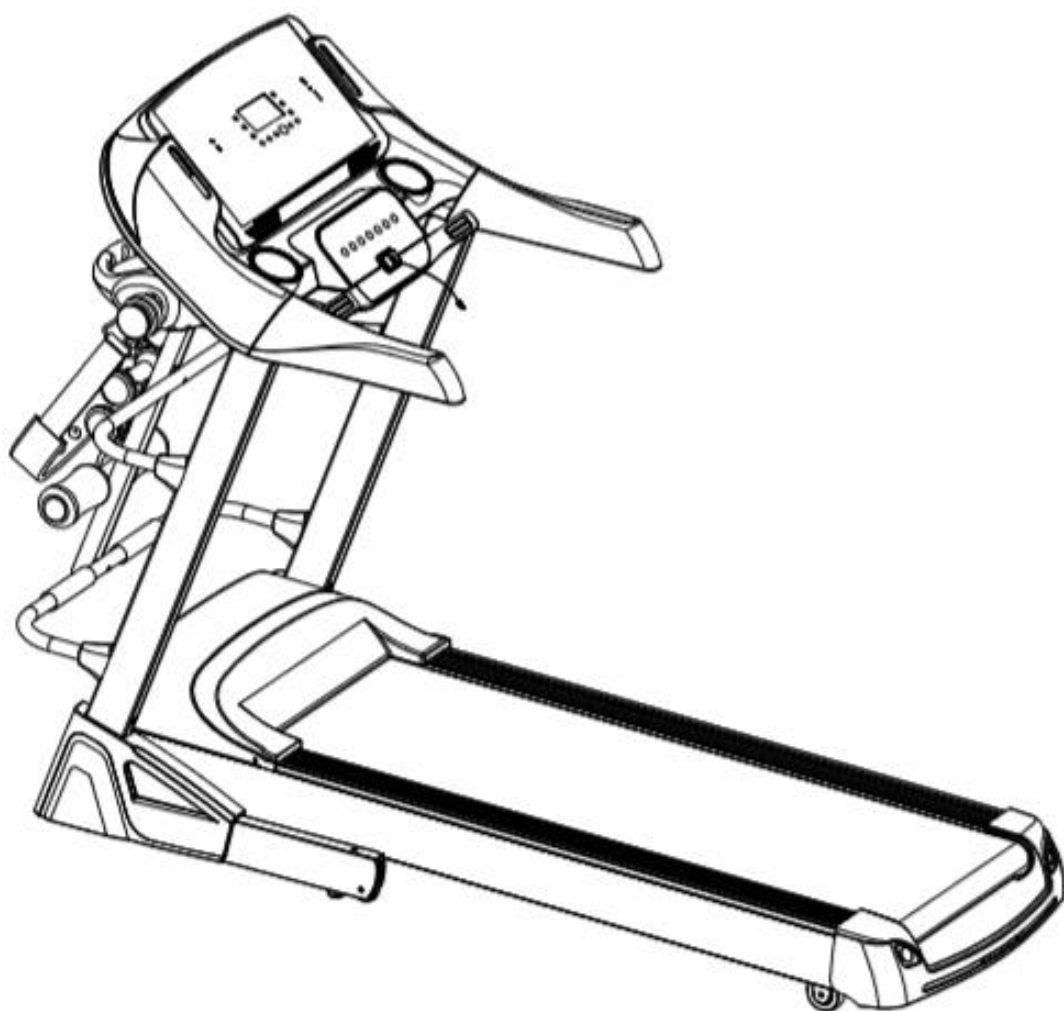


ONE
FITNESS

BE4515



Uwagi dotyczące bezpieczeństwa

1. Przed pierwszym użyciem należy zapoznać się dokładnie z instrukcją i zachować ją na przyszłość.
2. Należy uwzględnić wszystkie ostrzeżenia i środki ostrożności łącznie z etapami montażu. Z maszyny można korzystać jedynie zgodnie z jej przeznaczeniem.
3. Mając na względzie własne bezpieczeństwo, produkt należy zmontować i użytkować zgodnie z niniejszą instrukcją. Należy poinformować wszelkich innych użytkowników o zasadach bezpiecznego użytkowania.
4. Należy chronić urządzenie przed dostępem dzieci i zwierząt. Dzieci nie powinny przebywać w pobliżu maszyny bez nadzoru. Maszynę może montować i użytkować jedynie osoba dorosła.
5. Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem. Jest to niezbędne zwłaszcza w przypadku osób mających problemy zdrowotne lub przyjmujących leki mogące wpływać na tętno, ciśnienie krwi lub poziom cholesterolu.
6. Należy uważnie obserwować swój organizm. W przypadku wystąpienia jakichkolwiek problemów (ból, ucisk w klatce piersiowej, nieregularna praca serca, brak oddechu, nudności lub zawroty głowy) należy niezwłocznie przerwać trening. Niewłaściwe wykonywanie ćwiczeń może prowadzić do poważnych problemów zdrowotnych lub urazów.
7. Maszynę należy ustawić na płaskiej, suchej i czystej nawierzchni i zapewnić swobodną przestrzeń minimum 0,6 m od innych przedmiotów, aby zwiększyć poziom bezpieczeństwa.
8. Należy korzystać z odpowiedniego stroju sportowego i butów. Należy unikać zbyt luźnych ubrań.
9. Maszyny nie wolno używać na świeżym powietrzu.
10. Przyrząd należy sprawdzić pod kątem uszkodzeń lub zużycia przed każdym treningiem.
11. Należy zaprzestać użytkowania, gdy na sprzęcie pojawią się ostre krawędzie.
12. Jeżeli maszyna zacznie wydawać niecodzienne dźwięki należy przerwać użytkowanie.
13. Żadna regulowana część nie powinna wystawać, ani utrudniać ruchów użytkownika. Z maszyny może korzystać tylko jedna osoba w danym momencie.
14. Hamowanie nie zależy od prędkości.
15. Maszyna nie jest przeznaczona do celów terapeutycznych.
16. Zależy zachować ostrożność przy podnoszeniu lub transporcie maszyny, aby uniknąć kontuzji pleców. Należy korzystać jedynie z odpowiednich technik podnoszenia lub zapewnić sobie pomoc drugiej osoby.
17. Nie wolno wprowadzać modyfikacji w konstrukcji produktu. W razie potrzeby należy skontaktować się z autoryzowanym serwisem.
18. **Maksymalna waga użytkownika: 140 kg**

Sprzęt zaliczony został do klasy H według normy EN ISO 20957-1 i jest przeznaczony do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych i rehabilitacyjnych.

Parametry techniczne

Lp.	Nazwa	
1	Pas bieżni	1260*450(MM)
2	Maksymalne obciążenie	140 KG
3	Wymiary bieżni	1620*700*1240MM
4	Napięcie	AC220V (50-60Hz)
5	Maksymalna moc	3.0HP
6	Prędkość	0.8-18KM/H

Lista części

1	6 mm nakrętka sześciokątna wewnętrzna M8 * 50	2	Rura pozioma
2	6 mm nakrętka sześciokątna wewnętrzna M8 * 35	4	Rura środkowa
3	6 mm nakrętka sześciokątna wewnętrzna M8 * 55	2	Rura pozioma
4	Zaślepka do rur w kształcie litery U.	4	
5	Końcówka poręczy	2	
6	Wewnętrzny sześciokątny klucz 5 mm / 6 mm	2	
7	Śrubokręt wielofunkcyjny	1	
8	Klucz otwierający	1	13# 15#
9	Olej	1	30 ml
10	Uchwyt funkcjonalny 8 * 65	2	
11	6 mm nakrętka sześciokątna wewnętrzna M8 * 20	8	
12	Prawa/lewa zaślepka	2	

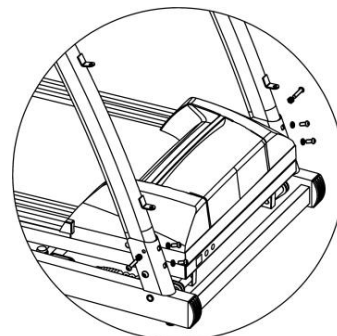
Lista części w zestawie

Lp.	Nazwa	Ilość	Uwagi
1	Komputer	1 szt	
2	Zestaw narzędzi	1 szt	
3	Rama bieżni z kolumnami	2 szt	
4	Instrukcja/gwarancja/certyfikat	1 zestaw	

Montaż

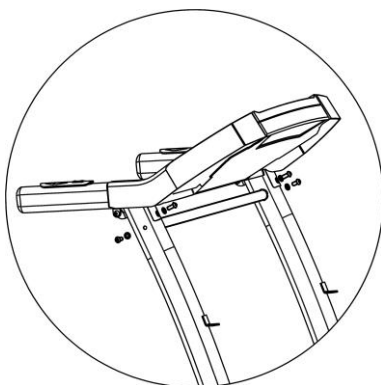
Krok 1

Przymocuj kolumny do ramy bieżni używając 2 śrub M8 * 45 i podkładek oraz 4 śrub M8 * 20. Po jednym zestawie z każdej strony, jak pokazano na obrazku.



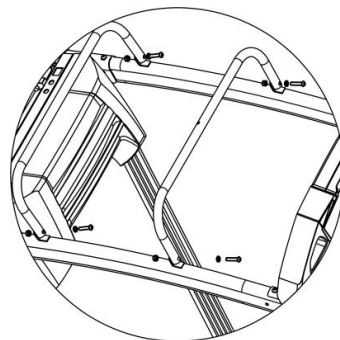
Krok 2

Nałóż konsolę na kolumny i zabezpiecz po obu stronach za pomocą śrub M8 * 20 i podkładek.



