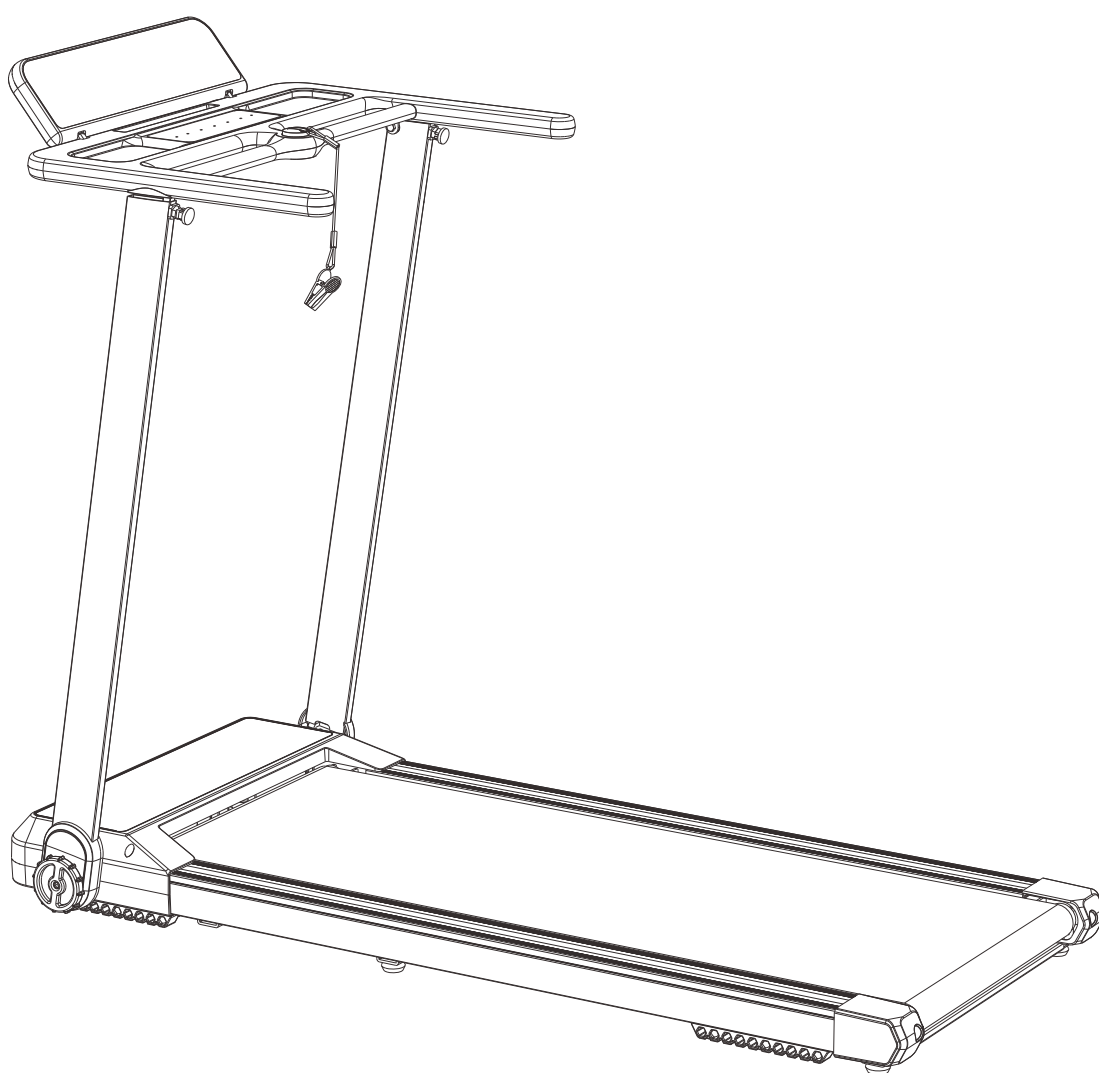




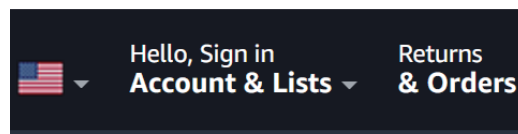
Instrukcja obsługi TRYB:CS-WP9



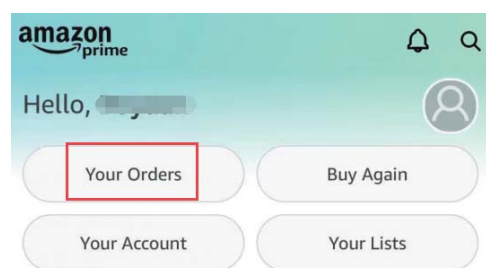
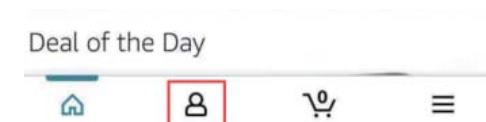
Przeczytaj uważnie tę instrukcję i zachowaj ją w odpowiednim miejscu przed użyciem produktu!

JAK SKONTAKTOWAĆ SIĘ Z NAMI NA AMAZON?

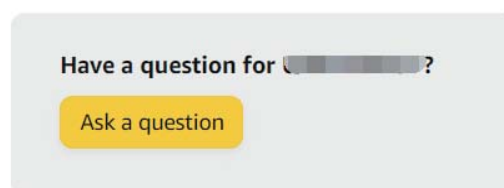
Krok 1: Zaloguj się na swoje konto Amazon.



Krok 2: Przejdź do **Twoje zamówienia**. Wybierać **Problem z zamówieniem** na liście.



Krok 3: Kliknij „**Zadaj pytanie**” przycisk. Wybierz swój temat z wyświetlonej listy.



Krok 4: Wybierz **Skontaktuj się ze sprzedawcą**.



*** Jeśli kupiłeś produkty CITYSPORTS za pośrednictwem innych platform lub kanałów, znajdź również odpowiedni kontakt ze sprzedawcą. Dziękujemy za wsparcie i cierpliwość!**

CONTENTS

PL-----01

FR-----21

DE-----41

ES-----61

TO-----81

NL-----101

PL-----121

Katalog

Środki ostrożności i instrukcje ostrzegawcze-----	02
Instrukcja produktu-----	06
Kroki instalacji -----	08
Rutyny treningowe -----	12
Wytyczne dotyczące podręcznika -----	13
Kody błędów i rozwiązania -----	17
Konserwacja -----	19
Zaangażowanie w świadczenie usług-----	20

1. Środki ostrożności i instrukcje ostrzegawcze

Uwagi: Przed użyciem należy uważnie przeczytać instrukcję i zwrócić uwagę na następujące środki ostrożności:

- ◆ Bieżnia powinna być prawidłowo umieszczona w pomieszczeniu, aby uniknąć wilgoci. Nie powinna chlapać wodą na bieżnię ani umieszczać żadnych ciał obcych.
- ◆ Przed ćwiczeniami należy założyć odpowiedni strój sportowy i buty. Surowo zabrania się ćwiczenia boso na bieżni i rozciągania całego ciała.
- ◆ Wtyczka zasilająca musi być solidnie uziemiona, a gniazdko musi mieć specjalny obwód, aby nie dzieliło się go z innymi urządzeniami elektrycznymi.
- ◆ Dzieci powinny trzymać się z daleka od maszyny, aby uniknąć wypadków.
- ◆ Należy unikać długotrwałej pracy urządzenia pod przeciążeniem, ponieważ może to spowodować uszkodzenie silnika i sterownika, przyspieszone zużycie i starzenie się łożysk, pasów bieżnych i płyt bieżnych oraz konieczność przeprowadzania regularnej konserwacji.
- ◆ Należy ograniczyć ilość kurzu w pomieszczeniu, utrzymać odpowiednią wilgotność i unikać wytwarzania silnych ładunków elektrostatycznych. Może to zakłócać normalną pracę liczników elektronicznych i regulatorów.
- ◆ Po ćwiczeniach należy wyłączyć zasilanie bieżni.
- ◆ Podczas korzystania z bieżni należy zadbać o cyrkulację powietrza w pomieszczeniu.
- ◆ Proszę przypiąć linkę zabezpieczającą do ubrania podczas przenoszenia, aby zapobiec bezpiecznemu wyłączeniu w razie awarii.
- ◆ Jeśli podczas ćwiczeń poczujesz dyskomfort lub poczujesz się nieswojo, przerwij ćwiczenia i skonsultuj się z lekarzem.
- ◆ Strefa bezpieczeństwa za bieżnią wynosi 1000x2000mm.
- ◆ Skok awaryjny: chwycić poręcz obiema rękami, aby podeprzeć ciało, i jednocześnie położyć obie stopy na drążku bocznym, aby zeskoczyć z bieżni z jednej strony.

Ostrzeżenia: Aby ograniczyć ryzyko wypadków lub obrażeń u innych osób, należy stosować się do poniższych zasad:

- ◆ Przed użyciem bieżni sprawdź, czy ubrania są zapięte lub zapięte.
- ◆ Nie zakładaj ubrań, które łatwo zaczepiają się o bieżnię.
- ◆ Nie umieszczaj przewodu zasilającego blisko gorących przedmiotów. Trzymaj dzieci z dala od bieżni.
- ◆ Nie korzystaj z bieżni na zewnątrz.
- ◆ Trzymaj dzieci z dala od bieżni.
- ◆ Osoby niebędące profesjonalistami nie mogą otwierać górnej osłony ani tylnego konika lewego i prawego bez upoważnienia.

