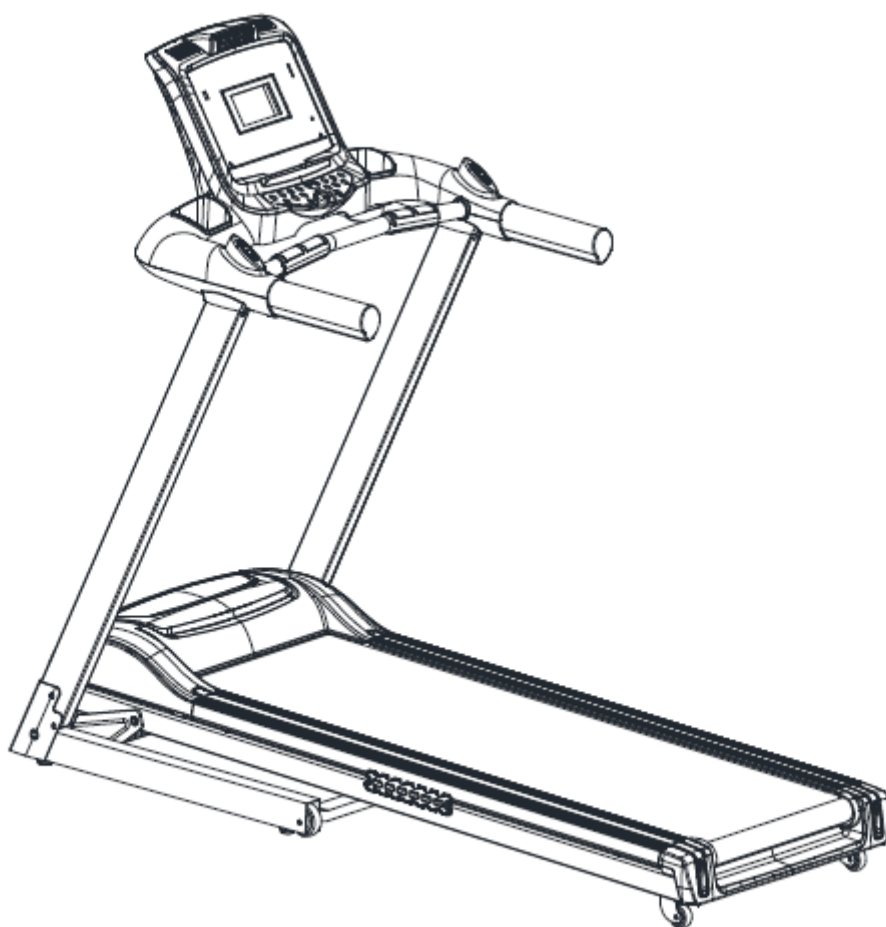




POUŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK
IN 13148 Bežecký pás inSPORTline Akamar 5310CA



OBSAH

ÚVOD	4
VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA.....	4
MIMORIADNE BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA.....	5
MONTÁŽ.....	5
Vybalenie a montáž	5
Popis bežeckého pásu.....	7
Technické informácie	8
NÁVOD K MONTÁŽI	9
UMIESTNENIE A ZAPOJENIE BEŽECKÉHO PÁSA	11
Kam pás umiestniť	11
Použite vyhradený obvod.....	11
ZAČÍNAME	12
Zapnutie stroja	12
Bezpečnostný kľúč a klip	12
Nastupovanie a zostupovanie z bežeckého pásu.....	12
Skladanie bežeckého pásu	12
Rozkladanie bežeckého pásu.....	12
Premiestňovanie bežeckého pásu	12
POPIS TLAČIDIEL	13
Návod k funkciám počítača.....	14
Návod k LCD obrazovke	14
Návod k tlačidlám.....	14
Funkcie bezpečnostného kľúča	15
Návod k štartu	15
Program používateľa (USER).....	16
Kontrola tepovej frekvencie (HRC) – podľa modelu	16
Funkcie ERP (Šetrenie energie)	17
Tabuľka rýchlosti programov	18
RIEŠENIE TECHNICKÝCH PROBLÉMOV	20
CHYBOVÉ HLÁŠKY A ICH RIEŠENIE	21
VŠEOBECNÉ RADY K CVIČENIU.....	21
CVIKY NA ZAHRIATIE A PRETIAHNUTIE	22
Preťahovanie krku.....	22
Precvičovanie ramien.....	22
Preťahovanie rúk.....	22
Preťahovanie stehien.....	23
Preťahovanie vnútornej strany stehien	23

Natiahnite sa ku špičkám prstov	23
Precvičovanie kolien	23
Preťahovanie lýtok a achiloviek	24
NÁKRES ROZLOŽENÉHO STROJA	25
ÚDRŽBA.....	28
Úprava utiahnutia bežeckého pásu	28
Centrovanie bežeckého pásu	28
Premazávanie	29
ČISTENIE	29
SKLADOVANIE	30
DÔLEŽITÉ UPOZORNENIA.....	30
OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA	30
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE	30

ÚVOD

Podakovanie

Ďakujeme, že ste si zakúpili náš výrobok. Tento bežecký pás Vám pomôže so správnym rozvíjaním svalov a vylepší Vašu fyzickú kondíciu - a to navyše v domácom prostredí.

VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA

Tento výrobok bol navrhnutý tak, aby bolo jeho používanie čo najbezpečnejšie. Aj tak je ale veľmi dôležité, aby ste sa riadili nasledujúcimi bezpečnostnými pokynmi. Nie sme zodpovední za prípadné nehody vzniknuté porušením týchto pokynov.

Pred použitím stroja si v záujme bezpečnosti tento manuál starostlivo prečítajte.

1. Predtým, než začnete na stroji cvičiť, konzultujte toto rozhodnutie so svojím praktickým lekárom. Ak plánujete cvičiť často a intenzívne, je vhodné vyžiadať si súhlas lekára, obzvlášť ak máte nejaké zdravotné ťažkosti.
2. Odporúčame, aby handicapovaní ľudia stroj používali len v prítomnosti kvalifikovaného dozoru.
3. Pre cvičenie na stroji sa oblečte do pohodlného odevu. Vaša obuv by mala byť najlepšie športová alebo určená pre aerobik. Vyhybajte sa voľnému oblečeniu, mohlo by sa zachytiť do pohyblivých častí stroja.
4. Ak pocítite nevoľnosť alebo bolesť v kĺboch alebo svaloch, okamžite ukončíte cvičenie. Všímajte si toho, ako Vaše telo reaguje na tréningový program. Točenie hlavy je príznakom prílišnej záťaže. Pri prvom náznaku točenia hlavy si ľahnite na zem, kým Vám nebude lepšie.
5. Zabezpečte, aby sa v blízkosti aktívneho stroja nevyskytovali deti. Stroj by mal byť uchovávaný v priestoroch, kde k nemu deti ani zvieratá nemajú prístup.
6. Prístroj nesmie používať viac osôb zároveň.
7. Pred použitím prístroja skontrolujte, že je všetok spojovací materiál riadne utiahnutý. Z bezpečnostných dôvodov vykonávajte pravidelné kontroly, či nedošlo k opotrebeniu / poškodeniu dielov.
8. Nepoužívajte stroj, ktorý je poškodený alebo neschopný prevádzky.
9. Prístroj používajte len na pevnom a rovnom povrchu. Pre ochranu podlahy pod neho umiestnite ochrannú podložku alebo koberec. Z bezpečnostných dôvodov zaistite okolo celého prístroja voľný priestor o veľkosti aspoň 0,6 m.
10. Nedávajte ruky do blízkosti pohyblivých dielov a kĺbových spojov. Nevkladajte do otvorov na zariadení cudzie predmety.
11. Žiadne z nastavovacích prostriedkov by nemalo vyčnievať, mohlo by prekážať pohybu používateľa.
12. Výrobok používajte iba na účely popísané v tomto manuáli. Používajte len tie náhradné diely, ktoré boli odporúčené výrobcom.
13. Ak je napájací kábel poškodený, prístroj nepoužívajte. Musí byť z bezpečnostných dôvodov nahradený výrobcom, servisnou osobou alebo inými poverenými osobami.
14. **Kategória:** HC (podľa normy EN957), určené pre domáce použitie s nízkou presnosťou.
15. **Nosnosť:** 100 kg
16. **VAROVANIE:** Systém pre monitorovanie tepovej frekvencie nemusí byť presný. Preťažovanie pri tréningu môže zaviniť vážne zranenie alebo smrť. Ak pocítite nevoľnosť, okamžite ukončíte cvičenie!

MIMORIADNE BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA

Napájanie

- Bežecský pás umiestnite tak, aby stál v dosahu zásuvky.
- Vždy zapájajte stroj do zásuvky s uzemneným obvodom a uistite sa, že do nej nie sú pripojené žiadne ďalšie zariadenia. Neodporúčame používať predlžovacie káble.
- Zlé uzemnenie môže mať za následok riziko zásahu elektrickým prúdom. Ak si nie ste istí, či je prístroj bezpečne uzemnený, požiadajte o pomoc kvalifikovaného elektrikára. Ak zástrčka prístroja nie je kompatibilná so zásuvkou, nemodifikujte ju. Zavolajte kvalifikovaného elektrikára, aby Vám zásuvku vymenil.
- Náhle zmeny v napätí môžu bežecský pás vážne poškodiť. V dôsledku zmien počasia alebo zapínania a vypínania ďalších spotrebičov môže nastať špičkové napätie, prepätie alebo rušenie napätia. Aby ste znížili riziko poškodenia stroja, mali by ste ho vybaviť prepäťovou ochranou (nie je súčasťou základného vybavenia).
- Udržujte napájací kábel mimo dosahu nosného valca. Nenechávajte napájací kábel pod bežeckým pásom. Ak je napájací kábel poškodený alebo opotrebovaný, nepoužívajte ho.
- Pred čistením alebo údržbou stroj odpojte od napájania. Ak výrobca nestanoví inak, údržbu by mali vykonávať iba kvalifikovaní technici. Ak sa nebudete riadiť pokynmi výrobcu, záruka stratí platnosť.
- Pred každým použitím pásu ho prezrite a skontrolujte, či sú všetky súčasti funkčné.
- Nepoužívajte pás vonku, v garáži alebo pod akýmkoľvek vonkajším zastrešením. Nepoužívajte bežecský pás vo vysoko vlhkom prostredí alebo na priamom slnku.
- Nikdy nenechávajte zapnutý pás bez dozoru.
- Uistite sa, že bežecský pás je vždy pevne utiahnutý. Predtým, než sa na pás postavíte, ho zapnite.

POZOR: Ak je napájací kábel poškodený, musí byť z bezpečnostných dôvodov vymenený výrobcom, servisnou osobou, alebo inými kvalifikovanými osobami.

