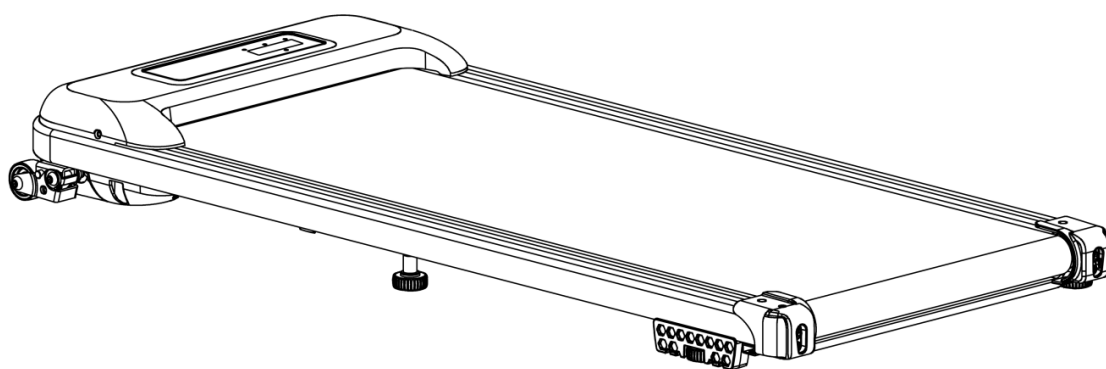


HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

Corciano Tavo futópad 3930W 5906333001385



Uwaga: Zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju producent może modyfikować maszyny w razie potrzeby bez informowania klienta. Modyfikacje zależą od konkretnego produktu.

TARTALOMJEGYZÉK

1. A termék bemutatása	1
2. Óvintézkedések és figyelmeztetések	2
3. Összeszerelési útmutató	4
4. Sportolási tanácsok (ergonómia).....	5
5. Használat	7
6. Rendszeres karbantartás	9

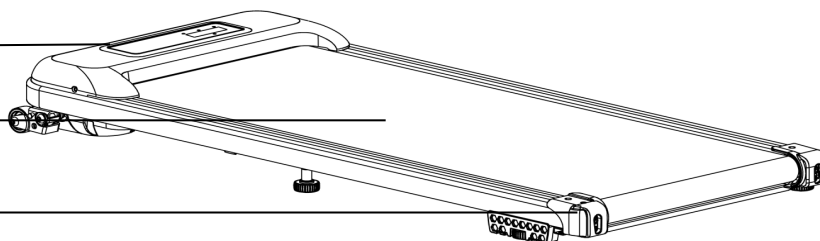
1. A termék bemutatása

Motoros gyaloglópad:

Motorvédő burkolat

Gyalogló szőnyeg

Záródugó



Fő paraméterek és alkatrészlista

Ssz	Név	Termék	Ssz	Név	Termék
1	Tápfeszültség	220V~ 50-60Hz	3	Funkció	Gyaloglópad távirányítással
2	Sebesség	1,0-6km/h	4	Hangszóró	Bluetooth

A csomagolás tartalma

Ssz	Név	Egység	Darab	Ssz	Név	Egység	Darab
1	Komplett gép	szett	1	2	Táska tartozékokkal	szett	1

Táska tartozékokkal

Ssz	Név	Egység	Darab	Ssz	Név	Egység	Darab
1	5 mm hatlapfejű kulcs	db	1	3	Távirányító	db	1
2	Használati útmutató	db	1	4	Szilikonolaj	db	1

2. Óvintézkedések és figyelmeztetések



A biztonságos használathoz és a balesetek elkerülése érdekében használat előtt olvassa el figyelmesen a használati útmutatót.

