

# OMA 奥玛 7410EA

## Használati útmutató



### FORGALMAZÓ

Sport8 Hungary Kft.  
1116 Bp. Fehérvári út 168-178.  
[www.sport8.hu](http://www.sport8.hu)  
+3618774841  
[info@sport8.hu](mailto:info@sport8.hu)

Forgalmazóként arra törekszünk, hogy vásárlóink minden igényét kielégítsük.

Ha kérdése van, vagy hiányzó, esetleg sérült alkatrészt észlel, kérjük, keresse fel azt a helyet, ahol a terméket vásárolta.

### ▲ FIGYELEM!

Olvassa el és kövesse a használati útmutatóban található összes utasítást. Őrizze meg ezt a használati útmutatót a későbbi használatra.



## : cblcg`V]nrcbgz[ ]'Y fzgc\_

S4•: 4} b\ ĘQ \*^ Á\{ ..\>}\ ^óı |æ: q caĀÖÁ\{ ..\ \^|Á æ ^ Á.]...ó^ cÁ \*^ Áã^ ààĘ  
^\* ..: •...^•^ ààÁ.Ā ààÁ.|^ cÁ|.Ę

### Használati útmutató

1. A hálózati csatlakozót mindig földelt áramkörrel rendelkező aljzatba csatlakoztassa, amelyhez nem csatlakozik egyéb elektronikus berendezés.
2. Használat előtt ellenőrizze, hogy a futópad egyenletes felületen áll-e.
3. Használat előtt ellenőrizze, hogy a futópad jól működik-e.
4. A futópad elindításakor először az oldalsó fellépőkre álljon rá.
5. A vészhelyzetek megelőzése érdekében csíptesse a biztonsági kulcsot a ruhájára.
6. Nyomja meg a "Start" gombot a futópad elindításához.
7. Mielőtt rálépne, a bal lábával tesztelje a futópad sebességét. Ha úgy érzi, biztonságosan tudja használni a futópadoat, álljon rá, és vegye fel a helyes testtartást.  
Egyszerre csak egy ember tartózkodhat a futópadoon, a túlterhelés szigorúan tilos.
8. Ha szükséges, módosítsa a futópad sebességét.
9. A futás végeztével a biztonsági kulcs kihúzásával vagy a „Stop” gomb megnyomásával állíthatja le a gépet.
10. Ne felejtse el kikapcsolni a gépet a Be/Kikapcsoló gombbal és kihúzni a tápkábelt.

A futópadoat csak beltéren használja.

A futópadoat csak kényelmes edzésruhában, és lehetőleg edzőcipőben használja.

A balesetek elkerülése érdekében tartsa távol a gyermekeket a futópadoatól.

A túlterhelés a motor, a vezérlő, a görgő vagy a futószőnyeg meghibásodásához vezethet.

Fontos a futópadoat rendszeres karbantartása.

Figyeljen oda a szoba/helyiség porosságára és páratartalmára, mert ezek hatással lehetnek a konzol és a vezérlő működésére.

Ne használja a futópadoat alkalmanként 2 óránál többet egybefüggően.

Gondoskodjon a helyiségben a megfelelő légmozgásról.

Használat előtt úgy helyezze el a futópadoat, hogy a végénél legalább egy 2×1 méteres üres terület legyen.

Ha futás közben bármilyen kellemetlenséget tapasztal, hagyja abba az edzést és konzultáljon orvosával.

A baleset megelőzése érdekében a szilikon olajozó gyermekektől távol tartandó.

Használat után tilos leugrani a futópadoatról.

- ◆ A tápkábelt óvatosan távolítsa el a konnektorból.
- ◆ Ha bármi problémát észlel, azonnal állítsa le a gépet, és húzza ki a tápkábelt a konnektorból.
- ◆ Szervizelésért vagy problémák esetén vegye fel a kapcsolatot a márkakereskedővel. Az alkatrészek szétszedése tilos.

## VIGYÁZAT!

A balesetek és sérülések megelőzése érdekében tartsa be az alábbi utasításokat.

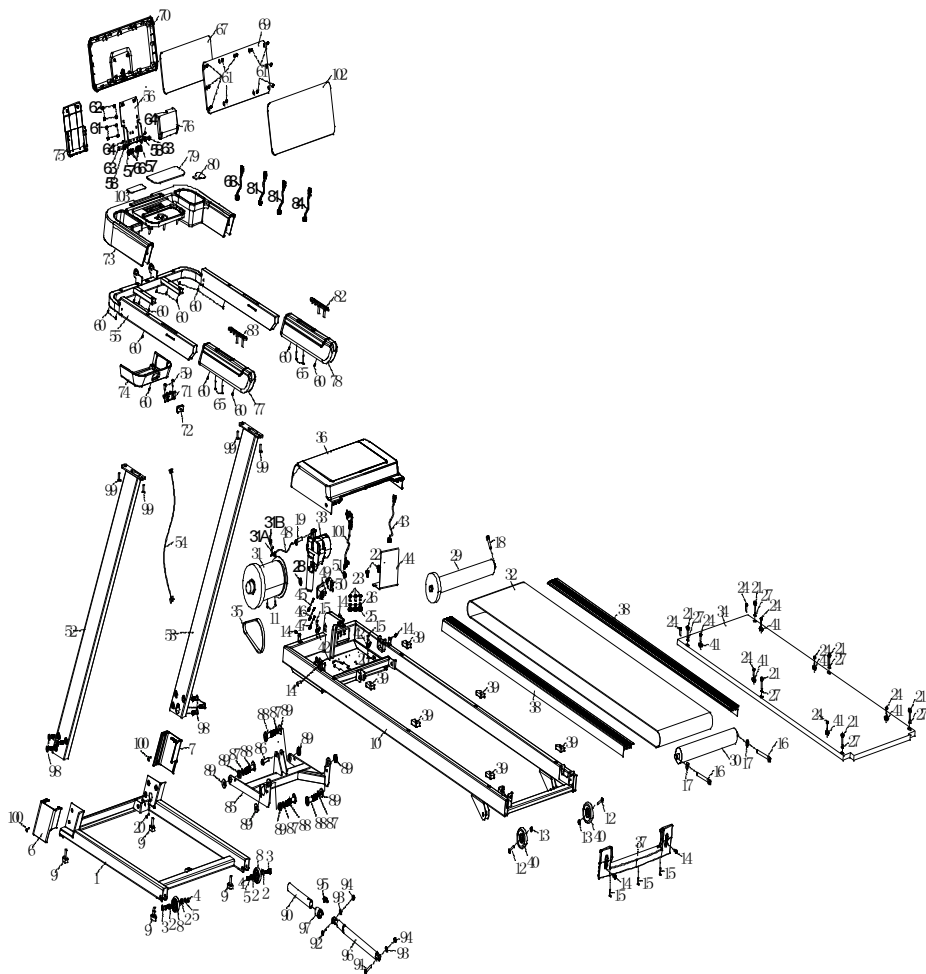
- ◆ Futás előtt ellenőrizze a felszerelését.
- ◆ Ne viseljen túl laza ruházatot, mert az könnyen beakadhat.
- ◆ Tartsa a tápkábelt távol a fűtött felületektől.
- ◆ Ne engedjen gyermekeket a futópadra.
- ◆ Ha bármi baj történik, kapaszkodjon meg és lépjen le a futószőnyegről.
- ◆ A futópad kültéri használata tilos.
- ◆ A futópad mozgatása előtt húzza ki a tápkábelt.
- ◆ A motort csak szakember egyértelmű utasítására szedje szét.
- ◆ A futópadot max. 10 amperes áramkörön lehet használni.
- ◆ Egyszerre csak egy ember használhatja a futópadot.
- ◆ A pulzusmérő nem olyan pontos, mint az orvosi mérőműszerek, így a kijelzett érték csak referenciaként szolgál.
- ◆ Ha nem érzi jól magát, esetleg ízületi- vagy izomfájdalom lépne fel, azonnal hagyja abba az edzést. Figyeljen oda, hogy a teste milyen visszajelzéseket küld az adott edzésprogramra. A szédülés a túl intenzív edzés egyik jele. A szédülés első jeleire lépjen le a futópadról és feküdjön a talajra.

