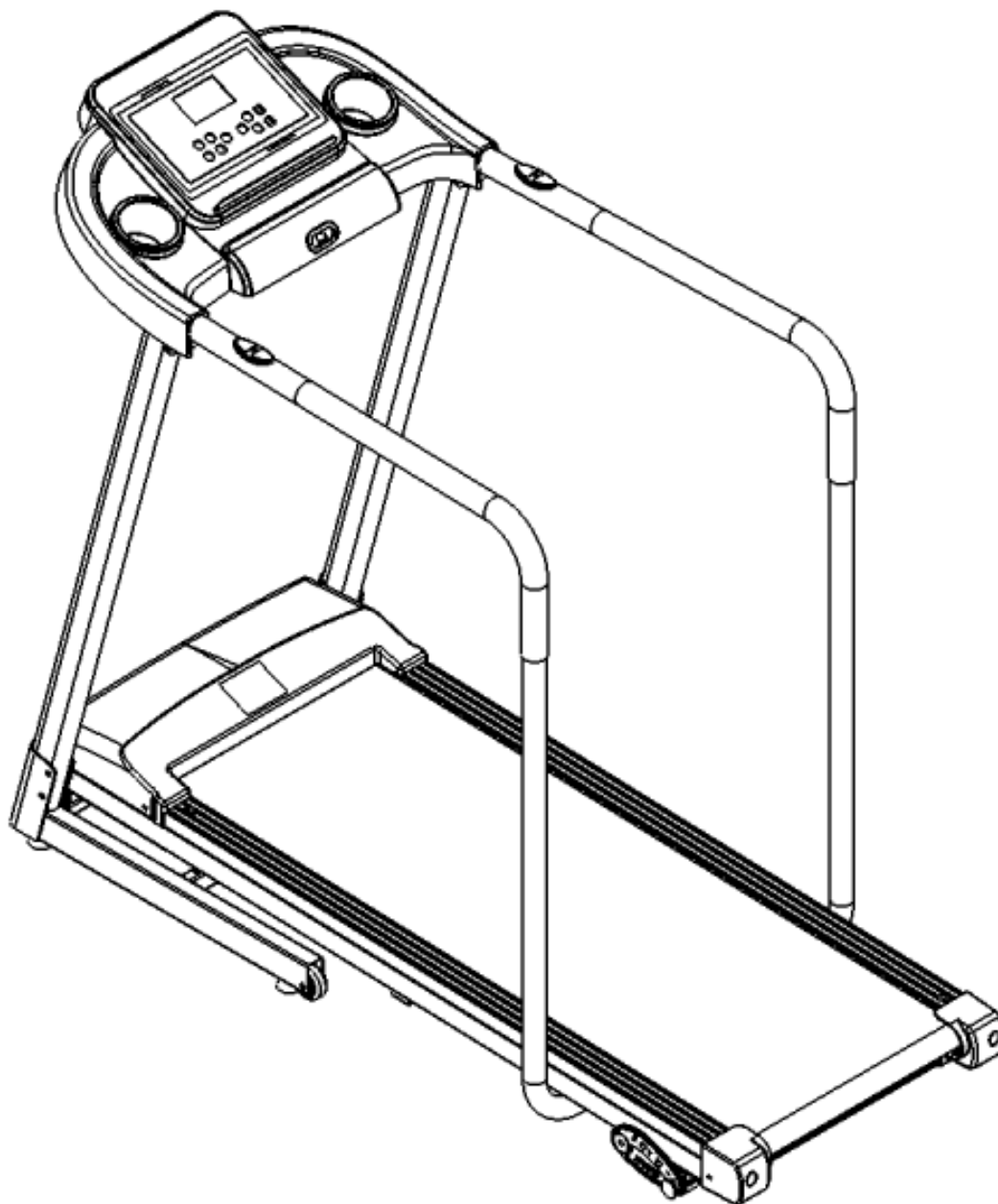


# Bieżnia GB3500

(pas przeznaczony do chodzenia lub wolnego biegania oraz do rehabilitacji)



Zdjęcie poglądowe - wspólne instrukcje dotyczące projektów z poręczami i bez.

# INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA I OBSŁUGI

## WSTĘP

Szanowny Kliencie,

Gratulujemy zakupu tego wysokiej jakości produktu, który został opracowany zgodnie z najnowszą wiedzą techniczną i wyprodukowany przy użyciu najnowocześniejszych technologii.

W dzisiejszym stylu życia charakteryzującym się brakiem ruchu, maszyna ta jest niezbędnym akcesorium do zachowania sprawności fizycznej i zdrowia.

Przed uruchomieniem produktu prosimy o dokładne zapoznanie się z poniższą instrukcją montażu i obsługi, nawet jeśli zakupiono urządzenie zmontowane.

Jeżeli zakupiłeś produkt w oryginalnym opakowaniu kartonowym, czyli w stanie rozłożonym do transportu, zwróć szczególną uwagę na instrukcję montażu. Przed rozpoczęciem montażu ostrożnie wyjmij poszczególne elementy z pudełka, sprawdź ich kompletność i przemyśl procedurę montażu zgodnie z instrukcją.

Wierzmy, że będziesz zadowolony z zakupionego produktu, a maszyna przyczyni się do wzmocnienia Twojego zdrowia i samopoczucia. Życzymy wielu sukcesów, wytrwałości i siły w osiągnięciu sportowych celów.

Dziękuję

## INSTRUKCJE DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA (DLA MASZYN WYTRZYMAŁYCH Z KOMPUTEREM)

Ważne jest, aby uważnie przeczytać niniejszą instrukcję przed montażem i użyciem maszyny. Bezpieczny i efektywny trening uzyskuje się dzięki odpowiedniemu złożeniu i dokręceniu wszystkich elementów. Twoim obowiązkiem jest poinformowanie każdego użytkownika urządzenia, jak prawidłowo zabezpieczyć i używać urządzenia oraz o wszystkich możliwych zagrożeniach związanych z niewłaściwym zabezpieczeniem i użytkowaniem urządzenia do ćwiczeń.

Jeśli masz problemy zdrowotne, przed użyciem urządzenia skonsultuj się z lekarzem. Opinia lekarza jest konieczna w przypadku przyjmowania leków wpływających na rytm serca, ciśnienie krwi lub poziom cholesterolu.

Zwróć uwagę na reakcję swojego organizmu. **Niewłaściwe lub nadmierne ćwiczenia mogą negatywnie wpłynąć na Twoje zdrowie!** Przeznacz ćwiczyć, gdy poczujesz: ból, ucisk w klatce piersiowej, nieregularny rytm serca, trudności w oddychaniu, zawroty głowy, nudności. Poinformuj lekarza o wystąpieniu tych problemów. Postępuj zgodnie z reżimem picia po zakończeniu ćwiczeń, dłuższym niż 20 minut.

**Przechowuj maszynę poza zasięgiem dzieci (maszyna jest przeznaczona tylko dla dorosłych) i zwierząt!** Chroń maszynę przed niekorzystnymi skutkami, zwłaszcza przed wodą, kurzem, intensywnym nasłonecznieniem i niskimi/wysokimi temperaturami. Utrzymuj maszynę w suchości i czystości, używaj czyszczenia na sucho lub wystarczy lekko wilgotna szmatka. Czarne części z tworzywa sztucznego można smarować lekkim sprayem oleju silikonowego.

**Maksymalna waga ćwiczącego to 110 kg!**

Zawsze używaj maszyny zgodnie z niniejszą instrukcją. Jeśli podczas montażu lub kontroli maszyny znajdziesz jakiegokolwiek wadliwie części lub usłyszysz nietypowy dźwięk podczas użytkowania, przestań montować lub używać maszyny. **Nie używaj urządzenia**

### do czasu usunięcia usterki lub wymiany wadliwych części!

Gwarancja nie obejmuje wad spowodowanych niefachową ingerencją (naprawą) ze strony użytkownika lub osób trzecich.

