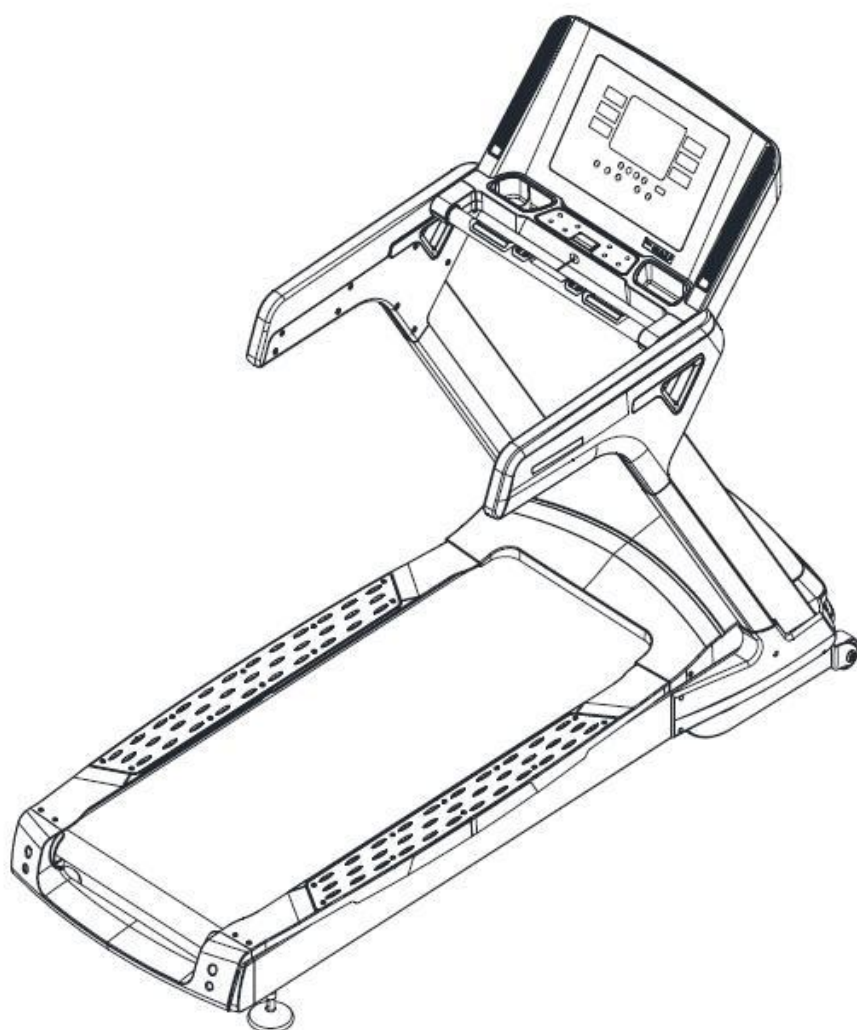




## MANUAL DE UTILIZARE

13970IN Banda de alergat electrica inSPORTline Gardian  
G8



## CUPRINS

INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA .....	3
UTILIZARE SIGURA.....	3
INSTRUCTIUNI DE ASAMBLARE .....	4
INSTRUCTIUNI OPERARE CALCULATOR .....	9
INSTRUCTIUNI DE OPERARE .....	10
MODUL MANUAL .....	10
MODUL DE NUMARARE INVERSA .....	10
PROGRAME PRESETATE.....	11
PROGRAMUL UTILIZATORULUI.....	12
PROGRAM FRECVENTA CARDIACA .....	12
DEPANARE .....	14
ANTRENAMENT SIGUR .....	15
MENTENANTA.....	16
AJUSTAREA TENSIONARII SUPRAFETEI DE ALERGARE .....	16
AJUSTAREA SUPRAFETEI DE ALERGARE.....	17
METODE DE AJUSTARE .....	17
VEDERE DE ANSAMBLU .....	18
LISTA COMPONENTE.....	19

## **INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA**

**ATENIE:** Pentru a evita accidentarea, respectati urmatoarele instructiuni de siguranta:

1. Cand utilizati banda de alergare, atasati cheia de siguranta la imbracaminte.
2. In momentul alergarii, priviti inainte, nu priviti in jos.
3. Cand ajustati viteza, cresteti nivelul treptat.
4. In caz de urgenta apasati butonul de urgenta sau scoateti cheia de siguranta.
5. Coborati de pe banda doar dupa ce o opriti.

## **ATENIE**

**Cititi cu atentie instructiunile de mai jos.**

1. Consultati medicul inainte de a incepe orice program de exercitii.
2. Asigurati-va ca toate suruburile sunt bine stranse.
3. Nu depozitati produsul intr-o incapere cu umiditate ridicata, se poate deteriora.
4. Purtati imbracaminte si incaltaminte sport in timp ce va antrenati.
5. Nu va antrenati cel putin 40 minute dupa ce ati mancat.
6. Inainte de a alerga, efectuati cateva exercitii de incalzire.
7. Persoanele cu hipertensiune trebuie sa consulte medicul inainte de a folosi produsul.
8. Copiii nu trebuie sa se apropie.
9. Produsul este destinat doar pentru adulti.
10. Este interzis sa introduceti orice obiect in banda de alergare, acest lucru poate duce la deteriorarea acesteia.

## **UTILIZARE SIGURA**


















Carcasa de la motor trebuie sa fie asamblata inainte de a porni banda. Introduceti stecherul in priza cu impamantare de 16A.

1. Asezati banda pe o suprafata dreapta si solida. Nu asezati banda pe un covor gros, deoarece va impiedica ventilarea corespunzatoare. Lasati un spatiu liber de cel putin 0.6 m in jurul benzii. Nu asazati banda afara sau in apropierea apei. Daca se defecteaza cablul de alimentare, contactati furnizorul pentru a-l inlocui.
2. Nu porniti banda de alergare in timp ce stati pe suprafata de alergare. Stati intotdeauna cu picioarele pe sinele aderente pana ce porneste banda.
3. Nu purtati imbracaminte larga sau lunga pentru ca se poate agata de banda. Purtati doar pantofi sport in timp ce alergati.

