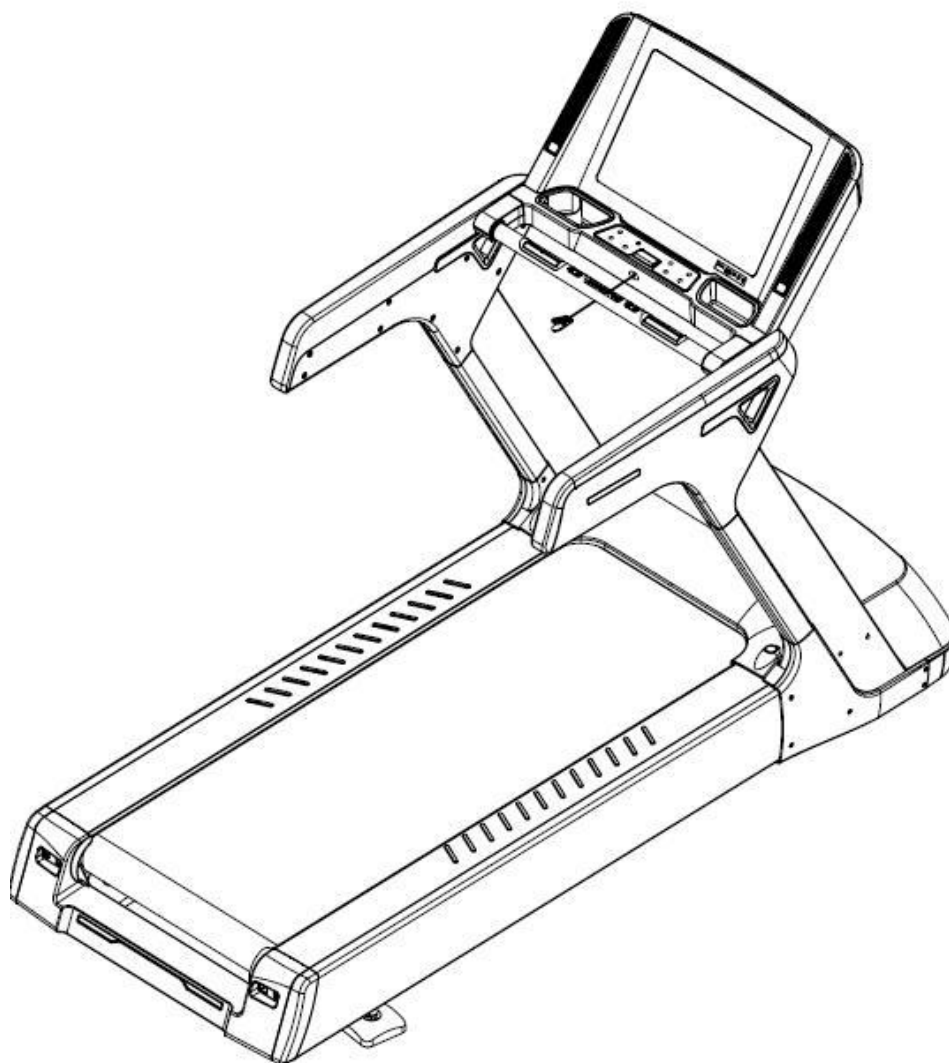




MANUAL DE UTILIZARE

IN 13971 Banda de alergare inSPORTline Gardian G12



INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA

ATENTIE!

Pentru a evita accidentarea tineti cont de urmatoarele instructiuni de siguranta:

1. Inainte de a incepe antrenamentul, atasati cheia de siguranta la imbracaminte.
2. Balansati-va bratele in mod natural cand alergati. Nu priviti in jos.
3. Mariti viteza in mod treptat, dupa ce v-ati acomodat.
4. In cazul unei urgente, apasati butonul de urgenta sau scoateti cheia de siguranta.
5. Coborati de pe banda doar dupa ce a fost oprita complet.

Nota: Urmati cu strictete instructiunile de asamblare.

ATENTIE

1. Consultati medicul inainte de a incepe orice program de exercitii.
2. Verificati suruburile in mod regulat. Nici o componenta ajustabila nu trebuie sa limiteze miscarile utilizatorului.
3. Nu depozitati banda in incaperi umede, umiditatea poate deteriora produsul.
4. Purtati imbracaminte si incaltaminte sport in timpul exercitiului.
5. Folositi produsul dupa cel putin 40 minute dupa ce ati mancat.
6. Efectuati cateva exercitii de incalzire pentru a evita accidentarea.
7. Daca aveti hipertensiune, consultati medicul inainte de a va apuca de exercitii.
8. Copiii nu trebuie sa se apropie de acest aparat.
9. Banda de alergare poate fi utilizata doar de catre adulti.
10. Nu introduceti obiecte ascutite in gaurile aparatului.

UTILIZARE SIGURA



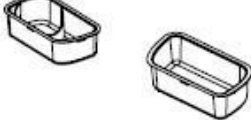















Conectati cablul de alimentare doar dupa ce ati finalizat asamblarea (carcasa de protectie trebuie sa fie montata). Conectați cablul de alimentare la priza, cu impamantare 16A. Vă sugerăm să folosiți protectorul de suprasarcina (pentru a mentine siguranța utilizatorului și a benzii de alergat).

1. Asezati banda de alergare pe o suprafata dreapta si solida. Nu o asezati pe covor gros, acesta va bloca aerisirea benzii. Nu folositi banda in exterior si nu o asezati langa apa. In cazul deteriorarii cablului de alimentare, contactati furnizorul pentru inlocuire. Lasati un spatiu liber de cel putin 0.6 m in jurul aparatului.
2. Cand amplasati banda de alergare, asigurati-va ca nu acopera priza din perete.
3. Niciodata nu porniti banda in timp ce stati pe ea. Stati cu picioarele pe sinele laterale pana ca banda porneste.
4. Nu purtati haine largi atunci cand va antrenati, se pot agata de aparat.
5. Nu scoateti carcasa de protectie a motorului. In cazul efectuării mentenantei, scoateti cablul de alimentare din priza inainte de a scoate carcasa.
6. Este interzis accesul copiilor la banda.

7. Cand folositi banda pentru prima oara, tineti mainile pe manere pana va acomodati.
8. Nu modificati nici o componenta a benzii. In cazul in care viteza de rulare a benzii se modifica neasteptat, scoateti cheia de siguranta si banda se va opri imediat.
9. **Greutate maxima a utilizatorului:** 200 kg
10. **Categoria: SB** (according to EN957 norm) pentru uz comercial si profesional.
11. **ATENTIE!** Frecventa cardiaca nu afiseaza valori 100% precise. Daca va simtiti rau in timpul antrenamentului, opriti-va imediat.

