

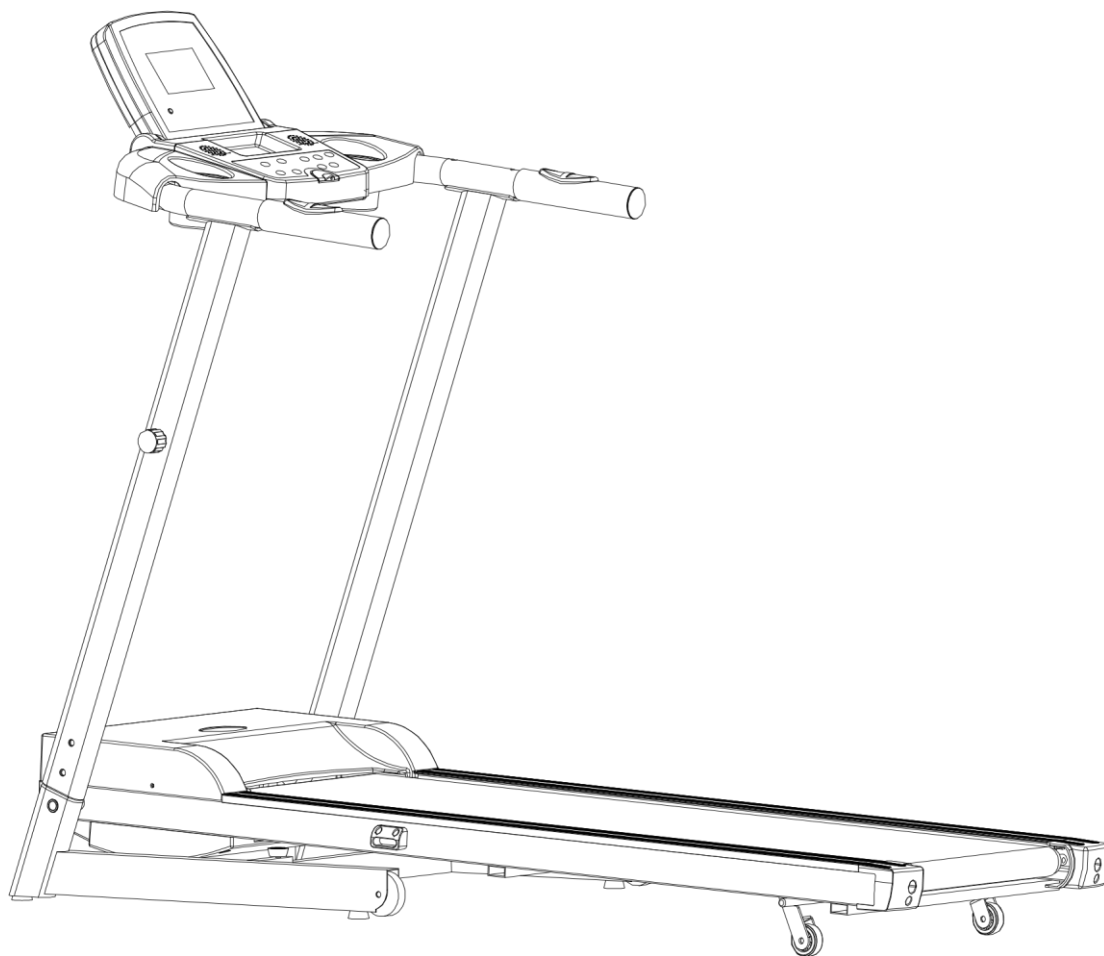


T2

Motoros futópad

MODEL: T2

Összeszerelési és használati útmutató



Kérjük, figyelmesen olvassa el a használati útmutatóban leírtakat és
következetesen tartsa be azokat!

Gratulálunk a Robust T2 futópad kiválasztásához.

Megtette az első lépést egy egészségesebb és boldogabb életstílus felé.

Ezt a futópadot a gyártó kifejezetten otthoni (családi) használatra tervezte, hogy megbízható teljesítményt és élvezetes edést nyújtson az Ön számára saját otthonában.

Garancia:

A termékre a gyártó garanciát csak otthoni, családi használat és a használati útmutatóban leírtak betartása esetén vállal.

Az otthoni, családi használat, a futópad egy háztartásban élő személyek részéről történő, hetente 3-4 alkalommal és maximum 2 x 30 perces használatát jelenti.

A készülék nem alkalmas félprofesszionális és professzionális használatra.

A garancia időtartama a vásárlás időpontjától számított 12 hónap. A garancia vételi számla vagy blokk felmutatásával érvényesíthető.

A garancia nem terjed ki:

- Külső erőhatásból eredő sérülésekre
- Hibás összeszerelésből származó meghibásodásra
- A használati útmutatóban leírtak be nem tartására, különös tekintettel a futópad kenésére
- A készülék nem szakszervíz által történő javítására

Kérjük, fordítson különleges figyelmet a futópad kenésére (lásd futópad karbantartása)! A kenés elmaradása esetén a gyártó a termékre garanciát nem vállal!

FONTOS: A futópad egy idejűleg maximum 30 percig használható, ezt követően legalább ugyanennyi ideig ne használja (pihentesse) a futópadot.

A Maximális felhasználói súly 100 kg. Ezért a készüléket 100 kg-nál nehezebb felhasználó ne használja, mert az a készülék meghibásodásához vezethet!

Fontos: Ne lépjen a futófelületre indításkor, csak ha már elindult a készülék! Ez a gyártó javaslata és ily módon (amennyiben nem terhelve indul) lényegesen meghosszabbíthatja a motor élettartamát!

