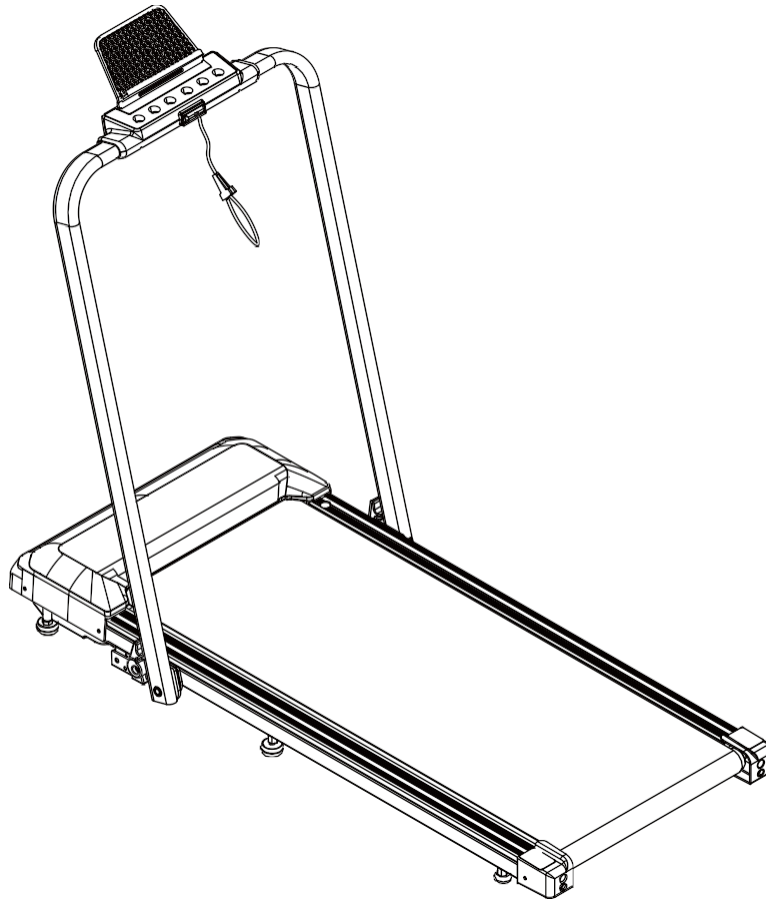


**Topulture**



**USER MANUAL** **Model TP2**

**HOME TREADMILL**

## Postup instalace zařízení FITSHOW

1. Naskenujte kód QR vpravo



2. <http://fitshow.com/qr>

3. Přejděte do App Store a stáhněte a nainstalujte aplikaci  
Otevřete aplikaci, povolte oprávnění na základě systémové výzvy.

4. Připojení k TP2

5. Přihlášení do aplikace, registraci nového uživatele použijte číslo mobilního telefonu nebo e-mail.

6. Začněte používat službu FITSHOW

Tento běžecký pás je také vhodný pro sportovní aplikace "Kinomap", "ZWIFT".



**Pozornost:**

Vyplňte prosím správný e-mail nebo mobilní telefonní číslo, abyste měli jistotu, že prostřednictvím nich můžete získat své heslo a uživatelské jméno.



## ZÁRUČNÍ POKYNY

### DŮLEŽITÉ: POUZE PRO BUDOUCNOST

Délka záruky na komponenty: 12 měsíců záruka pouze pro domácí použití

V případě poškozeného nebo vadného výrobku, dotazů, náhradních dílů nebo jiné servisní podpory kontaktujte naše oddělení služeb zákazníkům níže uvedenými způsoby:

USA/Záruka: [toputure\\_service@outlook.com](mailto:toputure_service@outlook.com)

Záruka UK/ EU: [toputure.service@gmail.com](mailto:toputure.service@gmail.com)

Doba odezvy: 24 hodin

V pracovní době je nejlepším způsobem, jak obdržet odpověď, zaslání e-mailu s ID objednávky.

Při objednávání náhradních dílů si připravte následující informace:

1. Objednací číslo
2. Popis dílů
3. Datum nákupu

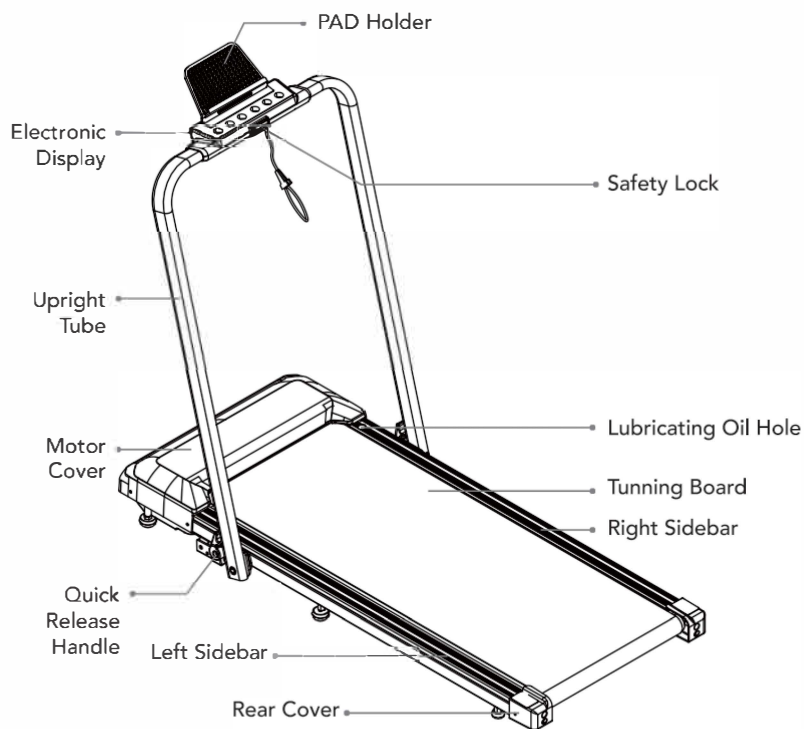
Návod k instalaci -----	03
Hlavní funkce výrobku Úvod -----	08
Návod k použití výrobku -----	09
Bezpečnostní pokyny pro použití ----- -----	15
Poradenství a vedení při cvičení	16
Bezpečnostní opatření při cvičení ----- -----	17
Průvodce údržbou výrobku	18
Pokyny pro údržbu -----	18
Běžné závady a metody ošetření -----	20