6. Daca doriti sa scoateti carcasa de la motor, scoateti cablul de alimentare din priza intai.
7. Copiii nu trebuie sa se apropie de banda cand aceasta functioneaza.
8. Cand folositi banda pentru prima data, tineti mainile pe manere pana ce va obisnuiti cu miscarea.
9. In caz ca doriti sa opriti banda imediat, trageți cheia de siguranta.
10. **Greutate maxima a utilizatorului:** 180 kg
11. **Categoria:** SB (EN957) – potrivita pentru uz comercial.
12. **ATENTIE!** Monitorizarea frecventei cardiace nu este 100% precisa. Suprasolicitarea poate duce la accidente sau chiar moarte. Dacaaveti stari de lesin, opriti antrenamentul imediat.

## INSTRUCTIUNI DE ASAMBLARE

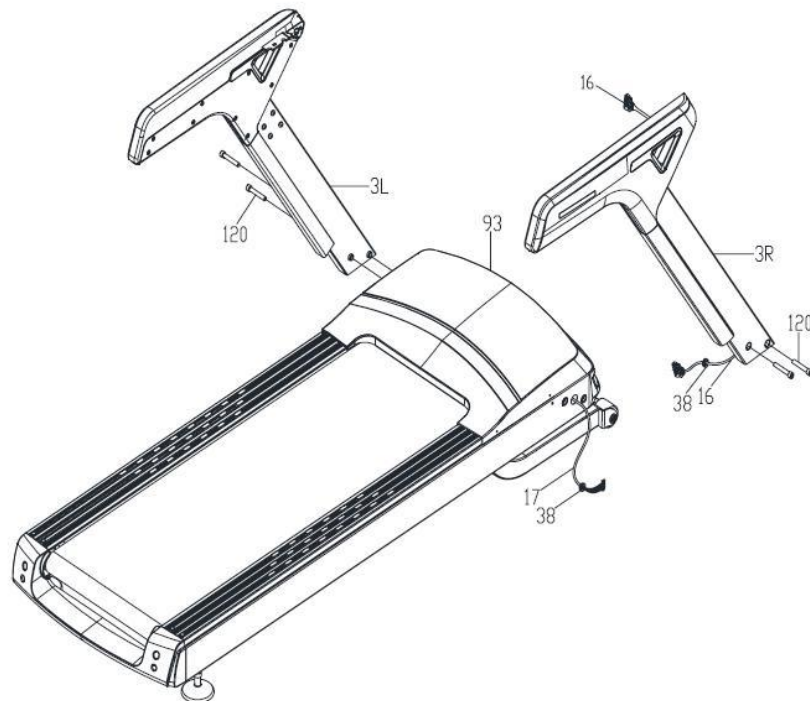
In cutie veti gasi urmatoarele componente:

			
3L/R Manere	35L/R. Capace	66. ulei silicon	67. cheia19-22
			
68.cheie 17-19	69. cheie	70.cheie#10	71.cheie#6
			
72.cheie#5	73. cheie #4	120.surub M12*70	90.cablu
			
93. cadru de baza	112. calculator	141.surub M5*15	124. surub M8*15
			
152. saiba Ø9*Ø16*t1.6			

## ASAMBLARE:

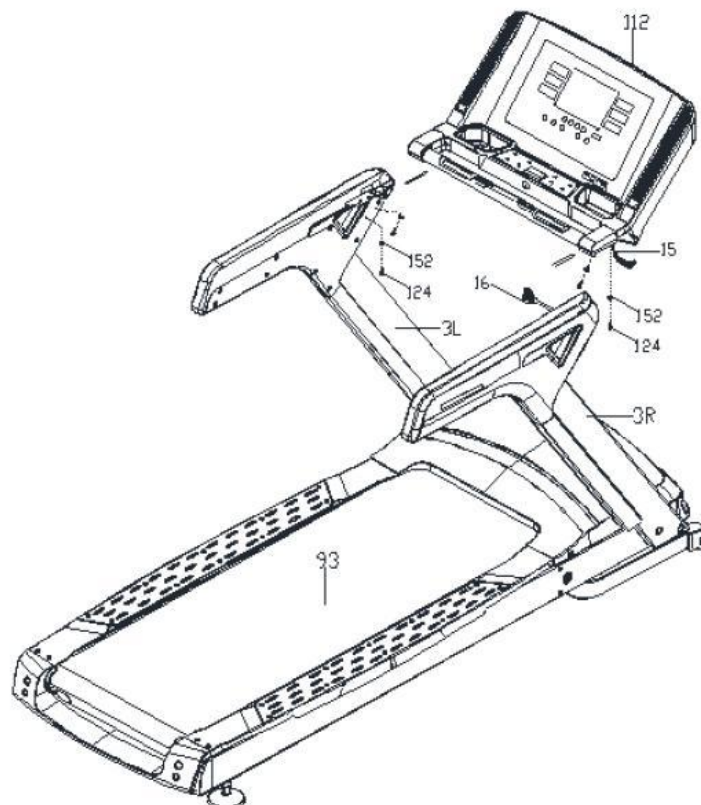
### PAS 1

Conectati cablul inferior al calculatorului (17) la cablul mijlociu (16). Atasati cele 2 manere L/R la cadrul de baza (93) si fixati cu suruburi M12\*70 (120). Nu le strangeti ferm.



### PAS 2

Atasati calculatorul (112) la cele 2 manere (3L/R). Conectati cablul mijlociu al calculatorului (16) la cablul superior al calculatorului (15). Fixati folosind suruburi M8\*15 (124) si saibe (152).



## Conectarea cablului V8

1. Folositi o cheie pentru a desface capacul calculatorului (Fig. 1 si 2). Scoateti cablul superior al calculatorului (Fig. 3).



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3



Fig. 4

2. Insetati cablul mijlociu in gaura din partea dreapta a calculatorului (Fig. 4 si 5). Apoi conectati-le (Fig. 6).



Fig. 5



Fig. 6

3. Fixati calculatorul pe manere. Folositi suruburile furnizate si cheia M6. Strangeti ferm fiecare dintre cele 4 suruburi M8\*15 si saibe plate  $\phi 9 \times \phi 16 \times t1.6$  (Fig. 7 si 8).



Fig. 7



Fig. 8

4. Introduceti cablul in calculator. Folositi cheia pentru a atasa capacul calculatorului (Fig. 9). La final fixati cutia de depozitare (din cutia cu accesorii) la calculator (Fig. 10).



