



Przeczytaj uważnie instrukcję obsługi. Zawiera ważne wskazówki dotyczące bezpieczeństwa, użytkowania i konserwacji urządzenia

1. Zanim rozpoczniesz korzystanie z bieżni, upewnij się czy działa prawidłowo. Nie korzystaj z urządzenia, które może być uszkodzone. Korzystaj z urządzenia zgodnie z instrukcją obsługi.
2. Obowiązkiem właściciela urządzenia jest poinstruowanie i poinformowanie użytkownika o wszystkich niebezpieczeństwach związanych z ćwiczeniem na bieżni.
3. Urządzenie przeznaczone jest do użytku profesjonalnego.
4. Urządzenie powinno być umieszczone na płaskiej powierzchni, a tylna część bieżni powinna być oddalona o minimum 2 metry od ściany. Nie ustawiaj bieżni w miejscu, w którym może być ograniczony dostęp powietrza. By uchronić podłogę, wykładzinę przed zniszczeniem podłóż pod urządzenie np.: dywanik, kawałek materiału.
5. Rodzice oraz inne osoby odpowiedzialne za opiekę nad dziećmi powinny mieć na względzie ich naturalną ciekawość i to, że może ona doprowadzić do niebezpiecznych sytuacji. Dlatego też dzieci powinny zawsze pozostawać pod opieką. To urządzenie w żadnym wypadku nie może służyć jako dziecięca zabawka.
6. Bieżnia przeznaczona jest do użytku komercyjnego, maksymalna waga Użytkownika 180kg.
7. Jednocześnie z bieżni może korzystać tylko jedna osoba. Z bieżni mogą korzystać osoby, których waga nie przekracza 180kg.
8. Nie zeskakuj z bieżni, gdy jest w ruchu. Oprzyj się na poręczy przy wchodzeniu i schodzeniu z bieżni.
9. Nie zbliżaj rąk, ani innych części ciała do ruchomych elementów bieżni. Nie wkładaj rąk, nóg, a także żadnych przedmiotów pod bieżnię.
10. Używaj odpowiedniego obuwia i stroju. Upewnij się czy dobrze zawiązałeś sznurówki. By uniknąć obrażeń ciała i niepotrzebnego zużycia taśmy bieżni, sprawdź czy twoje buty nie są zabrudzone.
11. Nie jest wskazane umieszczanie urządzenia w pomieszczeniu o dużej wilgotności, gdyż może ulec korozji.
12. Nie zatrzymuj się na bieżni, gdy jest w ruchu.
13. W razie niebezpieczeństwa stań na brzegu bieżni i przytrzymaj się poręczy. Zaczekaj aż bieżnia się zatrzyma.
14. W trakcie ćwiczenia nie odwracaj się na bieżni. Patrz do przodu.
15. Nie opieraj się na monitorze.
16. Nie korzystaj z urządzenia na zewnątrz poza budynkiem.

UWAGA!

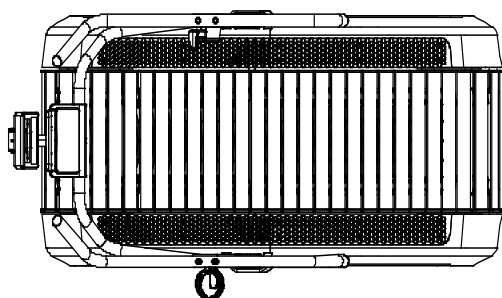
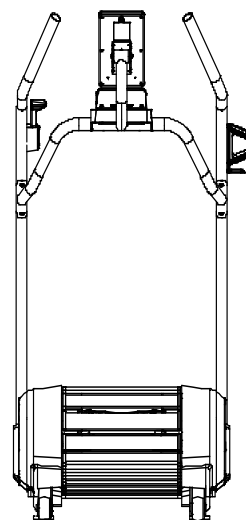
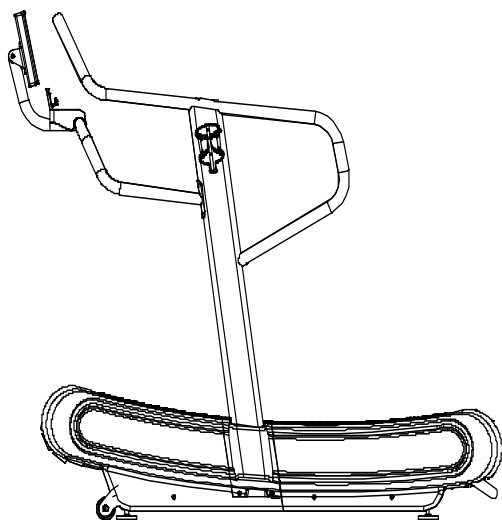
Jeśli poczujesz nagły ból w klatce piersiowej, nudności, zawroty głowy, nie możesz złapać tchu przerwij natychmiast ćwiczenie i skonsultuj się z lekarzem.

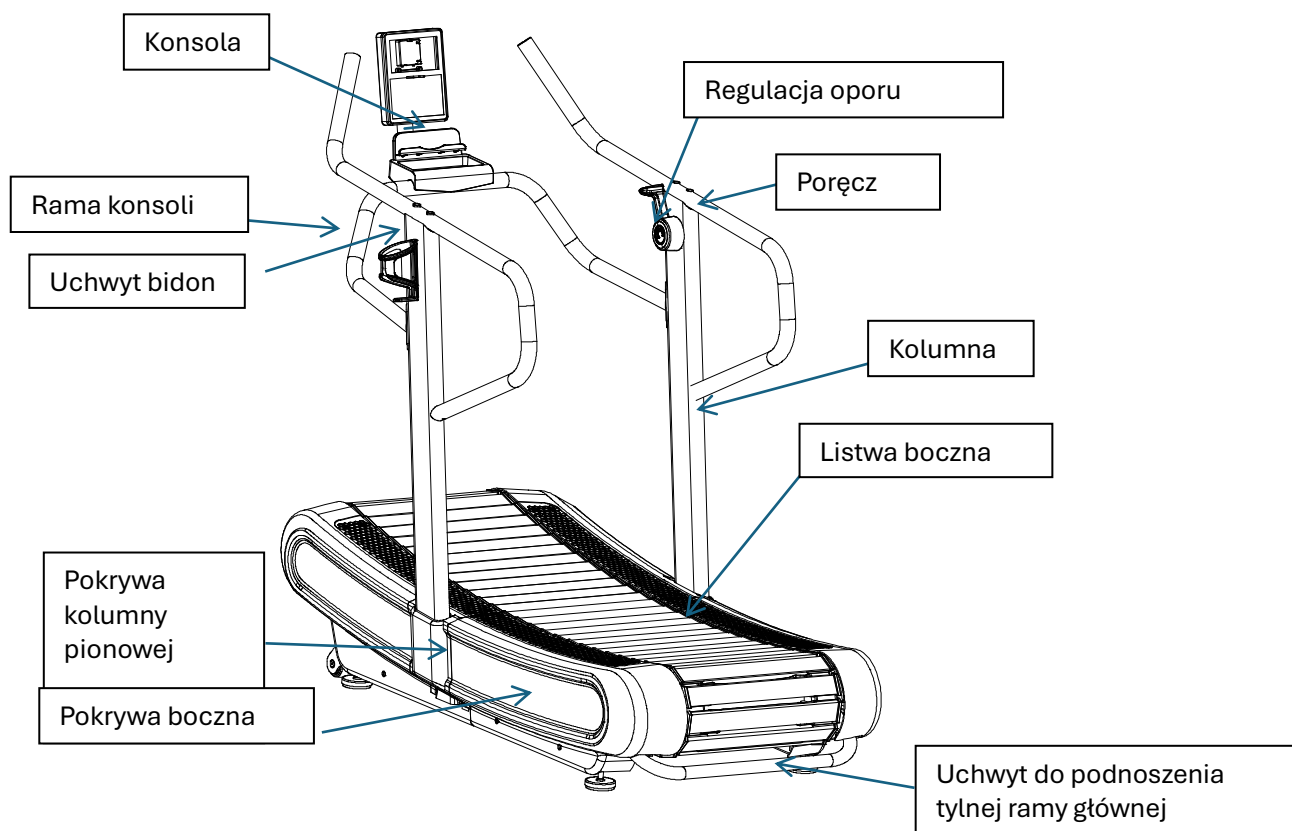
LISTA CZĘŚCI ZAMIENNYCH :



