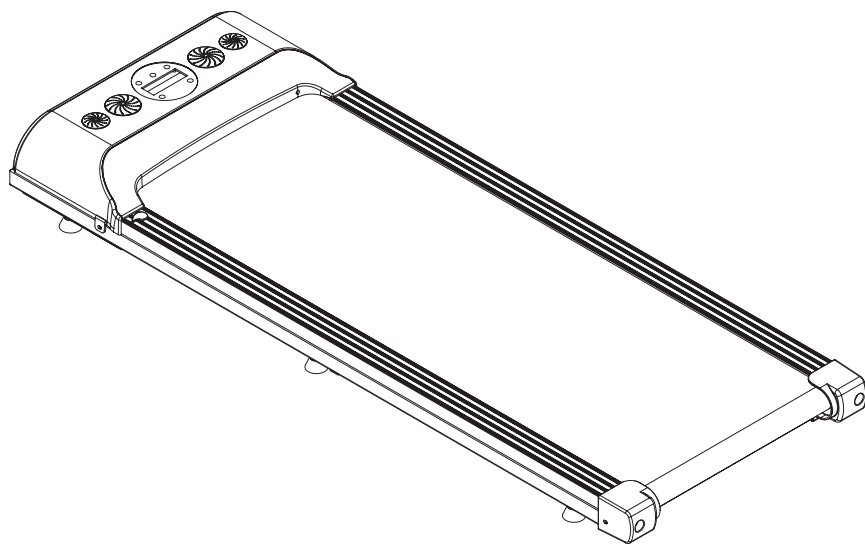


SPOKEY

EVA 944165

5905339441652



EN Walking treadmill for home use

PL Bieżnia do chodzenia
do użytku domowego

www.spokey.com

MANUAL TRANSLATED FROM THE ORIGINAL

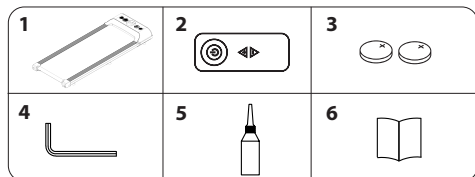


CAUTION: Before starting any exercise program, consult with your physician or other health care professional.

IMPORTANT: Read all instructions carefully before using this product. Retain this owner's manual for the future reference.

CONTENTS OF THE PACKAGE

Before starting to use, check whether all the listed elements are included in the packaging.



No.	NAME	qty.
1.	Treadmill	1
2.	Remote control	1
3.	Batteries	2
4.	Screw set	1
5..	Silicone oil	1
6.	User manual	1

INTRODUCTION:

Thank you for purchasing our product. To ensure safety and proper use, read the instructions before using the product for the first time and keep it, as it contains important information.

IMPORTANT PRECAUTIONS AND RECOMMENDATIONS FOR USE:

Please read the user manual carefully before use and strictly follow its instructions when using the product. Please keep the user manual as it contains important information.

A. ELECTRICITY POWER SUPPLY



Do not use extension cords or attempt to modify the supplied power cord in any way. This may cause a risk of fire or electric shock, or damage to your computer. The appliance must be properly grounded.

1. Connect the power cable into the socket only after successful assembly and installation of the motor cover!
2. Place the device on a flat surface near a grounded electrical outlet with the appropriate voltage and frequency.
3. It is recommended to place the treadmill on a special mat dedicated to fitness equipment.
4. Connect the power cord to a surge protector (not included), and then connect the surge protector to a grounded circuit. No other devices should be on the same circuit.
5. The power cord must not be exposed to high temperatures.
6. The power cord must not be located near moving parts of the treadmill, lifting mechanism or transport wheels.
7. Do not use flammable sprays near the device. Sparks in the engine area can cause a fire in a flammable environment.
8. The power cord and plug must always be in perfect condition. If you notice any damage, do not attempt to repair it yourself and do not use the treadmill! Servicing other than the procedures described in this manual should only be performed by an authorized service center.

9. Always unplug the power cord before removing any part of the treadmill cover.

10.DANGER - Unplug the treadmill when cleaning or maintaining it. This will prevent the risk of electric shock.

11. Never expose the treadmill to moisture or rain. The treadmill is not intended for outdoor use. It should not be used near a swimming pool or other high humidity environment.

B. GROUNDING METHODS

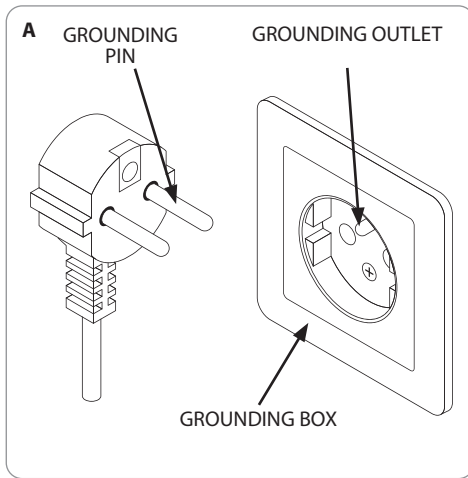
This product must be grounded. In the event of a malfunction or failure, grounding provides the path of least resistance for electrical current to reduce the risk of electric shock. This product is equipped with a cord that has a grounding wire and a grounding plug. The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with all local codes and ordinances.



DANGER - Improper connection of the unit's grounding conductor may result in the risk of electric shock. If you are unsure whether the product is properly grounded, contact a qualified electrician or service technician. Do not modify the plug supplied with the product - if it will not fit the socket, an appropriate socket should be installed by a qualified electrician.

This product is designed for use on a 220V rated circuit and has a grounding plug that looks like the plug shown in sketch A in the figure below.

Make sure the product is plugged into an outlet with the same configuration as the plug. Do not use an adapter.



C. USE THE DEVICE SAFELY



1. Place the treadmill on a clean, level surface. The treadmill can only be used when it is placed on a hard and level surface.
2. Do not place the treadmill on thick carpet as this may interfere with proper ventilation or damage the carpet and treadmill motor.
3. Position the treadmill so that the plug is visible and easily accessible.
4. Provide an adequate amount of free space around the treadmill (min. 0,6 m, preferably 1,5 m).
5. Before use, make sure the running belt is properly tensioned.
6. Before starting the treadmill, first step on the side platforms (on the right and left of the running belt), then start the treadmill and step on the running belt after starting (at minimum speed). This way you will avoid damaging the engine.
7. Change the speed slowly to avoid sudden changes. Changes in treadmill speed will not be visible immediately. Use the buttons on the remote control to set the desired speed on the display. The device will adapt gradually.
8. Before leaving the treadmill or when changing settings on the console, step onto the side platforms.
9. Be careful if you do other activities, such as watching TV or reading, while walking on the treadmill.

These activities can be distracting, leading to loss of balance and causing falls and injuries.

10. Do not throw any objects into any openings in the device.

11. Do not touch the moving parts of the device.

12. This device is not intended for persons (including children) with reduced physical fitness, physical or mental disabilities, or for persons who do not have experience in exercising on a similar device or do not have sufficient information and have not read the treadmill user manual. These people may only exercise on the device under the strict supervision of an authorized person who is directly responsible for their safety. Under no circumstances should children play with the device.

13. Consult your doctor or other health care professional before beginning any exercise program. It can help you adjust your exercise frequency and intensity (target heart rate) and duration to suit your age and physical condition.

14. ATTENTION! If you experience pain or pressure in your chest, irregular heartbeat, shortness of breath, feel weak or uncomfortable during exercise, **STOP TRAINING IMMEDIATELY!** Consult your doctor before proceeding.

15. Wear appropriate clothing when exercising on the treadmill. Do not wear long, loose clothes that could get stuck in the device. Always wear running or aerobics shoes with a rubber sole. Never use the treadmill while barefoot or wearing only socks or sandals.

16. The treadmill is intended for home use only and is not intended for long-term use.

17. It is recommended to disconnect the power supply for 10 minutes after 1 hour of running in order to prevent excessive use of the equipment and possible resulting faults.

18. When the treadmill is not in use, always turn all buttons to the OFF position and unplug the power cord from the outlet.

19. Lubricant should be kept out of the reach of children. If the lubricant is accidentally swallowed or gets into your eyes, rinse with water and consult a doctor.

20. Do not use the device if the outer casing is cracked or broken (internal structure exposed) or if welded parts are broken.