FONTOS BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK

A futópad használatának megkezdése előtt tanulmányozza a következőket:

VESZÉLY: Az áramütés kockázatának csökkentése érdekében kérjük, kövesse az alábbi utasítást:

A futópádot közvetlenül használat után, illetve tisztítás, összeszerelés, javítás előtt mindig húzza ki a konnektorból.

FIGYELEM: A megadott utasítások követésének elmulasztása személyi sérülésekhez, valamint a futópád megrongálódásához vezethet.

FIGYELEM: Az égések, tűz, áramütés kockázatának csökkentése érdekében kérjük, kövesse az alábbi utasításokat:

- A készülék sosem maradhat felügyelet nélkül, amennyiben az áram alatt van. Mindig húzza ki a készüléket a konnektorból, ha nem használja!
- Szigorú felügyelet szükséges, ha a készüléket gyermekek, betegek, magatehetetlen vagy fogyatékkal élő emberek közelében használják!
- A készüléket csak rendeltetésének megfelelően használja, melyet a használati utasítás határoz meg. Ne használja a készüléket a gyártó által nem ajánlott módon és célokra!
- Ne működtesse a készüléket, ha a tápkábele, vagy dugasa sérült, ha nem működik megfelelően, ha sérült, vagy vizes lett. A fenti esetekben juttassa vissza a készüléket a lakhelyéhez legközelebb eső szervíz központba átvizsgálásra és javításra!
- Ne mozgassa a készüléket a tápkábelénél fogva és ne használja a tápkábelt kapaszkodóként!
- Tartsa távol hőtől és forró felületektől a készülék tápkábelét!
- Ne üzemeltesse a készüléket annak szellőző nyílásainak elzárásával. Tartsa tisztán és szabadon a szellőző nyílásokat!
- Ne dobjon vagy helyezzen tárgyakat a készülék nyílásaiba!
- Ne használja a készüléket szabadban!
- Ne használjon aerosolt (spray) a készülékkel egy helyiségben!
- Az aljzatból történő kihúzás előtt állítson minden vezérlőt OFF pozícióba!
- Csak megfelelően földelt aljzathoz csatlakoztassa a készüléket!
- A készülék csak háztartási használatra alkalmas!

FIGYELEM: A készüléket megfelelően kell földelni. Amennyiben a készülék meghibásodik, a földelés segítségével az áramütés kockázata csökkenthető. A készülék és annak tápkábele, valamint dugasa földeléssel ellátott. A dugaszt a megfelelő aljzatba kell bedugni, mely a helyi szabványoknak és előírásoknak megfelelően szerelt és földelt.

VESZÉLY: A készülék nem megfelelő csatlakoztatása az áramütés kockázatát hordozza magában. Ellenőriztesse elektromos szakemberrel vagy szervízzel, ha kétséges, hogy a termék földelése megfelelő. Ne módosítsa a termék dugaszát. Ha a dugasz nem illeszkedik az aljzatba, egy elektromos szakember segítségével szereltesse fel új, megfelelő aljzatot.

A készüléket hagyományos 220V, 50/60Hz, 12A földeléssel ellátott elektromos hálózatba kell csatlakoztatni.

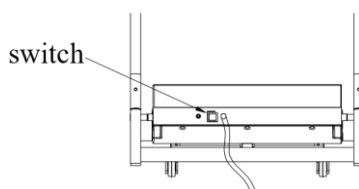
Győződjön meg arról, hogy a terméket olyan aljzathoz csatlakoztatja, mely azonos a fent meghatározottakkal.

FIGYELEM: A gyakorlatok megkezdése előtt konzultáljon orvosával! Ez különösen fontos, amennyiben életkora meghaladja a 35 évet, vagy egészségügyi problémákkal küzd. Olvasson el minden utasítást a futópád által, vagy

annak használata következményeként szerzett személyi sérülésekre vonatkozó felelősségről! Cégünk nem tekinthető felelősnek a termék nem rendeltetésszerű használatából, illetve a használati utasításban megjelölt figyelmeztetések figyelmen kívül hagyásából eredő esetlegesen személyi és tárgyi sérülésekért. **FIGYELMEZTETÉS: Olvasson el figyelmesen minden utasítást a készülék használata előtt.**

A futópad bekapcsolása

Miután meggyőződött, hogy a futópad rendben csatlakoztatva van a hálózatra, kapcsolja ON állásba (ekkor világít) a hálózati ON/OFF kapcsolót (Switch), A computer hangjelzéssel jelzi a bekapcsolást, a kijelző pedig világít.



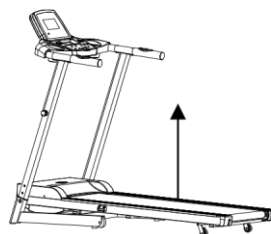
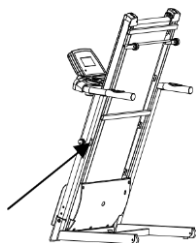
A futópad futófelületének felhajtása és lenyitása

A futópad felhajtása:

A futópad összecsukását és lenyitását egy rögzítő csavar teszi lehetővé és egyszerűvé (gyorszár). A futópad teljes megállása után áramtalanítsa a futópadot, majd lassan hajtja fel a futófelületet és biztonsági zár segítségével rögzítse azt (kattanásig emelje!).

A futópad leengedése:

A kioldó marokcsavar a tartóoszlopon található. A futópad lenyítéséhez használja marokcsavart és lágyan nyomja a talaj felé a futópad futófelületét mely magától lassan a lenyílik a földre.