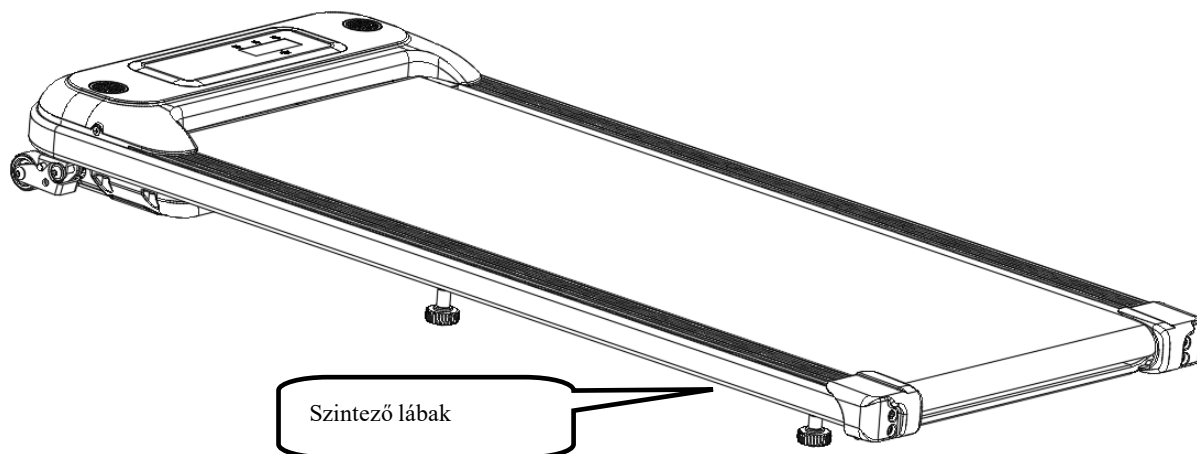
Biztonsági útmutatók: ezt a terméket számos biztonsági szempontot figyelembe véve tervezték és gyártották - a sérülések elkerülése érdekében be kell tartani az alábbi utasításokat. A gyártó nem vállal felelősséget a nem megfelelő használatból eredő következményekért.

- ◆ A futópadot zárt térben, sík felületre kell helyezni, kerülve a nedvességet. Ne öntsön vizet a futópadra. A futópadra nem szabad idegen tárgyakat helyezni. A futópad mindkét oldalán hagyjon legalább 3,3 lábnyi távolságot, a futópad mögött pedig 6,6 lábnyi távolságot, hogy egyensúlyvesztés esetén ne essen a falnak, illetve ne szoruljon be a készülék és a fal vagy a bútorok közé. A szabad tér nélkülözhetetlen ahhoz, hogy vészhelyzet esetén le tudjon ugrani a készülékről. (A készülékről való leugrás vészhelyzet esetén: a kapaszkodókat fogva, a test megtámasztásához, álljon az oldalsó fellépőre és ugorjon le a futópadról az egyik oldalán.
- ◆ A csatlakozódugónak földeltnek kell lennie és külön áramkörre kell csatlakoztatni, hogy elkerülje a készülék más elektromos berendezésekkel való közös használatát;
- ◆ Ha a tápkábel megsérült, a balesetveszély megelőzése céljából forduljon a gyártó szervizéhez vagy szakemberhez a tápkábel javítása céljából - nem szabad saját kezűleg megjavítani,
- ◆ Amikor a futópad nincs használatban, tartsa a biztonsági kulcsot gyermekek elől elzárva. Ha hosszabb ideig nem használja a futópado, húzza ki a tápkábelt;
- ◆ A kenőzsír (ha van) a tartozéktáskában, gyermekek elől elzárva tárolandó. A kenőzsír lenyelése vagy szembe jutása esetén öblítse ki a szemet vízzel és azonnal forduljon orvoshoz;
- ◆ Ne használja a készüléket, ha rosszul érzi magát - haladéktalanul forduljon orvoshoz.
- ◆ Csökkent fizikális, érzékszervi vagy szellemi képességekkel rendelkező személyek, gyermekek csak abban az esetben használhatják a jelen útmutatóban bemutatott készüléket, ha felügyeletük biztosított, vagy a felügyelő megfelelő utasításokkal szolgált a készülék biztonságos használatára vonatkozóan.
- ◆ Ne használja a futópado erősen poros helyen és biztosítsa a helyiség megfelelő páratartalmát az erős statikus elektromosság kialakulásának elkerülése érdekében. Ellenkező esetben zavar léphet fel az elektronikus óra és a vezérlő működésében. Eredeti tartozékokat kell használni - szigorúan tilos a tartozékok gyártó engedélye nélkül cseréje.