Używaj urządzenia na twardej, płaskiej powierzchni i na macie chroniącej podłogę lub dywan (nie należy jednak używać pasa na bardzo grubym dywanie, ponieważ urządzenie nie zapewnia odpowiedniej wentylacji). W celu zachowania bezpieczeństwa podczas wykonywania ćwiczeń należy zachować co najmniej 1 m wolnej przestrzeni wokół urządzenia.

Bezpieczny poziom wyposażenia można utrzymać tylko poprzez regularne kontrole pod kątem uszkodzeń i zużycia, na przykład lin, połączeń itp. **Przed użyciem maszyny sprawdź, czy wszystkie nakrętki i śruby są odpowiednio dokręcone!**

Podczas ćwiczeń noś odpowiednią odzież, unikaj odzieży, która może zostać wciągnięta w ruchome części urządzenia lub ograniczyć ruch.

Uważaj, aby nie zranić pleców podczas przenoszenia maszyny. Zawsze stosuj technikę podnoszenia lub przemieszczaj maszynę z pomocą drugiej osoby.

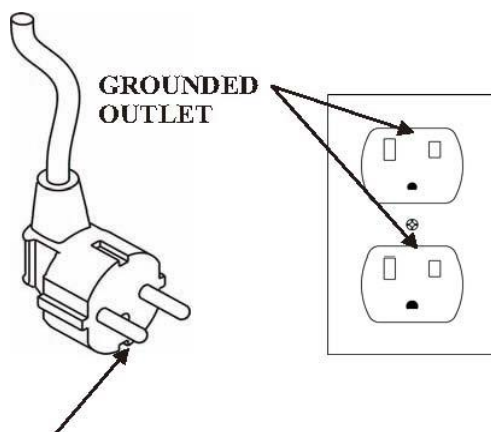
Waga pasuje klasa H- (Dom) do użytku w gospodarstwach domowych. **Maszyna nie jest przeznaczona do użytku profesjonalnego, komercyjnego ani do celów rehabilitacyjnych! Ponadto nie jest certyfikowany do użytku z rozrusznikiem serca.**

Urządzeń elektrycznych (komputerów) nie wolno wyrzucać razem z odpadami komunalnymi zmieszany, lecz należy je składować w wyznaczonych miejscach lub w punktach zbiórki, podobnie jak baterie używane do komputerów.

Niniejszą instrukcję obsługi wraz z instrukcjami bezpieczeństwa, kartą gwarancyjną i dowodem zakupu należy starannie przechowywać!

### OGŁOSZENIE :

Produkt znajduje się pod napięciem 220V-240V. Wtyczkę włożyć bezpośrednio do gniazdka sieciowego zgodnie ze schematem. Nie stosuje się przejściówki redukującej napięcie. Dlatego należy zachować ostrożność podczas obchodzenia się z paskiem i czyszczenia maszyny zgodnie z instrukcjami



## Opis maszyny:



(obraz ilustracyjny)

### Wyjaśnienia:

panel sterowania = panel sterowania puls  
ręczny = czujnik pomiaru tętna rama  
podstawy = rama nośna stopy maszyny  
koło = koła transportowe



Uchwyt na iPada - uchwyt na tablet lub telefon  
komórkowy poręcz = poręcz  
pas biegowy

klucz bezpieczeństwa = klucz bezpieczeństwa  
pokrywa silnika = pokrywa silnika

Śruba regulacyjna RB = śruby do regulacji bieżnika

## Parametry techniczne bieżni:

Nazwa produktu	Bieżnia do chodzenia, biegania i rehabilitacji
Model	GB3500
Napięcie	230 V/50 Hz
Wydajność	0,85 HP - maksymalna moc chwilowa 1,5 HP
Wymiary	1460 x 620 x 1210 mm
Wielkość kartonu	1480x640x250mm.
Vel. powierzchni biegowe	380 mm x 1120 mm
Prędkość	0,5-8 km/godz
Maksymalna ładowność	110 KG

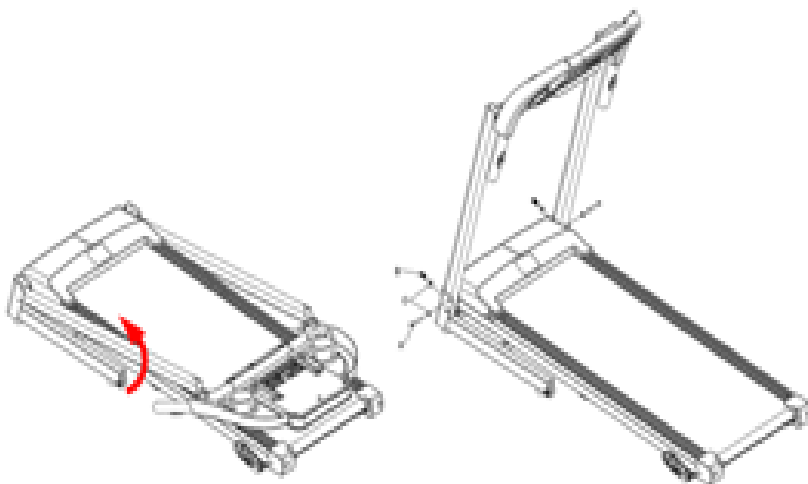
Numer	Nazwa		Kwota
1	Bieżnia		1 szt
2	Instrukcje		1 szt
3	Śruby		1 ZESTAW

## Lista części

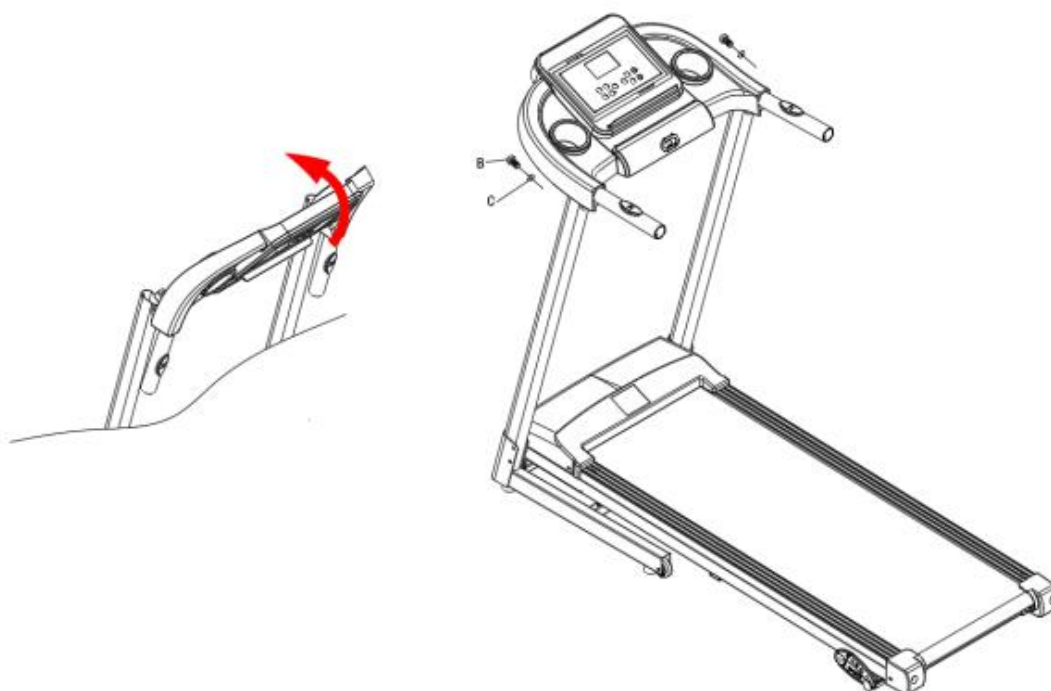
Numer	Nazwa	Kwota
I	Śruba M8*40	2 szt
B	Śruba M8*20	4 części
C	podkładka M8	6 szt
D	Śruba M6*15	8 szt
mi	Klucz imbusowy 6mm	1 kawałek
F	Olej silikonowy	1 kawałek
G	klucz dynamometryczny 13-14	1 kawałek

### Proces montażu:

Krok 1: Podnieś stojaki monitora i zamocuj za pomocą śrub A#M8\*40, B#M8\*15 i podkładek C# M8.



