

Uputstva za uporabu

Premium traka za trčanje



CE



Sadržaj

Općenito	3
Sigurnosne upute.....	3
napajanjen.g.....	4
Ambalaža.....	4
Zbrinjavanje.....	4
Uređaj za vježbanje	5
Namještaj.....	5
Opseg isporuke.....	5
Servis-hotline.....	5
Montaža	6
1. Provjera odopsega isporuke.....	6
2. Montaža nosača okvira.....	7
3. Sklapanje računala.....	7
4. Ugradnja okvirne obloge.....	8
Računalo	9
Montaža.....	9
Tipkovnica.....	10
Ekran na dodir.....	11
Početni zaslon.....	11
Korisnik.....	12
Program za brzo pokretanje.....	14
Programi vježbanja.....	17
Područje zabave.....	24
Dokumentacija treninga.....	26
Postavke.....	27
Poruke o greškama.....	29
Upute za obuku i tehnika obuke	31
Upute i tehnika treninga.....	31
Ispravan uspon i silazak.....	33
Što još trebate znati	33
Sklapanje i rasklapanje trake za trčanje.....	33
Prijevoz trake za trčanje.....	33
Njega i održavanje.....	34
Djelomični popis.....	35
Eksplozirani crtež.....	42

SIGURNOSNE UPUTE

Područje primjene ove sprave za vježbanje je kućno područje.

Uređaj zadovoljava zahtjeve DIN EN ISO 20957-1 i DIN EN 957-6, klasa HB.

Uređaj je ispitan prema ovom standardu za tjelesnu težinu od 135 kg kontinuiranog opterećenja. Oznaka CE odnosi se na elektromagnetsku kompatibilnost EMC (Direktiva: 2014/30/EU). U slučaju nepravilne uporabe ovog uređaja (npr. pretjeran trening, trzavi pokreti bez prethodnog zagrijavanja, netočne postavke itd.) sune može se isključiti šteta po zdravlje! Prije početka treninga liječnik bi trebao obaviti opću provjeru kondicije i razjasniti eventualne probleme sa srcem, cirkulacijom ili ortopediju.

Molimo vas da se pridržavate sljedećih uputa kako biste izbjegli nezgode:

- visoke temperature, izbjegavajte vlažnost i prskajuću vodu.
- Redovite provjere uređaja na oštećenja i istrošenost održavaju razinu sigurnosti. Neispravni dijelovi, npr. B. Dijelovi za spajanje moraju se odmah zamijeniti. Uređaj se više ne može koristiti dok ga ne popravi ovlašteni serviser.
- Isključite traku za trčanje nakon svakog treninga i tijekom procesa čišćenja. Redovito
- provjeravajte matice i vijke.
- Mjesto ona the ergometar daleko, ako ona postavkenapraviti.
- **NAKON PRIBLIŽNO 1 SATA NEPREKIDNOG RADA, UREĐAJ SE NE SMIJE RADITI PRIBLIŽNO 10 MINUTA KAKO BI SE SPRIJEČILO PREGRIJAVANJEZENA MOTORA TREBA IZBJEGAVATI!**
- Nemojte postavljati uređaj na ili blizu lako zapaljivih materijala.
Koristiti ona bez produžnih kablova s jedan duljina iz više kao 1.8m.

Da Maks. dopušteno težina korisnika iznosi 135kg.

- Prilikom postavljanja uređaja, provjerite ima li dovoljno slobodnog prostora u svakom smjeru (na leđanajmanje 2 m, bočno najmanje 1 m).
- Prilikom postavljanja uređaja pazite da je uređaj stabilan i da su sve neravnine na podu izravnane. postati.
- Nepravilan i pretjeran trening može ugroziti Vaše zdravlje.
- Poluge i drugi mehanizmi za podešavanje sprave ne smiju ometati opseg pokreta tijekom vježbanja. Nemojte se penjati
- na rukohvate ili ručke trake za trčanje.
- djece trebao bi samo s prikladnije psihički i fizički razvoj na uređaj vježbati i na theonaj pravi preporuča se korištenje.
- Nikada ne zatvarajte oči dok koristite uređaj.
- Traka za trčanje je prikladna samo za trčanje i hodanje. Traka za trčanje nije prikladna za bilo koju drugu vrstu upotrebe.
- Djeci se ne smije dopustiti blizina ovih uređaja bez nadzora jer bi njihov prirodni instinkt za igrom mogao navesti da koriste uređaj na način za koji nije namijenjen i time uzrokovati nesreće.
- Oprema za vježbanje nikako nije prikladna kao oprema za
- igru. Sprava nije prikladna za bosonogi trening.
- AkoAko trebate izaći iz jedinice u HITNIM SITUACIJAMA, uhvatite rukohvat(e) i pomaknite oba Stopala desno i lijevo na platformi za stopala pored trake za trčanje. Sada povucite sigurnosno uže za zaustavljanje usporite uređaj.
- Prije uporabe uređaja pažljivo pročitajte upute za uporabu.
- the Skupština-, operativni i vodič za obuku htjeti čak prema zapovjed iz Rezervni dijelovipotrebna.
- Vlasnik je dužan obavijestiti sve druge osobe koje koriste uređaj o bilo čemuobavijestiti o opasnostima.
- Uređaj je namijenjen isključivo za kućnu upotrebu i smije se koristiti samo u zatvorenom prostoru (nikako na otvorenom).koristiti se.
- Koristite prostirku na koju postavite uređaj kako biste izbjegli oštećenje poda. Nikada ne
- transportirajte uređaj sami.
- Ako želite rastaviti uređaj, postupite obrnutim redoslijedom od onog koji je opisan u uputamontaža prije.
- Ovaj uređaj mogu koristiti djeca starija od 8 godina te osobe sa smanjenim fizičkim, osjetilnim ili mentalnim sposobnostima ili nedostatkom iskustva i znanja ako su pod nadzorom ili su upućeni u sigurno korištenje uređaja i razumiju opasnosti koje iz toga proizlaze. Djeca se ne smiju igrati s uređajem. Čišćenje i korisničko održavanje ne smiju obavljati djeca bez nadzorabiti vođen.
- sklopka ona the uređaj Ne u urušio se Stanjea.
- Kada je traka za trčanje sklopljena, ne smije se njome upravljati. Prije nego
- što preklapate gazište, isključite uređaj iz strujnog kruga.
- Isključite kabel za napajanje nakon treninga i držite ga izvan dohvata djece. Razina
- zvučnog tlaka je 68dB.
- Ovaj uređaj je ekvivalentno the politika2006/42/EZ.
- Obavezno sklopite traku za trčanje tek kada se potpuno zaustavi. Maksimalna širina gazišta je 57 cm.
- Imajte na umu da su emisije buke veće pod opterećenjem nego bez opterećenja.
- Imajte na umu da se gazni sloj mora potpuno zaustaviti prije sklapanja. Ako se naprave za podešavanje ostave strše,
- mogu ometati kretanje korisnika.

SLUŽBA ZA KORISNIKE

3

  +43 720 880706

 www.woolfsports.com



UPOZORENJE – Sustavi za praćenje otkucaja srca mogu biti neprecizni. Pretjeran trening može dovesti do ozbiljnih ozljeda ili smrti. Ako osjećate da ste blizu nesvjestice, trening se mora odmah prekinuti.



UPOZORENJE: Samostojeće sprave za vježbanje moraju biti postavljene na stabilnu i ravnu površinu.

NAPAJANJE

Prije uključivanja kabela za napajanje u utičnicu, napon mreže naveden na naljepnici (pored utičnice na traci za trčanje) mora se usporediti s naponom lokalne mreže. Jesu li vrijednosti točne? ne podudaraju, kontaktirajte naš servisni tim. Mrežni utikač mora biti izvučen za potpuno odspajanje od električne mreže. Da Stoga uređaj spajajte samo u lako dostupne utičnice.

AMBALAŽA

ekološki, reciklirani Materijali:

- Kartonsko vanjsko pakiranje
- letvice kraj zapjenjen, Bez CFC-a polistiren (hp)
- dijapozitivi i vrećica kraj polietilen (PE)

Zbrinjavanje

Osigurajte da se ambalaža odloži na ekološki prihvatljiv način u skladu s lokalnim propisima i propisima! Imajte na umu da prije odlaganja svih osobnih Podaci na prema uređaj Čisto.