**NOTE:**

If the instructions in this manual are not followed, we are not responsible for any problems or injuries.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Dimensions of the folded device	1350 x 520 x 125 mm	Speed range	1,0 - 6,0 km/h
Belt dimension	1120 x 400 mm	Motor (power)	1,0 - 2,0 HP
Power supply	220 V	Rated frequency	50-60 Hz
Net weight	20 kg	Max. user weight	100 kg
LED display	SPEED, DISTANCE, TIME, CALORIES BURN, TOTAL DISTANCE		

ASSEMBLY INSTRUCTION**ATTENTION:**

1. DO NOT CONNECT THE POWER CABLE BEFORE COMPLETING THE INSTALLATION OF THE DEVICE.

2. Do not attempt to assemble the treadmill before reading the assembly instructions. Failure to follow the instructions may result in damage to the device.

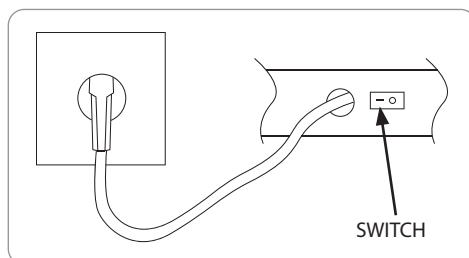
3. Due to the weight of the treadmill, appropriate precautions should be taken when operating it.

4. Always keep children away from the treadmill.

5. WARNING: Be careful not to damage the cables during installation

STEP 3

When the treadmill is ready to use, insert the power cord and plug in and press the power button. An active display means the treadmill is in standby mode.

**STEP 1**

Remove the device from the packaging with the help of another person and place it on a flat surface.

STEP 2

Remove the expanded polystyrene and arrange the necessary parts next to the treadmill.

MOVING THE TREADMILL



NOTE:

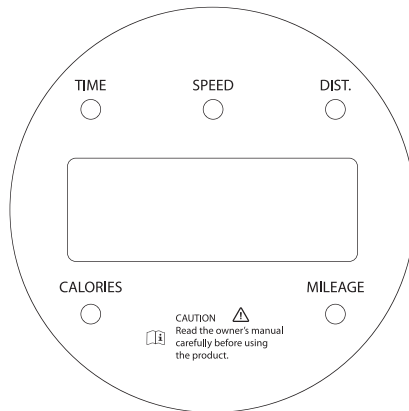
Before moving the treadmill, make sure the power switch is in the OFF position and the power cord is unplugged from the electrical outlet.

TO PREVENT ANY INJURY WHEN LIFTING OR ADJUSTING THE TREADMILL, MAKE SURE YOUR GRIP IS FIRM AND STABLE.

STORAGE

The treadmill should be stored in a clean and dry place. Make sure the main switch is turned off and the device is not connected to the power supply.

OPERATION GUIDE



CONSOLE DISPLAY, FEATURES AND FUNCTIONS

Press the ON button on the remote control when turning on the device. Press the OFF button when you want to turn off the device.

The display shows the following values: TIME, SPEED, – DIST. (DISTANCE), CALORIES, MILEAGE (TOTAL DISTANCE)

1. TIME: Displays the training time. Time range: 00:00-99:59 min. When the time reaches 99:59, the time counting starts again.

2. SPEED: Displays the current speed. Speed range: 1 - 6 km/h. After pressing: START, the countdown will start 3, 2, 1.

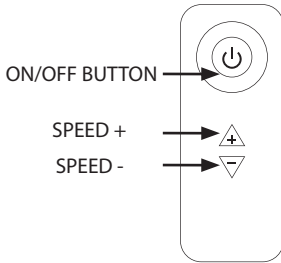
3. DIST: displays the distance. Distance range: 0.0-99.0 km.

When the distance reaches the maximum value, counting starts again.

4. CALORIES: Displays the total number of calories burned during exercise. Calorie range: 20.0-990 kcal. When the number of calories burned reaches the maximum value, counting will start again.

5. MILEAGE (TOTAL DISTANCE): Collect distance data after each exercise. If the treadmill is turned off incorrectly, the data will be reset.

REMOTE CONTROL FUNCTIONS



ON/OFF BUTTON:

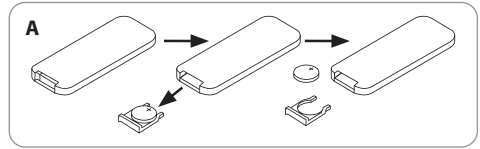
„⏻“ start/stop button: when the power is turned on, press this button at any time to start the treadmill; While moving, you can use this button to stop the treadmill and reset the data. Press and hold this button after the device has stopped in hibernation, in hibernation, press any key to wake up the device

SPEED +/- BUTTONS (SPEED +/-):

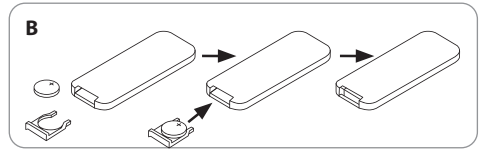
„+“, „-“ to increase or decrease the speed: speed adjustment start, adjustment range value every 0,1 km, when pressed for more than 2 seconds, the speed automatically increases or decreases every 0,5 km.

REPLACING THE BATTERY IN THE REMOTE CONTROL:

As shown in Figure A: Use your right thumb and index finger to simultaneously grasp the battery cover, thumb in and index finger out. Remove the battery cover from the remote control, then pull out the battery.



As shown in Figure B: First, place the 3V button battery model “CR2032” into the battery box, and note that the „+“ pole of the battery should face upwards; Insert the battery cover together with the battery into the remote control.



After installing the battery, press any key on the remote control, and the indicator light on the front of the remote control should light up. If the indicator light does not light up, it indicates that the remote control battery is not installed correctly. The above actions need to be repeated to install the battery.

ECO MODE:

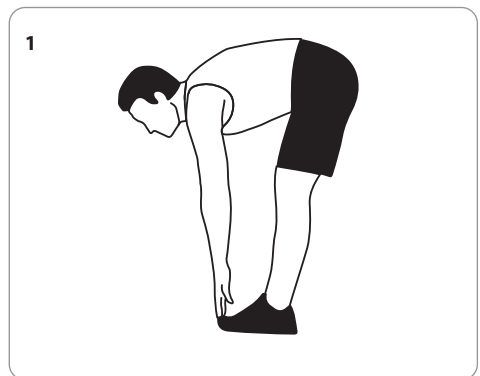
In standby mode, the treadmill enters ECO mode after 10 minutes if you do not start using the treadmill. During this time, no information appears on the display screen. To exit standby mode, press any button on the remote control.

EXERCISE INSTRUCTIONS

WARM-UP BEFORE TRAINING

Before starting exercise, it is worth warming up your muscles. Warm muscles stretch more easily, so spend the first 5 ~ 10 minutes warming up. Then do the stretching exercises shown in the picture - do five repetitions on each leg for 10 seconds or longer.

Forward bends: slightly bend your knees, slowly bend your torso forward, relax your back and shoulders, try to touch your toes with your hands. Maintain the position for 10 - 15 seconds. Repeat the exercise three times (see Figure 1).



Hamstring stretch: sitting on the floor, straighten one leg. Bend your other leg and pull it towards your straight leg. Try touching your toes with your hands. Maintain the position for 10 - 15 seconds. Repeat the exercise three times on each leg (see Figure 2).

2



Achilles tendon stretch: lean against a wall with both hands and stretch one leg behind you. Legs straight, heel on the floor or ground, pointing towards a wall. Maintain the position for 10 - 15 seconds. Repeat the exercise three times on each leg (see Figure 3).

3



Quadriceps stretch: support yourself with your left hand on a wall or table and extend your right arm behind you to support your ankle. Pull it towards your buttocks until you feel tension in your thigh. Maintain the position for 10 - 15 seconds. Repeat the exercise three times on each leg (see Figure 4).

4



Sartorius (inner thigh) stretch: sit with your soles together, knees out. Pull your feet towards your groin. Maintain the position for 10 - 15 seconds. Repeat the exercise three times (see Figure 5).

5



WARM UP STAGE:

If you are over 35 years old or not in excellent health and this is your first physical activity, consult your doctor or specialist.

Before you start using the treadmill, learn how to operate it, start, stop, adjust speed, etc.; then do not stand on the device. Then you can start using your device. Stand on the non-slip side rails and hold the handrail with both hands. Keep the speed low around 1,0-2,0 km/h, once you get used to the speed, you can start running and increase the speed to 3 km/h. Maintain the speed for about 10 minutes and then stop the device.

