



inSPORTline

РЪКОВОДСТВО ЗА УПОТРЕБА – БГ
IN 26826 Бягаща пътека inSPORTline ZenRun 15



СЪДЪРЖАНИЕ

ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ.....	3
СПИСЪК НА ЧАСТИ	4
ЧЕРТЕЖ	7
ОПИСАНИЕ НА ПРОДУКТ.....	8
СПЕЦИФИКАЦИИ.....	8
СГЛОБЯВАНЕ.....	8
КОНЗОЛА.....	12
ПОДДРЪЖКА И СЪХРАНЕНИЕ.....	18
ПЕРИОДИЧНА ПОДДРЪЖКА.....	18
БЕЗОПАСНА ТРЕНИРОВКА.....	18
ПРЕДИ СТАРТ НА ТРЕНИРОВКА	19
ЗАГРЯВАЩА ФАЗА.....	20
СЪХРАНЕНИЕ.....	20
ВАЖНИ СЪОБЩЕНИЯ.....	20
РЕГУЛИРАНЕ НА БЯГАЩА ЛЕНТА	21
СМАЗВАНЕ.....	21
ОПАЗВАНЕ НА ОКОЛНА СРЕДА.....	22
ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ.....	22

SevenSport s.r.o. си запазва правото да прави каквито и да било промени и подобрения на своя продукт без предизвестие. Посетете нашите уебсайт адреси: www.yako.bg и www.insportline.bg, където ще намерите най-новата версия на ръководството.

ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- " Моля, прочетете ръководството преди употреба и го запазете за бъдещи справки.
- " Закачете предпазния клипс/ключ към облеклото или колана си, преди да започнете тренировката.
- " По време на упражнението движете ръцете си естествено, право напред. Не гледайте надолу към краката си. Само един човек може да тренира на бягащата пътека.
- „Винаги регулирайте скоростта постепенно, не прекалено рязко.
- " В случай на опасност натиснете аварийния бутон или издърпайте предпазния клипс/ключ.
- " Слизайте от бягащата пътека, само когато е спряла напълно.
- " Следвайте всички инструкции за сглобяване. Сглобяването може да се извършва само от възрастен.
- " Пазете от деца и домашни любимци. Не оставяйте деца без надзор или близо до уреда. Уредът е предназначен само за възрастни.
- " Консултирайте се с вашия лекар, преди да започнете тренировъчна програма. Това е особено важно, ако имате някакви медицински състояния, подлагате се на лечение или имате високо кръвно налягане.
- " Редовно проверявайте всички винтове и гайки. Те трябва да са стегнати. Редовно проверявайте цялото устройство за повреда или износване. Не използвайте повредени или износени устройства.
- " Редовно проверявайте лентата за бягане за повреди или износване. Ако се появят остри ръбове, спрете да използвате лентата.
- " Поставете бягащата пътека само върху равна, суха и чиста повърхност. Поддържайте безопасно разстояние от поне 0,6 m от други предмети. Не използвайте продукта във влажна среда. Не поставяйте бягащата пътека върху груб килим, който може да блокира вентилацията.
- " Ако захранващият кабел е повреден, не го използвайте, а купете нов от оторизиран търговец.
- „ Пазете от влага.
- " Инсталирайте така, че устройството да не блокира достъпа до електрическия контакт.
- „Не използвайте аерозолни спрейове в стаята.
- " Не отстранявайте защитния капак, докато устройството работи. Ако е необходима поддръжка, устройството първо трябва да бъде изключено от източника на захранване.
- " Винаги носете подходящо спортно облекло. Избягвайте широки дрехи, които могат лесно да се закачат. Винаги носете спортни обувки с гумени подметки.
- " Не стартирайте бягащата пътека, докато стоите върху нея. След като включите бягащата пътека, може да има кратко забавяне, преди бягащата пътека да започне да се движи. Застанете върху пластмасовите странични релси с неплъзгаща повърхност, преди да стартирате бягащата пътека.
- „Не правете упражнения 40 минути след хранене.
- „Първо загрейте мускулите си с подходящи упражнения, за да намалите риска от спазми.
- " Не поставяйте предмети в отвори и контакти.
- " Извършвайте поддръжка редовно и следвайте препоръките от ръководството, за да удължите живота на продукта.
- " Не правете неоторизирани модификации на устройството.
- " Упражнявайте се разумно и не се претоварвайте твърде много. Ако това е първата ви тренировка, дръжте здраво ръкохватките, докато свикнете с оборудването.

" В случай на повреда или неизправност, незабавно спрете тренировката. Ако бягащата пътека внезапно промени скоростта си рязко, издърпайте предпазния ключ и спрете тренировката.

" Включете уреда само след като е напълно и правилно сглобен. Капакът на двигателя също трябва да бъде затворен. Използвайте само заземен защитен електрически контакт. За по-голяма безопасност препоръчваме да използвате предпазител от пренапрежение.

" Когато уредът не се използва, той не трябва да се включва в контакта и предпазният ключ трябва да бъде изваден.

" Някоя част от устройството не трябва да пречи на използването му.

„Не използвайте продукта на открито.

"Не излагайте устройството на пряка слънчева светлина.

" Не поставяйте бягащата пътека на място с висока влажност (близо до басейни, сауни и др.)

„Непрекъснатата работа не трябва да надвишава 2 часа.

" Когато коланът не се използва, извадете предпазния ключ, за да предотвратите неправилна употреба на машината.

" Работна температура: 5–40 °C " Товароносимост: 110 кг

" Категория: НС за домашна употреба

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ЗА БЕЗОПАСНОСТ: Не използвайте сензорите за пулс на ръкохватката при скорости над 14 км/ч.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Системата за следене на пулса може да не е точна. Превишаването на времето за трениране или интензивността на тренировката може да причини сериозно нараняване или смърт. Ако почувствате гадене, незабавно спрете да тренирате!

СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ

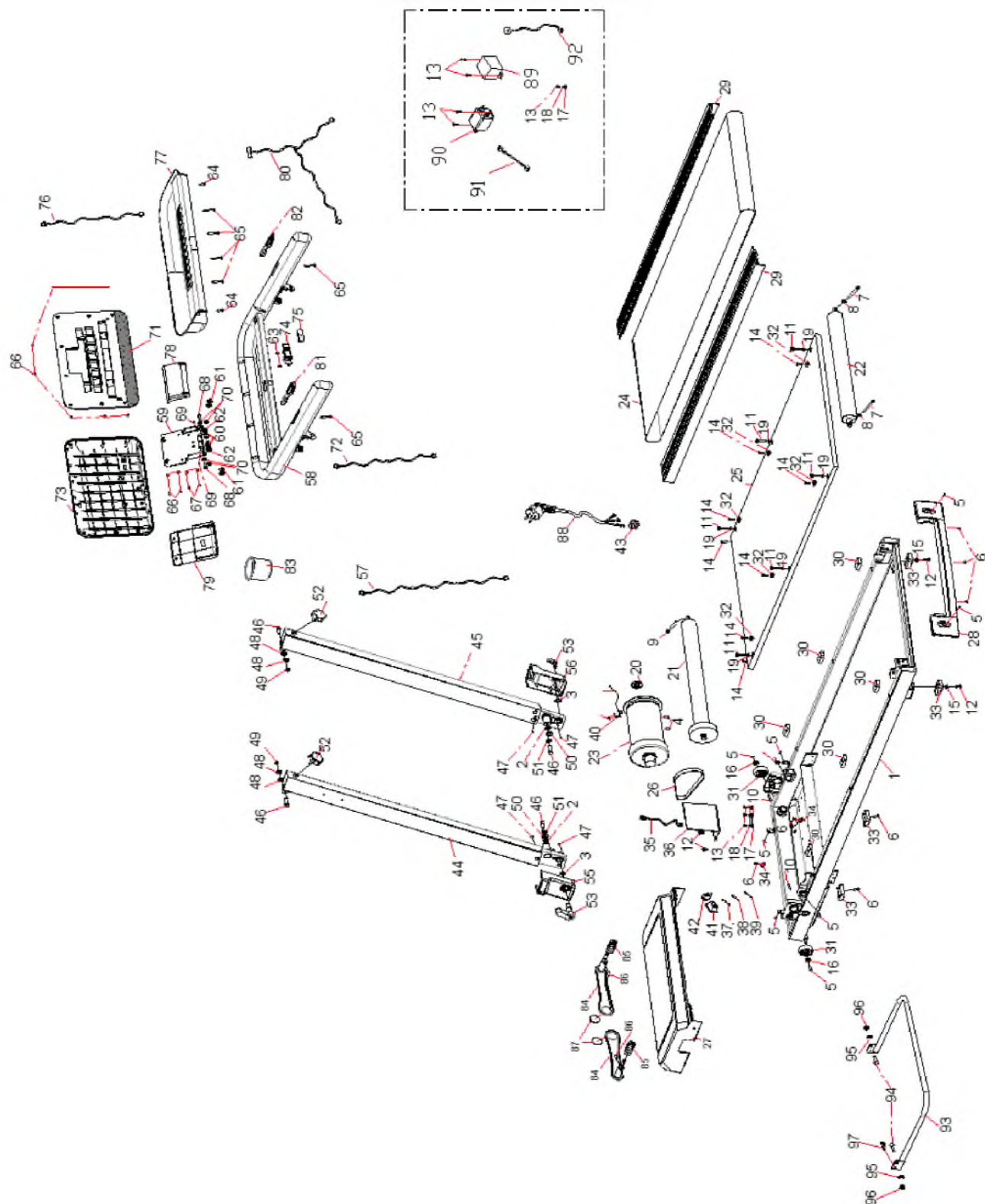
No.	Name	Specifications	Qty.
1	Main frame		1
2	D spacer		2
3	Spring		2
4	Allen C.K.S. full thread bolt	M8*25	2
5	Philips C.K.S. full thread bolt	M5*10	8
6	Philips C.K.S. self-tapping bolt	ST4*16	7
7	Allen Cylinder full thread bolt	M8*75	2
8	Flat washer	Φ8	2
9	Allen Cylinder full thread blot	M6*45	1
10	Philips C.K.S. self-tapping bolt	ST4*10	2
11	Allen sunk full thread bolt	M6*55*Φ16	6
12	Philips C.K.S. full thread bolt	M4*16	4
13	Philips C.K.S. full thread bolt	M4*10	2
14	Philips sunk self-tapping bolt	ST4*15	8
15	Flat washer	Φ4.5	2
16	Flat washer	Φ5	2
17	Outer serrate lock washer	Φ5	2
18	Spring washer	Φ5	2
19	Plastic flat pad		6
20	Magnet ring	Φ29×Φ29×t7.5	1
21	Front roller		1
22	Rear roller		1
23	Motor		1
24	Running belt		1

25	Running board		1
26	Motor belt		1
27	Motor cover		1
28	Rear cover		1
29	Side rail		2
30	Square cushion		6
31	wheels		2
32	Round edge guide block		6
33	Square feet pad		4
34	Cable clamp		2
35	Communication wire	L-300 mm	1
36	Controller		1
37	Power connection wire	L-300 mm	1
38	Power connection wire	L-300 mm	1
39	Power connection wire	L-100 mm	1
40	Speed sensor		1
41	Ship type switch		1
42	Self-reset switch		1
43	Power cable buckle		1
44	Stand post left		1
45	Stand post right		1
46	Allen Cylinder full thread bolt	M8*25	4
47	Philips C.K.S. self-tapping bolt	ST4*16	4
48	Flat washer	Φ8	4
49	Hexagon lock nut	M8	2
50	Flat washer	Φ32×Φ8.5×t2.0	2
51	Plastic pad	Φ24×Φ16×t2.0	2
52	Quincuncial knob	Φ35×M8×20	2
53	L-shape knob		2
55	Standpost cover left		1
56	Standpost cover right		1
57	Communication wire	L-1100 mm	1
58	Console frame		1
59	Console fixing plate		1
60	Papilionaceous Spring	-1	4
61	Papilionaceous Spring	-2	4
62	M6 step pad	Φ16×Φ8×4.7	2
63	Philips C.K.S. self-tapping bolt	ST4*10	2

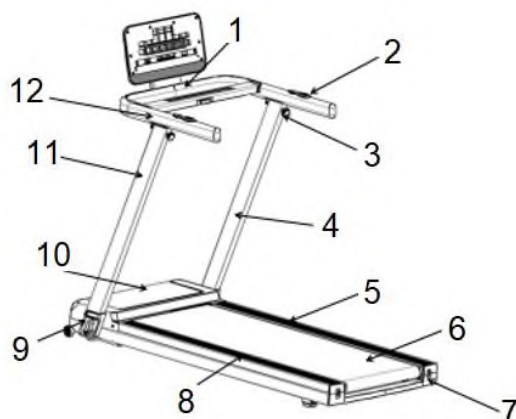
64	Philips C.K.S. self-tapping bolt	ST4*20	2
65	Philips C.K.S. self-tapping bolt	ST4*40	6
66	Philips sunk self-tapping bolt	ST4*10	12
67	Philips sunk self-tapping bolt	ST4*15	4
68	Hexagon full thread bolt	M6*30	2
69	Philips C.K.S. full thread bolt	M4*16	2
70	Hexagon lock nut	M6	4
71	Console		1
72	Communication wire	L-800 mm	1
73	Console back cover		1
74	Safety key socket		1
75	Safety key		1
76	Touch button wire		1
77	Console sundry basket		1
78	Console front decoration cover		1
79	Console rear decoration cover		1
80	Handle pulse wire		2
81	Start/stop handle pulse set		1
82	Speed handle pulse set		1
83	Cup holder		1
84	Folding bracket frame		2
85	Ordinary cylindrical spiral compression spring		2
86	Philips Pan head full thread bolt	M5*15	2
87	EVA pad		2
88	Power cord		1
89	Inductance(optional)		1
90	Filter (optional)		1
91	Power connection cable		1
92	Ground electrode		1
93	Back support feet		1
94	Allen C.K.S. full thread bolt	M8*25	2

95	Flat washer	$\phi 8$	2
96	Hex lock nut	M8	2
97	Spring thread latch		1

ЧЕРТЕЖ



ПРОДУКТОВО ОПИСАНИЕ



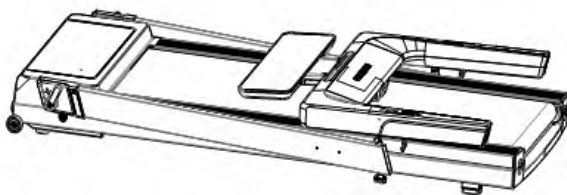
- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1. Конзола | 7. Заден капак |
| 2. Детектори за пулс | 8. Основна рамка |
| 3. Ръчен винт | 9. Лост |
| 4. Колона | 10. Капак на двигателя |
| 5. Странична релса | 11. Колона |
| 6. Бягаща лента | 12. Рамка на конзолата |

