

ONE
FITNESS

BE4540



Uwagi dotyczące bezpieczeństwa

1. Przed pierwszym użyciem należy zapoznać się dokładnie z instrukcją i zachować ją na przyszłość.
2. Należy uwzględnić wszystkie ostrzeżenia i środki ostrożności łącznie z etapami montażu. Z maszyny można korzystać jedynie zgodnie z jej przeznaczeniem.
3. Mając na względzie własne bezpieczeństwo, produkt należy zmontować i użytkować zgodnie z niniejszą instrukcją. Należy poinformować wszelkich innych użytkowników o zasadach bezpiecznego użytkowania.
4. Należy chronić urządzenie przed dostępem dzieci i zwierząt. Dzieci nie powinny przebywać w pobliżu maszyny bez nadzoru. Maszynę może montować i użytkować jedynie osoba dorosła.
5. Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem. Jest to niezbędne zwłaszcza w przypadku osób mających problemy zdrowotne lub przyjmujących leki mogące wpływać na tętno, ciśnienie krwi lub poziom cholesterolu.
6. Należy uważnie obserwować swój organizm. W przypadku wystąpienia jakichkolwiek problemów (ból, ucisk w klatce piersiowej, nieregularna praca serca, brak oddechu, nudności lub zawroty głowy) należy niezwłocznie przerwać trening. Niewłaściwe wykonywanie ćwiczeń może prowadzić do poważnych problemów zdrowotnych lub urazów.
7. Maszynę należy ustawić na płaskiej, suchej i czystej nawierzchni i zapewnić swobodną przestrzeń minimum 0,6 m od innych przedmiotów, aby zwiększyć poziom bezpieczeństwa.
8. Należy korzystać z odpowiedniego stroju sportowego i butów. Należy unikać zbyt luźnych ubrań.
9. Maszyny nie wolno używać na świeżym powietrzu.
10. Przyrząd należy sprawdzić pod kątem uszkodzeń lub zużycia przed każdym treningiem.
11. Należy zaprzestać użytkowania, gdy na sprzęcie pojawią się ostre krawędzie.
12. Jeżeli maszyna zacznie wydawać niecodzienne dźwięki należy przerwać użytkowanie.
13. Żadna regulowana część nie powinna wystawać, ani utrudniać ruchów użytkownika. Z maszyny może korzystać tylko jedna osoba w danym momencie.
14. Hamowanie nie zależy od prędkości.
15. Maszyna nie jest przeznaczona do celów terapeutycznych.
16. Zależy zachować ostrożność przy podnoszeniu lub transporcie maszyny, aby uniknąć kontuzji pleców. Należy korzystać jedynie z odpowiednich technik podnoszenia lub zapewnić sobie pomoc drugiej osoby.
17. Nie wolno wprowadzać modyfikacji w konstrukcji produktu. W razie potrzeby należy skontaktować się z autoryzowanym serwisem.
18. **Maksymalna waga użytkownika: 110 kg**
19. **Sprzęt zaliczony został do klasy H według normy EN ISO 20957-1 i jest przeznaczony do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych i rehabilitacyjnych.**

OSTRZEŻENIE! Monitoring tętna może nie być doskonale dokładny. Przeciężenie w czasie treningu może prowadzić do poważnej kontuzji, a nawet śmierci. Jeżeli poczujesz się słabo, niezwłocznie przerwij ćwiczenia.

Lista części

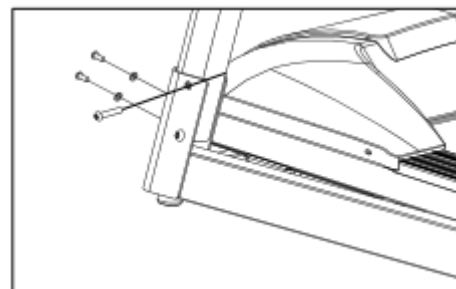
Lp.	Nazwa	Ilość
1	6 mm nakrętka sześciokątna wewnętrzna M8*50	2
2	6 mm nakrętka sześciokątna wewnętrzna M8*40	4
3	6 mm nakrętka sześciokątna wewnętrzna M8*65	2
4	Zaślepka w kształcie litery U	4
5	Końcówki poręczy	2
6	Klucz 5 mm / 6 mm	2
7	Śrubokręt wielofunkcyjny	1
8	Klucz otwierający 13# 15#	1
9	Smar 30 ml	1
10	Uchwyt funkcjonalny 8*65	2
11	6 mm nakrętka sześciokątna wewnętrzna M8*20	8

Zawartość opakowania

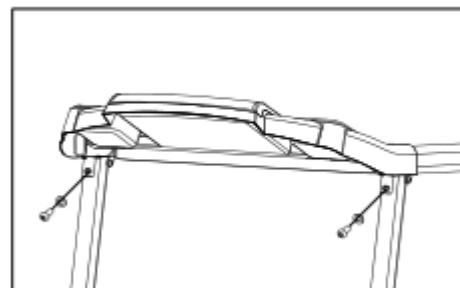
Lp.	Nazwa	Ilość
1	Konsola	1
2	Zestaw narzędzi	1
3	Baza bieżni z kolumnami	2
4	Instrukcja / karta gwarancyjna	1

Montaż

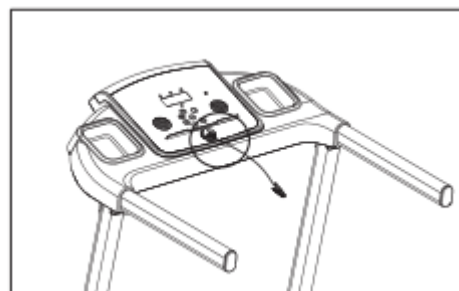
Krok 1 Przymocuj kolumny do ramy bieżni używając 2 śrub M8 * 40 z 2 nakrętkami M8 i 4 śrubami M8 * 20. Po jednym zestawie z każdej strony, jak pokazano na obrazku.



Krok 2 Nałóż konsolę na kolumny i zabezpiecz po obu stronach za pomocą śrub M8 * 20 i podkładek.

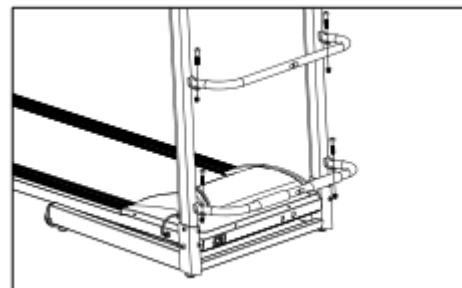


Krok 3 Włóż klucz bezpieczeństwa do gniazda pod wyświetlaczem.

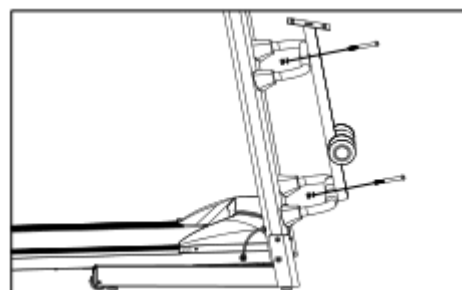


Krok 4 Montaż masażera.

Najpierw umieść gumową tuleję ochronną po każdej stronie rury w kształcie litery U (wspornik masażera), zamocuj oba wsporniki pomiędzy kolumnami bieżni za pomocą śrub M8 * 40 i nakrętek

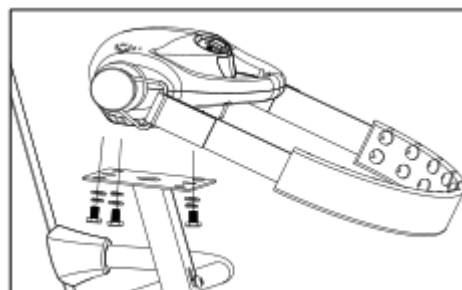


Krok 5 Użyj dwóch śrub M8 * 65, aby zamontować ramę masażera do wsporników



Krok 6

Odkręć trzy śruby M8 * 16 poniżej głowicy masażera (włącznie z płaskimi podkładkami i podkładkami sprężystymi), a następnie umieść głowicę urządzenia do masażu na ramie i dokręć za pomocą wcześniej usuniętych śrub.



Dane techniczne

Wymiary bieżni: 169,5 x 66,5 x 114,5 cm

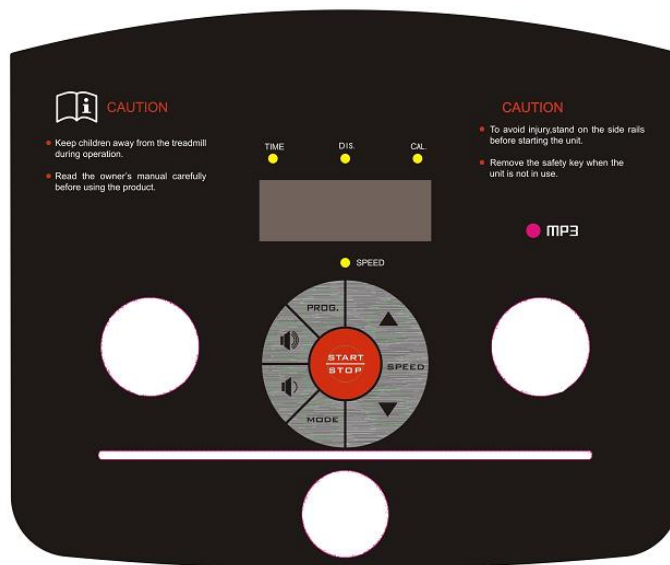
Maksymalna waga użytkownika: 110 kg

Waga netto: 48 kg

Waga brutto: 56 kg

Pas bieżny: 1200 x 400 mm

Wyświetlacz i funkcję komputera



Konsola

PRĘDKOŚĆ: Zakres 0.8-12.0KM / H. Na wyświetlaczu LCD pojawią się numery 3,2,1, a następnie bieżące ustawienia.

Tryb manualny

1. Czas: Możliwość ustawiania czasu w zakresie 0-99,99 minut lub odliczania do końca trwania treningu
2. Kalorie: Możliwość ustawienia w zakresie 0-999 lub odliczania do końca trwania treningu.
3. Dystans: ustawienie 0-999 lub odliczanie do końca trwania treningu

Funkcje przycisków

Mode- tryb

Start/Stop

Speed +/-

Głośność +/-

Programy: P01-P12

Szybkie uruchamianie

Wciśnij następujące przyciski krok, po kroku:

1. WŁĄCZANIE / WYŁĄCZANIE ZASILANIA
2. START
3. PRĘDKOŚĆ '+' LUB '-'

Klucz bezpieczeństwa

W każdym momencie możesz wyciągnąć klucz bezpieczeństwa, a okno prędkości wyświetli „-”; urządzenie emituje krótkie Bi-Bi-Bi. Jeśli silnik pracuje, natychmiast się zatrzyma. Gdy klucz bezpieczeństwa zostanie wyciągnięty, żaden przycisk nie będzie działał.

Opis programów P1-P12

Wybrany czas łączny ćwiczeń / 20 sekcji

TIME PROG	To set time / 20 time = running time of each period																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	2	3	3	5	3	
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	4	4	3	3
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P6	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3

Konserwacja

Bieżnia jest fabrycznie nasmarowana. Zaleca się jednak regularne sprawdzanie smarowania bieżni, aby zapewnić optymalną pracę urządzenia.

Zalecenia:

- Co 3 miesiące unieś bok pasa bieżni i nanieś smar na jego wewnętrzną stronę tak głęboko jak się da.
- Kiedy czas użytkowania w tygodniu jest krótszy niż 3 godziny, należy smarować bieżnię raz na pięć miesięcy.
- Kiedy czas użytkowania w tygodniu wynosi od 4 do 7 godzin, należy smarować bieżnię raz na dwa miesiące.
- Kiedy czas użytkowania w tygodniu wynosi ponad 7 godzin, należy smarować bieżnię raz na miesiąc.
- Nie można przesmarować bieżni, ale zbyt duża ilość smaru nie wpływa korzystnie na funkcje bieżni. Pamiętaj: właściwe smarowanie jest ważnym czynnikiem zwiększającym żywotność urządzenia.
- Smarowanie nie jest konieczne jeśli pod pasem bieżnym widnieją ślady smaru.
- Używaj tylko bezolejowego smaru silikonowego. Przed uruchomieniem maszyny odczekaj 1 minutę, aż smar się rozleje.

Metody smarowania

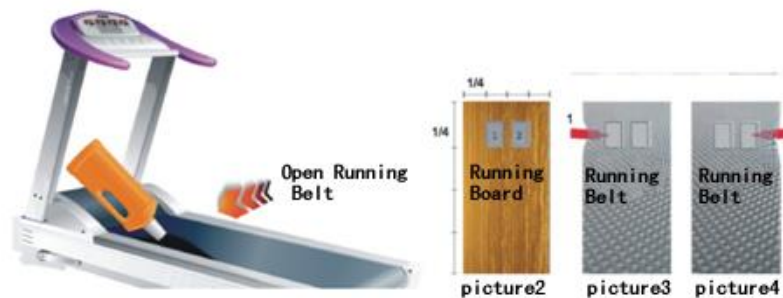
Aby sprawdzić, czy istnieje potrzeba smarowania, wystarczy odchylić bok pasa bieżni i sprawdzić jego stan. Jeśli na pasie jest wyczuwalna wilgoć wewnątrz, oznacza to, że nie jest potrzebny smar; jeśli pas jest suchy, oznacza to, że smar jest potrzebny.

A. Kroki powlekania pasa bieżni smarem: (patrz zdjęcie)

B. Zatrzymaj urządzenie. Wyjmij klucz bezpieczeństwa z gniazda

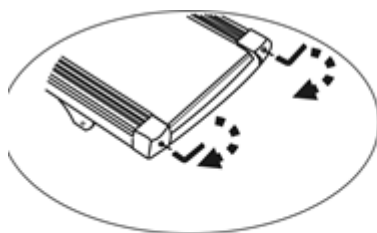
C. Odciągnij pas i nanieś smar po obu jej stronach.

Włóż klucz bezpieczeństwa i ustaw prędkość na 1km/h. Przyłóż dłoń do środkowej części pasa bieżnego i przytrzymaj przez kilka sekund. Następnie przesuwaj dłoń od prawej do lewej aby rozprowadzić naniesiony smar pod pasem bieżnym.

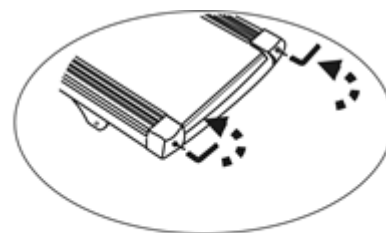


Regulacja pasa bieżnego

- Jeśli pas bieżny ucieka na prawą lub lewą stronę lub szura po płycie bieżnej/rolkach w trakcie ćwiczeń oznacza to iż konieczna jest jego regulacja
- Podczas pierwszych tygodni użytkowania sprzętu może okazać się iż pas lekko się rozciągnął pomimo jego prawidłowego naciągnięcia w fabryce.
- Upewnij się iż nic nie znajduje się na płycie bieżni i ustaw prędkość na 6km/h
- Obserwuj, czy pas nie ucieka w prawą lub lewą stronę.
- Jeśli pas ucieka w lewo, używając klucza, przekręć prawą i lewą śrubę regulacyjną o 1/4 przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.
- Jeśli pas ucieka w prawo, przekręć prawą i lewą śrubę regulacyjną o 1/4 obrotu zgodnie z ruchem wskazówek zegara
- Jeśli pas nadal nie jest pośrodku, powtórz powyższy krok
- Po zakończeniu procedury zwiększ prędkość do 16km/h I sprawdź czy pas porusza się równo po środku płyty bieżnej
- Jeśli pas nadal ucieka na strony konieczne jest jego dodatkowe dociągnięcie



**obróć zgodnie ze
wskazówkami zegara aby
zwiększyć napięcie pasa**



**obróć odwrotnie do
wskazówek zegara aby
zmniejszyć napięcie pasa**

Możliwe błędy

Kod	Błąd
E01	Przewód komunikacyjny z konsoli do sterownika nie jest prawidłowo podłączony
E02	Ochrona przeciw wybuchowa- przeciążenie lub uszkodzenie sterownika
E05	Przeciążenie- zbyt mocne napięcie pasa, uszkodzony silnik
E06	Urządzenie dokonuje automatycznej weryfikacji funkcji sterownika
E08	Uszkodzony sterownik

Rozgrzewka

I. FAZA ROZGRZEWKI

Faza ta ma za zadanie poprawić krążenie i usprawnić pracę mięśni, a także zmniejszyć ryzyko skurczu lub kontuzji. Zaleca się wykonanie kilku ćwiczeń rozciągających zgodnie z poniższymi ilustracjami. Każde ćwiczenie rozciągające powinno trwać około 30 sekund. Nie należy nadmiernie rozciągać ani przeciążać mięśni. W razie wystąpienia bólu należy natychmiast przerwać trening.