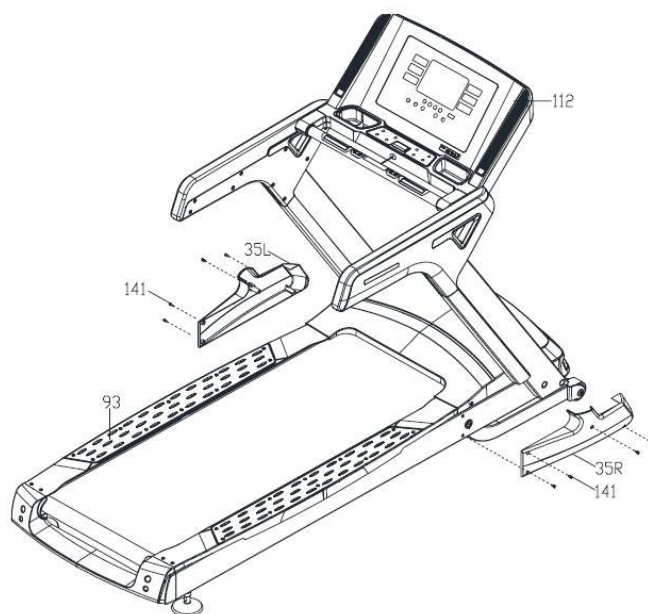
Fig. 9



Fig. 10

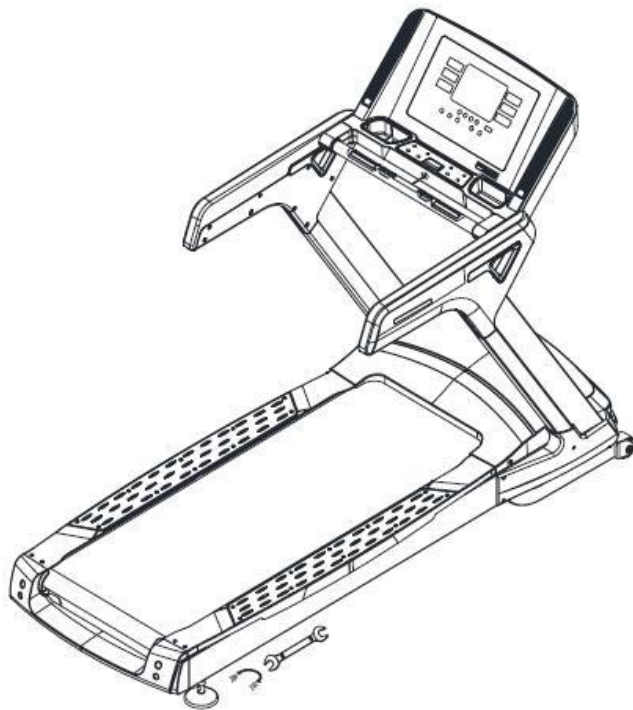
### PAS 3

Strangeti ferm suruburile M12\*70 (120). Fixati capacele decorative (35L/R) la cadrul de baza (93) folosind suruburile M5\*10 (141).



#### PAS 4

Daca banda de alergare nu are inaltimea egala, utilizati cheile 17-19 si 19-22 pentru a o regla. Rotiti piciorusele in sensul invers al acelor de ceas pentru a creste inaltimea, in sensul acelor de ceas pentru a scadea inaltimea.





# INSTRUCTIUNI OPERARE CALCULATOR

## ECRAN



1. **Fereastra Time:** Afiseaza durata exercitiului, curpinsa in intervalul 0:00 - 99:59 min. Cand se atinge limita superioara, se incepe numaratoarea din nou de la 0:00. Modul pentru numarare inversa – incepe numaratoarea descrescatoare de valoarea setata pana la 0. Cand ajunge la 0:00, banda incetinesc si apoi se opreste, intrand in modul standby.
2. **Fereastra Distance:** Afiseaza distanta parcursa, in intervalul 0.00 - 99.90 km. Cand este atinsa limita superioara, numaratoarea incepe din nou de la 0:00. Modul pentru numarare inversa–incepe numaratoarea descrescatoare de la valoarea setata pana la 0. Cand ajunge la 0,00, banda incetinesc si apoi se opreste, intrand in modul standby.
3. **Fereastra Pulse:** Afiseaza pulsul curent al utilizatorului. In momentul cand utilizatorul pune ambele palme pe senzorii de puls, sistemul va detecta frecventa cardiaca si o va afisa pe ecran. Intervalul pentru frecventa cardiaca este cuprins intre 22 - 250 bpm. Aceste date nu trebuie folosite in scopuri medicale.
4. **Fereastra Calories:** Afiseaza numarul de calorii consumate, in intervalul 0 – 9999 cal. Cand limita superioara este atinsa, se incepe din nou numaratoarea de la 0. Modul pentru numarare inversa– afiseaza descrescator consumul de calorii incepand cu valoarea setata pana la 0. Cand ajunge la 0:00, banda incetinesc si apoi se opreste, intrand in modul standby.

5. **Fereastra Speed:** Afiseaza viteza curenta. Intervalul pentru viteza este cuprins intre 1.0 – 20 km/h.
6. **Fereastra Incline:** Afiseaza inclinarea curenta. Intervalul pentru inclinare este cuprins intre 0 - 18°.
7. **Fereastra Matrix:** Afiseaza cursa in modul manual. Valorile inclinarii si vitezei sunt afisate in mijlocul ecranului.

## **FUNCTII BUTOANE**

1. "Start" – Apasati acest buton pentru a porni banda de alergare.
2. "Stop" – Apasati acest buton pentru a opri banda de alergare.
3. "Mode" – Apasati butonul pentru a selecta o functie. Apasati butonul pentru a selecta numaratoarea inversa pentru timp, distanta, calorii.
4. "Programs" – Selectati unul dintre cele 24 de programe presetate sau 2 programe ale utilizatorului apasand acest buton in mod repetat.
5. "Speed +" – Apasati acest buton pentru a creste viteza cu 0.1 km/h. Puteti creste valoarea cand setati timpul, distanta, kaloriile.
6. "Speed -" – Apasati acest buton pentru a scadea viteza cu 0.1 km/h. Puteti descreste valoarea cand setati timpul, distanta, kaloriile.
7. "Incline +" – Apasati acest buton in timp ce alergati pentru a mari inclinarea.
8. "Incline -" – Apasati acest buton in timp ce alergati pentru a scadea inclinarea.
9. "Volume start and stop" – Apasati acest buton pentru a reda muzica sau a o opri.
10. "Sound +" – Apasati acest buton pentru a creste volumul.
11. "Sound -" – Apasati acest buton pentru a scadea volumul.
12. "Former music" – Apasati acest buton pentru a reda melodia precedenta.
13. "Next music" – Apasati acest buton pentru a reda melodia urmatoare.