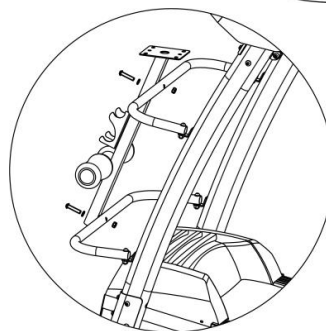
Krok 3 Montaż masażera

Najpierw umieść gumową tuleję ochronną po każdej stronie rury w kształcie litery U (wspornik masażera) następnie zamocuj oba wsporniki pomiędzy kolumnami bieżni za pomocą śrub M8 * 40, i nakrętek



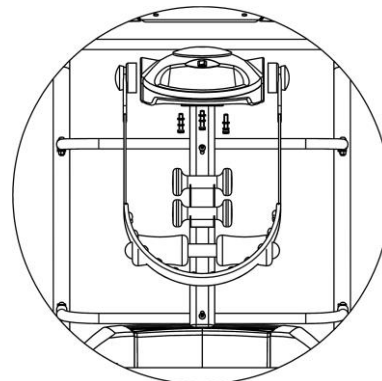
Krok 4 Montaż masażera

Użyj dwóch śrub M8 * 40, aby zamocować ramę masażera do wsporników

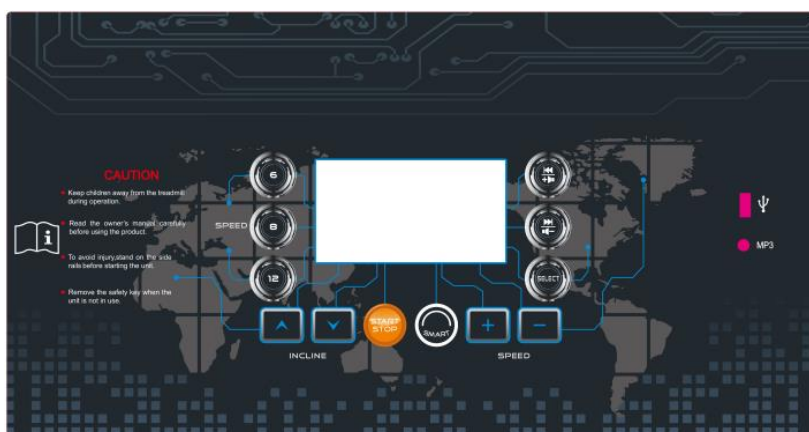


Krok 5 Montaż masażera

Odkręć trzy śruby M8 * 16 poniżej głowicy masażera (włącznie z płaskimi podkładkami i podkładkami sprężystymi), a następnie umieść głowicę urządzenia do masażu na ramie i dokręć za pomocą wcześniej usuniętych śrub



Instrukcja użytkowania produktu



1. KONSOLA

PRĘDKOŚĆ: Zakres 0.8-18.0KM / H. Na wyświetlaczu LCD pojawią się numery 3,2,1, a następnie bieżące ustawienia. Ustawienia i dane są wyświetlane na wyświetlaczu LCD podczas pomiaru tłuszczu.

Tryb manualny

A. Czas: Możliwość ustawiania czasu w zakresie 0-100 minut lub odliczania do końca

B. Kalorie: Możliwość ustawienia w zakresie 0-999 lub odliczania do końca.

C. Dystans: ustawienie 0-999 lub odliczanie do końca

D. Puls: Podczas treningu system automatycznie sprawdza wartość pulsu (ręce muszą znajdować się na czujnikach wbudowanych w uchwyty). Wartość w zakresie: 50-200 czas / min.

E.INC

Zakres nachylenia: regulacja nachylenia 0-18%.

2. Funkcje przycisków.

Select- „wybierz”:

“START/STOP”

SPEED-- prędkość:“+/-“; Incline- kąt nachylenia “+/-“

Przyciski szybkiej zmiany prędkości 6,8,12

Głośność „+/-“

3. SZYBKIE URUCHOMIENIE

Wciśnij następujące przyciski krok, po kroku

- WŁĄCZANIE / WYŁĄCZANIE ZASILANIA → START → PRĘDKOŚĆ '+' LUB '-' → POCHYLENIE '+' LUB '-'

Tryb manualny

START: 1KM / H → PRĘDKOŚĆ „+” LUB „-” ORAZ NACHYLENIE „+” LUB „-”

→ Mode → CZAS (zacznie migać wartość wyjściowa 15:00)- przyciski kąta nachylenia „+/-“, lub prędkości „+/-“, umożliwią zmianę czas treningu, w zakresie 5:00-99:00 → START

4. Funkcje klucza bezpieczeństwa:

W każdym momencie możesz wyciągnąć klucz bezpieczeństwa, a okno prędkości wyświetli „-“; urządzenie emituje krótkie Bi-Bi-Bi. Jeśli silnik pracuje, natychmiast się zatrzyma. Gdy klucz bezpieczeństwa zostanie wyciągnięty, żaden przycisk nie będzie działał.

5.MP3, funkcja odtwarzania muzyki przez gniazdo Audio lub USB

1. Funkcja odtwarzania muzyki MP3

2. Po podłączeniu odtwarzacza MP3 Play przez gniazdo audio urządzenie zacznie korzystać z wbudowanych w bieżni głośników

2. Dysk z plikami MP3 powinien być podłączony do gniazda USB, a następnie urządzenie automatycznie zidentyfikuje pliki audio i odtworzy muzykę.

Piosenka powinna zostać wybrana przez naciśnięcie „Last Song” i „Next Song” na ekranie komputera, a odtwarzanie muzyki powinno zostać rozpoczęte lub wstrzymane przez naciśnięcie klawisza „Play / Pause”. Ponadto głośność należy wyregulować, naciskając przycisk „Zwiększenie głośności” i „Zmniejszenie głośności”.

Załącznik : Opis programów P1-P12

zadany czas/ 20 segmentów

speed – prędkość
incline – nachylenie

PROG	TIME	To set time / 20 time = running time of each period																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCL INE	0	7	7	6	6	6	6	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
	INCL INE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCL INE	0	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	4	4	3	3
	INCL INE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCL INE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P6	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCL INE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCL INE	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	8	7	6	5	4	3	2	2
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCL INE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCL INE	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCL INE	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
	INCL INE	9	6	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3
	INCL INE	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4

Konserwacja produktu

Smarowanie

Bieżnia jest fabrycznie nasmarowana. Zaleca się jednak regularne sprawdzanie smarowania bieżni, aby zapewnić optymalną pracę urządzenia.

Zalecenia

Co 3 miesiące unieś bok pasa bieżni i nanieś smar na jego wewnętrzną stronę tak głęboko jak się da.

Kiedy czas użytkowania w tygodniu jest krótszy niż 3 godziny, należy smarować bieżnię raz na pięć miesięcy.

Kiedy czas użytkowania w tygodniu wynosi od 4 do 7 godzin, należy smarować bieżnię raz na dwa miesiące.

Kiedy czas użytkowania w tygodniu wynosi ponad 7 godzin, należy smarować bieżnię raz na miesiąc.

Nie można przesmarować bieżni, ale zbyt duża ilość smaru nie wpływa korzystnie na funkcje bieżni. Pamiętaj: właściwe smarowanie jest ważnym czynnikiem zwiększającym żywotność urządzenia.

Smarowanie nie jest konieczne jeśli pod pasem bieżnym widzisz ślady smaru.

Używaj tylko bezolejowego smaru silikonowego. Przed uruchomieniem maszyny odczekaj 1 minutę, aż smar się rozleje.

2. Metody smarowania

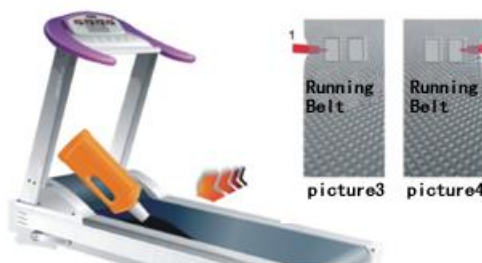
Aby sprawdzić, czy istnieje potrzeba smarowania, wystarczy odchylić bok pasa bieżni i sprawdzić jego stan. Jeśli na pasie jest wyczuwalna wilgoć wewnątrz, oznacza to, że nie jest potrzebny smar; jeśli pas jest suchy, oznacza to, że smar jest potrzebny.

A. Kroki powlekania pasa bieżni smarem: (patrz zdjęcie)

B. Zatrzymaj urządzenie. Wyjmij klucz bezpieczeństwa z gniazda

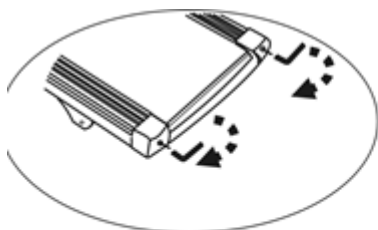
C. Odciągnij pas i nanieś smar po obu jej stronach.

Włóż klucz bezpieczeństwa i ustaw prędkość na 1km/h. Przyłóż dłoń do środkowej części pasa bieżnego i przytrzymaj przez kilka sekund. Następnie przesuwaj dłoń od prawej do lewej aby rozprowadzić naniesiony smar pod pasem bieżnym.

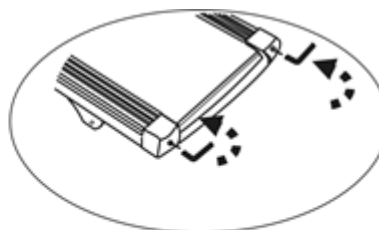


Regulacja pasa bieżnego

- Jeśli pas bieżny ucieka na prawą lub lewą stronę lub szura po płycie bieżnej/rolkach w trakcie ćwiczeń oznacza to iż konieczna jest jego regulacja
- Podczas pierwszych tygodni użytkowania sprzętu może okazać się iż pas lekko się rozciągnął pomimo jego prawidłowego naciągnięcia w fabryce.
- Upewnij się iż nic nie znajduje się na płycie bieżni i ustaw prędkość na 6km/h
- Obserwuj, czy pas nie ucieka w prawą lub lewą stronę.
- Jeśli pas ucieka w lewo, używając klucza, przekręć prawą i lewą śrubę regulacyjną o 1/4 przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.
- Jeśli pas ucieka w prawo, przekręć prawą i lewą śrubę regulacyjną o 1/4 obrotu zgodnie z ruchem wskazówek zegara
- Jeśli pas nadal nie jest pośrodku, powtórz powyższy krok
- Po zakończeniu procedury zwiększ prędkość do 16km/h i sprawdź czy pas porusza się równo po środku płyty bieżnej
- Jeśli pas nadal ucieka na strony konieczne jest jego dodatkowe dociągnięcie



**obróć zgodnie ze
wskazówkami zegara aby
zwiększyć napięcie pasa**



**obróć odwrotnie do
wskazówek zegara aby
zmniejszyć napięcie pasa**

The logo consists of the letters 'EN' in a white, bold, sans-serif font, centered within a solid black square.

SAFETY PRECAUTIONS

1. Read this manual carefully before first using and retain it for future reference.
2. Observe all warnings and precautions including assembly steps. Use it only for intended purpose.
3. Assemble and use it only according to this manual to assure your safety. Inform all other users about safe usage.
4. Keep it away from children and pets. Don't let children unattended near this device. Only an adult person may assemble and use it.
5. Ask your physician for advice before starting any exercise program. It is especially necessary if you suffer from some health problems or if you take some medication that could affect your heart rate, blood pressure or cholesterol level.
6. Observe body signals. If you feel some problems (pain, tightness in chest, irregular heartbeat, breathing shortness, dizziness or nausea), stop immediately, improper exercising can result in serious health problems or in an injury.
7. Put it only on a flat, dry and clean surface and keep a safety clearance of at least 0.6 m from other objects for higher safety. Use a protective cover to protect carpet or floor.
8. Wear adequate sports clothes and sports shoes. Avoid too loose clothes.
9. Don't use it outdoors.
10. Check this device for damage or wearing before each using. Regularly check all bolts and nuts. They should be well tightened, Re-tighten, if necessary. Never use damaged or worn device to assure your safety.
11. If some sharp edges occur, stop using.
12. If you hear some unusual noises coming from this device, stop using.
13. No adjustable part should protrude and obstruct user movements. Only one person may use it at time.
14. Braking is independent of the speed.
15. It is not intended for therapeutic purpose.
16. Pay attention while lifting or transporting it to avoid back injury. Use only proper lifting techniques or ask some other person for help.
17. Don't do any improper modification of this product. If necessary, contact authorized service.
18. Max user weight: 140 kgs

Category: The equipment has been tested and certified according EN ISO 20957-1 under class H. It is not suitable for therapeutic use.