II. FAZA ĆWICZEŃ

Jest to faza, która wymaga największego wysiłku. Przy regularnym treningu mięśnie nóg zyskują na elastyczności. Zachowaj równe tempo w czasie ćwiczeń. Intensywność treningu powinna zwiększyć tętno do wartości docelowej zgodnie z poniższymi danymi.

UWAGA: Faza ta powinna trwać co najmniej 12 minut. Dlatego większość ćwiczących zaczyna od około 15-20 minut.

III. Faza relaksu po treningu

W tej fazie układ sercowo-naczyniowy i mięśniowy powinny się odprężyć. Powtarzaj ćwiczenia rozgrzewkowe, zmniejszając tempo. Kontynuuj przez około 5 minut. Powtórz ćwiczenia rozgrzewkowe, unikając nadmiernego rozciągania i przeciążania mięśni. Wraz z poprawą kondycji fizycznej, możliwe będzie wydłużenie i zwiększenie intensywności treningu. Zaleca się trenować co najmniej 3 razy w tygodniu. Jeśli to możliwe, należy rozłożyć treningi równomiernie na cały tydzień.

SAFETY PRECAUTIONS

1. Read this manual carefully before first using and retain it for future reference.
2. Observe all warnings and precautions including assembly steps. Use it only for intended purpose.
3. Assemble and use it only according to this manual to assure your safety. Inform all other users about safe usage.
4. Keep it away from children and pets. Don't let children unattended near this device. Only an adult person may assemble and use it.
5. Ask your physician for advice before starting any exercise program. It is especially necessary if you suffer from some health problems or if you take some medication that could affect your heart rate, blood pressure or cholesterol level.
6. Observe body signals. If you feel some problems (pain, tightness in chest, irregular heartbeat, breathing shortness, dizziness or nausea), stop immediately, improper exercising can result in serious health problems or in an injury.
7. Put it only on a flat, dry and clean surface and keep a safety safety clearance of at least 0.6 m from other objects for higher safety. Use a protective cover to protect carpet or floor.
8. Wear adequate sports clothes and sports shoes. Avoid too loose clothes.
9. Don't use it outdoors.
10. Check this device for damage or wearing before each using. Regularly check all bolts and nuts. They should be well tightened, Re-tighten, if necessary. Never use damaged or worn device to assure your safety.
11. If some sharp edges occur, stop using.
12. If you hear some unusual noises coming from this device, stop using.
13. No adjustable part should protrude and obstruct user movements. Only one person may use it at time.
14. Braking is independent of the speed.
15. It is not intended for therapeutic purpose.
16. Pay attention while lifting or transporting it to avoid back injury. Use only proper lifting techniques or ask some other person for help.
17. Don't do any improper modification of this product. If necessary, contact authorized service.
18. **Max user weight:** 110 kgs
19. **Category:** The equipment has been tested and certified according EN ISO 20957-1 under class H. It is not suite for therapeutic use.

WARNING! The heart rate frequency monitoring may not be completely accurate. Overexertion during training can lead to a serious injury or even death. If you start to feel faint, stop the exercise immediately.

Parts number list

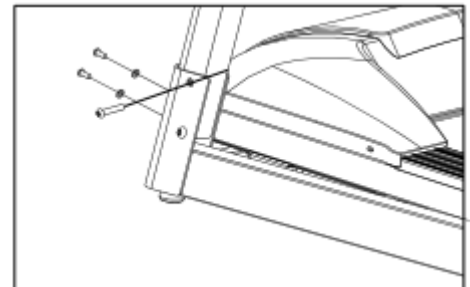
No.	Name	Qty.
1	6 mm internal hexagonal M8*50	2
2	6 mm internal hexagonal M8*40	4
3	6 mm internal hexagonal M8*65	2
4	U shaped pipe cap	4
5	Handrail cap	2
6	5 mm / 6 mm internal hexagonal wrench	2
7	Multi-functional screw driver	1
8	Opening wrench 13# 15#	1
9	Si-oil 30 ml	1
10	Functional holder 8*65	2
11	6 mm internal hexagonal nut M8*20	8

Package list

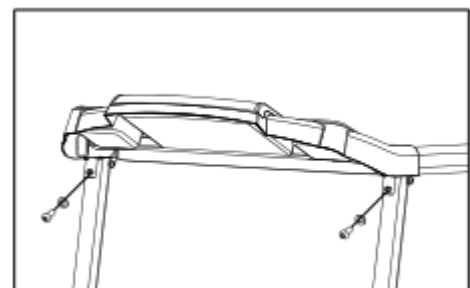
No	Name	Qty.
1	Computer	1
2	Tooling set	1
3	Treadmill base with columns	1
4	Manual / Warranty card	1

Assembly instruction

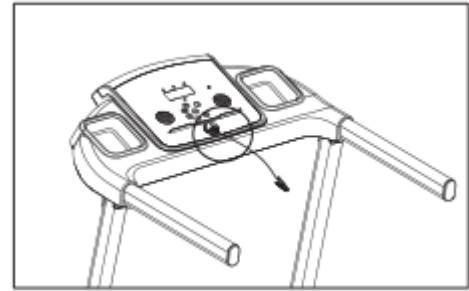
Step 1 Lift the upright frame, handle and control console, into position and fix in place using 2 M8*40 screws with 2 M8 nuts and 4 M8*20 screws. One of each on each side of the joining section as shown in the image.



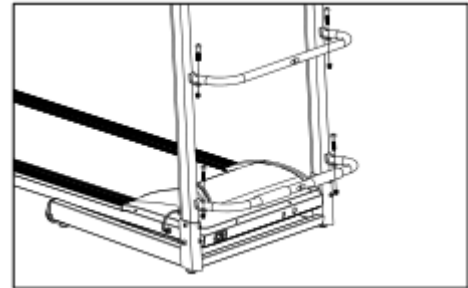
Step 2 Screw in the hand grips on both sides with M8*20 screw and washer separately by making them pass through handgrip hole and connect with the upright frame.



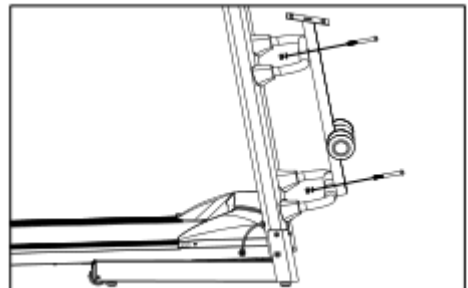
Step 3 Insert Safety Tether Insert the safety tether provided into the yellow mark tether hole on the console below the display. The treadmill is now ready for use.



Step 4 First place the rubber protection sleeve at each side of U-shaped tube, assembly 2 ends of U-shaped tube to iron plate of left and right stand column with M8*40 screws, lock with nuts(special attention, the middle screw hole of U-shaped tube point to the beveled up direction,U-tube should not trap the L iron.put on the above it's approved.down U-tube with foam , and upper without it) see on the right picture



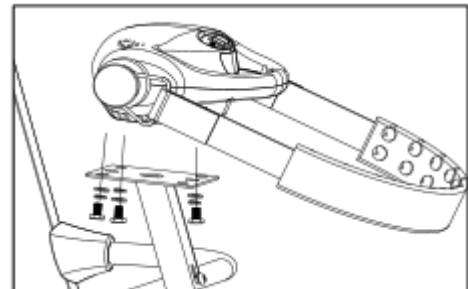
Step 5 Functional frame. Use two M8*65 screws to fix the functional frame on the top and bottom U tube.



Step 6 (only for multifunction)

Massage

First, screw off the three M8*16 screws below the massage machine head, (include flat washers and spring washers), and then place the massage machine head on the functional frame, and tighten up with the above unloaded screws.



Technical data

Assembly size: 169,5 x 66,5 x 114,5 cm

Max user's weight: 110 kgs

N.W: 48 kgs

G.W: 56 kgs

Running belt: 1200 x 400 mm

Computer screen and functions



Console

SPEED: Rang 0.8-12.0KM/H. The LCD will show numbers 3,2,1, then, Starting treadmill.The setting and data shows in LCD display during fat measurement.

Manual Model

Time: Setting time 0-99,99 minutes or 'end' shows in LCD display,The speed of treadmill will be slow stably and standby time after 5 minutes.

Calories: Expend Calories:0-999 or 'end' show in LCD display,speed down and stop stably.If setting 999-0 or 'end',The treadmill will stop and standby time after 5 minutes.

Distance: setting 0-999 or counting down to the end of training

Key function

Mode

Start/Stop

Speed +/-

Volume +/-

Programs: P01-P12

Fats starting

Following operation step by step:

1. Power ON / Power OFF
2. START
3. Speed '+' LUB '-'

Safety key

In any state, if pulling off the safety lock, you may immediately stop the motor running, and then the time window will display the marks "-----", and the buzzer will emit "B1-B1-B1" alarm sound. At this point, except for the shutdown, the any other operations can not be implemented to the treadmill, while the safety lock is correctly reinstalled, the treadmill will enter into the standby mode again, and wait for inputting the command.

P1-P12 Program Sports Diagram

PROG	TIME	To set time / 20 time = running time of each period																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	4	4	3	3
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P6	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3

Maintenance

This product must be grounded. If the power cord is damaged, replace it with the power cord recommended by the manufacturer.

Advice

- When use time a week is less than 3 hours, it should be lubricated once in five months.
- When use time a week is between 4-7 hours, it should be lubricated once in two months.
- When use time a week is more than 7 hours, it should be lubricated once in one month.
- When use time a week is more than 7 hours, it should be lubricated once in one month.
- It can't be over-lubricated. It is not the more lubricant, the better. Remember: proper lubricating is the important factor to increase the treadmill's service time.

Lubricating methods

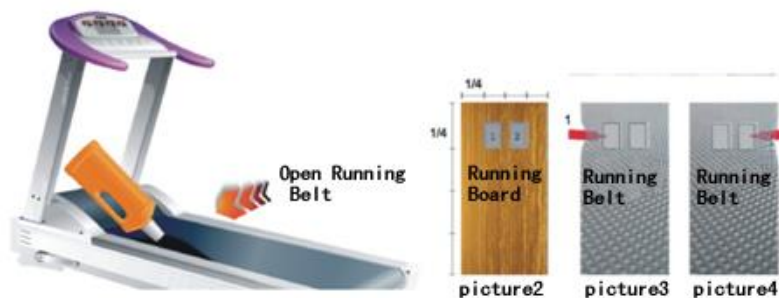
For the methods to examine whether it is needed lubricant, you only need catch up the running belt and touch the central part of the back of the belt with hand as nearly as possibly. If the belt is with silicon resin (a bit sense of dampness) inside, this means no lubricant is needed; if the running board is dry and you feel no silicon resin inside, this means lubricant is needed.

A. Steps for coating the running board with lubricant: (see the picture)

B. Stop the machine, remove safety key.

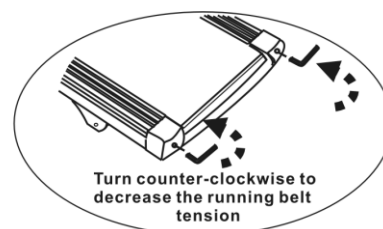
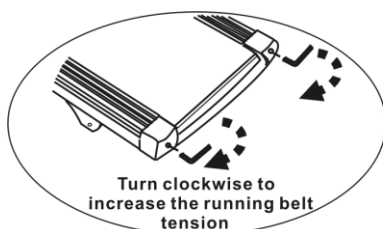
C. Pick up the belt, coat the inner side of the belt with silicone oil and coat both sides of the belt with silicone resin.

Place safety key in right position, press star and set speed into 1km/h put your hand on the middle part of the board and keep in the position for several seconds then move from left to the right to spread the grease under the belt



Running belt tension adjustment

- When you run, you may push off harder with one foot than with another. The severity of the deflection depends on the amount of force that one foot exerts in the relation to the other.
- This deflection can cause the belt to move off- centre. This deflection is normal and the running belt will centre when no body is on the running belt.
- If the running belt remains consistently off-centre, you will need to centre the running belt manually.
- Start the treadmill without anyone on the running belt, press FAST-key until speed reached 6kph.
- Observe whether the running belt is toward the right or left side of the deck.
- If toward the left side of the deck, using wrench, turn the left adjustment bolt clockwise 1/4 turn and the left adjustment bolt counter clockwise 1/4.
- If toward the right side of the deck, turn the right adjustment bolt clockwise 1/4 turn and the left adjustment bolt counter clockwise 1/4.
- If the belt is still not centre, repeat the above step until the running belt is on centre.
- After the belt is centre, increase the speed to 16kph and verify that it is running smoothly. Repeat the above steps if it is necessary.
- If the above procedure is unsuccessful in resolving the off-centre, you may need to increase the belt tension.



Common errors

Code	Error
E01	The wire from computer to bottom control board didn't connected well
E02	Protect the exploding
E05	Over current protection
E06	Control board self-checking
E08	EEprom damage

Warm up

I. WARM-UP PHASE

This phase should help improving blood circulation and make your muscles working properly while reducing a cramp risk or injury. It is advisable to do a few stretching exercises as shown below. Each stretching exercise should be taken for approx. 30 seconds. Don't overstretch and don't jerk your muscles. If you feel pain, stop immediately.

II. EXERCISE PHASE

It is a phase, during which you should put in your effort. After regular workout, your leg muscles should get more flexible. Keep steady tempo throughout your exercising. The workout intensity should be sufficient to raise your heartbeat into the target zone as shown below.

NOTE: This stage should last for at least 12 mins. Thus, most people start at approx. 15-20 mins.

III. COOL-DOWN PHASE

In this stage, your cardio-vascular system and muscles should get calm. Repeat the warm-up exercises, reduce your tempo and continue for approx. 5 mins. Repeat the stretching exercises, but don't overstretch or jerk your muscles. As you get fitter, you can exercise longer and harder. It is advisable to train at least three times a week and, if possible, to space your workouts evenly throughout a week.

Bezpečnostní pokyny

1. Před prvním použitím je potřeba seznámit se přesně s návodem a uschovat si jej do budoucnosti.
2. Mějte na paměti všechna upozornění a bezpečnostní opatření včetně montážních kroků. Stroj lze používat pouze k určenému účelu.
3. S ohledem na vlastní bezpečnost by měl být výrobek sestaven a používán v souladu s tímto návodem. Všichni ostatní uživatelé by měli být informováni o zásadách bezpečného používání.
4. Přístroj musí být chráněn před přístupem dětí a zvířat. Děti by neměly zůstat v blízkosti zařízení bez dozoru. Zařízení může být sestaveno a používáno pouze dospělou osobou.
5. Před spuštěním jakéhokoli cvičebního programu se poraďte s lékařem. Je to nezbytné především v případě osob majících zdravotní problémy nebo užívajících léky, které mohou mít vliv na srdeční frekvenci, krevní tlak nebo hladinu cholesterolu.
6. Pozorně sledujte své tělo. V případě objevení se jakýchkoliv problémů (bolest, tlak na prsou, nepravidelná srdeční akce, lapání po dechu, nevolnosti nebo závratě), okamžitě přerušete trénink. Nesprávné provádění cviků může vést k vážným zdravotním problémům nebo zraněním.
7. Zařízení postavte na rovný, suchý a čistý povrch a zabezpečte volný prostor min. 0,6m od ostatních předmětů, za účelem zvýšení stupně bezpečnosti. Koberec nebo podlahu chraňte podložkou.
8. Používejte vhodné oblečení a boty. Vyhněte se volnému oblečení.
9. Zařízení není určeno k venkovnímu použití.
10. Zařízení zkontrolujte z hlediska poškození nebo opotřebení před každým tréninkem. Pravidelně kontrolujte všechny šrouby a matice. Všechny by měly být řádně dotažené. V případě potřeby je musíte dotáhnout. V zájmu vlastní bezpečnosti nepoužívejte poškozené nebo použité zařízení.
11. Přerušete používání, pokud se na zařízení objeví ostré hrany.
12. Pokud zařízení začne vydávat neobvyklé zvuky, přestaňte jej používat.
13. Žádná nastavitelná část by neměla vyčnívat nebo bránit pohybu uživatele. Zařízení může být využíváno najednou pouze jedinou osobou.
14. Brždění nezávisí na rychlosti.
15. Zařízení není určeno k terapeutickým účelům.
16. Při zvedání nebo přepravě stroje je třeba dbát na to, aby nedošlo ke zranění zad. Používejte pouze vhodné techniky zdvihu nebo si zajistěte pomoc jiné osoby.
17. Nelze provádět modifikace v konstrukci produktu. V případě potřeby kontaktujte autorizovaný servis.
18. **Maximální hmotnost uživatele: 110 kg**
19. **Kategorie: Zařízení bylo klasifikováno jako H podle EN ISO 20957-1 a je určeno pro domácí. Nemůže být používán pro terapeutické a rehabilitační účely.**

UPOZORNĚNÍ! Monitorování srdeční frekvence nemusí být naprosto přesné. Přetížení během tréninku může vést k vážnému úrazu nebo dokonce ke smrti. Pokud se cítíte slabě, okamžitě ukončete cvičení.