Po uruchomieniu urządzenia na bieżni może poruszać się tylko jedna osoba.

- ◆ Jeśli podczas ćwiczeń odczuwasz zawroty głowy, ból w klatce piersiowej, nudności lub duszność, natychmiast przerwij ćwiczenia i skonsultuj się z instruktorem fitness.

Ostrzeżenie!

◆ W przypadku leczenia pod okiem lekarza lub u następujących pacjentów, przed użyciem należy skonsultować się z lekarzem.

◆ (1) Osoby, które obecnie cierpią na bóle pleców lub doznały w przeszłości urazów nóg, talii i szyi, a także osoby, którym brakuje czucia w nogach, talii, szyi i rękach (osoby z przewlekłymi chorobami, takimi jak przepuklina krążka międzykręgowego, spondyloza, spondyloza szyjna itp.).

◆ (2) Osoby cierpiące na reumatoidalne zapalenie stawów, reumatyzm i dnę moczanową.

◆ (3) Osoby cierpiące na osteoporozę i inne nieprawidłowości.

◆ (4) Osoby z zaburzeniami krążenia (choroby serca, zaburzenia naczyniowe, nadciśnienie, itp.).

◆ (5) Osoby z zaburzeniami układu oddechowego.

◆ (6) Osoby wykorzystujące sztuczne regulatory pracy serca do wszczepiania in vivo elektronicznych urządzeń medycznych.

◆ (7) Chorzy na nowotwory złośliwe.

◆ (8) Osoby z zaburzeniami krążenia krwi, takimi jak choroba zakrzepowo-zatorowa lub poważny tłuszczak, ostry tłuszczak lub różne infekcje skóry.

◆ (9) Osoby z zaburzeniami percepcji spowodowanymi zaburzeniami krążenia obwodowego wywołanymi cukrzycą itp.

◆ (10) Osoby z urazami skóry.

◆ (11) Wysoka gorączka spowodowana chorobą (38°C i więcej).

◆ (12) Kręgosłup jest nieprawidłowy lub wygięty.

◆ (13) Kobiety w ciąży, mogące zajść w ciążę lub będące w okresie menstruacji.

◆ (14) Osoby, które czują się nienormalne i potrzebują odpoczynku.

◆ (15) Osoby, które są w ewidentnie złej kondycji fizycznej.

◆ (16) Użytkownicy w celach rehabilitacyjnych.

◆ (17) Oprócz wyżej wymienionych schorzeń, osoby, które czują się nienormalne.

◆ — — Może być przyczyną wypadków lub pogorszenia stanu fizycznego.

◆ Jeśli podczas ćwiczeń odczuwasz ból dolnej części pleców, drętwienie nóg i stóp, zawroty głowy, kołatanie serca lub inne bóle ciała lub masz wrażenie, że masz zaburzenia koordynacji ruchowej lub inne nieprawidłowości, które odbiegają od normy, natychmiast przerwij ćwiczenia i skonsultuj się z lekarzem.

◆ Nie należy pozwalać dzieciom na korzystanie z tego produktu lub zabawę nim.

— — Ryzyko obrażeń, jeśli nie podejmiesz należytej opieki nad dziećmi

◆ Ochroniacze dzieci powinni zwrócić uwagę, aby dzieci nie bawiły się tym produktem.

— — Ryzyko obrażeń w przypadku nieprzestrzegania.

◆ Upewnij się, że podczas użytkowania, ładowania i wyjmowania produktu oraz jego przesuwania w pobliżu (z tyłu, z przodu i z tyłu produktu) nie znajdują się żadne osoby ani zwierzęta.

Zabroniony!

- ◆ Nie należy używać produktu, gdy powłoka jest pęknięta lub oderwana (odsłonięta jest wewnętrzna struktura) lub gdy oderwana jest część spawana.
 - — W przeciwnym razie może dojść do wypadków lub obrażeń.
- ◆ Podczas ćwiczeń nie podskakuj ani nie siadaj.
 - — Upadek może spowodować obrażenia.
- ◆ Nie należy używać i przechowywać urządzenia na zewnątrz, w pobliżu łazienki lub innych miejsc, w których występuje wilgoć i krople wody.
- ◆ Nie należy używać ani przechowywać urządzenia w miejscach o wysokiej temperaturze, na przykład wokół kuchenki, na urządzeniach grzewczych, np. na dywanach elektrycznych, ani w miejscach narażonych na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.
 - — W przeciwnym razie może dojść do upływu prądu i pożaru.
- ◆ Nie używać, gdy przewód zasilający lub wtyczka są uszkodzone albo gniazdo jest poluzowane.
 - — W przeciwnym razie może dojść do porażenia prądem, zwarcia i pożaru.
- ◆ Nie uszkadzaj ani nie zginaj na siłę ani nie skręcaj przewodu zasilającego. Jednocześnie nie kładź na nim ciężkich przedmiotów i nie zaciskaj przewodu.
 - — W przeciwnym razie może dojść do pożaru lub porażenia prądem.
- ◆ Nie należy używać urządzenia przez dwie lub więcej osób jednocześnie. Należy również uważać, aby podczas korzystania z urządzenia nikt nie znajdował się zbyt blisko.
 - — W przeciwnym razie może dojść do wypadków lub obrażeń na skutek upadków.
- ◆ Nie używaj tego, jeśli nie potrafisz wyrazić swojej świadomości albo nie potrafisz używać tego samodzielnie.
 - — Mogą zdarzyć się wypadki i obrażenia.

Nie rozkładać!

- ◆ Kategorycznie zabrania się rozbierania i naprawy.
 - — Niebezpieczeństwo obrażeń na skutek awarii mechanicznej.

Unikaj kontaktu z wodą!

- ◆ Nie należy spryskiwać wodą ani innymi przewodzącymi cieczami korpusu ani elementów sterujących.
 - — Może to spowodować porażenie prądem i pożar.

Zabroniony!

- ◆ Osoby, które normalnie nie ćwiczą, nie powinny nagle zaczynać intensywnie ćwiczyć.
- ◆ Nie należy stosować go po jedzeniu, ani w momencie zmęczenia, podczas ćwiczeń lub gdy Twoja siła fizyczna jest nieprawidłowa.
 - — Może powodować szkody zdrowotne.
- ◆ Produkt ten nadaje się do użytku rodzinnego, a nie dla dużej liczby nieokreślonych użytkowników, takich jak szkoły i sale gimnastyczne.
 - — Ryzyko obrażeń.
- ◆ Nie należy stosować leku w trakcie jedzenia lub wykonywania innych czynności.
- ◆ Nie stosuj tego środka, jeśli po wypiciu czujesz się oziębiały.
 - — Mogą zdarzyć się wypadki i obrażenia.
- ◆ Nie należy używać go, gdy w kieszeniach spodni znajdują się twarde przedmioty.
 - — Może powodować wypadki i obrażenia.
- ◆ Nie wolno podłączać szpilek, śmieci ani polewać wodą wtyczki zasilania.
 - — Może to spowodować porażenie prądem, zwarcie i pożar.
- ◆ Podczas użytkowania nie należy odłączać wtyczki zasilania ani ustawiać wyłącznika zasilania w pozycji „wyłączone”.

Wyciągnij wtyczkę z gniazdka!

◆ Jeżeli nie używasz urządzenia, wyjmij głowicę zasilającą z gniazda.

— — Kurz i wilgoć powodują degradację izolacji, co może skutkować pożarem spowodowanym wyciekami.

◆ Podczas prac konserwacyjnych należy pamiętać o wyjęciu wtyczki z gniazdka.

— — Niedostosowanie się do tego zalecenia może skutkować porażeniem prądem lub obrażeniami.

◆ Jeżeli urządzenie nie uruchamia się lub zachowuje się nieprawidłowo, należy zaprzestać jego użytkowania, natychmiast odłączyć je od zasilania i powierzyć kontrolę i naprawę.

— — Niedostosowanie się do tego zalecenia może skutkować porażeniem prądem lub obrażeniami.

◆ W przypadku awarii zasilania należy natychmiast odłączyć wtyczkę od zasilania.

◆ Produkt musi być uziemiony. Jeśli maszyna nie działa prawidłowo, uziemienie zapewni kanałowi najmniejszy opór dla prądu, aby zmniejszyć ryzyko porażenia prądem.

