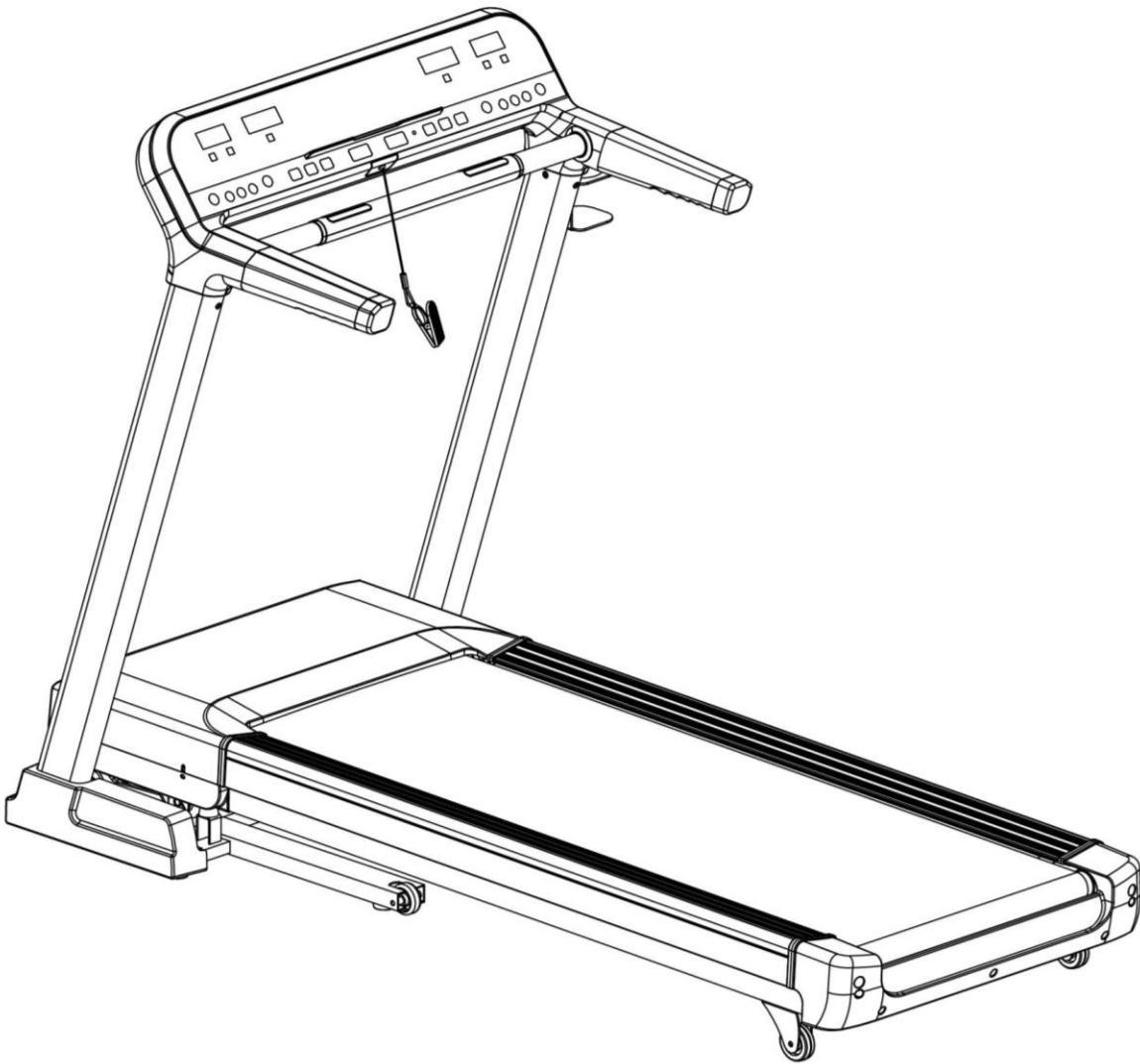


UPUTSTVO ZA UPOTREBU



MOLIMO VAS DA PAŽLJIVO PROČITATE OVO UPUTSTVO I DA GA SAČUVATE ZA BUDUĆE REFERENCE.

SVI CRTEŽI PROIZVODA SLUŽE ISKLJUČIVO RADI REFERENCE, ZA KONAČNE TAČNE DETALJE MOLIMO VAS DA POGLEDATE STVARAN PROIZVOD.

SADRŽAJ

Mere bezbednosti

Koraci za montažu

Sklapanje

Uputstvo za rad

Saveti za istezanje

Održavanje

Crtež

Spisak delova

Mere bezbednosti

Hvala vam na kupovini ove trake za trčanje, ona je dizajnirana i proizvedena kako bi vam pružila dugogodišnje korišćenje bez ikakvih problema. Možda ste već upoznati sa korišćenjem sličnog proizvoda, ali molimo vas da odvojite vreme da pročitate ova uputstva koja su napisana kako bi vam ova kupovina pružila potpuno zadovoljstvo.

Upozorenja

1. Kako bi smanjili rizik od ozbiljnih povreda, pročitajte sledeća važna upozorenja pre korišćenja trake za trčanje.
2. Pre početka bilo kog programa vežbanja obratite se svom lekaru kako biste utvrdili da li imate fizičke ili zdravstvene preduslove koji mogu dovesti do rizika po vaše zdravlje i bezbednost, ili vam onemogućiti pravilno korišćenje trake za trčanje. Savet vašeg lekara je neophodan ako uzimate lekove koji utiču na srčani ritam, krvni pritisak ili nivo holesterola.
3. Budite svesni signala vašeg tela. Nepravilna ili prekomerna vežba može oštetiti vaše zdravlje. Prestanite da vežbate ako doživite bilo koji od sledećih simptoma: Bol, tegoba u grudima, nepravilan otkucaj srca, ekstremno kratak dah, osećaj vrtoglavice ili mučnina. Ako doživite bilo koji od ovih stanja, konsultujte se sa svojim lekarom pre nego što nastavite sa programom vežbanja.

Mere predostrožnosti za električnu sigurnost

Nepoštovanje sledećih upozorenja može povećati rizik od električnog udara i ličnih povreda.

1. Uvek proverite da li je mrežni kabl oštećen pre upotrebe. Ukoliko primetite bilo kakva oštećenja, NE koristite kabl za napajanje.
2. Nikad ne dodirujte kabl za napajanje mokrim rukama.
3. Postavite kabl za napajanje tako da se ne može gaziti ili uštinuti.
4. Koristite traku za trčanje samo sa priloženim kablom za napajanje.

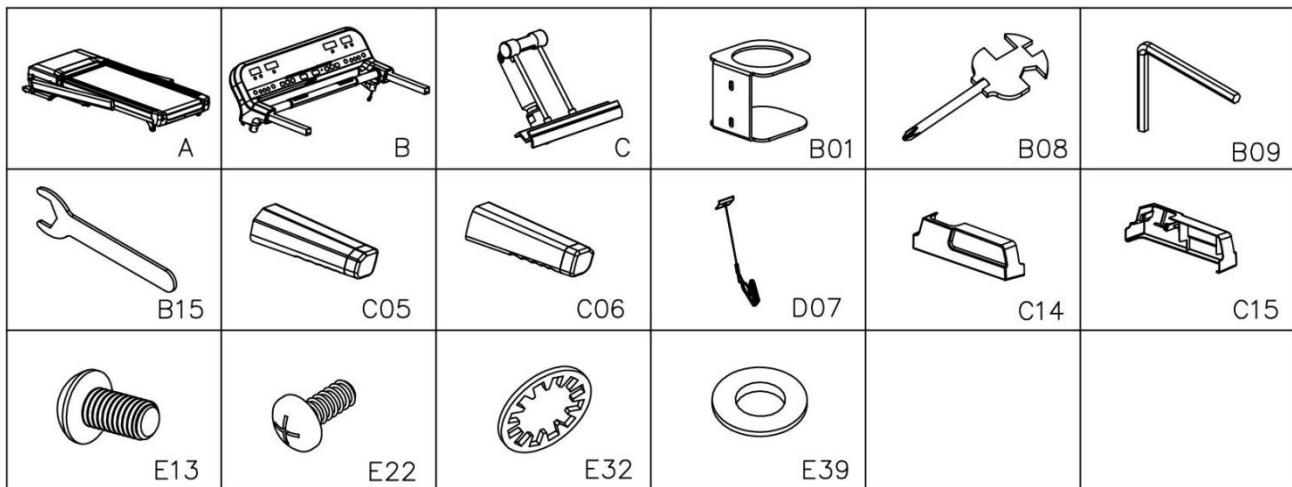
Opšte sigurnosne mere predostrožnosti

1. Koristite traku za trčanje samo na način opisan u ovom uputstvu.
2. Uverite se da je napon električnog napajanja isti kao on na kablu za napajanje.
3. Odgovornost vlasnika je da obezbedi da su svi korisnici trake za trčanje adekvatno obavešteni o svim upozorenjima i merama bezbednosti.
4. Traka za trčanje je teška i treba je ukloniti iz ambalaže i sastaviti od strane dve osobe.
5. Pre montiranja trake za trčanje, uverite se da nije priključena na bilo koji električni izvor, kao što je zidna utičница.
6. Koristite traku za trčanje na čvrstoj, ravnoj površini sa zaštitnim prekrivačem za vaš pod ili tepih. Postavite traku za trčanje sa najmanje 2 x 1 metar slobodnog prostora iza trake za trčanje.
7. Držite traku za trčanje dalje od preterane vlage ili prašine.
8. Pre upotrebe trake za trčanje, proverite da li su matice i zavrtnji dobro pričvršćeni.
9. Nivo bezbednosti trake za trčanje može se održavati samo ako se redovno ispituju oštećenja i habanje. Zamenite neispravne komponente odmah. Nemojte koristiti traku za trčanje dok se te komponente ne zamene.
10. Traka za trčanje je testirana i sertifikovana prema EN957 pod klasom H.C. Pogodno samo za kućnu upotrebu.
11. Kočenje se kontroliše napajanjem rotirajućeg pojasa.
12. Traka za trčanje nije pogodna za terapeutsku upotrebu.
13. Držite decu i kućne ljubimce dalje od trake za trčanje. Traka za trčanje je dizajnirana za potrebe odraslih.