Lp.	Opis	Ilość	Lp.	Opis	Ilość
1	Rama główna	1	58	Przewód komunikacyjny 2P L-950 mm	1
2	Słupki pionowe – prawa strona	1	59	Przewód komunikacyjny VR 3P L-950 mm	1
3	Słupki pionowe – lewa strona	1	60	Przewód komunikacyjny 3P L-200 mm	1
4	Rama konsoli	1	61	Czujnik magnetyczny 2P L-900 mm	1
5	Uchwyt do podnoszenia tylnej ramy głównej	1	62	Rezystor VR	1
6	Poręcz – prawa strona	1	63	Śruba mocująca klamrę	4
7	Wspornik do mocowania zakrzywionej pokrywy –	1	64	Śruba mocująca płytkę	10
8	Wspornik do mocowania zakrzywionej pokrywy –	1	65	Prowadnica szyny bocznej w kształcie litery T	6
9	Przednia stopa – prawa strona	1	66	Śruba z łbem imbusowym C.K.S z pełnym	12
10	Przednia stopa – lewa strona	1	67	Śruba z łbem imbusowym C.K.S z pełnym	26
11	Tylna stopa – prawa strona	1	68	Śruba z łbem sześciokątnym z półgwintem -	98
12	Tylna stopa – lewa strona	1	69	Śruba z łbem sześciokątnym z pełnym gwintem	12
13	Wspornik magnesu	1	70	Łożysko 608ZZ	124
14	Regulowany wspornik do mocowania rezystora	1	71	Tuleja $\phi 12 \times \phi 8, 1 \times 18,4$	98
15	Regulowany wspornik wałka tylnego	2	72	Tuleja $\phi 12 \times \phi 8, 1 \times 14$	12
17	Płytki wzmacniająca zakrzywioną pokrywę –	1	73	Koło pasowe prowadzące	12
18	Płytki wzmacniająca zakrzywioną pokrywę –	1	74	Podkładka płaska $\phi 8$	110
19	Regulowana płytka do mocowania rezystora	2	75	Wewnętrzny pierścień zabezpieczający $\phi 23$	12
20	Wspornik do mocowania zakrzywionej pokrywy	2	76	Łożysko kulkowe głębokorowkowe 6201ZZ	4
21	Płytki pokryta magnezem	2	77	Łożysko jednokierunkowe CSK12P	1
22	Konstrukcja spawana osi koła pasowego	1	78	Śruba z łbem imbusowym C.K.S z półgwintem	9
23	Konstrukcja spawana osi koła napędowego	1	79	Śruba z łbem imbusowym C.K.S z pełnym	4
24	Wałek przedni	1	80	Podkładka zakrzywiona $\phi 8,5 \times R25 \times t2,0$	4
25	Wałek tylny	1	81	Wkręt krzyżakowy z łbem stożkowym	24
26	Pasek silnika - 380PJ6	1	82	Wkręt krzyżakowy z łbem stożkowym	20
27	Pasek silnika - 250PJ6	1	83	Wkręt z łbem krzyżakowym C.K.S z pełnym	4
28	Ruchome koła	2	85	Śruba z łbem sześciokątnym z pełnym gwintem	2
29	Koło i oś	2	86	Śruba z łbem imbusowym C.K.S z półgwintem	2
30	Koło pasowe napędowe – przód	1	87	Nakrętka zabezpieczająca z łbem	3
31	Oś koła napędowego	1	88	Podkładka płaska $\phi 8$	3
32	Płytki koła napędowego	1	89	Śruba z łbem imbusowym C.K.S z półgwintem	4
33	Pas boczny	2	90	Nakrętka zabezpieczająca z łbem	4
34	Mata EVA - $t2,0 \times 50 \times 3600$	2	91	Podkładka płaska $\phi 10$	4
35	Przednia plastikowa pokrywa boczna – prawa	1	92	Wkręt imbusowy z łbem stożkowym z pełnym	4
36	Przednia plastikowa pokrywa boczna – lewa	1	93	Śruba z łbem sześciokątnym z pełnym gwintem	2
37	Tylna plastikowa pokrywa boczna – prawa strona	1	94	Nakrętka sześciokątna, M8	2
38	Tylna plastikowa pokrywa boczna – lewa strona	1	95	Śruba stopniowa z łbem imbusowym C.K.S	1
39	Boczna pokrywa słupka pionowego – prawa	1	96	Wkręt krzyżakowy z łbem walcowym	2
40	Boczna pokrywa słupka pionowego – lewa	1	97	Wkręt z łbem krzyżakowym C.K.S	30
41	Podkładka nożna	4	98	Śruba krzyżakowa z łbem walcowym z pełnym	240
42	Mata EVA - $t5,0 \times 70 \times 3000$	1	99	Wkręt z łbem krzyżakowym C.K.S z pełnym	3
43	Górna sekcja kabla oporowego L - 1150 mm	1	100	Nakrętka zabezpieczająca z łbem	3
44	Górna sekcja kabla oporowego L - 450	1	101	Śruba z łbem sześciokątnym z pełnym gwintem	4
45	Okrągły magnes	4	102	Płaska wtyczka $\phi 38 \times t1,5$	2
46	Sprężyna napinająca hamulec	1	103	Śruba z łbem sześciokątnym z pełnym gwintem	4
47	Listwa	60	104	Nakrętka zabezpieczająca z łbem	110
48	Podkładka z podwójnym otworem - $t1,5 \times 20 \times 10$	120	105	Poręcz - lewa strona	1
49	Kierownica oporowa	1	106	Pokrywa końcowa $t1,2 \times \phi 31$	4
50	Zespół regulacji oporu	1	107	Sześciokątna nakrętka nylonowa M6	1
51	Ostona kierownicy oporowej	1	108	Podkładka płaska $\phi 6$	1

52	Boczna osłona kierownicy oporowej	1	109	Podkładka sprężynowa $\phi 6$	240
53	Tuleja oporowa	2	110	Płytkę do mocowania konsoli	1
54	Zwykła sprężyna cylindryczna	1	111	Tuleja	2
55	Konsola	1	112	Uchwyt na telefon	1
56	Przewód komunikacyjny	1	113	Uchwyt tacy	1
57	Przewód komunikacyjny VR	1	114	Płytkę stałą do uchwytu na telefon	1
			115	Oś obrotowa konsoli	1



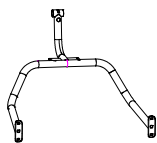


Wymiary (produktu złożonego)	1845*810*1575
Powierzchnia bieżni	1600*440 mm

Uwaga: Zastrzegamy sobie prawo do wprowadzenia zmian w produkcie bez wcześniejszego powiadomienia.