Technical Parameters			
No.	Parameters Name		
1	Running Area		1260*450MM
2	Max Allowable weight		140KG
3	Expand Size		1620*700*1240MM
4	Voltage/Frequency		AC220V (50~60Hz)
5	Motor Peak Power		3.0HP
6	Speed		0.8-18.0KM/H
Parts number list			
1	6 mm Internal Hexagonal Nut M8*50	2	Up Horizontal Pipe
2	6 mm Internal Hexagonal Nut M8*35	4	U Pipe Fix
3	6 mm Internal Hexagonal Nut sM8*55	2	Upright fixed
4	U shaped Pipe Cap	4	
5	Handrail Cap	2	
6	5 mm/6mm Internal Hexagonal Wrench	2	
7	Multi-functional Screw Driver	1	
8	Opening Wrench	1	13# 15#
9	Si-oil	1	30ml
10	8*65 Functional Holder	2	
11	6 mm Internal Hexagonal Nut M8*20	8	
12	Left/Right Cap	2	

Package List			
No.	Name	Quantity	Remark
1	Computer	1pc	
2	Accessories Bag	1pc	
3	Base with columns	1 set	
4	Manual/Warranty Card/Certificate of Quality	3pcs	

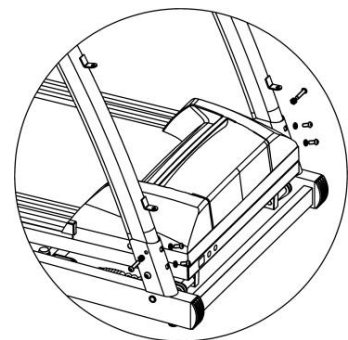
Three Installation steps

When installing, first simply fix all the screws, and then tighten up.

Step1

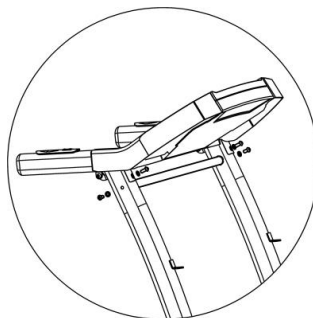
Upright:

1. Uplift the columns and fix to the base with M8*45 screw respectively on both sides of the treadmill
2. Tighten up two M8*20 screws on each side



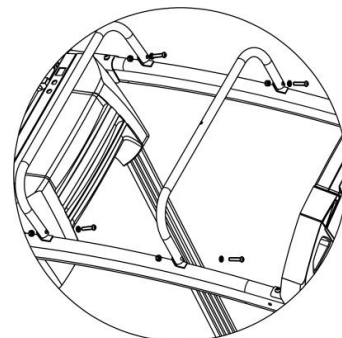
Step 2

Tighten up the columns with console on both sides with M8*20 screw



Step 3 (only for multifunction)

First place the rubber protection sleeve at each side of U-shaped tube, assembly 2 ends of U-shaped tube to bracket of left and right stand column with M8*40

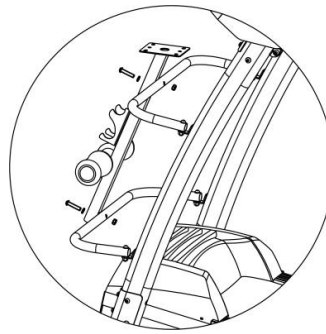


screws, lock with nuts.

Step 4(only for multifunction)

Functional frame

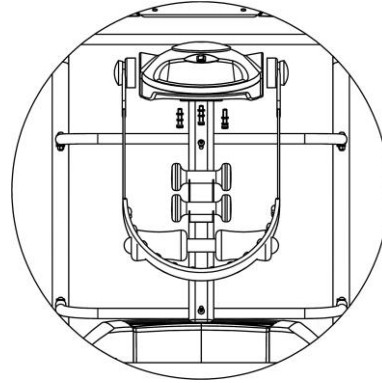
Use two M8*40 screws to fix the functional frame on the top and bottom U tube.



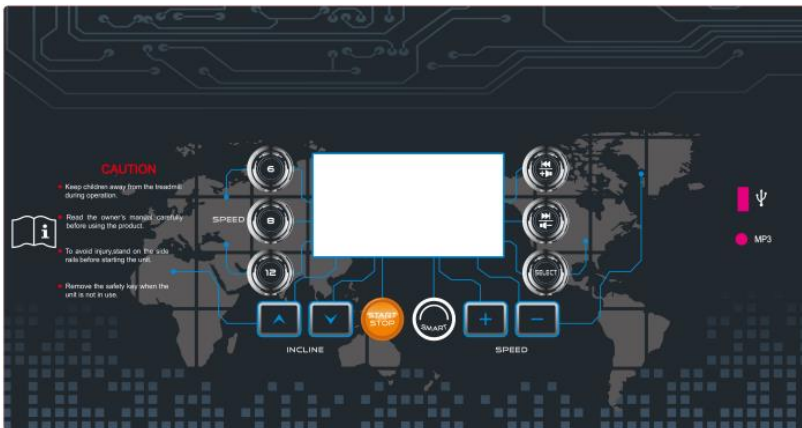
Step 5 (only for multifunction)

Massage

1. First, screw off the three M8*16 screws below the massage machine head, (include flat washers and spring washers), and then place the massage machine head on the functional frame, and tighten up with the above unloaded screws.



Product Instruction



1. CONSOLE

SPEED: Rang 0.8-18.0KM/H. The LCD will show numbers 3,2,1, then, Starting treadmill. The setting and data shows in LCD display during fat measurement.

Manual mode:

A.Time: Setting time 0-100 or 'end' shows in LCD display. The speed of treadmill will be slow stably and standby time after 5 minutes.

B.Calories model: Setting 0-999 or 'end' shows in LCD display

C.Distance: Setting 0-999 or 'end' show in LCD display,

D. Pulse value: When you running and catch the handrail, the system will auto-checking your pulse value. The reference pulse value:50-200 time/min.

E.INC

Incline way range: It is adjustment 0-18% incline.

2. KEY FUNCTION.

Select

“START/STOP”

SPEED:“+/-”; Incline “+/-”

Fast SPEED shortcut buttons 6,8,12

Volume “+/-”

3. FAST STARTING

Pls following operation step by step fast start up.

POWER ON/OFF→START KEY→SPEED'+ OR '-' AND INCLINE'+ OR '-'

MANUAL MODEL

1.STARTING:1KM/H→SPEED'+ OR '-' AND INCLINE'+ OR '-'

2.MODE KEY→TIME window:15:00 twinkle.

The INCLINE+ or - and SPEED + or - can adjust the time. The range of time:5:00-99:00 → START key

4. Safety key:

In any state, pull out safety key, and speed window displays"--"; the beeper emits short Bi-Bi-Bi. If the motor is operating, it will stop immediately. When safety key falls off, none button can work.

5. MP3, USB music play function

1.MP3 music play function

The 3.5 audio jack allows you to connect with external MP3 Player, it will allow you to use build in threadmill loudspeakers

2.USB Music Play Function

You can use also USB flas drive to display MP3 files.

The song should be selected by pressing "Last Song" and "Next Song", and playing the music should be started or paused by pressing "Play/Pause" Key. In addition, the volume should be adjusted by pressing "Volume Increase" and "Volume Decrease" Key.

Attachment : P1-P12 Program Sports Diagram

PROG	TIME	To set time / 20 time = running time of each period																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCLINE	0	7	7	6	6	6	6	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
	INCLINE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCLINE	0	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	4	4	3	3
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P6	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCLINE	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	8	7	6	5	4	3	2	2
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCLINE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCLINE	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCLINE	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
	INCLINE	9	6	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4

Product Maintenance

Lubricating

The running belt must be lubricated with specially configured methyl silicone oil after used for a period of time.

1. Advice:

When use time a week is less than 3 hours, it should be lubricated once in five months.

When use time a week is between 4-7 hours, it should be lubricated once in two months.

When use time a week is more than 7 hours, it should be lubricated once in one month.

When use time a week is more than 7 hours, it should be lubricated once in one month.

It can't be over-lubricated. It is not the more lubricant, the better. Remember: proper lubricating is the important factor to increase the treadmill's service time.

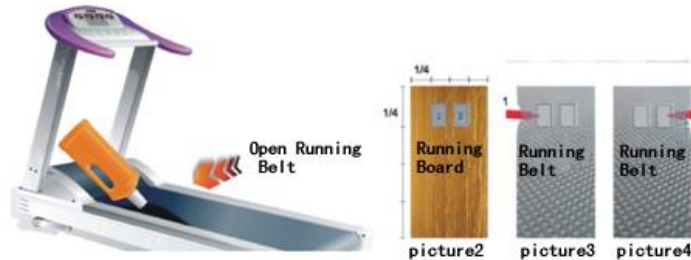
2. Lubricating methods

To check if device need more lubricate catch up the running belt and touch the central part of the back of the belt with hand. If the belt is with silicon resin (a bit sense of dampness) inside, this means no lubricant is needed; if the running board is dry and you feel no silicon resin inside, means lubricant is needed.

A. Steps for coating the running board with lubricant: (see the picture)

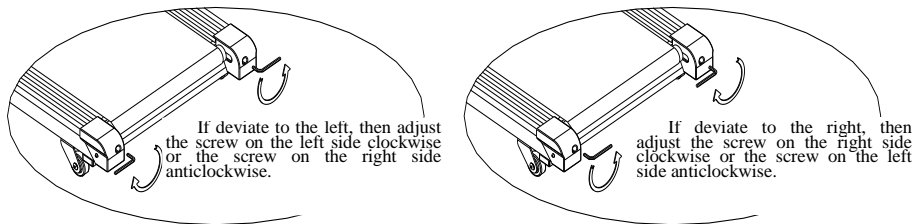
B. Stop the rotation of the running belt and fold the machine.

C. Put the oil bottle as nearly as possible into the center of the inner sife of running belt, apply the oil, then apply the oli at the each side of the running belt from the inside. Turn on the device with speed 1K M/H to spread silicone resin; and step on the belt from left to right for a few minutes, then the silicone resin will be completely absorbed by the belt.



3. Running belt tension adjustment

All treadmills' belts should be adjusted before leaving the factory and after the installation, however, after it is used for a period, looseness may occur. Adjust the belt and bolts synchronously from both the left and right side in a clockwise direction and same angle; if the running belt is too loose, it can slip from the rollers; if the belt will be too tight, it will be easy to increase the motor load and damage motor, running belt, roller, etc.