14. Nosite odgovarajuću odeću dok koristite traku za trčanje. Izbegavajte da nosite široku odeću koju može da uhvati traka za trčanje ili odeću koja može ograničiti ili sprečiti kretanje.
15. Nemojte da savijate leđa kada koristite traku za trčanje; uvek pokušavajte da držite leđa pravo.
16. Ako osećate bol ili vrtoglavicu dok vežbate, odmah se zaustavite i odmorite.
17. Senzor pulsa nije medicinski uređaj. Nekoliko stvari, uključujući kretanje korisnika, mogu uticati na tačnost senzora. Senzor je namenjen samo kao pomoć pri vežbama u određivanju opštih trendova srčane frekvencije.
18. Prilikom podizanja ili kretanja trake za trčanje treba voditi računa da ne povredite leđa. Uvek koristite odgovarajuće tehnike podizanja i / ili koristite pomoć.
19. Obezbeđen je sigurnosni prekidač za ličnu sigurnost. Koristite sigurnosni prekidač kada koristite traku za trčanje za funkciju zaustavljanja u slučaju nužde. U slučaju nužde, postavite obe ruke na upravljač i stavite noge na neklizajuću površinu glavnog okvira. Kada to uradite, sigurnosni prekidač će se isključiti sa računara i aktiviraće se funkcija za zaustavljanja u slučaju nužde.
20. Svi pokretni dodaci zahtevaju nedeljno održavanje. Proverite ih pre upotrebe. Ako je nešto slomljeno ili odvijeno, odmah to popravite. Možete da nastavite da koristite traku za trčanje nakon što su oštećeni delovi popravljeni.
21. Traku za trčanje ne treba da koriste deca ili osobe sa smanjenim fizičkim, senzornim ili mentalnim sposobnostima ili nedostatkom iskustva i znanja, osim ako nemaju adekvatan nadzor ili uputstvo.
22. Deci koja pod nadzorom koriste traku za trčanje nije dozvoljeno da se sa njom igraju.
23. Ova mašina mora biti dobro uzemljena. To može smanjiti opasnost od strujnog udara.

Sklapanje

Molimo vas da dobro proverite spisak delova pre sklapanja.



Spisak delova:

BR.	Opis	Specifikacija	KOM	BR.	Opis	Specifikacija	KOM
A	Glavni okvir		1	C06	Desna ručka od pene		1
B	Monitor		1	D07	Modul za sigurnosni prekidač		1
B01	Držać flašice		1	C14	Donji levi poklopac		1
B08	Krstasti ključ		1	C15	Donji desni poklopac		1
B09	5# imbus ključ	5mm	1	E13	Zavrtanj	M8*15	10
C05	Leva ručka od pene		1	E22	Zavrtanj	M5*12	6
				E32	Podloška	8	10
				E39	Velika ravna podloška	Φ5*φ13*1.0	4

Alat za sklapanje:

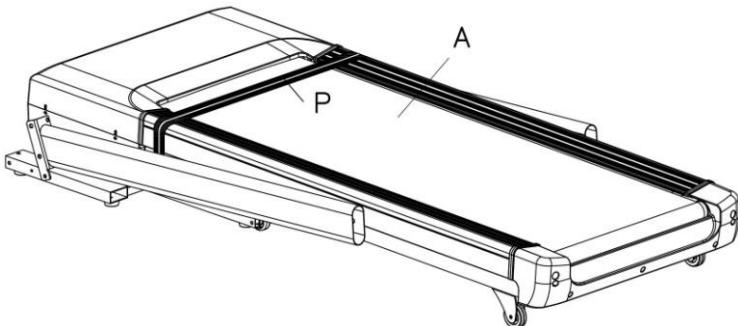
5#imbus ključ 5mm 1 kom

Krstasti ključ S=13 14 15 1 kom

Ključ 19mm 1 kom

Pažnja: molimo vas da ne uključujete pre završetka montaže.

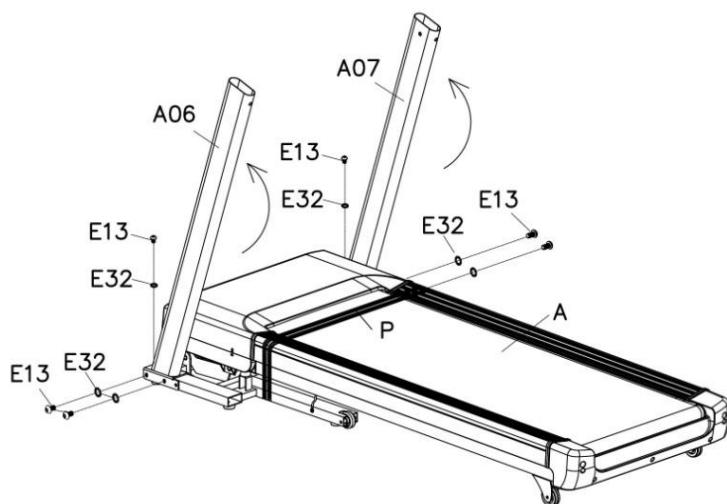
Korak 1:



Otvorite pakovanje i stavite glavni okvir na pod.

Pažnja: Ne otvarajte kaiš pakovanja (P) pre postavljanja trake za trčanje.

Korak 2:

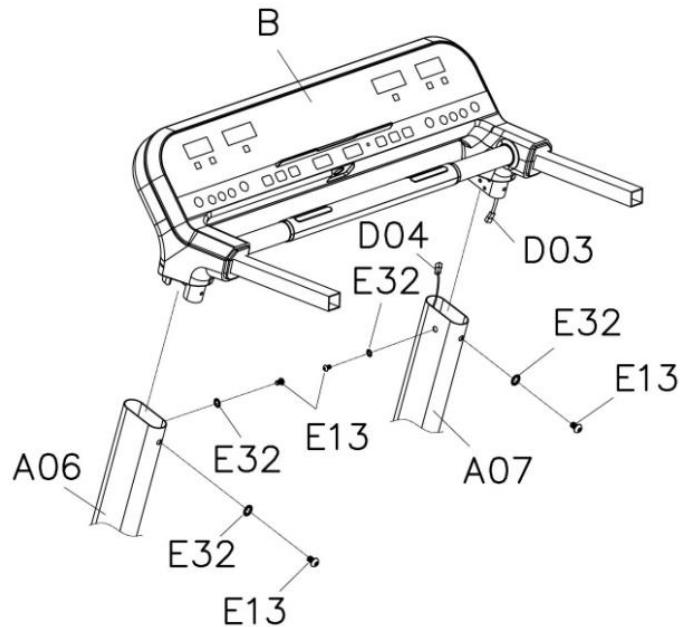


1. Prvo podignite stub A06, A07;
2. Fiksirajte stub A06 na glavni okvir A sa zavrtnjem E13 i podloškom E32 imbus ključem 5#B09.
3. Pričvrstite stub A07 na glavni okvir u skladu sa navedenim koracima.

Pažnja:

PAŽNJA: Rukom pridržavajte stub kako bi izbegli da padne.

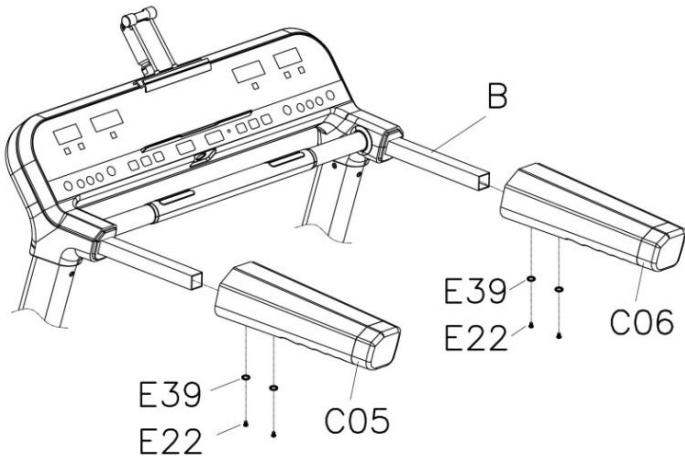
Korak 3:



1. Priključite kabl monitora D03 sa D04.
2. Postavite monitor B na levi i desni stub A06/A07 koristeći zavrtanj E13 i navrtku E32 imbus ključem 5# B09.