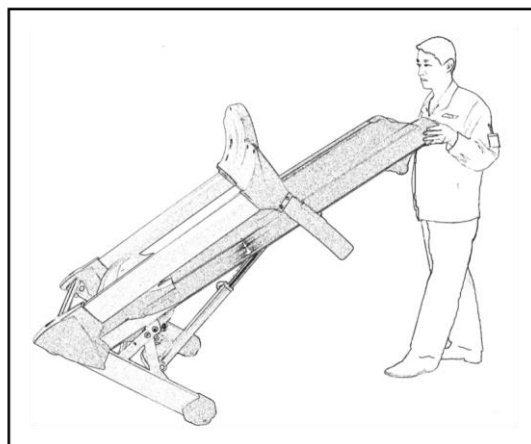


A FUTÓPAD MOZGATÁSA

A futópad könnyen és biztonságosan mozgatható.

A futópad mozgatása:

- A Áramtalanítsa a futópadot
- B Csukja össze a futópadot
- C Mozgassa a futópadot a szállító görgők segítségével



A FUTÓPAD ELHELYEZÉSE

A FUTÓPAD ELHELYEZÉSE OTTHONÁBAN

Ahhoz, hogy az edzés napról napra élvezetes legyen az Ön számára, a futópadozt komfortos környezetben javasolt felállítani. Ezt a futópadozt úgy tervezték, hogy minimális helyet foglaljon el és kiválóan elférjen otthonában.

- Ne tárolja vagy használja a futópadozt a szabadban.
- Ne tárolja vagy használja a futópadozt víz mellett vagy párás környezetben.
- Győződjön meg arról, hogy a tápkábel nincs semminek az útjában.
- Amennyiben a szobában szőnyeg található, győződjön meg arról, hogy elegendő hely van a szőnyeg és a futópadozt között. Amennyiben nem biztos a hely elegendőségében, helyezzen egy matracot a futópadozt alá.
- A futópadozt legalább 1.5 méterre legyen a falaktól, illetve bútoroktól.
- Tegyen szabaddá kb. 2m x 1m területet a futópadozt mögött, hogy könnyedén fel- és leszálljon a futópadozról még vészhelyzet esetén is.

Hosszú időtartamú használat után néha fekete port, koszt találhat a futópadozt alatt. Ez a normál kopással jár együtt és nem jelent hibás működést. Ezt a port, illetve koszt porszívóval könnyedén eltávolíthatja. Amennyiben meg kívánja óvni a talajt, illetve a szőnyeget ettől a szennyeződéstől, helyezzen egy matracot a futópadozt alá.

SZINTEZÉS

Fontos, hogy a futópadozt egyenes, illetve egyenletes talajra helyezze.

Győződjön meg arról, hogy amennyiben elmozdította a futópadozt eredeti helyéről, a futópadozt ismételtén vízszintes pozícióban van-e.

ALJZAT VÁLASZTÁS

A megfelelő aljzat kiválasztása különösen fontos. Különösen fontos, hogy olyan aljzathoz csatlakoztassa a futópadozt, melyhez más érzékeny elektromos készülék, mint például TV vagy komputer nincs csatlakoztatva.

FIGYELEM!

Győződjön meg arról, hogy a futófelület megfelelően helyezkedik el a talajon. Amennyiben a futófelület egyenetlen felületen van, a futópadozt elektromos rendszere meghibásodhat.

BEKAPCSOLÁS, INDÍTÁS

BEKAPCSOLÁS

Az On/Off gomb a tápkábel mellett, a motor burkolatának hátulján található. Kapcsolja ezt a gombot "ON" pozícióba.

BIZTONSÁGI KULCS

A biztonsági kulcs azt a célt szolgálja, hogy megszakítsa a futópadozt tápláló fő áramkört és így azonnal megállítsa a futópadozt működését veszély esetén. Nagy sebességnél kényelmetlen és veszélyes lehet a futópadozt hirtelen történő megállítása. Ezért a biztonsági kulcsot a futópadozt megállítására kizárólag vészhelyzet esetén használja. A futópadozt biztonságos és kényelmes megállításához a piros stop gombot használja.

A futópadozt nem lehet a biztonsági kulcs nélkül üzemeltetni. A biztonsági kulcsot helyezze a komputer közepén található biztonsági kulcs tartóba. A biztonsági kulcs másik végét csíptesse a ruházatához, hogy ha elesik kihúzza a biztonsági kulcsot a komputeren található tartójából és azonnal leálljon a futópadozt a sérülések minimalizálása

érdekében. Saját biztonsága érdekében sose használja a futópadról a biztonsági kulcs ruházatához történő rögzítése nélkül.

FELSZÁLLÁS A FUTÓPADRA ÉS LESZÁLLÁS A FUTÓPADRÓL

Legyen figyelmes a futópadra történő fel- és leszállásánál. Használja a futópád kapaszkodóit! A futópád használatán kívül ne álljon a futópád futószőnyegén. Álljon terpeszbe két lábát a futófelület szélei mellett található sínekre helyezve. **Csak azt követően lépjen a futófelületre, hogy a futószőnyeg egyenletesen és lassan mozog. (ezzel lényegesen meghosszabbíthatja a motor élettartamát)**

Edzés közben mindig előre nézzen, testével és fejével is. Sose próbáljon megfordulni a futópádon annak működése közben. Ha befejezte az edzést, nyomja meg a piros stop gombot. Várja meg, amíg a futópád teljesen leáll és csak utána szálljon le a futópadról.

FIGYELEM!

Sose használja a futópadról a biztonsági kulcs ruházatához történő rögzítése nélkül!

A biztonsága érdekében 3km/h-nál nagyobb sebességnél ne lépjen a futópadra

FONTOS: A futópád egy idejűleg maximum 30 percig használható, ezt követően legalább ugyanennyi ideig ne használja (pihentesse) a futópadról.