◆ Ten produkt jest wyposażony w przewody z przewodem uziemiającym i wtyczką uziemiającą. Wtyczka musi być włożona do odpowiedniego gniazdka, które zostało prawidłowo zainstalowane i uziemione w pełnej zgodności z lokalnymi przepisami lub dekretemi

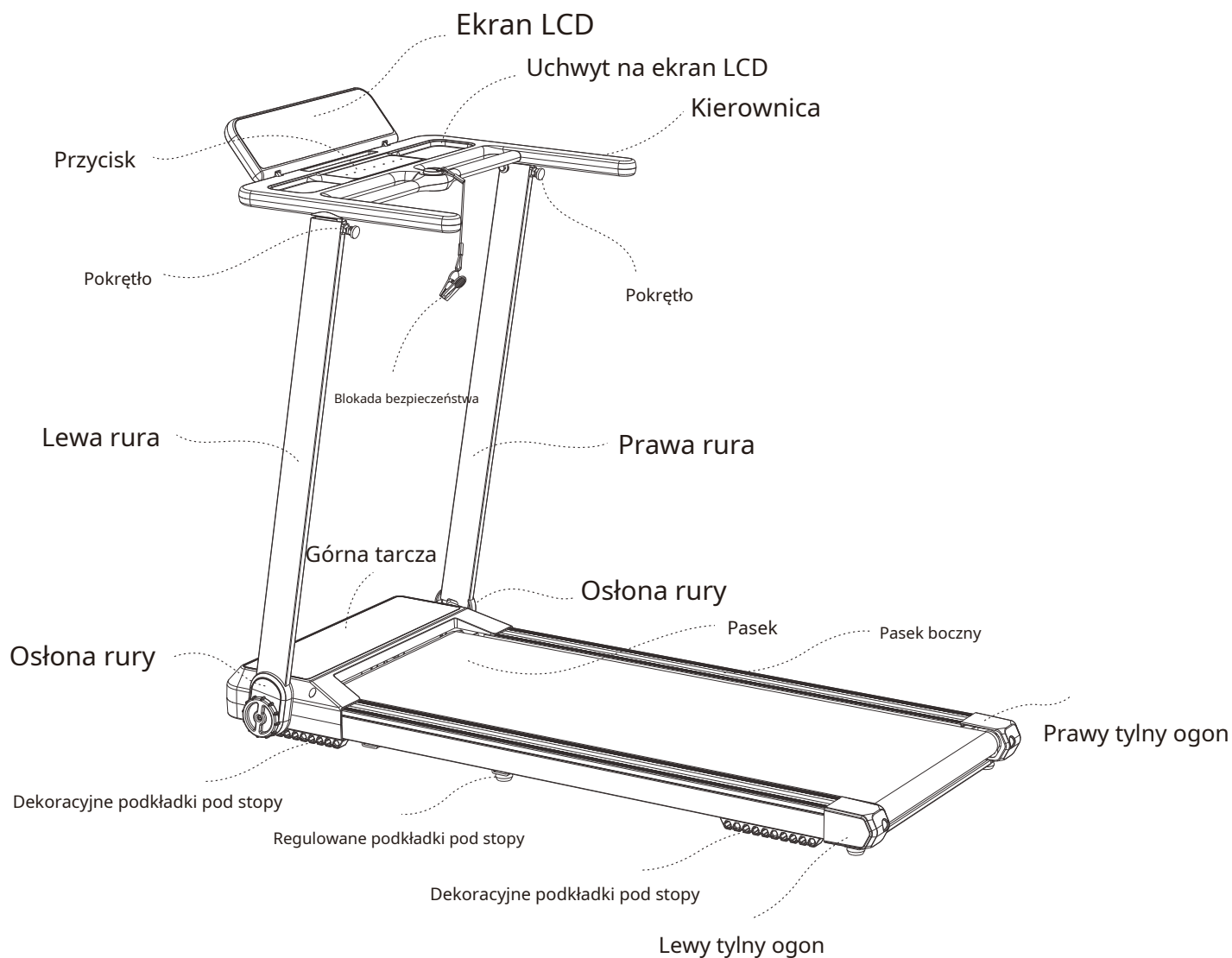
Niebezpieczeństwo!

Nieprawidłowe podłączenie przewodu uziemiającego urządzenia może spowodować zagrożenie porażeniem prądem elektrycznym. Jeśli masz jakiegokolwiek pytania dotyczące prawidłowego uziemienia produktu, powierz sprawdzenie profesjonalnemu elektrykowi. Nawet jeśli wtyczka i gniazdo dołączone do tego produktu nie pasują do siebie, nie można ich modyfikować.

Montaż odpowiednich gniazdek należy powierzyć profesjonalnemu elektrykowi.

◆ Produkt ma wtyczkę uziemiającą. Proszę potwierdzić, że produkt jest podłączony do gniazdka o tym samym kształcie. Ten produkt nie może używać gniazda adaptera.

2. Instrukcja produktu



Listy pakietów:

NIE.	Nazwa	Ilość	Uwagi
1	Kierat	1	
2	Akcesorium	1	Przyłączony

Parametry techniczne:

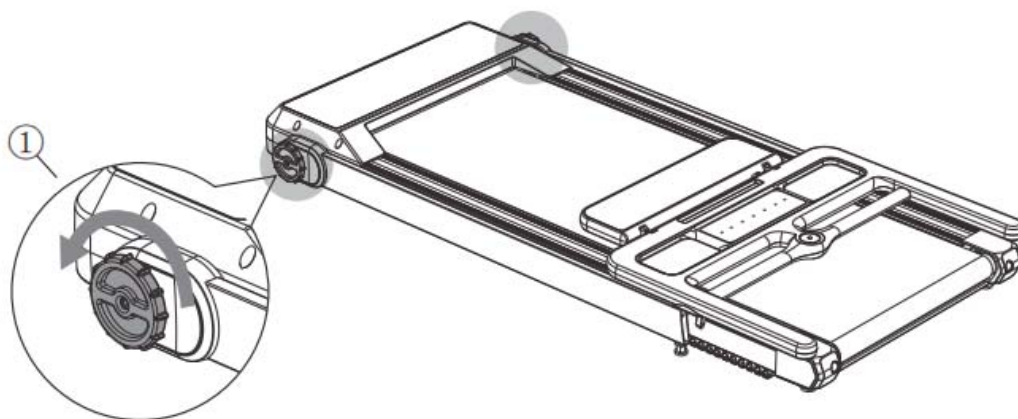
Voltaż	klimatyzacja100-120V 50/60Hz
Maksymalne obciążenie	120 kg
Rozmiar po złożeniu	Wymiary: 1232*610*102 mm
Rozmiar produktu	Wymiary: 1238*610*1030 mm
Obszar do biegania	400*1020 mm
Moc	1400 W
Prędkość	1-12 km/godz.
Konsola	Ekran LCD
Masa netto	26,5 kg
Maksymalna moc transmisji	8dBm (na wejściu antenowym)
Zakres częstotliwości	433,05~434,79 MHz

Listy części:

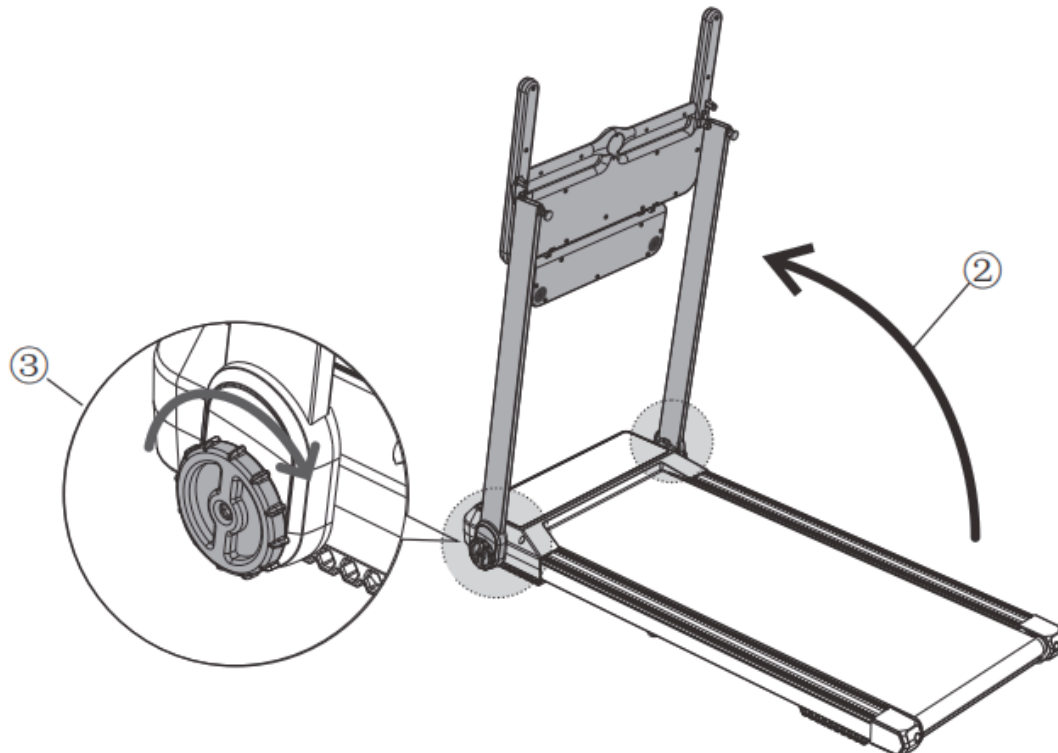
NIE.	Nazwa	Ilość	Notatka
	Klucz imbusowy wewnętrzny 5 mm		Inny
	Klucz imbusowy wewnętrzny 6 mm		Wyreguluj pas bieżni
	Klucz nr 13-15		
	Rozbójnik		
	Wtyczka zasilania		
	Blokada bezpieczeństwa		
	Olej silikonowy		
	Podręcznik		
	Klucz nr 10		