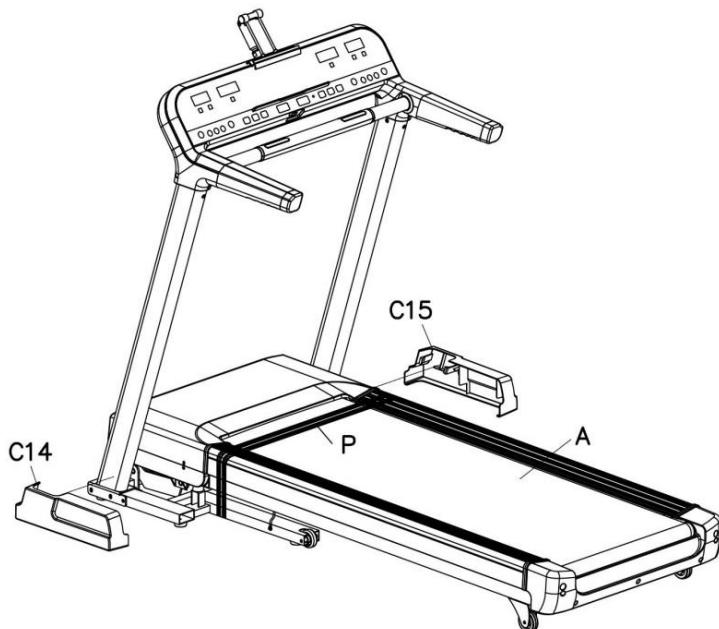
Pažnja: Pre pričvršćivanja uverite se da su kablovi dobro povezani.

Korak 5:



Postavite levu i desnu ručicu od pene C05/C06 na monitor B zavrtnjem E22 i velikom podloškom E39 krstastim ključem B08.

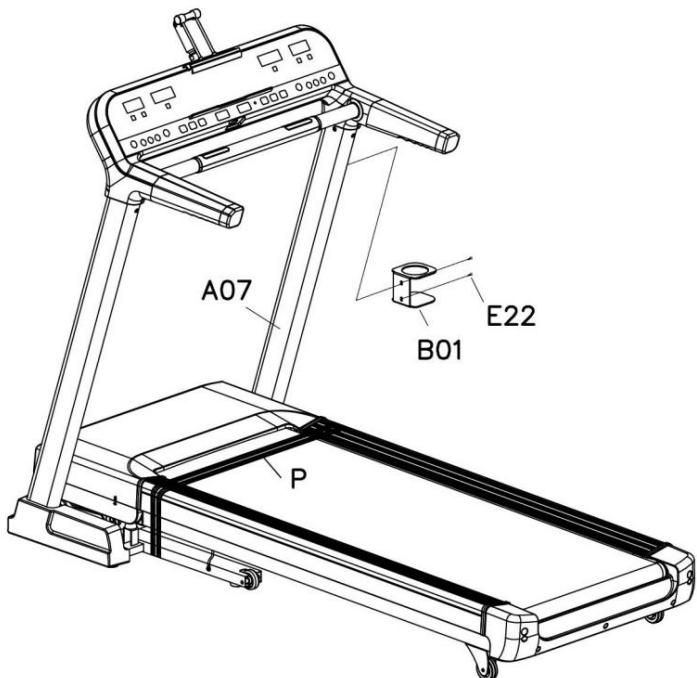
Korak 6:



Postavite levi i desni donji poklopac C14\15 na glavni okvir.

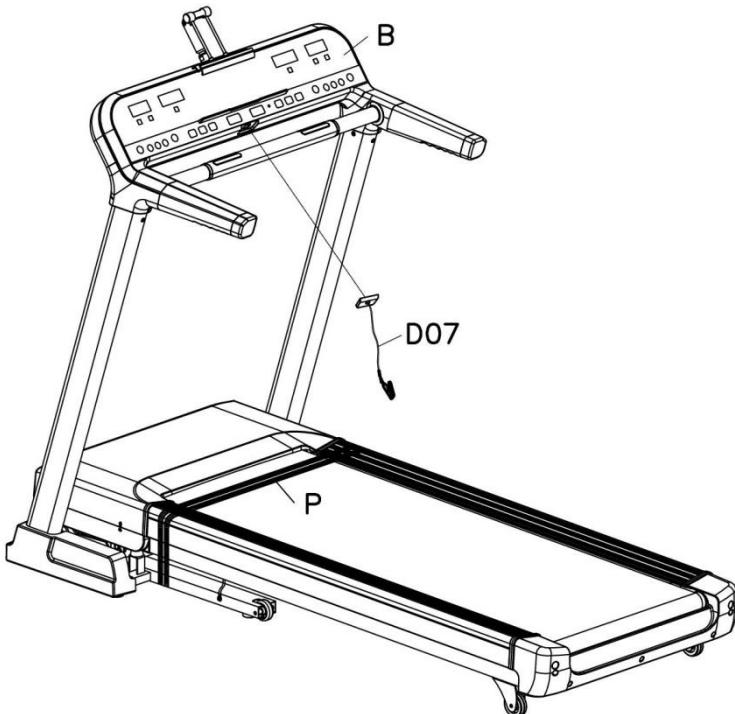
Pažnja: kopčanje levog i desnog donjeg poklopca je po principu kopče. Molimo vas da se uverite da su kopče dobro pričvršćene.

Korak 7:



Postavite držać flašice B01 na desni stub A07 zavrtnjem E22 krstastim ključem B08.

Korak 8:

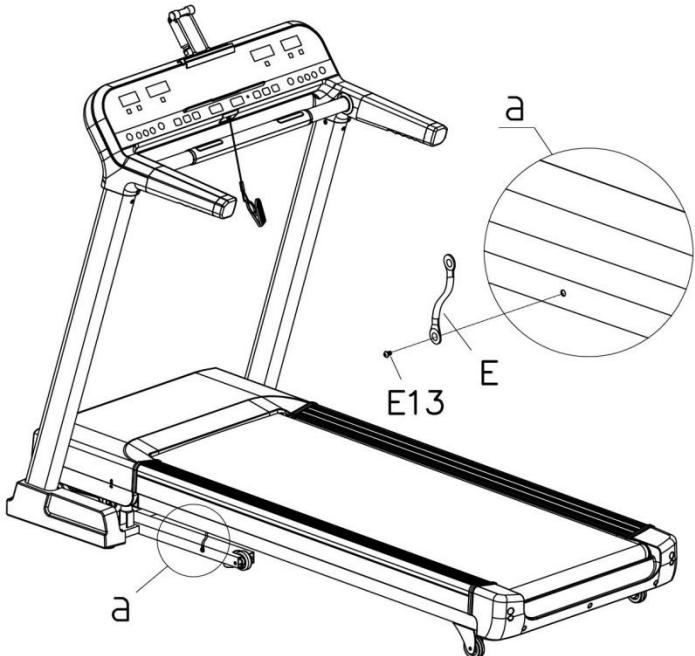


1. Odsecite kaiš P;
2. Ubacite sigurnosni prekidač D07 u monitor B.

Kako da koristite sigurnosni prekidač

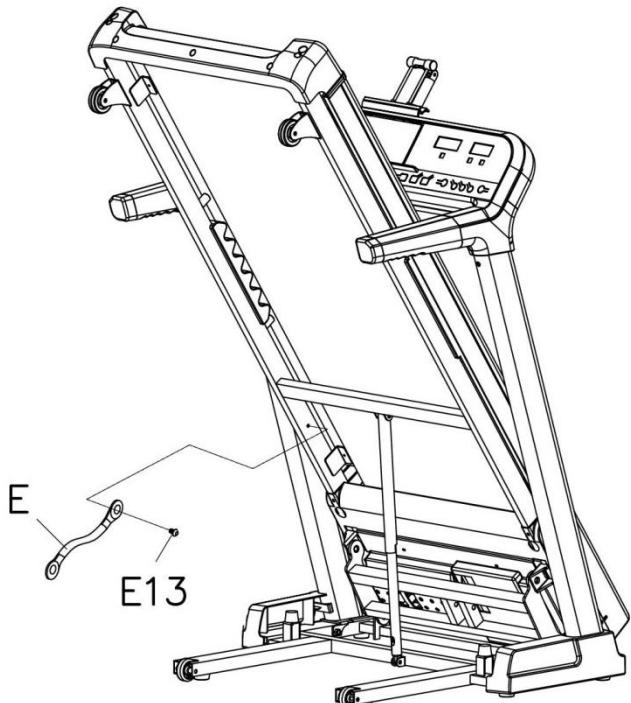
1. Pre pokretanja, molimo vas da obrišete sigurnosni prekidač tkaninom.
2. Zbog bilo kog hitnog slučaja, molimo vas da povičete kanap sigurnosnog prekidača i mašina će se zaustaviti.

Korak 9



Odvrnite zavrtanj M8*15 (E13) na donjoj strani čeličnog kabla (E) korišćenjem imbus ključa 5#B09.