COMPUTER HASZNÁLATA

Előlnézet

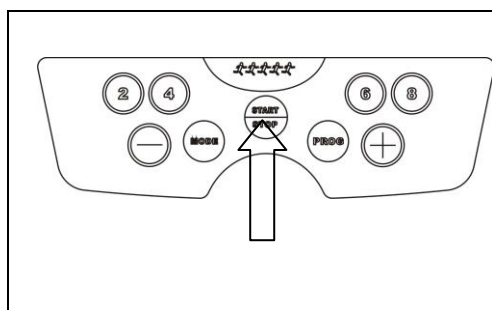


Technikai adatok

Time (idő)	00:00-99:59 Min (perc)
Speed (sebesség)	0.8-12km/h
Distance (távolság)	0.00-99.9 km

Calories (kalória)	0-999 KCAL
Pulse (pulzus)	70-200 / Min (ütés/perc)
Program	P1-P25

Komputer funkciók:

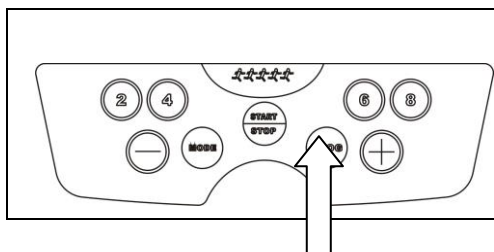


START / STOP

Nyomja meg a START/STOP gomot a gyakorlat elkezdéséhez

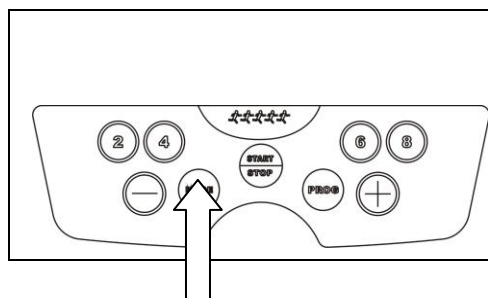
Nyomja meg a START/STOP gomot az edzés szüneteltetéséhez.

Nyomja meg a START/STOP gomot az edzés folytatásához.



PROG

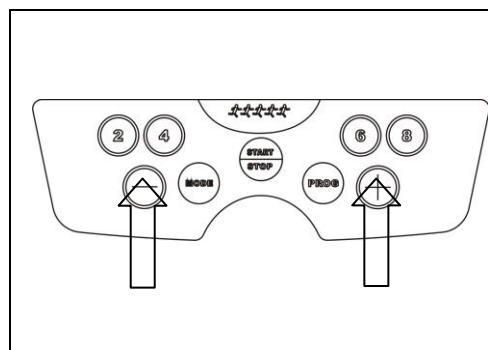
Nyomja meg a PROG gombot az edzésprogramokhoz történő belépéshez



MODE

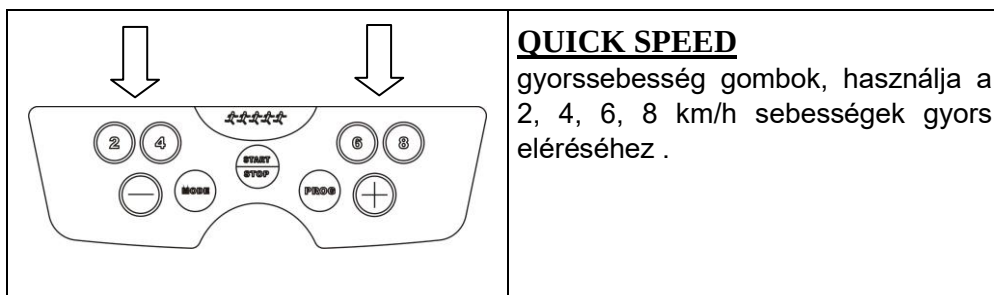
Használja a MODE gombot az edzés idő, sebesség és kalória értékeinek beállításához.

Nyomja meg a START/STOP gombot az edzés indításához



FAST (+) / SLOW (-)

Nyomja meg a FAST(+) / SLOW(-) gombot az értékek, illetve a sebesség állításához,



Kijelzett értékek:

**CALORIES (Kalória):**

Az edzés során felhasznált becsült kalória értékét mutatja..

**DISTANCE (Távolság)**

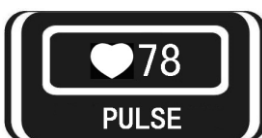
A megtett illetve még hátralévő távolságot jelzi kilometerben.

**TIME (Idő)**

A megtett illetve még hátralévő időt jelzi perc/másodpercben.

**SPEED (Sebesség)**

Az aktuális sebesség értékét jelzi (Km/h).

**PULSE**

Ha a tenyerést a pulzusérzékelőkre helyezi, akkor az aktuális pulzus értékét jelzi a kijelző.

**PROGRAM**

A kiválasztott program számát jelzi.

Komputer használata:**PROGRAM VÁLASZTÁS (P1-P25, U1,U2)**

1. Miután bekapcsolta a készüléket nyomje meg a PROG gombot a programokhoz jutáshoz (P1-P25,U1,U2).
2. Nyomja meg PROG gombot a megfelelő program kiválasztásához (P1-P25,U1,U2).
3. A programok indításához használja a START/STOP gombot.

Megjegyzés: A programdiagramok (a sebesség változása a programon belül) a következő oldalon találhatóak.

