



BE5000-i



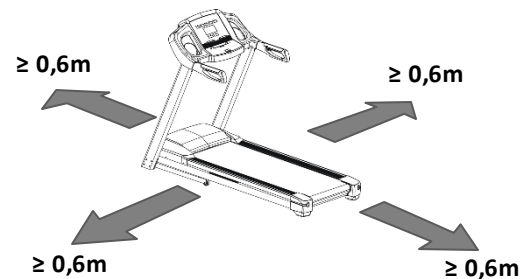
Bieżnia elektryczna
Motorized treadmill
Elektrický běžecký pás



Uwagi dotyczące bezpieczeństwa

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

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



Proszę zachować wolną przestrzeń większą niż 0,6 m od widocznej na zdjęciu przestrzeni treningowej

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

DANE TECHNICZNE

Waga netto – 91 kg

Pas bieżny – 52 x 140 cm

Rozmiar po rozłożeniu – 185 x 81,5 x 135 cm

Maksymalne obciążenie produktu – 150 kg

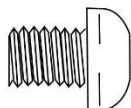
Silnik: 3,5 hp

KONSERWACJA

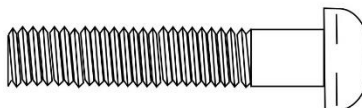
Używaj miękkiej, wilgotnej ściereczki do wycierania krawędzi pasa i przestrzeni między pasem a krawędzią ramy. Czyść również krawędź pasa z jego spodniej strony. Czyść górną część pasa szczoteczką i wodą z mydłem lub łagodnym detergentem raz na miesiąc. Zanim zaczniesz ponownie używać bieżni, poczekaj aż urządzenie wyschnie. Odkurzaj pod urządzeniem co najmniej raz w miesiącu aby zapobiec gromadzeniu się kurzu. Zaleca się raz w roku zdjęcie pokrywy silnika i usunięcie kurzu, który może się tam gromadzić.

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

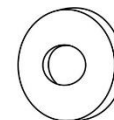
Zestaw montażowy



(A2) M8x16 śruba, 6 szt.



(A18) M8x50 śruba, 8 szt.



(C1) $\Phi 8$ podkładka, 14 szt.



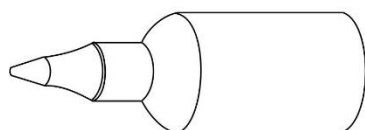
(D1) klucz, 1 szt.



(D2) śrubokręt (S=5), 1 szt.

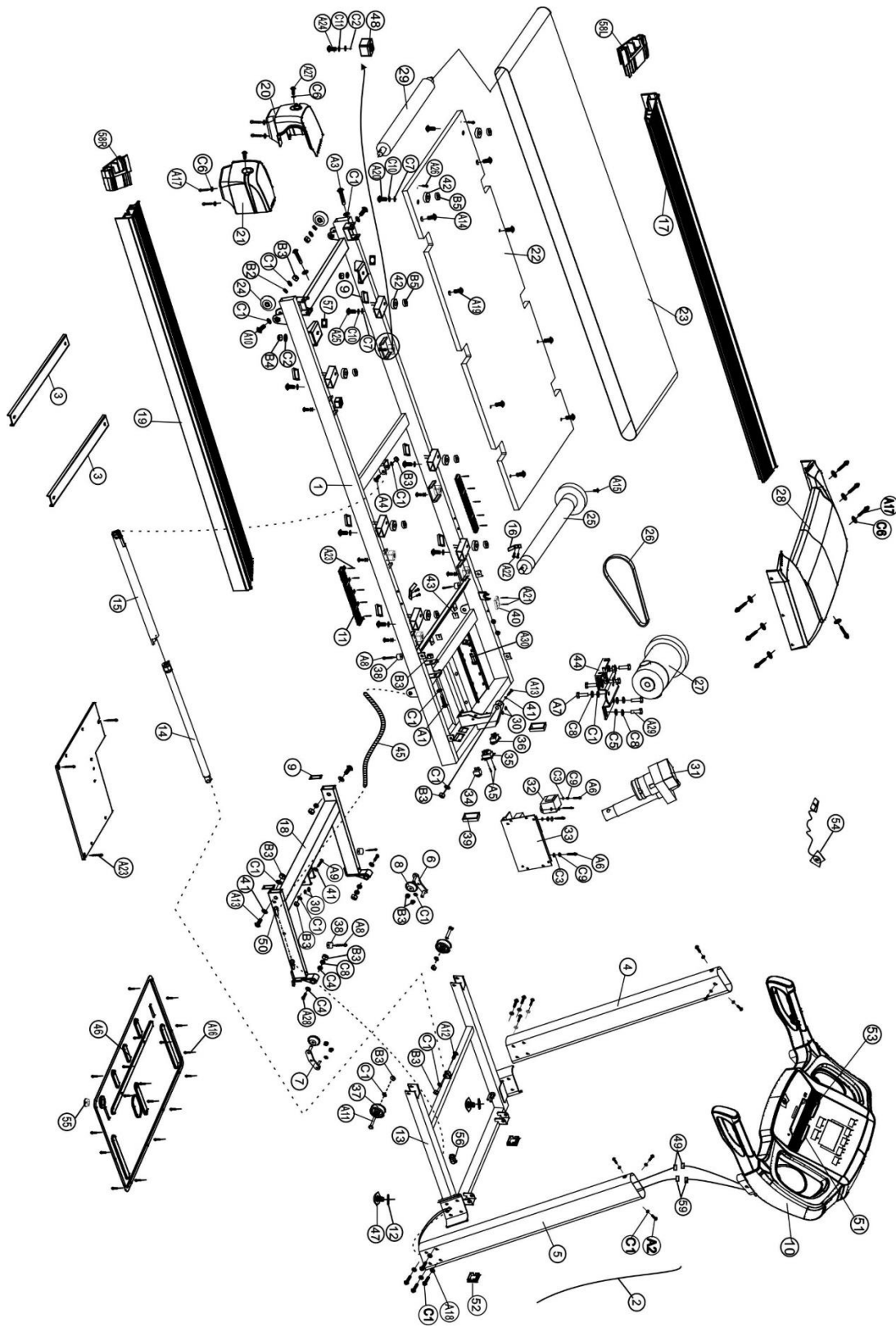


(D3) klucz (S=6), 1 szt.



(D4) butelka ze smarem, 1 szt.

Diagram zbiorczy



Lista części

| Nr | Nazwa | Ilość | Nr | Nazwa | Ilość |
|----|-----------------------------------|-------|-----|--------------------------------|-------|
| 1 | Rama | 1 | 55 | Zaślepka | 1 |
| 2 | Prowadnik | 1 | 56 | Zaślepka | 1 |
| 3 | Rama płyty bieżnej | 2 | 57 | Podpora pasa bieżnego | 2 |
| 4 | Lewa pionowa podpora | 1 | 58 | Tyłna pokrywa wspornika L&P | 2 |
| 5 | Prawa pionowa podpora | 1 | 59 | Przewód głośnikowy | 1 |
| 6 | Pozioma rama przesuwna (L) | 1 | A1 | Śruba półokrągła M8X60 | 1 |
| 7 | Pozioma rama przesuwna (R) | 1 | A2 | Śruba półokrągła M8X16 | 6 |
| 8 | Koło | 2 | A3 | Śruba M8X70 | 2 |
| 9 | Wtyczka (40*20) | 8 | A4 | Śruba M8X45 | 1 |
| 10 | Komputer/Uchwyty | 1 | A5 | Śruba M3X8 | 2 |
| 11 | Poduszka płyty bieżnej | 2 | A6 | Śruba samoblokująca ST4.2X12 | 4 |
| 12 | Lock nut | 2 | A7 | Śruba M8X12 | 2 |
| 13 | Rama bazowa | 1 | A8 | Śruba samoblokująca ST4 X16 | 4 |
| 14 | Cylinder | 1 | A9 | Śruba $\Phi 10$ X45 | 1 |
| 15 | Tuleja cylindra | 1 | A10 | Śruba M8 X40 | 2 |
| 16 | Prowadnica pasa | 2 | A11 | Śruba półokrągła M8X50 | 2 |
| 17 | Listwa boczna | 1 | A12 | Śruba M8X30 | 1 |
| 18 | Rama pochylni | 1 | A13 | Śruba $\Phi 10$ X30 | 3 |
| 19 | Listwa boczna | 1 | A14 | Śruba M6X30 | 2 |
| 20 | Lewa zaślepka | 1 | A15 | Śruba półokrągła M8X30 | 1 |
| 21 | Prawa zaślepka | 1 | A16 | Śruba samoblokująca ST4.2X10 | 18 |
| 22 | Płyta bieżna | 1 | A17 | Śruba samoblokująca ST4.2X16 | 11 |
| 23 | Pas bieżny | 1 | A18 | Śruba półokrągła M8X50 | 8 |
| 24 | Tyłne kółko | 2 | A19 | Śruba M6X25 | 6 |
| 25 | Wałek napędowy przedni | 1 | A20 | Śruba M5X35 | 2 |
| 26 | Pas napędowy 6 v | 1 | A21 | Śruba samoblokująca ST2.9X12 | 2 |
| 27 | Silnik | 1 | A22 | Śruba samoblokująca M6 X16 | 4 |
| 28 | Ośłona silnika | 1 | A23 | Śruba samoblokująca ST4.2X12 | 10 |
| 29 | Wałek napędowy tylny | 1 | A24 | Śruba półokrągła M6X10 | 6 |
| 30 | $\Phi 10$ podkładka | 4 | A25 | Śruba M5X35 | 6 |
| 31 | Silnik pochylni | 1 | A26 | Śruba samoblokująca ST4.2X25 | 2 |
| 32 | Transformer | 1 | A27 | Śruba samoblokująca ST4.2X35 | 2 |
| 33 | Sterownik | 1 | A28 | Śruba $\Phi 10$ X40 | 2 |
| 34 | Klucz bezpieczeństwa | 1 | A29 | Śruba M8X16 | 4 |
| 35 | Przełącznik | 1 | A30 | Śruba M8X35 | 1 |
| 36 | Gniazdo | 1 | B1 | Nakrętka M6 | 2 |
| 37 | Przednie koło | 2 | B2 | Mała nakrętka | 2 |
| 38 | Poduszka | 4 | B3 | Nylonowa nakrętka blokująca M8 | 17 |
| 39 | Wtyczka (60x30) | 2 | B4 | Nylonowa nakrętka blokująca M6 | 2 |
| 40 | Czujnik | 1 | C1 | Podkładka $\phi 8$ | 33 |
| 41 | Podkładka plastikowa | 4 | C2 | Podkładka $\phi 6$ | 8 |
| 42 | Miejsce mocowania bocznej poręczy | 8 | C3 | Podkładka $\phi 4$ | 4 |
| 43 | Stojan | 2 | C4 | Podkładka $\phi 10$ | 4 |
| 44 | Rama silnika | 1 | C5 | Podkładka duża $\phi 8$ | 4 |
| 45 | Biper | 1 | C6 | Podkładka duża $\phi 4$ | 13 |
| 46 | Ośłona silnika | 1 | C7 | Podkładka $\phi 5$ | 8 |
| 47 | Pedał z regulacją | 2 | C8 | Podkładka sprężynowa $\phi 8$ | 8 |
| 48 | Poduszka płyty bieżnej | 6 | C9 | Podkładka sprężynowa $\phi 4$ | 4 |
| 49 | Przewód sygnałowy | 1 | C10 | Podkładka sprężynowa $\phi 5$ | 8 |
| 50 | Zacisk przewodu | 2 | C11 | Podkładka sprężynowa $\phi 6$ | 6 |
| 51 | Uchwyt tabletu (R) | 1 | D1 | Klucz | 1 |
| 52 | F40 zaślepka | 2 | D2 | Śrubokręt (s=5) | 1 |
| 53 | Uchwyt tabletu (L) | 1 | D3 | Klucz (s=6) | 1 |
| 54 | Klucz awaryjnego zatrzymania | 1 | D4 | Butelka ze smarem | 1 |

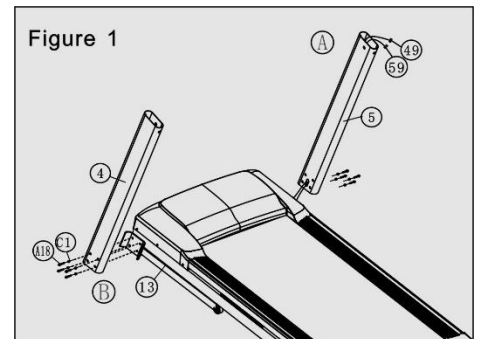
Instrukcja montażu

Przed rozpoczęciem montażu upewnij się że masz wystarczającą ilość miejsca. Zaleca się aby montaż przeprowadzały co najmniej dwie osoby. Elementy oznaczone, jako prawe (P) lub lewe (L), należy montować wyłącznie po właściwej stronie urządzenia.

OSTRZEŻENIE: nie należy podłączać zasilania przez zakończeniem montażu.

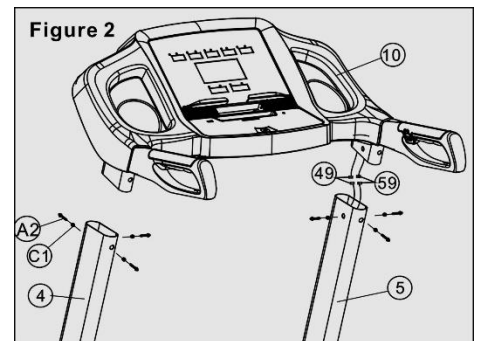
1. Montaż lewej podpory

- Wyciągnij bieżnię z kartonu i połóż na ziemi. Przeciągnij przewody: sygnałowy (49) i głośnikowy (59) do góry przez prawą podporę (5) - jak na rysunku nr 1-A.
- Zamontuj lewą i prawą podporę (4/5) do ramy głównej (13) za pomocą czterech półokrągłych śrub M8X50 (A18), podkładek $\phi 8$ (C1). Nie dokręcaj ich na tym etapie montażu (zobacz rys. 1-B).



2. Montaż prawej i lewej podpory do komputera/kierownicy

- Połącz przewód sygnału (49) oraz głośnikowy (59) z odpowiednimi przewodami, wystającymi z kierownicy (10) - jak na rysunku nr 3.
- Przykręć komputer/kierownicę (10) do lewej i prawej podpory (4,5) używając sześciu zestawów śrub (A2) i sześciu podkładek (C1).
- Dokręć wszystkie śruby wspomniane w kroku 1 i 2.



OSTRZEŻENIE: Aby nie dopuścić do porażenia prądem, konsola musi być sucha.

Komputer



Wyświetlacz LCD

Calorie (Kalorie): 0-999.9 kcal
 Distance (Odległość): 0-99.99 km
 Time (Czas): 0-99 minut: 59 sekund
 Pulse (Tętno):: 50-220 uderzeń/minutę
 Speed (Prędkość): 1.0-16 km/h
 Incline (Pochylenie): 0%-15%

Wyświetlacz z matrycą punktową

- Wyświetla numer odcinka oraz aktualne położenie w programie użytkownika. Długość odcinka - 400 metrów, maksymalna liczba odcinków - 99.
- Wyświetla instrukcje dotyczące obsługi.

Funkcje przycisków

- PLAY/PUASE: służy do włączania i zatrzymywania odtwarzacza MP3.
- VOL+ and -: krótkie wciśnięcie służy do przeliczania utworów, długie – do regulacji poziomu głośności.
- MODE: służy do wybierania funkcji:
 MODE-----Customized program (program użytkownika)-----MODE-----HRC program----MODE-----
 Ready status (Tryb gotowości).

Podłączanie urządzeń zewnętrznych

- USB: służy do odtwarzania muzyki (MP3) i ładowania urządzeń mobilnych.
- Wejście Audio: służy do odtwarzania muzyki (MP3) z urządzenia mobilnego.

Computer operation

Włączanie urządzenia. Podłącz zasilanie. Przetłącz klawisz do pozycji "włączony". Do komputera wsuń klucz bezpieczeństwa. Komputer jest gotowy do pracy. Jeśli nachylenie bieżni jest inne niż 0%, po wciśnięciu przycisku „Incline +” bądź „Incline –”, lub po wciśnięciu przycisku START/STOP na komputerku, pochylenie bieżni automatycznie wróci do poziomu 0%. Dopiero wtedy możesz zacząć właściwą regulację pochylenia.

Obsługa manualna. Gdy komputer jest gotowy do pracy, wciśnij przycisk „START”. Wyświetlacz rozpocznie odliczanie i po 3 sekundach bieżnia ruszy. Prędkość początkowa wynosi 1km/h a wyjściowe pochylenie bieżni 0%. Na wyświetlaczu zobaczysz odpowiednie wartości prędkości i pochylenia. Dostosuj prędkość i pochylenie naciskając odpowiadające im klawisze na konsoli. Każde naciśnięcie guzika zmienia prędkość o 0,2km/h a wartość pochylenia o 1.

Programy automatyczne

Możesz wybrać jeden spośród 18 zaprogramowanych wcześniej zestawów ćwiczeń. P1-P5 to programy służące do odchudzania. P6-P10 to programy rozwijające wytrzymałość. P11-P12 to programy rozwijające sprawność fizyczną. P13-P15 to programy do podtrzymywania formy. P16-P18 to programy przywracające sprawność fizyczną.