Toto zariadenie nie je určené osobám (vrátane detí) so zníženou fyzickou, zmyslovou alebo mentálnou spôsobilosťou.

Deti by na bežecskom páse mali byť neustále pod dozorom, aby sa na ňom nemohli hrať.

MONTÁŽ

- Pred montážou si pozorne prečítajte postup v tomto manuáli. Odporúčame, aby ste si skôr ako začnete, starostlivo prezreli nákres.
- Oddel'te baliaci materiál a rozložte jednotlivé časti na voľnú plochu. Budete tak mať o súčiastiach prehľad a zjednodušíte si montáž stroja.
- Berte na vedomie, že pri práci s náradím a pri technických činnostiach vždy existuje riziko úrazu. Buďte preto počas montáže opatrný.
- Zaistite si bezpečné pracovné prostredie a nenechávajte napríklad náradie ležať na zemi. S baliacim materiálom zaobchádzajte tak, aby nikoho neohrozoval. Fólie a plastové vrecká predstavujú pre deti riziko udusenía.
- Venujte dostatok času naštudovaniu nákresu a potom podľa neho bežecský pás zostrojte.
- Tento stroj musí byť zmontovaný dospelou osobou. V prípade potreby vyhľadajte asistenciu ďalšej technicky zdatnej osoby.

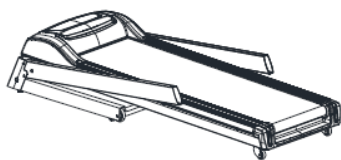
Vybalenie a montáž

VAROVANIE: Pri montáži buďte extrémne opatrný, hrozí nebezpečenstvo úrazu.

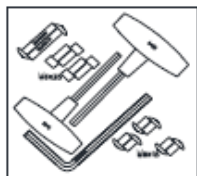
POZNÁMKA: Každý krok montáže je starostlivo vysvetlený. Pred montážou si všetky kroky prečítajte a uistite sa, že im rozumiete.

Vybaľte súčasti a skontrolujte obsah balenia

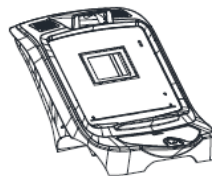
- Zdvihnite škatuľu a odkryte bežecský pás.
- Skontrolujte, či máte všetky nasledujúce diely. Ak nejaký chýba, kontaktujte dodávateľa.



Hlavný rám



Zostava náradia



Ovládací panel A



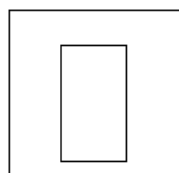
Ovládací panel B



Bezpečnostný kľúč



Silikónový olej



Manuál

Hlavné diely



Kryt motora



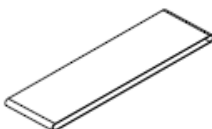
Monitor



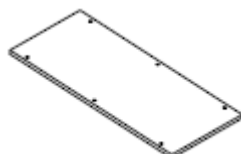
Motor



Hnací remeň



Bežecská plocha



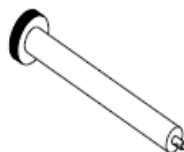
Bežecská doska



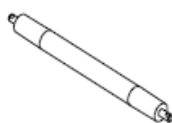
Nášľapná plocha



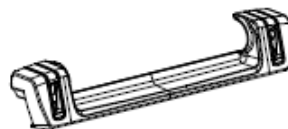
Motor zdvihového mechanizmu



Predný valec

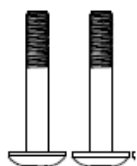


Zadný valec

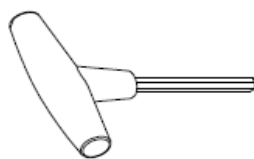


Zadná krytka

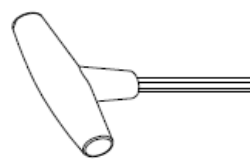
Zostava náradia a spojovacieho materiálu



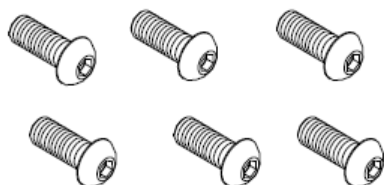
Imbusová skrutka – čiastočný závit – 2 ks (M8 x 50 x 20)



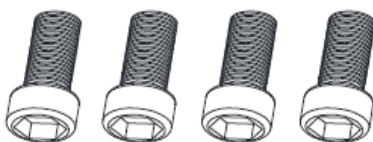
Imbusový kľúč – rovný S6, 1 ks



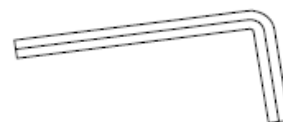
Imbusový kľúč – rovný S5, 1 ks



Imbusová skrutka – celý závit – 6 ks (M8 x 15)

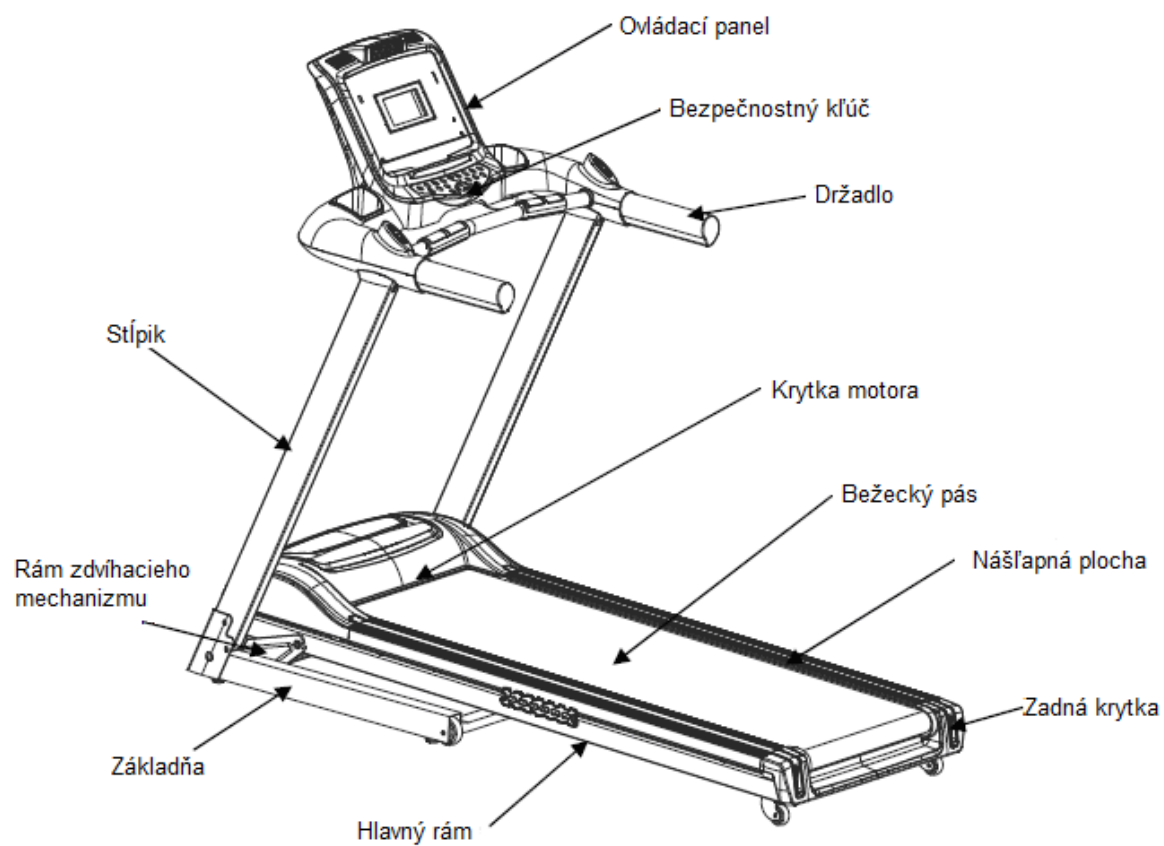


Imbusová skrutka – celý závit – 4 ks (M6 x 25)

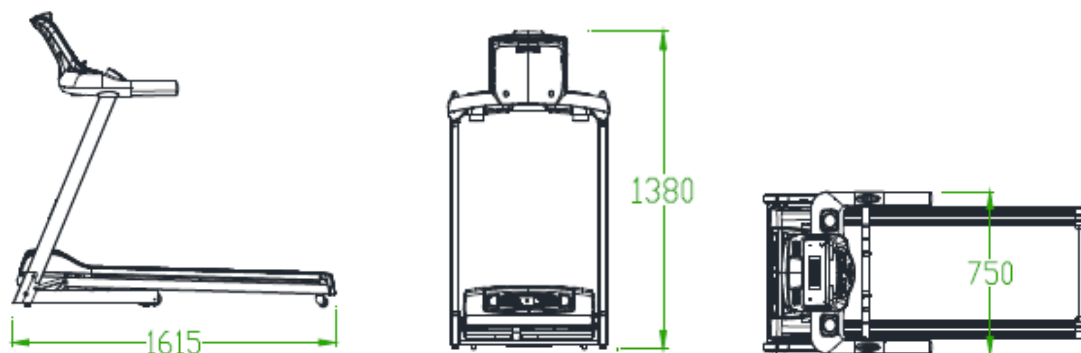


Imbusový kľúč S6, 1 ks

Popis bežeckého pásu



Technické informácie

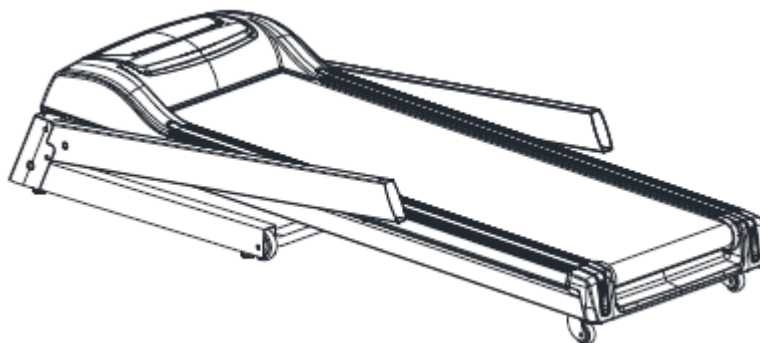


Rozmery	Zložený: 1090 x 750 x 1380
	Rozložený: 1615 x 750 x 1380
Skutočná bežecká plocha	1250 x 440
Rozmedzie možnej rýchlosti	1,0 – 16,0 km/h

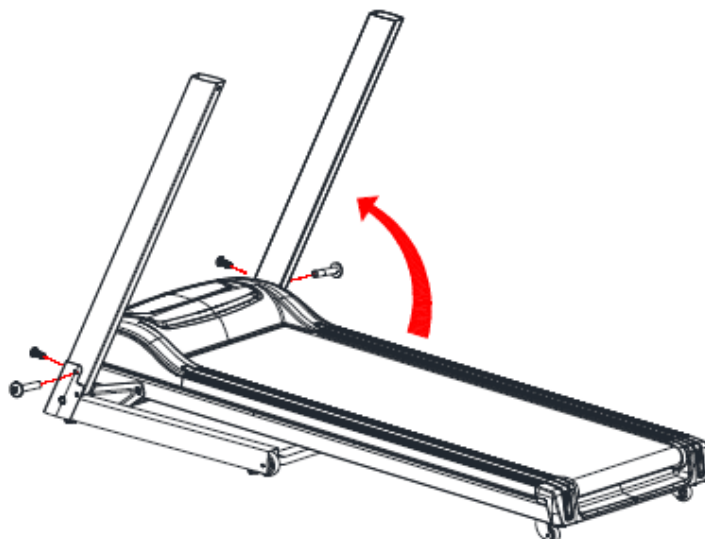
Vyhradzujeme si právo výrobok pozmeniť bez predchádzajúceho ohlásenia.