## Installation Instructions

### List of install components

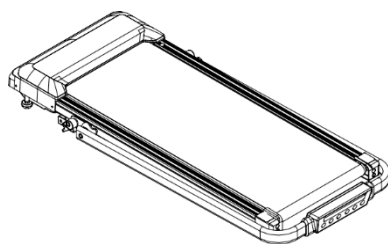
Serial Number	Component Parts Name	Number
1	Treadmill	1
2	Upright Tube	2
3	Electronic Display	1
4	Safety Lock	1
5	PAD Holder	1
6	Quick Release Handle	2

### Picture of the installed structure

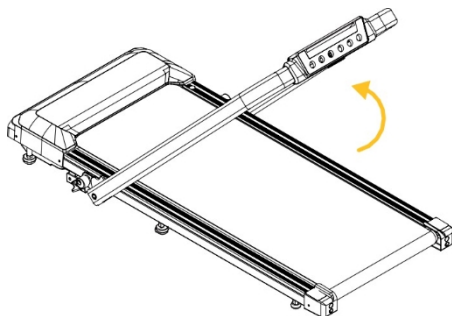


## Instalační kroky

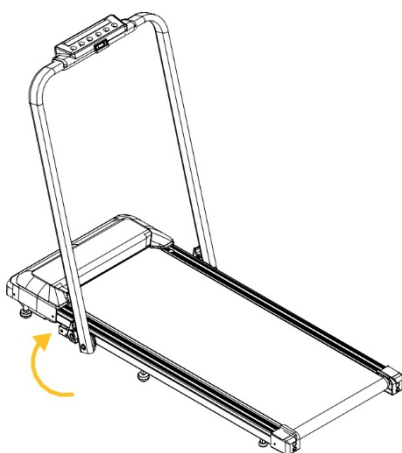
1. Otevřete balení, vyjměte z krabice sáček s příslušenstvím a položte hlavní stroj naplocho na zem.



2. Zatlačte nahoru ve směru označeném šipkou (jak je znázorněno na následujícím obrázku).



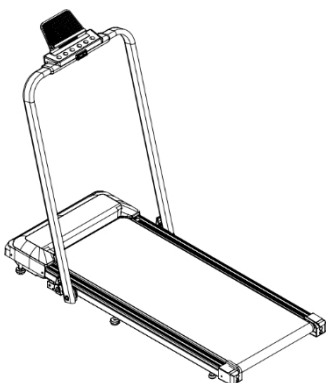
3. Rychloupínací rukojeť připevněte ke svislé trubce ve směru šipky.



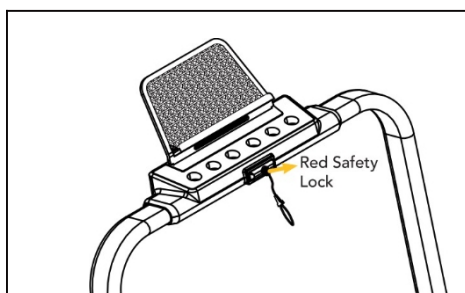
4. Umístěte držák PAD.



5. Dokončení montáže a instalace.

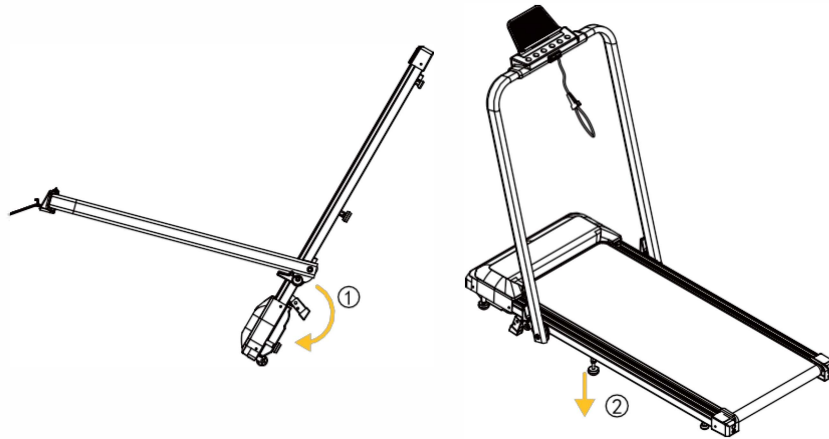


6. Umístěte bezpečnostní zámek na pozici žluté nálepky na elektronickém displeji a zapněte napájení, abyste mohli běžecký pás provozovat.



7. Incline adjustment instructions.

- a. As shown in picture 1, lift the rear of the machine and gently kick away the Incline adjustment frame with your feet.
- b. As shown in picture 2, lay flat the machine, then adjust ② downwards to adhere to the ground, and then turn the nut upwards and tighten it against the bolts on the frame. (Note: If Incline is not required, the operation is reversed)



Picture 1

Picture 2

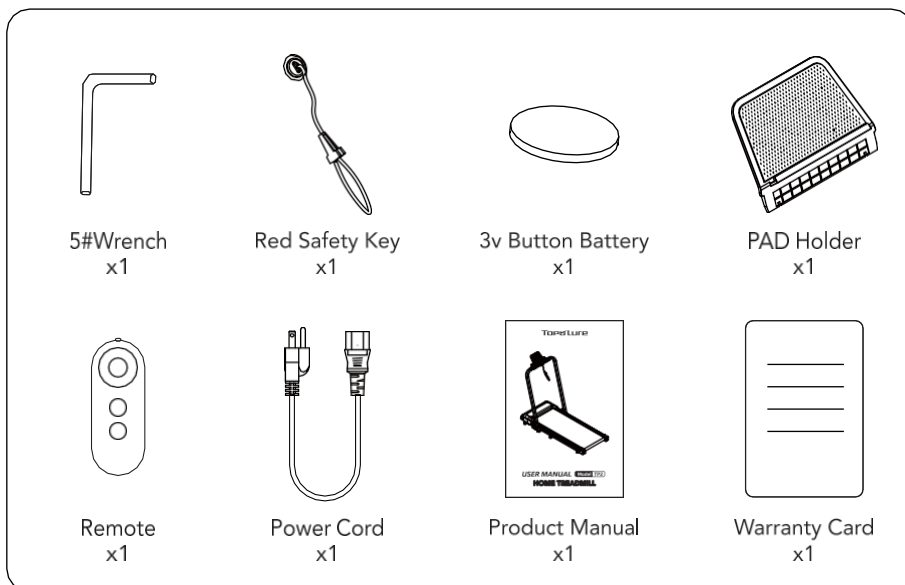


## Představení produktu

### 1. Balicí seznam

Sériové číslo	Název příslušenství	Číslo	Poznámky
1	Hlavní stroj	1	
2	Brašna pro sadu příslušenství	1	Viz příložený seznam
3	Příručka k výrobku	1	