EXERCISE STAGE:

Before you start using your device, learn how to adjust the speed. Walk about 1 km at a constant speed and record the time, it will take you about 15-25 minutes. If you walk at a speed of 3 km/h, it will take you about 12 minutes to cover 1 km. If you feel comfortable with a constant speed, you can increase it and after 30 minutes you will be able to perform more intense training. Do not increase speed rapidly at this stage.

EXERCISE INTENSITY:

Warm up at a speed of 1,0-2,0 km/h for 2 minutes, then increase the speed to 3,0 km/h, walk for 2 minutes, then increase the speed to 4,0 km/h and walk another 2 minutes. Then increase the speed by 0,5 km/h after every additional 2 minutes. Train with your well-being in mind.

BURNING CALORIES – THE MOST EFFECTIVE WAY:

Warm up for 5 minutes at a speed of: 3,0 km/h, then slowly increase the speed by 0.5 km/h for every 2 minutes until you reach a constant speed that feels comfortable for you for 45 minutes. Finally, you should gradually reduce the speed over 4 minutes.

EXERCISE FREQUENCY:

Training cycle: 3-5 times/week, 15-60 min/training. Create a professional training plan.

You can control the intensity of your run by adjusting the speed of the treadmill.

Consult your doctor or other health care professional before beginning training. Specialists will help you to create an appropriate exercise schedule, adapted to your age and health condition;

determine the pace of exercise and training intensity. If you feel chest tightness or pain, irregular heartbeat, difficulty breathing, dizziness, or other discomfort during exercise, stop training immediately and consult your doctor or other health care professional.

You can choose standard walking speed or jogging speed if you exercise on a treadmill. If you do not have enough experience or are unable to select the appropriate speed, please follow the instructions below:

SPEED:	LEVEL:
1,0-3,0 km/h	for beginners
3,0-4,5 km/h	calm, non-intense training
4,5-6,0 km/h	standard walking

MAINTENANCE INSTRUCTION



WARNING:

Always unplug the treadmill before cleaning or maintenance.

CLEANING THE TREADMILL

Do not neglect regular maintenance, it will extend the life of the device. **Damage caused by insufficient care of the device is not covered by the warranty!** Keep your treadmill clean by vacuuming it regularly. Be sure to clean the exposed parts of the deck on both sides of the walking belt, as well as the side platforms. Keep your running shoes clean to prevent foreign objects from accumulating under the running belt.

- **Clean the treadmill, console frame and running surface** once a week with a damp, soft cloth. Also remember to remove dust from under the treadmill. **Do not use paper towels - they are rough and may damage the surfaces being cleaned.**
- **The area under the treadmill motor cover should be cleaned of dust and dirt regularly every month.** If you have pets at home, you should clean it more often.

Instructions for removing dirt from under the engine cover:

1. Turn off the treadmill and unplug it from the power source.
2. Unscrew the engine cover on all sides.
3. Use compressed air or a soft bristle brush to remove dust and other debris.
4. Then vacuum the dirt very carefully with a vacuum cleaner.
5. After cleaning the device in the engine compartment, screw the engine cover back on.

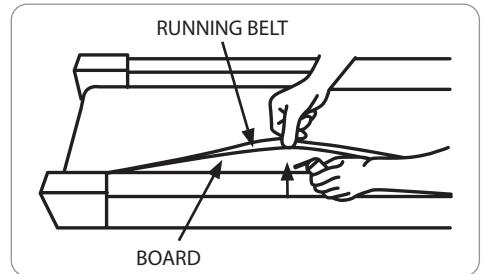
RUNNING BELT AND RUNNING BOARD LUBRICATIO

- The walking belt and board are already pre-lubricated. Friction between the belt and the board can play an important role in the operation and life of the treadmill, and regular lubrication is required.
- It is recommended to regularly check the condition of the board.
- If you notice any damage, contact our service.

- **WARNING: All repairs should be carried out by a specialist.**

- Only use grease intended for this purpose! The set includes one bottle of silicone oil.
- If you exercise on a treadmill for at least an hour a day, you should lubricate the treadmill **once a month**, and if you use it less frequently, once every three months is enough. It is best to lubricate the treadmill after every 30 hours of use

Treadmill lubrication instructions:



1. Turn off the treadmill and unplug it from the power source.
2. Loosen the walking belt itself so that you have easy access to the rear rollers (it is important to remember how many turns of the wrench were made when loosening the running belt).
3. Use a small amount of lubricant (**max 5 ml**) or spray gel to avoid damaging the treadmill mechanism. Too much will cause excessive belt slippage and grease may settle on the engine, causing it to overheat. **Flooding of the belt, countertop, engine or electronics is not subject to complaint.**
4. Re-tighten the belt (turn the key in the opposite direction exactly the number of times you did when loosening the belt - center the belt if necessary).
5. After lubricating, do not use the treadmill and first run it at a low speed (about 2-3 km/h) for a few minutes to spread the lubricant over the entire length of the belt.

Once the belt is lubricated, the treadmill is ready for use.



WARNING:

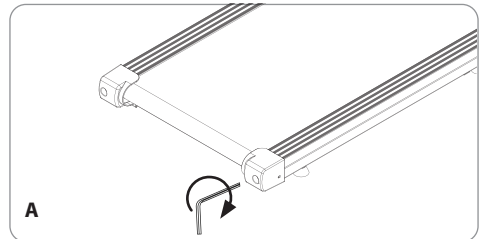
Improper or incomplete maintenance of the cardio fitness device is not covered by the warranty!

BELT ADJUSTMENT

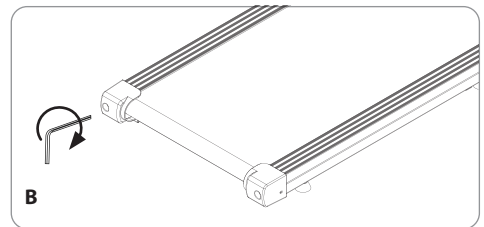
If the belt is too loose, it will slip during use; If the belt is too tight, it will affect the engine performance and increase the abrasion of the roller and belt. The belt can be moved away from the board by approximately 5-6 mm, as long as the tension is appropriate.

CENTERING THE RUNNING BELT

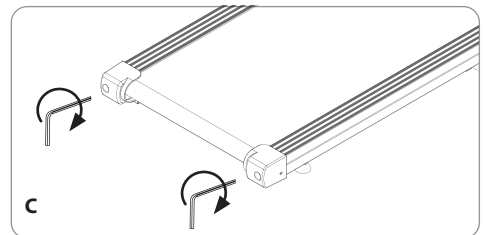
Place the treadmill on a level surface. Run Treadmill at approximately 6-8KM/H, checking the running condition. If the belt has drifted to the right, pull out of the save clock and switch, and turn the right adjusting bolt 1/4 clockwise, then start running to see if centered or not. Keep adjusting until centering the belt. PICTURE – A



If the belt has drifted to the left, pull out of the safety clock and switch, turn the left adjusting bolt 1/4 turn clockwise, then start running to see if centered or not. Keep adjusting until centering the belt. PICTURE – B



Adjust the belt after a period of using time. Pull out of the safety clock and switch, turn the left and right adjusting bolt 1/4 clockwise, then re-start running to check the belt-tightness until the belt is in right tightness. PICTURE – C



NOTE:

The deflection of the running belt is not covered by warranty and should be adjusted by the user in accordance with these instructions. Incorrect positioning of the running belt may cause serious damage to it and negatively affect its service life. If you notice any deviations in the belt, it should be adjusted immediately.