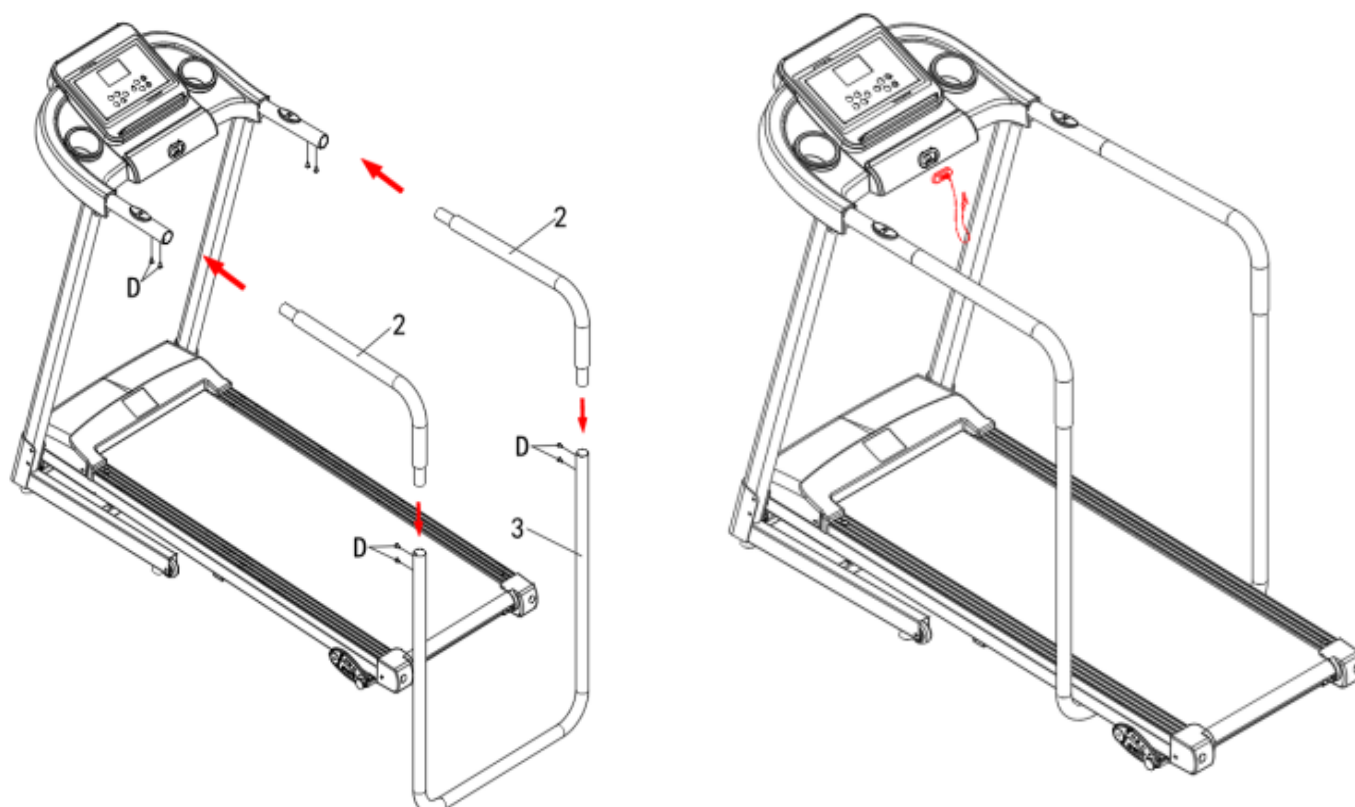
Krok 2: Ustaw panel monitora we właściwej pozycji (zgodnie z rysunkiem) i zamocuj śrubami B#M8\*15 i podkładkami C#M8; (**Uważaj, aby nie przyciąć kabla monitora!!!**)



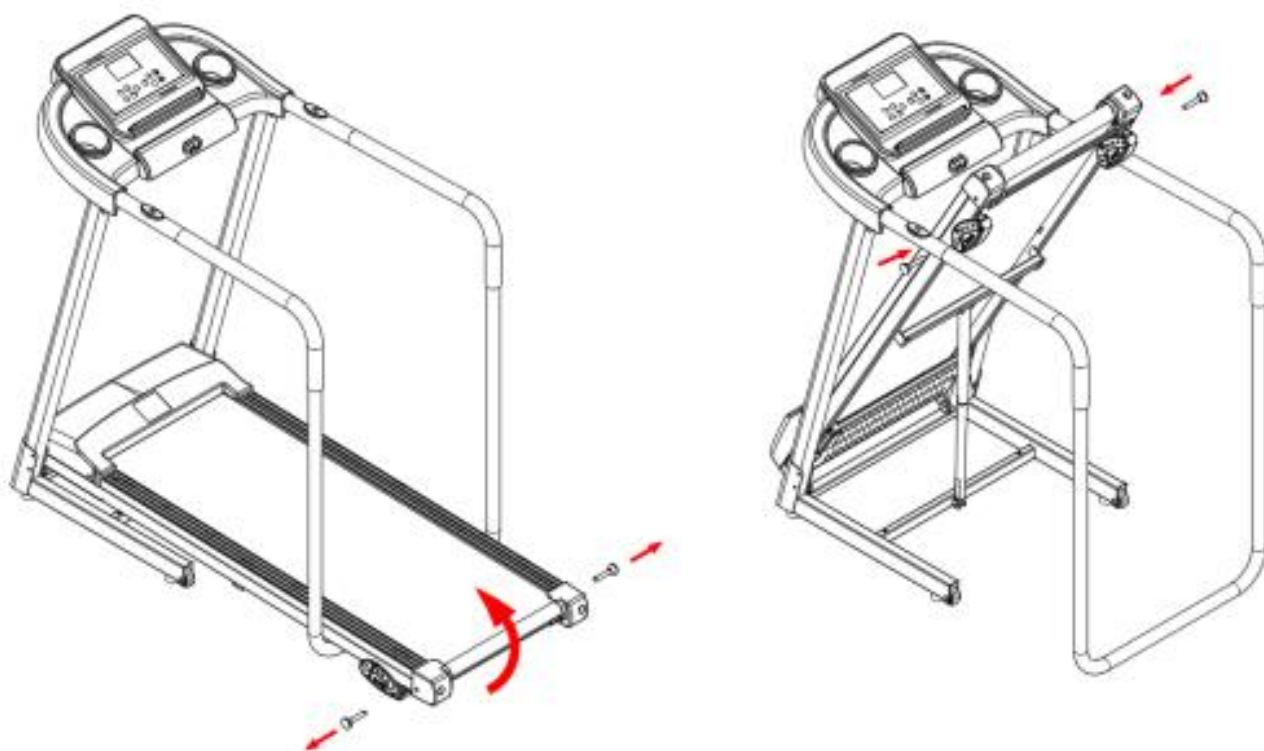
### **Krok 3 dotyczy tylko bieżni z poręczami!!!**

Krok 3: Podłącz rurę dolną od poręczy (3) do rury bocznej (2) i przymocuj śrubami D# M6\*15. Następnie wsuń konstrukcję (3) pod powierzchnię jezdnią i wsuń końce rurek bocznych (2) w uchwyty paska i przykręć śrubami D# M6\*15.

