



**Használati útmutató: Fassi F6.6 futópad**

**kód: 7601**

**HU**

## **Tisztelt vásárlók**

Örülünk, hogy a **DUVLAN** készüléket választotta. Ezt a minőségi terméket otthoni használatra tervezték. A készülék összeszerelése előtt figyelmesen olvassa el a használati utasítást. A készüléket csak a jelen kezelési útmutatóban leírtak szerint használja. Tartsa meg ezt a kézikönyvet a készülék működésével kapcsolatos későbbi hivatkozásokhoz.

Sok szórakozást és sikert kívánunk az edzéshez a **DUVLAN** csapata

## **Jótállás**

A minőségi **DUVLAN** termékeket otthoni fitness edzéshez tervezték és tesztelték. Az eladó meghosszabbított 5 éves keretgaranciát vállal erre a termékre. Az összes többi mechanikai és elektronikus alkatrésze 2 év garancia vonatkozik.

A garancia nem terjed ki a helytelen telepítés, a helytelen karbantartás, a mechanikai sérülések, az alkatrészek elhasználódása, normál használat, elkerülhetetlen események, szakszerűtlen beavatkozások, nem megfelelő kezelés vagy helytelen elhelyezés okozta károkra.

Panasz esetén forduljon hozzánk.

A jótállási időszak az eladás napján kezdődik (ezért őrizze meg a vásárlás igazolását).

## **Ügyfélszolgálat**

Jegyezze fel a termék pontos nevét és sorozatszámát, hogy a legjobban segítsünk Önnek a készülékével kapcsolatos problémák megoldásában. Ezeket az információkat a számlán találja meg.

## **Újrahasznosítási utasítások**

A **Fassi** újrahasznosítható. Kérjük, hogy élettartama végén adja vissza készülékét egy hulladékgyűjtő helyre (vagy kijelölt helyre).

### **Elérhetőségünk:**

Duvlan s.r.o.

Textilná 5/897

957 01 Bánovce nad Bebravou e-

mail: servis@duvlan.com

web: www.duvlan.com

### **Utasítások**

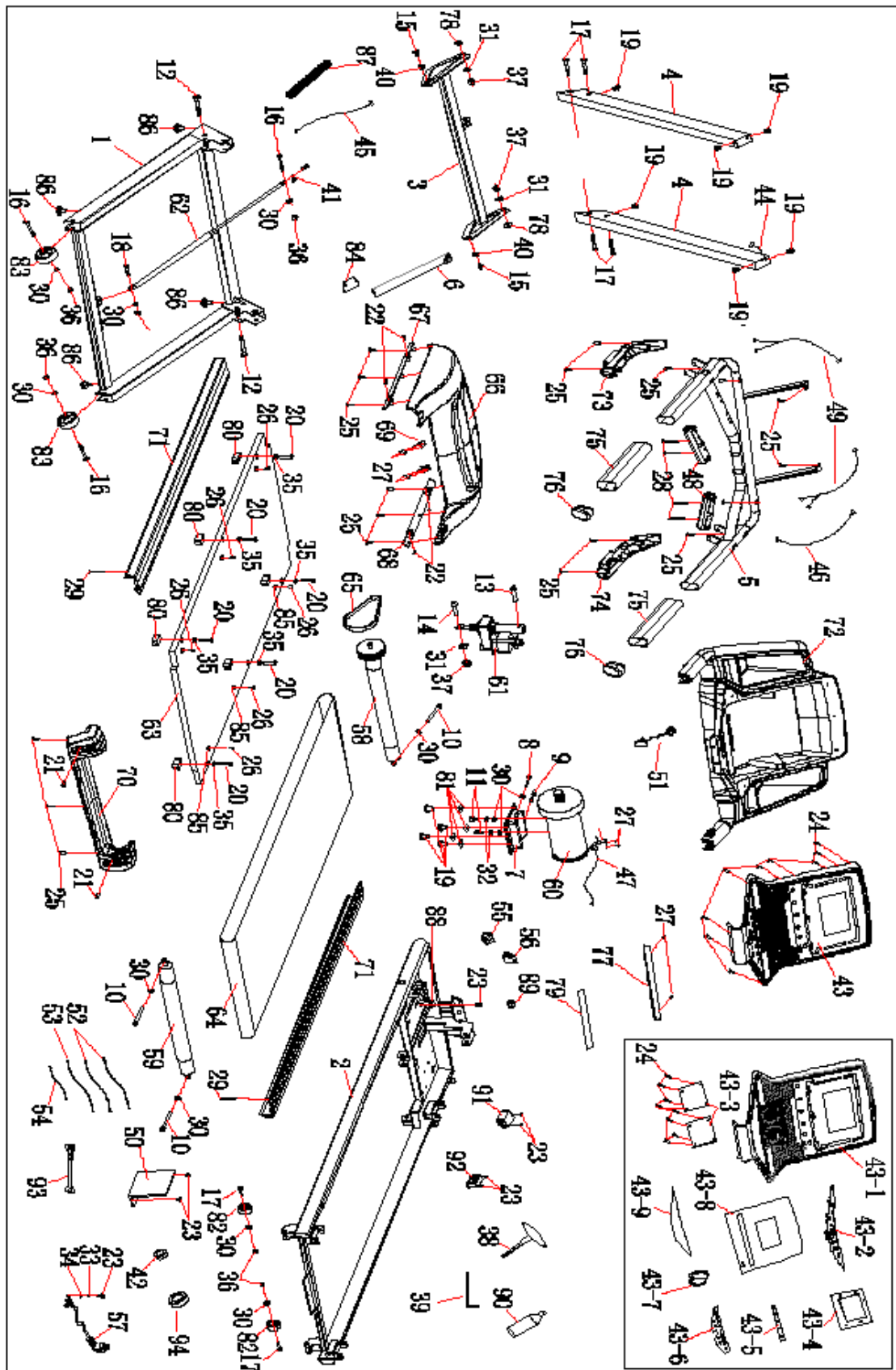
Ez a kezelési útmutató csak az ügyfél számára készült. A **Fassi** nem vállal felelősséget a fordítás vagy a termék műszaki változtatásai által okozott hibákért.

## **Fontos biztonsági figyelmeztetés**

A súlyos sérülések kockázatának csökkentése érdekében a termék használata előtt olvassa el az alábbi biztonsági utasításokat. Fontos információkat fog megtudni a készülék biztonságáról, megfelelő használatáról és karbantartásáról. Őrizze meg ezt az üzemeltetési utasítást a jövőbeni javítások, karbantartások vagy alkatrészek megrendelésekor.

1. Ezt az eszközt nem használhatja **120 kg-nál** nagyobb súlyú személy.
2. A készüléket felnőttek képzésére tervezték. Ne hagyjon gyermekeket és háziállatokat felügyelet nélkül a gépteremben.
3. Helyezze a készüléket csúszásmentes felületre. Ha meg akarja védeni a padlóját, helyezzen védőbetétet a készülék alá.
4. Biztosítson elegendő helyet a készülék biztonságos használatához. A gép közelében min. Szabad területnek kell lennie. 0,6 m.
5. A készüléket beltérben használja, és védje a nedvességtől és a portól. Ne helyezze a készüléket fedett verandára vagy víz közelébe.
6. A készüléket otthoni használatra tervezték. HC alkalmazási és hatékonysági osztály (STN EN957 - 10 szabvány). Az eszköz kereskedelmi használatára az eszközre nem vonatkozik a gyártó garanciája.
7. Az eszköz nem alkalmas terápiás alkalmazásra.
8. Egészségügyi szövődmények és korlátok esetén konzultáljon orvosával az edzéssel. Meg fogja mondani, hogy melyik képzés alkalmas az Ön számára.
9. A helytelen edzés és képességeinek túlértékelése károsíthatja egészségét.
10. Ha hányinger, mellkasi fájdalom vagy nehézlégzés tapasztal edzés közben, azonnal hagyja abba az edzést és forduljon orvoshoz.
11. Ne kezdje el az edzést, amíg nem biztos abban, hogy a készülék megfelelően van hajtva és beállítva.
12. A készülék telepítésekor pontosan kövesse az utasításokat.
13. Csak eredeti Fassi alkatrészeket használjon (lásd a listát).
14. Húzza meg határozottan az összes mozgó alkatrészt, hogy megakadályozza, hogy edzés közben meglazuljanak.
15. Ne használja a készüléket mezítláb vagy laza cipővel. Edzés közben ne viseljen laza ruházatot. Tedd el az összes ékszert, mielőtt elkezdesz edzeni. Helyesen állítsa be a haját, hogy az ne zavarja Önt edzés közben.
16. A sérült alkatrészek veszélyeztethetik az Ön biztonságát és befolyásolhatják a készülék élettartamát.
17. Rendszeresen ellenőrizze az összes anya és csavar szorosságát.
18. A készülék minden összeszerelését / szétszerelését gondosan kell elvégezni.
19. Tartsa távol a kezét és a lábát a mozgó alkatrészekről.
20. Legyen különösen óvatos a készülék emelésekor vagy mozgatásakor, hogy elkerülje a hát sérülését. Mindig megfelelő emelési technikákat alkalmazzon, vagy szükség esetén kérjen segítséget más személyektől.
21. A készülék súlya: 73 kg.
22. A készülék teljes méretei (H x Sz x M): 163 x 71 x 140 cm.

