

A termék használata előtt figyelmesen olvassa el és őrizze meg ezt a kézikönyvet.

Biztonsági óvintézkedések és figyelmeztetések

1. Biztonsági óvintézkedések és figyelmeztetések



Megjegyzés: Kérjük, használat előtt figyelmesen olvassa el a használati útmutatót, és ügyeljen a következő biztonsági óvintézkedésekre:

- A gyalogos sétálópadot jól szellőző és száraz beltéri helyre kell helyezni a nedvesség elkerülése érdekében. Ne helyezzen semmilyen idegen tárgyat a sétáló sétálópadra, hogy elkerülje a motorba jutó víz okozta motorkárosodást.
- Az edzés megkezdése előtt győződjön meg róla, hogy megfelelő sportruházatot és professzionális sportcipőt visel, és végezzen teljes testet nyújtó levekényiséget. Ne gyakoroljon meztőláb a sétáló sétálópadon.
- A lépődugót biztonságosan földelni kell, és a használt aljzatnak külön áramkörrel kell rendelkeznie, hogy elkerülje az áramellátást más elektromos eszközökkel.
- A balesetek elkerülése érdekében tartsa távol a gyermekeket a berendezéstől.
- Kerülje el a gyalogló sétálópad túlterhelés melletti hosszabb ideig tartó használatát, mivel ez a motor és a vezérlő károsodásához, a csapágycák, a futószalagok és a fedélzet gyorsulásához és előregedéséhez vezethet. A berendezés jó állapotának biztosítása érdekében a rendszeres karbantartás javasolt.
- Az elektronikus műszerek és vezérlők normál működésének fenntartása érdekében csökkentse a beltéri port és tartsa fenn a megfelelő páratartalmat az erős elektrosztatikus interferencia elkerülése érdekében.
- Használat után feltétlenül kapcsolja ki a sétálópadot.
- A beltéri levegő keringését tartsa fent a sétálópad használata közben.
- Ha kényelmetlenséget vagy rendellenes állapotokat tapasztal edzés közben, azonnal hagyja abba, és forduljon orvoshoz.
- A szilikonolaj használata után tárolja gyermekek számára hozzáférhetetlen helyen, hogy elkerülje a véletlen lenyelés súlyos következményeit.
- A gyalogos sétálópad mögötti biztonsági terület 1000 mm*2000 mm.

Figyelmeztetés: A balesetek elkerülése érdekében kérjük, kövesse az alábbi szabályokat:

- A futópad használata előtt ellenőrizze, hogy a ruházata megfelelően rögzítve van.
- Kerülje az olyan tárgyak viselését, amelyeket a futópad elkaphat.
- Tartsa távol a tápkábeli hűtőrácsoktól.
- Akadályozza meg a gyermekek hozzáférését a sétápadhoz.
- Ne használja a sétápadot a szabadban.
- A futópad mozgatása előtt húzza ki az áramellátást.
- Ne nyissa fel a felső fedelet, valamint a bal és jobb hátsó üléseket szakember felügyelete nélkül.
- Egyidejűleg csak egy személy használhatja a futópadot.
- Ha edzés közben szédülést, mellkasi fájdalmat, hányingert vagy légszomjat érez, azonnal hagyja abba, és forduljon orvoshoz.

Biztonsáai óvintézkedések és fiavelmeztetések Fontos figyelmeztetés!

Ha Ön orvosi kezelés alatt áll, vagy az alábbi betegtípusokhoz tartozik, használat előtt feltétlenül konzultáljon szakemberrel.