- ◆ Tartsa távol a kezét a futópad minden mozgó elemétől. Tilos a kezét vagy lábát a futószőnyeg alá helyezni.
- ◆ Ne helyezze a tápkábelt forró vagy mozgó tárgyak közelébe; Ne használja a futópadot szabadban, magas páratartalom vagy napfény mellett.
- ◆ A termék mozgatása, áthelyezése előtt húzza ki a csatlakozódugót a hálózati aljzathoz. A készüléket kizárólag megfelelő engedéllyel rendelkező szakemberek szerelhetik szét, ennek megszegése súlyos következményekkel járhat.
- ◆ A futópad használata előtt ellenőrizze, hogy begombolta vagy cipzárral bezárta a ruházatát, illetve azt, hogy nem túl laza.
- ◆ Ha bármilyen rendellenességet tapasztal, például kellemetlenül érzi magát a használat során, fejezze be az edzést és forduljon orvoshoz.
- ◆ Ezt a terméket nem szabad hosszú ideig használni, mivel a hosszan tartó használat könnyen a futópad elektromos berendezéseinek túlmelegedését és elektromos meghibásodását okozhatja.
- ◆ A veszély elkerülése végett megfelelő csatlakozó aljzathoz kell használni. Ha a csatlakozódugó és a csatlakozó aljzat nem kompatibilis, ne használja a csatlakozódugót és hívjon villanyszerelőt.
- ◆ Ezt a terméket magánjellegű, otthoni használatra tervezték és nem alkalmas professzionális edzésre és vizsgálatokra, valamint orvosi célokra.
- ◆ Ne használja a futópadot, ha a készülékházon repedések, sérülések vannak (és a készülék belseje látható), vagy megrepedt a készülék hegesztett része.
- ◆ Ne ugráljon a mozgó futópadon.
---- Az elesés sérüléshez vezethet.
- ◆ Ne használja a készüléket étkezés után, fáradtan vagy legyengülve, rossz fizikai állapotban.
---- Ez az egészségi állapot romlásához vezethet.
- ◆ Ne hagyja, hogy nedvessé váljon vagy szennyeződések tapadjanak meg a csatlakozódugón.
- ◆ ---- Áramütést vagy rövidzárlatot és tüzet okozhat. Ne érintse meg a csatlakozódugót nedves kézzel!
- ◆ Ha nem használja a készüléket, húzza ki a csatlakozódugót a hálózati aljzathoz.
---- A por és a nedvesség felgyorsítja a szigetelés öregedését, ami tüzet okozhat.
- ◆ Ez a termék HC osztályú készülék. Ha kétségei vannak a termék megfelelően földelésére vonatkozóan, ellenőriztesse a terméket egy villanyszerelővel.
- ◆ A készüléket földelni kell. Meghibásodás esetén a földelés csökkenti az áramütés kockázatát.

Összeszerelési útmutató

1. lépés Helyezze a készüléket vízszintes felületre (A gépet nem kell összecsukni, elég kivenni a csomagolásból).



A gép beállítása és szintezése:

Ha a gép és a padló között rés van, a hátsó szintező lábak úgy állíthatóak, hogy az első és a hátsó láb is érintkezzen a padlóval.

( **yelem: A láb és a padló közötti rés helytelen beállítása instabillá teheti a gépet!**)

3. Sportolási tanácsok (ergonómia)

Bemelegítés és fájdalomcsillapító gyakorlatok:

A hatékony edzésprogram három részből áll: bemelegítésből, kardió gyakorlatokból és fájdalomcsillapító gyakorlatokból. A bemelegítés az edzés nagyon fontos része - minden egyes gyakorlat előtt el kell végezni, mivel segít a test előmelegítésében, az izmok nyújtásában és a test felkészítésében az intenzívebb gyakorlatokhoz. A bemelegítő gyakorlatok edzés utáni megismétlése segíthet az izomfájdalmak enyhítésében.

