

Moottoroitu juoksumatto



OHJE

KUVAUS



TÄRKEITÄ TURVALLISUUSOHJEITA

Säilytä tämä käyttöohje turvallisessa paikassa helppoa käyttöä varten.

1. On tärkeää lukea koko tämä ohje ennen laitteen kokoamista ja käyttöä.

Turvallinen ja tehokas käyttö voidaan taata vain, jos laite on koottu, huollettu ja käytetty oikein. Sinun vastuullasi on varmistaa, että kaikille laitteen käyttäjille kerrotaan kaikista varoituksista ja varotoimista.

2. Ennen kuin aloitat minkä tahansa harjoitusohjelman, keskustele lääkärisi kanssa selvittääksesi, onko sinulla sellaisia sairauksia, jotka saattavat vaarantaa terveytesi ja turvallisuutesi tai estävät sinua käyttämästä laitetta oikein. Keskustele ehdottomasti lääkärisi kanssa, jos käytät lääkettä, joka vaikuttaa sykkeeseen, verenpaineeseen tai kolesterolitasoon.

3. Kuuntele kehoasi, sillä virheellinen tai liiallinen liikunta voi vahingoittaa terveyttäsi. Lopeta liikunta, jos sinulla on jokin seuraavista oireista: kipu, kireys rintakehässäsi, epäsäännöllinen syke, voimakas hengenahdistus, vähäinen päänsärky, huimaus tai pahoinvointi. Jos sinulla on jokin näistä oireista, ota yhteys lääkäriisi ennen kuin jatkat harjoitusohjelmaa.

4. Pidä lapset ja kotieläimet kaukana laitteesta. Laite on tarkoitettu vain aikuisten käyttöön.

5. Käytä laitetta kestäväällä ja tasaisella alustalla, joka on peitetty suojuksella tai matolla. Turvallisuuden varmistamiseksi laitteen ympärillä tulisi olla

vähintään 0,5 metriä vapaata tilaa.

6. Tarkista ennen laitteen käyttöä, että mutterit ja ruuvit on kiristetty kunnolla.

7. Laitteen turvallisuus voidaan taata vain, jos se tarkastetaan säännöllisesti vaurioiden ja/tai kulumisen varalta.

8. Käytä aina laitetta ohjeiden mukaan. Jos huomaat viallisia komponentteja kokoonpanon tai tarkastuksen aikana. Tai jos laitteesta kuuluu epätavallista melua käytön aikana, pysähdy välittömästi. Älä käytä laitetta ennen kuin ongelma on korjattu.

9. Käytä sopivia vaatteita laitteen käytön aikana. Vältä löysien vaatteiden käyttämistä, jotka voivat tarttua laitteeseen tai jotka voivat rajoittaa tai estää liikkumista.

10. Laite on tarkoitettu ainoastaan sisäkäyttöön. Käyttäjän enimmäispaino on 120 kg. Jarrutuskyky ei riipu nopeudesta.

11. Laite ei sovellu hoitokäyttöön.

12. Ole varovainen nostaessasi tai siirtäessäsi laitetta, ettet vahingoita selkääsi.

Käytä aina asianmukaista nostotekniikkaa ja/tai pyydä tarvittaessa apua.

Asennusohjeet



VAIHE 1

Avaa pakkaus ja varmista, että se sisältää kaikki osat.

Osat:

1. Kaiteen koristesuojukset 2 kpl
2. Lukitusruuvi M6X40 2 kpl
3. Monikäyttöavain 1 kpl
4. Lukitusmutteri M12X50 1 kpl
5. Jousilukitustappi 1 kpl
6. Magneettiturvakytkin 1 kpl
7. 5 mm kuusiokoloavain 1 kpl



VAIHE 2

Liitä signaalijohto ja aseta tolppa, jonka sisällä on signaalijohto oikeaan jalustaan ja aseta toinen tolppa vasempaan jalustaan. Kiinnitä M8X60 ruuveilla.



