

ИНСТРУКЦИИ ЗА УПОТРЕБА НА БЯГАЩА ПЪТЕКА AMILA Progressive 350PI



ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ

| | |
|---|---|
|  ВНИМАНИЕ: | Никога не използвайте бягащата пътека преди да закрепите магнитния ключ за вашето облекло. |
|---|---|

ВНИМАНИЕ:

За да намалите риска от токов удар и сериозни наранявания, моля, прочетете всички важни инструкции за безопасност, предпазни мерки и предупреждения, преди да използвате бягащата пътека. Отговорност на собственика е да гарантира, че всички потребители на тази бягаща пътека са адекватно информирани. Моля, запазете тези инструкции за бъдещи справки.

1. Следвайте инструкциите - Трябва да се спазват всички инструкции за експлоатация и употреба.
2. Не сваляйте капака - Вътре няма части за обслужване от потребителя. Обърнете се към квалифициран сервиз.
3. Свържете тази бягаща пътека само с правилно заземен контакт.
4. Не споделяйте контакта с други домакински уреди с висока мощност - като микровълнова фурна, климатик и др.
5. Не използвайте тази бягаща пътека в близост до влага и прах.
6. Не поставяйте предмети върху бягащата пътека. Не разливайте течности върху уреда.

7. Носете подходящи дрехи и обувки за упражнения, когато използвате бягащата пътека. Не носете широки дрехи, които могат да попаднат между лентата и дъската.
8. Деца под 12-годишна възраст и домашни любимци трябва да избягват бягащата пътека през цялото време. Деца на възраст над 12 години не трябва да използват бягащата пътека без надзор от възрастни.
9. Пазете продукта далеч от горещи повърхности.
10. Почистване и/или поддръжка - Изключете захранващия кабел преди почистване или поддръжка.
11. Не спортувайте върху бягащата пътека ако захранващият кабел или щепсел са повредени или уреда не работи правилно.
12. Поставете бягащата пътека само на равна повърхност.
13. Ако изпитвате някакъв вид симптоми, включително, но не само болка в гърдите, припадъци, гадене, замаяване или задух, спрете тренировката незабавно и се консултирайте с Вашия лекар, преди да продължите.
14. Моля, консултирайте се с личния си лекар преди да бягате, ако имате някое от следните заболявания:
 - Сърдечни заболявания, хипертония, захарен диабет, респираторни заболявания, тютюнопушене и други хронични заболявания.
 - Ако сте над 35 години и имате наднормено тегло.
 - Жени, които са бременни или са в период на кърмене.
 - Ако имате поставен пейсмейкър или някакъв вид медицинско оборудване.
15. Изключете захранващия кабел след работа с бягащата пътека.
16. Не повдигайте и не премествайте уреда, освен ако не е в изправено положение, в сгънато положение и със заключване на ключалката.
17. Не повдигайте и не премествайте тази бягаща пътека, освен ако не е напълно сглобена.
18. Не използвайте тази бягаща пътека там, където се използват аерозолни продукти или където се прилага кислород.
19. Не стартирайте бягащата пътека, докато стоите на лентата. Винаги дръжте ръкохватките по време на джогинг и бягане, докато се почувствате комфортно, без да е необходимо да държите перилата.
20. Застанете на страничната рамка, преди да стартирате бягащата пътека.
21. Не поставяйте бягащата пътека на дебел килим. Това може да доведе до повреда на двигателя от проблем с вентилацията.
22. Моля, уверете се, че магнитния ключ е поставен в определената позиция на дисплея.
23. Не позволявайте на децата ви да играят близо до вашата бягаща пътека.
24. Тази бягаща пътека е предназначена само за домашна употреба. Не използвайте тази бягаща пътека в търговски, наемни, училищни или институционални помещения. Неспазването ще анулира гаранцията.
25. Тествайте процедурата за аварийно спиране, преди да използвате бягащата пътека.
26. Пулсовият сензор не е медицинско изделие. Той е предназначен само като помощно средство за упражнения при определяне на тенденциите на пулса като цяло.

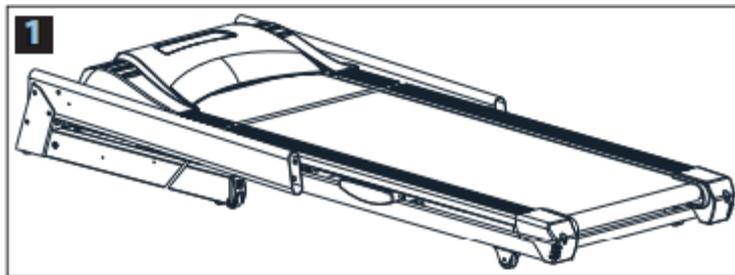
27. Не оставяйте бягащата пътека без надзор, докато тя работи. Моля, съхранявайте ключа за безопасност, когато уредът не се използва.
28. Проверявайте и затягайте редовно всички части на бягащата пътека.
29. Моля, разопаковайте кашона на бягащата пътека на равна повърхност. Препоръчително е да поставите защитно покритие на пода.