### 2. Příložený seznam (seznam balíčků příslušenství)



## Hlavní parametr

<b>Číslo modelu</b> Standardní	TP2
napětí v USA Standardní	100-125V 60Hz
napětí v <b>Evropě</b> Rychlost	220-240V 50/60Hz
Sklon	USA: 0,6-7,Smph; Velká
Celková velikost	Británie: 1-12km/h
sestava) <b>Celková</b>	Ruční sklon 1208*560*1021
<b>velikost (složená)</b>	mm
Velikost balení	1300*560*135 mm
<b>Hmotnost netto/hmotnost brutto</b>	1300*600*155mm
ID FCC	23/28 kg
<b>IC</b>	2A2PN-TP2
	27884 TP2

## Hlavní funkční představení produktu

1. Je vybaven režimem běhu a chůze.
2. F Průmyslový motor s nízkou hlučností a vysokým výkonem, který poskytuje silný výkon s rychlostí až 12,0 km/hod (7,5 MPH).
3. Použití vysoce pevných, tahových a antistatických běžeckých pásů.
4. Dvouvrstvá podvozková deska s vysokou pevností, hustotou a pružností, s gumovými tlumiči nárazů.
5. Přední a zadní válce mají přesné odtahové trubky o tloušťce stěny 3,0 a oba konce jsou vybaveny 3stupňovým kuželíkem pro automatické přestavení běžícího pásu.
6. Displej LED.
7. Snadná instalace běžeckého pásu, Stačí sklopit vzpřímenou trubku do určitého úhlu a utáhnout rychloupínací rukojeť pro dokončení fixace vzpřímené trubky. Otočením opěrky o jeden úhel dokončíte nasazení celého stroje. Celá kabeláž stroje byla před opuštěním továrny plně propojena a celý stroj lze po zapnutí používat.

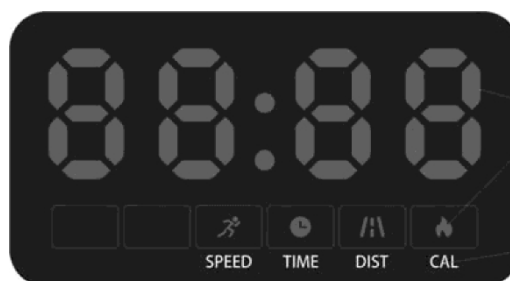
Obrazovka displeje USA



Obrazovka EUR/UK



Spodní displej



## 1. Životopis

Mezi funkce tohoto elektrického displeje patří:

- Funkce ovládání aplikace FITSHOW APP
- Dálkové ovládání

Termíny používané v příručce:

Parametry **pohybu na běžeckém pásu**: hodnota "Rychlost", hodnota "Vzdálenost", hodnota "Kalorie", hodnota "Čas". Sportovní režim: manuální, režim, program

**Plně manuální režim pohybu**: Režim pohybu bez nastaveného množství pohybu.

**odpočítávání pohybu**: režim pohybu s určitým množstvím pohybu.

**Režim automatického programování pohybu**: Běžecký pás má interně nastaveny různé programy pohybu, přičemž v rámci tohoto běžeckého pásu je přednastaveno 12 programů.

## 2. Funkce Bluetooth APP Introductions

Po zapnutí běžeckého pásu v pohotovostním režimu Pokud chcete ovládat rychlost sportovní aplikace, můžete si stáhnout aplikaci Fitshow a otevřít ji, po vstupu do rozhraní aplikace klikněte na tlačítko hledat, vyhledejte název Bluetooth (TP2) a poté klikněte na tlačítko připojit zařízení. Po připojení můžete běžecký pás ovládat prostřednictvím aplikace.

## 3. Parametr Úvod

Parametry pohybu různých režimech pohybu:

- Minimální rychlost zobrazení: USA/CA: 0,6 MPH, UK: 1KM/H
- Maximální rychlost zobrazení: USA/CA: 7,5 MPH, UK: 12KM/H
- Maximální doba cvičení v časovém režimu: 99 minut
- Minimální doba cvičení v časovém režimu: 8 minut
- Maximální vzdálenost pohybu v režimu vzdálenosti: 99 mil
- Minimální vzdálenost pohybu v režimu vzdálenosti: 1 míle
- Maximální počet spálených kalorií v kalorickém režimu: 990 kalorií
- Minimální počet spálených kalorií v kalorickém režimu: 20 kalorií
- (P01-P12) Minimální doba automatických programů: 8 minut
- (P01-P12) Maximální doba automatických programů: Maximální doba automatických programů: 99 minut

## 4. Popis funkce tlačítka na displeji

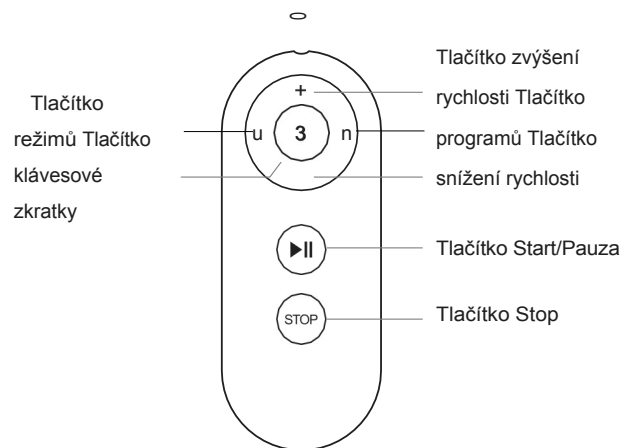
Funkční tlačítka:

- Tlačítko Start / Stop
- Tlačítko Programy / Tlačítko Režimy
- Tlačítko Speed+ / Speed-
- Zobrazení v USA/CA: Tlačítko zkratky rychlosti (2/4 MPH)
- Zobrazení ve Spojeném království: Tlačítko rychlostní zkratky (3/6KM/H)

