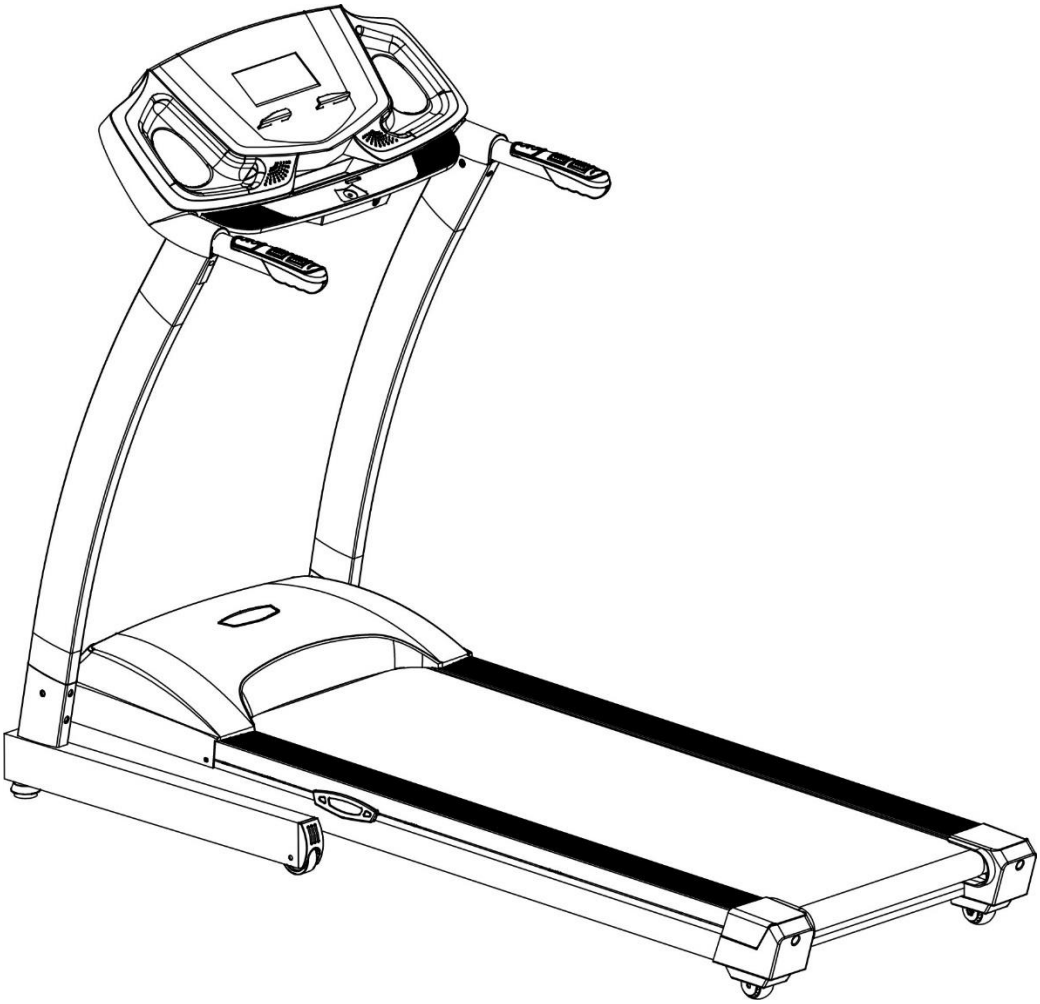
BE4800-i

Bieżnia elektryczna
Motorized treadmill
Elektrický běžecký pás

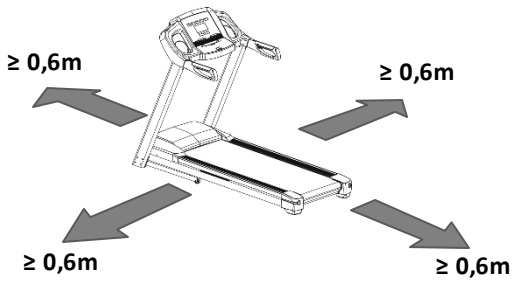


INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA – MANUAL INSTRUCTION – NÁVOD K OBSLUZE

Uwagi dotyczące bezpieczeństwa

Produkt ten przeznaczony jest wyłącznie do użytku domowego i zaprojektowano go tak, aby zapewnić optymalne bezpieczeństwo. Powinny być przestrzegane następujące zasady:

1. **Przed rozpoczęciem treningu skonsultuj się z lekarzem w celu stwierdzenia braku przeciwwskazań do korzystania ze sprzętu do ćwiczeń. Decyzja lekarza jest niezbędna w przypadku przyjmowania leków wpływających na pracę serca, ciśnienie krwi i poziom cholesterolu. Jest to także konieczne w przypadku osób w wieku powyżej 35 lat oraz osób mających kłopoty ze zdrowiem.**
2. Przed rozpoczęciem ćwiczeń zawsze wykonaj rozgrzewkę.
3. Zwracaj uwagę na niepokojące sygnały. Niewłaściwe lub nadmierne ćwiczenia są niebezpieczne dla zdrowia. Jeśli w czasie ćwiczeń pojawią się bóle lub zawroty głowy, ból w klatce piersiowej, nieregularny rytm serca lub inne niepokojące objawy, należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skonsultować się z lekarzem. Urazy mogą wynikać z nieprawidłowego lub zbyt intensywnego treningu.
4. W czasie ćwiczeń i po ich zakończeniu zabezpiecz sprzęt treningowy przed dostępem dzieci i zwierząt
5. Urządzenie należy postawić na suchej, stabilnej i właściwie wypoziomowanej powierzchni. Z bezpośredniego sąsiedztwa urządzenia należy usunąć wszystkie ostre przedmioty. Należy chronić je przed wilgocią, ewentualne nierówności podłoża należy wyrównać. Zalecane jest stosowanie specjalnego podkładu antypoślizgowego, który zapobiegnie przesuwaniu się urządzenia podczas wykonywania ćwiczeń.
6. Wolna przestrzeń nie powinna być mniejsza niż 0,6 m i większa niż powierzchnia treningowa w kierunkach, w których sprzęt jest dostępny. Wolna przestrzeń musi także zawierać przestrzeń do awaryjnego zejścia. Gdzie sprzęt jest usytuowany obok siebie, wielkość wolnej przestrzeni może być podzielona.
7. Przed pierwszym użyciem, a później w regularnych odstępach czasu, należy sprawdzać mocowanie wszystkich śrub, bolców i pozostałych połączeń.
8. Przed rozpoczęciem ćwiczeń sprawdź umocowanie części i łączących je śrub. Trening można rozpocząć tylko wtedy, jeżeli urządzenie jest całkowicie sprawne.
9. Urządzenie powinno być regularnie sprawdzane pod względem zużycia i uszkodzeń tylko wtedy będzie ono spełniało warunki bezpieczeństwa. Szczególną uwagę należy zwrócić na uchwyty piankowe, zaślepki na nogi i tapicerkę, które ulegają najszybszemu zużyciu. Uszkodzone części należy natychmiast naprawić lub wymienić do tego czasu nie wolno używać urządzenia do treningu.
10. Nie wkładaj w otwory żadnych elementów.
11. Zwracaj uwagę na wystające urządzenia regulacyjne i inne elementy konstrukcyjne, które mogłyby przeszkadzać w trakcie ćwiczeń.



Proszę zachować wolną przestrzeń większą niż 0,6 m od widocznej na zdjęciu przestrzeni treningowej

12. Sprzęt wykorzystuj jedynie zgodnie z przeznaczeniem. Jeśli któraś z części ulegnie uszkodzeniu bądź zużyciu lub też usłyszysz niepokojące dźwięki podczas używania sprzętu, natychmiast przerwij ćwiczenia. Nie używaj sprzętu ponownie dopóki problem nie zostanie usunięty.
13. Ćwicz w wygodnym ubraniu i sportowym obuwiu. Unikaj luźnych ubrań, którymi można zahaczyć o wystające części sprzętu lub które mogłyby ograniczać swobodę ruchów.
14. **Sprzęt zaliczony został do klasy H według normy EN ISO 20957-1 i jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych i komercyjnych.**
15. Podczas podnoszenia lub przenoszenia sprzętu należy zachować właściwą postawę, aby nie uszkodzić kręgosłupa.
16. Produkt jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych. Trzymaj dzieci, nie będące pod nadzorem z dala od urządzenia.
17. Montując urządzenie należy ściśle stosować się do załączonej instrukcji i używać tylko części dołączonych do zestawu. Przed rozpoczęciem montażu, należy sprawdzić czy wszystkie części, które zawiera dołączona lista, znajdują się w zestawie.

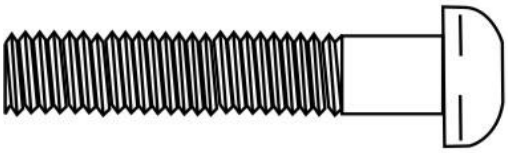
OSTRZEŻENIE: PRZED UŻYCIEM SPRZĘTU FITNESS PRZECZYTAJ INSTRUKCJE. NIE PONOSIMY ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA KONTUZJE UŻYTKOWNIKA LUB USZKODZENIA PRZEDMIOTÓW, KTÓRE ZOSTAŁY SPOWODOWANE NIEWŁAŚCIWYM UŻYTKOWANIEM TEGO PRODUKTU.

DANE TECHNICZNE
Waga netto – 74 kg
Pas bieżny – 45 x 135 cm
Rozmiar po rozłożeniu – 188,5 x 72,8 x 135 cm
Maksymalne obciążenie produktu – 130 kg
Silnik: 2,5 hp

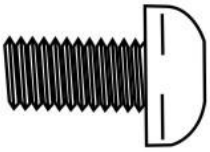
KONSERWACJA
Używaj miękkiej, wilgotnej ściereczki do wycierana krawędzi pasa i przestrzeni między pasem a krawędzią ramy. Czyść również krawędź pasa z jego spodniej strony. Czyść górną część pasa szczoteczką i wodą z mydłem lub łagodnym detergentem raz na miesiąc. Zanim zaczniesz ponownie używać bieżnię, poczekaj aż urządzenie wyschnie. Odkurzaj pod urządzeniem co najmniej raz w miesiącu aby zapobiec gromadzeniu się kurzu. Zaleca się raz w roku zdjęcie pokrywy silnika i usunięcie kurzu, który może się tam gromadzić.

UWAGA: PRZED CZYSZCZENIEM/SMAROWANIEM NALEŻY WYŁĄCZYĆ WTYCZKĘ Z GNIAZDKA.

Zestaw montażowy



(A1) M8x40 śruba, 2 szt.



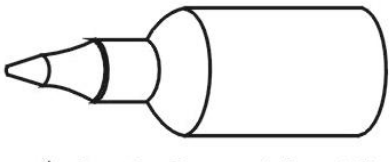
(A2) M8x16 śruba, 14 szt.

(C1) Φ8 podkładka, 16 szt.

(D1) klucz, 1 szt.

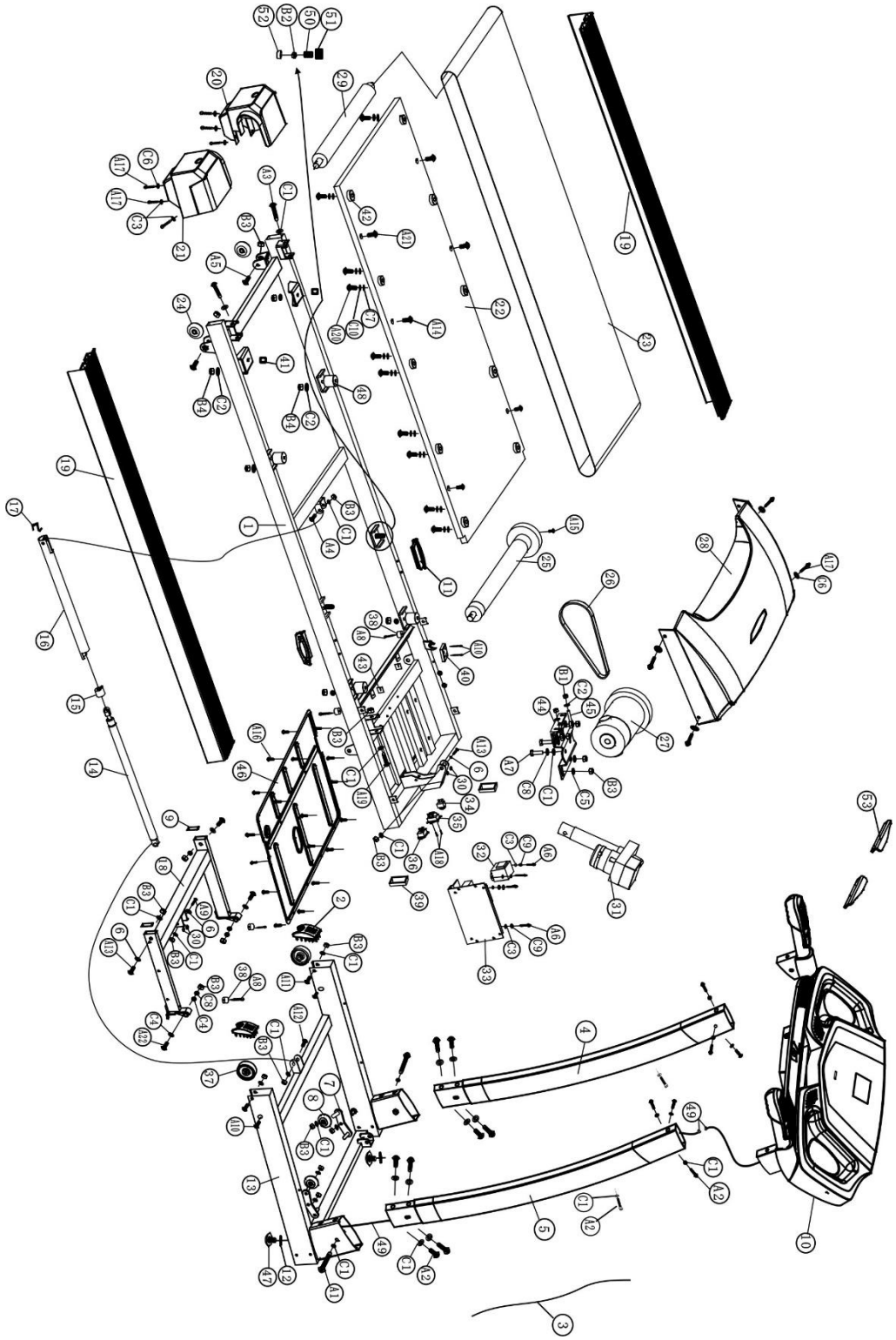
(D2) śrubokręt (S=5), 1 szt.

(D3) klucz (S=6), 1 szt.



(D4) butelka ze smarem, 1 szt.

Diagram zbiorczy



Lista części

Nr	Nazwa	Ilość
1	Rama	1
2	J80*40 zaślepka kółka	2
3	Prowadnik	1
4	Lewa pionowa podpora	1
5	Prawa pionowa podpora	1
6	Nylonowa podkładka	4
7	Pozioma rama przesuwna (P&L)	2
8	Koło	2
9	Wtyczka 40x20	2
10	Komputer/kierownica	1
11	Resor płyty bieżnej	2
12	Nakrętka blokująca	2
13	Rama bazowa	1
14	Cylinder	1
15	Tuleja cylindra	1
16	Podpora cylindra	1
17	Resor cylindra	1
18	Rama pochylni	1
19	Listwa boczna	2
20	Lewa zaślepka	1
21	Prawa zaślepka	1
22	Płyta bieżna	1
23	Pas bieżny	1
24	Tylne kółko	2
25	Wałek napędowy przedni	1
26	Pas napędowy 6 v	1
27	Silnik	1
28	Osłona silnika	1
29	Wałek napędowy tylny	1
30	Φ10 podkładka	4
31	Silnik przechyłu	1
32	Transformator	1
33	Płytka sterująca	1
34	Klucz bezpieczeństwa	1
35	Przełącznik	1
36	Gniazdko	1
37	Kółko	2
38	Poduszka	4
39	Kwadratowa wtyczka (50x25)	2
40	Czujnik	1
41	Rama czujnika	2
42	Miejsce mocowania bocznej poręczy	10
43	Stojan	2
44	Baza silnika	1
45	Kanał resoru	2
46	Osłona podstawy silnika	1
47	Regulowany amortyzator	2

Nr	Nazwa	Ilość
48	Amortyzator pasa bieżnego	4
49	Przewód sygnału	1
50	Resor	2
51	Osłona resorów	2
52	Rurka prowadząca	2
53	Uchwyt tabletu（L&R）	2
A1	Śruba półokrągła M8X40	2
A2	Śruba półokrągła M8X16	16
A3	Śruba M8X70	2
A4	Śruba M8X45	1
A5	Śruba półokrągła M8X45	2
A6	Śruba samoblokująca ST4.2X12	4
A7	Śruba M8X12	2
A8	Śruba samoblokująca ST4 X16	4
A9	Śruba Φ10 X45	1
A10	Śruba samoblokująca ST2.9X12	4
A11	Śruba M8X50	2
A12	Śruba M8X30	1
A13	Śruba Φ10 X30	3
A14	Śruba M6X25	4
A15	Śruba półokrągła M8X30	1
A16	Śruba samoblokująca ST4.2X10	18
A17	Śruba samoblokująca ST4.2X16	10
A18	Śruba M3X8	2
A19	Śruba M8X60	1
A20	Śruba M5X30	10
A21	Śruba M6X30	2
A22	Śruba Φ10 X40	2
B1	Nakrętka M6	2
B2	Nakrętka M4	2
B3	Nylonowa nakrętka blokująca M8	19
B4	Nylonowa nakrętka blokująca M6	6
C1	Podkładka Φ8	31
C2	Podkładka Φ6	8
C3	Podkładka Φ4	8
C4	Podkładka Φ10	4
C5	Podkładka duża Φ8	4
C6	Podkładka duża Φ4	6
C7	Podkładka duża Φ5	10
C8	Podkładka sprężynowa Φ8	4
C9	Podkładka sprężynowa Φ4	4
C10	Podkładka sprężynowa Φ5	10
D1	Klucz	1
D2	Śrubokręt	1
D3	Klucz (s=6)	1
D4	Butelka ze smarem	1

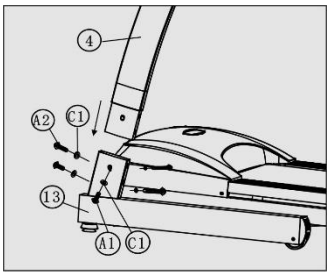
Instrukcja montażu

Przed rozpoczęciem montażu upewnij się że masz wystarczającą ilość miejsca. Zaleca się aby montaż przeprowadzały co najmniej dwie osoby. Elementy oznaczone, jako prawe (P) lub lewe (L), należy montować wyłącznie po właściwej stronie urządzenia.