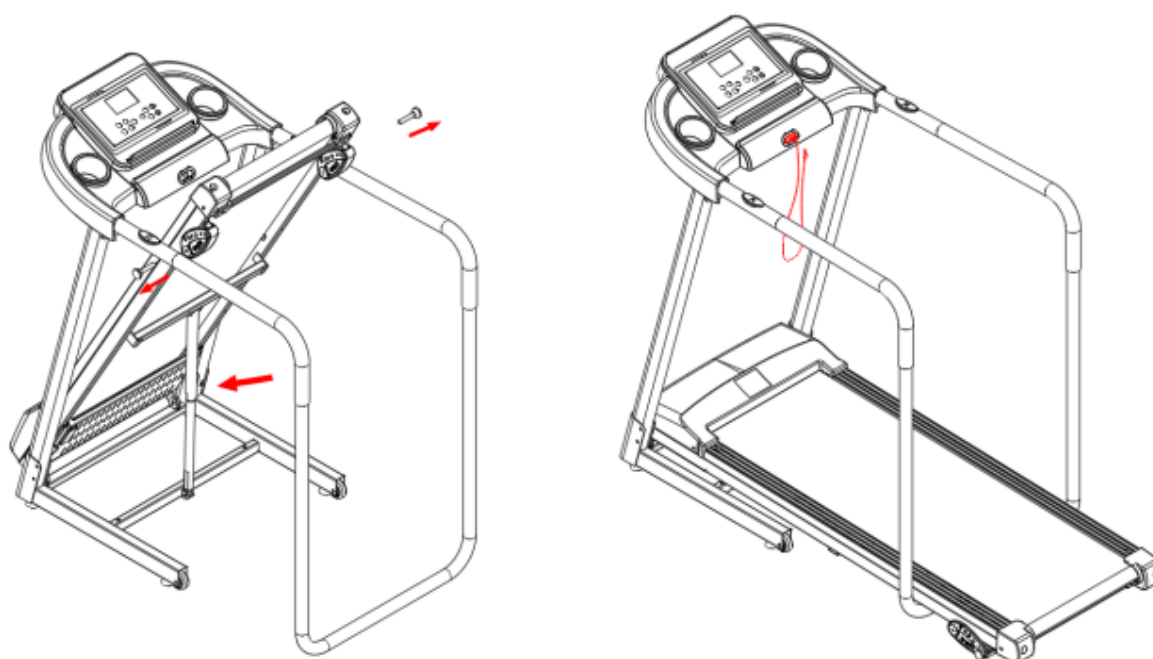
Po dokręceniu wszystkich śrub włóż klucz zabezpieczający do przeznaczonego do tego gniazda (pod monitorem).



Jeśli nie korzystasz z bieżni przez dłuższy czas, wykręć śruby mocujące z tyłu bieżni, podnieś bieżnię do górnej pozycji między uchwyty (jak pokazano na rysunku) i wkręć śruby z powrotem na miejsce aby się nie zgubiły. **(Te śruby mocujące dotyczą tylko wersji bieżni z poręczami!!! W przypadku bieżni bez poręczy żadne śruby nie są wykręcane!!!)**



Jeśli chcesz ustawić bieżnię w pozycji poziomej i przygotować ją do biegania, odkręć śruby mocujące z tyłu bieżni, lekko wciśnij stopą tłok pod powierzchnią bieżni. Zacznie płynnie opadać. Następnie ponownie wkręć śruby. **(Te śruby mocujące dotyczą tylko wersji bieżni z poręczami!!!)**



## INSTRUKCJA UŻYCIA

1. Stań na krawędziach pasa.
2. Po naciśnięciu przycisku START taśma będzie się obracać z prędkością 1 km/h. Prędkość w km/h pojawi się na wyświetlaczu w okienku prędkości.
3. Naciśnij przycisk PRĘDKOŚĆ lub nachylenie, aby ustawić żądaną prędkość lub nachylenie. Żądana prędkość lub nachylenie zostaną wyświetlone na wyświetlaczu.
4. Aby bezpiecznie zakończyć ćwiczenie, najpierw naciśnij przycisk STOP, aby wyłączyć pas. Powoli zatrzymaj pas. Wyłącz zasilanie.
5. Pas wyświetla tętno podczas ćwiczeń za pomocą czujników na uchwytach. Wartości są jedynie orientacyjne.

**UWAGA – bieżnia przeznaczona jest przede wszystkim do biegania (tj. wyższa niż 7 - 8 km/h).** Odpowiada temu również sposób chłodzenia komory silnika.

Bez problemu można go również używać do wolniejszego chodzenia. W trybie marszu muszą być spełnione podstawowe warunki bezawaryjnej pracy bieżni ze względu na chłodzenie silnika i płytki sterującej silnika.

Podczas powolnego chodzenia silnik i płyta sterująca nie są wystarczająco chłodzone i nagrzewają się. Dlatego po 10 – 15 minutach marszu (również w zależności od wagi użytkownika – im bliżej obciążenia granicznego pasa, tym krótszy musi być odstęp chodu) należy zwiększyć prędkość pasa do wymaganej 8 – 10 km/h. przez około 1 minutę, aby silnik i płyta sterująca wystarczająco ostygły i ponownie można było chodzić po taśmie bez ryzyka przegrzania. Środek ten zapobiegnie ryzyku przegrzania tablicy sterowniczej i uszkodzeniu połączeń drukowanych i zainstalowanych elementów oraz spaleni silnika elektrycznego. Jeśli użytkownik nie może biegać po taśmie przez określony czas, powinien stanąć na bocznych plastikowych szynach lub zejść z taśmy na określony czas, aby zwiększyć prędkość dzięki ochłodzeniu. Jest to środek mający na celu utrzymanie długiej żywotności bieżni. Przy spełnieniu tych warunków gwarantujemy również przedłużoną gwarancję na silnik. Oczywiście tryb chłodzenia zależy również od temperatury otoczenia. Im chłodniejsza przestrzeń, tym wydajniejsze chłodzenie silnika.

Po zakupie bieżni konieczne jest przetestowanie warunków pracy i ich przestrzeganie podczas użytkowania bieżni.

### **Bieżnia GB3500 to bieżnia elektryczna do użytku domowego.**

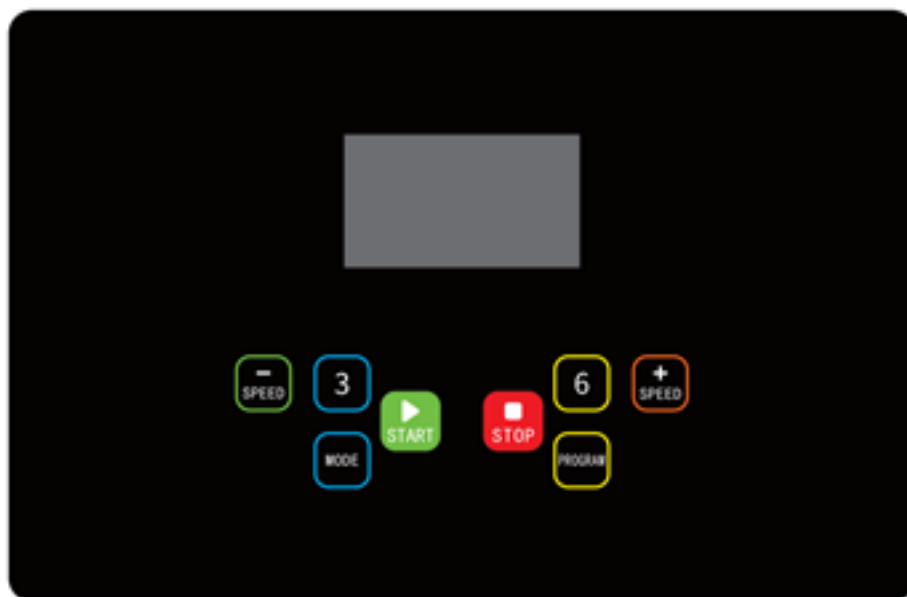
Polecamy pas do mniejszych obciążeń kilkugodzinnych tygodniowo, o wadze poniżej 110 kg oraz do lżejszego biegania z prędkością ok. 6 - 7 km/h. Jeśli pas jest używany do wolniejszego chodzenia, należy przestrzegać instrukcji dotyczących chłodzenia silnika, aby uniknąć uszkodzenia elementów elektrycznych pasa. Maksymalna prędkość około 8 km/h. należy używać tylko przez krótki czas, aby nie przeciążać maszyny. Wtedy będzie służył przez długi czas i będzie służył Twojej pełnej satysfakcji.

**Wersja maszyny z poręczą jest przeznaczona dla osób starszych, a także do poruszania się po wypadkach i kontuzjach lub może służyć do rekonwalescencji. Sposób i częstotliwość stosowania należy skonsultować z lekarzem.**



## Opis funkcji pasa i elementów sterujących

### 1.1. Wygląd panelu wyświetlacza



Funkcje wyświetlacza:

#### "PRĘDKOŚĆ" :

Dane dotyczące prędkości pojawiają się na wyświetlaczu. Zakres wynosi 0,5 – 8 km/h.