# Bontott ábra



## Alkatrész lista

S.sz	Megnevezés	DB	S.sz	Megnevezés	DB
1	Alapkeret	1	24	Keresztbe süllyesztett önmetsző csavar M4 × 10 (acél)	17
2	Fő keret	1	25	Kereszt süllyesztett fejű csavar ST4 × 10 (fekete)	18
3	Dönthető keret	1	26	Keresztbe süllyesztett önmetsző csavar ST4 × 16 (fekete / acél)	6
4	Függőleges sáv (bal és jobb)	2	27	Keresztbe süllyesztett önmetsző csavar ST4 × 15	8
5	Konzol keret	1	28	Kereszt önmetsző csavar ST3 × 10	4
6	Ezfit csatlakozó rész	1	29	Kereszt önmetsző csavar ST3 × 25	2
7	Alap motorváz	1	30	Lapos alátét Φ8	12
8	Imbuszcsavar teljes menettel M8 × 75	1	31	Lapos alátét Φ10	3
9	Állítható motorcsavar 1-es anyával M8 × 65	1	32	Rugalmas betét Φ8	2
10	M8 × 75 (8.8) hatlapfejű foglalat	3	33	Rugalmas betét Φ5	3
11	M8 × 15 (8.8) hatlapfejű foglalat	2	34	Záró alátét Φ5	3
12	M10 × 85 × 20 (8.8) hatlapfejű foglalat	2	35	Műanyag alátét (PVC)	6
13	Hatlapú dugókulcs fejcsavar	1	36	M8 hatlapú önbeállító csavar	6
14	M10 × 35 × 20 (8.8)	1	37	Hatlapú önbeállító csavar M10	3
15	M10 × 60 × 20 (8.8) hatlapfejű foglalat	2	38	T 6 × 80 kulcs	1
16	M10 × 25 (8.8) hatlapfejű foglalat	3	39	T gomb 6 × 35 × 80	1
17	M8 × 50 × 20 (8.8) hatlapfejű foglalat	6	40	Por kohászati készlet	2
18	M8 × 40 × 20 (8.8) hatlapfejű foglalat	1	41	Tavaszi	1
19	M8 × 30 × 20 (8.8) hatlapfejű foglalat	10	42	Mágneses gyűrű	1
20	Imbuszcsavar teljes menettel M8 × 15 (8.8)	6	43	6610CA konzol	1
21	Hatlapfejű süllyesztett fejű csavar M6 × 55 × Φ16	2	44	Kommunikációs vezeték L1100mm	1

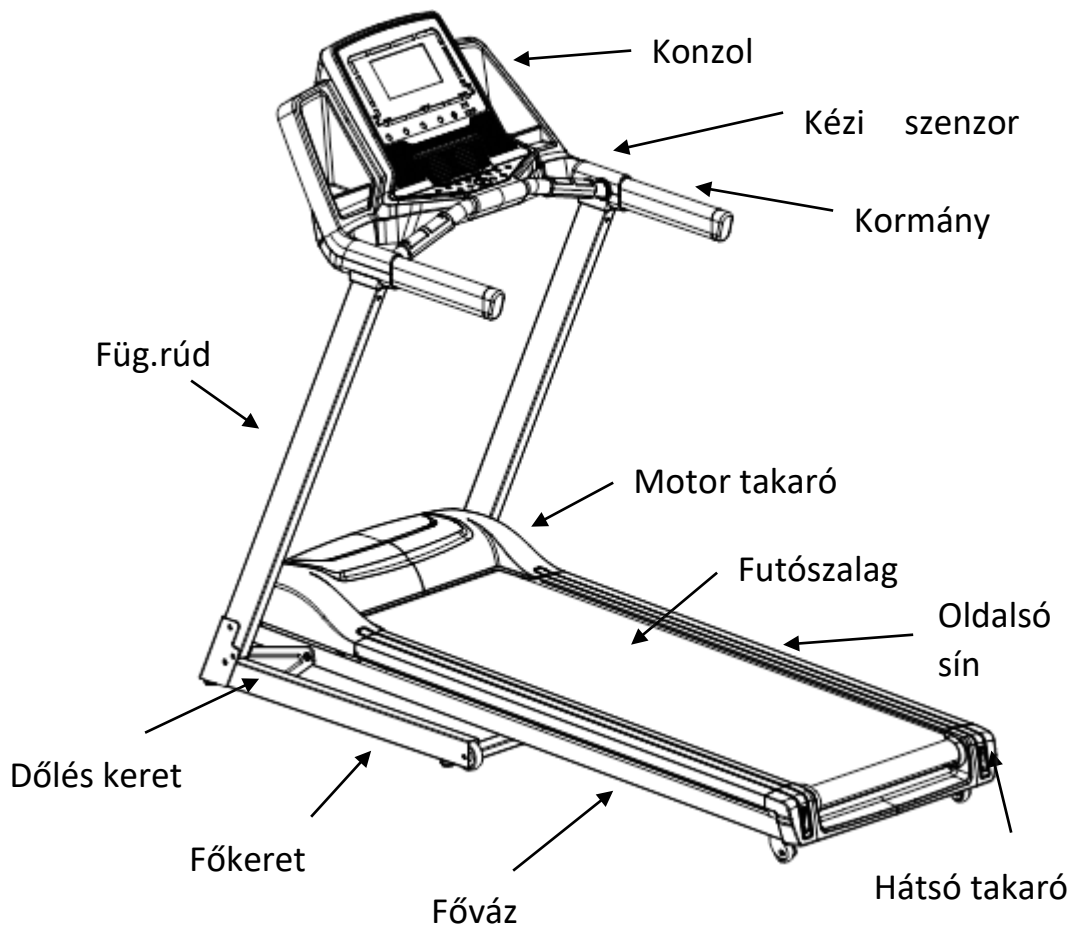
22	Keresztbe süllyesztett süllyesztett fejű M5 × 10 csavar	4	45	Kommunikációs vezeték L800mm	1
23	Keresztbe süllyesztett süllyesztettfejű csavar M4 × 10 (acél)	7	46	Kommunikációs vezeték L400mm	1