OSTRZEŻENIE: nie należy podłączać zasilania przez zakończeniem montażu.

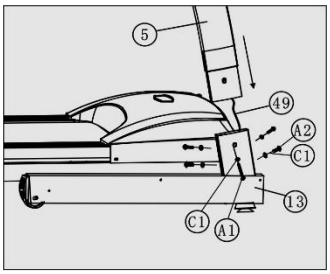
1. **Montaż lewej podpory**

   Umieść lewą podporę (4) na ramie bazowej (13) i połącz za pomocą 4 śrub półokrągłych M8X16 (A2), jednej śruby półokrągłej M8X40 (A1) i pięciu podkładek ϕ8（C1). Nie dokręcaj ich na tym etapie montażu (zobacz rys. 1).



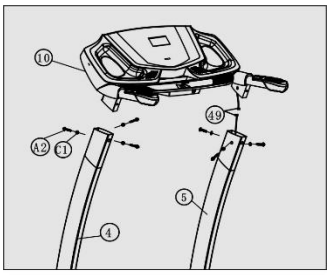
Ilustracja 1

2. **Montaż prawej podpory**
   a. Przeciągnij przewód sygnału (49) od podstawy do góry prawej podpory (5) - jak na rysunku nr 2.
   b. Wetknij prawą podporę (5) do ramy bazowej (13), i połącz części używając zestawu czterech śrub półokrągłych (A2), jednej śruby (A1) oraz pięciu podkładek (C1). Nie dokręcaj ich na tym etapie montażu (zobacz rys. 2).



Ilustracja 2

3. **Montaż prawej i lewej podpory do komputera/kierownicy**
   a. Połącz przewód sygnału (49) z odpowiednimi przewodami, wystającymi z kierownicy (10) - jak na rysunku nr 3.
   b. Przykręć komputer/kierownicę (10) do lewej i prawej podpory (4,5) używając sześciu zestawów śrub (A2) i sześciu podkładek (C1).
   c. Dokręć wszystkie śruby wspomniane w kroku 1 i 2.



Ilustracja 3

Komputer

Wyświetlacz

Calorie (Kalorie): 0-999.9 kcal
Distance (Odległość): 0-99.99 km
Time (Czas): 0-99 minut: 59 sekund
Pulse (Tętno):: 50-220 uderzeń/minutę
Speed (Prędkość):1.0-16 km/h
Incline (Pochylenie): 0%-15%

Obsługa komputera

Włączanie urządzenia. Podłącz zasilanie. Przełącz klawisz do pozycji "włączony". Do komputera wsuń klucz bezpieczeństwa. Komputer jest gotowy do pracy. Jeśli nachylenie bieżni jest inne niż 0%, po wciśnięciu przycisku „Incline +" bądź „Incline –„ lub po wciśnięciu przycisku START/STOP na komputerku, pochylenie bieżni automatycznie wróci do poziomu 0%. Dopiero wtedy możesz zacząć właściwą regulację pochylenia.

Obsługa manualna. Gdy komputer jest gotowy do pracy, wciśnij przycisk ON/OFF. Wyświetlacz rozpocznie odliczanie i po 3 sekundach bieżnia ruszy. Prędkość początkowa wynosi 1km/h a wyjściowe pochylenie bieżni 0%. Na wyświetlaczu zobaczysz odpowiednie wartości prędkości i pochylenia. Dostosuj prędkość i pochylenie naciskając odpowiadające im klawisze na konsoli. Każde naciśnięcie guzika zmienia prędkość o 0,2km/h a wartość pochylenia o 1.

Programy automatyczne

Możesz wybrać jeden spośród 18 zaprogramowanych wcześniej zestawów ćwiczeń. P1-P5 to programy służące do odchudzania. P6-P10 to programy rozwijające wytrzymałość. P11-P12 to programy rozwijające sprawność fizyczną. P13-P15 to programy do podtrzymywania formy. P16-P18 to programy przywracające sprawność fizyczną.

a. Wciśnij „Program" aby wejść w menu programów automatycznych. Na wyświetlaczu pojawi się ikonka programu nr 1 oraz diagram pokazujący całościowy czas treningu i stopień pochylenia bieżni.
b. Wciśnięcie przycisku „P+" lub „P-„ zmieni numer programu ćwiczeń. Aby zatwierdzić swój wybór, naciśnij klawisz „Enter".
c. Na wyświetlaczu pojawi się wyjściowy, wyznaczony dla wybranego programu całkowity czas ćwiczeń. Naciśnij klawisz oznaczony „+" lub „-„ aby dostosować czas do swoich wymagań i umiejętności (skala 10-59 minut). Aby zatwierdzić wybór, naciśnij przycisk „Enter".

d. Aby uruchomić wybrany program, naciśnij przycisk „START/STOP”. Komputer rozpocznie odliczanie czasu. Pomiędzy kolejnymi sekcjami programu, usłyszysz sygnał dźwiękowy. Kiedy odliczanie zakończy się, prędkość poruszania się pasa bieżnego będzie maleć aż do zatrzymania.
e. Podczas trwania programu, możesz zmieniać prędkość i pochylenie, naciskając przyciski „Speed +” i „Speed –„ oraz „Incline +” i „Incline –„. Kiedy program będzie przechodził do kolejnej sekcji, prędkość i pochylenie bieżni powrócą do zaplanowanych w programie wartości.

Sterowanie ręczne

Użytkownik może wg własnych upodobań ustawić przed rozpoczęciem ćwiczeń prędkość i czas oraz zapamiętać je w komputerze na przyszłość. Komputer daje możliwość ustawienia ćwiczącemu pięciu indywidualnych programów. Komputer daje możliwość ustawienia ćwiczącemu pięciu indywidualnych programów. Każdy z nich ma 16 sekcji do ustawienia.

a. **Wybór ustawień indywidualnych**
W trybie gotowości urządzenia do pracy, naciśnij przycisk „MODE”. Zapali się lampka przy Programie użytkownika 1. Naciskaj „P+” i „P-„ aby wybrać jeden z programów. Naciśnij „ENTER” aby rozpocząć ustawienia czasu.
b. **Ustawienia czasu**
Czas ustawiony fabrycznie wynosi 16 minut. Naciskaj -/+ aby zmienić czas trwania programu (skala 10-59 minut). Naciśnij ENTER aby przejść do sekcji prędkości i pochylenia bieżni.
c. Ustawienia prędkości i pochylenia bieżni
   1) Jeśli na wyświetlaczu mruga diagram sekcji 1, oznacza to, iż urządzenie jest gotowe do rozpoczęcia zmiany ustawień. Jeśli urządzenie nie może zidentyfikować programu, początkowa prędkość poruszania się pasa bieżnego wyniesie 1km/godz. a wyjściowe pochylenie 0.
   2) Naciskaj „Speed +”, „Speed –„ lub „Quick Speed”, aby wybrać odpowiadającą ci prędkość.
   3) Naciskaj „Incline +”, „Incline –„ lub „Quick Speed”, aby wybrać odpowiadające ci pochylenie bieżni.
   4) Naciśnij ENTER po zakończeniu ustawień, aby przejść do następnej sekcji programu prędkości i pochylenia.
   5) Powtórz czynność aby zaprogramować prędkość i pochylenie dla sekcji 2-16. Kiedy zakończysz zmianę ustawień ostatniej sekcji, przejdziesz dalej naciskając ENTER. Komputer poinformuje cię o zakończeniu programowania podwójnym sygnałem dźwiękowym.
   6) Aby podczas programowania opuścić ustawiany program, naciśnij “ON/OFF”.
   7) Aby komputer zapamiętał ustawienia, naciśnij „MODE”. Diagram wyświetli wszystkie ustawienia prędkości, okienko czasu całkowity czas ćwiczeń, a okienko pochylenia pokaże dane sekcji 1.
   8) Jeśli chcesz usunąć wszystkie swoje ustawienia, przytrzymaj dłużej przycisk „Program”.
   9) Po zakończeniu programowania i zapamiętaniu danych w komputerze, naciśnij „ON/OFF” aby uruchomić wybrany program.

Zmiana indywidualnych ustawień użytkownika

W panelu ustawień użytkownika, wciśnij „MODE”, by przejść do definiowania parametrów. Wyświetlacz powinien wskazywać program 1. Naciskaj “P+” i “P-“ aby wybrać programy.
Aby opuścić ustawienia naciśnij ponownie przycisk „MODE”.
Gdy program zostanie zdefiniowany, na wyświetlaczy pojawią się jego parametry.
Aby uruchomić program naciśnij „ON/OFF, jeżeli nie został ustawiony, system powróci do stanu gotowości

Pomiar poziomu tłuszczu

a. W trybie gotowości do pracy wciskaj przycisk „MODE”, aż zacznie migać okno „BODYFAT”. Wciśnij ENTER aby przejść do ustawień płci.
b. Płeć. Na wyświetlaczu pojawi się „MAN” (mężczyzna) lub płeć, która była ustawiona podczas poprzedniego użytkowania. Naciśnij „P+” lub „P-„ aby wybrać „WOMAN” (kobieta) bądź pozostań przy płci, która była wyświetlona. Naciśnij ENTER aby przejść do ustawień wagi.
c. Waga (25-200kg). Wyświetlacz pokaże wagę 45 (kg) lub wartość, która była ustawiona podczas poprzedniego użytkowania. Naciśnij „P+” lub „P-„ aby wybrać Twoją wagę. Naciśnij ENTER aby przejść do ustawień wzrostu.
d. Wzrost (100-220cm). Wyświetlacz pokaże wzrost 145 (cm) lub wartość, która była ustawiona podczas poprzedniego użytkowania. Naciśnij „P+” lub „P-„ aby wybrać Twój wzrost. Naciśnij ENTER aby przejść do ustawień wieku.
e. Wiek (8-65lat). Wyświetlacz pokaże wiek 18 (lat) lub wartość, która była ustawiona podczas poprzedniego użytkowania. Naciśnij „P+” lub „P-„ aby wybrać Twój wiek. Naciśnij ENTER aby przejść do testu poziomu tłuszczu.
f. Po wprowadzeniu wszystkich danych, wyświetlacz zacznie mrugać. Połóż obie ręce na czujnikach pomiaru tętna. Po zakończeniu testu, na wyświetlaczu pojawi się wynik
g. Naciśnij ON/OFF aby wejść do programu.

Pulse testing

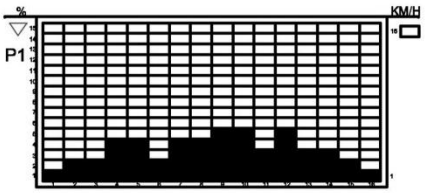
W trybie gotowości do pracy, a nie podczas wykonywania ćwiczenia, połóż obie ręce na czujnikach pomiaru pulsu. Komputer pokaże wartość pulsu, a na wyświetlaczu zamruga ikonka w kształcie serca.

Błędy

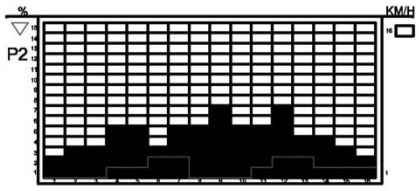
Kody błędów czujnika prędkości i kąta nachylenia bieżni.

a. **Er01: Błąd czujnika prędkości**. Urządzenie zatrzyma się po 6 sekundach od wykrycia błędu. Komputer powróci do stanu gotowości do pracy, a na wyświetlaczu pojawi się „Er01”. Praca może być kontynuowana dopiero po przejściu bieżni w stan gotowości do pracy.
b. **Er02: Przeciążenie bieżni.** Bieżnia zatrzyma się, jeżeli zostanie nadmiernie obciążona. Na wyświetlaczu pojawi się symbol “Er02”.
c. **Er03: Błąd komunikacji.** Jeżeli komputer i sterownik bieżni stracą połączenie, na wyświetlaczu pojawi się symbol “Er 03”.
d. **Er04: Błąd sterownika.** Na wyświetlaczy pojawi się symbol “Er04”.
e. **Błąd czujnika nachylenia bieżni:** jeśli komputer nie otrzymuje informacji o nachyleniu, na wyświetlaczu pojawi się „--”. Możesz nadal naciskać przycisk nachylenia, aby regulować położenie bieżni.