СПЕЦИФИКАЦИИ

Размери	В сгънат вид: 1530*780*265 mm
	В разгънат вид: 1530*780*1310 mm
Бягаща повърхност	1220*450 mm
Скорост	1.0—16.0 km/h

СГЛОБЯВАНЕ

СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ



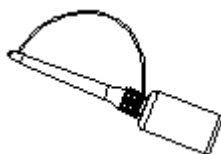
Бягаща пътека



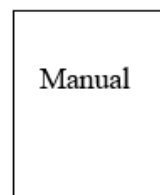
Държач за бутилка



Предпазен клипс/ключ

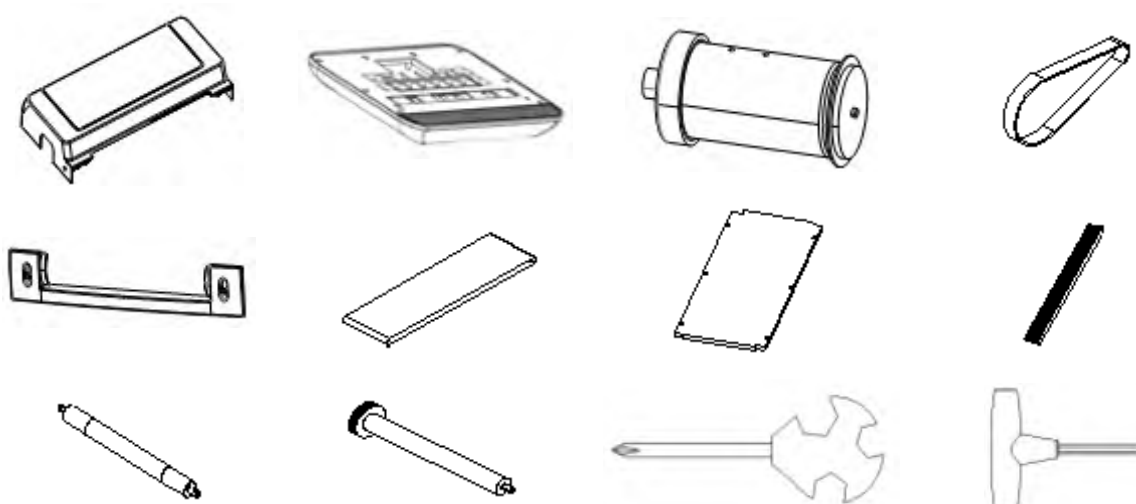


Силиконово олио



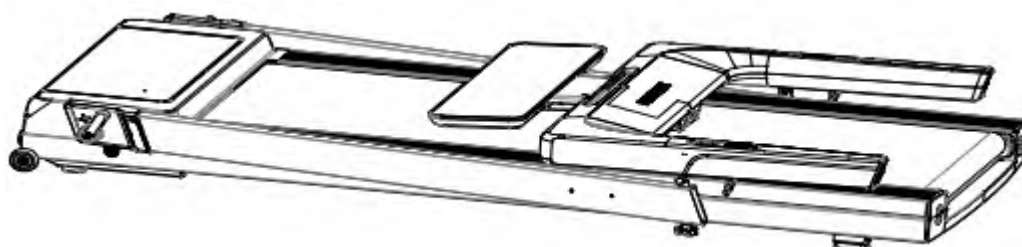
Manual

Ръководство



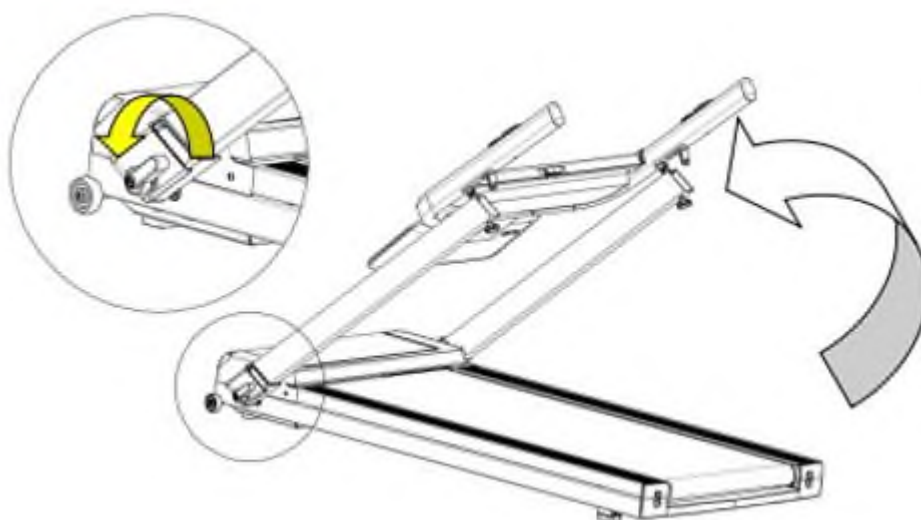
Стъпка 1

Извадете бягащата пътека от опаковката и я поставете върху равна, твърда повърхност.



Стъпка 2

Разхлабете лостовете от страни на колоните и повдигнете колоните.



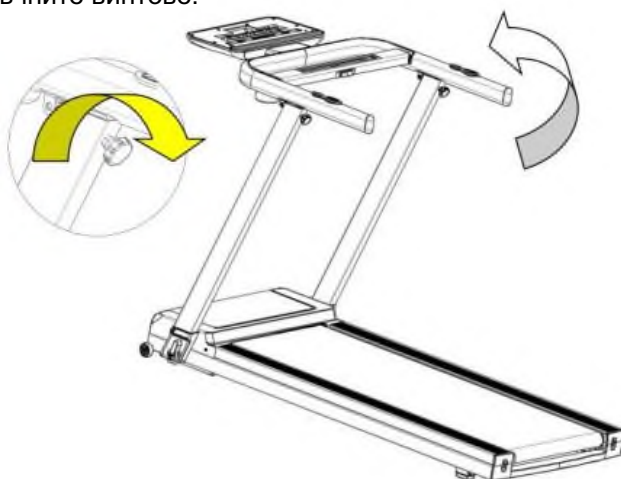
Стъпка 3

След като колоните са в горна позиция, закрепете ги с лостове.



Стъпка 4

Разхлабете ръчните винтове и регулирайте позицията на ръкохватките.
След това затегнете ръчните винтове.



Стъпка 5

Поставете държача за бутилка в държача на конзолата.
Уверете се, че всички движещи се части са добре закрепени.



Стъпка 6

Свържете машината към електрическия контакт и я включете, като използвате превключвателя, разположен в долната предна част на капака на двигателя.