- Wciśnij „Program” aby wejść w menu programów automatycznych. Na wyświetlaczu pojawi się ikonka programu nr 1 oraz diagram pokazujący całościowy czas treningu i stopień pochylenia bieżni.
- Wciśnięcie przycisku „P+” lub „P-”, zmieni numer programu ćwiczeń. Aby zatwierdzić swój wybór, naciśnij klawisz „Enter”.
- Na wyświetlaczu pojawi się wyjściowy, wyznaczony dla wybranego programu całkowity czas ćwiczeń. Naciśnij klawisz oznaczony „+” lub „-”, aby dostosować czas do swoich wymagań i umiejętności (skala 10-59 minut). Aby zatwierdzić wybór, naciśnij przycisk „Enter”.
- Aby uruchomić wybrany program, naciśnij przycisk „START/STOP”. Komputer rozpocznie odliczanie czasu. Pomiędzy kolejnymi sekcjami programu, usłyszysz sygnał dźwiękowy. Kiedy odliczanie zakończy się, prędkość poruszania się pasa bieżnego będzie maleć aż do zatrzymania.
- Podczas trwania programu, możesz zmieniać prędkość i pochylenie, naciskając przyciski „Speed +” i „Speed –”, oraz „Incline +” i „Incline –”. Kiedy program będzie przechodził do kolejnej sekcji, prędkość i pochylenie bieżni powrócą do zaplanowanych w programie wartości.

Wybór indywidualnych ustawień użytkownika

Użytkownik może ustawić czas, dystans oraz wartość kalorii.

- TIME (1-60 minut): w trybie gotowości wciskaj przycisk „MANUAL” do czasu, aż symbol czasu zacznie migać. Wciśnij SPEED/INCLINE -/+ by ustawić wartość czasu. Aby zatwierdzić wybór, wciśnij przycisk „ENTER” i zakończ lub ustaw wartość dystansu.
- DISTANCE (0.1-99 km): symbol dystansu czasu zacznie migać. Wciśnij SPEED/INCLINE -/+ by ustawić pożądaną wartość. Aby zatwierdzić wybór, wciśnij przycisk „ENTER” i zakończ lub ustaw wartość kalorii.
- CALORIE: symbol kalorii czasu zacznie migać. Wciśnij SPEED/INCLINE -/+ by ustawić pożądaną wartość. Aby zatwierdzić wybór i zakończyć, wciśnij przycisk „ENTER”.
- Gdy okno parametrów (TIME/DISTANCE/CALORIE) zacznie migać, wciśnij „START” by rozpocząć. Jeżeli wartości nie zostały zdefiniowane – program zacznie odliczać w górę, jeżeli zostały zdefiniowane – w dół. Po zakończeniu odliczania w dół system przełączy się w stan gotowości.

Sterowanie ręczne

Użytkownik może wg własnych upodobań ustawić przed rozpoczęciem ćwiczeń prędkość i czas oraz zapamiętać je w komputerze na przyszłość. Komputer daje możliwość ustawienia ćwiczącemu pięciu indywidualnych programów. Komputer daje możliwość ustawienia ćwiczącemu pięciu indywidualnych programów. Każdy z nich ma 16 sekcji do ustawienia.

a. Wybór ustawień indywidualnych

W trybie gotowości urządzenia do pracy, naciśnij przycisk „MODE”. Zapali się lampka przy Programie użytkownika 1. Naciskaj „P+” i „P-”, aby wybrać jeden z programów. Naciśnij „ENTER” aby rozpocząć ustawienia czasu.

b. Ustawienia czasu

Czas ustawiony fabrycznie wynosi 16 minut. Naciskaj -/+ aby zmienić czas trwania programu (skala 10-59 minut). Naciśnij ENTER aby przejść do sekcji prędkości i pochylenia bieżni.

c. Ustawienia prędkości i pochylenia bieżni

- 1) Jeśli na wyświetlaczu mruga diagram sekcji 1, oznacza to, iż urządzenie jest gotowe do rozpoczęcia zmiany ustawień. Jeśli urządzenie nie może zidentyfikować programu, początkowa prędkość poruszania się pasa bieżnego wyniesie 1km/godz. a wyjściowe pochylenie 0.
- 2) Naciskaj „Speed +”, „Speed -”, lub „Quick Speed”, aby wybrać odpowiadającą ci prędkość.
- 3) Naciskaj „Incline +”, „Incline -”, lub „Quick Speed”, aby wybrać odpowiadające ci pochylenie bieżni.
- 4) Naciśnij ENTER po zakończeniu ustawień, aby przejść do następnej sekcji programu prędkości i pochylenia.
- 5) Powtórz czynność aby zaprogramować prędkość i pochylenie dla sekcji 2-16. Kiedy zakończysz zmianę ustawień ostatniej sekcji, przejdziesz dalej naciskając ENTER. Komputer poinformuje cię o zakończeniu programowania podwójnym sygnałem dźwiękowym.
- 6) Aby podczas programowania opuścić ustawiany program, naciśnij „STOP”.
- 7) Aby komputer zapamiętał ustawienia, naciśnij „MODE”. Diagram wyświetli wszystkie ustawienia prędkości, okienko czasu całkowity czas ćwiczeń, a okienko pochylenia pokaże dane sekcji 1.
- 8) Jeśli chcesz usunąć wszystkie swoje ustawienia, przytrzymaj dłużej przycisk „Program”.
- 9) Po zakończeniu programowania i zapamiętaniu danych w komputerze, naciśnij „START” aby uruchomić wybrany program.

Centrum rytmu serca (HRC)

4 programy:

HRC1 : HRC z limitem na poziomie 65% maksymalnej wartości pulsu,

HRC2 : HRC z limitem na poziomie 75% maksymalnej wartości pulsu,

HRC3 : HRC z limitem na poziomie 90% maksymalnej wartości pulsu,

HRC4 : HRC indywidualne (IND) – możliwość samodzielnego ustawienia wartości tętna (50-220 uderzeń na minutę)

Maksymalna dopuszczalna wartość tętna (MHR) = 220 - „wiek”.

a. Wejście do panelu HRC

W trybie gotowości wciskaj „MODE”, aż na ekranie pojawi się napis „HRC”.

Wciśnij „ENTER” by potwierdzić i wejść do ustawień wieku.

b. Wiek (skala 20-80, wartość domyślna to 30)

Na ekranie pojawi się liczba „30” lub ostatnia wpisana wartość.

Wciśnij SPEED/INCLINE -/+ w celu ustawienia pożądanej wartości.

W tym samym czasie w oknie Pulsu zostanie wyświetlona obliczona na podstawie wieku wartość Pulsu.

Wciśnij „ENTER” by potwierdzić i wejść do ustawień czasu.

- c. **Czas** (skala 10-99)
Na ekranie pojawi się liczba 0 (zero) lub ostatnia wpisana wartość
Wciśnij SPEED/INCLINE -/+ w celu ustawienia pożądanej wartości.
Wciśnij „ENTER” by potwierdzić i wejść do ustawień HRC.
- d. **Panel kontrolny HRC**
Na ekranie wyświetlą się wartości: HRC, Age, Time, PULSE.
Wciśnij „ENTER” by potwierdzić i wejść do ustawień tętna.
- e. **Puls użytkownika** (skala: 50 – 220 uderzeń na minutę)
Na ekranie wyświetli się wartość pulsu, stanowiąca 65% maksymalnej dopuszczalnej wartości tętna.
Wciśnij SPEED/INCLINE -/+ w celu ustawienia pożądanej wartości.
Wciśnij „ENTER” by potwierdzić i wejść do ekranu podsumowującego ustawienia HRC.
- f. **Podsumowanie ustawień HRC**
Na ekranie wyświetlą się zdefiniowane w poprzednich krokach wartości.
Wciśnij „ENTER” by potwierdzić i przejść do trybu treningowego.
- g. **Tryb treningowy HRC**
 - 1) Nastąpi uruchomienie bieżni. Na ekranie pojawi się domyślna wartość prędkości (3km/h). W ciągu minuty wciśnij SPEED/INCLINE -/+ w celu ustawienia pożądanej wartości. Po tym czasie system zacznie automatycznie regulować prędkość i kąt nachylenia bieżni zgodnie ze zdefiniowanymi parametrami.
 - 2) Jeżeli wartość czasu została zdefiniowana, system zacznie odejmować czas, aż do uzyskania zera. Po zakończeniu bieżni przejdzie w tryb oczekiwania. Jeżeli wartość czasu nie została zdefiniowana – system zacznie odliczać czas „w górę”.
 - 3) Jeżeli podczas treningu wystąpi problem z odczytem wartości tętna, na ekranie pojawi się symbol „Er”, a bieżnia zwolni, po czym zatrzyma się.

Pomiar poziomu tłuszczu

- a. W trybie gotowości do pracy naciśnij „Body Fat”.
- b. Płeć. Na wyświetlaczu pojawi się „MAN” (mężczyzna) lub płeć, która była ustawiona podczas poprzedniego użytkownika. Naciśnij „P+” lub „P-”, aby wybrać „WOMAN” (kobieta) bądź pozostań przy płci, która była wyświetlona. Naciśnij ENTER aby przejść do ustawień wagi.
- c. Waga (25-200 kg). Wyświetlacz pokaże wagę 45 (kg) lub wartość, która była ustawiona podczas poprzedniego użytkownika. Naciśnij „P+” lub „P-”, aby wybrać Twoją wagę. Naciśnij ENTER aby przejść do ustawień wzrostu.
- d. Wzrost (100-220 cm). Wyświetlacz pokaże wzrost 145 (cm) lub wartość, która była ustawiona podczas poprzedniego użytkownika. Naciśnij „P+” lub „P-”, aby wybrać Twój wzrost. Naciśnij ENTER aby przejść do ustawień wieku.
- e. Wiek (8-65 lat). Wyświetlacz pokaże wiek 18 (lat) lub wartość, która była ustawiona podczas poprzedniego użytkownika. Naciśnij „P+” lub „P-”, aby wybrać Twój wiek. Naciśnij ENTER aby przejść do testu poziomu tłuszczu.
- f. Po wprowadzeniu wszystkich danych, wyświetlacz zacznie mrugać. Połóż obie ręce na czujnikach pomiaru tętna. Po zakończeniu testu, na wyświetlaczu pojawi się wynik lub „---”, jeśli pomiar został przeprowadzony nieprawidłowo. Po dokonaniu pomiaru, komputer wybierze odpowiedni dla Ciebie program. Możesz ponownie nacisnąć „Body Fat” jeśli chcesz powrócić do trybu gotowości bieżni do pracy.
- g. Naciśnij “START/STOP” aby wejść do programu. Rozpocznie się odliczanie czasu od ustalonej wartości do 0. Jeśli będziesz zmieniał programy, za każdym razem komputer poinformuje cię o tym sygnałem dźwiękowym. Kiedy czas osiągnie wartość 0, prędkość poruszania się pasa bieżnego zmaleje, aż do zatrzymania.

Pulse testing

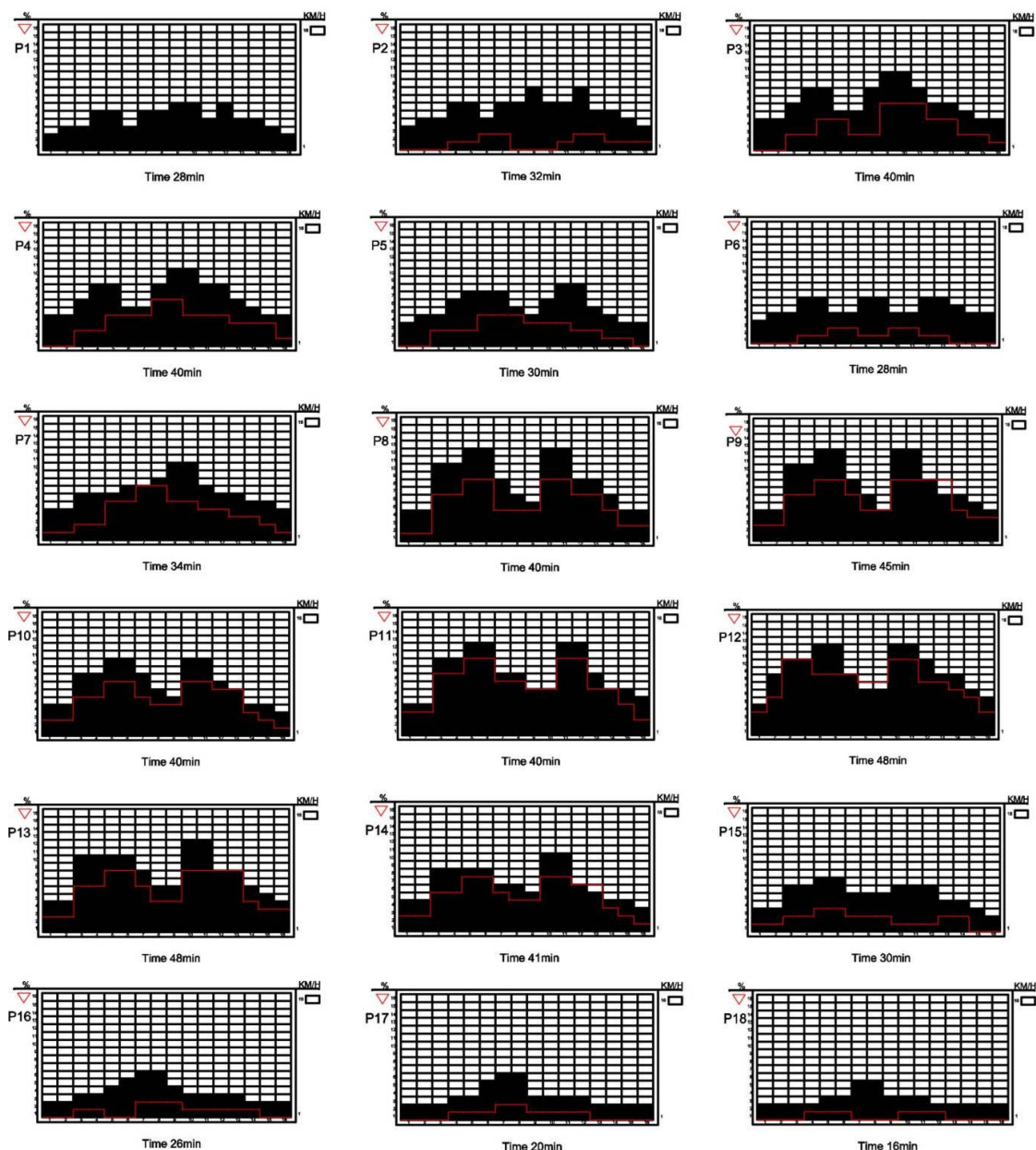
W trybie gotowości do pracy, a nie podczas wykonywania ćwiczenia, połóż obie ręce na czujnikach pomiaru pulsu. Komputer pokaże wartość pulsu, a na wyświetlaczu zamruga ikonka w kształcie serca.

Błędy

Kody błędów czujnika prędkości i kąta nachylenia bieżni.

- Er01: Błąd czujnika prędkości.** Urządzenie zatrzyma się po 6 sekundach od wykrycia błędu. Komputer powróci do stanu gotowości do pracy, a na wyświetlaczu pojawi się „Er01”. Praca może być kontynuowana dopiero po przejściu bieżni w stan gotowości do pracy.
- Er02: Przeciążenie bieżni.** Bieżnia zatrzyma się, jeżeli zostanie nadmiernie obciążona. Na wyświetlaczu pojawi się symbol “Er02”.
- Er03: Błąd komunikacji.** Jeżeli komputer i sterownik bieżni stracą połączenie, na wyświetlaczu pojawi się symbol “Er 03”.
- Er04: Błąd sterownika.** Na wyświetlaczu pojawi się symbol “Er04”.
- Błąd czujnika nachylenia bieżni:** jeśli komputer nie otrzymuje informacji o nachyleniu, na wyświetlaczu pojawi się „-”. Możesz nadal naciskać przycisk nachylenia, aby regulować położenie bieżni.

Diagramy programów ćwiczeń



Sprawdzenie i dostosowanie bieżni

- 1) Poproś autoryzowany serwis lub profesjonalnego technika aby sprawdził, czy natężenie prądu jest odpowiednie oraz czy uziemiony przewód jest godny zaufania. Przesuń ręką pas bieżny i sprawdź czy porusza się swobodnie bez zgrzytów.
- 2) Jedną końcówkę kabla wsadź w gniazdko w przedniej części bieżni, a drugą do gniazdka elektrycznego. Umieść klucz bezpieczeństwa na swoim miejscu na komputerze.
- 3) Włącz bieżnię, przesuwając przycisk z pozycji „0” na pozycję „1”. Komputer powinien wskazywać zero a pas bieżny nie powinien się poruszać.
- 4) Włącz przycisk „START”. Bieżnia powinna powoli ruszyć. Sprawdź czy komputer i pas bieżny działają normalnie.
- 5) Wciśnij przycisk „SPEED” i obserwuj zachowanie pasa bieżnego i komputera. Jeżeli pas działa wadliwie, wyłącz urządzenie i sprawdź co może być wadliwe stosując się do zaleceń z części „Możliwe problemy i ich rozwiązania” tej instrukcji.
- 6) Sprawdź działanie wszystkich klawiszy komputera.
- 7) Wyciągnij klucz bezpieczeństwa. Bieżnia powinna natychmiast się zatrzymać. Po ponownym włożeniu klucza, bieżnia będzie znowu działać.
- 8) Jeśli chcesz zakończyć ćwiczenia, naciśnij przycisk „STOP” a następnie przycisk wyłączający urządzenie.