- (1) Azok a betegek, akiknek deréktáji fájdalmaik vannak, vagy akik láb-, hát- vagy nyakserülést szenvedtek, vagy akik fájdalmat tapasztalnak a lábban, a hát alsó részén, a nyakban és a karokban (például porckorongsérvvel, gerinccsúszással, nyakkiemelkedéssel stb. szenvedő asztronikus betegek).
- (2) Osteoarthritisben, reumában vagy fájdalmas reumában szenvedő betegek.
- (3)rendellenességben, például csonttrikulálásban szenvedő egyének.
- (4)keringési rendszeri betegségben (szívbetegség, érrendszeri betegség, magas vérnyomás)
- (5) Légzőszervi betegségben szenvedő egyének.
- (6) Mesterséges pacemakert vagy beültetett orvosi elektronikai eszközöket használó egyének
- (7) Rosszindulatú daganatok egyének.
- (8) Trombózisban vagy súlyos vérkeringési zavarban, akut vénás gyulladásban szenvedő egyének. stb.
- (9) Perifériás keringési rendellenességek által okozott cukorbetegségben szenvedő egyének.
- (10) Bőrsebekkel rendelkező egyének.
- (11) Betegségek miatt lázas egyének (a bőr hőmérséklete eléri a 38°C-ot vagy magasabb).
- (12) Rendellenes vagy hajlott hátú egyének.
- (13) Terhes vagy potenciálisan terhes nők, vagy menstruáció alatt álló nők.
- (14) Azok az egyének, akik fizikailag rendellenesnek érzik magukat, és pihenésre szorulnak.
- (15) Nyilvánvalóan rossz fizikai állapotú egyének.
- (16)A berendezést rehabilitációs célokra használó személyek.
- (17) Olyan egyének, akik a fenti helyzeteken kívül bármilyen rendellenességet éreznek a testükben.

A használat baleseteket vagy a fizikai állapot romlását okozhatja.

- Ha szokatlan fájdalmat tapasztal, például derékfájást, lábszibbadást, szédülést, rendellenes szívverést vagy a szokásosól eltérő kellemetlen érzést edzés közben, azonnal hagyja abba, és forduljon orvoshoz.
- A gyermekek felügyelőjének ügyelnie kell arra, hogy ne hagyja őket a termék körül játszani.
- Ezen előírás be nem tartása sérülést okozhat.
- Használat közben, illetve a termék be- és kirakodása során ügyeljen arra, hogy a közelben (a termék hátulja, alja, eleje) ne legyenek emberek vagy háziállatok.

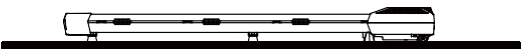
Tilos!

- Ne használja ezt a készüléket, ha a ház megrepedt, eltört vagy levált (belső szerkezetek szabadulnak fel), vagy ha hegesztett részek leválnak. Ellenkező esetben balesetek vagy sérülések következhetnek be.
- Edzés közben ne ugorjon fel vagy ugorjon le a futópadra, mert ez eséseket és sérüléseket okozhat.
- Ne használja és ne tárolja a futópadot a szabadban, a fürdőszobában vagy más, könnyen párosodó helyen.
- Ne helyezze a futópadot közvetlen napfénybe vagy magas hőmérsékletű környezetbe, például kandalló köré vagy fűtőberendezésekre, például elektromos takarókra.

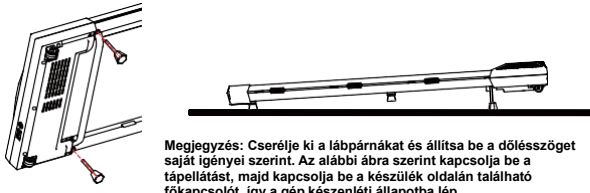
Használat

3. Használati utasítás

1. Ha a talaj egyenetlen vagy a futópad inog, állítsa be a futópad alján található állítható lábmatricát a megfelelő pozícióba. A lábmatricának érintkeznie kell a talajjal. (Az alábbi képen látható módon)

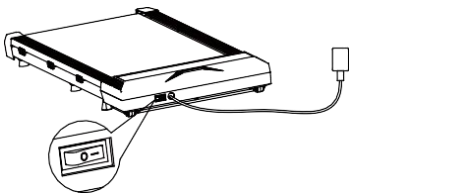


2. A dőlésszög beállításakor használja a tartozékcsoomagban található hosszú lábpárnákat. Csavarja be azokat az óramutató járásával megegyező irányban a csavarhelyekbe, és győződjön meg róla, hogy a lábpárnák érintkeznek a talajjal. (Az alábbi képen látható módon)



Megjegyzés: Cserélje ki a lábpárnákat és állítsa be a dőlésszöget saját igényei szerint. Az alábbi ábra szerint kapcsolja be a tápellátást, majd kapcsolja be a készülék oldalán található főkapcsolót, így a gép készenléti állapotba lép.

3. Az alábbi ábra szerint kapcsolja be a tápellátást, majd kapcsolja be a készülék oldalán található főkapcsolót, így a gép készenléti állapotba lép.



