



Ръководство на потребителя

IN 3879 Начин на работа



Използването на този уред стяга мускулите и подобрява физическата годност. И е чудесен вариант за трениране у дома.

Общи мерки за безопасност

При проектирането и производството на този фитнес уред

За да се гарантира безопасността и предотвратяването на произшествия преди първата употреба прочетете внимателно следните инструкции за безопасност.

1. Преди да започнете програма с физически упражнения, консултирайте се с вашия лекар. Лекарите трябва да преценят дали тренирате редовно и интензивно. Оценката е от съществено значение, особено ако страдате от здравословни проблеми
2. Хората с увреждания трябва да използват уреда след консултация със лекар.
3. Тренирането на уреда става със подходящи спортни дрехи и обувки.
4. Преди употреба трябва тялото да се загрее хубаво, за да няма болки във ставите и сухожилията.
5. Устройството не трябва да се използва от деца и хора с физически, умствени или сензорни увреждания. Хората, които не са запознати с работата на устройството, да тренирате под ръководството на лице, което ще ръководи тяхната безопасност.
6. Уредът трябва да се пази от деца и домашни любимци.
7. Уредът не може да се ползва със повече от едно лице.
8. След сглобяването на устройството съгласно инструкциите, се уверете, че всички болтове и гайки са правилно позиционирани и затегнати. Когато монтаж и поддръжка, използвайте само части, които са включени или са предоставени от вносителя.
9. Уредът не се използва ако той е повреден.
10. Поставете устройството на равна, чиста, твърда повърхност. Да не се използва в близост до вода и се уверете, че е около устройството има достатъчно свободно място (най-малко 0,5 м). За да предотвратите повреда на пода под уреда, поставете го под защитен шайба (не са включени).
11. Не поставяйте ръцете или краката в движещите се части на машината. Не пъхайте нищо в отворите.
12. Да се използва само за целите, които са описани в това ръководство. Използвайте само резервни части, които са препоръчани от производителя.

Специални предпазни мерки

мощност

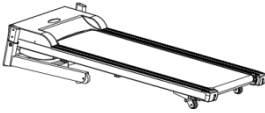
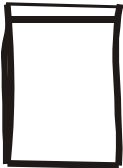
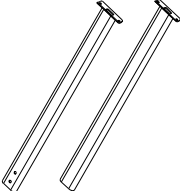
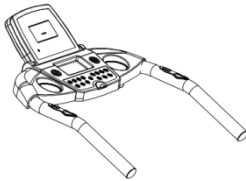
- Поставете бягаща пътека в близост до източник на захранване.
 - Свързване на оборудването към заземен електрически контакт, който не е свързан с някое друго устройство. Ние не препоръчваме използването на разклонител.
 - Ако устройството е правилно заземен, съществува риск от електрически удар. Ако не сте сигурни дали контактът е правилно заземен, консултирайте се с квалифициран електротехник. Ако връзката не е съвместимо с гнездо, не се опитвайте да го редактирате по никакъв начин. Консултирайте се с квалифициран електротехник да се използва подходящ контакт.
 - Колебания на напрежение може да повреди устройството. Промени във времето или включване и изключване на други устройства може да причини напрежение колебания. За да избегнете повреда на устройството, ако използвате предпазител от токови удари (не са включени).
 - Уредът е предназначен за напрежение гама от 220-240 V.
 - Уверете се, че захранващият кабел е в близост до носещи колела. Пазете захранващия кабел под устройството. Не използвайте, ако захранващият кабел е повреден.
 - Преди обслужване или почистване на уреда го изключете от мрежата. Поддръжка може да бъде направено само след одобрение от страна на производителя, в противен случай тя трябва да бъде обслужван от упълномощен сервизни техници. При неспазване на инструкциите, анулира гаранцията.
 - Преди да започнете работа се уверете, че е добре сглобено.
 - Да не се използва на открито или в гараж или под открито под навес. Не излагайте на влага или директна слънчева светлина.
- компиляция
- Преди сглобяването на уреда, внимателно прочетете условията за монтаж.
 - Преди монтаж разопаковайте уреда и си осигурете достатъчно място за работа.
 - Уверете се, че всичките части са във опаковката на машината.
 - Имайте предвид, че при конструирането на инструмент, както и други дейности, които изискват работа с инструменти, съществува риск от нараняване. При монтажа на уреда, бъдете внимателни. (Внимание, внимание)
 - Разгледайте изцяло снимковият материал за по лесен монтаж.
 - Монтажът трябва да се извърши от възрастен човек.

Разопаковайте всички части.

ЗАБЕЛЕЖКА: При монтажа на устройството, следвайте точно инструкциите в това ръководство.

Разопакувайте съдържанието на опаковката и проверете дали всички части са доставени

1. Разопакувайте пътеката.
2. Уверете се, че всички части са във опаковката, ако нещо липсва свържете се със продавача.