Instrukcja użytkowania

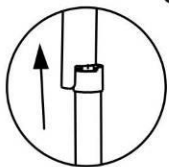
Po sprawdzeniu i dostosowaniu bieżni, możesz rozpocząć użytkowanie:

- 1) Włącz bieżnię przyciskiem uruchamiającym urządzenie i wsadź klucz bezpieczeństwa w odpowiednie miejsce w komputerze.
- 2) Stań na znajdujących się po bokach, nieruchomych krawędziach pasa bieżnego; przypnij klucz bezpieczeństwa do swojego ubrania w okolicy pasa.
- 3) Wciśnij przycisk „START”, bieżnia ruszy z najmniejszą możliwą prędkością. Możesz wtedy powoli wejść na pas bieżny. Najmniejsza prędkość pasa to 1 km/h (sprawdź OBSŁUGA KOMPUTERA)
- 4) Wciśnij klawisze przyspieszania „Speed +”, zwalniania „Speed -” lub przycisk bezpośredniej zmiany prędkości, prędkość pasa będzie zmieniać się odpowiednio. Możesz powoli biec przez 2, 3 minuty, a później jeśli czujesz się pewnie, możesz przyspieszyć. Jeśli Ci to odpowiada możesz biegać nie trzymając się poręczy.
- 5) W czasie ćwiczeń możesz na bieżąco odczytywać wartość prędkości, czasu, dystansu i kalorii.
- 6) Kiedy chcesz zakończyć ćwiczenia, zwolnij i biegnąc przez 2-3 minuty pozwól swojemu sercu zwolnić i mięśniom wrócić do normalnego stanu.
- 7) Jeżeli nie możesz utrzymać równowagi podczas biegu z dużą prędkością, wyciągnij klucz bezpieczeństwa, a bieżnia natychmiast się zatrzyma.
- 8) Staraj się nie stawać podczas ćwiczeń zbyt blisko prawej lub lewej krawędzi bieżni
- 9) Po ćwiczeniach zwolnij i wciśnij klawisz „STOP” aby zatrzymać bieżnię. Jeżeli ponownie chcesz uruchomić bieżnię, wciśnij powtórnie przycisk „START” ale pamiętaj że przerwa pomiędzy wyłączeniem a ponownym włączeniem bieżni powinna trwać powyżej 1 minuty.

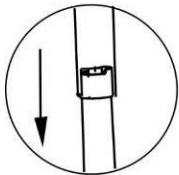
UWAGA: Ciągłe używanie funkcji pochylania bieżni (ponad 5 razy), może spowodować jej zablokowanie. Nie jest to usterka, lecz rodzaj ochrony. Funkcja wróci do normy po około 1 godzinie.

Instrukcja składania, przenoszenia i rozkładania

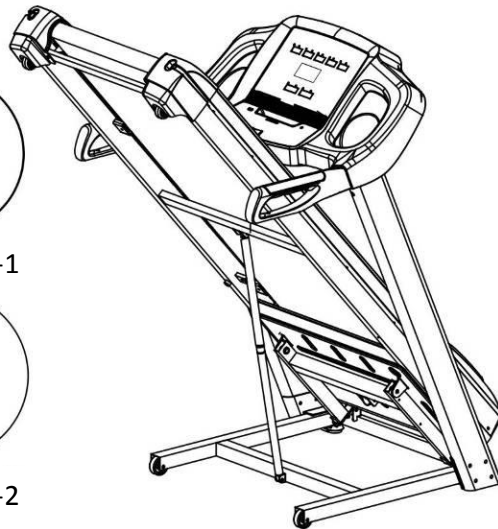
- 1) Składanie: unieś koniec ramy głównej i złóż w górę aż do momentu kiedy poprzeczka łącząca wskoczy w cylinder (zobacz ilustracja a).
- 2) Przenoszenie: unieś poręczę tak aby podstawa odsunęła się od ziemi, wtedy popchnij złożoną bieżnię.
- 3) Rozkładanie: odrobinę unieś koniec ramy głównej tak aby wspornik znalazł się wyżej niż pokrywa cylindra (zobacz ilustracja a-1). Przechyl stopą rurkę wspornika (zobacz ilustracja a-2). Mocno naciśnij na ramę główną, usuń stopę i naciskaj na koniec ramy. Cylinder usunie się samoczynnie (ilustracja b) a rama główna się rozłoży.



Ilustracja a-1



Ilustracja a-2



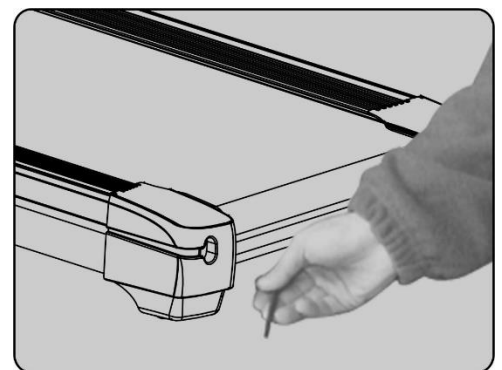
Ilustracja a



Ilustracja b

Konserwacja, możliwe usterki i ich rozwiązywanie

- 1) Powierzchnia bieżni powinna być utrzymywana w czystości. Zawsze odłączaj zasilanie przed przystąpieniem do mycia. Czyść urządzenie miękką i wilgotną szmatką.
- 2) Pas bieżni został odpowiednio wycentrowany podczas procesu produkcji. Jednakże w czasie transportu lub podczas użytkowania, może się przemieścić. Przed przystąpieniem do regulacji, pamiętaj o odłączeniu zasilania. Umieść pas bieżni dokładnie na środku platformy i wyreguluj dokręcając lub luzując lewą i prawą śrubę w tylnej rolce, korzystając ze śrubokręta jak pokazano na rysunku obok. Najlepiej dokręcać śruby po pół obrotu z każdej strony. Włącz bieżnię aby sprawdzić czy pas porusza się prawidłowo przy prędkości 4-5 km/h.
- 3) Po około 100 godzinach użytkowania, zużywa się smar pomiędzy pasem bieżni a platformą pasa. Regularnie smaruj platformę a po zakończeniu wyreguluj pas.
- 4) Po długim i częstym użytkowaniu, pas może się naciągnąć i zacinać. Należy wtedy wyregulować jego napięcie prawą i lewą śrubą w tylnej rolce do momentu aż pas zacznie przesuwać się swobodnie i równo.



Ostrzeżenie

- 1) Wysoki poziom bezpieczeństwa sprzętu sportowego, może zostać zachowany jedynie dzięki regularnym kontrolom uszkodzeń i zużycia.
- 2) Wymieniaj uszkodzone części natychmiast po dostrzeżeniu usterek i/lub nie korzystaj z urządzenia do momentu naprawy.

| Błąd | Przyczyna | Rozwiązanie |
|--|---|---|
| Brak reakcji urządzenia na włączenie zasilania. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Niewłaściwe podłączone urządzenie. 2. Wyłączona ochrona przez przeciążeniem. 3. Niewłaściwie zamontowany transformator. 4. Przepalony bezpiecznik | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ponowne podłączenie urządzenia. 2. Reset urządzenia. 3. Kontrola poprawności montażu lub wymiana. 4. Wymiana bezpiecznika. |
| Symbol Er01. Błąd czujnika prędkości. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Niewłaściwy montaż czujnika lub jego uszkodzenie. 2. Uszkodzony optoizolator. 3. Uszkodzony sterownik. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrola poprawności montażu lub wymiana. 2. Wymiana sterownika lub optoizolatora. 3. Wymiana sterownika. |
| Symbol Er02. Nadmierne obciążenie bieżni. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Przeciążony silnik. 2. Zbyt duże obciążenie wałka napędowego. 3. Uszkodzony sterownik. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Wymiana silnika. 2. Smarowanie lub wymiana. 3. Wymiana sterownika. |
| Show Er03. Błąd komunikacji pomiędzy komputerem a sterownikiem urządzenia. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Nieprawidłowy odczyt. 2. Uszkodzony optoizolator. 3. Uszkodzony komputer. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrola poprawności połączenia kabla sygnałowego. 2. Wymiana sterownika lub optoizolatora. 3. Wymiana komputera. |
| Show Er04. Błąd sterownika bieżni. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Niewłaściwy montaż silnika lub jego uszkodzenie. 2. Uszkodzony przekaźnik sterownika. 3. Niewłaściwe podłączenie sterownika. 4. Uszkodzony sterownik. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrola poprawności montażu lub wymiana. 2. Wymiana sterownika lub przekaźnika. 3. Kontrola poprawności podłączenia lub wymiana sterownika. 4. Wymiana sterownika. |
| Symbol "--". Błąd czujnika nachylenia bieżni. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Niewłaściwy montaż czujnika. 2. Uszkodzony czujnik nachylenia. 3. Uszkodzony sterownik | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrola poprawności podłączenia wtyczki. 2. Wymiana silnika. 3. Wymiana sterownika. |
| Problem z pracą pasa bieżnego. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Niewłaściwy moment obrotowy. 2. Zbyt luźny pas bieżny. 3. Niewłaściwy silnik. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Regulacja momentu obrotowego. 2. Regulacja pasa bieżnego. 3. Wymiana silnika. |



DelighTech Fitness App

Wymagania systemowe:

Android 2.3 lub nowszy z obsługą Bluetooth
APPLE iOS z obsługą Bluetooth wersja 4.0

FREE



DelighTech Fitness App – szybki start

Krok 1.

Pobierz aplikację ze strony appfit.biz



Krok 2.

Podłącz swoje urządzenie mobilne za pomocą funkcji Bluetooth



Krok 3.

Otwórz aplikację



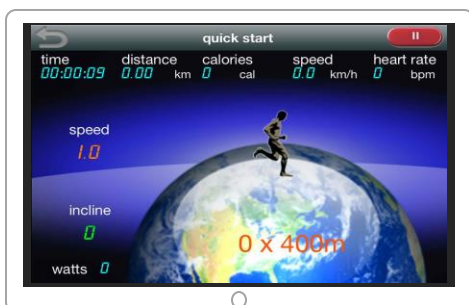
Krok 4.

Zacznij ćwiczyć



Krok 5.

Sprawdź podsumowanie treningu



Krok 6.

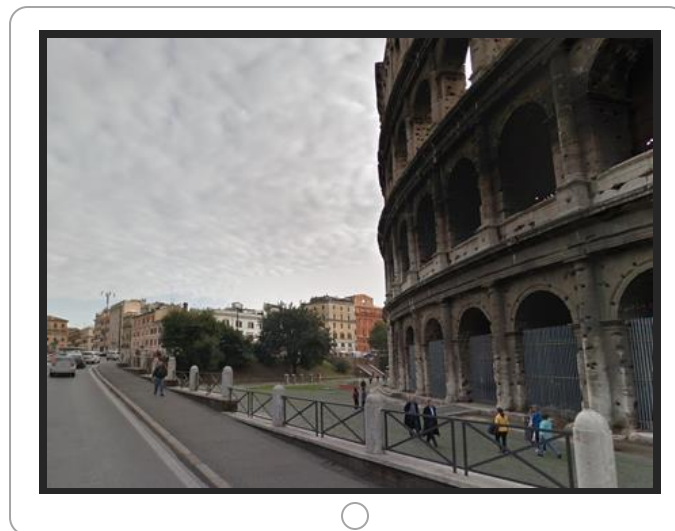
Sprawdź historię swoich treningów



Zaplanuj wycieczkę na mapie



Ćwicz z Google Street View



Pobierz kompletną instrukcję obsługi:
<http://manual.abisal.pl/app.pdf>



Instrukcja ćwiczeń

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

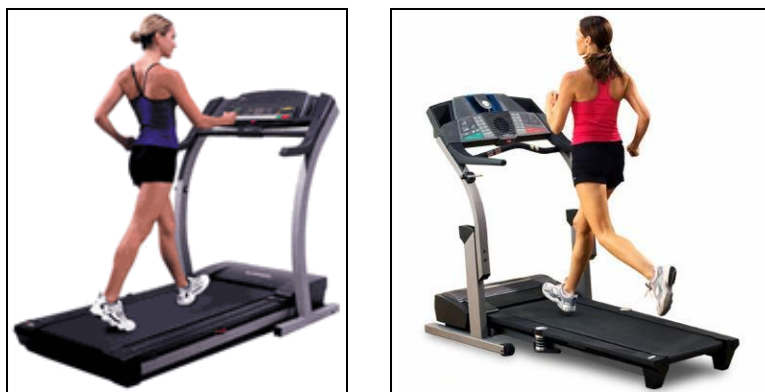
1. Rozgrzewka

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



1. Pozycja

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



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

Zakres stosowania

Bieżnia BE5000-i jest urządzeniem klasy H przeznaczonym wyłącznie do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych i komercyjnych.



Oznakowanie sprzętu symbolem przekreślonego kontenera na odpady informuje o zakazie umieszczania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Zgodnie z Dyrektywą WEE o sposobie gospodarowania zużytymi odpadami elektrycznymi i elektronicznymi, dla tego typu sprzętu należy stosować oddzielne sposoby utylizacji.

Użytkownik, który zamierza pozbyć się tego produktu, zobowiązany jest do oddania go do punktu zbierania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego, dzięki czemu przyczynia się do ponownego użycia, recyklingu, bądź odzysku, a tym samym do ochrony środowiska naturalnego. W tym celu należy skontaktować się z punktem w którym urządzenie zostało nabyte, lub z przedstawicielami władz lokalnych. Składniki niebezpieczne zawarte w sprzęcie elektronicznym mogą powodować długo utrzymujące się niekorzystne zmiany w środowisku naturalnym, jak również działać szkodliwie na zdrowie ludzi.



Dział obsługi klienta:

ABISAL Sp. z o.o.

ul. Św. Elżbiety 6

41-905 Bytom

abisal@abisal.pl

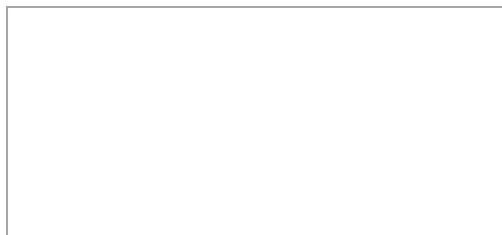
www.abisal.pl

www.hms-fitness.pl



KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:
Kod EAN:
Data sprzedaży:



(Pieczęć i podpis sprzedawcy)

WARUNKI GWARANCJI

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

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

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

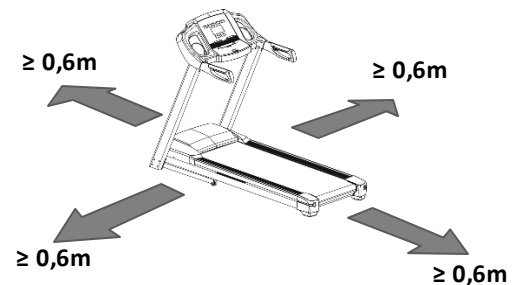
ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW:

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

Important safety information

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

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



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

SPECIFICATIONS

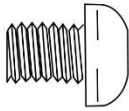
Weight – 91 kg
 Running belt – 52 x 140 cm
 Dimensions – 185 x 81,5 x 135 cm
 Maximum weight of user – 150 kg
 Motor: 3,5 hp

MAINTENANCE

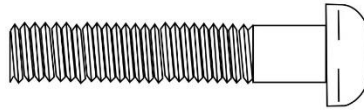
Use a soft, damp cloth to wipe the edge of the belt and the area between the belt edge and frame. Also reach as far as practical directly under the belt edge. A mild soap and water solution along with a nylon scrub brush will clean the top of the textured belt. This task should be done once a month. **Allow to dry before using.** On a monthly basis, vacuum underneath your treadmill to prevent build-up. Once a year, you should remove the motor shield and vacuum out dirt that may accumulate.

WARNING: UNPLUG POWER CORD BEFORE CLEANING/LUBRICATING.