## Figyelmeztetések és tiltások

- ◆ Az alábbi panaszokkal élő, vagy kezelés alatt álló betegek csak az orvosuk jóváhagyásával használhatják a futópadot.
  - 1) Hátfájdalom, vagy korábbi láb-, derék- vagy nyaksérülés esetén. Láb-, derék-, nyak- vagy kézzsibbadás esetén (illetve az olyan krónikus betegek, akiknek csigolyaközi porckorongsérve, nyaki gerincsérve vagy egyéb gerincproblémája stb. van).
  - 2) Deformációval járó ízületi gyulladással, reumás vagy köszvényes betegek.
  - 3) Csontritkulásos betegek.
  - 4) Keringési elégtelenségekben szenvedő betegek (szív- és érrendszeri megbetegedések, magas vérnyomás).
  - 5) Légzési nehézségekkel élők.
  - 6) Szívritmuszavaros betegek.
  - 7) Rosszindulatú daganattal küzdő betegek.
  - 8) Trombózisos betegek.
  - 9) Cukorbetegség miatti érzékelésvizsgálatosok.
  - 10) Bőrsérüléssel rendelkező betegek.
  - 11) 38°C vagy fölötti láz esetén.
  - 12) Gerincferdüléssel rendelkező betegek.
  - 13) Várandósok vagy menstruáló nők.
  - 14) Ha valakinek rossz a közérzete.
  - 15) Ha valaki egyértelműen rossz fizikális állapotban van.
  - 16) Rehabilitáción áteső személy.
  - 17) Abnormális fizikai jellemzőkkel bíró személy.

- ◆ A fentiek ellenére végzett edzés balesetekhez vagy egészségügyi problémákhoz vezethet.
  - ◆ Amennyiben a következőket tapasztalja, azonnal hagyja abba az edzést és forduljon orvoshoz: izom- vagy ízületi fájdalom, szédülés, zibbadás, abnormális szívverés.
  - ◆ Ne engedjen gyermekeket a futópadra. Ha ezt nem tartja be, az a gyermek sérüléshez vezethet.
  - ◆ Magyarozza el a gyermekének, hogy a futópad nem játék.
  - ◆ A termék használatakor, kinyitásakor, összecukásakor vagy mozgatasakor ellenőrizze, hogy senki (gyerekek, háziállat) ne legyen a közelben.
  - ◆ Azonnal állítsa le a futópadot, ha megreped a burkolat (belső alkatrészek leválnak) vagy ha összehegesztett alkatrészek szétesnek.
  - ◆ Futás közben ne ugráljon fel és le a futópadról.
  - ◆ Ne használja vagy tárolja kültéren vagy a fürdőszobához közel.
  - ◆ Tilos a futópad használata olyan személy számára, aki nincs teljesen tudatánál, vagy nem tudja önállóan működtetni az eszközt.
  - ◆ Egyszerre csak egy ember használhatja a futópadot, és a többiek se álljanak túl közel.
  - ◆ Ne használja vagy tárolja a futópadot közvetlen napsugárzás kapó helyen vagy nagy hőmérsékletű tárgyak közelében (fűtőszálas takaró, radiátor). A por és a nedvesség károsíthatja a szigetelést, elektromos szivárgást és tüzet okozhat.
  - ◆ Ne használja, ha a tápkábel vagy a csatlakozó sérült, vagy a konnektor kilazult.
  - ◆ Ne sértse vagy csavarja meg a tápkábelt, és ne tegyen rá nehéz dolgokat.
  - ◆ A termék szétszerelése, javítása vagy módosítása szigorúan tilos!
  - ◆ A futópadot nem érheti víz!
  - ◆ A futópad vázát és alkatrészeit nem érheti víz vagy más üdítő.
  - ◆ Ne edzen túl sokat, ha nincs hozzászokva a rendszeres testedzéshez.
  - ◆ Ne edzen étkezések után vagy ha fáradtnak érzi magát.
  - ◆ A termék kizárólag otthoni használatra való. Tilos iskolákban vagy tornatermekben használni, ahol sokan hozzáférhetnek.
  - ◆ Ne használja a futópadot étkezés vagy egyéb teendők intézése közben.
  - ◆ Ne használja a futópadot alkoholos befolyásoltság alatt.
  - ◆ Ne használja a futópadot nehéz tárggyal a zsebében.
  - ◆ A hálózati csatlakozó nem érhet tűhöz, szennyeződéshez vagy vízhez.
  - ◆ Használat közben ne húzza ki a hálózati csatlakozót vagy kapcsolja ki a gépet.
  - ◆ Ne használja vizes kézzel. A hálózati csatlakozóhoz ne nyúljon vizes kézzel.
  - ◆ Ha nem használja a gépet, húzza ki a tápkábelt.
  - ◆ Használat után ne felejtse el kihúzni a tápkábelt.
  - ◆ Karbantartás előtt húzza ki a tápkábelt.
  - ◆ Ne használja a futópadot, ha az nem indul el vagy szokatlanul működik. Húzza ki a tápkábelt és hívja fel a márkaszervizt.
  - ◆ Áramkimaradás esetén húzza ki a tápkábelt.
  - ◆ A tápkábel kihúzásakor ne a kábelt fogja, hanem a kábelfejet.
  - ◆ A terméket szakszerűen le kell földelni. A földelt csatlakozás a legkisebb ellenállású csatornát biztosíthatja az áram számára a termék meghibásodása esetén, így csökkentheti az áramütés veszélyét.
  - ◆ A termék elektromos vezetékkel van felszerelve a földelő vezetékhez és a földelő csatlakozóhoz. A tápkábelt a helyi előírásoknak megfelelő aljzatba kell dugni.
  - ◆ A termék földelő csatlakozóval rendelkezik. Először is ellenőrizze, hogy az aljzat és a csatlakozó kompatibilisek-e. Az aljzatadapter használata nem megengedett.
- Figyelem! A fenti szabályok be nem tartása tűz- és balesetveszélyes, fennáll az elektromos zárlat vagy tűzveszély.
  - A szabályok be nem tartása egészségügyi problémákhoz és sérüléshez vezethet.
  - A földelő vezeték helytelen csatlakoztatása áramütést okozhat. Ha Ön nem biztos a földelési csatlakozással kapcsolatban, kérje villanyszerelő szakember segítségét. Ha a tápkábel nem kompatibilis az aljzattal, kérje villanyszerelő segítségét a megfelelő aljzat beszereléséhez.