 <p>Основа</p>	 <p>Комплект аксесоари</p>	 <p>Přední tyče</p>	 <p>Контролен панел със дръжки</p>
--	--	--	--

Sada příslušenství

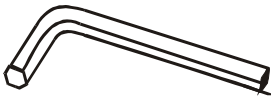
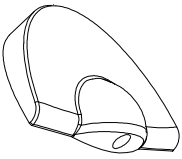




 <p>шестограм</p>	 <p>Bezpečnostní klíč</p>	 <p>Винт M8x20 – 4 бр</p>
 <p>Imbusový šroub M8x15 – 6 бр</p>	 <p>Шайба – 10 бр</p>	 <p>Силиконово масло</p>

Schéma (1)

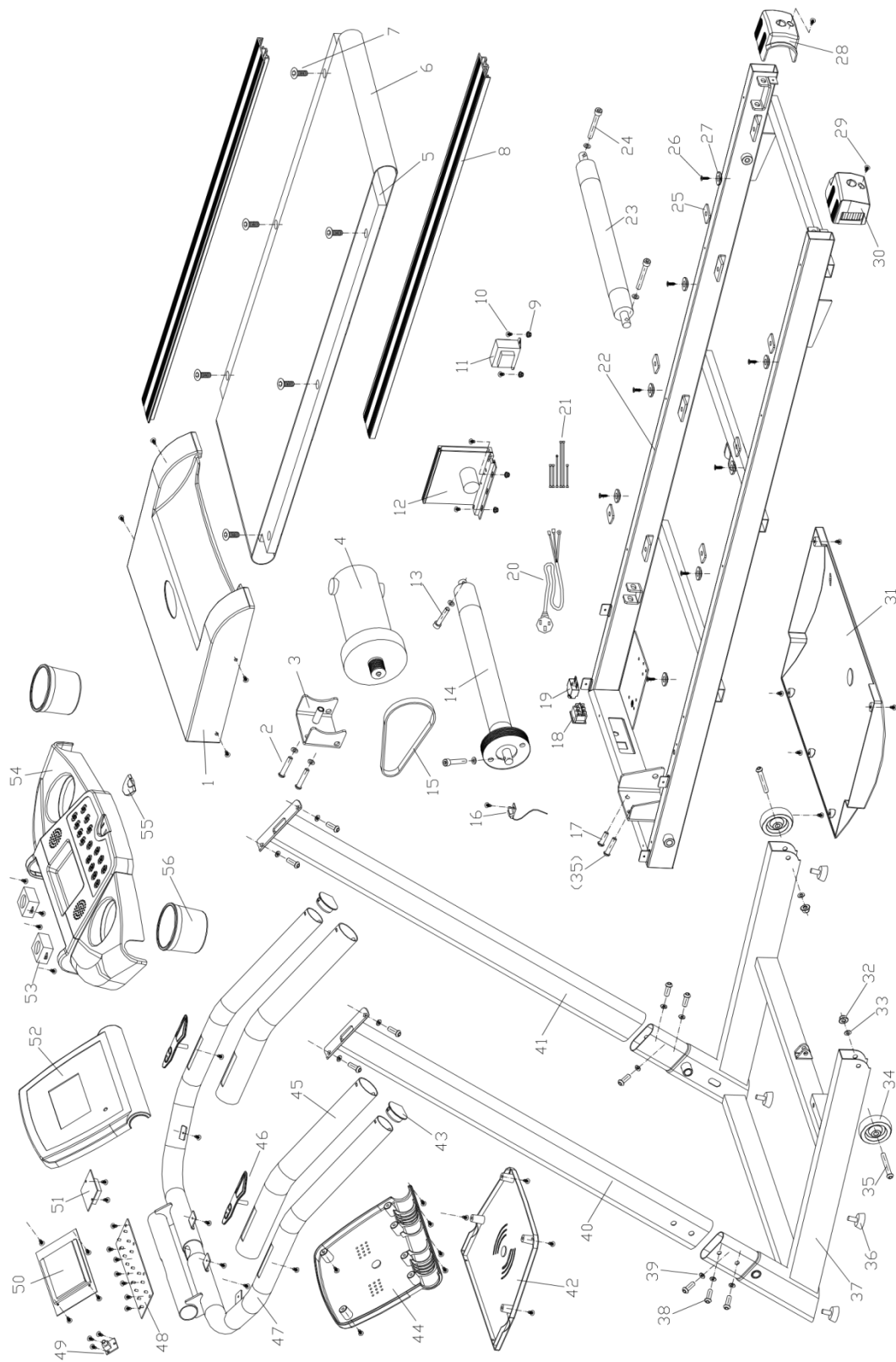
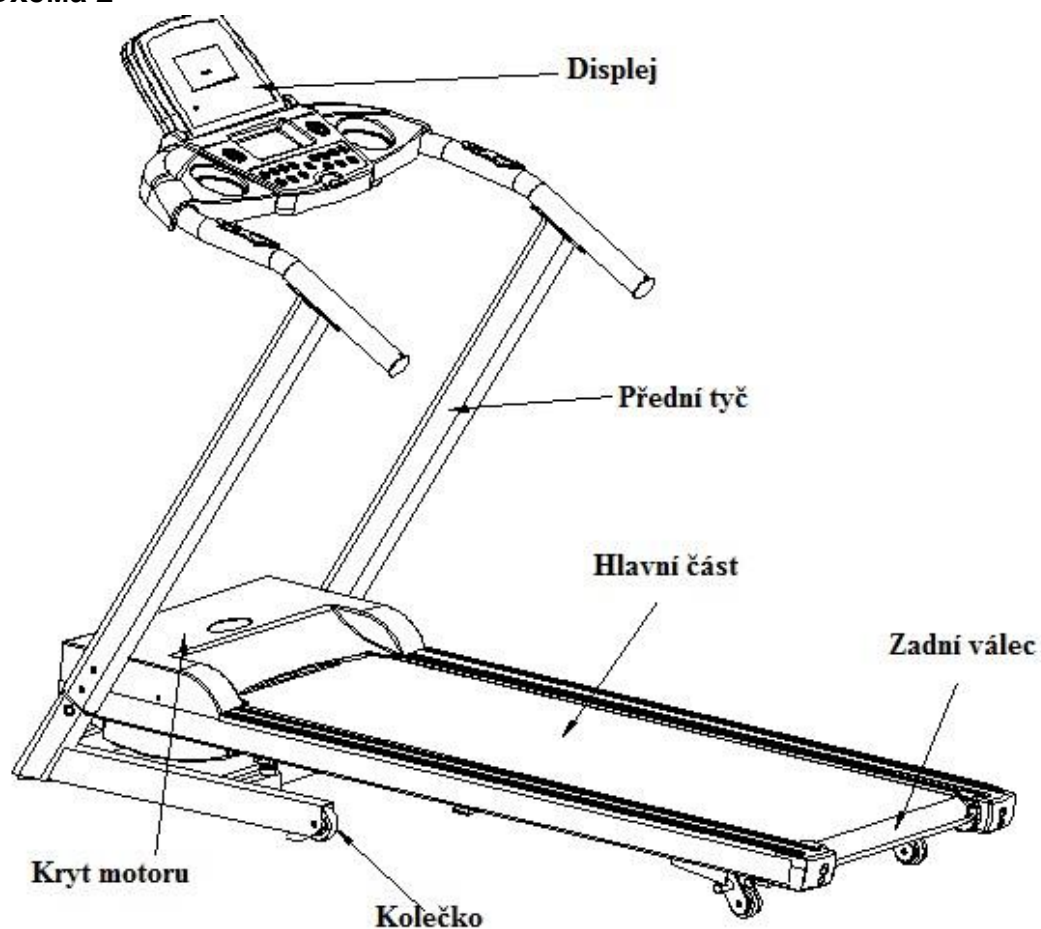