Biztonsági óvintézkedések és figyelmeztetések

- Ha a tápkábel vagy a csatlakozódugó megsérült, vagy az aljzat meglazult, ne használja a futópadot. Ellenkező esetben áramütés, rövidzárlat vagy tűz keletkezhet.
- Ne sértse meg, ne hajlítsa meg vagy csavarja el a tápkábelt. Kerülje továbbá, hogy nehéz tárgyakat helyezzen a tápkábelre, vagy ne csipje be a vezetékét. Ellenkező esetben szivárgás vagy tűzet, esetleg áramütést, rövidzárlatot okozhat.
- Egyidejűleg két vagy több személy nem használhatja a futópadot, és ügyeljen arra, hogy a használat során mások ne tartózkodjanak a közelben. Ellenkező esetben balesetek vagy sérülések történhetnek.
- Ne engedje, hogy olyan személyek használják, akik nem tudják kifejezni tudatukat, vagy nem tudják önállóan kezelni a sétáló futópadot. Ez balesetet vagy sérülést okozhat.

Ne szerelje szét a sétálópadot!

- Tilos a sétáló futópad szétszerelése, javítása vagy a futópad alkatrészeinek cseréje. Fennáll a sérülés veszélye mechanikai meghibásodás miatt.

Kerülje a vízzel való érintkezést!

Ne engedje, hogy a fő test vagy a vezérlőelemek vízzel vagy más vezető folyadékkal érintkezzenek. Ez áramütést vagy tüzet okozhat.

Tilos!

- Aki nem sportol rendszeresen, ne kezdjen hirtelen megerőltető gyakorlatba. Ez egészségkárosodást okozhat.
- Ne használja vízivás után, fáradtnak érzi magát, az edzés korai szakaszában, vagy ha a teste rendellenes állapotban van. Ez sérüléshez vezethet.
- Ez a termék otthoni használatra alkalmas, és nem alkalmas olyan helyekre, ahol több nem specifikus felhasználó tartózkodik, például iskolákban vagy edzőtermekben.
- Ne használja ivás, evés vagy egyéb tevékenységek közben.
- Ne használja, ha ivás után lomhának érzi magát. Ez balesetet, vagy sérülést okozhat.
- Ne használja kemény tárgyakkal a nadrág zsebében. Ez balesetet vagy sérülést okozhat.
- Ne engedje, hogy tük, szemét vagy víz csatlakozzanak a hálózati csatlakozóhoz. Ez áramütést, rövidzárlatot vagy tüzet okozhat.
- Használat közben ne húzza ki a hálózati csatlakozót, és ne kapcsolja ki a tápkapcsolót. Ez sérülést okozhat.

Biztonsági óvintézkedések és figyelmeztetések

Húzza ki a tápkábelt!

- Amikor a berendezést nem használja, húzza ki a tápkábelt a konnektorból. A por és a nedves levegő az szigetelés romlását okozhatja, ami áram szivárgáshoz vagy tűzhoz vezethet.
- Karbantartás során mindenképpen húzza ki a tápkábelt a konnektorból. Ennek elmulasztása áramütést vagy sérülést okozhat.
- Ha a berendezés nem indul el, vagy rendellenességet tapasztal, hagyja abba a használatát. Azonnal húzza ki a tápkábelt, és bizza szakemberre az ellenőrzést és a javítást. Ennek elmulasztása áramütést vagy sérülést okozhat.
- Áramsűnet esetén azonnal húzza ki a tápkábelt. Ellenkező esetben baleset vagy sérülés következhet meg az áram visszatérésekor.
- Amikor kihúzza a tápkábelt, ne a vezetékét húzza, hanem a csatlakozót fogja meg. Ellenkező esetben rövidzárlat, áramütés vagy tűz keletkezhet.

Földelési utasítások!

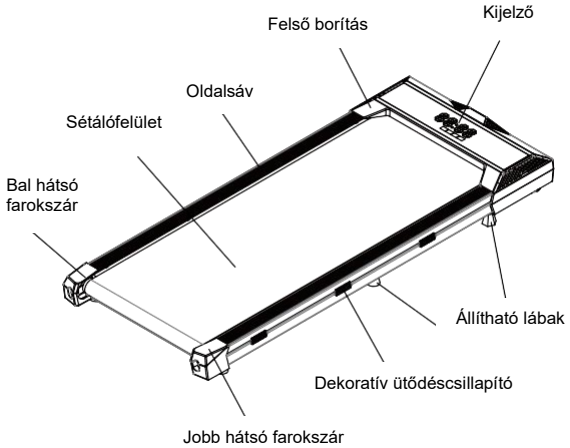
- Ez a termék földelési igényel. Ha a berendezés meghibásodik, a földelés biztosítja az áram számára a minimális ellenállású utat, csökkentve az áramütés kockázatát.
- A termék földeléshez szükséges vezetékkel és földelő dugóval van ellátva. Ezt a dugót egy megfelelően telepített és földelt aljzatba kell csatlakoztatni, amely teljes mértékben megfelel a helyi előírásoknak vagy jogi követelményeknek.