## 5. Popis funkce tlačítka na displeji

- 1) Tlačítko Start/Stop -- Popis funkce: Návod k obsluze:
  - a. V ručním režimu stisknutím tohoto tlačítka spustíte provoz motoru.
  - b. V režimu odpočítávání stisknutím tohoto tlačítka spustíte provoz motoru.
  - c. V automatických programech lze stisknutím tohoto tlačítka spustit provoz motoru.
  - d. Pokud je displej v provozu, stisknutím tohoto tlačítka motor zastavíte.
- 2) Tlačítko Mode -- Popis funkce: Návod k obsluze:
  - a. V režimu ručního ovládání stisknutím tohoto tlačítka přejdete do režimu nastavení odpočítávání /
  - b. Provozní proces v pohotovostním režimu: odpočítávání času - odpočítávání vzdálenosti - odpočítávání kalorií - automatická volba programu.
- 3) Tlačítko Programy -- Popis funkce: Návod k obsluze:
  - a. V režimu odpočítávání stisknete toto tlačítko pro vstup do automatického nastavení programu.
  - b. V režimu ručního ovládání přejdete stisknutím tohoto tlačítka do stavu automatického nastavení programu.
- 4) Tlačítko Speed+/- -- Popis funkce: Nastavení hodnoty otáček během provozu, nastavení hodnoty parametru během nastavování parametrů.  
Návod k obsluze:
  - a. V provozním stavu nastavte hodnotu rychlosti operace.
  - b. Ve stavu nastavení parametru lze upravit velikost nastavené hodnoty parametru.
- 5) Tlačítko rychlé volby: --- Popis funkce: Přímá volba hodnoty rychlosti během provozu  
Návod k obsluze:
  - a. V provozním režimu stisknutím tohoto tlačítka přímo zvolíte odpovídající hodnotu rychlosti.

## 6. Popis funkce tlačítek dálkového ovládání



#### Tlačítko dálkového ovládání

☒II Tlačítko Start/Pauza	-{- Tlačítko Speed+
^ - Tlačítko Stop	-Rychlost - tlačítko
Tlačítko M Režimy	3 Tlačítko rychlostní zkratky (pouze jedno tlačítko): (US/CA: 3MPH UK: 4KM/H)
Tlačítko P Programy	

- 1) Tlačítko Start/Pauza -- Popis funkce: Návod k obsluze: Spuštění/pozastavení chodu motoru:
  - a. V plně manuálním režimu stisknutím tohoto tlačítka spustíte provoz motoru a poté stisknutím tlačítka stisknutím tlačítka pozastavíte provoz motoru a zároveň zachováte data.
  - b. Ve stavu nastavení režimu odpočítávání stisknutím tohoto tlačítka spustíte/pozastavíte provoz motoru.
  - c. Ve stavu automatického nastavení programu lze stisknutím tohoto tlačítka spustit/pozastavit provoz motoru.
- 2) Tlačítko Stop -- Popis funkce: Stisknutím tohoto tlačítka zastavíte provoz motoru.
- 3) Tlačítko Mode -- Popis funkce: Návod k obsluze:
  - a. V plně manuálním režimu stisknutím tohoto tlačítka přejdete do nastavení režimu odpočítávání.
  - b. V pohotovostním režimu provozní proces : odpočítávání času - odpočítávání vzdálenosti - odpočítávání kalorií - automatická volba programu.
- 4) Tlačítko Programy -- Popis funkce: Návod k obsluze:
  - a. V režimu odpočítávání stiskněte toto tlačítko pro vstup do automatického nastavení programu.
  - b. V plně manuálním režimu stisknutím tohoto tlačítka přejdete do stavu automatického nastavení programu.
- 5) Tlačítko rychlosti +/- -- Popis funkce: Nastavení hodnoty otáček během provozu, nastavení hodnoty parametru během nastavování parametru.  
Návod k obsluze:
  - a. V provozním stavu lze nastavit hodnotu rychlosti operace.
  - b. Ve stavu nastavení parametru lze upravit velikost nastavené hodnoty parametru.
- 6) Tlačítko rychlé volby -- Popis funkce: Přímá volba hodnoty rychlosti během provozu  
Návod k obsluze:
  - a. V provozním režimu stisknutím tohoto tlačítka přímo zvolíte odpovídající hodnotu rychlosti.

## 7. Popis sportovního režimu

### A. Funkce manuálního režimu

#### 1.1 Vstup do manuálního režimu:

Jakmile je elektrický displej zapnutý a plně zobrazený, přejde do plně manuálního provozního režimu. V tomto okamžiku stiskněte tlačítko Start, abyste vstoupili do režimu ručního provozu.

### 1.2 Návod k obsluze:

Počáteční rychlost běhu je 0,6MPH ( 1,0KM/H ) a čas, vzdálenost a kalorická okna se počítají kladně od 0. Stisknutím tlačítka rychlosti upravte hodnotu rychlosti běhu.

Pokud doba cvičení překročí 99:59 minut, běžecký pás se automaticky zastaví a údaje o cvičení na běžeckém pásu a v aplikaci APP se nezachovají. V tomto okamžiku je třeba běžecký pás znovu spustit a čas cvičení se začne počítat od 0.

## B. Funkce automatických programů (stiskněte tlačítko P/M pro vstup do P1-P12)

### 1.1 Vstup do automatického programu:

V režimu ručního ovládání nebo ve stavu nastavení režimu přejděte stisknutím tlačítka programu do automatické volby programu. V tomto okamžiku se v časovém okénku zobrazí 30:00 minut a bliká (požadovanou dobu chodu lze nastavit pomocí tlačítka rychlosti +/-, přičemž rozsah je 8:00 99:00 minut). Stisknutím tlačítka start vstoupíte do provozu automatického programu.

### 1.2 Návod k obsluze:

Automatický program je do 20 sekcí, přičemž každá sekce běží s rychlostí nastavenou v automatickém programu. Doba běhu každého úseku je 1/20 nastaveného času. Okno času se začne počítat zpětně podle nastavené doby běhu a okna vzdálenosti a kalorií se začnou počítat kladně od 0. Stisknutím tlačítka pro nastavení rychlosti lze nastavit velikost hodnoty rychlosti běhu. Když program přejde do dalšího úseku, rychlost se automaticky upraví na nastavenou hodnotu dalšího úseku. Když se nastavený čas počítá zpět na 0, Displej pomalu přestane běžet.

Diagramy pohybu programu P1-P12(Miles)