TROUBLESHOOTING GUIDE

ERROR	DESCRIPTION:	SOLUTION METHOD:
E1	The display does not receive a signal.	Lower control unit failure. The treadmill cannot be turned on. E1 may appear on the display and an acoustic signal may sound. Solution: Control unit and display are disconnected. Check that all ribbon cables are connected and undamaged.
E2	No power to the motor.	Solution: Check if the power cord is connected to the motor.
E3	No Speed Signal - Engine is on but there is no speed feedback from the engine for more than 3 seconds.	1. Check if the power cable of the engine control unit is connected tightly enough. 2. Stop the treadmill - failure, sound signal for 9 repetitions, error E3 appears on the display. Goes to standby mode after 10 seconds Solution: No speed feedback after more than 3 seconds. Check whether the sensor is connected or damaged, replace it if necessary 3. Stop the treadmill, failure, beep for 9 repetitions, display shows E3 error, switch to standby mode without any other problems.
E5	Overcurrent protection: During operation, the electric current exceeds the rated current for more than 3 seconds.	Stop the treadmill - failure, sound signal for 9 repetitions, error E5 appears on the display. Switches to standby mode after 10 seconds, but restart is possible. Solution: When the electric current exceeds the rated current, the system protection operates. Something may have blocked the treadmill and the motor has stopped running, causing excessive current. Once you have cleaned the treadmill, you can restart it. If you feel a burning smell, stop the device immediately, check the motor or controller, replace it if necessary.
E6	Shock Protection: Incorrect supply voltage or inappropriate motor causes the drive motor circuit to fail. Some or all buttons do not work.	Check if the electrical voltage is 50% lower than normal. Check that the control unit or ribbon cable connected to the motor is suitable.
E7	Some or all buttons do not work.	1. Open the display cover, test each button separately. 2. Check the display and replace it if necessary. 3. Restart the treadmill and check again.
	The display does not work.	1. Check the input voltage. 2. Check the position of the power switch. 3. Check the circuit breaker. 4. Check if the CPU LED is on. 5. Check the ribbon cables. 6. Check the display and replace it if necessary. 7. Check the lower control circuit board and replace if necessary.
	Unable to start.	Check that the power cord is plugged in and the power switch is turned on.
	The belt is slipping.	Adjust the belt, see section on adjusting belt tension.

	The belt is not centered during operation.	Adjust the belt setting, see section on adjusting belt tension.
	Strange sound during training.	Tighten all screws and check whether the belt needs lubrication.



The manufacturer is not responsible for improper use of the treadmill, in particular:

- product damage as a result of improper maintenance and improper installation,
- mechanical damage,
- wear of parts during normal use,
- for repairs that were not made by a professional service,
- improper handling or storage, exposure to water.

	This symbol means that the product must not be disposed of with other household waste. Polish law prohibits the mixing of used electrical and electronic equipment with other waste under penalty of a fine. Potential negative effects on the environment and human health that could result from improper waste handling arising from waste electronic equipment can be prevented if the product is disposed of in an appropriate manner.
	The packaging is recyclable. Suitable for segregation.
	The packaging includes an operating manual which should be read before use.
	Do not litter! Throw the packaging into the trash.
	Protect against falling and dropping. Do not throw.
	Fragile - handle with care.
	Protect against moisture and getting wet.
	Do not use a crane.

Home use treadmill - class HC
 The manual can be downloaded from
www.spokey.pl



INSTRUKCJA TŁUMACZONA Z ORYGINAŁU

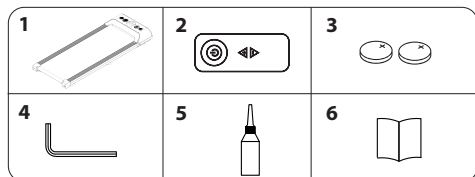


UWAGA: Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń skonsultuj się ze swoim lekarzem lub innym pracownikiem służby zdrowia.

WAŻNE: Przed użyciem tego produktu przeczytaj uważnie wszystkie zalecenia. Zachowaj niniejszą instrukcję obsługi do wykorzystania w przyszłości.

ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA

Przed rozpoczęciem użytkowania, sprawdź czy wszystkie wymienione elementy znajdują się w opakowaniu.



Nr.	NAZWA	szt.
1.	Bieżnia	1
2.	Pilot zdalnego sterowania	1
3.	Baterie	2
4.	Zestaw śrub	1
5..	Olej silikonowy	1
6.	Instrukcja obsługi	1

WPROWADZENIE:

Dziękujemy za zakup naszego produktu. W celu zapewnienia bezpieczeństwa i prawidłowego stosowania, przed pierwszym użyciem produktu zapoznaj się z instrukcją oraz zachowaj ją, gdyż zawiera ważne informacje.

WAŻNE ŚRODKI OSTROŻNOŚCI I ZALECENIA UŻYTKOWANIA:

Należy dokładnie przeczytać instrukcję obsługi przed rozpoczęciem użytkowania i ściśle przestrzegać zawartych w niej poleceń podczas korzystania z produktu. Proszę zachować instrukcję obsługi, gdyż zawiera ona ważne informacje.

A. ZASILANIE ENERGIĄ ELEKTRYCZNĄ



Nie używaj przedłużaczy ani nie próbuj w żaden sposób modyfikować dostarczonego przewodu zasilającego. Może to spowodować ryzyko pożaru lub porażenia prądem, a także uszkodzenie komputera. Urządzenie musi być prawidłowo uziemione.

1. Przewód zasilający do sieci można podłączyć dopiero po pomyślnym zakończeniu montażu i założeniu osłony na silnik!
2. Umieść urządzenie na płaskiej powierzchni w pobliżu uziemionego gniazdka elektrycznego o odpowiednim napięciu i częstotliwości prądu.
3. Zaleca się ustawienie bieżni na specjalnej macie dedykowanej dla sprzętu fitness.
4. Podłącz przewód zasilający do listwy przeciwprzepięciowej (nie wchodzi w skład zestawu), a następnie podłącz listwę przeciwprzepięciową do obwodu z uziemieniem. Żadne inne urządzenia nie powinny znajdować się w tym samym obwodzie.
5. Przewód zasilający nie może być narażony na działanie wysokich temperatur.
6. Przewód zasilający nie może znajdować się w pobliżu ruchomych części bieżni i kół transportowych.
7. Nie używaj łatwopalnych sprayów w pobliżu urządzenia. Iskry w obszarze silnika mogą spowodować pożar w środowisku łatwopalnym.
8. Przewód zasilający i wtyczka muszą być zawsze w idealnym stanie. W przypadku zauważenia uszkodzeń, nie podejmuj prób samodzielnej naprawy i nie korzystaj z bieżni! Serwisowanie inne niż procedury

opisane w tej instrukcji powinno być wykonywane wyłącznie przez autoryzowany serwis.

9. Zawsze odłączaj przewód zasilający przed zdjęciem jakiegokolwiek części osłony bieżni.

10. NIEBEZPIECZEŃSTWO - Należy odłączyć bieżnię od zasilania na czas czyszczenia lub konserwacji. Zapobiegnie to ryzyku porażenia prądem.

11. Nigdy nie wystawiaj bieżni na działanie wilgoci lub deszczu. Bieżnia nie jest przeznaczona do użytku na zewnątrz. Nie należy jej używać w pobliżu basenu lub innego środowiska o dużej wilgotności powietrza.

B. METODY UZIEMIENIA

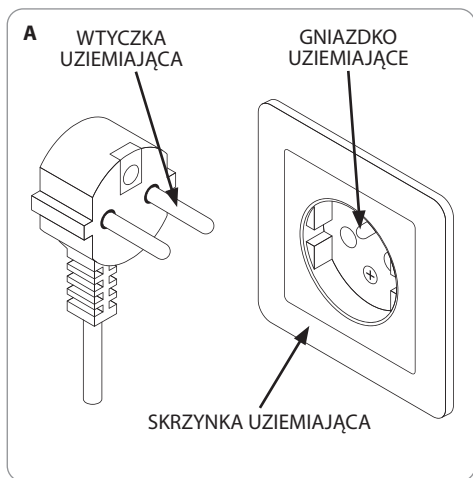
Ten produkt musi być uziemiony. W przypadku nieprawidłowego działania lub awarii uziemienie zapewnia ścieżkę o najmniejszym oporze dla prądu elektrycznego, aby zmniejszyć ryzyko porażenia prądem. Ten produkt jest wyposażony w przewód uziemiający i wtyczkę uziemiającą. Wtyczkę należy podłączyć do odpowiedniego gniazdka, które jest prawidłowo zainstalowane i uziemione, zgodnie ze wszystkimi lokalnymi przepisami i rozporządzeniami.



NIEBEZPIECZEŃSTWO – Niewłaściwe podłączenie przewodu uziemiającego urządzenia może spowodować ryzyko porażenia prądem. Jeśli masz wątpliwości, czy produkt jest prawidłowo uziemiony, skontaktuj się z wykwalifikowanym elektrykiem lub serwisantem. Nie modyfikuj wtyczki dołączonej do produktu - jeśli nie będzie pasować do gniazdka, właściwe gniazdko powinno zostać zainstalowane przez wykwalifikowanego elektryka.

Ten produkt jest przeznaczony do stosowania w obwodzie napięcia znamionowego 220 V i posiada wtyczkę uziemiającą, która wygląda jak wtyczka pokazana na rysunku A.