Bezpečnostní pokyny

1. Před prvním použitím je potřeba seznámit se přesně s návodem a uschovat si jej do budoucnosti.
2. Mějte na paměti všechna upozornění a bezpečnostní opatření včetně montážních kroků. Stroj lze používat pouze k určenému účelu.
3. S ohledem na vlastní bezpečnost by měl být výrobek sestaven a používán v souladu s tímto návodem. Všichni ostatní uživatelé by měli být informováni o zásadách bezpečného používání.
4. Přístroj musí být chráněn před přístupem dětí a zvířat. Děti by neměly zůstat v blízkosti zařízení bez dozoru. Zařízení může být sestaveno a používáno pouze dospělou osobou.
5. Před spuštěním jakéhokoli cvičebního programu se poraďte s lékařem. Je to nezbytné především v případě osob majících zdravotní problémy nebo užívajících léky, které mohou mít vliv na srdeční frekvenci, krevní tlak nebo hladinu cholesterolu.
6. Pozorně sledujte své tělo. V případě objevení se jakýchkoliv problémů (bolest, tlak na prsou, nepravidelná srdeční akce, lapání po dechu, nevolnosti nebo závratě), okamžitě přerušete trénink. Nesprávné provádění cviků může vést k vážným zdravotním problémům nebo zraněním.
7. Zařízení postavte na rovný, suchý a čistý povrch a zabezpečte volný prostor min. 0,6m od ostatních předmětů, za účelem zvýšení stupně bezpečnosti. Koberec nebo podlahu chraňte podložkou.
8. Používejte vhodné oblečení a boty. Vyhněte se volnému oblečení.
9. Zařízení není určeno k venkovnímu použití.
10. Zařízení zkontrolujte z hlediska poškození nebo opotřebení před každým tréninkem. Pravidelně kontrolujte všechny šrouby a matice. Všechny by měly být řádně dotažené. V případě potřeby je musíte dotáhnout. V zájmu vlastní bezpečnosti nepoužívejte poškozené nebo použité zařízení.
11. Přerušete používání, pokud se na zařízení objeví ostré hrany.
12. Pokud zařízení začne vydávat neobvyklé zvuky, přestaňte jej používat.
13. Žádná nastavitelná část by neměla vyčnívat nebo bránit pohybu uživatele. Zařízení může být využíváno najednou pouze jedinou osobou.
14. Brzdění nezávisí na rychlosti.
15. Zařízení není určeno k terapeutickým účelům.
16. Při zvedání nebo přepravě stroje je třeba dbát na to, aby nedošlo ke zranění zad. Používejte pouze vhodné techniky zdvihu nebo si zajistěte pomoc jiné osoby.
17. Nelze provádět modifikace v konstrukci produktu. V případě potřeby kontaktujte autorizovaný servis.
18. Maximální hmotnost uživatele: 140 kg

Kategorie: Zařízení bylo klasifikováno jako H podle EN ISO 20957-1 a je určeno pro domácí použití. Nemůže být používán pro terapeutické a rehabilitační účely.

Technické parametry

P.č.	Název	
1	Běžecská plocha trenažéru	1260*450(MM)
2	Maximální zatížení	140 KG
3	Rozměry běžecského trenažéru	1620*700*1240MM
4	Napětí	AC220V (50-60Hz)
5	Maximální výkon	3.0HP
6	Rychlost	0.8-18KM/H

Seznam dílů			
1	6 mm vnitřní šestihránná matice M8 * 50	2	Horizontální trubka
2	6 mm vnitřní šestihránná matice M8 * 35	4	Střední trubka
3	6 mm vnitřní šestihránná matice sM8 * 55	2	Horizontální trubka
4	Krytky na trubky ve tvaru písmene U.	4	
5	Koncovka madla	2	
6	Vnitřní šestihránný klíč 5 mm / 6 mm	2	
7	Multifunkční šroubovák	1	
8	Otevírací klíč	1	13# 15#
9	Olej	1	30 ml
10	Funkční rukojeť 8 * 65	2	
11	6 mm vnitřní šestihránná matice M8 * 20	8	
12	pravá / levá záslepka	2	

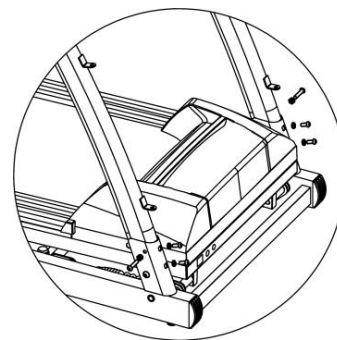
Seznam částí v soupravě

P.č.	Název	Množ.	Poznámky
1	Díly	1 ks	
2	Sada nástrojů	1 ks	
3	Rám běžecského trenažéru se sloupci	2 ks	
4	Manuál / záruka / certifikát	1 sada	

Instalace

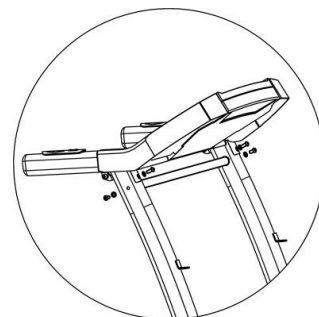
Krok 1

Sloupky připevněte k rámu běžecského trenažéru pomocí 2 šroubů M8 * 45 a podložek a 4 šroubů M8 * 20. Jedna sada na každé straně, jako na obrázku.



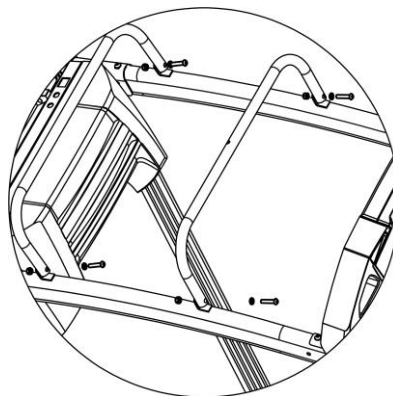
Krok 2

Ovládací panel nasadíte na sloupky a připevněte jej z obou stran pomocí šroubů M8 * 20 a podložek.



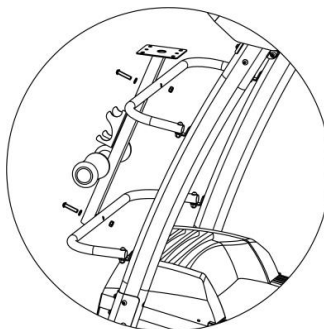
Krok 3 Montáž masážního přístroje

Nejdříve umístěte gumovou ochrannou objímku na každou stranu trubky tvaru U (podpěra masážního přístroje), potom pomocí dvou šroubů M8 * 40 a matic 78 připevněte obě podpěry mezi sloupy běžeckého pásu.



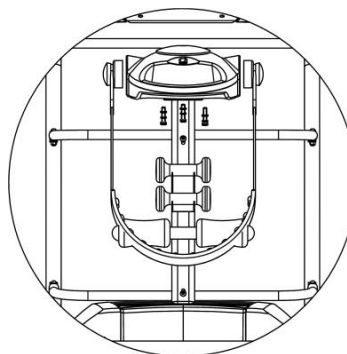
Krok 4 Montáž masážního přístroje

Rám masážního přístroje připevněte pomocí dvou šroubů M8 * 40 k držákům.

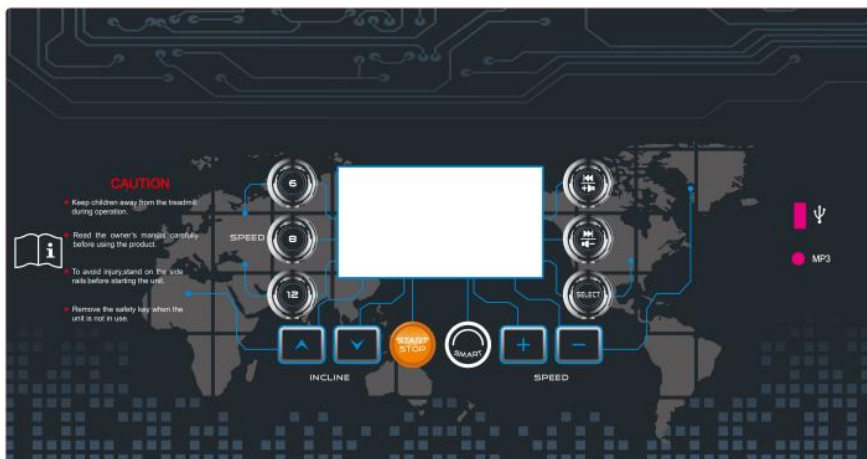


Krok 5 Montáž masážního přístroje

1. Odšroubujte tři šrouby M8 * 16 pod hlavicí masážního přístroje (včetně plochých a pružných podložek), potom umístěte hlavici masážního zařízení na rám a dotáhněte pomocí těchto šroubů.



Návod k použití výrobku



2. OVLÁDACÍ PANEL

RYCHLOST: Rozsah 0,8 až 18,0 km / h. Na LCD displeji se zobrazí čísla 3,2,1, poté aktuální nastavení. Při měření tuku se zobrazí na LCD displeji nastavení a data.

Manuální režim

A. Čas: Je možné nastavit čas v rozsahu 0 - 100 minut nebo odpočítávání až do konce

B. Kalorie: Možnost nastavení v rozsahu 0-999 nebo odpočítávání až do konce.

C. Vzdálenost: nastavení 0-999 nebo odpočítávání do konce

D. Puls: Během tréninku systém automaticky kontroluje srdeční rytmus (ruce musí být na senzorech , které jsou v držácích). Hodnota v rozsahu: 50-200 čas / min.

E.INC

Rozsah sklonu: nastavení sklonu 0-18%.

2. Funkce tlačítek.Select - "vyber":

"START / STOP"

SPEED - rychlost: "+/-"; Incline - úhel sklonu "+/-"

Tlačítka rychlé změny rychlosti 6,8,12

Hlasitost "+/-"

3. RYCHLÉ SPUŠTĚNÍ Postupně stiskněte následující tlačítka- ZAPNUTÍ / VYPNUTÍ NAPÁJENÍ [START] RYCHLOST' + 'NEBO' - [SKLON]' + 'NEBO' -

Manuální režim

START: 1KM / H [RYCHLOST "+" NEBO "-" NEBO SKLON, "+" NEBO "-" [Mode] ČAS (začne blikat 15:00) - tlačítka úhlu sklonu „+/-“ „nebo rychlosti „+/-“, vám umožní změnit dobu tréninku v rozsahu 5:00-99:00 [START

4. Funkce bezpečnostního klíče:

Kdykoliv můžete vytáhnout bezpečnostní klíč a v okně rychlosti se zobrazí "-"; zařízení vysílá krátké Bi-Bi-Bi. Pokud motor běží, okamžitě se zastaví. Po vytažení bezpečnostního klíče nebude fungovat žádné tlačítko.

5.MP3, funkce přehrávání hudby prostřednictvím konektoru Audio nebo USB

1. Funkce přehrávání hudby MP3

2. Po připojení přehrávače MP3 Play pomocí zvukového konektoru zařízení začne hrát přes reproduktory vestavěné v běžeckém pásu

2.Disk se soubory MP3 by měl být připojen k zásuvce USB a pak zařízení automaticky identifikuje zvukové soubory a přehrává hudbu.

