

FASSI

T 80 CLUB



Návod k použití: Profesionální běžecký pás Fassi T80

kód: 8000

CZ

Vážení zákazníci,

Jsme rádi, že jste se rozhodli pro běžecký pás Fassi T80. Před sestavením běžeckého pásu si pozorně přečtěte návod k použití. Běžecký pás používejte pouze tak, jak je popsáno v tomto návodu k obsluze.

Váš tým **DUVLAN**

Záruka

Prodejce poskytuje na tento produkt záruku 2 roky.

Záruka se nevztahuje na škody způsobené nesprávnou montáží, nesprávnou údržbou, mechanickým poškozením, opotřebením dílů při běžném používání, nevyhnutelnou událostí, neodbornými zásahy, nesprávnou manipulací nebo nesprávným umístěním. V případě reklamace nás prosím kontaktujte.

Záruční doba začíná běžet dnem prodeje (uschovejte si proto doklad o koupi).

Zákaznický servis

Abychom vám co nejlépe pomohli s případnými problémy s vaším běžeckým pásem, poznamenejte si prosím přesný název produktu.

Pokyny pro manipulaci se zařízením po vyřazení z provozu

Zařízení Fassi je recyklovatelné. Prosíme vás, abyste po skončení jeho životnosti odevzdali své zařízení na sběrné místo odpadu (nebo na určené místo).

Kontakt

Duvlan s.r.o.
K Zornici 1990/23
957 01 Bánovce nad Bebravou
E-mail: servis@duvlan.com
web: www.duvlan.com

Instrukce

Tento návod k použití je určen pouze pro informaci zákazníků. **Společnost DUVLAN** nepřebírá žádnou odpovědnost za chyby způsobené překladem nebo technickými změnami produktu.

Důležité bezpečnostní upozornění

Abyste snížili riziko vážného zranění, přečtěte si před použitím výrobku následující bezpečnostní pokyny. Dozvíte se důležité informace o bezpečnosti, správném používání a údržbě zařízení. Tento návod k obsluze uschovejte pro pozdější opravu, údržbu nebo objednání náhradních dílů.

1. Toto zařízení nesmí používat osoba, jejíž tělesná hmotnost je vyšší než 180 kg.
2. Zařízení je určeno pro trénink dospělých. Nenechávejte děti a domácí zvířata bez dozoru v místnosti se strojem.
3. Umístěte zařízení na neklouzavý povrch. Pokud chcete chránit podlahu, umístěte pod zařízení ochrannou podložku.
4. Zajistěte dostatečný prostor pro bezpečné používání zařízení. V blízkosti stroje musí být volná oblast 1 m.
5. Používejte zařízení uvnitř a chraňte jej před vlhkostí a prachem. Neumísťujte zařízení na krytou verandu a do blízkosti vody.
6. Zařízení je určeno pro domácí použití. Třída použití a norma účinnosti (EN 957-1/6 HB). Pro komerční použití zařízení se na zařízení nevztahuje záruka, výrobce na zařízení neručí.
7. Zařízení není vhodné pro terapeutické použití.
8. V případě zdravotních komplikací a omezení konzultujte svůj trénink se svým lékařem. Řekne vám, které školení je pro vás to pravé.
9. Nesprávný trénink a přeceňování vašich schopností může poškodit vaše zdraví.
10. Pokud během tréninku pocítíte nevolnost, bolest na hrudi nebo potíže s dýcháním, okamžitě ukončete trénink a navštivte lékaře.
11. S tréninkem zahajujte až poté, co jste si jisti, že je zařízení správně složené a nastavené.
12. Při sestavování zařízení postupujte přesně podle pokynů.
13. Používejte pouze originální díly Fassi (viz seznam).
14. Pevně utáhněte všechny pohyblivé části, abyste zabránili jejich uvolnění během tréninku.
15. Nepoužívejte přístroj naboso nebo s volnou obuví. Během tréninku nenoste volné oblečení. Před zahájením tréninku si odložte všechny šperky. Upravte si vlasy správně, aby vám během cvičení nepřekážely.
16. Poškozené části mohou ohrozit vaši bezpečnost a ovlivnit životnost zařízení.
17. Pravidelně kontrolujte všechny matice a šrouby, abyste se ujistili, že jsou utažené.
18. Jakákoli montáž/demontáž zařízení musí být provedena opatrně.
19. Udržujte ruce a nohy v dostatečné vzdálenosti od pohyblivých částí.
20. Při zvedání nebo přemisťování zařízení buďte velmi opatrní, aby nedošlo ke zranění zad. Vždy používejte správné zvedací techniky nebo v případě potřeby požádejte o pomoc druhou osobu.
21. Hmotnost zařízení: 132 kg.
22. Celkové rozměry zařízení (D x Š x V): 210 x 90 x 155 cm.

BEZPEČNOSTNÍ INSTRUKCE

1. Před montáží nebo provozem zařízení si pečlivě přečtěte celý návod.
2. Zařízení používejte pouze tak, jak je popsáno v pokynech.
3. Před použitím zařízení zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby a vruty řádně utaženy.
4. Udržujte ruce mimo dosah pohyblivých částí.
5. Udržujte děti a domácí zvířata mimo dosah zařízení. Nikdy nenechávejte děti samotné se spotřebičem.
6. Před tréninkem zkontrolujte, zda jsou všechny části zařízení správně sestaveny.
7. Zařízení může v jednu chvíli používat pouze jedna osoba.
8. Namontujte a provozujte zařízení na pevném a rovném povrchu. Vždy ponechte volný průchod kolem zařízení jeden metr.
9. Nepoužívejte zařízení v blízkosti vody nebo venku.
10. Zajistěte, aby se do zařízení nikdy nedostala žádná kapalina.
11. Udržujte ostré předměty v dostatečné vzdálenosti od zařízení.
12. Nikdy nepoužívejte spotřebič, pokud nefunguje správně.
13. Nepokoušejte se opravit zařízení sami, aniž byste se nejprve poradili s naším servisním střediskem.
14. Zařízení je určeno pouze pro domácí použití a nesmí být používáno v komerčním sektoru. Přístroj vyhovuje **normě EN 957-1/6 HB** a není vhodný pro terapeutické použití.

ZÁKAZNICKÝ SERVIS: V případě rozbití, poškození nebo chybějících dílů kontaktujte naše servisní středisko pro originální náhradní díly. Mezitím zařízení nepoužívejte.

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY PRO ŠKOLENÍ

POZOR Před zahájením tréninku se poradte se svým lékařem. To je důležité zejména pro uživatele se stávajícími zdravotními potížemi.