NÁVOD K MONTÁŽI

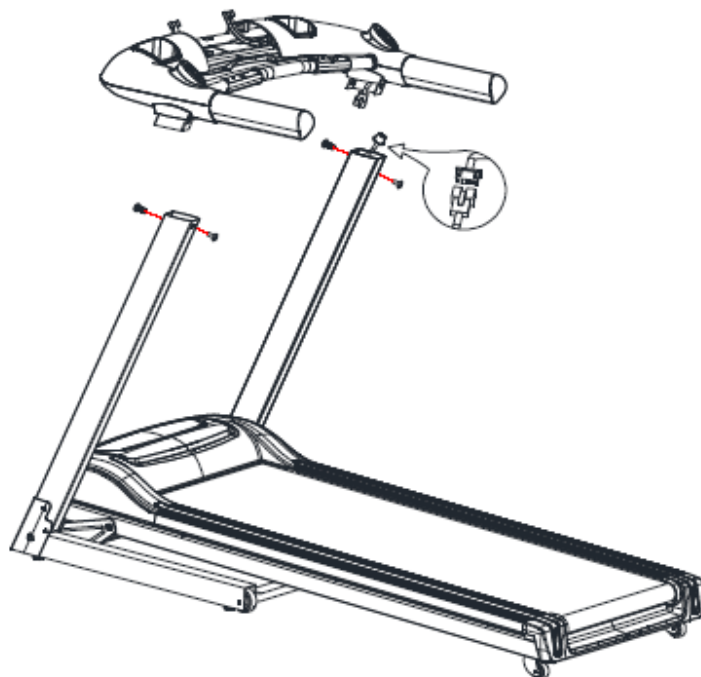
Krok 1: Vyberte stroj z balenia a položte ho na rovnú plochu (ako je znázornené na obrázku).



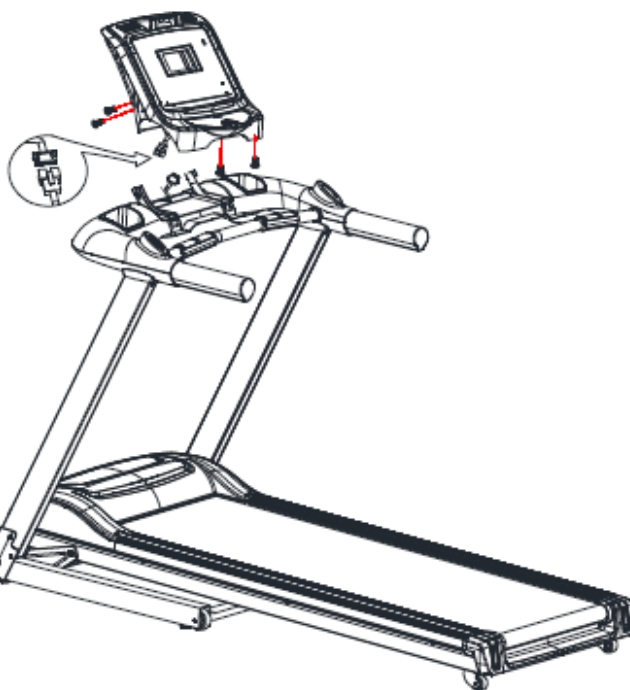
Krok 2: Pomocou imbusovej skrutky M8x50x20 s čiastočným závitom a imbusovej skrutky M8x15 s celým závitom pripevníte stĺpiky do upínacích krúžkov (spolu teda 4 skrutky) na oboch stranách základne (ale ešte skrutky neťahajte).



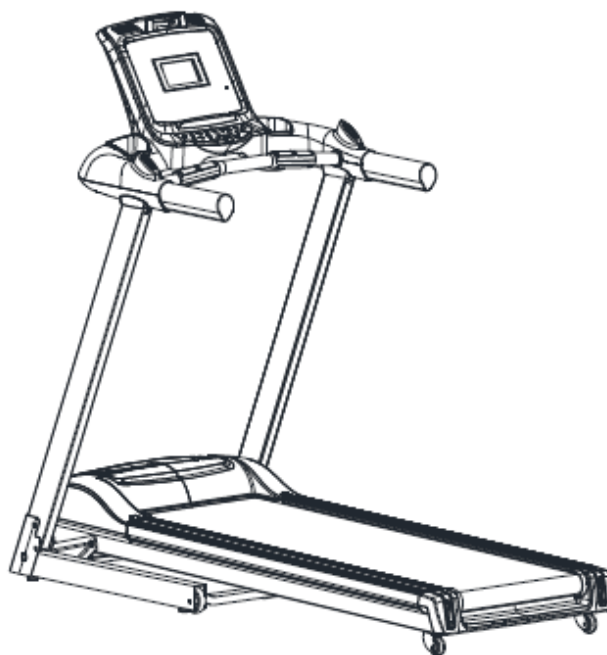
Krok 3: Nastavte držadlá tak, aby boli paralelne s podlahou (rovnako ako na obrázku). Spojte príslušné káble (zväčšené na obrázku). Potom pripevnite ovládací panel B k stĺpikom pomocou 4 imbusových skrutiek M8x15 s čiastočným závitom (teraz všetky skrutky utiahnite).



Krok 4: Nasadíte ovládací panel A na stroj a dobre prepojte všetky káble (zväčšené na obrázku). Pomocou imbusových skrutiek M6x25 s celým závitom panel pripevníte.



Krok 5: Zatiahnite skrutky príslušnými kľúčmi a montáž je hotová.



UMIESTNENIE A ZAPOJENIE BEŽECKÉHO PÁSA

Kam pás umiestniť

Bežecký pás by mal byť umiestnený na pohodlnom a vyhovujúcom mieste, aby pre Vás bolo cvičenie zábavou. Stroj bol vyrobený tak, aby zaberal čo najmenej miesta a zapadol do Vášho domova.

- Neumiestňujte bežecký pás do vonkajších priestorov.
- Neumiestňujte bežecký pás v blízkosti vody alebo do prostredia s vysokou vlhkosťou vzduchu.
- Uistite sa, že napájací kábel neleží na frekventovanom mieste.
- Ak máte na podlahe koberec, skontrolujte, či je medzi vláknami koberca a bežeckou doskou dostatok miesta. Ak si nie ste istý, najlepším riešením je postaviť pás na podložku.
- Postavte bežecký pás vo vzdialenosti minimálne 120 cm od stien a nábytku.
- Za bežeckým pásom ponechajte bezpečnostnú zónu s rozmermi 0,6 m, aby ste v naliehavých prípadoch mohli zo stroja ľahko zostúpiť

Po dlhšom cvičení môžete pod pásom objaviť jemný čierny prach. Toto je bežné opotrebovanie a neznamená to, že je stroj pokazený. Prach jednoducho odstráňte pomocou vysávača. Ak nechcete, aby sa prach dostal na koberec alebo podlahu, umiestnite pod pás podložku.

Použite vyhradený obvod

Použitá zdierka by mala byť zapojená do vyhradeného obvodu. Je obzvlášť dôležité, aby do toho istého obvodu neboli pripojené ďalšie citlivé elektrické prístroje, ako je napr. počítač alebo televízia.

POZOR: Uistite sa, že bežecká doska je na úrovni podlahy. Ak bude doska na nerovnom povrchu, môže to spôsobiť predčasné poškodenie elektroniky. Pred použitím bežeckého pásu si prečítajte tento manuál.

ZAČÍNANIE

Zapnutie stroja

Zasuňte napájací kábel do zdierky o 10A. Prepnite vypínač do pozície ON. Za sprievodného zvuku sa rozsvieti obrazovka.

Bezpečnostný kľúč a klip

Bezpečnostný kľúč slúži k vypnutiu stroja v prípade, že spadnete. V takejto situácii sa okamžite stroj zastaví. Za vysokej rýchlosti môže byť okamžité zastavenie nepríjemné a trochu nebezpečné. Používajte teda bezpečnostný kľúč iba v naliehavých situáciách. Ak chcete pás zastaviť bezpečne a pohodlne, stlačte červené tlačidlo STOP.

Bežecský pás sa nepohne, kým nebude bezpečnostný kľúč zasunutý do otvoru uprostred ovládacieho panela. Druhý koniec kľúča by ste mali mať bezpečne pripnutý k oblečeniu, aby sa kľúč v prípade pádu vysunul a okamžite pás zastavil. V záujme bezpečnosti stroj nikdy bez pripnutia bezpečnostného kľúča nepoužívajte. Keď si ho pripnete, zatiahnite za neho a presvedčte sa, že z oblečenia neskĺzne.

Nastupovanie a zostupovanie z bežecského pásu

Nastupujte a zostupujte z pásu opatrne. Snažte sa pri nastupovaní a zostupovaní držať držadiel. Ak sa pripravujete stroj použiť, nestúpajte na bežecský pás, ale postavte sa namiesto toho rozkročenými nohami na obe nášľapné plochy. Na pás nestúpajte, kým sa nerozbehne rovnomernou rýchlosťou.

Počas cvičenia vždy držte telo a hlavu smerom dopredu. Nikdy sa na aktívnom páse nepokúšajte otočiť. Až budete s cvičením hotový, zastavte pás červeným tlačidlom STOP. Počkajte, až sa bežecský pás úplne zastaví a až potom zostúpte.

VAROVANIE: Nikdy bežecský pás nepoužívajte bez pripnutia bezpečnostného kľúča.

POZOR: V záujme bezpečnosti na pás nikdy nenastupujte, ak pás beží rýchlosťou vyššou ako 3 km/h.