Písničku vyberte stiskem "Last Song" a "Next Song" na obrazovce počítače, hudba začne hrát nebo přestane hrát po stisknutí tlačítka "Play / Pause". Kromě toho hlasitost upravíte stiskem tlačítek "Zvýšení hlasitosti" a "Snížení hlasitosti".

Příloha: Popis programů P1-P12 nastavený čas / 20 segmentů

PROG	TIME	To set time / 20 time = running time of each period																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCL INE	0	7	7	6	6	6	6	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
	INCL INE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	4	4	4	2	4	4	5	3	2
	INCL INE	0	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	4	4	3	3
	INCL INE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCL INE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P6	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCL INE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCL INE	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	8	7	6	5	4	3	2	2
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCL INE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCL INE	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCL INE	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
	INCL INE	9	6	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3
	INCL INE	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4

speed - rychlost
incline- sklon

Údržba produktu

Mazání

Běžecský pás je namazaný výrobcem. Doporučuje se však pravidelně kontrolovat mazání běžecského pásu, pro zajištění optimálního provozu zařízení.

Doporučení

Každé 3 měsíce zvedněte boční stranu běžecského pásu a naneste mazivo na vnitřní stranu co nehlouběji.

Pokud je doba používání kratší než 3 hodiny týdně, namažte běžecský pás jednou za pět měsíců.

Pokud je doba používání 4 až 7 hodin týdně, běžecský pás by se měl namazat jednou za dva měsíce.

Pokud je doba používání více než 7 hodin týdně, měli byste trenážér mazat každý měsíc.

Příliš mnoho maziva na běžecském pásu nemá dobrý vliv na jeho funkce.

Pamatujte: správné mazání zvyšuje životnost zařízení. Mazání není nutné, pokud jsou pod běžecským pásem stopy mastnoty.

Používejte pouze silikonové mazivo bez oleje. Před spuštěním přístroje počkejte 1 minutu, dokud se mazivo nerozlije.

2. Metody mazání

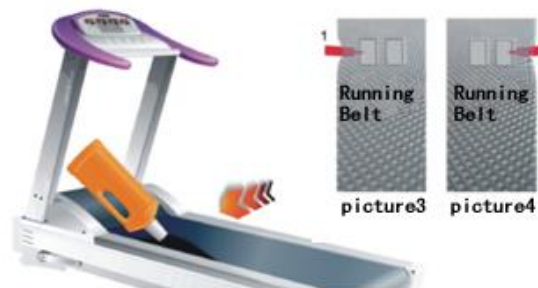
Pokud chcete zkontrolovat, zda je nutné mazání, jednoduše otevřete boční stranu pásu a zkontrolujte jeho stav. Pokud je uvnitř pásu vlhkost, znamená to, že není nutné žádné mazivo; pokud je pás suchý, znamená to, že je třeba mazivo.

A. Postup pro natírání běžecského pásu mazivem: (viz fotografie)

B. Zastavte zařízení. Vyměňte bezpečnostní klíč ze zásuvky

C. Vytáhněte pás a na obě strany naneste mazivo.

Vložte bezpečnostní klíč a nastavte rychlost na 1 km/h. Položte ruku na střed běžecského pásu a podržte ho několik sekund. Potom pohybujte rukou zprava doleva, aby se aplikované mazivo roztáhlo pod běžecský pás.



Nastavení běžecského pásu

Pokud se běžecský pás během cvičení vychyluje na pravou nebo levou stranu nebo se otírá o běžecskou desku / válečky, znamená to, že musí být nastaven

Během prvních týdnů používání zařízení se pás může mírně roztáhnout, i když byl v továrně správně napnutý

Zkontrolujte, zda na běžecské desce nic není, a nastavte rychlost na 6 km/h

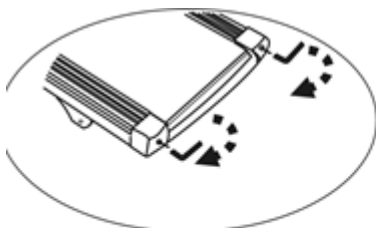
Sledujte, zda se pás vychyluje doprava nebo doleva.

Pokud se pás vychyluje doleva, pomocí klíče otočte pravý a levý nastavovací šroub o 1/4 otočky proti směru hodinových ručiček.

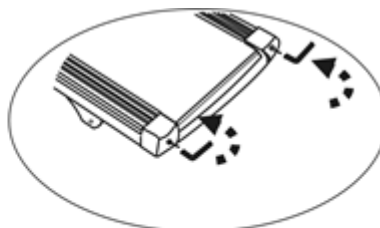
Pokud se pás vychyluje doprava, otočte pravý a levý nastavovací šroub o 1/4 otočky ve směru hodinových ručiček

Pokud pás stále není uprostřed, opakujte výše uvedený krok. Nakonec zvýšte rychlost na 16 km/h. A zkontrolujte, zda se pás pohybuje rovnoměrně uprostřed běžecské desky otoč ve směru hodinových ručiček aby se zvýšilo napnutí pásu otoč proti směru hodinových ručiček, aby se snížilo napnutí pásu

Pokud se pás stále vychyluje do boku, musí se dodatečně dotáhnout.



otoč ve směru hodinových ručiček aby se zvýšilo napnutí pásu



otoč proti směru hodinových ručiček, aby se snížilo naatí pásu

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 Zugang von Kindern und Tieren gesichert werden. Kinder sollten sich ohne Aufsicht nicht 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 Einfluss auf die Herzfrequenz, Blutdruck und Cholesterinspiegel haben können, notwendig.
6. Der eigene Körper sollte aufmerksam überwacht werden. Falls irgendein Gesundheitsproblem auftritt (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 auf mögliche Beschädigungen oder Abnutzungserscheinungen vor jedem Training überprüft werden.
11. Falls auf dem Gerät scharfe Kanten entstehen, sollte mit der weiteren Benutzung sofort aufgehört 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 ab.
15. Die Maschine ist nicht zu therapeutischen Zwecken geeignet.
16. Beim Anheben oder Transportieren der Maschine sollte vorsichtig vorgegangen werden, um Schulterverletzungen zu vermeiden. Es sollten entsprechende Hebe-techniken angewendet oder die Hilfe einer anderen Person in Anspruch genommen werden.
17. Es dürfen keine Modifikationen am Produkt vorgenommen werden. Bei Bedarf sollte der technische Dienst kontaktiert werden.
19. **Höchstgewicht des Nutzers:** 140 kg

Das Gerät wurde zur Klasse H laut DEN ISO 20957-1 Norm angerechnet. Es darf nicht zu therapeutischen und Rehabilitationszwecken verwendet werden.

TECHNISCHE PARAMETER

lfd. Nr.	Name	
1	Laufbahn	1260*450(MM)
2	Maximale Belastung:	140 KG
3	Abmessungen der Laufbahn	1620*700*1240MM
4	Spannung	AC220V (50-60Hz)
5	Maximale Leistung	3.0HP
6	Geschwindigkeit	0.8-18KM/H

Stückliste			
1	6 mm Innensechskantmutter M8 * 50	2	Waagerechtes Rohr
2	6 mm Innensechskantmutter M8 * 35	4	Mittleres Rohr
3	6 mm Innensechskantmutter sM8 * 55	2	Waagerechtes Rohr
4	Blende für die U-Rohre	4	
5	Endstück des Handlaufes	2	
6	Innensechskantschlüssel 5mm / 6mm	2	
7	Mehrzweck-Schraubenzieher	1	
8	Gabelschlüssel	1	13# 15#
9	Öl	1	30 ml
10	Funktionsgriff 8 * 65	2	
11	6 mm Innensechskantmutter M8 * 20	8	
12	Rechte / linke Blende	2	

Stückliste im Set

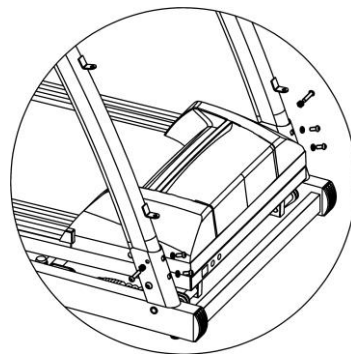
lfd. Nr.	Name	Menge	Anmerkungen
1	Teile	1 Stk.	
2	Werkzeug-Satz	1 Stk.	
3	Der Rahmen der Laufbahn mit den Säulen	2 Stk.	
4	Anleitung / Garantie / Zertifikat	1 Satz	

Montage

Schritt 1

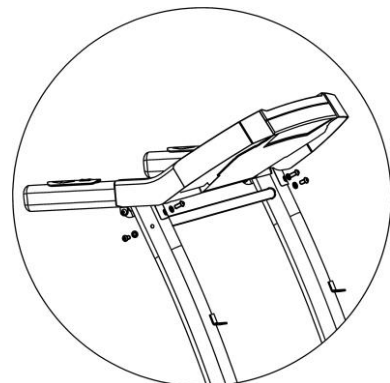
Befestigen Sie die Säulen mit 2 M8 * 45-Schrauben und Unterlegscheiben und 4 M8 * 20-Schrauben am Laufflächenrahmen.

Ein Satz von jeder Seite, wie in der Abbildung gezeigt.



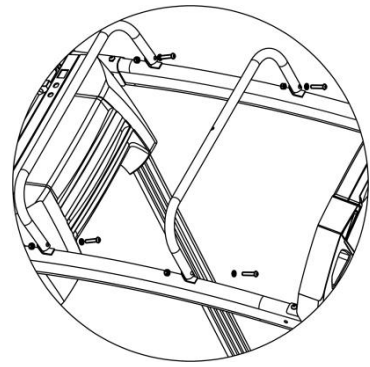
Schritt 2

Setzen Sie die Konsole auf die Säulen und sichern Sie sie auf beiden Seiten mit M8 * 20-Schrauben und Unterlegscheiben.



