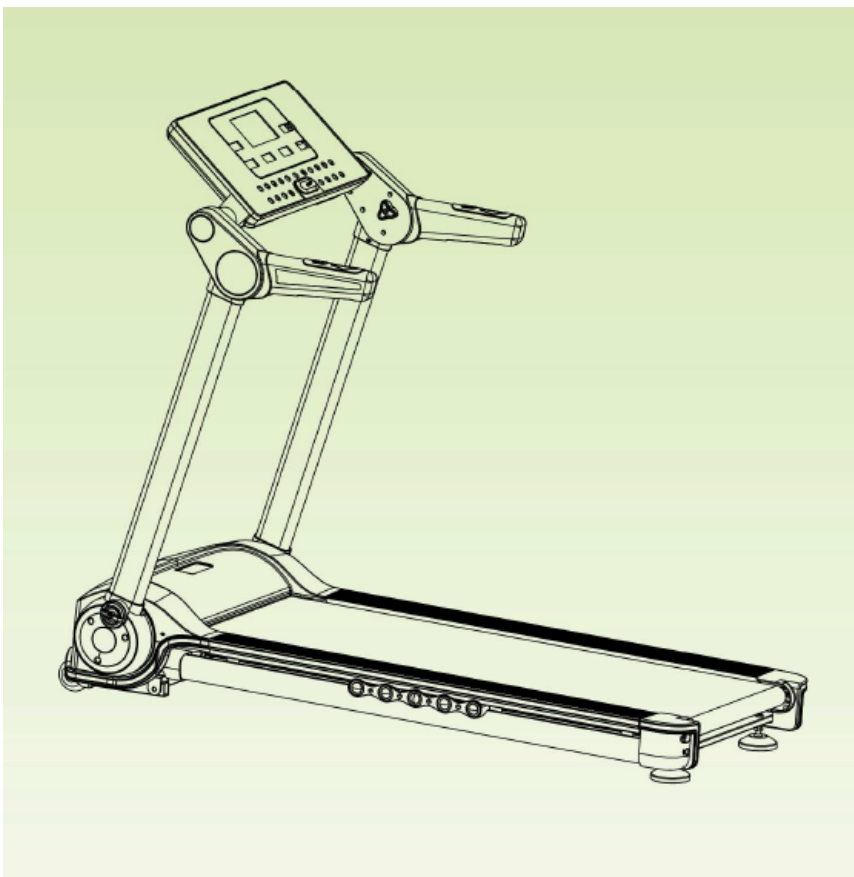


MANUALUL UTILIZATORULUI

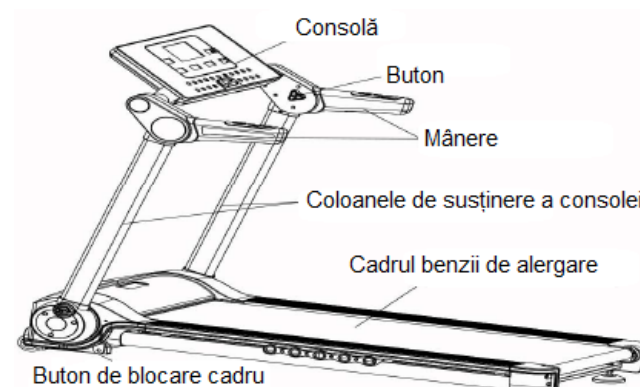


Instrucțiuni

Lista pieselor componente

NR.	DENUMIRE PIESĂ	CANTITATE
1	Cadrul benzii de alergare	1
2	Coloanele de susținere a consolei	2
3	Consolă	1
4	Mâner	2
5	Buton de blocare cadru	1