Skladanie bežecského pásu

1. Vráťte bežecú dosku do pôvodnej polohy (tak, aby bol sklon dosky 0).
2. Pred zložením vypnite stroj z napájania.
3. Zdvíhajte bežecú dosku, kým nebude paralelne so stĺpikmi a valec nezapadne do správnej polohy.
4. Pozor: Uistite sa, že valec zapadol do uzamykacieho mechanizmu.

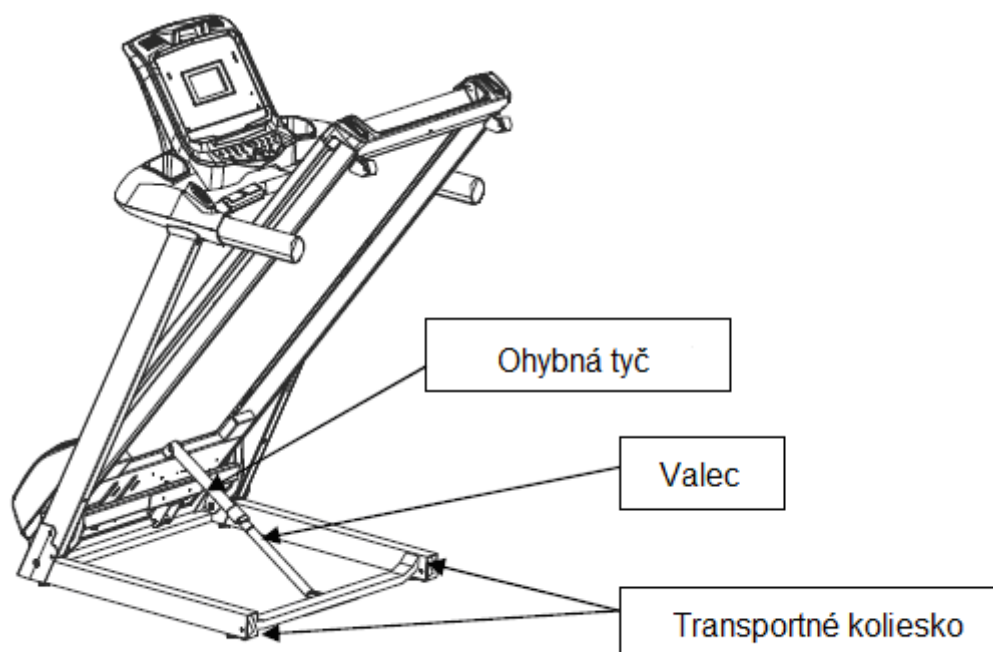
Rozkladanie bežecského pásu

1. Jednou rukou uchopte držadlá a druhou ťahajte bežecú dosku dole.
2. Jednou nohou zatlačte doprostred valca a uvoľnite blokovací mechanizmus.
3. Nechajte dosku pomaly zvisť k podlahe a pustite ju.

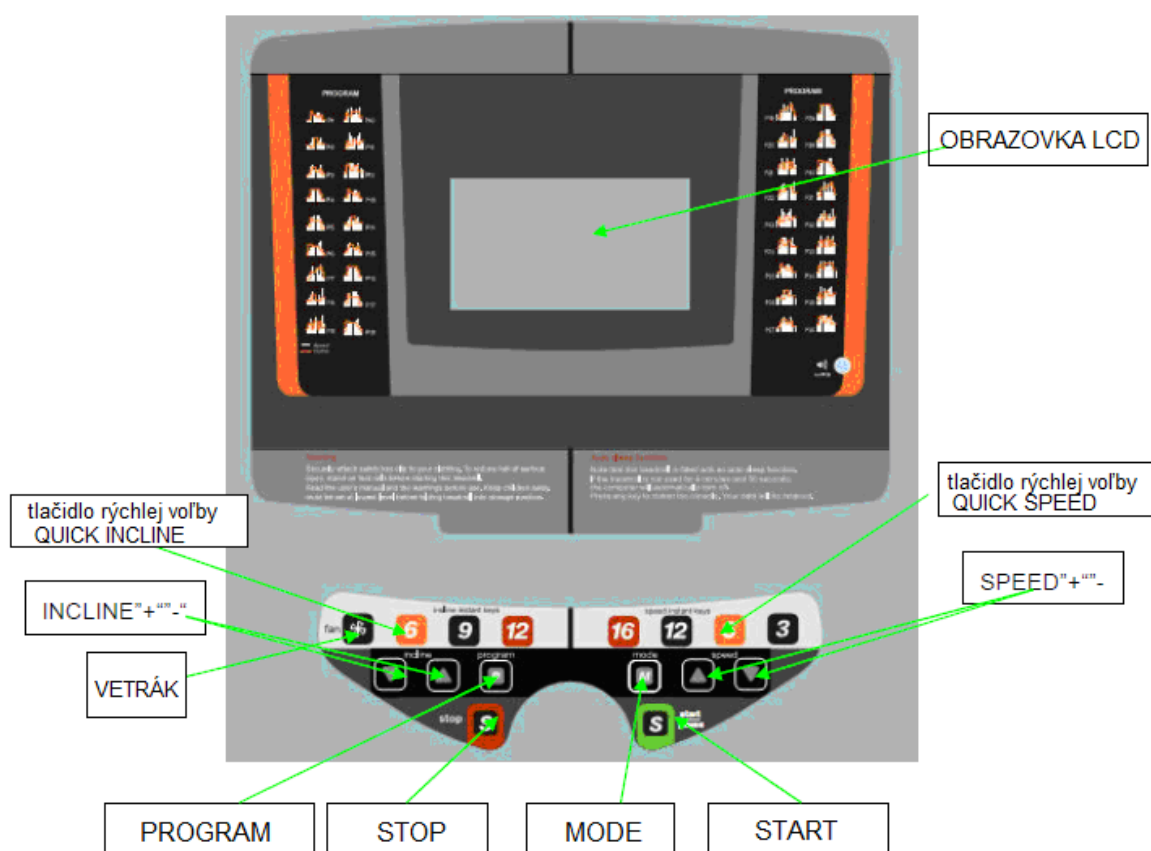
Premiestňovanie bežecského pásu

Doma môžete so strojom bezpečne pohybovať v rozloženej polohe pomocou koliesok.

Oboma rukami pevne uchopte držadlá, nakloňte si pás k sebe a pomaly s ním zatlačte dopredu alebo ho ťahajte k sebe.



POPIS TLAČIDIEL



Návod k funkciám počítača

1. P0 je používateľský tréningový program; P1 – P36 sú prednastavené programy; U01 – U03 sú programy nastaviteľné používateľom a FAT je funkcia merania telesného tuku.
2. Päťpalcová LCD obrazovka.
3. Rozmedzie rýchlosti: 1,0 – 16,0 km/h.
4. Rozmedzie sklonu: 0 – 12%.
5. Zabraňuje preťaženiu, prepätiu, odolný voči explóziám, proti rýchlostnému a elektromagnetickému rušeniu.
6. Automatická kontrola a výstražný zvuk.
7. MP3 (podľa modelu).
8. Bluetooth (podľa modelu).
9. Vetrák (podľa modelu).

Návod k LCD obrazovke

1. Okienko DISTANCE: Zobrazuje číselnú hodnotu ubehnutej vzdialenosti.
2. Okienko CALORIES: Zobrazuje číselnú hodnotu spálených kalórií.
3. Okienko TIME: Zobrazuje číselnú hodnotu ubehnutého času.
4. Okienko SPEED: Zobrazuje číselnú hodnotu rýchlosti pásu.
5. Okienko PULSE: Zobrazuje číselnú hodnotu tepovej frekvencie.
6. Okienko INCLINE Zobrazuje číselnú hodnotu sklonu bežeckej dosky.

Číselný rozsah každého okienka

TIME: 0:00 – 99:59 (min)

SPEED: 1,0 – 16,0 (km/h)

INCLINE: 0 – 12 %

DISTANCE: 0,00 – 99,9 (km)

CALORIES: 0,0 – 999 (C)

Návod k tlačidlám

1. **PROG:** Výber programu - Ak stroj nebeží, ručne si zvolíte ľubovoľný program z výberu P1 – P36 → U1 – U3 → FAT. Prednastavená rýchlosť ručne nastaveného programu je 1,0 km/h, najväčšia možná rýchlosť je 16 km/h.
2. **MODE:** Výber režimu - Ak stroj nebeží, nastavte si ľubovoľný režim.
Postupne si môžete vybrať odpočítavanie času → odpočítavanie spálených kalórií → odpočítavanie vzdialenosti → štandardný režim.
Ak ste v programoch P1 – P36, zmenený predvolený režim trvá 30 minút.
Ak ste vstúpili do režimu FAT, nie je možné zvoliť FAT program.
3. **START/PAUSE:** Ak stroj nebeží, stlačte START a pás tak zapnete. Ak stlačíte START za chodu, pás tým dočasne zastavíte.
4. **STOP:** Ak stroj beží, stlačením tlačidla STOP ho pomaly zastavíte. Ak LCD obrazovka ukazuje chybovú hlášku (ERR), stlačením tlačidla STOP ju vymažete. Ak potrebujete zastaviť pás okamžite, stlačte toto tlačidlo dvakrát za sebou.
5. **SPEED+:** Zvýši rýchlosť pásu. V režime merania telesného tuku zvýši nastaviteľný parameter.

6. **SPEED-**: Zníži rýchlosť pásu. V režime merania telesného tuku zníži nastaviteľný parameter.
7. **QUICK SPEED**: Ak je bežecký pás aktívny, okamžite zrýchlite stlačením tlačidiel rýchlej voľby 3, 6, 12 a 16.
8. **INCLINE+**: Zvýši sklon bežeckej dosky.
9. **INCLINE-**: Zníži sklon bežeckej dosky.
10. **QUICK INCLINE**: Okamžite zvýšite sklon stlačením tlačidiel rýchlej voľby 3, 6, 9 a 12.

Funkcie bezpečnostného kľúča

V akomkoľvek režime bezpečnostný kľúč vytiahnete, zobrazí sa hláška E7 a zaznie zapípanie. Ak chcete stroj znovu zapnúť, musíte kľúč do stroja znova vložiť. Obrazovka sa na 2 sekundy rozsvieti a stroj prejde do manuálneho režimu (v podstate sa jedná o reset).