VAIHE 3

Asenna jousitappi



VAIHE 4

Kiinnitä kaiderunko jalustaan M12X50-lukitusruuveilla.



VAIHE 5

Säädä ohjauspaneelin sijainti, kiinnitä M6X40 lukitusruuvilla



VAIHE 6

Kiinnitä kaiteet 2 tolppaan ja kiinnitä kumpikin neljällä M8X50 ruuvilla.

Peitä ruuvinkannat kaiteen koristesuojuksilla.

Kytke signaalijohdot pistokkeisiin.



VAIHE 7

Aseta magneettinen turvakytkin paneelin keltaiselle alueelle.



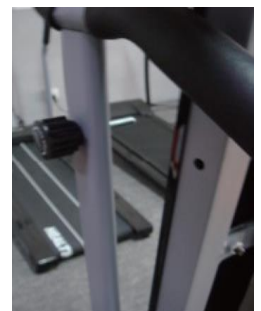
VAIHE 8

Viimeistele kokoonpano.

TAITTAMINEN SÄILYTYSTÄ VARTEN

Irrota suuri ruuvi (kuva 1), joka kiinnittää jalustan ja kaiteen.

Vedä varovasti jousiruuveja (kuva 2), joilla kaide on kiinnitetty tolppaan ja vapauta sitten jousiru

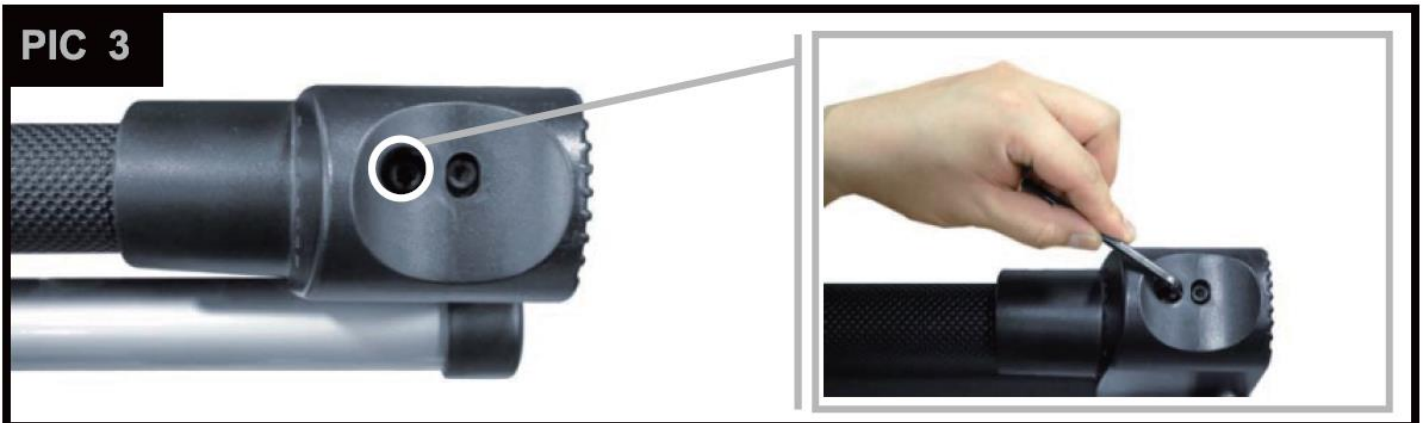
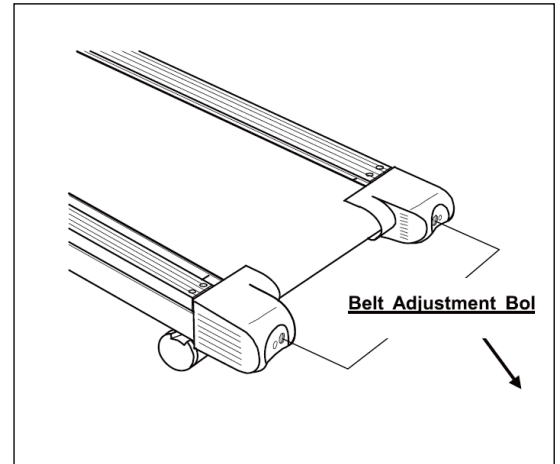


KUVA 1 KUVA 2

Hihnan säätö

Juoksumaton hihna on säädetty tehtaalla, mutta jokaisella käyttäjällä on taipumus olla ”oikea” tai ”vasen” jalkainen. Jos hihna liikkuu sivusuunnassa, se on säädettävä.