Javasoljuk a megfelelő bemelegítő és relaxációs gyakorlatok elvégzését az alábbi ábra szerint:

Fejtorna

Először hajlítsa a fejét a jobb válla irányába, majd egyenesítse ki a nyakát és forgassa jobbra és hátra; majd hajlítsa a fejét a bal válla irányába, és forgassa egyszer balra. Ismétlje meg a gyakorlatot.



Vállak megemelése

Emelje fel a bal vállát és forgassa hátrafelé - ismétlje meg ötször; majd emelje fel a jobb vállát és forgassa hátrafelé - szintén ötször. Váltogassa a gyakorlatot.



Nyújtás

Nyújtsa ki a kezét a feje fölött, majd fogja meg a bal kezével a jobb csuklóját és nyújtsa felfelé, egészen addig, amíg érezni fogja, hogy a csuklója teljesen kiegyenesedett. Tartsa ebben a helyzetben 5 másodpercig, majd végezze el a másik kezével.



Négyfejű combizom nyújtó gyakorlatok

Jobb kezével támaszkodjon a falnak, hogy megtartsa az egyensúlyát, majd emelje hátra a bal lábát és fogja meg a bal kezével a sarkát és húzza minél közelebb a fenekéhez. Tartsa ebben a helyzetben 15 másodpercig, majd végezze el a másik lábával.



A comb belső oldalának nyújtása

Üljünk le a földre úgy, hogy a talpukat egymásnak érintjük, fogja meg a kezével a lábfejeit és hajoljon előre. Lassan nyomja meg mindkét sarkát - tartson ki ebben a pozícióban 15 másodpercig.



A lábfej ínszalagok nyújtása

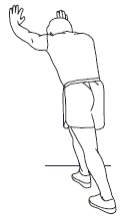
Üljön le, egyenesítse ki a jobb lábát és hajlítsa be a bal lábát. Fogja meg a bal kezével a bal bokáját és nyomja a jobb combja belső oldalához. Ezután hajoljon előre, nyújtsa



ki a jobb kezét, hogy megérintse a jobb lábujjait - minél mélyebb az előrehajolás, annál jobb Tartson ki ebben a helyzetben 15 másodpercig, majd ismételje meg a gyakorlatot a bal lábával.

A vádli nyújtása

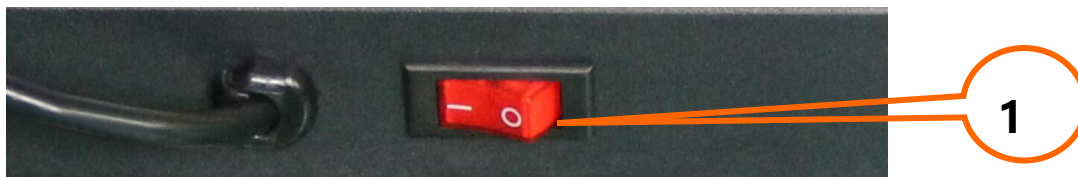
Támaszkodjon mindkét kezével a falnak, testét 45 fokos szögben álljon a talajhoz képest és felváltva nyújtsa ki a bal és a jobb lábát hátrafelé, olyan mozdulatokkal, mintha sétálna.



5. Használat

1. Használat: dugja be helyesen a csatlakozódugót és állítsa a kapcsolót bekapcsolt (piros) állásba. Kigyullad a dióda, egy hangjelzést hall, majd a képernyő kivilágosodik.

(Figyelem: a kapcsoló a készülék jobb oldalán található).