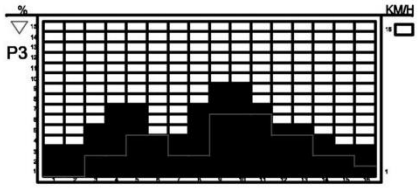
Diagramy programów ćwiczeń



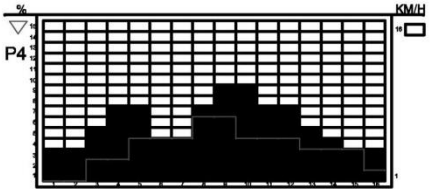
Time 28min



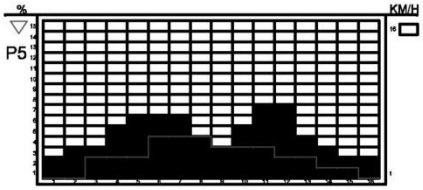
Time 32min



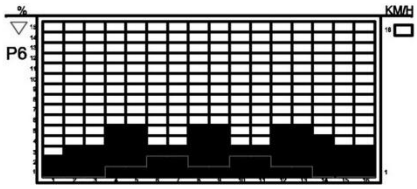
Time 40min



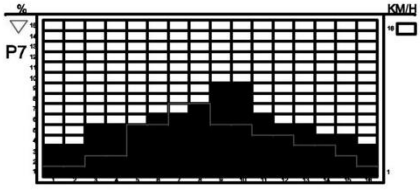
Time 40min



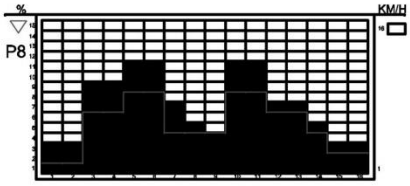
Time 30min



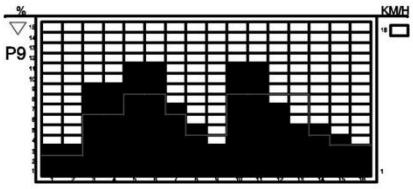
Time 28min



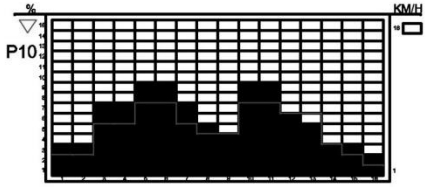
Time 34min



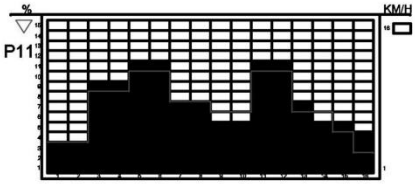
Time 40min



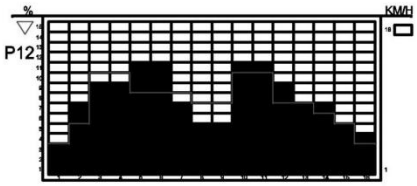
Time 45min



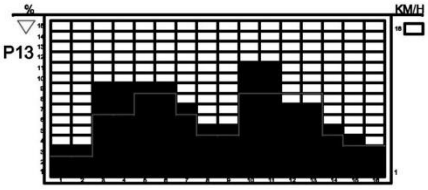
Time 40min



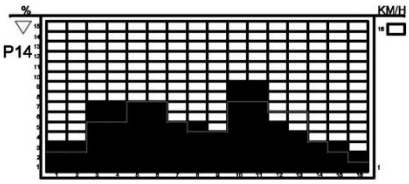
Time 40min



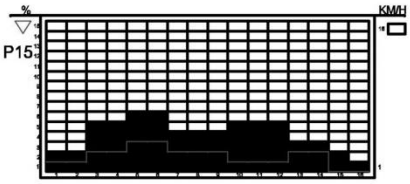
Time 48min



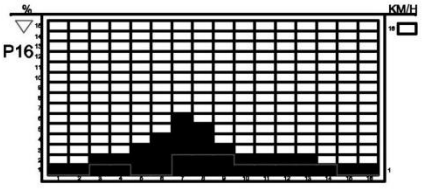
Time 48min



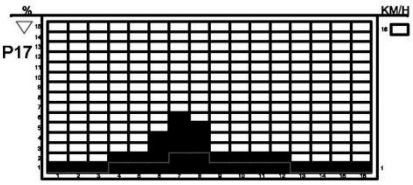
Time 41min



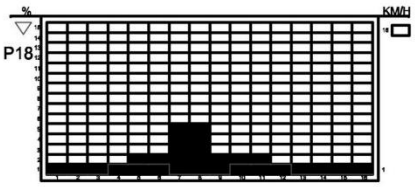
Time 30min



Time 26min



Time 20min



Time 16min

Sprawdzenie i dostosowanie bieżni

1) Poproś autoryzowany serwis lub profesjonalnego technika aby sprawdził, czy natężenie prądu jest odpowiednie oraz czy uziemiony przewód jest godny zaufania. Przesuń ręką pas bieżny i sprawdź czy porusza się swobodnie bez zgrzytów.
2) Jedną końcówkę kabla wsadź w gniazdko w przedniej części bieżni, a drugą do gniazdka elektrycznego. Umieść klucz bezpieczeństwa na swoim miejscu na komputerze.
3) Włącz bieżnię, przesuwając przycisk z pozycji „0” na pozycję „1”. Komputer powinien wskazywać zero a pas bieżny nie powinien się poruszać.
4) Włącz przycisk „ON/OFF”. Bieżnia powinna powoli ruszyć. Sprawdź czy komputer i pas bieżny działają normalnie.
5) Wciśnij przycisk „SPEED” i obserwuj zachowanie pasa bieżnego i komputera. Jeżeli pas działa wadliwie, wyłącz urządzenie i sprawdź co może być wadliwe stosując się do zaleceń z części „Możliwe problemy i ich rozwiązania” tej instrukcji.
6) Sprawdź działanie wszystkich klawiszy komputera.
7) Wyciągnij klucz bezpieczeństwa. Bieżnia powinna natychmiast się zatrzymać. Po ponownym włożeniu klucza, bieżnia będzie znowu działać.
8) Jeśli chcesz zakończyć ćwiczenia, naciśnij przycisk „ON/OFF” a następnie przycisk wyłączający urządzenie.
9) Wciśnij “Incline +/-“, by wyregulować kąt nachylenia bieżni. Wciśnij “Program” by wyświetlić instrukcję. Gdy bieżnia zostanie zatrzymana, kąt jej nachylenia powróci do stanu domyślnego.

Instrukcja użytkowania

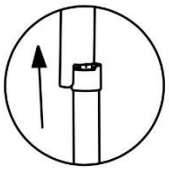
Po sprawdzeniu i dostosowaniu bieżni, możesz rozpocząć użytkowanie:

1) Włącz bieżnię przyciskiem uruchamiającym urządzenie i wsadź klucz bezpieczeństwa w odpowiednie miejsce w komputerze.
2) Stań na znajdujących się po bokach, nieruchomych krawędziach pasa bieżnego; przypnij klucz bezpieczeństwa do swojego ubrania w okolicy pasa.
3) Wciśnij przycisk „ON/OFF”, bieżnia ruszy z najmniejszą możliwą prędkością. Możesz wtedy powoli wejść na pas bieżny. Najmniejsza prędkość pasa to 1 km/h (sprawdź OBSŁUGA KOMPUTERA)
4) Wciśnij klawisze przyśpieszania „Speed +”, zwalniania „Speed -” lub przycisk bezpośredniej zmiany prędkości, prędkość pasa będzie zmieniać się odpowiednio. Możesz powoli biec przez 2, 3 minuty, a później jeśli czujesz się pewnie, możesz przyśpieszyć. Jeśli Ci to odpowiada możesz biegać nie trzymając się poręczy.
5) Wciśnij “Incline +”, ”Incline -“ lub “Quick incline” by zmienić kąt nachylenia bieżni – na wyświetlaczu pojawi się jego wartość.
6) Kiedy chcesz zakończyć ćwiczenia, zwolnij i biegnąc przez 2-3 minuty pozwól swojemu sercu zwolnić i mięśniom wrócić do normalnego stanu.
7) Jeżeli nie możesz utrzymać równowagi podczas biegu z dużą prędkością, wyciągnij klucz bezpieczeństwa, a bieżnia natychmiast się zatrzyma.
8) Staraj się nie stawać podczas ćwiczeń zbyt blisko prawej lub lewej krawędzi bieżni
9) Po ćwiczeniach zwolnij i wciśnij klawisz „STOP” aby zatrzymać bieżnię. Jeżeli ponownie chcesz uruchomić bieżnię, wciśnij powtórnie przycisk „START” ale pamiętaj że przerwa pomiędzy wyłączeniem a ponownym włączeniem bieżni powinna trwać powyżej 1 minuty.

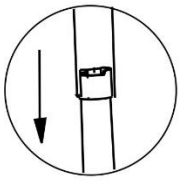
UWAGA: Ciągłe używanie funkcji pochylania bieżni (ponad 5 razy), może spowodować jej zablokowanie. Nie jest to usterka, lecz rodzaj ochrony. Funkcja wróci do normy po około 1 godzinie.

Instrukcja składania, przenoszenia i rozkładania

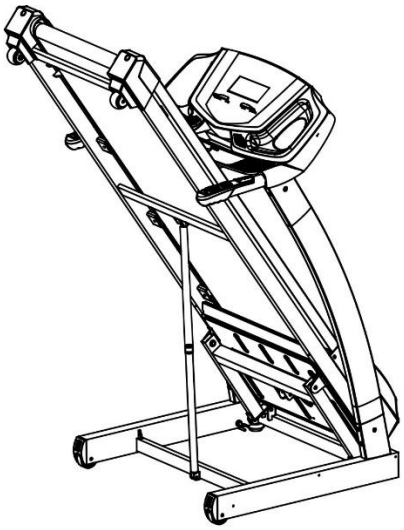
1) Składanie: unieś koniec ramy głównej i złóż w górę aż do momentu kiedy poprzeczka łącząca wskoczy w cylinder (zobacz ilustracja a).
2) Przenoszenie: unieś poręcze tak aby podstawa odsunęła się od ziemi, wtedy popchnij złożoną bieżnię.
3) Rozkładanie: odrobinę unieś koniec ramy głównej tak aby wspornik znalazł się wyżej niż pokrywa cylindra (zobacz ilustracja a-1). Przechyl stopą rurkę wspornika (zobacz ilustracja a-2). Mocno naciśnij na ramę główną, usuń stopę i naciskaj na koniec ramy. Cylinder usunie się samoczynnie (ilustracja b) a rama główna się rozłoży.



Ilustracja a-1



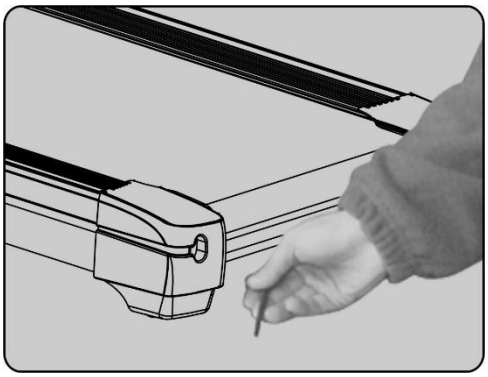
Ilustracja a-2



Ilustracja a

Ilustracja b

Konserwacja, możliwe usterki i ich rozwiązywanie



1) Powierzchnia bieżni powinna być utrzymywana w czystości. Zawsze odłączaj zasilanie przed przystąpieniem do mycia. Czyść urządzenie miękką i wilgotną szmatką.
2) Pas bieżny został odpowiednio wycentrowany podczas procesu produkcji. Jednakże w czasie transportu lub podczas użytkowania, może się przemieścić. Przed przystąpieniem do regulacji, pamiętaj o odłączeniu zasilania. Umieść pas bieżny dokładnie na środku platformy i wyreguluj dokręcając lub luzując lewą i prawą śrubę w tylnej rolce, korzystając ze śrubokręta jak pokazano na rysunku obok. Najlepiej dokręcać śruby po pół obrotu z każdej strony. Włącz bieżnię aby sprawdzić czy pas porusza się prawidłowo przy prędkości 4-5 km/h.
3) Po około 100 godzinach użytkowania, zużywa się smar pomiędzy pasem bieżnym a platformą pasa. Regularnie smaruj platformę a po zakończeniu wyreguluj pas.
4) Po długim i częstym użytkowaniu, pas może się naciągnąć i zacinać. Należy wtedy wyregulować jego napięcie prawą i lewą śrubą w tylnej rolce do momentu aż pas zacznie przesuwać się swobodnie i równo.

Ostrzeżenie

1) Wysoki poziom bezpieczeństwa sprzętu sportowego, może zostać zachowany jedynie dzięki regularnym kontrolom uszkodzeń i zużycia.
2) Wymieniaj uszkodzone części natychmiast po dostrzeżeniu usterek i/lub nie korzystaj z urządzenia do momentu naprawy.

Błąd	Przyczyna	Rozwiązanie
Brak reakcji urządzenia na włączenie zasilania.	1. Niewłaściwe podłączone urządzenie. 2. Wyłączona ochrona przez przeciążeniem. 3. Niewłaściwie zamontowany transformator. 4. Przepalony bezpiecznik	1. Ponowne podłączenie urządzenia. 2. Reset urządzenia. 3. Kontrola poprawności montażu lub wymiana. 4. Wymiana bezpiecznika.
Symbol Er01. Błąd czujnika prędkości.	1. Niewłaściwy montaż czujnika lub jego uszkodzenie. 2. Uszkodzony optoizolator. 3. Uszkodzony sterownik.	1. Kontrola poprawności montażu lub wymiana. 2. Wymiana sterownika lub optoizolatora. 3. Wymiana sterownika.
Symbol Er02. Nadmierne obciążenie bieżni.	1. Przeciążony silnik. 2. Zbyt duże obciążenie wałka napędowego. 3. Uszkodzony sterownik.	1. Wymiana silnika. 2. Smarowanie lub wymiana. 3. Wymiana sterownika.
Show Er03. Błąd komunikacji pomiędzy komputerem a sterownikiem urządzenia.	1. Nieprawidłowy odczyt. 2. Uszkodzony optoizolator. 3. Uszkodzony komputer.	1. Kontrola poprawności połączenia kabla sygnałowego. 2. Wymiana sterownika lub optoizolatora. 3. Wymiana komputera.
Show Er04. Błąd sterownika bieżni.	1. Niewłaściwy montaż silnika lub jego uszkodzenie. 2. Uszkodzony przekaźnik sterownika. 3. Niewłaściwe podłączenie sterownika. 4. Uszkodzony sterownik.	1. Kontrola poprawności montażu lub wymiana. 2. Wymiana sterownika lub przekaźnika. 3. Kontrola poprawności podłączenia lub wymiana sterownika. 4. Wymiana sterownika.
Symbol “--”. Błąd czujnika nachylenia bieżni.	1. Niewłaściwy montaż czujnika. 2. Uszkodzony czujnik nachylenia. 3. Uszkodzony sterownik	1. Kontrola poprawności podłączenia wtyczki. 2. Wymiana silnika. 3. Wymiana sterownika.
Problem z pracą pasa bieżnego.	1. Niewłaściwy moment obrotowy. 2. Zbyt luźny pas bieżny. 3. Niewłaściwy silnik.	1. Regulacja momentu obrotowego. 2. Regulacja pasa bieżnego. 3. Wymiana silnika.

DelighTech Fitness App

FREE

Wymagania systemowe:

Android 2.3 lub nowszy z obsługą Bluetooth
APPLE iOS z obsługą Bluetooth wersja 4.0

DelighTech Fitness App – szybki start

Krok 1.

Pobierz aplikację ze strony appfit.biz

Krok 2.

Podłącz swoje urządzenie mobilne za pomocą funkcji Bluetooth

Krok 3.

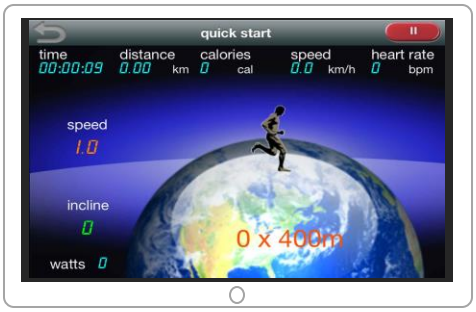
Otwórz aplikację

Krok 4.

Zacznij ćwiczyć

Krok 5.

Sprawdź podsumowanie treningu

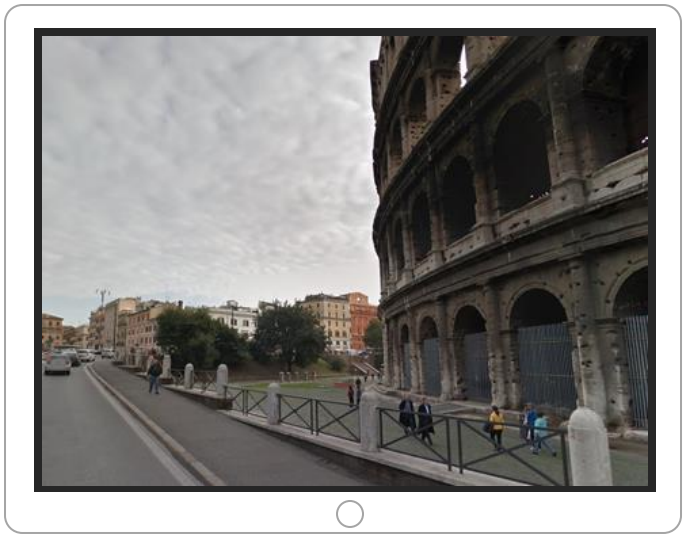


Krok 6.

Sprawdź historię swoich treningów

Zaplanuj wycieczkę na mapie

Ćwicz z Google Street View



Pobierz kompletną instrukcję obsługi:
www.hms-fitness.pl/app.pdf

Instrukcja ćwiczeń

Cykl ćwiczeń zapewni Ci polepszenie kondycji, rozbudowę mięśni, a w połączeniu z dietą i ograniczeniem kalorii pozwoli zgubić zbędne kilogramy.

1. Rozgrzewka

Ten etap pomoże przyspieszyć krążenie krwi, co pozwoli na efektywniejsze ćwiczenie mięśni. Poprawnie wykonana rozgrzewka zredukuje ryzyko kontuzji. Wskazane jest rozciągnięcie ciała jak pokazano na rysunkach poniżej. Każda z następujących czynności powinna być wykonywana przez co najmniej 30 sekund. Nie rozciągaj się zbyt mocno, jeśli poczujesz ból przestań naciągać mięśnie.

2. Pozycja

Wejdź na pas bieżny, dłonie możesz oprzeć na poręczach. W trakcie ćwiczeń należy mieć wyprostowane plecy. Na bieżni możesz wykonywać ćwiczenia zastępujące spacer lub bieg (patrz rysunki poniżej).

Mimo iż czynimy wszelkie wysiłki by zapewnić najlepszą jakość naszych produktów mogą pojawić się pojedyncze błędy lub przeoczenia. Jeśli zauważą Państwo defekt lub brak części prosimy o kontakt.

Zakres stosowania

Bieżnia BE4800-i jest urządzeniem klasy H przeznaczonym wyłącznie do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych i komercyjnych.

