



## Vážené zákazníčky, vážení zákazníci

Teší nás, že ste sa rozhodli pre zariadenie **Fassi**. Tento kvalitný produkt je navrhnutý pre domáce používanie. Pred poskladaním zariadenia si pozorne prečítajte návod na použitie. Používajte zariadenie iba tak ako je to popísané v tomto návode na použitie. Tento návod uschovajte pre prípadné otázky v budúcnosti ohľadne prevádzky Vášho zariadenia. Prajeme Vám veľa zábavy a úspechov pri Vašom tréningu.

Váš **DUVLAN** tím

## Záruka

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

Predávajúci poskytuje na tento výrobok 2-ročnú záruku.

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

V prípade reklamácie nás kontaktujte.

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

## Zákaznícky servis

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

## Pokyny pre zaobchádzanie so zariadením po vyradení z prevádzky

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

## Kontakt

Duvlan s.r.o.

K Zornici 1990/23

957 01 Bánovce nad Bebravou

e-mail: [servis@duvlan.com](mailto:servis@duvlan.com)

web: [www.duvlan.com](http://www.duvlan.com)

## Pokyny

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

## Dôležité bezpečnostné upozornenie

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

1. Toto zariadenie nemôže používať osoba, ktorej telesná hmotnosť je väčšia ako **150 kg**.
2. Zariadenie je navrhnuté pre tréning dospelých osôb. Nenechávajte deti a domáce zvieratá bez dozoru v miestnosti so strojom.
3. Postavte zariadenie na neklzávy povrch. V prípade, že chcete chrániť Vašu podlahu, položte pod zariadenie ochrannú podložku.
4. Zabezpečte dostatočný priestor na bezpečné používanie zariadenia. V blízkosti stroja musí byť voľná plocha min. 0,6 m.
5. Používajte zariadenie vo vnútri a chráňte ho pred vlhkosťou a prachom. Neumiestňujte zariadenie do zastrešenej verandy a v blízkosti vody. Dbajte na to, aby sa do zariadenia nikdy nedostala kvapalina.
6. Zariadenie je navrhnuté pre domáce používanie. Trieda použitia a účinnosti HC (norma STN EN 957-1/6HB). Pre komerčné využívanie zariadenia sa na zariadenie záruka nevzťahuje výrobca za zariadenie neručí.
7. Zariadenie nie je vhodné pre terapeutické použitie.
8. Pri zdravotných komplikáciách a obmedzeniach konzultujte Váš tréning s Vaším lekárom. Povie Vám, ktorý tréning je pre Vás vhodný.
9. Nesprávny tréning a precenenie Vašich schopností môže poškodiť Vaše zdravie.
10. Pokiaľ počas tréningu pocítite nevoľnosť, bolesť na hrudi alebo sa Vám bude zle dýchať, okamžite ukončíte tréning a vyhľadajte lekára.
11. S tréningom začnite až potom ako sa presvedčíte, že zariadenie je správne poskladané a nastavené.
12. Pri montáži zariadenia postupujte presne podľa návodu.
13. Používajte len originálne diely Fassi (pozri zoznam).
14. Pevne utiahnite všetky pohyblivé časti, aby ste zabránili ich uvoľneniu počas tréningu.
15. Nepoužívajte zariadenie na boso alebo s voľnou obuvou. Počas tréningu nenoste voľné oblečenie. Pred začatím tréningu odložte všetky šperky. Vlasy si riadne upravte, aby Vám počas cvičenia neprekážali.
16. Poškodené diely môžu ohroziť Vašu bezpečnosť a ovplyvniť životnosť zariadenia. Nepokúšajte sa zariadenie opravovať sami bez toho, aby ste sa predtým poradili s naším servisným strediskom.
17. Pravidelne kontrolujte všetky matice a skrutky, či sú dotiahnuté.
18. Akákoľvek montáž/demontáž zariadenia musí byť vykonaná starostlivo.
19. Držte ruky a nohy preč od pohyblivých častí.
20. Buďte zvlášť opatrný pri zdvíhaní alebo presúvaní zariadenia tak, aby nedošlo k zraneniu chrbta. Vždy používajte správne zdvíhacie techniky alebo v prípade potreby požiadajte o pomoc druhú osobu.
21. Hmotnosť zariadenia: 90 kg.
22. Celkové rozmery zariadenia (d x š x v): 188 x 86 x 146 cm

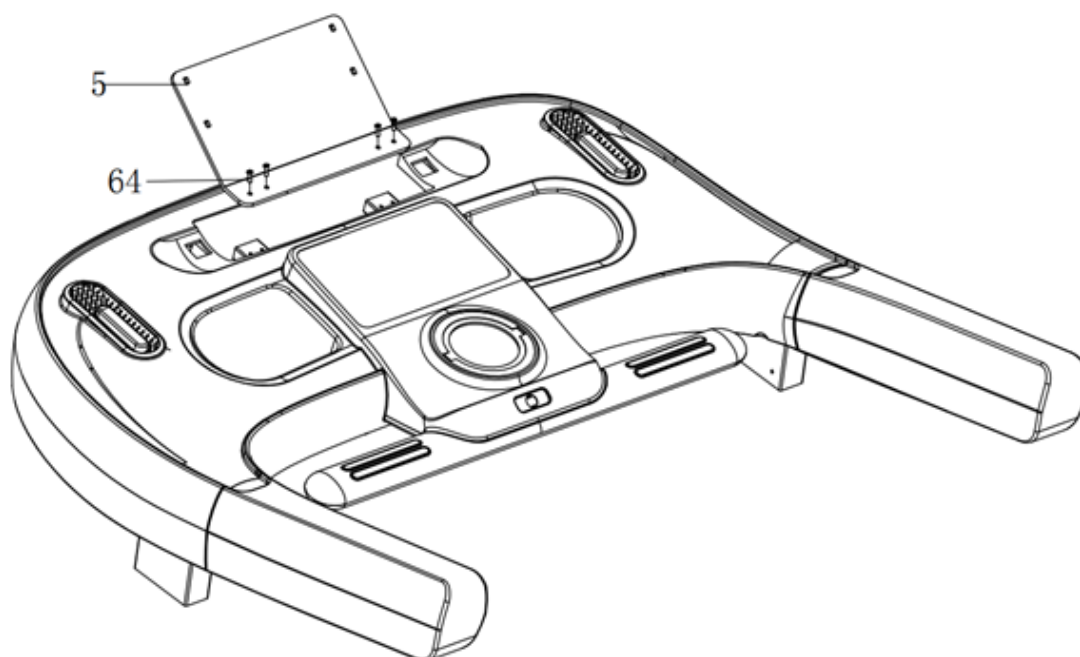
## ZOZNAM JEDNOTLIVÝCH DIELOV A NÁRADIA

Názov	Ks	Názov	Ks
Skrutka M10*60 (č. 62)	4	Silikónový olej	1
M10*20 skrutka (č. 68)	6	Bezpečnostný kľúč	1
M6*12 skrutka (č. 64)	4	Imbusový kľúč (S5)	1
Podložka $\phi$ 10.5 (č. 35)	10	Imbusový kľúč (S6)	1
$\varnothing$ 4.2x16mm skrutka (č. 3)	6	Napájací kábel	1
Matica M6 (č. 69)	4	Podložka $\phi$ 8.5 (č. 52)	4