A távirányító használata: Bekapcsolás után nyomja meg és tartsa lenyomva kb. 7 másodpercig a távirányítón lévő "Start" gombot az egy az egyhez párosításhoz (a sikeres párosítást a hangjelző egymás után többszöri megszólalása jelzi; ha a csengőhang nem szól folyamatosan, a párosítás sikertelenül végződött). A sikeres párosítás után a távirányítóval távolról vezérelheti a futópadot és nincs szükség későbbi párosításra. A távirányítón a következő gombokat találjuk: "Start" "Stop", "Speed +", "Speed -", „Program”, és "Mode".

A kijelző funkciói

Idő megjelenítése: ha be van kapcsolva az idő jelzője, megjeleníti a munkaidőt.

Sebesség megjelenítése: ha be van kapcsolva a sebesség jelzője, megjeleníti az aktuális futási sebességet.

Távolság megjelenítése: ha be van kapcsolva a távolság jelzője, megjeleníti az összesített távolságot.

Kalória megjelenítése: ha be van kapcsolva a kalória jelzője, megjeleníti az összesített elégetett kalóriát.

Bluetooth hangszóró: a Bluetooth használata a futópadon nagyon egyszerű - lépjen be a telefon beállításába és kattintson a Bluetooth-ra, majd menjen a beolvasásra és keressen kapcsolatot.

Megjelenik a hnk_audio név és manuálisan csatlakoztathatja az eszközöket. Az első használat után a Bluetooth automatikusan csatlakozik.

Funkciógombok:

Start: nyomja meg a gombot a futópad elindításához;

Stop: a futópad működése közben nyomja meg a "Stop" gombot, minden adat törlődik és megállás után a futópad visszatér a kézi üzemmódba.

Speed+: nyomja meg ezt a gombot futás módban a futási sebesség növeléséhez;

Speed-: nyomja meg ezt a gombot futás módban a futási sebesség csökkentéséhez;

Program gomb: készenléti állapotban nyomja meg ezt a gombot, hogy a kézi üzemmódról a P1-P12 automatikus programra váltson; a kézi üzemmód a rendszer alapértelmezett működési módja.

Mode gomb: Készenléti üzemmódban e gomb megnyomásával három különböző visszaszámlálási mód közül választhat: A ciklusok átkapcsolási sorrendje: idő, távolság és kalória.

Automata üzemmód

Idő Program		Beállított idő / 10 = Az egyes szegmensek időtartama									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SEBESSÉG	1.9	1.9	4	3.1	3.1	2.5	2.5	2.5	2.5	1.9
P2	SEBESSÉG	1.9	1.9	2.5	2.5	3.1	3.1	3.1	4	4	2.5
P3	SEBESSÉG	1.5	2.5	4	2.5	1.9	2.5	4	1.5	1.9	1.5
P4	SEBESSÉG	1.9	1.9	3.1	4	1.9	4	3.1	2.5	1.9	1.9
P5	SEBESSÉG	1.9	4	4	4	2.5	1.9	1.9	3.1	3.1	2.5
P6	SEBESSÉG	1.5	4	3.1	2.5	2.5	1.9	3.1	1.9	1.9	1.5
P7	SEBESSÉG	1.5	3.1	3.1	1.9	1.9	4	3.1	1.9	1.5	1.5
P8	SEBESSÉG	1.5	2.5	2.5	2.5	3.1	4	2.5	2.5	4	1.5
P9	SEBESSÉG	1.5	2.5	3.1	3.1	4	3.1	4	1.9	1.9	1.5
P10	SEBESSÉG	1.5	3.1	1.9	3.1	2.5	4	3.1	1.5	2.5	1.9
P11	SEBESSÉG	1.5	3.1	4	1.9	2.5	3.1	4	3.1	1.9	1.5
P12	SEBESSÉG	1.5	1.9	3.1	4	2.5	4	3.1	4	3.1	1.9