1. Před zahájením tréninku se dobře zahřejte.
2. Vložte bezpečnostní klíč, druhý konec připevněte k oblečení. Pokud potřebujete rychle zastavit motor, jednoduše zatáhněte za lanko bezpečnostního klíče tak, aby vycházelo z konzoly; Pás se okamžitě zastaví. Chcete-li pokračovat v tréninku, vložte bezpečnostní klíč zpět do konzole.
3. Pokud je lano poškozené, kontaktujte prosím naše servisní středisko.
4. Vyjměte bezpečnostní klíč a uložte jej na bezpečném místě, když zařízení nepoužíváte. Uchovávejte bezpečnostní klíč mimo dosah dětí.
5. Při cvičení vždy noste vhodné oblečení, které se nemůže zachytit do zařízení. Nepoužívejte zařízení naboso, vždy noste tenisky. Nenoste rozvázané boty, se zavěšenými tkaničkami nebo boty s koženou podrážkou.
6. Udržujte veškeré pověšené oblečení a ručníky mimo dosah běžeckého pásu. Pokud dojde k zaseknutí předmětu, okamžitě zařízení vypněte.
7. Při zahájení nebo ukončení tréninku buďte opatrní. Kdykoli je to možné, používejte madla. Držte se zábradlí

- při provozu při velmi nízkých rychlostech. Nevystupujte z běžeckého pásu, pokud je v provozu.
8. Položte obě nohy na boční kryty, spusťte běžecký pás a teprve když běžecký pás běží pomalou, ale stálou rychlostí, šlápněte na běžecký pás nejprve jednou nohou a poté druhou.
9. Nepokoušejte se otáčet, když stojíte na běžeckém pásu a ten běží. Vždy držte obličej a ruce směřující dopředu.
10. Nikdy zařízení nepoužívejte, když je na něm jiná osoba.
11. Na běžeckém pásu se nehoupejte ani neskákejte.
12. Pokud se objeví nevolnost, závratě, bolest nebo jiné neobvyklé fyzické příznaky, okamžitě přestaňte cvičit a vyhledejte lékařskou pomoc.
13. Osoby se zdravotním postižením mohou zařízení používat pouze v přítomnosti kvalifikovaného personálu nebo svého lékaře.
14. Děti by měly zařízení používat pouze v přítomnosti dospělé osoby.
15. V případě nevolnosti, bolesti na hrudi nebo jiných abnormálních příznaků okamžitě přestaňte trénovat a poraďte se s lékařem.

ELEKTRICKÁ BEZPEČNOST

Toto zařízení je určeno pro napětí 220 V \pm 5%. Nepoužívejte prodlužovací kabely, připojte napájecí kabel přímo do elektrické zásuvky.

Důležité: Neupravujte napájecí kabel dodaný s běžeckým pásem. Pokud jej nemůžete zapojit, použijte vhodnou zásuvku instalovanou kvalifikovaným technikem.

Přepětí: Toto zařízení je vybaveno přepětíovou ochranou. V případě přepětí se jednotka automaticky vypne. Pokud se jednotka vypne, otočte hlavní vypínač do polohy "vypnuto" a poté jej znovu zapněte.

POKYNY K LIKVIDACI



Obalové materiály jsou recyklovatelné. Obal zlikvidujte způsobem šetrným k životnímu prostředí.



Nevyhazujte elektrická zařízení do domovního odpadu. Podle evropské směrnice 2011/65/ES o odpadních elektrických a elektronických zařízeních a její transpozici do vnitrostátního práva musí být zlikvidovány následující položky:

Použitá elektrická zařízení musí být shromažďována odděleně a recyklována způsobem šetrným k životnímu prostředí. Pokud produkty obsahují baterie nebo dobíjecí baterie, které nejsou trvale nainstalovány, musí být před likvidací vyjmuty a zlikvidovány odděleně jako baterie.

SEZNAM NÁHRADNÍCH DÍLŮ.

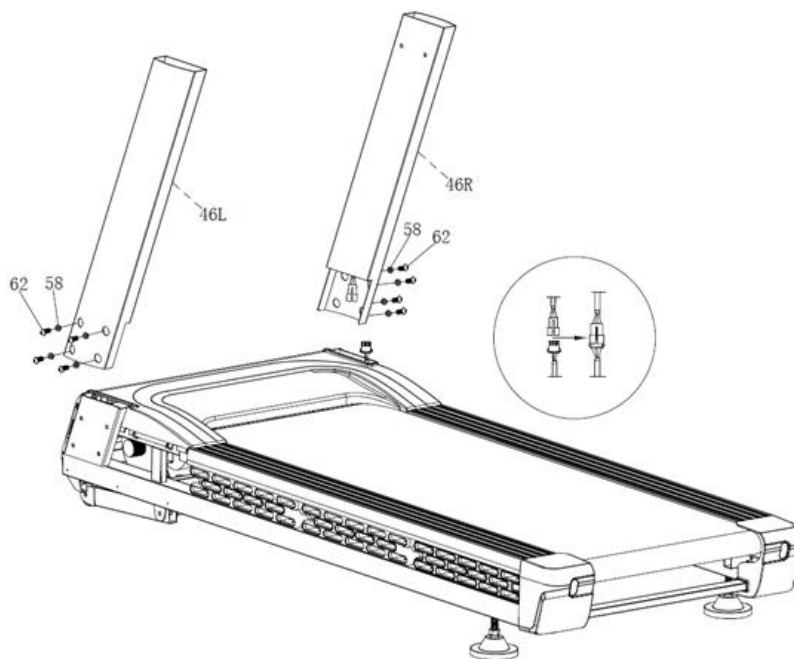
Seznam balení			
Část # Popis	Množství	Část # Popis	Množství
Šroub M10*16 (č. 62) 	18	Silikonový olej 	1
Plochá podložka $\varnothing 10,5$ (č. 58) 	18	Bezpečnostní klíč 	1
č Šroub 4,2 x 16 mm (č. 3) 	14	Imbusový klíč (S6) 	1

POZNÁMKA:

1. Výše popsané díly jsou všechny díly, které potřebujete k sestavení tohoto běžecího pásu. Před zahájením montáže zkontrolujte obal a ujistěte se, že nic nechybí.
2. V balení najdete nástroje, které vám pomohou tento běžecí pás snadněji sestavit.

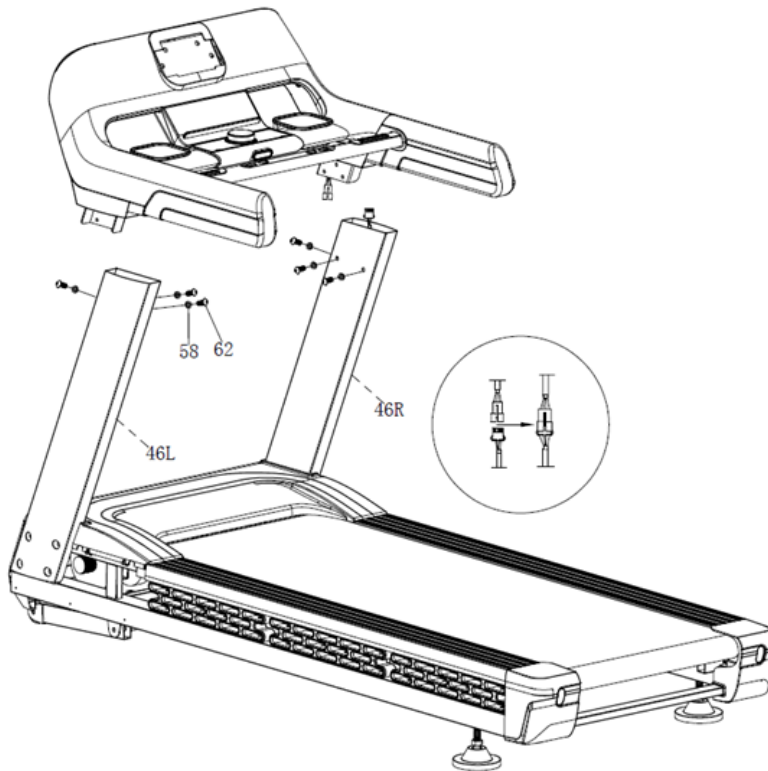
KROK 1

1. Připojte kabely mezi základní rám a pravou svislou podpěru (46R).
2. Pomocí šroubu M10* 16 (62) a podložky (58) připevněte svislou podpěru (č. 46) k základnímu rámu.