Po naciśnięciu przycisku START rozpocznie się odliczanie „3, 2, 1”.

Możesz ręcznie dostosować prędkość za pomocą przycisków „SPEED +” i „SPEED -”.

Przyciski numeryczne 3 i 6 umożliwiają bezpośrednie ustawienie wybranej prędkości.

#### "CZAS" :

Wyświetla czas ćwiczeń w trybie ręcznym od 0:00 do 99:59. Można również ustawić odliczenie od ustawionej wartości do 0:00. Po osiągnięciu 0:00 taśma zatrzyma się całkowicie w ciągu 5 sekund.

#### "DIS." (odległość = odległość) :

Pokazuje odległość przebytą od 0.  $0 \leq 99,9$ . Możesz także ustawić odliczenie od ustawionej odległości. Po osiągnięciu 0,0 pas zacznie zwalniać i całkowicie zatrzyma się w ciągu 5 sekund.

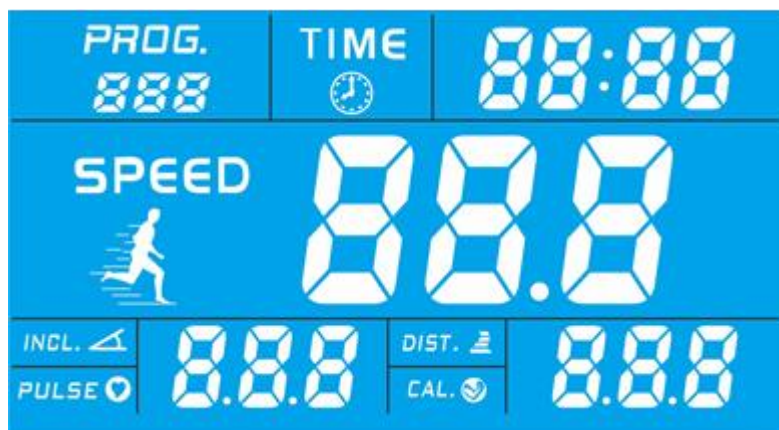
#### "CAL."(kalorie = kalorie) :

Wyświetla ilość spalonych kalorii od 0,0  $\leq 999$ . Istnieje również możliwość ustawienia odliczania osiągniętych punktów wypalenia kalorie. Po osiągnięciu 0,0 pas zacznie zwalniać i całkowicie zatrzyma się w ciągu 5 sekund.

„PULSE” (tętno = tętno):

Pokazuje wartość tętna użytkownika. Gdy użytkownik położy obie ręce na czujnikach na uchwytach, pas automatycznie rozpocznie pomiar tętna, a po 6 sekundach wartość tętna w zakresie zostanie wyświetlona na wyświetlaczu od 50 do 200 uderzeń na minutę. Wartości mają charakter wyłącznie orientacyjny i nie mogą być wykorzystywane do celów medycznych.

### Wyświetlanie danych na wyświetlaczu:



### (obraz ilustracyjny)

#### Opis przycisków na wyświetlaczu:

"PROGRAM" (wybierając dowolny z 12 gotowych programów) P1-P12

Naciśnij przycisk „PROG”, aby wybrać jeden z 12 zaprogramowanych programów „P1 – P12”.

Wybór poszczególnych programów odbywa się za pomocą przycisków „SET +” i „SET –”.

Taśmę uruchamia się naciskając przycisk „Start”. Dane ciągle będą pokazywane na wyświetlaczu podczas pracy maszyny. Zatrzymać użyj przycisku „Stop”, aby zatrzymać bieg taśmy. Następnie pas płynnie przestaje się obracać.

"TRYB" Wciśnij ten przycisk i ustaw indywidualne wartości według jakich chcesz używać pasa - ustawienie czasu, odległość lub zużycie kalorii. Poszczególne funkcje zmienia się naciskając przycisk „SET +” lub „SET –”. Po tym naciśnij przycisk START, bieżnia zacznie pracować z prędkością 1 km/h. Możesz dostosować prędkość, jak chcesz. Wybrany wartości będą stopniowo maleć aż do zera, kiedy to bieżnia płynnie się zatrzyma.

"POCZĄTEK": Naciśnięcie tego przycisku uruchomi taśmę z podstawową prędkością 1 km/h. W ręcznym sterowaniu tobą możesz płynnie ustawić żadaną prędkość i możesz ją zmieniać w sposób ciągły za pomocą przycisków na wyświetlaczu lub na uchwytach paska. Po starcie rozlega się dźwięk pasa, a na wyświetlaczu pojawiają się cyfry 3, 2, 1 odlicza czas, a pas porusza się płynnie. Zatrzymanie odbywa się za pomocą przycisku „Stop”.

"ZATRZYMYWAĆ SIĘ": Podczas biegu naciśnij ten przycisk, a jeśli pas porusza się z prędkością większą niż 3,5 km/h, zwolni, a następnie przystanki. Jeśli pas porusza się z prędkością mniejszą niż 3 km/h, zatrzymuje się natychmiast. Podczas tego procesu stop, żadne inne przyciski nie są dostępne.

„Klucz bezpieczeństwa”: klucz bezpieczeństwa

W razie niebezpieczeństwa odłącz bezpiecznik bezpieczeństwa KLUCZA BEZPIECZEŃSTWA. Taśma zatrzymuje się natychmiast. Jeśli będziesz mieć przymocowany klips, a jeśli pas się chwieje, klucz bezpieczeństwa i pas zostaną odłączone

## Tabela z zakresem poszczególnych wielkości w różnych programach:

	Wyświetlane dane	Fc TRYB	Funkcja PROG	Opcja ustawienia
Prędkość	0,5 km/h — 8 km/h	-----	-----	0,5 KM/h — 8 KM/h
Czas	0:00-99:59	30:00	30:00	5:00 --- 99:00
Dystans	0,00 KM — 99,9 KM	0,5 km	-----	0,5 KM — 99,5 KM
Kaloria	0 kcal — 999 kcal	50 kalorii	-----	10 kcal — 995 kcal

## Gotowe programy:

Układ posiada 12 wbudowanych programów P01 - P12. Program „P01” zostanie wyświetlony jako pierwszy, po wybraniu żądanego programu należy nacisnąć przycisk „PROG”, ikona „CZAS” zacznie migać; ustawiony czas to 30:00, aby ustawić żądany czas w każdej sekcji, naciśnij kilkakrotnie przycisk , naciśnij przycisk „SET +” lub przycisk „SET-”. Każde naciśnięcie przycisku dodaje jedną minutę w każdej z 10 sekcji. Po uruchomieniu zaprogramowanego programu przyciskiem „START”, program ten jest podzielony na 10 części, a każda część ma określony czas ruchu = ustawiony czas 1 minuta, który można dostosować do wymagań. Przy wejściu do następnej części system wyda 3 razy sygnał dźwiękowy „Bi-Bi-Bi-”, a prędkość taśmy zmieni się na zadaną wartość następnej części programu, którą można ręcznie dostosować, naciskając przycisk „+”, „-”. Po zakończeniu programu ponownie rozlegnie się sygnał dźwiękowy i taśma powoli się zatrzyma. System zostanie przywrócony po 5 sekundach od zakończenia programu.

W każdych warunkach wyciągnięcie klucza bezpieczeństwa może natychmiast zatrzymać pas, bieżnia natychmiast się zatrzyma, a okienko prędkości pokaże „E07”. Następnie użytkownik musi wyłączyć pas wyłącznikiem głównym. Po ponownym umieszczeniu klucza bezpieczeństwa na panelu wyświetlacza można ponownie włączyć pas, a system wznowi pracę.

Zamknięcie:

Bieżnię można w każdej chwili wyłączyć wyłącznikiem.

