0	2.0
	Sklon	1	2	3	3	2	3	4	5	3	0
P27	Rýchlost'	2.0	5.0	4.0	5.0	4.0	6.0	5.0	3.0	4.0	2.0
	Sklon	1	2	2	3	1	3	3	3	3	0
P28	Rýchlost'	2.0	6.0	7.0	4.0	4.0	8.0	5.0	3.0	5.0	2.0
	Sklon	4	5	6	6	9	9	2	9	7	0
P29	Rýchlost'	2.0	4.0	6.0	8.0	7.0	9.0	7.0	3.0	4.0	2.0
	Sklon	3	5	4	4	3	5	5	4	4	0
P30	Rýchlost'	2.0	4.0	5.0	5.0	6.0	6.0	7.0	4.0	4.0	2.0
	Sklon	3	5	3	4	2	4	5	3	4	0
P31	Rýchlost'	3.0	6.0	7.0	5.0	8.0	6.0	9.0	7.0	4.0	3.0
	Sklon	2	2	3	3	2	3	5	7	3	0
P32	Rýchlost'	3.0	6.0	7.0	5.0	8.0	7.0	8.0	7.0	5.0	3.0
	Sklon	1	2	4	3	2	3	5	6	3	0
P33	Rýchlost'	2.0	8.0	6.0	4.0	5.0	9.0	8.0	6.0	5.0	3.0
	Sklon	2	2	6	2	3	5	3	3	3	0
P34	Rýchlost'	2.0	3.0	5.0	3.0	3.0	6.0	4.0	7.0	4.0	3.0
	Sklon	4	4	3	6	7	9	9	7	4	0
P35	Rýchlost'	2.0	5.0	8.0	9.0	6.0	9.0	6.0	4.0	3.0	2.0
	Sklon	1	3	5	8	1	8	7	4	3	0
P36	Rýchlost'	2.0	5.0	5.0	4.0	4.0	7.0	5.0	3.0	4.0	4.0
	Sklon	3	5	6	7	9	9	9	9	7	0

Chybové hlásenia a riešenia

Problém	Dôvod	Riešenie
Stroj nefunguje	Nie je prístup energie	Stroj zapojte do zásuvky.
	Bezpečnostný kľúč nie je na svojom mieste	Vložte bezpečnostný kľúč.
	Transformátor nie je zapojený alebo je poškodený	Skontrolujte a zapojte transformátor alebo ho vymeňte.
	Elektrický obvod nefunguje	Skontrolujte, či sú všetky napájacie káble a konektory dobre zapojené.
Náhle zastavenie bežeckého pásu	Výpadok bezpečnostného kľúča	Vložte bezpečnostný kľúč.
	Poškodený systém	Požiadajte technika o opravu.
Detekcia kľúča	Kľúč nefunguje	Vymeňte klávesnicu s káblom alebo vymeňte konzolu.
E1	Komunikačný kábel je uvoľnený alebo poškodený	Správne zapojte kábel alebo ho vymeňte.
	Poškodená konzola	Vymeňte konzolu.
	Poškodený transformátor	Vymeňte transformátor.
	Poškodený ovládač	Vymeňte ovládač.
E2	Kábel motora alebo motor je poškodený	Vymeňte kábel motora alebo motor.
	Kábel medzi motorom a ovládačom je uvoľnený alebo je ovládač poškodený	Poriadne zapojte kábel alebo vymeňte ovládač.
E3	Senzor rýchlosti nesedí správne	Senzor upevnite na miesto.
	Senzor rýchlosti je poškodený	Vymeňte senzor rýchlosti.
	Kábel medzi senzorom rýchlosti a ovládačom nie je správne zapojený.	Skontrolujte a poriadne zapojte kábel.
	Poškodený ovládač	Vymeňte ovládač.
E5	Poškodený ovládač	Vymeňte ovládač.
	Poškodený motor	Vymeňte motor.
E7	Konzola nedokáže otestovať signál bezpečnostného kľúča	Vložte bezpečnostný kľúč.
Žiadny tep	Kábel ručného tepu nie je dobre zapojený alebo je poškodený	Kábel správne zapojte alebo ho vymeňte.
	Poškodený obvod konzoly	Vymeňte konzolu.
Chyba displeja konzoly	Uvoľnená skrutka na PCB doske	Utiahnite skrutku.
	Poškodená konzola	Vymeňte konzolu.

Skladanie bežeckého pásu

1. Sklon nastavte na najnižšiu úroveň (0).
2. Odpojte stroj zo zásuvky-
3. Zdvihnite dosku do polohy paralelnej so zvislými tyčami tak, aby sa valec uzamkol do pozície.
4. **Pozor:** skontrolujte, či je valec naozaj uzamknutý na mieste.



Rozkladanie bežeckého pásu

1. Jednu ruku položte na riadidlo a druhou tlačte vrchnú časť bežeckej dosky dopredu.
2. Jednou nohou potlačte strednú časť valca na odomknutie mechanizmu.
3. Nechajte dosku pomaly spadnúť pred pustením riadidiel.

