

™
CASADA
healthcare

™
CASADA

relaxmyway
v



POWERWALKER



< relaxmyway

2000. évi alapítása óta a CASADA név kiváló minőségű wellness és fitness termékeket jelöl.

Ma a CASADA készülékek világszerte kaphatók. A megbízható és kiváló minőség mellett a folyamatos továbbfejlesztés, az összetéveszthetetlen design és az életminőség javítására való szigorú törekvés tüntetik ki a CASADA termékeit.

Gratulálunk!

Fitnesseszközünk megvásárlásával bizonyította egészség-tudatosságát. .

Hogy hosszú távon használhassa előnyeit, arra kérjük, figyelmesen olvassa el a biztonsági útmutatót és tartsa be az utasításokat.

Sok örömet kívánunk Önnek személyes **PowerWalker**-e használatához.

Table des Matières

Biztonsági útmutató.....	70
A futópad részei.....	72
Összeszerelés.....	73
Konzol.....	76
Használat és funkciók.....	78
Bemelegítő gyakorlatok.....	82
Kijelző.....	83
Tisztítás és ápolás.....	86
Hibaelhárítás.....	86
Műszaki adatok.....	87
EU kompatibilitási nyilatkozat.....	88
Garancia feltételei.....	88

Biztonsági Útmutató

Ezeket a biztonsági utasításokat még a futópad használata előtt feltétlenül tanulmányozni kell. Olvassa el az összes előírást, mielőtt a futópadot üzembe helyezi.



FIGYELEM: Húzza ki a csatlakozót a konnektorból használat után, az eszköz össze-, szétszerelése és tisztítása során, illetve ha nem kívánja használni, hogy ne érje áramütés.

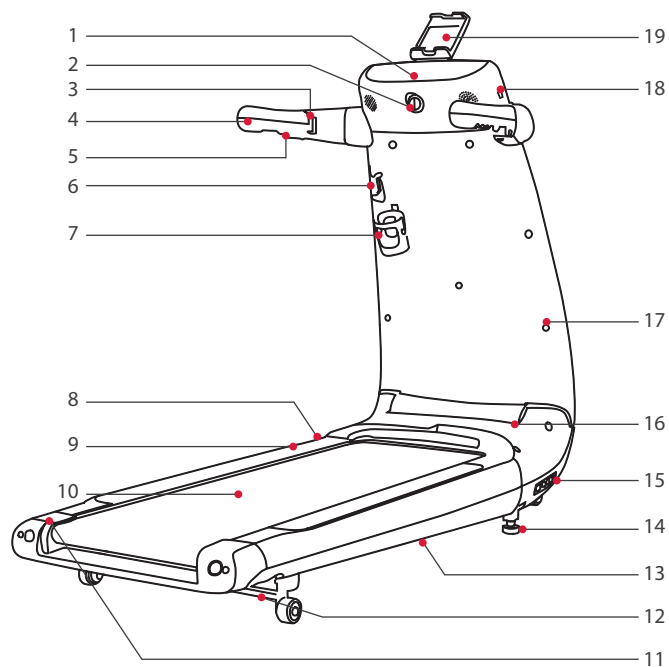
- Ne hagyja az eszközt őrízetlenül, amíg az elektromos hálózathoz van csatlakoztatva.
- Ezt a futópadot belsőtéri használatra fejlesztették ki és csak ott használható. A nem rendeltetésszerű használat nem megengedett.
- Ne végezzen olyan változtatást vagy egyéb átalakítást, ami ebben a leírásban nem szerepel. Ez károsíthatja a gépet és elveszítheti a garanciát.
- Állítsa a futópadot stabil és egyenes felületre. Vegye figyelembe a minimum 2 méteres biztonsági sugarat.
- Ne párás helyiségben állítsa fel.
- Ne tegye ki közvetlen napsütésnek és magas hőmérsékletnek.
- Ne használja túlzottan nedves helyen. Ebben az esetben vegye fel a kapcsolatot forgalmazójával.
- Bizonyosodjon meg arról, hogy az a helyiség, amelyben a futópad áll, megfelelően szellőztethető, illetve a motortér is megfelelő szellőzést kap.
- Ne tegyen semmilyen tárgyat a futópadra.
- Ellenőrizze edzés előtt a futópad stabilitását.
- Ne használja a hálózati kábelt húzóeszközként.
- Idősebb és nem megfelelő fizikai állapotban lévő személyek a gépet csak felügyelet mellett használhatják.
- Ne használjon semmilyen sprayt vagy aeroszol terméket a gép közelében, hogy elkerülje annak károsodását.
- Viseljen kényelmes és megfelelő öltözetet. Ne használja a gépet zokniban vagy mezítláb. Ügyeljen arra, hogy ruházata ne legyen túl bő, és ne akadjon be az edzés során.
- 14 éven aluli gyermekek, terhes nők és betegek a futópadot nem használhatják. A biztonsági előírások be nem tartása sérüléshez vezethet.
- Ügyeljen arra, hogy az edzés során más személyek vagy háziállatok ne tereljék el a figyelmét.
- Használat után kapcsolja ki a gépet és húzza ki a hálózati csatlakozót.
- Ügyeljen arra, hogy kezei szárazak legyenek. A hálózati csatlakozót ne nedves kézzel húzza ki, különben áramütésnek vagy egyéb sérülésnek teszi ki magát.
- Két óránál rövidebb edzéseket javasolunk. Ha a motor ennél hosszabb ideig működik, kapcsolja ki a gépet és szüneteltesse körülbelül egy óráig.
- Ha át akarja helyezni a futópadot, szüneteltesse az áramellátást és távolítsa el a villanyvezetékét.
- A burkolatot csak szakemberek bonthatják meg.
- Ne használja a gépet, ha a külső borítás be van szakadva vagy törve, vagy ha a hegesztett alkatrészek nem megfelelően illeszkednek. (A belső szerkezet nincs külön befedve.)
- Az edzés során ne ugráljon fel-le. Ha leesik a gépről, megsérülhet.
- Ne használja a futópadot, ha a kábel, a hálózati csatlakozó vagy az adapter sérült illetve laza. A nem megfelelő használat áramütéshez, rövidzárlathoz vezethet vagy tűz ütethet ki.
- Ne hajlítsa vagy ferdítse el a hálózati csatlakozót, különben az áramellátást akadályozza. A nem megfelelő használat során tűz ütethet ki vagy áramütés érheti.