Korak 10

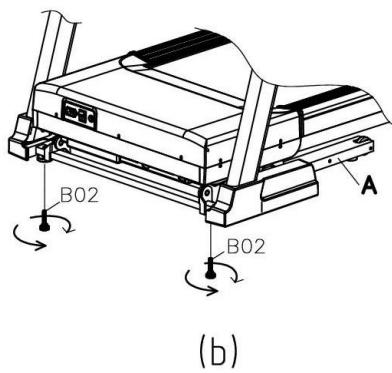
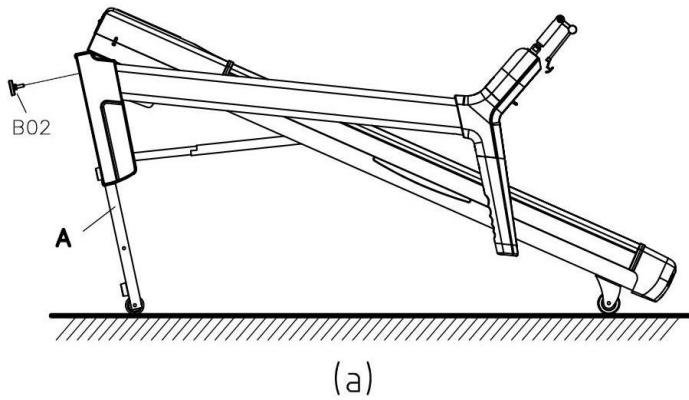


Odvrnite zavrtanj M8*15 (E13) na gornjoj strani čeličnog kabla (E) korišćenjem imbus ključa 5#B09. Zatim skinite čelični kabl sa donjeg okvir.

Napomena: Čelični kabl će osigurati vašu bezbednost tokom sklapanja; možete ga zadržati za buduće korišćenje.

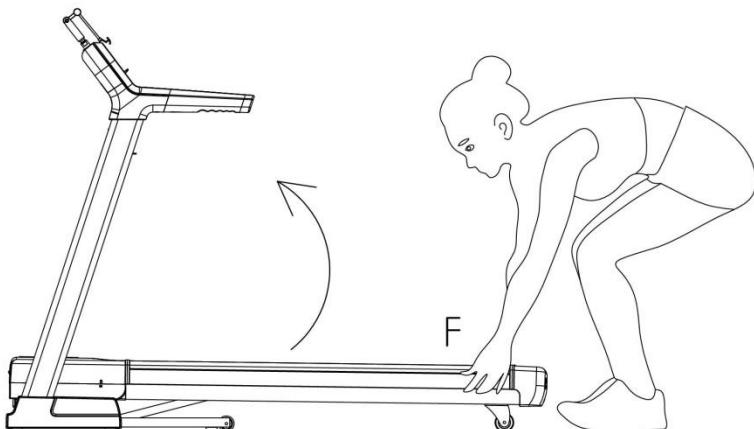
Uputstvo za rukovanje podlogom

Mozete da balansirate trakom tako sto podesavate podlogu-oznaka B02; pomerite podlogu(B02) u levu stranu i tako regulisete visinu. Pomeranjem u desno smanjujete visinu



Sklapanje

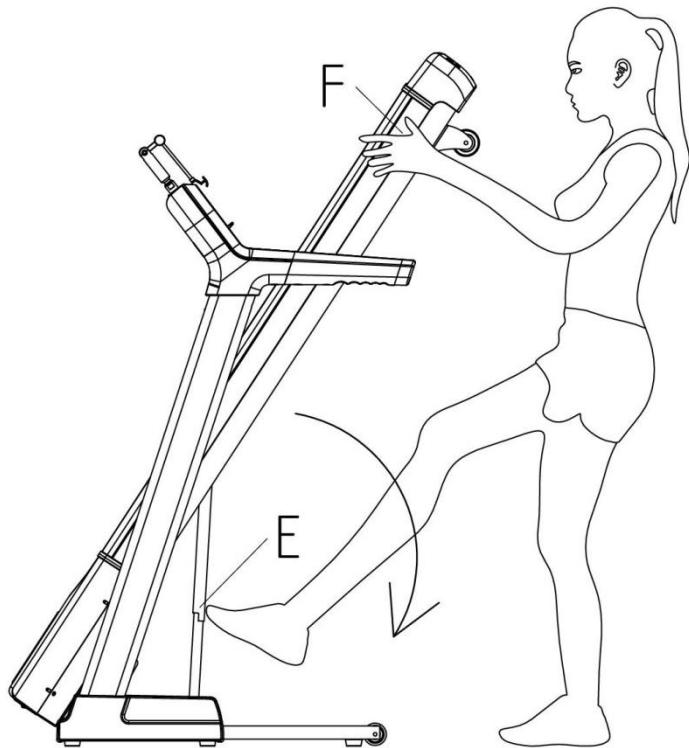
Rasklapanje



Držite deo za trčanje koji je prikazan u položaju „F“, a zatim ga spojite sa smerom strelice dok ne čujete „beng“ iz vazdušnog cilindra.

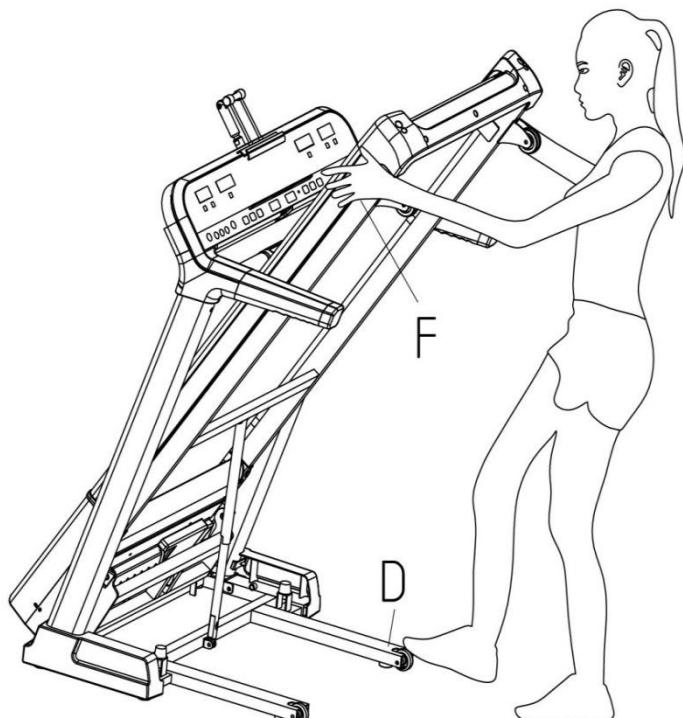
Pažnja: zabranjeno je sklapanje kada je mašina u pokretnom ili nagibnom režimu.

Sklapanje

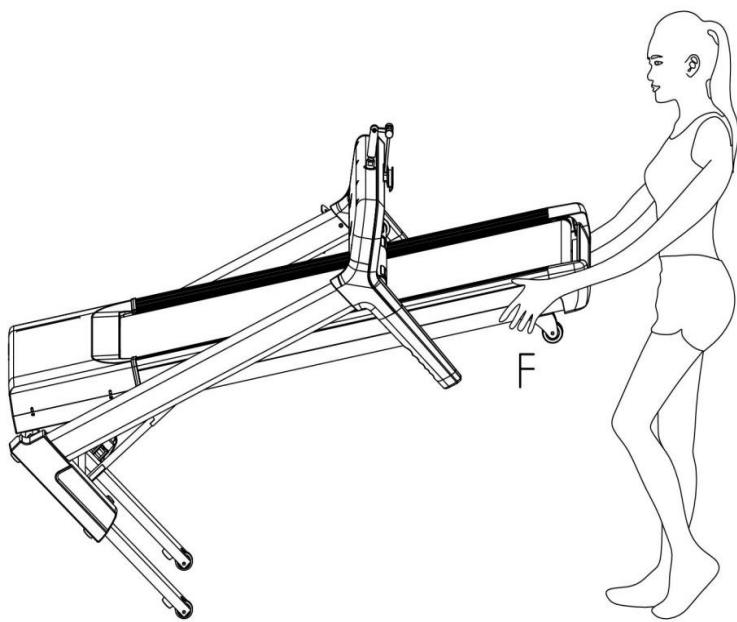


Uhvatite deo F rukom, gurnite deo E šipke za vazduni pritisak nogom, zatim će okvir sam da se sklopi.

Saveti za transport



Kako bi nagnuli traku za trčanje, prvo stavite ruku na položaj „F“ kako bi pridržali gornji deo trake za trčanje. Zatim postavite nogu na položaj „D“ kako bi pridržali donji deo trake za trčanje. dok je vaša nogu na „D“, lagano nagnite gornji deo trake za trčanje ka zemlji. Kada se glavni okvir „F“ spusti dovoljno nisko, točkovi trake za trčanje će se aktivirati.



Kako bi je pomerili, držite traku za trčanje iz položaja „F“ i naginjite je dok točkovi ne budu mogli da se kreću po tlu.