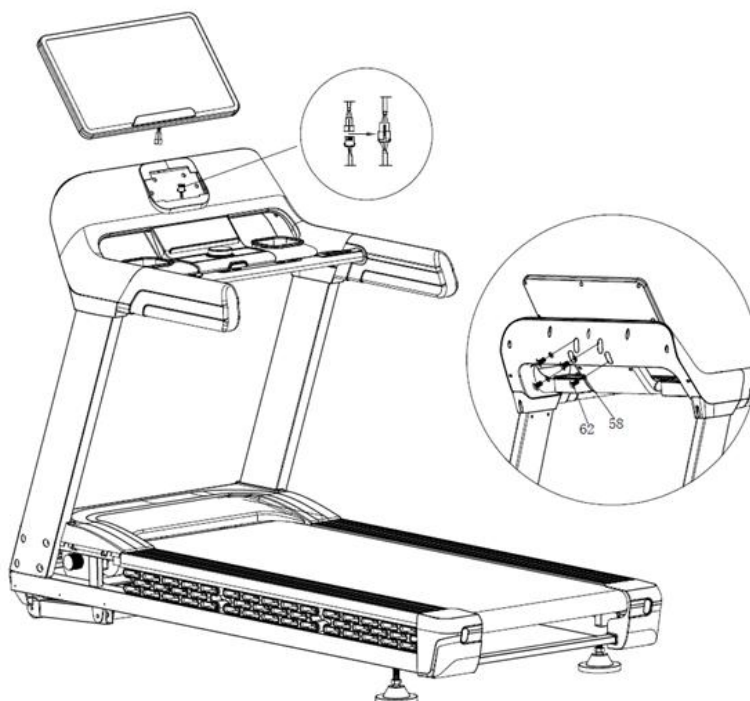
KROK 2

1. Připojte kabely mezi držák a pravou svislou podpěru (46R).
2. Pomocí dodaných šroubů M10*16 (62) a ploché podložky (58) připevněte držák ke svislé podpěře.



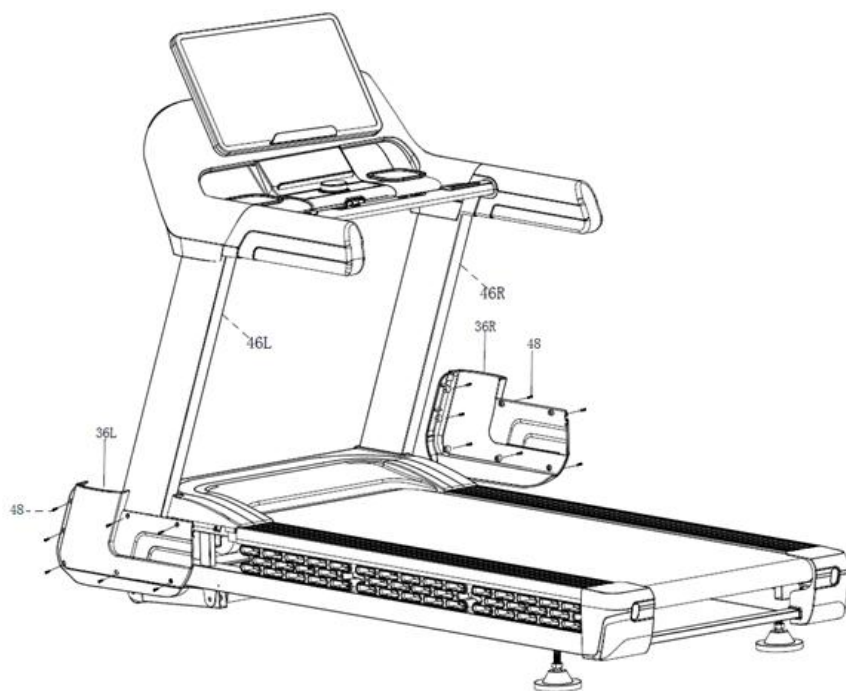
KROK 3

1. Připojte kabely mezi displejem a palubní deskou
2. K připevnění displeje k palubní desce použijte dodané šrouby M10*16 (62) a plochou podložku (58).



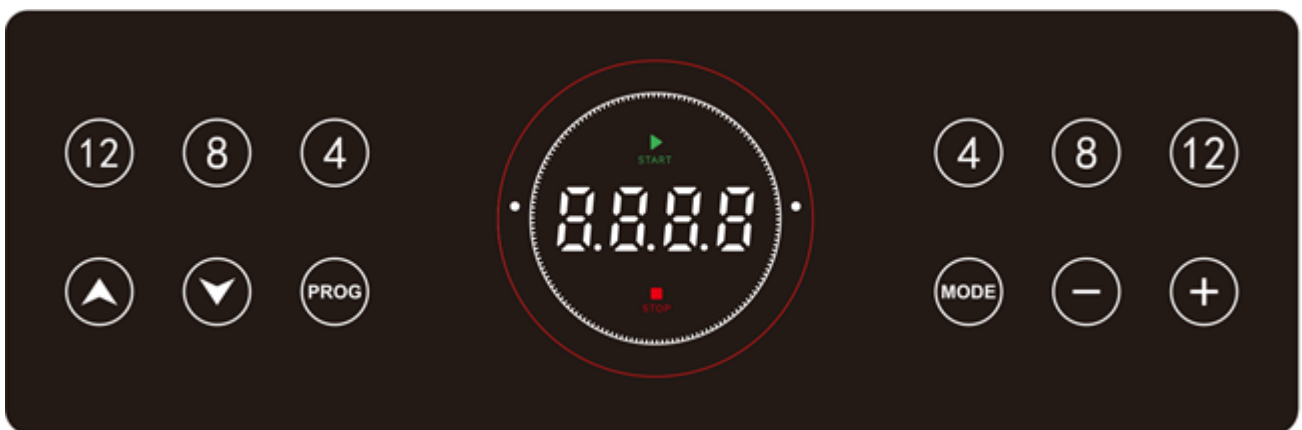
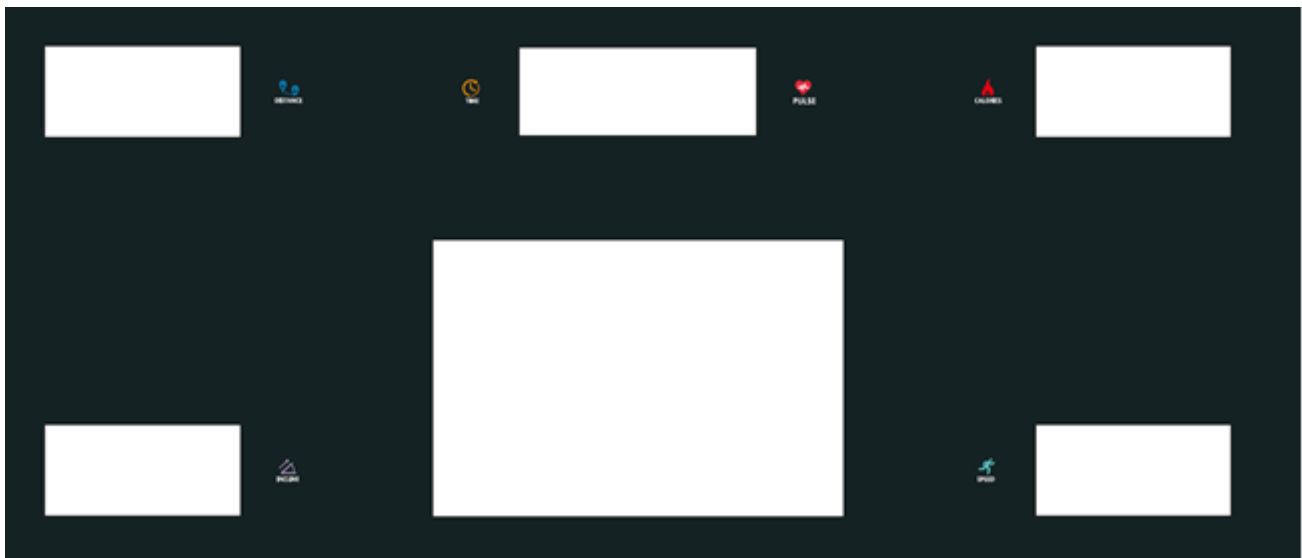
KROK 4