Biztonsági Útmutató

- A pulzusmérés nem orvosi célokat szolgál, a mérési eredmények csupán referenciaértékként szolgálnak.
- Bizonyosodjon meg edzés előtt arról, hogy a futópad minden funkciója kifogástalanul működik. A fogantyúknak és tartóoszlopoknak stabil összeköttetésben kell lenniük; sérüléshez vezethet, ha ez a két elem nincs biztonságosan rögzítve.
- A bekapcsoláskor nem állhat a gépen.
- Az edzéshez rögzítse a biztonsági csipeszt a ruhájához. Ha leesik a gépről, az azonnal kikapcsolódik.
- Edzés előtt győződjön meg arról, hogy lábaival követi a futópad mozgásirányát. Ha a futósebesség megfelel Önnek, kezdje el az edzést. Ellenőrizze, hogy futótartása helyes.
- Kezddésnél a futósebesség ne legyen nagyobb 4 km/óránál, így kiküszöbölheti a sérülésveszélyt.
- Ha vége az edzésnek, befejezéshez leveheti a biztonsági csipeszt vagy megnyomhatja a Stop gombot.
- Ha az edzés alatt a futópadon bármilyen szokatlan tapaszta, kapcsolja ki a gépet és szakítsa meg az áramellátást.
- Ez az eszköz egyszemélyes, és 100 kg-os testsúlyig használható. Az edzés során más személy a futópadon nem tartózkodhat.
- Ha az edzés során lábai érzéketlenné válnak, szédülést, mellkasi fájdalmat, rosszulértséget, légszomjat, gyors szívverést vagy más szokatlan testi tünetet tapasztal, azonnal szakítsa meg az edzést, és konzultáljon orvosával.
- Ha az alábbiakban felsorolt panaszok miatt kezelésben részesül, a futópadot csak szakorvosa beleegyezésével használhatja.
- akut hát- vagy lábsérülés, érzécsökkenés a derékban, tarkóban vagy a lábokban (porckorongsér, csigolya elcsúszás, valamint más időskori megbetegedések)
- ízületi gyulladás, reuma, köszvény
- csonttritkulás és hasonló tünetek
- vérellátási zavarok (szív, és érrendszeri megbetegedések, magas vérnyomás stb.)
- légutak diszfunkciója
- elektromos, beültetett orvosi eszközök, pacemaker használata
- rosszindulatú daganatok
- trombózis vagy aneurizma, akut pajzsmirigydaganatok
- diabétesz által okozott tudatzavar
- bőrsérülések
- 38 fokok vagy afölötti lázas megbetegedés
- terhesség vagy valószínűsíthető terhesség, menstruáció