# Alkatrészrajz



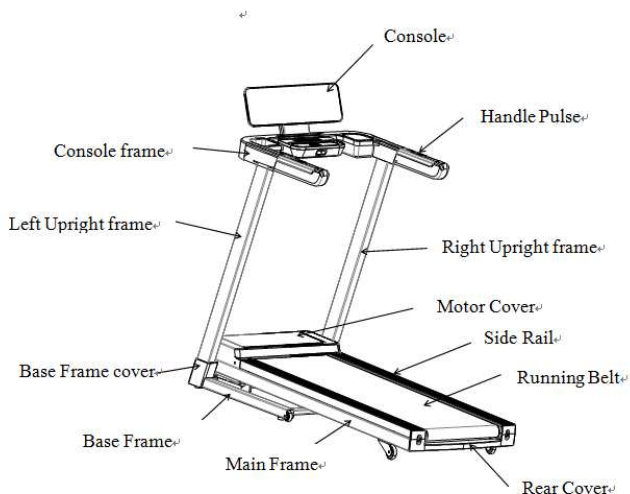
## Part list:

No.	Part Name	specification	Qty
1	Base Frame Weldment		1
2	Bushing		4
3	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)		2
4	Hex Lock Nut		2
5	Flat Washer		2
6	Base Cover Left		1
7	Base Cover Right		1
8	Wheel		2
9	Adjustable Feet Pad		4
10	Main Frame Weldment		1
11	Allen Socket Button Head Cap Screw (full thread)	M8*20	2
12	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)	M8*35*20	2
13	Hex Lock Nut	Φ8	2
14	Phillips Truss Head Screw (full thread)	M5*10	6
15	Phillips Truss Head Self-tapping Screw	ST4×16	5
16	Allen Socket Head Cap Bolt (full thread)	M8*75	2
17	Flat Washer	Φ8	2
18	Allen Socket Head Cap Bolt (full thread)	M6*45	1
19	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)	M10*45*20	1
20	Phillips Truss Head Self-tapping Screw	ST4×10	2
21	Allen Socket Flat CSK Head Bolt (full thread)	M6×55×Φ16	6
22	Phillips Truss Head Bolt (full thread)	M4*16	2
23	Phillips Truss Head Bolt (full thread)	M4*10	2
24	Phillips CSK Head Self Tapping Screw	ST4*15	8
25	Lock Washer	Φ5	3
26	Spring Washer	Φ5	3
27	Plastic Flat Washer (PVC)	Φ12×Φ6×t1.0	6
28	Magnet Ring	Φ29×Φ19×t7.5	1
29	Front Roller		1
30	Rear Roller		1
31	Motor		1
31A	Metal Support for Speed Sensor		1
31B	Phillips Pan Head Bolt (full thread)		2
32	Running Belt		1
33	Incline Motor		1
34	7410EA Running Deck		1
35	Motor Belt	174(442)PJ6	1
36	Motor Cover		1
37	Rear Cover		1
38	Side Rail		2
39	Square Cushion		6
40	Wheel		2
41	Side Rail Guider		6

No.	Part Name	specification	Qty
42	Cable Clamp	3/8(UC-2)	2
43	Communication Wire		1
44	7410EA Controller		1
45	Power Connecting Wire		1
46	Power Connecting Wire		1
47	Power Connecting Wire		1
48	Speed Sensor		1
49	Switch		1
50	Fuse		1
51	Power Cable Buckle		1
52	Standpost Left		1
53	Standpost Right		1
54	Communication Wire		1
55	Console Frame Weldment		1
56	Console Fixing Plate Weldment		1
57	Disc Spring	Φ12.5×Φ6.2×0.7	4
58	M6 Step Spacer	Φ16×Φ8×4.7	2
59	Phillips Truss Head Self-Tapping Screw	ST4*10	2
60	Phillips Truss Head Self-Tapping Screw	ST4*16	17
61	Phillips CSK Head Self-Tapping Screw	ST4*10	16
62	Phillips CSK Head Self-Tapping Screw	ST4*15	4
63	Hex Head Screw (full thread)	ST4*16	2
64	Phillips Truss Head Bolt (full thread)	M4*10	2
65	Phillips Truss Head Self-Tapping Screw	ST4*50	4
66	Hex Lock Nut	M6	4
67	7410EA Console Set		1
68	Communication Wire		1
69	Console Panel		1
70	Console Back Cover		1
71	Safety Key Socket		1
72	Safety Key		1
73	Holder Upper		1
74	Holder Lower		1
75	Console Front Decoration Cover		1
76	Console Rear Decoration Cover		1
77	PU Handrail Left		1
78	PU Handrail Right		1
79	Mobile Phone Anti-Slip Pad		1
80	Wireless Charging EVA Sticker		1
81	Connecting Wire for Handle Pulse		2
82	Speed Handle Pulse Set		1
83	Incline Handle Pulse Set		1
84	Connecting Wire for Touch Sense Key		1
85	Lifting Frame Weldment		1
86	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)	M10×55×25	4
87	Flat Washer	Φ8	4
88	Non-return Tube		1

No.	Part Name	specification	Qty
89	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)		1
90	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)		1
91	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)	M8×30×20	1
92	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)	M8×50×20	1
93	Flat washer	Φ8	2
94	Hex Lock Nut	M8	2
95	Shrapnel-1		1
96	Hydraulic		1
97	Double Pipe Plug		1
98	Allen Socket Head Cap Bolt (full thread)	M8*35	6
99	Allen Socket Button Head Cap Screw (full thread)	M8*15	4
100	Phillips CSK Head Self-Tapping Screw	ST4*15	2
101	Plug Power Cord		1
102	Acrylic Console Overlay		1
103	Membrane Keypad		1

## Futópád részei:



## Műszaki adatok:

Méretek	Összecsukva: 1035*730*1330 mm
	Kinyitva: 1583*755*1250 mm
Futófelület	1300*450mm
Sebesség	1.0 — 18.0km/h

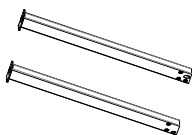
Figyelem! Fenntartjuk a jogot a termék előzetes értesítés nélküli megváltoztatására.



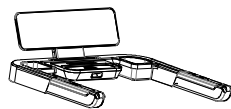
# Csomag tartalma



Futópad



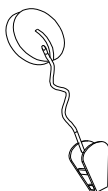
Tartóoszlop



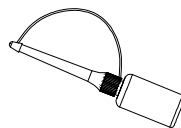
Konzol



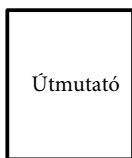
Váztakaró (bal és jobb)