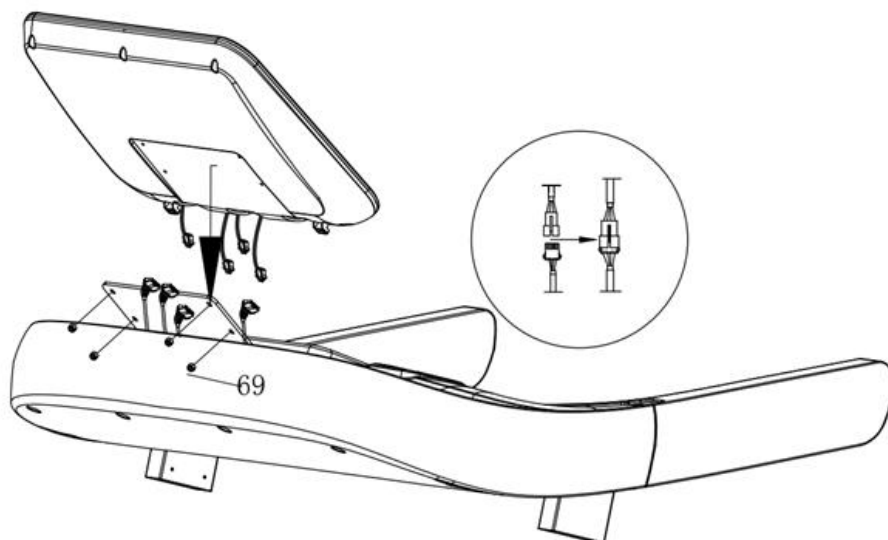
## MONTÁŽ

Predtým, ako začnete zariadenie montovať, skontrolujte, či sú k dispozícii všetky uvedené diely. Niektoré kroky montáže si vyžadujú zdvíhanie ťažkých predmetov. Odporúča sa, aby vám pri zostavovaní tohto výrobku pomáhala iná osoba.

**KROK 1:** Pomocou skrutiek M6\*12 (64) pripevnite držiak (5), ako je znázornené nižšie.

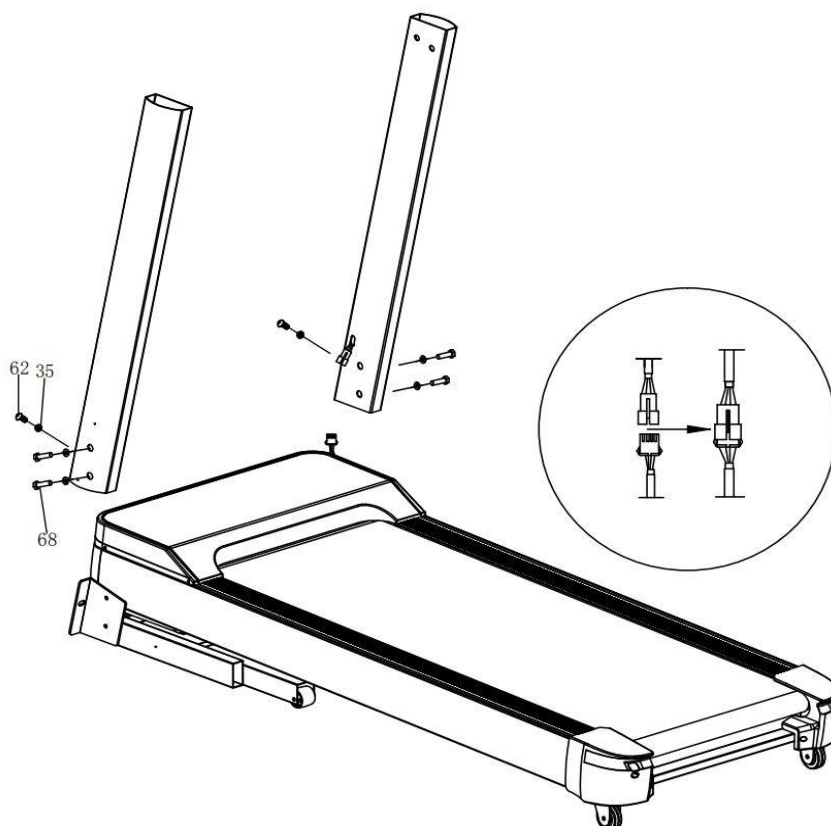


**KROK 2:** Usporiadajte káble počítača a jeden po druhom ich pripojte. Pomocou matíc M6 (69) upevnite konzolu k držiaku 5.



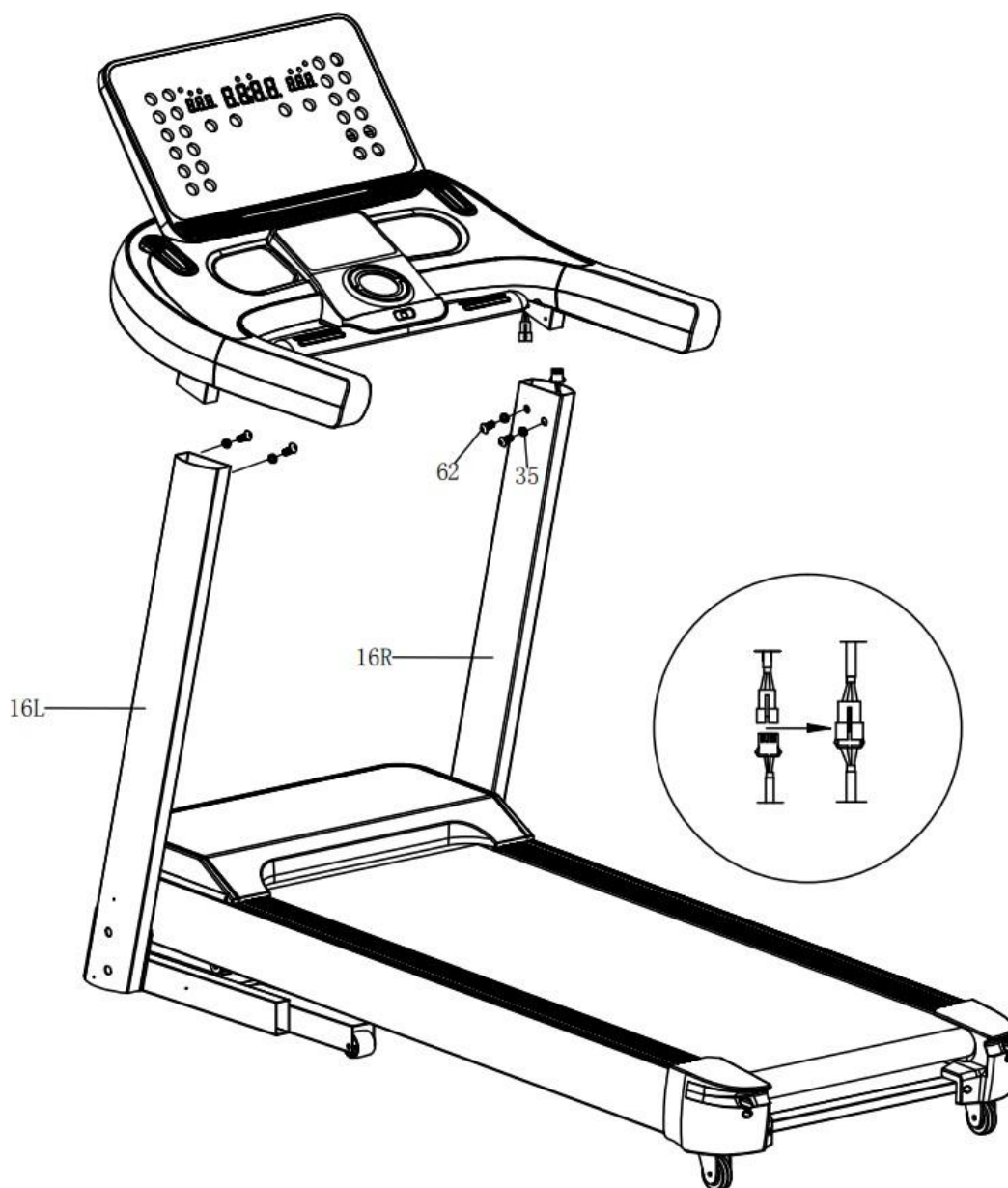
**KROK 3:** Pripojte káble medzi hlavným rámom a pravou prednou podperou (16R).

