

# BH FITNESS

Modellszám: **G6540 - NYDO**

Sorozatszám: \_\_\_\_\_

Írja ide a sorozatszámot  
a későbbi hivatkozáshoz.



## FORGALMAZÓ

### Sport8 Hungary Kft.

1116 Bp. Fehérvári út 168-178.

[www.sport8.hu](http://www.sport8.hu)

+3618774841

[info@sport8.hu](mailto:info@sport8.hu)

Forgalmazóként arra törekszünk,  
hogy vásárlóink minden igényét  
kielégítsük.

Ha kérdése van, vagy hiányzó,  
esetleg sérült alkatrészt észlel,  
kérjük, keresse fel azt a helyet, ahol  
a terméket vásárolta.

## G6540 NYDO Futópad Használati útmutató



### ⚠ FIGYELEM!

Olvassa el és kövesse a  
használati útmutatóban található  
összes utasítást. Őrizze meg ezt  
a használati útmutatót a későbbi  
használatra.

1. A hálózati csatlakozót mindig földelt áramkörrel rendelkező aljzatba csatlakoztassa, amelyhez nem csatlakozik egyéb elektronikus berendezés.
2. Használat előtt ellenőrizze, hogy a futópad egyenletes felületen áll-e.
3. Használat előtt ellenőrizze, hogy a futópad jól működik-e.
4. A futópad elindításakor először az oldalsó fellépőkre álljon rá.
5. A vészhelyzetek megelőzése érdekében csíptesse a biztonsági kulcsot a ruhájára.
6. Mielőtt rálépne, a bal lábával tesztelje a futópad sebességét. Ha úgy érzi, biztonságosan tudja használni a futópadot, álljon rá, és vegye fel a helyes testtartást.

Egyszerre csak egy ember tartózkodhat a futópadon, a túlterhelés szigorúan tilos.

7. A futás végeztével a biztonsági kulcs kihúzásával vagy a „Stop” gomb megnyomásával állíthatja le a gépet.
8. Ne felejtse el kikapcsolni a gépet a Be/Kikapcsoló gombbal és kihúzni a tápkábelt.

#### **Biztonsági óvintézkedések :**

- ◆ A futópadot csak beltéren használja.
- ◆ A futópadot csak kényelmes edzésruhában, és lehetőleg edzőcipőben használja.
- ◆ A balesetek elkerülése érdekében tartsa távol a gyermekeket a futópadtól.
- ◆ A túlterhelés a motor, a vezérlő, a görgő vagy a futószőnyeg meghibásodásához vezethet.
- ◆ Fontos a futópad rendszeres karbantartása.
- ◆ Figyeljen oda a szoba/helyiség porosságára és páratartalmára, mert ezek hatással lehetnek a konzol és a vezérlő működésére.
- ◆ Ne használja a futópadot alkalmanként 2 óránál többet egybefüggően.
- ◆ Gondoskodjon a helyiségben a megfelelő légmozgásról.
- ◆ Használat előtt úgy helyezze el a futópadot, hogy a végénél legalább egy 2×1 méteres üres terület legyen.
- ◆ Ha futás közben bármilyen kellemetlenséget tapasztal, hagyja abba az edzést és konzultáljon orvosával.
- ◆ A baleset megelőzése érdekében a szilikon olajozó gyermekektől távol tartandó.
- ◆ Használat után tilos leugrani a futópadról.
- ◆ A tápkábelt óvatosan távolítsa el a konnektorból.
- ◆ Ha bármi problémát észlel, azonnal állítsa le a gépet, és húzza ki a tápkábelt a konnektorból.
- ◆ Szervizelésért vagy problémák esetén vegye fel a kapcsolatot a márkakereskedővel.  
Az alkatrészek szétszedése tilos.



## **VIGYÁZAT!**

A balesetek és sérülések megelőzése érdekében tartsa be az alábbi utasításokat.

- ◆ Futás előtt ellenőrizze a felszerelését.
- ◆ Ne viseljen túl laza ruházatot, mert az könnyen beakadhat.
- ◆ Tartsa a tápkábelt távol a fűtött felületektől.
- ◆ Ne engedjen gyermekeket a futópadra.
- ◆ Ha bármi baj történik, kapaszkodjon meg és lépjen le a futószőnyegről.
- ◆ A futópad kültéri használata tilos.
- ◆ A futópad mozgatása előtt húzza ki a tápkábelt.
- ◆ A motort csak szakember egyértelmű utasítására szedje szét.
- ◆ A futópadot max. 10 amperes áramkörön lehet használni.
- ◆ Egyszerre csak egy ember használhatja a futópadot.
- ◆ A pulzuszámoló nem olyan pontos, mint az orvosi mérőműszerek, így a kijelzett érték csak referenciaként szolgál.
- ◆ Ha nem érzi jól magát, esetleg ízületi- vagy izomfájdalom lépne fel, azonnal hagyja abba az edzést. Figyeljen oda, hogy a teste milyen visszajelzéseket küld az adott edzésprogramra. A szédülés a túl intenzív edzés egyik jele. A szédülés első jeleire lépjen le a futópadról és feküdjön a talajra.

## **Figyelmeztetések és tiltások**

◆ Az alábbi panaszokkal élő, vagy kezelés alatt álló betegek csak az orvosuk jóváhagyásával használhatják a futópadot.