Oznakowanie sprzętu symbolem przekreślonego kontenera na odpady informuje o zakazie umieszczania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Zgodnie z Dyrektywą WEE o sposobie gospodarowania zużytymi odpadami elektrycznymi i elektronicznymi, dla tego typu sprzętu należy stosować oddzielne sposoby utylizacji.
Użytkownik, który zamierza pozbyć się tego produktu, zobowiązany jest do oddania go do punktu zbierania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego, dzięki czemu przyczynia się do ponownego użycia, recyklingu, bądź odzysku, a tym samym do ochrony środowiska naturalnego. W tym celu należy skontaktować się z punktem w którym urządzenie zostało nabyte, lub z przedstawicielami władz lokalnych. Składniki niebezpieczne zawarte w sprzęcie elektronicznym mogą powodować długo utrzymujące się niekorzystne zmiany w środowisku naturalnym, jak również działać szkodliwie na zdrowie ludzi.

Dział obsługi klienta:

ABISAL Sp. z o.o.
ul. Św. Elżbiety 6
41–905 Bytom
abisal@abisal.pl

www.abisal.pl
www.hms-fitness.pl

KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu: .....
Kod EAN: .....
Data sprzedaży: .....

(Pieczątka i podpis sprzedawcy)

WARUNKI GWARANCJI

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium RP na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
   - czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczątką sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy
   - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży / rachunku /
   - reklamowanego towaru
3. Ewentualne wady i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do sklepu lub serwisu.
4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres gwarancji może się wydłużyć o czas niezbędny do jej sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 40 dni.
5. Gwarancją nie są objęte: - Uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
   - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania,
   - niewłaściwy montaż i konserwacja,
   - uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska itp.
6. Gwarancja traci ważność w przypadku: - Upływu terminu ważności,
   - samodzielnych napraw,
   - nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji.
7. Duplikaty karty gwarancyjnej nie będą wydawane.
8. Produkt oddany do naprawy powinien być kompletny i czysty. W przypadku stwierdzenia braków ,serwis ma prawo odmówić przyjęcia do naprawy . W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
9. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem ,konserwacją które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
10. Gwarant informuje również, że prowadzi serwis pogwarancyjny.
11. Towar powinien być w oryginalnym opakowaniu i zabezpieczony do wysyłki.

Gwarancja na sprzedany towar nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień kupującego wynikających z niezgodności towaru z umową.

SPRZĘT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKOWANIA W SIŁOWNIACH, KLUBACH KULTURYSTYCZNYCH, CENTRACH FITNESS ORAZ DO INNYCH CELÓW WYCZYNOWYCH.

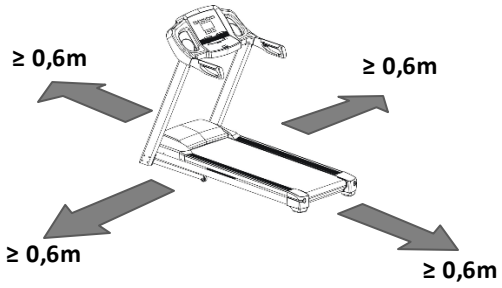
ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW:

Lp.	Data zgłoszenia	Data wydania	Przebieg napraw	Podpis odbierającego (sklep, właściciel)

Important safety information

This product has been designed for home use only and built for optimum safety. Please note the following safety precautions:

1. Before starting any exercise program you should consult your doctor to determine if you have any physical or health conditions that could create a risk to your health and safety, or prevent you from using the equipment properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level. This is especially important for persons over the age of 35, pregnant women, or those with pre-existing health problems or balance impairments.
2. Before using this equipment to exercise, always do stretching exercises to properly warm up.
3. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, feeling light headed, dizzy or nauseous. If you do experience any of these conditions you should consult your doctor before continuing with exercise program. Injuries to health may result from incorrect or excessive training.
4. During exercises and after keep children and pets away from the equipment.
5. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. Move all sharp objects.
6. Free area shall be not less than 0,6 m greater than the training area in the directions from which the equipment is accessed. Free area must also include the area for emergency dismount. Where equipment is positioned adjacent to each other the value of the free area may be shared.
7. Before each use, visually inspect the unit including hardware and resistance bends.
8. Before using the equipment, check if the nuts, bolts and other bends are securely tightened.
9. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components whilst assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noise coming from the equipment while using, stop. Do not use the equipment until the problem has been rectified.



10. Do not insert any object into any openings.
11. Be aware of all regulation and constructions parts which may disturb during exercises.
12. The safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
13. Wear suitable clothing whilst using the equipment. Avoid wearing loose clothing which may get caught in the equipment or that may restrict or prevent movement.
14. The equipment has been tested and certified according to EN ISO 20957-1 under class H. It is not suitable for therapeutic use.
15. Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back. Always use proper lifting techniques and/or use assistance.
16. The equipment is designed for adult use only. Keep unsupervised children away from the equipment.
17. Assemble this unit as described in this manual. Use only parts from the set. Check all parts with the part list.

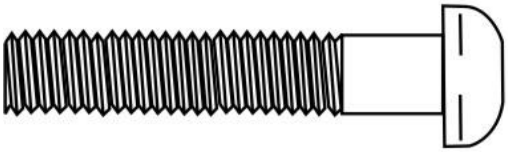
WARNING: READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USING ANY FITNESS EQUIPMENT. WE ASSUME NO RESPONSIBILITY FOR PERSONAL INJURY OR PROPERTY DAMAGE CAUSED BY OR THROUGH THE USE OF THIS PRODUCT

SPECIFICATIONS
Weight – 74 kg
Running belt – 45 x 135 cm
Dimensions – 188,5 x 72,8 x 135 cm
Maximum weight of user – 130 kg
Motor: 2,5 hp

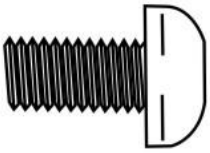
MAINTENANCE
Use a soft, damp cloth to wipe the edge of the belt and the area between the belt edge and frame. Also reach as far as practical directly under the belt edge. A mild soap and water solution along with a nylon scrub brush will clean the top of the textured belt. This task should be done once a month. **Allow to dry before using**. On a monthly basis, vacuum underneath your treadmill to prevent build-up. Once a year, you should remove the motor shield and vacuum out dirt that may accumulate.

WARNNING: UNPLUG POWER CORD BEFORE CLEANING/LUBRICATING.

Hardware and tool



(A1) M8X40 bolt
2 pcs



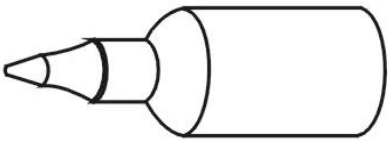
(A2) M8X16 bolt
14 pcs

(C1) Φ8Flat washer
16 pcs

(D1) Wrench
1 pc

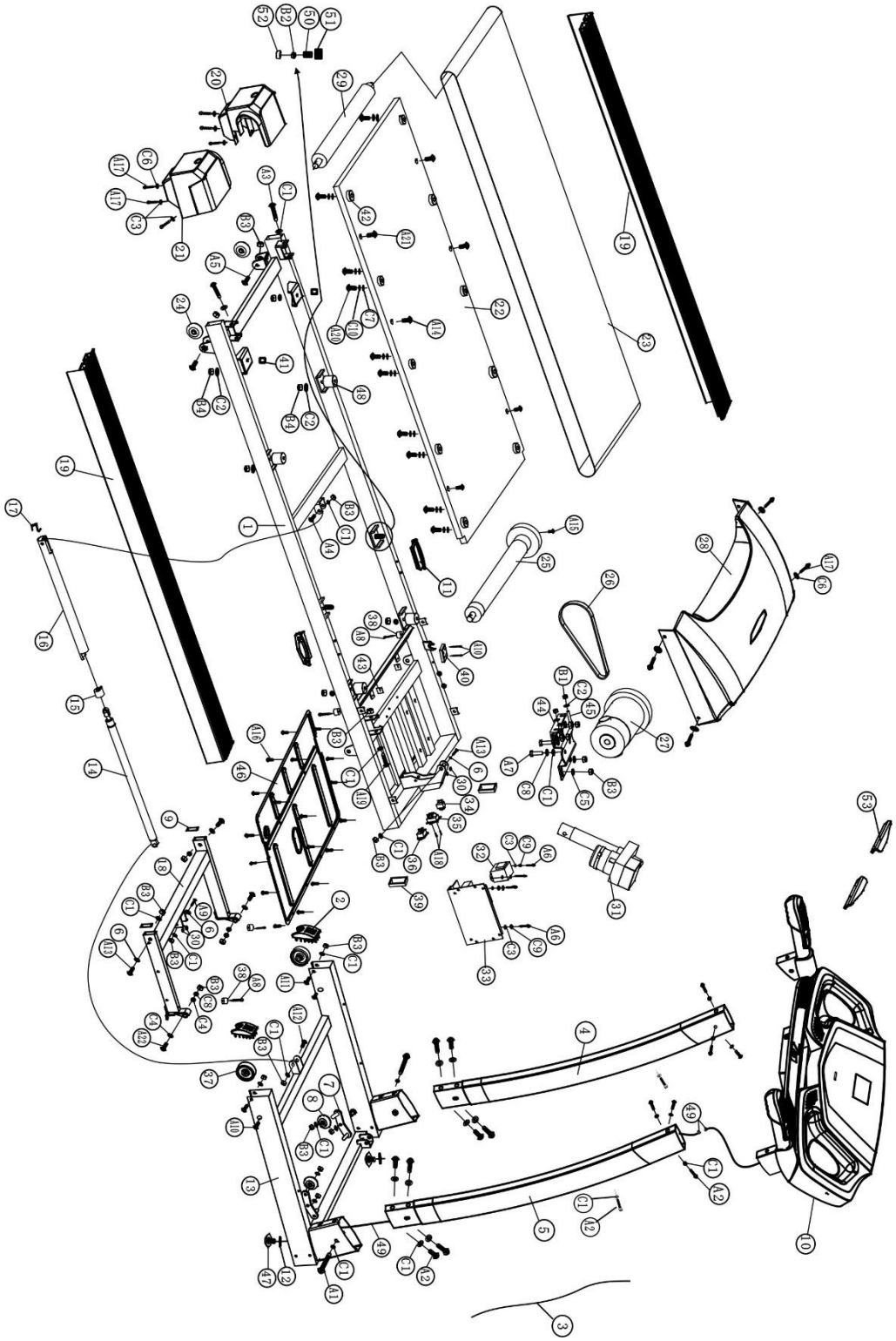
(D2) Screwdriver
(S=5)
1pc

(D3) Wrench
(S=6)
1pc



(D4) Lubricant bottle
1pc

Explored drawing



Parts List

No.	Description	Qty
1	Base support	1
2	J80*40 Foot wheel cap	2
3	Guide wire	1
4	Left upright tube	1
5	Right upright tube	1
6	Nylon washer	4
7	Horizontal sliding frame （L&R）	2
8	Wheel	2
9	Square plug (40*20)	2
10	Computer /Handlebar	1
11	Running board damper	2
12	Lock nut	2
13	Base frame	1
14	Cylinder	1
15	Cylinder bushing	1
16	Cylinder support tube	1
17	Cylinder spring	1
18	Incline frame	1
19	Side rails	2
20	Left end cap	1
21	Right end cap	1
22	Running board	1
23	Running belt	1
24	Rear wheel	2
25	Front roller	1
26	6 v belt	1
27	Motor	1
28	Motor cover	1
29	Rear roller	1
30	Φ10 specialized washer	4
31	Incline motor	1
32	Transformer	1
33	Driver	1
34	Safety key	1
35	Cymbiform switch	1
36	Socket	1
37	Foot Wheel	2
38	Cushion	4
39	Square plug (50x25)	2
40	Square Sensor	1
41	Running board support pad	2
42	Side rail anchor point	10
43	Stator	2
44	Motor support	1
45	Pulling pole	2
46	Motor base cover	1
47	Adjustable foot pad	2

No.	Description	Qty
48	Running board cushion	4
49	Signal wire	1
50	Anti-shock spring	2
51	Spring cover	2
52	guide tube	2
53	Holder for tablet（L&R）	2
A1	Half-round bolt M8X40	2
A2	Half-round bolt M8X16	16
A3	Round bolt M8X70	2
A4	Bolt M8X45	1
A5	Half-round bolt M8X45	2
A6	Crosshead self-lock bolt ST4.2X12	4
A7	Bolt M8X12	2
A8	Crosshead self-lock bolt ST4 X16	4
A9	Altitude bolt Φ10 X45	1
A10	Crosshead self-lock bolt ST2.9X12	4
A11	Bolt M8X50	2
A12	Bolt M8X30	1
A13	Altitude bolt Φ10 X30	3
A14	Crosshead bolt M6X25	4
A15	Half-round bolt M8X30	1
A16	Crosshead self-lock bolt ST4.2X10	18
A17	Crosshead self-lock bolt ST4.2X16	10
A18	Crosshead bolt M3X8	2
A19	Bolt M8X60	1
A20	Bolt M5X30	10
A21	Crosshead bolt M6X30	2
A22	Altitude bolt Φ10 X40	2
B1	Nut M6	2
B2	Nut M4	2
B3	Nylon lock nut M8	19
B4	Nylon lock nut M6	6
C1	Flat washer Φ8	31
C2	Flat washer Φ6	8
C3	Flat washer Φ4	8
C4	Flat washer Φ10	4
C5	Big flat washer Φ8	4
C6	Big flat washer Φ4	6
C7	Big flat washer Φ5	10
C8	Spring washer Φ8	4
C9	Spring washer Φ4	4
C10	Spring washer Φ5	10
D1	Wrench	1
D2	Screwdriver	1
D3	Wrench (s=6)	1
D4	Lubricant bottle	1

Assembly Instruction

Please make sure there's enough space to install the treadmill and recommend 2 persons to install it.
WARNING: Don't insert the power wire until the treadmill was fully assembled.

WARNING

The direction of each of the upright,handrail, base foot and handrail plastic cover are different in left & right and thus marked with R & L. Do not confuse them.

3. Assembling left upright tube and Base frame

Insert Left upright tube (4) to base frame (13), and attach four half-round bolts M8X16 (A2), one Half-round bolt M8X40 (A1), and five Flat washers Φ8 (C1), Do not tighten all parts provisionally (see figure 1)

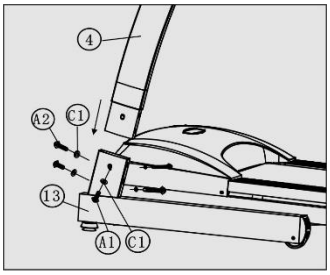


Figure 1

4. Assembling right upright tube and Base frame

a. Pull out the Signal wire (49) from the lower side to upper side of the right upright tube(5). (see figure 2)
b. Insert Right upright tube (5) to base frame (13), and attach four Half-round bolts M8X16 (A2), one Half-round bolt M8X40 (A1), and five Flat washers Φ8(C1). Do not tighten all parts provisionally. (see figure 2)

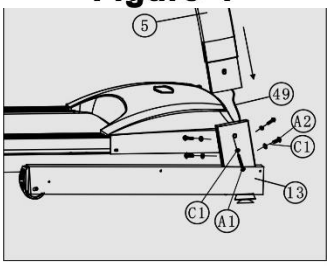


Figure 2

3. Assembling left and right upright tube with computer / handlebar

a. Connect the Signal wire (49) to corresponding wires that come from computer/handlebar (10) (see figure 3)
b. Tighten the computer/handlebar (10) to upright tubes (4/5) with six Half-round bolts M8X16 (A2), six Flat washers Φ8 (C1).
c. Screw up all the bolts of the step 1 and 2.

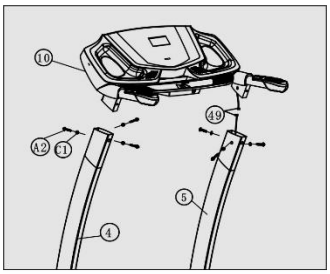


Figure 3

Computer Instruction

Display instruction

Calorie: 0-999.9 kcal
Distance: 0-99.99 km
Time: 0-99 minutes: 59 seconds
Pulse: 50-220 times/minute
Speed:1.0-16km/h
Incline: 0%-15%

Computer operation

Start the computer: connect the power, press the switch on machine, put the safety key in the groove on computer, the computer is ready.
If the incline is not 0%, after pressing" incline + "," incline – "or "START/STOP", the treadmill will automatically return to incline 0%. Then you can set incline.

Manual operation: when computer is ready, press the on/off button, the time will count down 3 seconds, then the treadmill starts, the initial speed is 1 km / h and incline is 0%. The LCD will show the speed accordingly. Adjust the speed and incline by pressing speed and incline buttons on computer. The speed will increase by 0.2 km / h and incline by 1 each time.

Preset program operation

This treadmill has 18 preset programs. P1-P5 is weight losing program. P6-P10 is stamina reaching program. P11-P12 is stamina exercising program. P13-P15 is stamina remaining program. P16-P18 is body recovering program.

a. Press "PROGRAM" to enter automatic program status, the LCD will show program 1. It shows total time, and incline of this program.
b. Press "+" and "-" to change programs, press ENTER to enter the program you want.
c. The time window shows program preset total time. Press -/+ to change program running time (The scale is 10-59 minutes.), press ENTER after setting.
d. Press "ON/OFF" to enter program status. The time starts to count down. When changing different programs, it will produce beep sound. When the time descends to zero, the speed slows down and the treadmill stop.
e. During program running, you can press "Speed –"or "Speed +"or "QUICK SPEED"to change speed, and press "Incline –"or "Incline +"or "QUICK INCLINE"to change incline. When it comes to the next section, it will show the initial data of this section.