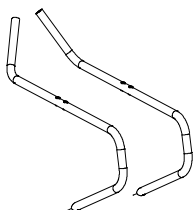
Podstawa



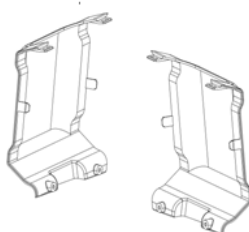
Rama konsoli



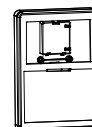
Kolumny



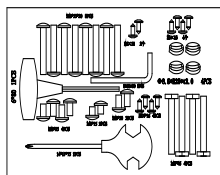
Poręcz



Pokrywa kolumny

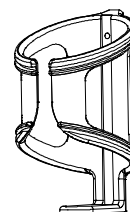


Wyświetlacz



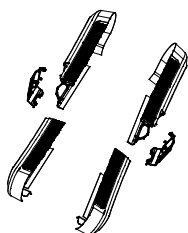
Zestaw kluczy

Instrukcja obsługi

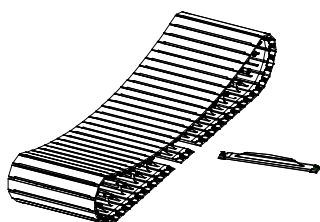


Uchwyt na bidon

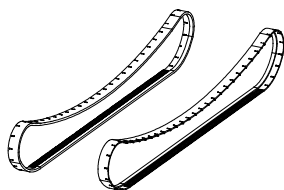
Instrukcja obsługi



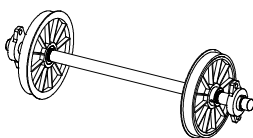
Ostony



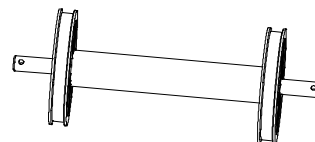
Pas bieżni



Pas boczny



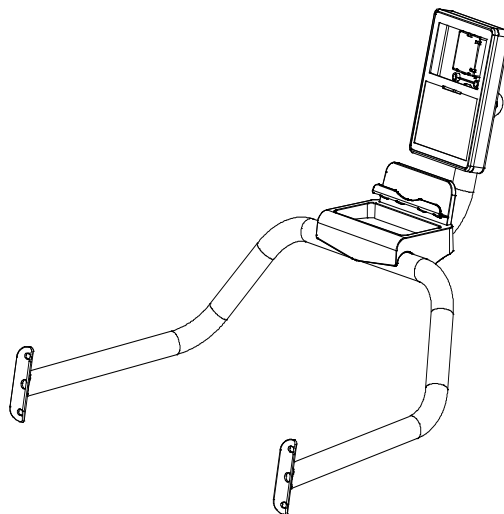
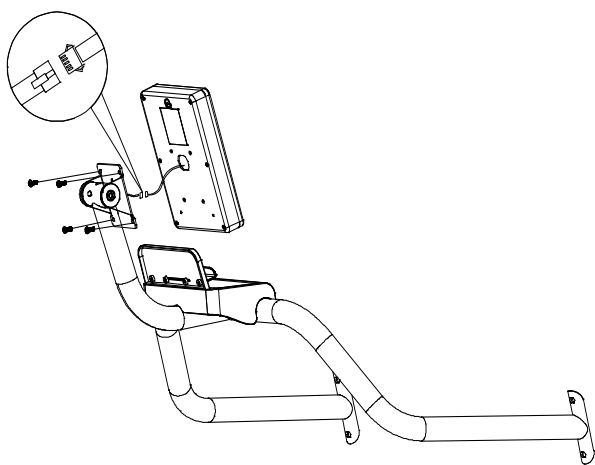
Walek przedni



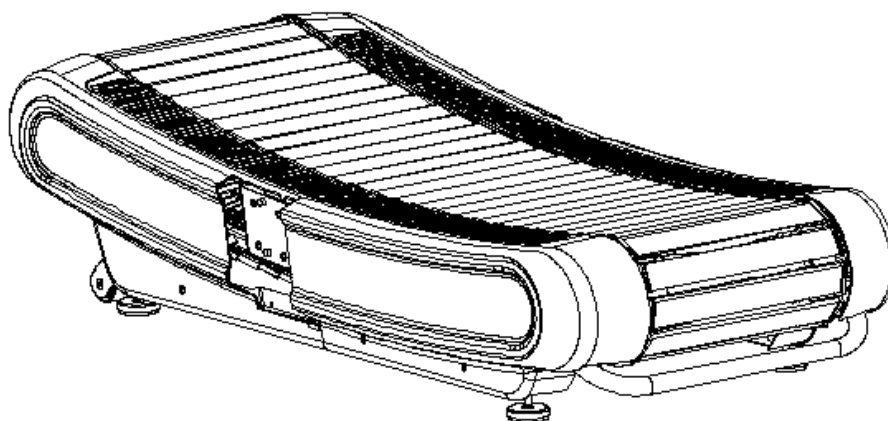
Walek tylny

MONTAŻ:

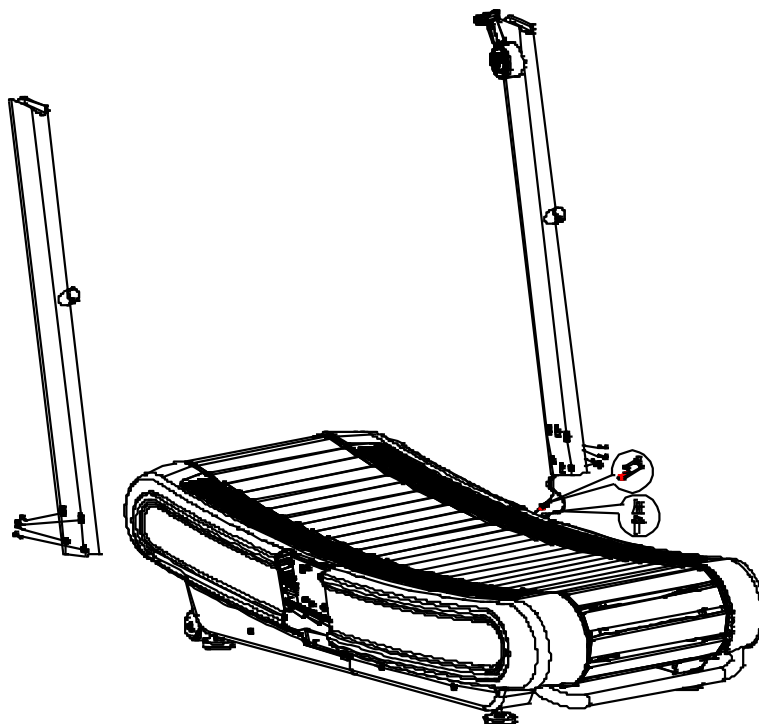
1. Wyjmij ramę konsoli i konsolę z kartonu, najpierw przymocuj konsolę i płytkę do mocowania konsoli czterema wkrętami M5X15, następnie podłącz kabel komunikacyjny i włóż nadmiar przewodu z powrotem do ramy konsoli. Poniższe rysunki będą pomocne podczas montażu.