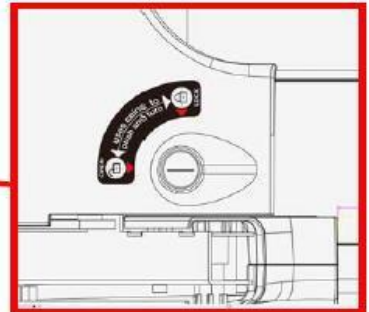
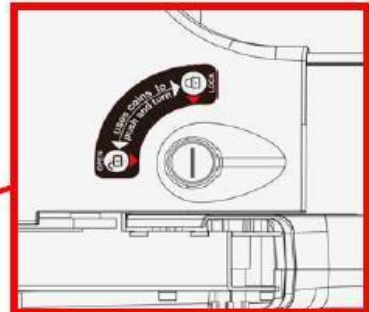
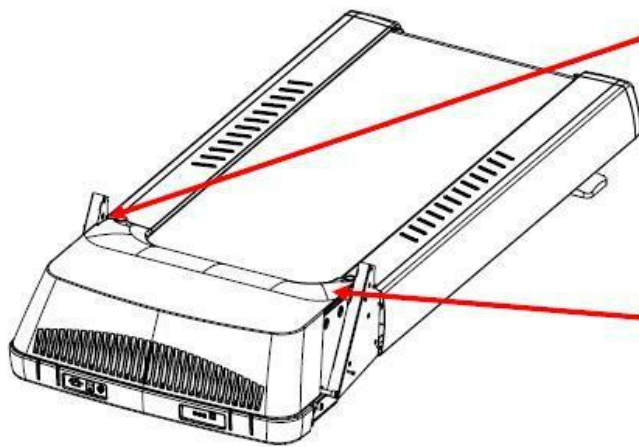
INSTRUCTIUNI DE ASAMBLARE

Cand deschideti cutia, veti gasit urmatoarele componente pre-asamblate:

			
3L/R. Upright	35L/R. Upright cover	49L/R. Storage box	73. Bolt M12*25
			
77. Bolt M5*25	81. Bolt M8*15	86. Bolt M12*65	89. Flat washer ϕ 13* ϕ 24*t2.5
			
98. Flat washer ϕ 9* ϕ 16*t1.6	116. Screw BT4.0*15L	119. 4#wrench	120. 5#wrench
			
121. 6.#wrench	122. 8#wrench	123. 10#wrench	124. wrench
			
125. wrench 17-22	126. wrench 34	141. spring line	172. Frame assembly
			
173. meter assembly			

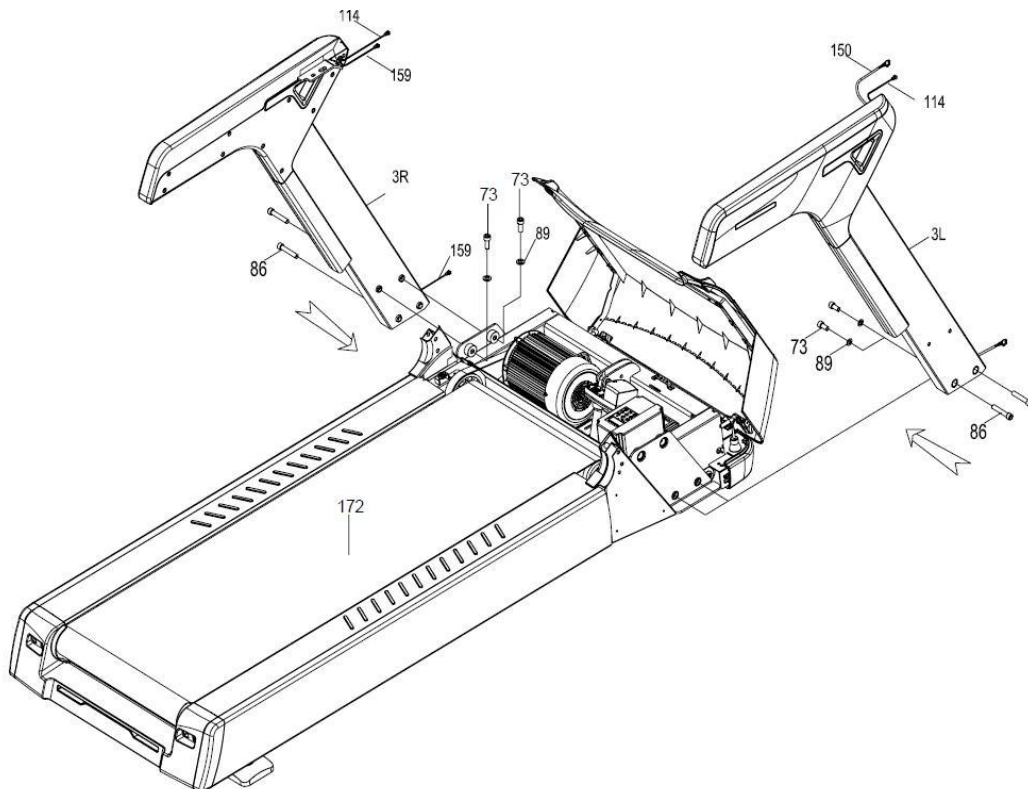
Pas 1

Pentru inceput, folositi o moneda pe care o veti impinge in adancitura de pe carcasa motorului si rotiti-o la 90 grade. Cand carcasa s-a desfacut, se va ridica automat.



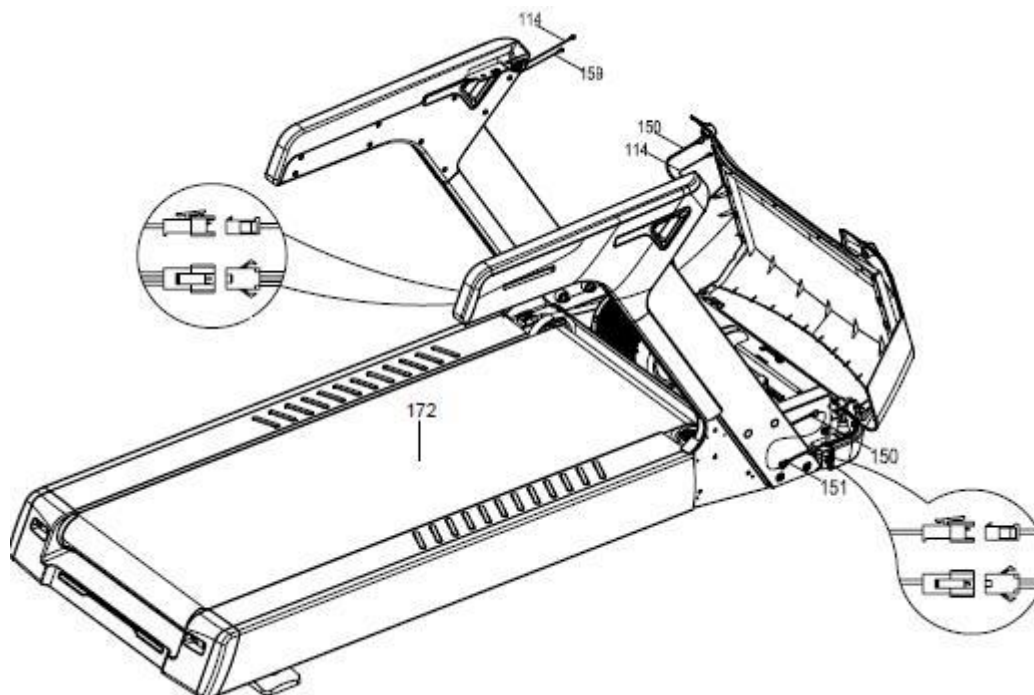
Pas 2

Fixati manerul stang si drept la cadrul de baza (172) folosind suruburi M12*65 (86). Atasati si suruburile M12*25 (73) cu saibe plate (89). Nu le strangeti ferm!