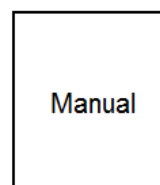
- 1 ) Hátfájdalom, vagy korábbi láb-, derék- vagy nyaksérülés esetén. Láb-, derék-, nyak vagy kézsibbadás esetén (illetve az olyan krónikus betegek, akiknek csigolyaközi porckorongsérve, nyaki gerincsérve vagy egyéb gerincproblémája stb. van).
- 2 ) Deformációval járó ízületi gyulladással, reumás vagy köszvényes betegek.
- 3 ) Csontritkulással betegek.
- 4 ) Keringési elégtelenségekben szenvedő betegek (szív- és érrendszeri megbetegedések, magas vérnyomás).
- 5 ) Légzési nehézségekkel élők.
- 6 ) Szívritmuszavaros betegek.
- 7 ) Rosszindulatú daganattal küzdő betegek.
- 8 ) Trombózisos betegek.
- 9 ) Cukorbetegség miatti érzékelészavarosok.
- 10 ) Bőrsérüléssel betegek.
- 11 ) 38°C vagy fölötte láz esetén.
- 12 ) Gerincferdüléssel betegek.

- 13 ) Várandósok vagy menstruáló nők.
- 14 ) Ha valakinek rossz a közérzete.
- 15 ) Ha valaki egyértelműen rossz fizikális állapotban van.
- 16 ) Rehabilitáción áteső személy.
- 17 ) Abnormális fizikai jellemzőkkel bíró személy.

- ◆ A fentiek ellenére végzett edzés balesetekhez vagy egészségügyi problémákhoz vezethet.
- ◆ Amennyiben a következőket tapasztalja, azonnal hagyja abba az edzést és forduljon orvoshoz: izom- vagy ízületi fájdalom, szédülés, zsibbadás, abnormális szívverés.
- ◆ Ne engedjen gyermekeket a futópadra. Ha ezt nem tartja be, az a gyermek sérüléséhez vezethet.
- ◆ Magyarázza el a gyermekének, hogy a futópad nem játék.
- ◆ A termék használatakor, kinyitásakor, összecukásakor vagy mozgatásakor ellenőrizze, hogy senki (gyerekek, háziállat) ne legyen a közelben.
- ◆ Azonnal állítsa le a futópadot, ha megreped a burkolat (belső alkatrészek leválnak) vagy ha összehegesztett alkatrészek szétesnek.
- ◆ Futás közben ne ugráljon fel és le a futópadról.
- ◆ Ne használja vagy tárolja kültéren vagy a fürdőszobához közel.
- ◆ Tilos a futópad használata olyan személy számára, aki nincs teljesen tudatánál, vagy nem tudja önállóan működtetni az eszközt.
- ◆ Egyszerre csak egy ember használhatja a futópadot, és a többiek se álljanak túl közel.
- ◆ Ne használja vagy tárolja a futópadot közvetlen napsugárzás kapó helyen vagy nagy hőmérsékletű tárgyak közelében (fűtőszálas takaró, radiátor). A por és a nedvesség károsíthatja a szigetelést, elektromos szivárgást és tüzet okozhat.
- ◆ Ne használja, ha a tápkábel vagy a csatlakozó sérült, vagy a konnektor kilazult.
- ◆ Ne sértse vagy csavarja meg a tápkábelt, és ne tegyen rá nehéz dolgokat.
- ◆ A termék szétszerelése, javítása vagy módosítása szigorúan tilos!
- ◆ A futópadot nem érheti víz!
- ◆ A futópad vázát és alkatrészeit nem érheti víz vagy más üdítő.
- ◆ Ne eddzen túl sokat, ha nincs hozzászokva a rendszeres testedzéshez.
- ◆ Ne eddzen étkezések után vagy ha fáradtnak érzi magát.
- ◆ A termék kizárólag otthoni használatra való. Tilos iskolákban vagy tornatermekben használni, ahol sokan hozzáférhetnek.
- ◆ Ne használja a futópadot étkezés vagy egyéb teendők intézése közben.
- ◆ Ne használja a futópadot alkoholos befolyásoltság alatt.
- ◆ Ne használja a futópadot nehéz tárggyal a zsebében.
- ◆ A hálózati csatlakozó nem érhet tűhöz, szennyeződéshez vagy vízhez.
- ◆ Használat közben ne húzza ki a hálózati csatlakozót vagy kapcsolja ki a gépet.
- ◆ Ne használja vizes kézzel. A hálózati csatlakozóhoz ne nyúljon vizes kézzel.
- ◆ Ha nem használja a gépet, húzza ki a tápkábelt.
- ◆ Használat után ne felejtse el kihúzni a tápkábelt.

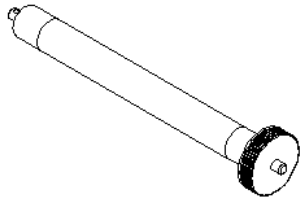
- ◆ Karbantartás előtt húzza ki a tápkábelt.
  - ◆ Ne használja a futópaddockot, ha az nem indul el vagy szokatlanul működik. Húzza ki a tápkábelt és hívja fel a márkaszervizt.
  - ◆ Áramkimaradás esetén húzza ki a tápkábelt.
  - ◆ A tápkábel kihúzásakor ne a kábelt fogja, hanem a kábelfejet.
  - ◆ A terméket szakszerűen le kell földelni. A földelt csatlakozás a legkisebb ellenállású csatornát biztosíthatja az áram számára a termék meghibásodása esetén, így csökkentheti az áramütés veszélyét.
  - ◆ A termék elektromos vezetékkel van felszerelve a földelő vezetékhez és a földelő csatlakozóhoz. A tápkábelt a helyi előírásoknak megfelelő aljzatba kell dugni.
  - ◆ A termék földelő csatlakozóval rendelkezik. Először is ellenőrizze, hogy az aljzat és a csatlakozó kompatibilisek-e. Az aljzatadapter használata nem megengedett.
- 
- ◆ Figyelem! A fenti szabályok be nem tartása tűz- és balesetveszélyes, fennáll az elektromos zárlat vagy tűzveszély.
  - ◆ A szabályok be nem tartása egészségügyi problémákhoz és sérüléshez vezethet.
  - ◆ A földelő vezeték helytelen csatlakoztatása áramütést okozhat. Ha Ön nem biztos a földelési csatlakozással kapcsolatban, kérje villanyszerelő szakember segítségét. Ha a tápkábel nem kompatibilis az aljzattal, kérje villanyszerelő segítségét a megfelelő aljzat beszereléséhez.