Uputstvo za rad



1. Prozorski prikaz

- 1) BRZINA / IMPULS: obično prikazuje vašu trenutnu brzinu od 0,8-20,0 km/h; ukoliko držite impulsni senzor na nekoliko sekundi, pokazuje vaš trenutni puls od 50-200/min. (ovaj podatak je samo za referencu, ne može se uzeti kao medicinski podatak).
- 2) RAZDALJINA: U režimu podešavanja prikazuje: P1-P2 ... -P5 ... P7 ... P12, u FAT modu, prikazuje FAT. Obično prikazuje vašu trenutnu razdaljinu u vežbanju. Prikazuje sat pozitivnog pravca razmaka od 0.00 - 99.9, kada dođe do 99.9, ponovo će računati od 0; Kada odbrojava, pokazaće od podešenog podatka do 0; kada je na 0, mašina će se zaustaviti i pokazati „Kraj“, nakon 5 sekundi će se vratiti u početnu situaciju.
- 3) VREME: prikazuje vaše vreme vežbanja od 0-18 sati. Kada odbroji do 18:00, mašina će se zaustaviti i pokazati „Kraj“, a zatim će se vratiti u početnu situaciju nakon 5 sekundi; Kada odbrojava, pokazaće od podešenog podatka do 0:00, kada je na 0:00, mašina će se zaustaviti i pokazati „Kraj“ i vratiti se u početnu situaciju.
- 4) KALORIJE / NAGIB: generalno pokazuje kalorije pri vežbanju od 0.0-999. Kada je podešen nagib, prikazuje vaš trenutni nagib od 0-15 etapa, ako nema nikakve operacije, ulazi u prozor kalorija nakon 30 sekundi.

2. Funkcije tastera

- 1) START: pokrenite mašinu u bilo kom trenutku pritiskom na dugme kada je mašina uključena i kada je sigurnosni prekidač u ispravnom položaju, a zatim će mašina početi da radi za 3 sekunde.
- 2) STOP: dostupno za funkciju pauze / zaustavljanja. Kada se mašina pokreće, ona će ući u režim pauze nakon pritiska na STOP prekidač, a prozor će prikazati PAU. U režimu pauze ako pritisnete START taster, uređaj će raditi, u suprotnom ako pritisnete STOP taster, zaustaviće se i svi podaci će biti izbrisani.
- 3) MODE: prikazuje različite režime. Može da prikaže 30:00 (režim odbrojavanja vremena), 1.0(režim odbrojavanja razdaljine), 50 (režim odbrojavanja kalorija), P1-P2...-P5...P7.....P12 (programirani program) u nizu. Kada odaberete odgovarajući režim,

prozir će treptati sve vreme. Tada možete da podesite podatke pritiskom na -SPEED+ ili -INCLINE + taster. Kada završite sa podešavanjem, pritisnite START taster i mašina će početi da se kreće. U RUČNOM režimu pritisnite MODE taster i možete da unesete podatke.

- 4) RUČNI REŽIM: možete da uđete u P1, P2, P3, P4, i P5 pritiskom na tastere MANUAL, WEIGHT LOSS, INTERVAL, HILL CLIMB, WALK. Kada pritisnete odgovarajući taster, vremenski prozor prikazuje 30:00, podešavanje možete izvršiti pritiskom na INCLINE+, INCLINE – ili SPEED+, SPEED-. Pritisnite START kako bi počeli sa vežbom nakon što završite sa podešavanjima.
- 5) SPEED+, SPEED- se koristi za promenu brzine. Kada pritisnete „-SPEED+“ taster na 0.5 sekundi podaci o brzini će se uzastopno smenjivati.
- 6) INCLINE+, INCLINE- se koristi za promenu nagiba. Kada pritisnete „-incline+“ taster na 0.5 sekundi podaci o nagibu će se uzastopno smenjivati.
- 7) „INCLINE: 6 8 10“ se koristi za direktni odabir nagiba.
- 8) „SPEED: 6 8 10“ se koristi za direktni odabir brzine.

2. FUNKCIJA PODSETNIKA ZA PODMAZIVANJE

Ova mašina ima funkciju podsetnika za podmazivanje. Nakon ukupnog pređenog odstojanja od 300km, vaša traka za trčanje mora da se održava podmazivanjem uljem. Sistem će vas podsetiti zvukom „BI-BI-BI“ na svakih 10 sekundi i na ekranu će se pojaviti „OIL“. Ovo znači da vaša traka za trčanje mora da se podmaže uljem. Molimo vas da pročitate uputstvo za korišćenje i dodate ulje na srednji deo same trake. Nakon što završite sa podmazivanjem, držite taster „STOP“ na 3 sekunde, i zvuk upozorenja „BI-BI-BI“ će nestati.

3. Brzo pokretanje

- 1) Uključite i stavite sigurnosni prekidač u ispravan položaj.
- 2) Pritisnite „START“ i onda će mašina raditi pri brzini od 0.8 km/h nakon odbrojavanja zvukom od 3 do 1.
- 3) Prema vašoj potrebi možete da promenite brzinu i nagib pritiskom na „-SPEED+“ i „-INCLINE+“ zasebno.

4. Ručni režim rada

- 1) Pritisnite „START“ taster i mašina će raditi pri brzini od 0.8 km/h i svi ostali prozori će brojati od 0. Pritisnite „-SPEED+“ taster kako bi promenili brzinu i „-INCLINE+“ taster kako bi promenili nagib.
- 2) U režimu pripravnosti pritisnite taster „MODE“ da biste ušli u režim odbrojavanja vremena. „30:00“ će biti prikazano u prozoru „TIME“. Pritisnite „-INCLINE +“ ili „-SPEED+“ taster da promenite podatke od 5:00 do 99:00.
- 3) U režimu odbrojavanja vremena pritisnite taster „MODE“ da biste ušli u režim odbrojavanja udaljenosti. „1.0“ će biti prikazano u prozoru „DIST“. Pritisnite taster „-INCLINE +“ ili „-SPEED+“ taster da promenite podatke od 0.5 do 99.9.
- 4) U režimu odbrojavanja udaljenosti, pritisnite taster „MODE“ da biste ušli u režim odbrojavanja kalorija, „50“ će biti prikazano u

prozoru „CAL“. Pritisnite „-INCLINE+“ ili „-SPEED+“ taster da promenite podatke od 10 do 999.

- 5) Izaberite jedan od tri režima odbrojavanja, a zatim pritisnite taster „START“ i mašina će raditi nakon 3 sekunde. Pritisnite taster „-INCLINE+“ da biste promenili nagib i „-SPEED+“ taster da biste promenili brzinu. Pritisnite taster „STOP“ da biste isključili mašinu.

5. Brzi program režim

Pritisnite taster brzi program i pristupiće programu. U međuvremenu, TIME prozor će prikazati podrazumevane podatke „30:00“ i treptaće sve vreme. Pritisnite taster „-INCLINE+“ ili „-SPEED+“ da biste podešili vreme vežbanja koje vam je potrebno. Pored toga, možete da promenite brzinu i nagib pritiskom na taster „-INCLINE+“ ili „-SPEED+“ dok ekran trepće. Postoji po 15 nivoa svakog programa. Svako vežbanje = podešeno vreme / 15 minuta. Automatski će prebaciti na sledeći program kada se prethodni završi. U međuvremenu će se čuti 3 zvuka upozorenja „Bi-Bi-Bi“. Brzina i nagib će se promeniti u skladu sa programskom grafikom. Kada se program završi, nagib će se smanjiti do nula stepeni. Tokom programa vežbanja možete pritisnuti STOP taster ili izvući sigurnosni prekidač da biste prestali sa vežbanjem. Kada se program završi, čiće se zvuk upozorenja 3 puta „Bi-Bi-Bi“. Nakon 5 sekundi mašina će biti u režimu mirovanja.

6. Uvod u program

Svaki program je podeljen u 15 faza. I svaka faza ima svoju brzinu i nagib.

faza program		Podešeno vreme / 15 = vreme vežbe svake faze														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
P1 (MANUAL)	Brzina	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	nagib	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P2 (WEIGHT LOSS)	Brzina	3	3	6	6	3	3	3	6	6	3	3	3	6	6	3
	nagib	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2
P3 (INTERVAL)	Brzina	3	8	8	3	3	8	8	3	3	8	8	3	3	8	8
	nagib	2	2	4	4	6	6	6	6	4	4	4	4	2	2	2
P4 (HILL CLIMB)	Brzina	3	5	6	8	10	8	6	3	3	6	8	10	8	6	5
	nagib	2	2	4	4	6	6	6	6	4	4	4	4	2	2	2
P5 (WALK)	Brzina	3	5	5	6	6	5	5	8	8	5	3	3	5	5	8
	nagib	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2

P6	Brzina	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	2
	nagib	0	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	0
P7	Brzina	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	2
	nagib	0	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	0
P8	Brzina	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	2
	nagib	0	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	0
P9	Brzina	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	2
	nagib	0	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	0
P10	Brzina	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	2
	nagib	0	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	0
P11	Brzina	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	2
	nagib	0	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	0
P12	Brzina	2	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	2
	nagib	0	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	0

7. Ručni režim rada

Korisnik može podesiti ručni režim rada u skladu sa svojom potrebom (samo 1 program može biti sačuvan).

1) RUČNO PODEŠAVANJE

Pritisnite taster „MANUAL“ kako bi ušli u ručni režim u pasivnom režimu ili pritisnite „MODE“ taster dok se ne pojavi P1.