Схема на сглобяване

Номер	Описание	Брой	Номер	Описание	Номер
1	Горен капак на двигателя	1	29	винт М4*15	47
2	винтМ8*45	2	30	Заден капак - ляв	1
3	Bracket - мотор	1	31	Долен капак на мотора	1
4	мотор	1	32	матрица М8	3
5	стъпало	1	33	подложкаФ8	9
6	Монотонна работа	1	34	колело	2
7	винтМ8*25	6	35	винт М8*40	3
8	Страничен капак	2	36	Регулируема подложка	2
9	матрицаМ4	4	37	база	1
10	винт М4*12	4	38	винт М8*15	10
11	трансформатор	1	39	против хлъзгане подложка	10
12	шофьор	1	40	Предната бар - ляво	1
13	Шестограм М8*35	2	41	Предната бар - право	1
14	Преден цилиндър	1	42	Долният панел капак 1	1
15	Контролната лента	1	43	Cover дръжки	2
16	Speed Sensor	1	44	Долният панел капак 2	1
17	Винт М8*35	1	45	дръжка	2
18	Мощност	1	46	Сензор за сърдечен ритъм	2
19	предпазител	1	47	Панел Frame контрол	1
20	Захранващ кабел	1	48	платка	1
21	Комплект за свързване на кабел	1	49	говорител	1
22	основната рамка	1	50	дисплей	1
23	заден валеж	1	51	РСВ - усилвател	1
24	Шестоъгълен прът М8*65	2	52	Горният капак панел2	1
25	Гумената подложка	6	53	Ventilátor	2
26	винт М4*15	4	54	Горният капак панел 1	1
27	подложка	2	55	Security Key	1

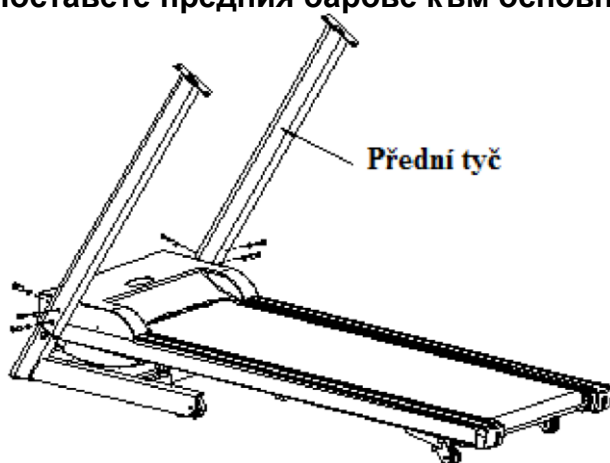
28	Заден капак - десен	1	56	Поставка за чаши	1
----	---------------------	---	----	------------------	---