## Podział prędkości dla gotowych programów:

Czasowy część program		10 minut to łączna możliwa długość ustawień w każdej z 10 części programu (po 1 min. każda)									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Prędkość	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	Prędkość	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	Prędkość	2	4	6	6	3	4	5	2	3	2
P4	Prędkość	3	3	5	6	4	4	5	4	3	2
P5	Prędkość	3	6	6	6	2	2	4	3	2	1
P6	Prędkość	2	6	5	4	3	3	5	4	3	2

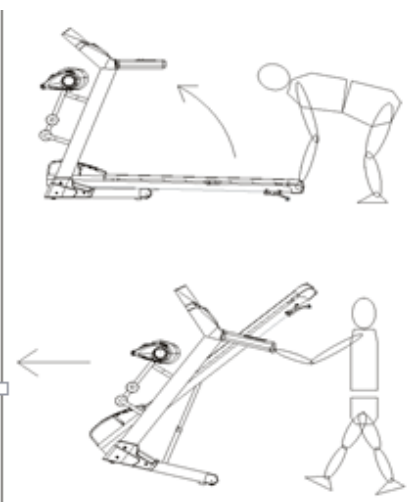
P7	Prędkość	2	5	5	4	4	6	5	3	2	2
P8	Prędkość	2	4	4	4	5	6	4	3	3	1
P9	Prędkość	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	Prędkość	2	5	3	5	4	6	5	2	4	3
P11	Prędkość	2	5	6	6	4	3	2	5	3	2
P12	Prędkość	2	3	5	6	5	6	4	6	5	3

### **Składanie i przenoszenie pasa**

Aby przygotować się do przesunięcia pasa, konieczne jest pasek był wyłączony, a gniazdo wyciągnięte sieci.

Następnie podnieś powierzchnię jezdną między uchwytami oraz przechylając pas koła na krawędzi dolnego

Rama, możesz przesuwając pasek, jak chcesz. Wszystko jest pokazano na schematycznych obrazach.



## **KONSERWACJA bieżni**

### **ZŁY PASEK LUB PASEK KLINOWY :**

Gdy bieżnia przeskakuje, wykonaj poniższe czynności, aby określić, czy bieżnia wymaga regulacji – bieżnika czy paska klinowego. W celu prawidłowego rozpoznania przyczyny należy postępować zgodnie z następującą procedurą.

- należy odkręcić śrubę osłony paska i zdjąć ją.

- włączyć pas przy prędkości ok. 3 km/h, nadeptnąć na pas i spróbować go zatrzymać. Jeśli pasek zatrzymuje się wraz z przednią rolką napędową, ale silnik nadal pracuje, pasek klinowy należy naprężyć.

Jeśli pas bieżni zatrzyma się, ale przednia rolka napędowa nadal się obraca i ślizga, należy naprężyć pas obrotowy.

### **Regulacja paska klinowego - napięcie :**

Odłącz pas od źródła zasilania (sieci) i zdejmij osłonę ochronną. Poluzuj cztery śruby na silniku i obróć śrubę regulacyjną -

specjalna śruba, przeznaczona do napinania lub luzowania paska klinowego. Wkręć zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Po regulacji dokręć wszystkie cztery śruby na pokrywie silnika. Podłącz pasek do sieci. Sprawdź, czy pasek klinowy nie jest luźny i czy jest wystarczająco napięty. Jeśli nadal musisz naprężyć pasek klinowy, powtórz operację jeszcze raz.

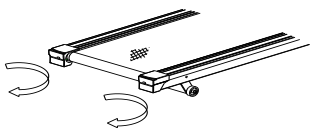
Śruba regulacyjna – śruba napinająca

Górna śruba – górna śruba

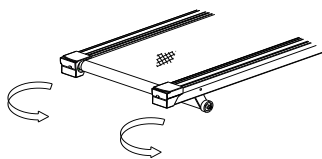
Rolka przednia – rolka przednia napędu

### **Regulacja bieżni :**

Używaj paska na twardej, równej powierzchni. Jeśli pas nadal nie jest stabilny, ustaw na nim prędkość 5 - 6 km/h. Obróć śruby po obu stronach w prawo lub w lewo, aby wyregulować pasek, jak pokazano na poniższym rysunku. Można do tego użyć klucza imbusowego.

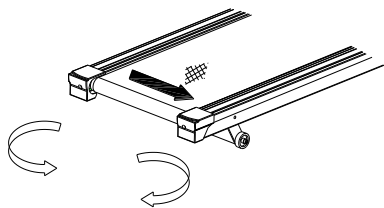


Napinanie bieżni (schemat 1)

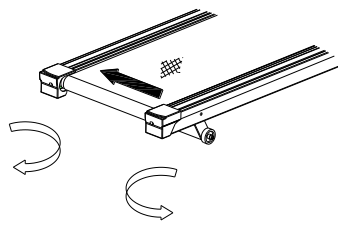


Wyzwalanie na bieżni (schemat 2)

Jeśli pasek jest przekrzywiony z jednej strony, zrównoważ pasek za pomocą śrub, aby w razie potrzeby dokręcić lub poluzować obrotową rolkę napędową, jak pokazano na poniższym rysunku. Śruby regulacyjne służą do wypoziomowania rolki w celu równomiernego naprężenia obracającej się taśmy w kierunku prostym. Jeśli występuje jakiegokolwiek odchylenie w bok, konieczne jest dokręcenie cylindra po stronie odchylenia lub lekkie poluzowanie po drugiej stronie. Należy uważać, aby obracający się pasek nie ślizgał się, ale także, aby nie był zbyt napięty. Spowodowałoby to nadmierne zużycie. Postępuj zgodnie z opisem lub nawet zgodnie z rysunkami, na których jest wskazany kierunek obrotu klucza imbusowego do regulacji cylindra obrotowego.



Korekta odchylenia pasa w prawo (schemat 3)



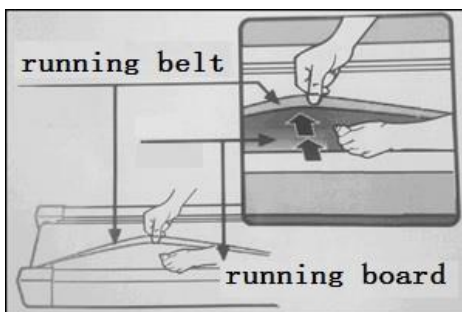
Wyrównanie ugięcia pasa w lewo (schemat 4)

### **Smarowanie ruchomych części i czyszczenie – BARDZO WAŻNE !!!**

Tarcie okładzin może odgrywać ważną rolę w działaniu i żywotności maszyny. Dlatego zalecamy regularne smarowanie ruchomych części olejem silikonowym, aby wydłużyć żywotność paska. Pasek należy nasmarować po około pierwszych 40 godzinach pracy. Zalecamy również smarowanie platformy według następującego harmonogramu:

- umiarkowane użytkowanie (mniej niż 3 godziny tygodniowo) co 6 miesięcy
- umiarkowane użytkowanie (3-5 godzin tygodniowo) co 3 miesiące
- intensywne użytkowanie (powyżej 5 godzin tygodniowo) co 6-8 tygodni.





Niezbędnym elementem pielęgnacji bieżni jest smarowanie i odpylanie powierzchni ciernych pasa oraz komory silnika i płyt sterujących. Pozwala to uniknąć możliwości zwarcia elementów elektrycznych. Odkurzyć kurz z części elektrycznych w komorze silnika. **Wcześniej konieczne jest odłączenie bieżni od sieci!**

Do odkurzania używaj miękkiej, wilgotnej szmatki. Najpierw wytrzyj obszar między pasem a platformą. Przed ponownym smarowaniem należy zawsze usunąć kurz. Jeśli pozostanie osad pyłu, zmniejszy się skuteczność dosmarowywania płyty, zwiększy się tarcie między pasem a płytą bieżną, a to również spowoduje niepotrzebne przeciążenie silnika. **DLATEGO NALEŻY ZAWSZE UTRZYMYWAĆ ODPOWIEDNIE SMAROWANIE PASA!**

Rozprowadź smar - najlepiej olej silikonowy - równomiernie na wewnętrznej powierzchni pasa i na płycie bieżnej lub równomiernie spryskaj olejem deskę (upewnij się, że maszyna jest wyłączona i odłączona od źródła zasilania). Do paska przymocowana jest plastikowa rurka z olejem.