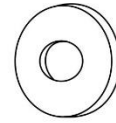
Hardware and tool



(A2) M8X16 bolt
6 pcs



(A18) M8X50 bolt
8 pcs



(C1) Flat washer ϕ 8
14 pcs



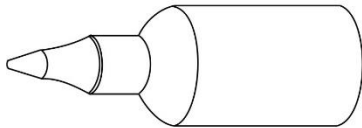
(D1) Wrench
1 pc



(D2) Screwdriver(s=5)
1 pc

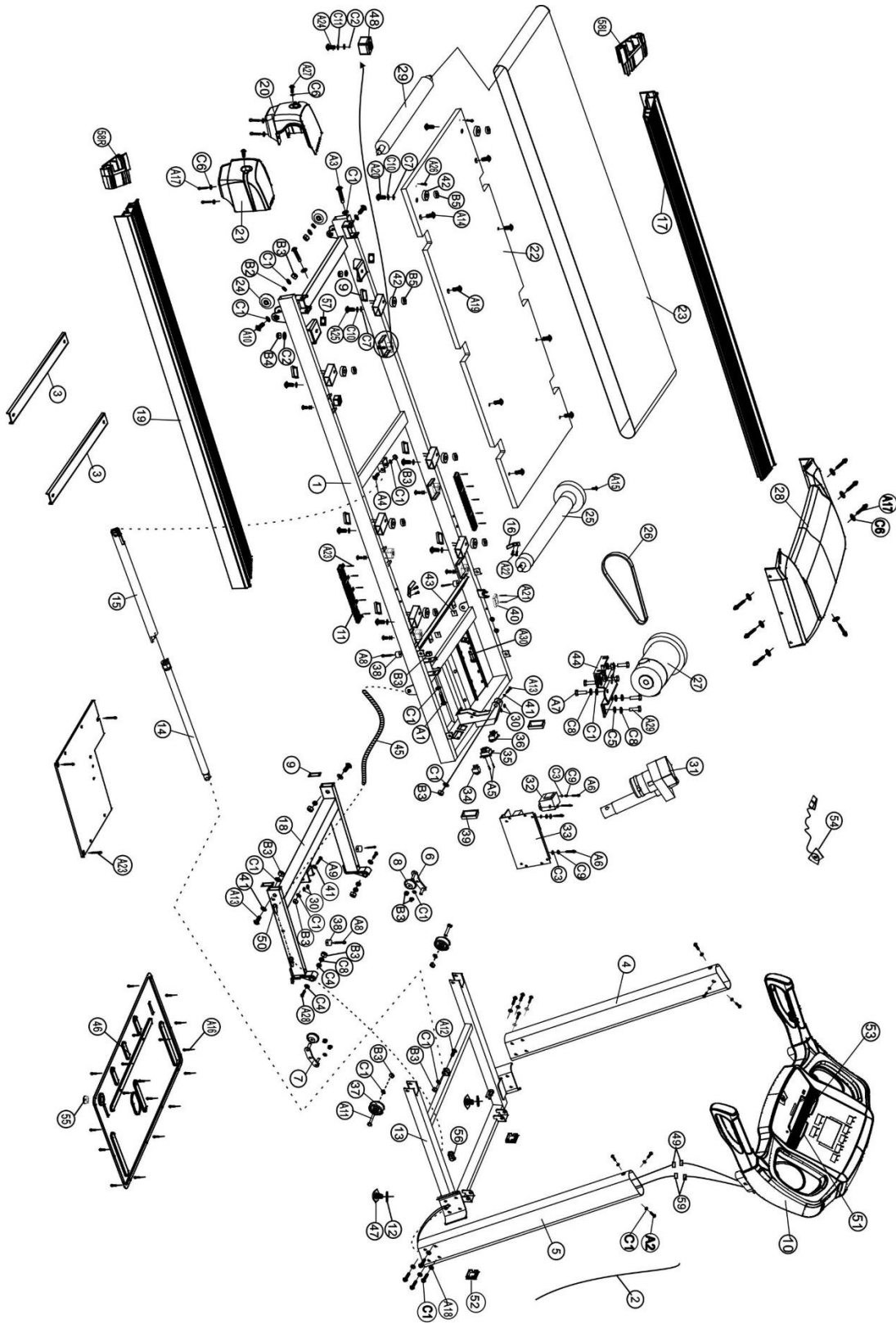


(D3) Wrench (s=6)
1 pc



(D4) Lubricant bottle
1 pc

Explored drawing



Parts List

| No. | Description | Qty | No. | Description | Qty |
|-----|------------------------------|-----|-----|-----------------------------------|-----|
| 1 | Base support | 1 | 56 | Square wire cap | 1 |
| 2 | Guide wire | 1 | 57 | Running board support pad | 2 |
| 3 | Running board support frame | 2 | 58 | Rear cover support L& R | 2 |
| 4 | Left upright tube | 1 | 59 | Speaker wire | 1 |
| 5 | Right upright tube | 1 | A1 | Half-round bolt M8X60 | 1 |
| 6 | Horizontal sliding frame (L) | 1 | A2 | Half-round bolt M8X16 | 6 |
| 7 | Horizontal sliding frame (R) | 1 | A3 | Round bolt M8X70 | 2 |
| 8 | wheel | 2 | A4 | Bolt M8X45 | 1 |
| 9 | Square plug (40*20) | 8 | A5 | Crosshead bolt M3X8 | 2 |
| 10 | Computer /Handlebar | 1 | A6 | Crosshead self-lock bolt ST4.2X12 | 4 |
| 11 | Running board cushion | 2 | A7 | Bolt M8X12 | 2 |
| 12 | Lock nut | 2 | A8 | Crosshead self-lock bolt ST4 X16 | 4 |
| 13 | Base frame | 1 | A9 | Altitude bolt Φ10 X45 | 1 |
| 14 | Cylinder | 1 | A10 | Bolt M8 X40 | 2 |
| 15 | Cylinder support tube | 1 | A11 | Half-round bolt M8X50 | 2 |
| 16 | Running belt guide hook | 2 | A12 | Bolt M8X30 | 1 |
| 17 | Left side rail | 1 | A13 | Altitude bolt Φ10 X30 | 3 |
| 18 | Incline frame | 1 | A14 | Crosshead bolt M6X30 | 2 |
| 19 | Right side rail | 1 | A15 | Half-round bolt M8X30 | 1 |
| 20 | Left end cap | 1 | A16 | Crosshead self-lock bolt ST4.2X10 | 18 |
| 21 | Right end cap | 1 | A17 | Crosshead self-lock bolt ST4.2X16 | 11 |
| 22 | Running board | 1 | A18 | Half-round bolt M8X50 | 8 |
| 23 | Running belt | 1 | A19 | Crosshead bolt M6X25 | 6 |
| 24 | Rear wheel | 2 | A20 | Bolt M5X35 | 2 |
| 25 | Front roller | 1 | A21 | Crosshead self-lock bolt ST2.9X12 | 2 |
| 26 | 6v belt | 1 | A22 | Crosshead self-lock bolt M6 X16 | 4 |
| 27 | Motor | 1 | A23 | Crosshead self-lock bolt ST4.2X12 | 10 |
| 28 | Motor cover | 1 | A24 | Half-round bolt M6X10 | 6 |
| 29 | Rear roller | 1 | A25 | Bolt M5X35 | 6 |
| 30 | Φ10 specialized washer | 4 | A26 | Crosshead self-lock bolt ST4.2X25 | 2 |
| 31 | Incline motor | 1 | A27 | Crosshead self-lock bolt ST4.2X35 | 2 |
| 32 | Transformer | 1 | A28 | Altitude bolt Φ10 X40 | 2 |
| 33 | Driver | 1 | A29 | Bolt M8X16 | 4 |
| 34 | Safety key | 1 | A30 | Bolt M8X35 | 1 |
| 35 | Cymbiform switch | 1 | B1 | Nut M6 | 2 |
| 36 | Socket | 1 | B2 | Small flat hexagon nut | 2 |
| 37 | Front wheel | 2 | B3 | Nylon lock nut M8 | 17 |
| 38 | Cushion | 4 | B4 | Nylon lock nut M6 | 2 |
| 39 | Square plug (60x30) | 2 | C1 | Flat washer φ8 | 33 |
| 40 | Finger shape sensor | 1 | C2 | Flat washer φ6 | 8 |
| 41 | Nylon washer | 4 | C3 | Flat washer φ4 | 4 |
| 42 | Side rail anchor point | 8 | C4 | Flat washer φ10 | 4 |
| 43 | Stator | 2 | C5 | Big flat washerφ8 | 4 |
| 44 | Motor support | 1 | C6 | Big flat washerφ4 | 13 |
| 45 | Bellow | 1 | C7 | Flat washerφ5 | 8 |
| 46 | Motor base cover | 1 | C8 | Spring washerφ8 | 8 |
| 47 | Adjustable foot pad | 2 | C9 | Spring washerφ4 | 4 |
| 48 | Running board cushion | 6 | C10 | Spring washerφ5 | 8 |
| 49 | Signal wire | 1 | C11 | Spring washerφ6 | 6 |
| 50 | Cable clamp | 2 | D1 | Wrench | 1 |
| 51 | Holder for tablet(R) | 1 | D2 | Screwdriver(s=5) | 1 |
| 52 | F40 end cap | 2 | D3 | Wrench (s=6) | 1 |
| 53 | Holder for tablet(L) | 1 | D4 | Lubricant bottle | 1 |
| 54 | Emergency stop key | 1 | | | |
| 55 | Round end cap | 1 | | | |

Assembly Instruction

Please make sure there's enough space to install the treadmill and recommend 2 persons to install it.

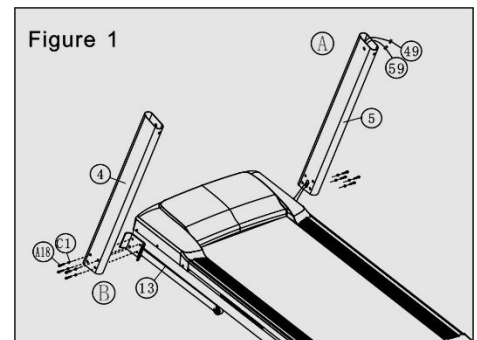
WARNING: Don't insert the power wire until the treadmill was fully assembled.



The direction of each of the upright, handrail, base foot and handrail plastic cover are different in left & right and thus marked with R & L. Do not confuse them.

2. Assembling left upright tube and Base frame

- a. Take the treadmill out from the carton and lay it down on floor. Pull the Signal wire (49) and speaker wire(59) from the end of Right upright tube (5) to the top. (See figure 1-A)
- b. Install the Left/Right upright tube (4/5) to base frame (13) using four Half-round bolt M8X50 (A18), Flat washers $\phi 8$ (C1) . Do not tighten all parts provisionally (See figure 1-B)

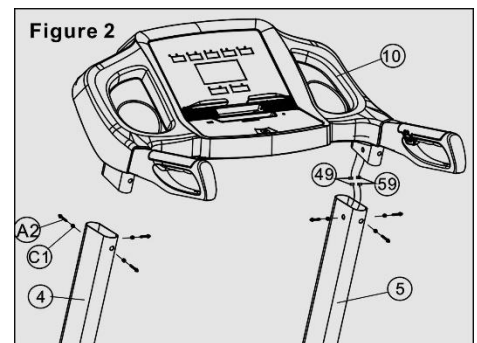


2. Assembling left and right upright tube with computer / handlebar

- a. Connect the Signal wire (49) and speaker wire(59) to corresponding wires that come from Handlebar (10) (see figure 2)
- b. Tighten the computer/handlebar (10) to upright tubes (4/5) with three sets Half-round bolts M8X16 (A2), Flat washers $\phi 8$ (C1). (see figure 2)

Do not tighten all parts provisionally

Screw up all the bolts of the step 1 and 2.



WARNING: To avoid electric shock, please keep the console dry. Only sealed bottle could be put on bottle holder.

Computer Instruction



Display instruction

LED display
 Calorie: 0-999 kcal
 Distance: 0-99.99 km
 Time: 0-99 minutes: 59 seconds
 Pulse: 50-220 times/minute
 Speed: 1.0-18km/h
 Incline: 0-15%

Dot matrix display

- Track instruction: display number of track and current position under manual program. Length of track 400 meters, max number 99 tracks.
- Operator instruction: guide the user to next step by showing instruction on display.

Button instruction

- PLAY/PUASE: to play or pause the MP3 during playing.
- VOL+ and -: to select track with short click and adjust volume with long press.
- MODE: to click in turn for following functions:
 MODE-----Customized program-----MODE-----HRC program---MODE----ready status.

Interface instruction

- USB: to play MP3 and charge your smart-phone device.
- Audio input: to play audio by connecting the mobile phone or MP3 player with an audio wire (optional part).

Computer operation

Start the computer: connect the power, press the switch on machine, put the safetykey in the groove on computer, the computer is ready. If the incline is not 0%, after pressing "incline +", "incline -" or "START/STOP", the treadmill will automatically return to incline 0%. Then you can set incline. When running, the treadmill will enter suspended state if you press "STOP", the computer will keep the data, then the treadmill will continue to run if you press "START"; If you press "STOP" twice, the data will be cleared and the treadmill will stop; If the suspended state lasts for 5 minutes, the treadmill will enter stop state.

Manual operation: when computer is ready, press the "START" button, the time will count down 3 seconds, then the treadmill starts, the initial speed is 1 km / h and incline is 0%. The LED will show the speed accordingly. Adjust the speed and incline by pressing speed and incline buttons on computer. The speed will increase by 0.2 km / h and incline by 1 each time.

Dot matrix display: display number of track and current position.

Preset program operation

This treadmill has **18 preset programs**. P1-P5 is weight losing program. P6-P10 is Physical compliance training program. P11-P12 is Physical training program. P13-P15 is Physical fitness maintaining program. P16-P18 is Physical recovery program.

- Press "PROGRAM" to enter automatic program status, the LED will show program 1, and the speed diagram. It shows total time, and incline of this program.
- Press "P+" and "P-" to change programs, press ENTER to enter the program you want.
- The time window shows program preset total time. Press -/+ to change program running time (The scale is 10-59 minutes.), press ENTER after setting.
- Press "START" to enter program status. The time starts to count down. When changing different programs, it will produce beep sound. When the time descends to zero, the speed slows down and the treadmill stop.
- During program running, you can press "Speed -" or "Speed +" to change speed, and press "Incline -" or "Incline +" to change incline.

Manual setting operation

User sets the time, distance and calorie by himself.

- Time setting (1-60 minutes): Under ready status, press MANUAL till TIME flashes, press SPEED/INCLINE -/+ to set the time, press Enter to confirm and then set finishing, if not set, enter into DISTANCE setting.
- Distance setting (0.1-99km): DISTANCE flashes, press SPEED/INCLINE -/+ to set the distance, press Enter to confirm and then set finishing; if not set, enter into CALORIE setting.
- CALORIE setting: CALORIE flashes, press SPEED/INCLINE -/+ to set the calorie, press Enter to confirm and then set finishing.
- TIME/DISTANCE/CALORIE windows flash, press START to run. If the time, distance and calorie aren't set, the window will count up, otherwise, count down, after the count-down, system will stop and enter into ready state.

Customized program setting

The users can set the speed, time and save them in the computer for future use, according to their own needs. There are 5 sets of user settings and 16 programs per set in this computer.

Customized program setting: Press “MODE” button in ready status until custom program setting window show program 1, Time, Speed and Incline windows flash, press **SPEED/INCLINE -/+** to choose programs; and the window will show the corresponding No... press “ENTER” to start program setting. If the program is set, window will show the corresponding data, then press START to enter into the running state.

Time setting

Before this section of program is set, the initial time is 16 minutes. Otherwise it shows set time. Press **SPEED/INCLINE -/+** to change program running time (The scale is 10-59 minutes.), press ENTER to start speed and incline setting of section.

Speed and incline setting

- The dot matrix of section 1 in the LED starts to twinkle, meaning it's OK to start setting. If this program is unidentified, the initial speed is 1KM/H; the initial incline is 0. Otherwise it shows set speed and incline.
- Press “speed+”, “speed-” to choose the speed you want.
- Press “incline+”, “incline-” to choose the incline you want.
- Press ENTER after setting, and start next section speed and incline setting.
- Do the same to set the speed and incline of section 2-16. When the last section is finished identified and you continued setting by pressing ENTER, the computer will beep twice to remind you the setting is done.
- During setting, press STOP to exit.
- Press “MODE” to save the data to the computer. The dot matrix shows all speed data; time window shows total time; incline window shows section one incline data.
- If you want to delete all customized program setting data, press “Program” when under the process of setting.
- If all data are saved, TIME/SPEED/INCLINE/CUSTOM window flash, press START to operate these set programs.

HRC program operation

4 Modes:

HRC1 : HRC limit is 65% of max pulse,

HRC2 : HRC limit is 75% of max pulse,

HRC3 : HRC limit is 90% of max pulse,

HRC4 : IND for individual, which you can select your heart rate limits by yourself(50~220BPM)

Max heart rate (MHR) = '220-age'. (This function is suggested to be used with Chest Belt)

- Come to HRC mode input:
In ready status, press MODE until ‘HRC’ will flash on the screen,
Press “ENTER” to confirm and enter the Age setting.
- Age (range 20~80, preset value is 30):
Age window displays “30” or last preset value,
Press SPEED/INCLINE -/+ to adjust the age value,
at the same time, the Pulse window will show the corresponding calculated heart rate value, Press “ENTER” to confirm and enter the Time setting.
- Time (range 10~99):
Time window shows 0 (zero) or last preset value, if you want to set the time, then Press SPEED/INCLINE -/+ to adjust the time value, Press “ENTER” to confirm and enter the HRC setting; If you don't need set, press ENTER directly to enter HRC control mode setting.

- d. HRC control mode setting:
HRC twinkles, HRC, Age, /Time and Pulse windows will show the set data, press ENTER to enter into HRC operation status.
- e. Pulse Self-setting status(BPM range: 50~220):
Pulse window flashes to show the corresponding heart rate according to 65% of MHR,
Press SPEED/INCLINE -/+ to adjust the pulse value, Press "ENTER" to confirm and enter the HRC setting finished status.
- f. HRC setting finished status:
'HRC' flashes, HRC/Age/Time/Pulse window/and the 'big Window' show the already-set values.
Press "START" button to enter HRC operation status.
- g. HRC operation status:
 - 4) Treadmill running, Speed window shows the preset speed 3km/h, you can adjust the SPEED in one minute, after this one minute the system will control the speed and incline according to HRC target automatically.
 - 5) If you do not set the Time, the Time window will count-up, otherwise it shows the count-down, the system will stop the treadmill automatically to enter to the Standby status after count-down.
 - 6) During the training, if the Pulse-Measure function fails, the Pulse window will show 'Er', treadmill will slow down until it stops.

Body fat operation

- a. Press "Body Fat" in ready status.
- b. Gender setting: 0--Man; 1--Woman. Gender window twinkles and shows "MAN" or last set gender. Press "P+" and "P-" to choose: "MAN", "WOMAN". Press "ENTER" to set weight.
- c. Weight (25-200KG), The LED will twinkle and show 45 (KG) or last set weight, Press "P+" and "P-" to choose your weight. Press "ENTER" to set height.
- d. Height (100-220CM), The LED will twinkle and show 145 (CM) or last set height, Press "P+" and "P-" to choose your Height. Press "ENTER" to set age.
- e. Age (8-65), The LED will twinkle and show 18 or last set age, Press "P+" and "P-" to choose your age. Press "ENTER" to set body fat test.
- f. After all setting, The LED will twinkle and then hold both of your hands on the hand pulse to test your body fat. The LED will show your body fat when test is finished, or it will show "-----" if it's failed. The computer will choose the appropriate program for you after processing the data. You can press "Body Fat" to quit the test during operation and return to ready status.
- g. Press "START/STOP" to enter program status. The time starts to count down. When changing different programs, it will produce beep sound. When the time descends to zero, the speed slows down and the treadmill stop.
- h. Taking Asian measure: body fat under 19 is thin; between 19 and 24 is realistic weight; between 24 and 27 is overweight; over 27 is obese.