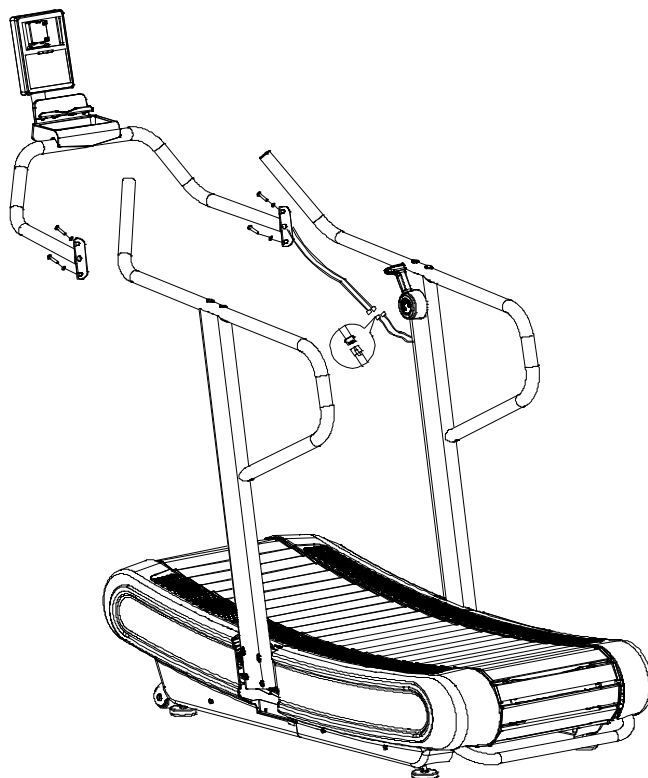
2. Wyjmij podstawę z kartonu i umieść ją na płaskim podłożu.



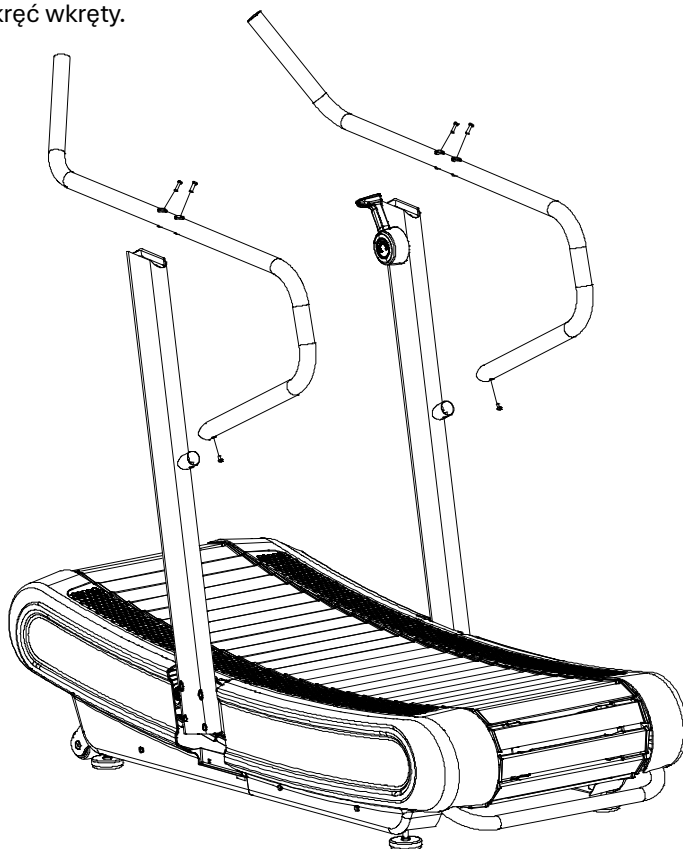
3. Podłącz przewód komunikacyjny i przewód hamujący z prawego słupka pionowego, włóż nadmiar przewodu z powrotem do słupka, dołącz prawy słupek pionowy do wspornika zaciskającego w podstawie, dopasowując do otworów na wkręty 4 szt. wkrętów M8×55×20 i wykonując 2-3 obroty, ale nie dokręcaj ich. Wykonaj ten sam krok montażowy dla lewego słupka (ale bez podłączania przewodów).



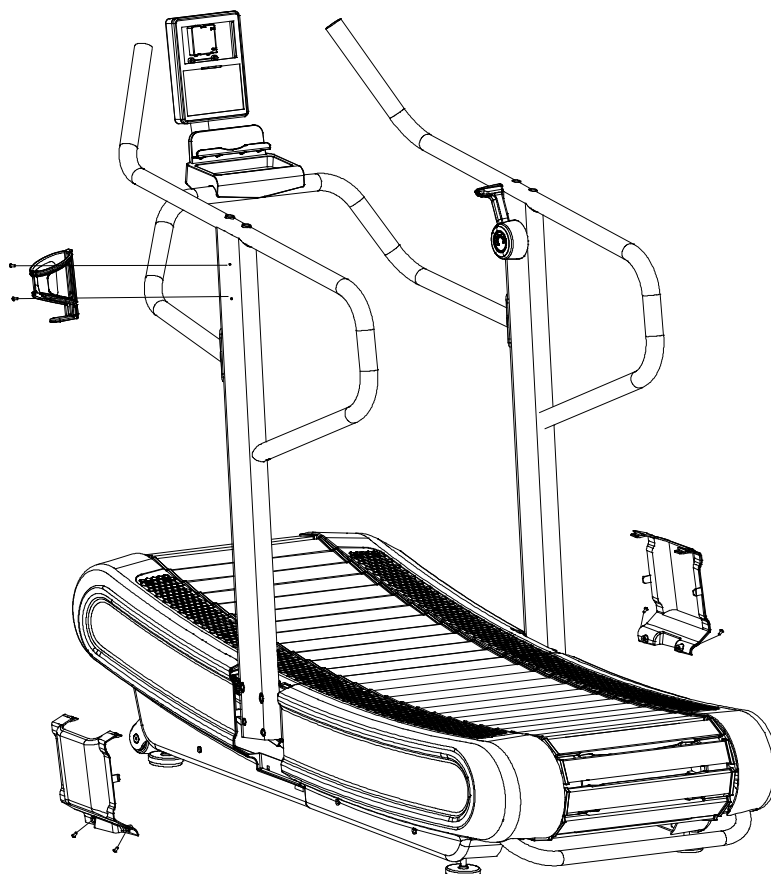
4. Połącz prawą poręcz z prawym słupkiem pionowym wyrównując otwory, a następnie przymocuj górne otwory za pomocą 2 wkrętów M8x45, a dolny otwór za pomocą 1 wkrętu M8x15. Wykonaj ten sam krok montażowy dla lewego słupka. Dokręć wszystkie śruby pionowe.



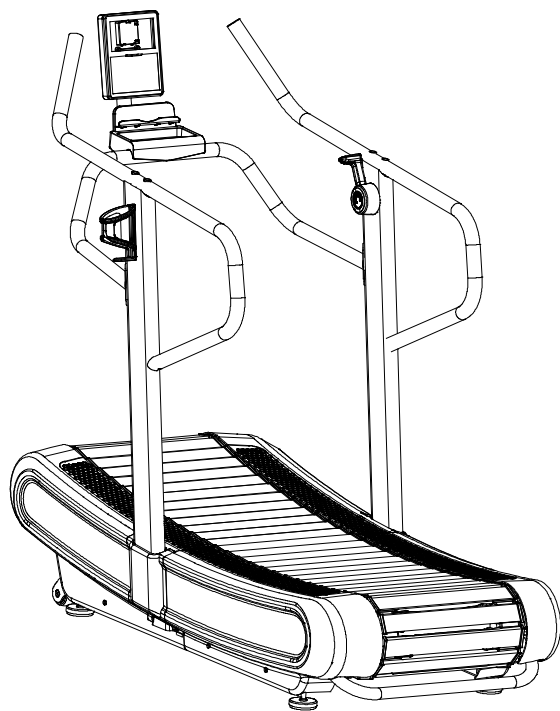
5. Połącz przewody między prawym słupkiem pionowym a ramą konsoli, a następnie przymocuj je 4 wkrętami M8x25 przez 4 podkładki zakrzywione. Dokręć wkręty.



6. Jak pokazano na rysunku, najpierw przymocuj środkową pokrywę do obu stron podstawy za pomocą 4 wkrętów ST4x16. Przymocuj uchwyt na butelkę do lewego słupka pionowego za pomocą 2 śrub M4x16.