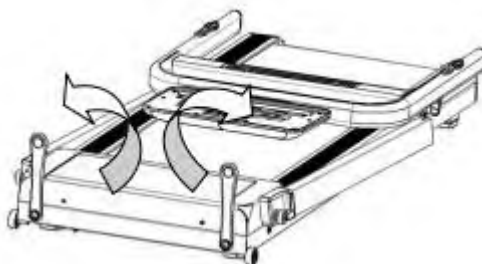
СГЪВАНЕ

Стъпка 1



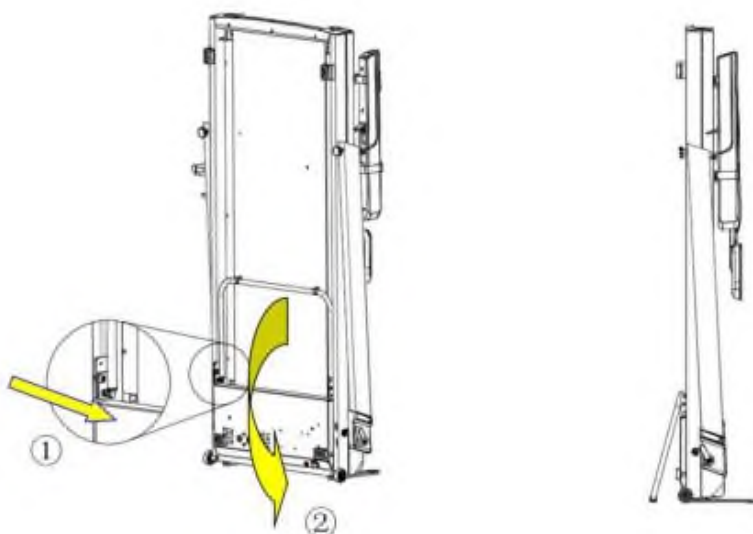
Издърпайте държача за бутилка и разхлабете ръчните винтове на ръкохватките (2) и след това лостове на колоните/опорите (3).

Стъпка 2



Завъртете държачите, както е показано.

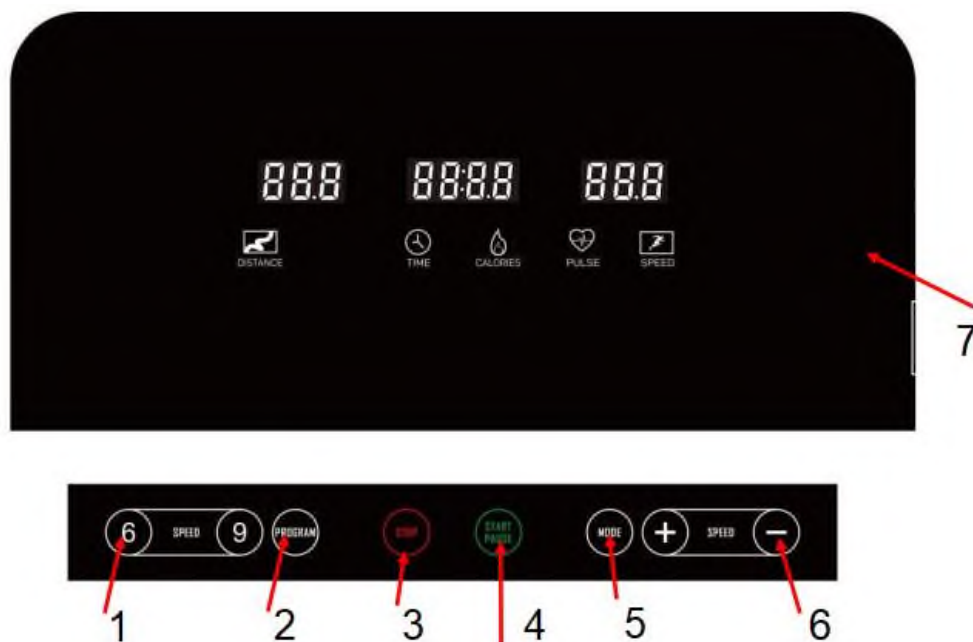
Стъпка 3



Рамката трябва да бъде поставена по протежение на стената и на място, недостъпно за деца и животни. Закрепете рамката със стойка.

Предупреждение: Не позволявайте на деца да играят около сгънатата машина. Машината не е играчка.

КОНЗОЛА



1. Бърз избор на скорост.
2. Избор на програма.
3. Stop
4. Start / Pause
5. Режим/Mode
6. Настройка на скоростта.

ОПИСАНИЕ НА ФУНКЦИИТЕ

Основна тренировъчна програма, P1 – P36: предварит зададени програми, USER: 3x потребит.
Програма за тестване на телесни мазнини.

Дисплей с 8 бутона.

Скорост на бягане 16,0 km/h

ДИСПЛЕЙ

„SPEED“ „PULSE“	Скорост, пулс
„TIME“ „CALORIES“	Време, калории
„DISTANCE“	Разстояние

СКОРОСТ

Издърпайте предпазния ключ и натиснете едновременно бутоните “PROGRAM” и “MODE”. Дисплеят ще покаже 0,6 (км).

Издърпайте предпазния ключ и натиснете едновременно бутоните “PROGRAM” и “MODE”. Дисплеят ще покаже 1,0 (мили).

БУТОНИ

Program	36 предварително зададени програми P1 – P36, 3 потребителски програми U1 – U3, тест за телесни мазнини FAT.
Mode	В основната програма P0 можете да настроите обратното броене на време, разстояние или калории, като натиснете бутона. При програмите P1 – P36 натискането на бутона нулира програмния таймер до първоначалната стойност (30 мин.).
Start / stop	Натиснете бутона за стартиране/пауза на програмата.
+	В режим STANDBY или в настройките SET увеличава определена стойност, в режим WORK увеличава скоростта
-	В режим STANDBY или в настройките SET намалява определена стойност, в режим WORK намалява скоростта
Quick speed 6 / 9	Бърз избор на скорост 6 / 9 km/h

Магнитният предпазен ключ трябва да бъде включен преди употреба. Ако издърпате ключа, дисплеят ще покаже "E0-7" и ще прозвучи звуков сигнал. След поставяне на ключа, конзолата се връща в режим на работа. Винаги дръжте ключа закопчан за дрехите си и прикрепен към бягащата пътека по време на употреба.

Натиснете "PROGRAM", за да изберете една от програмите: P0 - P36, U01, U02, U03, FAT
Програма P0

P0 е основната програма, с помощта на бутона MODE можете да изберете една от програмите за обратно броене (време, разстояние, калории) или програма, при която стойностите ще бъдат преброени. Скорост по подразбиране: 1 км/ч

A. Часът 0:00 ще се покаже след стартиране на програмата. Времето, разстоянието и калориите са преброени. Можете да регулирате скоростта. По време на работа можете да натиснете STOP, за да спрете програмата. Бягащата пътека ще започне да се забавя, докато спре.

B. Отброяване на времето: В режим на готовност натиснете бутона MODE. Ще въведете обратното броене на времето. Стойността TIME ще мига, стойността по подразбиране е 30:00 минути.

Използвайте бутоните + и -, за да регулирате стойността. Обхватът на настройка е от 0:00 - 99:00. Настройката се променя с 1 минута.

C. Обратно броене на разстояние: В режим на готовност натиснете бутона MODE. Въвеждате обратното броене на разстоянието. Стойността DISTANCE ще мига, стойността по подразбиране е 1,0 km. Използвайте бутоните + и - за регулиране. Диапазонът на настройка е от 1,0 – 99,0 км. Промяната на настройката е с 1.0 км.

D. Обратно броене на калории: В режим на готовност натиснете бутона MODE. Влизате в обратното броене на калории. Стойността CALORIE ще мига, стойността по подразбиране е 50 cal. Използвайте бутоните + и - за регулиране. Диапазонът на настройка е от 20 – 9990 кал. Промяната на настройките е с 50 кал.

Предварително зададени програми P1 – P36

Натиснете PROGRAM, за да изберете една от предварително зададените програми P1 – P36.

След стартиране на програмата скоростта се променя в зависимост от избраната програма.