Seznam dílů

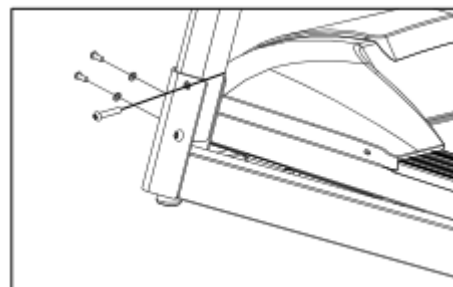
P.č.	Název	Množ.
1	6 mm vnitřní šestihranná matice M8*50	2
2	6 mm vnitřní šestihranná matice M8*40	4
3	6 mm vnitřní šestihranná matice M8*65	2
4	Krytka ve tvaru písmene U	4
5	koncovky madla	2
6	klíč 5 mm / 6 mm	2
7	Multifunkční šroubovák	1
8	Otevírací klíč 13# 15#	1
9	mazivo 30 ml	1
10	Funkční rukojeť 8*65	2
11	6 mm vnitřní šestihranná matice M8*20	8

Obsah balení

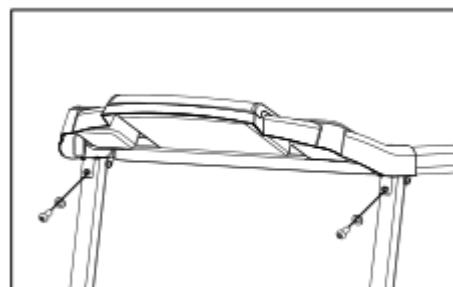
P.č.	Název	Množ.
1	panel	1
2	Sada nástrojů	1
3	Rám běžeckého trenážeru se sloupci	1
4	Instrukce / záruční list	1

Montáž

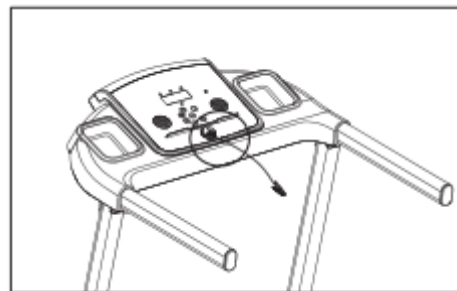
Krok 1 Sloupky připevněte k rámu běžeckého trenážeru pomocí 2 šroubů M8 * 40 s 2 maticemi M8 a 4 šroubů M8 * 20. Jedna sada na každou stranu, tak jak je to znázorněno na obrázku.



Krok 2 Ovládací panel nasadte na sloupky a připevněte jej z obou stran pomocí šroubů M8 * 20 a podložek.

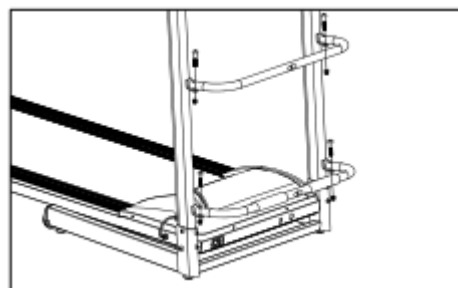


Krok 3 Vložte bezpečnostní klíč. Vložte bezpečnostní klíč do zásuvky pod displejem.

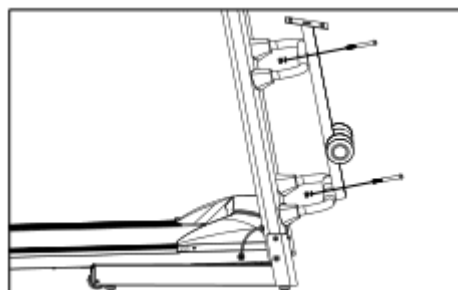


Krok 4 Montáž masážního přístroje

Nejdříve umístěte gumovou ochrannou objímku na každou stranu trubice tvaru U (podpěra na masážní přístroj), upevněte obě podpěry mezi sloupky běžecského pásu pomocí šroubů M8 * 40 a matic.

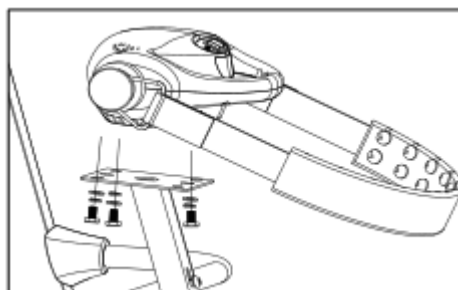


Krok 5 K podpěrám připevněte rám masážního přístroje pomocí dvou šroubů M8 * 65



Krok 6 (pouze u multifunkčních zařízení)

Odšroubujte tři šrouby M8 * 16, které se nacházejí pod hlavicí masážního přístroje (včetně plochých a pružných podložek), potom umístěte hlavici masážního zařízení na rám a utáhněte pomocí těchto šroubů.



Technická data

Rozměry trenažeru: 169,5 x 66,5 x 114,5 cm

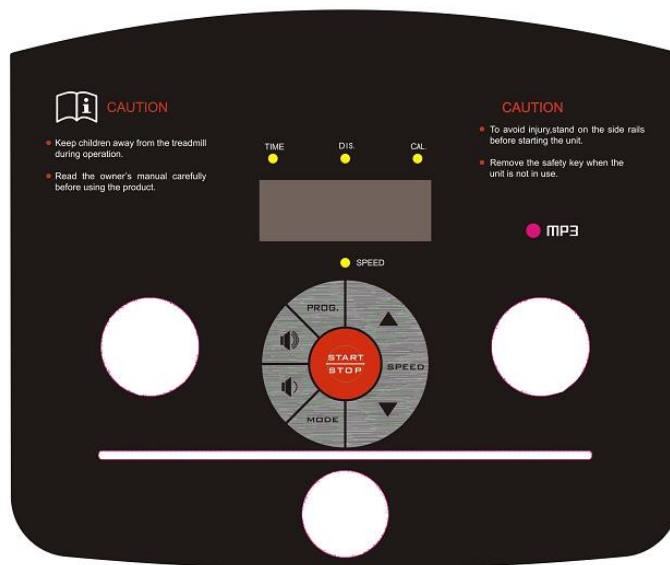
Max.hmotnost uživatele: 110 kg

Hmotnost netto: 48 kg

Hmotnost brutto: 66 kg

Běžecský pás: 1200 x 400 mm

Displej a funkce počítače



Ovládací Panel

RYCHLOST: Rozsah 0,8 až 12,0 km / h. Na LCD displeji se zobrazí čísla 3,2,1 a potom aktuální nastavení.

Manuální režim

1. Čas: Je možné nastavit čas v rozmezí 0-99,99 minut nebo odpočítávání do konce tréninku
2. Kalorie: Možnost nastavení v rozmezí 0-999 nebo odpočítávání až do konce tréninku.
3. Vzdálenost: nastavení 0-999 nebo odpočítávání do konce tréninku

Funkce tlačítek

Mode - režim

Start / Stop

Speed +/-

Hlasitost +/-

Programy: P01-P12

Rychlé Spuštění

Postupně stiskněte následující tlačítka:

1. ZAPNUTÍ / VYPNUTÍ
2. START
3. Rychlost '+' NEBO '-'

Bezpečnostní klíč

Kdykoliv můžete vytáhnout bezpečnostní klíč a v okně rychlosti se zobrazí "-"; zařízení vysílá krátké Bi-Bi-Bi. Pokud motor běží, okamžitě se zastaví. Po vytažení bezpečnostního klíče nebude fungovat žádné tlačítko.

Příloha: Popis programů P1-P12

Vybraný celkový čas cvičení / 20 sekcí

TIME PROG	To set time / 20 time = running time of each period																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	2	3	3	5	3	
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	4	4	3	3
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P6	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3

Údržba

Tento produkt musí být uzemněn. Pokud je napájecí kabel poškozen, vyměňte jej za napájecí kabel doporučený výrobcem.

Doporučení:

- Každé 3 měsíce zvedněte boční stranu běžeckého pásu a naneste mazivo na vnitřní stranu co nehlouběji.
- Pokud je doba používání kratší než 3 hodiny týdně, namažte běžecký pás jednou za pět měsíců.
- Pokud je doba používání 4 až 7 hodin týdně, běžecký pás by se měl namazat jednou za dva měsíce.
- Pokud je doba používání více než 7 hodin týdně, měli byste trenážer mazat každý měsíc.
- Příliš mnoho maziva na běžeckém pásu nemá dobrý vliv na jeho funkce .
- Pamatujte: správné mazání zvyšuje životnost zařízení. Mazání není nutné, pokud jsou pod běžeckým pásem stopy mastnoty. Používejte pouze silikonové mazivo bez oleje. Před spuštěním přístroje počkejte 1 minutu, dokud se mazivo nerozlije.

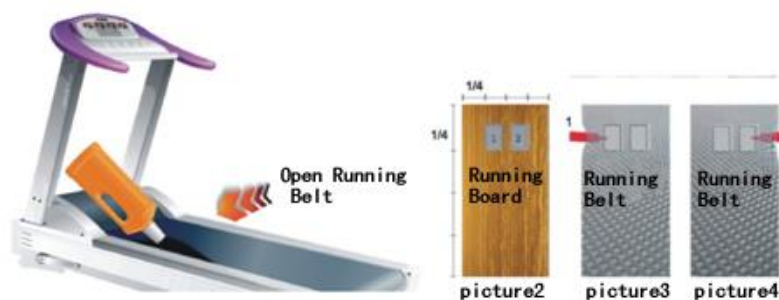
Metody mazání

Pokud chcete zkontrolovat, zda je nutné mazání, jednoduše otevřete boční stranu pásu a zkontrolujte jeho stav. Pokud je uvnitř pásu vlhkost, znamená to, že není nutné žádné mazivo; pokud je pás suchý, znamená to, že je třeba mazivo.

- A. Postup pro natírání běžeckého pásu mazivem: (viz fotografii)
- B. Zastavte zařízení. Vyjměte bezpečnostní klíč ze zásuvky
- C. Vytáhněte pás a na obě strany naneste mazivo.

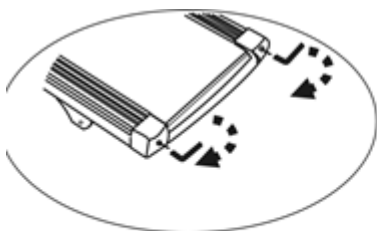
Vložte bezpečnostní klíč a nastavte rychlost na 1 km / h.

Položte ruku na střed běžeckého pásu a podržte ho několik sekund. Potom pohybujte rukou zprava doleva, aby se aplikované mazivo roztáhlo pod běžecký pás.

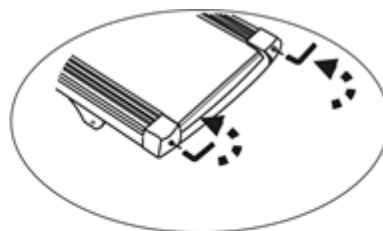


Nastavení běžeckého pásu

- Pokud se běžecký pás během cvičení vychyluje na pravou nebo levou stranu nebo se otírá o běžeckou desku/válečky, znamená to, že je potřebné nastavení pásu.
- Během prvních týdnů používání zařízení se pás může mírně roztáhnout, i když byl v továrně správně napnutý.
- Zkontrolujte, zda na běžecké desce nic není, a nastavte rychlost na 6 km / h
- Sledujte, zda se pás vychyluje doprava nebo doleva.
- Pokud se pás vychyluje doleva, pomocí klíče, otočte pravý a levý nastavovací šroub o 1/4 otočky proti směru hodinových ručiček.
- Pokud se pás vychyluje doprava, otočte pravý a levý nastavovací šroub o 1/4 otočky ve směru hodinových ručiček
- Pokud pás stále není uprostřed, opakujte výše uvedený krok. Nakonec zvyšte rychlost na 16 km / h. A zkontrolujte, zda se pás pohybuje rovnoměrně uprostřed běžecké desky
- Pokud se pás stále vychyluje do boku, musí se dodatečně dotáhnout



otoč ve směru hodinových ručiček aby se zvýšilo napnutí pásu



otoč proti směru hodinových ručiček, aby se snížilo napnutí pásu

Nejčastější chyby

Kód	Chyba
E01	Komunikační kabel z ovládacího panelu do řídicí jednotky není správně připojen
E02	Ochrana před výbuchem- přetížení nebo poškození řídicí jednotky
E05	Přetížení - příliš silné napnutí řemenu, poškozený motor
E06	Zařízení provede automatické ověření funkcí řídicí jednotky
E08	Poškozený ovladač

Rozcvička

I. FÁZE ROZCVIČKY

Tato fáze má za úkol zlepšit krevní oběh a zlepšit práci svalů a také snížit riziko křeče nebo zranění. Doporučujeme provádět několik protahovacích cviků v souladu s ilustracemi níže. Každá rozcvička by měla trvat kolem 30 sekund. Svaly nesmíte příliš roztahovat a přetěžovat. V případě objevení se bolesti okamžitě přerušte trénink.

II. FÁZE CVIKŮ

Je to fáze, která vyžaduje největší úsilí. Díky pravidelného tréninku získávají svaly nohou na pružnosti. Během cviků udržujte rovnoměrné tempo. Intenzita tréninku by měla zvýšit tep na cílovou hodnotu v souladu s údaji níže.

POZOR: Tato fáze by měla trvat nejméně 12 minut. Proto většina cvičících začíná od 15-20 minut.

III. FÁZE PROTAHOVÁNÍ PO TRÉNINKU

V této fázi by měl kardiovaskulární a svalový systém relaxovat. Opakujte rozcvičku a snižuje tempo. Pokračujte přibližně 5 minut. Opakujte zahřívací cviky, vyhněte se nadměrnému protahování a přetížení svalů. Spolu se zlepšením fyzicky bude možné prodloužit a zvýšit intenzitu tréninku. Doporučuje se trénovat alespoň 3krát týdně. Pokud je to možné, rozdělte cvičení rovnoměrně po celý týden.

Sicherheitsanmerkungen

1. Vor dem ersten Gebrauch sollte die unten stehende Bedienungsanleitung sorgfältig durchgelesen und für die Zukunft aufbewahrt werden.
2. Es sollten alle Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen sowie die einzelnen Montageschritte berücksichtigt werden. Nutzen Sie das Gerät nur gemäß seinem Verwendungszweck.
3. Um die eigene Sicherheit nicht zu gefährden, sollte das Produkt gemäß dieser Anleitung aufgebaut und verwendet werden. Alle anderen Anwender sollten über die Grundsätze der sicheren Verwendung informiert werden.
4. Das Gerät sollte vor dem Zugriff von Kindern und Tieren gesichert werden. Kinder sollten sich nicht ohne Aufsicht in der Nähe der Maschine aufhalten. Die Maschine kann durch eine Person aufgebaut und verwendet werden.
5. Vor dem Beginn eines Übungsprogramms sollte ein Arzt konsultiert werden. Dies ist vor allem bei Personen mit Gesundheitsproblemen oder Personen, die Arzneimittel einnehmen, welche die Herzfrequenz, den Blutdruck und den Cholesterinspiegel beeinflussen, notwendig.
6. Der eigene Körper sollte stets aufmerksam überwacht werden. Falls irgendein Gesundheitsproblem auftritt (z. B. Schmerz, Druckgefühl im Brustkorbbereich, ++Herzrhythmusstörungen, Atemstillstand, Übelkeit, Schwindel), sollte das Training unverzüglich unterbrochen werden. Die fehlerhafte Durchführung der Übungen kann zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen und zu Verletzungen führen.
7. Die Maschine sollte auf einer flachen, trockenen und sauberen Oberfläche gestellt werden. Aus Sicherheitsgründen sollte der Abstand zu anderen Gegenständen mindestens 0,6 m betragen.
8. Es sollten entsprechende Sportkleidung und -schuhe verwendet werden. Zu lockere Kleidungsstücke sollten vermieden werden.
9. Die Maschine darf nicht im Freien benutzt werden.
10. Das Gerät sollte vor jedem Training auf mögliche Beschädigungen oder Abnutzungserscheinungen überprüft werden.
11. Falls auf dem Gerät scharfe Kanten entstehen, sollte die Benutzung sofort beendet werden.
12. Falls die Maschine ungewöhnliche Geräusche von sich gibt, sollte die weitere Benutzung unterbrochen werden.
13. Keines der einstellbaren Teile darf hervorstehen und die Bewegungen des Benutzers behindern. Das Produkt ist nur zur Nutzung durch eine Person geeignet.
14. Die Bremsung hängt von der Geschwindigkeit nicht ab.
15. Die Maschine ist zu therapeutischen Zwecken nicht geeignet.
16. Beim Anheben oder beim Transport der Maschine sollte vorsichtig vorgegangen werden, um Schulterverletzungen zu vermeiden. Es sollten entsprechende Anhebe-techniken angewendet oder die Hilfe einer weiteren Person in Anspruch genommen werden.
17. Es dürfen keine Modifikationen am Produkt vorgenommen werden. Bei Bedarf sollte der technische Dienst kontaktiert werden.
18. **Höchstgewicht des Nutzers:** 110 kg
19. **Das Gerät wurde zur Klasse H laut DEN ISO 20957-1 Norm angerechnet. Es darf nicht zu therapeutischen und Rehabilitationszwecken verwendet werden.**

WARNUNG! Die Überwachung der Herzfrequenz kann ungenau sein. Eine Überlastung während der Übungen kann zu schweren Verletzungen und sogar zum Tod führen. Falls Sie sich schwach fühlen, unterbrechen Sie sofort die Übungen.