Upewnij się, że produkt jest podłączony do gniazdka o tej samej konfiguracji co wtyczka. Nie używaj adaptera.



C. BEZPIECZNE UŻYTKOWANIE URZĄDZENIA



1. Ustaw bieżnię na czystej, poziomej powierzchni. Bieżnię można używać tylko wtedy, gdy jest ustawiona na twardej i równej powierzchni.
2. Nie umieszczaj bieżni na grubym dywanie, gdyż może to zakłócić prawidłową wentylację lub uszkodzić dywan i silnik bieżni.
3. Ustaw bieżnię tak, aby wtyczka była widoczna i łatwo dostępna.
4. Zapewnij odpowiednią ilość wolnej przestrzeni wokół bieżni (min. 0,6 m, najlepiej 1,5 m).
5. Przed użyciem należy upewnić się, że pas biegowy jest dobrze naciągnięty.
6. Przed uruchomieniem bieżni należy najpierw wejść na boczne platformy (po prawej i lewej stronie pasa bieżniowego), następnie uruchomić bieżnię i wejść na pas bieżni (przy minimalnej prędkości). W ten sposób unikniesz uszkodzenia silnika.
7. Zmieniaj prędkość powoli, aby uniknąć nagłych jej skoków. Zmiany prędkości bieżni nie będą widoczne natychmiast. Za pomocą przycisków na pilocie ustaw żądaną prędkość na wyświetlaczu. Urządzenie dostosuje się stopniowo.
8. Zanim zjedziesz z bieżni lub w przypadku zmiany ustawień na konsoli, wejdź na boczne platformy.
9. Zachowaj ostrożność, jeśli podczas chodzenia po bieżni wykonujesz inne czynności, takie jak oglą-

danie telewizji lub czytanie. Czynności te mogą rozpraszać, prowadząc do utraty równowagi i powodując upadki i urazy.

10. Nie wrzucaj żadnych przedmiotów do otworów w urządzeniu.

11. Nie dotykaj ruchomych części urządzenia.

12. To urządzenie nie jest przeznaczone dla osób (w tym dzieci) o obniżonej sprawności fizycznej, z niepełnosprawnością fizyczną lub umysłową, ani dla osób, które nie mają doświadczenia w ćwiczeniach na podobnym urządzeniu lub nie mają wystarczających informacji i nie zapoznały się z instrukcją obsługi bieżni. Osoby te mogą ćwiczyć na urządzeniu wyłącznie pod ścisłym nadzorem upoważnionej osoby, która jest bezpośrednio odpowiedzialna za ich bezpieczeństwo. W żadnym wypadku nie należy pozwalać dzieciom bawić się urządzeniem.

13. Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń skonsultuj się ze swoim lekarzem lub innym pracownikiem służby zdrowia. Może on pomóc w dostosowaniu częstotliwości i intensywności ćwiczeń (docelowy poziom tętna) oraz czasu odpowiedniego dla Twojego wieku i kondycji fizycznej.

14. UWAGA! Jeśli odczuwasz ból lub ucisk w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, duszność, czujesz się słabo lub odczuwasz dyskomfort podczas ćwiczeń, **NATYCHMIAST PRZERWIJ TRENING!** Przed kontynuowaniem skonsultuj się z lekarzem.

15. Podczas ćwiczeń na bieżni noś odpowiednią odzież. Nie noś długich, luźnych ubrań, które mogłyby utknąć w urządzeniu. Zawsze noś buty do biegania lub aerobiku z gumową podeszwą. Nigdy nie korzystaj z bieżni będąc boso lub mając na sobie jedynie skarpetki lub sandały.

16. Bieżnia przeznaczona jest wyłącznie do użytku domowego i nie jest przeznaczona do długotrwałego użytkowania.

17. Zaleca się odłączenie zasilania na 10 minut po 1 godzinie biegania w celu zapobieżenia nadmiernej eksploatacji sprzętu oraz ewentualnym usterkom wynikającym z tego tytułu.

18. Gdy bieżnia nie jest używana, zawsze należy ustawić wszystkie przyciski do pozycji OFF i wyjąć przewód zasilający z rądu.

19. Smar powinien być przechowywany w miejscu niedostępnym dla dzieci. W przypadku przypadkowego połknięcia lub dostania się smaru do oczu, przepłucz je wodą i skonsultuj się lekarzem.

20. Nie korzystaj z urządzenia, jeśli zewnętrzna obudowa jest pęknięta lub połamana (odłusnięta konstrukcja wewnętrzna) lub jeśli pęknięte są zespawane elementy.

**UWAGA:**

Jeżeli zalecenia zawarte w niniejszej instrukcji nie będą przestrzegane, nie ponosimy odpowiedzialności za jakiegokolwiek problemy lub obrażenia.

SPECYFIKACJA TECHNICZNA

Wymiary złożonego urządzenia	1350 x 520 x 125 mm	Zakres prędkości	1,0 - 6,0 km/h
Wymiar pasa	1120 x 400 mm	Silnik (moc)	1,0 - 2,0 HP
Zasilanie	220 V	Częstotliwość znamionowa	50-60 Hz
Waga netto	20 kg	Max. waga użytkownika	100 kg
Wyświetlacz LED	PRĘDKOŚĆ, DYSTANS, CZAS, SPALONE KALORIE, CAŁKOWITY DYSTANS		

INSTRUKCJA MONTAŻU**UWAGA:**

1. NIE PODŁĄCZAJ KABLA ZASILAJĄCEGO PRZED ZAKOŃCZENIEM MONTAŻU URZĄDZENIA.

2. Nie przystępuj do montażu bieżni przed zapoznaniem się z instrukcją montażu. Nieprzestrzeganie wskazówek może skutkować uszkodzeniem urządzenia.

3. Ze względu na ciężar bieżni, należy zachować odpowiednie środki ostrożności podczas jej obsługi.

4. Zawsze trzymaj dzieci z dala od bieżni.

5. OSTRZEŻENIE: Uważaj, aby nie uszkodzić przewodów podczas montażu.

KROK 1

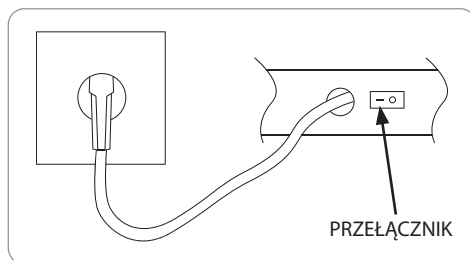
Wyciągnij urządzenie z opakowania z pomocą drugiej osoby i ułóż je na płaskiej powierzchni.

KROK 2

Usuń styropian i ułóż potrzebne części obok bieżni.

KROK 3

Kiedy bieżnia będzie gotowa do użytku, włóż przewód zasilający i podłącz do prądu i wciśnij przycisk zasilania. Aktywny wyświetlacz oznacza, że bieżnia jest w trybie gotowości.



PRZENOSZENIE BIEŻNI



UWAGA:

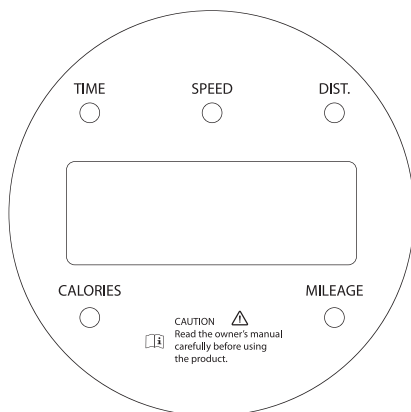
Przed przeniesieniem bieżni, upewnij się, że przełącznik zasilania znajduje się w pozycji OFF, a przewód zasilający jest odłączony od gniazda elektrycznego.

ABY ZAPOBIEC JAKIMKOLWIEK OBRAŻENIOM W CZASIE PODNOSZENIA CZY USTAWIANIA BIEŻNI, UPEWNIJ SIĘ ŻE TWÓJ CHWYT JEST PEWNY I STABILNY.

PRZECHOWYWANIE

Bieżnię należy przechowywać w czystym i suchym miejscu. Upewnij się, że główny wyłącznik jest wyłączony, a urządzenie nie jest podłączone do zasilania.

PRZEWODNIK PO FUNKCJACH



WYŚWIETLACZ KONSOLI, WŁAŚCIWOŚCI I FUNKCJE

Wciśnij przycisk ON (włącz) na pilocie podczas uruchamiania urządzenia. Wciśnij przycisk OFF (wyłącz), kiedy chcesz wyłączyć urządzenie.