Hibakódok

Hibakód	Leírás	Eljárás
E1	Kommunikációs hiba	Lehetséges okok: az elektronikus vezérlő és az elektronikus óra közötti kommunikáció blokkolva van. Ellenőrizze az elektronikus óra minden egyes szakaszának csatlakoztatását a vezérlő alsó kommunikációs vonalához, hogy meggyőződjön róla, hogy minden egyes mag teljesen be legyen dugva. Ellenőrizze, hogy az elektronikus óra és a vezérlő közötti kábel nem sérült-e meg - szükség esetén cserélje ki a kábelt.
E2	Nincs jel a motortól	Lehetséges ok: Ellenőrizze, hogy megfelelően csatlakoztatta a motor csatlakozó kábelét, szükség esetén csatlakoztassa újra. Ellenőrizze, hogy nem sérült vagy nincs égett szaga a motor csatlakozó kábelének. Szükség esetén cserélje ki a motort.

E5	Túláramvédelem:	Lehetséges okok: A névleges terhelés túllépése túl nagy áramerősség értékeket eredményez; bekapcsolt a rendszer védelme vagy a futópad egy része leáll, ami azt eredményezi, hogy a motor nem tud forogni; túl nagy a terhelés, túl nagy áramértékek fordulnak elő, előfordulhat, hogy be kell állítani a futópadot az újbóli elindításhoz. Ellenőrizze, hogy nem ad ki a motor rendellenes hangokat vagy nem érez égett szagot. Szükség esetén cserélje ki a motort; vagy a vezérlőt, vagy ellenőrizze, hogy a tápfeszültség specifikációja megfelel-e a specifikációnak vagy túl alacsony, majd tesztelje újra a futópadot a megfelelő feszültséggel.
E6	Robbanásvédelem	Lehetséges ok: ellenőrizze, hogy a tápfeszültség nem alacsonyabb 50%-kal a normál feszültségnél - a megfelelő feszültség elérését követően indítsa újra a gépet. Ellenőrizze, hogy a vezérlő nem bocsát ki égett szagot ér - szükség esetén cserélje ki a vezérlőt. Ellenőrizze, hogy megfelelően csatlakoztatta a motor csatlakozó kábelét, szükség esetén csatlakoztassa újra.

6. Rendszeres karbantartás

Évente legalább kétszer nyissa ki a motorvédő burkolatot és tisztítsa meg a motort. A teljes tisztítás meghosszabbítja a futópad élettartamát. A futószőnyeg mindkét oldalát meg kell tisztítani, hogy csökkentse a szennyeződések futószőnyeg alatti felhalmozódását. Győződjön meg róla, hogy tiszta sportcipőt visel, hogy ne vigyen fel szennyeződések és idegen anyagokat a futólapra és a futószőnyegre. A futószőnyeget nedves ruhával és szappannal kell tisztítani. Figyeljen arra, hogy ne érje nedvesség az elektromos alkatrészeket és a futószőnyeg alatti teret.

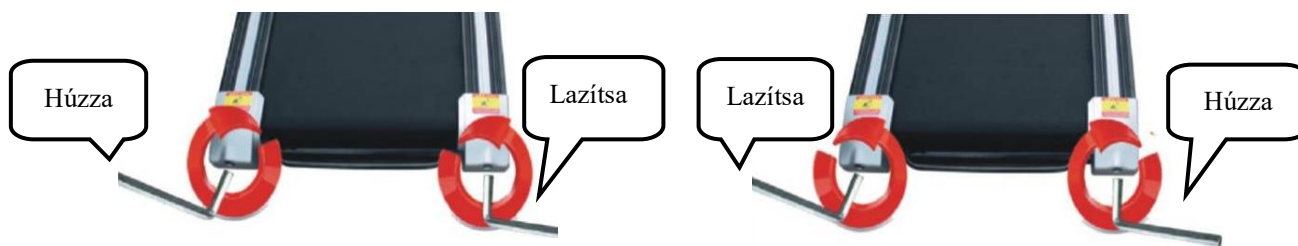
(Figyelmeztetés: A futópad tisztítása, karbantartása vagy áthelyezése előtt húzza ki a csatlakozódugót).