Stückliste

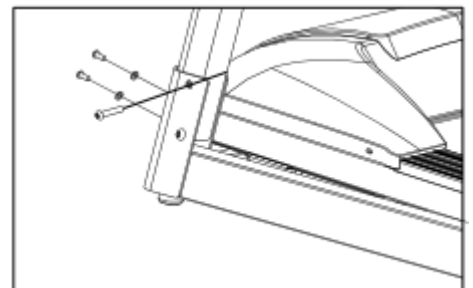
Nr.	Name	Menge
1	6 mm Innensechskantmutter M8*50	2
2	6 mm Innensechskantmutter M8*40	4
3	6 mm Innensechskantmutter M8*65	2
4	U-Förmige Blende	4
5	Endstück des Handlaufes	2
6	Schlüssel 5 mm / 6 mm	2
7	Mehrzweck-Schraubenzieher	1
8	Gabelschlüssel 13# 15#	1
9	Schmiermittel 30 ml	1
10	Uchwyt funkcjonalny 8*65	2
11	6 mm Innensechskantmutter M8*20	8

Verpackungsinhalt

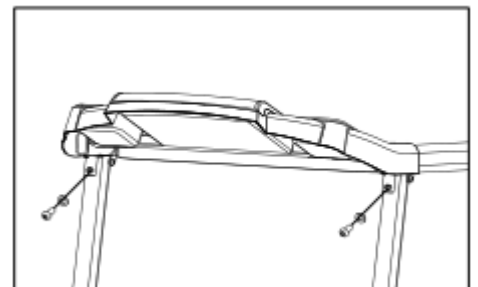
Nr.	Name	Menge
1	Computer	1
2	Werkzeug-Satz	1
3	Der Rahmen der Laufbahn mit den Säulen	1
4	Bedienungsanleitung / Garantiekarte	1

Montage

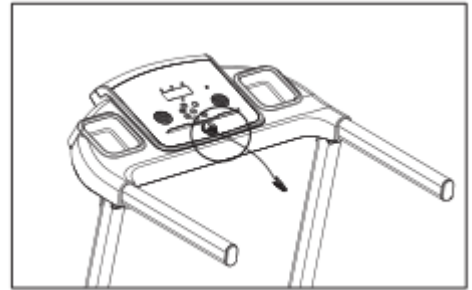
Schritt 1 Befestigen Sie die Säulen mit 2 M8 * 40-Schrauben mit 2 Muttern am Laufflächenrahmen und mit 4 Schrauben M8 * 20. An jeder Seite ein Stück wie in der Abbildung gezeigt wurde.



Schritt 2 Setzen Sie die Konsole auf die Säulen und sichern Sie sie auf beiden Seiten mit M8 * 20-Schrauben und Unterlegscheiben.

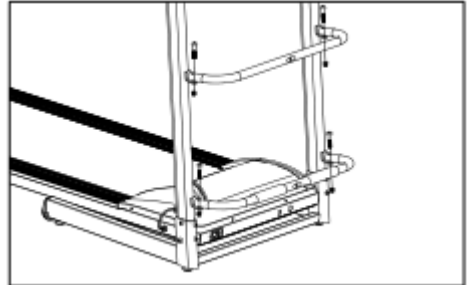


Schritt 3 Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel ein Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel in die Steckdose unter dem Display ein.

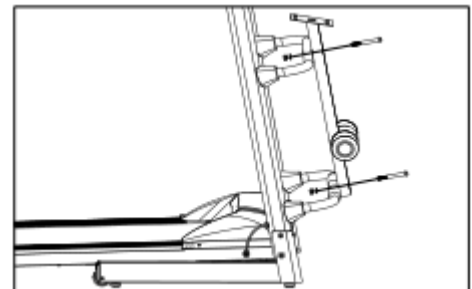


Schritt 4 Montage des Massagegerätes

Legen Sie zuerst die Gummischutzhülle auf jede Seite des U-förmigen Rohrs (Stütze des Massagegerätes) und befestigen Sie dann die beiden Stützen zwischen den Laufbandsäulen mit M8 * 40-Schrauben und Muttern

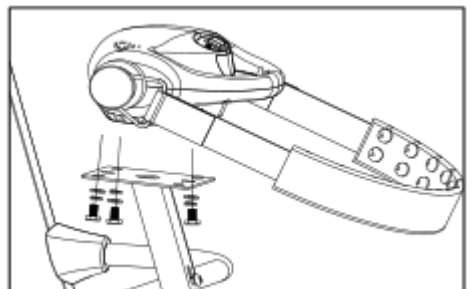


Schritt 5 Befestigen Sie den Rahmen des Massagegerätes mit zwei M8 * 65-Schrauben an den Halterungen



Schritt 6 (nur bei Multifunktionsgeräten)

Lösen Sie die drei M8 * 16-Schrauben unter dem Kopf des Massagegerätes (einschließlich Unterlegscheiben und Federringen), setzen Sie den Kopf des Massagegerätes auf den Rahmen und ziehen Sie ihn mit den zuvor entfernten Schrauben fest



Technische Daten

Abmessungen der Laufbahn: 169,5 x 66,5 x 114,5 cm

Höchstgewicht des Nutzers: 110 kg

Nettogewicht: 48 kg

Bruttogewicht: 56 kg

Laufbahn: 1200 x 400 mm

Display und Funktionen des Computers



Konsole

GESCHWINDIGKEIT: Bereich 0,8-12,0 km/h. Auf dem LCD-Display werden die Zahlen 3,2,1 gefolgt von den aktuellen Einstellungen angezeigt.

Handbetrieb

1. Zeit: Möglichkeit, die Zeit im Bereich von 0-99,99 Minuten einzustellen oder ein Countdown bis zum Ende.
2. Kalorien: Möglichkeit der Einstellung im Bereich von 0-999 oder als ein Countdown bis zum Ende der Trainingszeit.
3. Distanz: Einstellung 0-999 oder Countdown bis zum Ende der Trainingszeit

Tastenfunktionen

Mode- Modus

START /STOP

Speed+/-

Lautstärke +/-

Programme: P01-P12;

Schnellstart

Drücken Sie die folgenden Tasten Schritt für Schritt

1. EIN / AUSSCHALTEN DER STROMVERSORGUNG
2. START
3. GESCHWINDIGKEIT '+' ODER '-'

Sicherheitsschlüssel

Sie können jederzeit den Sicherheitsschlüssel abziehen, und im Geschwindigkeitsfenster wird "-" angezeigt. Das Gerät sendet kurze akustische Signale aus. Wenn der Motor gerade läuft, wird er sofort angehalten. Wenn der Sicherheitsschlüssel abgezogen wird, funktioniert keine Drucktaste mehr.

Beschreibung der Programme P1-P12

Ausgewählte Gesamtzeit des Trainings / 20 Sektionen

TIME PROG	To set time / 20 time = running time of each period																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	2	3	3	5	3	
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	4	4	3	3
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P6	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3

Instandhaltung

Das Produkt muss geerdet sein. Wenn das Netzkabel beschädigt ist, ersetzen Sie es durch das vom Hersteller empfohlene Netzkabel.

Empfehlungen:

- Heben Sie alle 3 Monate die Seite des Laufbandes an und tragen Sie so tief wie möglich Schmiermittel auf die Innenfläche auf.
- Wenn die Nutzungsdauer pro Woche weniger als 3 Stunden beträgt, schmieren Sie das Laufband alle fünf Monate.
- Wenn die Nutzungsdauer pro Woche zwischen 4 und 7 Stunden liegt, sollte das Laufband alle zwei Monate geschmiert werden.
- Wenn die Nutzungsdauer pro Woche mehr als 7 Stunden beträgt, sollten Sie das Laufband einmal im Monat schmieren.
- Die Laufbänder lassen sich nicht überschmieren, aber zu viel Fett beeinträchtigt die Funktion des Laufbands. Denken Sie daran: Die richtige Schmierung ist ein wichtiger Faktor, der die Lebensdauer des Geräts verlängert.
- Eine Schmierung ist nicht erforderlich, wenn sich unter dem Band noch Schmierstoffspuren befinden.
- Benutzen Sie nur ein mineralölfreies Silikonöl. Vor dem Starten der Maschine warten Sie 1 Minute ab, bis sich der Schmierstoff verteilt hat.

Schmiermethoden

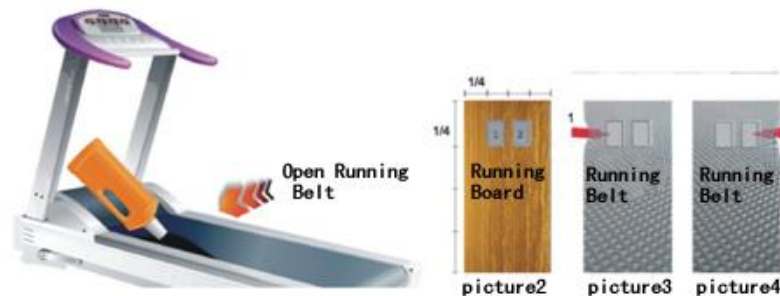
Um zu überprüfen, ob eine Schmierung erforderlich ist, öffnen Sie einfach die Seite des Laufbandes und überprüfen Sie sein Zustand. Falls Sie der Riemen spürbar feucht ist, ist kein zusätzliches Fett erforderlich. Wenn der Riemen trocken ist, muss er geschmiert werden.

A. Schritte zum Beschichten des Laufbandes mit Schmiermittel: (siehe Foto)

B. Stoppen Sie das Gerät. Ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel aus der Steckdose heraus.

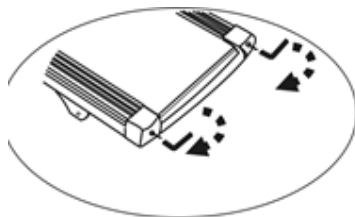
C. Ziehen Sie den Riemen heraus und tragen Sie auf beiden Seiten Fett auf.

Setzen Sie den Sicherheitsschlüssel ein und stellen Sie die Geschwindigkeit auf 1 km/h ein. Legen Sie Ihre Hand in die Mitte des Laufbandes und halten Sie es einige Sekunden lang fest. Bewegen Sie dann Ihre Hand von rechts nach links, um das aufgetragene Schmiermittel unter dem Laufband zu verteilen.

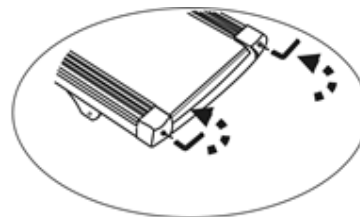


Einstellung der Laufbahn

- Wenn das Laufband nach rechts oder nach links zieht oder wenn es während der Übungen an der Laufbahnplatte oder an den Rollen schleift, ist möglicherweise eine Regulierung notwendig.
- Während der ersten Wochen der Gerätebenutzung kann passieren, dass das Laufband sich etwas dehnt, obwohl es in der Fabrik richtig eingestellt wurde.
- Vergewissern Sie sich, dass sich nichts auf der Laufbahnplatte befindet und stellen Sie eine Geschwindigkeit von 6 km/h ein.
- Beobachten Sie ob das Band nach rechts oder links zieht.
- Wenn die Laufbahn nach links zieht, sollte die rechte und die linke Stellschraube gegen den Uhrzeigersinn um 1/4 Umdrehung gedreht werden.
- Wenn die Laufbahn nach rechts zieht, sollte die rechte und die linke Stellschraube im Uhrzeigersinn um 1/4 Umdrehung gedreht werden
- Wenn sich das Band nicht in der Mitte befindet, wiederholen Sie den obigen Schritt.
- Nach Beendigung der Prozedur erhöhen Sie die Geschwindigkeit auf 16km/h und prüfen Sie ob sich das Band sauber und mittig auf der Laufbahnplatte bewegt.
- Falls das Band immer noch zur Seite zieht, ist ein zusätzliches Nachziehen erforderlich.



Drehen Sie im Uhrzeigersinn, um die Spannung des Bandes zu erhöhen



Drehen Sie gegen den Uhrzeigersinn, um die Spannung des Bandes zu verringern

Die Häufigsten Fehler

Code	Fehler
E01	Das Kommunikationskabel von der Konsole zur Steuerung ist nicht richtig angeschlossen
E02	Explosionsschutz - Überlastung oder Beschädigung der Steuerung
E05	Überlastung - zu starke Laufbandspannung, beschädigter Motor
E06	Das Gerät führt eine automatische Überprüfung der Funktionen des Steuerungsgerätes durch
E08	beschädigtes Steuerungsgerät

I. ETAPPE DER AUFWÄRMUNG

Diese Etappe hilft den Kreislauf zu beschleunigen, was die Muskelübungen effektiver macht und zudem reduziert das Risiko einer Verletzung. Führen Sie vor dem Training immer eine Reihe von Streck-Übungen durch, entsprechend den unten stehenden Abbildungen. Jede Übung sollte mindestens 30 Sekunden ausgeführt werden. Strecken Sie sich nicht zu stark und überfordern Sie Ihre Muskeln nicht, falls Sie Schmerzen empfinden, hören Sie mit dem Strecken auf.

II. ETAPPE DER ÜBUNGEN

Diese Etappe erfordert die höchste Anstrengung. Bei regelmäßigem Training erreichen Sie eine Verbesserung der Beinmuskelelastizität. Halten Sie ein gleichmäßiges Tempo der Übungen ein. Die Trainingsintensität sollte die Herzfrequenz bis zum Zielwert, entsprechend den unten stehenden Angaben, erhöhen.

ACHTUNG: Diese Etappe sollte mindestens 12 Minuten dauern. Deswegen beginnen die meisten Übenden mit ca. 15-20 Minuten.

III. Etappe der Entspannung nach dem Training

In dieser Etappe sollten sich der Kreislauf und die Muskeln entspannen. Wiederholen Sie die Aufwärmübungen, mit immer kleiner werdendem Tempo. Setzen Sie die Übungen innerhalb ca. 5 Minuten fort. Wiederholen Sie die Aufwärmübungen, ohne die Muskeln zu stark zu strecken oder überfordern. Zusammen mit der Verbesserung der Kondition, wird es Ihnen möglich sein das Training zu verlängern und zu intensivieren. Es empfiehlt sich mindestens 3 mal in der Woche zu trainieren. Wenn möglich, sollte das Training gleichmäßig über die ganze Woche verteilt werden.