A Futópád részei

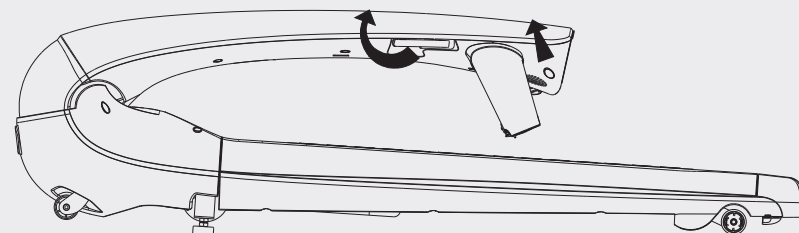
- | | |
|-----------------------------|---------------------------------|
| 1. Záró burkolat | 11. Konzol |
| 2. Futófelület | 12. Okostelefon és tablet tartó |
| 3. Oldalsó lépő felület | 13. USB csatlakozó |
| 4. Oldalsó sín | 14. Burkolat |
| 5. Italtartó | 15. Motorburkolat |
| 6. Összehajtó kar | 16. Hálózati csatlakozás |
| 7. Biztonsági kulcs | 17. Állítható lábak |
| 8. Összecsukó gomb | 18. Emelő váz |
| 9. Kapaszkodó fogantyú | 19. Dőlésszög beállítás |
| 10. Szívfrekvencia érzékelő | |



Összeszerelés

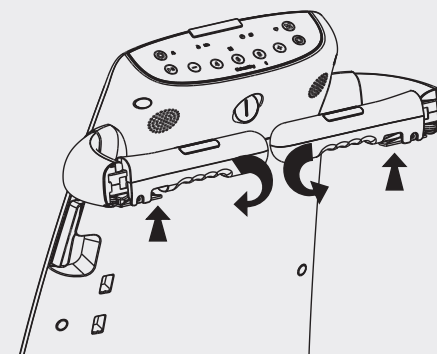
1. FEL- ÉS ÖSSZEHAJTÁS

Húzza ki egy kézzel az oldalsó fogantyút addig, amíg a zár kioldódik. Majd a másik kezével húzza a konzolt kattanásig felfelé. Ha össze akarja hajtani a futópádot, húzza ki az oldalsó fogantyút a zár kioldódásáig, és nyomja a konzolt lefelé, amíg egy „klikk” hangot hall.



2. FOGANTYÚK KI- ÉS BEHAJTÁSA

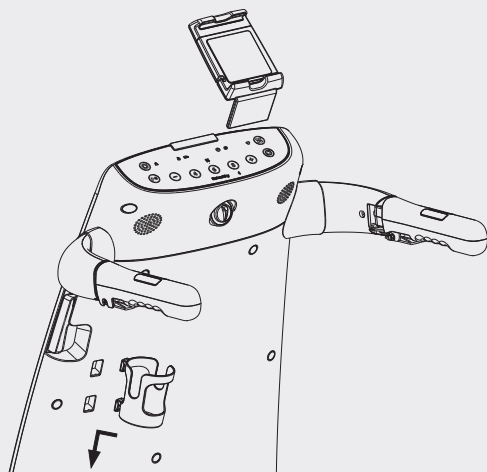
Nyomja meg a gombot a fogantyú alatt és húzza a fogantyút kattanásig belülről kifelé. Ismételje meg ezt a másikkal is. A fogantyúk behajtásához nyomja meg ismét a gombot és hajtja vissza őket egymás után.



Összeszerelés

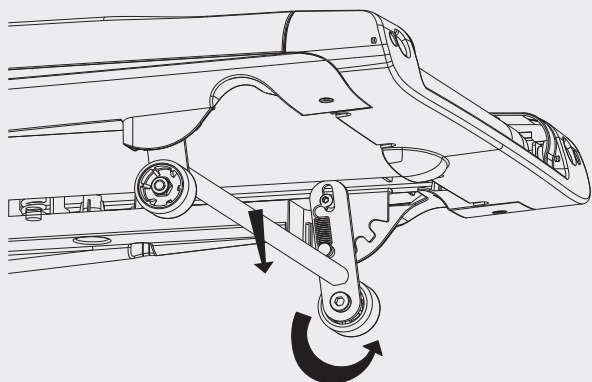
3. ITAL- ÉS MOBILTELEFON TARTÓ

Helyezze be az italtartót az erre szolgáló nyílásba és nyomja lefelé; majd fogja a mobiltelefon tartót és állítsa be az erre kialakított helyre.



4. DÖLÉSSZÖG BEÁLLÍTÁS

A futópadnak egy manuálisan állatható, háromfokozatú dőlésszög beállítója van. Az egyik kezével emelje fel a gépet hátrafelé, a másikkal húzza finoman a kart és engedje a megfelelő pozícióba teljesen bekattanni.