Zbrinjavanje starog uređaja: Prilikom odlaganja uređaja pridržavajte se lokalnih propisa i propisa o odlaganju. U Austriji ovaj uređaj potpada pod Odredbu o elektroničkom otpadu i mora se odložiti ili predati na jednom od općinskih sabirnih mjesta u Austriji ako se želi odložiti.

Izjava o sukladnosti:

Proizvodi označeni ovim simbolom u skladu su sa svim primjenjivim propisima Europskog gospodarskog prostora.

CE izjava o sukladnosti dostupna je za preuzimanje na našoj početnoj stranici. www.woolfssports.com

Pečat ispitane sigurnosti (GS znak):

potvrđuje da proizvod zadovoljava zahtjeve Njemačkog zakona o sigurnosti proizvoda (ProdSG) i zahtjeve DIN EN ISO 20957-1 i DIN EN 957-6 klase HB. Oznaka GS označava da kada se koristi prema namjeni te sigurnost i zdravlje korisnika nisu ugroženi u slučaju predvidive zlouporabe označenog proizvoda. Ovo je dobrovoljna sigurnosna oznaka.

Pročitajte i čuvajte upute za uporabu:

Ovaj korisnički priručnik dolazi uz ovu traku za trčanje. Sadrži važne informacije o sastavljanju i rukovanju. Pročitajte korisnički priručnik, posebno sigurnosne upute, pažljivo prije korištenja trake za trčanje. Nepoštivanje ovog priručnika može rezultirati ozbiljnim ozljedama ili oštećenjem trake za trčanje. Upute za uporabu temelje se na standardima i propisima važećim u Europskoj uniji. Kada ste u inozemstvu, također se pridržavajte smjernica i zakona specifične za zemlju. Sačuvajte korisnički priručnik za daljnju uporabu. Ako traku za trčanje prosledujete trećim stranama, svakako im dajte uputstvo za upotrebu sa.

To je odgovornost vlasnika prema svakoj drugoj osobi koja koristi uređaj koristiti za pružanje dovoljno informacija o svim opasnostima.



BILJEŠKA

Skreće vašu pozornost na važne informacije i napomene prilikom čitanja uputa za uporabu.



OPASNOST

Sadrži važne informacije za izbjegavanje oštećenja uređaja.



UPOZORENJE

Sadrži važne podatke kako biste izbjegli osobne ozljede (ozljede)



Značajke

Dieses Laufband kann Ihnen helfen sich zielbewusst fit zu halten.



opseg isporuke

- Pojedinačni dijelovi prema popisu dijelova alat za
- montažu
- Upute za sastavljanje, rad i obuku

Važno!

Prije prve uporabe uređaja pažljivo pročitajte upute za sastavljanje, rad i obuku - posebno sigurnosne upute. Sve funkcije tada se mogu koristiti sigurno i pouzdano.
na prijenos od uređaj Molim Skupština-, operativni i vodič za obuku Priložiti
Za tehničkog informacija do ovaj uređaj okrenuti se ona sebe Molim na naše Servisna telefonska linija ili poslati ona nas jedan e-pošta

Servis:

- Telefon: ++385 40 543 603
- E-mail: servis@woolf.hr

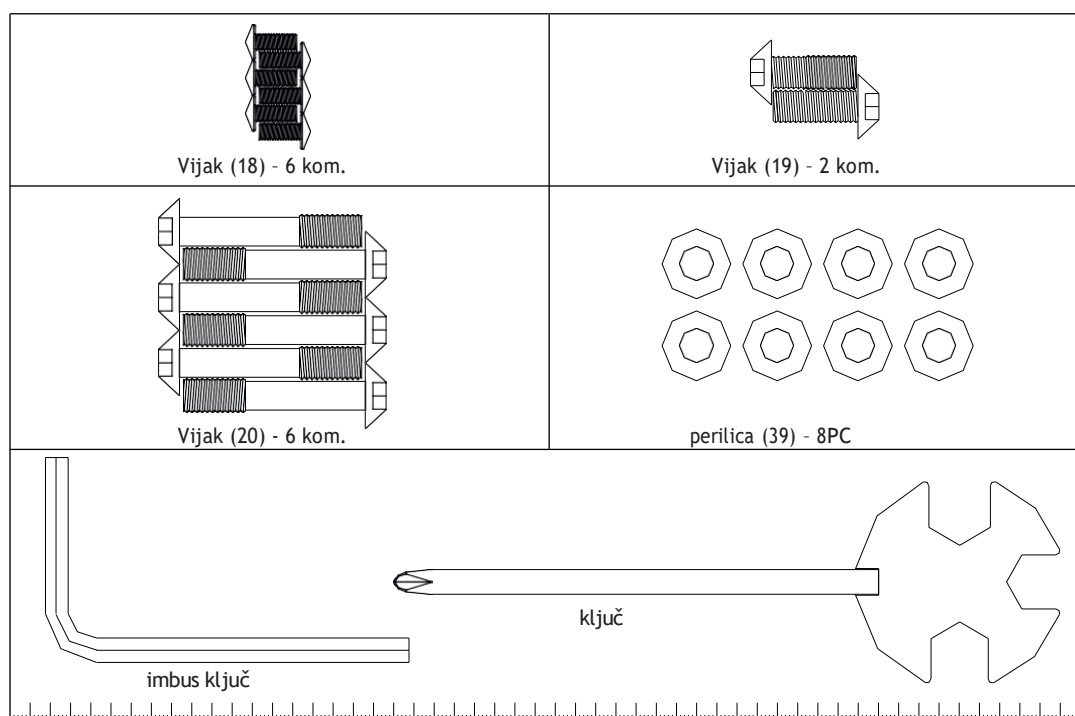
Kako bi vam sastavljanje trake za trčanje bilo što lakše, najvažnije dijelove već imamounaprijed montiran. Prije sastavljanja uređaja pažljivo pročitajte ove upute za sastavljanje i zatim nastavite korak po korak kako je opisano.

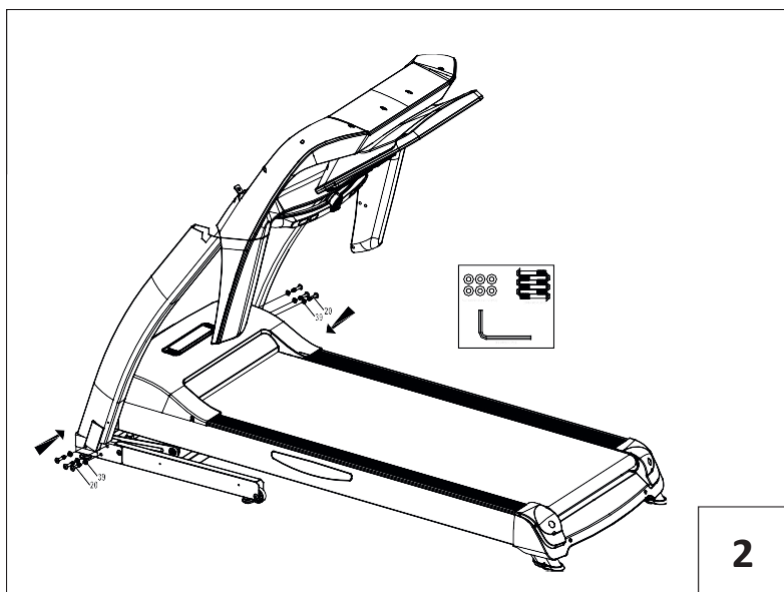


Montažni alat potreban za montažu uključen je u opseg isporuke.

1. Provjera opsega isporuke

- paket ona Svatko pojedini dijelovi kraj i mjesto ona ovaj rame uz rame na theKat.
- Provjerite imate li dovoljno slobode kretanja (barem 1 m) u svakom smjeru prilikom sastavljanja. Provjerite je li
- uređaj postavljen na ravnu i ravnu površinu
- Za postavljanje trake za trčanje potrebna je druga osoba.