Veszély!

- A készülék földelő vezetékének helytelen csatlakoztatása áramütés veszélyét okozhat. Ha kétségei vannak a termék földelésével kapcsolatban, kérjen segítséget egy szakembertől az ellenőrzéshez. Abban az esetben se módosítsa a készülékhez mellékelt dugót, ha az nem illeszkedik az aljzatba. Kérjük kérje egy szakember segítségét a megfelelő aljzat telepítéséhez.
- Ez a termék földelő dugóval rendelkezik. Gondoskodjon arról, hogy a dugó formájának megfelelő aljzatba legyen csatlakoztatva. Ez a termék nem csatlakoztatható adapterhez.
- Lenyelési veszély: Ez a termék gombelmelet vagy érmeelmelet tartalmaz, amelynek lenyelése halált vagy súlyos sérülést okozhat. A lenyelt gombelmelet vagy érmeelem már 2 órán belül belső kémiai égéseket okozhat.
- A használt, vagy új elemek gyermekektől mindig távol tartandók.
- Azonnal kérjen orvosi segítséget, ha gyanítja, hogy egy elemet lenyeltek vagy a test bármely részébe helyezték.
- Távolítsa el és azonnal hasznosítsa újra, vagy ártalmatlanítsa az használt elemeket a helyi előírásoknak megfelelően, és tartsa távol a gyermekektől. NE dobja ki az elemeket háztartási hulladékba, és ne égesse el őket.
- Még a használt elemek is súlyos sérülést vagy halált okozhatnak, ezért hívjon egy helyi mérgezés-ellenőrző központot kezelési információért.
- Ne erőltesse a kisütést, újratöltést, szétszerelést, ne melegítse fel a (gyártó által meghatározott hőmérséklet-érték) fölé, és ne égesse el. Ennek következményeként sérülést szenvedhet, mivel szellőzés, szivárgás vagy robbanás következhet be, ami kémiai égéseket okozhat.
- Ne töltse fel az elemet.

A termék bemutatása

A termék részei:



A termék bemutatása

Csomag tartalma

NO.	Név	Mennyiség	Megjegyzés
1	Sétálópad	1	
2	Pótalkatrészek	1	

Technikai paraméterek:

Nettó súly	17.5kg
Bruttó súly	20kg
Maximum terhelhetőség	120kg
Méret	1185*490*109mm
Sétáló felület	945*400mm
Motor erőssége	0.75 lóerő
Megjelenített sebesség	1-6 kmph
Működési feszültség	AC 220V 50Hz
Irányítós módja	Távírányító (gombelmelet: CR2032L)

Attachment (Spare Parts Package List) :

NO.	Megnevezés	Menny.:	Megjegyzés
1	5-os villáskulcs	1	Sétáló felület igazításához
2	Állítható láb	2	
3	Metil Szilikon olaj	1	
4	Távírányító	1	
5	Felhasználói útmutató	1	

Gyakorlati ajánlások és iránymutatások

Bemelegítés

Minden edzés előtt 5-10 perces bemelegítés szükséges.

Légzés

Gyakorlás közben ne tartsa vissza a lélegzetét, hanem lélegezzen rendszeresen, a mozgással összehangolva. Ha a légzés túl gyorsá válik, azonnal hagyja abba a gyakorlatot.

Gyakoriság

Ugyanazon izomcsoport edzése között legalább 48 óras pihenőidőnek kell lennie, azaz ugyanazt az izomcsoportot nem szabad egymást követő napokon edzeni.

Terhelés

A terhelést a személyes edzetségi szint alapján kell meghatározni, majd a fokozatos terhelés elvét követve végezni a gyakorlatokat. Az izomláz kezdetben normális, de rendszeres edzéssel fokozatosan csökkenni fog.

Levezetés

Minden edzés után legalább 5 perc levezetés szükséges, különösen a lábizmok nyújtása és lazítása érdekében, hogy megelőzze a hosszan tartó izomfeszültséget és megőrizze az izmok rugalmasságát.