Structura aparatului

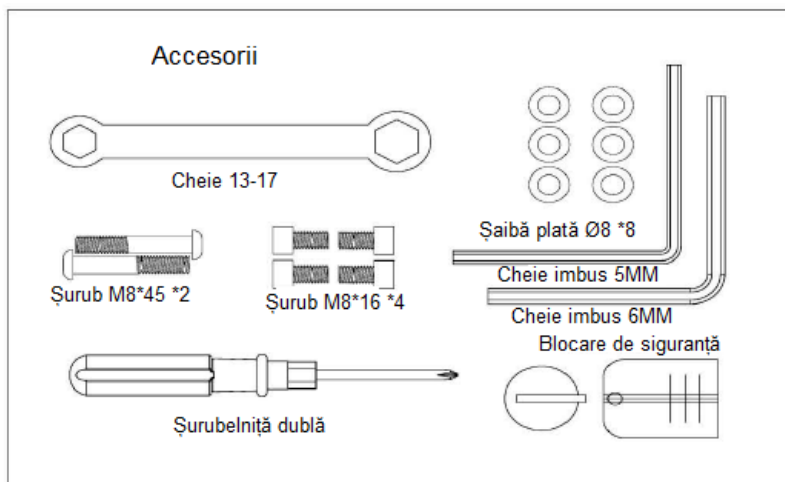


Pași de asamblare

- 1) Deschideți pachetul, scoateți toate accesoriile de asamblare și așezați banda de alergare pe sol.
- 2) Rotiți butonul de blocare cadru spre stânga și spre dreapta până când găsiți poziția de deblocare, apoi ridicați coloanele verticale și la final setați butonul în poziția de blocare.
- 3) Întoarceți consola electronică în poziție, trageți de ambele mânere și apăsați butonul de pe partea interioară a coloanei pentru a le fixa.
- 4) Atașați cheia de siguranță la consolă.



Cutia cu accesorii



PARAMETRI TEHNICI

Tensiune	AC220V 50/60Hz
Greutatea maximă a utilizatorului	140kg
Dimensiuni	Pliată: 393*740*1544 (mm)
	Extinsă: 1547*740*1295 (mm)
Dimensiunea suprafeței de alergare	1200*430 (mm)
Valoare maximă motor	0,8-3,0 CP maxim
Viteză	1,0-14,8km/h
Funcție	Alergare

GHID PENTRU EXERCIȚII

ATENȚIE: Înainte de a începe orice program de exerciții fizice, consultați medicul dumneavoastră.

Acest lucru este important mai ales dacă aveți peste 45 de ani sau dacă aveți probleme de sănătate preexistente.

Senzorii de puls nu au rolul unui dispozitiv medical. Diferiți factori, inclusiv mișcarea utilizatorului, pot afecta acuratețea citirii ritmului cardiac. Senzorii de puls sunt concepuți doar ca referință pentru exerciții, în determinarea tendințelor ritmului cardiac.

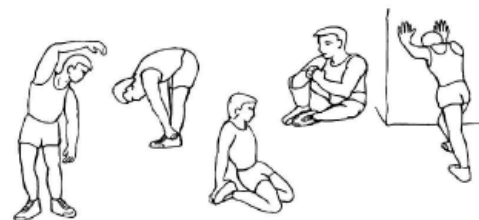
Exercițiile fizice reprezintă o modalitate excelentă de a vă controla greutatea, de a vă îmbunătăți condiția fizică și de a reduce efectul îmbătrânirii și al stresului. Cheia succesului este de a face din exercițiile fizice un stil de viață.

Sănătatea inimii și a plămânilor este un factor important pentru condiția dumneavoastră fizică datorită transmiterii oxigenului către mușchi. Mușchii dvs. folosesc acest oxigen pentru a furniza suficientă energie pentru activitatea zilnică. Acest lucru se numește activitate aerobică. Atunci când aveți o condiție fizică bună, inima dumneavoastră nu va fi suprasolicitată. Aceasta va pompa de mai puține ori pe minut, prevenind astfel apariția unor probleme de sănătate.

Așadar, după cum puteți vedea, cu cât aveți o condiție fizică mai sportivă, cu atât vă veți simți mai sănătos și mai bine.

Încălzire

Începeți fiecare antrenament cu 5 până la 10 minute de întindere (stretching) și câteva exerciții ușoare. O încălzire adecvată va crește temperatura corpului, ritmul cardiac și circulația pentru a vă pregăti de antrenament. Începeți ușor exercițiile.