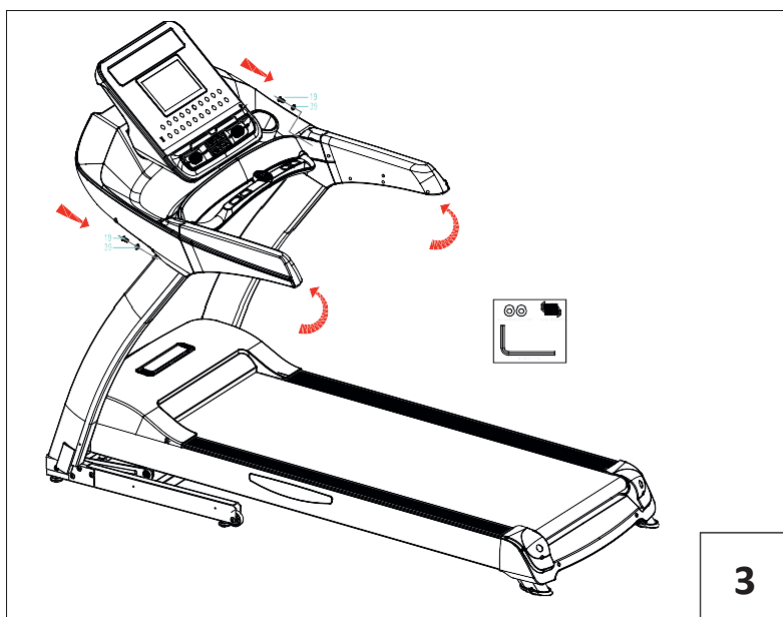
2. Montaža nosača okvira

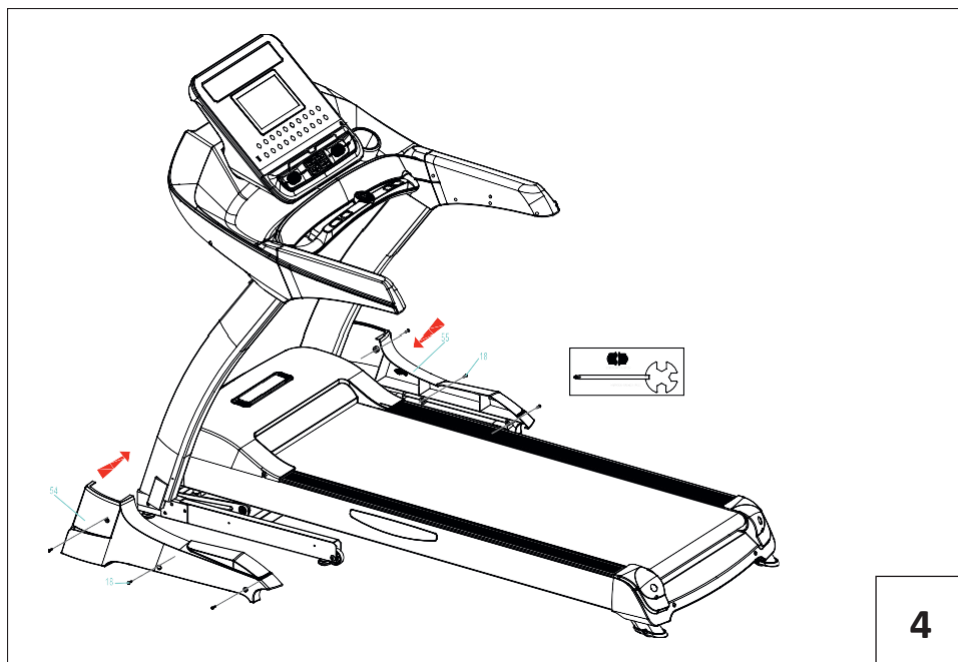
Traka za trčanje već je u potpunosti unaprijed sastavljena i potrebno je popraviti samo nekoliko dijelova.

Preklopite traku za trčanje i pričvrstite nosače okvira na glavni okvir s tri vijka (20) i tri podloške (39).

3. sklapanje računala

Preklopite rukohvate i računalo i pričvrstite ih po jednim vijkom (19) i podlošku (39) na nosačima okvira.






4. Ugradnja okvirne obloge

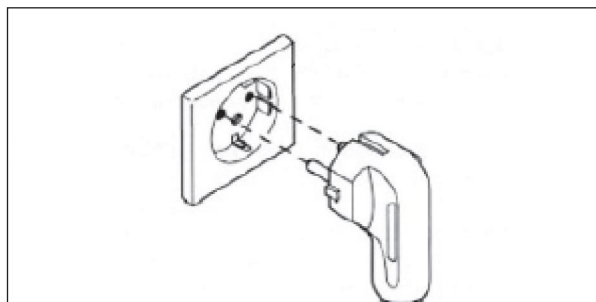
Pričvrstite dvije ploče okvira (54/svaki s tri vijka (18)).

1. Puštanje u rad

 → Staviti ona the utikač u the Utičnica.
the Utičnica Mora nakon lokalni propisi uzemljenbiće.

BILJEŠKA:

- Traka za trčanje može se oštetiti fluktuacijama napona u električnim krugovima. Ove fluktuacije napona u električnoj mreži mogu biti uzrokovane vremenskim prilikama te uključivanjem i isključivanjem drugih električnih uređaja.
- Provjerite je li vaša traka za trčanje ispravno uzemljena. Uzemljenje smanjuje rizik od električnog udara izbjegavati za korisnika.
- na problema i pitanja do ova tema kontaktirajte na
unbedingt einen qualifizierten Elektriker.



1. Puštanje u rad

- Uključite traku za trčanje pomoću prekidača ON/OFF. (SLIKA 1)
- Stellen Sie die beiden Beine auf die Sicherheitstrittflächen. (SLIKA 2)
- Pričvrstite sigurnosni graničnik na računalo.
- Uvijek pričvrstite sigurnosni graničnik u svoj pojas.
- Sada možete početi trenirati.



slika 1



slika 2

SIGURNOSNE UPUTE:

- Bez sigurnosno zaustavljanje limenka the ergometar Ne operiran htjeti.
- Bitte beachten Sie, dass Sie immer auf den Sicherheitstrittflächen (SLIKA 2) stajati ako ona tvoj trening početak i prvi nakon neki Sekunden die Lauffläche betreten.
- Za postavljanje postavki na računalo tijekom treninga, stellen Sie sich wieder auf die Sicherheitstrittflächen und betätigen naknadno prvi the tipke računala.
- Je li sigurnosni graničnik, povezano uže ili stezaljka oštećen, uređaj se ne smije koristiti dok se ne popravi. Kontaktirajte naš servis.

HITNO ZAUSTAVLJANJE:

- crtati ona na Uže od sigurnosna zaustavljanja, oko u Hitna pomoć vježbanje otkazati.



MOLIM ZABILJEŽITE:

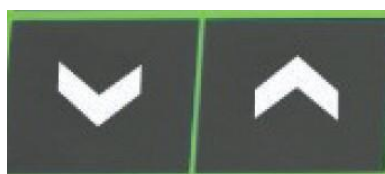
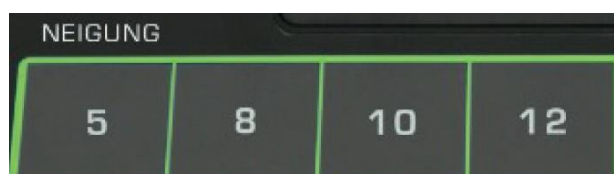
- Ako se izvrši hitno zaustavljanje, prekida se napajanje motora i upravljačke jedinice. Sigurnosno zaustavljanje drži prekidač za zaustavljanje uzice zatvorenim u krugu. Wenn der Magnet abgezogen wird öffnet der Notstoppschalter automatisch i prekida strujni krug.
- Ako se uređaj ne koristi ili ne transportira, sigurnosni graničnik se mora ukloniti s računala i pohraniti na sigurno.

Tipkovnica

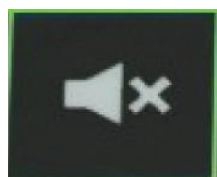


Kao alternativu dodirnom zaslonu, također možete koristiti gumbes na računalu.kut

nagiba:



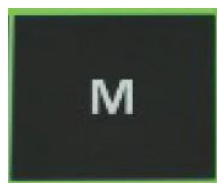
Može se učiniti korištenjem tipki za brzo podešavanje (5, 8, 10, 12) ili korištenjem tipki sa strelicama gore i doljena lijevoj strani tipkovnice može se podesiti u koracima od 1 do najviše razine 20.