3. Kroki instalacji

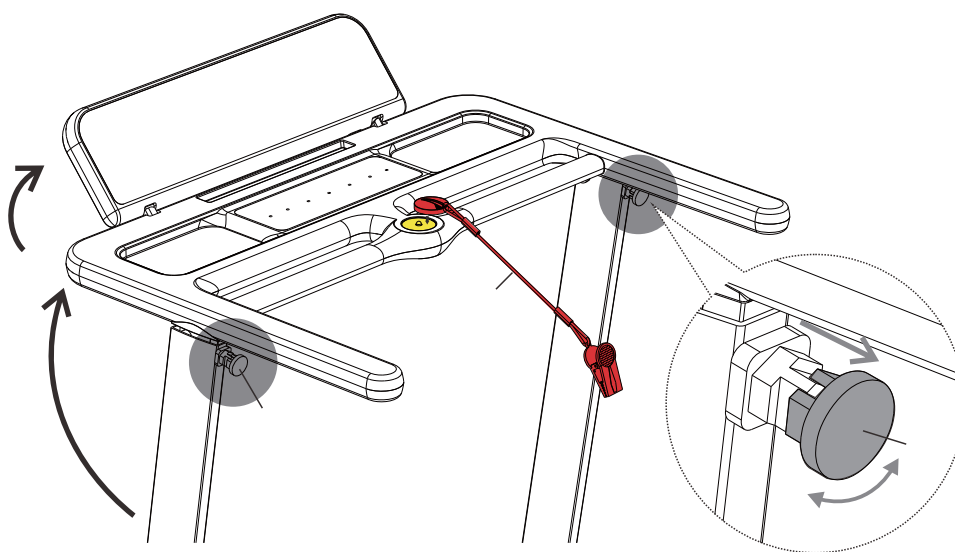
1. Wyjmij jednostkę główną z pudełka i połóż ją płasko na dywanie lub miękkiej poduszce, jak pokazano w kroku ① z poniższego rysunku, najpierw poluzuj pokrętło składane pod lewym i prawym podnośnikiem o 2-3 obroty przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, w tym momencie dolny koniec podnośnika naturalnie podniesie się na zewnątrz. Dolny koniec podnośnika naturalnie podniesie się na zewnątrz;



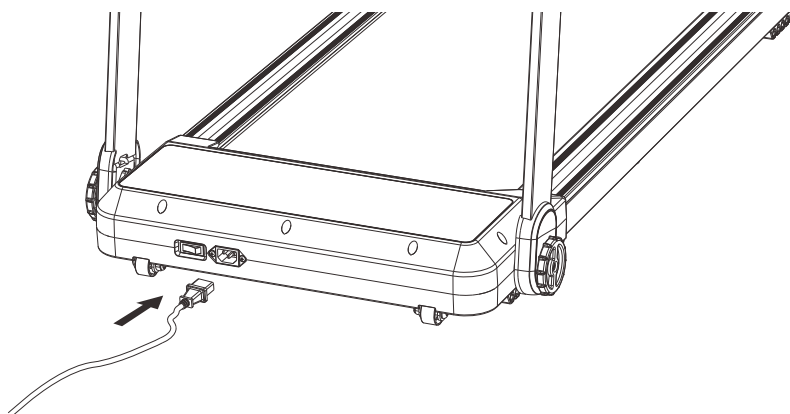
2. Jak pokazano w kroku ② na poniższym rysunku podnieś kolumnę do pozycji krańcowej, przytrzymaj podnośnik jedną ręką i dokręć pokrętła składane pod lewą i prawą kolumną zgodnie z ruchem wskazówek zegara, jak pokazano w kroku ③ poniższego rysunku.



3. Jak pokazano w kroku④poniżej, wyciągnij sworzeń na górze prawego i lewego podnośnika, a następnie obróć sworzeń trochę, aby zatrzasnął się na swoim miejscu. Jak pokazano w kroku⑤,obróć stojak na zegarek elektroniczny do pozycji poziomej (zwróć uwagę na linię komunikacyjną w prawym podnośniku, aby zapobiec wyciśnięciu), a następnie włóż z powrotem sworzeń pociągowy w kroku④aby zamocować stojak zegarka elektronicznego na lewym i prawym podnośniku, jak pokazano w kroku⑥,dostosuj zegarek elektroniczny do jego własnej odpowiedniej pozycji. Jak pokazano w kroku⑦,umieść czerwoną blokadę bezpieczeństwa w żółtej pozycji elektronicznego uchwytu zegarka i przypnij koniec z klipsem do ubrania podczas biegania.



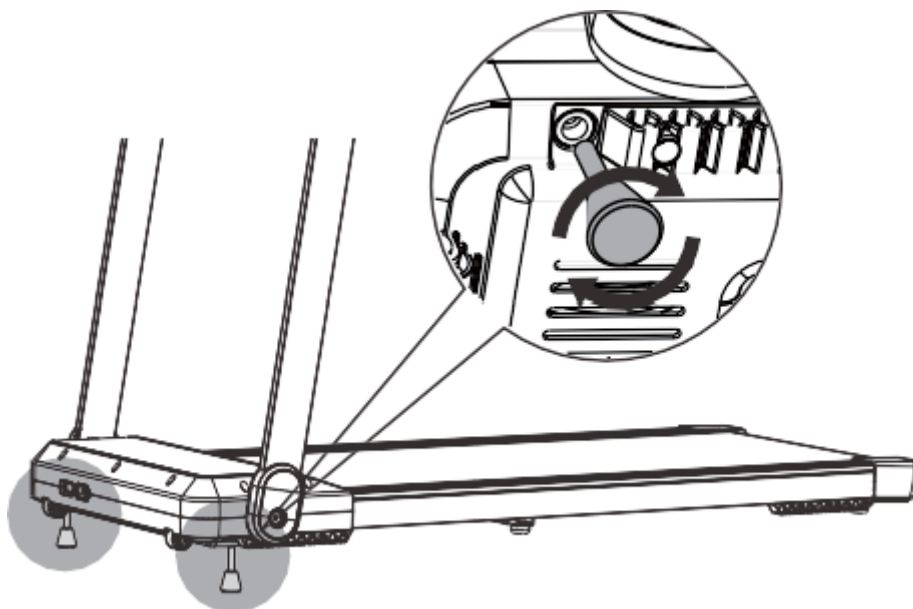
4. Jak pokazano w kroku⑧na poniższym rysunku, po zablokowaniu podnośnika, zamocuj osłonę podnośnika odpowiednio na lewym i prawym podnośniku. Podłącz przewód zasilający do gniazda na przednim końcu działającej maszyny, podłącz zasilacz, włącz przełącznik zasilania pod przednim końcem maszyny i przejdź do trybu gotowości.



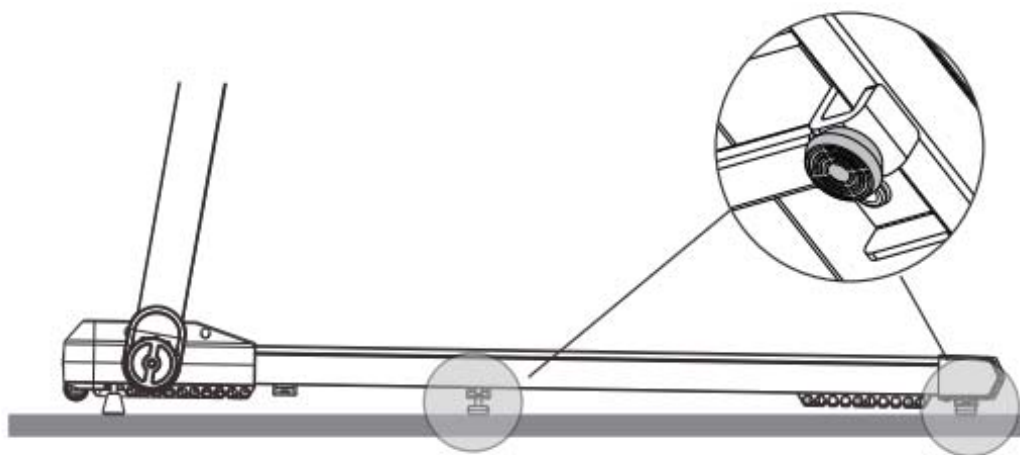
Uwaga: Po złożeniu urządzenia należy ponownie sprawdzić, czy wszystkie śruby są dokręcone.

Montaż i regulacja podnóżków

1. Najpierw użyj materiału opakowaniowego, aby wyłożyć przód bieżni wysoko; Jak pokazano na rysunku po prawej stronie, wkręć dwie podkładki w otwory na śruby, dokręć zgodnie z ruchem wskazówek zegara i poluzuj przeciwnie do ruchu wskazówek zegara. (Podkładkę pod stopy można zamontować, aby podnieść pas startowy, użytkownicy mogą ją zainstalować w razie potrzeby)

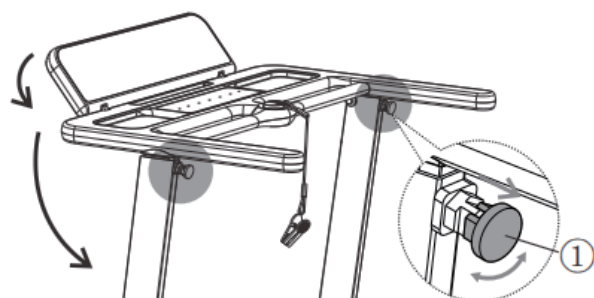


2. Regulacja podkładek pod stopy: Jeśli podłoga jest nierówna lub bieżnia się trzęsie, lub jeśli zamontowano dwie podkładki pod stopy z poprzedniego kroku, należy ustawić cztery regulowane podkładki pod stopy na dole, środku i na końcu bieżni w odpowiedniej pozycji, a podkładki pod stopy muszą pasować do podłoża. (Jak pokazano na poniższym rysunku)