Laitteen takaosassa on kaksi säätöruuvia (katso kuva 3). Kiristä ruuvia puoli kierrosta sillä sivulla, jota kohti hihna on siirtynyt, ja löysää vastaavasti toisen puolen ruuvia. Pyöritä hihnaa varmistaaksesi, että se on oikein keskitetty. Toista säätö tarvittaessa.



Huolto

Hihnan voi pestä miedolla saippualla ja vedellä. Poista ylimääräinen vesi puhdistuksen jälkeen. Puhdista hihnan alla oleva juoksulauta säännöllisin väliajoin huonekalujen puhdistusaineella. Puhdistuksen jälkeen suihkuta pieni määrä silikonisuihketta (saatavana autokaupoista) juoksulaudan pinnalle, jotta hihna liukuu helpommin.

JUOKSULAUDAN VOITELU

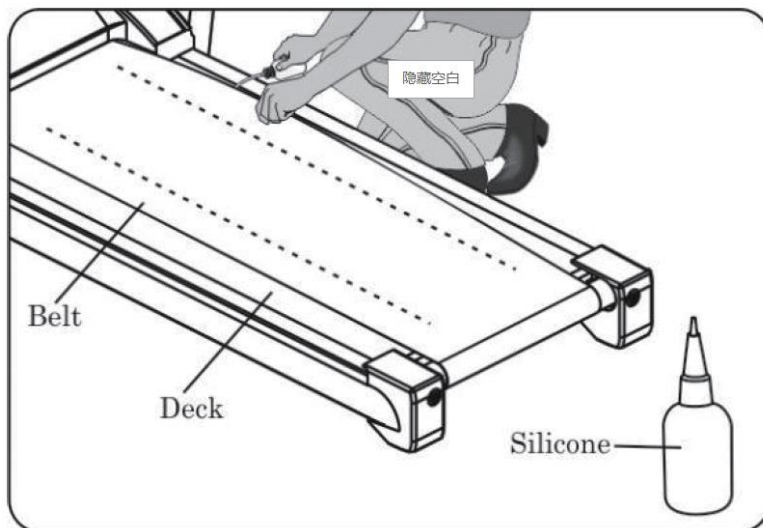
HUOM! Sähköiskun vaaran vähentämiseksi irrota kaapeli pistorasiasta heti käytön jälkeen ja ennen puhdistamista.

1 - Nosta hihna toiselta sivulta ja puhdisti lauta ja hihna pyyhkimällä lauta ja hihnan sisäpuoli kuivalla liinalla. Siirrä hihnaa taaksepäin jalalla ja puhdisti hihna koko pituudeltaan. Toista sama toimenpide hihnan toisella puolella.