1. Pomocí dodaných šroubů M4.2*16 (48) pevně připevněte svislý podpěrný kryt (36L/R) ke svislé podpěře.
2. Umístěte bezpečnostní klíč (červený) do středu konzole. Nyní můžete začít používat běžecký pás. (Poznámka: Bezpečnostní klíč musí být umístěn ve středu žluté oblasti, pak lze běžecký pás normálně spustit) **značka.**



Poznámka: Před zapnutím napájení se ujistěte, že jsou všechny výše uvedené kroky správně nainstalovány, a utáhněte všechny šrouby,

DISPLEJ DISPLEJE



1. FUNKCE ZOBRAZENÍ

- 1.1 okno "SPEED": zobrazení aktuální rychlosti, rozsah rychlostí: 1--22,0 km/h, Při nastavování uživatelského programu je v těchto oknech zobrazena hodnota rychlosti. Během testu tělesného tuku zobrazte funkci parametru.
- 1.2 Zobrazení "TIME": zobrazení doby cvičení, pozitivní časování od 0:00 do 99:59. Při nastavování uživatelského programu se v těchto oknech zobrazuje hodnota času.
Při nastavování testu tělesného tuku se zobrazují hodnoty nastavení pro každý parametr.
- 1.3 "STRAŠNÉ." Zobrazení vzdálenosti, počítání dopředu od 0,00-99,9 "HP1-HP2-HP3" se zobrazí při nastavování programu HRC
- 1.4 Okno "CAL": zobrazuje spálené kalorie od 0 do 999, Při použití programů nastavených na pr se při nastavování HRC programu zobrazuje "P01-P02---P24-U01-U02-U03-FAT, v těchto oknech se zobrazuje hodnota věku
- 1.5 Okno "SKLON": Zobrazuje aktuální úroveň sklonu, rozsah 0-22 úrovní. Při nastavování programu se hodnota sklonu zobrazí v oknech sklonu.
- 1.6 Manuální zobrazení pulsu "PULSE" od 50 do 200
Při nastavování HRC programu se v těchto oknech zobrazí hodnota pulsu.
- 1.7 Maticové okno:
 1. V plně manuálním režimu se zobrazí 400 metrů dlouhá okružní dráha

2. při nastavování programu se zobrazí programové schéma rychlosti příslušného programu; Po spuštění se v cyklickém přepínači zobrazí schémata rychlosti a výšky tónu programu a bude blikat grafika rychlosti nebo sklonu aktuálního segmentu pohybu.
3. Když se bezpečnostní zámek odpojí, zobrazí se: BEZPEČNOSTNÍ KLÍČ ODPOJEN
4. Během testu tělesného tuku se zobrazí TEST TUKOVÉ HLADINY.
5. Když nastavíte pohlaví, zobrazí se následující možnosti: POHLAVÍ
6. Při nastavování věku se zobrazí: INPUT AGE
7. Při nastavování výšky se zobrazí: VÝŠKA VSTUPU
8. Při nastavování hmotnosti se zobrazí: INPUT WEIGHT
9. Během testu tělesného tuku se zobrazí: TEST TUKU, ČEKEJTE PROSÍM

2. FUNKCE TLAČÍTEK

- 2.1 "START" pro spuštění zařízení, "STOP" pro zastavení běžeckého pásu.
- 2.2 RYCHLOST "+": tlačítko rychlost +, v provozním stavu se stisknutím pokaždé přidá 0.1 km/h, stiskněte jej dlouze, rychlost se bude přičítat nepřetržitě;
- 2.3 RYCHLOST "-": tlačítko rychlosti – v provozním stavu se jeho stisknutím pokaždé sníží o 0.1 km/h, dlouze jej stiskněte, rychlost se bude plynule snižovat.
- 2.4 "SKLON +", zvýšte úroveň sklonu během běhu, dlouze stiskněte, úroveň sklonu se bude plynule zvyšovat
- 2.5 "SKLON - " snižte úroveň sklonu během běhu, dlouze jej stiskněte, úroveň sklonu se bude neustále snižovat
- 2.6 MODE: tlačítko režimu v zastaveném stavu, vyberte čas odpočítávání, odpočítávání vzdálenosti a odpočítávání kalorií.
- 2.7 Bluetooth reproduktor pro přehrávání hudby
- 2.8 Tlačítka pro rychlou rychlost: 4 KM/H, 8 KM/H, 12 KM/H
- 2.9 Tlačítka rychlého náklonu: 4 ÚROVNĚ, 8 ÚROVNÍ, 12 ÚROVNÍ
- 2.10 Otočit: Otočením doprava zvýšíte rychlost, otočením doleva rychlost snížíte.
- 2.11 PROG: Pomocí tohoto tlačítka vyberte programy:
P01-P24 jsou přednastavené programy
U01 – U03: Vlastní program
HP1 – HP3: HRC program
Body FAT:
Test tělesného tuku

3. Rychlý start (manuální režim)

- 3.1 Zapněte hlavní vypínač, magnetický bezpečnostní zámek je správně umístěn v panelu pod polohou bezpečnostního zámku.
- 3.2 stiskněte tlačítko start "START", systém vstoupí do tří sekund odpočítávání, zazní signál, odpočítávací časovač, odpočítávání 5 sekund po rychlosti běžeckého pásu 1.0 km/h.
- 3.3 po nezbytném startu pomocí tlačítek "SPEED +", "SPEED -" upravte rychlost běžeckého pásu; Tlačítka "INCLINE + INCLINE-" pro nastavení sklonu běžeckého pásu.

4. Během provozu na běžeckém pásu

- 5.1 Tlačítko "Speed –" sníží provozní rychlost běžeckého pásu.
- 5.2 Tlačítko "Speed +" zvýší provozní rychlost běžeckého pásu.
- 5.3 Stiskněte tlačítko "Stop", běžecký pás se pozastaví, stiskněte jej znovu, běžecký pás se úplně zastaví.
- 5.4 Stisknutím tlačítek sklonu upravte úroveň sklonu běžeckého pásu
- 5.5 Přibližně po pěti sekundách při pohybu oběma rukama se začnou zaznamenávat údaje o srdečním tepu.

5. Přednastavené programy

	str. 01		str. 02		Str. 03		str. 04		str. 05		str. 06	
Ne.	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon
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

	Str. 07		str. 08		Str. 09		Str. 10		Str. 11		Str. 12	
Ne.	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon
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

	Str. 13		Str. 14		Str. 15		Str. 16		Str. 17		Str. 18	
Ne.	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon
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

	Str. 19		Str. 20		Str. 21		Str. 22		Str. 23		Str. 24	
Ne.	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon	rychlost	sklon

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

VLASTNÍ PROGRAM (U01-U02-U03)

1. Uživatelsky definovaná nastavení programu:

V pohotovostním režimu stiskněte nepřetržitě tlačítko "PROGRAM", dokud nebudete chtít nastavit uživatelsky definovaný program (U01-U03). Stisknutím tlačítka "MODE" potvrďte zadání nastavení. Poté můžete nastavit první časové období. Pomocí tlačítka "SPEED+", "SPEED -" nebo vysoké rychlosti upravte rychlost, pomocí tlačítka "SKLON+", "SKLON-" nebo tlačítka rychlého naklonění upravte rychlost, stisknutím tlačítka "MODE" dokončete nastavení prvního časového období a zadejte druhé časové období. Nastaveno, dokud nebude dokončeno všech 16 (časové okno ukazuje S01-S16); Po dokončení nastavení budou data trvale uložena, dokud je příště neresetujete. Během nastavování není možné vypnout napájení, jinak nelze data automaticky ukládat.