Можете да коригирате скоростта ръчно с помощта на бутоните + и -. Програмата е разделена на 10 сегмента, ръчно коригираната скорост винаги се прилага за активния сегмент на програмата.

Дължината на един сегмент е общата продължителност на програмата разделена на 10.

Стартирайте или спрете програмата на пауза, като натиснете бутона START/STOP.

Ако изключите ключа за безопасност по време на работа, бягащата пътека ще спре и дисплеят ще покаже „E-07“.

Програма FAT

Използвайте бутона PROGRAM, за да изберете FAT. След това натиснете MODE, за да влезете в настройката на стойността, регулирайте с помощта на бутоните + и -. Винаги потвърждавайте зададената стойност с натискане.

MODE:

F1 – пол 01 мъжки, 02 женски

F2 – възраст, стойност по подразбиране 25, диапазон 1 – 99 години

F3 – височина, стойност по подразбиране 170 см, обхват 100 – 220 см

F4 – тегло, стойност по подразбиране 70 кг, диапазон 20 – 150 кг

F4 – тегло, оригинална стойност 70 кг, диапазон на регулиране 20 – 150 кг

F5 – Резултат от ИТМ, стойността е само ориентировъчна и не е предназначена за медицински цели.

FAT ≤ 18	Недохранване
18 < FAT ≤ 24	Нормално тегло
25 < FAT ≤ 28	Наднормено тегло
≥ 29	Затлъстяване

ИКОНОМИЧЕН РЕЖИМ

Ако бягащата пътека не работи в продължение на 4:30 минути, той ще премине в режим на пестене на енергия. Натиснете произволен бутон, за да стартирате. В режим на готовност можете да изключите режима за пестене на енергия, като задържите бутона MODE за 3 секунди (ще се покаже 2222). За да активирате отново режима за пестене на енергия, задържете натиснат бутона MODE, дисплеят ще покаже 1111.

BLUETOOTH Връзка

С помощта на Bluetooth можете да свържете бягащата пътека с поддържани приложения (kinomap, zwift, anyrun) или да възпроизвеждате музика. Можете да зареждате телефона си чрез USB порта.

ПРЕМЕСТВАНЕ НА БЯГАЩАТА ПЪТЕКА

Изключете и извадете щепсела на устройството. Сгънете надолу перилата и стълбовете. Хванете устройството отзад и използвайте колелцата отпред, за да го преместите. +



ПРЕДВАРИТЕЛНО НАСТРОЕНИ ПРОГРАМИ P1 – P36 (km)

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	СКОРОСТ	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	3.0	2.0
P2	СКОРОСТ	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
P3	СКОРОСТ	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
P4	СКОРОСТ	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
P5	СКОРОСТ	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
P6	СКОРОСТ	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
P7	СКОРОСТ	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
P8	СКОРОСТ	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
P9	СКОРОСТ	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
P10	СКОРОСТ	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0

P11	CKOPOCT	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
P12	CKOPOCT	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
P13	CKOPOCT	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
P14	CKOPOCT	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
P15	CKOPOCT	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
P16	CKOPOCT	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
P17	CKOPOCT	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
P18	CKOPOCT	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
P19	CKOPOCT	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
P20	CKOPOCT	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
P21	CKOPOCT	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
P22	CKOPOCT	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
P23	CKOPOCT	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
P24	CKOPOCT	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
P25	CKOPOCT	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
P26	CKOPOCT	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
P27	CKOPOCT	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
P28	CKOPOCT	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
P29	CKOPOCT	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
P30	CKOPOCT	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
P31	CKOPOCT	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
P32	CKOPOCT	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
P33	CKOPOCT	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
P34	CKOPOCT	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
P35	CKOPOCT	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
P36	CKOPOCT	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0

ПРЕДНАСТАВЕНÉ ПРОГРАМЫ P1 – P36 (мíле)

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	скорост	0.6	1.8	3.1	3.1	3.1	4.3	4.3	3.1	1.8	1.2
P2	скорост	1.2	1.8	3.1	5	3.1	3.1	3.7	5	2.5	1.8
P3	скорост	1.2	1.8	4.3	5	3.1	3.1	3.1	5	2.5	1.8
P4	скорост	1.2	1.2	3.1	5	5	5	5.0	3.1	1.8	1.2
P5	скорост	1.8	2.5	5	5.6	6.2	6.2	6.2	4.3	2.5	1.8
P6	скорост	1.8	2.5	3.7	4.3	4.3	4.3	5.6	6.2	3.1	1.8

P7	скорост	1.8	2.5	2.5	6.2	2.5	5.6	2.5	6.8	1.8	1.2
P8	скорост	1.8	3.1	4.3	5.6	1.8	3.1	4.3	3.1	6.8	3.1
P9	скорост	1.8	4.3	6.2	2.5	4.3	6.8	3.1	2.5	7.5	3.7
P10	скорост	1.8	3.1	5.6	6.2	3.7	3.7	5.6	3.7	6.8	1.8
P11	скорост	2.5	3.1	6.8	5.6	3.7	5	5.6	6.8	3.7	3.1
P12	скорост	2.5	3.7	6.2	6.2	6.2	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
P13	скорост	1.2	2.5	3.7	3.7	3.7	5	5	3.7	2.5	1.8
P14	скорост	1.8	2.5	3.7	5.6	3.7	3.7	4.3	5.6	3.1	2.5
P15	скорост	1.8	2.5	5	5.6	3.7	3.7	3.7	5.6	3.1	2.5
P16	скорост	1.8	1.8	3.7	5.6	5.6	5.6	5.6	3.7	2.5	1.8
P17	скорост	2.5	3.1	5.6	6.2	6.8	6.8	6.8	5	3.1	2.5
P18	скорост	2.5	3.1	4.3	5	5	5	6.2	6.8	3.7	2.5
P19	скорост	2.5	3.1	3.1	6.8	3.1	6.2	3.1	7.5	2.5	1.8
P20	скорост	2.5	3.7	5	6.2	2.5	3.7	5	3.7	7.5	3.7
P21	скорост	2.5	5	6.8	3.1	5	7.5	3.7	3.1	7.5	4.3
P22	скорост	2.5	3.7	6.2	6.8	4.3	4.3	6.2	4.3	7.5	2.5
P23	скорост	3.1	3.7	7.5	6.2	4.3	5.6	6.2	7.5	4.3	3.7
P24	скорост	3.1	4.3	6.8	6.8	6.8	5	5	6.8	4.3	3.7
P25	скорост	1.8	3.1	4.3	4.3	4.3	5.6	5.6	4.3	3.1	2.5
P26	скорост	2.5	3.1	4.3	6.2	4.3	4.3	5	6.2	3.7	3.1
P27	скорост	2.5	3.1	5.6	6.2	4.3	4.3	4.3	6.2	3.7	3.1
P28	скорост	2.5	2.5	4.3	6.2	6.2	6.2	6.2	4.3	3.1	2.5
P29	скорост	3.1	3.7	6.2	6.8	7.5	7.5	7.5	5.6	3.7	3.1
P30	скорост	3.1	3.7	5	5.6	5.6	5.6	6.8	7.5	4.3	3.1
P31	скорост	3.1	3.7	3.7	7.5	3.7	6.8	3.7	7.5	3.1	2.5
P32	скорост	3.1	4.3	5.6	6.8	3.1	4.3	5.6	4.3	7.5	4.3
P33	скорост	3.1	5.6	7.5	3.7	5.6	7.5	4.3	3.7	7.5	5
P34	скорост	3.1	4.3	6.8	7.5	5	5	6.8	5	7.5	3.1
P35	скорост	3.7	4.3	7.5	6.8	5	6.2	6.8	7.5	5	4.3
P36	скорост	3.7	5	7.5	7.5	7.5	5.6	5.6	7.5	5	4.3

КОДОВЕ ЗА ГРЕШКИ

Системата не стартира. А. Няма захранване Натиснете превключвателя на захранването във включено положение (Превключвателят се намира на капака на двигателя в предната долна част)

В. Предпазният ключ не е в правилната позиция.