7. Montaż jest zakończony.



ZALECENIA TRENINGOWE:

ROZGRZEWKA

Rozgrzej się przez co najmniej 5–10 minut przed każdym ćwiczeniem.

Zanim rozpoczniesz ćwiczenie zaleca się przeprowadzenie kilku minutowej rozgrzewki, w tym wykonanie ćwiczeń rozciągających oraz siłowych. Trening siłowy: Wraz z wiekiem spada masa mięśniowa. Aby temu zapobiec do treningu powinno włączyć się ćwiczenia również siłowe. Odpowiedni trening pobudzi do pracy zarówno górne jak i dolne partie mięśniowe.

Rozciąganie: Rozciąganie pozwoli Ci uniknąć kontuzji. Pamiętaj, że każde ćwiczenie należy wykonywać powoli, delikatnie, nie naciągając się aż do granic bólu.

Przykładowe ćwiczenia:

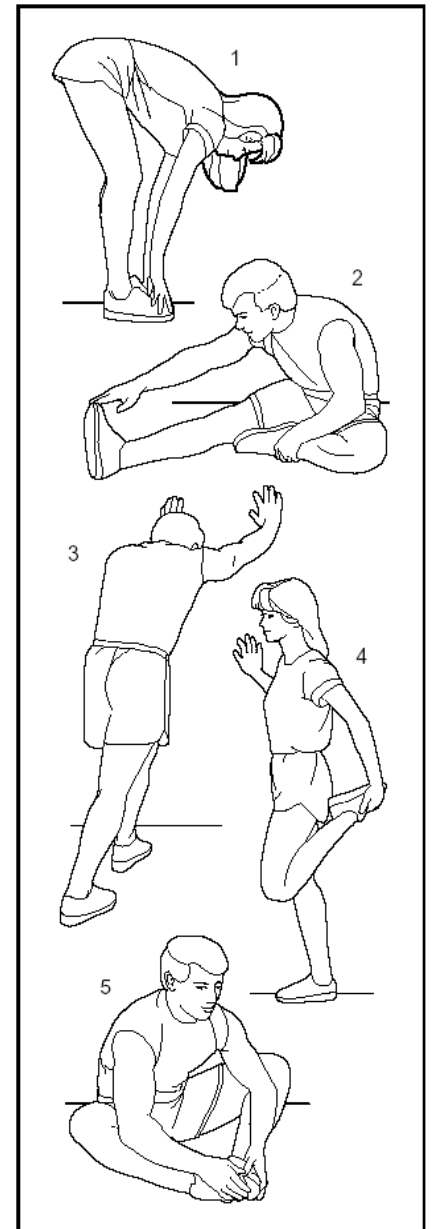
- Stań blisko ściany. Stopy ustaw jedna za drugą w pewnej odległości od siebie i od ściany. Pochyl się do przodu, oprzyj dłońmi o ścianę. Piętami dotykaj do podłoża i utrzymaj taką pozycję przez ok. 15 sekund. Nie dociskaj ciała, stój spokojnie. Następnie zmień nogi i powtórz to samo ćwiczenie. Wykonaj 8 powtórzeń.

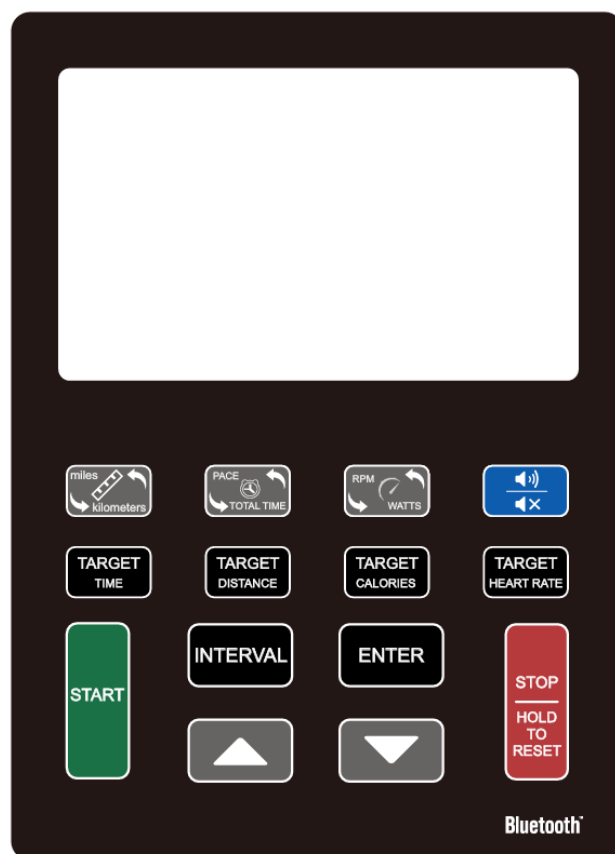
- Rozciąganie mięśnia czterogłowego: Stań przy ścianie, by nie stracić równowagi. Chwyć lewą ręką za lewą kostkę i przyciągnij stopę do tyłu uda. Utrzymaj taką pozycję przez ok. 15 sekund. Następnie powtórz ćwiczenie na prawą nogę. Wykonaj 8 powtórzeń.

- Usiądź na podłodze z wyciągniętymi przed siebie, złączonymi nogami. Nie blokuj kolan. Wyciągnij dłonie w kierunku palców u stóp i wytrzymaj w takiej pozycji przez ok. 15 sekund. Nie dociskaj. Wyprostuj się. Wykonaj 8 powtórzeń.

ROZLUŻNIENIE

Pierwsze 2-5 minut każdego treningu powinny zostać poświęcone na rozgrzewkę. Przygotujesz w ten sposób mięśnie na wysiłek. Rozgrzewkę wykonuj zawsze w wolniejszym tempie niż trening. Nie kończ ćwiczenia gwałtownie. Zwolnij, by wyrównać puls. Pamiętaj również o wykonaniu ćwiczeń rozciągających na zakończeniu treningu, by rozluźnić mięśnie.





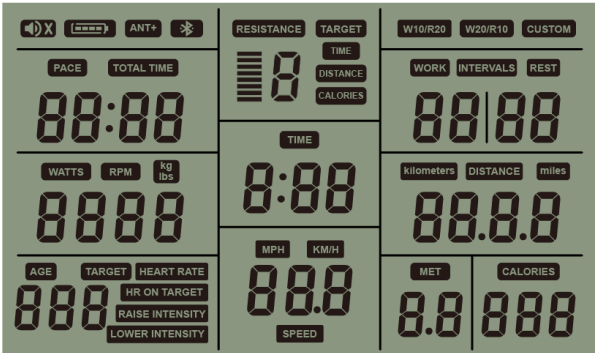
Lp.	Opis
TOTAL TIME [CAŁKOWITY CZAS]	Wyświetla całkowity czas treningu użytkownika. Zakres wyświetlania 00:00~99:59
TIME [CZAS]	Wyświetla czas trwania ćwiczenia lub czas odpoczynku Zakres wyświetlania 00:00~9:59
DISTANCE [ODLEGŁOŚĆ]	Wyświetla odległość przebytą podczas treningu użytkownika. Zakres wyświetlania 0,0~99,9
CALORIES [KALORIE]	Wyświetla zużycie kalorii podczas treningu. Zakres wyświetlania 0 ~ 999
HEART RATE [TĘTNO]	Wyświetla tętno podczas treningu. Zakres wyświetlania 0 ~ 220
RPM [obr./min]	Wyświetla zużycie energii podczas treningu. Wyświetla prędkość obrotową podczas treningu.
SPEED [PRĘDKOŚĆ]	Wyświetla bieżącą prędkość podczas treningu.
PACE [TEMPO]	Ustaw czas do pokonania docelowej odległości.
RESISTANCE [OPÓR]	Podczas regulacji oporu w oknie WATT wyświetlana jest wartość oporu OBCIĄŻENIA dla każdego segmentu Zakres wyświetlania 1 ~ 4
MET	Wartość równoważnika metabolicznego. Zakres wyświetlania 1,0 ~ 10