Pomocou dodaných skrutiek M10\*20 (62) + skrutiek M10\*60 (68) a podložiek (35) upevnite prednú podperu (16L/R) k hlavnému rámu.

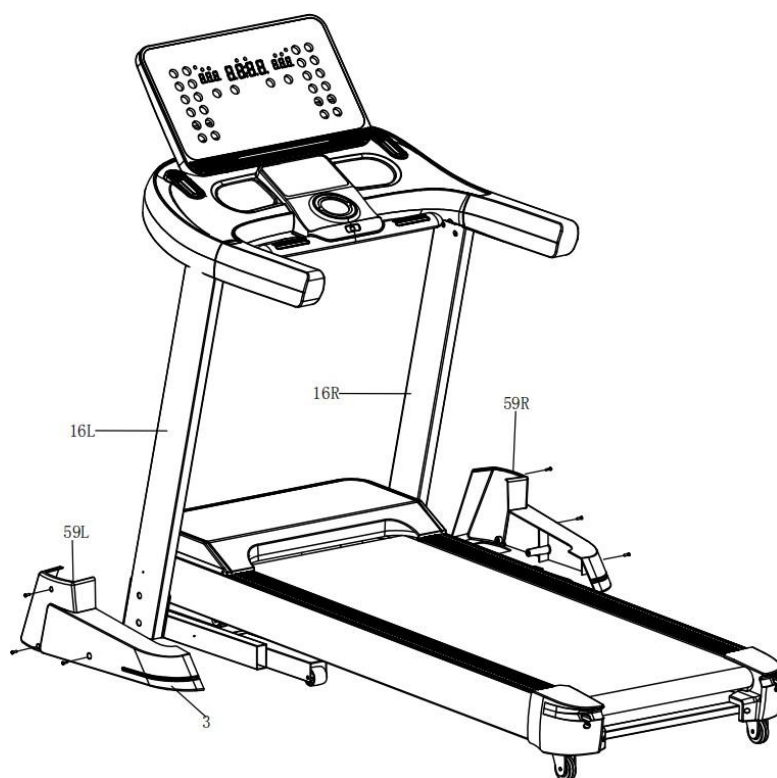


**KROK 4:** Pripojte káble medzi konzolou a pravou prednou podperou (16R).

Pripevnite konzolu k predným podperám pomocou dodaných skrutiek M10\*20 (62) + skrutiek M10\*60 (68) a podložiek (35).



**KROK 5:** Pomocou dodaných skrutiek M6\*12 (3) pripevnite bočné kryty (59L/R).

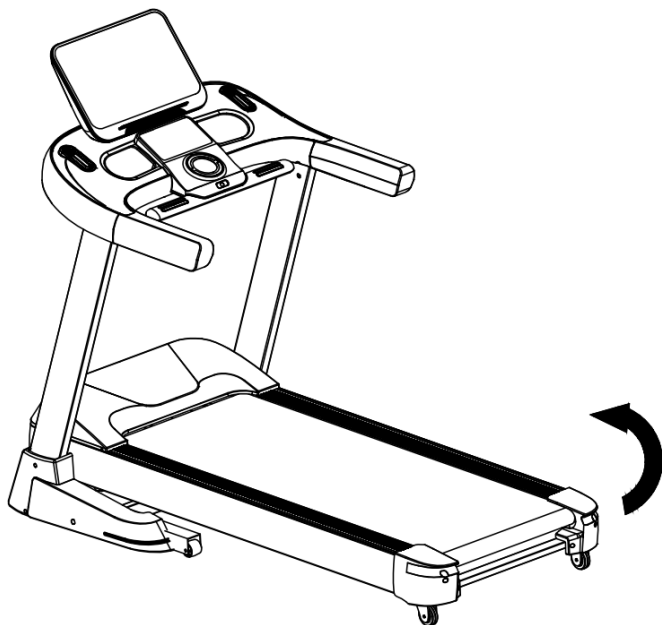


**KROK 6 :** Vložte bezpečnostný kľúč (červenej farby) do stredu konzoly. Teraz môžete bežecký pás uviesť do prevádzky.



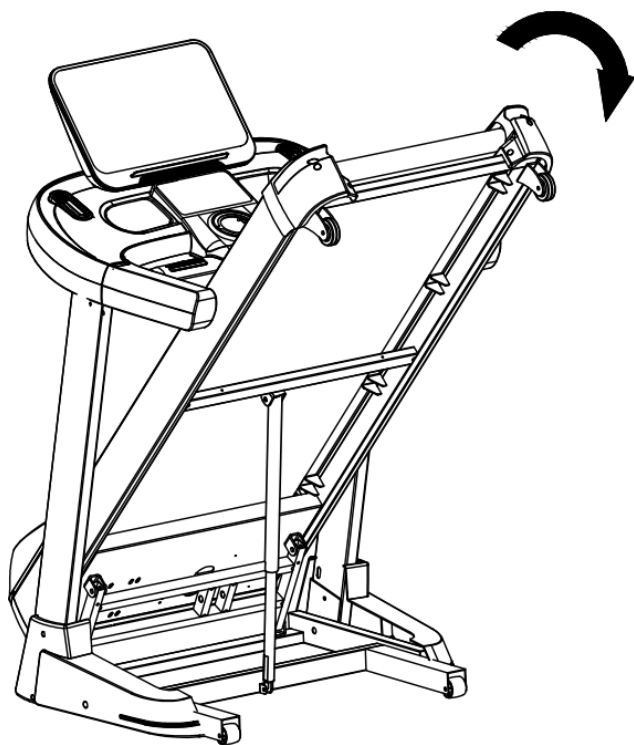
Upozornenie: Pred začatím tréningu sa uistite, že sú všetky skrutky dotiahnuté.

## SKLADANIE



Zdvihnite nášľapovú časť a ťahajte ju silou nahor, kým nebudete počuť „cvaknutie“ a cítiť, že bezpečnostný mechanizmus je zaistený.