47	L-300 sebességérzékelő	1	71	Mellékvágány	2
48	Kézi impulzus készlet L-300mm	2	72	Konzol hátsó fedele	1
49	Kézi impulzus-meghajtó	2	73	Habfogás (balra)	1
50	6610CA illesztőprogram	1	74	Habfogás (jobb)	1
51	Biztonsági kulcs	1	75	Pena	2
52	Kábel	2	76	Végzáró	2
53	Kábel	1	77	Tartó	1
54	Kábel	1	78	Műanyag betét	2
55	Hálózati kapcsoló	1	79	EVA ragasztás	1
56	Hálózati kapcsoló	1	80	Négyzet alakú töltelék	6
57	Tápkábel	1	81	Négyzet alakú töltelék	4
58	Első henger	1	82	Kerék	2
59	Hátsó görgők	1	83	Kerék	2
60	Motor	1	84	Végzáró	1
61	Dönthető motor	1	85	Kör alakú oldalsó sínvezető	6
62	Henger	1	86	Állítható láb	4
63	Járópalló	1	87	Kábelvédelem	1
64	Futópad	1	88	Kábelbilincs	2
65	Motor öv	1	89	Kábelgyűrű	1
66	Motorfedél	1	90	Egy üveg szilikonolaj	1
67	A motorfedél rögzített lemeze (balra)	1	91	Szűrő	1
68	A motorfedél rögzített lemeze (jobbra)	1	92	Induktor	1
69	A motorfedél helyzetének dugója	2	93	Kábel L-150mm	1
70	Hátlap	1	94	Egy üveg szilikonolaj	1

### Konzol részei

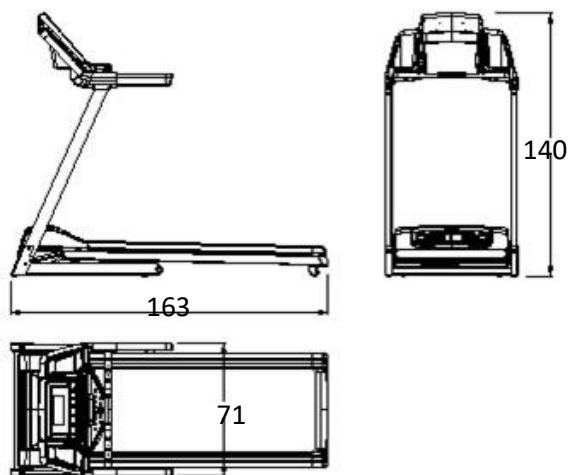
S.sz.	Megnevezés	DB
43	6610CA konzol	1
43-1	Tábla	1
43-2	Billentyűzet	1
43-3	Levegő kimeneti sapka	2
43-4	PBC képernyő	1

43-7	Biztonsági kulcstábla	1
43-8	Konzol fedvény (kijelző)	1
43-9	Konzol fedvény (billentyűzet)	1



### Műszaki adatok

Teherbírás	120 kg
Méret	Szétnyitva: 163 x 71 x 140 cm
	Összecsukva: 100 x 71 x 141 cm
Futófelület	48 x 130 cm
Sebesség	1-18 km/ó



**Csomag tartalma**



Főváz



Szilikón



Füg.rúd



Használati útmutató  
Csomagolás  
Biztonsági kulcs



Konzol

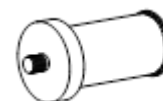
**Fő alkatrészek**



Motor takaró

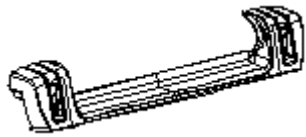


Konzol



Motor





Hátsó fedél



Motorszíj



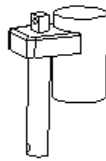
Futószalag



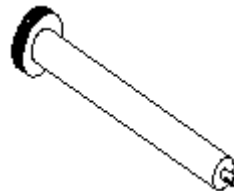
Futólap



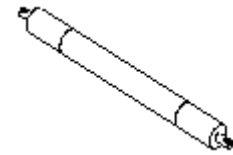
Oldalsín



Dőlésszög motorja

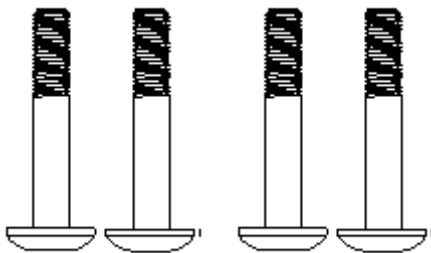


Elülső henger

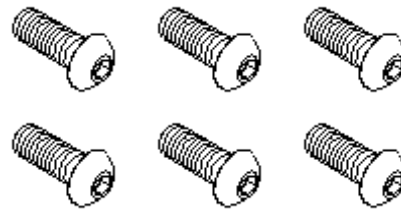


Hátsó henger

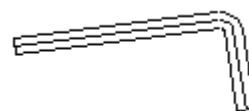
### Az alkatrészcsomag tartalma



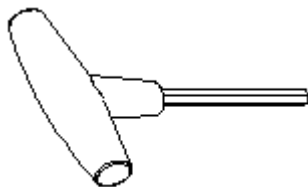
Imbuszcavar  
félmenetes  
M8×40×20 4 ks



Imbuszcavar  
egészmenetes M8×15



Kulcs L 1 ks



Kulcs T 1 ks

# Összeszerelési útmutató

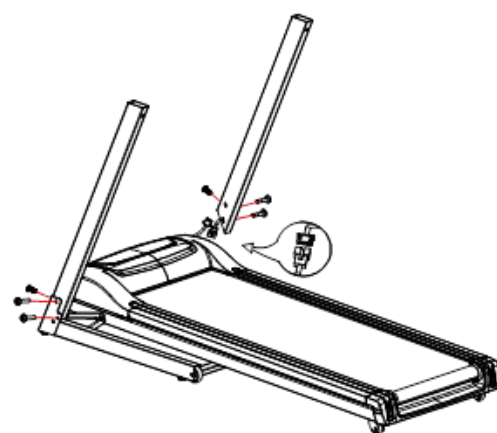
## 1.lépés

Húzza ki a gépet a dobozból, és tegye sík talajra.



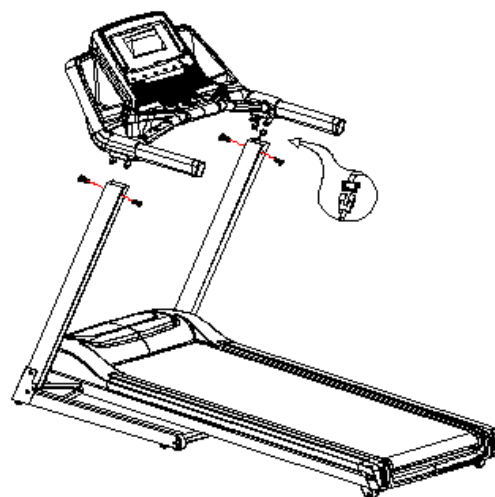
## 2.lépés

Csatlakoztassa a függőleges rudak kommunikációs rúdját a főkeret vezetőjéhez, majd helyezze be a függőlegest rudak az alapkeretbe. Rögzítse a fő keretet 4 imbuszcavarral, félig menet  $M8 \times 40 \times 20$  és 4 imbuszcavar félmenettel  $M8 \times 15$



## 3.lépés

Csatlakoztassa a konzol vezetőjét a függőleges vezetőhözrudak. Ezután helyezze a konzolt a függőleges rudakra és rögzítse 4 imbusz csavarralfélmenettel  $M8 \times 15$ .



## 4.lépés

Húzza meg az alkatrészeket kulcsokkal.



## Edzés tippek

### Edzés

Edzés előtt 5-10 perces bemelegítésre van szükség.

### Lélegzés

Ne tartsa vissza a lélegzetét edzés közben. A relaxációs gyakorlatok során lélegezzen be az orrán keresztül, és a száján keresztül. A mozgásnak összhangban kell lennie a lélegzéssel. Ha túl gyorsan lélegzik, abba kell hagynia a testmozgást.

### Frekvencia

Az egyik izomrésznek legalább 48 órán keresztül pihennie kell, ami azt jelenti, hogy ugyanazt az izomrészt legalább minden második nap gyakorolhatja.

### Megterhelés

Az egyén fizikai erőnlététől függően mindenképpen meghatározza az összeget. Ezután gyakoroljon lépésről lépésre. A kezdeti izomfájdalom az első edzés során normális. A folyamatos testmozgással a fájdalom alábbhagy.