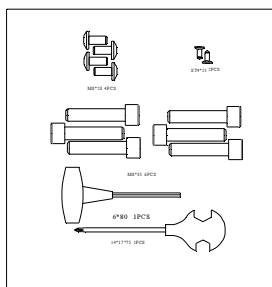
Biztonsági kulcs



Olajozó

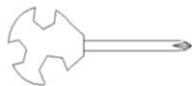


Felhasználói útmutató

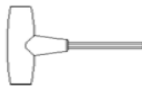


Csavarkészlet

## Csavarkészlet



Csavarhúzó  
14\*17\*75



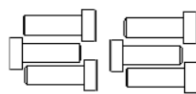
T-csavarhúzó  
6\*80



Menetvágó csavar ST4\*15 2 db

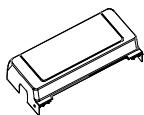


Tövigmentes csavar  
M8\*15 4 db



Tövigmentes aljzatschavar  
M8\*35 4 db

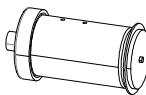
## Főbb alkatrészek



Motorburkolat



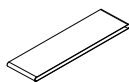
Konzol



Motor



Motorszij



Futószij



Futópad



Oldalsín



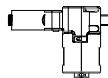
Elülső henger



Hátulsó henger

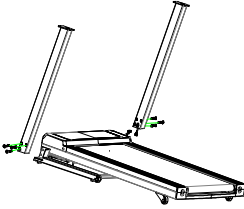


Hátó burkolat

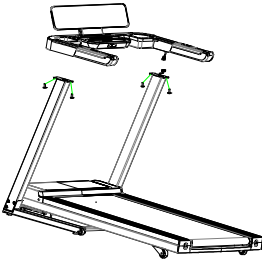


dőlésszögmotor

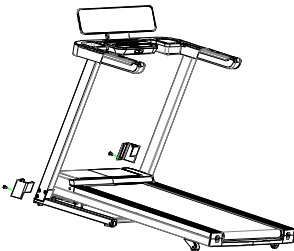
## Összeszerelési útmutató



1. lépés: A terméket vegye ki a dobozból, és tegye üres, egyenletes talajra (lásd a képen). Vegyen le minden műanyag csomagolást a gépről. Rögzítse a tartóoszlopokat a képen látható módon 3 M8×35 csavarral.



2. lépés: Csatlakoztassa a kommunikációs vezetékét, illessze a konzolkeretet a megfelelő helyre 4 db M8×15-ös csavarral.



3. lépés: Húzza meg az összes csavart, helyezze be és húzza meg a 2 db ST4×15-ös csavart is.

## Általános edzéstanácsok

### 1. Bemelegítés

Minden edzés előtt csináljon 5–10 perces bemelegítést.

### 2. Helyes légzés

Figyeljen oda a helyes légzésre: belégzés orron át, kilégzés szájon át. Az edzés során a légzésnek és a mozdulatoknak is kontrolláltnak kell

lennie. Ha nem kap rendszeren levegőt, azonnal hagyja abba az edzést.

### 3. Edzés gyakorisága

Az ugyanazokat az izomcsoportokat célzó edzéseket 2 naponta érdemes beiktatni.

### 4. Terhelés

Az egyéni fizikai állapot határozza meg az ideális terhelést, majd az edzésprogram kezdetén az izomfájdalom normális jelenség, amit ráadásul a ráedzés meg is szüntethet.

### 5. Megfelelő pihenés

Az edzés végeztével mindig végezze el a levezetést és nyújtson, hogy a lehető legjobb állapotba hozza az izmait. Az edzés mellett fordítson kellő időt a megfelelő pihenésmennyiségre és az étkezésre.

### 6. Étrend

Az emésztőrendszer normális működése érdekében várjon legalább egy órát az étkezések után, mielőtt edzene. Ha az étkezés előtt végzi az edzést, a kettő között teljen el legalább 30 perc. Edzés közben ne vigye túlzásba a folyadékbevitelt, hogy ne terhelje túl a szívét, veséjét.

### Nyújtás

Érdemes az edzés előtt is nyújtani. A bemelegített izmokat könnyebb nyújtani, így először végezzen 5–10 perces bemelegítést. Majd jöhet a nyújtás: Mindegyik gyakorlatot ismételje meg 5x, és legalább 10 mp-re tartsa ki. Az edzés után csinálja végig újra a gyakorlatsort.

#### 1. Talajérintés nyújtott lábbal

Enyhén hajlított térdekkel döntse előre a felsőtestét. A hát és vállak legyenek lazák, a kezével nyújtózzon a talaj felé. Tartsa ki 10–15 mp-ig, majd lazítson. Ismételje meg háromszor (1. ábra).

#### 2. Combhajlító nyújtása

Üljön a talajra, és nyújtsa ki a másik lábát. A másik láb talpát húzza be a kinyújtott láb combjához. Nyúljon előre és próbálja megfogni a kinyújtott láb lábfejét. Tartsa ki 10–15 mp-ig, majd lazítson. Ismételje meg háromszor mindkét lábra (2. ábra).

#### 3. Vádli nyújtása

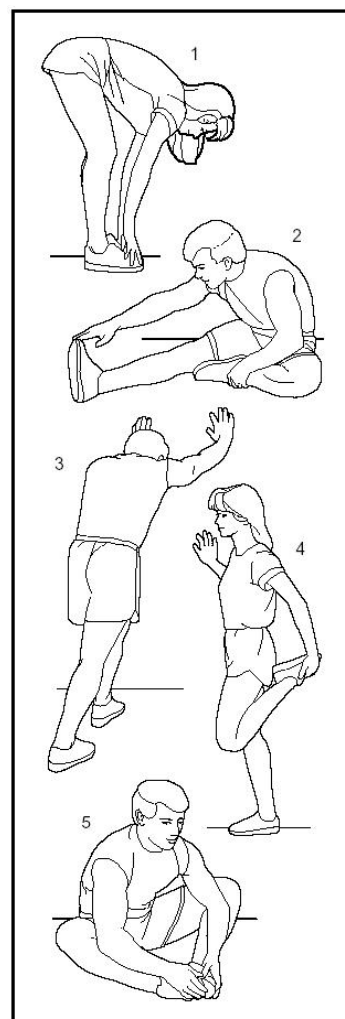
Egyik lábát a másik elé téve nyúljon előre, és támassza a kezét a falnak. A hátsó láb legyen nyújtva, a talp egésze maradjon a talajon, és dőljön a fal/fal irányába. Tartsa ki 10–15 mp-ig, majd lazítson. Ismételje meg háromszor mindkét lábra (3. ábra).

#### 4. Négyfejű combizom nyújtása

Egyik kezével támaszkodjon a falnak, nyúljon hátra, és a másik kezével fogja meg a lábfejét. Húzza a sarkát a lehető legközelebb a fenekéhez úgy, hogy az izmok kellemesen feszüljenek. Tartsa ki 10–15 mp-ig, majd lazítson. Ismételje meg háromszor mindkét lábra (4. ábra).

#### 5. Belső combizom nyújtása

Üljön a talajra, a talpakat fordítsa egymásnak, a térdek kifelé nézzenek. Húzza a lábfejét az ágyék felé, amennyire csak lehetséges. Tartsa ki 10–15 mp-ig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor. (5. ábra)



## Kétszempélyű tárcsa



## Leírás a tárcsa működéséről

- 1) P0: egyéni program; P01-P36: beépített automatikus edzésprogramok, 3 felhasználó, BMI-program
- 2) LED-kijelző, 4 funkciógomb
- 3) Sebesség, távolság átváltási funkció
- 4) Működési sebességtartomány: 1.00–18.00 km/h
- 5) Dőlésszögtartomány: 0–12%
- 6) Túlterhelés- és túlfeszültségvédelem, ütődésvédelem, elektromágneses interferencia elleni védelem és egyéb védelmi funkciók.
- 7) Rendszeröntesztelés, nem megfelelő működést jelző funkció
- 8) 3 személyre szabható funkció
- 9) ERP-funkciók

## A tárcsa kijelzőjének jelzései

- 1) "KALÓRIA": az elégetett kalória értékét jelzi ki
- 2) "IDŐ": az eltelt idő értékét jelzi ki
- 3) "TÁVOLSÁG": a megtett távolság értékét jelzi ki
- 4) "DŐLÉSSZÖG": a dőlésszög értékét jelzi ki
- 5) "PULZUS": a mért pulzusszám értékét jelzi ki
- 6) "SEBESSÉG": a sebesség értékét jelzi ki

### **Mértékegységek közti váltás:**

- 1) A biztonsági kulcs kihúzása után nyomja meg egyszerre a PROGRAM és MODE gombokat. A kijelzőn ekkor megjelenik a „0.6” érték, ami azt jelzi, hogy kilométerről mérföldre váltott a gép.
- 2) A biztonsági kulcs kihúzása után nyomja meg egyszerre a PROGRAM és MODE gombokat. A kijelzőn ekkor megjelenik a „1.0” érték, ami azt jelzi, hogy mérföldről kilométerre váltott a gép.