## SKLOPENIE



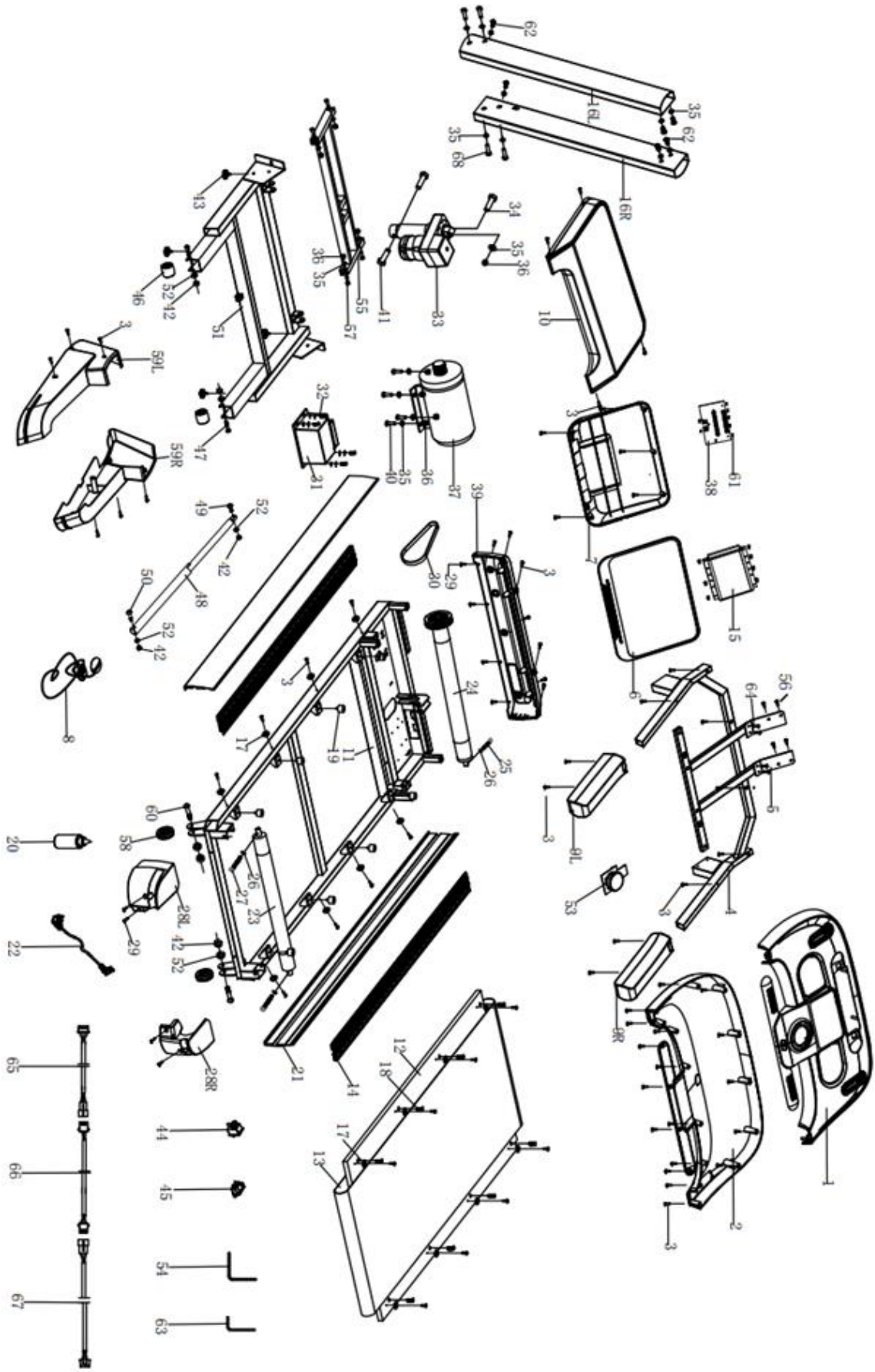
Pritlačte nášľapnú plochu mierne nahor a nohou zľahka došliapnite na bezpečnostný zámok. Teraz mierne stiahnite nášľapnú plochu smerom nadol v smere šípky. Bežecká plocha sa potom jemne spustí smerom nadol.



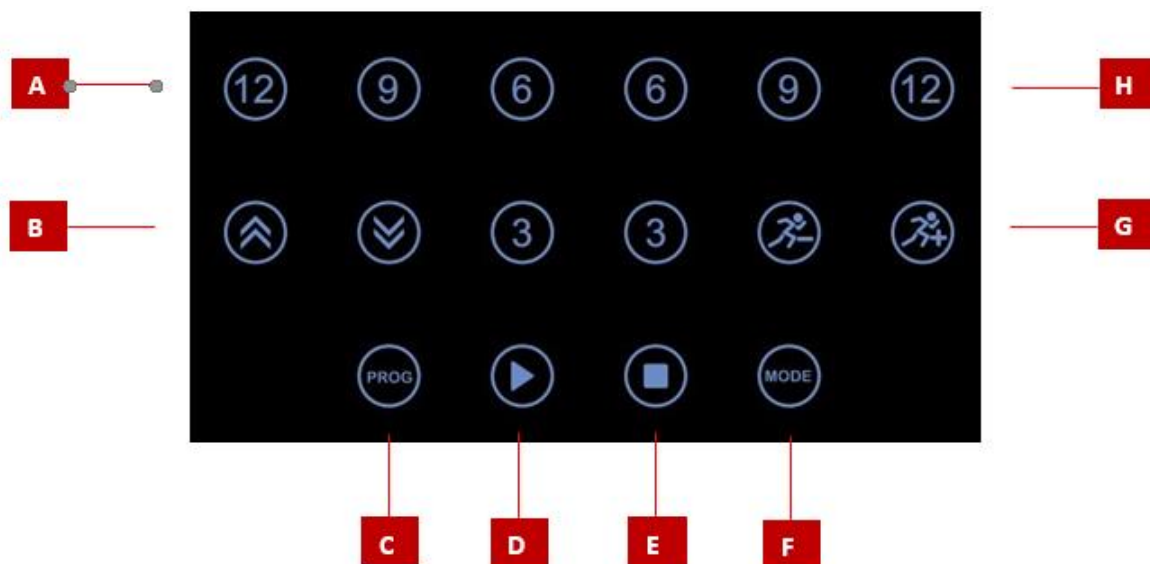
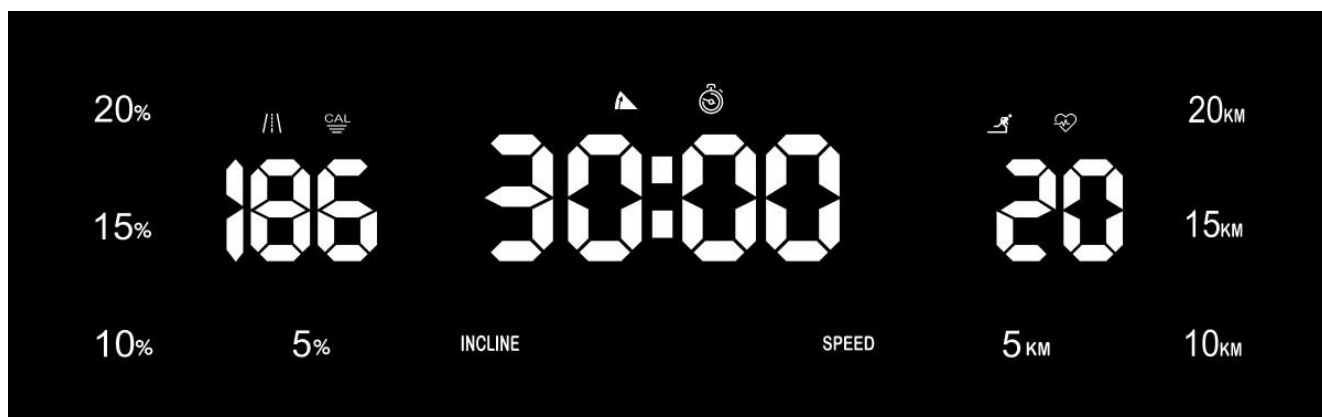
## ZOZNAM DIELOV