Bezpečnostné aspekty

1. Pred prvým použitím si pozorne prečítajte návod na použitie a uschovajte si ho pre budúce použitie.
2. Je potrebné zohľadniť všetky upozornenia a bezpečnostné opatrenia vrátane montážnych krokov. Stroj sa smie používať len na určený účel.
3. S ohľadom na vlastnú bezpečnosť sa výrobok musí montovať a používať v súlade s týmto návodom. O zásadách bezpečného používania informujte všetkých ostatných používateľov.
4. Prístroj uchovávajte mimo dosahu detí a zvierat. Deti by nemali byť v blízkosti stroja bez dozoru. Stroj smie zostavovať a obsluhovať len dospelá osoba.
5. Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte so svojim lekárom. Je to potrebné najmä vtedy, ak máte zdravotné problémy alebo užívate lieky, ktoré môžu ovplyvniť váš srdcový tep, krvný tlak alebo hladinu cholesterolu.
6. Mali by ste pozorne sledovať svoje telo. Ak pocítite akékoľvek problémy (bolesť, tlak v hrudi, nepravidelný srdcový tep, dýchavičnosť, nevoľnosť alebo závraty), okamžite prestaňte s tréningom. Nesprávne cvičenie môže viesť k vážnym zdravotným problémom alebo zraneniam.
7. Stroj umiestnite na rovný, suchý a čistý povrch a pre zvýšenie bezpečnosti zabezpečte voľný priestor aspoň 0,6 m od iných predmetov.
8. Je potrebné používať vhodné športové oblečenie a obuv. Vyhnite sa príliš voľnému oblečeniu.
9. Stroj sa nesmie používať vo vonkajšom prostredí.
10. Pred každým tréningom by sa mal prístroj skontrolovať, či nie je poškodený alebo opotrebovaný.
11. Ak sa na zariadení objavia ostré hrany, prestaňte ho používať.
12. Ak zariadenie začne vydávať nezvyčajné zvuky, prestaňte ho používať.
13. Žiadna nastaviteľná časť by nemala vyčnievať alebo brániť používateľovi v pohybe. Stroj môže používať iba jedna osoba naraz.
14. Brzdzenie nezávisí od rýchlosti.
15. Prístroj nie je určený na terapeutické účely.
16. Pri zdvíhaní alebo preprave stroja je potrebné dbať na opatrnosť, aby nedošlo k poraneniu chrbta. Používajte len správne techniky zdvíhania alebo si nechajte pomôcť druhou osobou.
17. Dizajn výrobku neupravujte. V prípade potreby sa obráťte na autorizované servisné stredisko.
18. **Maximálna hmotnosť používateľa: 110 kg**
19. **Zariadenie je klasifikované ako trieda H podľa normy EN ISO 20957-1 a je určené na domáce použitie. Nemôže sa používať na terapeutické alebo rehabilitačné účely.**

VAROVANIE! Monitorovanie srdcovej frekvencie nemusí byť úplne presné. Nadmerný tréning môže viesť k vážnemu zraneniu alebo dokonca k smrti. Ak pocítite mdloby, okamžite prestaňte cvičiť.

Zoznam dielov

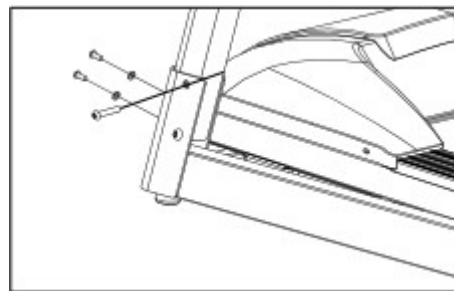
Lp.	Názov	Množstvo
1	6 mm šesťhranná vnútorná matica M8*50	2
2	6 mm šesťhranná vnútorná matica M8*40	4
3	6 mm šesťhranná vnútorná matica M8*65	2
4	Zástrčka v tvare U	4
5	Konce zábradlia	2
6	Kľúč 5 mm / 6 mm	2
7	Multifunkčný skrutkovač	1
8	Otvárací kľúč 13# 15#	1
9	Tuk 30 ml	1
10	Funkčná rukoväť 8*65	2
11	6 mm šesťhranná vnútorná matica M8*20	8

Obsah balenia

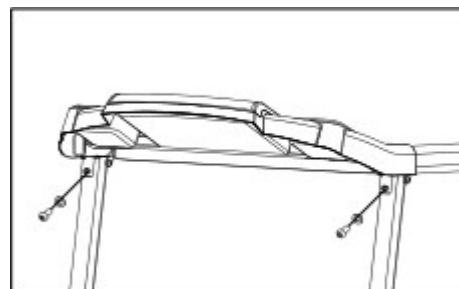
Lp.	Názov	Množstvo
1	Konzola	1
2	Súbor nástrojov	1
3	Základňa bežeckého pásu so stĺpmi	2
4	Návod na použitie / záručný list	1

Montáž

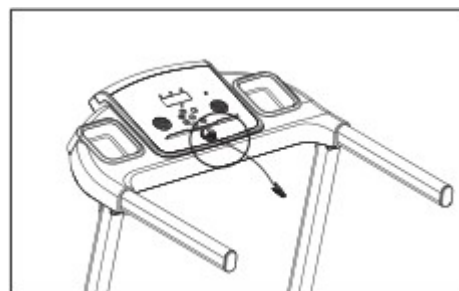
Krok 1 Pripevnite stĺpy k rámu bežeckého pásu pomocou 2 skrutiek M8 * 40 s 2 maticami M8 a 4 skrutiek M8 * 20, po jednej na každej strane, ako je znázornené na obrázku.



Krok 2 Umiestnite konzolu na stĺpiky a na oboch stranách ju upevnite pomocou skrutiek M8 * 20 a podložiek.

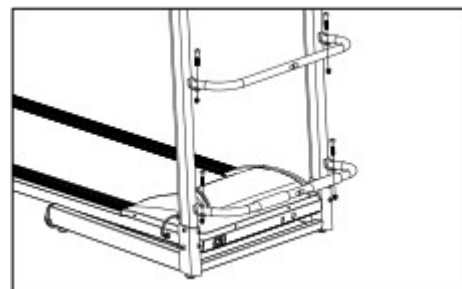


Krok 3 Vložte bezpečnostný kľúč do zásuvky pod displejom.

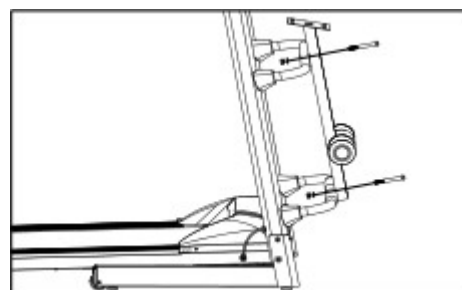


Krok 4 Zostavenie masážneho prístroja.

Najprv umiestnite gumový ochranný návlek na každú stranu trubice v tvare U (držiak masážneho prístroja), oba držiačky upevnite medzi stĺpiky bežeckého pásu pomocou skrutiek M8 * 40 a matíc.

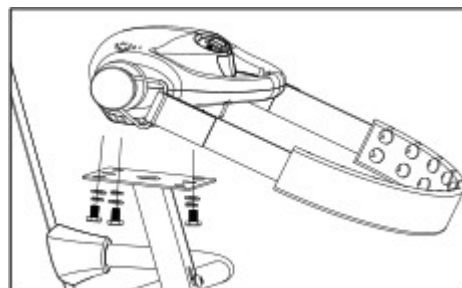


Krok 5 Pomocou dvoch skrutiek M8 * 65 pripevnite rám masážneho prístroja k držiakom.



Krok 6

Odstráňte tri skrutky M8 * 16 pod masážnou hlavou (vrátane plochých podložiek a pružných podložiek), potom nasadte masážnu hlavu na rám a utiahnite ju pomocou predtým odstránených skrutiek.



Technické údaje

Rozmery bežeckého pásu: 169,5 x 66,5 x

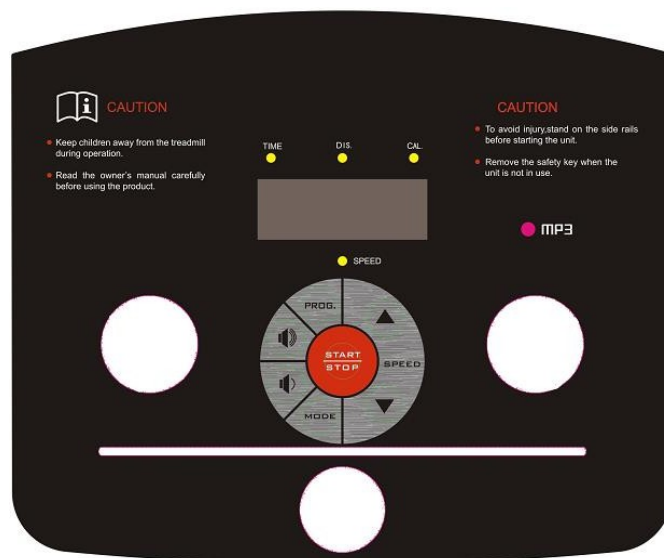
114,5 cm Maximálna hmotnosť používateľa:

110 kg Čistá hmotnosť: 48 kg

Hrubá hmotnosť: 56 kg

Bežecký pás: 1200 x 400 mm

Zobrazenie a funkcia počítača



Konzola

RÝCHLOSŤ: Rozsah 0,8-12,0 km / h. Na LCD displeji sa zobrazia čísla 3,2,1, za ktorými nasleduje aktuálne nastavenie.

Manuálny režim

1. Čas: Možnosť nastavenia času od 0-99,99 minút alebo odpočítavania do konca trvania školenie
2. Kalórie: Kalórie: Možno nastaviť od 0 do 999 alebo odpočítavať do konca tréningu.
3. Vzdialenosť: nastavenie 0-999 alebo odpočítavanie do konca tréningového obdobia

Funkcie tlačidiel

Režim -

Štart/Stop

Rýchlosť +/-

Hlasitosť +/-

Programy: P01-P12

Rýchle spustenie

Postupne stláčajte nasledujúce tlačidlá:

1. ZAPNUTIE/VYPNUTIE NAPÁJANIA
2. START
3. RÝCHLOSŤ "+" ALEBO "-"

Bezpečnostný kľúč

Bezpečnostný kľúč môžete kedykoľvek vytiahnuť a v okienku rýchlosti sa zobrazí "-"; jednotka vydá krátke Bi-Bi-Bi. Ak je motor v chode, okamžite sa zastaví. Po vytiahnutí bezpečnostného kľúča nebude fungovať žiadne tlačidlo.

Opis programov P1-P12

Vybraný celkový čas cvičenia / 20 sekcií

PROG	TIME	To set time / 20 time = running time of each period																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	4	4	3	3
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P6	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3

Údržba

Bežecký pás je namazaný z výroby. Odporúča sa však pravidelne kontrolovať mazanie bežeckého pásu, aby sa zabezpečil jeho optimálny výkon.

Odporúčania:

- Každé 3 mesiace nadvihnite bočnú stranu bežeckého pásu A čo najhlbšie namažte vnútornú stranu pásu.
- Ak je čas používania za týždeň kratší ako 3 hodiny, bežecký pás by sa mal mazať raz za päť mesiacov.
- Ak sa bežecký pás používa týždenne 4 až 7 hodín, mal by sa mazať raz za dva mesiace.
- Ak sa bežecký pás používa viac ako 7 hodín týždenne, mal by sa mazať raz za mesiac.
- Bežecký pás nie je možné premazať, ale príliš veľa maziva funkciu bežeckého pásu neprospieva. Pamätajte: správne mazanie je dôležitým faktorom zvyšovania životnosti stroja.
- Mazanie nie je potrebné, ak sú pod bežeckým pásom stopy maziva.
- Používajte len silikónové mazivo bez obsahu oleja. Počkajte 1 minútu, kým sa tuk nevyleje.

Metódy mazania

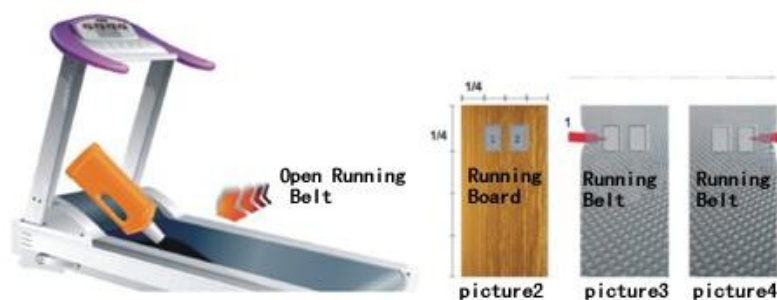
Ak chcete skontrolovať, či je potrebné mazanie, jednoducho nakloňte stranu bežeckého pásu a skontrolujte jeho stav. Ak na vnútornej strane pásu cítite vlhkosť, znamená to, že mazivo nie je potrebné; ak je pás suchý, znamená to, že mazivo je potrebné.

A. Postup pri natieraní bežeckého pásu tukom: (pozri fotografiu)

B. Zastavte spotrebič. Vyberte bezpečnostný kľúč zo zásuvky

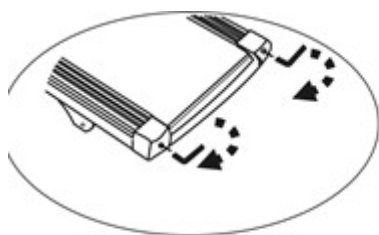
C. Stiahnite remeň a namažte ho z oboch strán.

Vložte bezpečnostný kľúč a nastavte rýchlosť na 1 km/h. Položte ruku na stred bežeckého pásu a podržte ju niekoľko sekúnd. Potom pohybujte rukou sprava doľava, aby ste nanosené mazivo rozotreli pod bežecký pás.

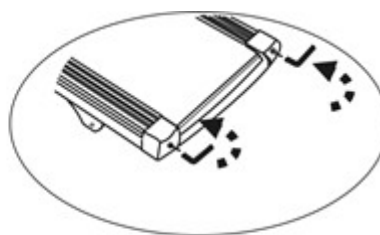


Nastavenie pásu bežeckého pásu

- Ak pás bežeckého pásu počas cvičenia beží doprava alebo doľava alebo sa škriabe o bežeckú dosku/valce, znamená to, že pás je potrebné nastaviť.
- Počas prvých týždňov používania môžete zistiť, že sa remeň mierne natiahol napriek tomu, že bol správne napnutý vo výrobe.
- Uistite sa, že na bežeckom páse nič nie je, a nastavte rýchlosť na 6 km/h.
- Dbajte na to, aby jazdný pruh neunikal doprava ani doľava.
- Ak pás uniká doľava, otočte pomocou kľúča pravú a ľavú nastavovaciu skrutku o 1/4 proti smeru hodinových ručičiek.
- Ak pás uniká doprava, otočte pravú a ľavú nastavovaciu skrutku o 1/4 otáčky v smere hodinových ručičiek.
- Ak pás stále nie je v strede, zopakujte vyššie uvedený krok
- Po dokončení postupu zvýšte rýchlosť na 16 km/h a skontrolujte, či sa pás pohybuje rovnomerne cez stred behúňa.
- Ak sa pás naďalej rozbieha do strán, je potrebné ho dodatočne utiahnuť.



Otáčaním v smere hodinových ručičiek zvýšite napnutie remeňa



Otáčaním proti smeru hodinových ručičiek znížite napnutie remeňa

Možné chyby

Kód	Chyba
E01	Komunikačný kábel z konzoly do ovládača nie je správne pripojený
E02	Ochrana proti výbuchu - preťaženie alebo porucha regulátora
E05	Preťaženie - príliš veľké napnutie remeňa, chybný motor
E06	Zariadenie automaticky overí funkciu ovládača
E08	Chybný ovládač

Rozcvička

I. FÁZA ZAHRIEVANIA

Táto fáza je určená na zlepšenie krvného obehu a svalovej funkcie, ako aj na zníženie rizika kŕčov alebo zranení. Odporúča sa vykonať niekoľko strečingových cvičení podľa nižšie uvedených obrázkov. Každé strečingové cvičenie by malo trvať približne 30 sekúnd. Svaly príliš nenapínajte ani nepreťažujte. Ak sa objaví bolesť, okamžite prestaňte trénovať.

II. FÁZA CVIČENIA

Táto fáza si vyžaduje najväčšie úsilie. Pravidelným tréningom svaly nôh získavajú pružnosť. Počas cvičenia udržiavajte rovnomerné tempo. Intenzita tréningu by mala zvýšiť vašu srdcovú frekvenciu na cieľovú srdcovú frekvenciu, ako je uvedené nižšie.

POZNÁMKA: Táto fáza by mala trvať najmenej 12 minút. Väčšina cvičencov preto začína približne s 15-20 minútami.

III. Relaxačná fáza po tréningu

Počas tejto fázy by sa mal kardiovaskulárny a svalový systém uvoľniť. Zopakujte zahrievacie cvičenia, pričom znížte tempo. Pokračujte približne 5 minút. Opakujte zahrievacie cvičenia, pričom sa vyhnite nadmernému natáhovaniu a preťažovaniu svalov. Keď sa vaša kondícia zlepší, bude možné zvýšiť dĺžku a intenzitu tréningu. Odporúča sa trénovať aspoň 3-krát týždenne. Ak je to možné, rozložte tréningy rovnomerne počas celého týždňa.