Regularnie smaruj przednie i tylne rolki, aby zachować maksymalną wydajność.

**UWAGA!** Przed konserwacją i czyszczeniem upewnij się, że pas jest odłączony od źródła zasilania.

Konieczne jest również ciągle usuwanie kurzu z komory silnika i sąsiednich części. Odkręć plastikową osłonę nad silnikiem i albo odkurz cały obszar odkurzaczem (UWAGA, aby nie dotknąć i nie uszkodzić drukowanych połączeń i wszystkich elementów elektrycznych). Jeśli nie chcesz używać odkurzacza, użyj miękkiej szczotki, aby dokładnie oczyścić wszystko z kurzu. Następnie umieść pokrywę z powrotem na jej pierwotnym miejscu. Należy przestrzegać zasady, że pas **BĘDZIE ODŁĄCZONY** od źródła prądu!

## Możliwe usterki i ich eliminacja

Pojawił się problem	Możliwe przyczyny	Rozwiązywanie problemów
Pasek nie działa	a. Brak połączenia z siecią	Podłącz pasek do gniazda
	b. Klucz bezpieczeństwa nie jest włożony	Włóż klucz bezpieczeństwa do odpowiedniego gniazda
	c. Kabel połączeniowy jest odłączony lub luźny	Sprawdź kable na wyświetlaczu iw komorze silnika, jeśli są podłączone
	d. Główny wyłącznik nie jest włączony	Włącz główny wyłącznik pasa
Ruch pasa nie jest płynny	a. Powierzchnia toczna nie jest wystarczająco nasmarowana.	Nasmaruj zgodnie z instrukcją.
	b. Pas bieżni jest zbyt napięty	Wykonaj regulację zgodnie z instrukcją
Obracający się pasek ślizga się	a. Pas jest zbyt luźny	Wykonaj regulację zgodnie z instrukcją
	b. Pasek klinowy jest zbyt luźny.	Naciągnąć pasek klinowy zgodnie z instrukcją

### Komunikaty o błędach

## E02

Przebiecie

Opis: napięcie jest wyższe niż 220 V-240 V.

Rozwiązywanie problemów: Sprawdź, czy napięcie zasilania jest zgodne ze specyfikacją. Jeśli nie, zmień napięcie na prawidłowe i ponownie przetestuj maszynę. Nie używaj urządzenia, jeśli przebiecie w gniazdku jest wyższe niż 235 V. W takim przypadku należy wyjąć wtyczkę z gniazdka do czasu usunięcia usterki w dystrybucji energii elektrycznej.

## E03

Zabezpieczenie przed nadmiernym przepływem prądu

Opis: Zabezpieczenie nadprądowe: Podczas pracy dolny regulator wykrywa prąd powyżej 6A przez ponad 3 sekundy.

Rozwiązywanie problemów: Możliwa przyczyna:

Przebiecie prowadzi do przepływu nadmiernego prądu i system zatrzyma się w celu samoobrony lub jakaś część zostanie zablokowana, powodując zatrzymanie silnika. Zatrzymaj bieżnię i uruchom ją ponownie. Sprawdź silnik pod kątem płynu lub zapachu spalenizny. Jeśli tak, wyjmij silnik; sprawdzić zapachy wydobywające się z regulatora. Jeśli tak, wymień regulator; sprawdź napięcie zasilania, jeśli nie mieści się w specyfikacji, zmień na prawidłowe napięcie i ponownie przetestuj maszynę.

## E04

Awaria silnika

Opis usterki: Brak sygnału prędkościomierza.

Rozwiązywanie problemów: Sprawdź połączenia kabli silnika pod kątem dobrego stanu i prawidłowego okablowania.

Sprawdź silnik, jeśli jest uszkodzony, należy go wymienić lub naprawić.

## E06

Błąd w komunikacji między wyświetlaczem a płytą sterującą silnika - pojawia się przy starcie.

Rozwiązanie: Przed sprawdzeniem należy odłączyć kabel

Sprawdź wiązkę przewodów między wyświetlaczem a płytą sterującą silnika. Jeśli styki są luźne, dokręć je. Uszkodzone kable należy wymienić, a także tablicę sterującą silnika, jeśli jest uszkodzona. Tutaj zalecamy rozwiązanie po uzgodnieniu z serwisem.

## E07

„— — —” pas nie działa, ponieważ obwód elektryczny nie jest podłączony. aktualny

Rozwiązanie: Sprawdź włożenie lub prawidłowe położenie klucza bezpieczeństwa w wyłączniku. Jeśli wszystko jest w porządku, a pas się nie uruchomił, otwórz wyświetlacz i sprawdź połączenie kabla z wyłącznikiem pod kluczem bezpieczeństwa. Jeśli to nie zadziała, należy skontaktować się z serwisem.

## EOC

Ochrona przed przegrzaniem

Opis usterki: Zabezpieczenie przed przegrzaniem: nieprawidłowe napięcie lub silnik powoduje awarię obwodu napędzającego silnik.

Rozwiązywanie problemów: Możliwa przyczyna: Sprawdź, czy napięcie zasilania jest o 50% niższe niż normalne napięcie, jeśli nie, użyj prawidłowego napięcia i ponownie przetestuj przyrząd;

Sprawdzić, czy z regulatora wydobywa się zapach spalenizny, jeżeli tak, należy go wymienić; Sprawdź, czy kable otoru są prawidłowo podłączone.

## (maszyny siłowe z komputerem)

Korzystanie z przyrządu do ćwiczeń ACRA, s.r.o. przyniesie Ci kilka korzyści: poprawi Twoją kondycję fizyczną, wzmocni mięśnie i pomoże Ci schudnąć, kontrolując spożycie kalorii. Jeśli masz problemy zdrowotne, przed użyciem urządzenia skonsultuj się z lekarzem.

### 1. FAZA ROZGRZEWKI

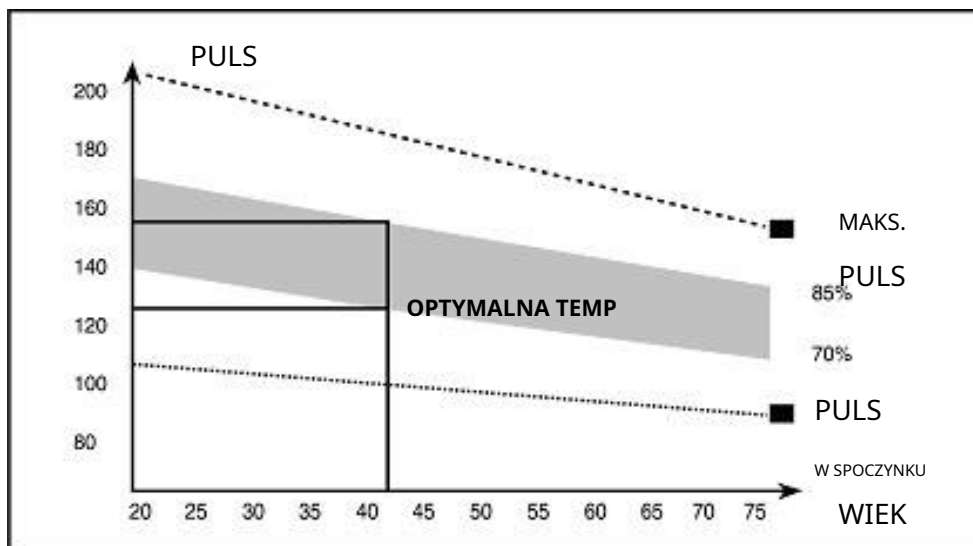
Faza rozgrzewki pobudza krążenie krwi, rozgrzewa i przygotowuje mięśnie do prawidłowej pracy. Jednocześnie zmniejszy ryzyko skurczów i urazów mięśni. Nie przegap tego etapu!