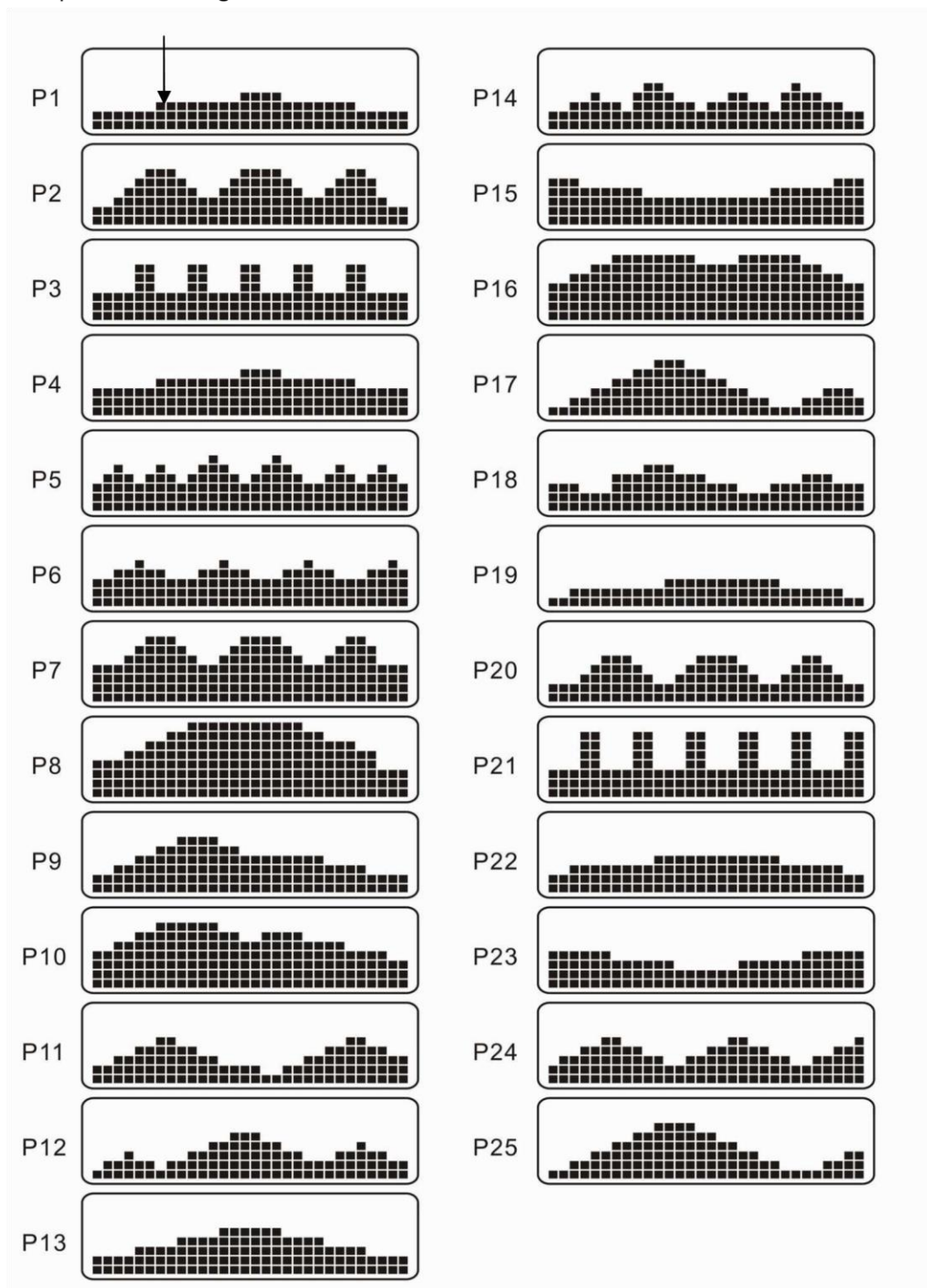
Használat előre beállított felhasználói értékekkel (SPEED, TIME, CALORIES)

1. Miután bekapcsolta a készüléket nyomja meg a MODE gombot az egyes funkció értékek (time, speed, calories) beállításához és elfogadásához.
2. Használja a FAST (+) / SLOW (-) gombokat az értékek változtatásához

A START/STOP gomb segítségével elindíthatja, szüneteltetheti, illetve folytathatja az edzést.

Komputer programdiagramok

Speed (sebesség)



PULZUS MÉRÉSE:

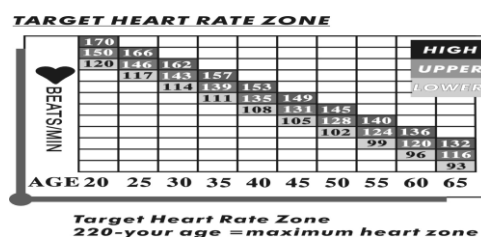
Pulzusméréshez helyezze mindkét kezét a fix kormányon található érzékelőkre. A minél pontosabb pulzusleolvasás érdekében ügyeljen arra, hogy tenyere ne legyen túl száraz és túl izzadt sem. A megfelelő pulzusérték segíti az edzés során.

A célpulzus zóna kiszámításának legelterjedtebb módja a maximális pulzusszám meghatározására épül. A standard formula a következő: $220 - \text{éveinek száma} = \text{maximum pulzusszám}$

Ne célozza meg a pulzusszámának maximumán történő edzést. Javasoljuk, hogy a célpulzus zónának megfelelően végezze az edzőmunkát. Az Ön célpulzus zónája a maximális pulzusszámának százalékában határozható meg. A pulzus célzóna tartománya ajánlottan a maximális pulzusszám 60% - 75%-ában határozható meg. Amennyiben kezdő, ajánlott a pulzus célzóna alsó határának megfelelő pulzusszámmal edzenie.

Pulzus célzóna alsó határa = maximum pulzusszám x 0.60

Pulzus célzóna felső határa = maximum pulzusszám x 0.75



Az így mért pulzus érték csak tájékoztató információt ad, orvosi adatként nem felhasználható!

AZ EDZÉSEK GYAKORISÁGA

Ajánlott hetente 3-4 alkalommal edzeni annak érdekében, hogy javítsa állóképességét, fittségét és növelje izomerejét.