Táplálkozás és hidratálás

Ajánlott legalább egy órával étkezés után edzeni, és közvetlenül edzés után kerülni az étkezést. Az edzés közbeni vízfogyasztást mértékkel kell végezni, különösen a nagy mennyiségű folyadékbevitel kerülendő, hogy ne terhelje meg a szívet és a veséket.

Gyakorlati ajánlások és iránymutatások

Bemelegítési gyakorlatok

Ajánlott nyújtógyakorlatokkal kezdeni a gyaloglópad használata előtt. A bemelegített izmok rugalmasabbak, ezért szánjon 5-10 percet a bemelegítésre. A gyaloglás előtt végezze el a nyújtógyakorlatokat – minden gyakorlatot 5 alkalommal ismétlően, legalább 10 másodpercig tartva a pozíciót. Ismételje meg a gyakorlatokat a gyaloglópad használata után is.



1. Előre nyújtás

Hajlítsa be enyhén mindkét térdét, majd lassan hajoljon előre, hagyva, hogy a háta és a vállai ellazuljanak. Próbálja megérinteni a kezeitel. Tartsa a pozíciót 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor.

2. Achilles-in nyújtás

Üljön egy tiszta szőnyegre, egyik lábat tartsa egyenesen, a másikat pedig hajlítsa be, és nyomja a kinyújtott láb belső oldalához. Próbálja megérinteni a lábujjait a kezeivel. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg mindkét lábnál 3-szor.

3. Vádlí és sarok-in nyújtás

Álljon a falhoz támaszkodva, egyik lábat hátrébb helyezve. Tartsa a hátsó lábat egyenesen, és a sarkát a talajon. Dőljön előre a fal felé, amíg feszülést nem érez a vádlíjában. Tartsa a pozíciót 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg mindkét lábnál 3-szor.

4. Combfesztítő izom (quadriceps) nyújtás

Támaszkodjon meg a falnál vagy egy asztalnál a bal kezevel az egyensúly érdekében, majd nyúljon hátra a jobb kezeivel, és fogja meg a jobb bokáját. Húzza lassan a sarkát a feneké felé, amíg feszülést nem érez a comb elülső részén. Tartsa 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg mindkét lábnál 3-szor.

5. Combközelítő (belső comb) nyújtás

Üljön úgy, hogy a lábfejek egymás felé nézzenek, a térdet kifelé fordítva. Fogja meg mindkét lábfejét, és húzza őket a lágyéka felé. Tartsa a pozíciót 10-15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor.

7.Alkalmazás használata

Alkalmazás telepítése és regisztráció

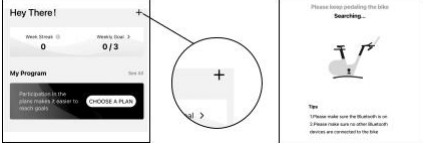
• Olvassa le a QR kódot az alkalmazás letöltéséhez, majd regisztráljon a használathoz.



1. Olvassa le a QR kódot a a letöltéshez.
2. Lépjen a bejelentkezési felületre.
3. Regisztráljon az alkalmazásba.

Eszköz csatlakoztatása

• Első használatkor kattintson a [+] ikonra a [Home] jobb felső sarkóban, vagy lépjen be a kurzusba, és csatlakoztassa az eszközt az interfész utasításai szerint.



4. Lépjen a kezdőoldalra

5. Keresse meg az eszközt

• A későbbi használathoz egyszerűen lépjen ró az eszközre, és nyissa meg az alkalmazás edzésmódjót vagy kurzusot, így az automatikusan csatlakozik.
• Kérjük, győződjön meg róla, hogy telefonja/tabletje Bluetooth funkciója be van kapcsolva.
• Az eszköz nem támogatja több telefon egyidejű csatlakoztatását. Használat előtt győződjön meg arról, hogy más felhasználó nincs csatlakoztatva az eszközhöz.
• Az eszköz 10 perccel a leállítás után automatikusan lecsatlakozik.
• A YESOUL FITNESS APP mellett a Bluetooth kapcsolat kompatibilis a Kinomap és Zwift szoftverekkel is.



*A fenti illusztrációk csak tájékoztató jellegűek. Mivel a szoftver folyamatosan frissül és fejlődik, kérjük, a tényleges használat során vegye figyelembe az aktuális verziót.