### Relaxációs gyakorlatok

Edzés után legalább 5 perces relaxációs gyakorlatokra van szükség, különösen a lábizmok ellazítására, az izom hosszú távú kondenzációjának elkerülésére és az izom rugalmasságának fenntartására.

### Étel

Az emésztőrendszer védelme érdekében ne egyél edzés előtt egy órával, edzés után pedig fél órával. Fogyasszon kevesebb ivóvizet edzés közben, hogy elkerülje a szív és a vesék megterhelését.

### Stretching gyakorlatok

Nem számít, milyen gyorsan jársz, edzés előtt érdemes bemelegíteni. A felmelegedett izmok könnyebben megnyúlnak, ezért 5-10 percet töltsön melegedéssel. Ezután hagyja abba és folytassa a következőképpen: minden gyakorlatot végezzen legalább 10 másodpercig, és ismétlje meg ötször. Ismétlje meg ezt edzés után.

1. Nyújtson előrehajlásban

Hajlítsa meg térdeit finoman és lassan hajlítsa előre a testét, engedje el a hátát és a kezét, és próbálja tenyérrel megérinteni a lábujjait. Tartsa a helyzetet 10-15 másodpercig, majd engedje el. Ismétlje meg 3-szor.

2. Az inak nyújtása

Üljön egy tiszta párnára, és törölje le az egyik lábát. Helyezze a másik lábát az aljára úgy, hogy az kényelmesen a kinyújtott láb belső oldalán nyugodjon. Próbáljon tenyérrel megérinteni a lábujjait. Tartsa a helyzetet 10-15 másodpercig, majd engedje el. Ismétlje meg háromszor mindkét lábon.

3. Vádli és sarok nyújtás

Két kézzel és egyik lábával hátul tartsa meg a falat vagy a fát. Tartsa a hátsó lábát fent, a sarkát pedig a földön. Haladjon egy fal vagy fa felé. Tartsa a helyzetet 10-15 másodpercig, majd engedje el. Ismétlje meg háromszor mindkét lábon.

4. A combizom nyújtása

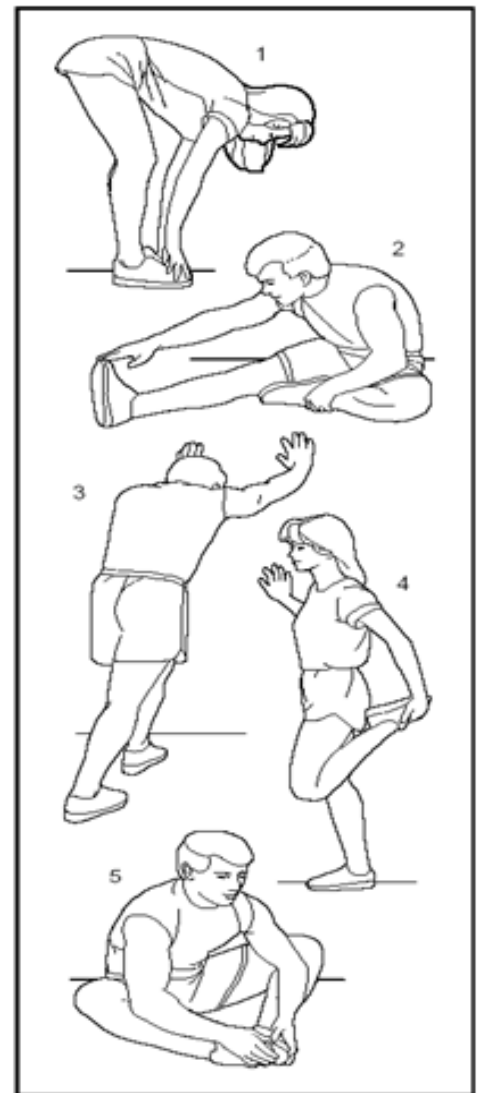
Tartsa az egyensúlyt a bal kezével, vagy tartsa az asztalt, nyújtsa hátra a jobb kezét, és fogja meg a jobb bokát, és lassan húzza a csípője felé, amíg nem érzi, hogy a comb elülső részén az izmok megnyúlnak. Tartsa a helyzetet 10-15 másodpercig, majd engedje el.

Ismétlje meg háromszor mindkét lábon.

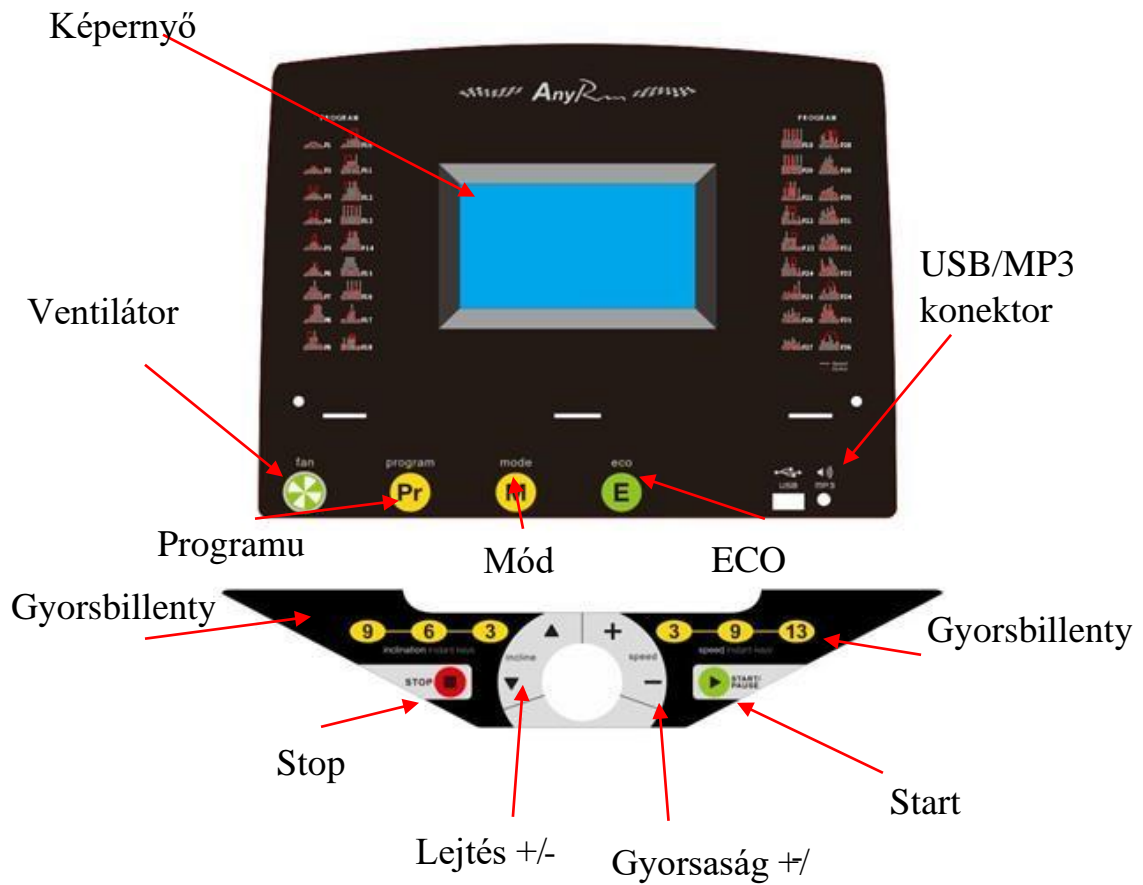
5. A belső comb izomjának nyújtása

Tegye a sarkát egymáshoz, és tegye a térdeit a földre.

Fogja meg a lábát a tenyerével, és húzza maga felé. Tartsa a helyzetet 10-15 másodpercig, majd engedje el. Ismétlje meg 3-szor.