Premiestňovanie bežeckého pásu

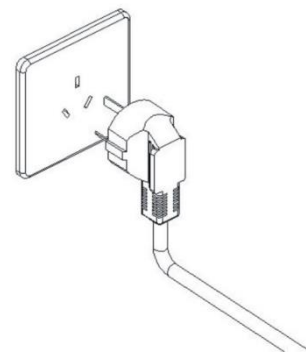
Stroj môžete bezpečne premiestňovať zložený pomocou transportných koliesok. Pevne sa chytíte riadidiel oboma rukami, potiahnite bežecký pás k sebe, postavte ho na kolieska a pomaly ťahajte alebo tlačte.

Pokyny k uzemneniu

Tento produkt musí byť uzemnený. Ak nastane chyba alebo sa bežecký pás poškodí, uzemňovací vodič vytvorí obvod s najmenším odporom a prúd bude odvedený do zeme a zminimalizuje tak riziko elektrického šoku. Stroj je vybavený jedným káblom, ktorý má jeden uzemňovací vodič a uzemňovaciu zástrčku. Bežecký pás musí byť uzemnený so správnou zásuvkou, ktorá je kompatibilná a lokálnymi pravidlami.

NEBEZPEČENSTVO: Pokiaľ ste si neistý, či je zariadenie správne uzemnené, poraďte sa s kvalifikovaným elektrikárom alebo personálom údržby. Nevymieňajte zástrčku dodanej k tomuto produktu bez povolenia. Ak nie je zástrčka kompatibilná so zásuvkou, nechajte kvalifikovaného elektrikára nainštalovať vhodnú zásuvku.

Mala by byť 220 V a mala by sedieť so zásuvkou na obrázku. Uistite sa, že je zástrčka kompatibilná so zásuvkou. S týmto produktom by sa nemal používať so žiadnym adaptérom.



Údržba

Správna údržba je veľmi dôležitá pre bezchybný a funkčný stav bežeckého pásu. Nesprávna údržba môže spôsobiť poškodenie pásu alebo skrátiť jeho životnosť.

Všetky súčiastky stroja musia byť pravidelne kontrolované a uťahované. Opotrebované súčiastky musia byť okamžite vymenené.

Nastavenie pásu

Počas prvých týždňov používania možno budete musieť upraviť bežecký pás. Všetky bežecké pásy sú nastavené pri výrobe. Po čase používania by sa mohol pás natiahnuť alebo vykloniť zo stredu. Natiahnutie je normálne.

Nastavenie napnutia pásu

Ak cítite, že pás sa šmýka alebo seká, keď naň dopadnete nohou, môže potrebovať vyššie napnutie.

Zvýšenie napnutia bežeckého pásu

1. Ľavú skrutku napnutia otočte 8mm kľúčom v smere hodinových ručičiek o $\frac{1}{4}$ otočky, aby ste pritiahli zadný valec a zvýšili tak napnutie pásu.
2. Predchádzajúci krok zopakujte s pravou skrutkou napnutia. Uistite sa, že otáčate obe skrutky rovnako, aby bol zadný valec rovný vzhľadom na rám.
3. Opakujte predchádzajúce 2 kroky, až kým nebude šmýkanie úplne eliminované.
4. Dajte si pozor, aby ste pás neutiahli príliš. Mohol by tak vzniknúť prebytočný tlak na predné a zadné ložiská valcov. Príliš utiahnutý pás by ich mohol poškodiť, čo by malo za následok zvuky vychádzajúce z predného a zadného valca.

Pre zníženie napnutia pásu otočte skrutky napnutia proti smeru hodinových ručičiek rovnomerne.

Vycentrovanie bežeckého pásu

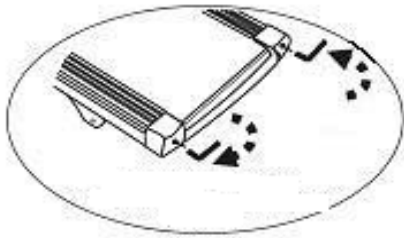
Keď bežíte, možno sa odrážate jednou nohou viac ako druhou. Veľkosť odchýlenia závisí od množstva sily vynaloženej jednou nohou v porovnaní s druhou. Toto odchýlenie môže spôsobiť odcentrovanie pásu. Je to normálne a pás sa vyrovná, keď na ňom nebude nikto bežať. Ak pás zostáva odchýlený, budete ho musieť vycentrovať manuálne.

Spustite pás bez toho, aby na ňom niekto bol. Rýchlosť pásu nastavte na 6 km/h.