Návod k štartu

1. Zapojte napájací kábel do zdierky o 10A. Prepnite vypínač do pozície ON. Obrazovka sa za sprievodného zvuku rozsvieti.
2. Vložte do prístroja bezpečnostný kľúč a zapnite stroj - LCD obrazovka sa rozsvieti, zaznie zvučka a pás vstúpi do programu P0, čo je štandardný tréningový program.
3. Stlačte tlačidlo PROG a vyberte jeden z programov.
 - a) P0 je používateľský tréningový program. Stlačením tlačidla MODE vyberte jeden zo štyroch režimov. Zvoľte si rýchlosť a sklon. Východisková rýchlosť je 1,0 km/h a predvolený sklon je 0%.
 Tréningový režim 1: Odpočítavanie. Čas, vzdialenosť a počet spálených kalórií sa za behu načítajú. Parametre nemožno meniť.
 Tréningový režim 2: Odpočítavanie času. Akonáhle si zvolíte režim, okienko TIME začne blikať. Pomocou tlačidiel + a - nastavte hodnotu v rozmedzí 5 – 99 minút. Východiskové nastavenie je 30:00.
 Tréningový režim 3: Odpočítavanie vzdialenosti. Akonáhle si zvolíte režim, okienko DISTANCE začne blikať. Pomocou tlačidiel + a - nastavte hodnotu v rozmedzí 1,0 – 99,0 km. Predvolené nastavenie je 1,0 km.
 Tréningový režim 4: Odpočítavanie spálených kalórií. Akonáhle si zvolíte režim, okienko CALORIES začne blikať. Pomocou tlačidiel + a - nastavte hodnotu v rozmedzí 20 – 990 CAL. Predvolené nastavenie je 50 CAL.
 - b) Programy P1 – P36 sú prednastavené. Môžu bežať iba v tréningovom režime 2. Zvoľte si ho a nastavte dĺžku trvania behu v rozmedzí 5 – 99 minút. Východiskové nastavenie je 30:00. Stlačením tlačidla MODE sa vrátite o úroveň späť.
 - c) FAT je program na meranie telesného tuku. Pri meraní telesného tuku nesmie stroj bežať.
4. Po nastavení cvičebného režimu stlačte tlačidlo START. Na obrazovke sa objaví päť sekundový odpočet sprevádzaný pípaním. V závere odpočítania sa stroj ľahko rozbehne a po chvíli zrýchli tak, ako je nastavené na displeji.
 - a) Za behu môžete rýchlosť upravovať tlačidlami + a - alebo pomocou tlačidiel rýchleho výberu.
 - b) Pre programy P1 – P36 platí: Rýchlosť a sklon sú rozdelené na 10 fáz. Každá fáza je rovnako dlhá. Ručne pozmenená rýchlosť zotrvá z jednej fázy do ďalšej. Zmenu fázy stroj oznámi tým, že trikrát zapípa. Akonáhle ukončíte poslednú fázu, motor sa zastaví a zaznie tiahly zvuk.
 - c) Ak v priebehu cvičenia stlačíte tlačidlo START, stroj sa zastaví. Ak ho stlačíte ešte raz, stroj sa znova rozbehne a bude pokračovať v predchádzajúcej činnosti.

5. Ak stlačíte tlačidlo STOP, stroj sa pomaly zastaví. Všetky nastavenia sa vrátia na predvolené.
6. Pomocou tlačidiel + a - a tlačidiel rýchlej voľby nastavte taký sklon, aký potrebujete.
7. Kedykoľvek vytiahnete bezpečnostný kľúč, na obrazovke sa objaví hláška E7 a zaznie alarm. Pás sa zastaví.
8. Pravidelne kontrolujte riadiaci obvod. Ak s ním bude niečo v neporiadku, objaví sa na obrazovke za sprievodného zvuku hláška ERR.
9. Ak sa na obrazovke objaví ERR, stlačte tlačidlo STOP a hláška sa vymaže.
10. Funkcia merania telesného tuku (podľa modelu).

Ak pás nebeží, vyberte si pomocou tlačidla PROG funkciu FAT. Potom stlačte MODE a nastavte parametre:

- a) F1: Pohlavie - 1 (muž) a 2 (žena). Východiskové nastavenie je muž.
- b) F2: Vek - v rozmedzí 1 – 99 rokov. Východiskové nastavenie je 25 rokov.
- c) F3: Výška - v rozmedzí 100 – 220 cm. Predvolené nastavenie je 170 cm.
- d) F4: Hmotnosť - v rozmedzí 20 – 150 kg. Predvolené nastavenie je 70 kg.
- e) F5: BMI (Index telesnej hmotnosti) - ukáže sa, až zadáte všetky predchádzajúce parametre. Položte obe ruky na držadlá, počkajte 8 sekúnd a BMI sa zobrazí na displeji.

BMI pod 19 značí podváhu.

BMI v rozmedzí 19 – 25 je obvyklá váha.

BMI v rozmedzí 26 – 29 značí nadváhu.

BMI cez 30 značí obezitu.

Program používateľa (USER)

Bežecký pás má tri používateľské režimy: USER01, USER02 a USER03. Používateľ si ich môže sám nastaviť.

Pomocou tlačidla PROG si zvolíte jeden z troch programov. Stlačte MODE a nastavte parametre. Používateľ si môže vytvoriť vlastný desaťfázový program s voliteľnou rýchlosťou a sklonom. Až budete mať parametre nastavené, stlačte START a začnete cvičiť. Používateľov vlastný program sa automaticky uloží a budete ho môcť použiť nabudúce.

Kontrola tepovej frekvencie (HRC) – podľa modelu

1. Popis funkcie: Pomocou režimu HRC môžete nastaviť cieľovú tepovú frekvenciu a stroj bude automaticky regulovať rýchlosť pásu. Tepovú frekvenciu možno merať pomocou snímačov na stroji alebo prenášať bezdrôtovo.
2. Východiskové nastavenie HRC existuje v troch funkciách: HRC1 s rýchlosťou 9 km/h, HRC2 s rýchlosťou 11 km/h a HRC3 s rýchlosťou 13 km/h.
3. HRC môžete nastaviť tak, že stlačíte tlačidlo PROG. Môžete meniť metódy snímania, a zadávať požadované hodnoty. Nastavenie potvrdíte tlačidlom MODE a prejdete na ďalšiu hodnotu. Program sa rozbehne, keď stlačíte tlačidlo SPEED a nastavíte ním poslednú zostavu parametrov.
 - A: Rozmedzie veku: 15 – 80, predvolené nastavenie je 25.
 - B: Cieľová tepová frekvencia: $(200 - \text{vek}) \times 0,6$
 - C: Odchýlka cieľovej tepovej frekvencie: 80 – 180
 - D: Východiskové nastavenie času je 30 minút. Nastavená odchýlka je 5 – 99 minút.
4. Zmena rýchlosti

A: Zmena frekvencie: HRC kontroluje tep používateľa každých 30 sekúnd a ukáže ho na obrazovke.

B: Ak je tepová frekvencia používateľa nižšia ako cieľová frekvencia o 30 tepov za minútu, rýchlosť sa automaticky o 2,0 km/h zvýši.

C: Ak je tepová frekvencia používateľa nižšia ako cieľová frekvencia o 6 – 29 tepov za minútu, rýchlosť sa automaticky o 1,0 km/h zvýši.

D: Ak je tepová frekvencia používateľa vyššia ako cieľová frekvencia o 30 tepov za minútu, rýchlosť sa automaticky o 2,0 km/h zníži.

E: Ak je tepová frekvencia používateľa vyššia ako cieľová frekvencia o 6 – 29 tepov za minútu, rýchlosť sa automaticky o 1,0 km/h zníži.

F: Rýchlosť sa nezmení, ak je tepová frekvencia nižšia alebo vyššia ako 0,5 úderov na minútu.

5. V nasledujúcich situáciách bežecký pás do 20 sekúnd spomalí na najnižšiu rýchlosť a za ďalších 15 sekúnd za sprievodného zvuku sa zastaví úplne.

A: Prístroj po dobu 1 minúty nedetegoval tepovú frekvenciu.

B: Tepová frekvencia sa za najnižšej rýchlosti znížila.

C: Tepová frekvencia prevýšila hodnotu (220-vek).

6. Rýchlosť nemožno znížiť pod úroveň najnižšej možnej rýchlosti. Napr.: Ak sa pás pohybuje rýchlosťou 1,6 km/h a stroj podľa snímanej tepovej frekvencie automaticky rýchlosť zníži, klesne rýchlosť iba na minimum 1,0 km/h.

7. Sklon na tepovej frekvencii nezávisí, dá sa upraviť manuálne.

8. Počiatočná rýchlosť je 1,0 km/h. Stroj sa podľa tepovej frekvencie adaptuje až po minúte behu.

Funkcie ERP (Šetrenie energie)

Ak je bežecký pás zapnutý, ale neprebiehajú žiadne operácie, po 4 minútach a 30 sekundách sa automaticky „uspí“. Šetrí tak energiu.

V pohotovostnom režime stlačte na 3 sekundy MODE a na obrazovke sa ukáže hláška 2222, ktorá túto funkciu vypne. Keď tlačidlo MODE podržíte ďalšie 3 sekundy, objaví sa hláška 1111, pomocou ktorej môžete stroj opäť uspať.

Tabuľka rýchlosti programov

KAL PROGRAM		FÁZA									
		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
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	11	11	11	11	11	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	12	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	7	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	11	7	7	10	10	6	6	6

Poznámka: SPEED = rýchlosť; INCLINE = sklon.

RIEŠENIE TECHNICKÝCH PROBLÉMOV

Problém	Možná príčina	Riešenie
Bežecský pás nefunguje.	a. Prístroj nie je zapojený do el. siete.	Zapojte stroj do zásuvky.
	b. Bezpečnostný kľúč nie je zapojený.	Vsuňte bezpečnostný kľúč do monitora.
	c. Transformátor je chybný alebo nie je riadne pripojený.	Vymeňte alebo znovu pripojte transformátor.
	d. Je odpojený systém signálneho obvodu.	Skontrolujte ovládací panel a signálny kábel.
	e. Bežecský pás nie je zapnutý.	Zapnite stroj.
	f. Elektrický obvod je prerušený.	Skontrolujte spojovací kábel a jeho svorku a dobre ich pripojte.
	g. Praskla poistka.	Vymeňte poistku.
Pás riadne nepracuje.	a. Pás sa dostatočne nepremazáva.	Naneste do priestoru medzi bežecskou doskou a bežeckým pásom vrstvu silikónu.
	b. Pás je príliš utiahnutý.	Upravte napnutie bežecského pásu.
Pás skĺzava zo stroja.	a. Pás je príliš uvoľnený.	Upravte napnutie bežecského pásu.
	b. Hnací remeň je uvoľnený.	Upravte napnutie hnacieho remeňa.