Manual setting mode

Manual setting mode is for user to set time, distance and calorie, and save the report to the computer in order to choose to use when exercising in the future. There are 5 programs for setting, and 16 program sections per program.

a. **Manual program No. Setting**
Under ready status, press MODE until User window twinkles, enter the state of user program, now User window will show No. 1,then press "+/-" to choose program No.. Press ENTER to enter time setting.

b. **Time setting**
Time window twinkles, if this program isn't be set, Time window will show initial data--16minutes, otherwise, show the set data. press "+/-" to set time(10-59minutes). Press ENTER to enter speed and incline setting.

c. **Speed and incline setting**
1) Twinkle of first section in window means the first-section program begins. If this program isn't be set, Speed window twinkles and show the initial data--1.0km/h, Incline window twinkles and show the initial data-0, otherwise, show the set data.
Press Speed "+/-" or QUICK SPEED to set speed, the length of the upside window show the speed.
Press Incline"+/-" or QUICK INCLINE to set incline, Incline window show the set data.
Press ENTER to enter next section of speed and incline setting.
2) Using the same method to set 2-16 section of speed and incline setting. After the finishing of last section, if you continue to press ENTER, computer will produce two continuous sound, it means data setting finishing.
3) In the process of setting, you can exit by pressing "ON/OFF".
4) Press MODE to save the data to the computer, window will show all the set speed data. Time window the total running time; Incline window shows the incline of first section.
5) You can clear the data by pressing "program" in the process of setting.
6) If the data is saved, the window of Time, Speed, Incline and manual will twinkle together, and then run the set program by pressing "ON/OFF".

Manual mode adjustment

Under the state of manual program No. setting, press MODE, User window will show manual program 1 and window of Speed ,Time and Incline twinkle together, press "+/-" to choose manual program, User window will show the corresponding program No..
If you continue to press MODE, it will exit and enter ready status.
If the manual program is set, window will show the corresponding data of this program.
Enter the running status by pressing "ON/OFF"., if not set, then back to ready status.

Body fat operation

a. Under ready status, press MODE key until window BODYFAT twinkle, press " ENTER" to enter gender setting.
b. The window twinkles and show Man or last set gender, Press"+/-"to choose Man or Woman, Press "ENTER" to set weight.
c. Weight (25-200KG); Weight window twinkle and shows 45(KG)or last set weight, Press "+/-" to chose your weight ,Press "ENTER" to set height.
d. Height (100-220CM), Height window twinkle and shows 145(CM) or last set height ,Press "+/-" to choose your Height. Press "ENTER" to set age.
e. Age (8-65), Age window twinkles and shows 18 or last set age, Press"+/-" to choose your age. Press "ENTER" to set body fat test.

f. After all setting, Body fat window twinkles and then hold both of your hands on the hand pulse to test your body fat. The window will show your body fat when test is finished.
g. Exit by pressing “ON/OFF”.
h. Taking Asian measure: body fat under 19 is thin; between 19 and 24 is realistic weight; between 24 and 27 is overweight; over 27 is obese.

Pulse testing

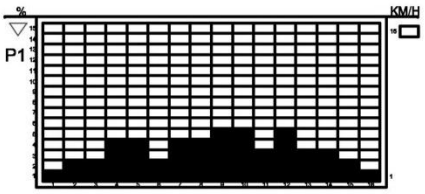
In non-exercise status, hold both of your hands on the pulse sensors, the LCD will show the index, the heart shape light will show the pulse twinkling.

Malfunction

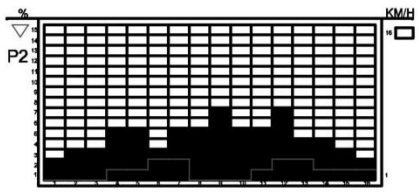
Computer’s indication for the malfunction of speed /incline sensor:

a. Er01: Speed failure. After the treadmill starts, if there is any speed malfunction, it will stop after running for 6 seconds. Computer will back to ready status and speed window shows “Er01”. Any operation for the computer will be wasted.
b. Er02: Overload current failure. After the treadmill starts, if there are overload current in the motor, it will stop and speed window shows “Er02”.
c. Er03: Correspond failure. When computer and driver fail to correspond, the speed window shows “Er 03”.
d. Er04: Current source failure. When there is failure of the current source in the driver, the speed window shows “Er04”.
e. Incline failure: if the computer doesn’t detect incline, incline window will show”--“,you can press incline+/- keys to control incline.

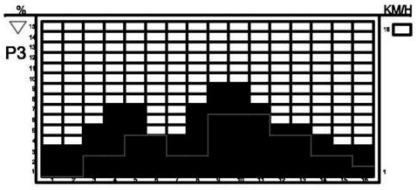
Program Lattice diagram



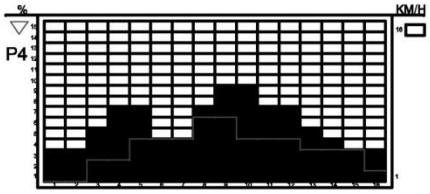
Time 28min



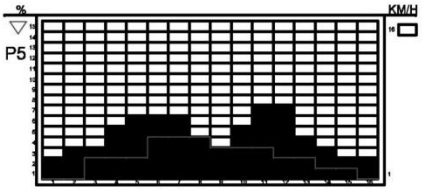
Time 32min



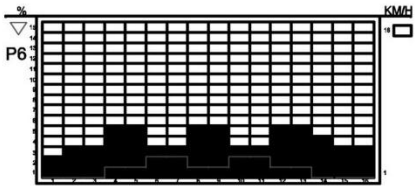
Time 40min



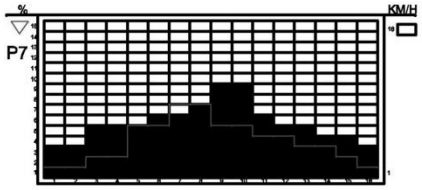
Time 40min



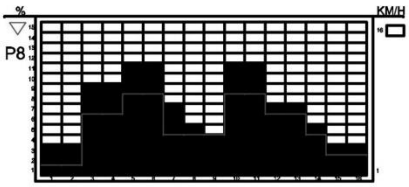
Time 30min



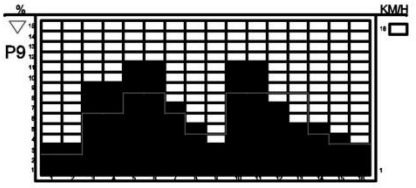
Time 28min



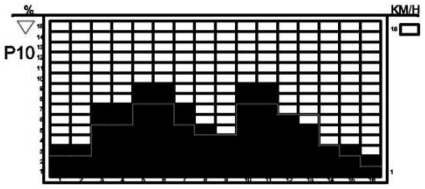
Time 34min



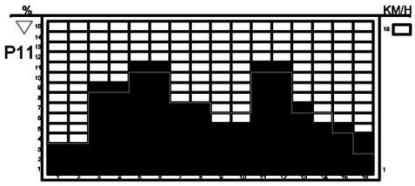
Time 40min



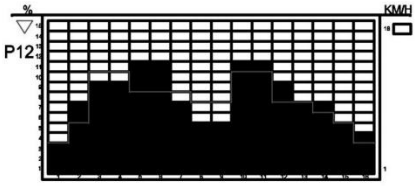
Time 45min



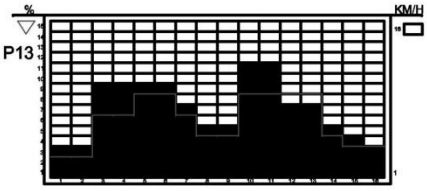
Time 40min



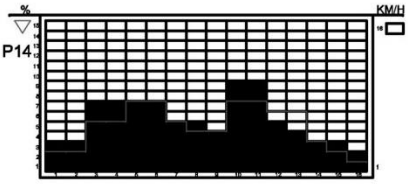
Time 40min



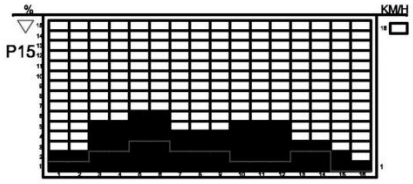
Time 48min



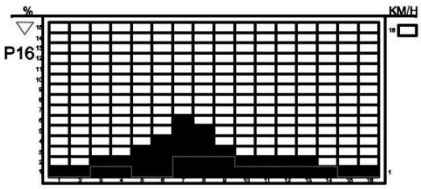
Time 48min



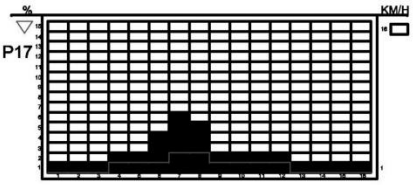
Time 41min



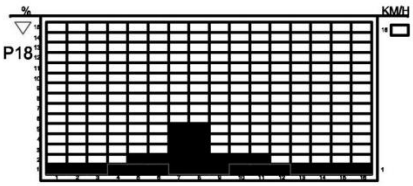
Time 30min



Time 26min



Time 20min



Time 16min

Adjustment

1) Ask the authorized service representative or professional technician to check if the voltage is suitable, and if the grounded wire is reliable. Pull the running belt by your hand and check if it turns freely, without screech.
2) Insert one end of the power line into the socket at the forepart of treadmill; plug the other end in the electrical outlet. Put the emergency stop key on to the corresponding place on the computer.
3) Turn on the switch from “0” to “1”, the computer displays zero, the running belt do not move.
4) Press the “ON/OFF” key, the treadmill runs slowly, check if the computer and running belt work normally.
5) Press the “SPEED” key, and observe the status of the running belt and display on the computer. Please turn off the machine if the belt runs defectively, adjust it following the rules in “MAINTENANCE AND MALFUNCTION TREATMENT”.
6) Check all the functions keys on the computer.
7) Pull out emergency stop key, the treadmill should stop immediately; it’ll work when you put it on again.
8) Press the “ON/OFF” key, the treadmill will stop and the incline will return zero, and then turn off the switch.
9) Press “Incline +/-“, it will have some change for the incline. Press program key and it will should the instruction. The incline will return zero when you stop treadmill.

Operation instruction

After assembly and adjustment you can use the treadmill:

1) Turn on the electrical outlet switch, and put the emergency stop key onto the corresponding place on the computer.
2) Stand on the side extrusions; clip the safety key to your clothing at your waist.
3) Press the “ON/OFF” key, the treadmill runs at a lower speed, you can step on the belt and walk slowly. (see COMPUTER INSTRUCTION)
4) Press the “Speed +”,“Speed -” or direct speed key, the speed will change relatively, and you can read the speed on the computer. You can run slowly for 2~3 minutes, and then run faster if you feel comfortable. You can run freely with hand away from the handrails when you feel well.
5) During running, you can read speed, time, distance and calorie on the LED.
6) Press “Incline +”,”Incline -“ or quick incline key to change the incline and it will shows LCD.
7) Slowdown when you want to finish your exercise, and run slowly for 2~3 minutes to make your heart rate and muscle turn to normal.
8) If you can’t keep balance while running at a high speed, you can pull off the emergency stop key, and the treadmill will stop immediately.
9) Do not step on the running belt to right or left during exercise, or else the running belt will be aberrancy.
10) After exercise, slowdown and press “STOP” key to stop the treadmill. If you want to restart the treadmill, press “START” key (But the interval between start and stop should be more than 1 minute).

WARNING: Continuously using incline function for more than five times, the function may not work well. This is not the malfunction but a kind of self-protection. The function would restore in 1 hour.

Folding, Moving and Unfolding Instruction

1) Folding: The treadmill is foldaway. Lift the end of the main frame and fold upwards until the connecting bar rebound to the cover of cylinder tube. (See figure a)
2) Moving: Press the handrails to make the front base foot away from the ground then push the treadmill after folding.
3) When you want to put the treadmill to the work position, please lift the end of main fame (end cap) a little to make the foldaway support tube higher than the cylinder cover (see figure a-1), tip the foldaway support tube with your foot slightly (see figure a-2), press the end of main fame (end cap) forcibly, remove your foot and keep on pressing the end of main fame for a while. The cylinder will shrink under the weight of itself (see figure b) and the main fame goes flat.

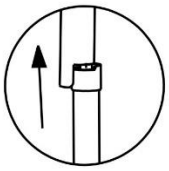


Figure a-1

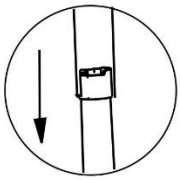


Figure a-2

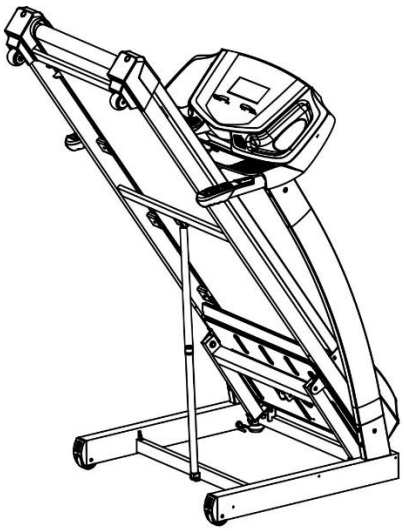
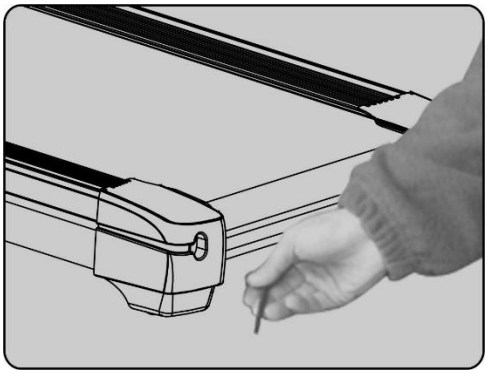


Figure a

Figure b

Maintenance and Malfunction Treatment



1) The surface of the treadmill should be kept clean, pull out the power line before cleaning. You can clean the running belt and the surface of the treadmill with a soft and wet cloth.
2) The running belt is adjusted at factory; it may runs defectively after transportation and use. Turn off the treadmill before adjusting, pull the belt in the center, and then adjust the left and right bolts in rear roller with hex spanner (See figure) it is better to adjust 1/2 circle once. Then turn on the switch, check if the belt
   10 runs defectively when the running speed is 4~5 km/h.
3) After using over 100hours or the lubricant between the running board and the running belt is used up, please lubricate the running board and adjust the running belt well.
4) After a long time of running, the belt may be longer and stuck. You should turn the left and right adjustor bolt in rear roller clockwise at same position till the runs smoothly and freely.

Warning:

1) The safety level of the equipment can be maintained only if it is examined regularly for damage and wear, e.g. pins, connection points.
2) Please replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair.

Malfunction	Reason	Treatment
Power on but no display on the computer	1. Plug incorrectly. 2. Overload protection switch is off 3. Transformer is inserted incorrectly. 4. The fuse in the driver is burned.	1. Plug it again. 2. Reset it. 3. check it up or replace it. 4. Replace it
Show Er01, Speed sensor malfunction	1. Speed sensor is broken or installed incorrectly. 2. Optocoupler in the driver is damaged 3. Other parts outside IC is broken.	1. Check up the install position or replace the speed sensor. 2. Replace Driver or the Optocoupler. 3. Replace driver.
Show Er02, motor electricity overload malfunction	1. Overload current through the motor. 2. Obstruction of the roller is too much. 3. Driver is damaged.	1. Replace the motor. 2. Enhance lubricating or replace it. 3. Replace the driver.
Show Er03, Correspond failure	1. Undesirable signal wire. 2. Optocoupler in the driver is damaged. 3. Computer is damaged.	1. Check up the signal wire's connector to the computer and the driver. 2. Replace driver or the Optocoupler. 3. Replace computer board.
Show Er04, driver power malfunction	1. Motor haven't inserted well or motor's damaged (broken circuit). 2. The relay of the driver is damaged. 3. The bridge of the driver is damaged. 4. Other parts outside IC is damaged.	1. Check up or replace a motor. 2. Replace driver or relay. 3. Replace driver or bridge. 4. Replace driver.
If incline window will show "--", incline is in malfunction.	1. Incline motor sensor insert incorrectly. 2. Incline motor sensor is damaged. 3. Parts in the driver is damaged.	1. Check up the connection of the plug. 2. Replace incline motor. 3. Replace driver.
Without loading, operate normally. With loading, hard to start and with stops.	1. Driver's torque regulation is small. 2. Running belt gets loose. 3. Undesirable motor.	1. Adjust the torque. 2. Adjust running belt. 3. Replace motor.