# Csomag tartalma:

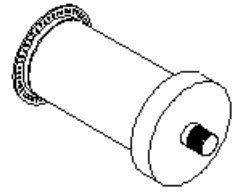
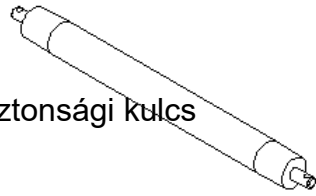


Használati  
útmutató

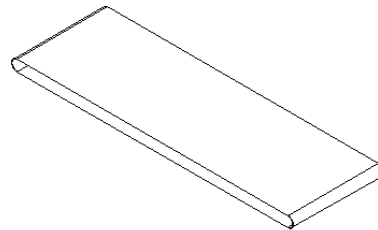
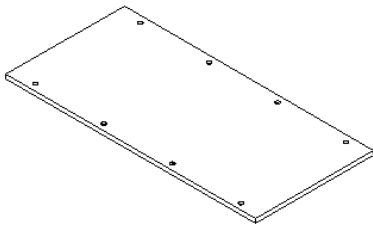
Futópad



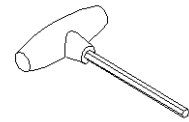
Biztonsági kulcs



Arhúzó



**Fő**



**alkatrészek**

Elülső henger

Hátulsó henger

Motor

Futópad

Futószőnyeg

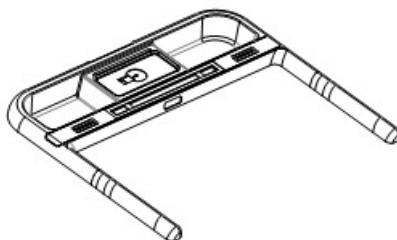
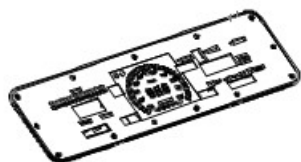
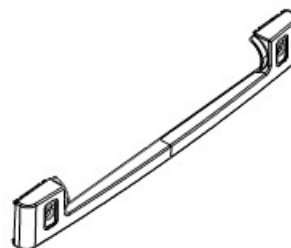
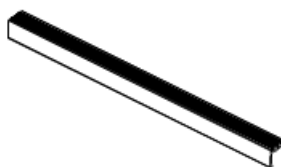
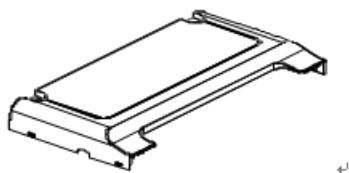
Borítóelem