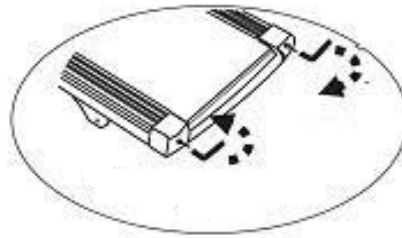
1. Sledujte, či sa pás odchyľuje doprava alebo doľava.
 - a. Ak sa odchyľuje k ľavej strane, otočte ľavú nastavovaciu skrutku pomocou kľúča o $\frac{1}{4}$ otočky v smere hodinových ručičiek a pravú nastavovaciu skrutku o $\frac{1}{4}$ otočky proti smeru hodinových ručičiek.
 - b. Ak sa odchyľuje k pravej strane, otočte pravú nastavovaciu skrutku pomocou kľúča o $\frac{1}{4}$ otočky v smere hodinových ručičiek a ľavú nastavovaciu skrutku o $\frac{1}{4}$ otočky proti smeru hodinových ručičiek.
 - c. Ak pás stále nie je vycentrovaný, opakujte predchádzajúce kroky, až kým nebude vycentrovaný.
2. Keď je pás vycentrovaný, zvýšte rýchlosť na 16 km/h a uistite sa, že beží hladko. Ak je to potrebné, zopakujte predchádzajúce kroky.

Ak predchádzajúce kroky neboli úspešné, možno budete musieť zvýšiť napnutie pásu.

Zvýšenie napnutia

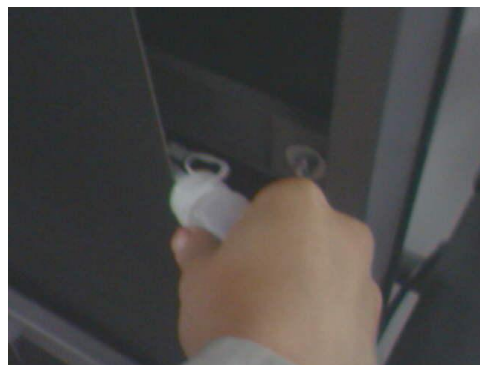


Zníženie napnutia



Mazanie

Bežecký pás bol namazaný pri výrobe. Napriek tomu odporúčame pravidelne kontrolovať mazanie pásu, aby ste zaistili optimálnu prevádzku stroja. Zvyčajne nie je potrebné mazať pás prvý rok alebo prvých 500 hodín používania. Zdvihnite strany pásu a ohmatajte strednú časť spodnej strany. Ak pocítite stopy silikónového spreju, mazanie nie je potrebné. Ak je povrch suchý, mazanie je potrebné. Používajte iba silikónový sprej bez oleja.



Aplikácia maziva na bežecký pás

- Umiestnite pás tak, aby bola štrbina uprostred dosky.
- Sprejový ventil vložte do nádoby s mazivom.
- Jednu stranu pásu zdvihnite a sprej držte vo vzdialenosti od predného konca pásu a dosky. Začnite na prednom konci pásu. Nanášajte sprej smerom k zadnému koncu. Zopakujte pre druhú stranu pásu. Každú stranu sprejajte približne 4 sekundy.
- Pred použitím počkajte 1 minútu, aby sa sprej rozniesol.

Čistenie

- Pravidelné čistenie bežecského pásu zaistí jeho dlhú životnosť
- **Varovanie:** Stroj musí byť vypnutý, aby ste sa vyhli elektrickým šokom. Pred čistením vyberte zástrčku zo zásuvky.
- Po každom tréningu utrite zvyšky potu z konzoly a ostatných povrchov pomocou čistej, jemnej a vlhkej handričky.
- **Pozor:** Nepoužívajte žiadne abrazíva ani rozpúšťadlá. Akékoľvek tekutiny držte mimo počítača, aby sa nepoškodil. Počítač nevystavujte priamemu slnečnému svetlu.
- Týždenne: Aby bolo čistenie jednoduchšie, odporúčame používať podložku pod bežecký pás. Obuv môže zanechať nečistoty na bežeckom páse, ktoré sa môžu dostať pod pás. Podložku pod pásom čistite raz za týždeň.

Skladovanie

Zariadenie skladujte v suchom a čistom prostredí. Uistite sa, že je hlavný vypínač vypnutý a zariadenie odpojené od elektriny.

- Zariadenie zodpovedá súčasným bezpečnostným normám. Prístroj je vhodný iba na domáce použitie. Akékoľvek iné použitie je neprípustné a možno dokonca nebezpečné. Nemôžeme niesť zodpovednosť za škody, ktoré boli spôsobené nesprávnym používaním.
- Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím praktickým lekárom, aby ste zistili, či ste na cvičenie s týmto prístrojom v telesnom zdraví. Diagnóza lekára by mala byť základom štruktúry Vášho cvičebného programu. Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže byť škodlivé pre Vaše zdravie.
- Pozorne si prečítajte všeobecné tipy na fitness a cvičebné pokyny. Ak máte bolesti, dýchavičnosť, nevoľnosť alebo iné fyzické ťažkosti, okamžite prerušte cvičenie. Ak máte dlhodobé bolesti, okamžite sa poraďte s lekárom.
- Toto fitness zariadenie nie je vhodné na profesionálne ani lekárske účely, ani sa nesmie používať na terapeutické účely.
- Snímač pulzu nie je zdravotníckym zariadením. Je určený iba na informačné účely a je navrhnutý tak, aby poskytoval priemernú pulzovú frekvenciu. Zámerom nie je poskytnúť lekársku pomoc, ani nebude merať pulz presne zakaždým v dôsledku odlišných faktorov prostredia a ľudského kondicionovania.