AZ EDZÉSEK INTENZITÁSA

Az edzés intenzitását a pulzusszám mutatja meg. Az edzések eredményeként erősödnie kell szívizomzatának és javulnia kell fizikai kondíciójának, állóképességének. Kizárólag saját orvosa írhatja elő a megfelelő pulzus célzóna értéket az Ön számára. Ezért az edzések egezésük előtt konzultáljon orvosával.

AZ EDZÉSEK HOSSZA

A megfelelő edzőmunka erősíti a szívét, tüdejét és izomzatát. Minél hosszabb ideig edz a pulzus célzónának megfelelő pulzusszámmal, annál nagyobb és jobb eredményeket érhet el. Kezdséknél 2-3 perc egyenletes, ritmusos edzés után ellenőrizze pulzussámát

FUTÓPAD PROGRAM KEZDŐKNEK

	NEHÉZSÉGI SZINT	IDŐTARTAM
1. HÉT	Könnyű	6-12 perc
2. HÉT	Könnyű	10-16 perc
3. HÉT	Közepes	14-20 perc
4. HÉT	Közepes	18-24 perc
5. HÉT	Közepes	22-28 perc

6. HÉT Kissé magasabb vagy alacsonyabb

20 perc

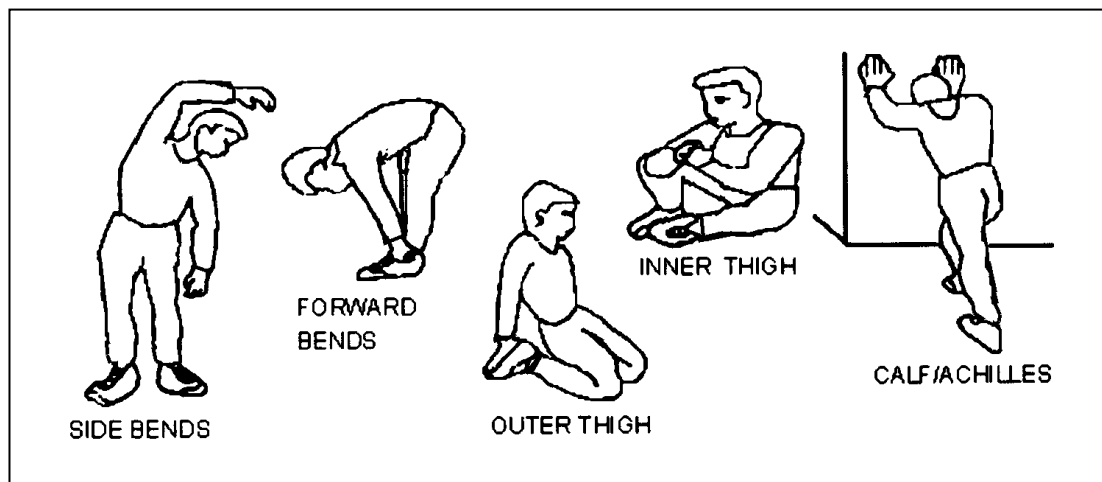
7. HÉT Ciklusos edzés

3 perc közepesen és 3 perc magasabb intenzitáson 24 percen át.

JAVASLATOK ÉS TANÁCSOK AZ EDZÉSHEZ

1. Bemelegítés

A bemelegítés segítségével élénkítheti vérkeringését és biztosíthatja izomzata megfelelő működését az edzés során. A bemelegítés következtében csökken a sérülések, illetve a későbbi izomláz valószínűsége. Néhány nyújtó gyakorlat elvégzése is ajánlott az alábbi képeknek megfelelően. Minden nyújtást körülbelül 30 másodpercig végezzen, de ne nyújtsa vagy erőltesse túl izmait – ha fájdalmat érez, azonnal hagyja abba!



2. Edzés

Az edzés közben fejti ki a legnagyobb erőt. A rendszeres használat eredményeként a lábainak izomzata lazább és erősebb lesz. Mindig saját erőnlétének megfelelően eddzen, de fontos, hogy egyenletes tempóban.

3. Levezetés

A levezetés a cardio-vascularis rendszer és az izomzat megnyugvására szolgál. Jellemében hasonló a bemelegítéshez, de ebben az esetben kb. 5 percen keresztül folyamatosan csökkentse az intenzitást, illetve a sebességet. A nyújtó gyakorlatokat ismételtan ajánlott elvégezni, figyelve arra, hogy az izmok és ízületek túlerőltetésének elkerülésére. Ahogy egyre fittebb lesz, ajánlott hosszabban és keményebben edzeni. Ajánlott hetente legalább három alkalommal tréningezni és amennyiben lehetséges egyenletesen ossza el az edzésalkalmakat a héten.

AZ IZMOK TÓNUSOSÍTÁSA

Izmai tónusosításához állítsa a terhelést magasra. Így a lábaira nagyobb terhelés jut és valószínűleg nem tud olyan sokáig tréningezni, mint ahogy azt eltervezte. Amennyiben a fitnessgét és növelni kívánja, változtassa meg edzésmódszerét. A bemelegítés és a levezetés során normál terheléssel dolgozzon, de az edzés fő fázisában folyamatosan és fokozatosan emelje a terhelés szintjét, hogy a lábait erőteljesebben megdolgoztassa. Később csökkentenie kell a sebességet, hogy a pulzusát a célzónában tartsa.

TESTSÚLY LEADÁS

Amennyibe súlyvesztés a célja, akkor a legfontosabb az edzésbe fektetett energia. Minél hosszabban és keményebben edz, annál több kalóriát éget el a szervezete. Lényegileg ez azonos azzal, mint ha a fitnessgét kívánná javítani, a különbség csak az elérendő célban van.