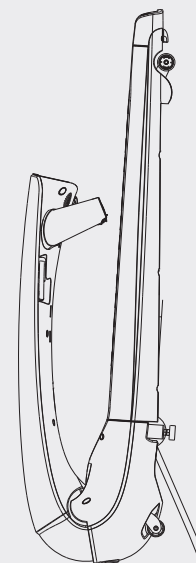


Összeszerelés

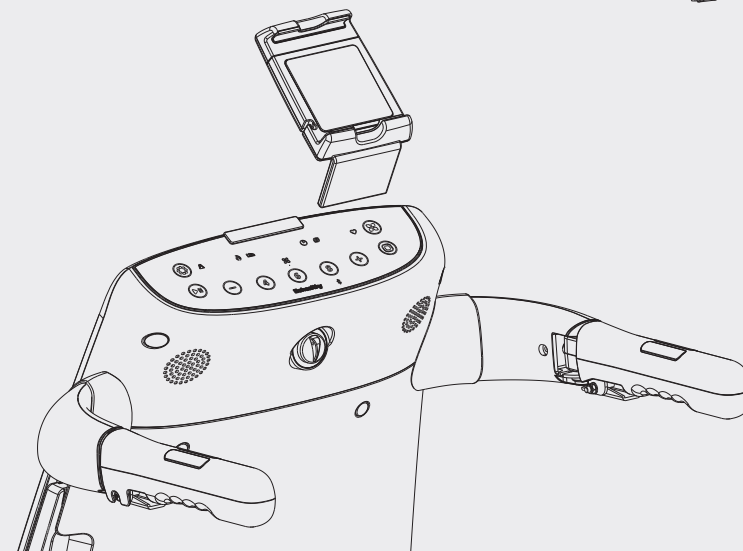
5. FÜGGŐLEGES BEÁLLÍTÁS

FIGYELEM! A futópad nem szakszerű beállítása sérüléshez és a gép károsodásához vezet!

Emelje meg a futópadot egy kézzel a hátsó részénél. A másikkal húzza ki finoman a kerek fekete gombot úgy, hogy az U formájú fémrúd teljesen bekattanjon és lesimuljon.



FIGYELEM: Ahhoz hogy a futópadot használni lehessen és a további beállítások elvégezhetők legyenek, a biztonsági kulcsot be kell helyezni!



**START/SZÜNET: KÉSZENLÉTI ÁLLAPOT (STANDBY)**

A futópad 5 másodperces visszaszámlálás után indul el a kiválasztott programmal. Ha az eszköz már mozgásban van, de szüneteltetni szeretné, nyomja meg ezt a gombot. Nyomja meg ismételten, amennyiben újra mozgásba szeretné hozni.

**STOP**

Ezzel a gombbal megállítja a futópadot, minden beállítást visszaállít. A gomb megnyomásával a gépet készenléti üzemmódba helyezi.

**PROGRAMKIVÁLASZTÁS**

Amennyiben a gép készenléti üzemmódban van, a gomb megnyomásával kiválaszthat egyet a különböző programokból.

**FUNKCIÓ KIVÁLASZTÁS**

Készenléti üzemmódban nyomja meg ezt a gombot, hogy be tudja állítani az időt, a távolságot és a kalóriaszámlálót.

**SEBESSÉG BEÁLLÍTÁS**

A futási sebesség futás közbeni beállításához nyomja meg ezt a billentyűt. A sebesség 0,1 km/órával emelhető, amely a visszaszámláló funkcionál és egyéb programbeállítások esetén is változtatható.

**SEBESSÉG BEÁLLÍTÁS**

A futási sebesség futás közbeni beállításához nyomja meg ezt a billentyűt. A sebesség 0,1 km/órával csökkenthető, amely a visszaszámláló funkcionál és egyéb programbeállítások esetén is változtatható.

**SEBESSÉG GYORSÍTÁS**

Ezzel a billentyűvel a futópad sebessége mozgó állapotban közvetlenül 4 km/óra emelhető.

**SEBESSÉG GYORSÍTÁS**

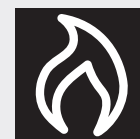
Ezzel a billentyűvel a futópad sebessége mozgó állapotban közvetlenül 6 km/óra emelhető.

**SEBESSÉG GYORSÍTÁS**

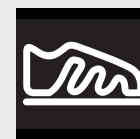
Ezzel a billentyűvel a futópad sebessége mozgó állapotban közvetlenül 8 km/óra emelhető.



Távolság



Kalória



Lépések



Program



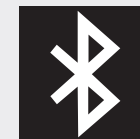
Idő



Gyorsaság



Szívfrekvencia



Bluetooth

Használat és funkciók

1. MANUÁLIS PROGRAMFUNKCIÓ

Kézi beállítás:

Miután bekapcsolta a gépet, nyomja meg a Start billentyűt, így eljut a Kézi beállítások menühöz.

Futásbeállítás:

A kezdő sebesség 1 km/óra. Idő, megtett távolság, elégetett kalória nullától kezdve. A Sebességbeállító billentyű segítségével ki tudja választani futósebességét.

Ha a futás hossza meghaladja a 99:59 percet, a futópad nem áll meg, de az idő ismét nullától indul.