2. Spusťte uživatelsky definovaný program:

A. V pohotovostním režimu stiskněte nepřetržitě tlačítko "PROGRAM", dokud nebudete chtít spustit uživatelem definovaný program (U01-U03), nastavte dobu chodu a poté stiskněte tlačítko start pro spuštění.

B. Jakmile je uživatelem definovaný program dokončen a je nastavena doba běhu, stiskněte tlačítko start pro jeho okamžité spuštění.

HRC programy (Tato funkce pouze pro běžecský pás s funkcí HRC)

DEFAULT je výchozí hodnota parametru zobrazení srdečního tepu (výchozí zobrazení)

HP1 ovládá pouze sklon, HP2 pouze rychlost, HP3 řídí rychlost a sklon.

HP1 Program				HP2 Program				HP3 Program			
Věk	Cílová zóna (L-H)			Věk	Cílová zóna (L-H)			Věk	Cílová zóna (L-H)		
	Nejnižší	Sudí.	Nejvyšší		Nejnižší	Sudí.	Nejvyšší		Nejnižší	Sudí.	Nejvyšší
15	160	165	170	15	170	175	180	15	170	175	180
16	159	164	169	16	169	174	179	16	170	175	180
17	158	163	168	17	168	173	178	17	170	175	180
18	157	162	167	18	167	172	177	18	169	174	179
19	156	161	166	19	166	171	176	19	169	174	179
20	155	160	165	20	165	170	175	20	168	173	178
21	154	159	164	21	164	169	174	21	168	173	178
22	153	158	163	22	163	168	173	22	168	173	178
23	152	157	162	23	162	167	172	23	167	172	177
24	151	156	161	24	161	166	171	24	167	172	177
25	150	155	160	25	160	165	170	25	166	171	176
26	149	154	159	26	159	164	169	26	166	171	176
27	148	153	158	27	158	163	168	27	166	171	176
28	147	152	157	28	157	162	167	28	165	170	175
29	146	151	156	29	156	161	166	29	165	170	175
30	145	150	155	30	155	160	165	30	165	170	175

31	144	149	154	31	154	159	164	31	164	169	174
32	143	148	153	32	153	158	163	32	164	169	174
33	142	147	152	33	152	157	162	33	163	168	173
34	141	146	151	34	151	156	161	34	163	168	173
35	140	145	150	35	150	155	160	35	163	168	173
36	139	144	149	36	149	154	159	36	162	167	172
37	138	143	148	37	148	153	158	37	162	167	172
38	137	142	147	38	147	152	157	38	161	166	171
39	136	141	146	39	146	151	156	39	160	165	170
40	135	140	145	40	145	150	155	40	160	165	170
41	134	139	144	41	144	149	154	41	159	164	169
42	133	138	143	42	143	148	153	42	159	164	169
43	132	137	142	43	142	147	152	43	158	163	168
44	131	136	141	44	141	146	151	44	158	163	168
45	130	135	140	45	140	145	150	45	158	163	168
46	129	134	139	46	139	144	149	46	157	162	167
47	128	133	138	47	138	143	148	47	156	161	166
48	127	132	137	48	137	142	147	48	155	160	165
49	126	131	136	49	136	141	146	49	154	159	164
50	125	130	135	50	135	140	145	50	153	158	163
51	124	129	134	51	134	139	144	51	152	157	162
52	123	128	133	52	133	138	143	52	151	156	161
53	122	127	132	53	132	137	142	53	150	155	160
54	121	126	131	54	131	136	141	54	149	154	159
55	120	125	130	55	130	135	140	55	148	153	158
56	119	124	129	56	129	134	139	56	147	152	157
57	118	123	128	57	128	133	138	57	146	151	156
58	117	122	127	58	127	132	137	58	145	150	155
59	116	121	126	59	126	131	136	59	144	149	154
60	115	120	125	60	125	130	135	60	143	148	153
61	114	119	124	61	124	129	134	61	142	147	152
62	113	118	123	62	123	128	133	62	141	146	151
63	112	117	122	63	122	127	132	63	140	145	150
64	111	116	121	64	121	126	131	64	139	144	149
65	110	115	120	65	120	125	130	65	138	143	148
66	109	114	119	66	119	124	129	66	137	142	147
67	108	113	118	67	118	123	128	67	136	141	146
68	107	112	117	68	117	122	127	68	135	140	145
69	106	111	116	69	116	121	126	69	134	139	144
70	105	110	115	70	115	120	125	70	133	138	143
71	104	109	114	71	114	119	124	71	132	137	142
72	103	108	113	72	113	118	123	72	131	136	141
73	102	107	112	73	112	117	122	73	130	135	140
74	101	106	111	74	111	116	121	74	129	134	139
75	100	105	110	75	110	115	120	75	128	133	138
76	99	104	109	76	109	114	119	76	127	132	137
77	98	103	108	77	108	113	118	77	126	131	136
78	97	102	107	78	107	112	117	78	125	130	135
79	96	101	106	79	106	111	116	79	124	129	134
80	95	100	105	80	105	110	115	80	123	128	133

a) Doba cvičení pro regulaci tepové frekvence je stanovena na 22 minut

b) V pohotovostním režimu stiskněte nepřetržitě tlačítko "Program", dokud se v okně vzdálenosti nezobrazí "HP1/HP2/HP3" (program pro regulaci srdečního tepu). V tomto okamžiku se v okně "Kalorie" zobrazuje výchozí systémová hodnota stáří a bliká. V okně "puls" se zobrazuje cílová tepová frekvence. Stisknutím tlačítka "Rychlost+ nebo Rychlost -" nebo tlačítka "Sklon+ nebo Sklon -" upravte věk a v okně "pulz" se zobrazí cílová hodnota srdeční frekvence podle věku. Pokud máte po nastavení věku pocit, že výchozí cílová hodnota pulzu systému není vhodná, stisknutím tlačítka "Mode" přepnete na nastavení cílového pulzu. V tuto chvíli bude blikat okno "pulse" a stisknutím tlačítka "Speed+ nebo Speed -" nebo tlačítka "Slope+ nebo Slope -" upravíte cílovou tepovou frekvenci. Poznámka: Pokud přímo stisknete tlačítko Start na displeji HP1/HP2/HP3

rozhraní, systém uživateli automaticky doporučí parametr ovládání srdečního tepu (parametry jsou následující):

Rychlost běhu programu "HP1" si nastavíte sami a výchozí cílová tepová frekvence je 150 tepů za minutu pro věk 30 let;

Maximální automatická rychlost běhu programu "HP2" je 9,0 km/h a výchozí cílová hodnota srdeční frekvence je 160 tepů/minutu pro věk 30 let;