„TIME“ prozor će prikazati „30:00“ i konstantno će treperiti. Možete da promenite vreme pritiskom na „incline+“, „incline -“ ili „speed+“, „speed -“. Nakon podešavanja vremena, pritisnite „MODE“ taster kako bi ušli u podešavanje programa. Možete da pritisnete „incline+“, „incline -“ ili „speed+“, „speed -“ tastere kako bi podesili brzinu ili nagib prve etape, zatim pritisnite taster „MODE“ na tri sekunde kako bi prešli na sledeću etapu. Zatim ponovite sve gore navedene korake kako bi podesili sledeću etapu sve do 15. etape. Podaci će biti sačuvani ukoliko ih sami ne promenite.

2) Ručno pokretanje programa

Pritisnite taster MANUAL kako bi pristupili ručnom režimu rada ili pritisnite MODE taster dok se ne pojavi P1 u režimu mirovanja. Kada završite sa podešavanjem, pritisnite START kako bi počeli sa vežbanjem.

3) Uvod u ručno podešavanje

Svaki program je podeljen u 15 faza. Kada završite sa podešavanjem 15 faza, pritisnite taster START da biste započeli vežbanje.

8. Test masti u telu

- 1) Pritisnite taster MODE duže od 3 sekunde, u prozoru će se pojaviti FAT što označava režim testiranja masti u telu. Pritisnite MODE taster još jednom i pristupite režimu podešavanja podataka F-1, F-2, F-3, F-4, F-5 (F-1 POL, F-2 GODINE, F-3 VISINA, F-4 TEŽINA, F-5 TEST MASNOĆE U TELU). Pritisnite „SPEED+“, „SPEED -“ kako biste podesili F-1 – F4, i onda pritisnite „MODE“ kako bi podesili F-5, kada se pojavi prozor F5 “---“, uhvatite se za ručicu pulsa, i prozor će pokazati indeks masnoće u telu nakon 5-6sekundi.
- 2) Nakon ulaska na stranicu podešavanja masnoće u telu, F-1 će biti prikazan. 01 je za muškarce, 02 za žene.
- 3) Pritisnite taster MODE, prikazaće se F-2. Pritisnite taster brzine ± kako bi podesili godine od 10 do 99.
- 4) Pritisnite taster MODE, prikazaće se F-3. Pritisnite taster brzine ± kako bi podesili visinu od 100 do 200.
- 5) Pritisnite taster MODE, prikazaće se F-4. Pritisnite taster brzine ± kako bi podesili težinu od 20 do 150.
- 6) Pritisnite taster MODE, prikazaće se F-5. Kada se na prozoru F5 prikaže „---“, uhvatite se za ručicu pulsa i prozor će prikazati va indeks masti u telu za 8 sekundi.
- 7) Najbolji indeks masti u telu je između 20 and 25. Ukoliko je indeks ispod 19 to znači da ste mršavi; ukoliko je indeks između 26 i 29 to znači da ste malo deblji. Ukoliko je iznad 30 to znači da ste debeli (podaci se koriste samo kao referenca i ne mogu se koristiti u medicinske svrhe).

F-1	pol	01-muškarac	02-žena
F-2	godine	10-99	
F-3	visina	100-200	
F-4	težina	20-150	
F-5	FAT	≤19 =(20---25) =(26---29) ≥30	Mršavi Normalni Malo deblji Debeli

9. Prikaz opsega svakog podatka

Stavka	Početni	Originalni podaci	Opseg	Prikaz opsega
Vreme (min: sek)	0:00	30:00	5:00-99:00	0:00-99:59
Nagib (korak)	0	0	0-15	0-15
Brzina (km/h)	0.0	0.8	0.8-20	0.8-20
Razdaljina (km)	0.00	1.00	0.50-99.90	0.00-99.99
Puls (vreme/min)	P	N/A	N/A	50-200
Calorije (K)	0	50.0	10.0-999	0.0-999

10. USB funkcija punjenja(opcionalno)

USB ulaz je dostupan za punjenje većine mobilnih uređaja.

11. Režim uštede energije

Ukoliko ne radi 10 minuta, mašina će ući u režim štednje energije. I neće pokazivati ništa. Možete probuditi sistem pritiskom na bilo koji taster.

12. Gašenje

U bilo kom trenutku možete da isključite mašinu ako želite da prekinete trening i to neće oštetiti mašinu.

13. Pažnja:

- 1) Molimo proverite napajanje i sigurnosni prekidač pre treninga.
- 2) Ako se bilo koja nezgoda dogodila tokom vežbanja, molim vas odmah isključite bezbednosni prekidač dok se mašina ne zaustavi.
- 3) Ukoliko nešto nije u redu sa mašinom, molimo vas da se obratite prodavcu što je pre moguće. Nije dozvoljeno da mašinu popravlja osoba koja nije ovlašćena za to.

14. Jednostavne greške u radu i rešenja

- 1) Nema signala kada se uključi
 - A. Prvo proverite da li je zaštitni prekidač otvoren ili nije, ako je otvoren, zatvorite ga.
 - B. Proverite da li je žica prekidača, preko zaštitnika opterećenja i upravljačkog uređaja dobro povezana.
 - C. Uverite se da je žica između monitora i upravljačkog uređaja dobro povezana.
- 2) Displej prikazuje E01 nakon uključivanja.
 - A. Nešto nije u redu sa signalnim kablom Proverite svaki kabl između displeja i uređaja.
 - B. Nešto nije u redu sa delom komponente ekrana, zamenite ecran.
 - C. Zamenite transformator.
- 3) Displej prikazuje E02 nakon uključivanja.
 - A. Proverite da li je kabl motora u redu ili ne, ako ne, molimo vas da ponovo povežete kabl motora. Ako to ne radi, zamenite motor.
 - B. Proverite da li postoji neki poseban miris. Ako je tako, zamenite kontroler.
 - C. Proverite da li je ulazni napon ispravan ili ne. Molimo koristite odgovarajući ulazni napon.
- 4) Displej prikazuje E03 nakon uključivanja ----- nema signala senzora
 - A. Ukoliko motor počne sa radom oko 5-8 sekundi i onda monitor prikaže E03. E03 označava da nema signala brzine. Molimo vas da proverite da li je senzor brzine dobro priključen ili ne. Pored toga proverite da li je senzor prekinut ili ne.
 - B. Senzorska žica na ploči PCB-a je prekinuta, zamenite PCB ploču.
- 5) Displej prikazuje E04 nakon uključivanja.

- A. Proverite da li je signalna žica motora za regulisanje nagiba u redu ili ne, izvucite konektor i ponovo ga uključite.
 - B. Proverite da li je priključak AC žice motora za regulisanje nagiba ispravan ili ne. Proverite prema crtežu.
 - C. Proverite da li je žica motora za regulisanje nagiba prekinuta ili ne, ako je slomljena, zamenite žicu ili motor za regulisanje nagiba.
 - D. Zamenite PCB ploču.
 - E. Nakon provere svih PCB-ova, pritisnite taster LEARNING.
- 6) Displej prikazuje E04 nakon uključivanja----zaštita od preopterećenja
- A. Opterećenje je prevveliko, molimo vas da resetujete mašinu.
 - B. Možda je neki deo zaglavljen, što čini motor preopterećenim, tako da mašina ne može da radi. Molimo vas da proverite pogonski kaiš ili da ga podmažete sa malo ulja.
 - C. Proverite motor da li postoji poseban miris ili zvuk koji ukazuje na preopterećenje. Ako je tako, zamenite motor.
 - D. Proverite da li je PCB ploča spaljena ili ne, zamenite ploču PCB-a.
 - E. IGBT na ploči PCB-a je kratkog spoja, molimo vas da proverite da li je IGBT u redu ili ne koristeći multimetar. Zamenite PCB ploču.

Saveti za istezanje

- Počnite sa postepenim vežbama pokreta svih zglobova, tj. jednostavno rotirajte zglobove, savijte ruku i okrećite ramena. Ovo će omogućiti prirodno podmazivanje tela (sinovijalna tečnost) kako bi se zaštitila površina kostiju na ovim zglobovima.
- Uvek zagrejte telo pre nego što se istegnete, jer to povećava protok krvi u telu, što zauzvrat čini mišiće elastičnijim.
- Počnite sa nogama i idite ka gore.
- Svaki pokret istezanja treba da traje najmanje 10 sekundi (20 do 30 sekundi) i obično se ponavlja oko 2 ili 3 puta.
- Ne istežite se dok ne zaboli. Ukoliko se javi bol, popustite.
- Ne skačite. Istezanje treba da bude postepeno i opuštajuće.
- Ne zadržavajte dah tokom istezanja.
- Istežite se nakon vežbanja kako bi izbegli zatezanje mišića. Istežite se najmanje tri puta nedeljno kako bi zadržali fleksibilnost.

Istezanje butina:

- Stojite na desnoj nozi i držite levi gležanj levom rukom, podignite nogu blizu kukova.
- Držite leđa pravo i kolena spojena. Ako je potrebno, koristite zid za balansiranje.
- Zadržite oko 10 sekundi.
- Ponovite sa drugom nogom.