FUNKCJE PRZYCISKÓW:

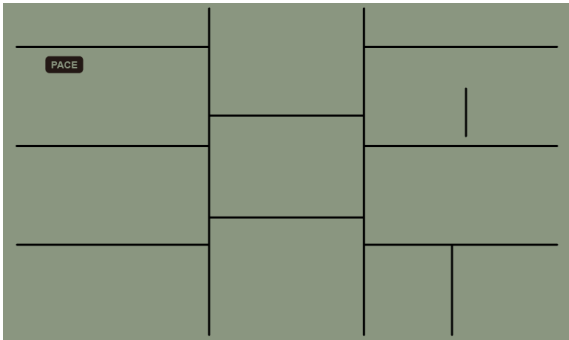
Lp.	Opis
Strzałka w górę ▲	Dostosuj wartość funkcji w górę.
Strzałka w dół ▼	Dostosuj wartość funkcji w dół.
Enter	Potwierdź ustawienie lub wybór.
Start	Szybko rozpocznij trening.
Stop PRZYTRZYMAJ, ABY ZRESETOWAĆ	Naciśnij, aby zatrzymać trening. Naciśnij i przytrzymaj, aby wyczyścić dane treningu i powrócić do trybu gotowości.
Interwał	Dostępne są 3 programy: INTERWAŁ 10/20, INTERWAŁ 20/10, Interwał niestandardowy.
Docelowa odległość	Szybki dostęp do trybu docelowej odległości.
Docelowa liczba kalorii	Szybki dostęp do trybu docelowych kalorii.
Docelowe tętno	Szybki dostęp do trybu docelowego tętna.
Docelowy czas	Szybki dostęp do trybu docelowego czasu.
MILA/KILOMETR	Przełącznik między jednostkami metrycznymi i imperialnymi.
TEMPO/CAŁKOWITY CZAS	Przycisk przełączania między oknem TIME i PACE, domyślnie 3 sekundy na automatyczne przełączenie
RPM/WATT	Przycisk przełączania między oknem RPM i WATT, domyślnie 3 sekundy na automatyczne przełączenie
Dźwięk włączony/wyłączony	Służy do wyciszania sygnału dźwiękowego. Kliknij, aby wyciszyć sygnał dźwiękowy; kliknij ponownie, aby włączyć sygnał dźwiękowy.

Włącz zasilanie--

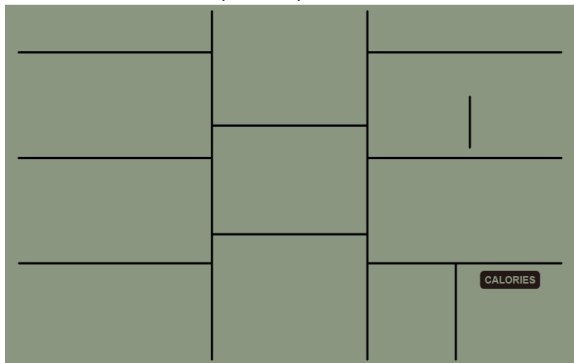
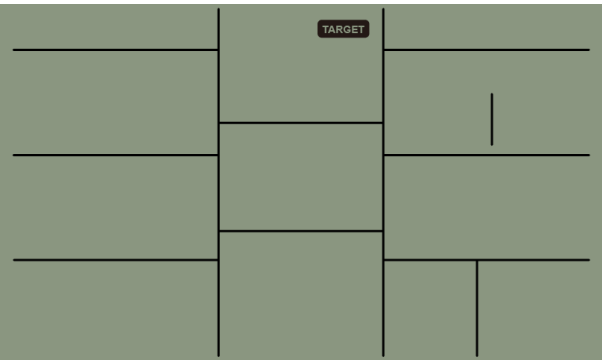
1. Po WŁĄCZENIU ZASILANIA [POWER ON], wyświetlacz LCD będzie wyświetlany przez 1 s (Rysunek 1) z długim sygnałem dźwiękowym, a następnie przejdzie w tryb gotowości wyświetlacza (Rysunek 2), obrazy będą wyświetlane cyklicznie od góry do dołu w kolejności. Naciśnij przycisk STOP, a następnie przejdź do trybu gotowości.



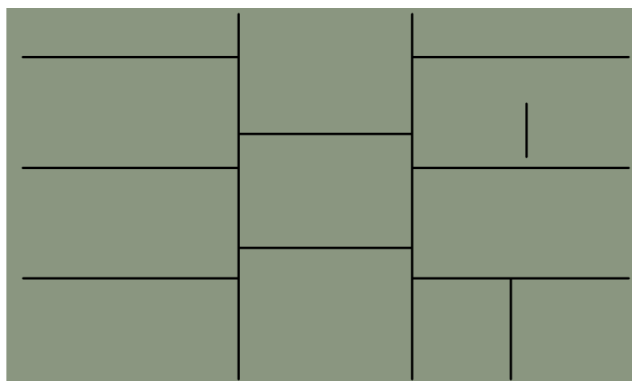
(RYS. 1)



(RYS. 2)



2. Jeśli przez ponad 4 minuty i 30 sekund nie zostanie wprowadzony sygnał przycisku lub sygnał RPM, wyświetlacz LCD przejdzie w tryb uśpienia (RYS. 3).



(RYS. 3)

3. Tryb Stop:

Po szybkim uruchomieniu przycisku START naciśnij przycisk STOP, aby zatrzymać trening, ale zachować dane na temat treningu. W przypadku braku sygnału wejściowego przez 4 minuty i 30 sekund, urządzenie przejdzie w tryb uśpienia ERP; a po wybudzeniu wszystkie dane zostaną wyczyszczone. Naciśnij i przytrzymaj przycisk STOP, aby zakończyć bieżący tryb treningowy i wyczyścić wszystkie dane oraz powrócić do trybu gotowości.

4. INTERWAŁ 10/20:

- A. Naciśnij przycisk INTERVAL, wybierz tryb „INTERVAL10/20”, na wyświetlaczu LCD pojawi się ikona W10/R20.
- B. Naciśnij ENTER lub START, aby rozpocząć. Wyświetlacz LCD wyświetla 01/08, a ikona WORK jest włączona i pokazuje czas treningu.
- C. Po pracy trwającej 10 s przetacza się na ikonę „REST” i emituje sygnał dźwiękowy co 1s, CZAS zaczyna odliczać od 20s do 0s.
- D. Wyświetlanie pracy i odpoczynku w cyklu, każdy cykl zwiększa się o 1, aż do osiągnięcia 08/08 (całkowity cykl liczy się 8 razy). Odzywa się sygnał dźwiękowy i zatrzymuje trening. Wyświetlane są bieżące dane. Przytrzymaj i naciśnij przycisk Stop, aby wyczyścić dane.
- E. W przypadku braku sygnału wejściowego w ciągu 5 minut, konsola wyemituje sygnał dźwiękowy trwający 0,5 s i przejdzie w tryb gotowości.
- F. Przytrzymaj i naciśnij przycisk STOP. Konsola wyemituje 0,5-sekundowy sygnał dźwiękowy i zakończy trening.