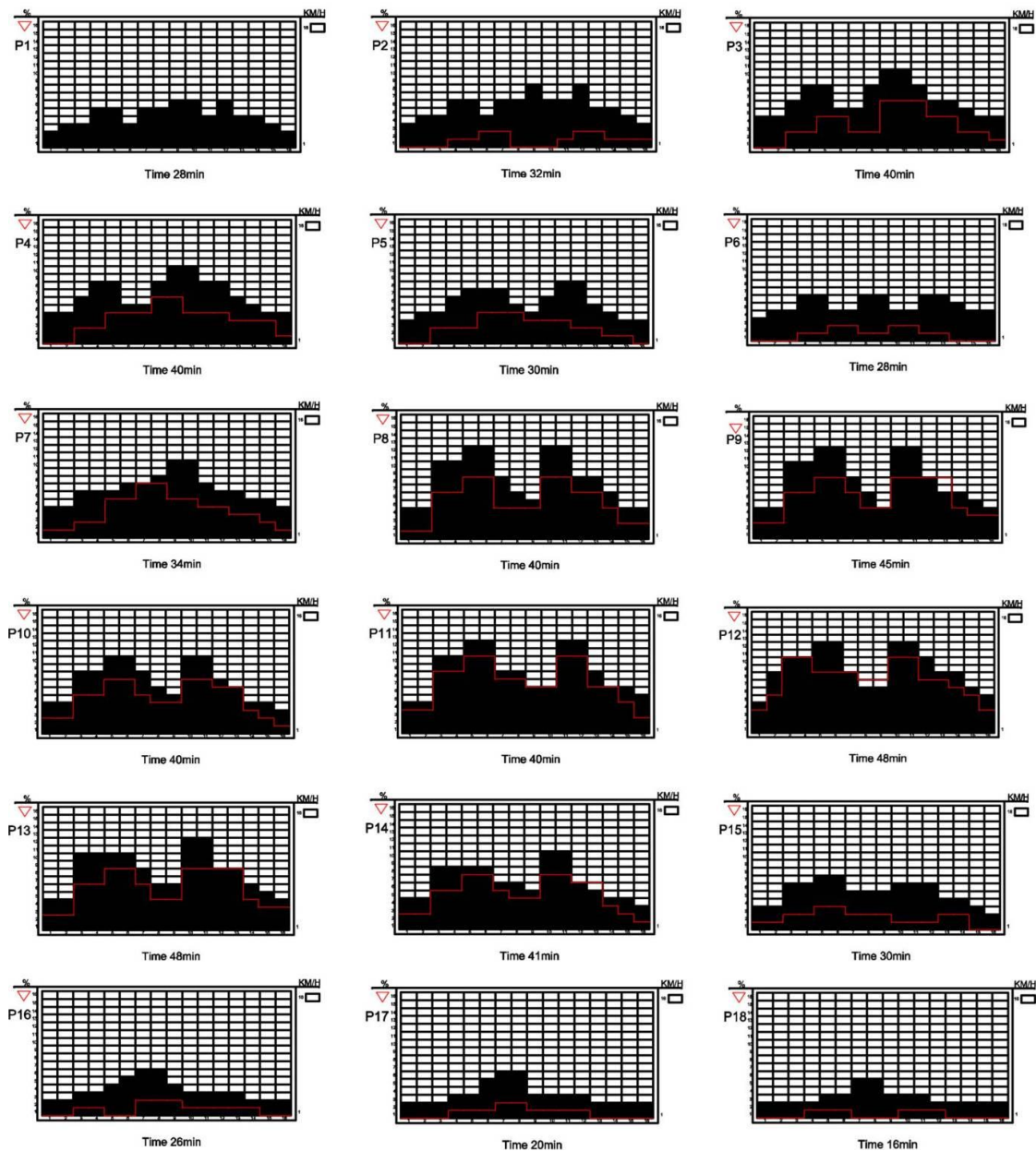
Hand pulse: In non-exercise status, hold both of your hands on the pulse sensors, the LED will show the index, the heart shape light will show the pulse twinkling.

Malfunction

Computer's indication for the malfunction of speed /incline sensor:

- 1) Er01: Speed failure. After the treadmill starts, if there is any speed malfunction, it will stop after running for 6 seconds. Computer will back to ready status and speed window shows "Er01". Any operation for the computer will be wasted.
- 2) Er02: Overload current failure. After the treadmill starts, if there are overload current in the motor, it will stop and speed window shows "Er02".
- 3) Er03: Correspond failure. When computer and driver fail to correspond, the speed window shows "Er03".
- 4) Er04: Current source failure. When there is failure of the current source in the driver, the speed window shows "Er04".
- 5) Incline failure: if the computer doesn't detect incline, incline window will show "--", you can press incline +/- keys to control incline.

Program graphics:



Adjustment

- 1) Ask the authorized service representative or professional technician to check if the voltage is suitable, and if the grounded wire is reliable. Pull the running belt by your hand and check if it turns freely, without screech.
- 2) Insert one end of the power line into the socket at the forepart of treadmill; plug the other end in the electrical outlet. Put the emergency stop key on to the corresponding place on the computer.
- 3) Turn on the switch from "0" to "1", the computer displays zero, the running belt do not move.
- 4) Press the "START" key, the treadmill runs slowly, check if the computer and running belt work normally.
- 5) Press the "SPEED" key, and observe the status of the running belt and display on the computer. Please turn off the machine if the belt runs defectively, adjust it following the rules in "MAINTENANCE AND MALFUNCTION TREATMENT".
- 6) Check all the functions keys on the computer.
- 7) Pull out emergency stop key, the treadmill should stop immediately; it'll work when you put it on again.
- 8) Press the "STOP" key, the treadmill will stop, and then turn off the switch if you want to finish your exercise.

Operation instruction

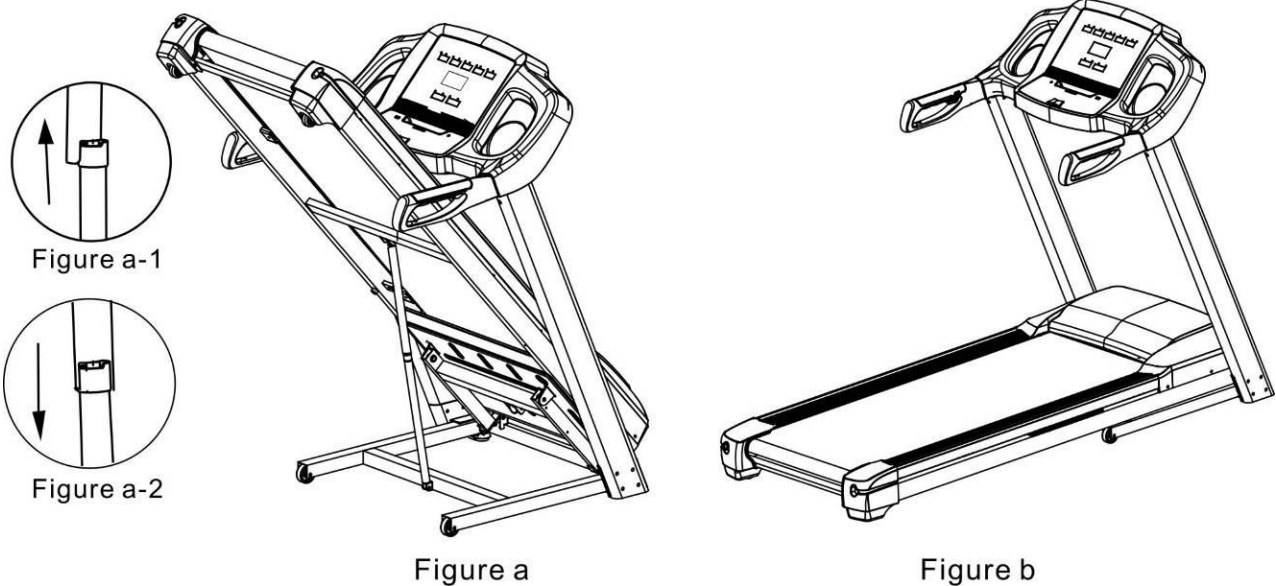
After assembly and adjustment you can use the treadmill:

- 1) Turn on the electrical outlet switch, and put the emergency stop key onto the corresponding place on the computer.
- 2) Stand on the side extrusions; clip the safety key to your clothing at your waist.
- 3) Press the "START" key, the treadmill runs at a lower speed, you can step on the belt and walk slowly. The lowest speed is 1.0 km/h. (see COMPUTER INSTRUCTION)
- 4) Press the "Speed +", "Speed -" or direct speed key, the speed will change relatively, and you can read the speed on the computer. You can run slowly for 2~3 minutes, and then run faster if you feel comfortable. You can run freely with hand away from the handrails when you feel well.
- 5) During running, you can read speed, time, distance and calorie on the LED.
- 6) Slowdown when you want to finish your exercise, and run slowly for 2~3 minutes to make your heart rate and muscle turn to normal.
- 7) If you can't keep balance while running at a high speed, you can pull off the emergency stop key, and the treadmill will stop immediately.
- 8) Do not step on the running belt to right or left during exercise, or else the running belt will be a berrancy.
- 9) After exercise, slowdown and press "STOP" key to stop the treadmill. If you want to restart the treadmill, press "START" key (But the interval between start and stop should be more than 1 minute).

WARNING: Continuously using incline function for more than five times, the function may not work well. This is not the malfunction but a kind of self-protection. The function would restore in 1 hour.

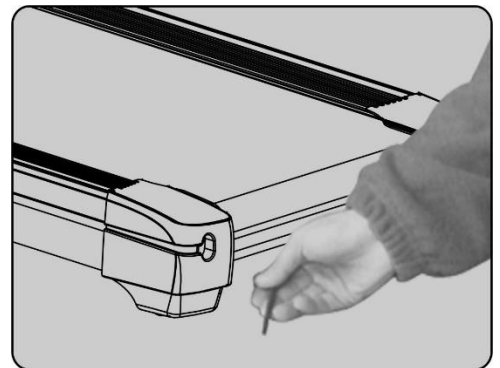
Folding, Moving and Unfolding Instruction

- 1) Folding: The treadmill is foldaway. Lift the end of the main frame and fold upwards until the connecting bar rebound to the cover of cylinder tube. (See figure a)
- 2) Moving: Press the handrails to make the front base foot away from the ground then push the treadmill after folding.
- 3) When you want to put the treadmill to the work position, please lift the end of main fame (end cap) a little to make the foldaway support tube higher than the cylinder cover (see figure a-1), tip the foldaway support tube with your foot slightly (see figure a-2), press the end of main fame (end cap) forcibly, remove your foot and keep on pressing the end of main fame for a while. The cylinder will shrink under the weight of itself (see figure b) and the main fame goes flat.



Maintenance and Malfunction Treatment

- 1) The surface of the treadmill should be kept clean, pull out the power line before cleaning. You can clean the running belt and the surface of the treadmill with a soft and wet cloth.
- 2) The running belt is adjusted at factory; it may runs defectively after transportation and use. Turn off the treadmill before adjusting, pull the belt in the center, and then adjust the left and right bolts in rear roller with hex spanner (See figure) it is better to adjust 1/2 circle once. Then turn on the switch, check if the belt 10 runs defectively when the running speed is 4~5 km/h.
- 3) After using over 100hours or the lubricant between the running board and the running belt is used up, please lubricate the running board and adjust the running belt well.
- 4) After a long time of running, the belt may be longer and stuck. You should turn the left and right adjustor bolt in rear roller clockwise at same position till the runs smoothly and freely.



Warning:

- 1) The safety level of the equipment can be maintained only if it is examined regularly for damage and wear, e.g. pins, connection points.
- 2) Please replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair.

| Malfunction | Reason | Treatment |
|--|---|--|
| Power on but no display on the computer | <ol style="list-style-type: none"> 1. Plug incorrectly. 2. Overload protection switch is off 3. Transformer is inserted incorrectly. 4. The fuse in the driver is burned. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Plug it again. 2. Reset it. 3. check it up or replace it. 4. Replace it |
| Show Er01, Speed sensor malfunction | <ol style="list-style-type: none"> 1. Speed sensor is broken or installed incorrectly. 2. Optocoupler in the driver is damaged 3. Other parts outside IC is broken. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Check up the install position or replace the speed sensor. 2. Replace Driver or the Optocoupler. 3. Replace driver. |
| Show Er02, motor electricity overload malfunction | <ol style="list-style-type: none"> 1. Overload current through the motor. 2. Obstruction of the roller is too much. 3. Driver is damaged. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Replace the motor. 2. Enhance lubricating or replace it. 3. Replace the driver. |
| Show Er03, Correspond failure | <ol style="list-style-type: none"> 1. Undesirable signal wire. 2. Optocoupler in the driver is damaged. 3. Computer is damaged. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Check up the signal wire's connector to the computer and the driver. 2. Replace driver or the Optocoupler. 3. Replace computer board. |
| Show Er04, driver power malfunction | <ol style="list-style-type: none"> 1. Motor haven't inserted well or motor's damaged (broken circuit). 2. The relay of the driver is damaged. 3. The bridge of the driver is damaged. 4. Other parts outside IC is damaged. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Check up or replace a motor. 2. Replace driver or relay. 3. Replace driver or bridge. 4. Replace driver. |
| If incline window will show "--", incline is in malfunction. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Incline motor sensor insert incorrectly. 2. Incline motor sensor is damaged. 3. Parts in the driver is damaged. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Check up the connection of the plug. 2. Replace incline motor. 3. Replace driver. |
| Without loading, operate normally. With loading, hard to start and with stops. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Driver's torque regulation is small. 2. Running belt gets loose. 3. Undesirable motor. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Adjust the torque. 2. Adjust running belt. 3. Replace motor. |



DelighTech Fitness App

System requirements:

Android 2.3 or later version, cooperation with Bluetooth
APPLE iOS device with Bluetooth version 4.0 only

FREE



DelighTech Fitness App – Quick Start

Step 1.

Download app from website: appfit.biz



Step 2.

Connect your device with Bluetooth



Step 3.

Open app



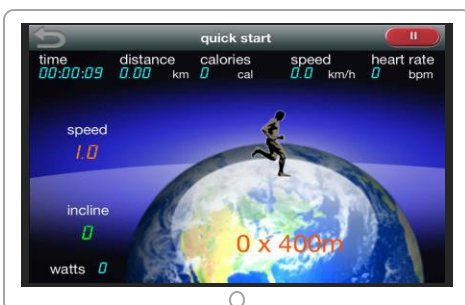
Step 4.

Start workout



Step 5.

Workout summary



Step 6.

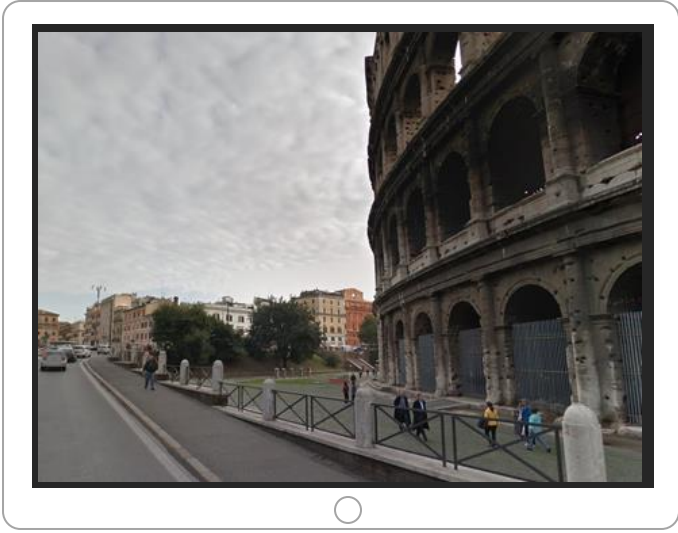
Sprawdź historię swoich treningów



Plan your own route on map



Exercise with Google Street View



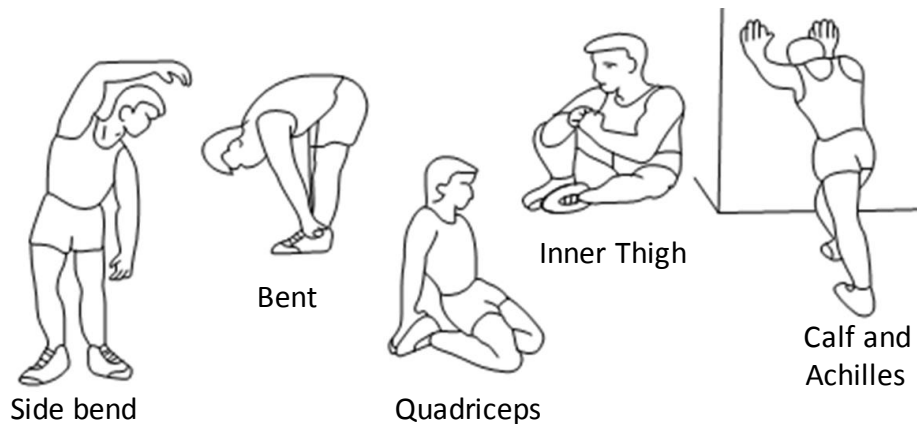
Download Complete User Guide:
<http://manual.abisal.pl/app.pdf>



Training instruction

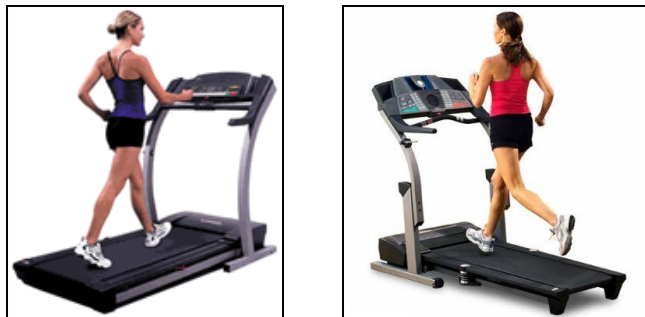
1. Warm-Up

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



2. Position

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



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

Terms of references

Motorized treadmill is used for legs training. Treadmill BE5000-i is H class item. Unit is not intended for therapy or rehabilitation.