Свържете отново ключа за сигурност

С. Трансформаторът не е свързан или повреден

Проверете връзката или сменете трансформатора.

Д. Повредена система Проверете връзката на свързващите кабели

Внезапно спиране Ключът за безопасност е изключен Свържете отново ключа за безопасност

Повреда в системата Потърсете сервис

Повреда на ключа Сменете кабелите и сензора Сменете дънната платка Сменете конзолата

E-01

А. Грешка в комуникационния кабел

Проверете връзката и състоянието на свързващия кабел.

В. Повредена конзола Сменете конзолата

С. Повреден трансформатор Проверете или сменете трансформатора

Д. Повреден контролер. Сменете контролера

E-02

А. Повреден кабел на двигателя или мотор

Сменете двигателя

В. Лоша връзка между контролера и двигателя Проверете връзката или контролера

E-03

А. Неправилно свързване на фотоелектричния сензор Проверете и свържете отново, ако е необходимо

В. Повреден фотоелектричен сензор

Сменете сензора

С. Лоша връзка между фотоелектрически сензор и контролер

Проверете и свържете отново

Д. Повреден контролер Сменете контролера

E-05

А. Повреден контролер Сменете контролера

В. Повреден двигател Сменете двигателя

С. Механична повреда Проверете смазването на ремъка или дали ремъкът е блокирал.

E-07

Ключът за безопасност не е свързан Свържете ключа за безопасност

LCD дисплеят не показва импулс Лоша връзка на сензора Проверете връзката

Повреден кабел на сензора Сменете конзолата

Конзолата не показва данни Повреден LCD дисплей Сменете дънната платка или дисплея

Повреда на системата Сменете конзолата

ПОДДРЪЖКА И СЪХРАНЕНИЕ

СЪХРАНЕНИЕ

Съхранявайте бягащата пътека на сухо, чисто и сенчесто място. Изключвайте щепсела преди съхранение (ако е приложимо за продукта). Животът и безопасността на устройството могат да бъдат гарантирани само ако редовно проверявате продукта за повреди или износване.

Никога не отстранявайте защитните капаци.

Бягащата пътека е предназначена само за употреба на закрито, не използвайте във влажни помещения.

Редовно проверявайте затягането на всички винтове и гайки.

ПОДДРЪЖКА

Винаги използвайте мека, памучна кърпа и неагресивен почистващ препарат за почистване.

Никога не използвайте агресивни почистващи препарати на базата на алкохол или бензин.

Смазвайте бягащата пътека с препоръчаното от производителя смазващо вещество.

ПЕРИОДИЧНА ПОДДРЪЖКА

ЕЖЕДНЕВНА

" Преди всяка употреба се уверете, че няма предмети наоколо, които пречат на потребителя да се движи свободно.

" Преди всяка употреба проверете дали повърхността за бягане е добре закрепена и проверете за износване.

„След всяка употреба избършете влагата.

" Почистете дисплея на конзолата с влажна, мека памучна кърпа. Избягвайте използването на прекомерни количества вода.

СЕДМИЧНА ПОДДРЪЖКА

- Почиствайте редовно пластмасовия капак.
- Почиствайте ръкохватките и дисплея.
- Проверете дали бягащата повърхност е добре закрепена и проверете за износване.
- Проверете всички болтове и гайки за износване и се уверете, че са добре затегнати.

МЕСЕЧНА ПОДДРЪЖКА

- Смажете всички метални краища против корозия.
- Проверете състоянието на батерията AA в конзолата, сменете я, ако е необходимо.
- Почиствайте бягащата повърхност.

Не препоръчваме извършването на вътрешни ремонти/модификации.

Използването на нещо различно от почистващ препарат може да намали живота на продукта.

БЕЗОПАСНА ТРЕНИРОВКА

Консултирайте се с вашия лекар преди да тренирате. Той или тя може да препоръча правилната честота и интензивност на упражненията въз основа на вашата възраст и здравословно състояние. Ако изпитвате гадене, задух, неравномерен сърдечен ритъм, стягане в гърдите или някаква друга аномалия по време на бягане, незабавно спрете да тренирате. Консултирайте се с Вашия лекар преди по-нататъшни упражнения. Ако използвате уреда по-често, можете да избирате между ходене и бягане. Ако не сте сигурни за най-подходящата скорост, вижте следната информация:

Скорост 1 - 3,0 км/ч

физически слаби хора.

Скорост 3,0 - 4,5 км/ч

по-слабо трениращи потребители

Скорост 4.5 - 6.0 km/h	потребители, свикнали с класическо ходене
Скорост 6.0 - 7.5 km/h	потребители, свикнали с бързо ходене
Скорост 7.5 - 9.0 km /h	джогинг
Скорост 9.0 - 12.0 km/h	средноскоростни бегачи
Скорост 12.0 - 14.5 km/h	бегачи
Скорост над 14.5 km/h	професионални бегачи

ВНИМАНИЕ

- Пешеходците трябва да изберат скорост от 6 км/ч или по-малко.
- Бегачите трябва да изберат скорост от 8 км/ч или по-висока.

ПРЕДИ ТРЕНИРОВКА

ПОДГОТОВКА

Моля, консултирайте се с вашия лекар преди тренировка, особено ако сте над 45 години или имате здравословни проблеми. Преди да стъпите на бягащата пътека, научете се да я управлявате. Преди всичко се научете как да стартирате и спирате бягащата пътека. Обърнете внимание и на контрола на скоростта. Повторете всичко, докато свикнете с управлението.

УПРАЖНЕНИЯ

Първо се научете как да работите с бягащата пътека. Запомнете добре как да стартирате, спирате и регулирате скоростта. След като свикнете с контролите, опитайте да ходите 1 км на бягащата пътека с постоянна скорост и се опитайте да подобрите времето си. Трябва да ви отнеме около 15 - 25 минути. След това опитайте да изминете 1 км със скорост 4,8 км/ч (продължителност приблизително 12 минути). Повторете упражнението няколко пъти. След това можете да увеличите скоростта и ъгъла на изкачване за 30 минути. Тази процедура ще ви гарантира качествена тренировка. Отделете време. Не забравяйте, че упражненията са полезни за вашето здраве и трябва да са забавни.

ЧЕСТОТА

Оптималната честота на упражнения е 3-5 пъти седмично по 15-60 минути. Препоръчваме ви първо да си направите график и да се придържате към него. Не се препоръчва увеличаване на наклона в началната фаза на упражнението.

Използвайте увеличаването на наклона само когато искате да увеличите интензивността на вашата тренировка.