## Használati útmutató



## Számítógép funkciók

1. P0: felhasználói program, P1-P36: előre beállított automatikus programok, U01-U03:
2. állítható programok, FAT: testzsír mérési funkció.
3. 5 "-es LCD kijelző
4. Sebességtartomány: 1-16 km / h; 12 dőlésszint
5. Önellenőrző és figyelmeztető hangok
6. Metrikus és brit távolság- és sebességegységek
7. MP3 (opcionális)
8. Ventilátor (opcionális)
9. HRC (opcionális)
10. MP3 / USB Bluetooth funkció (opcionális)
11. ECO funkció

## LCD kijelző

1. Sebesség ablak: megjeleníti a sebesség értékét.
2. Idő és lépés ablak: megjeleníti az idő és a tempó értékét.
3. Távolság ablak: megjeleníti a távolság értékét.
4. Kalória ablak: megjeleníti a kalóriaértéket.
5. Pulzusablak: megjeleníti a pulzus értékét.
6. Lejtő ablak: megjeleníti a lejtő értékét.

## Gomb funkciók

1. PROGRAM: kiválaszt egy programot. Az öv leállításakor vált a programok között (P1-P36 -> U1-U3 -> FAT).
2. MODE: az üzemmód kiválasztása. Ha az öv leáll, beállíthatja az üzemmódot. Válthat a visszaszámlálás -> kalória visszaszámlálás -> távolság visszaszámlálás között. A p1-p36 programok esetében az alapértelmezett visszaszámlálás értéke 30 perc. START / SZÜNET: Amikor az öv leáll, a START gomb elindítja. Újra megnyomva az öv megáll.
3. STOP: Amikor az öv fut, a STOP gomb egyesével leállítja.
4. +: Növeli a sebességet futás közben. FAT program esetén növeli a paraméter értékét.
5. -: Csökkenti a sebességet futás közben. FAT program esetén csökkenti a paraméter értékét.
6. GYORS SPEED: Futás közben azonnal megváltoztathatja a sebességet a 3, 9 vagy 13 megnyomásával.
7. ▲: Növeli a lejtés értékét.
8. ▼: Csökkenti a lejtés értékét.
9. 1 QUICK INCLINE: A meredekséget közvetlenül a 3, 6 vagy 9 megnyomásával állíthatja be.

## Sebesség mértékegységei

1. Távolítsa el a biztonsági kulcsot, nyomja meg egyszerre a "SPEED +" és a "SPEED-" gombokat. Ha a sebességablak 0,6-ot mutat, akkor a sebességegység mérföld / óra (MPH).
2. Távolítsa el a biztonsági kulcsot, nyomja meg egyszerre a "SPEED +" és a "SPEED-" gombokat. Ha a sebességablak 1,0-et mutat, akkor a sebességegység kilométer per óra (km / h).

A beállítás megváltoztatásához nyomja meg egyszerre mindkét gombot.

## Biztonsági kulcs

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

## Biztonsági utasítások

1. Csatlakoztassa a tápkábelt egy 10A-os konnektorhoz. Fordítsa a kapcsolót bekapcsolt helyzetbe, a képernyő bekapcsol és hang hallatszik. Helyezze be a biztonsági kulcsot a megfelelő helyzetbe, kapcsolja be a gépet, az LCD képernyő világítani kezd, és "fehér" hang hallatszik, és az őv belép a P0 programba.
2. A P0-P36, U01-U03, FAT programokat a PROGRAM gombbal lapozhatja. P0 felhasználói program. A MODE gombbal lapozhatja a 4 módot. A felhasználó kiválaszthatja a sebességet és a lejtést. Az alapértelmezett sebesség 1 km / h, a lejtés 0%.
3. mód: Számolás. Az idő, a távolság és a kalóriaértékek hozzáadódnak. A kiválasztási funkció ki van kapcsolva.
4. mód: Visszaszámlálás. Kiválasztásakor az időablak villogni kezd, ezt az értéket a + és - gombokkal állíthatja be. A tartomány 5-99 perc, az alapértelmezett pedig 30 perc.
5. mód: Kalória visszaszámlálás. Kiválasztásakor a kalóriaablak villogni kezd, ezt az értéket a + és - gombokkal állíthatja be. A tartomány 20-990 cal, az alapértelmezett érték 50 cal.
6. mód: Távolság visszaszámlálása. Kiválasztásakor a távolságablak villog, ezt az értéket a + és - gombokkal állíthatja be. A hatótávolság 1-99 km, az alapértelmezett érték pedig 1 km.
7. Előre beállított programok P1-P36. Csak a visszaszámlálás mód áll rendelkezésre. Kiválasztásakor az időablak villogni kezd, ezt az értéket a + és - gombokkal állíthatja be. A tartomány 5-99 perc, az alapértelmezett pedig 30 perc. A MODE gomb megnyomásával visszaállíthatja a paramétereket az alapértelmezett értékekre.
8. A mód kiválasztása után nyomja meg a START gombot. A képernyő 5-től kezdve visszaszámlál a figyelmeztető hangokkal együtt. Amikor a visszaszámlálás eléri az 1-et, az őv finoman mozogni kezd, majd fokozatosan, állandó sebességre gyorsul.

9. Futás közben a + és- gombokkal vagy a gyorsbillentyűkkel állíthatja be az öv sebességét.
10. A P1-P36 programok esetében a sebesség és a dőlés lefutása 10 szakaszra oszlik.
11. Minden szegmens azonos ideig tart. A sebességet az aktuális szegmens beállított értéke szerint állítják be. Háromszor szól egy jel, mielőtt továbblépne a következő szakaszra. Amikor mind a 10 szegmens elkészült, a motor hosszú hangjelzéssel leáll.
12. Amikor futás közben megnyomja a START gombot, az öv leáll. A START gomb újbóli megnyomása után az öv a mentett edzési adatokkal együtt újra elindul.
13. Ha futás közben megnyomja a STOP gombot, az öv fokozatosan leáll. Minden adat visszatér az alapértelmezett állapotba.
14. Amikor eltávolítja a biztonsági kulcsot, az "E7" jelenik meg a kijelzőn, jelzés hallatszik és a futópad leáll.
15. A vezérlő mindig felügyelet alatt áll. Amint rendellenes helyzet következik be, a gép leáll, a kijelzőn hibaüzenet jelenik meg, és jelzés hallatszik.
16. Ha az öv leáll, nyomja meg a PROGRAM gombot a FAT program kiválasztásához, majd nyomja meg a MODE gombot a paraméter beállításához.
17. Az F1 nemet jelent: 1 (férfi), 2 (nő). Az alapértelmezett érték 1 (férfi).
18. Az F2 az életkort jelenti, a tartomány 1-99, az alapértelmezett pedig 25 év.
19. Az F3 magasságot jelent, a tartomány 100-220 cm (39-87 hüvelyk), az alapértelmezett érték 170 cm (67 hüvelyk).
20. Az F4 súlyt jelent, a tartomány 20-150 kg (44-330 lbs), az alapértelmezett érték 70 kg (154 lbs).
21. Az F5 jelentése BMI, befejezte a paraméterek beállítását. Helyezze mindkét tenyerét a pulzuszámolóra, és várjon 8 másodpercet. Az ablakban megjelenik a BMI.

Azsiai standard alapján

BMI	
<18	Alultáplált
18-24	Normál súlyú
25-28	Túlsúly
>29	Elhízottság

Predvolená hodnota je 24.

### Ventilátor funkciók

Ha a ventilátor ki van kapcsolva, kapcsolja be a FAN gombbal. Amikor a ventilátor be van kapcsolva, kapcsolja ki a FAN gombbal. Bármely meghibásodott helyzetben a ventilátor automatikusan leáll. **HRC - pulzuszabályozás (opcionális)**

1. Alapértelmezés szerint a HRC-nek három, korlátozott sebességű csoportja van: HRC1, HRC2, HRC3 - 9 km / h, 11 km / h, 13 km / h.