Sínvezető

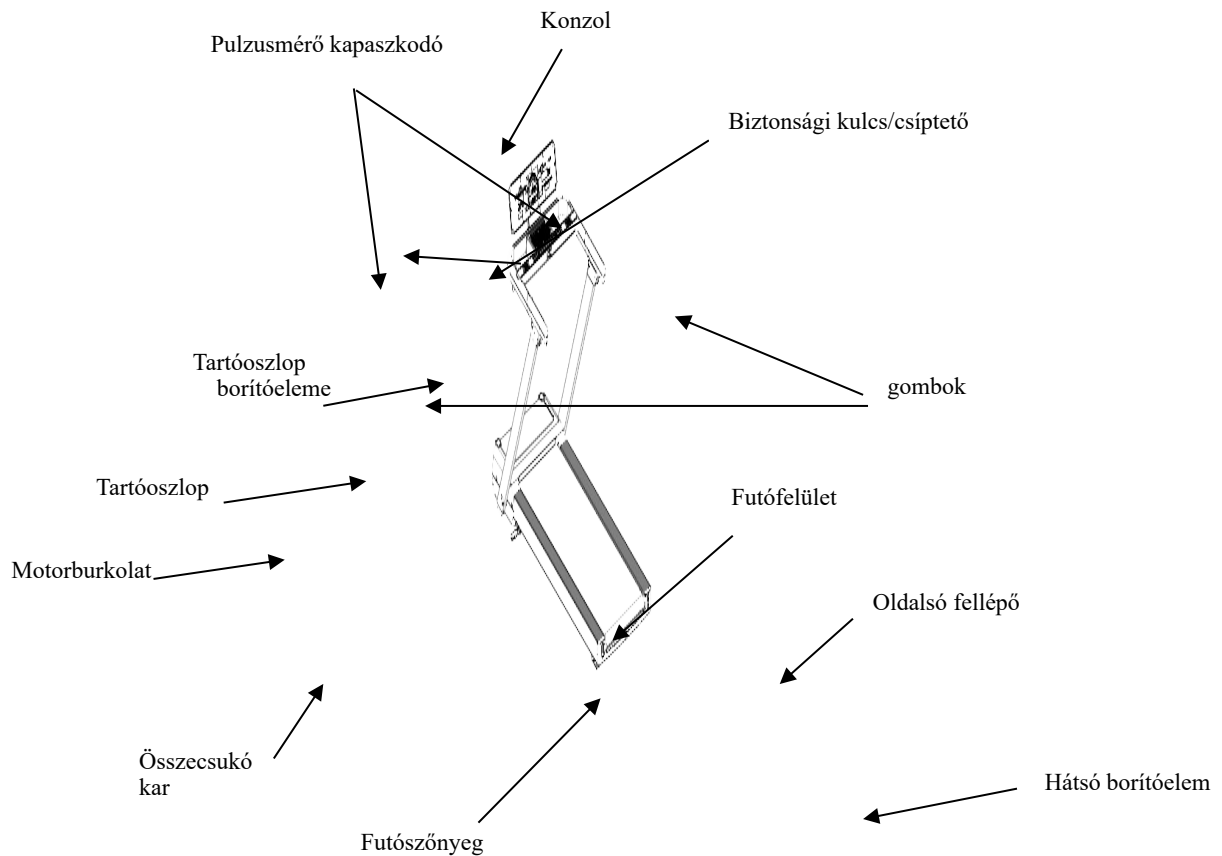
Hátsó  
borítóelem

Konzol

Konzoltartó



## Futópad rajza



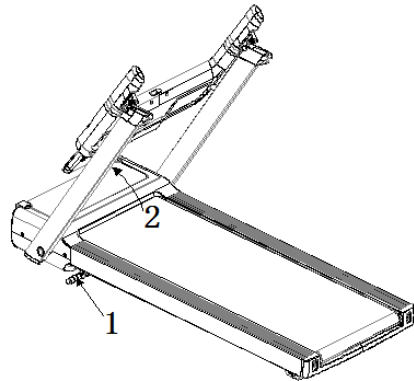
## Műszaki adatok

Max. terhelés	120 kg
Méret	Összecsukva : 1700*790*270 mm
	Kinyitva : 1700*790*1280 mm
Futófelület	1400*500 mm
Sebesség	1.0 – 20.0 km/h

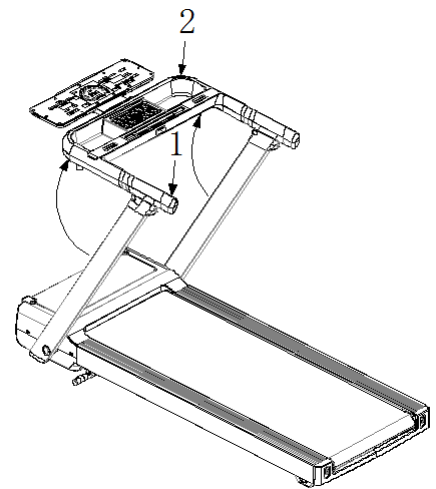
Figyelem! Fenntartjuk a termék előzetes értesítés nélküli megváltoztatásának jogát.

## Összeszerelési útmutató

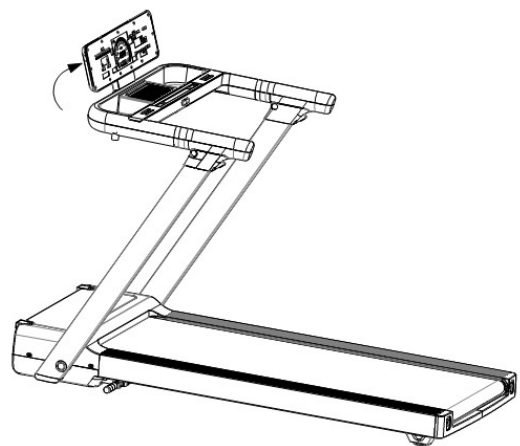
- 1. lépés:** A terméket vegye ki a dobozból, és tegye üres, egyenletes talajra. A lábával forgassa ki az összecsukó kart (1), majd a karra lépve emelje fel a tartóoszlopokat (2).



- 2. lépés:** A tartóoszlopok függőlegesbe állítása után fogja meg a kapaszkodót (1) egy kézzel, a másik kezével pedig emelje fel a konzoltartót (2).



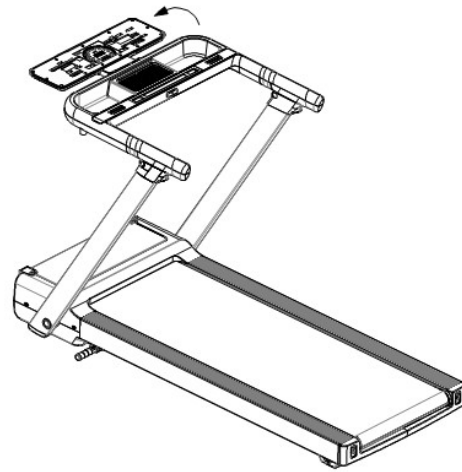
- 3. lépés:**  
Állítsa be a monitort az Önnek megfelelő magasságra. Most már használhatja a futópadot.