### **Funkciógombok:**

- 1) "PROG": programválasztó gomb. Álló helyzetben a gomb megnyomásával választhat a különböző programok között (P0-P36; U01-U03; BMI).
- 2) "MODE": Az egyéni üzemmód kiválasztásakor a normál üzemmód indul el. A MODE gomb megnyomásával választhat az alábbiak közül: visszaszámláló (idő, visszaszámláló (távolság), visszaszámláló (kalória), normál üzemmód, az alapértelmezett 30 perces visszaszámláló interval program visszaállítása P1-P36 kiválasztásakor.
- 3) "START": start/stop gomb. Alaphelyzetből a gomb megnyomásával elindul a futópad. Működés közben a gomb megnyomásával leáll a futópad. A leállítás a Bluetooth-kapcsolatra nem vonatkozik.
- 4) "STOP": Ha a futószőnyeg működésben van, a gomb megnyomásával fokozatosan lelassíthatja és megállíthatja. Az energiatakarékos üzemmód kijelzője eltűnik.
- 5) "SPEED +": sebességnövelő gomb. Állóhelyzetben való megnyomásával megadható a sebességnövelés értéke. Működés közbeni megnyomásával növeli a sebességet.
- 6) "SPEED -": sebességcsökkentő gomb. Állóhelyzetben való megnyomásával megadható a sebességcsökkentés értéke. Működés közbeni megnyomásával csökkenti a sebességet.
- 7) ▲ dőlésszögnövelő gyorsgomb
- 8) ▼ dőlésszögcsökkentő gyorsgomb;

### **Biztonsági kulcs:**

A biztonsági kulcs egy érintőkapcsolóból, egy ruhacsipeszből és egy madzagból áll, amely megakadályozhatja a vészleállást. Ha a biztonsági kulcs nincs megfelelően csatlakoztatva, a futópad leáll, az elektronikus számláló és billentyűzet nem működik, és a kijelzőn az „E-07” felirat jelenik meg hangjelzés kíséretében. A biztonsági kulcs megfelelő csatlakoztatása esetén a kijelző jól működik, és 2 mp után megadhatja a használni kívánt üzemmódot és beállításokat.

## **Biztonsági útmutató:**

- 1) Helyezze a tápkábel dugóját a biztonsági földelt 10A-s hálózati aljzatba, kapcsolja be a hálózati kapcsolót. Várja meg, hogy a konzol képernyője hangjelzés kíséretében teljesen megjelenjen, majd azonosítsa a biztonsági kulcsot.
- 2) Csatlakoztassa a biztonsági kulcsot a konzolhoz, és tegye a csíptetőt a ruhája felső részére. A képernyő bekapcsolása után megjelennek az alapbeállítások. Minden számláló és beállított érték nullán áll, a futópád P0 üzemmódban van, az időszámláló felfelé számol.
- 3) A „PROG” gomb megnyomásával válasszon az alábbiak közül: P01,P36,U01,U02,U03, BMI.
- 4) A P0 felhasználói programhoz nyomja meg a „MODE” gombot a 4 üzemmód egyikének kiválasztásához, és adja meg a sebességet és a dőlésszöget is. Alapértelmezett: 1 km/h; 0 dőlésszög.
  1. edzésprogram: felfelé számláló idő-, távolság- és kalóriaszámlálás.
  2. edzésprogram: idővisszaszámláló mód, a beállítás alatt az időjelző villog, a beállított értéket a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával módosíthatja. Időtartomány: 5–99 perc.  
Alapértelmezett beállítás: 30.00 perc.
  3. edzésprogram: távolságvisszaszámláló mód, a beállítás alatt az időjelző villog, a beállított értéket a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával módosíthatja. Távolságtartomány: 1,0–99,0 km.  
Alapértelmezett beállítás: 1 km.
  4. edzésprogram: kalóriavisszaszámláló mód, a beállítás alatt az időjelző villog, a beállított értéket a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával módosíthatja. Kalóriatartomány: 20–990 cal.  
Alapértelmezett beállítás: 50 cal.
- 5) „P01–P36”: beállított, visszaszámláló üzemmódok. A beállítás alatt az időjelző villog. A beállított értéket a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával módosíthatja. A MODE gomb megnyomásával az alapértelmezett értékek jelennek meg. Időtartomány: 5–99 perc. Alapértelmezett beállítás: 30:00.
- 6) Az üzemmód beállítása után nyomja meg a START gombot. A kijelző 5 mp-et számol vissza hangjelzés kíséretében, utána a futópád lassan elindul, fokozatosan gyorsít, majd tartja a kiválasztott sebességet.
- 7) Működés közben a „+”, „-” vagy a QUICK SPEED gyorsgombok megnyomásával módosíthatja a sebességet.
- 8) P1–P36 módban a sebesség 10 egyenlő szintre van osztva, a beállított időnek megfelelően elosztva. A gombokkal beállított sebesség csak az aktuális szintre vonatkozik. A szintek közti váltást három másodperces visszaszámlálás jelzi, három hangjelzéssel együtt. A 10. szint végén a motor automatikusan leáll hangjelzés kíséretében.
- 10) Működés közben a START gomb megnyomásával a motor vált a dőlésszögek és sebességek között. Leállítás utáni újraindításkor a rögzített működési adatok és folyamatok változatlanok maradnak. Működés közben a STOP gomb megnyomásával a motor fokozatosan lelassul és leáll. A beállítások visszaugranak az alapértelmezett állapotba.
- 11) Működés közben a   nyilak állíthatja a dőlésszöget.

- 12) biztonsági kulcs kihúzása esetén hangjelzés kíséretében a kijelzőn megjelenik az E-07 hibakód, és a futópad leáll.
- 13) Ha a biztonsági funkciók anomáliát jeleznek, a futópad vészleállítást hajt végre.  
A kijelzőn hangjelzés kíséretében megjelennek a lehetséges hibakódok.
- 14) Ha hibás működésnél hibakód jelenik meg a kijelzőn, nyomja meg a STOP gombot. A rendszer törli a kijelzőn megjelenő hibakódot.
- 15) BMI-teszt üzemmód: a BMI program kiválasztásához nyomja meg a PROG gombot, majd a MODE gombbal válassza ki az üzemmódot. A „+” és „-” gombok segítségével adja meg a bemeneti értékeket.

Az F1 (nem) részénél adja meg a nemét. Az „1” = férfi; „2” = nő. Az alapértelmezett beállítás: 1.

Az F2 (kor) részénél adja meg az életkorát. Tartomány: 1–99 év. Alapértelmezett beállítás: 25 év.

Az F3 (magasság) részénél adja meg a magasságát. Tartomány: 100–220 cm. Alapértelmezett beállítás: 170 cm.