Program	Čas	Nastavení doby nastavení/20 časových úseků= doba běhu horního a dolního časového úseku																				
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
P1	Rychlost	1.2	1.8	1.8	2.4	3.1	1.8	2.4	3.1	3.1	1.8	2.4	3.1	2.4	2.4	2.4	1.2	1.8	1.8	3.1	1.8	
P2	Rychlost	1.2	2.4	2.4	3.1	3.7	2.4	3.7	3.7	3.7	2.4	3.1	3.7	2.4	2.4	2.4	1.2	1.2	3.1	2.4	0.6	
P3	Rychlost	1.2	2.4	2.4	3.7	3.7	2.4	4.3	4.3	4.3	2.4	4.3	4.3	2.4	2.4	2.4	1.2	2.4	3.1	1.8	1.2	
P4	Rychlost	1.8	3.1	3.1	3.7	4.3	4.3	3.1	4.3	4.3	4.9	4.9	3.1	5.5	3.1	3.1	3.7	3.7	2.4	2.4	1.8	
P5	Rychlost	1.2	2.4	2.4	3.1	3.7	4.3	4.3	3.1	3.7	4.3	4.9	4.9	3.1	2.4	1.8	1.8	3.7	3.1	2.4	1.2	
P6	Rychlost	1.2	2.4	1.8	2.4	3.1	2.4	4.9	4.3	3.7	4.3	4.9	1.8	3.7	2.4	2.4	1.2	3.1	2.4	1.8	1.2	
P7	Rychlost	1.2	1.8	1.8	1.8	2.4	3.1	1.8	2.4	3.1	1.8	2.4	3.1	1.8	1.8	1.8	3.7	3.7	3.1	1.8	1.8	
P8	Rychlost	1.2	1.8	1.8	3.7	4.3	4.3	2.4	3.7	4.3	2.4	3.7	4.3	2.4	2.4	2.4	1.2	1.8	2.4	2.4	1.2	
P9	Rychlost	1.2	2.4	2.4	4.3	4.3	2.4	4.3	4.9	2.4	4.9	5.5	5.5	2.4	2.4	2.4	3.1	3.7	1.8	1.8	1.2	
P10	Rychlost	1.2	2.4	2.4	4.3	4.3	2.4	4.3	4.9	2.4	4.9	5.5	5.5	2.4	2.4	2.4	3.1	3.7	1.8	1.8	1.2	
P11	Rychlost	1.2	2.4	3.1	3.7	3.7	4.3	3.1	2.4	3.7	4.9	4.9	3.7	3.7	3.1	2.4	2.4	2.4	2.4	1.8		
P12	Rychlost	1.8	2.4	3.1	3.1	5.5	3.1	5.5	3.1	3.1	5.5	15.5	3.1	3.1	3.1	3.1	5.5	4.5	4.9	4.3	3.7	1.8
	Rychlost	1.2	3.1	4.9	6.2	4.3	4.3	6.2	6.2	4.3	4.3	24.3	6.2	6.2	3.7	3.7	5.5	5.5	3.1	3.1	2.4	1.8

**P1-P12 diagram pohybu programu(Kilometer)**

Program	Čas	Nastavení doby nastavení/20 časových úseků= doba běhu horního a dolního časového úseku																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	Rychlost	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P2	Rychlost	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P3	Rychlost	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P4	Rychlost	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
Pa	Rychlost	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P7	Rychlost	2	4	3	4	5	4	8	7	6	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
PB	Rychlost	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P9	Rychlost	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P10	Rychlost	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P11	Rychlost	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P12	Rychlost	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
	Rychlost	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3

**C. Funkce režimu odpočítávání: (pro vstup do režimu odpočítávání stiskněte 12krát tlačítko P/M)**

**1.1 Vstupte do režimu odpočítávání času:**

V plně manuálním režimu zvolte stisknutím tlačítka režimu režim odpočítávání času. V tomto okamžiku se v časovém okně zobrazí 30:00 minut a začne blikat. Požadovanou provozní dobu lze nastavit pomocí tlačítka rychlosti +/-, přičemž rozsah nastavení je 8:00 99:00 minut. Stisknutím tlačítka start přejdete do režimu odpočítávání času.

**1.2 Návod k obsluze:**

Počáteční rychlost jízdy je 0,6MPH ( 1,0KM/H ). Okno času se začne počítat zpětně podle nastavené doby běhu a okna vzdálenosti a kalorií se začnou počítat kladně od 0:00. Stisknutím tlačítka rychlosti nastavte velikost hodnoty rychlosti běhu. Když se nastavený čas počítá zpětně do 0:00, displej pomalu přestane běžet.

**2.1 Vstupte do režimu odpočítávání vzdálenosti:**

V plně manuálním režimu vyberte stisknutím tlačítka režimu režim odpočítávání vzdálenosti. V tomto okamžiku se v okénku vzdálenosti zobrazí 0,6MPH ( 1,0KM/H ) a bliká. Požadovanou uběhnutou vzdálenost lze nastavit pomocí tlačítka rychlost+/-, přičemž rozsah nastavení je 1,0 99,0 mil. Stisknutím tlačítka start přejdete do režimu odpočítávání uběhnuté vzdálenosti.

**2.2 Návod k obsluze:**

Počáteční rychlost jízdy je 0,6MPH ( 1,0KM/H ). Okno vzdálenosti se začne počítat zpětně podle nastavené vzdálenosti a okno času a kalorií se začne počítat kladně od 0. Stisknutím tlačítka pro nastavení rychlosti upravte hodnotu rychlosti běhu. Když se nastavená vzdálenost počítá zpětně do 0, displej pomalu přestane běžet.



### 3.1 Vstupte do režimu odpočítávání kalorií:

V plně manuálním režimu zvolte stisknutím tlačítka režimu odpočítávání kalorií. V tomto okamžiku se v okénku kalorií zobrazí 50 a začne blikat. Požadované běžecké kalorie můžete nastavit pomocí tlačítka rychlosti +/-, přičemž rozsah nastavení je 20-990. Stisknutím tlačítka start přejděte do režimu odpočítávání kalorií.

### 3.2 Návod k obsluze:

Počáteční rychlost jízdy je 0,6MPH. Okno s kaloriemi se začne počítat zpětně podle nastaveného počtu kalorií, zatímco okna s časem a vzdáleností se začnou počítat kladně od 0. Stisknutím tlačítka pro nastavení rychlosti upravíte hodnotu rychlosti běhu. Když je počet kalorií nastaven na 0, displej pomalu přestane běžet.

## 8. Funkce spánku Popis

Když běžecký pás přestane běžet a po dobu delší než 10 minut není v provozu, přejde do stavu spánku a obrazovka displeje se automaticky vypne. Stisknutím libovolného tlačítka displej probudíte, a jakmile se plně zobrazí, přejde opět do původního pohotovostního stavu.

## 9. Popis funkce bezpečnostního zámku

Během používání je třeba před spuštěním umístit bezpečnostní klíč do určené polohy na elektrickém displeji. Pokud je bezpečnostní klíč vyjmut, zobrazí se v různých okénkách na displeji "---", což je doprovázeno výstražným zvukem. Pokud je bezpečnostní klíč vyjmut během provozu, systém se rychle vyp. Po opětovném zavření bezpečnostního zámku se vynulují všechny údaje o cvičení.