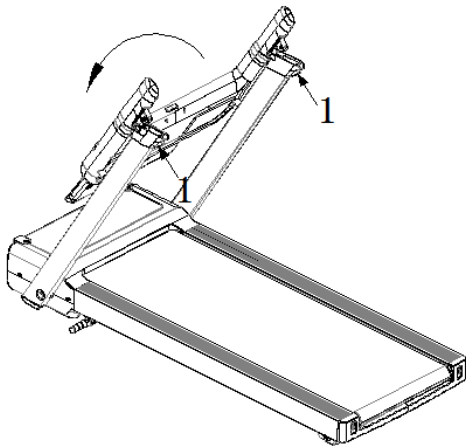


## A futópad összecsukása:

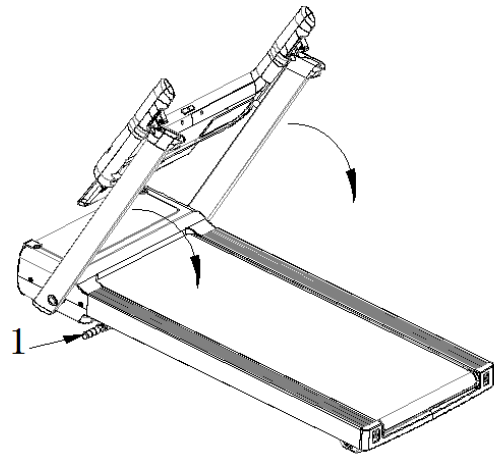
- 1. lépés:** A képen látható módon billentse monitort, hogy az egy síkban legyen a konzolkerettel.



le a

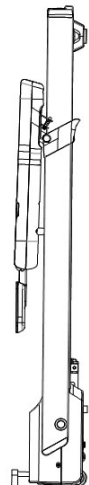
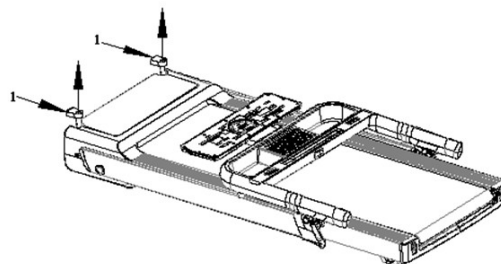


- 2. lépés:** Nyomja meg a gombokat (1), és hajtsa hátra a konzolkeretet és monitort a bal oldali ábrán látható módon.



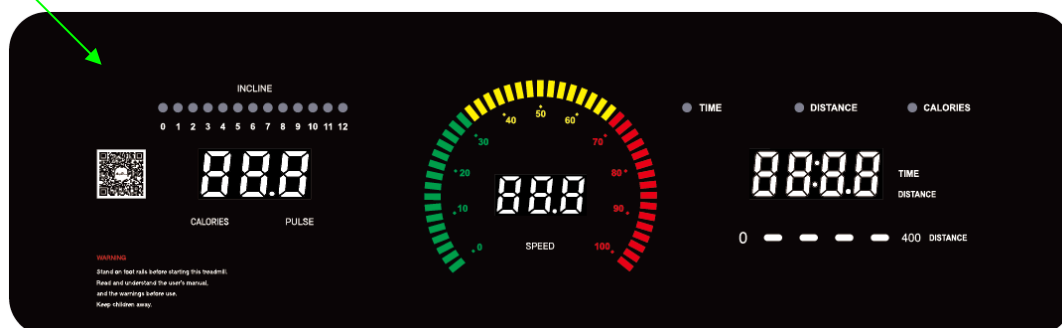
- 3. lépés:** Lépjen rá az összecsukó karra (1) az egyik lábával, és óvatosan engedje le a futópadot a jobb oldali ábrán látható módon.

- 4. lépés:** Húzza ki a futópad elején található tápkábelt. Az ábrán látható módon húzza ki a támaszlábakat (1), majd állítsa függőleges helyzetben a talajra a futópadot.



# Konzolkijelző használata

LED-kijelző



Dőlésszög állítása

Sebesség állítása

## Konzolfunkciók leírása:

- 1) P0: egyéni program; P01-P36: beépített automatikus edzésprogramok, 3 felhasználó, BMI-program
- 2) LED-kijelző, 12 funkciógomb
- 3) Sebesség, távolság átváltási funkció
- 4) Működési sebességtartomány: 1.00–20.00 km/h
- 5) Dőlésszögtartomány: 0–12%
- 6) Túlterhelés- és túlfeszültségvédelem, ütődésvédelem, elektromágneses interferencia elleni védelem és egyéb védelmi funkciók
- 7) Rendszeröntesztelés, nem megfelelő működést jelző funkció
- 8) 3 személyre szabható funkció
- 9) ERP-funkciók



## Kijelzőn megjelenő feliratok:

- 1) "KALÓRIA": az elégetett kalória értékét jelzi ki
- 2) "IDŐ": az eltelt idő értékét jelzi ki
- 3) "TÁVOLSÁG": a megtett távolság értékét jelzi ki
- 4) "PULZUS": a mért pulzusszám értékét jelzi ki
- 5) "SEBESSÉG": a sebesség értékét jelzi ki

### **Mértékegységek közti váltás:**

- 1) A biztonsági kulcs kihúzása után nyomja meg egyszerre a PROGRAM és MODE gombokat. A kijelzőn ekkor megjelenik a „0.6” érték, ami azt jelzi, hogy kilométerről mérföldre váltott a gép.
- 2) A biztonsági kulcs kihúzása után nyomja meg egyszerre a PROGRAM és MODE gombokat. A kijelzőn ekkor megjelenik a „1.0” érték, ami azt jelzi, hogy mérföldről kilométerre váltott a gép.