Veiligheidsoverwegingen

1. Lees de instructies zorgvuldig voor het eerste gebruik en bewaar ze voor toekomstig gebruik.
2. Alle waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen moeten in acht worden genomen, inclusief de montagestappen. Het apparaat mag alleen worden gebruikt voor het doel waarvoor het is bestemd.
3. Met het oog op uw eigen veiligheid moet het product volgens deze instructies worden gemonteerd en gebruikt. Informeer andere gebruikers over de principes van veilig gebruik.
4. Houd het apparaat buiten het bereik van kinderen en dieren. Kinderen mogen niet zonder toezicht in de buurt van het apparaat komen. Het apparaat mag alleen door een volwassene worden gemonteerd en bediend.
5. Raadpleeg je arts voordat je met een trainingsprogramma begint. Dit is vooral nodig als je gezondheidsproblemen hebt of medicijnen gebruikt die je hartslag, bloeddruk of cholesterolgehalte kunnen beïnvloeden.
6. Je moet je lichaam goed in de gaten houden. Als je problemen ervaart (pijn, beklemmend gevoel op de borst, onregelmatige hartslag, kortademigheid, misselijkheid of duizeligheid), stop dan onmiddellijk met trainen. Verkeerde training kan leiden tot ernstige gezondheidsproblemen of blessures.
7. Plaats het apparaat op een vlakke, droge en schone ondergrond en zorg voor een vrije ruimte van minstens 0,6 m van andere voorwerpen om de veiligheid te vergroten.
8. Gebruik geschikte sportkleding en schoenen. Vermijd te losse kleding.
9. Het apparaat mag niet buitenshuis worden gebruikt.
10. Het instrument moet voor elke trainingssessie worden gecontroleerd op schade of slijtage.
11. Stop het gebruik als er scherpe randen op de apparatuur verschijnen.
12. Als het apparaat ongebruikelijke geluiden begint te maken, stop dan met het gebruik.
13. Geen enkel verstelbaar onderdeel mag uitsteken of de bewegingen van de gebruiker belemmeren. De machine mag slechts door één persoon tegelijk worden gebruikt.
14. Remmen is niet afhankelijk van snelheid.
15. Het apparaat is niet bedoeld voor therapeutische doeleinden.
16. Wees voorzichtig bij het optillen of vervoeren van het apparaat om rugletsel te voorkomen. Gebruik alleen de juiste tiltechnieken of laat een tweede persoon u helpen.
17. Wijzig het ontwerp van het product niet. Neem indien nodig contact op met een erkend servicecentrum.
18. **Maximaal gebruikersgewicht: 110 kg**
19. **De apparatuur is geclassificeerd als Klasse H volgens EN ISO 20957-1 en is bedoeld voor huishoudelijk gebruik. Het kan niet worden gebruikt voor therapeutische of revalidatiedoeleinden.**

WAARSCHUWING! Hartslagmonitoring is mogelijk niet helemaal nauwkeurig. Overtraining kan leiden tot ernstig letsel of zelfs de dood. Als je je flauw voelt, stop dan onmiddellijk met trainen.

Onderdelenlijst

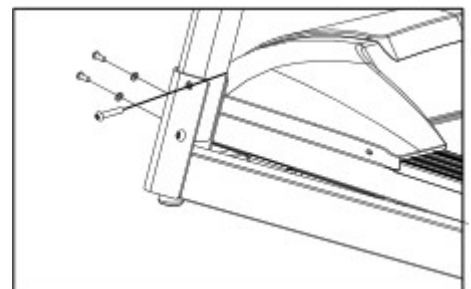
Lp.	Naam	Hoeveelheid
1	6 mm zeskantmoer binnen M8*50	2
2	6 mm zeskantmoer binnen M8*40	4
3	6 mm zeskantmoer binnen M8*65	2
4	U-vormige plug	4
5	Leuninguiteinden	2
6	5 mm / 6 mm sleutel	2
7	Multifunctionele schroevendraaier	1
8	Openings sleutel 13# 15#	1
9	Vet 30 ml	1
10	Functionele handgreep 8*65	2
11	6 mm zeskantmoer binnen M8*20	8

Inhoud van de verpakking

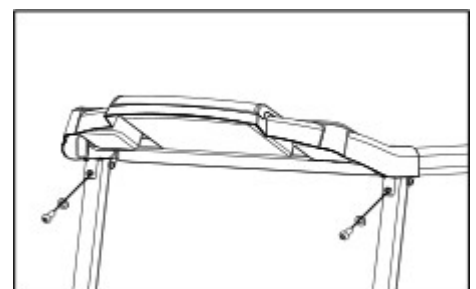
Lp.	Naam	Hoeveelheid
1	Console	1
2	Toolkit	1
3	Loopbandonderstel met kolommen	2
4	Gebruiksaanwijzing / garantiekaart	1

Montage

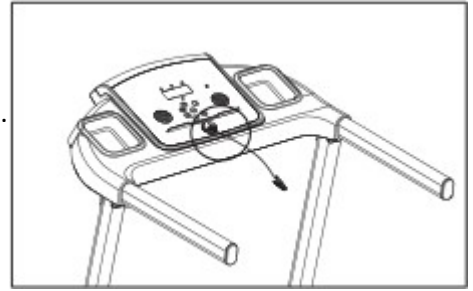
Stap 1 Bevestig de kolommen aan het frame van de loopband met 2 M8 * 40 bouten met 2 M8 moeren en 4 M8 * 20 bouten, één set aan elke kant zoals getoond in de afbeelding.



Stap 2 Plaats de console op de kolommen en zet hem aan beide zijden vast met M8 * 20 schroeven en sluitringen.

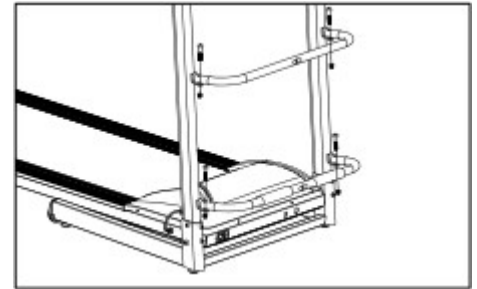


Stap 3 Steek de beveiligingsleutel in de aansluiting onder het scherm.

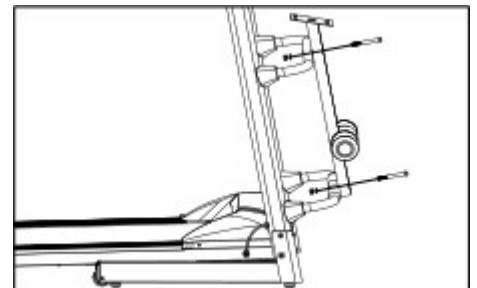


Stap 4 Het massageapparaat in elkaar zetten.

Plaats eerst een rubberen beschermhoes aan elke kant van de U-vormige buis (massagerbeugel), bevestig beide beugels tussen de loopbandkolommen met M8 * 40 bouten en moeren.

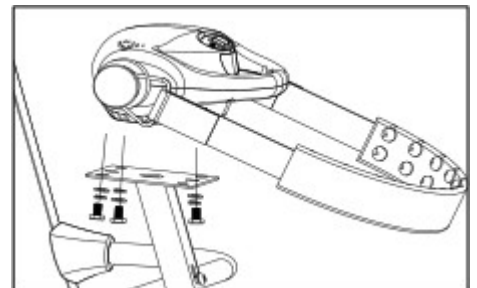


Stap 5 Gebruik twee M8 * 65 schroeven om het frame van de stimulator aan de beugels te bevestigen.



Stap 6

Verwijder de drie M8 * 16 schroeven onder de massagekop (inclusief de platte ringen en veerringen), plaats vervolgens de massagekop op het frame en draai deze vast met de eerder verwijderde schroeven.



Technische gegevens

Afmetingen loopband: 169,5 x 66,5 x 114,5

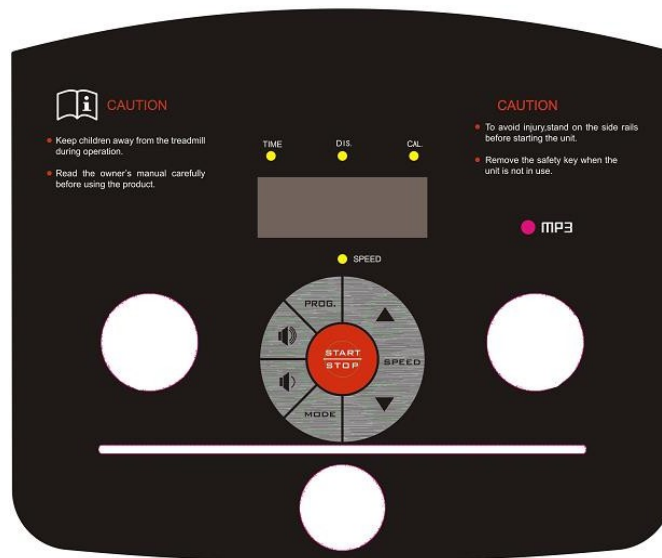
cm Maximaal gebruikersgewicht: 110 kg

Nettogewicht: 48 kg

Brutogewicht: 56 kg

Lopende band: 1200 x 400 mm

Computerweergave en -functie



Console

SNELHEID: Bereik 0,8-12,0 KM / H. Het LCD-scherm toont de nummers 3,2,1 gevolgd door de huidige instelling.

Handmatige modus

1. Tijd: Mogelijkheid om een tijd in te stellen van 0-99,99 minuten of om af te tellen tot het einde van de tijdsduur opleiding
2. Calorieën: Kan worden ingesteld van 0-999 of aftellen tot het einde van de training.
3. Afstand: instelling 0-999 of aftellen tot het einde van de trainingsperiode

Knopfuncties

Modus-

Start/Stop

Snelheid +/-

Volume +/-

Programma's: P01-P12

Snel opstarten

Druk stap voor stap op de volgende knoppen:

1. AAN/UIT
2. START
3. SNELHEID '+' OF '-'

Veiligheidssleutel

Je kunt de veiligheidssleutel op elk moment uittrekken en het snelheidsvenster geeft "-" weer; het apparaat geeft een kort Bi-Bi-Bi geluid. Als de motor draait, stopt hij onmiddellijk. Als de veiligheidssleutel is uitgetrokken, werkt geen enkele knop.

Beschrijving van programma's P1-P12

Gekozen totale oefentijd / 20 secties

PROG	TIME	To set time / 20 time = running time of each period																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P2	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P3	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P4	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	4	4	3	3
P5	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P6	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
P7	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P8	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P9	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	SPEED	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
P12	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3

Onderhoud

De loopband is in de fabriek gesmeerd. Het wordt echter aanbevolen om de smering van de loopband regelmatig te controleren voor optimale prestaties.

Aanbevelingen:

- Til elke 3 maanden de zijkant van de loopband op EN smeer de binnenkant van de band zo diep mogelijk in met vet.
- Als de loopband minder dan 3 uur per week wordt gebruikt, moet deze om de vijf maanden worden gesmeerd.
- Als de gebruiksduur per week tussen de 4 en 7 uur ligt, moet de loopband eens in de twee maanden gesmeerd worden.
- Als de loopband meer dan 7 uur per week wordt gebruikt, moet deze één keer per maand worden gesmeerd.
- Het is niet mogelijk om de loopband te veel te smeren, maar te veel vet komt de werking van de loopband niet ten goede. Denk eraan: een goede smering is een belangrijke factor om de levensduur van het apparaat te verlengen.
- Smering is niet nodig als er vetsporen onder de lopende riem zitten.
- Gebruik alleen olievrij siliconenvet. Wacht 1 minuut, tot het vet eruit loopt.

Smeermethoden

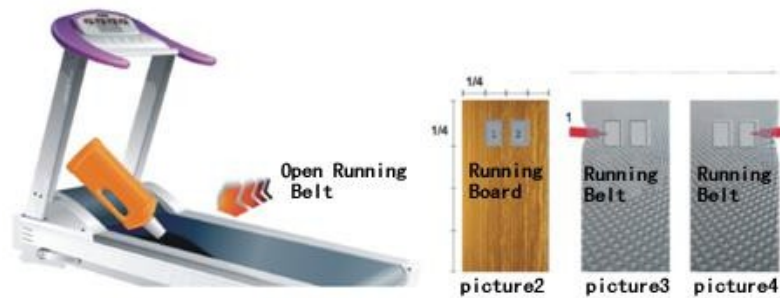
Om te controleren of er smering nodig is, kantel je gewoon de zijkant van de loopband en controleer je de staat ervan. Als je vocht aan de binnenkant van de band kunt voelen, betekent dit dat er geen smeermiddel nodig is; als de band droog is, betekent dit dat er wel smeermiddel nodig is.

A. Stappen om de loopband met vet in te smeren: (zie foto)

B. Stop het apparaat. Verwijder de veiligheidssleutel uit het stopcontact

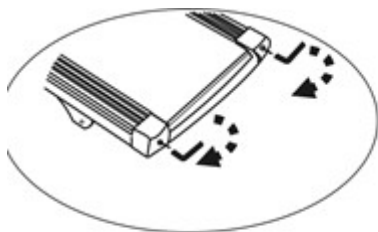
C. Trek de riem terug en smeer hem aan beide kanten in met vet.

Steek de veiligheidssleutel in en stel de snelheid in op 1 km/u. Plaats uw hand op het midden van de loopband en houd deze enkele seconden vast. Beweeg uw hand vervolgens van rechts naar links om het aangebrachte vet onder de loopband te verspreiden.

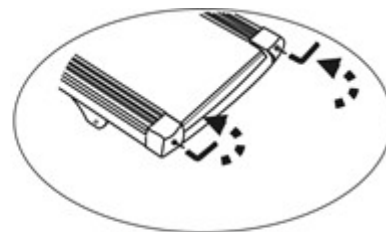


Bandafstelling loopband

- Als de band van de loopband tijdens het trainen naar rechts of links loopt of over de loopband/rollen schraapt, betekent dit dat de band moet worden afgesteld.
- Tijdens de eerste gebruiksweken kun je merken dat de riem iets uitgerekt is, ondanks dat hij in de fabriek correct gespannen is.
- Zorg ervoor dat er niets op de loopbandplaat ligt en stel de snelheid in op 6 km/u.
- Let erop dat de rijstrook niet naar rechts of links ontsnapt.
- Als de riem naar links ontsnapt, draai dan met een sleutel de rechter en linker stelschroeven 1/4 linksom.
- Als de riem naar rechts ontsnapt, draait u de stelschroeven rechts en links 1/4 slag rechtsom.
- Als de riem nog steeds niet in het midden zit, herhaal dan de bovenstaande stap
- Zodra de procedure is voltooid, verhoogt u de snelheid tot 16 km/h en controleert u of de riem gelijkmatig over het midden van de loopvlakplaat loopt.
- Als de riem naar de zijkanten blijft lopen, moet hij extra worden aangespannen.



Draai met de klok mee om de riemspanning te verhogen



Draai tegen de klok in om de riemspanning te verlagen

Mogelijke fouten

Code	Fout
E01	De communicatiekabel van de console naar de controller is niet goed aangesloten
E02	Explosiebeveiliging - overbelasting of storing van de regelaar
E05	Overbelasting - te hoge riemspanning, defecte motor
E06	Het apparaat controleert automatisch de werking van de controller
E08	Defecte controller

Opwarming

I. OPWARMFASE

Deze fase is bedoeld om de bloedsomloop en spierfunctie te verbeteren en het risico op kramp of blessures te verminderen. Het wordt aanbevolen om verschillende rekoefeningen uit te voeren volgens de onderstaande illustraties. Elke rekoefening moet ongeveer 30 seconden duren. Overrek of overbelast de spieren niet. Stop onmiddellijk met trainen als er pijn optreedt.

II. OEFENINGSFASE

Dit is de fase die de meeste inspanning vergt. Met regelmatige training worden de beenspieren soepeler. Houd een gelijkmatig tempo aan tijdens de training. De intensiteit van je training moet je hartslag verhogen tot je streefhartslag zoals hieronder aangegeven.

OPMERKING: Deze fase moet minstens 12 minuten duren. Daarom beginnen de meeste sporters met ongeveer 15-20 minuten.

III. Ontspanningsfase na de training

Tijdens deze fase moeten het cardiovasculaire systeem en het spierstelsel ontspannen. Herhaal de opwarmoefeningen, maar verlaag het tempo. Ga ongeveer 5 minuten door. Herhaal de opwarmoefeningen, vermijd overstrekking en overbelasting van de spieren. Naarmate je conditie verbetert, kun je de duur en intensiteit van je training verhogen. Het wordt aanbevolen om minstens 3 keer per week te trainen. Verdeel de trainingen indien mogelijk gelijkmatig over de week.



PL: Oznakowanie sprzętu symbolem przekreślonego kontenera na odpady informuje o zakazie umieszczania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Zgodnie z Dyrektywą WEEE 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.