KARBANTARTÁS

TISZTÍTÁS

Távolítsa el a koszt a futópadról porszívóval vagy enyhén nedves ruhával. Hajtsa fel a futófelületet és takarítsa fel a padlón található szennyeződést is. Végezze el a műveletet rendszeres időközönként, mely hozzájárulhat a futópád élettartamának megnövekedéséhez.

Ne használjon vegyszert a futófelület vagy a futószőnyeg tisztításához.

A FUTÓSZŐNYEG BEÁLLÍTÁSA (A bérbeadó végzi)

Futás vagy gyaloglás közben előfordulhat, hogy az egyik lábával erősebben tapos, illetve lép. Ennek következtében a futószőnyeg elmozdul középső pozíciójából. A futópád megfelelő működéséhez a futószőnyegnek mindig középső pozícióban kell lennie. Bizonyos esetekben a futószőnyeg megfelelő pozicionáláshoz szerszámra van szüksége.

A BEÁLLÍTÁS FOLYAMATA

1. Ne viseljen laza ruházatot, nyakláncot vagy laza ékszereket a folyamat során.
2. Sose fordítsa el a csavarokat ¼ fordulattal nagyobb mértékben.
3. Az egyik oldalt mindig lazítsa, a másikat pedig feszítse nehogy túlfeszítse a szőnyeget.
4. Működtesse a futópádot. A futószőnyeget 6-7 Km/h sebesség mellett állítsa be. Az állítás folyamata alatt senki se álljon a futópadra!

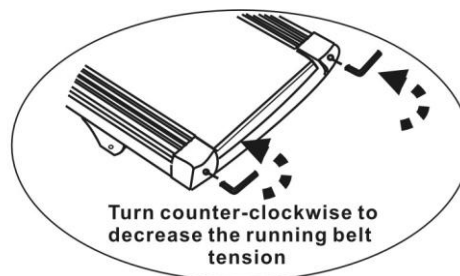
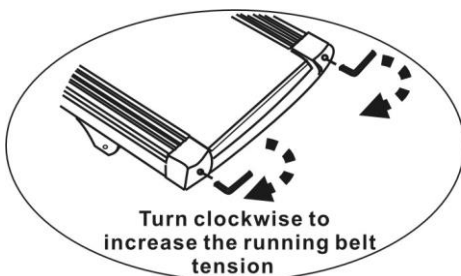
A folyamat után tesztelésként gyalogoljon 5 percig a futópádon. Amennyiben szükséges, ismételje meg a műveletet újra.

HA A SZŐNYEG A BAL OLDALON VAN:

1. Fordítsa el a bal oldali szabályzó csavart ¼ fordulattal az óramutató járásával megegyező irányba.
2. Fordítsa el a jobb oldali szabályzó csavart ¼ fordulattal az óramutató járásával ellenkező irányba.

HA A SZŐNYEG A JOBB OLDALON VAN:

1. Fordítsa el a jobb oldali szabályzó csavart ¼ fordulattal az óramutató járásával megegyező irányba.
2. Fordítsa el a bal oldali szabályzó csavart ¼ fordulattal az óramutató járásával ellenkező irányba.



A FUTÓSZŐNYEG FESZESSÉGÉNEK BEÁLLÍTÁSA (A bérbeadó végzi)

Ha a futópád használata közben olyan érzéssel szembesül, hogy a lábai a lépéseknél megcsúsznak, akkor ez azt jelenti, hogy a futószőnyeg kitágult és megcsúszik a futópád görgőin. Idővel minden futószőnyeg kitágulhat. Ez megszokott és normális jelenség a futópádoknál, melynek következtében módosítani kell a futópád beállításait. A csúszás megszüntetése érdekében feszítse meg a futószőnyeget mindkét állító csavart fordítsa el 1/4 fordulattal az ábra szerint. Próbálja ki a futópádot, hogy a csúszás jelensége

még mindig fenn áll-e. A feszítés folyamatát mindaddig ismétlje, amíg a futószőnyeg kellően feszes nem lesz, ügyelve arra, hogy ne feszítse túl a szőnyeget és egy alkalommal ne fordítsa el jobban a csavarokat 1/4 fordulathoz nagyobb mértékben.

A FUTÓFELÜLET KENÉSE (A bérbeadó végzi)

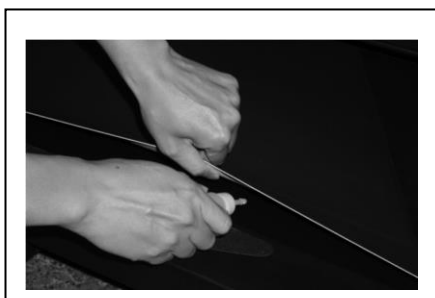
Kérjük, fordítson különleges figyelmet a futópad kenésére! A kenés elmaradása esetén a gyártó a termékre garanciát nem vállal!

A megfelelő kenéssel rendelkező futópad jobb teljesítménnyel üzemelhet és élettartama is jelentősen meghosszabbodhat, illetve a normál elhasználódás és kopás jelentősen csökkenhet. Az Ön futópadját a gyártás során ellátták kenőanyaggal. Ugyanakkor az optimális teljesítmény érdekében a futófelület kenése időről időre szükségessé válik. Átlagos használat mellett (30 perces edzések 5-6km/h sebességgel hetente 3 alkalommal 2 felhasználó számára) 3-4 havonta ajánlott elvégezni a futópad kenését. A kenés gyakoriságának szükségessége az edzések intenzitásával, illetve gyakoriságával változik.

A futópad kenése szükségességének megállapításához emelje meg a futószőnyeget és nyúljon be olyan mélyen a futófelület közepe felé, ahogyan csak tud. Amennyiben a kezén a kenőanyag (pl.: szilikon) nyomait találja, akkor nem szükséges a futófelület kenése. Amennyiben a futópad száraz és a kenőanyagnak csupán nyomait találja azon, akkor a kenés művelete időszerűvé vált.