## **INSTRUCTIUNI DE OPERARE**

### **MODUL MANUAL**

Cand porniti banda, calculatorul emite un sunet de tip beep si dupa 2 secunde, banda intra in modul standby. Introduceti cheia de siguranta si apasati butonul "START" pentru a porni banda de alergare. Suprafata de alergare incepe sa ruleze incet si fereastra pentru timp, distanta si calorii va afisa valorile corespunzatoare. Puteti schimba viteza si inclinarea apasand butoanele "SPEED +", "SPEED -", "INCLINE +" si "INCLINE -".

### **MODUL DE NUMARARE INVERSA**

#### **MODUL DE NUMARARE INVERSA PENTRU TIMP**

1. In modul standby, apasati butonul "MODE" o data si fereastra pentru timp incepe sa palpaie. Timpul presetat este de 30 minute. Apasati butoanele "SPEED +" si "SPEED -" pentru a seta timpul dorit. Cu fiecare apasare valoarea creste/scade cu 1 minut. Intervalul ajustabil pentru timp este cuprins intre 5:00 - 99:00 min.
2. Apasati butonul "START" pentru a incepe exercitiul. Cand numaratoarea a luat sfarsit, banda se opreste automat. Puteti ajusta viteza si inclinarea in timp ce alergati.

#### **MODUL DE NUMARARE INVERSA PENTRU DISTANTA**

1. In modul standby, apasati butonul "MODE" de 2 ori si fereastra pentru distanta incepe sa palpaie. Distanta setata implicit este de 5 km. Apasati tasta "SPEED +" si "SPEED -" pentru a seta distanta. Cu fiecare apasare a butonului, valoarea creste/scade cu 0.1 km. Intervalul ajustabil este cuprins intre 0.50 - 99.00 km.

2. Apasati butonul "START" pentru a incepe exercitiul. Cand numaratoarea a luat sfarsit, banda se opreste automat. Pueti ajusta viteza si inclinarea in timp ce alergati.

### MODUL DE NUMARARE INVERSA PENTRU CALORII

1. In modul standby, apasati butonul "MODE" de doua ori si fereastra pentru calorii va incepe sa palpaie. Valoarea setata implicit este 100 cal. Apasati butoanele "SPEED +" si "SPEED -" pentru a seta calorile. Cu fiecare apasare a butonului valoarea creste/scade cu 10 cal. Intervalul este cuprins intre 20 - 990 calorii.
2. Apasati butonul "START" pentru a incepe exercitiul. Cand numaratoarea a luat sfarsit, banda se opreste automat. Puteti ajusta viteza si inclinarea in timp ce alergati.

### PROGRAME PRESETATE

In modul standby apasati butonul "PROGRAM". Aveti de ales intre 24 programe presetate. Durata implicita a unui program este de 30 minute. Apasati butoanele "SPEED +" si "SPEED -" pentru a alege timpul dorit, apasati butonul "START" si incepeti exercitiul. Cand timpul ajunge la valoarea 0, banda se opreste. Vezi tabelul de mai jos:

Program/Time		Timpul fixat de 30 minute/10 = fiecare faza									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Speed	1	1	4	3	4	3	5	4	2	5
	Incline	1	1	2	3	3	1	2	2	3	2
P2	Speed	2	5	4	6	4	6	4	2	5	2
	Incline	1	2	3	3	2	2	3	5	2	2
P3	Speed	2	5	4	5	4	5	4	4	3	2
	Incline	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	Speed	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	Incline	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	Speed	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	Incline	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	Speed	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	Incline	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	Speed	2	6	7	4	4	7	4	2	6	2
	Incline	4	5	6	6	9	9	10	10	6	3
P8	Speed	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	Incline	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	Speed	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	Incline	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	Speed	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	Incline	4	4	3	5	6	7	7	5	3	3
P11	Speed	3	5	8	8	9	5	7	6	3	2
	Incline	4	5	6	6	9	9	10	10	6	3
P12	Speed	3	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	Incline	3	5	6	7	10	10	10	10	6	3
P13	Speed	3	5	7	8	9	10	8	5	4	4

	Incline	1	2	3	4	5	5	4	3	2	1
P14	Speed	2	4	6	8	10	10	8	6	4	2
	Incline	4	5	6	7	8	8	7	6	5	4
P15	Speed	3	4	7	8	10	9	8	6	5	4
	Incline	3	4	5	6	7	8	8	5	3	2
P16	Speed	2	3	5	4	5	5	7	5	4	2
	Incline	0	2	2	4	4	6	6	1	1	0
P17	Speed	2	6	8	3	9	4	10	4	3	2
	Incline	6	6	10	10	3	3	3	7	1	0
P18	Speed	1	5	4	5	9	5	4	5	3	2
	Incline	5	5	8	8	10	10	10	7	1	0
P19	Speed	3	4	8	4	3	8	6	4	4	1
	Incline	2	4	4	4	4	2	3	3	1	0
P20	Speed	3	2	3	6	6	6	6	5	2	2
	Incline	3	3	5	5	5	5	2	2	1	0
P21	Speed	2	6	5	6	8	6	7	4	3	2
	Incline	2	3	3	3	4	4	1	1	2	0
P22	Speed	2	4	6	8	10	8	6	4	6	6
	Incline	2	3	6	6	3	5	9	3	5	3
P23	Speed	2	4	6	8	4	2	7	8	10	1
	Incline	3	6	5	3	5	3	5	5	4	2
P24	Speed	2	4	6	4	6	8	10	8	6	4
	Incline	2	5	5	3	5	5	3	3	4	2

## PROGRAMUL UTILIZATORULUI

In modul standby, apasati butonul "PROGRAM" pentru a alege unul din cele 2 programe ale utilizatorului (U1, U2). Timpul setat ca implicit este de 30:00 min. Apasati tastele "SPEED +" si "SPEED -" pentru a alege timpul dorit. Apasati butonul "MODE" pentru a confirma setarile si a seta viteza si inclinarea pentru fiecare faza a programului. Apasati butonul "SPEED +" si "SPEED -" pentru a alege viteza si butonul "INCLINE +" sau "INCLINE -" pentru a alege inclinarea. Apasati butonul "MODE" pentru a confirma setarile si a accesa urmatorul program. Dupa finalizarea setarilor apasati butonul "START" si incepeti exercitiul. Cand timpul ajunge la 0, banda se opreste automat.