## 10. Bezpečnostní opatření

1. Před použitím tohoto výrobku zkontrolujte, zda je běžecký pás rovně na zemi.
2. Před cvičením zkontrolujte, zda je napájecí zdroj nabitý; Zkontrolujte, zda je bezpečnostní zámek účinný.
3. Pokud během cvičení k nestandardní situaci, lze bezpečnostní pojistku stáhnout a běžící stroj se rychle zpomalí a zastaví.
4. Pokud má tento běžecký pás nějaké problémy, obraťte se na prodejce; Neprofesionální osoby se prosím nepokoušejte rozebírat nebo opravovat, aby nedošlo k poškození zařízení.

## Bezpečnostní upozornění

Děkujeme, že jste si vybrali naše produkty. Správné používání běžeckého pásu je zárukou vaší bezpečnosti a pohodlí. Před použitím běžeckého pásu si pečlivě přečtěte následující obsah:

1. Po potvrzení, že byl běžecký pás nainstalován v souladu s pokyny k instalaci, lze zapnout napájení. Při umísťování dbejte na to, abyste nezablokovali zástrčku na stěně, a ponechte před ní prostor 0,8 metru pro snadné zasunutí.
2. Po obou stranách běžeckého pásu si vyhradte bezpečnostní prostor 0,8 metru a za běžeckým pásem bezpečnostní prostor 2 metry (D) \* 1 metr (VV).
3. Zasuňte napájecí kabel do zásuvky s bezpečným uzemněním. Napájecí kabel elektrického běžeckého pásu je vyhrazen. Pokud je napájecí kabel poškozený, zakupte jej u prodejce a nechte jej vyměnit odborníkem, nebo kontaktujte přímo naši společnost a pošlete odborníka, aby jej vyměnil.

4. Běžecký pás je zařízení pro vnitřní použití, nepoužívejte jej venku. Běžecký pás umístěte na čisté a rovné místo, dbejte na odolnost proti vlhkosti a neumistujte jej na předměty, jako jsou silné koberce, aby nedošlo k ovlivnění proudění vzduchu ve spodní části běžeckého pásu. Elektrický běžecký pás specializované zařízení, jej pro jiné účely.
5. Během cvičení nenoste volné oblečení, abyste předešli bezpečnostním nehodám způsobeným jeho zavěšením na elektrickém běžecském pásu. Doporučujeme nosit obuv s gumovou podrážkou;
6. Nesnímejte ochranný kryt náhodně. Pokud nutné jej otevřít kvůli údržbě, nezapomeňte nejprve odpojit napájecí kabel.
7. Při používání běžeckého pásu nedovolte dětem, aby se k němu , abyste předešli nebezpečí.
8. Pokud používáte běžecký pás poprvé, nezapomeňte se před uvolněním opěrky rukama přidržovat, dokud se v tom neosvědčíte.
9. Pokud se vyskytne problém s elektronickým systémem displeje, který způsobí náhlé zrychlení elektrického běžeckého pásu nebo automatické zvýšení rychlosti běžeckého pásu, okamžitě odstraňte bezpečnostní zámek na elektronických hodinkách a elektrický běžecký stroj se okamžitě zastaví.
10. Pokud dojde k poruše elektronického systému a nelze jej zastavit, rychle se přidržte rukama madel na obou stranách a vyskočte z prostoru pro chůzi, nohama se dotkněte okrajů na obou stranách, včas vypněte napájení a informujte pracovníka poprodejní služby.
11. Pokud se běžecký pás nepoužívá, měl by být napájecí kabel odpojen od sítě.
12. Dítě musí být při používání tohoto elektrického běžeckého pásu v doprovodu dospělé osoby.

## Poradenství a vedení při cvičení

Pokud používáte elektrický běžecký pás , je nutné si přečíst následující obsah: Je třeba, abyste byli

připraveni:

Před prvním použitím elektrického běžeckého pásu se postavte vedle něj a seznámte se s jeho ovládáním: spuštěním, zastavením a nastavením rychlosti. Poté, co se s ním seznámíte a budete jej moci používat. Poté se postavte na plastové protiskluzové desky po obou stranách běžeckého pásu, oběma rukama uchopte opěrku, rozjedte stroj na nízkou rychlost 1-2 km/h, stůjte rovně, dívejte se dopředu a snažte uvolnit: poté se postavte na běžecký pás a cvičte s ním. Až se budete cítit adaptovaní, pomalu zvyšujte rychlost na 2-3 km/h. Tuto rychlost udržujte asi 10 minut, než stroj pomalu zastavíte. Poprvé neběhejte vysokou rychlostí, abyste předešli pádu.

**Cvičení:**

Ujděte pevným tempem přibližně 0,8 míle (1 km) a zapište si . To může trvat 15-25 minut. Při chůzi rychlostí 3 mph (4,8 km/h) bude cesta dlouhá 0,6 míle (1 km) trvat přibližně 13 minut. Poté, co ji několikrát snadno zvládnete, můžete postupně zvyšovat rychlost, což trvá 30 minut, a můžete si tak dobře zacvičit.

**Frekvence cvičení:**

Cílem je cvičit 3-5krát týdně po dobu 15-60 minut. Nejlepší je sestavit si cvičební plán na základě své fyzické kondice, nikoliv cvičit podle svých preferencí. Intenzitu cvičení můžete ovlivnit úpravou rychlosti a doby cvičení.

**Množství cvičení:**

Zkratka - Cvičení na 15-20 minut skvělý způsob, jak ušetřit čas. Zahřívajte se rychlostí 2,5-3 km/h (4-4,8 ) po dobu 5 minut, poté zvyšujte rychlost o 0,2 km/h (0,3 km/h) za minutu, dokud nebudete mít pocit, že pokračovat ve cvičení 45 minut určitou rychlostí může být náročné.

Oblékněte se:

Doporučujeme zvolit běžeckou obuv nebo fitness obuv. Zároveň na podrážku bot nelepte žádné cizí předměty, abyste je nenosili pod běžeckým pásem a nenosili běžeckou desku a pás. Oblečení by mělo být pohodlné na nošení a vhodné cvičení. Doporučuje se používat bavlněné prodyšné sportovní oblečení.

Protahovací cvičení:

Bez ohledu na to, jak rychle chodíte, je nejlepší nejprve provést protahovací cvičení. Zahřáté svaly se lépe protahují, proto se nejprve 5-10 procházejte, abyste se zahřáli. Poté se zastavte a proveďte protahovací cviky následujícím způsobem - 5krát, každou nohu po dobu 10 sekund nebo déle : Po cvičení jej zopakujte.

#### 1. Stretch Down

Mírně pokrčte kolena a pomalu ohýbejte tělo, nechte záda a ramena uvolněná, po dobu 10-15 se snažte dotýkat špiček obou rukou. Poté se uvolněte a opakujte pro každou nohu; (viz obrázek 1).