Zona de antrenament

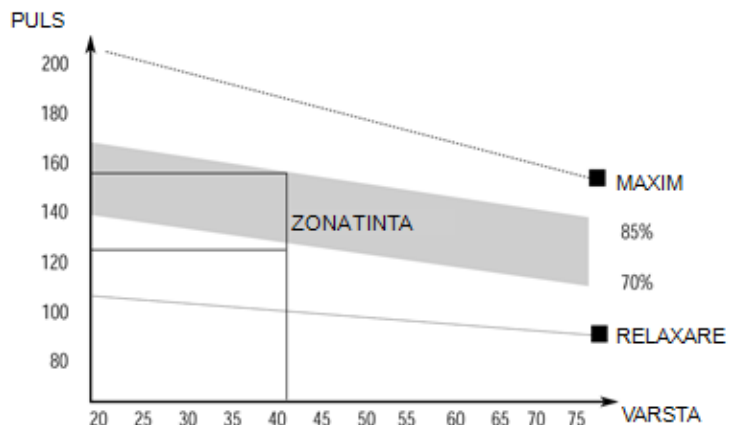
După încălzire, creșteți intensitatea exercițiilor până la nivelul dorit. Asigurați-vă că mențineți intensitatea pentru o performanță maximă. Respirați regulat și profund în timp ce faceți exerciții - nu vă țineți niciodată respirația.

Relaxarea mușchilor

Terminați fiecare antrenament cu alergare ușoară sau mers timp de cel puțin 1 minut. Apoi faceți 5 până la 10 minute de stretching pentru a vă relaxa mușchii. Acest lucru va crește flexibilitatea mușchilor dumneavoastră și va ajuta la prevenirea accidentărilor.

Sfaturi pentru antrenament

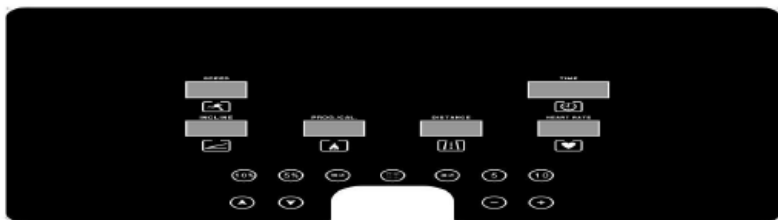
ZONA ȚINTĂ



ACESTA ESTE MODUL ÎN CARE AR TREBUI SĂ SE COMPORTE PULSUL DUMNEAVOASTRĂ ÎN TIMPUL EXERCIȚIILOR DE FITNESS. NU UITAȚI SĂ VĂ ÎNCĂLZIȚI ȘI SĂ FACEȚI STRETCHING TIMP DE CÂTEVA MINUTE ÎNAINTE ȘI DUPĂ ANTRENAMENT.

Cel mai important factor este cantitatea de efort pe care o depuneți. Cu cât lucrați mai intens și pentru mai mult timp, cu atât mai multe calorii veți arde. Este ca și cum v-ați antrena pentru a vă îmbunătăți condiția fizică, diferența este obiectivul.

GHID DE OPERARE



Termenii utilizați în specificații sunt:

Parametrii benzii de rulare: valoarea "vitezei", valoarea "înclinației"

Parametrii de mișcare: valoarea distanței, valoarea kaloriilor, valoarea timpului, valoarea bătăilor inimii.

Modul de operare: manual, mod, program

Mod de operare complet manual: nu este selectat niciun mod pentru setarea duratei exercițiilor.

Mod numărătoare inversă: mod de antrenament cu obiectiv.

Mod cu program automat: mod de antrenament cu programe prestabilite, banda de alergare oferă 12 tipuri de programe diferite.

Parametrii benzii de alergare în diferite moduri:

- Viteza minimă 1 km/h
- Viteza maximă 14,8 km/h
- Timpul maxim contorizat: 99 minute
- Timpul minim contorizat: 8 minute
- Distanța maximă parcursă în timpul antrenamentului: 99 km
- Distanța minimă parcursă în timpul antrenamentului: 1 km
- Numărul maxim de calorii arse: 990 calorii
- Numărul minim de calorii arse: 10 calorii
- (P01-P12) Timpul minim de funcționare a programului automat: 8 minute
- (P1-P12) Timpul maxim de funcționare a programului automat: 99 minute
- Înclinația minimă: 0
- Înclinația maximă: 15.

Operarea benzii de alergare

- Asigurați-vă că banda de alergare este conectată corect la o sursă de alimentare. Glisați butonul roșu din spatele capacului motorului de la 0 la 1 și porniți aparatul. Veți auzi un semnal sonor, iar ecranul LCD se va aprinde.
- Fixați CHEIA DE SIGURANȚĂ pe consolă. Dacă aceasta nu se află pe consolă, ecranul va afișa "Err1" ȘI TREBUIE SĂ VĂ PRINDEȚI CLEMA DE SIGURANȚĂ DE HAINE ATUNCI CÂND UTILIZAȚI BANDA DE ALERGARE PENTRU A VĂ PROTEJA. În situația dezechilibrării, cheia de siguranță se va desprinde, iar banda de alergare va încetini și se va opri.