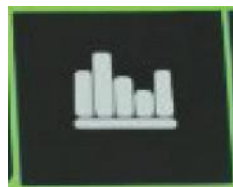
Zvuk isključen



ventilatorUključeno,
Isključeno



Znači gumb za način rada i postajePotrebna potvrda unosa.



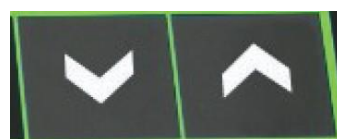
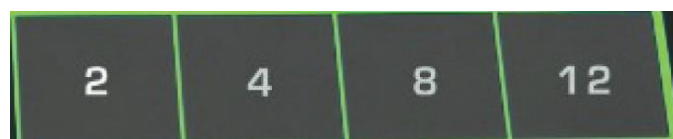
izbor programa



kontrola zvuka



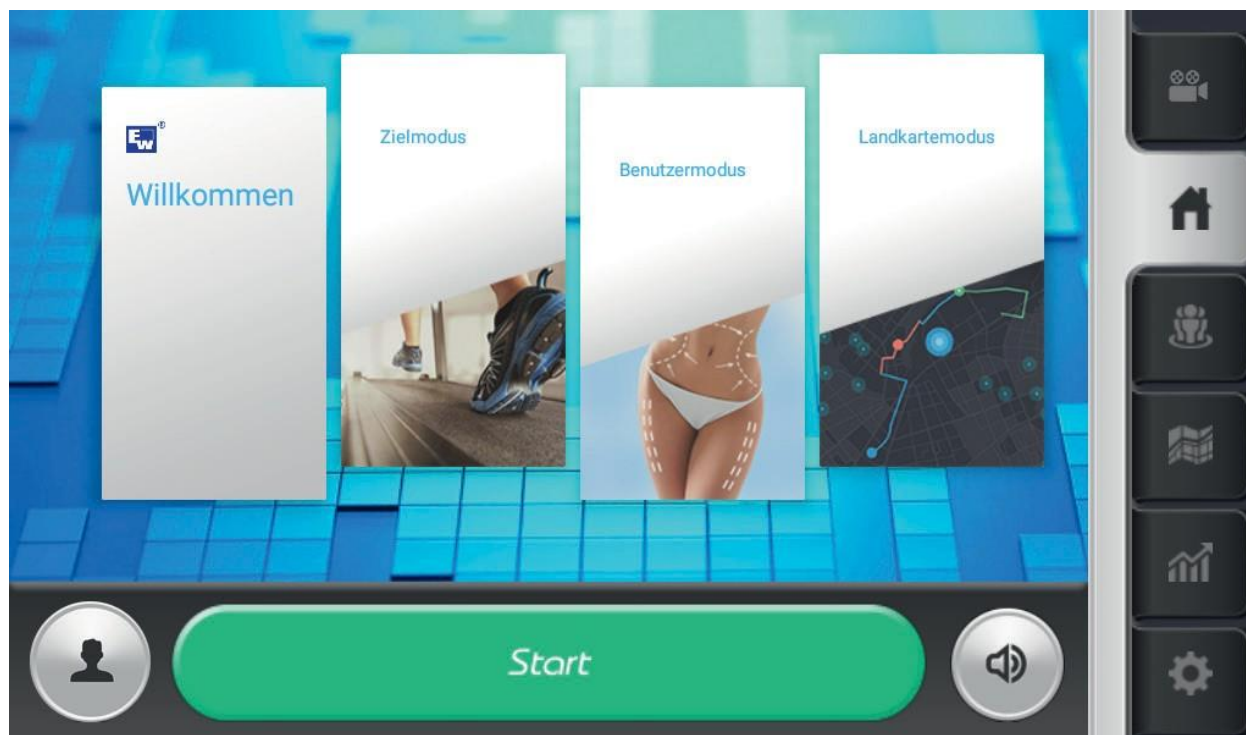
Početak/zaustavljanje treninga



Može se podesiti u koracima od 0,1 km/h do najviše 20 km/h pomoću tipki za brzo podešavanje (2, 4, 8, 12) i tipki sa strelicama gore i dolje na desnoj strani tipkovnice.

ekran na dodir

1. sklopka ona the ergometar na glavni prekidač na the ispred Stranica od ergometarna.
2. To pojavljuje se the ispod prikazano početni zaslon, nakon the ekran na dodir započneobi.

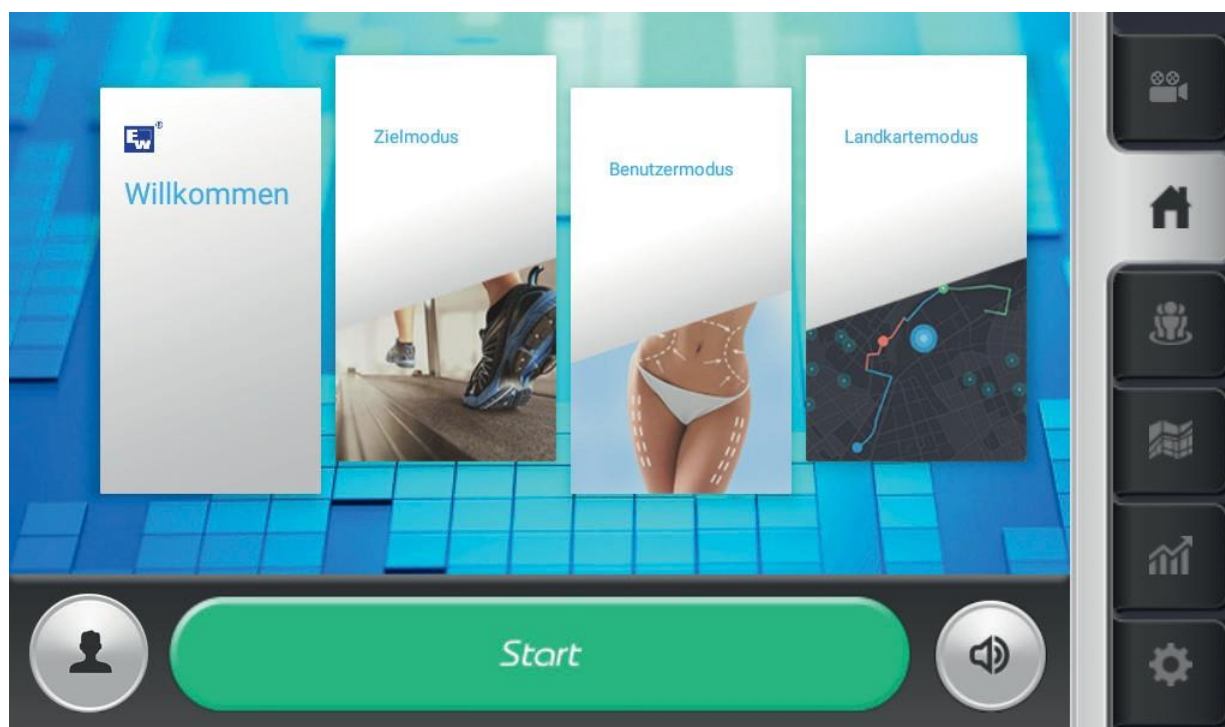


početni zaslon

Čim prije the tableta započeo bi vidjeti ona the prikazanoZaslon.