Maximální automatická rychlost běhu programu "HP3" je 10,0 km/h a výchozí cílová tepová frekvence je 170 tepů/minutu pro věk 30 let;

c) Pokud stisknete tlačítko "Program", vstoupíte do nastavení věku. Kalorické okno ukazuje výchozí věk 30 let. Uživatelé si mohou vybrat svůj vlastní věk stisknutím tlačítek "sklon +", "sklon -", "Rychlost +" a "Rychlost -". Věkové nastavení je 15–80 let (podrobnosti naleznete v tabulce programů řízení srdečního tepu HP1/HP2/HP3);

d) Když uživatel zvolí svůj věk, stiskněte tlačítko "Mode" a systém automaticky doporučí vhodnou cílovou tepovou frekvenci na základě zvoleného věku uživatele a zobrazí ji v informačním okně uživatele. Uživatel si také může zvolit cílovou hodnotu tepové frekvence, kterou chce podle své fyzické kondice stisknutím tlačítek "sklon+", "sklon-", "Rychlost+", "Rychlost-". Rozsah výběru je 95-180 (podrobnosti viz tabulka programů srdečního tepu HP1/HP2/HP3)

e) Když uživatel zvolí svůj věk a cílovou tepovou frekvenci, stiskněte tlačítko "Mode" pro vstup do pohotovostního rozhraní při spuštění nebo spusťte přímým stisknutím tlačítka "START";

f) Když běží program HP1/HP2/HP3, můžete stisknutím tlačítka "sklon+", "sklon-", "Rychlost+", "Rychlost-" upravit rychlost, ale systém stále automaticky upraví rychlost a zvýší nebo sníží, aby se váš srdeční tep přiblížil cílové tepové frekvenci;

g) První 3 minuty po zahájení cvičení jsou ve stavu zahřátí, počáteční rychlost je 3 km/h, systém automaticky neupravuje rychlost a nahoru nebo dolů a lze ji nastavit pouze ručně; Po 3 minutách systém upraví rychlost nahoru nebo dolů podle aktuální hodnoty srdečního tepu:

Když skutečná tepová frekvence sportovce < cílová tepová frekvence:

1) HP1 se automaticky mění (+1) každých 10 s, dokud není dosaženo maximální hodnoty sklonu; (rychlost je v současné době řízena uživatelem)

2) HP2 se automaticky mění (+0,5 km/čas) každých 10 s až do dosažení maximální rychlosti; (sklon je v současné době řízen uživatelem);

3) HP3 automaticky zrychluje na frekvenci 0,5 kilometru/čas. Když dosáhne maximální rychlosti stanovené programem HP3, pokud se neblíží cílové tepové frekvenci, systém automaticky zrychlí na frekvenci 1 stoupání/časová úroveň. Zvyšujte sklon, abyste zvýšili množství cvičení tak, aby se vaše tepová frekvence přiblížila cílové tepové frekvenci.

Když je skutečná tepová frekvence sportovce vyšší než cílová tepová frekvence:

1) HP1 se automaticky snižuje (-1) každých 10 sekund, dokud nedosáhne minimální hodnoty sklonu (rychlost je v tuto chvíli řízena uživatelem);

2) HP2 se automaticky snižuje (-0,5 km/čas) každých 10 sekund, dokud nedosáhne minimální hodnoty rychlosti HP2 (sklon je v tuto chvíli řízen uživatelem);

3) HP3 automaticky zpomaluje na frekvenci 0,5 km/čas. Když je snížena na minimum, pokud se neblíží cílové tepové frekvenci, systém automaticky sníží sklon s frekvencí 1 úroveň/čas sklonu, aby se snížilo množství cvičení tak, aby se vaše tepová frekvence přiblížila cílové tepové frekvenci.

Dokud tepová frekvence nedosáhne cílové tepové frekvence, sklon a rychlost zůstanou nezměněny.

h) Když doba cvičení přesáhne 20 minut, systém přejde do režimu "COOLDOWN", sklon se vrátí na 0 úrovní a rychlost se každých 10 sekund sníží o 0,5 km/h. Když rychlost klesne na 4 km/h nebo méně, zpomalení se zastaví. Až do konce cvičení. Během cvičení můžete také přímo stisknout tlačítko "STOP" nebo odpojit bezpečnostní zámek a operaci zastavit.

Poznámka: Program pro řízení tepové frekvence musí ke snímání tepové frekvence používat hrudní pás a hrudní pás musí být blízko hrudníku a pokožky.

6. TĚLESNÝ TUK

- 6.1 Když je běžecký pás v zastaveném stavu, použijte tlačítko "PROG" k výběru "FAT"
- 6.2 Nastavit parametr, F-1 Pohlaví, F-2 Věk, F-3, Výška, F-4, Hmotnost, F-5, Tělesný tuk, pomocí tlačítka rychlosti upravte parametr z F-1 na F-4. Po 5-10 sekundách použijte ruční puls, poté F-5 zobrazí váš tělesný tuk.
- 6.3 Při zadávání tělesného tuku nejprve zobrazte F-1, číslo 01 znamená MUŽ a 02 znamená Žena, pro změnu použijte tlačítko rychlosti.
- 6.4 Stisknutím tlačítka režimu vstoupíte do F-2, pomocí tlačítka rychlosti nastavíte svůj věk mezi 10-99.
- 6.5 Stisknutím tlačítka režimu vstoupíte do F-3, pomocí tlačítka rychlosti upravte výšku
- 6.6 Stisknutím tlačítka režimu vstoupíte do F-4, pomocí tlačítka rychlosti upravte svou váhu.
- 6.7 Stisknutím tlačítka režimu se zobrazí F-5. Zobrazí se okno nastavení ---, poté použijte dvě rukojeti, po 8 sekundách se zobrazí tělesný tuk.
- 6.8 Podle asijského standardu lidí je standard tělesného tuku nižší než 6,9

F-1	SEX	1-OSOBA	2-ŽENA
F-2	VĚK	10-99	
F-3	VÝŠKA	100-200	
F-4	HMOTNOST	20-150	
F-5	TUK	≤19	Příliš tenký
		=(20---24)	normální
		=(25---29)	Příliš těžký
		≥30	Velmi obtížné

7. Funkce bezpečnostního klíče

Po vyjmutí bezpečnostního klíče se běžecký pás okamžitě zastaví, aby chránil uživatele.

8. Úsporný režim

Pokud jste zařízení nepoužívali, po 10 minutách zařízení přejde do úsporného režimu a stisknutím libovolného tlačítka jej restartuje.

9. Funkce MP3

Můžete používat svůj smartphone přes Bluetooth (Bluetooth název FS-XXXXX-A), připojit reproduktor pro přehrávání hudby, hlasitost reproduktoru můžete upravit ze smartphonu.

10. Zastavení zařízení.

Napájení můžete kdykoli vypnout a stroj zastavit.

11. Kalorie

Sklon na úrovni 0, běh na 1 km spotřebuje 70,3 kalorií.

70.3 x Rychlost (km/h) x Čas (hodina) x (1+ Úroveň sklonu %)

Uživatelská příručka k aplikacím



FITSHOW

Workout Indoor



KINOMAP

Ride Run Row Indoor



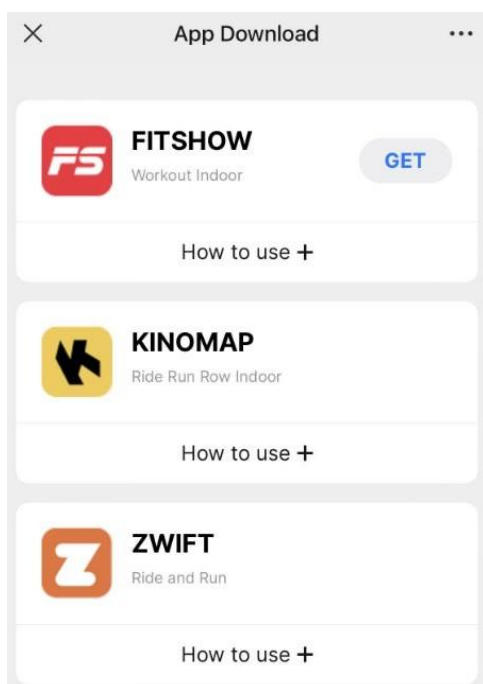
ZWIFT

Ride and Run

Naskenujte následující QR kód a přejděte na stránku stahování aplikace.