1. **START:** În timp ce banda de alergare este închisă, apăsați butonul START pentru a o porni. Viteza inițială este 1,0km/h.
2. **STOP:** În timp ce banda de alergare este pornită, apăsați butonul STOP pentru a pune pauză și apăsați încă o dată pentru oprirea completă.
3. **Taste rapide pentru viteză (5,10)**
În timp ce banda funcționează, puteți apăsa o anumită cifră pentru a seta viteza.
4. **Taste rapide pentru înclinație (5%, 10%)**
În timp ce banda funcționează, puteți apăsa o anumită cifră pentru a seta înclinația.

5. Tasta viteză/inclinație (SPEED+/-, INCLINE+/-)

- 1) În timp ce utilizați banda, apăsați tasta SPEED+/- pentru a regla viteza. Aceasta va crește/scădea viteza cu 0,1 km/h la fiecare apăsare. Țineți apăsat pentru a regla viteza mai rapid. Viteza maximă este de 14,8 km/h; viteza minimă este de 1,0 km/h.
- 2) În timp ce utilizați banda, apăsați tasta INCLINE+/- pentru a regla înclinația (valabil doar în cazul modelelor dotate cu această funcție).
- 3) Când setați programul, puteți ajusta datele.

6. Port USB, MP3

Conectați o sursă MP3 la port și puteți reda muzică de pe acel dispozitiv. De asemenea, puteți conecta un dispozitiv audio prin USB. Controlați muzica redată din tastele VOLUME+/- sau PREV/NEXT (ANTERIOR/URMĂTOR).

7. Cheia de siguranță

Funcție de oprire de urgență, utilizată pentru a preveni căderea utilizatorului din cauza vitezei mari. Atunci când aveți nevoie să opriți imediat banda de alergare, trageți cheia de siguranță, iar aceasta se va opri.

8. PROG (PROGRAM)

Când banda de alergare este în standby, apăsați tasta PROG pentru activarea unui program prestabilit P1-P12.

9. MODE (MOD):

Când banda de alergare este în standby, apăsați tasta MODE pentru a selecta modul manual, apoi alegeți dintre modurile „numărătoare inversă timp”, „numărătoare inversă distanță”, „numărătoare inversă calorii”. Apăsați tasta Speed+/- pentru a alege.

Mai multe operații

1. Pregătirea

- 1) Conectați cablul de alimentare din partea de jos a benzii de alergare. Dacă nu utilizați banda pentru o perioadă lungă de timp, deconectați-o de la sursa de alimentare.
- 2) Conectați cheia roșie de siguranță. Dacă aceasta nu este în poziția corectă, banda de alergare nu va porni.

2. Pornirea benzii de alergare

Apăsați tasta START pentru a porni banda de alergare. Viteza inițială este de 1,0 km/h.

3. Oprirea benzii de alergare

- Deconectați cheia de siguranță.
- Apăsați tasta "STOP".
- În cadrul unui program, când acesta se termină, banda se oprește.

4. Monitorizarea ritmului cardiac

- Când consola monitorizează ritmul cardiac, funcția PULSE (PULS) se aprinde intermitent pe ecran, iar ritmul cardiac este afișat după 5 secunde.
- Testați-vă pulsul înainte de antrenament. Stați pe șinele laterale ale benzii și puneți mâinile pe dispozitivul de măsurare a pulsului. Ritmul cardiac va fi afișat după 5 secunde.
- Testați-vă pulsul după antrenament. Stați pe șinele laterale ale benzii și puneți mâinile pe dispozitivul de măsurare a pulsului. Ritmul cardiac va fi afișat după 5 secunde.

Notă: Vă rugăm să nu interpretați datele privind ritmul cardiac ca fiind date precise.