2. A HRC számos módszert, parancsot és paramétert állíthat be. Amikor megnyomja a gombot
3. PROGRAM a HRC megjelenítéséhez, nyomja meg a MODE gombot a választás megerősítéséhez, és lépjen a következő beállítási csoporthoz. Akkor indul el, amikor megnyomja a sebesség gombot az utolsó paraméter beállításához.
4. A korosztály 15-80 év, az alapértelmezett érték 25 év.
5. Az alapértelmezett pulzusszám (220 év) \* 0,6. Az alapértelmezett pulzus tartomány 80-180.
6. Az alapértelmezett idő 30 perc, a beállítási tartomány pedig 5-99 perc.
7. A HRC 30 másodpercenként ellenőrzi a frekvenciaváltást (a pulzus jelenik meg). Amikor a felhasználó pulzusszáma min. 30 löket / perc mint célérték, a sebesség 2 km / h-val növekszik.
8. Amikor a felhasználó pulzusa 6-26 ütés / perc alacsonyabb a célértéknél, a sebesség 1 km / h-val növekszik.
9. Amikor a felhasználó pulzusa min. 30 löket / perc mint célérték, a sebesség 2 km / h-val csökken.
10. Ha a felhasználó pulzusa 6-26 ütés / perc magasabb, mint a célérték, a sebesség 1 km / h-val csökken.
11. Ha a felhasználó pulzusszáma 0-5 ütés / perccel magasabb vagy alacsonyabb, mint a célérték, a frekvencia nem változik.
12. A következő helyzetekben az öv sebessége 20 másodperc alatt a legalacsonyabb értékre csökken, és 15 másodperc múlva ezen az értéken minden másodperc után teljesen leáll a jelre:
  - a. A pulzusszám egy percig nem ellenőrizhető.
  - b. A pulzus a legkisebb értékre lassítja a sebességet.
  - c. A pulzus magasabb, mint 220 év.
13. A sebességet nem lehet a legkisebb sebességnél alacsonyabb sebességre csökkenteni, csak ha rajta van. Például: a legkisebb sebesség 1 km / h, és ha 1,6 km / h-ról csökkenti a sebességet, akkor 1 km / h-ra változik.
14. A hangmagasságot nem a pulzus szabályozza, kézzel beállíthatja.

### ECO funkció

Ezzel a gombbal léphet be az ECO funkcióba, és a dőlést minden alkalommal 3% -kal növelheti. Ha újra megnyomja ezt a gombot, beírja a nagyobb lejtési funkciót.

### Sebesség program

Program/Szegmens	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
<b>P1</b>	Sebesség	1.0	2.0	2.0	3.0	3.0	3.0	3.0	2.0	2.0	1.0
	Lejtés	0	0	1	1	2	2	1	1	0	0

<b>P2</b>	Sebesség	1.0	2.0	2.0	3.0	4.0	4.0	3.0	2.0	2.0	1.0
	Lejtés	0	0	2	3	4	4	3	2	0	0
<b>P3</b>	Sebesség	1.0	2.0	2.0	3.0	4.0	4.0	3.0	2.0	2.0	1.0
	Lejtés	0	0	3	7	4	4	7	3	0	0
<b>P4</b>	Sebesség	1.0	2.0	2.0	3.0	3.0	3.0	3.0	2.0	2.0	1.0
	Lejtés	0	0	3	7	4	4	7	2	0	0
<b>P5</b>	Sebesség	1.0	2.0	2.0	3.0	4.0	4.0	3.0	2.0	2.0	1.0
	Lejtés	0	0	2	4	6	8	4	2	0	0
<b>P6</b>	Sebesség	1.0	2.0	2.0	4.0	4.0	6.0	4.0	2.0	2.0	1.0
	Lejtés	0	0	3	4	5	7	7	3	0	0
<b>P7</b>	Sebesség	2.0	3.0	4.0	6.0	6.0	9.0	6.0	4.0	4.0	2.0
	Lejtés	0	0	2	4	4	6	4	2	0	0
<b>P8</b>	Sebesség	1.0	2.0	2.0	4.0	4.0	9.0	9.0	9.0	8.0	4.0
	Lejtés	0	0	2	4	8	9	9	2	0	0
<b>P9</b>	Sebesség	2.0	3.0	3.0	6.0	6.0	9.0	6.0	3.0	3.0	2.0
	Lejtés	0	0	9	9	8	4	3	3	0	0
<b>P10</b>	Sebesség	1.0	2.0	2.0	4.0	4.0	4.0	4.0	6.0	4.0	3.0
	Lejtés	0	0	2	2	4	9	9	9	0	0
<b>P11</b>	Sebesség	2.0	4.0	4.0	6.0	6.0	6.0	6.0	9.0	4.0	1.0
	Lejtés	0	0	9	9	9	3	4	3	0	0
<b>P12</b>	Sebesség	1.0	3.0	3.0	6.0	9.0	6.0	9.0	9.0	6.0	4.0
	Lejtés	0	0	9	9	9	9	9	8	0	0
<b>P13</b>	Sebesség	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0
	Lejtés	0	0	4	8	9	8	9	9	0	0
<b>P14</b>	Sebesség	2.0	3.0	3.0	6.0	9.0	6.0	9.0	9.0	6.0	3.0
	Lejtés	0	0	4	8	9	8	9	9	0	0
<b>P15</b>	Sebesség	4.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	2.0
	Lejtés	0	0	2	3	4	4	3	2	0	0
<b>P16</b>	Sebesség	2.0	4.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0
	Lejtés	0	0	2	4	5	4	5	6	0	0
<b>P17</b>	Sebesség	2.0	2.0	2.0	4.0	6.0	9.0	6.0	2.0	2.0	2.0
	Lejtés	0	0	2	4	6	6	4	2	0	0
<b>P18</b>	Sebesség	3.0	6.0	3.0	6.0	6.0	6.0	6.0	2.0	2.0	2.0
	Lejtés	0	0	2	6	8	6	8	2	0	0
<b>P19</b>	Sebesség	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0
	Lejtés	0	0	9	8	6	8	6	4	0	0
<b>P20</b>	Sebesség	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0	4.0	9.0
	Lejtés	0	0	9	8	2	8	2	2	0	0
<b>P21</b>	Sebesség	2.0	6.0	2.0	6.0	9.0	6.0	9.0	2.0	6.0	2.0
	Lejtés	0	0	9	8	2	8	2	2	0	0
<b>P22</b>	Sebesség	4.0	6.0	9.0	6.0	2.0	6.0	2.0	2.0	4.0	2.0
	Lejtés	0	0	2	4	9	8	9	2	0	0
<b>P23</b>	Sebesség	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	6.0	6.0	2.0	2.0	2.0

	Lejtés	0	0	2	3	4	9	9	2	0	0
<b>P24</b>	Sebesség	4.0	6.0	9.0	6.0	4.0	6.0	4.0	2.0	4.0	2.0
	Lejtés	0	0	4	4	5	9	9	2	0	0
<b>P25</b>	Sebesség	2.0	4.0	3.0	4.0	3.0	3.0	7.0	3.0	9.0	3.0
	Lejtés	1	2	3	3	1	5	5	6	5	0
<b>P26</b>	Sebesség	2.0	5.0	4.0	6.0	4.0	7.0	5.0	3.0	5.0	2.0
	Lejtés	1	2	3	3	2	3	4	5	3	0
<b>P27</b>	Sebesség	2.0	5.0	4.0	5.0	4.0	6.0	5.0	3.0	4.0	2.0
	Lejtés	1	2	2	3	1	3	3	3	3	0
<b>P28</b>	Sebesség	2.0	6.0	7.0	4.0	4.0	8.0	5.0	3.0	5.0	2.0
	Lejtés	4	5	6	6	9	9	2	9	7	0
<b>P29</b>	Sebesség	2.0	4.0	6.0	8.0	7.0	9.0	7.0	3.0	4.0	2.0
	Lejtés	3	5	4	4	3	5	5	4	4	0
<b>P30</b>	Sebesség	2.0	4.0	5.0	5.0	6.0	6.0	7.0	4.0	4.0	2.0
	Lejtés	3	5	3	4	2	4	5	3	4	0
<b>P31</b>	Sebesség	3.0	6.0	7.0	5.0	8.0	6.0	9.0	7.0	4.0	3.0
	Lejtés	2	2	3	3	2	3	5	7	3	0
<b>P32</b>	Sebesség	3.0	6.0	7.0	5.0	8.0	7.0	8.0	7.0	5.0	3.0
	Lejtés	1	2	4	3	2	3	5	6	3	0
<b>P33</b>	Sebesség	2.0	8.0	6.0	4.0	5.0	9.0	8.0	6.0	5.0	3.0
	Lejtés	2	2	6	2	3	5	3	3	3	0
<b>P34</b>	Sebesség	2.0	3.0	5.0	3.0	3.0	6.0	4.0	7.0	4.0	3.0
	Lejtés	4	4	3	6	7	9	9	7	4	0
<b>P35</b>	Sebesség	2.0	5.0	8.0	9.0	6.0	9.0	6.0	4.0	3.0	2.0
	Lejtés	1	3	5	8	1	8	7	4	3	0
<b>P36</b>	Sebesség	2.0	5.0	5.0	4.0	4.0	7.0	5.0	3.0	4.0	4.0
	Lejtés	3	5	6	7	9	9	9	9	7	0