#### 2. Protahování hamstringů

Posadte se na čistý polštář, narovnejte jednu nohu a druhou nohu stáhněte tak, aby byla blízko vnitřní strany narovnané nohy. Pokuste se dotknout rukama špiček nohou, vydržte 10-15 sekund. Pak se uvolněte, každá noha to opakuje třikrát. (Viz obrázek 2)



#### 3. Prodloužení lýtkové a patní šlachy

Postavte se oběma rukama ke stěně nebo stolu, jednu nohu dejte za sebe, zadní nohy držte vzpřímeně a paty na zemi, nakloňte se ke stěně nebo stolu, vydržte 10-15 sekund. Pak se uvolněte, každá noha to opakuje třikrát. (Viz obrázek 3)



#### 4. Prodloužení kotníku

Levou rukou se přidržte stěny nebo stolu, abyste udrželi rovnováhu, pak natáhněte pravou ruku dozadu, uchopte pravý kotník a pomalu táhněte směrem k hýždím, dokud neucítíte, že se svaly před stehny napínají. Vydržte 10-15 sekund a poté se uvolněte. Opakujte pro každou nohu třikrát (viz obrázek 4).



#### 5. Protahování vnitřních stehenních svalů

se tak, aby dolní části nohou směřovaly k sobě, kolena směřovala ven, uchopte chodidla oběma rukama a přitáhněte je k tříslům, vydržte 10-15 sekund. Poté se uvolněte a proceduru třikrát zopakujte. (Viz obrázek 5)



Před cvičením se poraďte s odborníkem. Ten vám pomůže doporučit frekvenci, intenzitu a délku cvičení odpovídající vašemu věku a fyzické kondici. Pokud během cvičení pocítíte svírání nebo bolest na hrudi, nepravidelný srdeční tep, dušnost, závratě nebo jiné nepříjemné pocity, okamžitě přestaňte!

Varování: Před čištěním nebo údržbou výrobku odpojte zástrčku elektrického běžeckého pásu ze zásuvky.

Čištění: Důkladné čištění výrazně prodlouží životnost elektrických běžeckých pásů.

Pravidelně odstraňujte prach, abyste zachovali čistotu součástí. Nezapomeňte čistit exponované části na obou stranách pojezdového pásu, protože tím snížíte hromadění nečistot pod pojezdovým pásem. Čištění sportovní obuvi a vyvarujte se nošení cizích předmětů pod běžeckým pásem, aby nedošlo k opotřebením běžecké desky a pásu. Povrch běžeckého pásu je třeba otírat vlhkým hadříkem namočeným v mýdle. Dbejte na to, abyste nestříkali vodu na elektrické součásti nebo pod běžecký pás.

Varování: Před přemístěním ochranného krytu motoru nezapomeňte odpojit zástrčku elektrického běžeckého pásu ze zásuvky. Otevřete ochranný kryt motoru alespoň jednou ročně, abyste vysáli prach z motoru, vyčistili běžecký pás a namazali silikonový olej.

Běžecká deska a běžecký pás tohoto elektrického běžeckého pásu jsou předem natřeny mazacím olejem. Tření mezi běžeckým pásem a běžeckou deskou má významný vliv na životnost a výkonnost elektrických běžeckých pásů, proto je nutné pravidelně aplikovat mazací silikonový olej. Doporučujeme provádět pravidelné kontroly běžecké desky.

Doporučení pro mazání:

Nenároční uživatelé (méně než 3 hodiny týdně) mažou jednou za 6 . Středně těžcí uživatelé (3-5 hodin týdně) mažte jednou za 3 měsíce.

Intenzivní uživatelé (více než 5 hodin týdně) mažou jednou za 1,5 měsíce.

## Pokyny pro údržbu

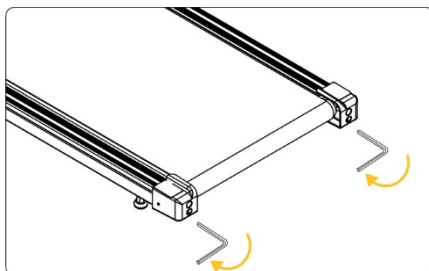
Lepeší údržbu elektrického běžeckého pásu a prodloužení jeho životnosti doporučujeme po 2 hodinách nepřetržitého používání vypnout napájení a před použitím nechat stroj 10 minut odpočívat.

Pokud je pojezdový pás příliš volný, může během chodu prokluzovat; pokud je pojezdový pás příliš napnutý, může to snížit výkon motoru a zhoršit opotřebením bubnu a pojezdového pásu. Pokud je napnutí pojezdového pásu vhodné, můžete obě strany pojezdového pásu zvednout rukou asi 50-75 mm od pojezdové desky.

## Mazání pojezdového řemene

1. Nezapomeňte: Přiměřené mazání je důležitým faktorem pro zvýšení životnosti běžeckého pásu.
2. Zda je třeba přidat mazivo, zjistíte tak, že uchopíte pojezdový pás a rukama se co nejvíce dotknete středu zadní části pojezdového pásu. Pokud je uvnitř běžeckého pásu silikonový olej (trochu vlhký), znamená to, že není třeba přidávat mazivo. Pokud je pojezdová deska suchá a v pojezdovém pásu není cítit silikonový olej, je třeba přidat mazivo.
3. Mazací kroky:
  - Levou rukou zvedněte kryt polohy mazacího oleje: Nechte do plnicího otvoru přidat 10-15 ml přiměřeného množství silikonového oleje a zavřete kryt.
  - Poté zapněte běžecký pás rychlostí 0,6 mph (1km/h), aby se mazivo rovnoměrně rozprostřelo. Jemně našlapujte na běžecký pás zleva doprava, mazivo se může do běžeckého pásu zcela vstřebat po 8-10 minutách.

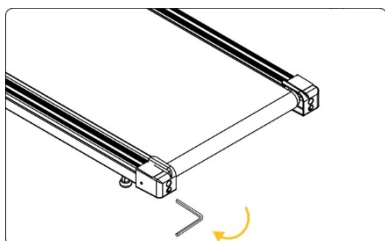
## Nastavení utažení běžeckého pásu



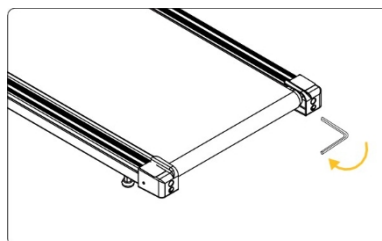
Všechny běžecké pásy musí být před opuštěním továrny a po instalaci seřizeny, ale po určité době používání se mohou objevit nedostatky, jako je pocit pauzy a kluzkosti při běhu. Nastavte prosím šrouby pro nastavení běžeckého pásu ve směru hodinových ručiček o půl kruhu jako jednotka a synchronizujte levou a pravou stranu; Mírně upravte pro běžné používání bez výše uvedeného jevu.