Gyakori meghibásodások és hibaelhárítás

Hiba	Lehetséges ok	Hibaelhárítás
A sétálópad nem indul	Nincs áramellátás	Dugja be a tápkábelt a konnektorba
	Az áramellátás nincs bekapcsolva	Kapcsolja be a bekapcsológombot
	Áramkörti jelrendszer hibája	Ellenőrizze a vezérlő bemenetét és a jelvezetékeket
A sétáló felület nem mozog egyenletesen	Elégtelen kenés	Alkalmazzon metil-szilikon olaj kenőanyagot
	Túl feszes futószalag	Állítsa be a futószalag feszességét
A sétáló felület csúszik	Futószalag csúszik	Állítsa be a futószalag feszességét
	Laza futószalag	Állítsa be a futószalag feszességét

Hibakód	Lehetséges ok	Hibaelhárítás
E01	Kommunikációs rendellenesség az alsó vezérlés és az elektronikai panel között.	Ellenőrizze, hogy az alsó vezérlés és az elektronikai panel közötti kommunikációs kábel nincs-e kilazulva vagy leválasztva. Kapcsolja ki az áramot, majd indítsa újra. Ha nem lehet visszaállítani, az elektronikus óra és a vezérlő cserére szorul.
E02 E02	A motor vezetékei kilazultak vagy leváltak.	Ellenőrizze a motor vezetékeit kilazulás vagy leválás szempontjából. Ha nincs rendellenesség, kapcsolja ki az áramot, majd indítsa újra. Ha nem lehet visszaállítani, a vezérlőt ki kell cserélni.
E05 E05	A leállásvédelem aktiválódott	Ellenőrizze, hogy a motor vezetékezése megfelelő-e, vagy van-e valami elakadva. Ha minden rendben van, de a motor nem működik, ki kell cserélni.
E06	Túlterhelésvédelem aktiválódott	Ha a terhelés meghaladja a névleges áramerősséget, kapcsolja ki az áramot, majd indítsa újra. Ha nem lehet visszaállítani, a vezérlőt ki kell cserélni.
Kijelző rendellenesség	Külső zavar	Kapcsolja ki a főkapcsolót, várjon 1 percet, majd kapcsolja vissza és indítsa újra az eszközt.

Használati utasítás

1. Melléklet: P1-P12 programmozgás diagram

Időtartam (Perc)	Seb. (KM/H)	A beállított idő / 10 időszak = a felső és alsó időszakok futási ideje									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Seb.	2	4	6	6	6	4	6	6	6	2
P2	Seb.	1	2	3	4	6	6	4	3	2	1
P3	Seb.	2	4	6	5	6	6	6	6	5	3
P4	Seb.	1	2	6	2	6	2	6	4	6	2
P5	Seb.	1	3	5	3	5	6	6	5	3	2
P6	Seb.	2	6	6	6	6	6	6	6	5	2
P7	Seb.	2	4	2	4	6	6	6	4	2	1
P8	Seb.	1	5	6	5	6	6	6	5	3	2
P9	Seb.	2	4	4	4	6	6	4	6	4	1
P10	Seb.	2	3	2	4	2	5	4	5	4	2
P11	Seb.	1	3	5	6	6	6	6	5	3	1
P12	Seb.	2	4	6	6	6	6	6	4	2	1

Használati utasítás

Paramétere

- Áramellátási feszültség: 220V.
- Minimális sebesség: 1 KM/H.
- Maximális sebesség: 6 KM/H.
- Az időmód maximális edzésideje: 99 perc.
- Az időmód minimális edzésideje: 5 perc.
- A távolságmód maximális futási távolsága: 99 KM.
- A távolságmód minimális futási távolsága: 0,5 KM.
- A kalóriamód maximális elérhető kalóriája: 990 kcal.
- A kalóriamód minimális elérhető kalóriája: 10 kcal.
- (P1-P12) A program minimális futási ideje: 5 perc.
- (P1-P12) A program maximális futási ideje: 99 perc.

Sportmódok: vezetékek nélküli irányítás, manuális módok, programok

1. Vezetékek nélküli mozgásvezérlés: távirányítóval történő irányítás

- Indítás

Nyomja meg a "Start/Stop" gombot, a "Sebesség" 3-tól 1-ig visszaszámol, a figyelmeztető hangjelzés megszólal, és a rendszer bekapcsol.