Pas 3

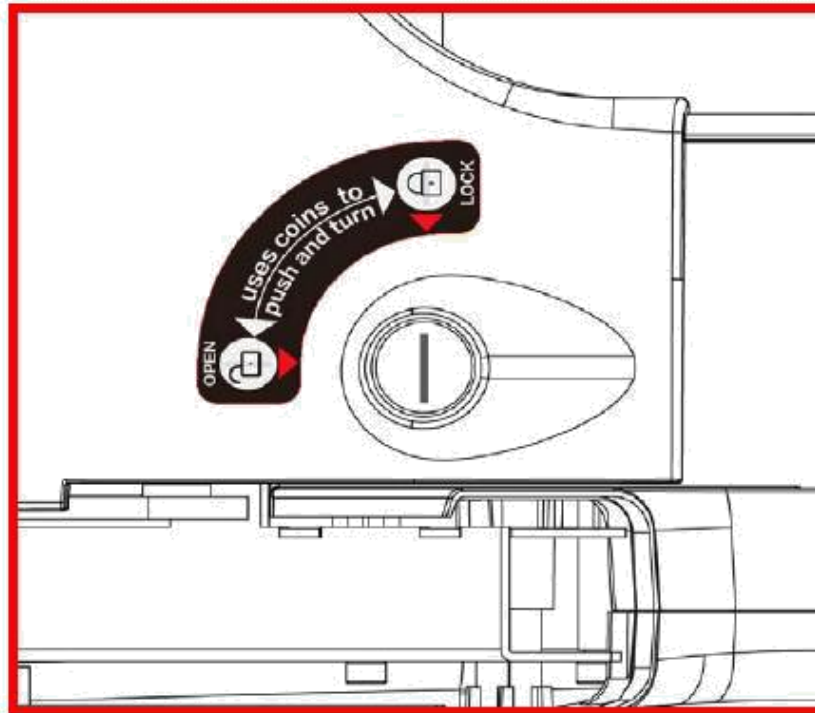
Conectati cablul semnalului de pe partea dreapta (151) la cablul superior (150). Conectati cablul stang si drept la cablul semnalului.



Pas 4

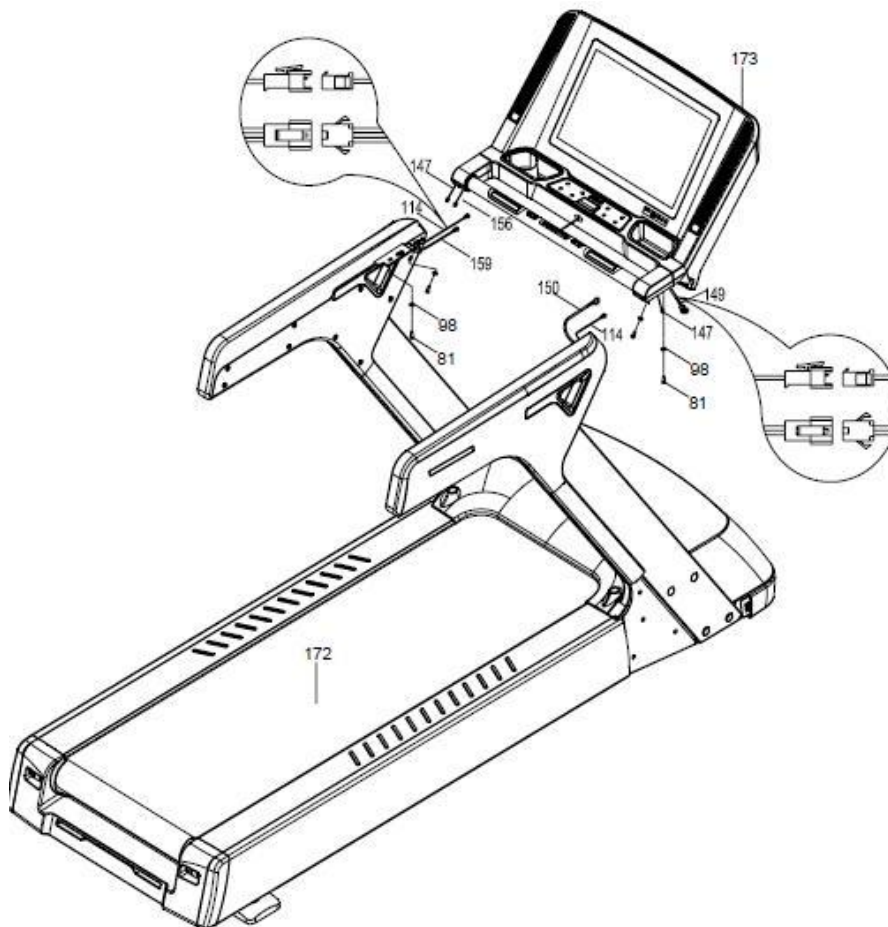
Dupa ce asezati carcasa motorului la loc cu mainile, folositi o moneda pe care o plasati in adancitura de pe carcasa si rotiti-o la 90° pentru a fixa carcasa.





Pas 5

Conectati cablul drept si stang de la manere cu cablul de conectare al calculatorului. Fixati calculatorul la cadrul benzii. Folositi cheia M6 din dotare. Strangeti ferm cele 4 suruburi M8*15 (81) si saibe $\phi 9\phi 16 \times 1.6$ (98).



Conectare cabluri

1. Poza 1: Asamblarea calculatorului.



2. Poza 2: Capatul din stanga al cablului si cablul de la maner.



3. Poza 3: Cablu drept semnal si cablu maner.



Poza 6

Prima data scoateti afara cablul care trebuie conectat (vezi imaginea 2 si 3).

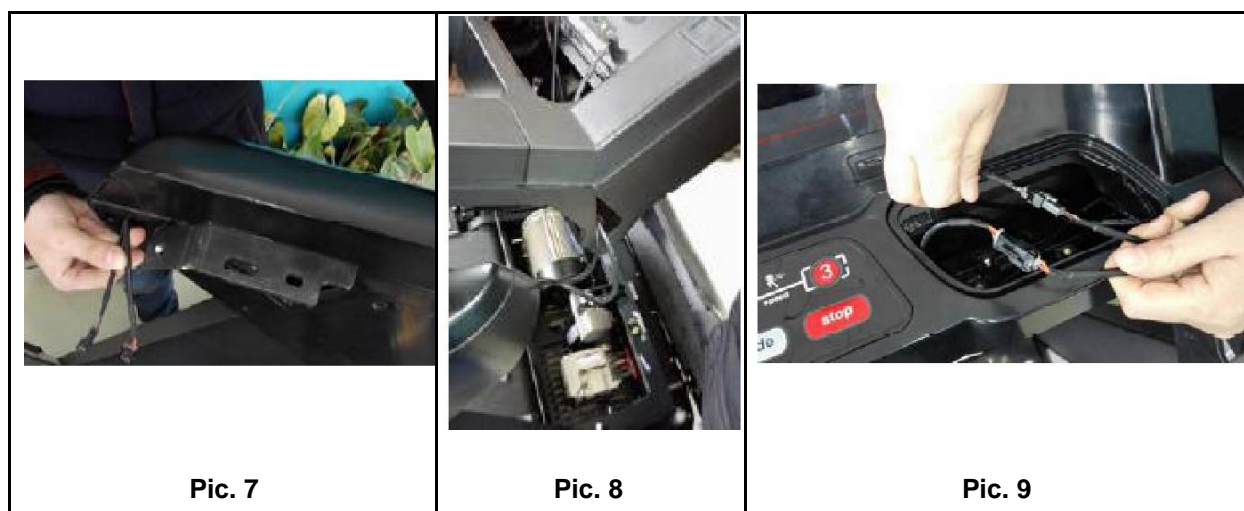
Poza 7

Apoi introduceti capatul din stanga al cablului si cablul de la maner in orificiul din partea stanga a calculatorului (vezi figura 4 si 5). Apoi conectati cablul (vezi figura 6).



Pas 8

Introduceti cablul mijlociu al manerului in orificiul din partea dreapta a calculatorului (vezi figurile 7 si 8) si conectati-le (vezi figura 9).



Pas 9

Apoi fixati calculatorul la cadrul benzii de alergat folosind suruburi de timp M6 si cheia din dotare.

Strangeti ferm fiecare din cele 4 suruburi M8*15 si saibele $\phi 9 \times \phi 16 \times t 1.6$ (vezi figurile 10 si 11).