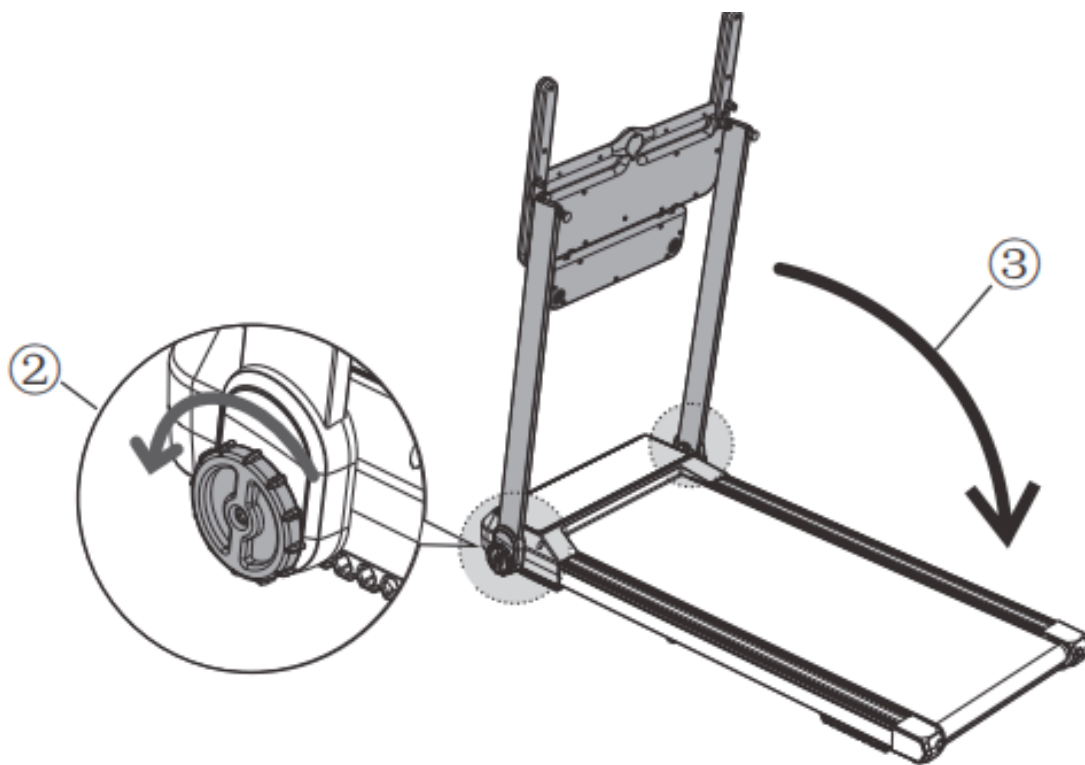
Instrukcje składania

1. Jak pokazano w kroku ① prawej figury, zamontuj lewą i prawą pionową rurę, wyciągnij kwadratowy sworzeń i obróć go trochę, aby sworzeń się zablokował. Powoli przesunij zegarek elektroniczny w kierunku strzałki. I odłóż go.

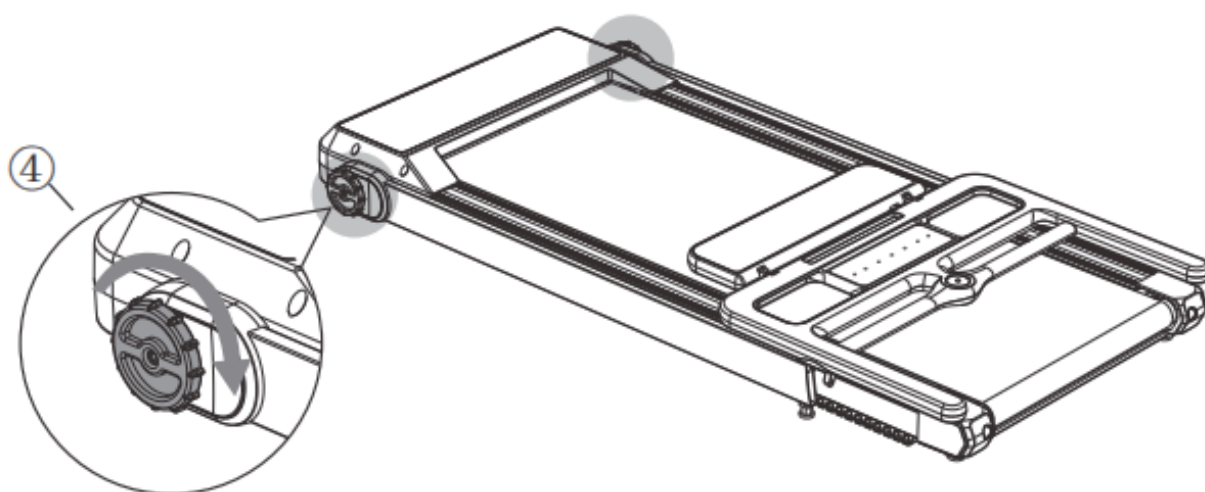


2. Jak pokazano w kroku ② na rysunku, złóż pokrętła znajdujące się pod lewym i prawym słupkiem i obróć je przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, aby poluzować je o 3 do 4 obrotów.

3. Jak pokazano w kroku ③ powoli opuść stojak z zegarkiem elektronicznym oraz lewą i prawą rurę pionową na platformę bieżną.



4. Jak pokazano w kroku ④ na rysunku złóż pokrętła znajdujące się pod lewym i prawym słupkiem, a następnie zablokuj je zgodnie z ruchem wskazówek zegara, aby zakończyć składanie.



4. Rutyna treningowa

Rozgrzewka

Przed każdym zabiegiem wymagana jest rozgrzewka trwająca 5–10 minut.

Oddechowy

Nie wstrzymuj oddechu podczas zabiegu. Zwykle, gdy jesteś gotowy, aby przywrócić ruchy, oddychaj przez nos i wydychaj ustami. Oddychanie powinno być skoordynowane z ruchami. Jeśli oddychasz zbyt szybko, powinieneś natychmiast przerwać ćwiczenia.

Częstotliwość

Mięśnie w tym samym obszarze powinny mieć 48 godzin odpoczynku, co oznacza, że ten sam obszar można ćwiczyć już następnego dnia.

Obciążenie

Intensywność treningu należy ustalić na podstawie indywidualnej kondycji fizycznej, a następnie ćwiczyć zgodnie z zasadą obciążenia asymptotycznego. Ból mięśni jest zjawiskiem normalnym na początku treningu, ale w miarę kontynuowania ćwiczeń ból może ustąpić.

Zrelaksować się

Po każdym ćwiczeniu należy poświęcić pięć minut na ćwiczenia regeneracyjne, szczególnie rozciąganie i rozluźnianie mięśni stóp, aby zapobiec długotrwałemu zakrzepowi i zachować elastyczność mięśni.

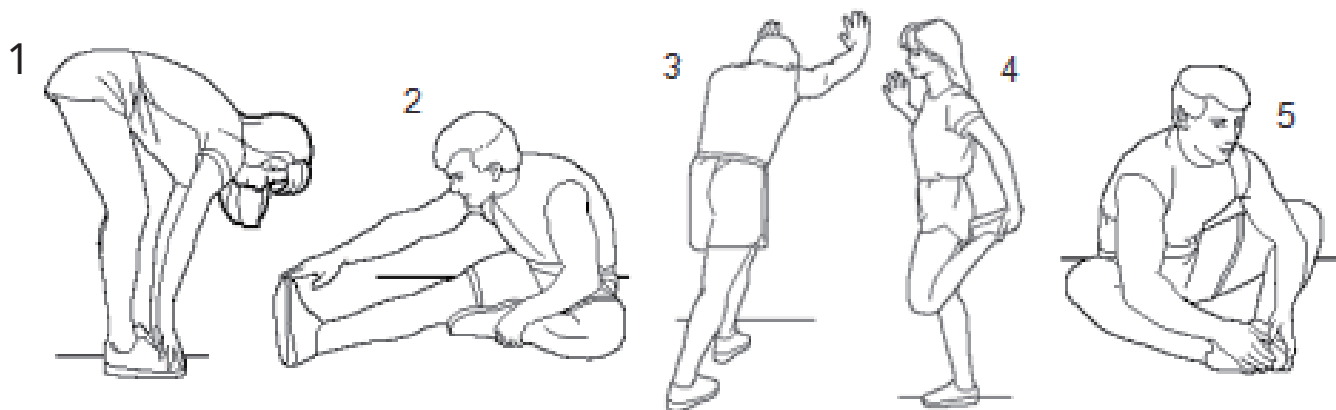
Dieta

Aby chronić układ trawienny, możesz ćwiczyć godzinę po posiłku. Po treningu powinieneś jeść co najmniej pół godziny. Podczas ćwiczeń powinieneś pić mniej wody, szczególnie duże ilości wody, aby nie zwiększać obciążenia serca i nerek.

Sięgnięcie

Niezależnie od tego, jak szybko chodzisz, najlepiej najpierw się rozciągnąć. Rozgrzane mięśnie rozciągają się łatwiej, więc najpierw idź w górę.

5-10 minut na rozgrzewkę. Następnie zatrzymaj się i rozciągnij pięć razy przez 10 sekund lub dłużej na każdej nodze. Powtórz to po ćwiczeniu.



1. Rozciągaj się

Twoje kolana są lekko zgięte, twoje ciało powoli pochyla się do przodu, twoje plecy i ramiona rozluźnione, a twoje dłonie dotykają palców u stóp tak bardzo, jak to możliwe. Przytrzymaj przez 10-15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz trzy razy (patrz rys. 1).