Detaliile programelor prestabilite:

Ecran LCD P1-P12 – Diagrama programelor prestabilite

TAMP PROG.		TAMP																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	viteză	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	înclinație	0	7	7	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4
P2	viteză	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
	înclinație	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P3	viteză	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	înclinație	0	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12
	viteză	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3

P4	încălinație	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P5	viteză	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	încălinație	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P6	viteză	2	4	3	4	5	4	8	7	6	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
	încălinație	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P7	viteză	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	încălinație	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	8	7	6	5	4	3	2	2
P8	viteză	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	încălinație	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P9	viteză	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	încălinație	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P10	viteză	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	încălinație	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P11	viteză	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
	încălinație	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P12	viteză	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3
	încălinație	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4

GHID DE ÎNTREȚINERE

1. Întreținere zilnică

DUPĂ FIECARE UTILIZARE

Curățați și verificați produsul, conform pașilor de mai jos:

- Opriți banda de alergare din buton, apoi deconectați cablul de alimentare de la priză.
- Ștergeți cureaua de rulare, placa, capacul motorului și carcasa consolei cu o cârpă umedă. Nu folosiți niciodată solvenți, deoarece aceștia pot provoca deteriorarea benzii de alergare.
- Verificați cablul de alimentare. Dacă acesta este deteriorat, contactați furnizorul pentru înlocuire.
- Cablul de alimentare nu trebuie să fie poziționat sub banda de alergare sau în orice altă zonă în care poate fi ciupit sau tăiat. Verificați tensiunea și alinierea curelei de rulare. Asigurați-vă că aceasta nu va deteriora nicio altă componentă a benzii din cauza poziționării incorecte.

ÎN FIECARE SĂPTĂMÂNĂ

Curățați partea de jos a benzii de alergare, urmând acești pași:

- Opriți banda de alergare din buton, apoi deconectați cablul de alimentare de la priză.

- Pliati banda de alergare în poziție verticală, asigurându-vă că dispozitivul de blocare este bine securizat.
- Mutați banda de alergare într-o altă locație.
- Ștergeți sau aspirați orice particule de praf sau altă murdărie care s-ar fi putut acumula sub banda de alergare.
- Apoi așezați din nou banda de alergare în poziția anterioară.

ÎN FIECARE LUNĂ – IMPORTANT!

- Verificați toate șuruburile de asamblare ale benzii de alergare pentru a vă asigura că sunt bine strânse.
- Opriți banda de alergare din buton, apoi deconectați cablul de alimentare și așteptați 60 de secunde.
- Îndepărtați capacul motorului. Așteptați până când TOATE luminile LED se sting.
- Curățați zona motorului și a plăcii inferioare pentru a elimina orice scame sau particule de praf care s-ar fi putut acumula.

Nerespectarea acestor instrucțiuni poate duce la defectarea prematură a componentelor electrice principale.

LA FIECARE 6 LUNI

Este posibil să fie necesar să lubrificați placa de rulare a benzii de alergare cel puțin o dată la șase luni pentru a menține o performanță optimă a acesteia. Utilizați numai lubrifiantul recomandat de către furnizor! Vă rugăm să contactați furnizorul local în cazul în care aveți întrebări despre aplicarea lubrifiantului.

- Opriți banda de alergare din buton, apoi deconectați cablul de alimentare de la priză.
- Slăbiți ambele șuruburi ale rozelor din spate. (Pentru cele mai bune rezultate, faceți două semne pe ambele părți ale cadrului și rețineți poziția rozelor). După ce cureaua este slăbită, luați flaconul de lubrifiant și aplicați pe întreaga suprafață a plăcii de rulare. Strângeți ambele șuruburi ale rozelor din spate (potrivindu-le cu semnele marcate) până la poziția inițială. După ce ați aplicat lubrifiantul, conectați cablul de alimentare, cheia, porniți banda de alergare și mergeți pe ea timp de două minute pentru a distribui uniform lubrifiantul.
- Lubrificați amortizoarele cu un spray pe bază de teflon.

LA FIECARE 2 ANI

Este necesar să schimbați periile motorului benzii de alergare o dată la 2 ani pentru a evita deteriorarea motorului. Dacă nu schimbați periile, acest lucru poate cauza arderea motorului, anulând orice garanție.

SERVICE: DACĂ NU RESPECTAȚI PAȘII DE ÎNTREȚINERE ȘI SERVICE DE MAI SUS, GARANȚIA POATE FI ANULATĂ.