2. AUTOMATIKUS PROGRAMFUNKCIÓ

Automataprogramok:

Az automatikus programválasztáshoz nyomja meg a Program billentyűt manuális üzemmódban vagy a Beállítás menüben. Ekkor a kijelző 30 percet mutat és villog. A +/- billentyűkkel beállítható a kívánt futási idő, a kiválasztható érték 8:00 és 99:00 perc között van. A program elkezdéséhez nyomja meg a Start billentyűt. Az időszámlálás a beállított futási időnek, távolságnak és kalóriaértéknek megfelelően indul. A Sebesség beállítás megnyomásával tudja a futási sebességet beállítani.

3. A FELHASZNÁLÓ ÁLTAL MEGHATÁROZOTT PROGRAMOK

Saját program beállítása:

A felhasználó által meghatározott programok (UI-U3) adott paramétereit manuális üzemmódban vagy a Beállítás menüben lehet megadni. Kezdetkor látja a villogó 30:00 perces értéket. A +/- billentyűkkel beállítható a kívánt futási idő, a beállítható érték 8:00 - 99:00 perc. A megfelelő gyorsasági fokozat megadásához nyomja meg a Funkció billentyűt. Miután elvégezte a beállítást, a felhasználó kívánt program elindításához nyomja meg a Start billentyűt.

A felhasználó által meghatározott program 20 szakaszra van lebontva. Minden szakasz sebességfokozata meghatározott értéknek megfelelően van kialakítva. Minden fázis futási ideje egy huszada a beállított időnek. Az időtartomány a beállított futási időnek, távolságnak és kalóriaértéknek megfelelően indul. A Sebesség beállítás billentyű megnyomásával tudja a futási sebességet beállítani.

Használat és funkciók

4. VISSZASZÁMLÁLÓ FUNKCIÓK

A futásidő hosszúságának beállítása:

A kezdeti készenléti üzemmódban nyomja meg a Funkció billentyűt, hogy ki tudja választani a futás idejének hosszúságát. Ha a kijelző 30:00 percet mutat és villog, a +/- billentyűkkel beállítható a kívánt futási idő, a beállítható érték 8:00-99:00 perc. Nyomja meg a Start billentyűt, hogy visszatérjen a Visszaszámlálás menübe.

A program leírása:

A kezdősebesség 1 km/óra. Az időmérő a beállított futási időnek megfelelően kezd számlálni. A távolságmérő és a kalóriaszámláló nullától felfelé számol. A futási sebesség beállításához nyomja meg a Sebesség beállítása gombot. Ha a beállított idő nullához érkezik, megkezdődik az automatikus fékezés, és a futóprogram leáll.

Távolsági funkció aktiválása:

En mode Veille, appuyez sur la touche Mode, afin de sélectionner le mode Distance. Lorsque l'écran affiche 1,0 km et clignote, la touche +/- permet de paramétrer la distance nécessaire. La plage de réglage s'étend de 1,0 à 99,0 km. Appuyez sur la touche Start, afin de réinitialiser les réglages du décompte.

A program leírása:

A kezdősebesség 1 km/óra. A távolságmérő a beállított távolságnak megfelelően elkezdi visszafelé számlálni. Az idő-, és kalóriaszámláló nullától felfelé számol. A futási sebesség beállításához nyomja meg a Sebesség beállítása gombot. Ha eléri a beállított távolságot, megkezdődik az automatikus fékezés, és a futóprogram leáll.

Kalóriaszámláló:

A kezdeti készenléti üzemmódban nyomja meg a Funkció billentyűt, hogy ki tudja választani a Kalóriaszámláló funkciót. A kalóriaszámláló villog, és 50-es értéket mutat. A +/- Sebességbeállító gombbal tudja a kívánt kalóriaértéket beállítani, az érték 20 és 990 között legyen. Majd nyomja meg a Start billentyűt.

A kezdősebesség 1 km/óra. A kalóriaszámláló a kiválasztott értéknek megfelelően elkezdi számlálni. Az idő-, és távolságmérő nullától felfelé számol. A futási idő bekalibrálásához nyomja meg a Sebesség beállítása billentyűt. Ha az előirányzott kalóriaérték eléri a nullát, megkezdődik az automatikus fékezés, és a futóprogram leáll.

Használat és funkciók

5. TESTZSÍR ANALÍZIS

Beállítások:

A kezdeti készenléti üzemmódban vagy a Beállítás menüben nyomja meg a Program billentyűt, hogy végre tudja hajtani a testzsír analízisre vonatkozó beállításokat. Amint a Testzsír teszt beállítást kiválasztotta, megjelennek a kijelzőn a paraméterek. A +/- billentyűkkel a következő beállításokat tudja kiválasztani:

F-1 : Adja meg a nemét; (1) férfi (2) nő.

F-2 : Adja meg az életkorát; az értéknél a 25-ös számot látja. A +/- billentyűkkel beállíthatja saját életkorát.

F-3 : Írja be testmagasságát, az értéknél a 170-es számot látja. A +/- billentyűkkel beállíthatja saját testmagasságát.

F-4 : Írja be testsúlyát, az értéknél a 70-es számot látja. A +/- billentyűkkel beállíthatja saját testsúlyát.