Možete odabrati programe vježbanja (ciljani način, korisnički način i način karte) ili brzi početak vašeg vježbanja pritiskom na gumb za početak.

the pojedinac programa htjeti u Poglavlje programi obuke opisao.



na the statusna traka na the Stranica imati ona the mogućnost the pojedinac funkcije doOdaberi:



Zabavapodručje



izvješća o obuci



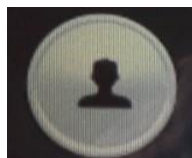
početni zaslon



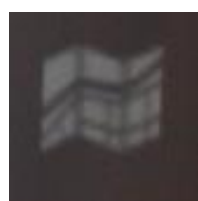
postavke



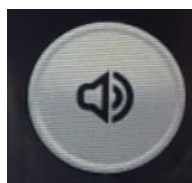
izbor programa



korisnik



način karte

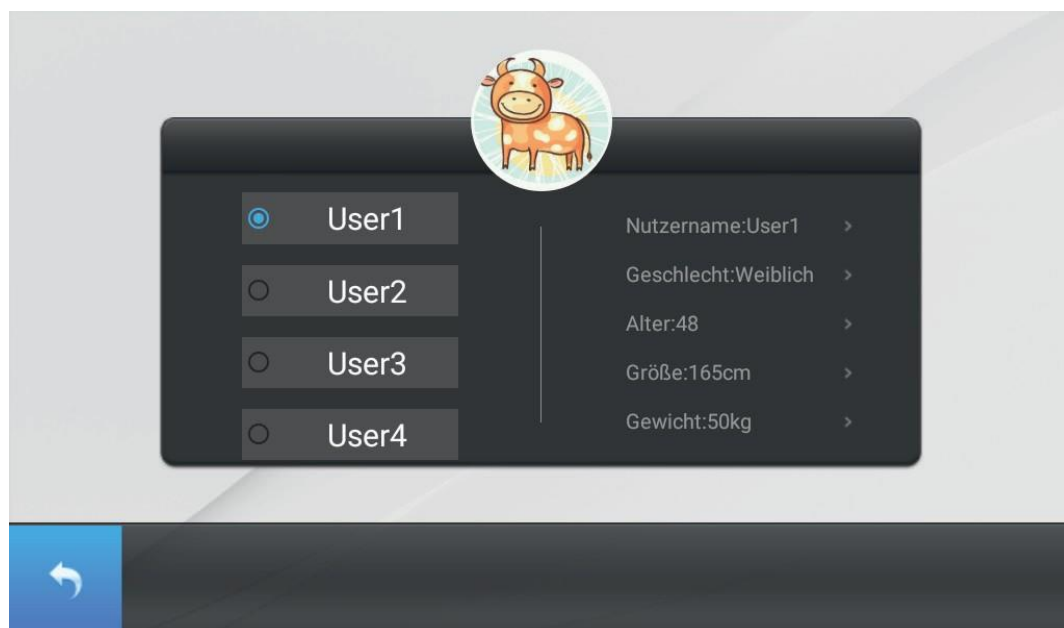


volumen

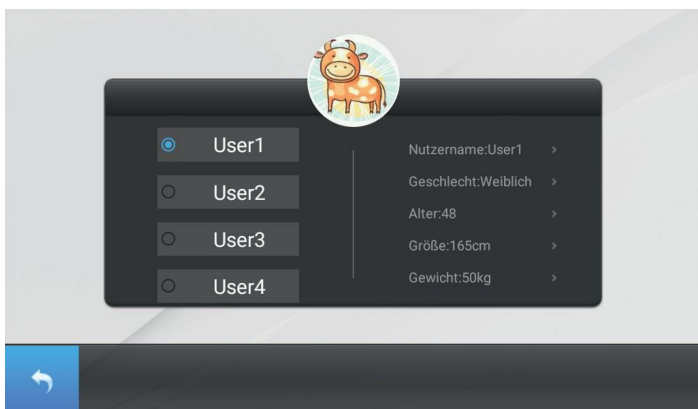
korisnik

Da uređaj ima oko 4 korisničkih profila (Korisnici 1 - korisnika4)

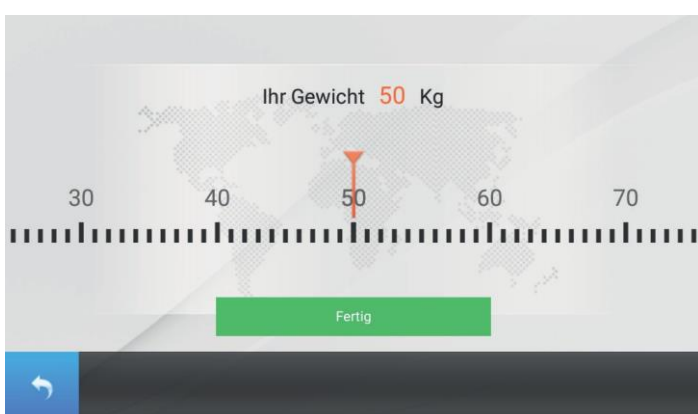
Pritiskom na korisnički gumb  doći do odabira korisnika. Sada možete odabrati željenog korisnika.



Pritiskom na Korisničko ime možete odabrati željeno korisničko ime (ime potvrdite zelenom kvačicom na tipkovnici) i spol. Pritiskom na simbol fotografije možete odabrati avatar kao korisničku sliku. Potvrdite unos tipkom GOTOVO.



Također možete unijeti svoj datum rođenja, visinu i težinu.



U prema korisnički profil htjeti zatim the treninzima spremljeno idokumentirano.

Program za brzo pokretanje

Ako pritisnete gumb Start na početnom zaslonu (pogledajte stranicu 11), Quick Start se pokreće automatski program i možete započeti s treningom bez navođenja ciljanih vrijednosti



Pritiskom na plave strelice na displeju različitim Promjena prikaza:



možete birati između pet

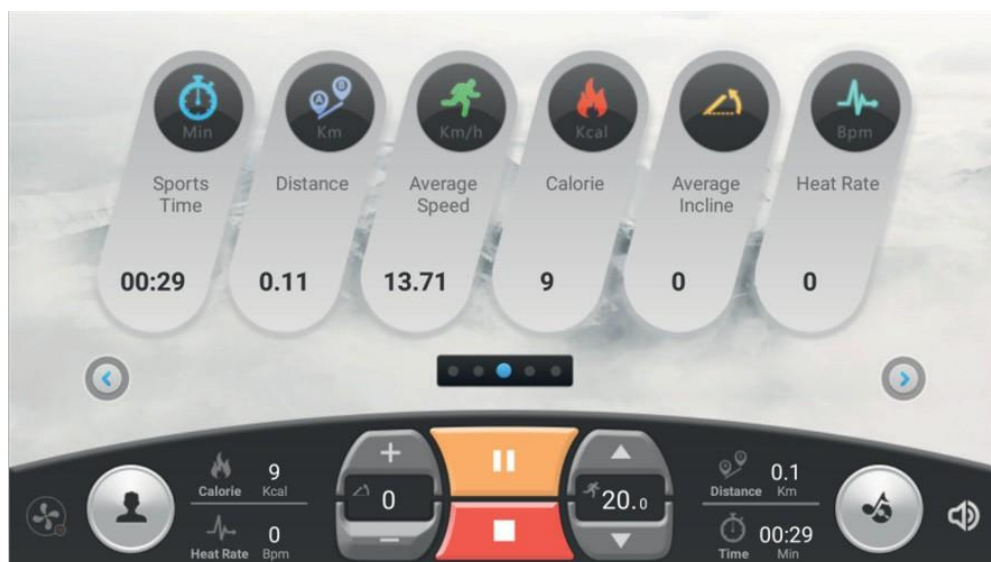
zadani prikaz



Brzina i nagib kao dijagram



vrijednosti funkcijeM i š l j e n j e



Pogled na stazu od 400 metara



brzina pulsa

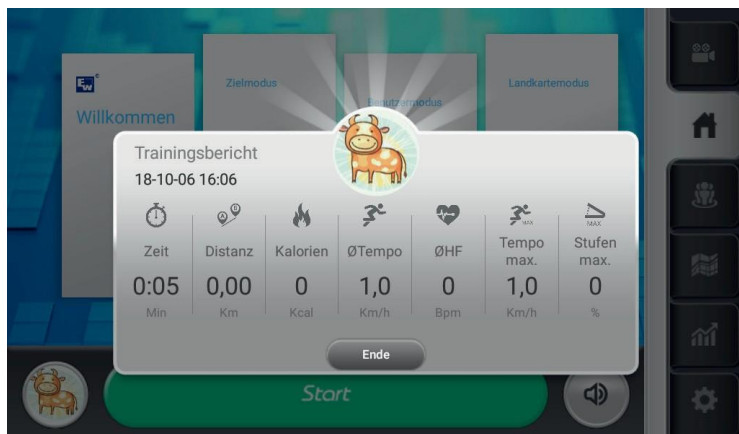


Ako tijekom vježbanja odaberete podešavanje brzine/nagiba, također možete promijeniti brzinu ili nagib kao što je prikazano u prikazu ispod.

Time limenka the ubrzati ili. Nagib čak brže neusklađeno i prilagođenohtjeti.