The equipment label depicting a crossed-out wheeled bin symbol informs that it is forbidden to dispose of waste electrical and electronic equipment together with other types of waste. In accordance with the WEE directive on waste electrical and electronic equipment, separate waste management processes should be applied for this type of equipment. The user who intends to dispose of such a product is obliged to return it to an electronic equipment collection point thanks to which they can contribute to its re-use, recycling and recovery and, in this way, protect the environment. To do this, contact the sales point where the equipment was purchased or a representative of the local authorities. Hazardous substances included in electronic equipment can have negative long-term influence on the natural environment and they can also have negative effect on human health.



Consumer service department:

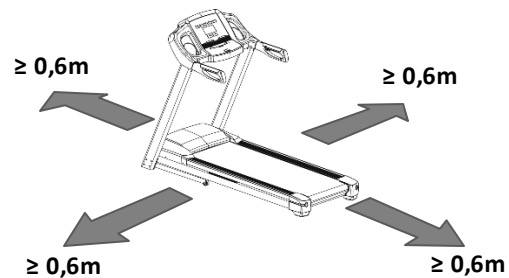
ABISAL Sp. z o.o.
ul. Św. Elżbiety 6
41-905 Bytom
abisal@abisal.pl

www.abisal.pl
www.hms-fitness.pl

Bezpečnostní pokyny

Výrobek je určen výlučně k domácímu použití a byl navržen tak, aby byla zajištěna optimální bezpečnost. Dodržujte následující pokyny:

1. V případě možnosti existence zdravotních překážek ve využívání tohoto zařízení se před započítím tréninku poraďte s lékařem. Rozhodnutí lékaře je nezbytné především v případě používání léků ovlivňujících práci srdce, krevní tlak a hladinu cholesterolu. Rozhodnutí je nezbytné i v případě osob starších 35 let, které mají zdravotní problémy.
2. Před započítím tréninku vždy proveďte rozcvik.
3. Dávejte si pozor na znepokojující signály. Nevhodné nebo nadměrné cvičení je zdraví nebezpečné. Pokud se během tréninku objeví bolesti hlavy, závratě, bolest na hrudi, nepravidelný srdeční rytmus nebo jiné znepokojivé signály, okamžitě přerušete trénink a poraďte se s lékařem ohledně pokračování v tréninku. Úrazy mohou být způsobeny nepravidelným nebo příliš intenzivním tréninkem.
4. V průběhu tréninku a po jeho ukončení zajistěte, aby k zařízení neměly přístup děti a zvířata.
5. Zařízení postavte na suchý, stabilní a řádně vyrovnaný povrch. Z bezprostřední blízkosti zařízení odstraňte všechny ostré předměty. Zařízení chraňte před vlhkostí, případné nerovnosti povrchu vyrovnejte. Doporučujeme použít speciální antisklizovou podložku, která zabraňuje posouvání se zařízení během tréninku.
6. Volný prostor by neměl být menší než 0,6 m a větší než dostupný tréninkový prostor. Volný prostor musí zahrnovat také prostor pro bezpečné nouzové opuštění zařízení. Tam, kde jsou zařízení umístěna vedle sebe, může být velikost volného prostoru rozdělena.
7. Před prvním použitím, a dále v pravidelných intervalech, je potřeba kontrolovat upevnění šroubů a ostatních spojů.
8. Před započítím tréninku zjistěte upevnění jednotlivých částí a šroubů, které je spojují. Trénink je možné započít pouze v případě, že je zařízení řádně sestaveno.
9. Zařízení by mělo být pravidelně kontrolováno z hlediska opotřebení a poškození, pouze tehdy budou splněny bezpečnostní podmínky. Zvláštní pozornost je potřeba věnovat potahu a pěnovkám, které podléhají opotřebení nejrychleji. Poškozené části je potřeba co nejrychleji opravit nebo vyměnit-do té doby není možno zařízení používat.
10. Do otvorů nekladějte žádné předměty.
11. Dávejte pozor na čouhající regulační části a jiné konstrukční části, které by při tréninku mohly překážet.
12. Zařízení využívejte pouze v souladu s jeho určením. Jestliže bude některá část poškozena nebo opotřebena nebo se během tréninku objeví znepokojující zvuky, okamžitě přerušete trénink. Nepoužívejte zařízení, dokud nebude závada odstraněna.
13. Cvičte v pohodlném oblečení a sportovní obuvi. Vyhněte se volnému oblečení, které by se mohlo o vyčnívající části zachytit, nebo by mohly omezovat volnost pohybu.
14. **Zařízení spadá do třídy H podle normy EN ISO 20957-1 a je určeno k výlučně domácímu použití. Nemůže být použito k terapeutickým, rehabilitačním nebo komerčním účelům.**
15. Během zvedání nebo přenášení tohoto zařízení je potřeba mít správné držení těla, aby nedošlo k poškození páteře.
16. Zařízení je určeno pouze pro osoby dospělé. Děti bez dozoru držte v bezpečné vzdálenosti od zařízení.
17. Při montáži zařízení je potřeba přesně dodržovat návod a používat pouze části, které patří k zařízení. Před započítím montáže je potřeba zkontrolovat, zda všechny části, které jsou v seznamu, byly dodány.



Zachovejte volný prostor větší než 0,6 m od na obrázku vyobrazého tréninkového prostoru.

UPOZORNĚNÍ: PŘED POUŽITÍM FITNESS ZAŘÍZENÍ SI PŘEČTĚTE NÁVOD. NENESEME ZODPOVĚDNOST ZA ZRANĚNÍ UŽIVATELE NEBO POŠKOZENÍ PŘEDMĚTŮ, V DŮSLEDKU NESPRÁVNÉHO POUŽÍVÁNÍ ZAŘÍZENÍ.

TECHNICKÉ ÚDAJE

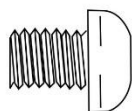
Hmotnost netto – 91 kg
 Běžecský pás – 52 x 140 cm
 Velikost po rozložení – 185 x 81,5 x 135 cm
 Maximální zatížení výrobku – 150 kg
 Motor: 3,5 hp

ÚDRŽBA

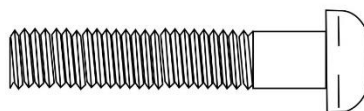
K čištění okrajů pásu a prostoru H podél pásu a rámečků pásu používejte měkký, vlhký hadřík. Čistěte také okraj pásu z jeho spodní strany. Horní část pásu čistěte kartáčkem a vodou s mýdlem nebo jemným detergentem je dnou měsíčně. **Než začnete běžecský pás opětovně používat počkejte, až uschne.** Pod běžecským pásem vysávejte minimálně je dnou měsíčně za účelem předcházení nahromadění se prachu. Je doporučováno jednou ročně s undat kryt motoru za účelem odstranění prachu, který se tam může nahromadit.

POZOR: PŘED ČIŠTĚNÍM/MAZÁNÍM JE POTŘEBA VYTÁHNOUT ZÁSTRČKU ZE ZÁSUVKY.

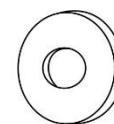
Montážní části



(A2) M8x16 šroub, 6 ks



(A18) M8x50 šroub, 8 ks



(C1) $\Phi 8$ podložka, 14 ks



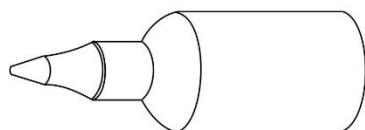
(D1) klíč, 1 ks



(D2) šroubovák (S=5), 1 ks

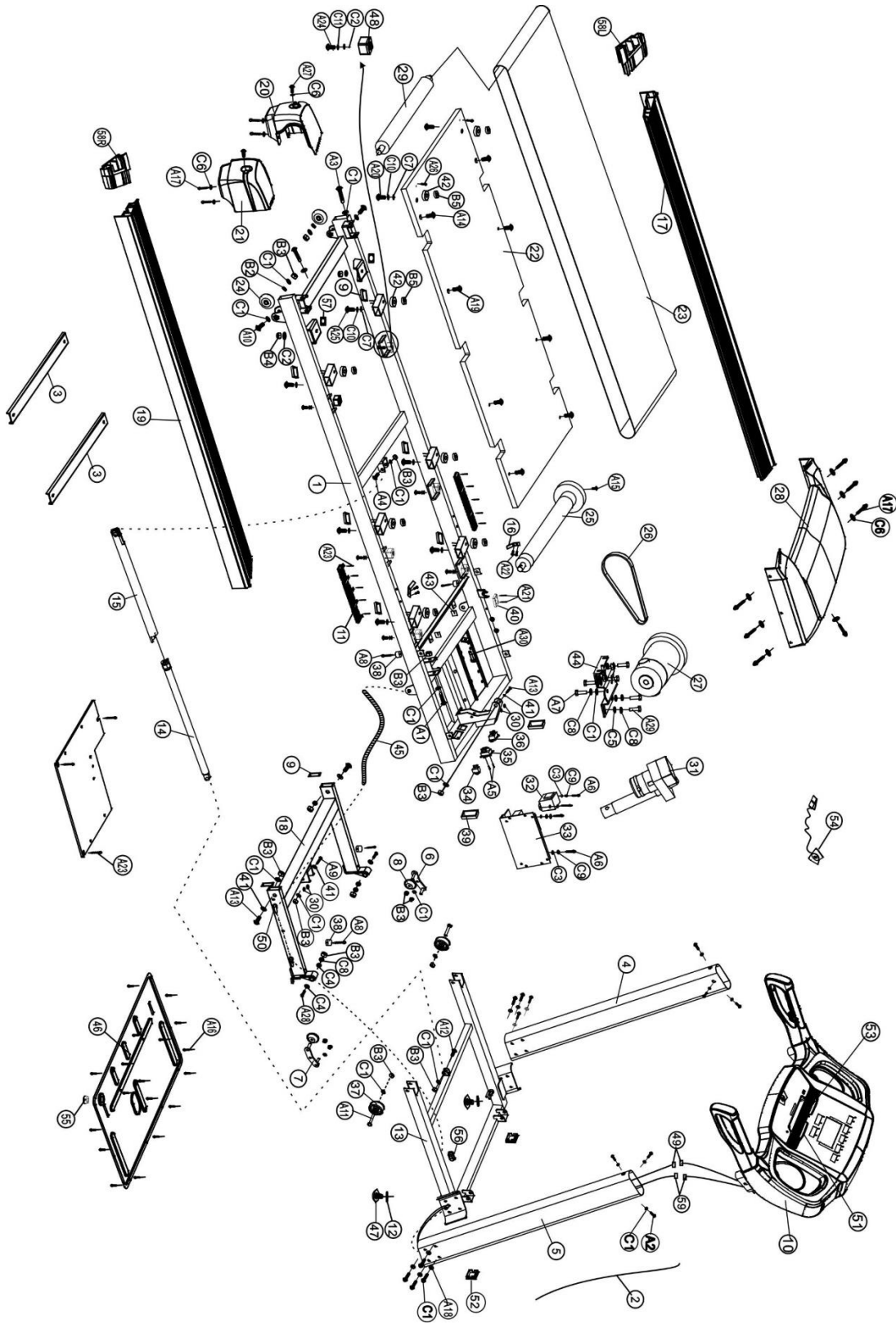


(D3) klíč (S=6), 1 ks



(D4) olejnička, 1 ks

Nákres



Seznam částí

| Č. | Název | Počet | Č. | Název | Počet |
|----|-------------------------------|-------|-----|-----------------------------|-------|
| 1 | Rám | 1 | 55 | Koncovka | 1 |
| 2 | Vodič | 1 | 56 | Koncovka | 1 |
| 3 | Rám běžeckého pásu | 2 | 57 | Podpěra běžeckého pásu | 2 |
| 4 | Levá svíslá podpěra | 1 | 58 | Zadní kryt vzpěry L&P | 2 |
| 5 | Pravá svíslá podpěra | 1 | 59 | Zvukový převod | 1 |
| 6 | Horizontální posuvný rám (L) | 1 | A1 | Půlkulatý šroub M8X60 | 1 |
| 7 | Horizontální posuvný rám (R) | 1 | A2 | Půlkulatý šroub M8X16 | 6 |
| 8 | Kolečko | 2 | A3 | Šroub M8X70 | 2 |
| 9 | Koncovka (40*20) | 8 | A4 | Šroub M8X45 | 1 |
| 10 | Počítač/Držadla | 1 | A5 | Šroub M3X8 | 2 |
| 11 | Podložka běžeckého pásu | 2 | A6 | Samosvorný šroub ST4.2X12 | 4 |
| 12 | Pojistná matice | 2 | A7 | Šroub M8X12 | 2 |
| 13 | Rám základny | 1 | A8 | Samosvorný šroub ST4 X16 | 4 |
| 14 | Hydraulický cylindr | 1 | A9 | Šroub Φ 10 X45 | 1 |
| 15 | Objímka cylindru | 1 | A10 | Šroub M8 X40 | 2 |
| 16 | Vedení pásu | 2 | A11 | Půlkulatý šroub M8X50 | 2 |
| 17 | Boční lišta | 1 | A12 | Šroub M8X30 | 1 |
| 18 | Rám rampy | 1 | A13 | Šroub Φ 10 X30 | 3 |
| 19 | Boční lišta | 1 | A14 | Šroub M6X30 | 2 |
| 20 | Levá krytka | 1 | A15 | Půlkulatý šroub M8X30 | 1 |
| 21 | Pravá krytka | 1 | A16 | Samosvorný šroub ST4.2X10 | 18 |
| 22 | Deska běžeckého trenažéru | 1 | A17 | Samosvorný šroub ST4.2X16 | 11 |
| 23 | Běžecký pás | 1 | A18 | Půlkulatý šroub M8X50 | 8 |
| 24 | Zadní kolečko | 2 | A19 | Šroub M6X25 | 6 |
| 25 | Přední hnací hřídel | 1 | A20 | Šroub M5X35 | 2 |
| 26 | Hnací řemen 6 v | 1 | A21 | Samosvorný šroub ST2.9X12 | 2 |
| 27 | Motor | 1 | A22 | Samosvorný šroub M6 X16 | 4 |
| 28 | Kryt motoru | 1 | A23 | Samosvorný šroub ST4.2X12 | 10 |
| 29 | Zadní hnací hřídel | 1 | A24 | Půlkulatý šroub M6X10 | 6 |
| 30 | Φ 10 podložka | 4 | A25 | Šroub M5X35 | 6 |
| 31 | Motor rampy | 1 | A26 | Samosvorný šroub ST4.2X25 | 2 |
| 32 | Transformátor | 1 | A27 | Samosvorný šroub ST4.2X35 | 2 |
| 33 | Řídící část | 1 | A28 | Šroub Φ 10 X40 | 2 |
| 34 | Bezpečnostní klíč | 1 | A29 | Šroub M8X16 | 4 |
| 35 | Přepínač | 1 | A30 | Šroub M8X35 | 1 |
| 36 | Zdířka | 1 | B1 | Matka M6 | 2 |
| 37 | Přední kolečko | 2 | B2 | Malá matka | 2 |
| 38 | Tlumič | 4 | B3 | Nylonová pojistná matice M8 | 17 |
| 39 | Zástrčka (60x30) | 2 | B4 | Nylonová pojistná matice M6 | 2 |
| 40 | Čidlo | 1 | C1 | Podložka ϕ 8 | 33 |
| 41 | Plastová podložka | 4 | C2 | Podložka ϕ 6 | 8 |
| 42 | Místo připevnění bočního rámu | 8 | C3 | Podložka ϕ 4 | 4 |
| 43 | Stojan | 2 | C4 | Podložka ϕ 10 | 4 |
| 44 | Rám motoru | 1 | C5 | Velká podložka ϕ 8 | 4 |
| 45 | Bzučák | 1 | C6 | Velká podložka ϕ 4 | 13 |
| 46 | Kryt motoru | 1 | C7 | Podložka ϕ 5 | 8 |
| 47 | Pedál s regulací | 2 | C8 | Pružinová podložka ϕ 8 | 8 |
| 48 | Tlumič běžeckého pásu | 6 | C9 | Pružinová podložka ϕ 4 | 4 |
| 49 | Signální převod | 1 | C10 | Pružinová podložka ϕ 5 | 8 |
| 50 | Koncovka převodu | 2 | C11 | Pružinová podložka ϕ 6 | 6 |
| 51 | Držadlo tabletu (R) | 1 | D1 | Klíč | 1 |
| 52 | F40 koncovka | 2 | D2 | Šroubovák (s=5) | 1 |
| 53 | Držadlo tabletu (L) | 1 | D3 | Klíč (s=6) | 1 |
| 54 | Bezpečnostní klíč | 1 | D4 | Olejnička | 1 |

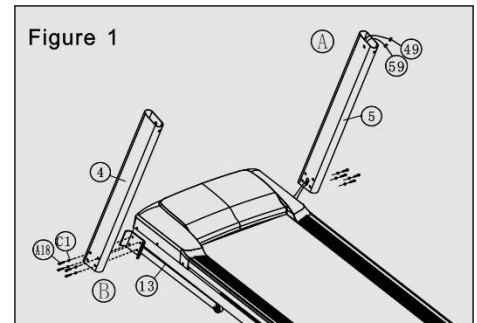
Návod montáže

Před montáží se ujistěte, že máte dostatek místa. Doporučujeme, aby montáž prováděly min. 2 osoby. Části označené jako pravé (P) nebo levé (L) montujte jenom na určené strany zařízení.