Istezanje tetiva:

- Držite prednju nogu ravno, ruke na savijenoj nozi (butini). Pritiskajte ka dole dok ne počnete da osećate opterećenje iza kolena (ili ispravljenoj nozi).
- Držite kolena otključanim i leđa pravo.
- Zadržite oko 10 sekundi.
- Ponovite sa drugom nogom.



Istezanje listova:

- Spusnite zadnju nogu na pod i prenesite težinu na prednju nogu.
- Zadržite oko 10 sekundi.
- Ponovite sa drugom nogom.
- Napomena: Držite leđa i zadnju nogu pravo kada izvodite ovu vežbu.



Istezanje unutrašnjih butina:

- Sedite na pod sa spojenim petama i kolenima ka spolja. Povucite stopala prema preponama što je više moguće.
- Zadržite oko 10 sekundi.



Održavanje

Upozorenje: Pre čišćenja mašine, vodite računa da je napajanje isključeno.

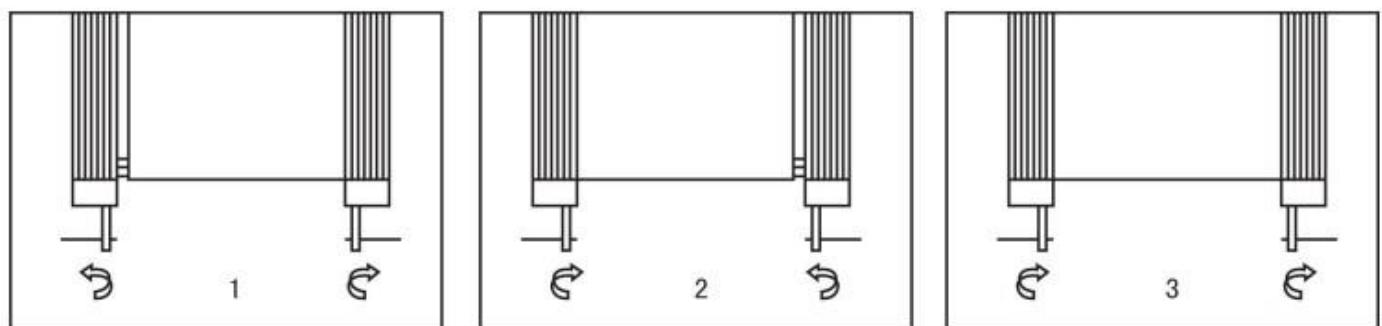
1. **Čišćenje:** Obrišite prašinu sa trake, delu za trčanje i bočnim delovima za noge, jer prašina može povećati trenje na kaišu i oštetiti mašinu. Preporučuje se čišćenje mašine jednom mesečno.
2. **Podmazivanje:**
 - 1) Podmazivanje je potrebno na 300km. Aparat ćeoglasiti alarm „di di di“ i prikazati „OIL“ da vas obavesti o ulju. Molimo da stavite ulje na sredinu kaiša.
 - 2) Nakon podmazivanja, pritisnite taster STOP više od 3 sekunde u pasivnom režimu rada, a zatim će mašina ukloniti informacije o alarmu i podmazivanju.

Predlažemo da podmazujete mašinu na sledeći način:

Ljudi koji koriste traku za trčanje manje od 3 sata nedeljno, molimo da podmazujete mašinu na 6 meseci

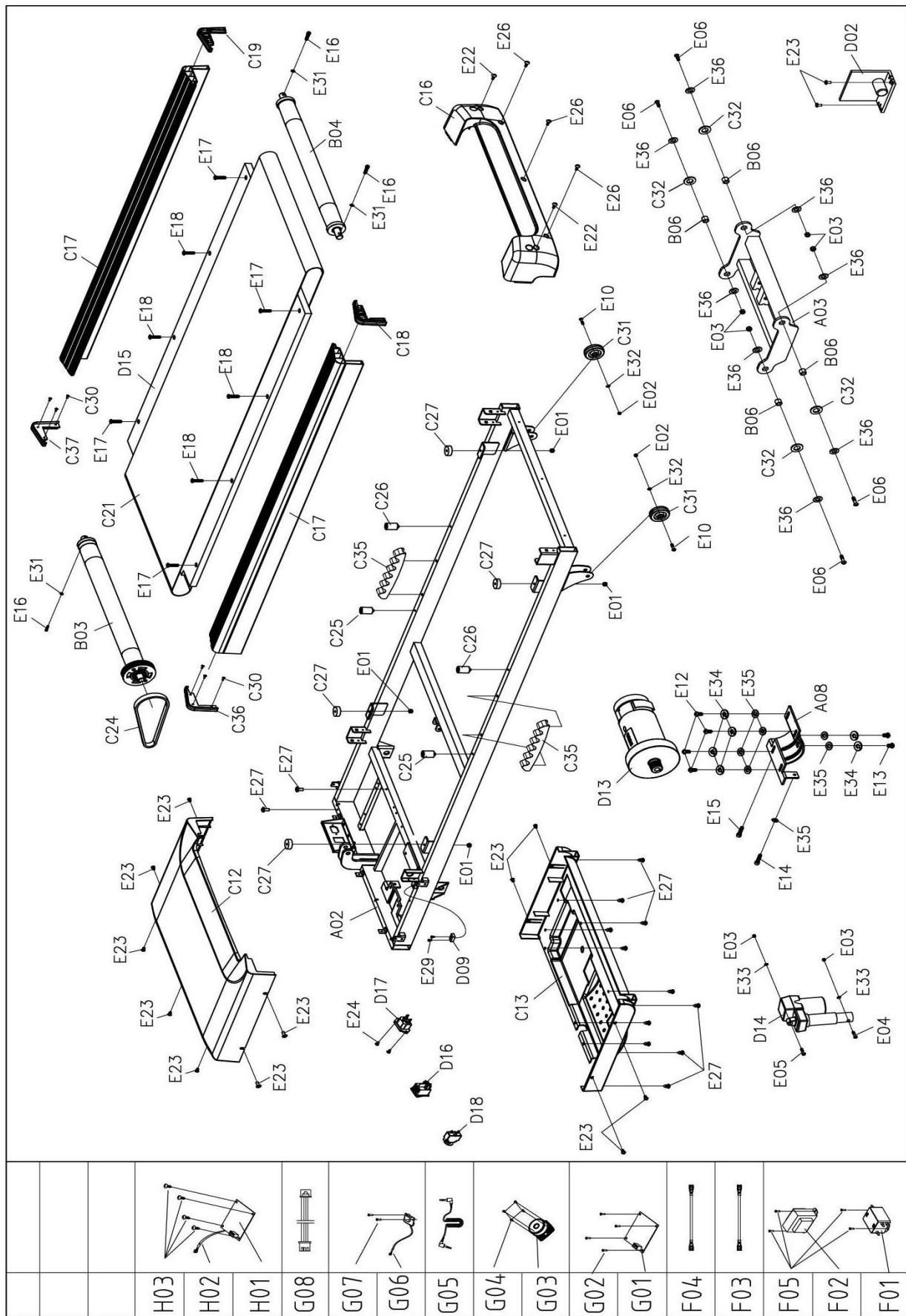
Ljudi koji koriste traku za trčanje od 3 do 5 sati nedeljno, molimo da podmazujete mašinu na 3 meseca