CHYBOVÉ HLÁŠKY A ICH RIEŠENIE

Problém	Možná príčina	Riešenie
Bežecký pás sa náhle zastavil. (Treadmill stop suddenly)	a. Vypadol bezpečnostný kľúč.	Vsuňte bezpečnostný kľúč do ovládacieho panela.
	b. Problém s elektronickým systémom.	Kontaktujte servisnú službu dodávateľa.
Bezpečnostný kľúč nefunguje. (Key defected)	a. Kľúč je poškodený.	Vymeňte kľúč.
	b. Kľúč nemôže fungovať.	Vymeňte kábel a dosku kľúča. Vymeňte dosku plošných spojov DPS. Vymeňte počítač.
Hláška E01	a. Spojovací kábel je uvoľnený alebo chybný.	Dobre kábel pripojte alebo ho vymeňte.
	b. Chybný počítač.	Vymeňte počítač.
	c. Chybný transformátor.	Vymeňte transformátor.
	d. Chybná riadiaca doska.	Vymeňte riadiacu dosku.
Hláška E02	a. Chybný motor alebo spojovací drôt motora.	Vymeňte buď spojovací kábel motora, alebo motor samotný.
	b. Spojovací kábel medzi motorom a riadiacou doskou je voľný alebo je doska poškodená.	Pripojte spojovací kábel alebo vymeňte riadiacu dosku.
Hláška E03	a. Snímač rýchlosti nie je dobre zapojený.	Znova zapojte snímač.
	b. Snímač rýchlosti je chybný.	Vymeňte snímač.
	c. Spojovací kábel medzi snímačom a riadiacou doskou nie je správne zapojený.	Dobre kábel zapojte.
	d. Riadiaca doska je chybná.	Vymeňte riadiacu dosku.
Hláška E05	a. Riadiaca doska je chybná.	Vymeňte riadiacu dosku.
	b. Motor je chybný.	Vymeňte motor.
Hláška E07	Počítač nezaznamenáva signál bezpečnostného kľúča.	Skontrolujte kľúč a riadne ho zasuňte.
Displej nefunguje.	a. Uvoľnená skrutka na doske plošných spojov.	Utiahnite skrutku.
	b. Ovládací panel je chybný.	Vymeňte ovládací panel.
Nezobrazuje sa tepová frekvencia. (No pulse)	a. Kábel snímača tepovej frekvencie nie je dobre pripojený alebo je chybný.	Dobre kábel pripojte alebo ho vymeňte.
	b. Obvody ovládacieho panela sú chybné.	Vymeňte ovládaciu dosku.

VŠEOBECNÉ RADY K CVIČENIU

Začnite s tréningovým programom pozvoľna, napr. jeden tréning každé dva dni. Počet cvičení týždenne navyšujte. Začnite kratšími tréningami a postupne dĺžku trvania tréningu predlžujte. Začnite

poľavne a nevymedzuje si nedosiahnuteľne cieľe. Ako doplnkovú aktivitu k tréningovému režimu na bežeckom páse sa odporúča plávanie, jogging, tanec alebo cyklistika.

Pred tréningom sa dobre rozcvičte. Aspoň päť minút venujte preťahovaniu alebo gymnastickým cvičeniam. Vyhnite sa tak natiahnutým svalom a zraneniam.

Pravidelne si kontrolujte tep. Ak nemáte nástroj na meranie tepu, poraďte sa s lekárom, ako tep merať. Najlepšie výsledky dosiahnete s optimálnou frekvenciou tréningov. Je preto dôležité dopracovať sa k takému tréningovému režimu, ktorý bude Vaším potrebám najviac vyhovovať. Berte ohľad na svoj vek a fyzickú kondíciu. Počas cvičenia dýchajte pokojne a pravidelne.

Dodržujte pravidelný pitný režim. Odporúčaná denná dávka vody je 2 – 3 litre, ale do tohto priemeru nie je započítaná vysoká fyzická záťaž. Váš nápoj by mal mať izbovú teplotu.

Vezmite si na seba pohodlné a ľahké oblečenie a športové topánky. Neberte si voľné odevy, ktoré by sa do pohyblivých častí stroja mohli zachytiť.

CVIKY NA ZAHRIATIE A PRETIAHNUTIE

Každé cvičenie je najlepšie začať aj ukončiť ľahkými uvoľňovacími cvikmi. Cviky na rozohriatie Vaše telo pripraví na nasledujúcu záťaž. Ľahké cviky po dokončení tréningu zabezpečia, že Vaše svaly budú v dobrej kondícii. Bez týchto cvikov by mohli zatuhnúť. V nasledujúcej sekcii nájdete inštrukcie, ako správne zahrievacie a natáhovacie cviky prevádzať.

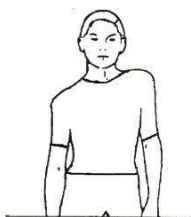
Preťahovanie krku

Nakloňte hlavu napravo a natiahnite svaly po strane krku. Pomaly skloňte hlavu smerom k hrudníku. Následne nakloňte hlavu naľavo. Opäť pocítite pnutie svalov, tentoraz na druhej strane krku. Tento cvik môžete niekoľkokrát opakovať.



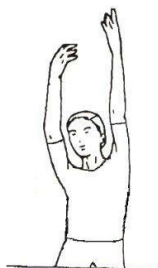
Precvičovanie ramien

Zdvíhajte ramená striedavo alebo naraz.



Preťahovanie rúk

Striedavo natáhujte obe ruky smerom k stropu. Pocítite pnutie na oboch bokoch. Tento cvik niekoľkokrát opakujte.



Pret'ahovanie stehien

Oprite sa jednou rukou o stenu a druhou uchopte nohu za členok a pritiahnite ju hore, ako to len pôjde. Pocítite príjemné pnutie v stehne. Vydržte v tejto polohe asi 30 sekúnd a následne cvičenie opakujte. Druhú nohu tiež dvakrát pretiahnite.



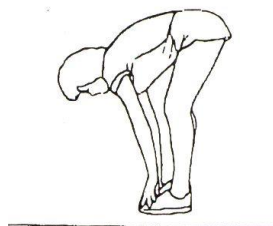
Pret'ahovanie vnútornej strany stehien

Posaďte sa na zem s podrážkami pri sebe a kolenami vyčnievajúcimi von. Potiahnite chodidlá čo najbližšie k telu. Potom kolená opatrne tlačte dolu. Zachovajte túto pozíciu pokiaľ možno 30 – 40 sekúnd.



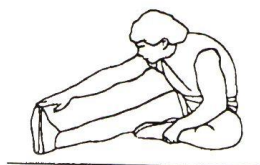
Natiahnite sa ku špičkám prstov

Zohnite sa a pomaly natáhujte ruky smerom ku špičkám, kým to pôjde. Zachovajte túto pozíciu na 20 – 30 sekúnd.



Precvičovanie kolien

Posaďte sa na zem a natiahnite pravú nohu. Ľavú nohu pokrčte tak, aby sa podrážka dotýkala pravého stehna. Snažte sa pravou rukou dosiahnuť na špičku natiahnutej nohy. Pokiaľ možno, zachovajte túto pozíciu na 30 – 40 sekúnd.

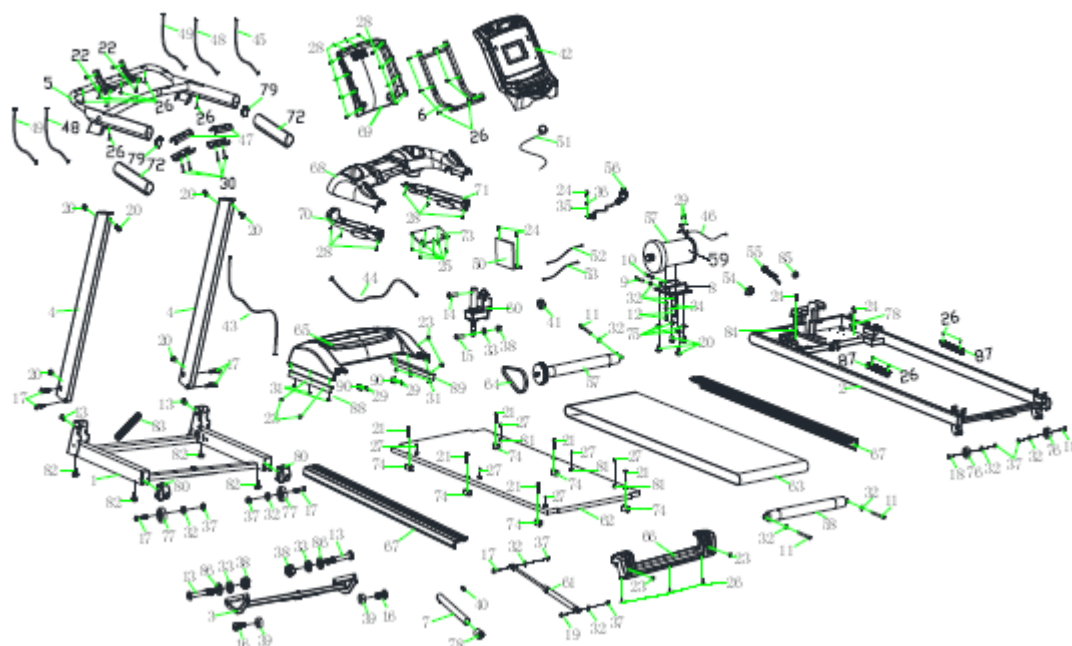


Pret'ahovanie lýtok a achiloviek

Plnou váhou sa oboma rukami oprite o stenu. Potom vytiahnite jednu nohu dozadu. Pretiahnete si tak svaly v zadnej časti nohy. Snažte sa v tejto polohe vydržať asi 30 – 40 sekúnd. Nohy vystriedajte.