## Hiba jelentések

Probléma	OK	Megoldás
Nem működik a készülék	Nincs hozzáférés az energiához	Dugja be a gépet.
	A biztonsági kulcs nincs a helyén	Helyezze be a biztonsági kulcsot.
	A transzformátor nincs csatlakoztatva vagy sérült	Ellenőrizze és csatlakoztassa a transzformátort, vagy cserélje ki.
	Az elektromos áramkör nem működik	Ellenőrizze, hogy minden tápkábel és csatlakozó megfelelően van-e csatlakoztatva.
Hirtelen leállás	Biztonsági kulcs hiba	Helyezze be a biztonsági kulcsot.
	Sérült rendszer	Kérjen javítást szakembertől.
Kulcsfelismerés	A kulcs nem működik	Cserélje ki a billentyűzetet kábelre, vagy cserélje ki a konzolt.

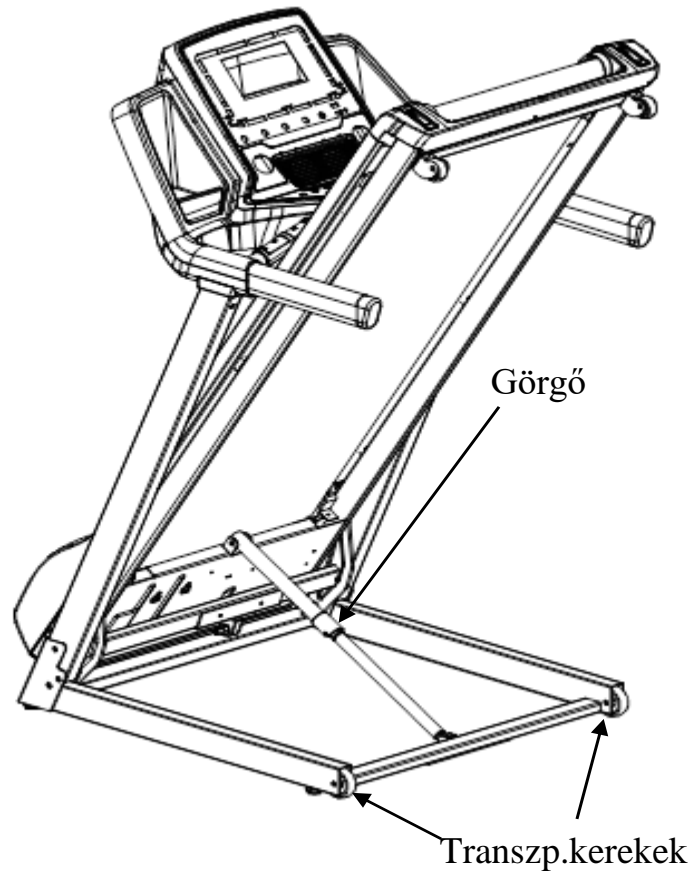
E1	A kommunikációs kábel meglazult vagy sérült	Csatlakoztassa megfelelően a kábelt, vagy cserélje ki.
	Sérült konzol	Cserélje ki a konzolt.
	Sérült transzformátor	Cserélje ki a transzformátort.
	Sérült vezető	Cserélje ki az illesztőprogramot.
E2	A motor kábel vagy motor sérült	Cserélje ki a motorkábelt vagy a motort.
	Kábel a motor között	Csatlakoztassa megfelelően a kábelt, vagy cserélje ki a vezérlőt.
E3	és a vezérlő laza vagy a vezérlő sérült	Rögzítse az érzékelőt a helyére.
	A sebességérzékelő nem megfelelően illeszkedik	Cserélje ki a sebességérzékelőt.
	A sebességérzékelő sérült	Ellenőrizze és csatlakoztassa megfelelően a kábelt.
	A sebességérzékelő és a szabályozó közötti kábel nincs megfelelően csatlakoztatva.	Cserélje ki az illesztőprogramot.
E5	Sérült vezető	Cserélje ki az illesztőprogramot.
	Sérült vezető	Cserélje ki a motort.
E7	Sérült motor	Helyezze be a biztonsági kulcsot.
Nincs pulzus	A konzol nem tudja tesztelni a biztonsági kulcs jelét	Csatlakoztassa megfelelően a kábelt, vagy cserélje ki.
	A kézi impulzus kábel nincs megfelelően csatlakoztatva vagy sérült	Cserélje ki a konzolt.
Konzol képernyő hiba	Sérült konzol áramkör	Húzza meg a csavart.
	Laza csavar a PCB-on	Cserélje ki a konzolt.

## Futópad összerakása

1. Állítsa a meredekséget a legalacsonyabb szintre (0).
2. Húzza ki a gépet az aljzatból -
3. Emelje fel a lemezt a függőleges rudakkal párhuzamos helyzetbe úgy, hogy a henger rögzüljön.
4. **Vigyázat:** győződjön meg arról, hogy a henger valóban a helyén van rögzítve.

## Futópad szétnyitása

1. Tegye az egyik kezét a kormányra, a másikat tolja előre a futópad tetejét.
2. Az egyik lábával nyomja meg a henger középső részét a mechanizmus kinyitásához.
3. Hagyja, hogy a deszka lassan leessen, mielőtt elengedi a kormányt.



## Áthelyezés

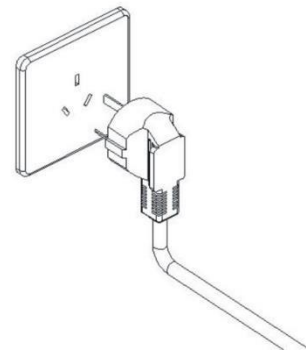
Az összehajtott gépet biztonságosan mozgathatja a szállító kerekek segítségével. Két kézzel erősen fogja meg a kormányt, húzza maga felé a futópadot, helyezze a kerekre, és lassan húzza vagy nyomja.

## Földelés

Ezt a terméket földelni kell. Ha hiba következik be vagy a futópad megsérül, a földelő vezeték a legkisebb ellenállással hozza létre az áramkört, és az áram a földre kerül, minimalizálva az áramütés kockázatát. A gép egy kábellel van felszerelve, amely egy földelő vezetékkel és egy földelő dugóval rendelkezik. A futópadot a helyi előírásoknak megfelelő megfelelő csatlakozóval kell földelni.

**VESZÉLY:** Ha nem biztos abban, hogy a berendezés megfelelően van-e földelve, forduljon szakképzett villanyszerelőhöz vagy karbantartó személyzethez. Ne cserélje engedély nélkül a termékhez mellékelte dugót. Ha a dugó nem illeszkedik a konnektorba, akkor a megfelelő aljzatot szakképzett villanyszerelővel kell felszerelni.

Ennek 220 V-nak kell lennie, és illeszkednie kell a képen látható aljzathoz. Ellenőrizze, hogy a dugó kompatibilis-e a csatlakozóaljzattal. Ezt a terméket nem szabad együtt használni.