F-5 : Majd fogja meg mindkét kezével a fogantyúknál lévő fém szenzorlemezeket, és maradjon így, amíg egy szám a kijelzőn megjelenik.

6. A TESTZSÍR INDEX LEÍRÁSA:

A testzsír index egy adott személy magasságából, súlyából, életkorából és neméből tevődik össze, melyet az egészségesnek tekintett súly meghatározásához alkalmaznak. Az ideális testzsír index 20 és 25 között van. 19 alatti értékek túl alacsony súlyt jelentenek, 26 és 29 közötti értéket túlsúllynak tekintünk, és 30 feletti elhízásról beszélünk.

FIGYELEM: Az adatok csak támpontként szolgálnak, és nem helyettesítik az orvosi szaktanácsadást!

7. SZÍVFREKVENCIA

A futópad rendelkezik kézi pulzusszenzorokkal, amelyek a jobb és baloldali fogantyúnál helyezkednek el. A pulzusmérés aktiválásához szorítsa meg tenyerével a szenzorokat 5 másodpercre. A következő 30 másodpercben sor kerül az aktuális pulzusszám mérésére. Fogja lazán a fogantyúkat, a túl erős szorítás hibás mérési eredményeket hozhat. Rendszeresen tisztítsa a pulzusérzékelőt, hogy a megfelelő érintkezés mindig biztosítva legyen.

A szívfrekvencia mérés nem orvostechikai módszer. Sok tényező befolyásolhatja szívfrekvenciája megmérését. A kézi pulzusszenzorok nem olyan pontosak, mint a mellkas heveder. A szívfrekvencia mérés csak egy edzést segítő eszköz.

Használat és funkciók

Nyugalmi állapot:

Ha a futópadot 5 percnél tovább nem használják, nyugalmi állapotba kerül. A kijelző automatikusan kikapcsolódik. Amennyiben ismét szeretné használni a gépet, nyomjon meg egy tetszőleges billentyűt, ezzel aktiválni tudja a rendszert és várjon, amíg a kijelzőn minden jelzés látható.

Biztonsági kulcs:

A futópad használatához helyezze be a biztonsági kulcsot az erre szolgáló helyre. Ha edzés közben a kulcsot kihúzza, minden funkció azonnal leáll, az összes mért érték visszaáll a kiinduló értékre, a kijelző „---” jelet mutat, és másodpercenként hall egy jelzőhangot. Az edzés folytatásához helyezze vissza a kulcsot és ismét írjon be minden adatot a rendszerbe.

Lépésszámláló:

A futópadon történő futás közben a lépései is összeszámolásra kerülnek, az értéket a lépésszámláló ablakban megtekintheti. Az edzés végén az érték visszaáll a kiindulópontra.

FIGYELEM: A lépésszámlálást sok tényező befolyásolhatja, és ezért hibás lehet. Ez a funkció azonban segítheti az edzést.

USB-funkció:

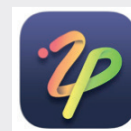
Miután a gép az elektromos hálózathoz kapcsolódott, az adott eszköz feltölthető egy USB csatlakozó segítségével.

Bluetooth zenefunkció:

Zenelejátszás: Keresse meg a Rendszerbeállítások funkciót az eszközén és nyissa meg a Bluetooth funkciót, majd kösse össze a „RZ_TreadMill” menüvel, ezután a futópad hangosítóján keresztül tud zenét hallgatni.

Edzés APP:

Ajánljuk Önnek a „SmartTreadmill” appot, amelyet letölthet az App Store-ból. iOS és androidos készülékekkel is elérhető.



- Bluetooth összeköttetés
- Futási sebességhez való alkalmazkodás
- Változatos fitneszprogramok
- Futás közbeni értékek feljegyzése

Bemelegítés

A futópálya használata előtt ajánlatos 5-10 percig bemelegítő gyakorlatokat végezni, amelyek elősegítik a mozgékonyág javulását és csökkentik a sérülésveszélyt.



ELÜLSŐ FELSO'COMB

Álló helyzetben fogja meg jobb kézzel a jobb lábfejét és húzza a talpát a fenekéhez addig, amíg érzi a nyújtást a felsőcomb elülső részében. A térdek egymás mellett maradnak! Valahol támaszkodjon meg, vagy csinálja a gyakorlatot ülve. Tartsa 15 másodpercig, majd ismételje meg bal lábbal. A gyakorlat közben ne homorítson.

BELSŐ COMB

Üljön le, a talpakat fordítsa egymással szembe, a térdei kifelé mutatnak. A lábait húzza minél közelebb az altestéhez. Óvatosan nyomja le a térdét a talajhoz. Tartsa meg 15 másodpercig.