DelighTech Fitness App

FREE

System requirements:

Android 2.3 or later version, cooperation with Bluetooth
APPLE iOS device with Bluetooth version 4.0 only

DelighTech Fitness App – Quick Start

Step 1.

Download app from website: appfit.biz

Step 2.

Connect your device with Bluetooth

Step 3.

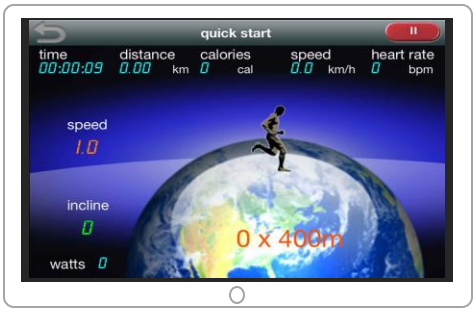
Open app

Step 4.

Start workout

Step 5.

Workout summary



Step 6.

Sprawdź historię swoich treningów

Plan your own route on map

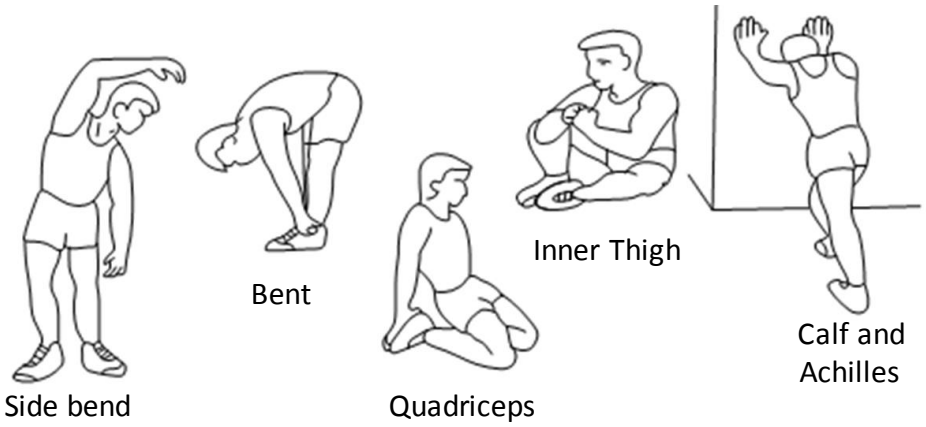
Exercise with Google Street View

Download Complete User Guide:
www.hms-fitness.pl/app.pdf

Training instruction

1. Warm-Up

To prevent injury and maximize performance we recommend that each workout period starts with a warm-up. We suggest you do the following exercise as the sketch map. Each exercise at least about 30 seconds.



2. Position

Step on the running belt, you may put your hands on the handle bar. Keep your back straight during exercises. You may walk or run (look at the pictures).

Even though we go to great efforts to ensure the quality of each product we produce, occasional errors and /or omissions do occur. In any event should you find this product to has either a defective or a missing part, Please contact us for a replacement.

Terms of references

Motorized treadmill is used for legs training. Treadmill BE4800-i is H class item. Unit is not intended for therapy or rehabilitation.

The equipment label depicting a crossed-out wheeled bin symbol informs that it is forbidden to dispose of waste electrical and electronic equipment together with other types of waste. In accordance with the WEE directive on waste electrical and electronic equipment, separate waste management processes should be applied for this type of equipment. The user who intends to dispose of such a product is obliged to return it to an electronic equipment collection point thanks to which they can contribute to its re-use, recycling, and recovery and, in this way, protect the environment. To do this, contact the sales point where the equipment was purchased or a representative of the local authorities. Hazardous substances included in electronic equipment can have negative long-term influence on the natural environment and they can also have negative effect on human health.

Consumer service department:

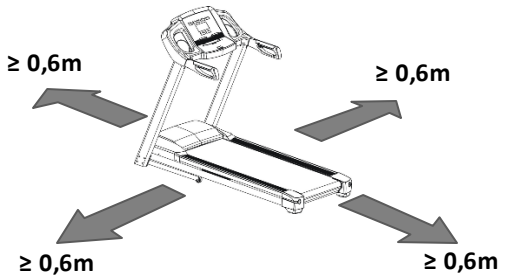
ABISAL Sp. z o.o.
ul. Św. Elżbiety 6
41–905 Bytom
abisal@abisal.pl

www.abisal.pl
www.hms-fitness.pl

Bezpečnostní pokyny

Výrobek je určen výlučně k domácímu použití a byl navržen tak, aby byla zajištěna optimální bezpečnost. Dodržujte následující pokyny:

1. **V případě možnosti existence zdravotních překážek ve využívání tohoto zařízení se před započetím tréninku poraďte s lékařem. Rozhodnutí lékaře je nezbytné především v případě používání léků ovlivňujících práci srdce, krevní tlak a hladinu cholesterolu. Rozhodnutí je nezbytné i v případě osob starších 35 let, které mají zdravotní problémy.**
2. Před započetím tréninku vždy proveďte rozcvičku.
3. Dávejte si pozor na znepokojující signály. Nevhodné nebo nadměrné cvičení je zdraví nebezpečné. Pokud se během tréninku objeví bolesti hlavy, závrať, bolest na hrudi, nepravidelný srdeční rytmus nebo jiné znepokojivé signály, okamžitě přerušte trénink a poraďte se s lékařem ohledně pokračování v tréninku. Úrazy mohou být způsobeny nepravidelným nebo příliš intenzivním tréninkem.
4. V průběhu tréninku a po jeho ukončení zajistěte, aby k zařízení neměly přístup děti a zvířata.
5. Zařízení postavte na suchý, stabilní a řádně vyrovnaný povrch. Z bezprostřední blízkosti zařízení odstraňte všechny ostré předměty. Zařízení chraňte před vlhkostí, případné nerovnosti povrchu vyrovnejte. Doporučujeme použít speciální antiskluzovou podložku, která zabrání posouvání se zařízení během tréninku.
6. Volný prostor by neměl být menší než 0,6m a větší než dostupný tréninkový prostor. Volný prostor musí zahrnovat také prostor pro bezpečné nouzové opuštění zařízení. Tam, kde jsou zařízení umístěna vedle sebe, může být velikost volného prostoru rozdělena.
7. Před prvním použitím, a dále v pravidelných intervalech, je potřeba kontrolovat upevnění šroubů a ostatních spojů.
8. Před započetím tréninku zjistěte upevnění jednotlivých částí a šroubů, které je spojují. Trénink je možné započít pouze v případě, že je zařízení řádně sestaveno.
9. Zařízení by mělo být pravidelně kontrolováno z hlediska opotřebení a poškození, pouze tehdy budou splněny bezpečnostní podmínky. Zvláštní pozornost je potřeba věnovat potahu a pěnovkám, které podléhají opotřebení nejrychleji. Poškozené části je potřeba co nejrychleji opravit nebo vyměnit-do té doby není možno zařízení používat.
10. Do otvorů nevkládejte žádné předměty.
11. Dávejte pozor na čouhající regulační části a jiné konstrukční části, které by při tréninku mohly překážet.
12. Zařízení využívejte pouze v souladu s jeho určením. Jestliže bude některá část poškozena nebo opotřebena nebo se během tréninku objeví znepokojující zvuky, okamžitě přerušte trénink. Nepoužívejte zařízení, dokud nebude závada odstraněna.
13. Cvičte v pohodlném oblečení a sportovní obuvi. Vyhýbejte se volnému oblečení, které by se mohlo o vyčnívající části zachytit, nebo by mohly omezovat volnost pohybu.
14. **Zařízení spadá do třídy H podle normy EN ISO 20957-1 a je určeno k výlučně domácímu použití. Nemůže být použito k terapeutickým, rehabilitačním nebo komerčním účelům.**
15. Během zvedání nebo přenášení tohoto zařízení je potřeba mít správné držení těla, aby nedošlo k poškození páteře.
16. Zařízení je určeno pouze pro osoby dospělé. Děti bez dozoru držte v bezpečné vzdálenosti od zařízení.
17. Při montáži zařízení je potřeba přesně dodržovat návod a používat pouze části, které patří k zařízení. Před započetím montáže je potřeba zkontrolovat, zda všechny části, které jsou v seznamu, byly dodány.



Zachovejte volný prostor větší než 0,6 m od na obrázku vyobrazého tréninkového prostoru.

UPOZORNĚNÍ: PŘED POUŽITÍM FITNESS ZAŘÍZENÍ SI PŘEČTĚTE NÁVOD. NENESEME ZODPOVĚDNOST ZA ZRANĚNÍ UŽIVATELE NEBO POŠKOZENÍ PŘEDMĚTŮ, V DŮSLEDKU NESPRÁVNÉHO POUŽÍVÁNÍ ZAŘÍZENÍ.

TECHNICKÉ ÚDAJE

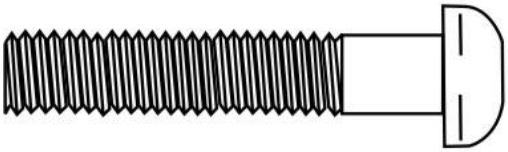
Hmotnost netto – 74 kg
Běžecký pás – 45 x 135 cm
Velikost po rozložení – 188,5 x 72,8 x 135 cm
Maximální zatížení výrobku – 130 kg
Motor: 2,5 hp

ÚDRŽBA

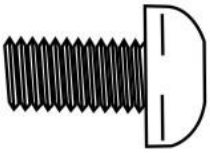
K čištění okrajů pásu a prostoru mezi pásem a rámem pásu používejte měkký, vlhký hadřík. Čistěte také okraj pásu z jeho spodní strany. Horní část pásu čistěte kartáčkem a vodou s mýdlem nebo jemným detergentem jednou měsíčně. **Než začnete běžecký pás opětovně používat počkejte, až uschne.** Pod běžeckým pásem vysávejte minimálně jednou měsíčně za účelem předcházení nahromadění se prachu. Je doporučováno jednou ročně sundat kryt motoru za účelem odstranění prachu, který se tam může nahromadit.

POZOR: PŘED ČIŠTĚNÍM/MAZÁNÍM JE POTŘEBA VYTÁHNOUT ZÁSTRČKU ZE ZÁSUVKY.

Montážní části



(A1) M8x40 šroub, 2 ks



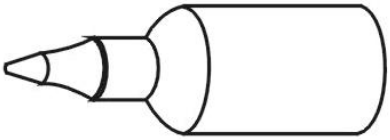
(A2) M8x16 šroub, 14 ks

(C1) Φ8 podložka, 16 ks

(D1) klíč, 1 ks

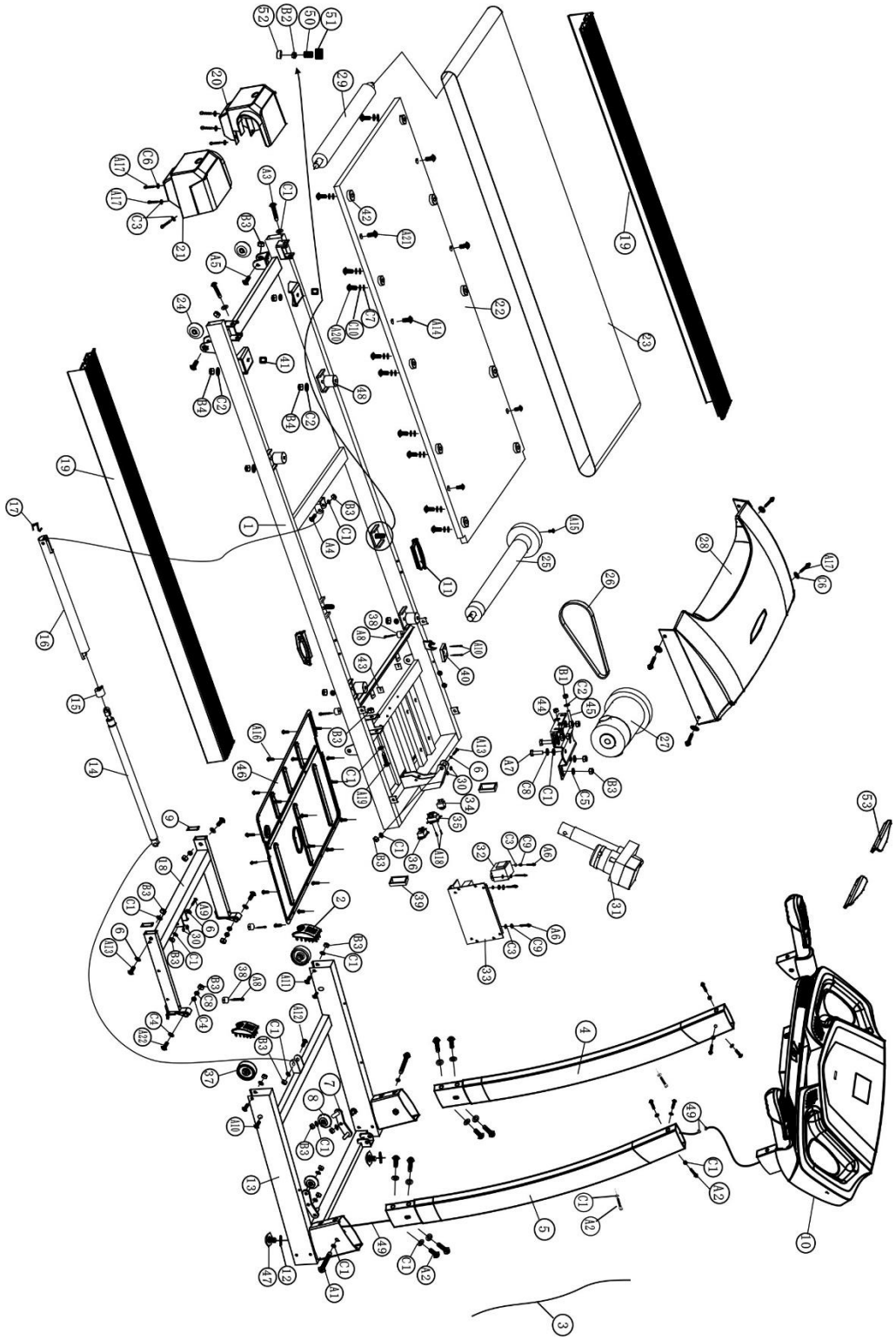
(D2) šroubovák (S=5), 1 ks

(D3) klíč (S=6), 1 ks



(D4) olejnička, 1 ks

Nákres



Seznam částí

Č.	Název	Počet
1	Rám	1
2	J80*40 koncovka	2
3	Vodič	1
4	Levá svislá podpěra	1
5	Pravá svislá podpěra	1
6	Nylonová podložka	4
7	Horizontální přesuvný rám (P&L)	2
8	Kolečko	2
9	Koncovka 40x20	2
10	Počítač/rukojeť	1
11	Tlumič běžecké desky	2
12	Pojistná matice	2
13	Rám základny	1
14	Cylindr	1
15	Objímka cylindru	1
16	Podpěra cylindru	1
17	Pružina cylindru	1
18	Rám rampy	1
19	Boční lišta	2
20	Levá krytka	1
21	Pravá krytka	1
22	Běžecká deska	1
23	Běžecký pás	1
24	Zadní kolečko	2
25	Přední hnací hřídel	1
26	Hnací řemen 6 v	1
27	Motor	1
28	Kryt motoru	1
29	Zadní hnací hřídel	1
30	Φ10 podložka	4
31	Motor náklonu	1
32	Transformátor	1
33	Řídící destička	1
34	Bezpečnostní klíč	1
35	Přepínač	1
36	Zdířka	1
37	Kolečko	2
38	Tlumič	4
39	Čtvercová koncovka (50x25)	2
40	Čidlo	1
41	Rám čidla	2
42	Místo připevnění bočního zábradlí	10
43	Stojan	2
44	Základna motoru	1
45	Část motoru	2
46	Kryt základny motoru	1
47	Nastavitelný tlumič	2

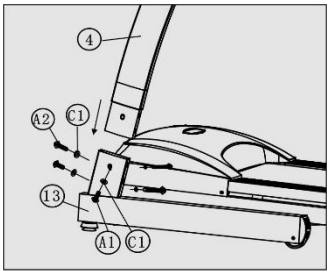
Č.	Název	Počet
48	Tlumič běžeckého pásu	4
49	Signální převod	1
50	Tlumič	2
51	Kryt tlumičů	2
52	Vedoucí trubka	2
53	Držák tabletu（L&R）	2
A1	Půlkulatý šroub M8X40	2
A2	Půlkulatý šroub M8X16	16
A3	Šroub M8X70	2
A4	Šroub M8X45	1
A5	Půlkulatý šroub M8X45	2
A6	Pojistný šroub ST4.2X12	4
A7	Šroub M8X12	2
A8	Pojistný šroub ST4 X16	4
A9	Šroub Φ10 X45	1
A10	Pojistný šroub ST2.9X12	4
A11	Šroub M8X50	2
A12	Šroub M8X30	1
A13	Šroub Φ10 X30	3
A14	Šroub M6X25	4
A15	Půlkulatý šroub M8X30	1
A16	Pojistný šroub ST4.2X10	18
A17	Pojistný šroub ST4.2X16	10
A18	Šroub M3X8	2
A19	Šroub M8X60	1
A20	Šroub M5X30	10
A21	Šroub M6X30	2
A22	Šroub Φ10 X40	2
B1	Matka M6	2
B2	Matka M4	2
B3	Nylonová pojistná matka M8	19
B4	Nylonová pojistná matka M6	6
C1	Podložka Φ8	31
C2	Podložka Φ6	8
C3	Podložka Φ4	8
C4	Podložka Φ10	4
C5	Velká podložka Φ8	4
C6	Velká podložka Φ4	6
C7	Velká podložka Φ5	10
C8	Pružinová podložka Φ8	4
C9	Pružinová podložka Φ4	4
C10	Pružinová podložka Φ5	10
D1	Klíč	1
D2	Šroubovák	1
D3	Klíč (s=6)	1
D4	Olejnička	1

Návod montáže

Před montáží se ujistěte, že máte dostatek místa. Doporučujeme, aby montáž prováděly min. 2 osoby. Části označené jako pravé (P) nebo levé (L) montujte jenom na určené strany zařízení.