Схема 2



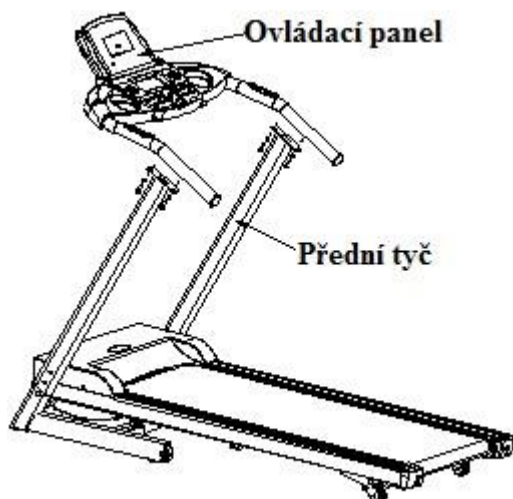
Инструкции за монтаж

1. Поставете предния барове към основната рамка



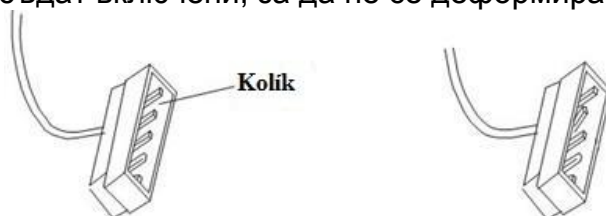
Изтеглете кабела през предния пост и се прикрепва на предната греда и основната рамка с шестте винта M8x15mm - използвайте гаечен ключ.

2. Поставете контролния панел към предните барове



Свържете кабела от панела за управление с кабел, идващ от предната дясната гредка. Поставете контролния панел на линии с помощта четири M8x20mm винтове и шайби (не затегне).

ВНИМАНИЕ: При свързване на кабели, внимавайте в конектора са щифтове, които трябва да бъдат включени, за да не се деформират или огъне.



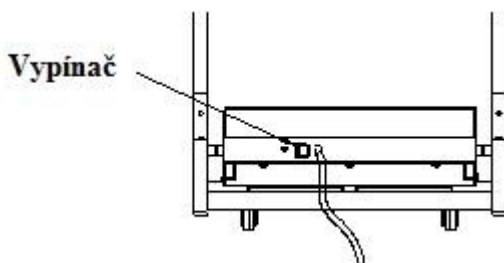
3. Затегнете винтовете

Уверете се, че това е машина и след това затегнете всички винтове ли правилно затягане по време на първите две точки.

Указания за употреба

Включване на устройството

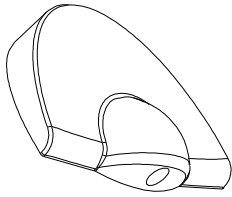
Уверете се, че устройството е свързано към захранването. Изключете захранването в положение "ON", тя ще покаже светлини и звукови сигнализаци.



Ключ за безопасност

Устройството може да работи само когато безопасността ключ е вкаран в компютъра. Преди упражнение, поставете ключа в компютъра и закачване на щипка към дрехите. Ако има проблеми по време на тренировка и ще трябва да изключите неблагоприятна двигател, просто дърпайте кабела, за които е приложен ключ за защита, и извадете ключа за сигурност от вашия компютър.

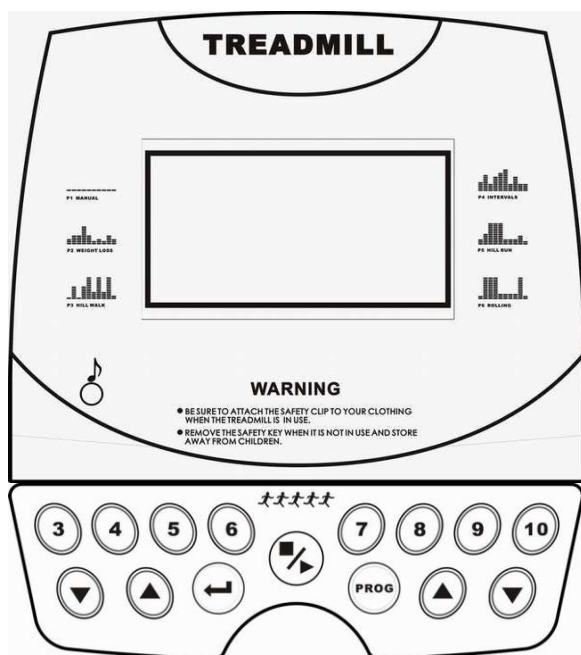
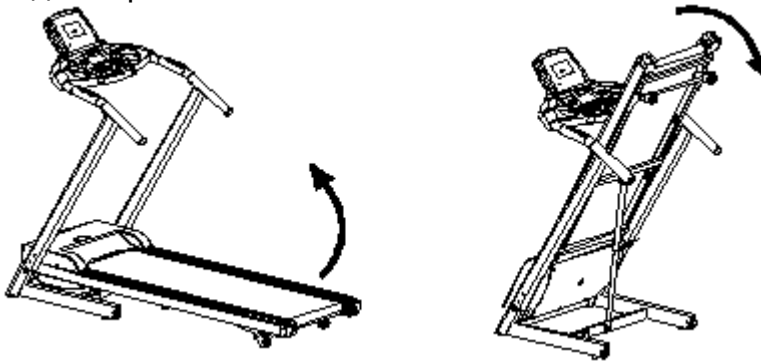
За да включите отново, използвайте ключа за захранването и поставете обратно ключов безопасност в слота на вашия компютър. При упражняване винаги клип закрепен за дрехи. Когато не се използва, извадете ключа за безопасност. Не позволявайте на децата достъп до устройството.