UPOZORNĚNÍ: nezapojte motor k el. obvodu před ukončením montáže.

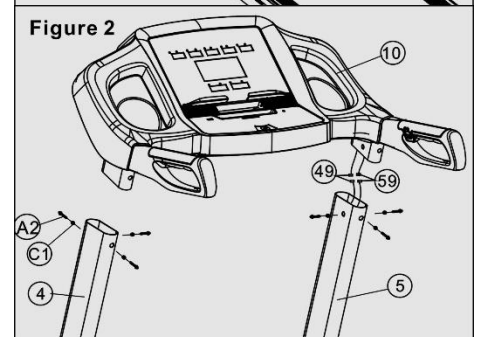
1. Připevnění levé a pravé podpěry

- Vytáhněte běžecký trenážér z kartonu a položte jej na podlahu. Protáhněte převody: signální (49) a zvukový (59) nahoru přes pravou podpěru (5) – viz obr. 1-A.
- Připevněte levou a pravou podpěru (4/5) k hlavnímu rámu (13) pomocí čtyř půlkulatých šroubů M8X50 (A18), podložek $\phi 8$ (C1). V této fázi montáže je nedotahujte (viz obr. 1-B).



2. Připevnění levé a pravé podpěry k počítači/držadlům

- Spojte signální převod (49) a zvukový převod (59) s příslušnými převody vyčnívajícími z rukojeti (10) – viz obr.3.
- Přišroubujte počítač/rukojeť (10) k levé a pravé podpěře (4,5) pomocí šesti souprav šroubů (A2) a šesti podložek (C1).
- Dotáhněte všechny šrouby z bodu 1. a 2.



UPOZORNĚNÍ: Aby nedošlo k úrazu proudem, počítač musí být suchý.

Počítač



Displej LCD

Calorie (Kalorie): 0-999.9 kcal
 Distance (Vzdálenost): 0-99.99 km
 Time (Čas): 0-99 minut: 59 sekund
 Pulse (Puls):: 50-220 úderů/minutu
 Speed (Rychlost): 1.0-16 km/h
 Incline (Sklon): 0%-15%

Dot-matrix displej

- Zobrazuje číslo okruhu a aktuální umístění v uživatelském programu. Délka okruhu - 400 metrů, max.počet okruhů - 99.
- Zobrazuje rady týkající se obsluhy.

Funkce tlačítek

- PLAY/PAUSE: slouží k zapínání a zastavování MP3 přehrávače.
- VOL+ a -: krátké stisknutí slouží k přeskokování skladeb, dlouhé k regulaci hlasitosti.
- MODE: slouží k výběru funkce:
 MODE-----Customized program (Uživatelský program)-----MODE-----HRC program----MODE-----
 Ready status (Pohotovostní režim).

Připojení vnějších zařízení

- USB: slouží k přehrávání hudby (MP3) a nabíjení mobilních zařízení.
- Audio vstup: slouží k přehrávání hudby (MP3) z mobilního zařízení.

Ovládání počítače

Zapínání zařízení. Připojte napájení. Přepněte přepínač do polohy „zapnuto“. Do počítače vsuňte bezpečnostní klíč. Počítač je připraven k provozu. Pokud je sklon běžeckého trenažéru jiný než 0%, po stisknutí tlačítka „Incline +“ nebo „Incline –“, nebo po stisknutí tlačítka START/STOP na počítači, se sklon běžeckého trenažéru automaticky vrátí na 0%. Teprve poté můžete začít s nastavováním sklonu.

Manuální ovládání. Když je počítač připraven k provozu, stiskněte tlačítko „START“. Displej spustí odpočítávání a po 3 sekundách se běžecký trenažér spustí. Počáteční rychlost je 1km/h a výchozí sklon běžeckého trenažéru 0%. Na displeji uvidíte odpovídající hodnoty rychlosti a sklonu. Přizpůsobte rychlost a sklon stisknutím příslušných tlačítek na počítači. Každé stisknutí tlačítka mění rychlost o 0,2km/h a hodnotu sklonu o 1.

Automatické programy

Můžete si vybrat jeden z 18 přednastavených programů. P1-P5 jsou programy sloužící k hubnutí. P6-P10 jsou programy rozvíjející vytrvalost. P11-P12 jsou programy zlepšující fyzickou kondici. P13-P15 jsou programy k udržování formy. P16-P18 jsou programy vracející fyzickou kondici.

- Stiskněte „Program“ pro vstup do automatických programů. Na displeji se zobrazí ikona programu č.1 a také diagram ukazující celkový čas tréninku a sklon běžeckého trenažéru.
- Stisknutí tlačítka „P+“ nebo „P-“, změní číslo programu tréninku. Pro potvrzení výběru stiskněte tlačítko „Enter“.
- Na displeji se zobrazí výchozí, pro daný program předurčený, celkový čas tréninku. Stiskněte tlačítko označené „+“ nebo „-“, za účelem nastavení času odpovídajícího Vašim požadavkům a schopnostem (rozsah 10-59 minut). Pro potvrzení výběru stiskněte tlačítko „Enter“.
- Pro spuštění vybraného programu stiskněte tlačítko „START/STOP“. Počítač začne odpočítávat čas. Mezi jednotlivými částmi programu uslyšíte zvukový signál. Jakmile odpočítávání skončí, bude se běžecký pás zpomalovat až do úplného zastavení se.
- V průběhu programu můžete měnit rychlost a sklon běžeckého trenažéru pomocí tlačítek „Speed +“ a „Speed –“, a také „Incline +“ a „Incline –“. Jakmile bude program přecházet do další části, rychlost a sklon se budou vracet do v programu naplánovaných hodnot.

Výběr individuálních uživatelských nastavení

Uživatel může nastavit čas, vzdálenost a hodnotu kalorií.

- TIME (1-60 minut): v pohotovostním režimu stiskněte „MANUAL“ na tak dlouho, až začne ikona času blikat. Stiskni tlačítko SPEED/INCLINE -/+ za účelem nastavení hodnoty času. Pro potvrzení výběru stiskněte tlačítko „ENTER“ a zakončete nastavování nebo nastavte hodnotu vzdálenosti.
- DISTANCE (0.1-99 km): ikona vzdálenosti začne blikat. Stiskněte tlačítko SPEED/INCLINE -/+ za účelem nastavení hodnoty vzdálenosti. Pro potvrzení výběru stiskněte tlačítko „ENTER“ a zakončete nastavování nebo nastavte hodnotu kalorií.
- CALORIE: ikona kalorií začne blikat. Stiskněte tlačítko SPEED/INCLINE -/+ za účelem nastavení hodnoty kalorií. Pro potvrzení výběru a zakončení nastavování stiskněte tlačítko „ENTER“.
- Jakmile okno hodnot (TIME/DISTANCE/CALORIE) začne blikat, stiskněte „START“ za účelem spuštění. Pokud hodnoty nebyly nastaveny – program začne přičítat, pokud byly nastaveny – program začne odečítat. Po ukončení odpočítávání se systém přepne do pohotovostního režimu.

Ruční ovládání

Uživatel může na základě svých požadavků před tréninkem nastavit rychlost a čas a také je uložit pro budoucí použití v počítači. Počítač umožňuje uživateli nastavit si až 5 individuálních programů. Každý z nich má 16 sekcí, které se nastavují.

a. Výběr individuálních nastavení

V pohotovostním režimu stiskněte tlačítko „MODE“. Rozsvítí se světýlko u Uživatelského programu 1. Stiskněte tlačítka „P+“ a „P-“, pro výběr jednoho z programů. Stiskněte tlačítko „ENTER“ za účelem nastavení času.

b. Nastavení času

Čas nastavený z výroby je 16 minut. Stiskněte tlačítko -/+ za účelem změny doby trvání programu (rozsah 10-59 minut). Stiskněte tlačítko ENTER za účelem přechodu do sekce rychlosti a sklonu běžeckého trenažéru.

c. Nastavení rychlosti a sklonu běžeckého trenažéru

- b) Pokud na displeji bliká diagram sekce 1 znamená to, že je zařízení připraveno ke změně nastavení. Pokud zařízení není schopno určit program, pak bude počáteční rychlost běžeckého trenažéru 1km/hod. A úhel sklonu 0.
- c) Stiskněte tlačítko „Speed +“, „Speed –“, nebo „Quick Speed“ za účelem výběru požadované rychlosti.
- d) Stiskněte tlačítko „Incline +“, „Incline –“, nebo „Quick Speed“ za účelem výběru požadovaného úhlu sklonu běžeckého trenažéru.
- e) Stiskněte tlačítko ENTER po ukončení tréninku za účelem přechodu do další sekce programu rychlosti a sklonu.
- f) Opakujte činnost za účelem naprogramování rychlosti a sklonu pro sekce 2 - 16. Jakmile ukončíte změnu nastavení poslední sekce, přejděte dále stisknutím tlačítka ENTER. Počítač Vás bude informovat o ukončení programu dvojitým zvukovým signálem.
- g) Za účelem opuštění nastavovaného programu stiskněte tlačítko „STOP“.
- h) Aby si počítač zapamatoval nastavení, stiskněte tlačítko „MODE“. Diagram zobrazí všechna nastavení rychlosti, okno času celkovou dobu tréninku a okno sklonu zobrazí hodnoty sekce 1.
- i) Pokud chcete odstranit všechna svoje nastavení, přidržte déle tlačítko „Program“.
- j) Po ukončení naprogramování a uložení hodnot v počítači stiskněte tlačítko „START“ za účelem spuštění vybraného programu.

Centrum srdeční činnosti (HRC)

4 programy:

HRC1 : HRC s limitem na úrovni 65% max.hodnoty pulsu,

HRC2 : HRC s limitem na úrovni 75% max.hodnoty pulsu,

HRC3 : HRC s limitem na úrovni 90% max.hodnoty pulsu,

HRC4 : HRC individuální (IND) – možnost samostatného nastavení hodnoty pulsu (50-220 úderů za minutu)

Max.přípustná hodnota pulsu (MHR) = 220 - „věk“.

a. Vstup do části HRC

V pohotovostním režimu stiskněte tlačítko „MODE“ dokud se na displeji nezobrazí nápis „HRC“. Stiskněte tlačítko „ENTER“ za účelem potvrzení nastavení a vstoupení do nastavení věku.

b. Věk (rozsah 20-80, přednastavená hodnota je 30)

Na displeji se objeví číslo „30“ nebo jiná vložená hodnota.

Stiskněte tlačítko SPEED/INCLINE -/+ za účelem nastavení požadované hodnoty.

Ve stejné době se v okně pulsu, na základě výpočtu pomocí věku, zobrazí hodnotu pulsu.

Stiskněte tlačítko „ENTER“ za účelem potvrzení nastavení a přechodu do nastavení času.

c. Čas (rozsah 10-99)

Na displeji se zobrazí číslo 0 (nula) nebo posledně vložená hodnota.

Stiskněte tlačítko SPEED/INCLINE -/+ za účelem nastavení požadované hodnoty.

Stiskněte tlačítko „ENTER“ za účelem potvrzení nastavení a přechodu do nastavení HRC.

d. Kontrolní panel HRC

Na displeji se zobrazí hodnoty: HRC, Age, Time, PULSE.

Stiskněte tlačítko „ENTER” za účelem potvrzení nastavení a přechodu do nastavení pulsu.

e. Puls uživatele (rozsah: 50 – 220 úderů za minutu)

Na displeji se zobrazí hodnota pulsu představující 65% max. přípustné hodnoty pulsu.

Stiskněte tlačítko SPEED/INCLINE -/+ za účelem nastavení požadované hodnoty.

Stiskněte tlačítko „ENTER” za účelem potvrzení nastavení a přechodu na obrazovku souhrnu nastavení HRC.

f. Souhrn nastavení HRC

Na displeji zobrazí dříve nastavené hodnoty.

Stiskněte tlačítko „ENTER” za účelem potvrzení nastavení a přechodu do tréninkového režimu.

g. Tréninkový režim HRC

- 1) Dojde ke spuštění běžeckého pásu. Na displeji se zobrazí výchozí hodnota rychlosti (3km/h). V průběhu minuty stiskněte tlačítko SPEED/INCLINE -/+ za účelem nastavení požadované hodnoty. Poté začne systém automaticky upravovat rychlost a úhel sklonu běžeckého tretražeru na základě definovaných parametrů.
- 2) Pokud byla nastavena hodnota času, systém začne odpočítávat čas až po dosažení nuly. Po zakončení přejde běžecký pás do vyčkávacího režimu. Pokud nebyla hodnota času nastavena, bude prostě načítána směrem nahoru.
- 3) Pokud se během tréninku objeví problém s načtením hodnoty pulsu, na displeji se zobrazí symbol „Er”, a běžecký tretražer zpomalí, poté se zastaví.

Měření hladiny tuku

- a. V pohotovostním režimu stiskněte „Body Fat”.
- b. Pohlaví. Na displeji se zobrazí „MAN” (muž) nebo pohlaví, které bylo nastaveno během předchozího používání. Stiskněte tlačítko „P+” nebo „P-”, za účelem výběru „WOMAN” (žena) nebo zůstaňte u pohlaví, které bylo zobrazeno. Stiskněte tlačítko ENTER za účelem přechodu k nastavení hmotnosti.
- c. Hmotnost (25-200 kg). Displej zobrazí hmotnost 45 (kg) nebo hodnotu, která byla nastavena předchozím uživatelem. Stiskněte tlačítko „P+” nebo „P-”, za účelem výběru hmotnosti. Stiskněte tlačítko ENTER za účelem přechodu do nastavení výšky.
- d. Výška (100-220 cm). Displej zobrazí výšku 145 (cm) nebo hodnotu, která byla nastavena předchozím uživatelem. Stiskněte „P+” nebo „P-”, za účelem výběru Vaší výšky. Stiskněte tlačítko ENTER za účelem přechodu do nastavení věku.
- e. Věk (8-65 let). Displej zobrazí věk 18 (let) nebo hodnotu, která byla nastavena předchozím uživatelem. Stiskněte tlačítko „P+” nebo „P-”, za účelem výběru Vašeho věku. Stiskněte tlačítko ENTER za účelem přechodu do testu hladiny tuku.
- f. Po navedení všech hodnot, začne displej blikat. Položte obě ruce na čidlech pro měření pulsu. Po ukončení testu se na displeji zobrazí výsledek nebo „---”, pokud měření neproběhlo správně. Po dokončení měření, počítač vybere program vhodný pro Vás. Můžete opětovně stisknout „Body Fat” pokud se chcete vrátit do pohotovostního režimu.
- g. Stiskněte tlačítko “START/STOP” za účelem přechodu do programu. Spustí se odpočítávání času od nastavené hodnoty po 0. Pokud budete měnit programy, tak Vás o tom počítač bude vždy informovat zvukovým signálem. Jakmile čas dosáhne hodnoty 0, tak se rychlost běžeckého tretražeru začne snižovat až do úplného zastavení.

Měření pulsu

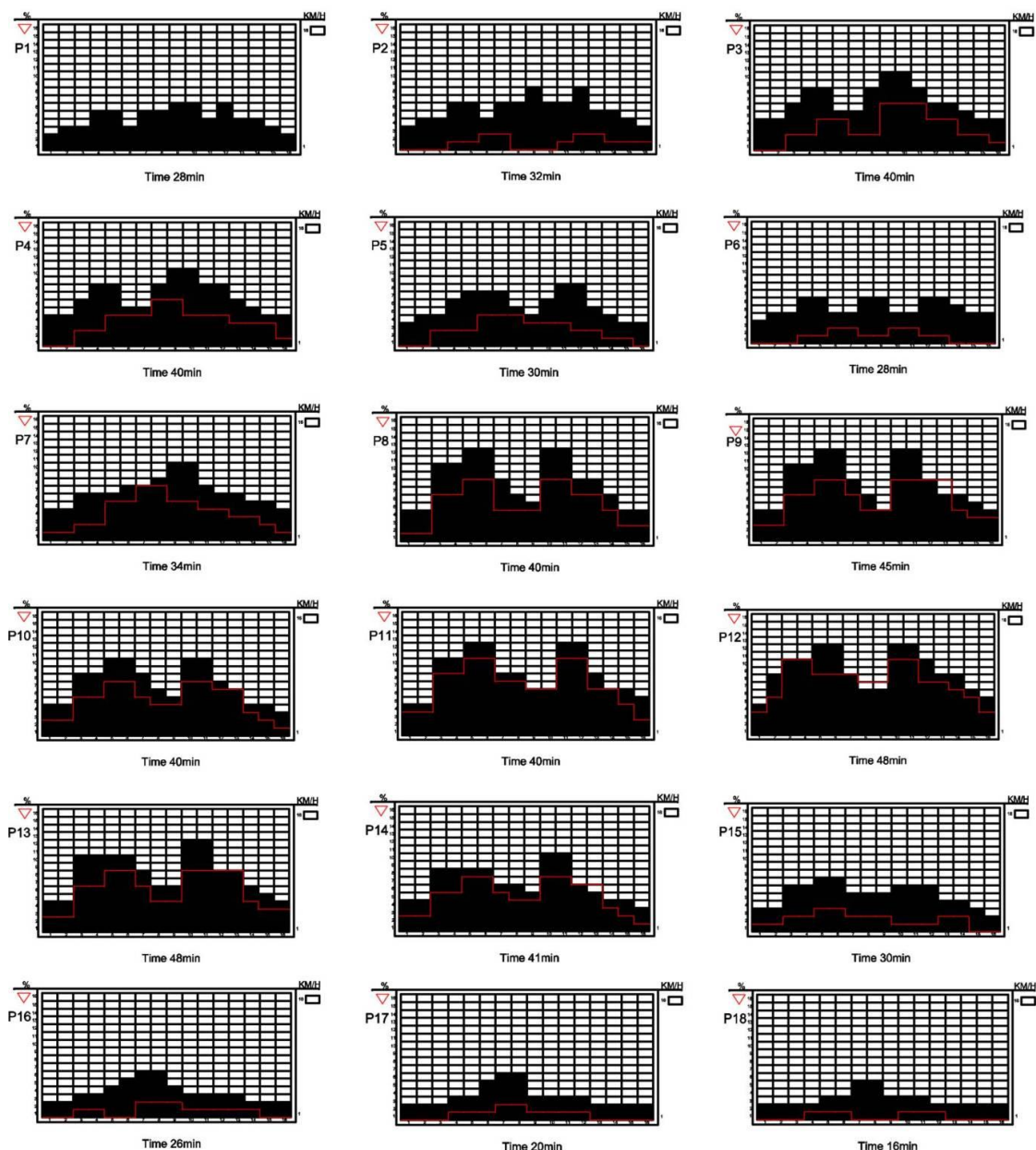
V pohotovostním režimu mějte obě ruce na čidlech pulsu. Počítač ukáže hodnotu pulsu a na displeji zabliká ikona ve tvaru srdce.