Az F4 (súly) részénél adja meg a testsúlyát. Tartomány: 20–150 kg. Alapértelmezett beállítás: 70 kg.

Az F5 (BMI) rész összesíti a megadott értékeket.

Indítsa el a BMI-tesztet, tegye mindkét kezét a kapaszkodók pulzusmérőjére 4 mp-ig.

A kijelzőn megjelenő érték jelzi az adott személy testzsírszázalékát (BMI).

Az ideális BMI-index egészséges felnőtteknél 18–24.

A 18 alatti érték soványságot jelez, a 25–28 közti értékek túlsúlyt, míg a 29 fölötti érték komoly elhízást jelöl. Alapértelmezett beállítás: 24 (az érték csak referenciaként szolgál az edzéshez).

**Energiatakarékos üzemmód ki- és bekapcsolása:** A rendszer alapértelmezett beállítása az ERP-mód. Ha a futópad nem üzemel, az energiafogyasztás csökkentése érdekében

a futópad körülbelül 4 és fél perc után hibernált állapotba lép. A rendszer elindításához nyomja meg bármelyik gombot. Készenléti üzemmódban nyomja le a MODE gombot 3 mp-ig az energiatkarékos üzemmód kikapcsolásához.

A kijelzőn ekkor a „2222” felirat jelenik meg. Az energiatkarékos üzemmód újbóli aktiválásához nyomja le a MODE gombot 3 mp-ig. A kijelzőn ekkor az „1111” felirat jelenik meg.



### **Pulzsmérő funkció**

A futópád bekapcsolása és a pulzsmérő megfogása után 5 mp-cel megjelenik a kijelzőn a pulzusszám. A megjelenítési tartomány: 50–200 ütés/perc. A tesztmérés alatt a szív ikon villog. Az érték csak referenciaként szolgál.

	kezdeti	Set initial value	Predetermined area	Display range
Idő (min:sec)	0:00	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Seb. (km/h)	0.0	N/A	N/A	1–16KM
Dőlésszög (%)	00	N/A	N/A	0
Távolság (km)	0.0	1.00	1.0–99.0	0.0–99.9
Kalória (kcal)	0	50	20–990	0–999

A paraméterek megadásához használja a "+" és "-" ikonokat. Ha eléri a paraméter felső tartományát, a + gomb újbóli megnyomásával újratekerczi a ciklust.

### **USER program:**

Három USER program van: USER1, USER2, USER3. USER üzemmódban a felhasználó megadhatja vagy kiválaszthatja saját edzésprogramját.

Nyomja meg a PROG gombot, válassza ki a USER programot, majd nyomja meg a MODE vagy a START gombot az indításhoz.

A „MODE” gomb megnyomásával beállíthatja az adott felhasználóra vonatkozó 10 fokozatos sebesség- és dőlésszög-beállításokat.

A beállítás után nyomja meg a START gombot az indításhoz. A USER programot a rendszer elmenti, így azt a következő használatkor is kiválaszthatja.

### **Rezgésméítés:**

Alapbeállítás szerint a rezgés működik. Készenléti állapotban nyomja meg a PROGRAM és STOP gombokat egyszerre. A kijelzőn megjelenik a "bz off" felirat, a funkció kikapcsol. Majd nyomja meg újra a PROGRAM és STOP gombokat. A "bz off" felirat újbóli megjelenésével a funkció ismét aktív.

## P1-P36 programok sebesség/dőlésszög táblázata:

Program \ Level		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2

Program		Level									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	INCLINE	2.0	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
	INCLINE	4	9	7	6	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	

**Gyakori hibák és hibaelhárítási lépések:**

<b>Hibakód</b>	<b>Lehetséges okok</b>	<b>Megoldás</b>
Nem működik a rendszer	A) Nem kap áramot.	Csatlakoztassa a tápkábelt, vagy kapcsolja be a be/kikapcsológommbal.
	B) A biztonsági kulcs nincs a helyén.	Csatlakoztassa megfelően a biztonsági kulcsot.
	C) A vezérlő vagy a konzol nincs bekapcsolva.	Cserélje ki a vezérlőt vagy a konzolt.
	D) Csatlakozási problémák.	Ellenőrizze a vezetékeket.
Hirtelen leállítás működés közben.	A) Kiesett a biztonsági kulcs.	Tegye vissza helyére.
	B) Rendszerhiba.	Forduljon szakemberhez.
Nem működik a kulcs	Nem megfelelő a kulcs.	1) Cserélje ki a gombokat vagy a vezetékét. 2) Cserélje ki az alaplapot. 3) Cserélje ki a konzolt.
E-01	A) Nem csatlakozik megfelelően a kommunikációs vezeték.	Ellenőrizze a vezeték és a port csatlakozását, szükség esetén cserélje ki a vezetékét.
	B) Meghibásodott a konzol.	Cserélje ki a konzolt.
	C) Meghibásodott a vezérlő.	Cserélje ki a vezérlőt.
E-02	A) Meghibásodott a motorvezeték és	Cserélje ki.
	B) A motorvezeték nincs megfelelően csatlakoztatva a vezérlőhöz.	Ellenőrizze és csatlakoztassa újra a vezérlőt.
E-03	A) A fotoelektromos érzékelő nem jól van csatlakoztatva.	Ellenőrizze és csatlakoztassa újra.
	B) Elromlott a fotoelektromos érzékelő.	Cserélje ki.
	C) A fotoelektromos érzékelő poros vagy nem csatlakozik megfelelően.	Ellenőrizze, tisztítsa meg és csatlakoztassa újra.
	D) Meghibásodott a vezérlő.	Cserélje ki a vezérlőt.
E-05	A) Meghibásodott a vezérlő.	Cserélje ki a vezérlőt.
	B) Meghibásodott a motor.	Cserélje ki a motort.
	C) Mechanikai hiba.	Ellenőrizze az olajozást és a tömítéseket.
E-07	A konzol nem érzékeli a biztonsági kulcsot.	1) Ellenőrizze a biztonsági kulcs helyzetét. 2) Tegye vissza helyére. 3) Cserélje ki az elektronikus órát.
Nincs pulzusszám	A) A kapaszkodó vezetéke nincs megfelelően csatlakoztatva, vagy	Ellenőrizze és csatlakoztassa újra a kapaszkodó vezetékét.
	B) Meghibásodik az elektronikus	Cserélje ki a konzolt.
A konzolkijelző nem működik	A) A LED-cső vagy a képernyő	Cserélje ki a konzolkeretet vagy a képernyőt.
	B) Rendszerhiba.	Cserélje ki a konzolt.

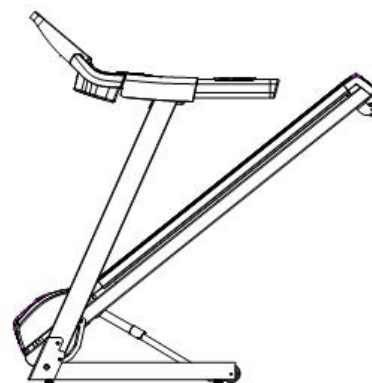
## **A futópad összecsuksása és mozgatása:**

### **1. A futópad összecsuksása**

- 1) Összecsuksás előtt húzza ki a tápkábelt.
- 2) Ellenőrizze, hogy ne legyen megemelve a dőlésszög.
- 3) Emelje fel a futópadot, a kallantyúk automatikusan rögzítik a teleszkópot.
- 4) Ellenőrizze, hogy a kallantyúk a képen látható módon rögzültek-e.