Pritiskom na tipku za zaustavljanje trening se završava, a traka za trčanje smanjuje brzinu. Tada ćete vidjeti rezultat treninga na zaslonu i on će se automatski spremiti u profil.



programi obuke

Odaberite ona na prema početni zaslon slijedećisimbol  i ona početak theprogrami obuke.

Sada možete odabrati ciljni program ili programe obuke. Pritisnite željeni programna ekranu.



CiljProgram:

Imate mogućnost postavljanja različitih ciljeva (kliknite polje cilja na ekranu za ovo), ovezatim se odbrojavaju u načinu odbrojavanja (kalorije, vrijeme, udaljenost)

1. Postavka kalorija:

Možete unaprijed postaviti kalorije od 10-999 kalorija

Po pokrenuti the početi dugme moći ona zatim the treningpočetak.

Tijekom treninga imate mogućnost podešavanja brzine i nagiba.

Nakon što se dosegnu unaprijed postavljene kalorije, traka za trčanje će se automatski zaustaviti. Trening se također može prekinuti u bilo kojem trenutku pritiskom na tipku za zaustavljanje.



2. vrijeme

Odaberite polje "Vrijeme".

Sada možete odabrati vrijeme treninga između 5 i 999 minuta. Zatim možete započeti trening pritiskom na gumb za početak.

Tijekom treninga imate mogućnost podešavanja brzine i nagiba.

Čim se postigne unaprijed postavljeno vrijeme, traka za trčanje se automatski zaustavlja. Trening se također može prekinuti u bilo kojem trenutku pritiskom na tipku za zaustavljanje.

3. zahtjev za udaljenost

Odaberite polje "Udaljenost".

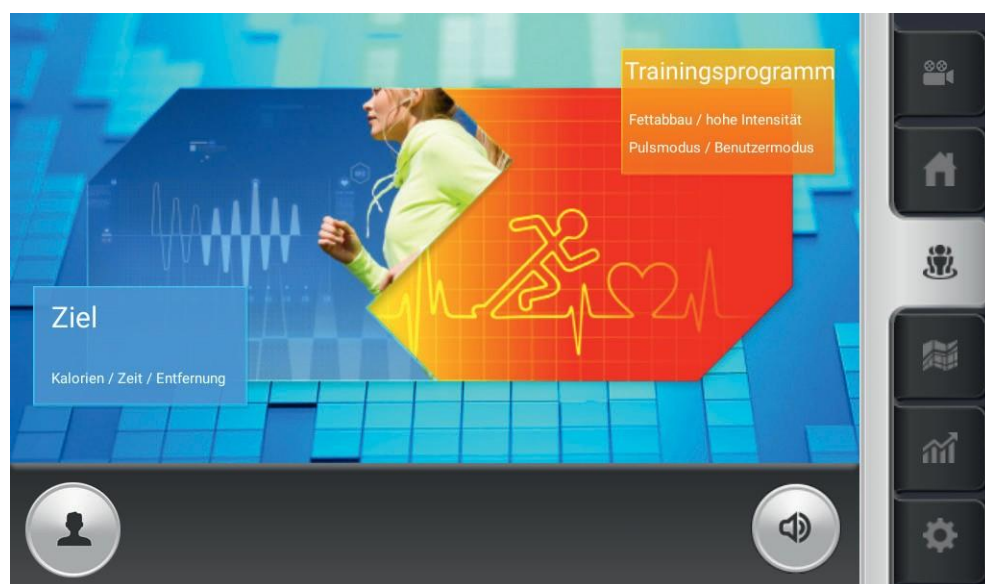
Sada možete odabrati udaljenost treninga između 1 i 99 km. Zatim možete započeti trening pritiskom na gumb za početak.

Tijekom treninga imate mogućnost podešavanja brzine i nagiba.

Čim se postigne navedena udaljenost, traka za trčanje se automatski zaustavlja. To možete učiniti pritiskom na gumb za zaustavljanje. O buka se također može prekinuti u bilo kojem trenutku.

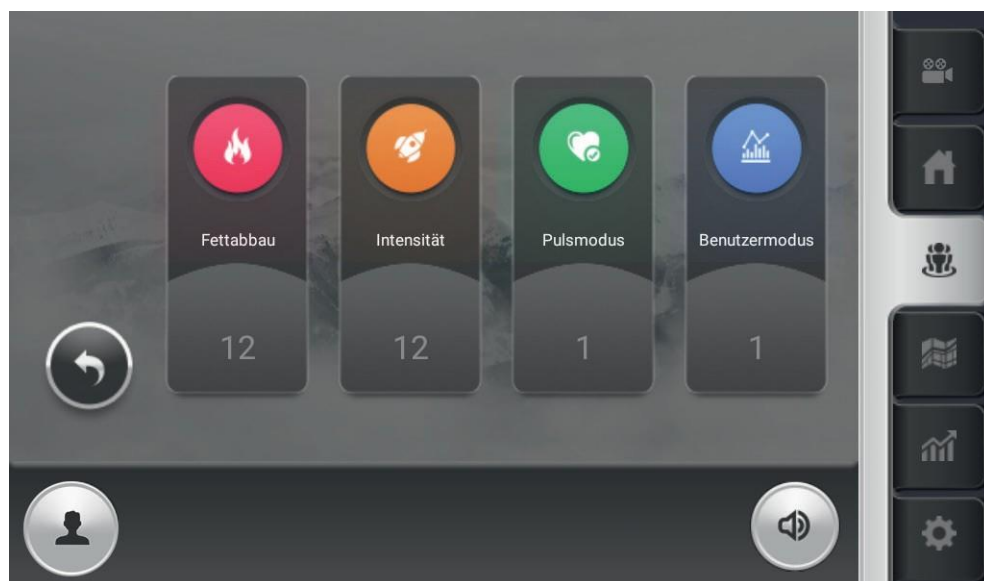
4. programi obuke

klik ona zbog toga na program treninga naPrikaz:



Možete birati između različitih individualnih programa treninga.

- gubitak masnoće
- intenzitet
- pulsni način rada
- korisnički način rada



Odaberite jedan od gore navedenih programa. Svaki gubitak masnoće i intenzitet imaju 12 različitih verzija. Zadano vrijeme je 5 minuta. Međutim, vrijeme se može unaprijed postaviti između 0 i 999 minuta prije početka treninga. Ako je vremenska specifikacija postavljena na 0, trening počinje u 0:00 od brojanje minuta.

Brzina i nagib se mogu podesiti ručno tijekom treninga. Trening se pokreće pritiskom na tipku za start.

Za prijevremeni prekid treninga pritisnite tipku za zaustavljanje.

Nakon što ste odabrali jedan od programa dolazite u pregled programa. Ovdje možete vidjeti profil brzine odabranog programa treninga.

Po pokrenuti the NASTAVITI dugme doći ona u the Sljedeći Stranica.

Po pritisnite the gumb za povratak na Zaslone doći ona povratak prema izbor programa.

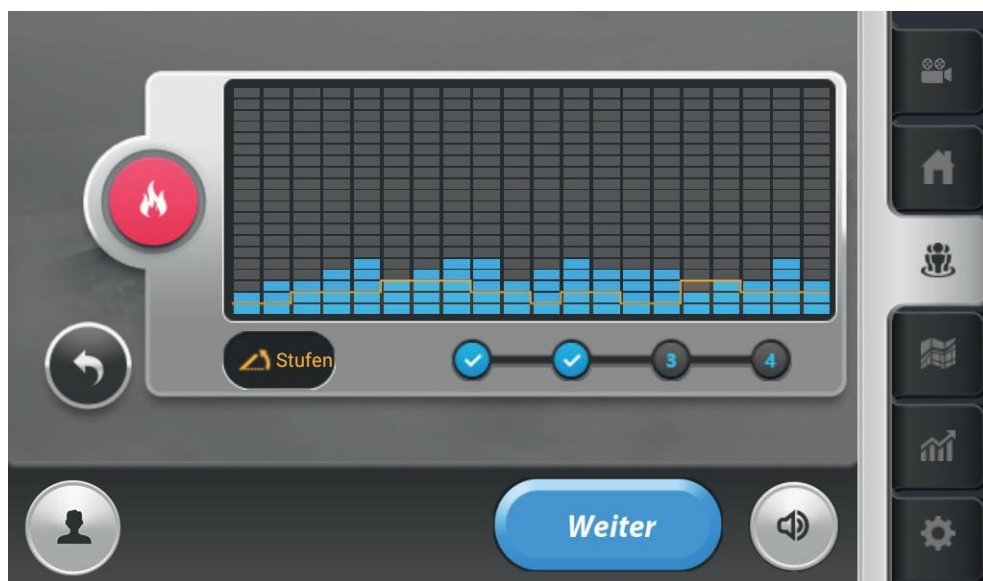
Selekcijski program:



Profil programa:



Sada ćete vidjeti profil nagiba odabranog programa vježbanja. Pritiskom na tipku NASTAVI prelazite na sljedeću stranicu. Po pritiskom na tipku sa strelicom na ekranu vraćate se na odabir programa.