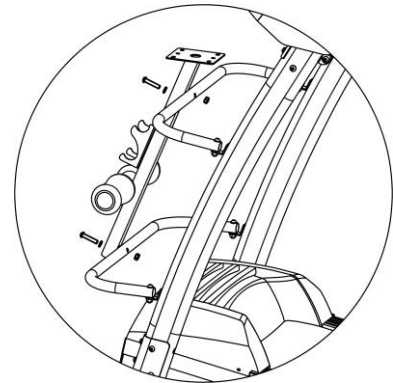
Schritt 3 Montage des Massagegerätes

Legen Sie zuerst die Gummischutzhülle auf jede Seite des U-förmigen Rohrs (Stütze des Massagegerätes) und befestigen Sie dann die beiden Stützen zwischen den Laufbandsäulen mit M8 * 40-Schrauben und Muttern



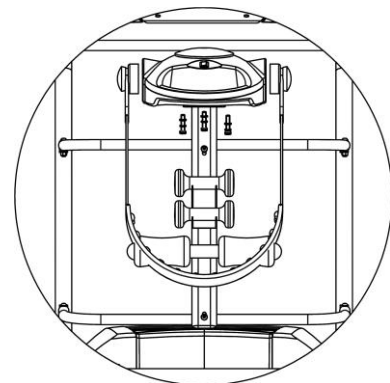
Schritt 4 Montage des Massagegerätes

Befestigen Sie den Rahmen des Massagegerätes mit zwei M8 * 40-Schrauben an den Halterungen

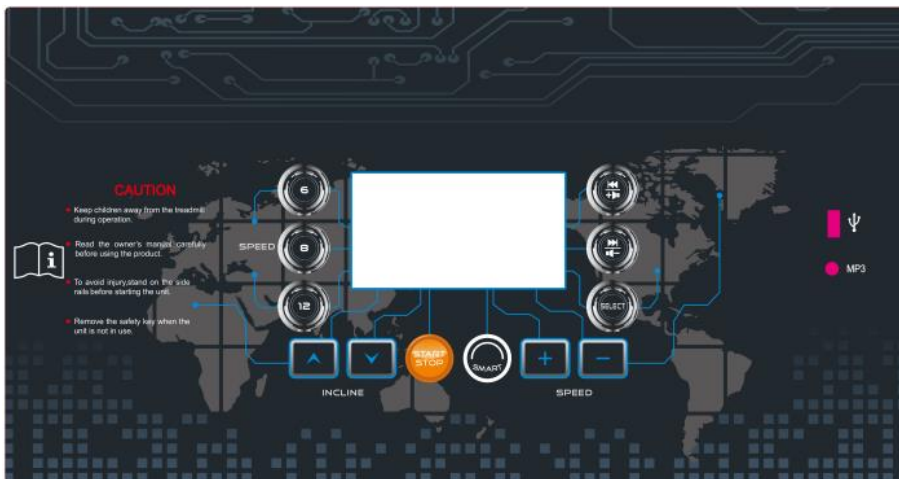


Schritt 5 Montage des Massagegerätes

1. Lösen Sie die drei M8 * 16-Schrauben unter dem Kopf des Massagegerätes (einschließlich Unterlegscheiben und Federringen), setzen Sie den Kopf des Massagegerätes auf den Rahmen und ziehen Sie ihn mit den zuvor entfernten Schrauben fest



Gebrauchsanweisung des Produktes



1. KONSOLE

. GESCHWINDIGKEIT: Bereich 0,8-18,0 km/h. Auf dem LCD-Display werden die Zahlen 3,2,1 gefolgt von den aktuellen Einstellungen angezeigt. Einstellungen und Daten werden bei der Fettmessung auf dem LCD-Display angezeigt.

. Handbetrieb

A. Zeit: Möglichkeit, die Zeit im Bereich von 0-100 Minuten einzustellen oder ein Countdown bis zum Ende.

B. Kalorien: Es kann im Bereich von 0-999 oder als ein Countdown bis zum Ende eingestellt werden.

C. Distanz: Einstellung 0-999 oder Countdown bis zum Ende

D. Herzfrequenz: Während des Trainings überprüft das System automatisch die Herzfrequenz (die Hände müssen sich auf den in den Griffen eingebauten Sensoren befinden). Wert im Bereich: 50-200 / min.

E. INC

Stellbereich des Neigungswinkels: 0-18%.

2. Tastenfunktionen.

Select- „wähle“:

“START/STOP”

SPEED-- Geschwindigkeit: „+/-“; Incline- Neigungswinkel „+/-“

Schnellverstellung der Geschwindigkeit 6,8,12

Lautstärke „+/-“

3. SCHNELLSTART

Drücken Sie die folgenden Tasten Schritt für Schritt

- EIN- / AUSSCHALTEN DER STROMVERSORGUNG → START → GESCHWINDIGKEIT '+' ODER '-' → NEIGUNG '+' ODER '-'

Handbetrieb

START: 1KM / H → GESCHWINDIGKEIT „+“ ODER „-“ SOWIE NEIGUNG „+“ ODER „-“

→ Mode → ZEIT (es blinkt der Ausgangswert 15:00) - Druckknopf für Neigungswinkel „+/-“, oder für die Geschwindigkeit „+/-“, ermöglichen eine Änderung der Trainingszeit im Bereich von 5:00-99:00 → START

4. Sicherheitsschlüssel-Funktionen:

Sie können jederzeit den Sicherheitsschlüssel abziehen, und im Geschwindigkeitsfenster wird „-“ angezeigt. Das Gerät sendet kurze akustische Signale aus. Wenn der Motor gerade läuft, wird er sofort angehalten. Wenn der Sicherheitsschlüssel abgezogen wird, funktioniert keine Drucktaste mehr.

5. MP3, Musikwiedergabefunktion über Audio- oder USB-Buchse

1. MP3-Musikwiedergabefunktion

2. Nachdem Sie den MP3-Player über die Audio-Buchse angeschlossen haben, verwendet das Gerät die in der Laufbahn eingebauten Lautsprecher

2. Eine Festplatte mit MP3-Dateien muss an die USB-Buchse angeschlossen werden. Anschließend erkennt das Gerät die Audiodateien automatisch und spielt die Musik ab.

Das Lied wird durch Drücken von "Last Song" und "Next Song" auf dem Computerbildschirm ausgewählt werden, und die Musik wird durch Drücken der Taste "Play / Pause" abgespielt oder angehalten. Stellen Sie außerdem die Lautstärke mit den Tasten "Lautstärke erhöhen" und "Lautstärke verringern" ein.

Anhang : Beschreibung der Programme P1-P12
vorgegebene Zeit / 20 Segmente

PROG	TIME	To set time / 20 time = running time of each period																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCLINE	0	7	7	6	6	6	6	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
	INCLINE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCLINE	0	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	4	4	3	3
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P6	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCLINE	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCLINE	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	8	7	6	5	4	3	2	2
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCLINE	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCLINE	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCLINE	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
	INCLINE	9	6	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4

speed – Geschwindigkeit
incline – Neigung

Produktpflege

Schmierung

Die Laufbahn ist ab Werk geschmiert. Um eine optimale Arbeit des Gerätes zu gewährleisten, wird jedoch eine Regelmäßige Überprüfung der Schmierung empfohlen,

Empfehlungen

Heben Sie alle 3 Monate die Seite des Laufbandes an und tragen Sie so tief wie möglich Schmiermittel auf die Innenfläche auf. Wenn die Nutzungsdauer pro Woche weniger als 3 Stunden beträgt, schmieren Sie das Laufband alle fünf Monate.

Wenn die Nutzungsdauer pro Woche zwischen 4 und 7 Stunden liegt, sollte das Laufband alle zwei Monate geschmiert werden.

Wenn die Nutzungsdauer pro Woche mehr als 7 Stunden beträgt, sollten Sie das Laufband einmal im Monat schmieren.

Die Laufbänder lassen sich nicht überschmieren, aber zu viel Fett beeinträchtigt die Funktion des Laufbandes. Denken Sie daran: Die richtige Schmierung ist ein wichtiger Faktor, der die Lebensdauer des Geräts verlängert.

Eine Schmierung ist nicht erforderlich, wenn sich unter dem Band noch Schmierstoffspuren befinden.

Benutzen Sie nur ein mineralölfreies Silikonöl. Vor dem Starten der Maschine warten Sie 1 Minute ab, bis sich der Schmierstoff verteilt hat.

2. Schmiermethoden

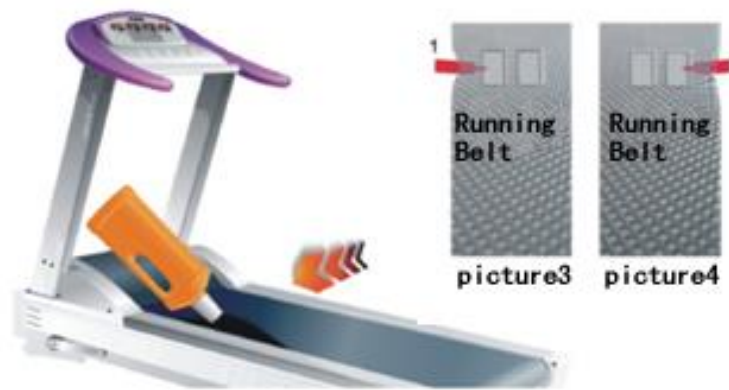
Um zu überprüfen, ob eine Schmierung erforderlich ist, öffnen Sie einfach die Seite des Laufbandes und überprüfen Sie sein Zustand. Falls Sie der Riemen spürbar feucht ist, ist kein zusätzliches Fett erforderlich. Wenn der Riemen trocken ist, muss er geschmiert werden.

A. Schritte zum Beschichten des Laufbandes mit Schmiermittel: (siehe Foto)

B. Stoppen Sie das Gerät. Ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel aus der Steckdose heraus.

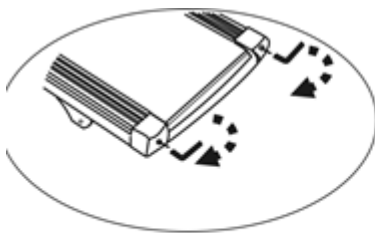
C. Ziehen Sie den Riemen heraus und tragen Sie auf beiden Seiten Fett auf.

Setzen Sie den Sicherheitsschlüssel ein und stellen Sie die Geschwindigkeit auf 1 km/h ein. Legen Sie Ihre Hand in die Mitte des Laufbandes und halten Sie es einige Sekunden lang fest. Bewegen Sie dann Ihre Hand von rechts nach links, um das aufgetragene Schmiermittel unter dem Laufband zu verteilen.

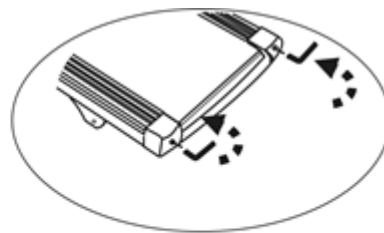


Einstellung der Laufbahn

- Wenn das Laufband nach rechts oder nach links zieht oder wenn es während der Übungen an der Laufbahnplatte oder an den Rollen schleift, ist möglicherweise eine Regulierung notwendig.
- Während der ersten Wochen der Gerätebenutzung kann passieren, dass das Laufband sich etwas dehnt, obwohl es in der Fabrik richtig eingestellt wurde.
- Vergewissern Sie sich, dass sich nichts auf der Laufbahnplatte befindet und stellen Sie eine Geschwindigkeit von 6 km/h ein.
- Beobachten Sie ob das Band nach rechts oder links zieht.
- Wenn die Laufbahn nach links zieht, sollte die rechte und die linke Stellschraube gegen den Uhrzeigersinn um 1/4 Umdrehung gedreht werden.
- Wenn die Laufbahn nach rechts zieht, sollte die rechte und die linke Stellschraube im Uhrzeigersinn um 1/4 Umdrehung gedreht werden
- Wenn sich das Band nicht in der Mitte befindet, wiederholen Sie den obigen Schritt.
- Nach Beendigung der Prozedur erhöhen Sie die Geschwindigkeit auf 16km/h und prüfen Sie ob sich das Band sauber und mittig auf der Laufbahnplatte bewegt.
- Falls das Band immer noch zur Seite zieht, ist ein zusätzliches Nachziehen erforderlich.