OLDALSÓ FELSO'COMB

Egyenesedjen fel és kilégzés közben próbálja meg a karokat és a felsőtestet a talajhoz közelíteni, amennyire csak tudja. A lábaiban kellemes húzóerőt kell éreznie. Tartsa meg ezt a pozíciót 15 másodpercig, és próbáljon meg még jobban megnyújtózni. Kilégzéskor növelje a nyújtást, a belégzés során maradjon a pozícióban.

VÁDLI ÉS ACHILLES-ÍN

Mindkét kézzel támaszkodjon a falnak. Tegye a bal lábát a jobb elé. Tartsa jobb lábát egyenesen, és a bal lábát a földön, majd hajlítsa be a bal lábát és hajoljon előre úgy, hogy a csípője egyre közelebb kerüljön a falhoz. Tartsa a pozíciót és ismételje meg ugyanezt szintén 15 másodpercig.



FEJKÖRZÉS

Hajtsa a fejét egy másodpercig jobbra és érezze a nyújtást a tarkó bal oldalán. Majd húzza a fejét vissza, nyújtsa az állát felfelé, és közben hagyja nyitva a száját. Azután fordítsa a fejét egy másodpercig balra és érezze a nyújtást a tarkó jobb oldalán. Majd húzza vissza a fejét, és hajtsa a mellkasa felé. Ismételje meg a gyakorlatot kétszer.

Bemelegítés



VÁLLEMEELÉS

Emelje fel a jobb, majd a bal vállát a füléhez egy másodpercig. Ezzel egyidejűleg a másik vállát engedje le.

OLDALSÓ NYÚJTÁS

Nyújtsa ki oldalra a kezét, aztán emelje fel őket a feje fölé. Majd nyújtózkodjon váltakozva egyre feljebb. Csinálja a gyakorlatot 15 másodpercig.



Kijelző

	Bekapcsolási érték	Kezdő beállítás	Beállítható érték	Megjelenített érték
Idő (Perc/Másodperc)	0:00	30:00	8:00 - 99:00	0:00 - 99:59
Sebesség (km/h)	0.0	N/A	N/A	1 - 12
Távolság (km)	0.0	1.0	1.0 - 99.0	0.0 - 99.9
Szívfrekvencia (szívverés per-cenként)	P	N/A	N/A	40 - 199
Kalória (kcal)	0	50	20 - 990	0 - 999

PROGRAM (1-12.)- MOZGÁSTÁBLÁZAT

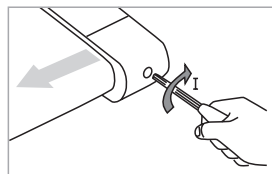
Program	Szakasz	Idő beállítása/ 20 időszakasz = Futási idő az alsó és felső időszakokban																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	Sebesség	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P2		2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P3		2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P4		3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
P5		2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P6		2	4	3	4	5	4	8	7	6	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
P7		2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P8		2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P9		2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10		2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11		3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
P12		2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3

RENDSZERES KARBANTARTÁS

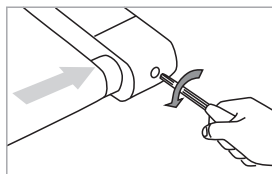
1. Futószalag feszessége:

A futószalag a szállításkor csak közepes mértékben van kifeszítve. Előfordulhat azonban, hogy félrecsúszik vagy hosszabb használat után félrehúzó. Ha edzés közben olyan érzése van, hogy a futószalag félrecsúszik, a feszességét újra be kell állítani.

Ehhez kapcsolja ki a gépet, majd húzzon a csavaron egy negyed fordulatot jobbra vagy balra, ahogy az ábrán látja. Majd kapcsolja be ismét, és ellenőrizze, hogy még mindig félrehord-e a futószalag. Ha kell, ismétlje meg az előző eljárást. De SOHA ne csavarja tovább a csavart egy negyed fordulatnál. A futószalag akkor van helyesen beállítva, ha nincs már olyan érzése, hogy futás közben félrecsúszik.



A futószalag jobb oldalának feszesítése



A futószalag bal oldalának feszesítése

FIGYELEM: A futópád beállításánál a sebesség maradjon 3 Km/óránál kisebb, és ügyeljen arra, hogy ujjja, haja vagy ruházata ne szoruljon be.

2. A futópád centrírozása:

A futópádot gyárilag beállították, de a szállítás során illetve használat közben meglazulhat vagy megfeszülhet. Ha túl laza, a sebességet 6 km/óra kell beállítani. Húzza meg a beállító csavart az óra járásának megfelelően. Ha a futószalag túl feszes, húzza meg csavarhúzóval a jobb és bal beállító csavarokat az óra járásával ellenkező irányba. A forgásszög körülbelül 90°.

3. Szállítás:

Győződjön meg arról, hogy a futópád ki van kapcsolva, és a kábel kihúzása után nem mozog. Majd emelje fel a gép alsó felét, hogy össze tudja hajtani. Ezután a mozgatóhengerek segítségével az elülső oldalára fordíthatja.