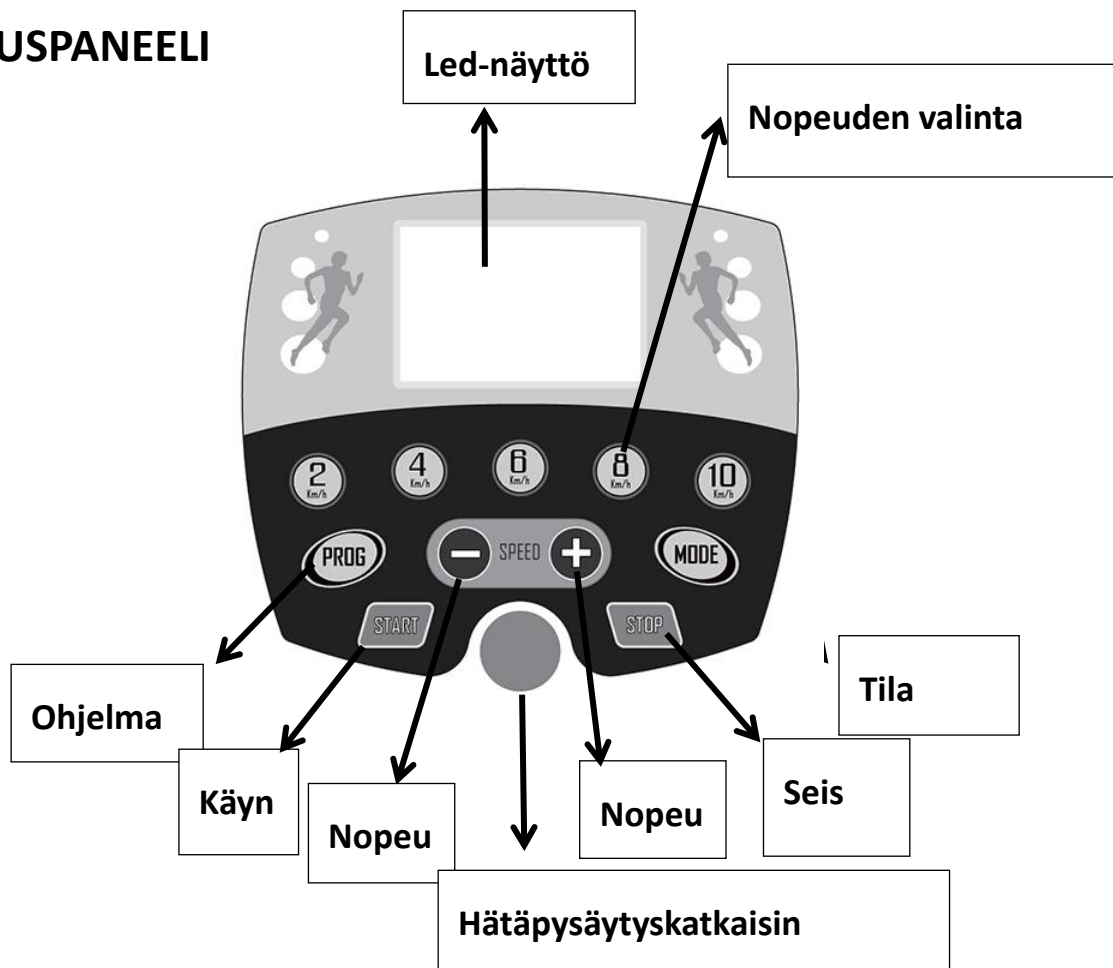
2 - Aseta pullo hihnan ja laudan väliin ja pidä pulloa kallellaan.

3 - Levitä hieman silikonista juoksumattoon kummallekin puolelle. Yritä yltää laudan keskelle

4 - Levitä silikonista juoksemalla juoksumatolla nopeudella 1 km/h ja astu varovasti juoksumatolle muutaman minuutin ajan, jotta silikonista leviää hihnalle.