UPOZORNĚNÍ: nezapojujte motor k el. obvodu před ukončením montáže.

1. **Připevnění levé podpěry**
   Umístěte levou podpěru (4) k rámu základny (13) a spojte je pomocí 4 půlkulatých šroubů M8X16 (A2), jednoho půlkulatého šroubu M8X40 (A1) a pěti podložek ϕ8（C1). V této fázi montáže je nedotahujte (viz obrázek 1).

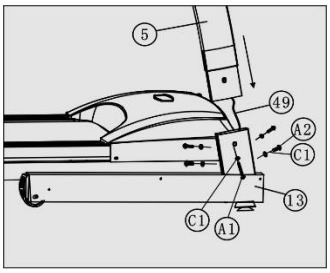


Obrázek 1

2. **Připevnění pravé podpěry**

a. Protáhněte signální převod (49) od základny k horní části pravé podpěry (5) – viz obrázek 2.

b. Nasaďte pravou podpěru (5) na rám základny (13) a spojte je pomocí čtyř půlkulatých šroubů (A2), jednoho šroubu (A1) a pěti podložek (C1). V této fázi montáže je nedotahujte (viz obrázek 2).



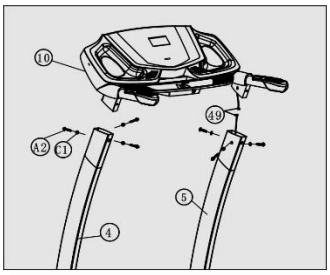
Obrázek 2

3. **Připevnění pravé a levé podpěry k počítači/rukojeti**

a. Spojte signální převod (49) s příslušnými převody vyčnívajícími z rukojeti (10) – viz obrázek 3.

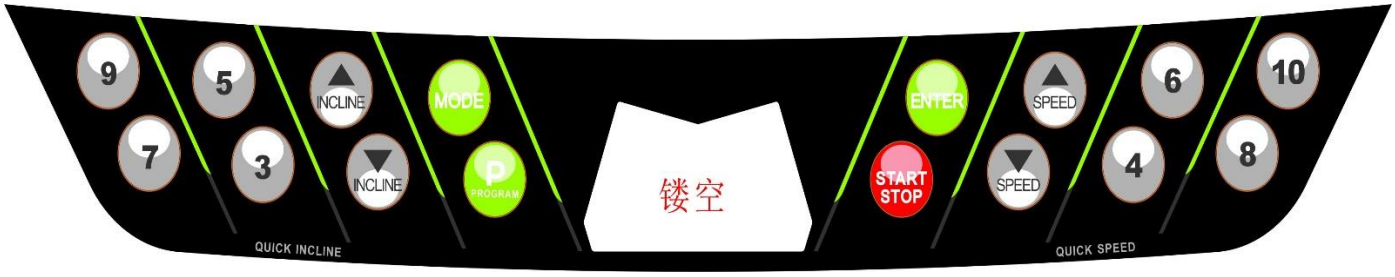
b. Připevněte počítač/rukojeť (10) k levé a pravé podpěře (4,5) pomocí šesti souprav šroubů (A2) a šesti podložek (C1).

c. Dotáhněte všechny šrouby z bodu 1. a 2.



Obrázek 3

Počítač



Displej

Calorie (Kalorie): 0-999.9 kcal
Distance (Vzdálenost): 0-99.99 km
Time (Čas): 0-99 minut: 59 sekund
Pulse (Puls):: 50-220 úderů/minutu
Speed (Rychlost):1.0-16 km/h
Incline (Sklon): 0%-15%

Ovládání počítače

Zapínání zařízení. Připojte napájení. Přepněte přepínač do polohy „zapnuto". Do počítače vsuňte bezpečnostní klíč. Počítač je připraven k provozu. Pokud je sklon běžeckého trenažéru jiný než 0%, po stisknutí tlačítka „Incline +" nebo „Incline –„ nebo po stisknutí tlačítka START/STOP na počítači, se sklon běžeckého trenažéru automaticky vrátí na 0%. Teprve poté můžete začít s nastavováním sklonu.

Manuální ovládání. Když je počítač připraven k provozu, stiskněte tlačítko „START". Displej spustí odpočítávání a po 3 sekundách se běžecký trenažér spustí. Počáteční rychlost je 1km/h a výchozí sklon běžeckého trenažéru 0. Na displeji uvidíte odpovídající hodnoty rychlosti a sklonu. Přizpůsobte rychlost a sklon stisknutím příslušných tlačítek na počítači. Každé stisknutí tlačítka mění rychlost o 0,2km/h a hodnotu sklonu o 1.

Automatické programy

Můžete si vybrat jeden z 18 přednastavených programů. P1-P5 jsou programy sloužící k hubnutí. P6-P10 jsou programy rozvíjející vytrvalost. P11-P12 jsou programy zlepšující fyzickou kondici. P13-P15 jsou programy k udržování formy. P16-P18 jsou programy vracející fyzickou kondici.

a. Stiskněte „Program" pro vstup do automatických programů. Na displeji se zobrazí ikona programu č.1 a také diagram ukazující celkový čas tréninku a sklon běžeckého trenažéru.
b. Stisknutí tlačítka „P+" nebo „P-„ změní číslo programu tréninku. Pro potvrzení výběru stiskněte tlačítko „Enter".
c. Na displeji se zobrazí výchozí, pro daný program předurčený, celkový čas tréninku. Stiskněte tlačítko označené „+" nebo „-„ za účelem nastavení času odpovídajícího Vašim požadavkům a schopnostem (rozsah 10-59 minut). Pro potvrzení výběru stiskněte tlačítko „Enter".
d. Pro spuštění vybraného programu stiskněte tlačítko „START/STOP". Počítač začne odpočítávat čas. Mezi jednotlivými částmi programu uslyšíte zvukový signál. Jakmile odpočítávání skončí, bude se běžecký pás zpomalovat až do úplného zastavení se.

e. V průběhu programu můžete měnit rychlost a sklon běžeckého trenažeru pomocí tlačítek „Speed +" a „Speed –„ a také „Incline +" a „Incline –„. Jakmile bude program přecházet do další části, rychlost a sklon se budou vracet do v programu naplánovaných hodnot.

Ruční ovládání

Uživatel může na základě svých požadavků před tréninkem nastavit rychlost a čas a také je uložit pro budoucí použití v počítači. Počítač umožňuje uživateli nastavit si až 5 individuálních programů. Každý z nich má 16 sekcí, které se nastavují.

a. Výběr individuálních nastavení
V pohotovostním režimu stiskněte tlačítko „MODE". Rozsvítí se světýlko u Uživatelského programu 1. Stiskněte tlačítka „P+" a „P-„ pro výběr jednoho z programů. Stiskněte tlačítko „ENTER" za účelem nastavení času.

b. Nastavení času
Čas nastavený z výroby je 16 minut. Stiskněte tlačítko -/+ za účelem změny doby trvání programu (rozsah 10-59 minut). Stiskněte tlačítko ENTER za účelem přechodu do sekce rychlosti a sklonu běžeckého trenažéru.

c. Nastavení rychlosti a sklonu běžeckého trenažéru

1) Pokud na displeji bliká diagram sekce 1 znamená to, že je zařízení připraveno ke změně nastavení. Pokud zařízení není schopno určit program, pak bude počáteční rychlost běžeckého trenažeru 1km/h a úhel sklonu 0.
2) Stiskněte tlačítko „Speed +", „Speed –„ nebo „Quick Speed" za účelem výběru požadované rychlosti.
3) Stiskněte tlačítko „Incline +", „Incline –„ nebo „Quick Speed" za účelem výběru požadovaného úhlu sklonu běžeckého trenažeru.
4) Stiskněte tlačítko ENTER po ukončení tréninku za účelem přechodu do další sekce programu rychlosti a sklonu.
5) Opakujte činnost za účelem naprogramování rychlosti a sklonu pro sekce 2-16. Jakmile ukončíte změnu nastavení poslední sekce, přejděte dále stisknutím tlačítka ENTER. Počítač Vás bude informovat o ukončení programu dvojitým zvukovým signálem.
6) Za účelem opuštění nastavovaného programu stiskněte tlačítko "ON/OFF".
7) Aby si počítač zapamatoval nastavení, stiskněte tlačítko „MODE". Diagram zobrazí všechna nastavení rychlosti, okno času celkovou dobu tréninku a okno sklonu zobrazí hodnoty sekce 1.
8) Pokud chcete odstranit všechna svoje nastavení, přidržte déle tlačítko „Program".
9) Po ukončení naprogramování a uložení hodnot v počítači stiskněte tlačítko „ON/OFF" za účelem spuštění vybraného programu.

Změna individuálních uživatelských nastavení

V panelu uživatelského nastavení stiskněte tlačítko „MODE" za účelem přechodu k definování parametrů. Displej by měl ukazovat program 1. Stiskněte tlačítka "P+" a "P-" za účelem výběru programu.
Za účelem opuštění nastavování stiskněte opětovně tlačítko „MODE".
Jakmile bude program nastaven, tak se na displeji zobrazí jeho parametry.
Za účelem spuštění programu stiskněte tlačítko „ON/OFF, pokud nebyl nastaven, pak se systém vrátí do pohotovostního režimu.

Měření hladiny tuku

a. V pohotovostním režimu stiskněte „MODE”, až do okamžiku, kdy začne blikat okno „BODYFAT”. Stiskněte ENTER za účelem přechodu do nastavení pohlaví.
b. Pohlaví. Na displeji se zobrazí „MAN” (muž) nebo pohlaví, které bylo nastaveno během předchozího používání. Stiskněte tlačítko „P+” nebo „P-„ za účelem výběru „WOMAN” (žena) nebo zůstaňte u pohlaví, které bylo zobrazeno. Stiskněte tlačítko ENTER za účelem přechodu k nastavení hmotnosti.
c. Hmotnost (25-200 kg). Displej zobrazí hmotnost 45 (kg) nebo hodnotu, která byla nastavena předchozím uživatelem. Stiskněte tlačítko „P+” nebo „P-„ za účelem výběru hmotnosti. Stiskněte tlačítko ENTER za účelem přechodu do nastavení výšky.
d. Výška (100-220 cm). Displej zobrazí výšku 145 (cm) nebo hodnotu, která byla nastavena předchozím uživatelem. Stiskněte „P+” nebo „P-„ za účelem výběru Vaší výšky. Stiskněte tlačítko ENTER za účelem přechodu do nastavení věku.
e. Věk (8-65 lat). Displej zobrazí věk 18 (let) nebo hodnotu, která byla nastavena předchozím uživatelem. Stiskněte tlačítko „P+” nebo „P-„ za účelem výběru Vašeho věku. Stiskněte tlačítko ENTER za účelem přechodu do testu hladiny tuku.
f. Po navedení všech hodnot, začne displej blikat. Položte obě ruce na čidlech pro měření pulsu. Po ukončení testu se na displeji zobrazí výsledek.
g. Stiskněte tlačítko ON/OFF za účelem vstoupení do programu.

Měření pulsu

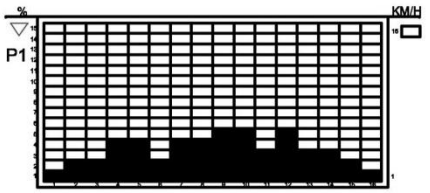
V pohotovostním režimu (ne během tréninku) mějte obě ruce na čidlech pulsu. Počítač ukáže hodnotu pulsu a na displeji zabliká ikona ve tvaru srdce.

Chyby

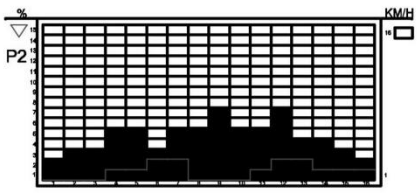
Kódy chyb čidla rychlosti a úhlu sklonu běžeckého trenažéru.

a. **Er01: Chyba čidla rychlosti**. Zařízení se zastaví po 6 sekundách od objevení chyby. Počítač se vrátí do pohotovostního režimu a na displeji se zobrazí „Er01”. Činnost může pokračovat teprve po přechodu běžeckého trenažéru do pohotovostního režimu.
b. **Er02: Přetížení běžeckého trenažéru.** Běžecký trenažér se zastaví, pokud bude nadměrně přetížen. Na displeji se zobrazí symbol “Er02”.
c. **Er03: Chyba komunikace.** Pokud počítač a řídící jednotka běžeckého trenažéru ztrácí spojení, na displeji se zobrazí symbol “Er 03”.
d. **Er04: Chyba řídící jednotky.** Na displeji se zobrazí symbol “Er04”.
e. **Chyba čidla sklonu běžeckého trenažeru:** pokud počítač nedostává informaci o sklonu, pak se na displeji zobrazí „--”. Můžete nadále používat tlačítko sklonu, za účelem nastavení sklonu běžeckého trenažeru.