FIGYELEM: Ha mozgatja a futópádot, ügyeljen arra, hogy tartsa stabilan és ne sérüljenek a műanyag alkatrészek.

4. Tisztítás:

FIGYELEM! Hogy elkerülje az áramütést, tisztítás előtt húzza ki a hálózati csatlakozót a konnektorból!

A gépet rendszeresen tisztítani kell, amihez száraz pamuttrölköt ajánlunk. Kérjük, ne használjon savtartalmú tisztítószeret.

5. Futópád olajozása:

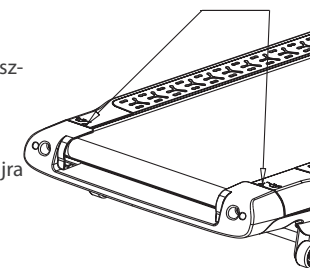
A gépet gyárilag szilikon tartamú kenőanyaggal beolajozzák. Egy idő után ez a kenőolaj eltűnik, a futószalag és a talpazat közti súrlódás növeli az ellenállást. Ezáltal csökken a futógép teljesítménye és élettartama. Ezért azt ajánljuk, hogy használjon kenőolajat, alkalmanként kb. 60 ml-t.

- Milyen gyakran kell utántölteni?

Heti 5 óránál kevesebb használat esetén fél évente, heti 5 óránál hosszabb használat esetén pedig háromhavonta.

- Utántöltés

Állítsa meg a futópádot. A tölcser 30 ml-el tölthető fel. Majd indítsa újra a gépet, és 3-5 km/órás sebességgel kb. 10 percig működtesse.



6. A futópád ellenőrzése:

Rendszeresen ellenőrizni kell

- futópád kilazuló részeit, a csavarokat szükség esetén meg kell húzni.
- futópád feszességét, van-e valahol eltérés.
- biztonsági kulccsal történő vészfék működését
- futópád és a futószalag közti rész olajozottságát

Tisztítás és ápolás

1. TISZTÍTÁS

A gépet minden használat után tisztítsa meg az izzadságtól és egyéb nedvességtől. Száraz kendővel tisztítható, a megfelelő részeket kímélő tisztítószerrel kezelheti. Ne használjon dörzsölő hatású, és oldószert. Ügyeljen arra, hogy a képernyő ne legyen nedves. A nedvesség károsíthatja a gépet és balesetveszélyes. Ne tegye ki az eszközt, főként a konzolt, közvetlen napsütésnek.

2. TÁROLÁS

A gépet tiszta és száraz helyen tartsa, ne vigye ki a szabadba. Győződjön meg arról, hogy a kapcsoló a használat után ki van kapcsolva és a hálózati csatlakozó ki van húzva.

Hibaelhárítás

Probléma	Lehetséges okok	Lehetséges megoldás
A futópáda nem indul.	- A hálózati kapcsoló nincs bedugva. - A biztonsági kulcs nincs behelyezve. - A biztosíték a motortérben nincs aktiválva.	- Hálózati kapcsolót bedugni. - Helyezze be a biztonsági kulcsot. - Visszaállítani vagy kicserélni a biztosítékot.
A futófelület csúszik.	Nem elég feszes.	A futófelület feszességét állítsa be.
A futószalag szorul használat közben.	- Nincs eléggé beolajozva. - Túl feszes.	- Szilikonolajat utántölteni. - Lazítsa a feszességet.
A futószalag nincs centrálva.	Feszesség nincs helyesen beállítva.	Állítsa be helyesen a feszességet jobbra és balra.

Műszaki Adatok | Különlegességek

Konzolkijelző:	340mm x 110mm
Akril érintőképernyő:	Távolság Kalóriák Lépések Funkció Idő Sebesség Pulzus Programkiválasztás Testzsír mérés
Tulajdonságok:	összecscukható Bluetooth zenerendszer HD-Audio hangosító One-Touch sebesség egyedi programbeállítások attraktív design L-Fit kapcsolkodó mobilfeltöltő okoseszköz tároló /
Motor:	1.0 biztonsági rendszer CHP-Motor - zökkenőmentes, nagy teljesítményű halk
Teljesítmény:	220-240 V 50/60Hz
Sebesség:	1.0 - 12 km/h
Testzsír mérés:	igen
Futófelület:	120cm x 42cm
Csúszásgátló technológia:	iCS (intelligens csillapítórendszer)
Talajborítás:	MDF futófelület
Méret (összehajtva):	163cm(L) x 65cm(W) x 46cm(H)
Méret (felállítva):	163cm(L) x 65cm(W) x 133cm(H)
Összecscukott állapotban:	170cm(L) x 73cm(W) x 47cm(H)
Súly:	Nettó: 53kg Bruttó: 58kg
Maximális terhelhetőség:	100kg
Tanúsítványok:	   

Jótállási feltételek