### **Funkciógombok:**

- 1) **"PROG"**: programválasztó gomb. Álló helyzetben a gomb megnyomásával választhat a különböző programok között (P0-P36; U01-U03; BMI).
- 2) **"MODE"**: Az egyéni üzemmód kiválasztásakor a normál üzemmód indul el. A MODE gomb megnyomásával választhat az alábbiak közül: visszaszámláló (idő, visszaszámláló (távolság), visszaszámláló (kalória), normál üzemmód, az alapértelmezett 30 perces visszaszámláló interval program visszaállítása P1-P36 kiválasztásakor.
- 3) **"START/PAUSE"**: start/stop gomb. Alaphelyzetből a gomb megnyomásával elindul a futópad. Működés közben a gomb megnyomásával leáll a futópad. A leállítás a Bluetooth-kapcsolatra nem vonatkozik.
- 4) **"STOP"**: Ha a futószőnyeg működésben van, a gomb megnyomásával fokozatosan lelassíthatja és megállíthatja. Az energiatakarékos üzemmód kijelzője eltűnik.
- 5) **"+"**: sebességnövelő gomb. Állóhelyzetben való megnyomásával megadható a sebességnövelés értéke. Működés közbeni megnyomásával növeli a sebességet.
- 6) **"-"**: sebességcsökkentő gomb. Állóhelyzetben való megnyomásával megadható a sebességcsökkentés értéke. Működés közbeni megnyomásával csökkenti a sebességet.
- 7) **"QUICK SPEED"**: 3, 6, 9 sebesség gyorsgombok. Ha a futópad működésben van, a gomb megnyomásával a motor automatikusan felpörgeti magát a kívánt sebesség eléréséhez.
- 8)  dőlésszögnövelő gyorsgomb
- 9)  dőlésszögcsökkentő gyorsgomb;

**10) "QUICK INCLINE":** 3, 6, 9 dőlésszög gyorsgombok. Ha a futópad működésben van, a gomb megnyomásával a motor automatikusan felpörgeti magát a kívánt dőlésszög eléréséhez.

### **Biztonsági kulcs:**

A biztonsági kulcs egy érintőkapcsolóból, egy ruhacsipeszből és egy madzagból áll, amely megakadályozhatja a vészleállást. Ha a biztonsági kulcs nincs megfelelően csatlakoztatva, a futópad leáll, az elektronikus számláló és billentyűzet nem működik, és a kijelzőn az „E-07” felirat jelenik meg hangjelzés kíséretében. A biztonsági kulcs megfelelő csatlakoztatása esetén a kijelző jól működik, és 2 mp után megadhatja a használni kívánt üzemmódot és beállításokat.

### **USER program:**

Három USER program van: USER1, USER2, USER3. USER üzemmódban a felhasználó megadhatja vagy kiválaszthatja saját edzésprogramját. Nyomja meg a PROG gombot, válassza ki a USER programot, majd nyomja meg a MODE vagy a START gombot az indításhoz.

A „MODE” gomb megnyomásával beállíthatja az adott felhasználóra vonatkozó 10 fokozatos sebesség- és dőlésszög-beállításokat.

A beállítás után nyomja meg a START gombot az indításhoz. A USER programot a rendszer elmenti, így azt a következő használatkor is kiválaszthatja.

### **Biztonsági útmutató:**

- 1) Helyezze a tápkábel dugóját a biztonsági földelt 10A-s hálózati aljzatba, kapcsolja be a hálózati kapcsolót. Várja meg, hogy a konzol képernyője hangjelzés kíséretében teljesen megjelenjen, majd azonosítsa a biztonsági kulcsot.
- 2) Csatlakoztassa a biztonsági kulcsot a konzolhoz, és tegye a csíptetőt a ruhája felső részére. A képernyő bekapcsolása után megjelennek az alapbeállítások. Minden számláló és beállított érték nullán áll, a futópád P0 üzemmódban van, az időszámláló felfelé számol.
- 3) A „PROG” gomb megnyomásával válasszon az alábbiak közül: P01-P36, U01, U02, U03, BMI.
- 4) A P0 felhasználói programhoz nyomja meg a „MODE” gombot a 4 üzemmód egyikének kiválasztásához, és adja meg a sebességet és a dőlésszöget is. Alapértelmezett: 1 km/h; 0 dőlésszög.
  1. **edzésprogram**: felfelé számláló idő-, távolság- és kalóriaszámlálás.
  2. **edzésprogram**: idővisszaszámláló mód, a beállítás alatt az időjelző villog, a beállított értéket a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával módosíthatja. Időtartomány: 5–99 perc. Alapértelmezett beállítás: 30.00 perc.
  3. **edzésprogram**: távolságvisszaszámláló mód, a beállítás alatt az időjelző villog, a beállított értéket a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával módosíthatja. Távolságtartomány: 1,0–99,0 km. Alapértelmezett beállítás: 1 km.
  4. **edzésprogram**: kalóriavisszaszámláló mód, a beállítás alatt az időjelző villog, a beállított értéket a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával módosíthatja. Kalóriatartomány: 20–990 cal. Alapértelmezett beállítás: 50 cal.
- 5) „P01–P36”: beállított, visszaszámláló üzemmódok. A beállítás alatt az időjelző villog. A beállított értéket a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával módosíthatja. A MODE gomb megnyomásával az alapértelmezett értékek jelennek meg. Időtartomány: 5–99 perc. Alapértelmezett beállítás: 30:00.
- 6) Az üzemmód beállítása után nyomja meg a START gombot. A kijelző 5 mp-et számol vissza hangjelzés kíséretében, utána a futópád lassan elindul, fokozatosan gyorsít, majd tartja a kiválasztott sebességet.
- 7) Működés közben a „+”, „-” vagy a QUICK SPEED gyorsgombok megnyomásával módosíthatja a sebességet.
- 8) P1–P36 módban a sebesség 10 egyenlő szintre van osztva, a beállított időnek megfelelően elosztva. A gombokkal beállított sebesség csak az aktuális szintre vonatkozik. A szintek közti váltást három másodperces visszaszámolás jelzi, három hangjelzéssel együtt. A 10. szint végén a motor automatikusan leáll hangjelzés kíséretében.
- 9) Működés közben a START gomb megnyomásával a motor vált a dőlésszögek és sebességek között. Leállítás utáni újraindításkor a rögzített működési adatok és folyamatok változatlanok maradnak. Működés közben a STOP gomb megnyomásával a motor fokozatosan lelassul és leáll. A beállítások visszaugranak az alapértelmezett állapotba.
- 10) Működés közben a fel/le nyilak vagy a QUICK INCLINE gombbal állíthatja a dőlésszöget.