## PROGRAMUL DE MASURARE A FRECVENTEI CARDIACE

- In modul standby, apasati butonul "PROGRAM" si alegeti unul din programele- HRC1, HRC2 sau HRC3. Timpul setat ca implicit este 30:00 min. Modificati timpul apasand butoanele "SPEED +" si "SPEED -". Apasati butonul "MODE" pentru a confirma si a seta varsta. Dupa ce apasati tasta "MODE" pentru confirmare, apasati butonul "START" si incepeti exercitiul. Cand timpul a ajuns la 0, banda se opreste automat.
- Calculatorul verifica frecventa cardiaca la fiecare 15 secunde. Cand frecventa cardiaca detectata este mai mica decat frecventa cardiaca tinta, viteza va creste. Daca frecventa cardiaca nu ajunge la frecventa cardiaca tinta in 15 secunde, inclinatia va creste. Viteza si inclinarea cresc alternativ. Pe de alta parte, cand frecventa cardiaca detectata este mai mare decat frecventa cardiaca tinta, viteza si inclinarea vor scadea alternativ. Viteza se modifica cu 0.2 km, iar inclinarea cu 1°.

- Setarea frecvenței cardiace tinta:
 

Prog. frecvența cardiacă HRC1: frecvența cardiacă tinta =  $(220 - \text{varsta}) * 0.65$

Prog. frecvența cardiacă HRC2: frecvența cardiacă tinta =  $(220 - \text{varsta}) * 0.75$

Prog. frecvența cardiacă HRC3: frecvența cardiacă tinta =  $(220 - \text{varsta}) * 0.85$



Puteti folosi centura de piept pentru a masura frecvența cardiacă curentă. Centura este rezistentă la apă. Longevitatea acestei centuri este de aproximativ 2500 ore.

#### **TEST DE DETECTARE A FRECVENȚEI CARDIACE**

1. Țineți ambele palme pe senzorii de puls. După 5 secunde, pe ecran va apărea frecvența cardiacă tinta. Datele sunt doar pentru referință și nu trebuie folosite în scopuri medicale.
2. Așezați pe piept centura, iar după 5 secunde pe ecran se afișează frecvența cardiacă curentă. Datele nu trebuie folosite în scopuri medicale. (Funcția este opțională).

#### **MODUL DE ECONOMISIRE A ENERGIEI**

Calculatorul intră în modul de economisire a energiei după 4 minute de activitate. Pentru pornire, apăsați orice buton.

#### **MP3**

În timp ce banda este pornită, conectați dispozitivul MP3 sau un alt dispozitiv audio.

1. Când conectați un card SD sau USB, selecția melodiilor și a volumului se face de la calculator.
2. Când conectați banda la un dispozitiv MP3 extern, selecția volumului și a melodiilor se face de pe dispozitivul respectiv.

#### **SCHIMBARE SISTEM METRIC-INCH ȘI AJUSTARE INCLINARE**

- A. Apăsați butonul "START" și scoateți cheia de siguranță. Conectați din nou cheia de siguranță și setați sistemul metric/inch cu butoanele "SPEED +" sau "SPEED -". Selectați "SI" (sistem metric) sau "Eng" (sistem inch) în fereastra pentru viteză. Apăsați butonul "START" pentru confirmare și banda va intra în modul standby.
- B. În modul standby apăsați butoanele "SPEED +", "SPEED -", "INCLINE +", "INCLINE -" în același timp pentru 3 secunde și accesați înclinarea automată. După ce ați finalizat, banda intră în modul standby.

#### **SETARE PARAMETRI**

- Apăsați butoanele "SPEED +" și "SPEED -" în același timp. Scoateți cheia de siguranță și conectați-o din nou. Așteptați până ce fereastra pentru calorii și fereastra pentru viteză afișează "0". Eliberați butoanele SPEED și accesați modul de setare a parametrilor.

- In modul de setare a parametrilor, fereastra pentru calorii afiseaza parametri nr. 0~9 si fereastra pentru viteza afiseaza valoarea parametrilor. Folositi butoanele "SPEED +/-" pentru a schimba setarile parametrilor. Apasati butonul "START" pentru a confirma setarile si treceti la urmatorul parametru. Cand opriti alimentarea sau scoateti cheia de siguranta, dispozitivul va emite un sunet. Introduceti cheia de siguranta din nou sau apasati tastele "SPEED +" si "SPEED -" in acelasi timp. Vetii iesi din modul de setare a parametrilor.

No.	Parametru	Unitate	Interval
Configurare calculator			
1	Lowest speed	km/h	0.3~3.0
2	Highest speed	km/h	8.0~25.0
3	Biggest incline value	degree	12.0~20.0
4	Speed up time/miles	s (second)	0.2~20.0
5	Speed down time/miles	S (second)	0.2~20.0
6	Lowest speed ratio mileage/rotation	mm (millimetre)	10.0~200.0
7	Medium speed ratio mileage/rotation	mm (millimetre)	10.0~200.0
8	Highest speed ratio mileage/rotation	mm (millimetre)	10.0~200.0
9	Self-checking transmission ratio	mm (millimetre)	0.0~

## DEPANARE (ERORI AFISATE)

### Er-1: Banda este pornita, calculatorul nu reactioneaza.

- Verificati cablul de la calculator.
- Verificati conexiunea dintre calculator si controller.

### Er-2: Eroare sistem inclinare

- Verificati cablul motorului de inclinare.
- Verificati daca motorul de inclinare este defect.
- Verificati daca este deteriorat controllerul.

### Er-3: Protectie supra-tensiune

- Verificati tensiunea sa fie in intervalul: AC220-240V.

### Er-4: Protectie supra-curent

- Verificati daca componentele mobile ale benzii sunt blocate.
- Verificati lubrifierea. Lubrifierea insuficienta poate mari frecarea intre suprafata de alergat si placa.
- Verificati daca placa sau suprafata de alergare sunt deteriorate.
- Verificati daca este deteriorat controllerul sau motorul.

### Er-5: Protectie supra-sarcina

- Verificati daca componentele mobile sunt blocate.
- Verificati starea lubrifierii. Lubrifierea insuficienta poate mari frecarea intre suprafata de alergat si placa.
- Verificati daca placa sau suprafata de alergare sunt deteriorate.
- Verificati daca este deteriorat controllerul sau motorul.

#### **Er-6: Motorul nu functioneaza**

- Verificati conexiunile motorului. Verificati cablurile si stecherul.
- Verificati motorul si controllerul, daca sunt in stare buna.