2. Rozciąganie ścięgna podkolanowego

Usiądź na czystej poduszce i wyprostuj jedną nogę. Drugą nogę umieść tak, aby była blisko wewnętrznej strony wyprostowanej nogi. Spróbuj dotknąć palcami stóp. Przytrzymaj przez 10-15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz każdą nogę trzy razy (patrz rys. 2).

3. Rozciąganie ścięgna łydki i pięty

Stań z dwoma poręczami lub drzewami, jedną stopą z tyłu. Trzymaj tylne nogi prosto, a pięty na podłodze, pochylając się w stronę ściany lub drzewa. Przytrzymaj przez 10 do 15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz każdą nogę trzy razy (patrz rys. 3).

4. Rozciąganie mięśnia czworogłowego

Opanuj równowagę z lewą poręczą lub stołem, następnie rozciągnij się do tyłu prawą ręką, chwyć prawą kostkę i powoli pociągnij w kierunku pośladka, aż poczujesz napięte mięśnie przed udami. Przytrzymaj przez 10-15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz każdą nogę trzy razy (patrz rys. 4).

5. Rozciąganie mięśnia krawieckiego (mięsień po wewnętrznej stronie uda)

Usiądź ze stopami zwróconymi do siebie i kolanami skierowanymi na zewnątrz. Chwyć stopy obiema rękami i pociągnij je w kierunku pachwiny. Przytrzymaj przez 10-15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz 3 razy (patrz rys. 5).

5. Wytyczne dotyczące podręcznika

Instrukcja obsługi bieżni

1. Podłącz zasilanie, aby sprawdzić czy urządzenie działa prawidłowo.

2. Ustaw prędkość biegu bieżni na 1-12 km/h.

3. Zapnij klips zabezpieczający na spódnicy na klatce piersiowej sportowca.

4. Przed ćwiczeniami sprawdź stabilność i działanie bieżni. Surowo zabrania się uruchamiania bieżni na pasie bieżnym. Przed bieganiem stań na lewym i prawym drążku, przytrzymaj poręcze, a następnie wejdź na pas bieżny, aby wykonać ćwiczenie. Podczas startu chwyć poręcz jedną ręką i naciśnij klawisz START/STOP arkusza kalkulacyjnego drugą ręką. Bieżnia uruchamia się z opóźnieniem 3 sekund i działa z prędkością 1 km/h. Naciśnij '+', a prędkość silnika wzrośnie do 2-3 km/h (to jest Naucz się biegać z najwygodniejszą prędkością, chwyć poręcze obiema rękami i wejdź po pasie bieżnym obiema stopami. Wkrótce będziesz w stanie biegać z taką samą prędkością jak pas bieżny).

5. Po kilku minutach możesz zwiększyć prędkość biegu, naciskając klawisz '+' na arkuszu kalkulacyjnym. Możesz również nacisnąć klawisz '-', aby ją zwolnić.

6. Aby zatrzymać silnik, w dowolnym momencie pracy możesz nacisnąć przycisk START/STOP arkusza kalkulacyjnego.

7. W trybie biegu, jeżeli naciśniesz przycisk prędkości „3, 6, 9” bezpośrednio przy dowolnej prędkości, prędkość biegu pasa bieżni będzie względną wartością prędkości przycisku.

Ostrzeżenie o blokadzie bezpieczeństwa

Uwaga: Jeśli blokada bezpieczeństwa zostanie zdjęta podczas ćwiczeń, bieżnia natychmiast zatrzyma się automatycznie, panel sterowania odmówi wykonania jakiejkolwiek operacji, a na ekranie pojawi się komunikat „E07”.

1. Wyświetlacz i klawisze:



(1) Na wyświetlaczu LCD wyświetlane są następujące funkcje:
Okno czasu/prędkości/odległości/kalorii: 5 sekund na przełączanie wyświetlania danych czasu, prędkości, odległości i kalorii,

Zakres wyświetlania czasu: 0:00-99:59 Zakres wyświetlania prędkości: Zakres wyświetlania odległości 1-12 km/h: Zakres wyświetlania kalorii: 0,00-99,99: 0,00-9999



(2) Klawisze funkcyjne arkusza kalkulacyjnego: 3, 6, 9, prędkość+, prędkość-, stop/stop.

A.3: W trybie biegu, przy dowolnej prędkości, naciśnij przycisk bezpośredniej zmiany prędkości, a prędkość biegu pasa bieżni zostanie ustawiona na 3 km/h.

B.6: W trybie biegu, przy dowolnej prędkości, naciśnij przycisk bezpośredniej zmiany prędkości, a prędkość biegu pasa bieżni zostanie ustawiona na 6 km/h.

C.9: W trybie biegu, przy dowolnej prędkości, naciśnij ten przycisk bezpośredniej zmiany prędkości, a prędkość biegu pasa bieżni zostanie ustawiona na 9 km/h.

D.SPEED+: Klawisze zwiększają prędkość podczas ćwiczeń.

E.SPEED-: Klawisze zwalniają prędkość podczas ćwiczeń.

F. START/STOP: Naciśnięcie przycisku START/STOP w stanie zatrzymania spowoduje uruchomienie bieżni; naciśnij przycisk START/STOP podczas biegu, aby zwolnić biegacza.

G. PAUZA: W trybie biegu naciśnij ten klawisz, aby wstrzymać bieg. Naciśnij go ponownie, aby kontynuować bieg.

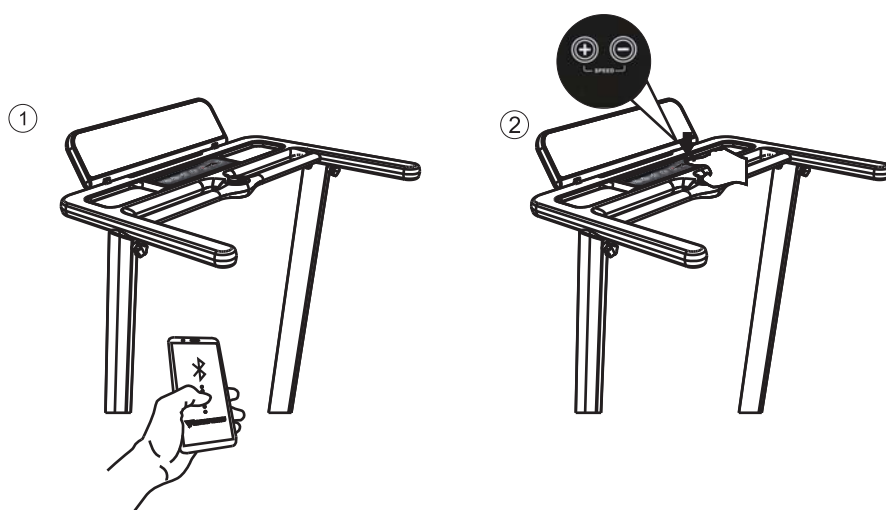
Instrukcje uruchamiania

1. Umieść blokadę bezpieczeństwa w pozycji blokady bezpieczeństwa na panelu, włącz przełącznik zasilania, usłyszysz sygnał dźwiękowy, a system przejdzie w tryb czuwania.

2. Naciśnij przycisk START, w oknie pojawi się 3-sekundowe odliczanie, a po upływie każdego sygnału dźwiękowego silnik nie uruchomi się.

3. Prędkość początkowa wynosi: 1 km/h, w tym momencie możesz nacisnąć przyciski prędkości + i -, aby dostosować prędkość.

Metoda działania Bluetooth



Jak połączyć się z Bluetooth dla bieżni CITYSPORTS

Przed wszystkim włącz Bluetooth w telefonie komórkowym, naciśnij i przytrzymaj przycisk „-” na podłokietniku, a gdy na telefonie pojawi się nazwa urządzenia Bluetooth „CITYSPORTS-Audio”, usłyszysz sygnał dźwiękowy. Następnie podłącz telefon. Na ekranie pojawi się logo Bluetooth, co oznacza, że Bluetooth zostało połączone. Poczekaj, aż usłyszysz sygnał dźwiękowy oznaczający zakończenie meczu.

Aby wyłączyć funkcję Bluetooth, naciśnij i przytrzymaj przycisk „-”, aby wykonać. Ciepłe wskazówki:

Długie naciśnięcie przycisku „-” przez 30 sekund nie oznacza, że Bluetooth jest całkowicie otwarty. Aby to zrobić, należy otworzyć telefon komórkowy. Jeśli połączenie nie zostanie nawiązane w ciągu 30 sekund, Bluetooth automatycznie się wyłączy. Aby ponownie włączyć funkcję Bluetooth, należy powtórzyć powyższe kroki.

Twój „CITYSPORTS-Linker--

Większość urządzeń mobilnych z technologią Bluetooth Smart.