Drehen Sie im Uhrzeigersinn, um die Spannung des Bandes zu erhöhen



Drehen Sie gegen den Uhrzeigersinn, um die Spannung des Bandes zu verringern

Rozgrzewka / Warm-up / rozcvička / Warm-up

I. FAZA ROZGRZEWKI

Faza ta ma za zadanie poprawić krążenie i usprawnić pracę mięśni, a także zmniejszyć ryzyko skurczu lub kontuzji. Zaleca się wykonanie kilku ćwiczeń rozciągających zgodnie z poniższymi ilustracjami. Każde ćwiczenie rozciągające powinno trwać około 30 sekund. Nie należy nadmiernie rozciągać ani przeciążać mięśni. W razie wystąpienia bólu należy natychmiast przerwać trening.



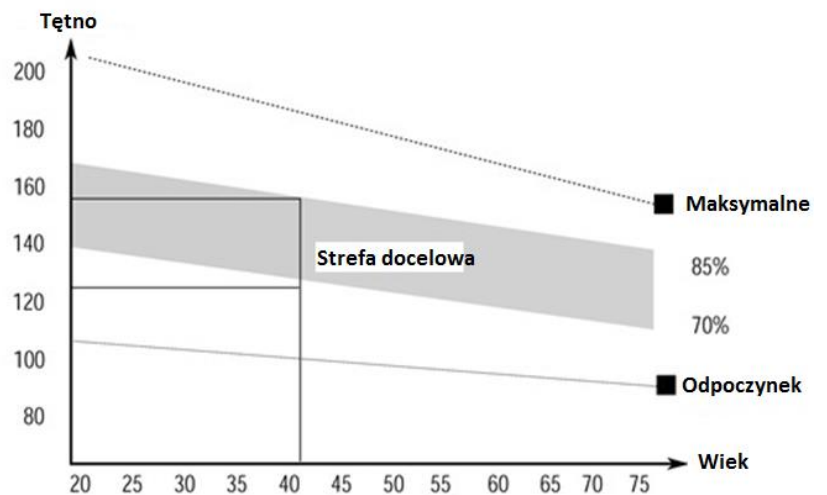
II. FAZA ĆWICZEŃ

Jest to faza, która wymaga największego wysiłku. Przy regularnym treningu mięśnie nóg zyskują na elastyczności. Zachowaj równe tempo w czasie ćwiczeń. Intensywność treningu powinna zwiększyć tętno do wartości docelowej zgodnie z poniższymi danymi.

UWAGA: Faza ta powinna trwać co najmniej 12 minut. Dlatego większość ćwiczących zaczyna od około 15-20 minut.

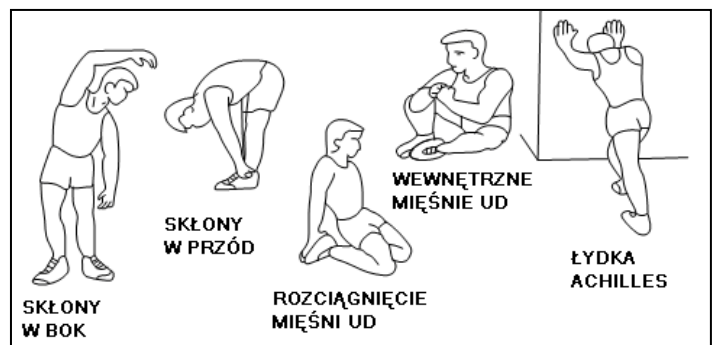
III. Faza relaksu po treningu

W tej fazie układ sercowo-naczyniowy i mięśniowy powinny się odprężyć. Powtarzaj ćwiczenia rozgrzewkowe, zmniejszając tempo. Kontynuuj przez około 5 minut. Powtórz ćwiczenia rozgrzewkowe, unikając nadmiernego rozciągania i przeciążania mięśni. Wraz z poprawą kondycji fizycznej, możliwe będzie wydłużenie i zwiększenie intensywności treningu. Zaleca się trenować co najmniej 3 razy w tygodniu. Jeśli to możliwe, należy rozłożyć treningi równomiernie na cały tydzień.



I. WARM-UP PHASE

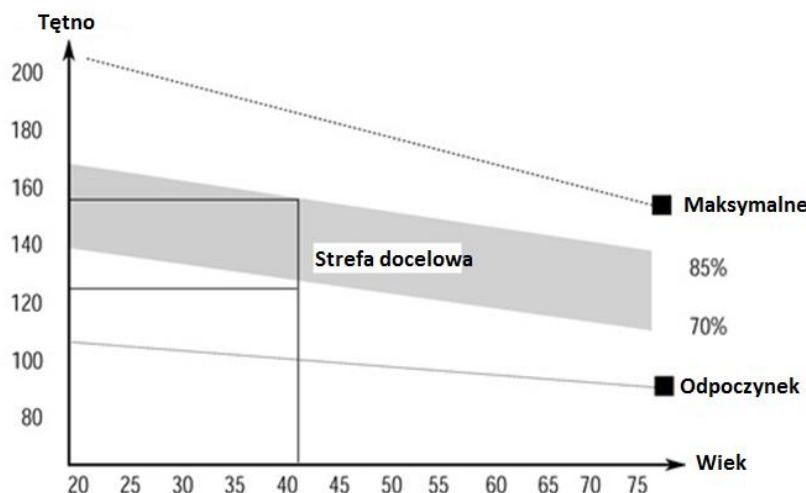
This phase should help improving blood circulation and make your muscles working properly while reducing a cramp risk or injury. It is advisable to do a few stretching exercises as shown below. Each stretching exercise should be taken for approx. 30 seconds. Don't overstretch and don't jerk your muscles. If you feel pain, stop immediately.



II. EXERCISE PHASE

It is a phase, during which you should put in your effort. After regular workout, your leg muscles should get more flexible. Keep steady tempo throughout your exercising. The workout intensity should be sufficient to raise your heartbeat into the target zone as shown below.

NOTE: This stage should last for at least 12 mins. Thus, most people start at approx. 15-20 mins.

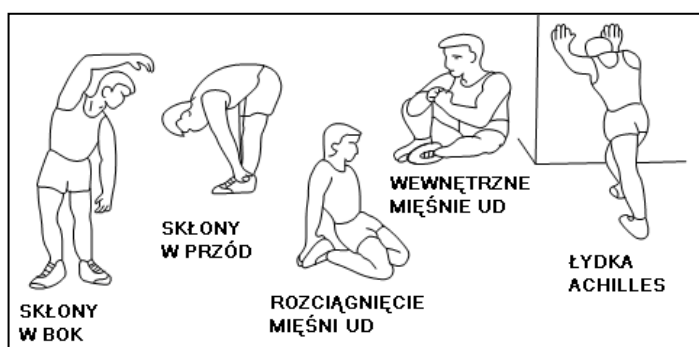


III. COOL-DOWN PHASE

In this stage, your cardio-vascular system and muscles should get calm. Repeat the warm-up exercises, reduce your tempo and continue for approx. 5 mins. Repeat the stretching exercises, but don't overstretch or jerk your muscles. As you get fitter, you can exercise longer and harder. It is advisable to train at least three times a week and, if possible, to space your workouts evenly throughout a week.

I. FÁZE ROZCVIČKY

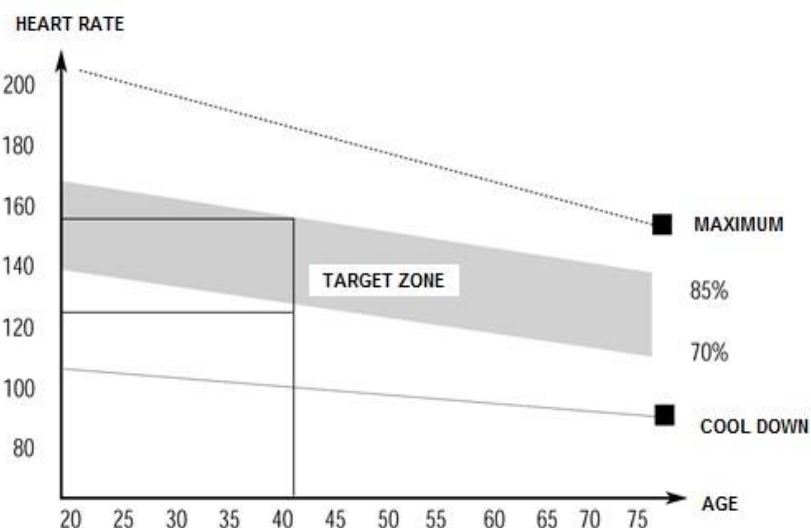
Tato fáze má za úkol zlepšit krevní oběh a zlepšit práci svalů a také snížit riziko křeče nebo zranění. Doporučujeme provádět několik protahovacích cviků v souladu s ilustracemi níže. Každá rozcvička by měla trvat kolem 30 sekund. Svaly nesmíte příliš roztahovat a přetěžovat. V případě objevení se bolesti okamžitě přerušete trénink.



II. FÁZE CVIKŮ

Je to fáze, která vyžaduje největší úsilí. Díky pravidelného tréninku získávají svaly nohou na pružnosti. Během cviků udržujte rovnoměrné tempo. Intenzita tréninku by měla zvýšit tep na cílovou hodnotu v souladu s údaji níže.

POZOR: Tato fáze by měla trvat nejméně 12 minut. Proto většina cvičících začíná od 15-20 minut.

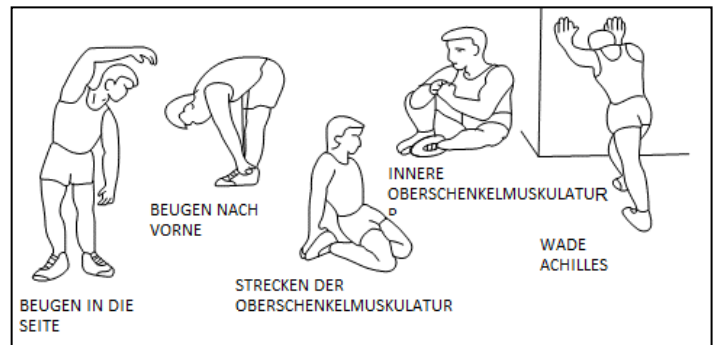


III. FÁZE PROTAHOVÁNÍ PO TRÉNINKU

V této fázi by měl kardiovaskulární a svalový systém relaxovat. Opakujte rozcvičku a snižuje tempo. Pokračujte přibližně 5 minut. Opakujte zahřívací cviky, vyhněte se nadměrnému protahování a přetížení svalů. Spolu se zlepšením fyziky bude možné prodloužit a zvýšit intenzitu tréninku. Doporučuje se trénovat alespoň 3krát týdně. Pokud je to možné, rozdělte cvičení rovnoměrně po celý týden.