Před stažením nejprve rozložte "Jak používat" a pozorně si jej přečtěte.



ÚDRŽBA/SERVIS

Pravidelné čištění/údržba zvyšuje životnost vašeho zařízení. Pravidelně kontrolujte běžecký pás a v případě potřeby utáhněte uvolněné části. Opotřebované díly okamžitě vyměňte.

ČIŠTĚNÍ

Upozornění: Abyste předešli úrazu elektrickým proudem, ujistěte se, že je zástrčka spotřebiče před zahájením čištění vytažená.

důležité: K čištění běžeckého pásu nepoužívejte abrazivní prostředky ani rozpouštědla. Abyste předešli poškození počítače, chraňte jej před tekutinami a nikdy jej nevystavujte přímému slunečnímu záření.

Po každém tréninku: Otřete počítačovou konzoli a další povrchy běžeckého pásu čistým měkkým hadříkem, abyste odstranili veškerý pot.

Týdně: Prach a nečistoty z okolního prostředí se dostanou pod běžecký pás. Proto každý týden vysávejte kolem a pod běžeckým pásem.

Pololetní: Běžící motor nasává prach do motorového prostoru a může ucpat motor. Přibližně každých 6 měsíců otevřete kapotu motoru a pečlivě vysajte motorový prostor a motor.

MAZÁNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU

Běžecká plocha je předem namazána. Doporučujeme pravidelně kontrolovat mazání běžecké plochy, aby byla zajištěna její optimální funkce.

Kontrolujte mazání běžeckého pásu každých 30-40 dní: Chcete-li to provést, zvedněte boky běžeckého pásu a prsty nahmatejte povrch běžeckého pásu. Pokud cítíte stopy silikonu, mazání není nutné.

Když je povrch suchý, postupujte při mazání následovně:

1. naneste silikonový olej pod běžeckou podložku zvednutím o několik centimetrů; Opakujte postup na druhé straně.
2. Zapněte zařízení bez lezení a nechte běžecký pás běžet minimální rychlostí po dobu 5 minut.



Používejte pouze silikonový olej, který neobsahuje ropné složky.

PROTAŽENÍ BĚŽECKÉ PODLOŽKY

Pokud běžecký pás klouže nebo máte pocit, že se při každém kroku kýváte, je třeba zvýšit napětí.

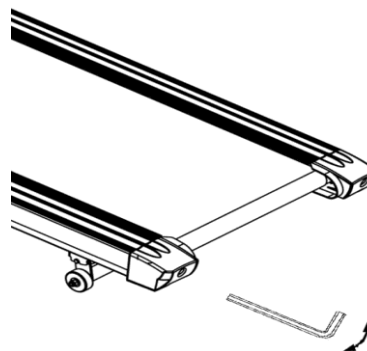
Otočte levý zadní šroub o 1/4 otáčky ve směru hodinových ručiček.

Opakujte krok 1 pro pravou stranu. Ujistěte se, že jste udělali stejný počet otáček, aby byl válec zarovnan s rámem.

Opakujte kroky 1 a 2, dokud nebude běžecká plocha dostatečně napnutá, aby neklouzala.

Dávejte pozor, abyste běžeckou plochu nepřehnali, protože by to mohlo způsobit nadměrný tlak na kuličková ložiska.

Chcete-li snížit napětí na běžecké podložce, otočte oba šrouby proti směru hodinových ručiček a tolikrát, kolikrát to bude možné.



PODÁVÁNÍ BĚŽECKÉ PODLOŽKY

Síly, které vznikají při běhu, mohou způsobit mírné posunutí běžecké plochy. Tento posun je normální a pás se sám upraví, pokud na něm nikdo nestojí. Pokud přetrvává, je nutný ruční zásah.

Běhejte na běžeckém pásu, aniž by na něm někdo běžel, a zvyšte rychlost až na cca 6 km/h

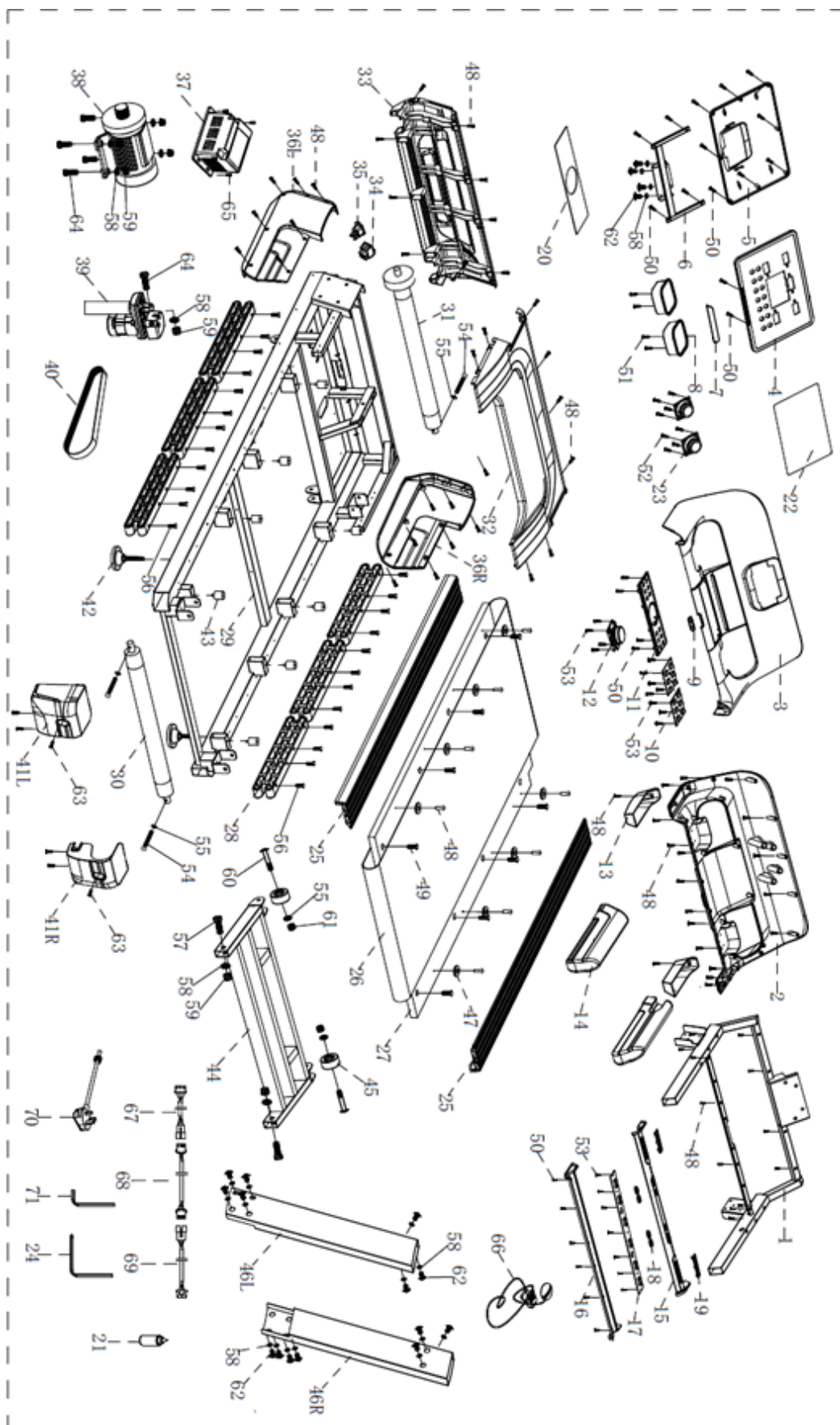
1. Zkontrolujte, zda páska směřuje doprava nebo doleva.