Pas 10

Introduceti cablurile in calculator. Asamblati suportul aflat in cutia cu accesorii pentru calculator. (vezi figura 12 si 13).



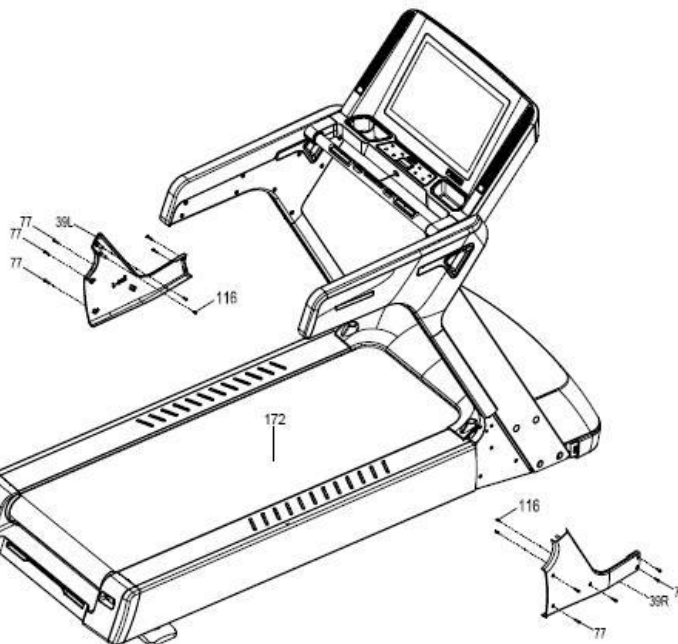
Pic. 12



Pic. 13

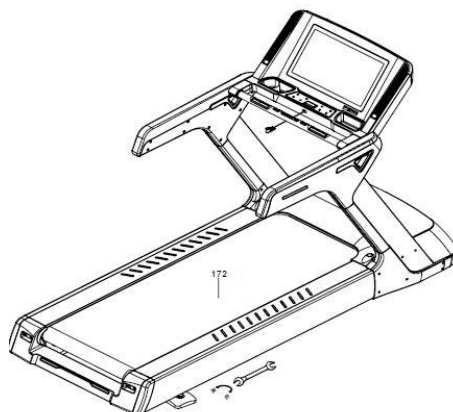
Pas 11

Strangeti toate suruburile de la manere (inclusiv cele din interior), apoi fixati capacele frontale (39L/R) cu ajutorul suruburilor M5*25 (77). Strangeti surubul M4*15 (116) pe cadru.



Pas 12

Conform imaginilor, daca banda nu este la nivel, puteti folosi setul de instrumente 17-22, cheia 34 pentru a o regla. Rotiti in sens anti-orar pentru a o ridica, si in sens orar pentru a o cobori.



PARAMETRI TEHNICI

Dimensiuni (mm)	2280*945*1500 mm	Interval viteza	1 — 23 Km/h
Interval inclinare	1 - 20%	Putere motor (CP)	8 CP
Supraf. de alergare (mm)	1650*600 mm	Tensiunea de alimentare (V)	220 – 240 V
G.N.	265 Kg	Putere max.	3000 W
Greutate max. admisa	200 Kg	Temperatura de utilizare	0 – 28 °C
Display	Viteza, Timp, Distanta, Calorii, Puls		
Securitatea si Avantajele produsului	<ul style="list-style-type: none">A. Butoane de siguranta (culoare rosie)B. Protectie la suprasarcina si supratensiune in calculator.C. Ecran LED cu afisaj clar, indiferent de unghiul de vizualizare the view has no effect.D. 1.0—23 km/h interval vitezaE. Ajustare lina a vitezei.F. Amortizoarele asigura un impact redus asupra gleznelor si incheieturilor in timpul alergarii.G. Protectia la supratensiune este activa numai dupa resetarea manuala to function, prevenind defectear motorului.H. Protejarea circuitelor impotriva deteriorarii. Se activeaza in 0,3 secunde.		

SA INCEPEM!

PREGATIRE

Daca aveti peste 45 de ani sau aveti probleme de sanatate si aceasta este prima data cand utilizati o banda de alergare, consultati un medic inainte.

Inainte de a va urca pe banda de alergare, familiarizati-va cu butoanele si functiile sale, invatati cum sa o porniti, opriti, etc. Apoi stati cu picioarele pe benzile laterale aderente si tineti-va de manere cu ambele maini. Porniti banda de alergare si setati o viteza mica, cuprinsa intre (1.6 – 3.2 km/h), stati drept, cu privirea in fata. Dupa ce v-ati obisnuit cu acesata viteza, puteti mari treptat viteza la 3 – 5 km/h si mentineti aceasta viteza timp de 10 minute. Dupa aceasta, opriti banda.

EXERCITIU

Mergeti 1 km in ritm constant si cronometrati cat timp v-a luat, ar trebui sa va incadrati in aproximativ 15 - 25 minute. Mergeti 1 km cu viteza de 4.8 km/h (este nevoie de aproximativ 12 minute). Dupa ce v-ati acomodat cu acest exercitiu, puteti seta o viteza mai mare sau sa schimbati nivelul inclinarii. Antrenati-va timp de 30 minute.

FRECVENTA EXERCITIILOR

Frecventa optima pentru exercitiu este de 3 - 5 ori pe saptamana, timp de 15 – 60 min. Este ideal sa va faceti un program de antrenament si sa nu va antrenati la inatamplare. Puteti controla intensitatea exercitiului prin ajustarea vitezei si inclinarii. Va sugeram sa nu ajustati inclinarea la inceputul exercitiului.

CUM SA VA ANTRENATI

Este bine ca fiecare exercitiu sa dureze intre 15 – 20 min. Incalziti-va aproximativ 2 minute, mergand 4.8 km/h, apoi mariti viteza la 5.3 km/h, apoi la 5.8 km/h. Fiecare sectiune trebuie sa dureze aproximativ 2 minute. Apoi adaugati 0.3 km/h per 2 min, pana ce vi se intensifica respiratia. Antrenati-va la aceasta viteza, daca va este greu sa respirati, reduceti viteza cu 0.3 km/h. In ultimele 4 minute reduceti viteza.

CONSUMUL CALORIILOR Incalziti-va aproximativ 5 minute la viteza 4 – 4.8 km/h, apoi adaugati 0.3 km/h la fiecare 2 minute. Mariti treptat viteza pana cand devine solicitant sa va antrenati continuu timp de 45 minute. Pentru a mari intensitatea, puteti incerca sa va antrenati timp de 1 ora la aceasta viteza.

INSTRUCTIUNI DE OPERARE

AFISAJ



1. **Fereastra Time:** Afiseaza timpul, in intervale cuprinse intre 0:00 - 99:59 min. Cand este atinsa limita superioara incepe numaratoarea de la 0 din nou. Modul Countdown– afiseaza numaratoarea inversa de la valoarea presetata la 0. Cand ajunge la valoarea 0:00, banda se opreste treptat. Cand banda se opreste complet, va intra in modul standby.
2. **Fereastra Distance:** Afiseaza distanta parcursa, cuprinsa in intervalul 0.00 - 99.90 km. Cand este atinsa limita superioara, incepe numaratoarea de la 0:00 din nou. Modul Countdown – afiseaza numaratoarea inversa de la valoarea setata la 0. Cand ajunge la 0,00, banda incetineste si apoi se opreste. Cand banda se opreste complet va intra in modul standby.
3. **Fereastra Pulse:** Afiseaza pulsul curent al utilizatorului. Daca utilizatorul tine ambele palme pe manere, sistemul va detecta pulsul curent si il va afisa pe ecran. Intervalul pentru frecventa cardiaca este de 22 - 250 bpm. Aceste date sunt doar pentru referinta si nu trebuie folosite in scop medicinal.
4. **Fereastra Calories:** Afiseaza consumul de calorii, in intervalul 0 – 9999 cal. Cand limita este atinsa, incepe din nou numaratoarea de la 0. Modul Countdown– afiseaza numaratoarea inversa de la valoarea presetata la 0. Cand ajunge la 0:00, banda incetineste treptat si apoi se opreste. Cand banda se opreste complet, va intra in modul standby.
5. **Fereastra Speed:** Afiseaza viteza curenta. Intervalul pentru viteza este cuprins intre 1.0 – 20 km/h.