Инструкции за сгъване композиция

- Устройството може да бъде сгъната, тя ще спести място по време на съхранение.
- За да мине неблагоприятна, повдигнете стъпало и го закрепете с заключващия прът. **ЗАБЕЛЕЖКА:** Уверете се, че пръчката е подходящо обезопасени.

Освободете пръчка и внимателно поставете стъпалото на земята.



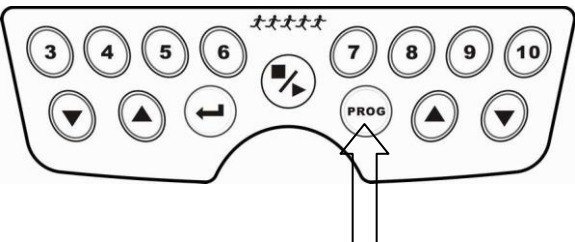
Технически функции

време (TIME)	00:00-99:59 min
скорост (SPEED)	0.8-14 km/h
дистанция (DISTANCE)	0.00-99.9 km
калорий(CALORIES)	0-999 KCAL
пулс (PULSE)	70-200 / min
програма	P1-P6

функции



START/ STOP:
Натиснете този бутон, за да започнете упражнението.
Бутонът се използва също за спиране и рестартиране на машината.



PROG
Натиснете този бутон, за да въведете предварително зададени програми.

11



SELECT
Бутонът се използва за задаване на скорост и време.
Упражнение започне натискане START / STOP.

	<p>Бързо/бавно (quick/slow) Натиснете този бутон, за да изберете скорост или време (избрания параметър мига).</p>
--	---

	<p>Бърза скорост Бутонът се използва, за да изберете едно от нивата по десетобалната скорост 3-10 км / ч</p>
--	--

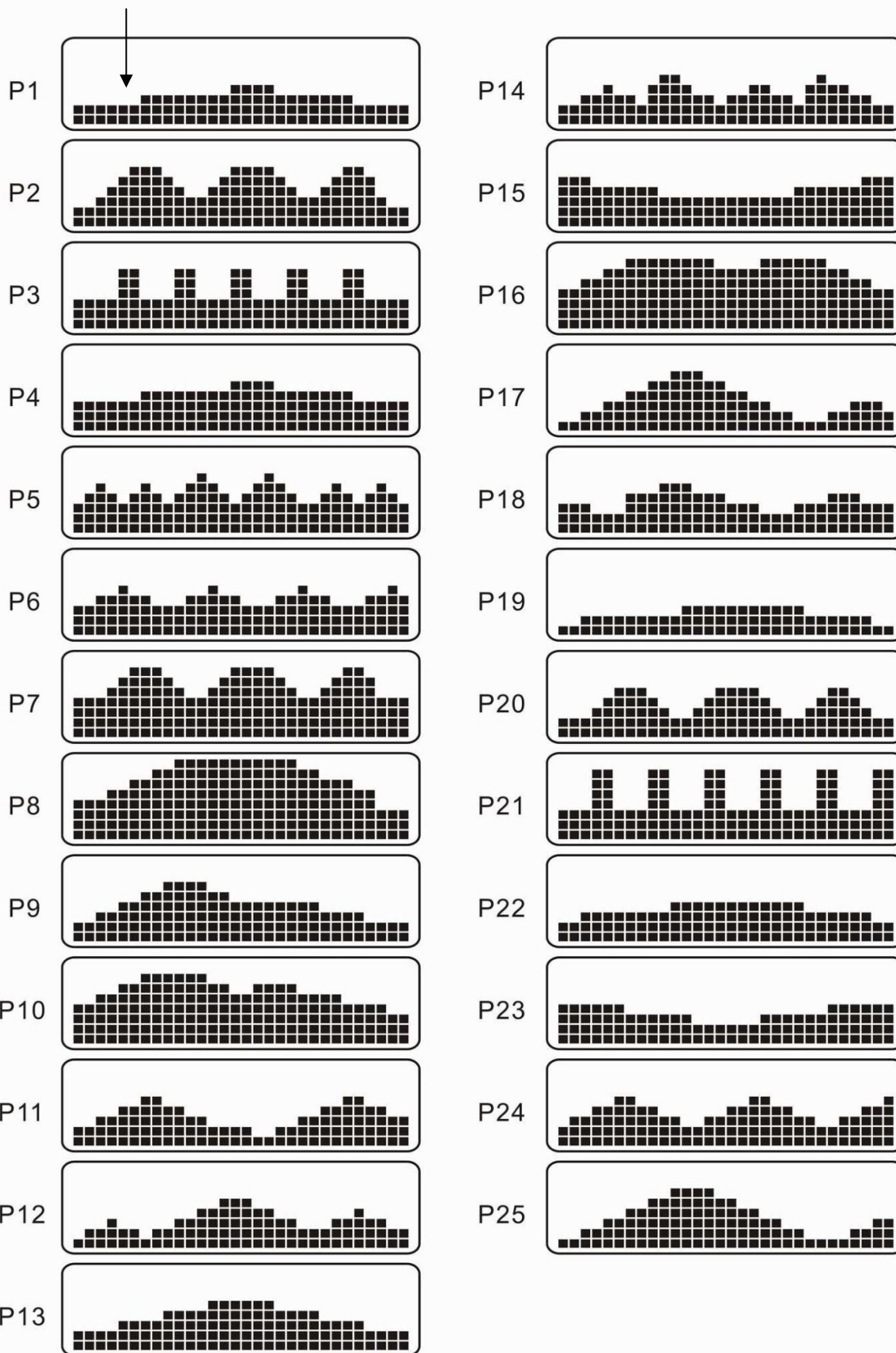
Displej počítače

	<p>KALORIE (калории) Displays прогнозна консумация на ток на калории.</p> <p>Разстояние (разстояние) Постигнатите становища или оставащия пробег в километри.</p> <p>TIME (време) Показване на текущата дължина на упражняване или оставащото време в минути и секунди.</p> <p>Скорост (скорост) Показване на текуща скорост.</p> <p>PULSE (пулс) За да видите текущата сърдечната честота трябва да бъде правилно хванете сензор пулс.</p> <p>ПРОГРАМА Показване на избраната програма.</p>
--	---