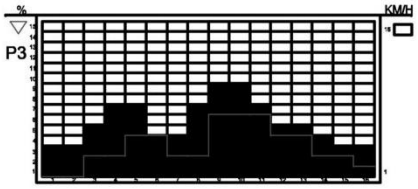
Diagramy cvičebních programů



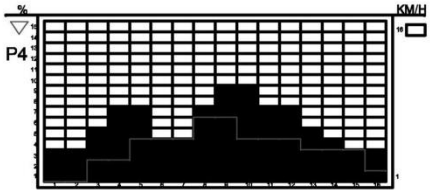
Time 28min



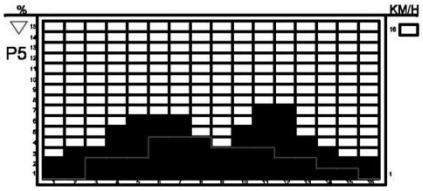
Time 32min



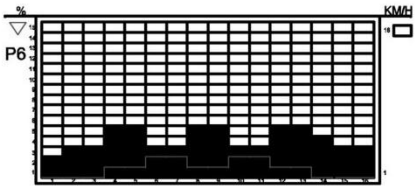
Time 40min



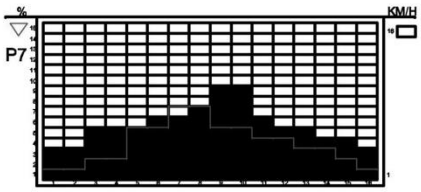
Time 40min



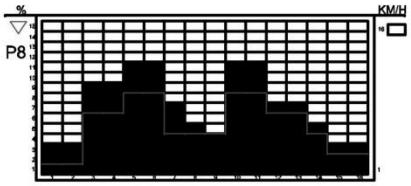
Time 30min



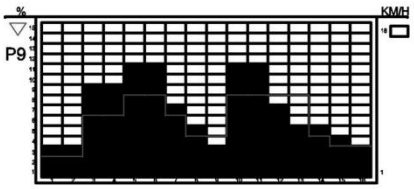
Time 28min



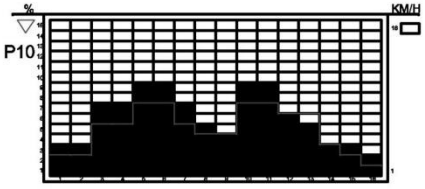
Time 34min



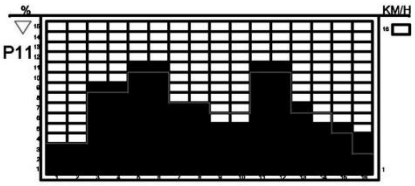
Time 40min



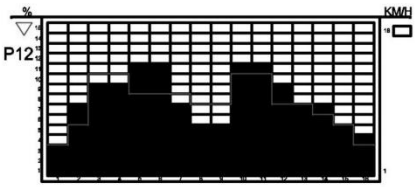
Time 45min



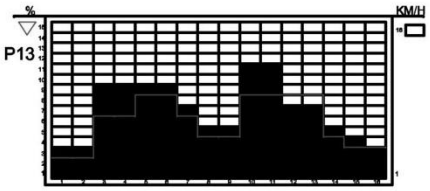
Time 40min



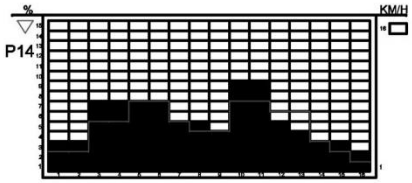
Time 40min



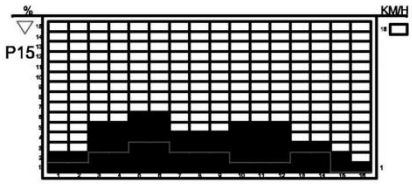
Time 48min



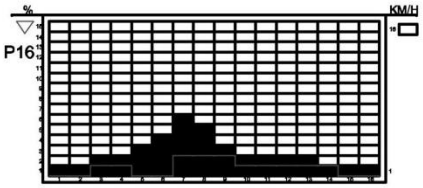
Time 48min



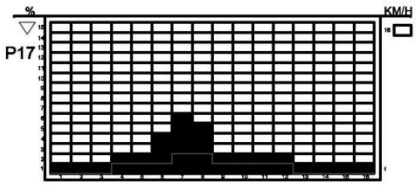
Time 41min



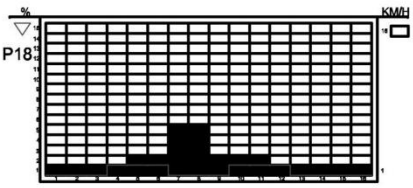
Time 30min



Time 26min



Time 20min



Time 16min

Kontrola a nastavení běžeckého pásu

10) Poproste autorizovaný servis nebo profesionálního technika, aby zkontroloval, zda je napětí proudu odpovídající a uzemněný převod je důvěryhodný. Přesuňte rukou běžecký pás a zjistěte, zda se volně pohybuje, tj. bez zadrhávání.
11) Jednu koncovku kabelu vsuňte do zdířky v přední části trenažeru a druhou do zásuvky. Umístěte bezpečnostní klíč na příslušné místo na počítači.
12) Zapněte trenažer přesunutím vypínače z pozice „0" na pozici „1". Počítač by měl ukazovat nulu a běžecký pás by se neměl pohybovat.
13) Stiskněte tlačítko „ON/OFF". Běžecký pás by se měl začít hýbat. Zkontrolujte, zda počítač a pás trenažéru řádně fungují.¨
14) Stiskněte tlačítko „SPEED" a sledujte chování běžeckého pásu a počítače. Pokud pás nefunguje správně, vypněte zařízení a zjistěte, kde může být chyba pomocí kapitoly „ Údržba, možné poruchy a jejich řešení".
15) Zkontrolujte fungování všech tlačítek počítače.
16) Vytáhněte bezpečnostní klíč. Běžecký trenažér by se měl okamžitě zastavit. Po opětovném zasunutí klíče bude trenažér opět fungovat.
17) Jestli chcete ukončit trénink, stiskněte tlačítko „ON/OFF" a poté tlačítko vypínající zařízení.
18) Stiskněte tlačítko "Incline +/-" za účelem nastavení úhlu sklonu běžeckého trenažéru. Stiskněte "Program" pro zobrazení návodu. Jakmile se trenažér zastaví, úhel sklonu se vrátí do výchozí hodnoty.

Uživatelský návod

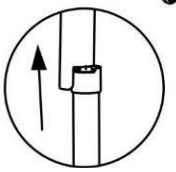
Po kontrole a nastavení běžeckého trenažéru, můžete začít s jeho užíváním:

1) Zapněte běžecký trenažér spouštěcím tlačítkem a vložte bezpečnostní klíč do příslušného místa na počítači.
2) Stoupněte si na - po stranách nacházející se - nepohyblivé okraje běžeckého pásu; připněte si bezpečnostní klíč k oblečení v oblasti pásu.
3) Stiskněte tlačítko „ON/OFF", běžecký pás se začne pohybovat nejmenší možnou rychlostí. Můžete pomalu vejít na pás. Nejnižší rychlost pásu je 1 km/h
4) Stiskněte tlačítko pro zvyšování „Speed +", snižování „Speed -" rychlosti nebo tlačítko okamžité změny rychlosti, rychlost běžeckého pásu se bude měnit. Můžete pomalu běžet po dobu 2, 3 minut, a jestliže se budete cítit jistě, můžete zrychlit. Pokud Vám to vyhovuje, můžete se držet rukojetí.
5) Stiskněte tlačítko "Incline +", "Incline -" nebo "Quick incline" za účelem změny úhlu sklonu běžeckého trenažeru – na displeji se zobrazí jeho hodnota.
6) Jakmile chcete ukončit trénink, zpomalte a během 2-3 minut dovolte svému srdci odpočinout a svalům vrátit se do normálního stavu.
7) Pokud nemůžete udržet rovnováhu během běhu vysokou rychlostí, vytáhněte bezpečnostní klíč a běžecký trenažér se zastaví.
8) Během běhu nebuďte příliš blízko pravého nebo levého okraje běžeckého pásu.
9) Po tréninku zpomalte a stiskněte tlačítko „STOP" za účelem zastavení běžeckého trenažeru. Pokud chcete opětovně zprovoznit běžecký trenažér, stiskněte opětovně tlačítko „START" ale pamatujte si, že pauza mezi vypnutím a opětovným zapnutím běžeckého trenažeru by měla trvat více jak 1 minutu.

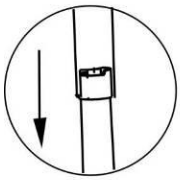
POZOR: Neustálé požívání funkce naklánění běžeckého trenažeru (více jak 5x), může způsobit její zablokování. Nejedná se o závadu, ale druh ochrany. Funkce se vrátí do normálu asi po hodině.

Návod ke složení, přenášení a rozložení běžeckého trenažeru

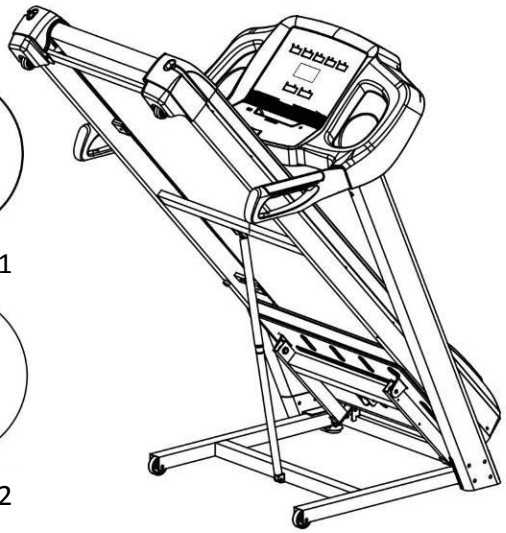
1. Složení: zvedejte konec hlavního rámu až do doby, kdy spojná tyč zapadne do cylindru (viz obrázek a).
2. Přenášení: zvedněte rukojeti tak, až se základna zvedne od podlahy a běžecký trenažer posuňte.
3. Rozložení: běžecký trenažer trochu zvedněte tak, aby vzpěra byla výše než kryt cylindru (viz obrázek a-1). Nakloňte chodidlem profil vzpěry (viz obrázek a-2). Silně zatlačte na hlavní rám, chodidlo dejte pryč a tlačte na konec rámu. Cylindr se sám schová (obrázek b) a hlavní rám se rozloží.



Obrázek a-1



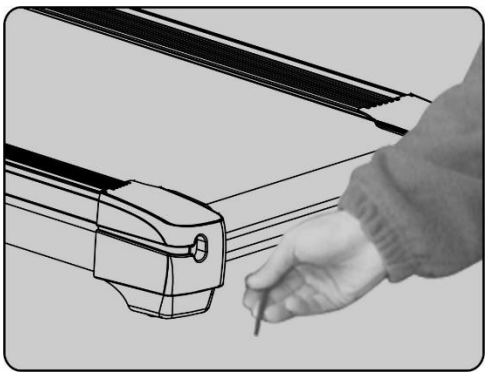
Obrázek a-2



Obrázek a

Obrázek b

Údržba, možné poruchy a jejich řešení



1) Povrch běžeckého pásu by měl být udržován čistý. Před mytím trenažer vždy odpojte od el.napájení. Čistěte zařízení měkkým a vlhkým hadříkem.
2) Běžecký pás byl během výroby ideálně vycentrován. Ale během transportu nebo užívání může dojít k jeho posunutí. Před přistoupením k regulaci pamatujte na odpojení z el.napájení. Umístěte běžecký pás doprostřed základny a vycentrujte jej dotahováním nebo povolováním levého a pravého šroubu nacházejícího se na zadní hřídeli, a to za použití šroubováku (viz obrázek vedle). Nejlepší je šrouby otáčet do půl obratu z každé strany. Zapněte běžecký trenažer a zkontrolujte, zda se pás správně pohybuje při rychlosti 4-5km/h.
3) Asi po 100 hodinách používání dochází k opotřebení mazání mezi běžeckým pásem a jeho základnou. Pravidelně mazejte základnu a po ukončení vycentrujte pás.
4) Dlouhým a častým používáním se může pás natáhnout a zasekávat. Potom upravujte jeho napnutí pomocí pravého a levého šroubu u zadní hřídele do okamžiku až se pás začne volně a rovně pohybovat.

Upozornění

1) Vysoká úroveň bezpečnosti sportovního zařízení může být dodržena jen díky pravidelným kontrolám jeho poškození a opotřebení.
2) Poškozené části okamžitě vyměňte nebo nepoužívejte zařízení do okamžiku jejich výměny.

Chyba	Původ	Řešení
Zařízení nereaguje na zapojení k el.napájení.	1. Nesprávně zapojené zařízení. 2. Vypnutá ochrana před přetížením 3. Špatně nainstalovaný transformátor. 4. Spálená bezpečnostní pojistka.	1. Opětovné zapojení zařízení. 2. Reset zařízení. 3. Kontrola správnosti montáže nebo výměna. 4. Výměna bezpečnostní pojistky.
Symbol Er01. Chyba rychlostního čidla.	1. Špatná montáž čidla nebo jeho poškození. 2. Poškozený optoizolátor. 3. Poškozená řídící jednotka.	1. Kontrola správnosti montáže nebo výměna. 2. Výměna řídící jednotky nebo optoizolátoru. 3. Výměna řídící jednotky.
Symbol Er02. Přílišné zatížení běžeckého trenažéru.	1. Přetížený motor. 2. Přílišné zatížení hnací hřídele. 3. Poškozená řídící jednotka.	1. Výměna motoru. 2. Mazání nebo výměna. 3. Výměna řídící jednotky.
Symbol Er03. Chyba komunikace mezi počítačem a řídící jednotkou zařízení.	1. Nesprávné načítání 2. Poškozený optoizolátor. 3. Poškozený počítač.	1. Kontrola správnosti zapojení signálního převodu. 2. Výměna řídící jednotky. Nebo optoizolátoru. 3. Výměna počítače.
Symbol Er04. Chyba řídící jednotky běžeckého trenažéru.	1. Nesprávná montáž motoru nebo jeho poškození. 2. Poškozené relé řídící jednotky. 3. Špatné připojení řídící jednotky. 4. Poškozená řídící jednotka.	1. Kontrola správnosti montáže nebo výměna. 2. Výměna řídící jednotky nebo relé. 3. Kontrola správnosti připojení nebo výměna řídící jednotky. 4. Výměna řídící jednotky.
Symbol “--”. Chyba čidla sklonu běžeckého trenažeru.	1. Špatná montáž čidla 2. Poškozené čidlo sklonu. 3. Poškozená řídící jednotka.	1. Kontrola správnosti připojení zástrčky. 2. Výměna motoru. 3. Výměna řídící jednotky.
Problém s chodem běžeckého pásu.	1. Špatný točivý moment. 2. Příliš volný běžecký pás. 3. Nesprávný motor.	1. Regulace točivého momentu. 2. Regulace běžeckého pásu. 3. Výměna motoru.

DelighTech Fitness App

FREE

Systémové požadavky:

Android 2.3 nebo novější s funkcí Bluetooth
APPLE iOS s funkcí Bluetooth verze 4.0

DelighTech Fitness App – rychlý start

Krok 1.

Stáhněte aplikaci ze stránek appfit.biz

Krok 2.

Připojte svoje mobilní zařízení prostřednictvím Bluetooth

Krok 3.

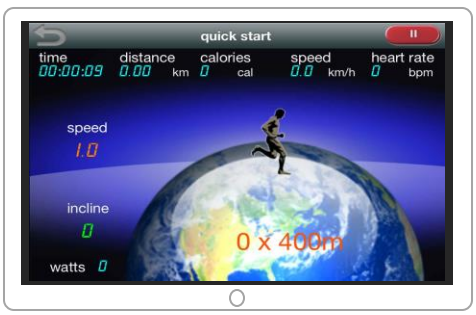
Otevřete aplikaci

Krok 4.

Začněte cvičit

Krok 5.

Souhrnná data tréninku



Krok 6.

Zkontrolujte historii tréninků

Naplánujte trasu na mapě

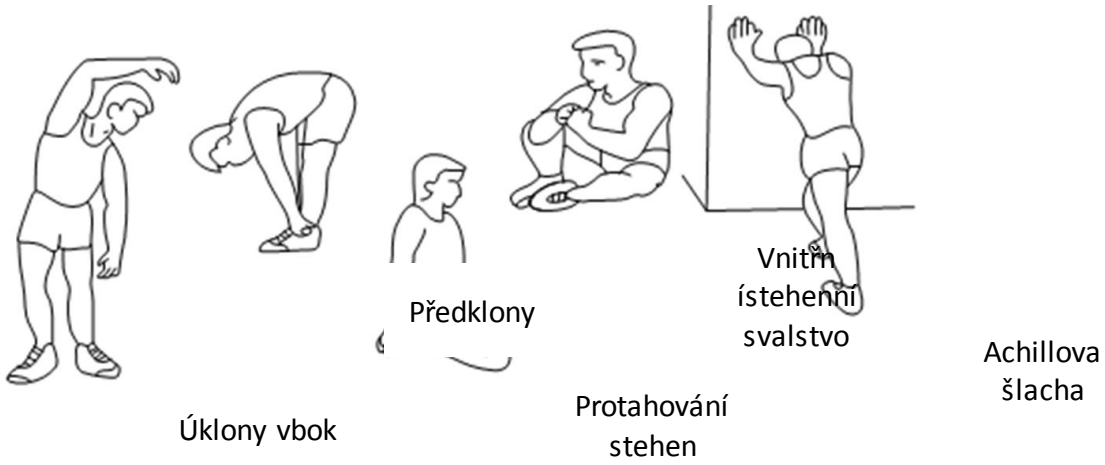
Cvičte s Google Street View

Kompletní návod obsluhy si stáhněte na:
www.hms-fitness.pl/app.pdf

Návod k tréninku

1. Rozcvička

Před započetím tréninku doporučujeme provést zahřívací cviky dle obrázku. Každý cvik je potřeba vykonávat po dobu min. 30 sekund. Rozcvička snižuje riziko úrazu a svalových křečí a způsobuje lepší práci svalů.



2. Poloha

Vejděte na běžecký pás, dlaně opřete o držadla. Během tréninku mějte rovná záda. Na běžeckém pásu můžete provádět cviky nahrazující procházky nebo běh (viz.obrázek níže).

Přesto, že děláme vše pro to,abychom zajistili maximální kvalitu našich výrobků, mohou se objevit jednotlivé vady nebo chyby. Pokud si všimnete závady nebo toho, že některá z částí chybí, kontaktujte nás, prosím.

Rozsah užívání

Cvičení na běžeckém trenažéru nahrazuje procházky nebo běh. Běžecký trenažér BE4800-i není zařízením určeným k terapeutickým nebo rehabilitačním účelům.

Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpady informuje o zákazu likvidace použitého elektrického a elektronického zařízení společně s jinými odpady. Společně se Směrnicí WEE o způsobu nakládání s elektrickými a elektronickými odpady, je potřeba pro tento druh zařízení používat oddělené způsoby jejich likvidace.

Uživatel, který se chce tohoto zařízení zbavit, je povinen jej odevzdat ve sběrném dvoře pro elektrický a elektronický odpad, díky čemu se spolupodílí na jejich opětovném využití, recyklaci a tím i ochraně životního prostředí. Za tímto účelem kontaktujte místo, kde bylo zařízení koupeno nebo místní úřady. Nebezpečné složky obsažené v elektrickém a elektronickém zařízení mohou dlouhodobě negativně působit na životní prostředí a také zdraví lidí.

Oddělení péče o klienta:

ABISAL Sp. z o.o.
ul. Św. Elżbiety 6
41–905 Bytom
abisal@abisal.pl

www.abisal.pl
www.hms-fitness.pl