NÁKRES ROZLOŽENÉHO STROJA



Číslo	Názov	Množstvo
1	Základňa	1
2	Rám bežeckej plošiny	1
3	Rám zdvíhacieho mechanizmu	1
4	Stĺpik	2
5	Rám ovládacieho panela	1
6	Rám monitorovej dosky	1
7	Spojovacie komponenty Ezfit	1
8	Rám motora	1
9	Šesťhranná skrutka – celý závit M8x75	1
10	Zvarená skrutka M8x65	1
11	Imbusová skrutka – celý závit M8x75	3
12	Imbusová skrutka – celý závit M8x15	2
13	Imbusová skrutka – čiastočný závit M10x85x20	2
14	Imbusová skrutka – čiastočný závit M10x35x20	1
15	Imbusová skrutka – čiastočný závit M10x60x20	1
16	Imbusová skrutka – celý závit M10x25	2
17	Imbusová skrutka – čiastočný závit M8x50x20	7
18	Imbusová skrutka – čiastočný závit M8x40x20	2
19	Imbusová skrutka – čiastočný závit M8x30x20	1
20	Imbusová skrutka – celý závit M8x15	10

21	Imbusová skrutka so zapustenou hlavou – celý závit M6x50xØ16	6
22	Imbusová skrutka – celý závit M6x25	4
23	Samorezná skrutka s pologuľatou hlavou M5x10	6
24	Samorezná skrutka s pologuľatou hlavou M4x10	7
25	Závitorezná skrutka ST4x12	6
26	Závitorezná skrutka ST4x16	21
27	Závitorezná skrutka sa zapustenou hlavou ST4x15	6
28	Závitorezná skrutka s pologuľatou hlavou ST4x15	17
29	Závitorezná skrutka so zapustenou hlavou ST3x10	6
30	Závitorezná skrutka s pologuľatou hlavou ST3x25	4
31	Závitorezná skrutka ST5,5x15	6
32	Plochá podložka Ø8	13
33	Plochá podložka Ø10	3
34	Pružná podložka Ø8	2
35	Pružná podložka Ø5	3
36	Uzamykacia podložka Ø5	3
37	Šesťhranná zaistovacia matica M8	6
38	Šesťhranná zaistovacia matica M10	3
39	Metalurgicky lisované komponenty Ø17xØ10x7	2
40	Pružina	1
41	Magnetický prstenec	1
42	Držiak ovládacieho panela	1
43	Komunikačný kábel (L-1200 mm)	1
44	Komunikačný kábel (L-800 mm)	1
45	Komunikačný kábel (L-700 mm)	1
46	Snímač rýchlosti L-300	1
47	Držadlá so snímačmi tepovej frekvencie	2
48	Kábel k držadlám L-800 mm	2
49	Kábel k tlačidlu na držadlách L-800 mm	2
50	Riadiaca jednotka	1
51	Bezpečnostný kľúč	1
52	Napájací kábel	1
53	Napájací kábel	1
54	Vypínač	1
55	Poistka (s drôtom)	1
56	Napájací kábel	1
57	Predný valec	1
58	Zadný valec	1

59	Motor	1
60	Motor zdvíhacieho mechanizmu	1
61	Valec	1
62	Bežecská doska	1
63	Bežecský pás	1
64	Remeň motora	1
65	Krytka motora	1
66	Zadná krytka	1
67	Nášľapná plocha	2
68	Ovládací panel	1
69	Zadný kryt ovládacieho panela	1
70	Ľavá krytka držadla	1
71	Pravá krytka držadla	1
72	Penová rukoväť	2
73	Spodná krytka ovládacieho panela	1
74	Štvorcová vložka	6
75	Štvorcová vložka	4
76	Koliesko Ø46	2
77	Koliesko Ø62	2
78	Trubicová prípojka	1
79	Trubicová vložka proti oroseniu	2
80	Zakrivená trubicová vložka	2
81	Rozvádzač nášľapnej plochy	6
82	Nastavovacie nožičky	4
83	Ochrana kabeláže	1
84	Klip	2
85	Príchytka sieťového kábla	1
86	Plastová plochá podložka	2
87	Podložka	2
88	Ľavá upevnená krytka motora	1
89	Pravá upevnená krytka motora	1
90	Krajná krytka motora	2

ÚDRŽBA

Pred každým použitím bežeckého pásu vykonajte vizuálnu kontrolu bežeckého pásu, pri poškodení bežecký pás nepoužívajte. Skontrolujte utiahnutie všetkých skrutkových spojov, v prípade potreby skrutkové spoje utiahnite. Skontrolujte stav namazania bežeckého pásu, medzi bežeckou plochou a bežeckou doskou. Po celej ploche bežeckej dosky sa musí nachádzať jemný olejový film. V prípade potreby namažte silikónovým olejom určeným na mazanie bežeckých pásov.

Aby bežecký pás zotrval v optimálnom a bezporuchovom stave je potrebné ho riadne udržiavať. Zlá alebo nedostačujúca údržba môže viesť k poruchám prístroja a môže sa tiež znížiť jeho životnosť.

Pravidelne prístroj kontrolujte a uťahujte bežecký pás. Ak sa na niektorých dieloch objavajú známky opotrebenia, bez omeškania ich vymeňte.

Úprava utiahnutia bežeckého pásu

Je možné, že počas prvých týždňov bude treba napnutie bežeckého pásu upraviť. Všetky pásy sú riadne napnuté už pri výrobe. Je obvyklé, že sa pás po začatí tréningového režimu natiahne. Môže tiež vybočiť zo stredu.

Napínanie a uvoľňovanie bežeckého pásu:

Ak pociťujete, že pod Vami pás prešmykuje alebo sa zadrháva, bude pravdepodobne nutné pás viac napnúť. Pás napnete nasledovne:

1. Pomocou 8 milimetrového kľúča utiahnite ľavú nastavovaciu skrutku. Otočte ňou o $\frac{1}{4}$ otáčky v smere hodinových ručičiek. Utiahnete tak zadný valec a bežecký pás sa napne.
2. Opakujte postup aj s pravou nastavovacou skrutkou. Dávajte si pozor, aby ste obe skrutky utiahli o rovnaký počet otáčok tak, aby zadný valec zostal vo vyrovnanej polohe.
3. Opakujte oba predchádzajúce kroky, kým sa pás dostatočne nenapne.
4. Dajte si pozor, aby ste pás nenapli príliš. Pás by potom vyvíjal neprimeraný tlak na ložiská zadného a predného valca, ktoré by sa následne mohli poškodiť. Poškodenie ložísk sa prejaví nezvyčajnými zvukmi vo valcoch.

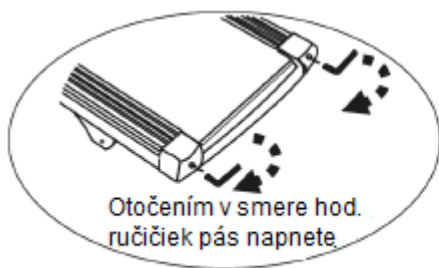
AK CHCETE BEŽECKÝ PÁS POVOLÍŤ, OTÁČAJTE UPÍNACÍMI SKRUTKAMI PROTI SMERU HODINOVÝCH RUČIČIEK. MAJTE NA PAMÄTI, ŽE OTÁČKY NA OBOCH SKRUTKÁCH MUSIA BYŤ ROVNAKÉ.

Centrovanie bežeckého pásu

Je možné, že sa za behu odrážate jednou nohou väčšou silou, než tou druhou. Miera tejto odchýlky závisí od rozdielu medzi vynaloženou silou každej nohy a môže spôsobiť, že sa pás vychýli. Deje sa to bežne, a akonáhle bežec z pásu zostúpi, pás sa opäť presunie do optimálnej polohy. Ak sa pás vychýli trvalo, budete ho musieť vycentrovať ručne.

1. Nechajte pás bežať rýchlosťou 6 km/h.
2. Pozrite sa, na ktorú stranu sa pás vychýľuje.
 - Ak sa pás vychýľuje naľavo, otočte ľavou nastavovacou skrutkou o $\frac{1}{4}$ otáčky v smere hodinových ručičiek a pravou nastavovacou skrutkou tiež o $\frac{1}{4}$ otáčky, ale proti smeru hodinových ručičiek.
 - Opakujte tento postup, kým nie je pás vycentrovaný.
3. Akonáhle pás vycentrujete, zvýšte rýchlosť pásu na 16 km/h a uistite sa, že plynule beží. V prípade potreby predchádzajúce kroky opakujte.

Ak sa Vám aj tak nepodarí pás vycentrovať, bude zrejme nutné pás viac napnúť.



Premazávanie

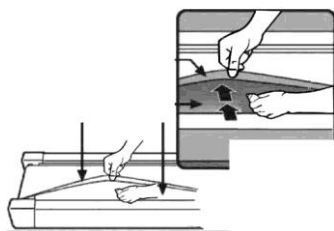
Jedná sa o úplne nový výrobok, ktorý bol premazaný už pri výrobe, ale je potrebné pred prvým použitím skontrolovať, či sa olej nevysušil. Nepodceňujte však pravidelné kontroly a v prípade potreby mazivo naneste. Trenie medzi bežecou doskou a pásom má značný vplyv na životnosť prístroja.

Frekvencia mazania:

- Pás je potrebné pred každým použitím skontrolovať, v prípade potreby namazať. Medzi bežecou plochou a bežecou doskou musí byť neustále jemný olejový film. Vždy používajte iba silikónové oleje určené na mazanie bežecých pásov.
- Vždy používajte iba silikónový olej na mazanie bežecých pásov z našej ponuky.

Aplikácia maziva na pás:

- Odpojte prístroj z elektrickej siete a povoľte pás (pomocou nastavovacích skrutiek na konci prístroja).
- Po povolení skrutiek nadvihnite bežecý pás, očistite bežecú dosku a naneste silikónový olej rovnomerne na bežecú dosku.
- Po nanosení oleja opäť pritiahnite nastavovacie skrutky a napnite bežecý pás. Obe nastavovacie skrutky pritiahnite rovnakou silou. Ak je bežecý pás napnutý, nechajte zariadenie bežať naprázdno pri rýchlosti 1 km/h (nestúpajte na bežecý pás). Pomocou nastavovacích skrutiek pás vycentrujte. Potom ho nechajte bežať ďalšie 3 minúty rýchlosťou 5 km/h.
- Nastúpte na pás a začnite chodiť rýchlosťou 5 km/h. Pomocou nastavovacích skrutiek pás upravte tak, aby bežal hladko a bez problémov aj pri zaťažení.



ČISTENIE

Pravidelné čistenie bežecého pásu ho udržuje v dobrom stave a predlžuje jeho životnosť.

VAROVANIE: Pri čistení musí byť prístroj vypnutý a odpojený z napájania, inak hrozí nebezpečenstvo zásahu elektrickým prúdom.

Po každom tréningu utrite ovládací panel a ďalšie plochy, na ktoré sa dostal pot, čistou, mäkkou a navlhčenou handričkou.

POZOR: Nepoužívajte na čistenie riedidlá alebo iné chemické látky. Dbajte na to, aby sa do elektroniky a oblasti displeja nedostala žiadna kvapalina. Nevystavujte displej priamemu slnku.

Odporúčame zakúpiť si pod bežecký pás podložku. Čistenie stroja tak bude jednoduchšie. Na páse môžu zostávať nečistoty z topánok a tie potom odpadnú pod pás. Priestor pod pásom raz týždenne vysávajú.

SKLADOVANIE

Uchovávajúte bežecký pás v čistom a suchom prostredí. Uistite sa, že hlavný vypínač je vypnutý a že stroj nie je zapojený do elektriny.