B. Sétafutópad beállítása
"Sebesség +" és "Sebesség -" gombokkal állítható a sebesség, a beállítási lépésköz 0,1 KM/H.

C. A futópad kiszámítja a mozgási paramétereket és frissíti a kijelzőt.

D. Nyomja meg a "Start/Stop" gombot a rendszer leállításához.

E. Ha az edzésidő meghaladja a 99 perc 59 másodpercet, a rendszer automatikusan újraindítja az időzítést.

2. Mintázatmozgás
A. Időmód: beállíthatja az edzés idejét. Az alapértelmezett idő: 10 perc.
B. Távolságmód: beállíthatja az edzés távolságát. Az alapértelmezett távolság: 1 KM.
C. Kalóriamód: beállíthatja az elégetendő kalóriák számát, az alapértelmezett érték: 50 kcal. Minden módban az edzésidő, a távolság és a kalóriaérték a sebesség növelésével/csökkentésével állítható be. A "Start" gomb ismételt megnyomása után a sétafutópad 1 KM/H sebességgel kezd visszaszámolni. Ez idő alatt a sebesség ismét módosítható.

3. Programalapú edzés: Nyomja meg a program gombot készenléti módban, hogy belépjen a programalapú edzésmódba.

A. Minden egyes gombnyomáskor a futópad P1-P12 programok között vált.

B. A futópad az „1. melléklet: P1-P12 programmozgás diagram” szerint működik

C. Nyomja meg a "Start/Stop" gombot a rendszer leállításához.

Használati utasítás

5.Használati utasítás

Kijelző



1. LED digitális kijelző (sebesség, idő, távolság, kalóriák; működés közben automatikusan vált a kijelző 5 másodpercenként).

Sebességkijelzés tartományja: 1-6 km/h

Időkijelzés tartományja: 0:00-99:59

Távolságkijelzés tartományja: 0:00-161 KM

Kalóriakijelzés tartományja: 0-9999 kcal

2. Alvó mód: 10 perc művelet nélküli idő elteltével alvó módba lép, és bármely gomb megnyomásával a távirányítón felébreszthető.

Távirányító csatlakoztatása

- Amikor a sétálópad először üzemel, először kapcsolja be a gyalogló gép áramellátását.
- Várja meg, amíg a bekapcsolási kijelző befejeződik, majd a teljes képernyős világítási kijelző végét követő 10 másodpercen belül nyomja meg és tartsa lenyomva a „—” gombot a távirányítón. A gyalogló futópad automatikusan elindul, és a csipogó egyszer megszólal, jelozve, hogy a párosítás sikeresen megtörtént. (Kérjük, végezze el ezt a műveletet, ha a távirányító nem működik.)

Megjegyzés: A távirányító használata előtt húzza ki az elem szigetelőcsúját.

Seb. Növ.	Indító gomb/leállító gomb: A futópad a legutócsenyőbb sebességről vagy a program alapértelmezett sebességéről indul el 3 másodperc után. Nyomja meg ezt a gombot a gyakorlat közben, és a futópad lassan lelékez, majd megáll.
Start / Stop	Visszaszámláló mód választó gomb: Készenléti módban ez a visszaszámláló mód választó gomb. A választási sorrend a következő: idő visszaszámlálás 30 perc - távolság visszaszámlálás 1 km - kalória visszaszámlálás 50 KCL, majd visszaszámlálás a főmenübe.
Adat törölés	Sebesség növelés és csökkentés beállító gomb: A sebességet a gyakorlat közben lehet beállítani. Megállás közben is használható paraméterek beállítására (Távolság párosítás funkció: az eszköz bekapcsolásakor tartsa nyomva a "+" gombot).
Seb. Csökk.	Programválasztó gomb: Kézi módban P1-től P12-ig sorban váltogat.
Visszaszáml.	Adattörlés: Amikor a futópad leáll, nyomja meg ezt a gombot a gyakorlati adatok törléséhez.
Program választó	Némító gomb: Nyomja meg ezt a gombot az emlékeztető hang be- vagy kikapcsolásához.

Megjelenített adat	Kezdő érték	Megjelenítési tartomány
Idő (perc:másodperc)	0:00	0:00-99:59
Sebesség (KM/H)	1	1-6
Távolság (KM)	0.00	0.00-161
Kalória (kCal)	0.0	0.0-9999

Karbantartás

8. Karbantartás

- Kenés:

A futópad bizonyos időnkénti használata után szükséges kenni speciális metil-szilikon olajjal.