6. **Fereastra Incline:** Afiseaza nivelul de inclinare curent. Intervalul este cuprins intre 0 - 18°.
7. **Fereastra Matrix:** Afiseaza o pista de cursa in modul manual. Inclinarea si viteza sunt afisate in mijlocul ecranului.

FUNCTII BUTOANE

1. "Start" – Apasati acest buton pentru a porni banda.
2. "Stop" – Apasati acest buton pentru a opri banda.
3. "Mode" – Selecteaza functia dorita. Apasati acest buton pentru setarea timpului, distantei, caloriilor.
4. "Programs" – Selectati unul dintre cele 24 programe presetate si 2 programe pentru utilizatori prin apasarea repetata a acestui program.
5. "Speed +" – Apasati acest buton in timp ce alergati si viteza va creste cu 0.1 km/h. Puteti mari valoarea si cand setati timpul, distanta sau caloriile.
6. "Speed -" – Apasati acest buton in timp ce alergati si viteza va scadea cu 0.1 km/h. Puteti scadea valoarea cand setati timpul, distanta, caloriile.
7. "Incline +" – Apasati acest buton pentru a creste nivelul inclinariei.
8. "Incline -" – Apasati acest buton pentru a scadea nivelul inclinariei.
9. "Volume start and stop" - Apasati butonul pentru a porni opri muzica.
10. "Sound +" – Apasati acest buton pentru a mari volumul.
11. "Sound -" – Apasati acest buton pentru a scadea volumul.
12. "Former music" – Apasati acest buton pentru a reda melodia precedenta.
1. "Next music" – Apasati acest buton pentru a reda melodia anterioara.

INSTRUCTIUNI DE OPERARE

MODUL MANUAL

Cand porniti banda de alergare, calculatorul emite un sunet apoi dupa 2 secunde va intra in modul standby. Atasati cheia de siguranta si apasati butonul "START" pentru a porni banda. Banda incepe sa ruleze incet si pe ecran vor fi afisate valorile functiilor timp, distanta, calorii. Puteti modifica viteza si inclinarea apasand butoanele "SPEED +", "SPEED -", "INCLINE +" si "INCLINE -".

MODUL DE NUMARARE INVERSA

MODUL DE NUMARARE PENTRU TIMP

1. In modul standby, apasati butonul "MODE" o data iar fereastra pentru timp incepe sa palpaie. Timpul setat ca implicit este de 30 minute. Apasati butoanele "SPEED +" si "SPEED -" pentru a seta timpul pe care il doriti. Cu fiecare apasare valoarea creste/descreste cu 1 minut. Intervalul pentru timp este cuprins intre 5:00 - 99:00 min.
2. Apasati butonul "START" si incepeti antrenamentul. Cand numaratoarea este completa, banda se opreste automat. Puteti seta inclinarea si viteza in timp ce alergati.

MODUL DE NUMARARE PENTRU DISTANTA

1. In modul standby apasati butonul "MODE" de 2 ori astfel incat fereastra pentru distanta va incepe sa palpaie. Distanta setata implicit este de 5 km. Apasati butoanele "SPEED +" si "SPEED -" pentru a seta distanta dorita. Cu fiecare apasare a butonului valoarea creste/descreste cu 0.1 km. Intervalul pentru distanta este cuprins intre 0.50 - 99.00 km.

2. Apasati butonul "START" si incepeti exercitiul. Cand numaratoarea a ajuns la final, banda se opreste automat. Puteti ajusta viteza si inclinarea in timp ce alergati.

MODUL DE NUMARARE PENTRU CALORII

1. In modul standby, apasati butonul "MODE" de 2 ori, fereastra pentru calorii va incepe sa palpaie. Caloriile setate implicit sunt 100 cal. Apasati butoanele "SPEED +" si "SPEED -" pentru a seta valoarea. Cu fiecare apasare a butonului, valoarea creste/descreste cu 10 cal. Intervalul ajustabil este cuprins intre 20 - 990 calorii.
1. Apasati butonul "START" si incepeti exercitiul. Cand numaratoare a ajuns la final, banda de alergare se opreste automat. Puteti ajusta viteza si inclinarea in timp ce alergati.

PROGRAME PRESETATE

While in the standby mode, press the "PROGRAM" button. You can choose from 24 preset programs. The default time of a program is 30 minutes. Press "SPEED +" and "SPEED -" to choose a time you want, press "START" and begin exercising. When the time counts down to zero, the treadmill stop running. See the program chart below:

Program/Timp		Timp fixat 30 minute/10 = fiecare faza									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Viteza	1	1	4	3	4	3	5	4	2	5
	Inclinare	1	1	2	3	3	1	2	2	3	2
P2	Viteza	2	5	4	6	4	6	4	2	5	2
	Inclinare	1	2	3	3	2	2	3	5	2	2
P3	Viteza	2	5	4	5	4	5	4	4	3	2
	Inclinare	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	Viteza	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	Inclinare	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	Viteza	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	Inclinare	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	Viteza	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	Inclinare	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	Viteza	2	6	7	4	4	7	4	2	6	2
	Inclinare	4	5	6	6	9	9	10	10	6	3
P8	Viteza	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	Inclinare	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	Viteza	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	Inclinare	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	Viteza	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	Inclinare	4	4	3	5	6	7	7	5	3	3
P11	Viteza	3	5	8	8	9	5	7	6	3	2
	Inclinare	4	5	6	6	9	9	10	10	6	3
P12	Viteza	3	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	Inclinare	3	5	6	7	10	10	10	10	6	3
P13	Viteza	3	5	7	8	9	10	8	5	4	4

	Inclinare	1	2	3	4	5	5	4	3	2	1
P14	Viteza	2	4	6	8	10	10	8	6	4	2
	Inclinare	4	5	6	7	8	8	7	6	5	4
P15	Viteza	3	4	7	8	10	9	8	6	5	4
	Inclinare	3	4	5	6	7	8	8	5	3	2
P16	Viteza	2	3	5	4	5	5	7	5	4	2
	Inclinare	0	2	2	4	4	6	6	1	1	0
P17	Viteza	2	6	8	3	9	4	10	4	3	2
	Inclinare	6	6	10	10	3	3	3	7	1	0
P18	Viteza	1	5	4	5	9	5	4	5	3	2
	Inclinare	5	5	8	8	10	10	10	7	1	0
P19	Viteza	3	4	8	4	3	8	6	4	4	1
	Inclinare	2	4	4	4	4	2	3	3	1	0
P20	Viteza	3	2	3	6	6	6	6	5	2	2
	Inclinare	3	3	5	5	5	5	2	2	1	0
P21	Viteza	2	6	5	6	8	6	7	4	3	2
	Inclinare	2	3	3	3	4	4	1	1	2	0
P22	Viteza	2	4	6	8	10	8	6	4	6	6
	Inclinare	2	3	6	6	3	5	9	3	5	3
P23	Viteza	2	4	6	8	4	2	7	8	10	1
	Inclinare	3	6	5	3	5	3	5	5	4	2
P24	Viteza	2	4	6	4	6	8	10	8	6	4
	Inclinare	2	5	5	3	5	5	3	3	4	2

PROGRAM UTILIZATOR

In modul standby, apasati butonul "PROGRAM" si alegeti unul dintre cele 2 programe ale utilizatorului. (U1, U2). Timpul setat ca implicit pentru un program este de 30:00 min. Apasati butoanele "SPEED +" "SPEED -" pentru a alege timpul dorit. Apasati butonul "MODE" pentru a confirma setarea apoi setati viteza si inclinarea pentru fiecare faza a programului. Apasati butonul "SPEED +" si "SPEED -" pentru a alege viteza si inclinarea "INCLINE +" "INCLINE -". Apasati butonul "MODE" pentru a confirma setarile si a accesa urmatoarele setari ale programului.