#### **Er-7: Controllerul nu detecteaza semnal**

- Verificati cablul calculatorului.
- Verificati conexiunea dintre calculator si controller.

#### **SAFE: Cheia de siguranta nu functioneaza**

- Verificati daca cheia de siguranta este corect conectata.
- Verificati daca magnetul este corect conectat.

#### **Ecranul nu afiseaza nimic**

- Verificati priza.
- Verificati daca este pornit intrerupatorul.
- Verificati sigurantele. Inlocuiti-le daca este necesar.

#### **A. Functia Safety lock**

Daca scoateti cheia de siguranta, ecranul va afisa "SAFE" si va fi emis un sunet. Daca banda ruleaza, se va opri imediat. Daca cheia de siguranta nu este inserata in calculator, butoanele nu functioneaza.

#### **B. Functia de economisire a energiei**

Sistemul este prevazut cu functie de economisire a energiei function. Daca timp de 10 minute nu exista activitate, sistemul intra in modul de economisire a energiei, iar ecranul se inchide automat. Apasati orice buton pentru a porni ecranul.

#### **C. Functia MP3 (personalizata)**

Conectati dispozitivul MP3 sau un alt dispozitiv audio dupa ce porniti banda. Calculatorul va reda muzica iar dvs. puteti ajusta volumul de pe dispozitivul audio.

#### **D. Functia USB (personalizata)**

Interfata USB se poate folosi pentru a conecta un dispozitiv extern, cum ar fi USB sau un smartphone. Conectand USB banda va reda melodii MP3. Conectati telefonul cu cablului de incarcare.

#### **E. Oprire**

Puteti opri banda in orice moment.

#### **F. Atentie**

1. Verificati alimentarea si cheia de siguranta inainte de a incepe exercitiul.
2. In caz de urgenta, scoateti cheia de siguranta pentru a opri banda imediat. Dupa inserarea cheii de siguranta, sistemul intra in modul standby.
3. Nu reparati banda dvs., deoarece o puteti deteriora si exista riscul de accidentare. Contactati furnizorul.

## **ANTRENAMENT SIGUR**

Consultati medicul inainte de a incepe orice program de exercitii, el va poate recomanda frecventa, intensitatea, si durata antrenamentului in functie de varsta si starea de sanatate. Daca aveti simptome precum: durere in piept, ameteala, greata sau orice disconfort, opriti-va imediat si consultati medicul inainte de a continua antrenamentul. Daca nu sunteti sigur si viteza sa alegeti, utilizati ca referinta datele de mai jos.:

Speed 1 - 3.0 km/h	persoane fara conditie fizica
Speed 3.0 - 4.5 km/h	persoane care nu se antreneaza des
Speed 4.5 - 6.0 km/h	mers normal
Speed 6.0 - 7.5 km/h	mers rapid
Speed 7.5 - 9.0 km /h	jogging
Speed 9.0 - 12.0 km/h	alergator intermediar
Speed 12.0 - 14.5 km/h	alergator experimentat
Speed over 14.5 km/h	alergator excelent

#### **ATENIE:**

- Utilizatorii care doresc sa se antreneze mergand, trebuie sa aleaga o viteza de 6 km/h, sau mai mica.
- Utilizatorii care doresc sa se antreneze alergand, trebuie sa aleaga o viteza de 8 km/h, sau mai mare.

## **MENTENANTA**

**ATENIE:** Asigurati-va ca alimentarea este oprita inainte de a curata sau a efectua mentenanta benzii.

### **1. CURATARE**

Stergeti praful in mod regulat. Curatati partile expuse pe ambele parti a suprafetei de alergare. Pantofii sport trebuie sa fie intotdeauna curati. Partea superioara a suprafetei de alergare trebuie curatata cu o carpa moale cu sapun. Atentie sa nu ajunga lichid la componentele electrice si in partea inferioara a suprafetei de alergare.

**ATENIE:** Scoateti banda de alergare din priza inainte de a scoate capacul de la motor. Scoateti capacul de la motor si aspirati praful de sub motor in mod regulat.

### **2. LUBRIFIERE**

Frecarea dintre placa si suprafata de alergare joaca un rol major in durata de utilizare a benzii. Va recomandam sa inspectati placa in mod regulat. Daca placa este deteriorata, contactati furnizorul.

**Lubrifierea recomandata a placii si suprafetei de alergare:**

- |  |                  |
|--|------------------|
| 1. Utilizare ocazionala (< 3 ore/saptamana)          | anual            |
| 2. Utilizare medie (3 - 5 ore/saptamana)             | o data la 6 luni |
| 3. Utilizare frecventa (mai mult de 5 ore/saptamana) | o data la 3 luni |

## **INSTRUCTIUNI DE MENTENANTA**

- Pentru a prelungi durata de utilizare a benzii, opriti banda timp de 10 minute dupa 2 ore de alergare.
- O suprafata de alergare prea slabita, va aluneca atunci cand alergati; o suprafata de alergat prea stransa, va afecta performanta motorului si duce la uzura prematura a rotelor. Nivelul optim de tensionare al benzii: ridicati suprafata de alergare, distanta intre aceasta si placa trebuie sa fie intre 50 – 75 mm.

## **AJUSTAREA TENSIONARII SUPRAFETEI DE ALERGARE**

Suprafata de alergare trebuie sa ruleze pe centru. Asezati banda pe o suprafata dreapta, si lasati-o sa ruleze cu viteza de 6 - 8 mile pe ora. Observati deviatia suprafetei de alergare. Daca suprafata de alergare deviaza spre dreapta, scoateti cheia de siguranta si opriti alimentarea. Invertiti surubul de ajustare drept in sensul acelor de ceas  $\frac{1}{4}$  de tura, conectati cablul de alimentare la priza, atasati cheia de siguranta si banda va porni. Repetati pasii de sus pana ce suprafata de alergare ruleaza pe centru.