Wyświetlacz pokazuje następujące wartości: TIME (CZAS), SPEED (Prędkość), - DIST. (DYSTANS), CALORIES (KALORIE), MILEAGE (CAŁKOWITY DYSTANS)

1. TIME (CZAS): Wyświetla czas treningu. Zakres czasu: 00:00-99:59 min. Kiedy czas osiągnie 99:59, naliczanie czasu rozpoczyna się od nowa.

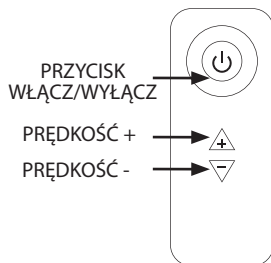
2. SPEED (PRĘDKOŚĆ): Wyświetla aktualną prędkość. Zakres prędkości: 1 - 6 km/h. Po wciśnięciu: START, rozpocznie się odliczanie 3, 2, 1.

3. DIST (DYSTANS): wyświetla odległość. Zakres odległości: 0.0-99.0 km. Kiedy dystans osiągnie maksymalną wartość, naliczanie rozpoczyna się od nowa.


4. CALORIES (KALORIE): Wyświetla łączną liczbę spalonych kalorii podczas ćwiczeń. Zakres kalorii: 20.0-990 kcal. Kiedy liczba spalonych kalorii osiągnie maksymalną wartość, naliczanie zacznie się od nowa.

5. MILEAGE (CAŁKOWITY DYSTANS): Gromadzenie danych dotyczących odległości po każdym ćwiczeniu. W przypadku nieprawidłowego wyłączenia bieżni dane zostaną zresetowane.

FUNKCJE PILOTA ZDALNEGO STEROWANIA



PRZYCIŚK ON/OFF (WŁĄCZ/WYŁĄCZ):

„” przycisk “start/stop”: w przypadku włączenia zasilania, naciśnij ten przycisk w dowolnym momencie, aby rozpocząć działanie bieżni; w trakcie ruchu za pomocą tego przycisku można zatrzymać pracę bieżni i zresetować dane. Naciśnij i przytrzymaj ten przycisk po zatrzymaniu urządzenia w stanie hibernacji, w stanie hibernacji, naciśnij dowolny klawisz, aby wybudzić urządzenie.

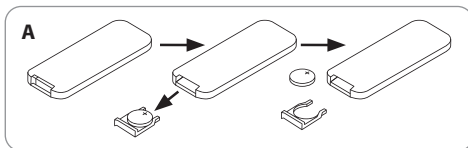
PRZYCIŚKI SPEED +/- (PRĘDKOŚĆ +/-):

„+”, „-” aby zwiększyć lub zmniejszyć prędkość: rozpoczęcie regulacji prędkości, wartość zakresu regulacji co 0,1 km, przy naciśnięciu przez ponad 2 sekundy, prędkość automatycznie zwiększa się lub zmniejsza o co 0,5 km.

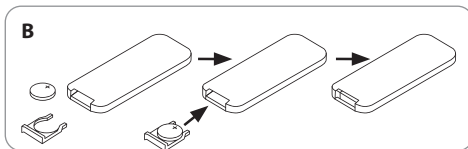
WYMIANA BATERII W PILOCIE ZDALNEGO STEROWANIA:

Jak pokazano na rysunku **A**: Użyj prawego kciuka i palca wskazującego, aby jednocześnie chwycić pokrywę baterii, kciukiem do wewnątrz i palcem

wskazującym na zewnątrz. Zdejmij pokrywę baterii z pilota, a następnie wyciągnij baterię.



Jak pokazano na rysunku **B**: Najpierw umieść baterię pastylkową 3V model „CR2032” w pojemniku na baterie i zwróć uwagę, aby biegun „+” baterii był skierowany do góry; włóż pokrywę baterii wraz z baterią do pilota.



Po włożeniu baterii wciśnij dowolny klawisz na pilocie, a lampka kontrolna z przodu pilota zaświeci się. Jeśli lampka kontrolna nie zaświeci się, oznacza to, że bateria pilota nie została prawidłowo włożona lub jest zużyta. Należy powtórzyć powyższe czynności w celu prawidłowego włożenia baterii.

TRYB ECO:

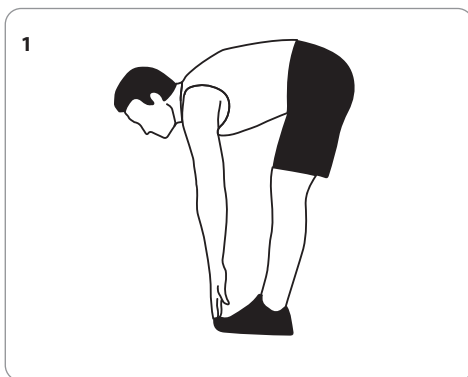
W trybie gotowości bieżni przechodzi w tryb ECO po 10 minutach, jeśli nie nastąpi rozpoczęcie użytkowania bieżni. W tym czasie na ekranie wyświetlacza nie pokazują się żadne informacje. Aby wyjść z trybu gotowości, naciśnij dowolny przycisk na pilocie.

WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE ĆWICZEŃ

ROZGRZEWKĄ PRZED TRENINGIEM

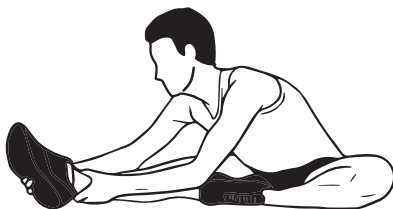
Przed rozpoczęciem ćwiczeń warto rozgrzać mięśnie. Rozgrzane mięśnie łatwiej się rozciągają, więc pierwsze 5 - 10 minut przeznacz na rozgrzewkę. Następnie wykonaj ćwiczenia rozciągające przedstawione na obrazku - wykonaj pięć powtórzeń na każdą nogę po 10 sekund lub dłużej.

Skłony w przód: lekko ugnij kolana, wykonaj powoli skłon tułowia w przód, rozluźnij plecy i ramiona, spróbuj rękami dotknąć palców u stóp. Utrzymuj pozycję przez 10 - 15 sekund. Powtórz ćwiczenie trzy razy (zobacz rysunek 1).



Rozciąganie mięśni trójkątowych łydek: siedząc na podłodze, wyprostuj jedną nogę. Drugą nogę zegnij i przyciągnij do wyprostowanej nogi. Spróbuj rękami dotknąć palców u stóp. Utrzymuj pozycję przez 10 - 15 sekund. Powtórz ćwiczenie trzy razy na każdą nogę (zobacz rysunek 2).

2



Rozciąganie ścięgna Achillesa: oprzyj się dłońmi o ścianę, jedną nogę wyciągnij do tyłu i wyprostuj. Pięty na podłodze, skierowane w kierunku ściany. Utrzymuj pozycję przez 10 - 15 sekund. Powtórz ćwiczenie trzy razy na każdą nogę (zobacz rysunek 3).

3



Rozciąganie mięśnia czworogłowego uda: Podesprzyj się prawą ręką o ścianę, a lewą ręką złap się za lewą kostkę. Pociągnij ją w kierunku pośladków, aż poczujesz napięcie w udzie. Utrzymuj pozycję przez 10 - 15 sekund. Powtórz ćwiczenie trzy razy na każdą nogę (zobacz rysunek 4).

4



Rozciąganie mięśnia krawieckiego (wewnętrznych części ud): usiądź, łącząc stopy podeszwami, kolana na zewnątrz. Pociągnij stopy w kierunku pachwiny. Utrzymuj pozycję przez 10 - 15 sekund. Powtórz ćwiczenie trzy razy (zobacz rysunek 5).

5



Intensywność biegu możesz kontrolować regulując prędkość bieżni.

FAZA ROZGRZEWKI:

Jeśli masz więcej niż 35 lat lub nie cieszysz się doskonałym zdrowiem i jest to Twoja pierwsza aktywność fizyczna, skonsultuj się ze swoim lekarzem lub specjalistą.

Zanim zaczniesz korzystać z bieżni, naucz się jak ją obsługiwać, uruchamiać, zatrzymywać, regulować prędkość itp.; nie stój wtedy na urządzeniu. Następnie możesz rozpocząć korzystanie z urządzenia. Stań na antypoślizgowych szynach bocznych i chwyć poręcz obiema rękami. Utrzymuj niską prędkość około 1,0-2,0 km/h, po przyzwyczajeniu się do prędkości, możesz rozpocząć bieg i zwiększyć prędkość do 3 km/h. Utrzymuj prędkość przez około 10 minut, a następnie zatrzymaj urządzenie.