### **2. A futópad szétnyitása**

- 1) A szétnyitáshoz állítsa a gépet egy üres helyre, egyenletes felületre, a konnektortól kb. 1 méterre.
- 2) A szétnyitáshoz fogja meg két kézzel a futópadot. Az egyik lábával lépjen rá a kallantyúra. A futópad automatikusan lassan leengedi a vázát a földre, álljon hátrébb a művelet közben, amíg a futópad teljesen le nem nyílik. (Lásd az ábrát.)

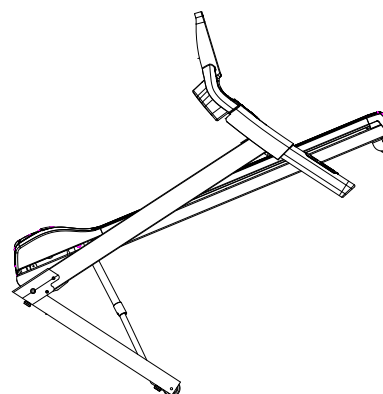


### **3. A futópad mozgatása**

Mozgatás előtt ellenőrizze, hogy:

- 1) A főkapcsoló ki van-e kapcsolva.
- 2.) A tápkábel ki van-e húzva.
- 3.) A futópadot összecsuksukta-e.

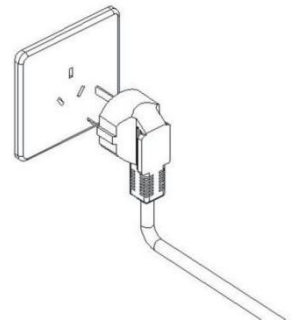
Ha a fentieket ellenőrizte, fogja meg a futópad végét az egyik kezével, és az azonos oldali kapaszkodót a másik kezével. A futópadot döntse meg maga felé kb. 40–50°-os szögben, majd lassan mozgassa el. (Lásd az ábrán.)



## Útmutató a termék földeléséhez

A terméket földelni kell. Ha a futópad meghibásodik, a földelő vezeték egy áramkört képez a legkisebb ellenállással, így az áramot a földbe lehet vezetni az áramütés veszélyének csökkentése érdekében. A termék egy földelő vezetékkel és a földelő csatlakozóval rendelkező elektromos vezetékkel kapható. A futópadot a helyi szabályoknak megfelelő aljzattal kell földelni.

**Vigyázat!** Ha nem tudja, hogy a berendezés megfelelően van-e földelve, forduljon szakképzett villanszerelőhöz vagy karbantartó személyzethez. Engedély nélkül ne módosítsa a termékhez tartozó csatlakozót. Ha a dugó nem illeszkedik az aljzathoz, egy szakképzett villanszerelővel szereltessen be megfelelő aljzatot.



## Termék használata

### Futópad használata:

1. Csatlakoztassa a tápkábelt, majd kapcsolja be a futópadot, és várja meg, míg az bekapcsol.
2. Csatlakoztassa a biztonsági kulcsot a ruhájára.
3. Ellenőrizze, hogy minden megfelelően működik-e.

Indítás előtt ne lépjen a futószőnyegre.

A helyes indításhoz kapaszkodjon meg, és álljon az oldalsó fellépőkre. A START gomb megnyomásakor kapaszkodjon meg.

A futószőnyeg 5 másodperc alatt 1 km/h-s sebességre gyorsul fel. A „+” gombot megnyomva növelheti a sebességet a kényelmes 2,5–3,5 km/h-es futósebességre.

Kapaszkodjon meg mindkét kézzel és lépjen fel a fellépőkről a futószőnyegre.

Kezdje el az edzést. Vegye fel a futószőnyeg sebességét.

4. Néhány perc után a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával állíthat a sebességen.

Közben is kapaszkodjon.

5. Futás közben a gyorsgombok segítségével is válthat a sebességek között.

6. A motor leállításához nyomja meg a STOP gombot.

7. Használat előtt

Dugja be a tápkábelt a konnektorba és kapcsolja be a gépet.

A „Choose” (Választás) gomb megnyomásával kiválaszthatja az üzemmódot.

A kiválasztott üzemmód elindításához nyomja meg a Start gombot.

A sebességet a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával változtathatja, a STOP gombbal leállíthatja a futópadot.

8. Pulzusmérő tesztelése:

Pulzusmérő tesztelése: a futópad bekapcsolása után tegye a kezét a fém pulzusérzékelőre.

A kijelzőn fog megjelenni a mért eredmény.

**Megjegyzés:** A biztonsági kulcs kihúzása esetén a futópad automatikusan leáll.

A vezérlő is leáll, a kijelzőn a „----” felirat jelenik meg.

### **Futópad karbantartása:**

#### **1. Olajozás**

A futószőnyeget bizonyos időközönként meg kell olajozni a szilikon olajozó segítségével.

#### **Javaslatok:**

Heti max. 3 óra használat	Olajozás 5 havonta
Heti kb. 4–7 óra használat	Olajozás 2 havonta
Heti min. 7 óra használat	Olajozás havonta

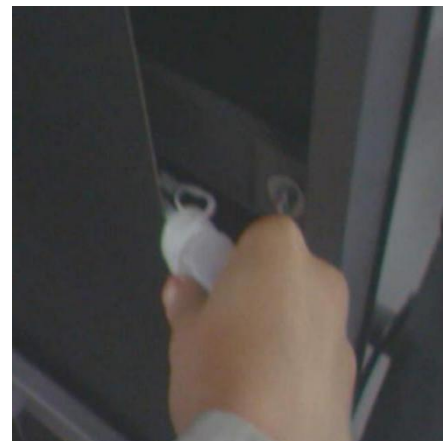
Megjegyzés: A termék élettartamának növeléséhez elengedhetetlen a megfelelő olajozás.

2. A futószőnyeg olajozásának szükségességét úgy lehet ellenőrizni,

hogy ha a futószőnyeg alá nyúl, amennyire lehet, a közepéig. Ha talál olajnyomokat, nem szükséges az olajozás. Ha a felület száraz, olajozás szükséges.

#### **Az olajozás (lásd a képen):**

- Kapcsolja ki a gépet és csukja össze.  
Így, felállított állapotban olajozza be felül, hogy az olaj mindenhova lefolyjon.
- Olajozza be a futószőnyeg hátulját és oldalait.
- Az olaj egyenletes eloszlásához indítsa el a futópadot 1 km/h sebességen. Óvatosan lépkedjen végig balról jobbra a futópadon
- Várjon pár percet az egyenletes eloszlás érdekében.
- Utána már használhatja a megszokott módon.



#### **Tisztítás:**

A futószőnyeg rendszeres tisztítása biztosítja a termék hosszú élettartamát.

**Figyelem!** Az áramütésveszély elkerülése érdekében tisztítás előtt kapcsolja ki a gépet. A tisztítás vagy karbantartás megkezdése előtt húzza ki a tápkábelt a konnektorból.

- Edzés után: Törölje le a konzolt és a többi felületet egy puha ruhával vagy enyhén nedves ronggyal az izzadságcseppek eltávolításáért.

**Figyelem!** Ne használjon erős súrolószert vagy oldószereket. A konzol sérülésének megelőzése érdekében ne érje folyadék a felületét. Ne tegye ki közvetlen napfénynek.