**12)** A biztonsági kulcs kihúzása esetén hangjelzés kíséretében a kijelzőn megjelenik az „E-07” hibakód és a futópad leáll.

**13)** Ha a biztonsági funkciók anomáliát jeleznek, a futópad vészleállítást hajt végre.

A kijelzőn hangjelzés kíséretében megjelennek a lehetséges hibakódok.

**14)** Ha hibás működésnél hibakód jelenik meg a kijelzőn, nyomja meg a STOP gombot. A rendszer törli a kijelzőn megjelenő hibakódot.

**15)** BMI-teszt üzemmód: a BMI program kiválasztásához nyomja meg a PROG gombot, majd a MODE gombbal válassza ki az üzemmódot. A „+” és „-” gombok segítségével adja meg a bemeneti értékeket.

**16)** Az F1 (nem) részénél adja meg a nemét. Az „1” = férfi; „2” = nő. Az alapértelmezett beállítás: 1.

**17)** Az F2 (kor) részénél adja meg az életkorát. Tartomány: 1–99 év. Alapértelmezett beállítás: 25 év.

**18)** Az F3 (magasság) részénél adja meg a magasságát. Tartomány: 100–220 cm. Alapértelmezett beállítás: 170 cm.

**19)** Az F4 (súly) részénél adja meg a testsúlyát. Tartomány: 20–150 kg. Alapértelmezett beállítás: 70 kg.

**20)** Az F5 (BMI) rész összesíti a megadott értékeket. Indítsa el a BMI-tesztet, tegye mindkét kezét a kapaszkodók pulzusmérőjére 4 mp-ig. A kijelzőn megjelenő érték jelzi az adott személy testsírszázalékát (BMI).

Az ideális BMI-index egészséges felnőtteknél 18–24.

A 18 alatti érték soványságot jelez, a 25–28 közti értékek túlsúlyt, míg a 29 fölötti érték komoly elhízást jelöl. Alapértelmezett beállítás: 24 (az érték csak referenciaként szolgál az edzéshez).

**21)** BMI-teszt üzemmód: a BMI program kiválasztásához nyomja meg a PROG gombot, majd a MODE gombbal válassza ki az üzemmódot.

A „+” és „-” gombok segítségével adja meg a bemeneti értékeket.

### **Energiatakarékos üzemmód ki- és bekapcsolása:**

A rendszer alapértelmezett beállítása az ERP-mód. Ha a futópad nem üzemel, az energiafogyasztás csökkentése érdekében a futópad körülbelül 4 és fél perc után hibernált állapotba lép. A rendszer elindításához nyomja meg bármelyik gombot. Készenléti üzemmódban nyomja le a MODE gombot 3 mp-ig az energiatakarékos üzemmód kikapcsolásához. A kijelzőn ekkor a „2222” felirat jelenik meg. Az energiatakarékos üzemmód újbóli aktiválásához nyomja le a MODE gombot 3 mp-ig. A kijelzőn ekkor az „1111” felirat jelenik meg.

## A P01–P36 automatikus programok sebesség- és dőlésszögbeállításai (metrikus)

LEVEL PROG CLS.		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		P1	SPEED	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2

P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	INCLINE	2.0	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6



## Futópad használata:

### Összecsukás:

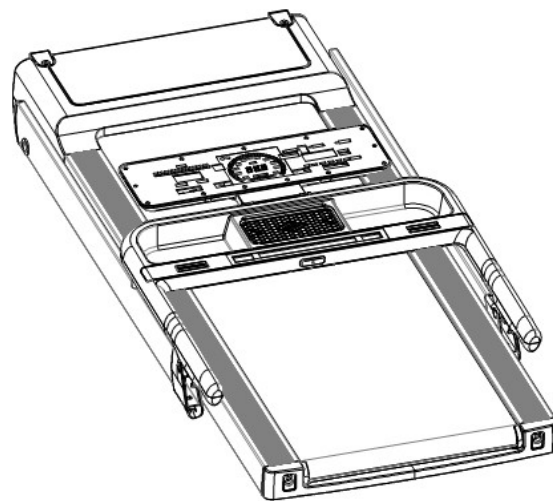
1. Összecsukás előtt húzza ki a tápkábelt.
2. Emelje függőleges helyzetbe a futópadot
3. A futópad leengedésénél tartsa meg kézzel a futópad súlyát, és lépjen az összecsukó karra az egyik lábával. Óvatosan engedje a talajra a futópadot.

### Mozgatás:

Mozgatás előtt ellenőrizze, hogy:

- 1.) A főkapcsoló ki van-e kapcsolva.
- 2.) A tápkábel ki van-e húzva.
- 3.) A futópadot összecsukta-e.

Ha a fentieket ellenőrizte, fogja meg a futópad végét az egyik kezével, és az azonos oldali kapaszkodót a másik kezével. A futópadot döntse meg maga felé kb. 30–40°-os szögben, majd lassan mozgassa el.