EN: Marking the equipment with a symbol of a crossed-out waste container informs about prohibition of placing used electrical and electronic equipment with other household waste. According to the WEEE Directive on used electrical and electronic waste management, separate disposal methods must be applied for this type of equipment. A user, who intends to dispose this product, is required to deliver it to a collection point for used electrical and electronic equipment in order to contribute to reuse, recycling, or recovery and consequently, to protect the environment. To do this, contact the point where the device was purchased or local government officials. Hazardous components contained in the electronic equipment can cause long-lasting adverse changes in the environment, as well as have a harmful effect on human health.

CZ: Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpad informuje o zákazu ukládání použitých elektrických a elektronických zařízení společně s ostatním odpadem. Podle směrnice WEEE o nakládání s použitým elektrickým a elektronickým odpadem je nutné pro tento typ zařízení používat oddělené metody likvidace.

Uživatel, který hodlá tento výrobek zlikvidovat, je povinen jej odevzdat na sběrném místě pro použitá elektrická a elektronická zařízení, čímž přispěje k opětovnému použití, recyklaci nebo zpracování na druhotné suroviny, a tím přispěje k ochraně životního prostředí. Za tímto účelem se obraťte na místo, kde byl spotřebič zakoupen, nebo na místní úřad. Nebezpečné složky obsažené v elektronických zařízeních mohou způsobit dlouhodobé nepříznivé změny v životním prostředí a také mít škodlivý vliv na lidské zdraví.

DE: Die Kennzeichnung von Geräten mit einem durchgestrichenen Abfallbehälter weist darauf hin, dass das Produkt vom normalen Haushaltsabfall getrennt gesammelt und entsorgt werden muss. Nach der WEEE-Richtlinie über Elektro- und Elektronik-Altgeräte muss man diese Art der Geräte getrennt entsorgen. Der Nutzer, der dieses Gerät entsorgen will, ist dazu verpflichtet, es an die Sammelstelle für Elektro- und Elektronik-Altgeräte zurückzugeben, was zur Wiederverwendung, zum Recycling oder zur Verwertung und damit zum Schutz der Umwelt beiträgt. Wenden Sie sich dazu bitte an Ihren Händler oder an die örtlichen Behörden. Gefährliche Komponenten in elektronischen Geräten können zu dauerhaften nachteiligen Veränderungen der Umwelt und zu schädlichen Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit führen.

SK: Označenie zariadenia symbolom preškrtnutého kontajnera na odpad informuje o zákaze umiestňovať použité elektrické a elektronické zariadenia do iného odpadu z domácnosti. Podľa smernice WEEE o nakladaní s použitým elektrickým a elektronickým odpadom sa pre tento typ zariadenia musia používať oddelené metódy likvidácie. Používateľ, ktorý má v úmysle zlikvidovať tento výrobok, je povinný odovzdať ho na zberné miesto pre použité elektrické a elektronické zariadenia, aby tak prispel k opätovnému použitiu, recyklácii alebo zhodnoteniu a následne k ochrane životného prostredia. Za týmto účelom sa obráťte na miesto, kde bolo zariadenie zakúpené, alebo na predstaviteľov miestnej samosprávy. Nebezpečné zložky obsiahnuté v elektronickom zariadení môžu spôsobiť dlhotrvajúce nepriaznivé zmeny v životnom prostredí, ako aj mať škodlivý vplyv na ľudské zdravie.

NL: Het markeren van de apparatuur met een symbool van een doorgekruiste afvalcontainer informeert over het verbod om gebruikte elektrische en elektronische apparatuur bij ander huishoudelijk afval te plaatsen. Volgens de WEEE-richtlijn voor het beheer van gebruikt elektrisch en elektronisch afval, moeten aparte verwijderingsmethoden worden toegepast voor dit type apparatuur. Een gebruiker die van plan is om dit product weg te gooien, moet het inleveren bij een inzamelpunt voor gebruikte elektrische en elektronische apparatuur om bij te dragen aan hergebruik, recycling of terugwinning en zo het milieu te beschermen. Neem hiervoor contact op met het punt waar het apparaat is gekocht of met lokale overheidsfunctionarissen. Gevaarlijke onderdelen in de elektronische apparatuur kunnen langdurige negatieve veranderingen in het milieu veroorzaken en een schadelijk effect hebben op de menselijke gezondheid.



PL: Informacja o Właściwym Zwrocie Zużytych Baterii i Akumulatorów

Zgodnie z ustawą o bateriach (BattG) w Niemczech, jako firma Abisal Sp. z o.o. jesteśmy zobowiązani do informowania naszych klientów o właściwym postępowaniu z zużytymi bateriami litowymi i zestawami baterii wielokrotnego ładowania, wszystkich systemów elektrochemicznych. Poniżej znajdują się szczegółowe instrukcje dotyczące zwrotu i zabezpieczenia zużytych baterii:

1. Zwrot Zużytych Baterii:

Zużyte baterie litowe oraz zestawy baterii wielokrotnego ładowania mogą być zwracane do punktów zbiórki tylko wtedy, gdy są całkowicie rozładowane. Stan "całkowite rozładowanie" oznacza osiągnięcie końca użytkowania, np. wyłączenie urządzenia po osiągnięciu braku napięcia lub pojawienie się zakłóceń funkcjonalnych z powodu niewystarczającego naładowania baterii lub akumulatora.

2. Zabezpieczenie Przed Zwarciami:

Jeśli baterie nie są całkowicie rozładowane, należy je odpowiednio zabezpieczyć przed zwarciami. Zaleca się, aby bieguny baterii były izolowane za pomocą pasków samoprzylepnych. Jest to ważne, aby uniknąć potencjalnych zagrożeń związanych ze zwarciami.

Dodatkowe Informacje

1. Oddzielny Recykling "Starych Urządzeń":

Urządzenia elektryczne i elektroniczne, które stały się odpadami, muszą być przetwarzane i rejestrowane oddzielnie od stałych odpadów komunalnych. Stare urządzenia nie mogą trafiać do śmieci domowych. Muszą być zbierane w specjalnych systemach zbiórki i recyklingu.

2. Baterie i Akumulatory:

Jeśli to możliwe, sprzęt elektryczny i elektroniczny musi być utylizowany oddzielnie od wbudowanych baterii i/lub akumulatorów.

3. Możliwość Utylizacji "Starych Urządzeń":

Właściciele starych urządzeń z prywatnych gospodarstw domowych mogą pozbyć się ich w publicznych zakładach utylizacji odpadów lub dostarczyć je do punktów utylizacji powiązanych z producentem lub sprzedawcą. Miejsca utylizacji można znaleźć w Internecie: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4. Informacje o Prywatności:

Stare urządzenia często zawierają prywatne dane, zwłaszcza urządzenia do przetwarzania danych i komunikacji, takie jak smartfony lub dyski twarde. Prosimy o usunięcie wszystkich danych osobowych i prywatnych z utylizowanego sprzętu we własnym interesie.

Dziękujemy za przestrzeganie powyższych wytycznych i przyczynienie się do ochrony środowiska.

EN: Information on the Proper Return of Waste Batteries and Accumulators

In accordance with the Battery Act (BattG) in Germany, we as Abisal Sp. z o.o. are obliged to inform our customers about the proper handling of used lithium batteries and rechargeable battery packs of all electrochemical systems. Below are detailed instructions on how to return and secure used batteries:

1. Return of Used Batteries:

Used lithium batteries and rechargeable battery packs may only be returned to collection points when fully discharged. The state of "completely discharged" means that the end of use has been reached, e.g. the device is switched off when no voltage is reached or a functional disturbance occurs due to insufficient charge of the battery or rechargeable battery.

2 Short-circuit protection:

If the batteries are not completely discharged, they must be adequately protected against short-circuiting. It is recommended that the battery terminals are insulated with adhesive strips. This is important to avoid potential short circuit hazards.

Additional information

1 Separate Recycling of 'Old Appliances:

Electrical and electronic appliances that have become waste must be recycled and registered separately from municipal solid waste. Old appliances must not end up in household rubbish. They must be collected in special collection and recycling systems.

2 Batteries and Accumulators:

If possible, electrical and electronic equipment must be disposed of separately from built-in batteries and/or accumulators.

3. Disposability of 'Old Appliances':

Owners of old appliances from private households can dispose of them at public waste disposal facilities or take them to disposal sites linked to the manufacturer or seller. Disposal sites can be found on the Internet: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4 Privacy information:

Old devices often contain private data, especially data processing and communication devices such as smartphones or hard drives. Please remove all personal and private data from the disposed equipment in your own interest.

Thank you for following the above guidelines and contributing to environmental protection.

CZ: Informace o správném odevzdávání odpadních baterií a akumulátorů

V souladu s německým zákonem o bateriích (BattG) jsme jako společnost Abisal Sp. z o.o. povinni informovat naše zákazníky o správném nakládání s použitými lithiovými bateriemi a akumulátory všech elektrochemických systémů. Níže uvádíme podrobné pokyny k odevzdání a zabezpečení použitých baterií:

1. Vrácení použitých baterií:

Použité lithiové baterie a dobíjecí akumulátorové sady lze na sběrná místa vrátet pouze zcela vybité. Stav "zcela vybitý" znamená, že bylo dosaženo konce používání, např. zařízení se vypne, když není dosaženo žádného napětí nebo dojde k poruše funkce v důsledku nedostatečného nabití baterie nebo akumulátoru.

2 Ochrana proti zkratu:

Pokud nejsou baterie zcela vybité, musí být odpovídajícím způsobem chráněny proti zkratu. Doporučuje se izolovat vývody akumulátorů lepicími páskami. Je to důležité, aby se zabránilo potenciálnímu nebezpečí zkratu.

Další informace

1 Oddělená recyklace "starých spotřebičů":

Elektrické a elektronické spotřebiče, které se staly odpadem, musí být recyklovány a evidovány odděleně od pevného komunálního odpadu. Staré spotřebiče nesmí skončit v domovním odpadu. Musí být shromažďovány ve speciálních systémech sběru a recyklace.

2 Baterie a akumulátory:

Elektrická a elektronická zařízení musí být pokud možno likvidována odděleně od vestavěných baterií a/nebo akumulátorů.

3. Likvidace "starých spotřebičů":

Majitelé starých spotřebičů ze soukromých domácností je mohou odevzdat ve veřejných zařízeních na likvidaci odpadů nebo je odvézt do míst určených k likvidaci spojených s výrobcem nebo prodejcem. Místa pro likvidaci lze nalézt na internetu: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4 Informace o ochraně osobních údajů:

Stará zařízení často obsahují soukromé údaje, zejména zařízení pro zpracování dat a komunikaci, jako jsou chytré telefony nebo pevné disky. Ve vlastním zájmu odstraňte z likvidovaných zařízení všechny osobní a soukromé údaje.

Děkujeme, že se budete řídit výše uvedenými pokyny a přispějete k ochraně životního prostředí.

DE: Informationen zur ordnungsgemäßen Rückgabe von Altbatterien und -akkumulatoren

Gemäß dem Batteriegesetz (BattG) in Deutschland sind wir als Abisal Sp. z o.o. verpflichtet, unsere Kunden über den ordnungsgemäßen Umgang mit gebrauchten Lithiumbatterien und Akkus aller elektrochemischen Systeme zu informieren. Nachfolgend finden Sie detaillierte Hinweise zur Rückgabe und Sicherung gebrauchter Batterien:

1 Rückgabe von gebrauchten Batterien:

Gebrauchte Lithiumbatterien und -akkus dürfen nur in vollständig entladene Zustand an Sammelstellen zurückgegeben werden. Der Zustand "vollständig entladen" bedeutet, dass das Ende der Nutzungsdauer erreicht ist, z.B. das Gerät wird bei Spannungslosigkeit abgeschaltet oder es kommt zu einer Funktionsstörung aufgrund unzureichender Ladung der Batterie oder des Akkus.

2 Kurzschlusschutz:

Wenn die Batterien nicht vollständig entladen sind, müssen sie ausreichend gegen Kurzschluss geschützt werden. Es wird empfohlen, die Batteriepole mit Klebestreifen zu isolieren. Dies ist wichtig, um mögliche Kurzschlussgefahren zu vermeiden.

Zusätzliche Informationen

1 Getrenntes Recycling von "Altgeräten":

Elektrische und elektronische Geräte, die zu Abfall geworden sind, müssen getrennt von den festen Siedlungsabfällen recycelt und registriert werden. Altgeräte dürfen nicht im Hausmüll landen. Sie müssen in speziellen Sammel- und Recyclingsystemen gesammelt werden.

2 Batterien und Akkumulatoren:

Elektro- und Elektronikgeräte sind nach Möglichkeit getrennt von eingebauten Batterien und/oder Akkumulatoren zu entsorgen.

3 Entsorgbarkeit von "Altgeräten":

Besitzer von Altgeräten aus Privathaushalten können diese bei den öffentlichen Abfallentsorgungseinrichtungen entsorgen oder sie zu den mit dem Hersteller oder Verkäufer verbundenen Entsorgungsstellen bringen. Entsorgungsstellen sind im Internet zu finden: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4 Informationen zum Datenschutz:

Altgeräte enthalten oft private Daten, insbesondere Datenverarbeitungs- und Kommunikationsgeräte wie Smartphones oder Festplatten. Bitte entfernen Sie in Ihrem eigenen Interesse alle persönlichen und privaten Daten von den entsorgten Geräten.

Wir danken Ihnen, dass Sie die oben genannten Richtlinien befolgen und damit einen Beitrag zum Umweltschutz leisten.

SK: Informácie o správnom vrátení použitých batérií a akumulátorov

V súlade so zákonom o batériách (BattG) v Nemecku sme ako spoločnosť Abisal Sp. z o.o. povinní informovať našich zákazníkov o správnom zaobchádzaní s použitými lítiovými batériami a akumulátormi všetkých elektrochemických systémov. Nižšie uvádzame podrobné pokyny na vrátenie a zabezpečenie použitých batérií:

1. Vrátenie použitých batérií:

Použitú lítiovú batériu a akumulátorovú súpravu sa môžu vracieť na zberné miesta len úplne vybité. Stav "úplne vybitý" znamená, že sa dosiahol koniec používania, napr. zariadenie sa vypne, keď sa nedosiahne žiadne napätie alebo dôjde k funkčnej poruche z dôvodu nedostatočného nabitia batérie alebo akumulátora.

2 Ochrana proti skratu:

Ak batérie nie sú úplne vybité, musia byť primerane chránené proti skratu. Odporúča sa, aby boli póly batérie izolované lepiacimi páskami. Je to dôležité, aby sa predišlo možnému nebezpečenstvu skratu.

Ďalšie informácie

1 Separovaná recyklácia "starých spotrebičov":

Elektrické a elektronické spotrebiče, ktoré sa stali odpadom, sa musia recyklovať a evidovať oddelene od tuhého komunálneho odpadu. Staré spotrebiče nesmú skončiť v domácom odpade. Musia sa zbierať v špeciálnych systémoch zberu a recyklácie.

2 Batérie a akumulátory:

Ak je to možné, elektrické a elektronické zariadenia sa musia likvidovať oddelene od zabudovaných batérií a/alebo akumulátorov.

3. Likvidácia "starých spotrebičov":

Majitelia starých spotrebičov zo súkromných domácností ich môžu zlikvidovať vo verejných zariadeniach na likvidáciu odpadu alebo ich odniesť na miesta likvidácie spojené s výrobcom alebo predajcom. Miesta na likvidáciu možno nájsť na internete: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4 Informácie o ochrane osobných údajov:

Staré zariadenia často obsahujú súkromné údaje, najmä zariadenia na spracovanie údajov a komunikáciu, ako sú smartfóny alebo pevné disky. Vo vlastnom záujme odstráňte z likvidovaných zariadení všetky osobné a súkromné údaje.

Ďakujeme, že sa budete riadiť vyššie uvedenými pokynmi a prispějete k ochrane životného prostredia.

NL: Informatie over de juiste terugname van gebruikte batterijen en accu's

In overeenstemming met de Battery Act (BattG) in Duitsland, zijn wij als Abisal Sp. z o.o. verplicht om onze klanten te informeren over de juiste verwerking van gebruikte lithiumbatterijen en oplaadbare batterijpakketten van alle elektrochemische systemen. Hieronder vindt u gedetailleerde instructies voor het retourneren en beveiligen van gebruikte batterijen:

1. Inleveren van gebruikte batterijen:

Gebruikte lithiumbatterijen en oplaadbare batterijpakketten mogen alleen worden ingeleverd bij inzamelpunten als ze volledig ontladen zijn. De toestand "volledig ontladen" betekent dat het einde van het gebruik is bereikt, bijv. het apparaat wordt uitgeschakeld als er geen spanning meer is of er treedt een functiestoring op als gevolg van onvoldoende lading van de batterij of oplaadbare accu.