Ajánlás:

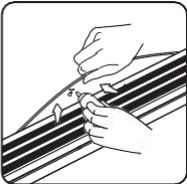
 - Heti használat kevesebb mint 3 óra Kenés 5 havonta egyszer
 - Heti használat 4–7 óra között Kenés 2 havonta egyszer
 - Heti használat több, mint 7 óra Kenés havonta egyszer

Ne feledje: A túlzott kenés nem jobb. A megfelelő kenőanyag döntő tényező a sétálópárna élettartamának növelésében

- Kenés szükségességének megállapítása

Annak ellenőrzéséhez, hogy szükség van-e kenésre, emelje fel a futópad szalagját, és érintse meg az őv közepét a kézfejével. Ha a keze enyhén nedves a szilikonolaj miatt, nincs szükség kenésre. Ha a futódeszka száraz, és a keze nem lesz szilikonolajos, a kenés szükséges.

<input type="checkbox"/>	A kenőanyag felhordásának lépései a futódeszkára (amint a jobb oldali képen látható).	
<input type="checkbox"/>	Állítsa le a gyalogló futópad futását.	
<input type="checkbox"/>	Emelje fel a futószalag egy kis részét, és permetezzen metilt szilikon olaj az őv belső oldalán, közel a közepéhez.	
<input type="checkbox"/>	Futtassa a sétálópadot 1 km/h sebességgel, hogy az olaj egyenletesen oszoljon el a futódeszkán. Finoman ütögesse az ővet balról jobbra. Ez a folyamat néhány percet vesz igénybe, hogy biztosan teljes legyen az abszorpció.	



- Futósíj feszességének beállítása:

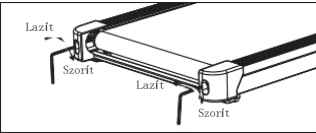
Minden járóbetéttet be kell állítani a hevederek feszítéséhez a gyárból való kivonás előtt és az otthoni beállítás után. Azonban némi használat után az őv megmozdulhat, és a felhasználók csuszást tapasztalhatnak futás közben, ezért szükség lehet a síj beállítására. A beállításhoz forgassa el az őv beállító csavarjait félfordulatnyi lépésekben az óramutató járásával megegyező irányba, mindkét oldalon szinkronban. Ha a futópad túl laza, amikor rálép a futószalagra, elképzelhető, hogy elcsúszik a futószalag és a görgő. Azonban túl szoros beállítás sem ideális, mivel ez növelheti a motor terhelését, ami a motor, a futószalag és a görgő károsodásához vezethet.

- Futószalag eltéréseinek beállítása

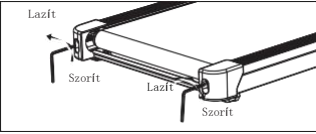
Minden járóbetéttet be kell állítani a hevederek feszítéséhez a gyárból való kivonás előtt és az üzembe helyezés után otthon. Azonban bizonyos használat után előfordulhat, hogy eltérés lép fel, amelynek oka lehet: instabil elhelyezés, egyenetlen lábnyomás vagy a felhasználó által a két lábbal kifejtett egyenetlen erő.

Karbantartás

Ha a futószalag használat során eltér, akkor néhány perces terhelés nélküli futtatás visszaállíthatja a normál működést. Ha az automatikus helyreállítás nem lehetséges, használja a mellékelt 5 # hex kulcsot, és fokozatosan, félfordulatnyi lépésekben végezze el az állítást.



Ha a síj balra tér el: állítsa a bal oldali csavart az óramutató járásával megegyező irányba, vagy a jobb oldali csavart az óramutató járásával ellentétes irányba.



Ha a síj jobbra tér el: állítsa a jobb oldali csavart az óramutató járásával megegyező irányba, vagy a bal oldali csavart az óramutató járásával ellentétes irányba.

Megjegyzés: A futószalag eltérése nem tartozik a garanciába. A felhasználóknak a kezelési útmutató szerint kell karbantartást végezniük. A gyors felismerés és kijavítás szükséges a komoly károk megelőzéséhez.

5. Pozíció beállítása

Mozgatható futópad: A mozgatás előtt először rögzíteni kell a tápkábelt, majd a futópad hátulját kézzel megemelve mozgathatjuk. Helyezze a kerekeket a talajra, így a futópad előre és hátra mozgatható.