- Heti teendő: A tisztíthatóság érdekében tegyen egy vékony matracot a futópad alá. A futópadon használt cipők koszt hagyhatnak a futószőnyegen vagy annak környékén. Heti egyszer tisztítsa le a matracot.

**Tárolás:** A futópadot tiszta és száraz helyen tárolja. A tároláskor a futópad legyen kikapcsolva és a tápkábel kihúzva a konnektorból.

#### **1. Futószőnyeg állítása**

A futószőnyeg az összeszerelés után használatra kész. Azonban idővel előfordulhat, hogy kissé meglazul a rögzítéseknél.

Ez leállásokat vagy csúszást okozhat használat közben. Ebben az esetben mindkét oldalon

húzza meg a rögzítőcsavarokat. Ha a futószőnyeg túl laza, könnyen megcsúszhat rajta.

A túl szoros állapot sem jó, mert jelentősen nagyobb motorteljesítményt igényel, és a motor, a futószőnyeg vagy a görgők károsodásához vezethet.

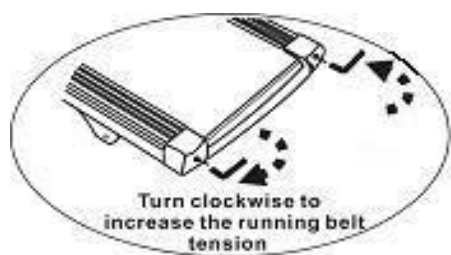
## 2. Futószőnyeg visszaállítása:

A futószőnyeg az összeszerelés után használatra kész. Azonban idővel előfordulhat, hogy vissza kell állítani az alaphelyzetbe. Ennek az alábbi okai lehetnek:

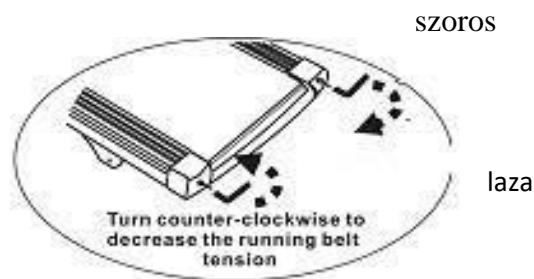
- 1) A futópad nem elég stabil.
- 2) A talpak nem a futópad közepét érik futáskor.
- 3) A talpak nem egyforma nyomást gyakorolnak a futószőnyegre.

Ha az eltérést kézzel idézte elő, néhány perces terhelés nélküli futtatás után a futószőnyeg visszatér az alaphelyzetbe.

Ha magától nem tér vissza az alaphelyzetbe, óvatosan húzza meg a csavarokat a képen látható módon egy 6 mm-es csavarkulccsal.



Ha a szőnyeg balra csúszik. A bal oldali csavarokat az óra járásával megegyező, a jobb oldaliakat az azzal ellentétes irányba húzza.



Ha a szőnyeg jobbra csúszik. A jobb oldali csavarokat az óra járásával megegyező, a bal oldaliakat az azzal ellentétes irányba húzza.

### Tanácsok:

- Az óra mutató járásával megegyező irányba húzva megszoríthatja a csavarokat.
- Az óramutató járásával ellenkező irányba húzva kilazíthatja a csavarokat.
- A futószőnyeg a kilazult oldal felé mozdul el.

1) Ha a futószőnyeg balra mozdul el, az azt jelenti, hogy a bal oldali csavar túl laza. Húzza meg a csavart az óramutató járásával megegyező irányba. Vagy lazítson a jobb oldali csavaron.

2) Ha a futószőnyeg jobbra mozdul el, az azt jelenti, hogy a jobb oldali csavar túl laza. Húzza meg a csavart az óramutató járásával megegyező irányba. Vagy lazítson a bal oldali csavaron.

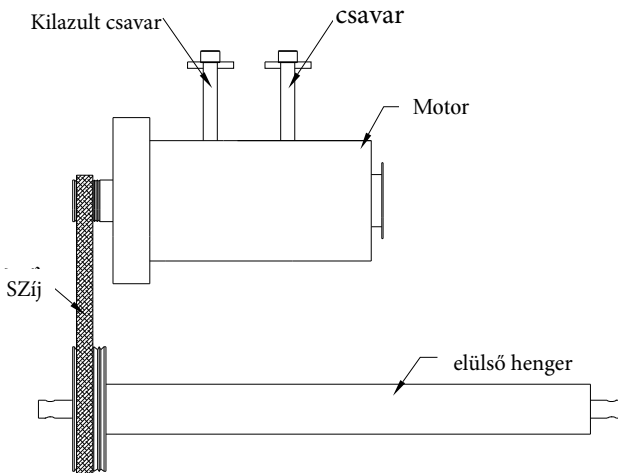
### Figyelem:

- A futószőnyeg visszaigazítása előtt indítsa el alacsony sebességen a futópadot. - Ne húzza túl a csavarokat.
- Minden húzás után ellenőrizze, hogy sikerült-e korrigálni a futószőnyeg helyzetét.

A futószőnyeg elmozdulására nem vonatkozik a garancia. A javítását az útmutató alapján többnyire a felhasználó végzi. Az elmozdulás komolyan károsíthatja a futószőnyeget. Az eltérés észlelésekor azonnal javítsa ki a hibát.



Megjegyzés: Rendszeresen tisztítsa meg a szjakat és görgőket.



## Hibaelhárítás és karbantartás

Probléma	Okok	Karbantartás
Nem működik	1. Nincs áram.	PDugja be a tápkábelt.
	2. Bizt. kucs nincs a helyén.	Tegye a helyére/cserélje ki.
	3. Nem kap jelet	Ellenőrizze a csatlakozásokat.
	4. Kikapcsol	Billenőkapcsolót kapcsolja fel.
	5. Kiegett a biztosíték.	Cserélje ki a biztosítékot..
Futószőnyeg akadozik	1. Nincs megolajozva. 2. Túl szoros a futószőnyeg.	Olajozza meg. Állítson rajta.
Elcsúszik a szőnyeg	1. Túl laza a futószőnyeg 2. Kilazult a motorszj.	Állítson rajta. Állítson rajta.
Gombhiba	Elromlottak a gombok	1. Cserélje a gombot/vezetékét; 2. Cserélje a konzolkeretet; 3. Cserélje a konzolt.
Működés közben leál	1. Kiesett a biztonsági kulcs.	Cserélje ki.
	2. Elromlott a gép.	Hívjon szerelőt.

## Fontos tudnivalók

- A termék megfelel a biztonsági előírásoknak. A terméket csak otthoni használatra lehet megvásárolni. Bármilyen más használati mód szigorúan tilos és veszélyes. A nem megfelelő használatból eredő károkért nem vállalunk felelősséget.

Az edzések megkezdése előtt konzultáljon kezelőorvosával. Az orvosi diagnózis alapján használja a gépet.

A nem megfelelő vagy túlzott edzés egészségügyi problémákhoz vezethet.

- Olvassa el figyelmesen a használati útmutatót. Ha fájdalma van, nem kap levegőt, nem érzi jól magát vagy más panaszok esetén azonnal hagyja abba az edzést és konzultáljon kezelőorvosával.
- Az eszköz nem alkalmas professzionális, terápiás vagy orvosi célokra.
- A pulzuszámoló nem minősül gyógyászati eszköznek, kizárólag informatív szerepe van. Működése az eltérő környezeti és emberi hatása miatt nem teljesen megbízható.