ИНСТРУКЦИЯ ЗА МОНТАЖ

За правилното сглобяване са необходими поне 2 души. Прочетете внимателно инструкциите.

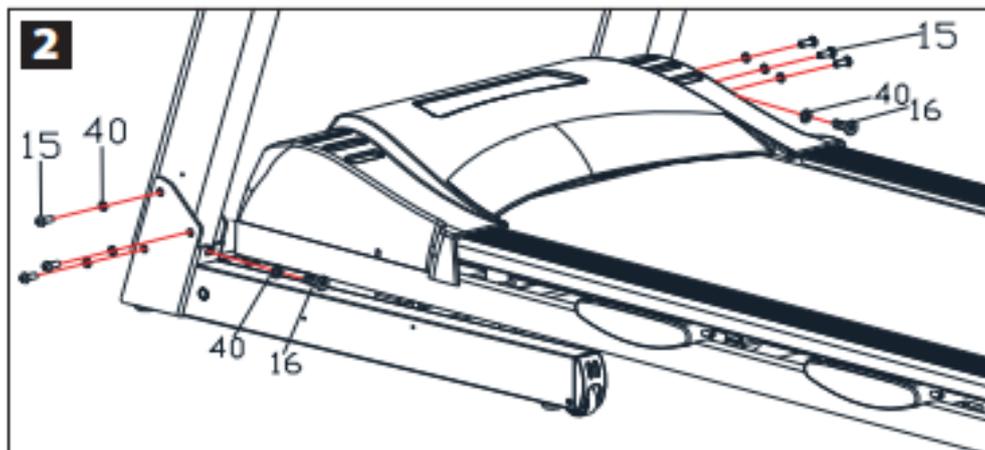
Стъпка 1

Извадете основната рамка (1) от кашона и я поставете на пода.



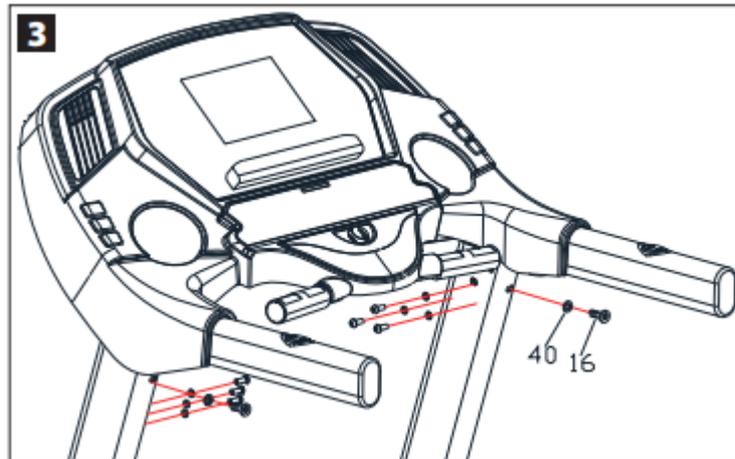
Стъпка 2

Повдигнете стойките и, като използвате шестстенния ключ #6 (102), затегнете стойките, чрез монтиране на 3 винта (15) и 3 шайби (40) от външната страна, както и 1 винт (16) и 1 шайба (40) от страната, обърната към назад. Все още не затягвайте напълно винтовете (Фигура 2).



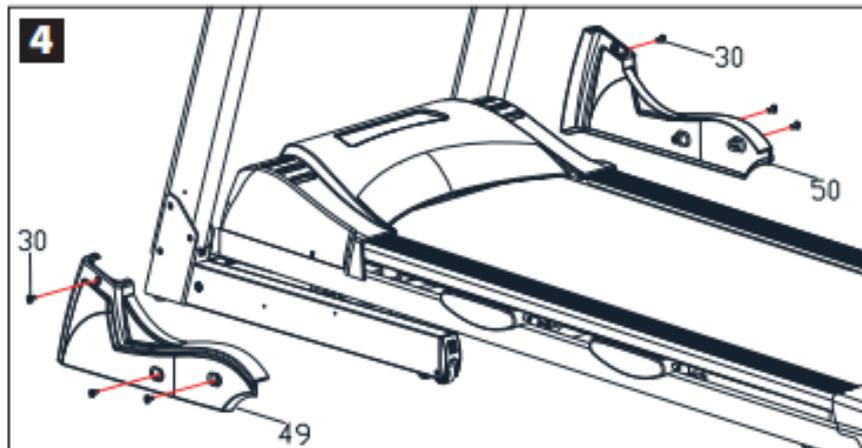
Стъпка 3

Поставете конзолата (5) върху стойките и я закрепете с помощта на винтове. (16) и шайби (40). Все още не затягайте напълно винтовете (Фигура 3).



Стъпка 4

Сега затегнете здраво винтовете от стъпка 2 и от стъпка 3, монтирайте капаците (49 и 50) отстрани на стойките и закрепете с помощта на винтове (30) и гаечен ключ (103) (Фигура 4).