2 Kortsluitbeveiliging:

Als de accu's niet volledig ontladen zijn, moeten ze afdoende worden beschermd tegen kortsluiting. Het wordt aanbevolen om de accupolen te isoleren met plakstrips. Dit is belangrijk om potentiële kortsluitingsgevaaren te voorkomen.

Aanvullende informatie

1 Gescheiden recyclen van 'Oude apparaten:

Elektrische en elektronische apparaten die afval zijn geworden, moeten worden gerecycled en apart van het vast huishoudelijk afval worden geregistreerd. Oude apparaten mogen niet bij het huisvuil terechtkomen. Ze moeten worden ingezameld in speciale inzamelings- en recyclingsystemen.

2 Batterijen en accu's:

Indien mogelijk moet elektrische en elektronische apparatuur gescheiden van ingebouwde batterijen en/of accu's worden verwijderd.

3. Verwijdering van "Oude apparaten":

Eigenaars van oude apparaten uit particuliere huishoudens kunnen deze naar openbare afvalverwijderingsinstallaties brengen of naar verwijderingslocaties die verbonden zijn met de fabrikant of verkoper. Verwijderingssites zijn te vinden op het internet: <https://www.ear-system.de/ear-verzeichnis/sammel-und-ruecknahmestellen.jsf>.

4 Informatie over privacy:

Oude apparaten bevatten vaak privégegevens, vooral apparaten voor gegevensverwerking en communicatie zoals smartphones of harde schijven. Verwijder in uw eigen belang alle persoonlijke en privégegevens van de afgedankte apparatuur.

Hartelijk dank dat u de bovenstaande richtlijnen volgt en bijdraagt aan de bescherming van het milieu.

KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:.....
Kod EAN:.....
Data sprzedaży:.....

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 pieczętą 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 serwisu.
4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres naprawy może się wydłużyć o czas niezbędny do ich sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 90 dni.
5. Gwarancją nie są objęte:
 - uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania 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. 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.
8. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem, konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
9. Gwarant informuje również, że prowadzi serwis pogwarancyjny.
10. Towar powinien być zabezpieczony do wysyłki.
11. W celu skorzystania z gwarancji, przestrzegaj procedury zamieszonej na stronie internetowej:
<https://serwis.abisal.pl/>

W przypadku braku zgodności rzeczy sprzedanej z umową kupującemu z mocy prawa przysługują środki ochrony prawnej ze strony i na koszt sprzedawcy. Gwarancja nie ma wpływu na te środki ochrony prawnej.

SPRZĘT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKU W CELACH REHABILITACYJNYCH I TERAPEUTYCZNYCH.

ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW

L.p.	Data zgłoszenia	Data wydania	Przebieg napraw	Podpis odbierającego (sklep, właściciel)

GUARANTEE CARD

Article name:.....

EAN code:.....

Date of sale:

GUARANTEE TERMS:

1. The Seller provides guarantee on behalf of the Guarantor within the territory of the Republic of Poland for the period of 24 months from the date of sale: electric power assisted booster 24 months, charger 6 months.
2. The Guarantee will be recognised by the shop or service centre after the client provides:
 - clearly and correctly filled-in guarantee card with the sale stamp and the seller's signature
 - valid purchase confirmation for the equipment including the date of sale / bill, complained product.
3. Possible defects and damages revealed during the guarantee period shall be remedied free of charge within not more than 21 days from the delivery of the product to the shop or service.
4. Should it be necessary to import some components, the guarantee term can be extended by the period required to import such part, however such period shall not be longer than 90 days.
5. The guarantee does not cover:
 - mechanical damages and subsequent defects,
 - damages and defects resulting from incorrect storage and usage of the equipment against its purpose,
 - incorrect assembly and maintenance,
 - damages and consumption of such elements as: cables, straps, rubber parts, pedals, sponge grips, wheels, bearings, etc.
6. The guarantee expires in the event of:
 - expiry of the validity term,
 - self-repairs,
 - failure to follow the rules of correct operation.
7. The product handed over for repair should be complete and clean. If some parts are missing, the service is entitled to refuse to accept the product for repair. The service may refuse to accept a dirty product or clean in on the client's expense after the client's written permit.
8. The guarantee does not cover activities related to assembly, maintenance, which, according to the instruction, the user is obliged to perform themselves.
9. The Guarantor also informs that they offer post-guarantee service.
10. The product should be provided in its original packaging and should be secured for shipment.
11. To exercise the guarantee follow the procedure posted on the website: <https://serwis.abisal.pl/>

In case of non-conformity of the sold thing with the contract, the buyer is entitled by law to legal remedies from and at the expense of the seller. The guarantee does not affect such remedies.

THE EQUIPMENT IS NOT INTENDED FOR REHABILITATION AND THERAPY

NOTES ON THE COURSE OF REPAIRS

Item	Date of notificacion	Date of provision	Course of repairs	Signature of the recipient (shop, owner)

GARANTIEKARTE

Artikelname:.....

EAN-Code:.....

Verkaufsdatum:.....

GARANTIEBEDINGUNGEN:

1. Der Verkäufer gewährt im Namen des Garanten eine Garantie für 24 Monate nach dem Verkaufsdatum auf dem Hoheitsgebiet der Republik Polen: Roller 24 Monate, Akku 6 Monate.
2. Die Garantie wird von dem Laden oder dem Service nach Vorlage:
 - der leserlich und korrekt ausgefüllten Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers,
 - eines gültigen Kaufnachweises für das Gerät mit dem Verkaufsdatum / Rechnung, der beanstandeten Ware durch den Kunden respektiert.
3. Während der Garantiezeit festgestellte Mängel und Schäden werden innerhalb von 21 Tagen nach dem Datum der Lieferung an den Laden oder den Service kostenlos repariert.
4. Falls es erforderlich ist, importierte Ersatzteile einzuführen, kann die Gewährleistungsfrist um die Zeit, die erforderlich ist, um den Import durchzuführen, jedoch nicht länger als 90 Tage verlängert werden.
5. Die Garantie umfasst nicht:
 - mechanische Schäden und die durch Schäden verursachten Mängel,
 - Schäden und Mängel infolge unsachgemäßer Verwendung und Lagerung,
 - falsche Montage und Wartung,
 - Beschädigung und Verschleiß von Elementen wie: Kabeln, Riemen, Gummielementen, Pedalen, Schwammhaltern, Rädern, Lagern usw.
6. Die Garantie erlischt:
 - nach Ablauf der Haltbarkeit,
 - bei freiwilligen Reparaturen,
 - Nichteinhaltung der Regeln für den ordnungsgemäßen Betrieb.
7. Das zu reparierende Produkt sollte vollständig und sauber sein. Bei Feststellung von Mängeln ist der Service, die Annahme zur Reparatur zu verweigern. Im Falle der Lieferung eines verschmutzten Produkts kann der Service die Annahme verweigern oder auf Kosten des Kunden mit seiner schriftlichen Genehmigung die Reinigung durchführen.
8. Die Garantie erstreckt sich nicht auf Tätigkeiten im Zusammenhang mit Montage und Wartung, zu deren Durchführung der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung selbst verpflichtet ist.
9. Der Garant teilt ferner mit, dass er einen Nachgarantieservice durchführt.
10. Das Produkt sollte sich in der Originalverpackung befinden und für den Versand gesichert sein.
11. Um die Garantie zu beanspruchen, folgen Sie dem Reklamationsverfahren auf der Website:
<https://serwis.abisal.pl/>

Im Falle der Nichtübereinstimmung des verkauften Gegenstandes mit dem Vertrag stehen dem Käufer Rechtsbehelfe auf Kosten des Verkäufers zu. Die Garantie beeinflusst diese Rechtsbehelfe nicht.

DAS GERÄT IST NICHT ZUR VERWENDUNG ZUR REHABILITATION UND THERAPEUTISCHEN ZWECKEN BESTIMMT

VERMERKE ÜBER DEN VERLAUF DER REPARATUREN

Lfd. Nr.	Datum der Anmeldung	Datum der Ausgabe	Verlauf der Reparaturen	Unterschrift des Empfängers (Laden, Eigentümer)

ZÁRUČNÍ LIST

Název produktu:.....

EAN kód:.....

Datum prodeje:.....

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY:

1. Prodávající jménem Ručitele poskytuje záruku na území Polska po dobu 24 měsíců od data prodeje: skútr 24 měsíců, baterie po dobu 6 měsíců.
2. Záruka bude respektována obchodem nebo servisem po předložení zákazníkem:
 - čitelně a správně vyplněného záručního listu s razítkem a podpisem prodávajícího,
 - platného doklad o koupi produktu s datem prodeje (účtu),
 - reklamovaného produktu.
3. Jakékoli závady a poškození odhalené během záruční doby budou opraveny bezplatně nejdéle do 21 dnů ode dne doručení do obchodu nebo servisu.
4. Je-li třeba produkt převézt z jiné země, může být záruční lhůta prodloužena o dobu nezbytnou k jeho vrácení, nejdéle však o 90 dnů.
5. Záruka se nevztahuje na:
 - mechanické poškození a vady způsobené nimi,
 - poškození a vady vyplývající z nesprávného použití a skladování,
 - špatnou montáž a údržbu,
 - poškození a opotřebení součástí které podléhají zkáze, jako jsou kabely, pásy, pryžové prvky, pedály, držáky na houby, kola, ložiska atd.
6. Záruka zaniká, pokud:
 - vyprší její platnost,
 - bylo do produktu neodborně zasaženo,
 - nebyla dodržena pravidla řádné údržby.
7. Produkt dodaný do opravy by měl být kompletní a čistý, v opačném případě má servis právo odmítnout přijetí produktu do opravy. V případě dodání špinavého produktu může servis odmítnout jeho přijetí do opravy, nebo na náklady zákazníka stroj vyčistit s jeho písemným svolením k čištění.
8. Záruka se nevztahuje na činnosti související s montáží a údržbou, které musí podle uživatelské příručky provádět sám uživatel.
9. Ručitel také informuje, že provozuje pozáruční servis.
10. Výrobek by měl být v původním obalu a zajištěn pro přepravu.
11. V případě reklamace zboží prosím postupujte podle návodu na webových stránkách: <https://serwis.abisal.pl/>

Pokud zboží neodpovídá smlouvě, má kupující ze zákona nárok na zajištění právní ochrany na náklady prodávajícího. Záruka nemá na tyto zákonné opravné prostředky vliv.

ZAŘÍZENÍ NENÍ URČENO K POUŽITÍ PRO RAHABILITAČNÍ A TERAPEUTICKÉ ÚČELY.

UPOZORNĚNÍ O OPRAVĚ

Č.	Datum nahlášení	Datum vydání	Průběh oprav	Podpis příjemce (obchod, majitel)

ZÁRUČNÁ KARTA

Názov článku:.....
EAN kód:.....
Dátum predaja:

ZÁRUČNÉ PODMIENKY:

1. Predávajúci poskytuje záruku v mene ručiteľa na území Poľskej republiky na obdobie 24 mesiacov od dátumu predaja: elektrický posilňovač 24 mesiacov, nabíjačka 6 mesiacov.
2. Záruka bude uznaná predajňou alebo servisným strediskom po poskytnutí zákazníkom:
 - jasne a správne vyplnený záručný list s pečiatkou predaja a podpisom predávajúceho
 - platné potvrdenie o kúpe zariadenia vrátane dátumu predaja/účtu, reklamovaný výrobok.
3. Prípadné vady a poškodenia zistené počas záručnej doby sa bezplatne odstránia najneskôr do 21 dní od doručenia výrobku do predajne alebo servisu.
4. Ak by bolo potrebné doviezť niektoré súčasti, záručná doba sa môže predĺžiť o dobu potrebnú na dovoz takejto súčasti, táto doba však nesmie byť dlhšia ako 90 dní.
5. Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a následné vady,
 - poškodenia a závady vyplývajúce z nesprávneho skladovania a používania zariadenia v rozpore s jeho účelom,
 - nesprávnu montáž a údržbu,
 - poškodenia a spotrebu takých prvkov, ako sú: káble, popruhy, gumové časti, pedále, hubové rukoväte, kolesá, ložiská atď.
6. Záruka zaniká v prípade:
 - uplynutím doby platnosti,
 - samoopravy,
 - nedodržania pravidiel správnej prevádzky.
7. Výrobok odovzdaný na opravu by mal byť kompletný a čistý. Ak niektoré časti chýbajú, servis je oprávnený odmietnuť prijatie výrobku do opravy. Servis môže odmietnuť prevziať znečistený výrobok alebo ho vyčistiť na náklady klienta po jeho písomnom súhlase.
8. Záruka sa nevzťahuje na činnosti spojené s montážou, údržbou, ktoré je podľa návodu povinný vykonať užívateľ sám.
9. Garant zároveň informuje, že ponúka pozáručný servis.
10. Výrobok by mal byť dodaný v originálnom balení a mal by byť zabezpečený na prepravu.
11. Na uplatnenie záruky postupujte podľa postupu zverejneného na webovej stránke: <https://serwis.abisal.pl/>.

V prípade nesúladu predanej veci so zmluvou má kupujúci zo zákona právo na právne prostriedky nápravy od predávajúceho a na jeho náklady. Záruka nemá vplyv na tieto opravné prostriedky.

ZARIADENIE NIE JE URČENÉ NA REHABILITÁCIU A TERAPIU

POZNÁMKY K PRIEBEHU OPRÁV

Položka	Dátum notifikácie	Dátum poskytnutia	Priebeh opravy	Podpis príjemcu (predajňa, vlastník)

GARANTIEKAART

Naam artikel:.....
EAN-code:.....
Verkoopdatum:.....

GARANTIEVOORWAARDEN:

1. De Verkoper biedt garantie namens de Garant binnen het grondgebied van de Republiek Polen voor een periode van 24 maanden vanaf de verkoopdatum: elektrische booster 24 maanden, lader 6 maanden.
2. De garantie wordt erkend door de winkel of het servicecentrum nadat de klant deze heeft verstrekt:
- duidelijk en correct ingevulde garantiekaart met het verkoopstempel en de handtekening van de verkoper
- geldige aankoopbevestiging van de apparatuur met inbegrip van de verkoopdatum / factuur, geklaagd product
3. Eventuele gebreken en beschadigingen die tijdens de garantieperiode aan het licht komen, worden binnen maximaal 21 dagen na levering van het product aan de winkel of service gratis verholpen.
4. Mocht het nodig zijn om bepaalde onderdelen te importeren, dan kan de garantietermijn worden verlengd met de periode die nodig is om een dergelijk onderdeel te importeren, deze periode mag echter niet langer zijn dan 90 dagen.
5. De garantie dekt niet:
- mechanische schade en daaropvolgende defecten,
- schade en defecten als gevolg van onjuiste opslag en onjuist gebruik van de apparatuur,
- onjuiste montage en onjuist onderhoud,
- schade en verbruik van elementen zoals: kabels, riemen, rubberen onderdelen, pedalen, sponshandvatten, wielen, lagers, enz.
6. De garantie vervalt in geval van:
- het verstrijken van de geldigheidsduur,
- zelfreparatie,
- het niet opvolgen van de regels voor correct gebruik.
7. Het product dat ter reparatie wordt aangeboden moet compleet en schoon zijn. Als er onderdelen ontbreken, heeft de service het recht om het product te weigeren voor reparatie. De service kan weigeren een vuil product in ontvangst te nemen of het op kosten van de klant reinigen na schriftelijke toestemming van de klant.
8. De garantie geldt niet voor werkzaamheden met betrekking tot montage, onderhoud, die de gebruiker volgens de instructie zelf dient uit te voeren.
9. De garantieverstrekker informeert ook dat zij service na garantie bieden.
10. Het product moet worden geleverd in de originele verpakking en moet worden beveiligd voor verzending.
11. Om gebruik te maken van de garantie volgt u de procedure op de website: <https://serwis.abisal.pl/>
In geval van niet-overeenstemming van het verkochte met het contract, heeft de koper volgens de wet recht op rechtsmiddelen van en op kosten van de verkoper. De garantie heeft geen invloed op dergelijke rechtsmiddelen.

DE APPARATUUR NIET BEDOELD IS VOOR REVALIDATIE EN THERAPIE

OPMERKINGEN OVER HET VERLOOP VAN REPARATIES

Item	Datum van kennisgeving	Datum van verstrekking	Verloop van reparaties	Handtekening van de ontvanger (winkel, eigenaar)

NOTATKI

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



HMS-FITNESS.COM



IMPORTER: **ABISAL SP. Z O.O.**, ul. Pyskowicka 17, 41-807 Zabrze, Polska

DISTRIBUTOR: ABISTORE SPORT S.R.O, U Cihelny 230/3, 74801 Hlučín, Česká Republika

abisal@abisal.pl www.abisal.pl