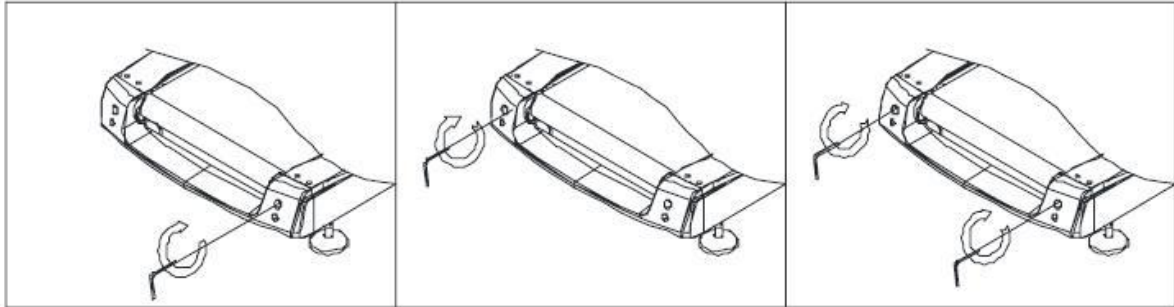


- **Figura A** Daca suprafata de alergare deviaza spre stanga, scoateti cheia de siguranta si opriti alimentarea. Invertiti surubul stang de ajustare in sensul acelor de ceas  $\frac{1}{4}$  de tura, porniti alimentarea si atasati cheia de siguranta. Verificati daca suprafata de alergare deviaza. Repetati pasii de mai sus pana ce suprafata de alergare ruleaza pe centru.
- **Figura B.** Dupa o utilizare mai indelungata, tensionarea suprafetei de alergare se poate slabi si va trebui sa o ajustati. Scoateti cheia de siguranta si cablul de alimentare din priza si rotiti suruburile de ajustare in sensul acelor de ceas,  $\frac{1}{4}$  de tura. Porniti alimentarea si atasati cheia de siguranta-banda incepe sa ruleze. Urcati-va pe banda pentru a verifica tensionarea. Repetati pasii de mai sus pana ce suprafata de alergare este stransa suficient. **(figura C).**

**FIGURA A**

**FIGURA B**

**FIGURA C**



## AJUSTAREA SUPRAFETEI DE ALERGARE

Suprafata de alergare se va slabi in timp si va fi necesar sa o ajustati. Cum sa verificati suprafata de alergat: Porniti banda de alergare si incercati sa apasati suprafata de alergare. Daca sesizati ca banda scapa, inseamna ca suprafata de alergare sau cureaua V-Belt este larga. Trebuie sa va dati seama care parte este larga: Scoateti cele 4 suruburi de la carcasa motorului. Apoi lasati banda sa ruleze cu viteza de 1 km/h. Urcati-va pe banda de alergare, tineti-va de manere si incercati sa apasati cu picioarele suprafata de alergat.

- Daca banda nu se opreste cand o apasati cu picioarele, atunci suprafata de alergare si cureaua motorului nu trebuie ajustate.
- Daca suprafata de alergare se opreste cand o apasati cu picioarele, dar rola din fata nu se opreste, inseamna ca suprafata de alergare trebuie ajustata.
- Daca suprafata de alergare si rola din fata se opresc, iar motorul inca functioneaza, dar cureaua motorului se opreste atunci trebuie sa ajustati cureaua motorului.

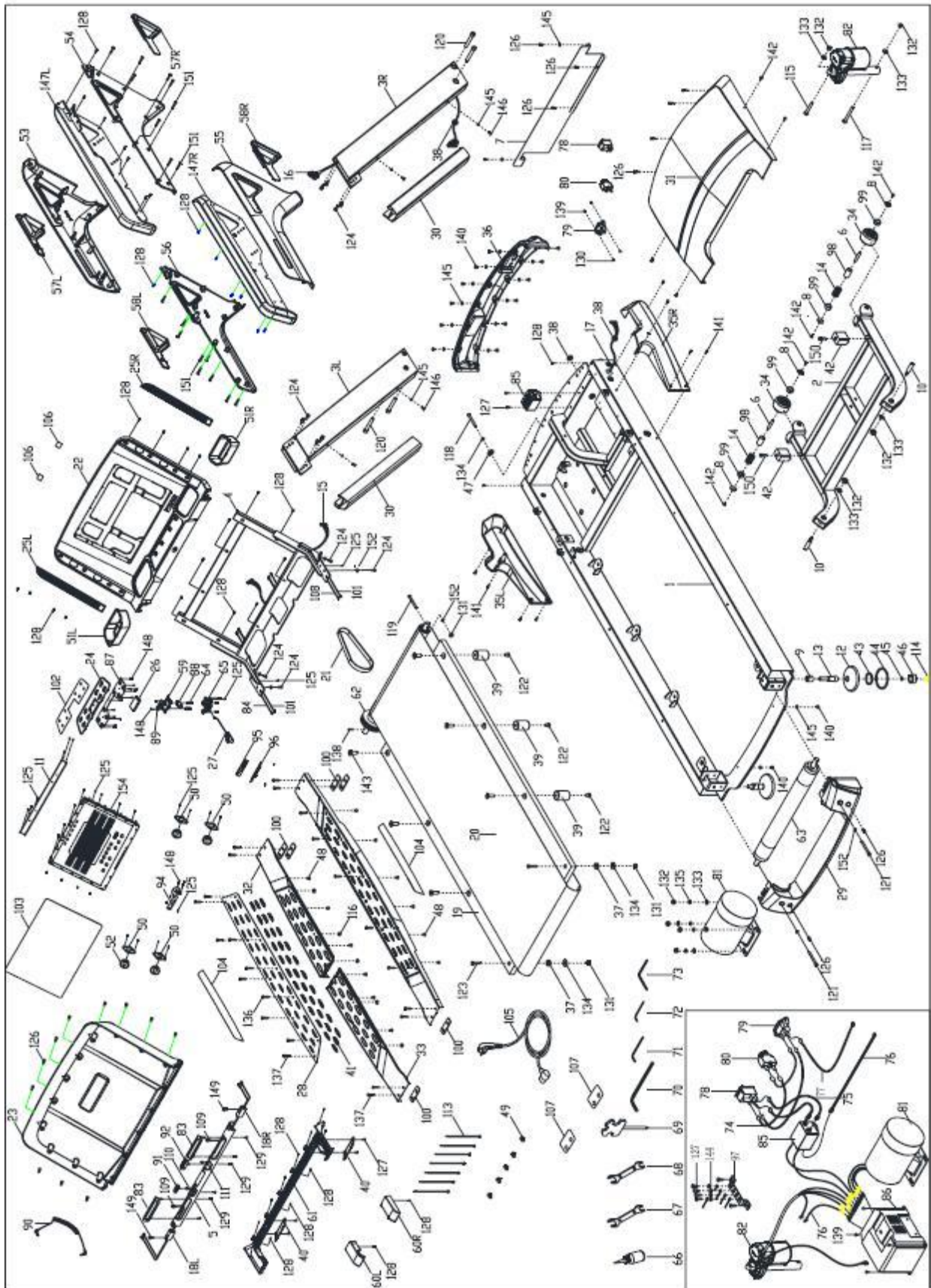
## METODE DE AJUSTARE

**Pas 1:** Desfaceti cele 4 suruburi de la carcasa de protectie a motorului si scoateti-o.

**Pas 2:** Desfaceti cele 4 suruburi de la baza motorului (nu detasati) si reglati surubul de ajustare de la baza motorului. Inversati cureaua motorului, intre axa motorului si rola din fata. Daca este prea larga, inversati curea poly V 100%. Daca este prea stransa, gradul de inversie a curelei poly V este foarte limitat. Daca puteti inversa cureaua motorului dupa ajustare cu aproximativ 80%, atunci cureaua motorului este stransa. Ajustati cureaua V-belt astfel incat sa se poata roti la 80%.