!iOS App Store Wyszukaj „EQiSports”, aby zainstalować i pobrać

Link do App Store: <https://apps.apple.com/in/app/eqisports/id1481795187>

Instrukcje pobierania wersji na Androida: Wyszukaj w sklepie Google

Play „EQiSports” – instalacja i pobieranie

Link do Google Play: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.yqzz.eqisports>

--- # \$- -

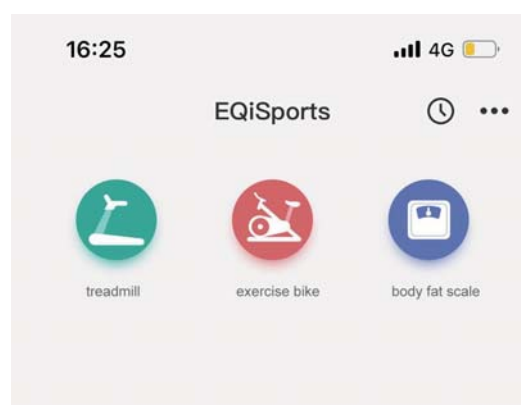
--

--

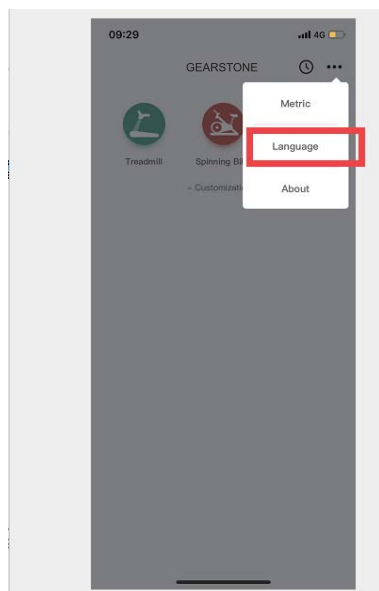
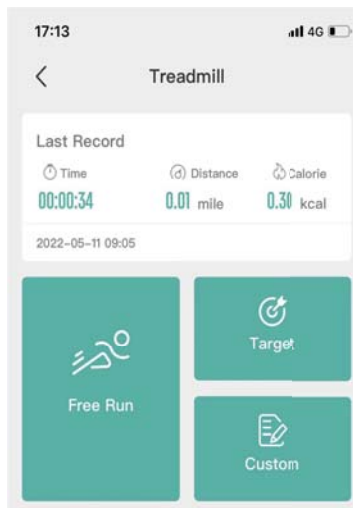


More interesting and practical APP functions are waiting for you to explore and discover!

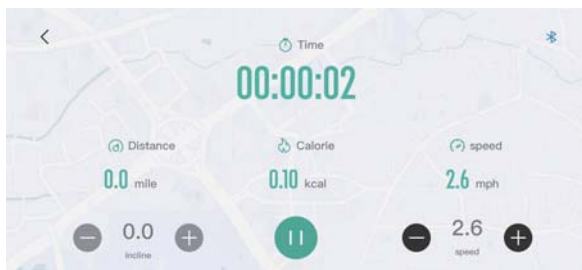
(1) Method 1: Firstly, search for "EQISPORTS" in the app shop and download it to your mobile phone, then open the APP programme and select the treadmill button.



(2) After turning on the Bluetooth on the mobile phone, the EQISPORTS software will automatically search and match the Bluetooth. After the matching is successful, you can choose the corresponding treadmill program to set the target/custom/free treadmill, etc.



(3) APP function settings (the upper right corner of the interface can switch between kilometers/mile; English, Japanese, Russian, Spanish and other languages can be switched)



(4) APP connection speed control (acceleration/deceleration/calorie/mileage)

6. Kody błędów i rozwiązania

Jeśli masz jakiegokolwiek pytania, skontaktuj się ze swoim dealerem lub działem obsługi posprzedażowej naszej firmy.

Wada	Przyczyna	Rozwiązanie
Kierat nie działa- wchodzenie	niepodłączony	Włóż wtyczkę zasilającą do gniazdka
	Wyłącznik zasilania nie jest włączony	Ustaw wyłącznik zasilania w pozycji ON
	Blokada bezpieczeństwa nie jest na swoim miejscu	Założ blokadę bezpieczeństwa
	układ sygnałowy obwodu może być otwarty	Sprawdź wejścia kontrolera i linie sygnałowe
	przepalony bezpiecznik	wymienić bezpiecznik
Bieganie pas nie przebiegać płynnie	trzeba nasmarować	Dodaj smar silikonowy
	Pas bieżni jest za ciasny	Wyreguluj naciąg pasa bieżni
Bieganie ślizganie się paska	Pas bieżni jest zbyt luźny	Wyreguluj naciąg pasa bieżni
	Pasek napędowy jest zbyt luźny	Wyreguluj napięcie paska napędowego

Na ekranie panelu wyświetlane są błędy i metody rozwiązywania problemów

Błąd	Powód	Rozwiązanie
E01	Słaba komunikacja	Linia sygnałowa nie jest podłączona, podłącz ją ponownie
E02	Czy przewód silnika jest luźny lub odpada, a szczotka węglowa jest uszkodzona? zużyty	Sprawdź, czy przewód silnika jest luźny lub odpada. Jeśli nie, sprawdź, czy szczotka węglowa silnika jest zużyta. Jeśli jest zużyta, wymień silnik. Jeśli nie jest zużyta, sterowanie elektryczne jest uszkodzone. Wymień sterowanie elektryczne.
E03	Wykrywanie sygnału	Linia indukcyjna nie jest podłączona, podłącz ją ponownie
E04	Kontroler lub silnik	Przeciążenie, wymień sterownik, silnik
E05	zabezpieczenie przed przeciążeniem	Przeciążenie, wymień sterowanie elektryczne
E06	Awaria systemu	Awaria systemu, wymiana sterowania elektrycznego
E07	Blokada bezpieczeństwa nie została zassana	Wciśnij blokadę bezpieczeństwa do pozycji zablokowanej
Istotne nieprawidłowość	Zakłócenia zewnętrzne	Wyłącz zasilanie i podłącz urządzenie do prądu po 1 minucie.

7.Konserwacja

Utrzymuj bieżnię w najlepszym stanie przez cały czas, gdyż nieprawidłowa konserwacja może spowodować jej uszkodzenie lub skrócenie żywotności.

- a. Ze względu na zużycie konieczne są częste kontrole; Zużyte lub uszkodzone akcesoria, takie jak silniki, elementy sterowania elektronicznego, przewody zasilające, paski bieżne, można naprawić lub poddać profesjonalnej naprawie z takim samym stopniem bezpieczeństwa, jak w przypadku ich demontażu.
- b. Wymień uszkodzone części lub pozostaw sprzęt nieużywany do czasu naprawy; (np. przewód zasilający)
- c. Zwróć szczególną uwagę na części ulegające szybkiemu zużyciu (pas bieżni)
- d. Jeśli przewód zasilający jest uszkodzony, aby uniknąć niebezpieczeństwa, musi zostać wymieniony przez serwis producenta lub podobny profesjonalny personel.

1.smarowanie

Paski bieżne wymagają smarowania specjalnie skonfigurowanym olejem silikonowym metylowym po upływie określonego czasu.

Mniej niż 3 godziny, smaruj raz na 5 miesięcy
4-7 godzin, smaruj raz na 2 miesiące
ponad 7 godzin, smaruj raz w miesiącu

Nie smaruj nadmiernie. Nie im więcej smaru, tym lepiej.

Pamiętaj: odpowiednie smarowanie jest ważnym czynnikiem wydłużającym żywotność bieżni.

2. Jeśli chodzi o sprawdzenie, czy pasek jest zużyty, czy nie, w kroku bieżącej kontroli, należy go wycentrować. Należy go zwilżyć jak smar. Potrzebny jest tylko silikon, aby chwycić drzewo i nasmarować (trochę ślizgając się, poczujesz wilgoć), i widać, że nie można go dotknąć. Należy dodać smaru. Jeśli podnózek jest suchy i nie ma w nim oleju metylosilikonowego, konieczne jest dodanie smaru.

- ◆ Kroki nakładania smaru na podnózek: (jak pokazano na rysunku po prawej stronie)
- ◆ Zatrzymaj pas bieżny i złóż maszynę;
- ◆ Podnieś pas bieżni u dołu silnika głównego; umieść miskę z olejem tak daleko, jak to możliwe, na środku pasa bieżni, spryskaj olejem silikonowym metylowym wewnętrzną stronę pasa bieżni i posmaruj obie strony pasa bieżni metylem.
- ◆ Uruchom bieżnię z prędkością 1 km/h, aby równomiernie rozprowadzić olej silikonowy, a następnie delikatnie stawaj na pasie bieżni od lewej do prawej i przytrzymaj przez kilka minut, aby olej silikonowy mógł zostać całkowicie wchłonięty przez pas bieżni.



3, Wyreguluj naciąg paska. Wszystkie bieżnie powinny regulować naciąg paska przed i po instalacji, ale naciąg paska może wystąpić po pewnym czasie. Na przykład powoduje, że biegacze zatrzymują się i ślizgają podczas biegu. Gdy wystąpi takie zjawisko, wyreguluj śrubę regulacyjną paska bieżni od lewej do prawej w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, wykonując pół obrotu jako jednostkę. Jeśli pasek bieżni jest zbyt luźny, pasek bieżni i rolka będą się ślizgać, gdy stopa znajdzie się na pasku bieżni, ale zbyt ciasne nie jest dobre, co łatwo zwiększy obciążenie silnika i uszkodzi silnik, pasek bieżni i rolkę.