Zalecamy wykonanie kilku ćwiczeń rozciągających, jak pokazano poniżej. Powinieneś wytrzymać każde rozciągnięcie przez około 30 sekund, nie szarpać ani nie zmieniać mięśni **-jeśli czujesz ból, przestań!**



### 2. FAZA ĆWICZEŃ

Na tym etapie wkładasz najwięcej wysiłku. Regularne ćwiczenia uelastycznią mięśnie nóg. Ćwicz we własnym tempie, które utrzymujesz przez całe ćwiczenie.



Na początek optymalnie jest ćwiczyć 15-20 minut, po kilku sesjach treningowych można ćwiczyć jeszcze dłużej. Zalecamy trenować co najmniej trzy razy w tygodniu, w miarę możliwości z równomiernym rozłożeniem czasu. W tabeli przedstawiono zalecane wartości ćwiczeń mierzone tętnem w zależności od wieku. Ciemny pasek wskazuje zakres tętna, w którym ćwiczenia są najbardziej efektywne. Nie zalecamy obciążania organizmu maksymalnymi wartościami – tylko w niewielkim procencie. Staraj się, aby maksymalny czas ćwiczeń mieścił się w zalecanych wartościach.



### **3. FAZA UPOKOJENIA**

Ta faza jest niezbędna do stopniowego rozluźnienia układu sercowo-naczyniowego i mięśni. Powtórz ćwiczenia rozciągające, ponownie uważając, aby nie przeciążyć ani nie napiąć mięśni.

### **4. KSZTAŁTOWANIE MIĘŚNI**

Jeśli również starasz się poprawić swoją kondycję fizyczną, konieczna jest zmiana programu treningowego. Podczas fazy rozgrzewki i rozluźnienia ćwicz jak zwykle, ale pod koniec fazy ćwiczeń zwiększ opór.

### **5. REDUKCJA WAGI**

Ważnym czynnikiem w utracie wagi jest ilość przyjmowanych i wydalanych kalorii. Im dłużej i intensywniej ćwiczysz, tym więcej spalasz. Jednak konieczne jest również monitorowanie ich spożycia, szczególnie uważanie na tłuste, słodkie potrawy i wielkość porcji.

## **KARTA GWARANCYJNA**

### **(Maszyny do ćwiczeń z komputerem)**

Produkt objęty jest gwarancją kupującego (konsumenta) na okres 24 miesięcy od daty zakupu (przejęcia). Kartę gwarancyjną wraz z dowodem zakupu i instrukcją obsługi należy starannie przechowywać!

### **SKARGA**

Prawa z tytułu odpowiedzialności za wady można dochodzić tylko ze sprzedawcą, u którego produkt został zakupiony.

Konieczne jest wskazanie wady – tj. wystarczająco dokładnie zaznaczyć wadę lub jak wada objawia się na zewnątrz. Nie wystarczy ogólnie sformułowane stwierdzenie, że produkt ma wadę!

Reklamacja musi zawierać również pouczenie o przysługującym kupującemu szczególnym prawie z tytułu odpowiedzialności za wady oraz musi być poparta wypełnioną kartą gwarancyjną z pieczętką sprzedawcy oraz dowodem zakupu (paragonem) z datą sprzedaży. Jednocześnie produkt musi być opatrzony odpowiednim opakowaniem, najlepiej oryginalnym.

Kupujący ma prawo do bezpłatnego, należytego i terminowego usunięcia wady (nie później niż w ciągu 30 dni od dnia zgłoszenia reklamacji, chyba że kupujący i sprzedawca uzgodnią dłuższy termin) lub wymiany produktu.

Do okresu rękojmi nie wlicza się okresu od wykonania prawa z tytułu odpowiedzialności za wady do momentu, w którym kupujący był zobowiązany do odebrania produktu po dokonaniu naprawy (niezależnie od tego, kiedy kupujący faktycznie rzecz przejął).

Prawa z tytułu odpowiedzialności za wady produktu wygasają, jeżeli nie zostaną zgłoszone w okresie gwarancyjnym (tj. najpóźniej do ostatniego dnia okresu gwarancyjnego).

### **GWARANCJA NIE OBEJMUJE:**

Zużycie produktu spowodowane jego normalnym użytkowaniem. (Normalne użytkowanie oznacza używanie zgodnie z przeznaczeniem produktu i w sposób opisany w załączonej instrukcji użytkowania)

### **GWARANCJA NIE OBEJMUJE RÓWNIEŻ WAD SPOWODOWANYCH:**

Uszkodzenie mechaniczne; (na przykład wady spowodowane przecięciem produktu lub jego części podczas rozpakowywania)

Nieprofesjonalna interwencja (naprawa) ze strony użytkownika, w tym osób trzecich;

Niewłaściwa obsługa lub obsługa niezgodna z instrukcją użytkowania;

Nie wykonując niezbędnych czynności konserwacyjnych opisanych w instrukcji obsługi;

Narażenie na niekorzystne wpływy zewnętrzne, niskie/wysokie temperatury, niewłaściwe przechowywanie;

Zdarzenie nieuniknione – klęska żywiołowa;

### **NAPRAWA PŁATNA:**

Jeśli występuje wada nieobjęta gwarancją lub okres gwarancji już upłynął, a kupujący żąda naprawy, jest to naprawa odpłatna.

Pozostałe prawa i obowiązki regulują przepisy ustawy. nr 40/1964 Dz.U., kodeksu cywilnego, w szczególności § 612 i nast.

Ekologiczna utylizacja sprzętu elektrycznego (komputera) jest zapewniona w ramach zbiorczego systemu **ASEKOL**

Za opakowanie ww. produktu do użytkowania i odbioru zgodnie z § 10 i § 12 ustawy została uiszczona opłata. nr 477/2001 Coll., na opakowaniu, do systemu EKO-KOM pod numerem identyfikacyjnym WE – F0020281.

<b>Oznaczenie typu produktu:</b>	<b>Data wyprzedaży:</b> <b>Pieczęć i podpis sprzedawcy:</b>
----------------------------------	--

<b>Data skarga</b>	<b>Nagana wada</b>	<b>Zapisy centrum serwisowego</b>	<b>Giełda część</b>	<b>Notatka</b>

W przypadku pytań prosimy o kontakt z naszym INFO lub działem reklamacyjnym.

# ☐ Deklaracja zgodności WE/UE nr 03052020/A

☐

☐

☐ Niniejszym potwierdzamy, że maszyna jest zgodna ze wszystkimi odpowiednimi przepisami Wspólnoty Europejskiej, przepisami rządowymi i normami wymienionymi poniżej. Niniejsza deklaracja zgodności wydana zostaje na wyłączną odpowiedzialność producenta.

## Importer (upoważniony

przedstawiciel):

ACRA s.r.o., Brodská 161, 513 01 Semily, Republika Czeska

## Producent:

NINGBO, dystrykt Ningbo, Chiny

## ☐ Produkt:

nazwa

Bieżnia

typ

GB3400

modyfikacje

**GB3500**, GB3550, GB4200, GB3950

## Opis i określenie funkcji produktu:

Bieżnia służy do chodzenia i biegania w pomieszczeniach. Prędkość 0,5-6 km/godz. Napięcie zasilania 230 V AC. Poszczególne modyfikacje różnią się niektórymi parametrami technicznymi. Zasada budowy i zastosowane elementy są takie same.

## Zweryfikowany przez:

Rozporządzenie Rządu nr 118/2016 Sb., które jest równoważne z Dyrektywą Rady 2014/35/UE, Rozporządzenie Rządu nr 117/2016 Sb., które jest równoważne z Dyrektywą Rady 2014/30/UE, Rozporządzenie Rządu Nr 176/2008 Sb. w brzmieniu zmienionym rozporządzeniem rządu nr 170/2011 Dz.U. i 229/2012 Sb. i 320/2017 Coll., która jest równoważna z dyrektywą Rady 2006/42/WE zmienioną dyrektywą Rady 2009/127/WE i 2012/32/UE, ČSN EN ISO 12100, ČSN EN 957-6 +A1, ČSN EN 60335-1 wyd. 2, ČSN EN 61000-6-3 wyd. 3, ČSN EN 55014-1 wyd. 4, ČSN EN ISO 13849-1

*W Semilach 20.05.2020r*