FAZA ĆWICZEŃ:

Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia, dowiedz się, w jaki sposób dostosować prędkość. Przejdź około 1 km ze stałą prędkością i zapisz czas, zajmie Ci to około 15-25 minut. Jeśli maszerujesz z prędkością 3 km/h, pokonanie 1 km zajmie Ci około 12 minut. Jeśli czujesz się komfortowo przy stałej prędkości, możesz ją zwiększyć, a po 30 minutach będziesz mógł wykonywać bardziej intensywny trening. Na tym etapie nie należy gwałtownie zwiększać prędkości.

INTENSYWNOŚĆ ĆWICZEŃ:

Rozgrzewka przy prędkości 1,0-2,0 km/h przez 2 minuty, następnie zwiększ prędkość do 3,0 km/h, maszeruj przez 2 minuty, następnie zwiększ prędkość do 4,0 km/h i maszeruj kolejne 2 minuty. Następnie zwiększaj prędkość o 0,5 km/h po każdym kolejnych 2 minutach. Trenuj mając na uwadze swoje samopoczucie.

SPALANIE KALORII – NAJSKUTECZNIEJSZY SPOSÓB:

Rozgrzewka przez 5 minut przy prędkości: 3,0 km/h., następnie powoli zwiększaj prędkość o 0,5 km/h na każde 2 minuty, aż do stałej prędkości, która będzie dla Ciebie odpowiednia przez 45 minut. Na koniec powinieneś stopniowo zmniejszać prędkość przez 4 minuty.

CZĘSTOTLIWOŚĆ ĆWICZEŃ:

Cykl treningowy: 3-5 razy/tydzień, 15-60 min/trening. Ułóż profesjonalny plan treningowy.

Przed rozpoczęciem treningu skonsultuj się ze swoim lekarzem lub innym pracownikiem służby zdrowia. Specjaliści pomogą Ci ułożyć odpowiedni harmonogram ćwiczeń, dostosowany do Twojego wieku i stanu zdrowia; określ tempo ćwiczeń, intensywność treningu. Jeśli podczas ćwiczeń poczujesz ucisk lub ból w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, trudności w oddychaniu, zawroty głowy lub inny dyskomfort, natychmiast przerwij trening i skonsultuj się z lekarzem lub innym pracownikiem służby zdrowia.

Możesz wybrać standardową prędkość chodu lub prędkość joggingu, jeśli ćwiczysz na bieżni. Jeśli nie masz wystarczającego doświadczenia lub nie jesteś w stanie wybrać odpowiedniej prędkości, postępuj zgodnie z poniższą instrukcją:

PRĘDKOŚĆ:	POZIOM:
1,0-3,0 km/h	dla osób początkujących
3,0-4,5 km/h	spokojny, nieintensywny trening
4,5-6,0 km/h	standardowy chód

WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE KONSERWACJI



OSTRZEŻENIE:

Zawsze odłączaj bieżnię od prądu przed czyszczeniem lub konserwacją.

CZYSZCZENIE BIEŻNI

Nie zaniedbuj regularnej konserwacji, wydłuży to żywotność urządzenia. **Uszkodzenia spowodowane niewystarczającą dbałością o urządzenie nie podlegają gwarancji!** Utrzymuj bieżnię w czystości poprzez regularne jej odkurzanie. Pamiętaj, aby wyczyścić odsłonięte części blatu po obu stronach pasa bieżni, a także boczne platformy. Utrzymuj buty do biegania w czystości, aby uniknąć gromadzenia się ciał obcych pod pasem bieżni.

• **Bieżnię, ramę konsoli i powierzchnię bieżni** należy czyścić raz w tygodniu wilgotną i miękką szmatką. Pamiętaj również o usunięciu kurzu spod bieżni. **Nie używaj ręczników papierowych - są szorstkie i mogą uszkodzić czyszczone powierzchnie.**

• **Regularnie co miesiąc** należy czyścić **z kurzu i brudu miejsce pod pokrywą silnika bieżni**. Jeśli masz w domu zwierzęta, należy czyścić ją częściej.

Instrukcja usuwania zabrudzeń spod pokrywy silnika:

1. Wyłącz bieżnię i odłącz ją od źródła zasilania.
2. Odkręć pokrywę silnika ze wszystkich stron.
3. Użyj sprężonego powietrza lub szczotki z miękkim włosiem, aby zebrać kurz i inne zanieczyszczenia.
4. Następnie bardzo ostrożnie odkurz zanieczyszczenia za pomocą odkurzacza.
5. Po wyczyszczeniu urządzenia w przestrzeni silnika, przykręć z powrotem pokrywę silnika.

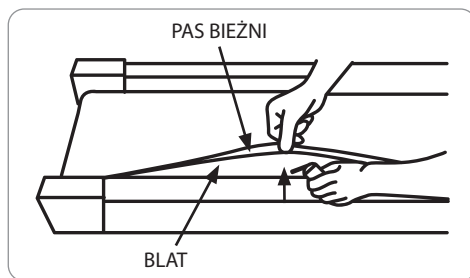
SMAROWANIE PASA BIEŻNEGO I PŁYTY

- Pas bieżni i blat są już wstępnie nasmarowane. Tarcie pomiędzy pasem a platformą może odgrywać ważną rolę w funkcjonowaniu i żywotności bieżni, wymagane jest regularne smarowanie urządzenia.
- Zalecane jest regularne sprawdzanie stanu blatu.
- Jeśli zauważysz jego uszkodzenie, skontaktuj się z naszym serwisem.

• **OSTRZEŻENIE: Każda naprawa powinna być przeprowadzona przez specjalistę.**

- Należy używać wyłącznie smaru przeznaczonego do tego celu! W zestawie znajduje się jedna butelka olejku silikonowego.
- Jeśli ćwiczysz na bieżni co najmniej godzinę dziennie, należy smarować bieżnię **jeden raz w miesiącu**, a jeśli używasz jej rzadziej, wystarczy to zrobić raz na trzy miesiące. Najlepiej smarować bieżnię po każdym 30 godzinach użytkowania.

Instrukcja smarowania bieżni:



1. Wyłącz bieżnię i odłącz ją od źródła zasilania.
 2. Poluzuj sam pas bieżni, aby mieć łatwy dostęp do tylnych wałków (ważne jest, aby pamiętać, ile obrotów klucza zostało wykonanych podczas poluzowywania pasa bieżni).
 3. Użyj niewielkiej ilości smaru (**max 5 ml**) lub żelu w sprayu, aby uniknąć uszkodzenia mechanizmu bieżni. Zbyt duża ilość spowoduje nadmierny poślizg pasa, a smar może osadzić się na silniku, powodując jego przegrzanie. **Zalanie pasa, blatu, silnika lub elektroniki nie podlega reklamacji.**
 4. Ponownie napnij pas (obróć klucz w przeciwnym kierunku dokładnie tyle razy, ile zostało to zrobione podczas luzowania pasa - w razie potrzeby wyśrodkuj pas).
 5. Po nasmarowaniu nie używaj bieżni i najpierw pozwól jej pracować z niską prędkością (około 2-3 km/h) przez kilka minut, aby rozprowadzić smar na całej długości pasa.
- Po nasmarowaniu pasa bieżni jest gotowa do użycia.



OSTRZEŻENIE:

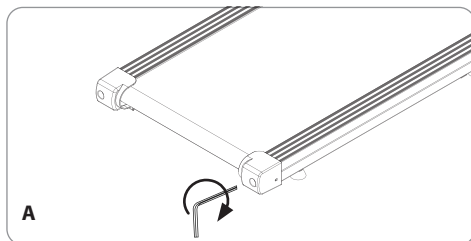
Niewłaściwa lub niepełna konserwacja urządzenia cardio fitness nie podlega gwarancji!

REGULACJA PASA

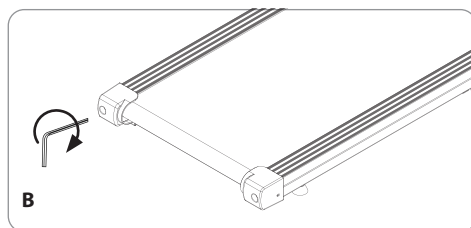
Jeśli pas będzie zbyt luźny, podczas użytkowania będzie się ślizgał; jeśli pas będzie zbyt napięty, wpłynie to na wydajność silnika i zwiększy ścieranie rolki oraz pasa. Pas można odsunąć od blatu na około 5-6 mm, o ile stopień naciągnięcia jest odpowiedni.