## **Karbantartás**

A megfelelő karbantartás nagyon fontos a futópad hibátlan és funkcionális állapota szempontjából. A nem megfelelő karbantartás károsíthatja az övet vagy lerövidítheti annak élettartamát. A gép összes alkatrészét rendszeresen ellenőrizni és meghúzni kell. A kopott alkatrészeket azonnal ki kell cserélni.

### **Szalag beállítása**

Lehet, hogy a használat első heteiben módosítania kell a futópadot. Az összes futópadot gyárilag állítják be. Használat után az öv kinyúlhat vagy megdőlhét a közepétől. A nyújtás normális.

### **Szalag feszesség beállítása**

Ha úgy érzi, hogy a szalag csúszik vagy szaggat, akkor nagyobb feszültségre lehet szüksége.

### **A futópad feszültségének növelése**

1. Forgassa el a bal oldali feszítőcsavart 8 mm-rel egy kulcs segítségével az óramutató járásával megegyező irányba 1/2 fordulattal a hátsó henger meghúzásához, hogy növelje az öv feszességét.
2. Ismételje meg az előző lépést a megfelelő feszítőcsavarral. Ügyeljen arra, hogy mindkét csavart ugyanúgy fordítsa el, hogy a hátsó henger egyenes legyen a vázhoz képest.
3. Ismételje meg az előző 2 lépést, amíg a csúszás teljesen megszűnik.
4. Vigyázzon, ne húzza meg túlzottan az övet. Ez túlzott nyomást gyakorolhat az első és a hátsó gördülőcsapágyra. A túl szoros öv károsíthatja őket, ami az első és a hátsó hengerből zajokat eredményezhet.

**A szalag csökkentése érdekében fordítsa el egyenletesen az óramutató járásával ellentétes irányban a feszítőcsavarokat.**

### **Futószalag centírozása**

Futáskor az egyik lábáról többet pattanhat le, mint a másikra. Az eltérés nagysága az egyik láb által a másikhoz képest kifejtett erő nagyságától függ. Ez az eltérés a szalag középpontjához vezethet. Ez normális, és a szalag szintbe kerül, ha senki nem fut rajta. Ha továbbra is elhajlik, akkor kézzel kell középre állítania.

Engedje le a szalagot anélkül, hogy bárki rajta lenne. Állítsa a sebességét 6 km / h-ra.

Figyelje hogy jobbra vagy balra húz.

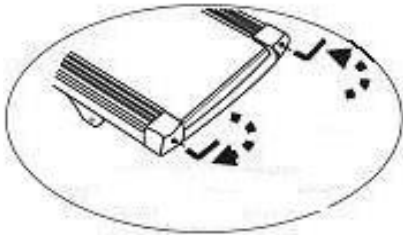
- a. Ha balra tér el, akkor a bal oldali beállító csavart forgassa a kulccsal az óramutató járásával megegyező irányba, a jobb oldali beállító csavart pedig az óramutató járásával ellentétes irányba.
- b. Ha jobbra tér, akkor a jobb oldali beállító csavart csavarja az óramutató járásával megegyező irányba a csavarkulccsal és a bal beállító csavart az óramutató járásával ellentétes irányba.

Ha még mindig nincs középben, ismétlje meg az előző lépéseket, amíg középbe nem kerül.

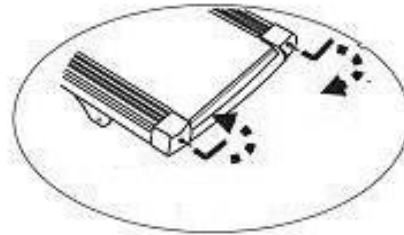
A szalagot középbe állítva növelje a sebességet 16 km / h-ra, és győződjön meg róla, hogy zavartalanul fut-e. Szükség esetén ismétlje meg az előző lépéseket.

Ha az előző lépések nem jártak sikerrel, akkor növelnie kell a feszességet.

Feszesség növelése

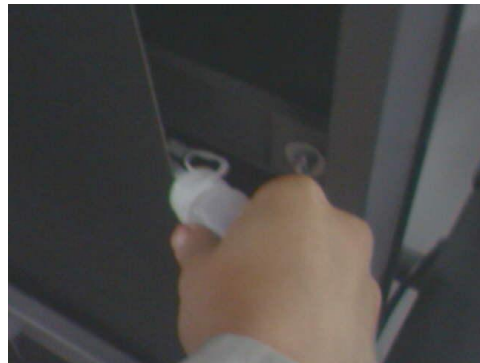


Feszesség csökkentése



## Kenés

A gyártás során a szalagot megkenték. Ennek ellenére javasoljuk, hogy rendszeresen ellenőrizze a kenését a gép optimális működése érdekében. Általában nem szükséges a szalagot kenni az első évben vagy az első 500 üzemórán belül. Emelje meg az oldalait, és érezze az alsó rész közepes részét. Ha szilikon permet nyomai vannak, nem szükséges kenni. Ha a felület száraz, kenésre van szükség. Csak olajmentes szilikon spray-t használjon.



## Kenőanyag felvitele

- Helyezze szalagot úgy, hogy a rés a tábla közepén legyen. Helyezze a permetező szelepet a kenőanyagtartályba.
- Emelje fel az egyik oldalát, és tartsa távol a permetet az elülső végétől és a deszkától. Indítsa el az elejétől. Vigyük fel a permetet a hátsó vég felé. Ismétlje meg a másik oldalán. Spray mindkét oldalt körülbelül 4 másodpercig.
- Használat előtt várjon 1 percet, amíg a spray elterjed.

## Tisztítás

- A futópad rendszeres tisztítása biztosítja hosszú élettartamát
- **Figyelem:** Az áramütés elkerülése érdekében a gépet ki kell kapcsolni. Tisztítás előtt húzza ki a csatlakozót az aljzatból.
- Minden edzés után törölje le a verejtéket a konzolról és más felületekről egy tiszta, puha, nedves ruhával.
- **Vigyázat:** Ne használjon súrolószert vagy oldószert. Tartsa távol a folyadékot a számítógéptől a károk elkerülése érdekében. Ne tegye ki a számítógépet közvetlen napfénynek.

- Hetente: A tisztítás megkönnyítése érdekében javasoljuk a taposógép használatát a futópád alatt. A cipő szennyeződéseket hagyhat a futópádon, amely a futópád alá kerülhet. Tisztítsa meg a párnát az öv alatt hetente egyszer.

## **Tárolás**

A készüléket száraz és tiszta környezetben tárolja. Ellenőrizze, hogy a főkapcsoló ki van-e kapcsolva, és a készülék ki van-e húzva.

- A készülék megfelel a jelenlegi biztonsági előírásoknak. A készülék csak otthoni használatra alkalmas. Bármilyen más felhasználás nem megengedett, sőt veszélyes is lehet. Nem vállalunk felelősséget a nem rendeltetésszerű használatból eredő károkért.
- A testmozgás megkezdése előtt konzultáljon háziorvosával, hogy megállapítsa, van-e valamilyen fizikai állapota ezzel a készülékkel. Az edzésprogram felépítésének az orvos diagnózisának kell lennie. A helytelen vagy túlzott testmozgás káros lehet az egészségére.
- Gondosan olvassa el az általános fitness tippeket és az edzésre vonatkozó utasításokat. Ha fájdalma, légszomja, émelygése vagy egyéb fizikai nehézségei vannak, azonnal hagyja abba a testmozgást. Ha hosszan tartó fájdalma van, azonnal forduljon orvoshoz.
- Ez a fitnesseszköz nem alkalmas szakmai vagy orvosi célokra, és terápiás célokra sem használható.
- A pulzuszám mérő nem orvosi eszköz. Csak tájékoztatási célokat szolgál, és átlagos pulzusszám biztosítására szolgál. Nem célja orvosi segítségnyújtás, és nem is fogja pontosan mérni a pulzusszámot minden egyes alkalommal a különböző környezeti tényezők és az emberi kondicionálás miatt.