Č.	Názov	Ks	Č.	Názov	Ks
1	Vrchný kryt konzoly	1	35	Podložka	19
2	Spodný kryt konzoly	1	36	Matica M10	9
3	Skrutka M4.2x16	45	37	Motor	1
4	Rám rukoväte	1	38	Klávesnica	1
5	Držiak počítača	1	39	Predný kryt	1
6	Kryt displeja	1	40	Skrutka M10 x 35	4
7	Spodný kryt displeja	1	41	Skrutka M10 x 30	2
8	Bezpečnostný kľúč	1	42	Matica M8	6
9	Rukoväť z PU	2	43	Noha	4
10	Kryt motora	1	44	Spínač	1
11	Kryt rámu	1	45	Zásuvka	1
12	Bežecká plocha	1	46	Koliesko	2
13	Bežecký pás	1	47	Skrutka m8x60	2
14	Bočná lišta	2	48	Valec	1
15	Doska konzoly	1	49	Skrutka m8x30	1
16	Predné podpery	2	50	Skrutka M8x35	1
17	Upevnenie bočnej lišty	16	51	Základný rám	1
18	M6x20 skrutka	8	52	Podložka $\phi$ 8.5	6
19	Tlmič	8	53	Rotačný spínač	1
20	Silikónový olej	1	54	Imbusový kľúč	1
21	Bočná lišta 2	2	55	Rám s uhlom sklonu	1
22	Napájací kábel	1	56	Skrutka M4.2X16	4
23	Zadná kladka	1	57	Skrutka M10 x 45	4
24	Predná napínacia kladka	1	58	Zadné koleso	2
25	M6x20 skrutka	1	59	Bočný kryt	2
26	Podložka	3	60	Skrutka M8x45	2
27	Skrutka M6x70	2	61	Skrutka M3x7	8
28	Koncový kryt (L/R)	2	62	Skrutka M10 x20	6
29	Skrutka M4.2x13	8	63	Imbusový kľúč M6	1
30	Pás motora	1	64	Skrutka M6x12	4
31	Riadiaca doska	1	65	Horný kábel	1
32	Skrutka M4.2x16	4	66	Stredný kábel	1
33	Uhol sklonu motora	1	67	Spodný kábel	1
34	Skrutka M10x45	1	68	Skrutka M10x60	4

ROZLOŽENÝ NÁKRES









## OBSLUHA POČÍTAČA



## FUNKCIE

- A.** Uhol sklonu Tlačidlá priamej voľby
- B.** Pomocou tlačidiel INCLINE „+“ a „-“ môžete zvýšiť/znížiť uhol sklonu bežeckého pásu
- C.** Pomocou tlačidla „PROG“ môžete pred začatím tréningu vybrať požadovaný program
- D.** Tlačidlom „START“ spustíte bežecký pás
- E.** Tlačidlom „STOP“ môžete tréningový bežecký pás zastaviť
- F.** Pomocou tlačidla „MODE“ môžete vybrať manuálne programy
- G.** Tlačidlo SPEED „+“ a „-“ umožňuje zvýšiť/znížiť rýchlosť
- H.** Tlačidlá priamej voľby rýchlosti

## DISPLEJ

Čas		0:00 - 99:00 min
Rýchlosť		0.8 - 20 km/h
Vzdialenosť		0:00 - 99:99 km
Kalórie		1 - 999 kcal
Pulz		0 - 220 BPM
Sklon		1-20%

### Manuálny program

1. Zapojte napájací kábel
2. Zapnite bežecský pás
3. Umiestnite bezpečnostný kľúč na určené miesto na počítači.
4. Stlačte tlačidlo Štart. Prebehne odpočítavanie 5-4-3-2-1, potom sa spustí bežecský pás.
5. Pomocou tlačidiel SPEED +/- môžete meniť rýchlosť.

Ak chcete nastaviť čas, vzdialenosť, kalórie v manuálnom programe, môžete pred štartom vykonať predvoľby. Stlačením tlačidla MODE prejdete na príslušné zobrazenia:

**Čas:** Tréningový čas môžete zmeniť stlačením tlačidiel SPEED +/- (5-99 minút). Predvolené nastavenie je 30:00 minút. Stlačením tlačidla PROGRAM zadajte ďalší vstup.

**Vzdialenosť:** Vzdialenosť môžete zmeniť stlačením tlačidiel SPEED +/- (1,0 - 99,0 km). Predvolené nastavenie je 1,0 km. Stlačením tlačidla MODE zadajte ďalší vstup.

**Kalórie:** Kalórie môžete meniť stláčaním tlačidiel SPEED +/- (20 - 990 kalórií). Predvolené nastavenie je 50 kalórií.

Po zadaní cieľov stlačte tlačidlo Štart. Bežecský pás sa spustí a bude bežať, kým sa nedosiahne jeden z vašich cieľov. Stlačením tlačidla STOP sa bežecský pás zastaví.

Zatiahnutím za bezpečnostné lanko sa bežecský pás zastaví. Na displeji sa zobrazí E-07 a zaznie varovný signál.

## **Prednastavené tréningové programy**

1. Zapojte napájací kábel
2. Zapnite bežecký pás
3. Umiestnite bezpečnostný kľúč na určené miesto na počítači.
4. Stláčajte tlačidlo PROGRAM, kým sa nezobrazí požadovaný program (1-24). Požadovaný program môžete potvrdiť tlačidlom MODE. Pomocou tlačidiel SPEED +/- môžete zmeniť nastavenie času - predvolené nastavenie je 30:00 minút.

Stlačením tlačidla START spustíte program - podrobnosti o programoch nájdete nižšie.

### **HRC programy (Táto funkcia sa vzťahuje len na bežecké pásy s funkciou HRC)**

Stláčajte tlačidlo PROGRAM, kým sa nezobrazí „HR1 alebo HR2 alebo HR3“. Stlačením tlačidla „START“ spustíte program.

Program „HR1“, maximálna rýchlosť 8,0 km/h, vek 30 rokov/srdcová frekvencia 150

Program „HR2“, maximálna rýchlosť 9,0 km/h, vek 30 rokov/srdcová frekvencia 160

Program „HR3“, maximálna rýchlosť 10,0 km/h, vek 30 rokov/srdcová frekvencia 170

**1.** Pri použití tlačidla MODE na zadanie nastavenia veku sa v okne rýchlosti zobrazí 30 a používateľ môže pomocou tlačidla sklonu meniť vek podľa potreby, pričom môže nastaviť vek od 15 do 80 rokov (pozri podrobnosti o srdcovej frekvencii nižšie).

**2.** Po nastavení veku použite tlačidlo MODE, systém odporučí cieľovú hodnotu srdcovej frekvencie a zobrazí ju v okne. Ale len pre porovnanie, môžete použiť srdcovú frekvenciu nastavenú podľa svojej telesnej situácie na zvýšenie srdcovej frekvencie alebo zníženie srdcovej frekvencie. Môže nastaviť srdcovú frekvenciu v rozsahu 86-179.