### Használat:

1. Csatlakoztassa a tápkábelt, majd kapcsolja be a futópadot, és várja meg, míg az bekapcsol.
2. Csatlakoztassa a biztonsági kulcsot a ruhájára.
3. Ellenőrizze, hogy minden megfelelően működik-e. Indítás előtt ne lépjen a futószőnyegre. A helyes indításhoz kapaszkodjon meg, és álljon az oldalsó fellépőkre. A START gomb megnyomásakor kapaszkodjon meg. A futószőnyeg 5 másodperc alatt 1 km/h-s sebességre gyorsul fel. A „+” gombot megnyomva növelheti a sebességet a kényelmes 2,5–3,5 km/h-es futósebességre. Kapaszkodjon meg mindkét kézzel és lépjen fel a fellépőkről a futószőnyegre. Kezdje el az edzést. Vegye fel a futószőnyeg sebességét.
4. Néhány perc után a „+” vagy a „-” gomb megnyomásával állíthat a sebességen. Közben is kapaszkodjon.
5. Futás közben a gyorsgombok segítségével is válthat a sebességek között.
6. A motor leállításához nyomja meg a STOP gombot.
7. Használat előtt dugja be a tápkábelt a konnektorba és kapcsolja be a gépet. A „Program” gomb megnyomásával kiválaszthatja az üzemmódot. A kiválasztott üzemmód elindításához nyomja meg a Start gombot. A sebességet a „Speed +” vagy a „Speed -” gomb megnyomásával változtathatja, a STOP gombbal leállíthatja a futópadot.
8. Pulzusmérő tesztelése: a futópad bekapcsolása után tegye a kezét a fém pulzusérzékelőre. A kijelzőn fog megjelenni a mért eredmény.

**Megjegyzés:** A biztonsági kulcs kihúzása esetén a futópad automatikusan leáll. A vezérlő is leáll, a kijelzőn az „E-07” hibakód jelenik meg.

### Útmutató a termék földeléséhez

A terméket földelni kell. Ha a futópad meghibásodik, a földelő vezeték egy áramkört képez a legkisebb ellenállással, így az áramot a földbe lehet vezetni az áramütés veszélyének csökkentése érdekében. A termék egy földelő vezetékkel és a földelő csatlakozóval rendelkező elektromos vezetékkel kapható. A futópadot a helyi szabályoknak megfelelő aljzattal kell földelni.

**Vigyázat!** Ha nem tudja, hogy a berendezés megfelelően van-e földelve, forduljon szakképzett villanyszerelőhöz vagy karbantartó személyzethez. Engedély nélkül ne módosítsa a termékhez tartozó csatlakozót. Ha a dugó nem illeszkedik az aljzathoz, egy szakképzett villanyszerelővel szereltesse be megfelelő aljzatot.

### Hibaelhárítás

Probléma	Okok	Karbantartás
Nem működik a rendszer	A、Nincs bedugva, vagy bekapcsolva.	Dugja be a tápkábelt és kapcsolja be a gépet.
	B、Biztonsági kulcs nincs a helyén	Tegye a helyére.
	C、A vezérlő/konzol nem kap áramot	Ellenőrizze a vezetékeket.
	D、Akadozó kontakt	Ellenőrizze a ki- és bemeneteket, vezetékeket.
Működés közben leáll	A、Kiesett a biztonsági kulcs	Cserélje ki.
	B、Rendszerhiba	Hívjon szerelőt.
Gombhiba	Nem reagál a gomb.	1. Cserélje ki a gombot/kábelt; 2. Cserélje ki a konzolt.
E-01	A、Kommunikációs vezeték meghibásodása	Csatlakoztassa újra, ellenőrizze a portot, vagy cserélje ki a vezetéket.
	B、Konzol meghibásodása	Cserélje ki.
	C、Vezérlő meghibásodása	Cserélje ki.
E-02	A、Motor vagy motorkábel hiba	Cserélje ki.
	B、Motorkábel és vezérlő közti hiba, meghibásodott vezérlő	Ellenőrizze, csatlakoztassa újra vagy cserélje ki a vezérlőt.
E-03	A、Az érzékelő nem érzékel	Ellenőrizze és csatlakoztassa újra.
	B、Meghibásodott érzékelő	Cserélje ki.
	C、Poros érzékelő vagy nem csatlakozik megfelelően	Ellenőrizze, csatlakoztassa újra, tisztítsa meg.
	D、Meghibásodott vezérlő	Cserélje ki.
E-05	A、Meghibásodott vezérlő	Cserélje ki.

	B、 Meghibásodott monitor	Cserélje ki a motort.
	C、 Mechanikai hiba	Ellenőrizze a hajtószíj és a görgők olajozottságát
E-07	A konzol nem érzékeli a biztonsági kulcsot	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ellenőrizze a biztonsági kulcsot.</li> <li>2. Tegye vissza a helyére.</li> <li>3. Cserélje ki a konzolt.</li> </ol>
Nem mutat pulzusszámot	A、 A kapaszkodó vezetéke nincs megfelelően csatlakoztatva.	Ellenőrizze és csatlakoztassa újra.
	B、 Elektronikus rendszer kábelének meghibásodása	Cserélje ki a konzolt.
A konzolkijelző hibás	A、 LED-cső vagy LCD-képernyő hibája	Cserélje ki a konzolkeretet vagy LCD-kijelzőt.
	B、 Rendszerhiba	Cserélje ki a konzolt.
Dőlésszög-motor meghibásodása	A、 Nem működik a dőlésszögmotor.	Cserélje ki a dőlésszögmotort.
	B、 Meghibásodott a vezérlő.	Cserélje ki a vezérlőt.
	C、 A vezérlő jele meghibásodott	Nyomja meg a kalibráló gombot a vezérlőn a dőlésszög beállításához.