Dupa ce ati finalizat setarile, apasati butonul "START" si incepeti exercitiul. Cand timpul ajunge la zero, banda se opreste automat.

TEST PENTRU PULS

Daca calculatorul detecteaza pulsul, va afisa valoarea pe ecran.

1. Masurarea inainte de exercitiu

Stati cu ambele picioare pe benzile laterale si si tineti ambele palme pe senzorii de puls timp de aproximativ 20 secunde .

2. Masurare dupa exercitiu

Stati cu ambele picioare pe benzile laterale si si tineti ambele palme pe senzorii de puls timp de aproximativ 20 secunde .

NOTA: Nu va masurati pulsul in timpul exercitiului, poate influenta valoarea finala.

MOD ECONOMISIRE ENERGIE

Aparatul dvs. este prevazut cu functie de economisire a energiei . Va intra automat in modul de economisire a energiei dupa 4 minute de inactivitate. Ecranul se stinge automat. Pentru a-l porni, apasati orice buton.

MP3

Daca banda este pornita, conectati un dispozitiv MP3 sau alt dispozitiv audio. Puteti reda muzica la calculator.

1. Cand introduceti un card SD sau un USB, selectarea pieselor sau a volumului se face de la calculator.
2. Cand conectati banda la un dispozitiv MP3, selectarea pieselor sau a volumului se face de pe dispozitiv.

AJUSTAREA INCLINARII

- A. Apasati butonul "START" si scoateti cheia de siguranta. Conectati cheia de siguranta din nou si setati sistemul metric/inch cu ajutorul butoanelor "SPEED +" sau "SPEED -" . Selectati fie "SI" (sistem metric) sau "Eng" (sistem inch) din fereastra pentru viteza. Apoi apasati butonul "START" pentru confirmare si banda va intra in modul standby.
- B. In modul standby apasati butoanele "SPEED +", "SPEED -", "INCLINE +", "INCLINE -" in acelasi timp, pentru 3 secunde si accesati ajustarea automata a inclinarii. Dupa ce ati finalizat, aparatul va intra in modul standby.

SEMNIFICATIA ERORILOR

Er-1: Pornire, calculatorul nu reactioneaza

- Verificati cablul de alimentare de la calculator.
- Verificati conexiunea dintre calculator si controller.

Er-2: Eroare de inclinare

- Verificati cablul de semnal al motorului de inclinare.
- Verificati daca motorul de inclinare este deteriorat.
- Verificati daca controllerul este deteriorat.

Er-3: Protectie supra-tensiune

- Asigurati-va ca tensiunea de alimentare este cuprinsa in intervalul optim: AC220-240V.

Er-4: Protectie supra-curent

- Verificati daca componentele mobile ale benzii sunt blocate.
- Verificati starea uleiului. Lubrifierea insuficienta poate mari frecarea dintre suprafata de alergat si placa.
- Verificati daca placa sau suprafata de alergat este deteriorata.
- Verificati controllerul si motorul daca s-au defectat.

Er-5: Protectie supra-sarcina

- Verificati daca componentele mobile ale benzii s-au blocat.
- Verificati starea lubrifierii. Daca lubrifierea este insuficienta, poate mari frecarea dintre suprafata de alergat si placa.
- Verificati daca suprafata de alergat sau placa s-au deteriorat.
- Verificati controllerul si motorul daca prezinta defectiuni.

Er-6: Motorul nu functioneaza

- Verificati conexiunile de la motor. Verificati cablurile si asigurati-va ca toate conexiunile nu sunt corecte.
- Verificati controller-ul si motorul daca sunt defecte.

Er-7: Controllerul nu detecteaza semnalul

- Verificati cablul de alimentare de la calculator.
- Verificati conexiunea dintre calculator si controller.

SAFE: Cheia de siguranta nu functioneaza

- Verificati daca cheia de siguranta este in locul corect.
- Verificati daca magnetii sunt corect conectati.

Calculatorul nu afiseaza nimic

- Verificati priza.
- Verificati daca este pornit intrerupatorul.
- Verificati priza si sigurantele. Inlocuiti sigurantele daca este necesar.

A. Functia Safety lock

Daca scoateti cheia de siguranta, ecranul afiseaza "SAFE" si se emite o alarma. Daca banda functioneaza, se va opri imediat. Daca cheia de siguranta nu este inserata in calculator, butoanele nu mai functioneaza.

B. Modul de economisire a energiei

Daca timp de 10 minute nu exista activitate, sistemul va intra in modul de economisire a energiei, iar ecranul se va stinge. Apasati orice buton pentru a reporni sistemul.

C. Functia MP3 (personalizata)

Conectati dispozitivul MP3 dupa ce ati pornit banda de alergare. Calculatorul va reda muzica, dvs. iar puteti ajusta volumul de la dispozitivul MP3.

D. Functia USB (personalizata)

Interfata USB poate fi folosita pentru a se conecta la un dispozitiv extern, cum ar fi USB sau smartphone. Daca conectati USB calculatorul va reda melodiile MP3. Conectati telefonul cu ajutorul cablului de incarcare.

E. Oprise

Puteti opri banda de alergare in orice moment.

F. Atentie

1. Verificati alimentarea si cheia de siguranta inainte de a incepe antrenamentul.
2. In caz de urgenta, scoateti cheia de siguranta imediat pentru a opri banda. Dupa ce inserati din nou cheia de siguranta, sistemul intra in modul standby.
3. Daca aveti probleme cu aparatul, contactati distribuitorul. Nu incercati sa reparati banda sau sa o dezamblati.

INSTRUCTIUNI DE MENTENANTA

ATENTIE: Scoateti cablul de alimentare din priza inainte de a efectua mentenanta aparatului.

1. CURATARE

Pastrati banda curata prin curatare regulata. Curatati partile expuse ale benzii, pe ambele parti. Asigurati-va ca aveti pantofii sport curati inainte de a folosi banda. Suprafata benzii trebuie curatata cu o carpa umeda cu sapun. Atentie sa nu ajunga apa la componentele electrice ale benzii si sub suprafata de alergare.

ATENTIE: Scoateti banda de alergare din priza inainte de a scoate carcasa de la motor. Dupa ce scoateti carcasa de la motor, aspirati sub ea, cel putin o data pe an.

2. LUBRIFIERE

Suprafata de alergare si placa sunt gata lubrificate din fabrica. Frecarea dintre suprafata de alergare si placa joaca un rol major in durata de utilizare a benzii, de aceea este nevoie de lubrifiere regulata a acestor componente. Va recomandam sa verificat regulat placa, in cazul in care este uzata, aceasta trebuie inlocuita.