I. ETAPPE DER AUFWÄRMUNG

Diese Etappe hilft den Kreislauf zu beschleunigen, was die Muskelübungen effektiver macht und zudem reduziert das Risiko einer Verletzung. Führen Sie vor dem Training immer eine Reihe von Streck-Übungen durch, entsprechend den unten stehenden Abbildungen. Jede Übung sollte mindestens 30 Sekunden ausgeführt werden. Strecken Sie sich nicht zu stark und überfordern Sie Ihre Muskeln nicht, falls Sie Schmerzen empfinden, hören Sie mit dem Strecken auf.



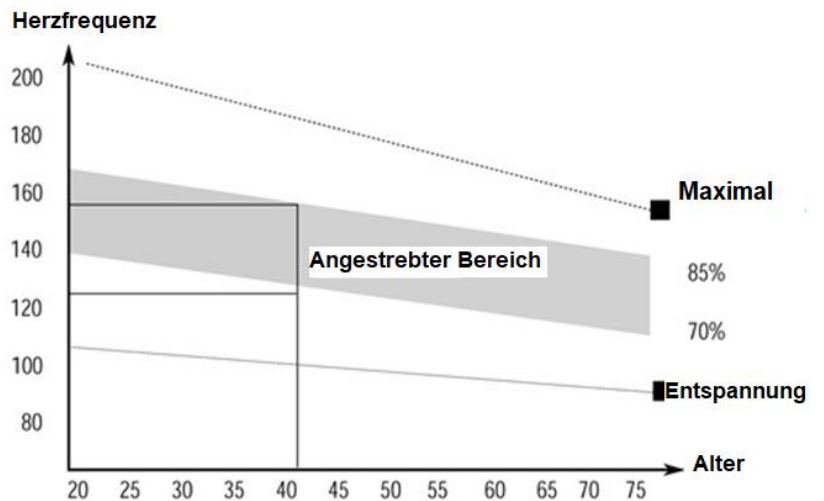
II. ETAPPE DER ÜBUNGEN

Diese Etappe erfordert die höchste Anstrengung. Bei regelmäßigem Training erreichen Sie eine Verbesserung der Beinmuskulatur. Halten Sie ein gleichmäßiges Tempo der Übungen ein. Die Trainingsintensität sollte die Herzfrequenz bis zum Zielwert, entsprechend den unten stehenden Angaben, erhöhen.

ACHTUNG: Diese Etappe sollte mindestens 12 Minuten dauern. Deswegen beginnen die meisten Übungen mit ca. 15-20 Minuten.

III. Etappe der Entspannung nach dem Training

In dieser Etappe sollten sich der Kreislauf und die Muskeln entspannen. Wiederholen Sie die Aufwärmübungen, mit immer kleiner werdendem Tempo. Setzen Sie die Übungen innerhalb ca. 5 Minuten fort. Wiederholen Sie die Aufwärmübungen, ohne die Muskeln zu stark zu strecken oder überfordern. Zusammen mit der Verbesserung der Kondition, wird es Ihnen möglich sein das Training zu verlängern und zu intensivieren. Es empfiehlt sich mindestens 3 mal in der Woche zu trainieren. Wenn möglich, sollte das Training gleichmäßig über die ganze Woche verteilt werden.



KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:

Kod EAN:

Data sprzedaży:

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 pieczętką 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:
 - Upięty 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 ,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 UŻYTKU W CELACH REHABILITACYJNYCH I TERAPEUTYCZNYCH.

ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW

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

GUARANTEE CARD

Article name:

EAN code:

Date of sale:

GUARANTEE

1. The Seller provides guarantee on behalf of the Guarantor within the territory of the Republic of Poland for the period of 24 months from the date of sale.
2. The Guarantee will be recognised by the shop or service centre after the client provides:
- clearly and correctly filled-in guarantee card with the sale stamp
and the seller's signature - valid purchase confirmation for the
equipment including the date of sale / bill / - complained product.
3. Possible defects and damages revealed during the guarantee period shall be remedied free of charge within not more than 21 days from the delivery of the product to the shop or service.
4. Should it be necessary to import some components, the guarantee term can be extended by the period required to import such part, however such period shall not be longer than 40 days.
5. The guarantee does not cover:
 - mechanical damages and subsequent defects,
 - damages and defects resulting from incorrect storage and usage of the equipment against its purpose,- incorrect assembly and maintenance,
 - damages and consumption of such elements as: cables, straps, rubber parts, pedals, sponge grips, wheels, bearings, etc.
6. The guarantee expires in the event of:
 - expiry of the validity term,
 - self-repairs,
 - failure to follow the rules of correct operation.
7. No duplicates of the guarantee cards shall be issued.
8. The product handed over for repair should be complete and clean. If some parts are missing, the service is entitled to refuse to accept the product for repair. The service may refuse to accept a dirty product or clean in on the client's expense after the client's written permit.
9. The guarantee does not cover activities related to assembly, maintenance, which, according to the instruction, the user is obliged to perform themselves.
10. The Guarantor also informs that they offer post-guarantee service.
11. The product should be provided in its original packaging and should be secured for shipment.

The guarantee for sold goods is not exclusive, does not limit or suspend entitlements of the buyer resulting from the non-compliance of the product with the agreement.

THE EQUIPMENT IS NOT INTENDED FOR REHABILITATION AND THERAPY

NOTES ON THE COURSE OF REPAIRS

Item	Date of notificacion	Date of provision	Course of repairs	Signature of the recipient (shop, owner)

ZÁRUČNÍ LIST

Název produktu:

EAN kód:

Datum prodeje:

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY

1. Prodávající jménem Ručitele poskytuje záruku na území Polska po dobu 24 měsíců od data prodeje.
2. Záruka bude respektována obchodem nebo servisem po předložení zákazníkem:
 - čitelně a správně vyplněného záručního listu s razítkem a podpisem prodávajícího
 - platného doklad o koupi produktu s datem prodeje (účtu)
 - reklamovaného produktu
3. Jakékoli závady a poškození odhalené během záruční doby budou opraveny bezplatně nejdéle do 21 dnů ode dne doručení do obchodu nebo servisu.
4. Je-li třeba produkt převézt z jiné země, může být záruční lhůta prodloužena o dobu nezbytnou k jeho vrácení, nejdéle však o 40 dnů.
5. Záruka se nevztahuje na:
 - mechanické poškození a vady způsobené nimi
 - poškození a vady vyplývající z nesprávného použití a skladování- špatnou montáž a údržbu
 - poškození a opotřebení součástí které podléhají zkáze, jako jsou kabely, pásy, pryžové prvky, pedály, držáky na houby, kola, ložiska atd.
6. Záruka zaniká, pokud:
 - vyprší její platnost
 - bylo do produktu neodborně zasaženo- nebyla dodržena pravidla řádné údržby
7. Duplikáty záručního listu nebudou vydány.
8. Produkt dodaný do opravy by měl být kompletní a čistý, v opačném případě má servis právo odmítnout přijetí produktu do opravy. V případě dodání špinavého produktu může servis odmítnout jeho přijetí do opravy, nebo na náklady zákazníka stroj vyčistit s jeho písemným svolením k čištění.
9. Záruka se nevztahuje na činnosti související s montáží a údržbou, které musí podle uživatelské příručky provádět sám uživatel.
10. Ručitel také informuje, že provozuje pozáruční servis.
11. Výrobek by měl být v původním obalu a zajištěn pro přepravu.

Záruka na prodané zboží nevyklučuje, neomezuje nebo nezavazuje práva kupujícího vyplývající z nedodržení záručních podmínek.

ZAŘÍZENÍ NENÍ URČENO K POUŽITÍ PRO RAHABILITAČNÍ A TERAPEUTICKÉ ÚČELY.

UPOZORNĚNÍ O OPRAVĚ

Č.	Datum nahlášení	Datum vydání	Průběh oprav	Podpis příjemce (obchod, majitel)

GARANTIEKARTE

Artikelname:	
EAN-Code:	
Verkaufsdatum:	

GARANTIEBEDINGUNGE

- 3.** Der Verkäufer gewährt im Namen des Garanten eine Garantie für 24 Monate nach dem Verkaufsdatum auf dem Hoheitsgebiet der Republik Polen.
- 4.** Die Garantie wird von dem Laden oder dem Service nach Vorlage:
 - der leserlich und korrekt ausgefüllten Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers
 - eines gültigen Kaufnachweises für das Gerät mit dem Verkaufsdatum / Rechnung/
 - der beanstandeten Waredurch den Kunden respektiert
- 6.** Während der Garantiezeit festgestellte Mängel und Schäden werden innerhalb von 21 Tagen nach dem Datum der Lieferung an den Laden oder den Service kostenlos repariert.
- 7.** Falls es erforderlich ist, importierte Ersatzteile einzuführen, kann die Gewährleistungsfrist um die Zeit, die erforderlich ist, um den Import durchzuführen, jedoch nicht länger als 40 Tage verlängert werden.
- 8.** Die Garantie umfasst nicht:
 - mechanische Schäden und die durch Schäden verursachten Mängel,
 - Schäden und Mängel infolge unsachgemäßer Verwendung und Lagerung,
 - falsche Montage und Wartung,
 - Beschädigung und Verschleiß von Elementen wie: Kabeln, Riemen, Gummielementen, Pedalen, Schwammhaltern, Rädern, Lagern usw.
- 6.** Die Garantie erlischt:
 - nach Ablauf der Haltbarkeit,
 - bei freiwilligen Reparaturen,
 - Nichteinhaltung der Regeln für den ordnungsgemäßen Betrieb.
- 12.** Duplikate der Garantiekarte werden nicht ausgestellt.
- 13.** Das zu reparierende Produkt sollte vollständig und sauber sein. Bei Feststellung von Mängeln ist der Service, die Annahme zur Reparatur zu verweigern. Im Falle der Lieferung eines verschmutzten Produkts kann der Service die Annahme verweigern oder auf Kosten des Kunden mit seiner schriftlichen Genehmigung die Reinigung durchführen
- 14.** Die Garantie erstreckt sich nicht auf Tätigkeiten im Zusammenhang mit Montage und Wartung, zu deren Durchführung der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung selbst verpflichtet ist
- 15.** Der Garant teilt ferner mit, dass er einen Nachgarantieservice durchführt.
- 16.** Das Produkt sollte sich in der Originalverpackung befinden und für den Versand gesichert sein.

Die Garantie für die verkaufte Ware schließt die Rechte des Käufers aus der Nichtübereinstimmung der Ware mit dem Vertrag nicht aus, schränkt sie nicht ein und setzt sie nicht aus.

DAS GERÄT IST NICHT ZUR VERWENDUNG ZUR REHABILITATION UND THERAPEUTISCHEN ZWECKEN BESTIMMT

VERMERKE ÜBER DEN VERLAUF DER REPARATUREN

Lfd. Nr.	Datum der Anmeldung	Datum der Ausgabe	Verlauf der Reparaturen	Unterschrift des Empfängers (Laden, Eigentümer)



SERWIS: ul. Pyskowicka 14, 41-807 Zabrze

IMPORTER: **ABISAL Sp.Z.O.O.**, ul. Świętej Elżbiety 6, 41-905 Bytom

abisal@abisal.pl

www.abisal.pl