**Pas 3:** Blocati cadrul de baza al motorului si atasati capacul motorului.

# VEDERE DE ANSAMBLU



## LISTA COMPONENTE

NR.	DENUMIRE	DESCRIERE	BUC.		NR.	DENUMIRE	DESCRIERE	BUC.
1	Cadru principal		1		2	Suport		1
3L/R	Stalpi L/R		2		4	Suport calculator		1
5	Cot manere		1		6	Ax roti de transport		2
7	Suspensie		1		8	Capace roti de transport		4
9	Rulmenti		2		10	Ax reglaj inclinare	6#	2
11	Baza calculator		1		12	Saiba		2
13	Tub de legatura		2		14	Rulment		2
15	Cablu superior calculator		1		16	Cablu mijlociu calculator	1	1
17	Cablu inferior calculator		1	18L/R		Tub conectare stang/drept		2
19	Placa		1		20	Suprafata alergare		1
21	Curea		1		22	Carcasa calculator		1
23	Carcasa inferioara calculator		1		24	Butoane		1
25L/R	Parte fixa difuzor		2		26	Buton siguranta		1
27	Cheie siguranta		1		28	Saiba		2
29	Capace spate		1		30	Banda decorativa		2
31	Capac superior motor		1		32	Sina laterala fata		2
33	Bara laterala		2		34	Roti de transport		2
35L/R	L/R Capace stalpi		2		36	Carcasa fata		1
37	Saiba		2		38	Inel		4
39	Saiba		6		40	Capac cablu		2
41	Saiba		66		42	Saiba		2
43	Saiba		2		44	Saiba		2
45	Saiba		2		46	Set suruburi		2
47	Capac protectie electrostatica		1		48	Opritor		12
49	Cablu conectare		5		50	Suport difuzor		4
51L/R	Cutie depozitare		2		52	Suport difuzor		4
53	Capac maner stanga		1		54	Capac maner stanga		1
55	Capac maner dreapta		1		56	Capac maner dreapta		1

57L/R	Strat decorativ stang		2		58L/R	Strat decorativ drept		2
59	Comutator siguranta		1		60L/R	Capace L/R		2
61	Capac inferior senzor puls		1		62	Rola fata		1
63	Rola spate		1		64	Arc		2
65	Baza cheie siguranta		1		66	Silicon		1
67	Cheie	17 - 19	1		68	Cheie	19 - 22	1
69	Cheie		1		70	Cheie	M10*50*225L	1
71	Cheie	M6*80*80L	2		72	Cablu	M5*33*155L	1
73	Cheie	M4*25*145L	1		74	Cablu	16A, L150 mm, W/6 mm wire plug, w/2 pcs PC250 insulating bush	3
75	Piulite	16A, L300 mm, W/6m, stecher w/2 buc PC250 izolatie	2		76	Cablu	16A, L200 mm, W/6 mm wire plug, w/1 pcs PC250	2
77	Fir	16A, L300 mm, W/6mm stecher w/2 buc PC250 izolate	1		78	Intrerupator		1
79	Capat priza		1		80	Protectie suprasarcina		1
81	Motor		1		82	Motor inclinare		1
83	Componente senzori puls		2		84	Buton inclinare		1
85	Filtru		1		86	Controler		1
87	Butoane		1		88	Comutator micro		1
89	Buton de urgenta		1		90	Cablu MP3		1
91	Buton inclinare		1		92	Buton viteza		1
93	Ansamblu cadru		1		94	Placa PC wireless		1
95	USB sticker		1		96	Placa PC-USB		1
97	Ground wire base		1		98	Manson		2
99	Manson		4		100	Saiba		6
101	Cablu de conexiune		2		102	Buton sticker		1
103	Suport panou		1		104	Sine laterale sticker		2
105	Cablu alimentare		1		106	sticker difuzoare		2
107	Sticker		2		108	Buton viteza		2
109	Cablu senzor puls		2		110	Buton inclinare		1

111	Cablu s. viteza		1		112	Calculator		1
113	Banda de imbinare		7		114	Inel	diametru 37.8 grosime 1.6	2
115	Surub	M10*45	1		116	Piulita	M6	10
117	Surub	M10*60	1		118	Surub	M8*70	1
119	Surub	M8*70	1		120	Surub	M12*70	4
121	Surub	M8*80	2		122	Surub	M12*15	6
123	Surub	M8*40	2		124	Surub	M8*15	12
125	Surub	ST3.0*10	39		126	Surub	M6*15	21
127	Surub	M4*8	12		128	Surub	ST4.0*15	46
129	Surub	ST4.0*15	6		130	Piulita	M4	2
131	Piulita	M8	3		132	Piulita	M10	2
133	Saiba	$\phi 11 * \phi 20 * t 2.0$	8		134	Saiba	$\phi 9 * \phi 24 * t 1.6$	3
135	Saiba	$\phi 10.2 * \phi 18.8 * t 3$	4		136	Surub	M6*18L	10
137	Surub	M6*30L	18		138	Surub	M6*30	1
139	Surub	M4*15	6		140	Surub	M6*10	14
141	Surub	M15*15	8		142	Surub	M6*12	8
143	Surub	M12*35 10.9	6		144	Saiba	M4	4
145	Saiba	$\phi 6.6 * \phi 16 * t 1.6$	20		146	Surub	M6*10	4
147L/R	Spuma manere		2		148	Surub	ST2.2*6.5L	18
149	Surub	M8*15	2		150	Surub	M8*20	2
151	Surub	M6*35 10.9			152	Saiba	$\phi 9 * \phi 16 * t 1.2$	7
153	Surub	M4*12	4		154	Placa calculator		1