**3.** Po nastavení veku a srdcovej frekvencie stlačte tlačidlo MODE, čím vstúpíte do nastavenia času; v okne s časom sa štandardne zobrazí 10:00. Používateľ môže použiť tlačidlo sklonu alebo rýchlosti na nastavenie času behu. Nastavenie času môže byť v rozsahu 5 až 99 minút.

**4.** Stlačením tlačidla MODE vstúpte do stavu čakania alebo stlačením tlačidla START spustíte.

**5.** Pri používaní programu HRC môžete použiť tlačidlo sklonu alebo rýchlosti, ale systém aj tak nastaví rýchlosť alebo sklon tak, aby spĺňal váš cieľ srdcovej frekvencie.

**6.** Spustíte program HRC. Prvá minúta je čas na zahriatie, systém nenastavuje rýchlosť ani sklon. Po uplynutí 1 minúty systém upraví rýchlosť vždy o 0,5 km/h, aby ste dosiahli nastavený cieľ. Ak zvýšite rýchlosť na maximálnu rýchlosť a stále ste nedosiahli svoj cieľový srdcový tep, systém zvýši úroveň sklonu, aby sa zvýšil tréning. Ak je srdcová frekvencia vyššia ako nastavený cieľ, systém zníži stupeň sklonu o 1 stupeň/10 sekúnd na 0. Ak je vaša srdcová frekvencia stále vyššia ako cieľ, každých 10 sekúnd znížime rýchlosť o 0,5 km/h.

Poznámka: Pre programy HRC je potrebné používať bezdrôtový hrudný pás.

## **Výpočet telesného tuku**

1. Pomocou tlačidla „PROGRAM“ vyberte položku FAT (zobrazí sa za HRC).
2. Na displeji sa zobrazí F1 a 1. Stláčaním tlačidiel SPEED +/- vyberte 1 pre mužov a 2 pre ženy. 1 je predvolené nastavenie.
3. Stlačením tlačidla MODE sa na displeji zobrazí F2 a 25. Tu zadáte vek stlačením tlačidla SPEED +/- (od 10 - 99 rokov).
4. Stlačením tlačidla MODE sa na displeji zobrazí F3 a 170. Tu zadáte svoju veľkosť v cm stlačením tlačidla SPEED +/- (od 100 do 199 cm).
5. Stlačením tlačidla MODE sa na displeji zobrazí F4 a 70. Tu zadáte svoju hmotnosť v kg stlačením tlačidla SPEED +/- (od 20-150 kg).
6. Stlačením tlačidla MODE sa na displeji zobrazí F5 a 05.

Tu určíte svoju hodnotu telesného tuku (BMI, Body Mass Index). Svoj telesný tuk zmeriate tak, že uchopíte snímače pulzu oboma rukami na približne 8 sekúnd. Počas merania na displeji bliká „“.

Orientačne: telesný tuk pod 18 je štíhly, 19 - 23 normálny, 24 - 28 nadváha.

## **Bezpečnostný kľúč**

Vytiahnutím bezpečnostného kľúča sa bežecký pás zastaví. Na displeji sa zobrazí symbol SAFE a zaznie varovný signál. Keď bezpečnostný kľúč vložíte späť, tento displej sa vynuluje. Počas cvičenia vždy noste bezpečnostný kľúč pripevnený k odevu. Ak počas behu zakopnete alebo sa vám stane iná nehoda, bežecký pás sa zastaví aby ste sa nezranili.

## Tabuľka programov

Seg	P01		P02		P03		P04		P05		P06	
	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl
1	1	0	2	0	2	0	2	0	3	0	3	0
2	3	2	3	3	3	2	2	3	4	2	4	8
3	3	6	3	9	5	3	3	6	5	4	5	8
4	7	6	6	9	5	4	5	6	6	4	5	8
5	7	8	5	9	7	5	5	6	7	8	6	8
6	5	8	5	2	7	5	5	9	8	8	6	8
7	5	6	8	2	8	7	8	9	9	6	7	7
8	5	6	5	8	5	7	8	9	10	6	7	7
9	7	4	5	8	5	4	8	9	10	6	7	7
10	7	4	6	4	5	4	8	9	10	6	9	7
11	5	4	8	1	3	4	5	9	9	8	9	7
12	5	6	8	1	3	4	5	6	8	7	10	5
13	5	6	8	4	8	6	5	6	7	6	10	5
14	5	2	5	4	8	3	3	6	5	5	11	3
15	3	2	4	4	4	2	2	2	4	1	5	3
16	2	0	3	0	3	0	2	0	3	0	3	0

Seg	P07		P08		P09		P10		P11		P12	
	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl
1	3	0	3	0	2	0	3	0	4	0	4	0
2	4	1	5	3	4	6	5	7	5	6	6	8
3	9	4	8	8	5	6	6	7	7	6	10	8
4	4	4	3	8	5	3	6	7	9	6	10	6
5	10	4	5	8	6	7	6	5	10	3	7	9
6	4	6	7	3	5	7	9	5	11	3	10	9
7	10	6	9	7	6	3	10	5	9	3	10	5
8	4	6	3	7	3	8	6	8	6	7	10	5
9	9	8	5	3	3	8	6	8	8	7	7	8
10	4	8	7	3	2	3	9	8	9	4	7	8
11	8	8	10	6	6	9	10	8	10	4	10	8
12	4	10	3	6	5	9	6	8	10	4	10	4
13	11	10	5	3	6	3	6	8	11	4	10	4
14	5	10	7	3	3	3	6	4	9	6	10	4
15	3	6	11	5	3	7	11	4	6	6	6	4
16	2	0	5	0	2	0	3	0	5	0	5	0

	P13		P14		P15		P16		P17		P18	
Seg	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl
1	1	0	2	5	2	3	2	1	2	3	2	5
2	2	8	6	6	6	4	5	5	5	5	3	7
3	3	8	5	5	5	5	7	6	6	6	5	5
4	4	6	4	8	4	6	5	8	7	8	6	8
5	5	9	8	4	8	3	8	12	8	6	8	6
6	6	9	6	5	7	5	6	9	9	5	6	5
7	7	5	5	5	5	5	5	10	10	8	9	9
8	8	5	2	10	3	6	2	9	5	7	6	10
9	9	8	3	6	3	4	4	5	3	5	5	6
10	10	8	3	3	2	3	2	3	4	3	2	2
11	12	8	8	4	8	3	8	12	8	6	8	6
12	10	4	6	5	7	5	6	9	9	5	6	5
13	8	4	5	5	5	5	5	10	10	8	9	9
14	6	4	2	10	3	6	2	9	5	7	6	10
15	4	4	3	6	3	4	4	5	3	5	5	6
16	2	0	3	3	2	3	2	3	4	3	2	2

	P19		P20		P21		P22		P23		P24	
Seg	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl	Speed	Incl
1	3	3	3	1	3	0	3	0	4	2	4	3
2	7	5	5	3	7	6	5	7	5	6	6	8
3	6	6	8	8	9	6	6	7	7	6	10	8
4	5	8	3	8	4	3	6	7	9	6	10	6
5	9	5	5	3	7	7	6	5	10	3	7	9
6	7	6	7	0	10	7	10	5	11	3	10	9
7	6	5	9	7	4	3	6	5	9	3	12	5
8	3	12	3	7	7	8	11	8	6	7	10	5
9	5	8	5	3	11	8	3	8	8	7	7	8
10	2	3	7	3	5	3	9	9	9	4	7	8
11	9	5	10	6	7	9	10	8	10	4	10	8
12	7	6	3	6	12	12	6	12	10	7	11	4
13	6	5	5	3	4	3	6	8	11	4	10	10
14	3	12	7	3	7	3	6	4	9	6	10	4
15	5	8	11	5	12	7	11	4	6	6	6	4
16	2	3	5	0	6	0	3	0	5	0	5	0