Chyby

Kódy chyb čidla rychlosti a úhlu sklonu běžeckého trenažéru.

- Er01: Chyba čidla rychlosti.** Zařízení se zastaví po 6 sekundách od objevení chyby. Počítač se vrátí do pohotovostního režimu a na displeji se zobrazí „Er01“. Činnost může pokračovat teprve po přechodu běžeckého trenažéru do pohotovostního režimu.
- Er02: Přetížení běžeckého trenažéru.** Běžecký trenažér se zastaví, pokud bude nadměrně přetížen. Na displeji se zobrazí symbol “Er02”.
- Er03: Chyba komunikace.** Pokud počítač a řídicí jednotka běžeckého trenažéru ztrácí spojení, na displeji se zobrazí symbol “Er 03”.
- Er04: Chyba řídicí jednotky.** Na displeji se zobrazí symbol “Er04”.
- Chyba čidla sklonu běžeckého trenažéru:** pokud počítač nedostává informaci o sklonu, pak se na displeji zobrazí „--“. Můžete nadále používat tlačítko sklonu, za účelem nastavení sklonu běžeckého trenažéru.

Diagramy cvičebních programů



Kontrola a nastavení běžeckého pásu

- 1) Poproste autorizovaný servis nebo profesionálního technika, aby zkontroloval, zda je napětí proudu odpovídající a uzemněný převod je důvěryhodný. Přesuňte rukou běžecký pás a zjistěte, zda se volně pohybuje, tj. bez zadrhávání.
- 2) Jednu koncovku kabelu vsuňte do zdířky v přední části trenažeru a druhou do zásuvky. Umístěte bezpečnostní klíč na příslušné místo na počítači.
- 3) Zapněte trenažer přesunutím vypínače z pozice „0” na pozici „1”. Počítač by měl ukazovat nulu a běžecký pás by se neměl pohybovat.
- 4) Stiskněte tlačítko „START”. Běžecký pás by se měl začít hýbat. Zkontrolujte, zda počítač a pás trenažeru řádně fungují.
- 5) Stiskněte tlačítko „SPEED” a sledujte chování běžeckého pásu a počítače. Pokud pás nefunguje správně, vypněte zařízení a zjistěte, kde může být chyba pomocí kapitoly „ Údržba, možné poruchy a jejich řešení”.
- 6) Zkontrolujte fungování všech tlačítek počítače.
- 7) Vytáhněte bezpečnostní klíč. Běžecký trenažér by se měl okamžitě zastavit. Po opětovném zasunutí klíče bude trenažér opět fungovat.
- 8) Jestli chcete ukončit trénink, stiskněte tlačítko „STOP” a poté tlačítko vypínající zařízení.

Uživatelský návod

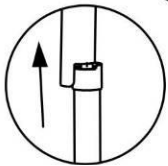
Po kontrole a nastavení běžeckého trenažeru, můžete začít s jeho užíváním:

- 1) Zapněte běžecký trenažér spouštěcím tlačítkem a vložte bezpečnostní klíč do příslušného místa na počítači.
- 2) Stoupněte si na - po stranách nacházející se - nepohyblivé okraje běžeckého pásu; připněte si bezpečnostní klíč k oblečení v oblasti pásu.
- 3) Stiskněte tlačítko „START”, běžecký pás se začne pohybovat nejmenší možnou rychlostí. Můžete pomalu vejít na pás. Nejnižší rychlost pásu je 1 km/hod
- 4) Stiskněte tlačítko pro zvyšování „Speed +”, snižování „Speed -” rychlosti nebo tlačítko okamžité změny rychlosti, rychlost běžeckého pásu se bude měnit. Můžete pomalu běžet po dobu 2, 3 minut, a jestliže se budete cítit jistě, můžete zrychlit. Pokud Vám to vyhovuje, můžete se držet rukojetí.
- 5) Během tréninku můžete průběžně kontrolovat hodnotu rychlosti, času, vzdálenosti a kalorií.
- 6) Jakmile chcete ukončit trénink, zpomalte a během 2-3 minut dovolte svému srdci odpočinout a svalům vrátit se do normálního stavu.
- 7) Pokud nemůžete udržet rovnováhu během běhu vysokou rychlostí, vytáhněte bezpečnostní klíč a běžecký trenažér se zastaví.
- 8) Během běhu nebudte příliš blízko pravého nebo levého okraje běžeckého pásu.
- 9) Po tréninku zpomalte a stiskněte tlačítko „STOP” za účelem zastavení běžeckého trenažeru. Pokud chcete opětovně provozovat běžecký trenažér, stiskněte opětovně tlačítko „START” ale pamatujte si, že pauza mezi vypnutím a opětovným zapnutím běžeckého trenažeru by měla trvat více jak 1 minutu.

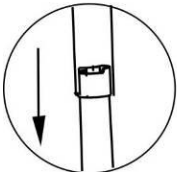
POZOR: Neustálé požívání funkce naklánění běžeckého trenažeru (více jak 5x), může způsobit její zablokování. Nejedná se o závadu, ale druh ochrany. Funkce se vrátí do normálu asi po hodině.

Návod ke složení, přenášení a rozložení běžeckého trenažeru

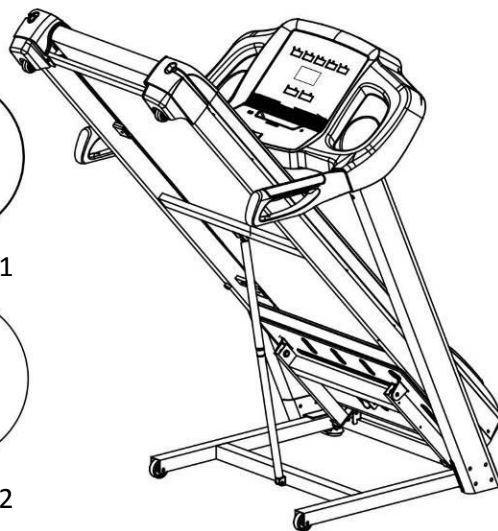
- 1) Složení: zvedejte konec hlavního rámu až do doby, kdy spojná tyč zapadne do cylindru (viz obrázek).
- 2) Přenášení: zvedněte rukojeti tak, až se základna zvedne od podlahy a běžecký trenažer posuňte.
- 3) Rozložení: běžecký trenažer trochu zvedněte tak, aby vzpěra byla výše než kryt cylindru (viz obrázek a-1). Nakloňte chodidlem profil vzpěry (viz obrázek a-2). Silně zatlačte na hlavní rám, chodidlo dejte pryč a tlačte na konec rámu. Cylinder se sám schová (obrázek b) a hlavní rám se rozloží.



Obrázek a-1



Obrázek a-2



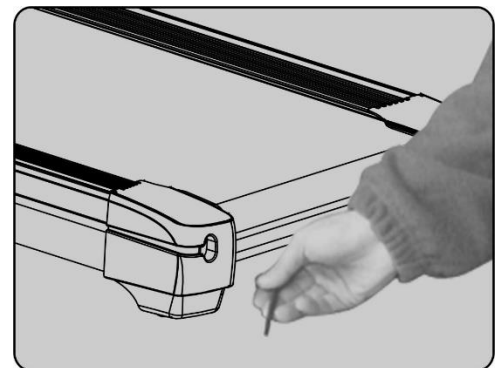
Obrázek a



Obrázek b

Údržba, možné poruchy a jejich řešení

- 1) Povrch běžeckého pásu by měl být udržován čistý. Před mytím trenažer vždy odpojte od el.napájení. Čistěte zařízení měkkým a vlhkým hadříkem.
- 2) Běžecký pás byl během výroby ideálně vycentrován. Ale během transportu nebo užívání může dojít k jeho posunutí. Před přistoupením k regulaci pamatujte na odpojení z el.napájení. Umístěte běžecký pás doprostřed základny a vycentrujte jej dotahováním nebo povolováním levého a pravého šroubu nacházejícího se na zadní hřídeli, a to za použití šroubováku (viz obrázek vedle). Nejlepší je šrouby otáčet do půl obratu z každé strany. Zapněte běžecký trenažer a zkontrolujte, zda se pás správně pohybuje při rychlosti 4-5km/h.
- 3) Asi po 100 hodinách používání dochází k opotřebení mazání mezi běžeckým pásem a jeho základnou. Pravidelně mazejte základnu a po ukončení vycentrujte pás.
- 4) Dlouhým a častým používáním se může pás natáhnout a zasekávat. Potom upravujte jeho napnutí pomocí pravého a levého šroubu u zadní hřídele do okamžiku až se pás začne volně a rovně pohybovat.



Upozornění

- 1) Vysoká úroveň bezpečnosti sportovního zařízení může být dodržena jen díky pravidelným kontrolám jeho poškození a opotřebení.
- 2) Poškozené části okamžitě vyměňte nebo nepoužívejte zařízení do okamžiku jejich výměny.

| Chyba | Původ | Řešení |
|---|--|--|
| Zařízení nereaguje na zapojení k el.napájení. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Nesprávně zapojené zařízení. 2. Vypnutá ochrana před přetížením 3. Špatně nainstalovaný transformátor. 4. Spálená bezpečnostní pojistka. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Opětovné zapojení zařízení. 2. Reset zařízení. 3. Kontrola správnosti montáže nebo výměna. 4. Výměna bezpečnostní pojistky. |
| Symbol Er01. Chyba rychlostního čidla. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Špatná montáž čidla nebo jeho poškození. 2. Poškozený optoizolátor. 3. Poškozená řídicí jednotka. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrola správnosti montáže nebo výměna. 2. Výměna řídicí jednotky nebo optoizolátoru. 3. Výměna řídicí jednotky. |
| Symbol Er02. Přílišné zatížení běžeckého trenažéru. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Přetížený motor. 2. Přílišné zatížení hnací hřídele. 3. Poškozená řídicí jednotka. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Výměna motoru. 2. Mazání nebo výměna. 3. Výměna řídicí jednotky. |
| Symbol Er03. Chyba komunikace mezi počítačem a řídicí jednotkou zařízení. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Nesprávné načítání 2. Poškozený optoizolátor. 3. Poškozený počítač. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrola správnosti zapojení signálního převodu. 2. Výměna řídicí jednotky. Nebo optoizolátoru. 3. Výměna počítače. |
| Symbol Er04. Chyba řídicí jednotky běžeckého trenažéru. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Nesprávná montáž motoru nebo jeho poškození. 2. Poškozené relé řídicí jednotky. 3. Špatné připojení řídicí jednotky. 4. Poškozená řídicí jednotka. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrola správnosti montáže nebo výměna. 2. Výměna řídicí jednotky nebo relé. 3. Kontrola správnosti připojení nebo výměna řídicí jednotky. 4. Výměna řídicí jednotky. |
| Symbol "--". Chyba čidla sklonu běžeckého trenažéru. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Špatná montáž čidla 2. Poškozené čidlo sklonu. 3. Poškozená řídicí jednotka. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrola správnosti připojení zástrčky. 2. Výměna motoru. 3. Výměna řídicí jednotky. |
| Problém s chodem běžeckého pásu. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Špatný točivý moment. 2. Příliš volný běžecký pás. 3. Nesprávný motor. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Regulace točivého momentu. 2. Regulace běžeckého pásu. 3. Výměna motoru. |



DelighTech Fitness App

Systemové požadavky:

Android 2.3 nebo novější s funkcí Bluetooth

APPLE iOS s funkcí Bluetooth verze 4.0

FREE



DelighTech Fitness App – rychlý start

Krok 1.

Stáhněte aplikaci ze stránek appfit.biz



Krok 2.

Připojte svoje mobilní zařízení prostřednictvím Bluetooth



Krok 3.

Otevřete aplikaci



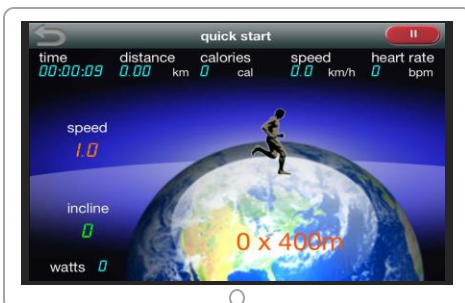
Krok 4.

Začněte cvičit



Krok 5.

Souhrnná data tréninku



Krok 6.

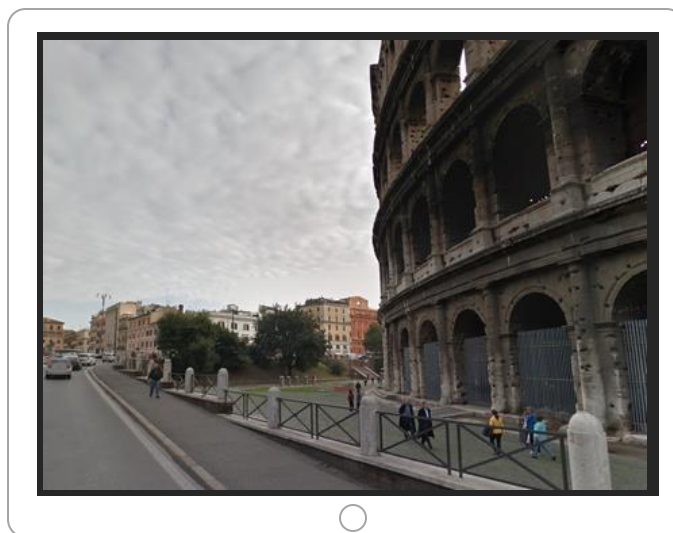
Zkontrolujte historii tréninků



Naplánujte trasu na mapě



Cvičte s Google Street View



Kompletní návod obsluhy si stáhněte na:
<http://manual.abisal.pl/app.pdf>



Návod k tréninku

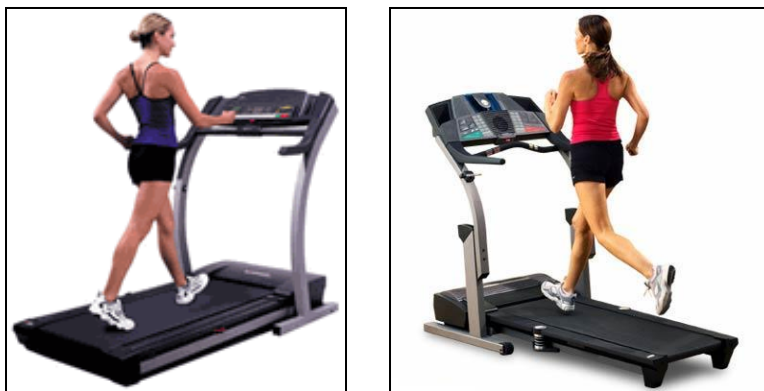
1. Rozcvička

Před započítím tréninku doporučujeme provést zahřívací cviky dle obrázku. Každý cvik je potřeba vykonávat po dobu min. 30 sekund. Rozcvička snižuje riziko úrazu a svalových křečí a způsobuje lepší práci svalů.



2. Poloha

Vejděte na běžecký pás, dlaně opřete o držadla. Během tréninku mějte rovná záda. Na běžeckém pásu můžete provádět cviky nahrazující procházky nebo běh (viz.obrázek níže).



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

Rozsah užívání

Cvičení na běžecím trenažeru nahrazuje procházky nebo běh. Běžecí trenažer BE5000-i není zařízením určeným k terapeutickým nebo rehabilitačním účelům.



Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpady informuje o zákazu likvidace použitého elektrického a elektronického zařízení společně s jinými odpady. Společně se Směrnicí WEE o způsobu nakládání s elektrickými a elektronickými odpady, je potřeba pro tento druh zařízení používat oddělené způsoby jejich likvidace.

Uživatel, který se chce tohoto zařízení zbavit, je povinen jej odevzdat ve sběrném dvoře pro elektrický a elektronický odpad, díky čemu se spolupodílí na jejich opětovném využití, recyklaci a tím i ochraně životního prostředí. Za tímto účelem kontaktujte místo, kde bylo zařízení koupeno nebo místní úřady. Nebezpečné složky obsažené v elektrickém a elektronickém zařízení mohou dlouhodobě negativně působit na životní prostředí a také zdraví lidí.



Oddělení péče o klienta:

ABISAL Sp. z o.o.

ul. Św. Elżbiety 6

41-905 Bytom

abisal@abisal.pl

www.abisal.pl

www.hms-fitness.pl