А. Натиснете бутон “Enter”

Натиснете бутон “PROGRAM”, изберете програма от P1 до P12 и автоматично ще бъде зададено време 30 мин. Можете да регулирате скоростта, като натиснете клавишите “speed +” и “speed-” или натиснете клавишите за бърз достъп. След това натиснете бутона „Start” и бягащата пътека започва да работи с първата скорост и се накланя след три секунди обратно броене. Програмите са разделени на 16 секции, като времето за работа на всяка секция е 1/16 от времето. След като една секция приключи, тя автоматично ще влезе в следваща, след като всички секции приключат, бягащата пътека ще спре.

Б. Настройка на бягащата пътека

Натиснете бутоните “speed +” и “speed-”, за да регулирате скоростта или може да използвате бързите бутони от ръкохватките.

В. Бягащата пътека изчислява параметрите по време на тренировка и ги показва на дисплея.

Д. Натиснете бутона “STOP” и уреда ще спре работа.

Е. Когато програмата приключи, пътеката спира работа. Натиснете бутон “pause/clear” и уреда ще се върне в състояние на готовност.

MP3, USB функция:

Когато уредът е свързан с MP3, USB, електронният часовник може да възпроизвежда музика, контролният ключ е на аудио оборудването, моля, контролирайте силата на звука, така че качеството на звука да не бъде повлияно.

В състояние на готовност натиснете неколkokратно бутона „PROGRAM“, за да влезете в състояние на тестване на FAT, след това натиснете бутона „KEY“, за да влезете в интерфейса F-1, F-2, F-3, F-4, F-5 (F- 1 — пол, F-2 — възраст, F-3 — височина, F-5-FAT тест). Натиснете клавишите „speed +“ и „speed-“, за да зададете параметрите от 01—04 (вижте следната таблица). След това натиснете клавиша “MODE”, за да влезете в F-5 FAT интерфейса, по това време задръжте табелката за сърдечния ритъм за 4-5 секунди, след това ще покаже FAT, ще провери теглото и височината ви и ще види дали те съвпадат помежду си. FAT е цифра, която измерва съотношението между височина и тегло, тя не показва пропорцията на тялото. FAT подхожда на всички мъже и жени и е основа за хората да регулират височината и теглото си като други здрави показатели. Идеалната FAT трябва да бъде между 20-25, ако цифрата е под 19, това означава, че сте твърде слаби, а ако е над 25 и 29, това означава наднормено тегло, а ако е над 30, това означава, че дебелеете. (тези данни са само за справки и не са медицински данни.)

| | | | |
|-----|--------|------------|---------------|
| F-1 | Sex | 01 M | 02 F |
| F-2 | Age | 10-----99 | |
| F-3 | Height | 100----240 | |
| F-4 | Weight | 20-----150 | |
| F-5 | FAT | ≤19 | Underweight |
| | FAT | =(20---25) | Normal weight |
| | FAT | =(25---29) | Overweight |
| | FAT | ≥30 | Obesity |

Функция на заключване

При всяко работно състояние издърпайте ключа за безопасност, спирачката на бягащата пътека за аварийни ситуации и всички LCD дисплеи “---” звуковият сигнал звучи “ВІ-ВІ-ВІ” за аларма. Двигателят спира да се движи. Когато поставите ключа за заключване на правилното място, бягащата пътека влиза в режим на готовност в очакване на настройката.

(1). Проверете мощността на напрежение преди тренировка; проверете магнитния ключ.

(2). По време на упражнение с извънредна ситуация можете да дръпнете предпазителя, за да спрете бягащата пътека. Поставете отново защитния / магнитен ключ за нулиране и изчакайте командата за въвеждане.

(3). Непрофесионалистите нямат право да разглобяват или ремонтират, за да избегнат повреда на бягащата пътека.

СМАЗВАНЕ НА ПЪТЕКАТА

Най-важното за добрата работа на бягащата пътека и нейната издръжливост е правилното смазване между лентата и дъската.

Повдигайки лентата, с пръсти се опитваме да усетим, текстурата на протектора, т.е. дали е хлъзгав или сух. Ако пръстите ни се плъзгат лесно, тогава няма нужда смазване; необходимо е само ако е сухо.

Как се извършва смазването?

1. Повдигнете лентата от едната страна.

2. Използвайте специален спрей за пътеки или силиконова масло. Напръскайте нагоре и надолу от едната страна и след това другата страна на лентата и не повече от две пълни пръскания наведнъж.

3. Вървете 5 минути с ниска скорост (около 2,5- 3 км/ч.) и се опитайте да натиснете лентата, за да стигне маслото навсякъде.

ВНИМАНИЕ: Не смазвайте дъската под лентата повече от нормалното, защото има вероятност лентата да се изплъзне. Избърсвайте всяко масло, което е изтекло извън лентата или дъската.

Необходимо е смазване приблизително на 90 работни часа.