OHJAUSPANEELI



Käyttöohjeet

1. Kytke pistoke, aseta turva-avain ohjauspaneeliin, kytke virtakytkin, koko näyttö syttyy 1 sekuntia äänimerkin jälkeen siirtyäkseen valmiustilaan.
2. Manuaalisessa valmiustilassa näytetään aluksi: SPEED 0.0; TIME 0:00; CAL 1; DIST 0.0; CAL 0;
3. Paina manuaalisessa valmiustilassa MODE-painiketta, jolloin voit valita tilan: normaali, esiasetettu aika tai esiasetettu matka. Jos valitset laskurin, näytössä näkyy ” : ” ja laskuri alkaa laskea alas. Näyttö on staattinen.
 - A. Normaalitilassa sekä aika että etäisyys näytetään. Kun aika on 60 minuuttia, laite pysähtyy.
 - B. Esiasetettu aika -tilassa aika on aluksi 30:00 ja sitä voi säätää välillä 5:00 - 99:00. Kun laskuri saavuttaa 0, laite pysähtyy.
 - C. Esiasetettu matka -tilassa matka on aluksi 1,00 ja sitä voi säätää välillä 0,50-1,00-1,50---99,5, 0,5 km välein. Kun laskuri saavuttaa 0, laite pysähtyy.
4. Paina valmiustilassa ohjelmapainiketta ja valitse automaattinen ohjelma P1-P12. Aika on aluksi 30:00 ja sitä voi säätää välillä 5:00 - 99:00 nopeus + -painikkeella.
5. Valmiustilassa pikapainikkeet eivät ole käytössä. Kun napsautat pysäytyspainiketta, laite palaa manuaaliseen valmiustilaan.
6. All-tilassa näytössä näkyy 3 sekunnin laskuri (nopeusnäyttö) ja summeri soi 3 sekuntia. Tässä tilassa tilapainike ja ohjelmapainike eivät ole käytössä.
7. Manuaalisessa käyttötilassa voit säätää nopeutta välillä 1,0---10,0. Aluksi se on 1.0, ja voit säätää sitä

2, 4, 6, 8 ja 10 km pikapainikkeella.

8. Automaattitilassa myös nopeuspainike “/ -” ja pikapainike ovat käytössä ja all auto -tila on 20 sekunnin juoksu. Automaattisen tilan tiedot ovat liitteessä.

9. Automaattitilassa summeri soi 3 sekuntia aikaisemmin varoittaen käyttäjää.

10. Paina juokсутilassa pysäytyspainiketta, moottori vähentää nopeutta pysähtymiseen asti ja siirtyy manuaaliseen valmiustilaan. Kaikki parametrit pysyvät näytössä, jotta käyttäjä voi katsella niitä kätevästi.

11. Kun turva-avain irtoaa ohjauspaneelista, näytössä näkyy vain “-” .

12. Valmiustilassa tai suojatussa tilassa (ei toimintoa 10 minuuttiin) laite kytkee näytön pois päältä lepotilaan.

Paina lepotilassa mitä tahansa painiketta (turvakytkimen on oltava kiinni) tai sykkeen havaitsemiseksi. Kone siirtyy valmiustilaan ja näyttää alkuarvon.



Harjoitustietokone

Toimintopainikkeet

Mode Paina valitaksesi esiasetetut toiminnot, tai nolaa kaikki arvot pitämällä.

Toiminnot

Scan Käy läpi kaikki tilat automaattisesti järjestyksessä 5 sekunnin välein

Time Näyttää koko harjoitusajan 30:00 asti.

Speed Näyttää nykyisen nopeuden.

Distance Näyttää harjoitusmatkan 99,99 km asti

Calorie Näyttää kalorien kulutuksen harjoituksen aikana, enimmäisarvo on 9999 kaloria.

(Tämä tieto on karkea arvio, jota voi käyttää eri harjoituskertojen vertailuun, mutta jota ei saa käyttää lääketieteelliseen tarkoitukseen.)

Huom: 1. Jos signaalia ei tule 4 minuuttiin, LCD-näyttö sammuu automaattisesti.

2. Kytke näyttö päälle painamalla painiketta.

3. Pysäytä harjoitus painaaksesi toimintopainiketta.

Vianetsintä

Tietokone ei toimi oikein

Jos tietokoneesi ei toimi oikein, tarkista, onko tietokoneen anturin johto kytketty tietokoneeseen. Jos olet tarkistanut yllä mainitun ja tietokone ei vielääkään toimi, varmista, että magneettikytkin toimii edelleen ja että ne on asennettu oikein tietokoneeseen.

Tekniset tiedot

Tuote: Moottoroitu juoksumatto

Nimellisjännite: 220 V

Taajuus: 50 Hz

Nimellisteho: 500 W