4, Regulacja odchylenia pasa

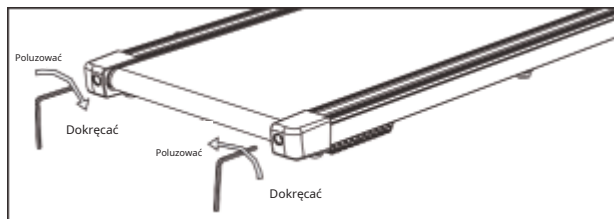
Wszystkie bieżnie powinny być regulowane pasem bieżnym przed i po instalacji. Jednak po pewnym czasie może się to również różnić. Powody są następujące:

- ① Host nie jest umieszczony stabilnie
- ② Podczas ćwiczeń staraj się, aby stopy biegacza nie znajdowały się w pasie bieżni.
- ③ Zrób stopy nierówne

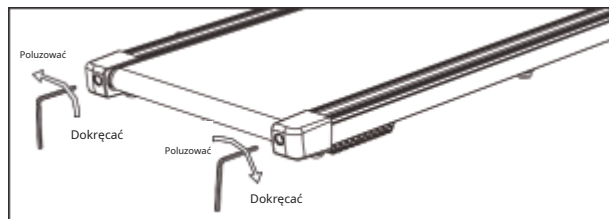
Zjawisko błędnego ustawienia spowodowane sztucznie, obrót bez obciążenia przez kilka minut może powrócić do normy, w przypadku zjawiska błędnego ustawienia, którego nie można automatycznie naprawić, losowo zamontowany wewnętrzny klucz sześciowymiarowy 6 mm należy stopniowo regulować o pół obrotu.

Bieżnia elektryczna, przy normalnym użytkowaniu w ciągu jednego roku, jeśli nie jest wykonana przez człowieka, może być udostępniana użytkownikom bezpłatnie

Akcesoria, po upływie okresu gwarancji cena części zamiennych jest znakomita.



Jeżeli pas bieżny jest nieprawidłowo zamocowany: Wyreguluj lewą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara lub prawą śrubę przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.



Jeśli pas bieżni jest po prawej stronie: Wyreguluj prawą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara lub lewą śrubę przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.

Wskazówki: Odchylenie pasa bieżni nie jest objęte gwarancją, głównie przez użytkownika, zgodnie z instrukcją konserwacji, odchylenie pasa bieżni może spowodować poważne uszkodzenie. Złe paski biegowe należy znaleźć i naprawić na czas.

8. Zaangażowanie w świadczenie usług

Ten produkt jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego i nie ponosimy odpowiedzialności za problemy wynikające z użytku komercyjnego. Jeśli Twój produkt jest dostępny

Po wystąpieniu problemu, prosimy o kontakt z dystrybutorami w celu uzyskania obsługi posprzedażowej! Zaangażowanie w wydajność

Jeśli pas biegowy jest nieobsadzony: Wyreguluj lewą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara lub prawą śrubę przeciwnie do ruchu wskazówek zegara. Niniejsza instrukcja jest wyłącznie w celach informacyjnych i dotyczy konkretnego produktu.

Ostrzeżenie dotyczące zdalnego sterowania

To urządzenie zawiera nadajniki/odbiorniki zwolnione z licencji, które są zgodne z RSS zwolnionymi z licencji Innovation, Science and Economic Development Canada. Działanie podlega następującym dwóm warunkom:

- (1) Urządzenie to nie może powodować zakłóceń.
- (2) Urządzenie to musi być odporne na wszelkie zakłócenia, w tym zakłócenia mogące powodować jego niepożądane działanie.

Oświadczenie dotyczące narażenia na fale radiowe:

Urządzenie zostało ocenione pod kątem spełnienia ogólnego wymogu ekspozycji RF. Urządzenie może być używane w warunkach przenośnej ekspozycji bez ograniczeń.

L'émetteur/recepteur zwolniony z licencji zawiera treść aktualnej odzieży, która jest zgodna z CNR d'Innovation, Sciences et Développement économique Canada i dotyczy aplikacji radiowych zwolnionych z licencji. L'exploitation est autorisée aux deux suivantes:

L'appareil ne doit pas produire de brouillage;

L'appareil doit Accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est podatne d'en compromettre le fonctionnement.

Deklaracja wystawowa RF:

L'appareil a été évalué pour répondre aux exigences générales d'exposition aux RF. L'appareil peut être utilisé bez ograniczeń w zakresie warunków ekspozycji przenośnych.

Identyfikator FCC:

To urządzenie jest zgodne z częścią 15 przepisów FCC. Eksploatacja podlega

pod warunkiem spełnienia dwóch warunków: (1) urządzenie to nie może powodować szkodliwych zakłóceń oraz (2) urządzenie to musi akceptować wszelkie odbierane zakłócenia, w tym zakłócenia, które mogą powodować niepożądana operacja

UWAGA: To urządzenie zostało przetestowane i uznane za zgodne z limitami dla urządzeń cyfrowych klasy B, zgodnie z częścią 15 przepisów FCC. Limity te mają na celu zapewnienie rozsądnej ochrony przed szkodliwymi zakłóceniami w instalacjach mieszkalnych. To urządzenie generuje, wykorzystuje i może emitować energię o częstotliwości radiowej i jeśli nie zostanie zainstalowane i używane zgodnie z instrukcją, może powodować szkodliwe zakłócenia w komunikacji radiowej. Nie ma jednak gwarancji, że zakłócenia nie wystąpią w konkretnej instalacji.

Jeżeli urządzenie to powoduje szkodliwe zakłócenia w odbiorze sygnału radiowego lub telewizyjnego, co można stwierdzić poprzez wyłączenie i ponowne włączenie urządzenia, zachęca się użytkownika do podjęcia próby wyeliminowania zakłóceń, stosując jedną lub więcej z następujących metod:

- - Zmień orientację lub położenie anteny odbiorczej.
- - Zwiększ odległość między urządzeniem i odbiornikiem.
- - Podłącz urządzenie do gniazdka w innym obwodzie niż ten, do którego podłączony jest odbiornik.
- - Skonsultuj się ze sprzedawcą lub doświadczonym technikiem RTV, aby uzyskać pomoc.

Ostrzeżenie: zmiany lub modyfikacje, które nie zostały wyraźnie zatwierdzone przez stronę odpowiedzialną za zgodność, mogą unieważnić prawo użytkownika do korzystania ze sprzętu.

Urządzenia zostały ocenione pod kątem spełnienia ogólnych wymagań dotyczących narażenia na działanie fal radiowych, urządzenie może być używane w warunkach przenośnej ekspozycji bez ograniczeń

Bieżnia elektryczna do użytku domowego FCC ID:2BEPD-HET IC:31938-HET HVIN:CS-WP9

OŚWIADCZENIE FCC

1. To urządzenie jest zgodne z częścią 15 przepisów FCC. Jego działanie podlega następującym dwóm warunkom:

(1) Urządzenie to nie może powodować szkodliwych zakłóceń.

(2) Urządzenie to musi być odporne na wszelkie odbierane zakłócenia, w tym zakłócenia mogące powodować niepożądane działanie.

2. Zmiany lub modyfikacje, na które nie wyraziła wyrażnej zgody strona odpowiedzialna za zgodność, mogą spowodować unieważnienie prawa użytkownika do korzystania ze sprzętu.

UWAGA: To urządzenie zostało przetestowane i uznane za zgodne z limitami dla urządzeń cyfrowych klasy B, zgodnie z częścią 15 przepisów FCC. Limity te mają na celu zapewnienie rozsądnej ochrony przed szkodliwymi zakłóceniami w instalacjach domowych.

To urządzenie generuje zastosowania i może emitować energię o częstotliwości radiowej i, jeśli nie jest zainstalowane i używane zgodnie z instrukcją, może powodować szkodliwe zakłócenia w komunikacji radiowej. Nie ma jednak gwarancji, że zakłócenia nie wystąpią w konkretnej instalacji. Jeśli to urządzenie powoduje szkodliwe zakłócenia w odbiorze radia lub telewizji, co można ustalić, wyłączając i włączając urządzenie, zachęca się użytkownika do podjęcia próby skorygowania zakłóceń za pomocą jednego lub więcej z następujących środków:

Zmiana orientacji lub położenia anteny odbiorczej.

Zwiększ odległość między urządzeniem i odbiornikiem.

Podłącz urządzenie do gniazdka w innym obwodzie niż ten, do którego podłączony jest odbiornik.

Aby uzyskać pomoc, należy zwrócić się do sprzedawcy lub doświadczonego technika radiowo-telewizyjnego.

Oświadczenie FCC dotyczące narażenia na promieniowanie

To urządzenie jest zgodne z limitami ekspozycji na promieniowanie FCC określonymi dla niekontrolowanego środowiska. To urządzenie powinno być zainstalowane i obsługiwane bez ograniczeń między kaloryferem a ciałem.

OSTRZEŻENIE IC

To urządzenie zawiera nadajniki/odbiorniki zwolnione z obowiązku posiadania licencji, które są zgodne z normami dotyczącymi innowacji i nauki.

i zwolnione z licencji RSS(y) Economic Development Canada. Działanie podlega następującym dwóm warunkom:

(1) Urządzenie to nie może powodować zakłóceń.

(2) Urządzenie to musi być odporne na wszelkie zakłócenia, w tym zakłócenia mogące powodować jego niepożądane działanie.

Le prmiwysłana odzież jest zgodna z CNR d'Industrie Canada, dotyczy aux appareils radio, zwolniona z licencji.

Lexploitation jest autorytarnymie aux deux warunku suivantes:

(1) l'appareil ne diot pas produire de brouillage, et

(2) l'utilisateur de l'appareil akceptant radia tout bouillagemielektryczna subi, mmime si le brouillage est podatne d'en compromettre le fcoctionnement.