2. Curățare generală

Folosiți o cârpă moale și umedă pentru a șterge marginea curelei și zona dintre aceasta și cadru. Curățați partea superioară texturată a curelei de rulare cu o soluție din apă și săpun și utilizați o perie din nylon. Această curățare trebuie efectuată o dată pe lună. Lăsați să se usuce înainte de utilizare.

Aspirați lunar sub banda de alergare pentru a preveni acumularea de praf. O dată pe an este recomandat să scoateți capacul negru al motorului și să aspirați murdăria care se poate acumula în interior.

3. Întreținere generală

Verificați piesele înainte de utilizare pentru a vă asigura că nu prezintă semne de uzură.

- Acordați o atenție deosebită pieselor de fixare și asigurați-vă că sunt securizate.
- Înlocuiți întotdeauna cureaua de rulare dacă este uzată sau orice alte componente deteriorate.
- Dacă aveți îndoieli cu privire la funcționarea optimă a benzii de alergare, nu o utilizați și apelați numărul nostru de asistență telefonică.

PROTEJAȚI COVORUL ȘI PODEAUA ÎN CAZ DE SCURGERI. Acest produs este un aparat care conține părți mobile care au fost unse/lubrificate și care ar putea prezenta scurgeri.

4. Lubrifierea curelei/plăcii/rolelor:

Frecarea curelei/plăcii joacă un rol important în funcționarea și durata de viață a benzii de alergare și acesta este motivul pentru care vă recomandăm să lubrifiați constant acest punct de frecare. Astfel veți putea prelungi durata de viață a benzii de alergare.

Lubrifiantul este furnizat împreună cu banda de alergare. Este recomandat să aplicați lubrifiantul inclus în pachet după aproximativ 50 de ore de funcționare.

Recomandăm lubrifierea plăcii de alergare în conformitate cu instrucțiunile de mai jos:

- Utilizare rară (mai puțin de 3 ore pe săptămână) la fiecare 6 luni
- Utilizare medie (3-5 ore pe săptămână) la fiecare 3 luni
- Utilizare frecventă (mai mult de 5 ore pe săptămână) la fiecare 6-8 săptămâni

Consultați mai jos procedurile de lubrifiere:

1. Folosiți o cârpă moale și uscată pentru a șterge zona dintre curea și placa de alergare.
2. Distribuți uniform lubrifiantul pe suprafața interioară a curelei și a plăcii (asigurați-vă că banda de alergare este oprită și deconectată de la priză).
3. Lubrifiați periodic rolele din față și spate pentru a le menține la performanțe maxime. Dacă cureaua/placa/rolele benzii de alergare sunt menținute curate și îngrijite, lubrifierea va fi necesară la un interval de peste 1200 de ore de utilizare.

5. Cum știți când să lubrifiați cureaua

1. Deconectați banda de la sursa de alimentare.
2. Pliati banda în poziție verticală, de depozitare.
3. Puneți mâna pe suprafața din spate a curelei de alergare. Dacă suprafața este alunecoasă, atunci nu este necesară lubrifierea. Dacă suprafața este uscată la atingere, aplicați un lubrifiant siliconic corespunzător.

Vă recomandăm să utilizați un spray de lubrifiere pe bază de silicon pentru banda de alergare. Acesta poate fi achiziționat de la furnizorii articolelor sport din zona dumneavoastră sau de la un magazin hardware.

6. Reglarea curelei

Reglarea tensiunii curelei - este foarte importantă pentru utilizatori, pentru a se putea bucura de o suprafață de alergare netedă și constantă. Reglarea trebuie să se facă de la rolele din dreapta și din stânga spate; ajustați tensiunea cu ajutorul cheii imbus furnizate în pachetul de piese. Șurubul de reglare este situat la capătul șinelor, așa cum se observă în imaginea de mai jos:

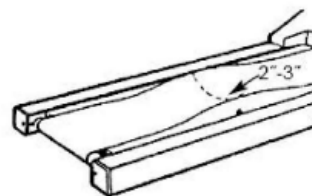
Notă: Reglarea se face prin capacul mic de la capăt.

Strângeți rola din spate doar atât cât să prevină alunecarea spre rola din față. Rotiți atât șurubul din dreapta cât și cel din stânga în sensul acelor de ceasornic cu o rotație completă și verificați dacă tensiunea este corespunzătoare. Atunci când se face o ajustare a tensiunii curelei, trebuie să efectuați și o verificare vizuală în timp ce banda funcționează.

NU STRÂNGEȚI EXCESIV - Strângerea excesivă va cauza deteriorarea curelei și defectarea prematură a rulmenților.

De asemenea, acest lucru poate cauza reducerea performanțelor motorului și uzura excesivă a rolelor.

NOTĂ: Atunci când nu este strânsă corespunzător, părțile laterale ale curelei pot fi ridicate aproximativ 2-3 centimetri de pe placă.



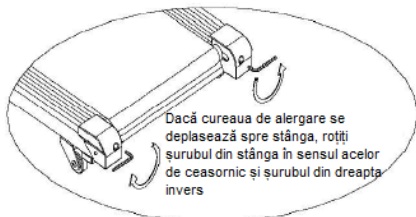
7. Momentul potrivit de reglare a curelei

Această bandă de alergare este concepută pentru a menține cureaua centrată în timpul utilizării. Este normal ca atunci când banda funcționează fără niciun utilizator pe ea, cureaua să se deplaseze ușor într-o parte, dar după câteva minute de utilizare, aceasta ar trebui să se centreze singură. Dacă în timpul utilizării, cureaua continuă să se miște într-o parte, înseamnă că este necesară ajustarea. Procedura este următoarea:

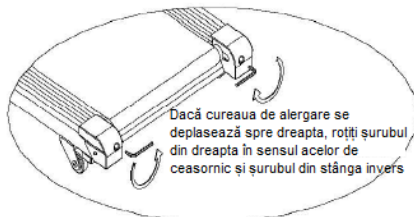
▲ Mai întâi setați viteza la aproximativ 3,5km/h.

▲ Apoi verificați în ce parte se deplasează cureaua de alergare.

Dacă cureaua se deplasează spre dreapta, strângeți șurubul din partea dreaptă și slăbiți șurubul din stânga, utilizând o cheie imbus de 6mm, până când cureaua este centrată. Dacă cureaua se deplasează spre stânga, strângeți șurubul din partea stânga și slăbiți șurubul din dreapta, utilizând o cheie imbus de 6mm, până când cureaua este centrată. Este important să reglați șuruburile cu jumătăți de rotație. Dacă strângeți prea tare, cureaua se poate deteriora.



Deplasare spre stânga



Deplasare spre dreapta

VĂ RUGĂM SĂ REȚINEȚI: GARANȚIA PRODUSULUI DUMNEAVOASTRĂ ESTE VALABILĂ NUMAI DACĂ DEȚINEȚI DOVADA ACHIZIȚIONĂRII (adică bonul fiscal, factura, data livrării sau confirmarea online).

8. Ajustarea curelei de transmisie

Cureaua de transmisie a benzii de alergare este ajustată înainte de a părăsi fabrica, dar după o perioadă de utilizare pot apărea slăbiri ale pieselor, în acest caz, vă rugăm să efectuați ajustări conform următorilor pași:

- reglați șurubul în sensul acelor de ceasornic cu ajutorul cheii și verificați dacă tensiunea este corespunzătoare.
- intervalul de reglare: strângeți cureaua de transmisie doar atât cât să preveniți alunecarea spre scripete.
- **Notă: curățați periodic praful dintre canelura curelei și canelura scripetelui.**

GHID DE DEPANARE

Problemă	Cauze	Notă
E01	Eroare de comunicare a consolei	Driverule nu au primit semnal digital
E02	Eroare motor	Cu acționare inductivă
E03	Defecțiune a senzorului de viteză	
E04	Deconectarea circuitului motorului	
E05	Protecție la supracurent	
E06	Tensiunea de alimentare este prea mică	
E07	Verificați cheia de siguranță	

SERVICII POST-VÂNZARE

1. Perioada de garanție: Întreținerea gratuită se întinde pe o perioadă de 2 ani
2. În cadrul perioadei de garanție stipulate, compania va acoperi toate defectiunile care pot afecta funcționarea optimă a produsului în condiții normale de utilizare.
3. Garanția nu va acoperi niciuna dintre următoarele condiții: deteriorarea artificială, deteriorarea cauzată de forța majoră (cum ar fi cutremurul), utilizare incorectă (nerespectarea instrucțiunilor de utilizare), păstrarea necorespunzătoare sau expirarea perioadei de garanție a produsului.

Informații de contact

Website: www.dbsolar.ro

Contact: 0722111120