1. Избраната програма (P1-P25)
Първи Включете уреда главния прекъсвач.
Втори Натиснете PROG, за да въведете предварително зададени програми P1-P25.
Трета Използвайте FAST / SLOW или UP / DOWN, за да изберете една от предварително зададената програма P1-P25.
Четвърто Натиснете Избери, за да настроите времето (P1-P25).
Пета Използвайте FAST / SLOW или UP / DOWN за да настроите времето
- 2.

3. Програми (P1-P25)

Rychlost



Поддръжка

Правилната поддръжка е необходимо да се гарантира безгрешна работа на уреда. Неправилната поддръжка може да доведе до повреда на устройството или съкрати живота.

Необходимо е да се извършват редовни проверки на оборудването, всички части трябва да бъдат добре затегнати. Повредени части трябва да се сменят незабавно.

Настройка колан

През първите няколко седмици на употреба неблагоприятна, може да се наложи да бъдат адаптирани. Всички бягащи пътеки са фабрично настроена, но при използване на пътеката за бягане да се простират малко. Napnutí běžeckého pásu

Първи Затегнете левия винт опъване с помощта на 8 mm гаечен ключ. Завъртете винта 90 градуса по часовниковата стрелка ще се премести на задната цилиндър.

Втори По същия начин, затегнете правото болт напрежение. Важно е да се привлекат както винтове точно същите, така че да се гарантира правилното положение на бутилката.

Трета Затегнете затегателни болтове, докато проблемът не бъде решен и опъване на ремъка.

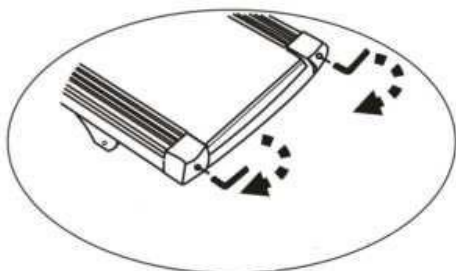
Четвърто Бъдете внимателни затягане на винтовете не дърпайте прекалено, може да бъде поставена на прекалено голям натиск на лагерите на предните и задните цилиндър. Ако ходене колана е прекалено стегнат, тя може да повреди на лагерите в бутилката, която след това да започне да излъчва прекомерен шум.

Преминаване на бягаща пътека

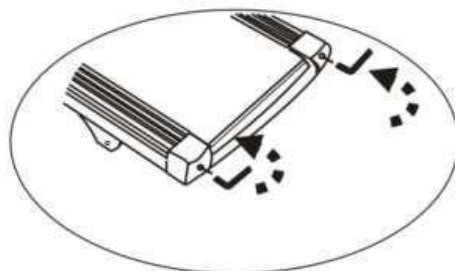
Някои хора може да отразява хода на един крак върху друга и по този начин може да бъде изместен от центъра на лентата да се отстрани. Степента на промяна зависи от това колко съдържание отразява различните краката. Фактът, че лентата отклонява от центъра, е често срещано явление, и ако не е в употреба, центрове за себе си. Ако, обаче, колан непрекъснато изместен към страната, тя трябва да бъде центрова ръчно.

1. Ако коланът се премества наляво, използвайте динамометричен ключ и завъртете наляво регулиращия винт 90 градуса по часовниковата стрелка и правото регулиращия винт 90 градуса обратно на часовниковата. Ако коланът се измества надясно, завъртете надясно регулиращия винт 90 градуса по часовниковата стрелка, а лявата регулиращия винт 90 градуса

обратно на часовниковата. Тази процедура се повтаря, докато коланът е центриран.



Otočte ve směru hodinových ručiček pro zvýšení napnutí pásu



Otočte v protisměru hodinových ručiček pro zvýšení napnutí pásu

Смазване

Пътеката е фабрично смазана, за да се гарантира правилното функциониране на устройството се препоръчва да се преглежда за проблеми на всеки 500 часа работа.

Винаги използвайте силиконов спрей несъдържаща масла.

Прилагане на смазка

- колан се движат, за да се присъедини в средата на основната рамка.
- Поставете накрайника.
- Наклонете устройството отстрани и да започне да се прилага при пръскането от предната част на колана. След това повдигнете другата страна на устройството, и смажете по същия начин. От всяка страна, прилага пръска около 4 секунди.
- Изчакайте поне една минута преди силиконов спрей простира по протежение на лента и можете да започнете да използвате устройството си.

Почистване

- Внимание: Преди почистване на уреда, за да се предотврати токов удар. Захранващият кабел трябва да бъде изключен, преди да започнете пералня.
- След всяка употреба избърсвайте контролния панел и цялата повърхност на устройството пот влажна, чиста, мека кърпа.