ПОДГОТОВКА И ИЗГАРЯНЕ НА КАЛОРИИ

За да спестите време, най-добре е да тренирате 15-20 минути. Фазата на загряване трябва да продължи около 2 минути при скорост от 4,8 км/ч. След това скоростта трябва да се увеличи до 5,3 и след това до 5,8 км/ч, всеки път след две минути. След това добавяйте 0,3 км/ч на всеки 2 минути, докато дишането ви се ускори. Бъдете внимателни, дишането не трябва да е затруднено. Продължете да бягате с посочената скорост. Ако имате затруднено дишане, намалете скоростта до 0,3 км/ч. Накрая оставете 4 минути за постепенно намаляване на скоростта. Ако увеличаването на трудността с помощта на скорост изглежда недостатъчно, можете да увеличите трудността, като регулирате наклона. Постепенното увеличаване на ъгъла на наклона може значително да повлияе на трудността на упражненията.

МЕТОД ЗА ИЗГАРЯНЕ НА КАЛОРИИ – Това упражнение помага за по-бързото изгаряне на калории. Първо тренирайте 5 минути със скорост 4 - 4,8 км/ч и след това ускорявайте с 0,3 км/ч на всеки 2 минути. Опитайте се да издържите 45 минути. За да увеличите интензивността, можете да опитате да тренирате около час.

Можете да гледате телевизия, докато тренирате. След като рекламата започне, добавете 0,3 км/ч и когато свърши, се върнете към първоначалната скорост. Следователно по време на рекламите се изразходват повече калории. Намалете темпото за 4 минути към края на тренировката.

ОБЛЕКЛО

Изберете добър чифт обувки за трениране, които не ограничават движенията. Не поставяйте нищо върху бягащата пътека или в отворите на оборудването по време на тренировка. Това ще предотврати евентуално износване и повреда на устройството. Обличайте се удобно.

ЗАГРЯВАЩА ФАЗА

Добра идея е да правите упражнения за загряване преди тренировка. Загряните мускули са по-гъвкави. Загряйте с посочените упражнения 5 - 10 минути. Следвайте снимките.



Předklon

Mírně prohněte kolena a předkloňte se. Povolte záda a ramena. Snažte se dosáhnout na prsty u nohou. Vydržte 10 – 15 vteřin a třikrát opakujte.



Protažení stehen

Posadte se na rovnou podlahu. Jednu nohu narovnejte a druhou přikrčte a přitáhněte k té první. Snažte se dosáhnout na prsty natažené nohy. Vydržte 10 – 15 vteřin. Poté se uvolněte. Opakujte u obou nohou třikrát.



Protažení lýtek a Achillových šlach

Opřete se rukama o zeď nebo o strom a jednu nohu natáhněte dozadu. Nohu zachovejte napnutou a patu držte pevně na zemi. Tlačte na zeď nebo na strom. Vydržte v této poloze 10 – 15 vteřin. Opakujte třikrát u každé nohy.



Protažení čtyřhlavého stehenního svalu

Pravou rukou se chytněte zdi nebo stolu, abyste udrželi rovnováhu. Poté natáhněte levou ruku dozadu, chytněte se za kotník a tlačte nohu směrem k hýždím. Pokračujte, dokud neucítíte napětí ve stehenních svalech. Vydržte 10 – 15 vteřin. Opakujte třikrát u obou nohou.



Protažení krejčovského svalu

Posadte se tak, abyste měli podrážky naproti sobě a kolena aby směřovala ven. Chodidla tlačte ve směru třísel. Vydržte 10 – 15 vteřin. Opakujte třikrát.

СЪХРАНЕНИЕ

Съхранявайте бягащата пътека в чиста и суха среда. Уверете се, че главният бутон е изключен и машината не е включена в захранването.

ВАЖНА ИНФОРМАЦИЯ

" Това устройство отговаря на стандартните разпоредби за безопасност и е подходящо за домашна употреба. Всяка друга употреба е забранена и може да навреди на потребителя. Ние не носим отговорност за щети, причинени от неправилно и забранено боравене с машината. " Консултирайте се с вашия лекар, преди да започнете тренировка на бягаща пътека. Лекарят трябва да прецени дали сте физически здрави и на какво усилие можете да издържите. Неправилното трениране може да навреди на здравето ви.

" Моля, прочетете внимателно следните съвети и инструкции за трениране. Ако почувствате болка, гадене, задух или други здравословни проблеми по време на тренировка, незабавно спрете тренировката. Ако болката продължава, незабавно посетете лекар.

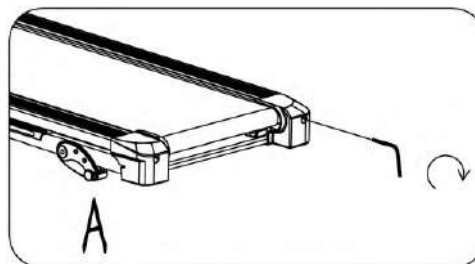
" Тази бягаща пътека не е професионално медицинско устройство. Не може да се използва и за терапевтични цели.

" Сензорът за сърдечен ритъм не е медицинско устройство. Той предоставя само приблизителна информация за вашия среден пулс и всяка измерена стойност не е медицински обвързваща. Измерените данни може да не винаги са точни поради неконтролируеми човешки фактори и фактори на околната среда.

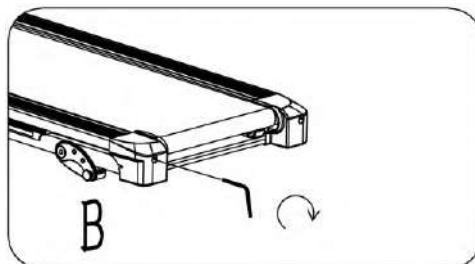
НАСТРОЙКА НА БЯГАЩАТА ЛЕНТА

Поставете бягащата пътека върху равна повърхност и настройте скоростта на 6-8 км/ч, за да видите дали се отклонява.

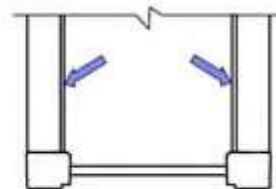
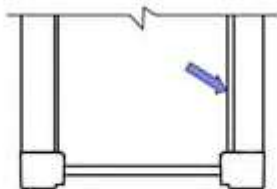
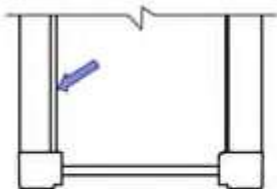
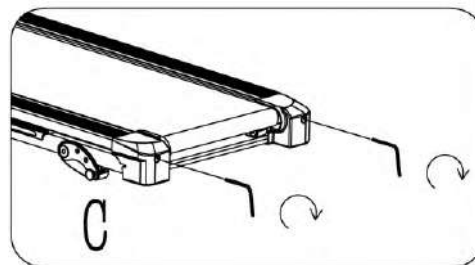
Ако лентата за бягане (20) се отклони надясно, завъртете регулиращия болт от дясната страна на $\frac{1}{4}$ оборот по посока на часовниковата стрелка, след това завъртете левия регулиращ болт на $\frac{1}{4}$ оборот обратно на часовниковата стрелка. Ако лентата не се движи, повторете тази стъпка, докато се центрира. Вижте изображение А.



Ако лентата за бягане (20) се отклони наляво, завъртете регулиращия болт от лявата страна на $\frac{1}{4}$ оборот по часовниковата стрелка, след това завъртете десния регулиращ болт на $\frac{1}{4}$ оборот обратно на часовниковата стрелка. Ако лентата не се движи, повторете тази стъпка, докато се центрира. Вижте изображение В.



С течение на времето лентата за бягане (20) ще се разхлаби. За да я затегнете, завъртете левия и десния регулиращ болт с един пълен оборот по посока на часовниковата стрелка. Проверете напрежението на бягащата лента. Продължете този процес, докато достигне точното напрежение. Уверете се, че регулирате двете страни еднакво, за да осигурите равномерно подравняване на лентата. Вижте изображение С.