Pokud se běžecká podložka pohybuje doleva, otočte levý zadní šroub ve směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky.

Pokud se běžecká podložka pohybuje doprava, otočte pravý zadní šroub ve směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky. Pokud páska stále není vystředěna, opakujte výše uvedené kroky, dokud nebude problém vyřešen.

2. Jakmile je páska vystředěna, zvyšte rychlost a zkontrolujte, zda páska správně běží ve středu desky.

ROZLOŽENÁ KRESBA



SEZNAM DÍLŮ

Ne.	Název dílu	Množství	Ne.	Název dílu	Množství
1	Rám držáku	1	38	Motor	1
2	Kryt středového složení	1	39	Šikmý motor	1
3	Kryt horního držáku	1	40	Motorový řemen	1
4	Kryt displeje	1	41	Koncovka	2
5	Spodní kryt displeje	1	42	Nastavovací patka	2
6	Rámeček displeje	1	43	Gumová pružina	8
7	Plastový držák podložky	1	44	Šikmý rám	1
8	Držák na láhev	2	45	Kolo	2
9	Bezpečnostní klíč	1	46	Vertikální podpěra	2
10	Klávesnice	2	47	Fixátor kolejnic	8
11	PCB klávesnice	1	48	Šroub M4.2x16	80
12	Otočné tlačítko	1	49	Šroub M8x35	8
13	Plastový kryt	2	50	Šroub M4.2x13	24
14	PU rukojeť	2	51	Šroub M4x8	4
15	Horní kryt řídicítek	1	52	Šroub M3x9	8
16	Spodní kryt řídicítek	1	53	Šroub M3x7	21
17	Rychlé tlačítko PCB	1	54	Šroub M8x100	3
18	Plastový kryt	2	55	Plochá podložka $\phi 8.5$	5
19	Ruční puls	4	56	Šroub M6x25	24
20	Akrylová nálepka	1	57	Šroub M10 x 60	2
21	Silikonový olej	1	58	Plochá podložka $\phi 10.5$	25
22	Akrylátové samolepky Displej	1	59	Matice M10	7
23	Reproduktor	2	60	Šroub M8x60	2
24	Imbusový klíč S5	1	61	Matice M8	2
25	Boční lišty	2	62	Šroub M10 x16	18
26	Robota	1	63	Šroub M4x13	6
27	Prahové nášlapy	1	64	Šroub M10x30	5
28	Jaro	6	65	Šroub M4x10	4
29	Rám palubní desky	1	66	Bezpečnostní klíč	1
30	Zadní válec	1	67	Horní kabel	1
31	Přední válec	1	68	Střední kabel	1
32	Kryt motoru	1	69	Spodní kabel	1
33	Přední kryt motoru	1	70	Napájecí kabel	1
34	Vypínač	1	71	Imbusový klíč S6	1
35	Zásuvka	1			
36	Boční kryt	2			
37	Řadič MCB	1			

ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

Kód	Problém	Možný důvod	Řešení
E01	Střídač nereaguje	Drátovaný	Zkontrolujte nebo vyměňte kabely
		Problém s ovladačem	Vyměňte střídač
	Displej nereaguje	Drátovaný	Zkontrolujte nebo vyměňte kabely
		Problém se zobrazením	Výměna displeje
Žádný proud	Připojení kabelového napájení	Zkontrolujte nebo vyměňte kabely	
E05	Nadměrný proud	Řemen motoru je příliš napnutý	Seřídte řemen motoru
		Méně silikonového oleje	Vyčistěte znečištěný spodní pás a přidejte silikonový olej
		Rozbitá část měniče IPM	Vyměňte střídač
E08	Příval	Napětí nad 270V	Nastavte napětí na 220V
	Napětí je příliš nízké	Napětí pod 200V	Nastavte napětí na 220V
E09	Otlý	Nesprávné nastavení	Resetování dat na běžeckém pásu
		Nadměrná hmotnost uživatele	Snižte hmotnost uživatele
		Pás je špinavý	Vyčistěte pás a přidejte silikon olej
E012	Přehřívání měniče MCU	Problém se snímačem rychlosti měniče	Vyměňte střídač
		Invertorový ventilátor nefunguje	Vyměňte invertorový ventilátor
E013	Bezpečnostní klíč	Bezpečnostní klíč se nepoužívá	Nasadte bezpečnostní klíč na stroj
		Počítačová dioda je poškozená	Vyměňte PCB počítače
		Poškozený snímač bezpečnostního klíče	Zkontrolujte polohu snímače nebo vyměňte snímač
E016	Problém s motorem	Motor není dobře připojen	Zkontrolujte připojovací kabely motoru
		Výstup střídače je poškozený	Vyměňte střídač
E015	Problém s měničem	Snímač invertoru je poškozený	Vyměňte střídač
		Měnič uvnitř kabelového svazku	Vyměňte střídač
		Elektronický proudový snímač U je poškozený	Vyměňte střídač
		Elektronický proudový senzor W je rozbitý	Vyměňte střídač

Rozcvička

Cviky na krk

Nakloňte hlavu na pravou stranu, abyste cítili napětí v krku. Pomalu nakloňte hlavu k hrudníku v půlkruhu a poté hlavu otočte vlevo. Pocítíte příjemné napětí v krku. Toto cvičení můžete to střídavě opakovat několikrát.



Cviky na oblast ramen

Zvedněte střídavě levou a pravou paži nebo oběma pažemi současně.



Cviky na paže

Natáhněte střídavě levou a pravou paži směrem ke stropu. Pocítíte napětí na levé a pravé straně. Toto cvičení opakujte několikrát.

Cviky na horní část

Podepřete se tím, že se rukou opřete o zeď a pak se natáhněte směrem k sobě a zvedněte pravou nebo levou nohu co nejvíce dozadu. Je to možné. V přední části stehna ucítíte příjemné napětí. Zůstaňte v této poloze po dobu 30 sekund a pokud je to možné, opakujte toto cvičení 2 krát pro každou nohu.



Vnitřní strana stehna

Posaďte se na podlahu s nohama směřujícími ven. Potlačte své tlapky co nejblíže k rozkroku. Nyní zatlačte kolena směrem k dolů. Pokud je to možné, zůstaňte v této poloze 30-40 sekund.



Dotyk prstem

Nakloňte trup dolů a snažte se dotknout palci, dokud to nedokážete. bude možné. Pokud je to možné, zůstaňte v této poloze 20-30 sekund.



Cviky na kolena

Posaďte se na podlahu a natáhněte si pravou nohu. Posuňte svou levou nohu a položte nohu na pravé stehno. Nyní se pokuste dosáhnout svého skutečného chodidla s pravým ramenem. Zůstaňte v této poloze po dobu 30-40 sekund pokud je to možné.



Cviky na záda/Achillovu šlachu

Položte obě ruce na zeď, abyste získali oporu pro své tělo. Pohněte levou nohou záda a zkuste si ji dát na záda, střídavě ji s pravou nohou. Tento protahovací cvik protahuje záda i nohy. Zůstaňte v této pozici pokud je to možné, po dobu 30-40 sekund.