A futószőnyeg középére igazítása:

Fektesse le a futópadot sík felületre és indítsa el 6 km/h sebességgel.

Ha a futószőnyeg balra tart, fordítsa el a bal oldali állítócsavart 1/2 fordulattal jobbra, majd a jobb oldali állítócsavart 1/2 fordulattal balra (A ábra).

Ha a futószőnyeg jobbra tart, fordítsa el a jobb oldali állítócsavart 1/2 fordulattal jobbra, majd a bal oldali állítócsavart 1/2 fordulattal balra (B ábra).



A ábra: Balra tartó futószőnyeg

B ábra: Jobbra tartó futószőnyeg

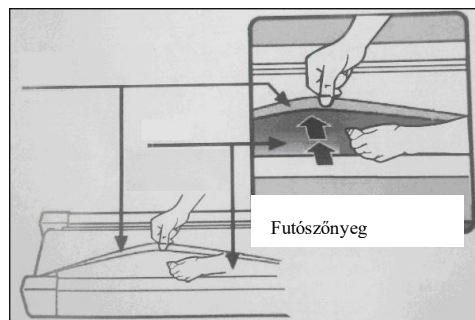
A kenőzsír felhordása

A futópad gyárilag kenve van. A futószalag és a futólap közötti súrlódás jelentősen befolyásolja a futópad élettartamát és teljesítményét, ezért elengedhetetlen a kenőanyag rendszeres alkalmazása.

Mérsékelt használat esetén (heti 3 óránál kevesebb) - 10 havonta egyszer; intenzív használat esetén (heti 7 óránál több) - 5 havonta egyszer.

A kenés módja:

1. lépés: Először emelje felfelé a futószalagot.
2. lépés: Nyissa ki az olajos flakont és nyomja ki az olajat a futólapra felülről, ahogy az ábrán látható.



A futópad sporteszköz, ezért rendszeres karbantartást igényel. Karbantartási javaslatok:

1. A kopásra és a sérülésekre való tekintettel gyakori ellenőrzésekre van szükség; az elhasználódott vagy sérült tartozékok (például motorok, elektromos vezérlők, tápkábelek, futószőnyeg) esetében a szakszerű karbantartás lehetővé teszi az új alkatrészekével megegyező üzembiztonság szintjét.
2. Azonnal cserélje ki a hibás alkatrészeket, a gépet üresjáratban kell megjavítani (például a tápkábelt).
3. Fordítson külön figyelmet a kopásra leginkább hajlamos alkatrészekre (például a futószőnyegre).

CORCIANO[©]

Szervizünk címe.

Euro Hit Szerviz, Leśna 73, 32-590 Libiąż

Gyártó:

ZHEJIANG LIJIUJIA SPORTS EQUIPMENT CO.,LTD

ADD: 1St Floor,No.88 Yuegui South Road,Xicheng Street,Yongkang ,Zhejiang,China.

TEL:86 579 87278822

FAX:86 579 87278080



Importőr: "EUROHIT" Sp. z o.o.

ul. Kłobucka 23D/118

02-699 Warszawa

NIP: 951-242-25-07

- pulzusmérésre vonatkozó figyelmeztetések:

-> A készülék pulzusmérője nem alkalmas orvosi használatra.

-> BIZTONSÁGI FIGYELMEZTETÉS: 14 km / h sebesség felett ne használja a kormány pulzusmérőjét

-> FIGYELMEZTETÉS! Előfordulhat, hogy a pulzusmérő pontatlan értékeket mutat.

A futószőnyeg túlzott megnyúlása

edzés közben súlyos, életveszélyes sérüléshez vezethet. Ha hányingere van, azonnal fejezze be az edzést.

-> Biztonsági követelményeknek való megfelelés

Ez a készülék megfelel az elektromágneses összeférhetőségre vonatkozó európai szabványoknak.

és a HC osztályú kisfeszültség követelményeinek. Ezért a terméken a következő jelzések szerepelnek.

Látogasson el webáruházunkba:

WWW.CORCIANO.PL