5. INTERWAŁ 20/10:

- A. Naciśnij przycisk INTERVAL, wybierz tryb „INTERVAL20/10”, na wyświetlaczu LCD pojawi się ikona W20/R10.
- B. Naciśnij ENTER lub START, aby rozpocząć. Wyświetlacz LCD wyświetla 01/08, a ikona WORK jest włączona i pokazuje czas treningu.
- C. Po pracy trwającej 20 s przetacza się na ikonę „REST” i emituje sygnał dźwiękowy co 1s, CZAS zaczyna odliczać od 10s do 0s.
- D. Wyświetlanie pracy i odpoczynku w cyklu, każdy cykl zwiększa się o 1, aż do osiągnięcia 08/08 (całkowity cykl liczy się 8 razy). Odzywa się sygnał dźwiękowy i zatrzymuje trening. Wyświetlane są bieżące dane. Przytrzymaj i naciśnij przycisk Stop, aby wyczyścić dane.
- E. W przypadku braku sygnału wejściowego w ciągu 5 minut, konsola wyemituje sygnał dźwiękowy trwający 0,5 s i przejdzie w tryb gotowości.
- F. Przytrzymaj i naciśnij przycisk STOP. Konsola wyemituje 0,5-sekundowy sygnał dźwiękowy i zakończy trening.

6. INTERVAL CUSTOM:

- A. Naciśnij przycisk INTERVAL, wybierz tryb „INTERVAL CUSTOM”, na wyświetlaczu LCD pojawi się ikona  Custom.
- B. Wyświetlacz LCD wyświetla wstępnie ustaloną wartość 05, naciśnij przycisk „UP/ DOWN”, aby ustawić wartość (zakres ustawień 05~99), nie można przełączać w cyklu.
- C. Naciśnij przycisk „ENTER”, aby potwierdzić, ikona „WORK” zacznie migać, a okno „TIME” wyświetlacza LCD wyświetli bieżącą wartość 0:05. Naciśnij przycisk „UP/ DOWN”, aby ustawić (zakres ustawień: 0:05-9:59).
- D. Naciśnij przycisk „ENTER”, aby potwierdzić, ikona „REST” zacznie migać, a okno „TIME” wyświetlacza LCD wyświetli bieżącą wartość 0:05. Naciśnij przycisk „UP/ DOWN”, aby ustawić (zakres ustawień: 0:05-9:59).
- E. Naciśnij przycisk „ENTER”, aby potwierdzić, zostanie wyemitowany krótki sygnał dźwiękowy przez 0,5 s, na wyświetlaczu LCD pojawi się „01/XX” i „WORK”.
- F. Dla czasu odpoczynku REST wyświetla się 01/XX, ikona „REST”, a sygnał dźwiękowy jest emitowany co 1 sekundę.
- G. Wyświetlanie pracy i odpoczynku w cyklu, każdy cykl zwiększa się o 1, aż do osiągnięcia 08/08 (całkowity cykl liczy się 8 razy). Następnie przejdź do trybu Stop.
- H. Jeśli w ciągu 4 minut i 30 sekund nie zostanie wprowadzony żaden sygnał wejściowy, urządzenie przejdzie w tryb uśpienia.
- I. Przytrzymaj i naciśnij przycisk „STOP”, aby zatrzymać bieżący tryb treningowy i powrócić do ekranu gotowości.

7. DOCELOWY CZAS:

- A. Naciśnij przycisk „TARGET TIME”, przejdź do tego trybu, wyświetlacz LCD zacznie migać i wyświetli TARGET TIME.
- B. Okno „TOTAL TIME” [CAŁKOWITY CZAS] wyświetla wstępnie ustawioną wartość 1:00. Naciśnij przycisk „UP/ DOWN”, aby ustawić (zakres ustawień: 1:00~99:00).
- C. Po ustawieniu naciśnij „ENTER” lub „START”, aby rozpocząć, ikona TARGET & TIME zaświeci się i rozpocznie się odliczanie od ustawionej wartości.
- D. Przytrzymaj i naciśnij przycisk „STOP”, aby zatrzymać bieżący tryb treningowy i powrócić do trybu gotowości.
- E. W przypadku braku sygnału wejściowego w ciągu 30 sekund, konsola wyemituje jeden sygnał dźwiękowy i powróci do trybu gotowości.

8. DOCELOWA ODLEGŁOŚĆ:

- A. Naciśnij przycisk „TARGET DISTANCE”, przejdź do tego trybu, wyświetlacz LCD wyświetli TARGET DISTANCE.
- B. W oknie wyświetlacza LCD „DISTANCE” zostanie wyświetlona wstępnie ustawiona wartość 1. Naciśnij przycisk „UP/ DOWN”, aby ustawić (zakres ustawień: 1,00~99).
- C. Po ustawieniu naciśnij „ENTER” lub „START”, aby rozpocząć, ikona TARGET DISTANCE zaświeci się i rozpocznie się odliczanie od ustawionej wartości.
- D. Przytrzymaj i naciśnij przycisk „STOP”, aby zatrzymać bieżący tryb treningowy i powrócić do trybu gotowości.
- E. W przypadku braku sygnału wejściowego w ciągu 30 sekund, konsola wyemituje jeden sygnał dźwiękowy i powróci do trybu gotowości.

9. DOCELOWA LICZBA KALORII:

- A. Naciśnij przycisk „TARGET CALORIES”, przejdź do tego trybu, wyświetlacz LCD wyświetli TARGET CALORIES.
- B. W oknie wyświetlacza LCD „CALORIES” zostanie wyświetlona wstępnie ustawiona wartość 10. Naciśnij przycisk „UP/ DOWN”, aby ustawić (zakres ustawień: 10~990).
- C. Po ustawieniu naciśnij „ENTER” lub „START”, aby rozpocząć, ikona TARGET CALORIES zaświeci się i rozpocznie się odliczanie od ustawionej wartości.
- D. Przytrzymaj i naciśnij przycisk „STOP”, aby zatrzymać bieżący tryb treningowy i powrócić do trybu gotowości.
- E. W przypadku braku sygnału wejściowego w ciągu 30 sekund, konsola wyemituje jeden sygnał dźwiękowy i powróci do trybu gotowości.

10. DOCELOWE TĘTNO:

- A. Naciśnij przycisk „TARGET HEART RATE”, przejdź do tego trybu, wyświetlacz LCD zacznie migać i wyświetli wstępnie ustaloną wartość 80. Naciśnij przycisk „UP/ DOWN”, aby ustawić (zakres ustawień: 80~180).
- B. Gdy wartość tętna jest poniżej ustawionej wartości (-10%), okno tętna miga, wyświetlając RAISE INTENSITY [Zwiększ intensywność] i przypominając użytkownikowi o zwiększeniu intensywności treningu.
- B. Gdy wartość tętna jest powyżej ustawionej wartości (+10%), okno tętna miga, wyświetlając LOWER INTENSITY [Zmniejsz intensywność] i przypominając użytkownikowi o zmniejszeniu intensywności treningu.
- D. Gdy wartość tętna jest zbliżona do ustawionej wartości (>10%), okno tętna miga wyświetlając HR ON TARGET [Tętno docelowe] i przypominając użytkownikowi o utrzymaniu bieżącej intensywności ćwiczeń.
- E. W przypadku braku sygnału wejściowego w ciągu 30 sekund, konsola wyemituje jeden sygnał dźwiękowy i powróci do trybu gotowości.
- F. Przytrzymaj i naciśnij przycisk „STOP” i przejdź do trybu gotowości.

11. Kalibracja poziomu oporu

W stanie gotowości, naciśnij i przytrzymaj przyciski „UP / DOWN” + „STOP” przez 6 sekund, aby wejść na stronę inżynierską, pojawi się okno poziomu oporu, inne okna nie będą wyświetlane. Naciśnij przycisk „w górę i w dół”, aby wybrać poziom oporu 1/2/3/4 i naciśnij przycisk ENTER, aby potwierdzić każdy poziom, naciśnij przycisk STOP, aby opuścić stronę kalibracji.