A FUTÓFELÜLET KENÉSE:

1. Állítsa le a futópadot úgy, hogy az összeillesztés felül és középen legyen.
2. Helyezze a fúvókát a kenőanyagot tartalmazó flakon fejegységébe.
3. Emelje meg a futószőnyeget.
4. Irányítsa a fúvókát a szőnyeg és futólap közé kb. 20 cm-re a futópad elejétől.
5. A kenőanyagot a megadott pozíciótól a futópad végéig vigye fel a meghatározott felületre mind a bal, illetve a jobb oldalon. Próbáljon meg minél beljebb, a futópad közepe felé felvinni a kenőanyagot. A kenőanyag felvitele körülbelül 3-4 másodperc mindkét oldalon.
6. Egyenletesen oszlassa el a kenőanyagot a futópad 1 Km/H-val történő, néhány percen át tartó üzemeltetésével.



Figyelem: A futópadot csak szilikon olajjal vagy kifejezetten erre a célra gyártott olajjal kenje és ne adjon hozzá más összetevőt, mert az a futópad meghibásodásához vezethet! Ne kenje túl a felületet, mert akkor a futószalag megcsuszhat.

Nagyon fontos, hogy a futópad kenését rendszeresen elvégezze, mert különben a futópad meghibásodhat. A kenés elmaradása nyomán keletkező hibákért a gyártó és forgalmazó felelősséget nem vállal!

ÜZEMZAVAR ELHÁRÍTÁS

A SEGÉLYKÉRÉS SZÜKSÉGESSÉGE

Ezt a futópadot úgy tervezték, hogy a felhasználók testi épsége és biztonság első helyen álljon. Elektromos hiba esetén a futópad automatikusan lekapcsol annak érdekében, hogy megelőzze az esetleges baleseteket és sérüléseket, illetve a drágább alkatrészek, mint például a motor vagy komputer károsodását.

Amennyiben a futópad működését szokatlannak, rendellenesnek tapasztalja, egyszerűen kapcsolja ki és néhány másodperc elteltével ismételtén be a futópadot a futópad elején található főkapcsoló segítségével. A folyamat eredményeként a véletlenszerű hibák megszüntethetők és a futópad ismételtén használhatóvá válik normál körülmények között.

Amennyiben a futópad fent részletezett újraindítása után sem működik megfelelően, akkor haladéktalanul lépjen kapcsolatba helyi értékesítőjével.

ÜZEMZAVAR ELHÁRÍTÁSI TANÁCSOK

Probléma	Potenciális ok	Kijavítás
A futópad nem indul el	1. Nincs bedugva 2. Biztonsági kulcs nincs a helyén 3. Házi elektromos hálózat biztosítója lekapcsolt 4. Futópad hálózati biztosítója lekapcsolt: On/Off gomb OFF-on	1. Dugja be földelt aljzatba. 2. Helyezze be a biztonsági kulcsot. 3. Kapcsolja fel vagy cserélje ki. 4. Kenje a futófelületet vagy indítsa újra a futópadot. 5. Kapcsolja ON állásba.
Futószőnyeg csúszás	1. Nem elég feszes a futószőnyeg 2. Nem elég feszes az ékszíj	1. Feszítse meg megfelelően. 2. Lépjen kapcsolatba cégünkkel!
A futószőnyeg szokatlan viselkedése	1. Kenés szükséges. 2. Túl feszes futószőnyeg.	1. Kenje a futófelületet. 2. Állítsa be a futószőnyeg feszességét.
Futószőnyeg helyzete eltér a középpontos pozíciótól	A hátsó görgő pozíciója nem megfelelő.	Állítsa be a futószőnyeget.

A KOMPUTER HIBÁS MŰKÖDÉSE

Ha nem jelenik meg információ a komputer kijelzőin, még a futópad előbb részletezett újraindítását követően sem, akkor ellenőrizze a komputert és a motort összekötő kábelt. Amennyiben nem lát külsérelmi nyomot a kábelben, haladéktalanul lépjen kapcsolatba helyi értékesítőjével.

Hibaüzenetek, hibakódok értelmezése:

PROBLÉMA : a kijelzőn a következő hibaüzenet jelenik meg "---".

MEGOLDÁS: A biztonsági kulcs nincs a helyén. Tegye a helyére!

PROBLÉMA : a kijelzőn a következő hibaüzenet jelenik meg "E01".

MEGOLDÁS: Visszajelzési hiba. Ellenőrizze, hogy a kábelek jól vannak-e csatlakoztatva, illetve, hogy a csatlakozón belül a tűskék (PIN) nincsenek-e elferdülve!

PROBLÉMA : a kijelzőn a következő hibaüzenet jelenik meg "E02".

MEGOLDÁS: Motor meghajtás védelem. Ellenőrizze a bemenő feszültséget, illetve, hogy a motor illetve a kontrol panel nem rövidzárlatos.

PROBLÉMA : a kijelzőn a következő hibaüzenet jelenik meg "E03".

MEGOLDÁS: Sebesség visszajelzési hiba. Ellenőrizze a sebesség szenzort illetve a motor csatlakozási kábeleit.

PROBLÉMA : a kijelzőn a következő hibaüzenet jelenik meg "E05".

MEGOLDÁS: Túláram védelem, melynek oka lehet a megengedett felhasználói súlynál nagyobb felhasználó használta a készüléket, illetve valamelyik alkatrész zárlatos. Ellenőrizze a motort és a kontrol panelt, és amennyiben furcsa (rossz, égett) szagot érez cserélje a hibás alkatrészt.

Kellemes edzést és időtöltést kívánunk Önnek!