Внимание: Не използвайте абразивни материали или разтворители. Бъдете внимателни, за да се избегне увреждане на контролния панел с вода. Никога не излагайте контролния панел на пряка слънчева светлина.

- Ние поставяме една подложка под бягашата пътечка. Обувки може да съдържа примеси, които попадат в хода на устройството. Почистване ще бъде по-лесно, ако шайбата измие веднъж седмично.

Съхранение

Съхранявайте уреда чиста и суха среда. Уверете се, че превключвателят за захранването е изключен и кабелът е изваден от контакта.

Важни бележки

Уредът отговаря на съвременните стандарти за безопасност. Уредът е предназначен за домашна употреба. Други устройства е забранено и може да бъде опасно. Ние не носим отговорност за вреди, които са причинени от неправилно използване.

- Преди да започнете програма с физически упражнения, консултирайте се с вашия лекар трябва да оцени състоянието ви и дали сте в състояние да използвате устройството. Физическите упражнения трябва да бъдат проектирани на базата на медицински преглед. Неправилно поддържа или прекомерни упражнения могат да увредят вашето здраве.
- Прочетете внимателно препоръки и насоки за практиката. Спрете упражнява незабавно, ако почувствате болка, недостиг на въздух, ако не се чувствате добре или имате някакви други заболявания. Ако проблемът продължава, консултирайте се с вашия лекар.
- Сензор Heart процент служи за оценка на състоянието ви. Той е предназначен само за справка и измерват средното сърдечната честота. Показаната сърдечната честота не винаги е напълно точно - фактори като околната среда и разлики в структурата на човешкото тяло, то може да повлияе.

Отстраняване на неизправности

СЪОБЩЕНИЕ ЗА ГРЕШКА	ПРИЧИНИ	SOLUTION
E0	Обезопасителен ключ	Поставете ключа за безопасност
E1	Speed сензор	сензор кабела и съединителя с 10 пина. Алтернативно, се свържете с отдел за обслужване. 7. Překročení тегло на потребителя. На дисплея се показва три предупредителни светлини наведнъж. Изключете уреда в продължение на 30 секунди и след това го включете отново.
E2		Проверете кабела или се свържете с Отдела за обслужване на
E3	Ускоряване	

Тази пътека е проектирана да бъде надеждна за неизправности моля следвайте следните указания:

ГРЕШКА: Контролният панел не светва.

Решение: Уверете се, че захранващият кабел е включен в електрическата мрежа и се изключва.

ГРЕШКА: По време на работа, на колана се движи от центъра към страната.
Решение: Уверете се, че устройството е поставен на равна повърхност (хоризонтално) и че коланът е правилно опъната

Общи препоръки за упражняване

Когато стартирате програмата си за тренировки, бъдете внимателни упражняване не трябва да отнеме твърде много време и трябва да упражняват по-често от веднъж на всеки два дни. Удължаване на времето за физическо натоварване постепенно всяка седмица. Не се предвижда непостижими цели. Освен да упражняват на бягаща пътека и да извършва други дейности като бягане, плуване, танци или каране на велосипед.

Преди упражнения, винаги затопли правилно. Опънете или изпълнява гимнастически упражнения да загрее за най-малко 5 минути, намаляване на напрежението в мускулите и предотвратяване на болка.

Редовно измерване на сърдечната честота. Ако инструментът е снабден със сензор за пулс, консултирайте се с Вашия лекар за това как може да се измери сърдечния си ритъм сам.

Věk	Брой на удара в минута (50-75% от максималния пулс) Оптималната УПРАЖНЕНИЕ интервал	Максималния пулс (100%)
20 let	100-150	200
25 let	98-146	195
30 let	95-142	190
35 let	93-138	185
40 let	90-135	180
45 let	88-131	175
50 let	85-127	170
55 let	83-123	165
60 let	80-120	160
65 let	78-116	155
70 let	75-113	150

По време на упражнение, дишайте ритмично и винаги спокоен.

По време на тренировка, пиете повече вода, минимум от порядъка на 2-3 литра на ден.

Максималния пулс

Преди интензивно натоварване, винаги загрявайте тялото добре.

мускулите на врата

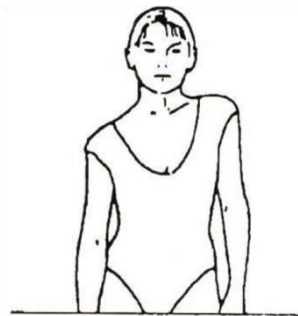
Наведете главата си на дясно, ще усетите напрежение в мускулите на врата. Спускате бавно главата си към гърдите и го наклонете наляво. Отново, ще усетите напрежение в мускулите на врата. Повторете упражнението няколко



пъти.

Раменни мускули

Загрявайте раменете чрезвъртене на ръката и раменната става.



ръце

Повдигнете последователно лявата и дясната ръка нагоре. Почувствайте напрежението в мускулите на ръцете. Повторете упражнението няколко пъти.



Горната част на бедрата

сгънете левия крак в коляното и лявата си ръка, издърпайте петата си, доколкото е възможно мускулите *hýžd'ovému*. Когато почувствате стрес, поддържа тази позиция около 30 секунди. След това променете крака и

повторете упражнението. Повторете упражнението най-малко 2x на всеки крак.