12. Aplikacje obsługiwane przez Bluetooth

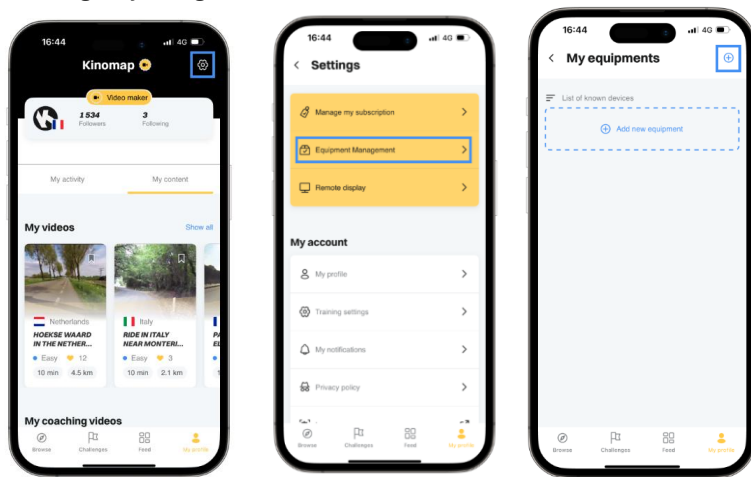
Zakrzywiona bieżnia listwowa obsługuje aplikacje Kinomap i Zwift przez Bluetooth:

Uruchom pas biegowy, aby podświetlić konsolę LCD i wywołać sygnał Bluetooth; postępuj zgodnie z identyfikatorem.

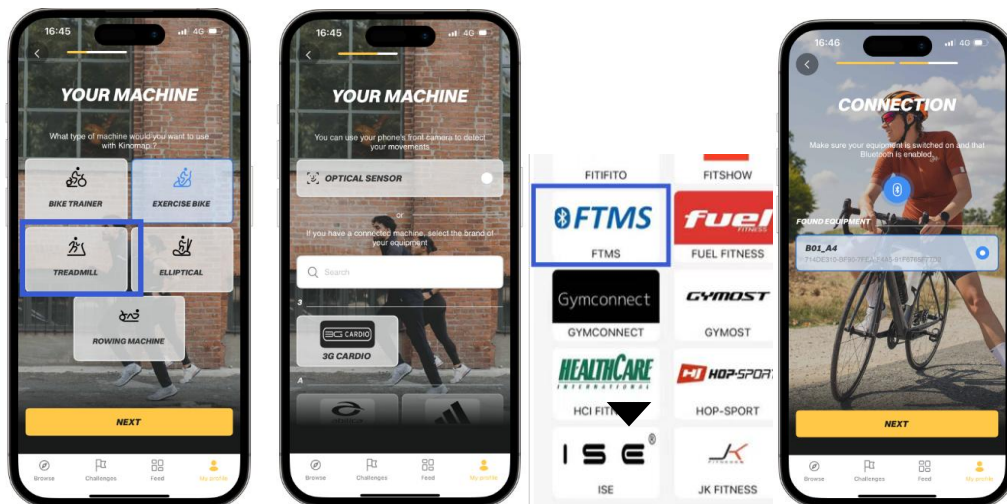
Bluetooth na konsoli, aby nawiązać połączenie. Jeśli pas biegowy przestanie się poruszać, konsola LCD wyłączy się, a sygnał Bluetooth zostanie wyłączony.

12.1 Jak połączyć z aplikacją Kinomap

Zarejestruj się i zaloguj do aplikacji Kinomap, najpierw przejdź do „Profile menu” [Menu profilu], następnie naciśnij przycisk „Settings” [Ustawienia] w prawym górnym rogu; a potem wybierz „Equipment Management” [Zarządzanie sprzętem]. Następnie naciśnij „Add new equipment” [Dodaj nowy sprzęt] lub skorzystaj z przyciska „+” w prawym górnym rogu:

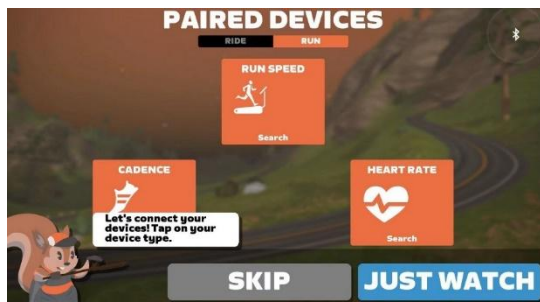


Wybierz typ urządzenia **TREADMILL** [BIEŻNIA], kliknij „Next” [Dalej] na dole ekranu, przewiń w dół, aby wybrać **FTMS**; Wybierz wykryty sprzęt, który ma taki sam identyfikator Bluetooth jak znacznik na konsoli LCD, naciśnij „Next”; Rozpocznie się test połączenia, aby sprawdzić, czy aplikacja Kinomap odbiera dane z Twojego sprzętu.. Po potwierdzeniu nawiązania połączenia wystarczy nacisnąć przycisk „Next” po raz ostatni, a Twoje urządzenie zostanie połączone.

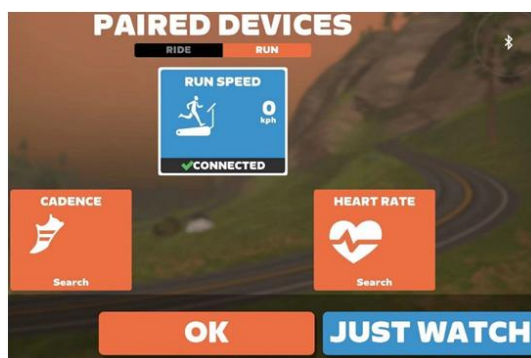
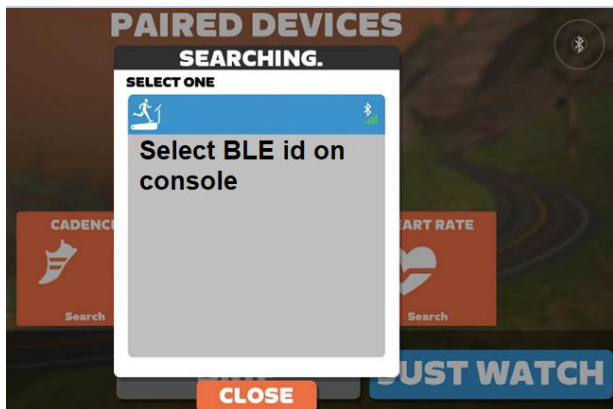


12.2 Jak połączyć z aplikacją Zwift

Zarejestruj się i zaloguj do aplikacji Zwift, wejdź na stronę PAIRED DEVICES [SPAROWANE URZĄDZENIA], kliknij ikonę RUN SPEED [PRĘDKOŚĆ BIEGU], wybierz wykryty sprzęt, który ma taki sam identyfikator Bluetooth jak tag na konsoli LCD, zostanie wyświetlone połączenie.



TRANSPORT I



PRZECHOWYWANIE:

Urządzenie wyposażone jest w kółka, które ułatwiają przemieszczanie. Zanim zaczniesz przesuwać urządzenie, upewnij się czy zostało ono odłączone od zasilania elektrycznego. Przechyl urządzenie, tak by kółka oparły się na ziemi, tak jak jest to pokazane na rysunku obok. Nie przesuwaj urządzenia po nierównej powierzchni. Przy przestawianiu bieżni nie ciągnij za monitor.