## Nastavení odchyšky pojezdového pásu

1. Postavte běžecký pás na rovnou plochu.
2. Běžte na běžeckém pásu rychlostí přibližně 1-2MPH.
3. Pokud se pojezdový pás natáčí doleva, otočte seřizovacím šroubem vlevo o 1/4 otáčky ve směru hodinových ručiček a dejte si 30 sekund pauzu, než se pojezdový pás automaticky vrátí do normálního stavu. Pokud se nevrátí do normálu, zopakujte výše uvedený způsob seřízení.
4. Pokud se pojezdový pás naklání doprava, otočte seřizovacím šroubem vpravo o 1/4 otáčky ve směru hodinových ručiček a dejte 30 sekund pauzu, než se pojezdový pás automaticky vrátí do původní polohy. Pokud se do původní polohy nevrátí, zopakujte výše uvedený způsob seřízení.



Pokud se pojezdový pás natáčí doleva, otočte seřizovacím šroubem vlevo o 1/4 otáčky ve směru hodinových ručiček a dejte si 30 sekund pauzu, než se pojezdový pás automaticky vrátí do normálního stavu. Pokud se nevrátí do normálu, zopakujte výše uvedený způsob seřízení.



Pokud se pojezdový pás naklání doprava, otočte seřizovacím šroubem vpravo o 1/4 otáčky ve směru hodinových ručiček a dejte 30 sekund pauzu, než se pojezdový pás automaticky vrátí do původní polohy. Pokud se do původní polohy nevrátí, zopakujte výše uvedený způsob seřízení.

Zobrazení kódu poruchy	Možná příčina	Způsob opravy
E01	1. Zkontrolujte, zda je elektrický displej správně připojen k napájení. řídicí jednotka	Prosím znovu připojte (komuni-kaci) vodiče
	2. Elektronický displej bez výstupního signálu	Výměna elektronického displeje a nutnost opravy
	3. Řídicí jednotka nemá žádný výstupní signál	Vyměňte řídicí jednotku a potřebujete opravu
E02	1. Napájecí napětí není správné	Zkontrolujte, zda nejsou připojeny vodiče motoru
	2. Řídicí jednotka neposkytuje žádné napětí	Vyměňte řídicí jednotku a opravte
	3. Motor je rozbitý	Vyměňte motor
E03	Porucha obvodu PWM pohonu dolní řídicí desky	Vyměňte řídicí jednotku a potřebujete opravu
E04	1. Běžec pás má velkou zátěž	Doporučujeme jej používat v rámci rozsahu jmenovitého pracovního napětí motoru.
	2. Motor je rozbitý	Vyměňte motor
	3. Porucha obvodu detekce přepětí motoru na spodní řídicí desce	Vyměňte řídicí jednotku a potřebujete opravu
E05	1. Zatížení běžec pásu překračuje jmenovitý pracovní proud motoru.	Doporučuje se pracovat v rozsahu jmenovitého proudu motoru.
	2. Je problém s montážní konstrukcí běžec pásu a motoru, který způsobuje odporový jev motoru.	Zkontrolujte, zda je konstrukce běžec pásu normální.
	3. Porucha v systému omezení proudu spodního regulátoru	Vyměňte řídicí jednotku a potřebujete opravu
E06	1. Napájecí napětí je příliš nízké	Zkontrolujte, zda je napájecí vodič v pořádku
	2. Detekční obvod spodní řídicí desky je neplatný	Vyměňte řídicí jednotku a potřebujete opravu
E07/—	1. Vypadnutí bezpečnostního magnetu	Umístěte bezpečnostní zámek do polohy na elektronickém displeji.
	2. Porucha systému bezpečnostního zámku elektronického displeje	Výměna elektronického displeje, nutnost opravy

#### Prohlášení FCC:

Toto zařízení splňuje požadavky části 15 pravidel FCC. Provoz podléhá následujícím dvěma podmínkám:

- (1) Toto zařízení nesmí způsobovat škodlivé rušení a
- (2) toto zařízení

musí akceptovat jakékoli rušení, včetně rušení, které může způsobit nežádoucí provoz.

Toto zařízení bylo testováno a bylo shledáno, že splňuje limity pro digitální zařízení třídy B, podle části 15 směrnice FCC Pravidel FCC. Tyto limity jsou navrženy tak, aby poskytovaly přiměřenou ochranu proti škodlivému rušení v obytné instalaci. Toto zařízení generuje, využívá a může vyzařovat vysokofrekvenční energii, a pokud není instalováno a používáno v souladu s pokyny, může způsobit škodlivé rušení rádiových komunikací.

Nicméně existují je nelze zaručit, že v konkrétní instalaci nedojde k rušení.

Pokud toto zařízení způsobuje škodlivé rušení rozhlasového nebo televizního příjmu, což lze zjistit vypnutím a zapnutím zařízení, doporučujeme uživateli, aby se pokusil rušení odstranit jedním nebo více z následujících opatření:

- Přesměrování nebo přemístění přijímací antény.
- Zvětšete vzdálenost mezi zařízením a přijímačem.
- Zapojte zařízení do zásuvky v jiném obvodu, než ke kterému je připojen přijímač. se s prodejcem nebo zkušeným radiotelevizním technikem.

Upozornění: Jakékoli změny nebo úpravy, které nejsou výslovně schváleny stranou odpovědnou za shodu, mohou vést ke ztrátě oprávnění uživatele k provozu zařízení.

Toto zařízení splňuje limity FCC pro vystavení záření stanovené pro nekontrolované prostředí. Tento vysílač nesmí být umístěn společně s jinou anténou nebo vysílačem ani s nimi nesmí být provozován.

#### Prohlášení IC:

Tento přístroj splňuje požadavky Industry Canada – osvobození od licence RSS. ~~Roz~~ podléhá následujícím dvěma podmínkám:

- (1) Toto zařízení nesmí způsobovat rušení a
- (2) Toto zařízení musí být odolné proti jakémukoli rušení, včetně rušení, které může způsobit nežádoucí provoz zařízení.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes : (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

Toto zařízení splňuje limity ozáření stanovené pro nekontrolované prostředí. Toto zařízení by mělo být instalováno a provozováno v minimální vzdálenosti 20 cm mezi zářičem a vaším tělem.

L'environnement du millipascal incontrôlés, leurs conditions normales d'utilisation de maintenir, au moins 20cm avec les utilisateurs.