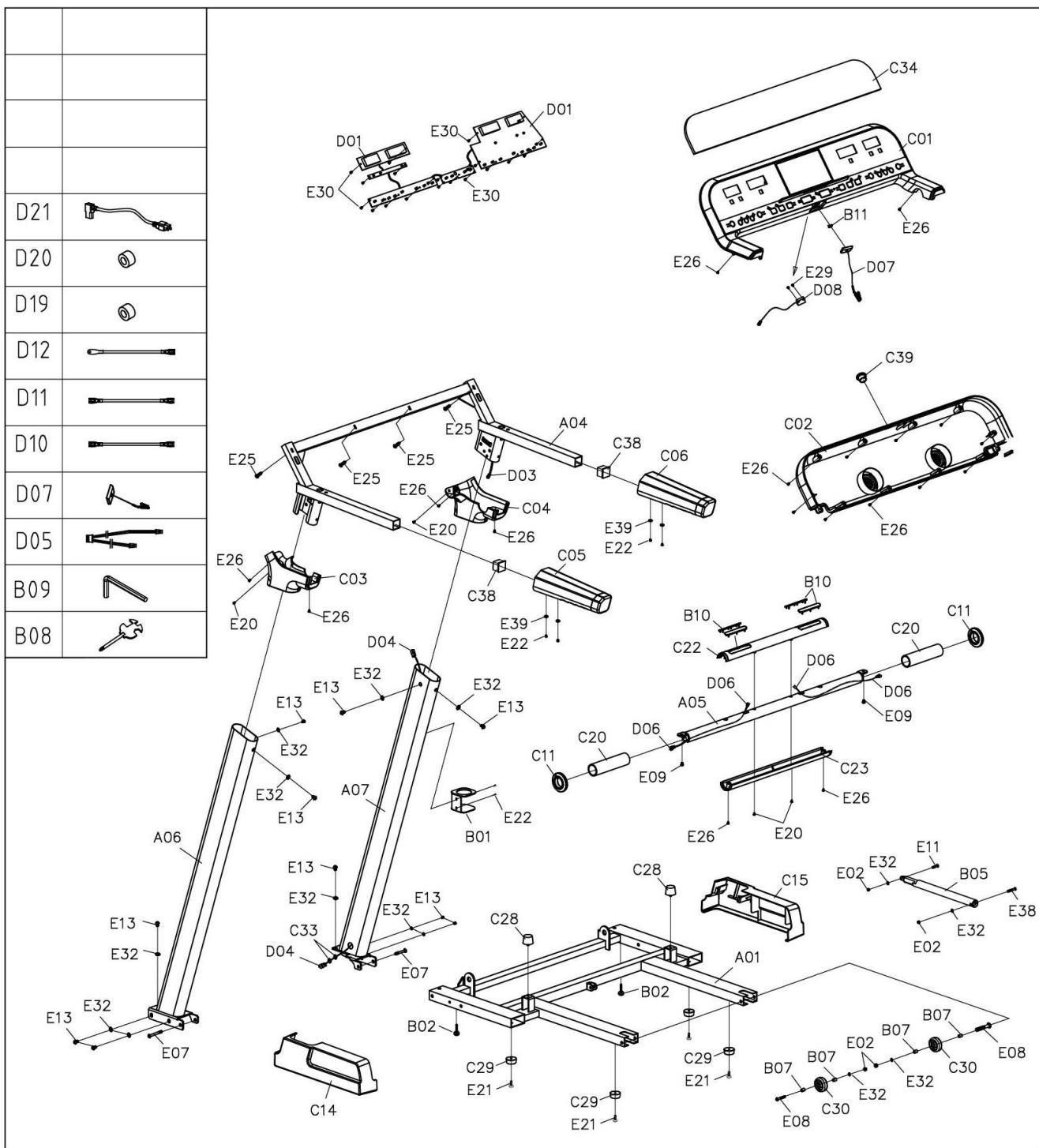
3. Ljudi koji koriste traku za trčanje više od 5 sati nedeljno, molimo da podmazujete mašinu na 2 meseca
4. Traka za trčanje nije centrirana. Traka za trčanje može da ne bude centrirana nakon dužeg korišćenja. Prvo pustite mašinu da radi i traka može sama da se nacentrira. Ukoliko se to ne desi, možete da podesite položaj trake zavrtanjem zavrtnja koji je prikazan na slikama ispod. Ukoliko se traka za trčanje nije prebacila desno, mora da zategnete vijak desno ili da otpustite vijak levo. Ukoliko se traka pomeri na levo, ponovite obrnuti postupak.
5. Klizanje trake: Molimo vas da podesite zavrtnje u skladu sa dijagramom koji je prikazan u nastavku. Kada podešavate dve strane uverite se da je svako od podešavanja jednak, sa svake strane trake za trčanje. Preporučujemo da se podešavanje vrši na pola okreta sve dok traka ne sklizne ili se pomeri. Izbegavajte preterano zatezanje trake jer se ona tako može oštetiti..



Pažnja: Kako bi produžili životni vek trake za trčanje, predlažemo da isključite traku za trčanje na oko 10 minuta nakon vežbanja od 2 sata. Pokretna traka koja je previše slobodna ili čvrsta će naneti štetu traci za trčanje. Dakle, održavanje odgovarajuće zategnutosti je veoma važno. Predlažemo vam da uhvatite traku i da je povučete do određenog rastojanja sve dok ne možete više da je podignite. Ako je rastojanje između 50-75 mm, smatramo da je zategnutost trakeodgovarajuća.

Crtež





Part list

BR.	Opis	Specifikacija	KOM	BR.	Opis	Specifikacija	KOM
A01	Donji okvir		1	C12	Gornji poklopac motora		1
A02	Glavni okvir		1	C13	Donji poklopac motora		1
A03	Incline frame		1	C14	Donji levi poklopac		1
A04	Okvir monitora		1	C15	Donji desni poklopac		1
A05	Okvir ruke impulsa		1	C16	Zadnji zaštitni poklopac		1
A06	Levi stub		1	C17	Bočna šina		2
A07	Desni stub		1	C18	Levi bočni poklopac		2
A08	Mesto za motor		1	C19	Desni bočni poklopac		2
B01	Držač flašice		1	C20	Pena		2
B03	Prednji valjak		1	C21	Traka za trčanje		1
B04	Zadnji valjak		1	C22	Gornji poklopac pulsa		1
B05	Vazdušni cilindar		1	C23	Donji poklopac pulsa		1
B06	Rukav	φ15*φ10.2*13	4	C24	Rebrasti posaj		1
B07	Rukav transportnog točka	φ12*φ8.5*17	4	C25	Crni jastuk	φ20*φ6.5*30	2
B08	Krstasti ključ		1	C26	Plavi jastuk	φ20*φ6.5*30	2
B09	Unutrašnji hek ključ		1	C27	Crni jastuk		2
B10	Puls na ručki		4	C28	Jastuk u obliku konusa		2
B11	Mesto sigurnosnog prekidača		1	C29	Ravna podloga		6
B02	Podesavajuća gazna ploca		2	C30	Transportni točak		2
B13				C31	Podesivi točak		2
B14				C32	Plastična podloška		4
B15				C33	O prsten		2
C01	Gornji poklopac monitora		1	C34	Akrilni panel		1
C02	Donji poklopac monitora		1	C35	Jastuk		2
C03	Poklopac levog donjeg dela monitora		1	C36	Leva spoljna bočna šina		1
C04	Poklopac desnog donjeg dela monitora		1	C37	Desna spoljna bočna šina		1
C05	Leva ručka od pene		1	C38	Poklopac		2
C06	Desna ručka od pene		1	C39	Kruzna pokrivka		1
C07	IPAD rotaciona komponenta		1	D01	Monitor		1
C08	IPAD držač		1	D02	Donja kontrolna tabla		1
C09	IPAD rotacioni sklop		2	D03	Gornja žica monitora		1
C10	IPAD O prsten		1	D04	Donja žica monitora		1
C11	O prsten		2	D05	Gornja žica pulsa na ručki		1

BR.	Opis	Specifikacija	KOM	BR.	Opis	Specifikacija	KOM
D06	Donja žica pulsa na ručki		2	E19			
D07	Modul za sigurnosni prekidač		1	E20	Vijak	ST4.2*15	4
D08	Konopac sigurnosnog prekidača		1	E21	Zavrtanj	M5*16	6
D09	Magnetni senzor		1	E22	Zavrtanj	M5*12	8
D10	AC žica	braon 350mm	2	E23	Zavrtanj	M5*8	13
D11	AC žica	plava 350mm	3	E24	Vijak	ST2.9*8	2
D12	Uzemljenje		1	E25	Vijak	ST4.2*30	4
D13	DC motor		1	E26	Vijak	ST4.2*12	21
D14	Motor nagiba		1	E27	Vijak	ST4.2*12	14
D15	Deo za trčanje		1	E28			
D16	Kockasti prekidač		1	E29	Vijak	ST2.9*8	4
D17	Utičnica		1	E30	Vijak	ST2.9*6.0	29
D18	Zaštitna od preopterećenja		1	E31	Podloška	6	3
D19	Magnetni prsten		1	E32	Podloška	8	16
D20	Magnetno jezgro		1	E33	Podloška	10	2
D21	Kabl napajanja		1	E34	Elastična podloška	8	6
E01	Navrtka	M6	5	E35	Ravna podloška	8	7
E02	Osiguravajuća navrtka	M8	6	E36	Velika podloška	φ10*φ26*2.0	8
E03	Osiguravajuća navrtka	M10	6	E37			
E04	Zavrtanj	M10*90	1	E38	Zavrtanj	M8*45	1
E05	Zavrtanj	M10*45	1	E39	Velika ravna podloška	φ5*φ13*1.0	4
E06	Zavrtanj	M10*30	4	F01	Filter	opciono	1
E07	Zavrtanj	M8*80	2	F02	Induktivnost	opciono	1
E08	Zavrtanj	M8*70	2	F03	AC žica L500	opciono	1
E09	Zavrtanj	M8*40	2	F04	Žica za uzemljenje L350	opciono	1
E10	Zavrtanj	M8*20	2	F05	Vijak ST4.2*12	opciono	4
E11	Zavrtanj	M8*30	1	G01	Pojačivač		1
E12	Zavrtanj	M8*20	4	G02	Vijak ST3.5*10		2
E13	Zavrtanj	M8*15	12	G03	Zvučnik		2
E14	Zavrtanj	M8*40	1	G04	Vijak	ST2.9*6.0	8
E15	Zavrtanj	M8*35	1	G05	MP3 žica		1
E16	Zavrtanj	M6*55	3	G06	Žica audio utičnice		1
E17	Zavrtanj	M6*40	4	G07	Vijak ST2.9*8		2
E18	Zavrtanj	M6*25	4	G08	Napajanje pojačivača		1

BR.	Opis	Specifikacija	KOM	BR.	Opis	Specifikacija	KOM
H01	Bluetooth	Optional	1	H03	Vijak ST2.9*6.0	Opciono	4
H02	Bluetooth žica za povezivanje	Optional	1				