DÔLEŽITÉ UPOZORNENIA

- Tento prístroj zodpovedá štandardným bezpečnostným predpisom a je vhodný len pre domáce využitie. Akékoľvek iné používanie je zakázané a môže byť pre používateľa nebezpečné. Za akúkoľvek ujmu spôsobenú nesprávnym a zakázaným zaobchádzaním so strojom nie sme zodpovední.
- Predtým, než začnete s tréningom na bežecskom páse, poraďte sa so svojím lekárom. Váš lekár by mal posúdiť, či ste fyzicky spôsobilí stroj používať a akú námahu ste schopný podstúpiť. Nesprávne cvičenie alebo prepínanie organizmu môže uškodiť Vášmu zdraviu.
- Starostlivo si prečítajte nasledujúce rady a pokyny k cvičeniu. Ak pocítite počas cvičenia bolesť, nevoľnosť, zle sa Vám dýcha alebo máte nejaké iné zdravotné ťažkosti, ihneď cvičenie ukončíte. Ak bolesť pretrvá, okamžite navštívte lekára.
- Tento bežecký pás nie je vhodný ako profesionálna alebo lekárska pomôcka. Taktiež ho nemožno využívať na terapeutické účely.
- Snímač tepovej frekvencie nie je lekárskeho prístrojom. Podáva iba orientačné informácie o Vašej priemernej tepovej frekvencii a akákoľvek navrhovaná tepová frekvencia nie je medicínsky závažná. Snímané dáta nemusia byť s ohľadom na nekontrolovateľné ľudské a okolité faktory vždy presné.

OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA

Po uplynutí životnosti prístroja alebo v prípade, že by ďalšia oprava už bola ekonomicky nevýhodná, sa výrobku zbavte v súlade s miestnymi predpismi a šetrne k životnému prostrediu. Výrobok odneste na najbližšie zberné miesto k tomu určené.

Predpisovou likvidáciou pomôžete zachovať cenné prírodné zdroje a napomôžete prevencii negatívnych dopadov na životné prostredie, prípadne na ľudské zdravie. Ak si nie ste istí, konzultujte vec s miestnymi príslušnými zodpovednými orgánmi, aby nedošlo k porušeniu predpisov a následnej sankcii.

ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE

Všeobecné ustanovenia a vymedzenie pojmov

Tieto záručné podmienky a reklamačný poriadok upravujú podmienky a rozsah záruky poskytované predávajúcim na tovar dodávaný kupujúcemu, takisto aj postup pri vybavovaní reklamačných nárokov uplatnených kupujúcim na dodaný tovar. Záručné podmienky a reklamačný poriadok sa riadia príslušnými ustanoveniami zákona č. 250/2007 Z.z., Občiansky zákonník č. 40/1964 Zb. v znení neskorších predpisov, podľa § 422 až § 442 zákona č. 513/1991 Zb. Obchodný zákonník v platnom znení, a Zákona o ochrane spotrebiteľa č 250/2007 Z.z. v znení neskorších predpisov, a to aj vo veciach týmito záručnými podmienkami a reklamačným poriadkom nespomenutých.

Predávajúcim je spoločnosť inSPORTline s.r.o. so sídlom Električná 6471, 911 01 Trenčín, IČO 36311723, zapísaná v obchodnom registri Okresného súdu Trenčín v odd Sro, vložka č. 11888/R.

Adresa predajní:

1. inSPORTline s.r.o., Električná 6471, 911 01 Trenčín, +421 917 864 593, predajnatn@insportline.sk

2. Stores inSPORTline SK s.r.o., Račianska 184/B, 831 54 Bratislava (Rača), +421 917 866 623, predajnaba@insportline.sk
3. Stores inSPORTline SK s.r.o., Trieda generála Ludvíka Svobodu 6/A, 040 22 Košice (Furča), +421 917 866 622, predajnake@insportline.sk

Vzhľadom k platnej právnej úprave sa rozlišuje kupujúci, ktorý je spotrebiteľom a kupujúci, ktorý spotrebiteľom nie je.

„Kupujúci spotrebiteľ“ alebo len „spotrebiteľ“ je osoba, ktorá pri uzatváraní a plnení zmluvy nejedná v rámci svojej obchodnej alebo inej podnikateľskej činnosti.

„Kupujúci, ktorý nie je „spotrebiteľ“, je podnikateľ, ktorý nakupuje výrobky alebo užíva služby za účelom svojho podnikania s týmito výrobkami alebo službami. Tento kupujúci sa riadi rámcovou kúpnuou zmluvou a obchodnými podmienkami v rozsahu, ktoré sa ho týkajú a obchodným zákonníkom.

Tieto záručné podmienky a reklamačný poriadok sú nevyhnutnou súčasťou každej kúpnej zmluvy uzatvorenej medzi predávajúcim a kupujúcim. Záručné podmienky a reklamačný poriadok sú platné a záväzné, pokiaľ v kúpnej zmluve alebo v dodatku v tejto zmluvy alebo inej písomnej dohode nebude stranami dohodnuté inak.

Záručné podmienky a záručná doba

Predávajúci poskytuje kupujúcemu záruku na tovar v dĺžke 24 mesiacov, u označených fitness modelov s kúpnuou hodnotou vyššou ako 159,60 EUR bude poskytovaná záručná lehota 60 mesiacov na rám a na ostatné komponenty 24 mesiacov. Zákonná dĺžka záruky poskytovaná spotrebiteľovi nie je týmto dotknutá.

Zárukou za akosť preberá predávajúci záväzok, že dodaný tovar bude po určitú dobu spôsobilý pre použitie k obvyklému, príp. zmluvnému účelu a že si zachová obvyklé, príp. zmluvné vlastnosti.

Záručné podmienky sa nevzťahujú na poruchy vzniknuté (ak je možné aplikovať na zakúpený produkt):

- zavinením používateľa tj. poškodenie výrobku neodborným repasom, nesprávnou montážou, nedostatočným zasunutím sedlovej tyče do rámu, nedostatočným utiahnutím pedálov v kľukách a kľúk k stredovej osi
- neodborným repasom
- nesprávnou údržbou
- mechanickým poškodením
- opotrebením dielov pri bežnom používaní (napr. gumové a plastové časti, pohyblivé mechanizmy, atď.)
- neodvratnou udalosťou, živelnou pohromou
- neodbornými zásahmi
- nesprávnym zaobchádzaním alebo nevhodným umiestnením, vplyvom nízkej alebo vysokej teploty, pôsobením vody, neúmerným tlakom a nárazmi, úmyselne pozmeneným designom, tvarom alebo rozmermi.
- nesprávnym použitím tovaru, ktorý je v rozpore s kategorizáciou produktu (HC, HA – na domáce použitie: SC, S – na komerčné použitie)

Upozornenie:

- 1) v dobe záruky budú odstránené všetky poruchy výrobku spôsobené výrobnou poruchou alebo chybným materiálom výrobku tak, aby vec mohla byť riadne používaná.
- 2) reklamácia sa uplatňuje zásadne písomne s presným popisom o chybe a potvrdeným dokladom o zakúpení.
- 3) záruka sa uplatňuje u výrobcu: inSPORTline s.r.o., Električná 6471, 911 01 Trenčín, v predajni v ktorej ste tovar zakúpili alebo u organizácie, v ktorej bol výrobok zakúpený.

Reklamačný poriadok – reklamácia tovaru

Kupujúci je povinný tovar, dodaný predávajúcim skontrolovať čo najskôr po prechode nebezpečia škody na tovar, resp. po jeho dodaní. Prehliadku musí kupujúci vykonať tak, aby zistil všetky poruchy, ktoré je možné pri primeranej odbornej prehliadke zistiť.

Pri reklamácii tovaru je kupujúci povinný na žiadosť predávajúceho preukázať nákup a oprávnenosť reklamácie faktúrou alebo dodacím listom s uvedeným výrobným (sériovým) číslom, prípadne tými istými dokladmi bez sériového čísla. Ak nepreukáže kupujúci oprávnenosť reklamácie týmito dokladmi, má predávajúci právo reklamáciu odmietnuť.

Pokiaľ kupujúci oznámi poruchu, na ktorú sa nevzťahuje záruka (napr. neboli splnené podmienky záruky, porucha bola nahlásená omylom apod.), je predávajúci oprávnený požadovať plnú úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s odstraňovaním poruchy takto oznámenej kupujúci. Kalkulácia servisného zásahu bude v tomto prípade vychádzať z platného cenníku pracovných výkonov a nákladov na dopravu.

Pokiaľ predávajúci zistí (testovaním), že reklamovaný výrobok nie je chybný, považuje sa reklamácia za neoprávnenú. Predávajúci si vyhradzuje právo požadovať úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s neoprávnenou reklamáciou.

V prípade, že kupujúci reklamuje poruchy tovaru, na ktoré sa vzťahuje záruka podľa platných záručných podmienok predávajúceho, vykoná predávajúci odstránenie poruchy formou opravy, prípadne výmeny chybného dielu alebo zariadenia za bezporuchové. Predávajúci je so súhlasom kupujúceho oprávnený dodať výmenou za chybný tovar iný tovar plne funkčne kompatibilný, ale minimálne rovnakých alebo lepších technických parametrov. Voľba ohľadne spôsobu vybavenia reklamácie podľa tohto odstavca náleží predávajúcemu.

Predávajúci vybaví reklamáciu najneskôr do 30 kalendárnych dní od doručenia chybného tovaru, pokiaľ nebude dohodnutá dlhšia lehota. Za deň vybavenia sa považuje deň, kedy bol opravený alebo vymenený tovar prebraný kupujúcim. Ak nie je predávajúci s ohľadom na charakter vady schopný vybaviť reklamáciu v uvedenej lehote, dohodne s kupujúcim náhradné riešenie. Pokiaľ k takej dohode nedôjde, je predávajúci povinný poskytnúť kupujúcemu finančnú náhradu formou dobropisu.



SEVEN SPORT s.r.o.

Sídlo:	Bořivojova 35/878, 130 00, Praha 3, ČR
Centrála:	Dělnická 957, 749 01 Vítkov
Reklamácie a servis:	Čermenská 486, 749 01 Vítkov
IČO:	26847264
DIČ:	CZ26847264
Telefon:	+420 556 300 970
Mail:	eshop@insportline.cz reklamace@insportline.cz servis@insportline.cz
Web:	www.insportline.cz

SK

inSPORTline s.r.o.

Centrála, reklamácie, servis: Električná 6471, 911 01 Trenčín, SK

IČO:	36311723
DIČ:	SK2020177082
Telefón:	+421(0)326 526 701
Mail:	objednavky@insportline.sk reklamacie@insportline.sk servis@insportline.sk
Web:	www.insportline.sk

Dátum predaja:

Pečiatka a podpis predajcu:

