

Běžecký pás



Esprit

CT50

NÁVOD PRO UŽIVATELE

BEZPEČNOSTNÍ RADY

DŮLEŽITÉ: TOTO ZAŘÍZENÍ JE URČENO POUZE PRO DOMÁCÍ POUŽITÍ

BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ

Děkujeme Vám za zakoupení našeho produktu. I když jsme vynaložili velké úsilí k zajištění kvality každého výrobku, občasné chyby a / nebo opomenutí se mohou vyskytnout. V každém případě pokud byste u tohoto produktu našli vadu, nebo pokud chybějí některé jeho části, prosím kontaktujte náš zákaznický servis.

Běžecský pás byl navržen a sestaven pro optimální bezpečnost. Nicméně se na něj vztahují jistá bezpečnostní opatření, které je nutné dodržovat. Ujistěte se, že jste si před montáží a manipulací s tímto strojem pečlivě přečetli návod.

Dále prosím berte na vědomí následující bezpečnostní opatření:

NEBEZPEČÍ: Ke snížení rizika úrazu elektrickým proudem vždy odpojte běžící pás z elektrické zásuvky ihned po použití a před čištěním.

1. Přečtěte si NÁVOD K OBSLUZE a veškerou průvodní literaturu a pečlivě se jí řiďte při používání běžecského pásu.
 2. Pokud během používání tohoto přístroje pocítíte závrať, nevolnost, bolest na hrudi nebo jakékoliv jiné neobvyklé příznaky, ZASTAVTE ihned cvičení. OKAMŽITĚ SE PORAĎTE S LÉKAŘEM!
 3. Nikdy nenechávejte běžecský pás bez dozoru, pokud je zapojený. Odpojte jej ze zásuvky, pokud jej nepoužíváte a taktéž před odejmutím nebo výměnou součástí.
 4. Nikdy nepoužívejte přístroj, pokud je poškozen kabel nebo zásuvka, pokud nepracuje správně nebo pokud upadl na zem či byl poškozen anebo vystaven vodě.
 5. Neodpojujte přístroj taháním za napájecí kabel a nepoužívejte kabel jako držadlo. Udržujte kabel mimo dosah zahřátých povrchů a otevřeného ohně.
 6. Fitness přístroje musí být vždy instalovány a používány na rovném povrchu. Nepoužívejte je venku nebo v blízkosti vody.
 7. Nevkládejte do otvorů přístroje žádné předměty.
 8. Během cvičení vždy udržujte přístroj mimo dosah dětí a domácích mazlíčků.
 9. Handicapovaní jedinci by pro používání tohoto přístroje měli mít lékařský souhlas a měli by používat tento běžecský pás pod pečlivým dohledem.
 10. Nedotýkejte se rukama nebo nohama oblasti pod běžecským pásem. Když je běžecský pás používán jinou osobou, nedotýkejte se jej.
 11. Nikdy běžecský pás nezapínejte, když stojíte na pásu. Vždy přepněte běžecský pás na nízkou rychlost pro zajištění bezpečného odpojení a pomalého restartu.
- A-Pro odpojení přepněte všechny kontrolky do pozice off (vypnuto), pak vyjměte zástrčku ze zásuvky.
B-Běžecský pás používejte pouze k účelům, pro který je určen, jak je popsáno v tomto návodu.
C-Před každým cvičením se rozehřejte po dobu 5 nebo 10 minut a po cvičení se zchlaďte po dobu 5 až 10 minut. To umožní srdeční frekvenci postupně se zvyšovat a snižovat a pomůže snížit napětí svalů.
D-Nikdy během cvičení nezadržujte dech. Dýchání by mělo zůstat na normální frekvenci v součinnosti s úrovní cvičení.
E-S programem začněte pomalu a velmi pozvolna zvyšujte rychlost a vzdálenost.
F-Při cvičení vždy noste vhodné oblečení a obuv. Nenoste volné oblečení, které by se mohlo zachytit v pohyblivých částech běžecského pásu.
G-Nechodte a neběhejte po pásu bosí, v punčochách, volné obuvi nebo v domácí obuvi.
H-Při zvedání nebo přesouvání přístroje dbejte opatrnosti, aby nedošlo k poranění zad. Vždy se držte správných zvedacích technik.

VAROVÁNÍ: Před zahájením jakéhokoliv cvičebního programu se poraďte s lékařem. Toto je obzvláště důležité pro jedince ve věku nad 35 let nebo u osob, u nichž se již objevily zdravotní problémy. Před použitím jakéhokoliv fitness přístroje si přečtěte všechny instrukce. Nepřebíráme žádnou odpovědnost za zranění nebo poškození majetku při použití tohoto výrobku.

POZOR!! Prosím buďte opatrní při otevírání tohoto zařízení.

CT50-NT03_1108B

ÚVOD

Běžecský pás byl navržen a sestaven pro bezproblémové použití a příjemné cvičení. Pečlivým přečtením pokynů uvedených v tomto návodu můžete výrazně zvýšit vlastní porozumění a přínosy z cvičení. Seznamte se prosím s návodem na údržbu, který jsme zde pro Vás poskytli.

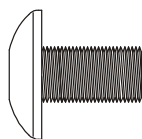
SPECIFIKACE

- Trvalý výkon: 1.2 hp
- Doporučený rozsah rychlosti: 1 – 12 Km/h
- Velikost pohyblivé desky: 380 X 1100 mm
- Úroveň sklonu: 3 úrovně / Ruční

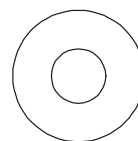


➤ **MAX. HMOTNOST UŽIVATELE 120 KG**

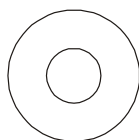
KONTROLNÍ SEZNAM MONTÁŽNÍ SADY



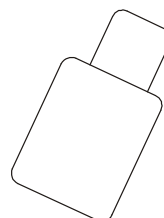
#81. 5/16" × 3/4"
Závitotvářecí šroub (10ks)



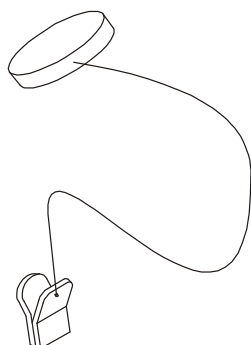
#60. 5/16" × 18 × 1.5T
Plochá podložka (8ks)



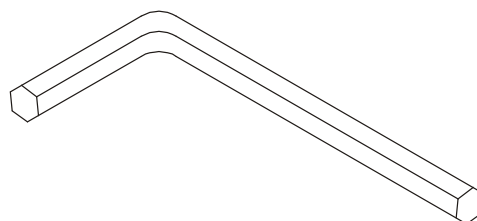
#82. 5/16" × 23 × 1.5T
Zakřivená podložka (2ks)



#84. Mazadlo (1ks)



#84. Bezpečnostní klíč (1ks)

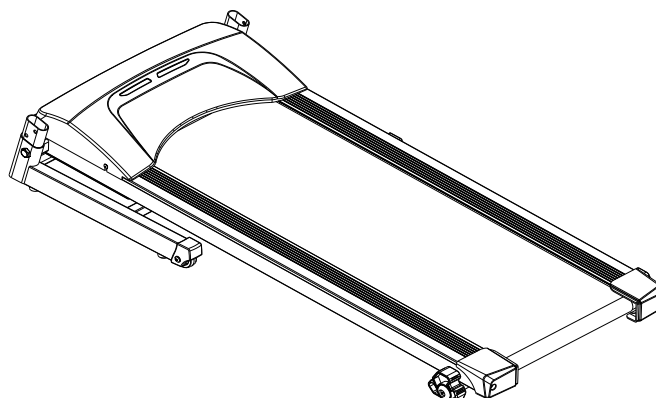


#83. Kombinace M5 Allen kličky &
šroubováku Phillips (1ks)

MONTÁŽ

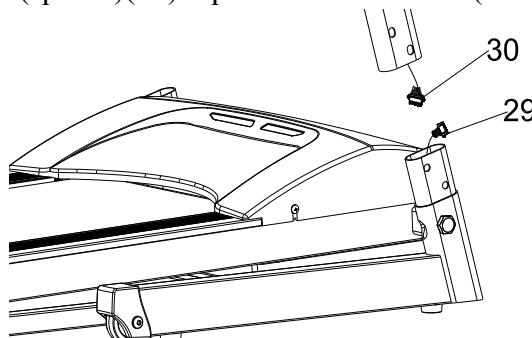
Krok 1.

Vyjměte běžecký pás z krabice a položte jej na rovný a plochý povrch.



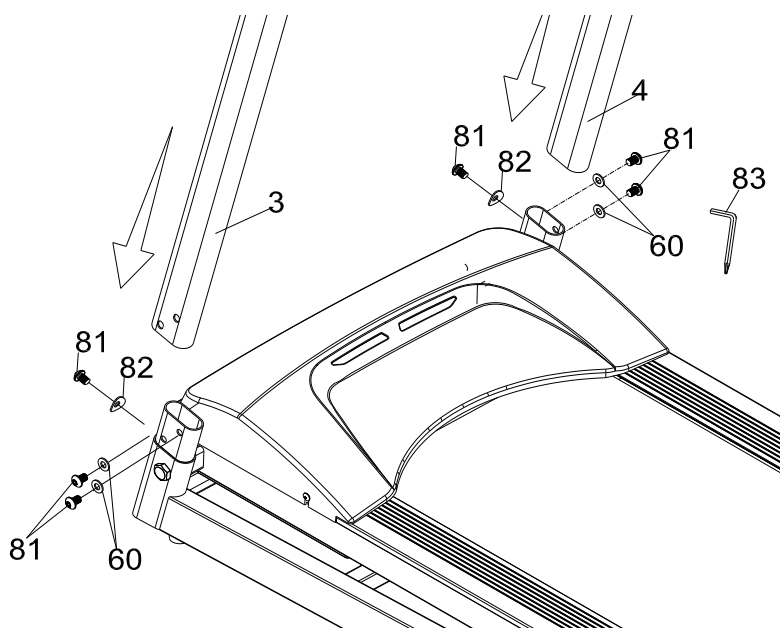
Krok 2.

Připojte počítačový drát (spodní)(29) k počítačovému drátu (střední)(30).



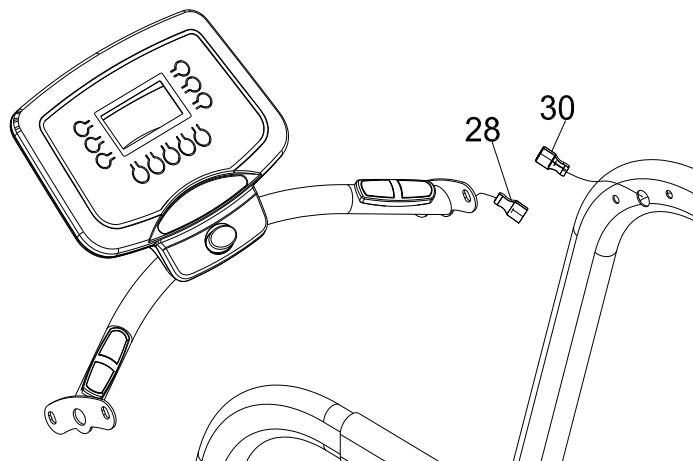
Krok 3.

Připojte vertikální trubice (L, R)(3,4) do základny rámu (2) pomocí 6 ks 5/16" × 3/4" závitotvářecích šroubů (81), 4ks 5/16" × 18 × 1.5T zakřivených podložek (60) a 2ks 3/8" × 23 × 1.5T plochých podložek (82) s použitím M5 Allen kličky & Šroubováku Phillips (83).
(Prosím připojte šrouby, ale neutahujte je.)



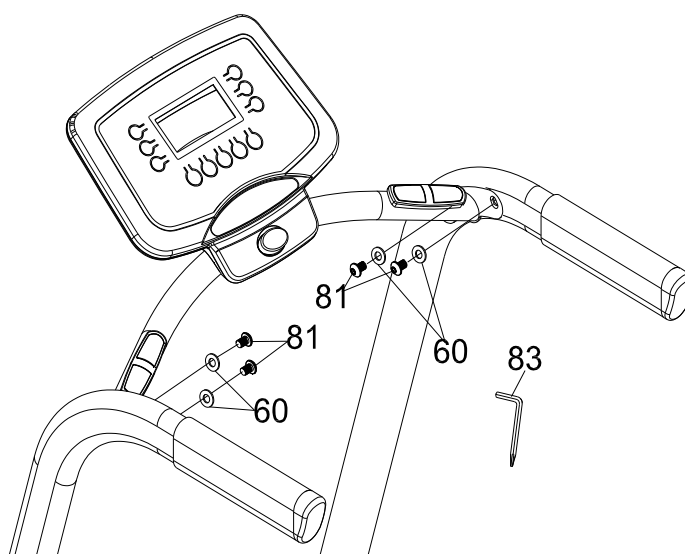
Krok 4.

Připojte počítačový drát (prostřední)(30) k počítačovému drátu (horní)(28).



Krok 5.

Připevněte oporu konzole (5) k vertikálním trubicím (L,R)(3,4) pomocí 4ks 5/16"×3/4" závitotvářecích šroubů (81) a 4ks 5/16"×18×1.5T zakřivených podložek (60) s použitím kombinace M5 Allen klíčky & Šroubováku Phillips (83).



POZNÁMKA: Po dokončení montáže všech součástí prosím utáhněte všechny šrouby.

NÁVOD K OBSLUZE POČÍTAČE



1.1 Tlačítka panelu měřiče

Tlačítko "start/stop" (spustit/zastavit)

Stiskněte toto tlačítko, **ozve se 3 krát pípnutí, poté se zobrazí "Time" (Čas)** a stroj začíná běžet rychlostí 1,0 km / h. Když stroj běží rychlostí více než 3,5 km / h, stiskněte toto tlačítko, stroj pomalu zastaví, během této operace jsou všechny klávesy nefunkční. Je-li rychlost nižší než 3,5 km / h, stroj zastaví okamžitě.

Tlačítko "Mode / Rest"

Když se stroj zastaví, stiskněte toto tlačítko, všechny údaje budou vymazány (P0) a stroj se přesune do klidového režimu. Poté stiskněte toto tlačítko znovu na 3 sekundy. Poté je možné změnit čas, vzdálenost a kalorie. Stisknutím tlačítka "FAST" (RYCHLE) nebo "SLOW" (POMALU) nastavíte hodnoty pro čas, vzdálenost a kalorie. Pak stiskněte tlačítko "start / stop", a stroj poběží rychlostí 1 km / h, nastavené hodnoty se budou odpočítávat. Když se hodnoty dostanou na 0, stroj se zastaví.

Tlačítko "Program"

Pokud jsou vymazány všechny údaje, stiskněte toto tlačítko a můžete si zvolit běžící program. Celkem lze zvolit z 12 programů. Každý program trvá 30 minut. Rychlost lze nastavit automaticky každou minutu, přičemž rychlost lze nastavit také ručně během jedné minuty. Zvonek 3 krát zazvoní, než se program zastaví.

Tlačítko "Speed" (rychlost)

Stisknutím tlačítka "FAST" (RYCHLE) nebo "SLOW" (POMALU), můžete nastavit rychlost běhu na běžeckém pásu.

Tlačítko "Speed easy" (Rychlost jednoduše)

Pomocí těchto tlačítek, rychlost 3,5,7, atd., může být přímo zvoleno, jakou rychlost chcete. Nejvyšší rychlost je 12km / hod.

Klávesová zkratka "Speed"

Pomocí těchto tlačítek, rychlost 3,5,7 lze přímo zvolit, jakou rychlost chcete. Nejvyšší rychlost je 12km / hod.

Tlačítko "Safety key" (Bezpečnostní klíč)

Při pohotovostní situaci, vytáhněte bezpečnostní klíč a stroj se okamžitě zastaví.

1.2 Spuštění

Zapněte běžecký pás tak, že jej zapojíte do zásuvky, pak zapnete spínač umístěný v přední části běžeckého pásu v oblasti pod krytem motoru. Ujistěte se, že je vložený bezpečnostní klíč, protože bez něj se běžecký pás nezapne. Když je spínač zapnutý, všechny kontrolky na displeji se na okamžik rozsvítí.

1.3 Rychlý start

1. Stiskněte a uvolněte tlačítko START/STOP k zapnutí displeje (pokud již není zapnutý).
Poznámka: Vložení bezpečnostního klíče konzoli také zapne.
2. Stiskněte a uvolněte tlačítko START/STOP k zapnutí běžeckého pásu na rychlost 1.0 km/hod, pak jej nastavte na požadovanou rychlost tlačítka 'FAST' (ZRYCHLIT) nebo 'SLOW' (ZPOMALIT). Můžete rovněž použít klávesové zkratky (3,5,7) pro nastavení rychlosti. Rozsah rychlosti je od 1.0km/hod do 12,0km/hod.
3. Pro zpomalení pásu stiskněte a držte tlačítko 'SLOW' (ZPOMALIT) k nastavení požadované rychlosti. Můžete také použít klávesové zkratky: 3,5,7, pro nastavení rychlosti. Rozsah rychlosti je od 1,0km/h do 12,0km/hod.
4. Při běhu, jednou stiskněte tlačítko START/STOP, běžecký pás postupně zpomalí, pokud je rychlost nad 3,5km/hod., pokud je rychlost pod 3,5km/hod, pás se ihned zastaví.
5. Při běhu, jednou stiskněte tlačítko MODE/REST (REŽIM/RESTART), tím se vymažou všechny údaje kromě rychlosti. Pak se zařízení přepne do ručního režimu.
6. Pro zastavení běžeckého pásu stiskněte a pusťte tlačítko START/STOP.

1.4 Měření pulsu pomocí rukojeti

Obrazovka Puls (tepová frekvence) na konzoli zobrazuje během cvičení Vaši aktuální tepovou frekvenci v tepech za minutu. Aby se zobrazil Váš puls, musíte se dotýkat obou nerezových snímačů. Hodnota pulsu se zobrazí, kdykoliv horní část displeje přijímá signál z rukojeti.

1.5 Zobrazení kalorií

Zobrazuje celkový počet spálených kalorií v jakémkoliv daném čase během cvičení.

Poznámka: Jedná se pouze o zběžnou příručku používanou pro srovnání různých cvičení, které nelze použít pro lékařské účely.

1.6 Výběr programu

Ujistěte se, že přístroj je nastaven na pozici stop, jednou stiskněte tlačítko 'MODE/REST' pro vstup do stavu obnovy. Stiskněte tlačítko 'PROGRAM' pro výběr požadovaného programu (P1,P2,P12), poté stiskněte a uvolněte tlačítko 'START/STOP' ke spuštění programu s výchozími hodnotami.

Okno rychlosti bude nyní zobrazovat přednastavenou rychlost vybraného programu.

Každý program trvá 30 minut. Po každé minutě mohou být program a rychlost změněny ručně nebo automaticky. Tři vteřiny před koncem programu zazní třikrát zvonek, pak se běžecký pás zastaví.

P1

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4	4	5	5	5	5	5	6	6	6	6	7	7	7	7	8	8	8	9	9	9

P2

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	9	9	9	8	8	8	8	8	7	7	7	7	6	6	6	6	5	5	5	5	4	4	4	4	3	3	2	2	1	1

P3

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	4	4	4	5	5	5	6	6	6	6	7	7	7	8	8	8	8	9	9	8	8	8	7	7	7	6	5	4	4	4

P4

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	4	4	4	5	5	5	6	6	6	6	7	7	6	6	6	7	7	7	8	8	8	9	9	9	8	8	8	6	5	4

P5

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	4	5	5	5	6	6	6	8	8	8	5	5	5	6	6	6	9	9	5	5	5	5	5	9	9	9	6	6	5	5

P6

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	6	6	7	7	7	8	8	8	8	9	9	9	9	9	8	8	8	8	9	9	9	8	8	8	9	9	9	8	8	8

P7

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	4	4	4	5	5	5	6	6	6	6	7	7	7	7	8	8	8	9	9	9	8	8	8	7	7	6	6	6	5	5

P8

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	3	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	9	9	9	8	8	7	7	6	6	8	8	9	9	9	9	8	8	7	7

P9

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	4	4	4	5	5	5	6	6	6	6	7	7	6	6	6	7	7	7	8	8	8	9	9	9	8	8	8	6	5	4

P10

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	3	4	5	6	5	6	6	5	4	2	1	2	3	6	7	6	6	5	4	2	6	5	3	6	4	3	6	5	4	2

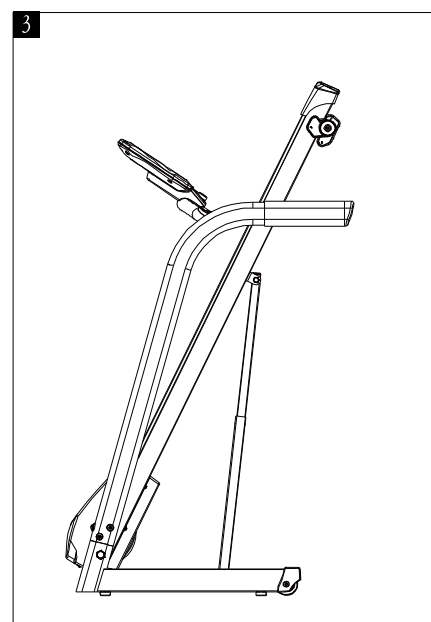
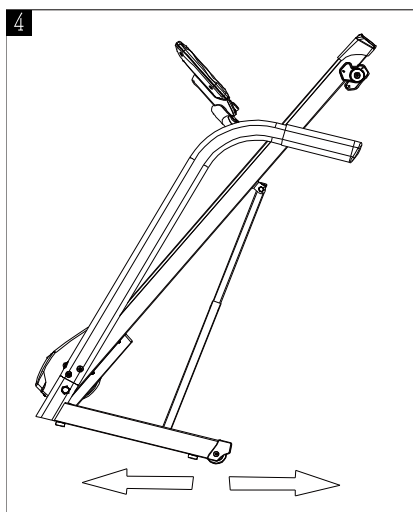
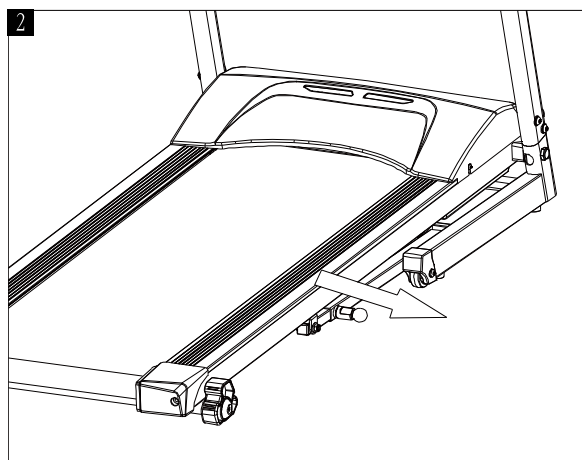
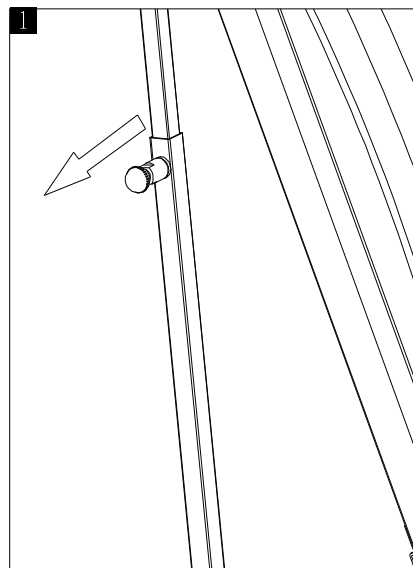
P11

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

P12

ČAS (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
RYCH. (km/h)	5	5	3	3	3	9	9	9	9	7	7	7	6	6	9	9	9	9	5	5	5	7	7	7	7	6	6	6	6	6

ROZLOŽENÍ SLOŽENÍ PŘEPRAVA



ROZLOŽENÍ

Držte běžící desku běžeckého pásu levou rukou. Pravou rukou vytáhněte pojistný šroub a pomalu snižujte běžící desku běžeckého pásu. *Dejte svou pravou ruku pryč, zatímco pomalu snižujete běžící desku na podlahu.
(Jak je zobrazeno na Obrázku 1.)

SLOŽENÍ

Ujistěte se, že je úhel sklonu běžeckého pásu ve své nejnižší poloze. Vytáhněte pojistný šroub a posuňte běžící desku běžeckého pásu. Zvedněte běžící desku běžeckého pásu, dokud nepůjde pojistný šroub nainstalovat do příslušného otvoru.
(Jak je vidět na Obrázku 2 a 3)

PŘEPRAVA

Nejprve si stoupněte pravou nohou na pravý podstavec nožní trubky. Pak oběma rukama držte levou a pravou trubku držadla a táhněte stroj směrem k sobě. Uživatel může nyní snadno přemístit stroj do požadované polohy.
(Jak je znázorněno na Obr. 4.)