СМАЗВАНЕ

Преди първа употреба проверете смазването на бягащата лента, нанесете смазващо олио, ако е необходимо.

Смазването на лентата на бягащата пътека и платформата за бягане е от ключово значение, тъй като триенето значително влияе върху цялостната продължителност на живота и работоспособността на устройството. Затова препоръчваме да не пренебрегвате редовното нанасяне на лубрикант. **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Винаги изключвайте уреда от електрическата мрежа преди почистване, смазване или поддръжка.

Препоръчителна честота на смазване:

Потребител трениращ <3 часа седмично	На всеки 6 месеца
Потребител трениращ 3 – 5 ч седмично	На всеки 3 месеца
Потребител трениращ >5 часа седмично	На всеки 2 месеца

Как да смажете бягащата пътека:

Спрете бягащата пътека, изключете я и я съгнете. Повдигнете бягащата пътека, така че да можете да нанесете масло. Нанесете малко масло отстрани на бягащата лента и след това разгънете бягащата пътека. Стартирайте лентата със скорост от 1 км/ч и бавно движете отляво надясно, така че маслото да се разпредели равномерно.



Преди всяко смазване на бягащата пътека първо тествайте масления филм, като докоснете под лентата за бягане. Трябва да има маслен филм, който ще остане и върху пръстите ви. Ако това не е така, смажете бягащата пътека. Обикновено се препоръчва да използвате приблизително **10 ml** масло. След това оставете бягащата пътека да работи на най-ниската скорост за няколко минути без натоварване. Проверете отново дали под лентата се е образувал фин маслен филм.

ВНИМАНИЕ!

Прекомерното смазване на бягащата пътека не е желателно и обикновено изисква сервизна намеса от специалист. Затова е по-добре да наливате по-малко масло и да добавяте само, ако е необходимо.

ОПАЗВАНЕ НА ОКОЛНАТА СРЕДА

След като продуктът достигне края на живота си или ако по-нататъшният ремонт вече не е икономически изгоден, изхвърлете продукта в съответствие с местните разпоредби и по екологичен начин. Занесете продукта до най-близкия определен пункт за събиране. Като изхвърляте отпадъците в съответствие с разпоредбите, вие ще помогнете за запазването на ценни природни ресурси и ще помогнете за предотвратяване на отрицателни въздействия върху околната среда и човешкото здраве. Ако не сте сигурни, консултирайте се с местните власти, за да избегнете нарушаване на разпоредбите и последващи санкции. Не изхвърляйте батериите в боклука, а ги занесете на определени места за рециклиране.

ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ

Общи гаранционни условия и дефиниция на термини

Настоящите гаранционни условия и редът за рекламации уреждат условията и обхвата на гаранцията, предоставена от продавача за стоките, доставени на купувача, както и реда за разглеждане на рекламации, предявени от купувача за доставените стоки. Продавачът е САКСО ООД. със седалище и адрес на управление: ул. Сакар Планина 1, гр. Русе. Регистрационен номер на дружеството: 117028813, вписан в Търговския регистър. Според валидните законови разпоредби зависи дали Купувачът е Краен клиент или не. "Купувачът, който е краен клиент" или просто "крайният клиент" е юридическото лице, което не сключва и не изпълнява договора, за да управлява или рекламира собствена търговска или стопанска дейност. "Купувачът, който не е Краен клиент" е Бизнесмен, който купува стоки или използва услуги с цел използване на стоките или услугите за собствената си дейност. Купувачът спазва Общия договор за покупко-продажба и бизнес условията в степенята, определена в Търговския закон.

Настоящите Условия за гаранция и гаранционни претенции са неразделна част от всеки Договор за покупка, сключен между Продавача и Купувача. Всички условия на гаранцията са валидни и обвързващи, освен ако не е посочено друго в Договора за покупка, в изменението на този договор или в друго писмено споразумение.

Гаранционни условия Гаранционен срок

Продавачът предоставя на купувача 24-месечна гаранция за качеството на стоките, освен ако не е посочено друго в сертификата за гаранция, фактурата или други документи, свързани със стоките.

Гаранцията не покрива дефекти, произтичащи от:

- Вина на потребителя, т.е. повреда на продукта, причинена от неквалифицирани ремонтни работи, неправилно сглобяване, не добре сглобени елементи на уреда.
- Неправилна поддръжка
- Механични повреди
- Редовна употреба (например износване на гумени и пластмасови части, фуги и др.)
- Неизбежно събитие, природно бедствие
- Корекции, направени от неквалифициран човек
- Неправилна поддръжка, неправилно поставяне, повреди, причинени от ниска или висока температура, вода, неподходящо налягане, удари, преднамерени промени в дизайна или конструкцията и др.

Процедура по предявяване на рекламация

Рекламациите се приемат от централния офис на САКСО ООД, намиращ се в гр. Русе на ул. „ТЕЦ Изток“ 20. Купувачът е длъжен да провери доставените от Продавача стоки веднага след поемане на отговорност за стоките и вредите му, т.е. непосредствено след доставката. Купувачът трябва да провери Стоките, за да открие всички дефекти, които могат да бъдат открити при такава проверка.

При предявяване на рекламация Купувачът е длъжен, по искане на Продавача, да докаже покупката и валидността на гаранцията от бележката или фактурата, която включва серийния номер на продукта, или евентуално чрез документи без сериен номер.

Ако Купувачът не докаже валидността на Гаранционната претенция от тези документи, Продавачът има право да отхвърли Гаранционната претенция. Ако Купувачът уведоми за дефект, който не е обхванат от Гаранцията (напр. В случай, че Гаранционните условия не са изпълнени или в случай на грешка и т.н.), Продавачът има право да изисква компенсация за всички разходи, произтичащи от ремонта. Разходите се изчисляват съгласно действащия ценоразпис на услугите и транспортните разходи.

Ако Продавачът разбере (чрез тестване), че продуктът не е повреден, Гаранционната претенция не се приема. Продавачът си запазва правото да предяви иск за обезщетение за разходи, произтичащи от неверни гаранционни претенции.

В случай, че Купувачът предяви претенция относно Стоките, които са законно обхванати от предоставената от Продавача гаранция, Продавачът трябва да фиксира докладваните дефекти чрез ремонт или чрез замяна на повредената част или продукт с нова. Въз основа на съгласието на Купувача, Продавачът има право да замени дефектираните Стоки за напълно съвместими Стоки със същите или по-добри технически характеристики.

Продавачът има право да избере формата на процедурите за искове за гаранция, описани в този параграф. Продавачът урежда Гаранционната претенция в рамките на 30 дни след доставката на дефектните стоки, освен ако не е договорен по-дълъг срок. Денят на предаване на ремонтираната или обменяна стока на Купувача е денят на уреждане на гаранционния иск. Когато Продавачът не е в състояние да уреди Гаранционната претенция в рамките на уговорения срок поради специфичния характер на дефекта на Стоките, той и Купувачът се договарят за алтернативно решение. В случай, че такова споразумение не е направено, Продавачът е длъжен да предостави на Купувача финансова компенсация под формата на връщане на пари.

Дистрибутор: САКСО ООД
Офис: Русе, ул. "ТЕЦ Изток" 20
Телефон: 0894 566 060
E-mail: office@yako.bg
Web: www.yako.bg
www.insportline.bg