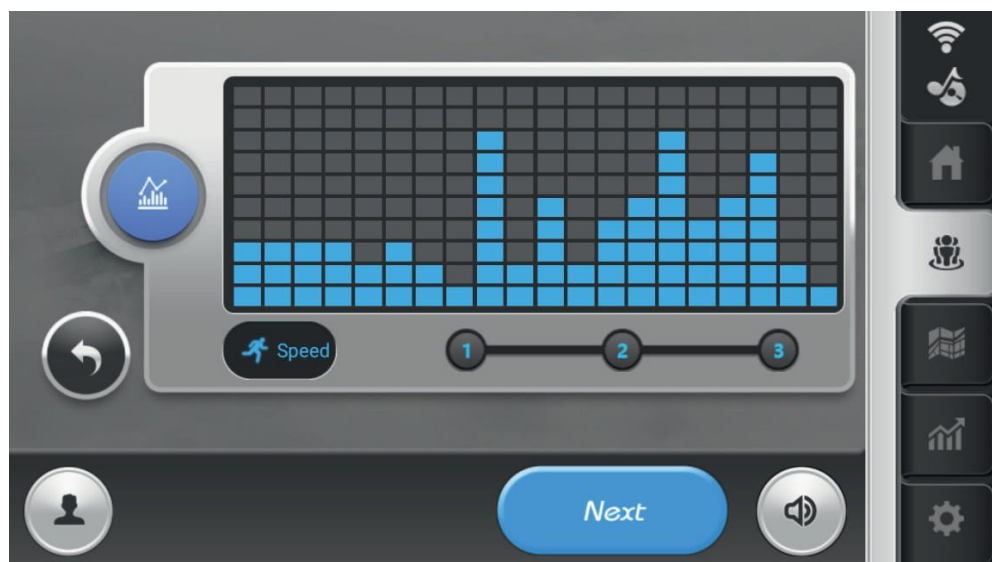
Sada ste u postavci vremena. Možete unaprijed postaviti vrijeme između 0 i 999 minuta. Sa zadanom postavkom od 0 minuta, vrijeme se počinje odbrojavati. U bilo kojoj drugoj specifikaciji vremena, vrijeme se odbrojava u odbrojavanju. Čim se postigne 0 minuta, traka za trčanje se automatski zaustavlja. Sada možete započeti trening pritiskom na gumb za početak.

pulsni način rada

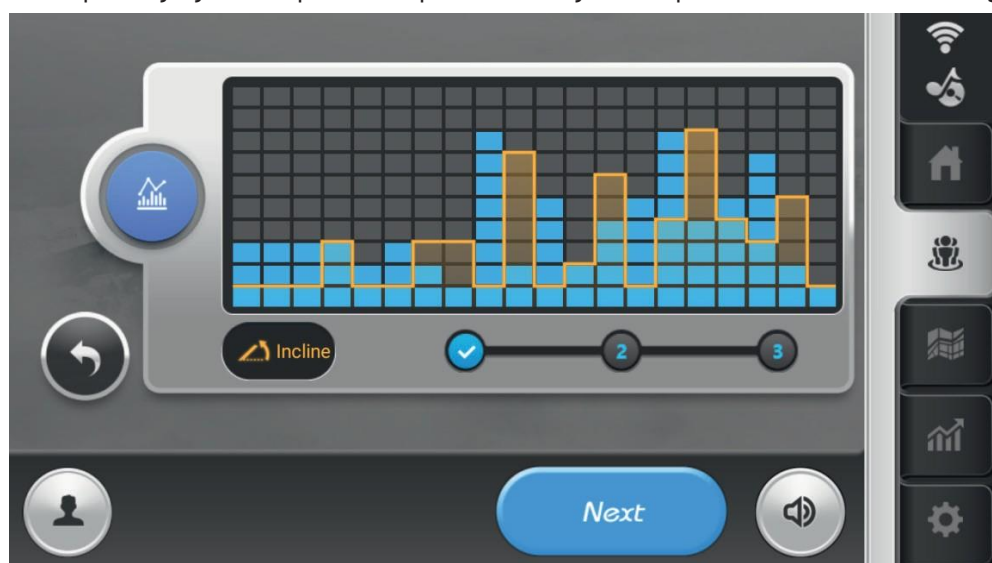
U ovaj program moći ona Nju brzina otkucaja srca unaprijed postavljeno.
Da ergometar odgovara the ubrzati zatim na Nju unaprijed postavljeno brzina otkucaja srca.

korisnički način rada

U ovom programu možete kreirati vlastiti profil treninga.
Prvo počinje podešavanje brzine. Ovdje sada možete prilagoditi pojedinačne trake prilagoditi se.



Nakon postavljanja brzine pritisnite tipku NEXT. U sljedećem prozoru možete odrediti nagib kao i brzinu.



Možete postaviti vrijeme vježbanja pritiskom na tipku NEXT. Zatim pokrenite trening pritiskom na gumb za početak.

5. način karte

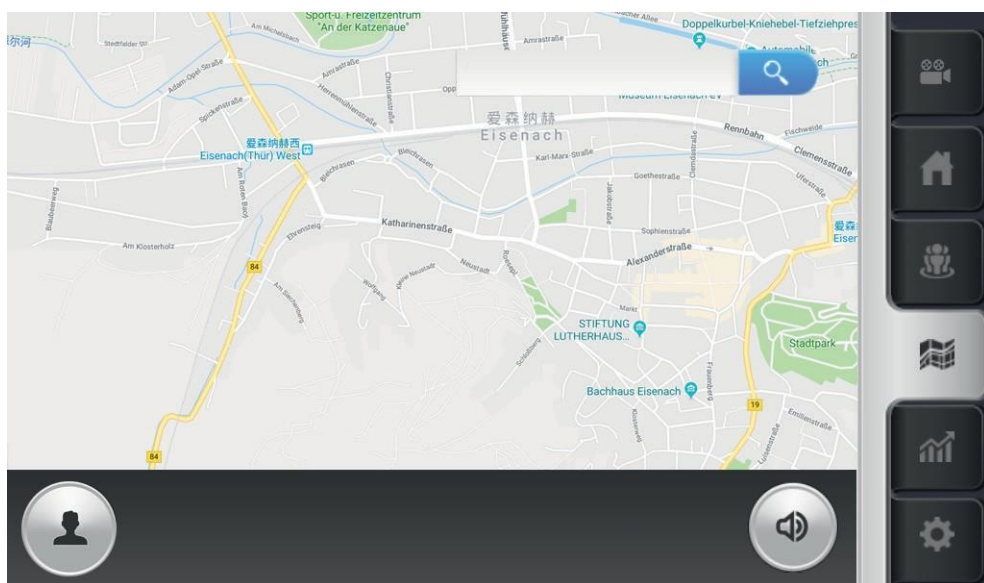
Za ulazak u način karte pritisnite gumb otvaraGoogle karte.