## INTERAKTÍVNE ŠKOLENIE (VOLITEĽNÉ)

Fitness zariadenia vybavené technológiou Bluetooth možno pripojiť s kompatibilnými fitness aplikáciami. V súčasnosti sú k dispozícii programy „Kinomap“ a „Fitshow“ pre systémy iOS a Android



1. Stiahnite si požadovanú aplikáciu do svojho mobilného zariadenia
2. Zaregistrujte sa podľa pokynov príslušnej aplikácie
3. V nastaveniach mobilného zariadenia povoľte funkciu Bluetooth
4. Zapnite svoje fitness zariadenie
5. Otvorte príslušnú aplikáciu
6. Vyberte typ zariadenia
7. Vyberte značku svojho fitness zariadenia
8. Vyberte PROGRAM svojho fitness zariadenia
9. Pripojte zariadenie k svojmu mobilnému zariadeniu prostredníctvom aplikácie

## PROBLÉMY A ICH RIEŠENIE

PROBLÉM	MOŽNÉ PRÍČINY	RIEŠENIE
Bežecký pás sa nespustí	Napájací kábel nie je zapojený	Zapojte napájací kábel
	Prepínač zapnutia/vypnutia nie je nastavený na On	Nastavte prepínač zapnutia/vypnutia na On
	Vyskočila poistka domu	Skontrolujte poistky v dome
	Kábel v pravej spojovacej lište je odstrihnutý v hornej alebo dolnej časti	Skontrolujte pripojenie kábla podľa montážneho návodu
	Bezpečnostný kľúč núdzového zastavenia nie je na konzole správne umiestnený	Odstráňte a znovu umiestnite bezpečnostný kľúč núdzového zastavenia
	Poškodená poistka zariadenia	Vymena poistky zariadenia
	Pripojovací kábel z riadiacej jednotky ku konzole sa uvoľnil	Skontrolujte pripojenie zástrčky riadiacej jednotky v motorovom priestore
	Transformátor nie je správne pripojený alebo je poškodený	Skontrolujte transformátor v motorovom priestore a v prípade potreby ho vymeňte
Bežecký pás sa zrazu zastaví	Motor sa vypne z dôvodu preťaženia	Skontrolujte mazanie a napnutie pojazbovej podložky podľa návodu na montáž.
	Problém s elektronikou	Skontrolujte napájanie, ako je opísané vyššie
Bežecký pás pri behu trhá	Bežecká plocha je príliš voľná a preklzáva sa	Prispôbte napnutie plochy podľa návodu na montáž.
Bežecký pás nebeží centrálné	Bežecký pás nie je správne zarovnaný	Vycentrujte podložku podľa návodu na montáž
Bežecký pás píska bez záťaže (bez bežca)	Hnací remeň motora nie je vycentrovaný na remenici prednej napínacej kladky	Zarovnajzte hnací remeň
	Poškodený hnací remeň	Výmena hnačieho remeňa
	Predná napínacia kladka je poškodená	Výmena prednej napínacej kladky
	Zadná napínacia kladka je poškodená	Výmena zadnej napínacej kladky
Bežecký pás píska pri zaťažení (s bežcom)	Bežecký pás nie je prispôsobený nerovnostiam podlahy	Nastavenie nastaviteľných nožičiek na prednom ráme
	Bežecká plocha sa uvoľnila	Opätovné utiahnutie jazdnej plochy
	Opotrebovanie tlmiacich prvkov	Výmena tlmiacich prvkov
	Bežiaca plocha je rozbitá	Výmena bežeckej plochy
Chybové hlásenie na displeji E-01	Poškodený počítač	Výmena počítača
	Poškodený transformátor	Výmena transformátora v motorovom priestore
	Chybná riadiaca jednotka	Výmena riadiacej jednotky v motorovom priestore

PROBLÉM	MOŽNÉ PRÍČINY	RIEŠENIE
Chybové hlásenie na displeji <b>E-02</b>	Pripojovací kábel k motoru je poškodený alebo uvoľnený	Skontrolujte pripojovací kábel motora v motore
	Preťaženie motora	Skontrolujte mazanie a napnutie bežeckej podložky; vylúčte iné príčiny, ktoré by mohli remeň zabrzdiť, napríklad poškodené valce alebo cudzie predmety.
	Poškodený motor	Výmena motora
	Poškodená riadiaca jednotka	Skontrolujte prepájací kábel medzi motorom a riadiacou jednotkou v priestore motora. V prípade potreby vymeňte riadiacu jednotku
Chybové hlásenie na displeji <b>E-03</b>	Senzor rýchlosti nie je správne nastavený	Skontrolujte nastavenie snímača otáčok na motore v motorovom priestore
	Poškodený snímač rýchlosti	Výmena snímača rýchlosti
	Snímač otáčok nie je správne pripojený k riadiacej jednotke	Skontrolujte prepájací kábel medzi snímačom otáčok a riadiacou jednotkou v motorovom priestore.
	Poškodená riadiaca jednotka	Výmena riadiacej jednotky v motorovom priestore
Chybové hlásenie na displeji <b>E-04</b>	Vstupné napätie je príliš vysoké	Nastavenie napätia na 220V
	Poškodený motor	Výmena motora
	Poškodená riadiaca jednotka	Výmena riadiacej jednotky v motorovom priestore
Chybové hlásenie na displeji <b>E-05</b>	Príliš vysoký napájací prúd	Nastavenie prúdu napájania
	Zablokovaný motor alebo nášľapná plocha	Odstránenie blokovania
	Poškodená riadiaca jednotka	Výmena riadiacej jednotky v motorovom priestore
Chybové hlásenie na displeji <b>E-06</b>	Vstupné napätie je príliš nízke	Skontrolujte napájanie
	Poškodená riadiaca jednotka	Výmena riadiacej jednotky v motorovom priestore
Chybové hlásenie na displeji <b>E-07</b>	Bezpečnostný kľúč núdzového zastavenia nie je na konzole správne umiestnený	Odstráňte a znovu umiestnite bezpečnostný kľúč núdzového zastavenia
	Poškodený spínač núdzového zastavenia na konzole	Výmena konzoly
Vyskočia poistky domu	Zapnuté niekoľkých energeticky náročných domácich spotrebičov	Vypnite iné domáce spotrebiče
	Poškodený vypínač	Výmena vypínača
	Skrat v dôsledku poškodeného kábla	Skontrolujte káble v motorovom priestore a v prípade potreby ich vymeňte
	Poškodený motor	Výmena motora
Nezobrazuje srdcovú frekvenciu	Nesprávne pripojený ručný impulzný kábel	Skontrolujte pripojenie kábla ku konzole
	Poškodené snímače ručného pulzu	Výmena ručných snímačov pulzu
	Poškodený obvod konzoly	Výmena konzoly
	Snímače hrudného pásu nevysielajú signál	Dobre navlhčite snímače
	Vybitá batéria hrudného pásu	Výmena batérie
	Poškodený hrudný pás	Výmena hrudného pásu
	Kódovaný hrudný pás	Používajte hrudný pás bez kódovania

## ÚDRŽBA / SERVIS

Pravidelné čistenie/údržba zvyšuje životnosť zariadenia.