CENTROWANIE PASA DO BIEGANIA

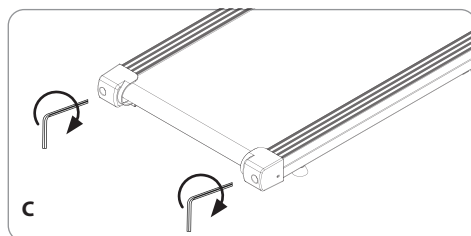
Umieść bieżnię na płaskiej powierzchni. Uruchom urządzenie z prędkością około 6-8 km/h, obserwując jego pracę. Jeśli pas bieżni przeszuwa się w prawo, wyciągnij klucz bezpieczeństwa i przewód zasilający, obróć prawą śrubę regulacyjną o 1/4 obrotu w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, a następnie uruchom bieżnię aby sprawdzić, czy pas został wycentrowany. Powtarzaj powyższe kroki do momentu wycentrowania pasa bieżni. ZDJĘCIE – A



Jeśli pas bieżni przeszuwa się w lewo, wyciągnij klucz bezpieczeństwa i przewód zasilający, obróć lewą śrubę regulacyjną o 1/4 obrotu w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, a następnie uruchom bieżnię, aby sprawdzić, czy pas został wycentrowany. Powtarzaj powyższe kroki do momentu wycentrowania pasa bieżni. ZDJĘCIE – B



Po dłuższym okresie użytkowania pas może się poluzować i należy go wyregulować. Wyciągnij klucz bezpieczeństwa i przewód zasilający, obróć lewą i prawą śrubę o 1/4 obrotu w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, a następnie uruchom bieżnię, aby sprawdzić, czy pas został wycentrowany. Powtarzaj powyższe kroki do momentu wycentrowania pasa bieżni. ZDJĘCIE – C



UWAGA:

Odchylenie pasa bieżnego nie jest objęte gwarancją i powinno być regulowane przez użytkownika zgodnie z niniejszą instrukcją. Nieodpowiednie położenie pasa bieżnego może spowodować poważne jego uszkodzenia oraz negatywnie wpłynąć na jego żywotność. W przypadku zauważenia jakichkolwiek odchyień pasa, należy od razu go wyregulować.

WYKRYWANIE I USUWANIE USTEREK

BŁĄD:	OPIS:	METODA ROZWIĄZANIA:
E1	Wyświetlacz nie odbiera sygnału.	Awaria dolnej jednostki sterującej. Nie można włączyć bieźni. Na wyświetlaczu może pojawić się komunikat E1 i rozlegnie sygnał dźwiękowy. Rozwiązanie: jednostka sterująca i wyświetlacz są odłączone. Sprawdź, czy wszystkie przewody taśmowe są podłączone i czy nie są uszkodzone.
E2	Brak zasilania silnika.	Rozwiązanie: sprawdź, czy przewód zasilający jest podłączony do silnika.
E3	Brak sygnału prędkości - włączony silnik, ale nie ma sygnału zwrotnego prędkości z silnika ponad 3 sekundy.	1. Sprawdź, czy przewód zasilający jednostki sterującej silnika jest podłączony wystarczająco mocno. 2. Zatrzymaj bieźnię - awaria, sygnał dźwiękowy do 9 powtórzeń, na wyświetlaczu pojawia się błąd E3. Przejście w tryb gotowości po 10 sekundach Rozwiązanie: Po ponad 3 sekundach brak sygnału zwrotnego prędkości. Sprawdź, czy czujnik jest podłączony, czy może uszkodzony, w razie potrzeby wymień go. 3. Zatrzymaj bieźnię, awaria, sygnał dźwiękowy do 9 powtórzeń, na wyświetlaczu pojawia się błąd E3, przełączenie w tryb gotowości bez żadnych innych problemów.
E5	Zabezpieczenie nadprądowe: podczas pracy prąd elektryczny przekracza prąd znamionowy przez ponad 3 sekundy.	Zatrzymaj bieźnię - awaria, sygnał dźwiękowy do 9 powtórzeń, na wyświetlaczu pojawia się błąd E5. Przejście w tryb gotowości po 10 sekundach, ale jest możliwość ponownego startu. Rozwiązanie: Gdy prąd elektryczny przekracza prąd znamionowy, działa ochrona systemu. Bieźnia mogła zostać przez coś zablokowana i silnik przestał pracować, co spowodowało nadmierny prąd. Po wyczyszczeniu bieźni możesz ją ponownie uruchomić. Jeśli poczujesz zapach spalenizny, natychmiast zatrzymaj urządzenie, sprawdź silnik lub sterownik, w razie potrzeby wymień go.
E6	Ochrona przed wstrząsami: nieprawidłowe napięcie zasilania lub nieodpowiedni silnik powodują awarię obwodu silnika napędowego.	Sprawdź, czy napięcie elektryczne jest o 50% niższe niż normalnie. Sprawdź, czy jednostka sterująca lub kabel taśmowy podłączony do silnika są odpowiednie.
E7	Nie działają niektóre lub wszystkie przyciski.	1. Otwórz osłonę wyświetlacza, przetestuj każdy przycisk osobno. 2. Sprawdź wyświetlacz I jeśli to konieczne, wymień go. 3. Uruchom ponownie bieźnię i sprawdź raz jeszcze.
	Wyświetlacz nie działa.	1. Sprawdź napięcie wejściowe. 2. Sprawdź położenie przycisku wyłącznika zasilania. 3. Sprawdź wyłącznik automatyczny. 4. Sprawdź, czy dioda LED procesora jest włączona. 5. Sprawdź kable taśmowe. 6. Sprawdź wyświetlacz I wymień go w razie potrzeby. 7. Sprawdź dolną płytę obwodu sterującego i wymień, jeśli to konieczne.
	Brak możliwości uruchomienia	Sprawdź, czy przewód zasilający jest podłączony a wyłącznik zasilania włączony.

Pas się ślizga.	Wyreguluj pasek, patrz rozdział dotyczący regulacji napięcia paska.
Podczas pracy pas nie jest wycentrowany.	Wyreguluj ustawienie paska, patrz rozdział dotyczący regulacji napięcia paska.
Dziwny dźwięk podczas treningu.	Dokręć wszystkie śruby i sprawdź, czy pas nie wymaga nasmarowania.



Producent nie ponosi odpowiedzialności za niewłaściwe użytkowanie bieżni, w szczególności:

- uszkodzenia produktu w wyniku niewłaściwej konserwacji i niewłaściwego montażu,
- uszkodzenia mechaniczne,
- zużycie części podczas normalnego użytkowania,
- za naprawy, które nie zostały dokonane przez profesjonalny serwis,
- niewłaściwa obsługa lub niewłaściwe przechowywanie, narażenie na działanie wody.

	Ten symbol oznacza, że produktu nie wolno wyrzucać razem z innymi odpadami z gospodarstw domowych. Polskie prawo zabrania pod karą grzywny łączenia zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Można zapobiec potencjalnym negatywnym skutkom dla środowiska naturalnego i zdrowia ludzkiego, jakie mogłyby wyniknąć z niewłaściwego postępowania z odpadami powstałymi ze zużytego sprzętu elektrycznego, jeśli produkt zostanie zutylizowany w należyty sposób.
	Opakowanie nadaje się do recyklingu. Nadaje się do segregacji.
	W opakowaniu znajduje się instrukcja obsługi, z którą należy się zapoznać przed rozpoczęciem użytkowania.
	Nie śmieć! Wyrzuć opakowanie do kosza.
	Chronić przed upadkiem i upuszczeniem. Nie rzucać.
	Delikatne — obchodzić się ostrożnie.
	Chronić przed wilgocią i zamoknięciem.
	Nie używać dźwigu.

Bieżnia do użytku domowego - klasa HC
Instrukcję można pobrać ze strony
www.spokey.pl



Poland

Spokey Sp. z o.o.
al. Roździeńskiego 188C, 40-203 Katowice
tel.: +48 32 317 20 00
www.spokey.pl / www.spokey.com
biuro@spokey.pl / office@spokey.eu

Distributor:

Czech Republic

Spokey s.r.o.
Sadová 618, 738 01 Frýdek-Místek
tel.: +420 731 157 912
www.spokey.cz
spokey@spokey.cz