Lubrifierea suprafetei de alergare si a placii:

- | | |
|---|-------------------|
| 1. Utilizare ocazionala(mai putin de 3 ore/saptamana) | anual |
| 2. Utilizare medie (3 - 5 ore/ saptamana) | la fiecare 6 luni |
| 3. Utilizare intensa (mai mult de 5 ore/ saptamana) | la fiecare 3 luni |

INSTRUCTIUNI DE INTRETINERE

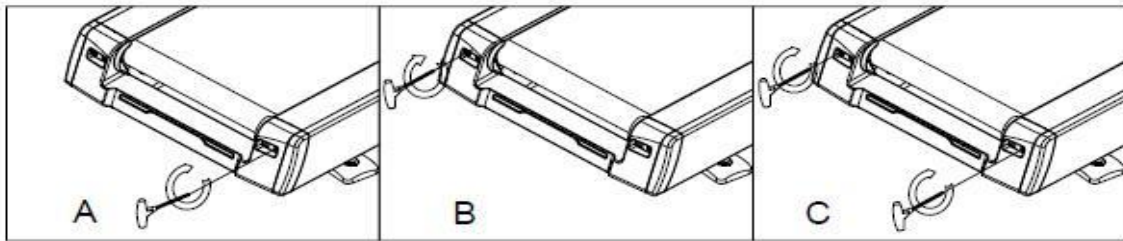
- Pentru o utilizare indelungata a benzii, va recomandam sa opriti alimentarea timp de 10 minute, la fiecare 2 ore de functionare.
- In cazul in care suprafata de alergat nu este stransa suficient, va scapa atunci cand alergati; daca este prea stransa, poate afecta performanta motorului si deteriora rolele si suprafata de alergare. Gradul de tensionare ideal pentru suprafata de alergat este atunci cand reusiti sa ridicati suprafata de alergare la o distanta de 50 – 75 mm fata de placa.

AJUSTAREA SUPRAFETEI DE ALERGAT

Este necesara ajustarea optima a suprafetei de alergat pentru o utilizare mai buna a produsului. Suprafata de alergare trebuie sa fie situata pe centru. Banda de alergare trebuie plasata pe o suprafata dreapta si solida. Setati banda sa ruleze cu viteza de 6 - 8 mile pe ora. Verificati daca suprafata de alergat deviaza. Daca suprafata deviaza spre dreapta, scoateti cheia de siguranta si opriti alimentarea. Rotiti surubul de ajustare drept in sensul acelor de ceas cu $\frac{1}{4}$ de tura, apoi introduceti stecherul in priza si conectati cheia de siguranta. Banda va incepe sa ruleze, observati acum daca suprafata de alergat mai deviaza.

Repetati pasii de mai sus pana cand suprafata de alergat este centrata

- **Poza A** Daca suprafata de alergare deviaza spre stanga, scoateti cheia de siguranta si scoateti cablul de alimentare din priza. Rotiti surubul de ajustare stang in sens orar cu 1/4 de tura, apoi introduceti stecherul in priza si conectati cheia de siguranta. Banda incepe sa functioneze. Observati daca suprafata de alergat mai deviaza. Repetati pasii de mai sus pana cand suprafata de alergat este centrata.
- **Poza B.** Dupa o durata mai lunga de utilizare, suprafata de alergare nu va mai fi la fel de stransa si va fi nevoie sa o ajustati. Scoateti cheia de siguranta si cablul de alimentare din priza, si rotiti surubul de ajustare stang si drept in sens orar cu 1/4 de tura. Introduceti stecherul in priza si inserati cheia de siguranta, banda incepe sa ruleze. Urcati-va pe banda pentru a confirma nivelul de tensionare. Repetati pasii de mai sus pana ce suprafata de alergat este destul de stransa. (**poza C**).



AJUSTARE SUPRAFATA DE ALERGAT

Cum sa va dati seama cand suprafata de alergat trebuie ajustata: cand alergati veti simti ca banda scapa, sau sacadeaza, acest lucru inseamna ca suprafata de alergat nu are o tensionare optima. Trebuie sa verificati care parte s-a slabit. Scoateti cele 4 suruburi de la carcasa motorului. Apoi setati banda sa mearga cu o viteza de 1 km/h. Urcati-va pe banda de alergat si tineti-va de manere in timp ce incercati sa apasati mai tare pe suprafata de alergat cu picioarele.

- Daca suprafata de alergat nu se opreste atunci cand apasati pe ea, atunci inseamna ca suprafata de alergat si cureaua de la motor sunt optim tensionate. Nu trebuie ajustate.
- Daca suprafata de alergat se opreste cand o apasati, dar rola din fata nu se opreste, inseamna ca suprafata de alergat mai trebuie stransa. (vezi pasii de la sectiunea anterioara).
- Daca suprafata de alergare si rola din fata se opresc atunci cand apasati cu picioarele, si motorul functioneaza, cureaua de la motor se opreste, atunci trebuie sa ajustati cureaua V.

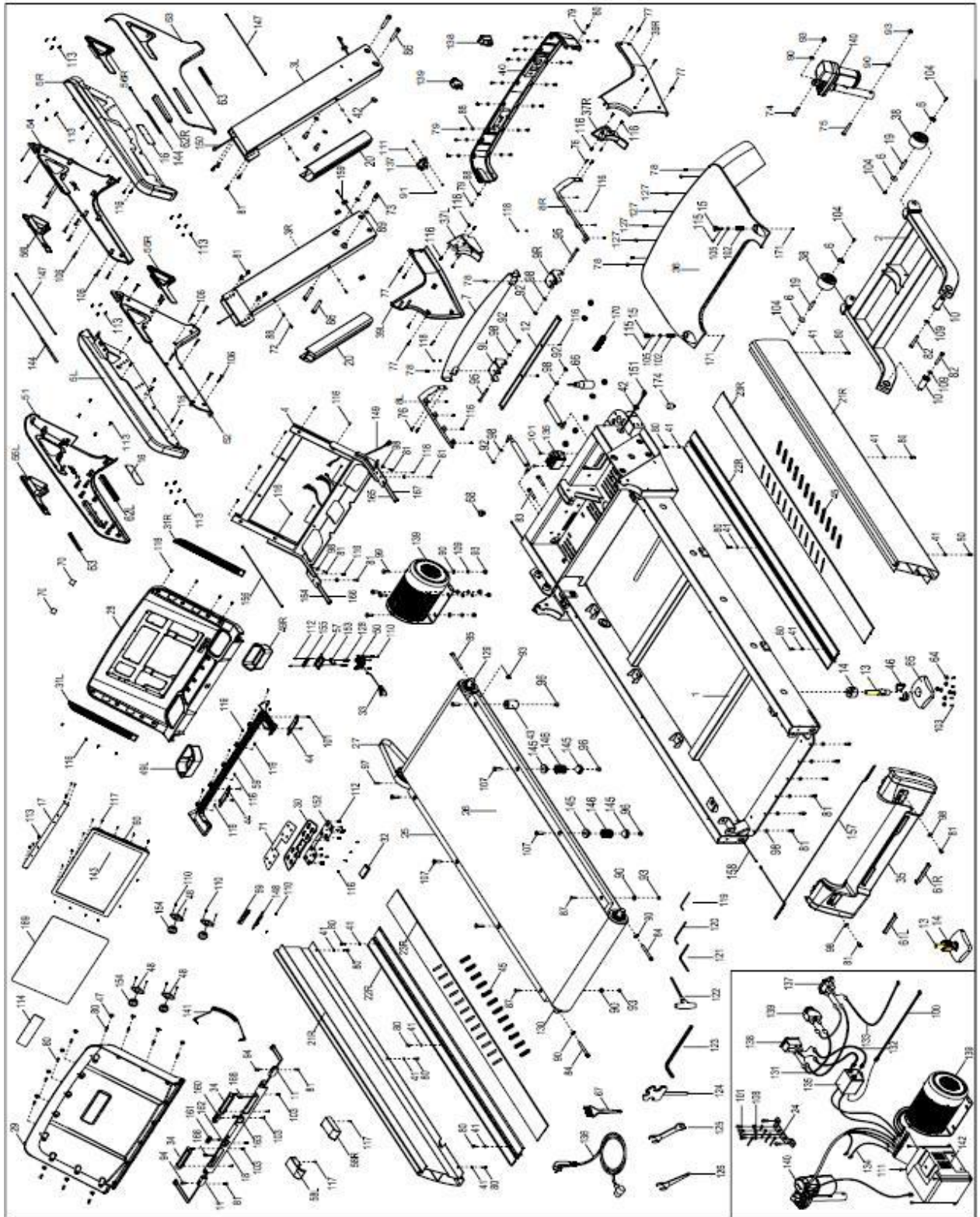
METODE DE AJUSTARE

Pas 1: Folositi o moneda pe care sa o introduceti in adancitura de pe carcasa motorului si rotiti moneda la 90°. Acum deschideti carcasa motorului.