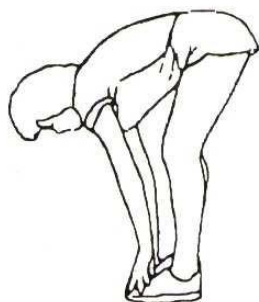


Вътрешната част на бедрата

Седнете на пода и наклонете коленете си навън, за да отстрани. Издърпайте краката си възможно най-близо до лактите опитайте се да натиснете леко коленете си на пода. Останете в крайна позиция около 30-40 секунди.

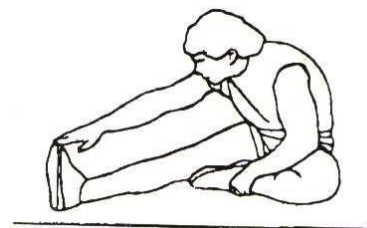


Наведете напред и се опитайте да докоснете пръстите на краката. Опитайте се да достигне до възможно най-ниско. Остават в крайна позиция за около 20-30 секунди.



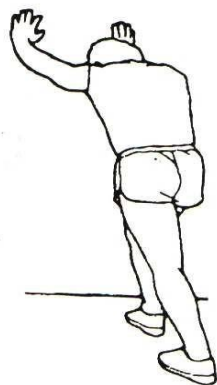
Колене

Седнете на пода и със пръсти на ръката докоснете пръстите на краката.



Прасец и ахилесово сухожимие

Облегнете се на стената с двете си ръце, лявата си опънати крака и да се върнете назад, Свийте десния крак в коляното и петата на левия крак го натиснете надолу към земята. В крайно положение остане около 30-40 секунди. Промяна на крака и повторете упражнението.



Гаранция и оплаквания

Общи разпоредби и дефиниции

Тези гаранционни условия и подзаконовни актове, уреждащи условията и обхвата на гаранцията, предоставена от продавача, за стоки доставени на купувача, както и процедурата за разглеждане на жалби, подадени от купувача за доставените стоки. Гаранционни условия и правила се урежда от разпоредбите на Закон № 40/1964 Coll., Гражданският кодекс, Закон № 513/1991 Coll., Търговския закон и Закон № 634/1992 Coll., Закона за защита на потребителите, както е изменена изменя, дори и по въпроси, такива гаранции и процедура за жалби не са споменати. Продавач е фирма SEVEN SPORT OOD основава Borivojova 35/878, 13000 Прага, I.C. 26847264, регистрирано в Търговския регистър, воден от Окръжния съд в Прага, раздел B, File 116888th Поради настоящото законодателство прави разлика между купувача, който е потребител и купувач, който не е потребител. "Купувачите на потребителите" или "потребител" е лице, което при сключване на договора, а не в своята стопанска дейност или други дейности.

Купувачът се управлява от рамковия договор за покупко-продажба и условия до степен, че и в Търговския закон. Тези гаранционни условия и правила са неразделна част от всеки договор за продажба между продавача и купувача. Гаранционни условия и правила са валидни и обвързващи, освен ако в договора или в допълнението към настоящия договор или друго писмено споразумение, ще бъдат договорени между страните по друг начин.

Гаранционни условия

гаранционният

срок

Продавачът предоставя на купувача (първи собственик) гаранция:

60 месеца от датата на покупката

- Компютърна и електронна техника 60 месеца от деня на продажбата

- Други части на 24 месеца от датата на закупуван

Ако гаранционна карта, фактура за стоки, доставка или друг документ, отнасящ се до стоките не се различава гаранционния период, предоставена от продавача.

Законовият срок гаранции, предоставени от страна на потребителите не е засегната. Продавача Гаранция за качество приема задължението, че стоките ще бъдат допустими за определен период от време за използване в нормални, в крайна сметка. договорени цел и който запазва обичайната или. договорени имоти.

Жалба и рекламация

В жалбата Купувачът е длъжен да поиска от продавача да докаже легитимността на исканията и фактурата за покупка или известие за доставка с това производство (пореден) номер, или едни и същи документи, без серийни номера. Ако купувачът не успее да докаже легитимността на иска тези документи, продавачът има право да откаже искане. Ако купувачът уведомява дефект, който не се покрива от гаранцията (например гаранционните условия не са изпълнени, недостатъчност е докладвана при грешка и т.н.), продавачът има право на пълно възстановяване на разходите, направени във връзка с отстраняване на дефекти, така че нотифицираните от купувача. Изчисляване на услугата ще в този случай да се базира на работна ръка, ценова листа и транспортни разходи.

Ако продавачът установи (тестване), че обявеният Стоката е дефектна, то е незаконно за оплакване. Продавачът си запазва правото да изиска плащане на разходи, направени във връзка с необосновани жалби.

Продавачът се задължава да обработва искането в рамките на 30 дни от датата на доставка на дефектни стоки, освен ако по-дълъг период се договаря. Датата на изпълнение е датата, когато е бил ремонтиран или заменен стоките се предават на купувача. Ако продавачът с оглед на естеството на дефекта в състояние да уредят искането в рамките на този период, купувачът се съгласява да алтернативи. Ако такова споразумение не бъде постигнато, продавачът трябва да предостави на купувача с финансова компенсация под формата на кредитно известие.