Pravidelne kontrolujte bežecký pás a v prípade potreby dotiahnite uvoľnené časti. Opotrebované diely okamžite vymeňte.

## ČISTENIE

**Upozornenie:** Pred začatím čistenia sa uistite, že je zástrčka zariadenia odpojená od elektrickej siete.

**Dôležité:** Na čistenie bežeckého pásu nepoužívajte abrazívne prostriedky ani rozpúšťadlá. Aby ste zabránili poškodeniu počítača, uchovávajte ho mimo dosahu akýchkoľvek tekutín a nikdy ho nevystavujte priamemu slnečnému žiareniu.

**Po každom tréningu:** Utrite konzolu počítača a ostatné povrchy bežeckého pásu čistou, vlhkou a mäkkou handričkou, aby ste odstránili pot z tréningu.

**Týždenne:** Pod bežecký pás sa dostáva prach a nečistoty z okolia. Preto každý týždeň vysajte okolie bežeckého pásu a priestor pod ním.

**Polročne:** Bežiaci motor nasáva prach do motorového priestoru a môže ho upchať. Približne každých 6 mesiacov otvorte kryt motora a dôkladne povysávajte motorový priestor a motor.

## MAZANIE BEŽECKÉHO PÁSU

Bežecká podložka je vopred namazaná. Odporúčame pravidelne kontrolovať mazanie bežeckej podložky, aby sa zabezpečila optimálna prevádzka.

Kontrolu mazania bežeckej podložky vykonávajte každých 30 až 40 dní: Na tento účel nadvihnite boky bežeckého pásu a prstami nahmatajte povrch bežeckej podložky. Ak cítite stopy silikónu, mazanie nie je potrebné.

Ak je povrch suchý, pri mazaní postupujte nasledovne:

1. Silikónový olej naneste pod bežeckú podložku tak, že ju nadvihnete o niekoľko centimetrov; postup zopakujte na druhej strane.
2. Zapnite zariadenie bez stúpania a nechajte bežiaci pás bežať pri minimálnych otáčkach 5 minút.



Používajte len silikónový olej, ktorý neobsahuje ropné zložky.

## NAPÍNANIE BEŽECKEJ PODLOŽKY

Ak sa bežecká podložka šmýka alebo pri jednotlivých krokoch cítite povolovanie, je potrebné zvýšiť napätie.

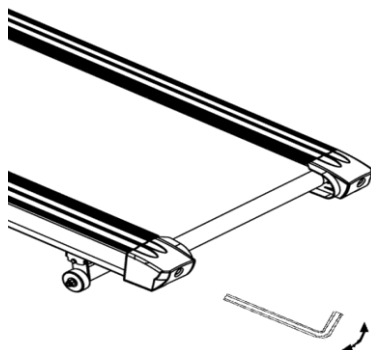
Otočte ľavú zadnú skrutku o 1/4 otáčky v smere hodinových ručičiek.

Opakujte krok 1 pre pravú stranu. Uistite sa, že robíte rovnaký počet otáčok, aby bol valec zarovnaný s rámom.

Opakujte krok 1 a krok 2, kým nebude bežecká podložka dostatočne napnutá, aby sa zabránilo jej sklznutiu.

Dávajte pozor, aby ste bežeckú podložku príliš nenapínali, pretože to môže spôsobiť nadmerný tlak na guľôčkové ložiská.

Ak chcete znížiť napätie bežiacej podložky, otočte obe skrutky proti smeru hodinových ručičiek a rovnaký počet.



## VYCENTROVANIE BEŽECKEJ PODLOŽKY

Sily, ktoré vznikajú pri behu, môžu spôsobiť mierny posun bežeckej podložky. Tento posun je normálny a pás sa sám nastaví, ak na ňom nikto nestojí. Ak pretrváva, je potrebný manuálny zásah.

Spustite bežecký pás bez toho, aby naň niekto bežal a zvýšte rýchlosť až na približne 6 km/h

1. Skontrolujte, či má pás sklon doprava alebo doľava.

Ak sa bežecká podložka posunie doľava, otočte ľavú zadnú skrutku v smere hodinových ručičiek vždy o 1/4 otáčky.

Ak sa bežecká podložka posunie doprava, otočte pravú zadnú skrutku v smere hodinových ručičiek vždy o 1/4 otáčky.

Ak pás stále nie je vycentrovaný, opakujte vyššie uvedené kroky, kým sa problém nevyrieši.

2. Keď je pás vycentrovaný, zvýšte rýchlosť a skontrolujte, či pás beží správne v strede podložky.

## Rozcvička

### Cvičenia krku

Nakloňte hlavu na pravú stranu tak, aby ste pocíťovali napnutie vo vašom krku. Pomaly skloňte hlavu smerom k hrudníku v polkruhu a potom otočte hlavu doľava. Budete pocíťovať pohodlné napnutie vo vašom krku. Toto cvičenie môžete striedavo opakovať niekoľko krát.



### Cvičenia pre oblasť ramien

Nadvihujte ľavé a pravé rameno striedavo, alebo oboma ramenami naraz.



### Cvičenia pre paže

Natiahnite striedavo ľavú a pravú pažu smerom k plafónu. Budete pocíťovať napnutie na ľavej a pravej strane. Opakujte toto cvičenie niekoľko krát.



### Cvičenia pre vrchnú časť

Podoprite sa tak, že sa rukou opriete o stenu, potom sa natiahnite smerom za seba a zdvihnite vašu pravú alebo ľavú nohu smerom k zadným partiám čo najviac ako je to možné. Budete pocíťovať pohodlné napnutie v prednej časti vašich stehien. Zostaňte v tejto pozícii po dobu 30 sekúnd a ak je to možné opakujte toto cvičenie 2-krát pre každú nohu.



### Vnútoraná časť stehien

Sadnite si na podlahu s nohami tak, aby vaše kolená smerovali von. Potlačte vaše nohy tak blízko ako je to možné k vašim slabínám. Teraz zatlačte vaše kolená smerom dole. Zostaňte v tejto pozícii po dobu 30-40 sekúnd ak je to možné.



### Dotyk na palce

Predkloňte váš trup smerom dolu a pokúste sa dotknúť vašich palcov až pokiaľ to bude možné. Ak sa dá, zostaňte v tejto pozícii po dobu 20-30 sekúnd.



### Cvičenie pre kolená

Sadnite si na podlahu a vystrite vašu pravú nohu. Pokročte vašu ľavú nohu a vaše chodidlo položte na vaše pravé stehno. Teraz sa pokúste dosiahnuť vaše pravé chodidlo s vašim pravým ramenom. Zostaňte v tejto pozícii po dobu 30-40 sekúnd ak je to možné.



### Cvičenia pre chrbát/Achillovej šľachy

Položte obe ruky na stenu pre získanie opory vášho tela. Posuňte vašu ľavú nohu dozadu a skúste sa ju priložiť k zadným partiám, striedajte ju s vašou pravou nohou. Toto natáhovacie cvičenie natáhuje ako chrbát tak aj nohy. Zostaňte v tejto pozícii ak je to možné po dobu 30 - 40 sekúnd.