Pas 2: Scoateti cele 4 suruburi de la baza motorului (nu il scoateti) si reglati surubul de ajustare de la baza motorului cu o cheie. Cu ajutorul mainii. Daca este prea slabita, puteti inversa cureaua V-poly cu 100%. Daca este prea stransa, gradul la care puteti intoarce cureaua V este limitat. Daca puteti inversa cureaua motorului dupa ajustare cu 80%, atunci cureaua motorului este stransa. Va rugam sa ajustati nivelul de tensionare al curelei V astfel incat sa se poate intoarce cu 80%.

Pas 3: Fixati cadrul de baza al motorului si folositi o moneda pentru a inchide carcasa de la motor.

VEDERE DESFASURATA



LISTA COMPONENTE

NR.	DENUMIRE	DESCRIERE	BUC.	NR.	DENUMIRE	DESCRIERE	BUC.
1	Cadru principal		1	2	Suport motor inclinare		1
3L/R	L/R Stalpi		2	4	Suport calculator		1
5L/R	L/R Componenta maner		2	6	Capac surub		4
7	Placa fixa -carcasa motor		1	8L/R	Piesa de conectare pentru carcasa		2
9L/R	Baza de conectare		2	10	Ax	6#	2
11	Tub de conectare		2	12	Baza carcasa motor		1
13	Articlatie universala		2	14	Piulita		2
15	Bolt de fixare		2	16	Foaiie compresie		2
17	Foaiie compresie		1	18	Tub		1
19	Ax roti transport		2	20	Decoratiuni bara		2
21L/R	Benzi aderente laterale		2	22L/R	Benzi laterale stanga/dreapta		2
23 L/R	Piesa de insertie		2	24	Panou		1
25	Suprafata de alergare		1	26	Curea		1
27	Curea		1	28	Carcasa calculator		1
29	Calculator		1	30	Taste		1
31L/R	Difuzoare		2	32	Buton oprire de urgenta		1
33	Clema cheie siguranta		1	34	Senzori puls-componente		2
35	Carcasa spate		1	36	Carcasa superioara motor		1
37L/R	Carcasa decorativa		2	38	Roti de transport		2
39L/R	L/R Carcasa		2	40	Capac decorativ		1
41	Saiba plata	$\phi 6.6 * \phi 16 * t 1.6$	12	42	Dop		2
43	Tampon		2	44	Placa		2
45	Covor anti-alunecare		24	46	Set suruburi		4
47	Opritor		11	48	Piese difuzoare		4
49L/R	Suport		2	50	Comutator		1
51	Carcasa stanga		1	52	Carcasa laterala maner stang		1
53	Carcasa dreapta		1	54	Carcasa laterala maner drept		1
55L/R	Capac decorativ		2	56L/R	Capac decorativ		2

57	Comutator cheie siguranta		1	58L/R	Capac decorativ stanga		2
59	Capac inferior senzori puls		1	60	TFT cadru fixare		1
61L/R	Carcasa dreapta		2	62L/R	Decoratiune maner		2
63	Decoratiune maner		2	64	Picioruse anti-alunecare		16
65	Placuta		2	66	Silicon		1
67	Perie		1	68	Dop		1
69	USB sticker		1	70	Sticker difuzoare		2
71	Sticker taste		1	72	Surub	M6*10	4
73	Surub	M12*25	4	74	Surub	M10*45	1
75	Surub	M10*65	1	76	Surub	M5*10	4
77	Surub	M5*25	10	78	Surub	M6*10	6
79	Surub	M6*12	16	80	Surub	M6*15	23
81	Surub	M8*15	22	82	Surub	M10*60	2
83	Surub	M10*50	2	84	Surub	M10*85	2
85	Surub	M10*90	1	86	Surub	M12*65	4
87	Surub	M10*45	2	88	Saiba	φ6.6*12*t1.6	26
89	Saiba	φ13*φ24*t2.5	4	90	Saiba	φ11*20*t2.0	10
91	Piulita	M4 nickle	2	92	Piulita	M8 nickle	4
93	Piulita	M10 nickle	9	94	Surub	M8*10	2
95	Surub	M8*80	2	96	Surub	M10*12	6
97	Surub	M6*40	1	98	Saiba	φ9*16*t1.6	16
99	Surub	M10*25	4	100	Cablu	400 mm	2
101	Surub	M4*8	12	102	Arc		2
103	Surub	ST0.4*15	14	104	Surub	M6*12	4
105	Saiba	φ16*φ23*t0.4	2	106	Surub	M6*40	18
107	Surub	M10*35	6	108	Saiba	φ4.1*4.4*t1	4
109	Saiba	φ16*φ23*t0.4	6	110	Surub	ST0.3*10 nickle	14
111	Surub	M4*15	6	112	Surub	M2.5*8	15
113	Surub	M3*8	34	114	Sticker carcasa calculator		1

115	Surub	φ6*22	2	116	Surub	ST4.0*15	50
117	Surub	ST3.0*15	16	118	Piulita	M5 nickle	4
119	Cheie	M4	1	120	Cheie	M5	1
121	Cheie	M6	1	122	Cheie	M8	1
123	Cheie	M10	1	124	Cheie	13#14#17#	1
125	Cheie	17-22 opening	1	126	Cheie	34 opening	1
127	Surub	M6*8	4	128	Arc		2
129	Rola fata		1	130	Rola spate		1
131	Cablu	150 mm	3	132	Cablu	450 mm	2
133	Cablu	450 mm	1	134	Cablu	500 mm	1
135	Filtru		1	136	Cablu alimentare		1
137	Stecher		1	138	Protector suprasarcina		1
139	AC motor		1	140	Motor inclinare		1
141	MP3 line		1	142	Controller		1
143	Calculator		1	144	Capac decorativ inferior		2
145	Tampon		8	146	Amortizoare		4
147	Decoratiune maner		2	148	USB-PC board		1
149	Cablu semnal superior		1	150	Cablu mijlociu semnal		1
151	Cablu semnal inferior		1	152	Taste calculator		1
153	Comutator micro		1	154	Difuzoare		4
155	Iluminare		1	156	Cablu carcasa spate		1
157	Carcasa spate		1	158	Cablu manere		1
159	Carcasa spate		1	160	Tasta rapida viteza		1
161	Tasta inclinare		1	162	Tasta rapida inclinare cablu inferior		1
163	Cablu inferior tasta viteza		1	164	Tasta rapida inclinare cablu superior		1
165	Cablu tasta viteza		1	166	Cablu superior senzori puls		1
167	Cablu senzori puls		1	168	Cablu inferior senzori puls		2
169	Sticker calculator		1	170	Garnitura		1
171	Surub	M6*8	2	172	Ansamblu cadru		1
173	Ansamblu-calculator		1	174	Placuta		1