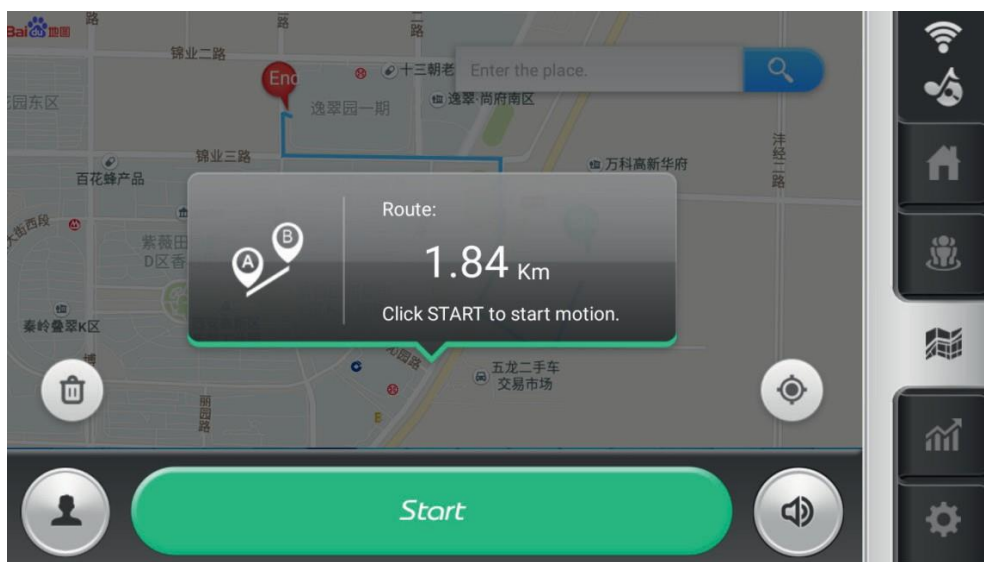
na početnom zaslonu. Tako se

Imajte na umu da ovaj način rada radi samo kada je uređaj spojen na internet. (Pogledajte W-Lan postavke stranica 27)

Sada možete koristiti polje "Traži" za odabir bilo koje lokacije. Nakon što ste pronašli mjesto koje želite pritisnite mjesto na karti 3 sekunde i pojaviti će se zelena zastavica s "Start". Sad birajte i odaberite svoje odredište i ponovno pritisnite 3 sekunde na željenoj lokaciji na karti, zatim će se na zaslonu pojaviti crvena zastavica s "Kraj".

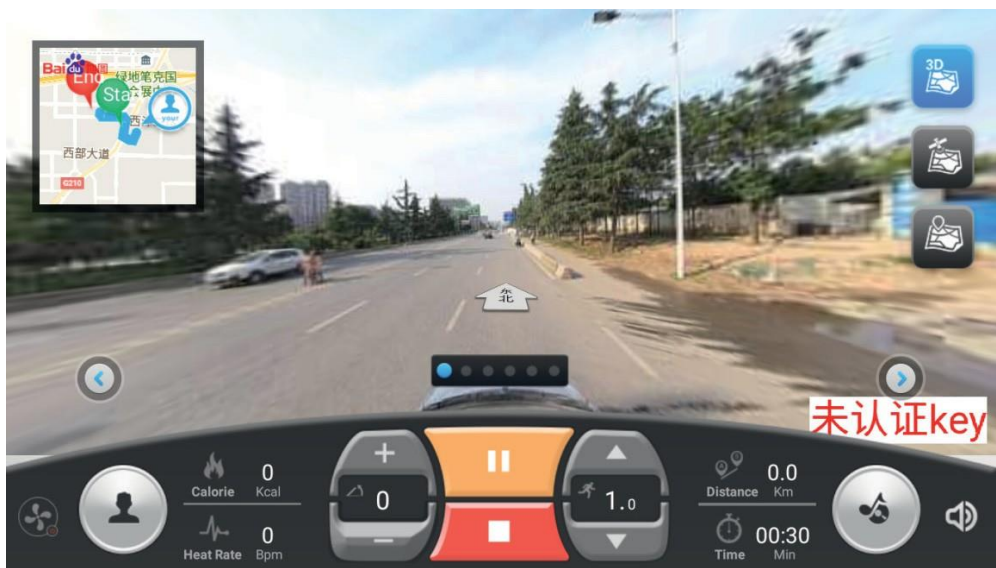


Nakon ona the Cilj izabrani imati htjeti the duljina ruteproračunati.



Započnite trening pritiskom na tipku za početak. Tipka sa strelicom prikazuje trenutni status. Brzinamože se kontrolirati ručno tijekom treninga kao što je opisano.

Imate mogućnost biranja između različitih prikaza karte (prikaz karte, prikaz fotografije, prikaz ulice). Imajte na umu da prikaz Street View radi samo ako su dostupni odgovarajući podaci s Googlea.proizvođač na to nema utjecaja.



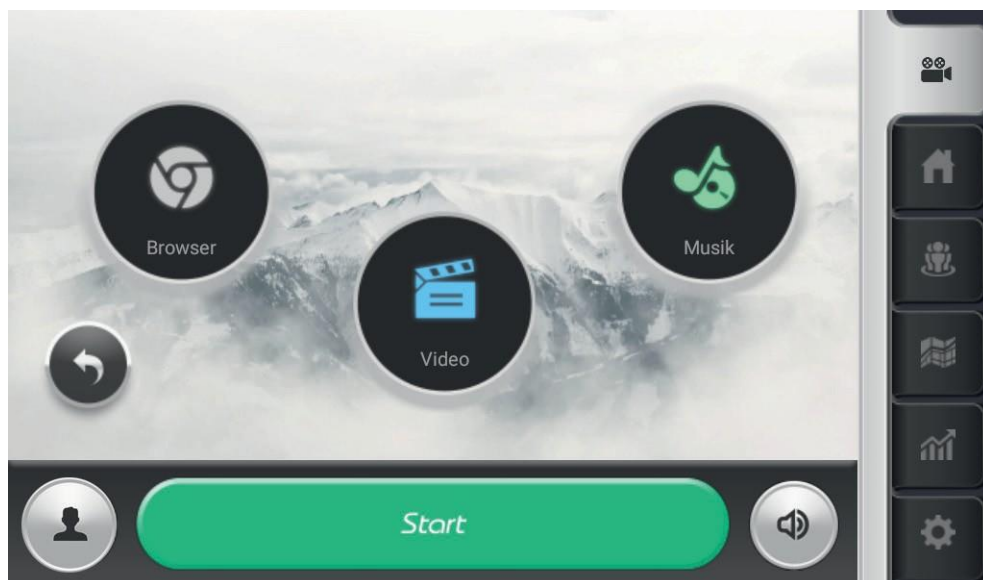
prostor za zabavu

Tijekom treninga imate mogućnost pokrenuti način rada za zabavu. Da biste to učinili, pritisnite gumb

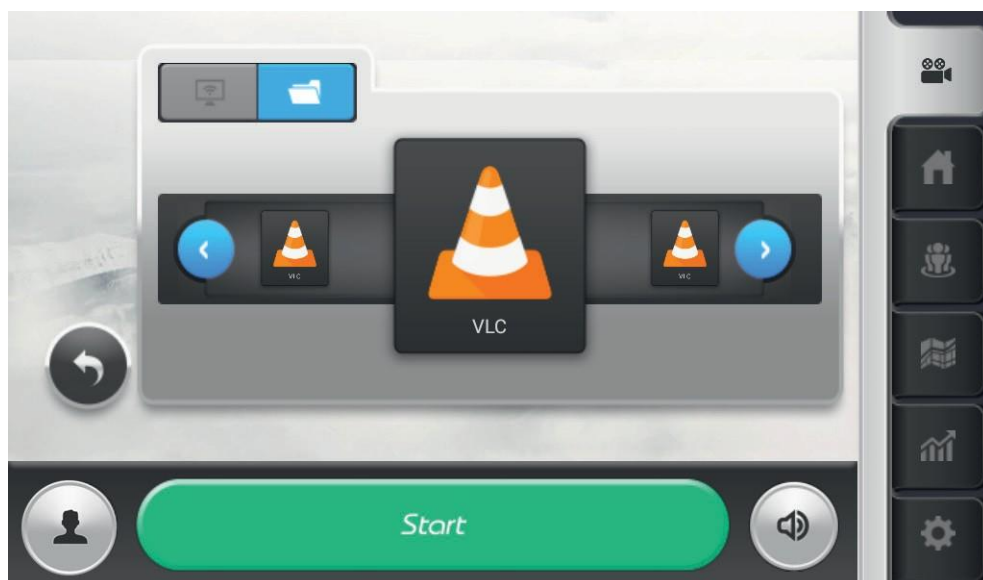


ona dohvatiti zatim u the početni izbornik prema ZabavaNačin rada.

Ovdje imati ona the mogućnost u Internet do hodati (Polje PREGLEDNIK), videa gledati ili glazba, muzika doSlušati...



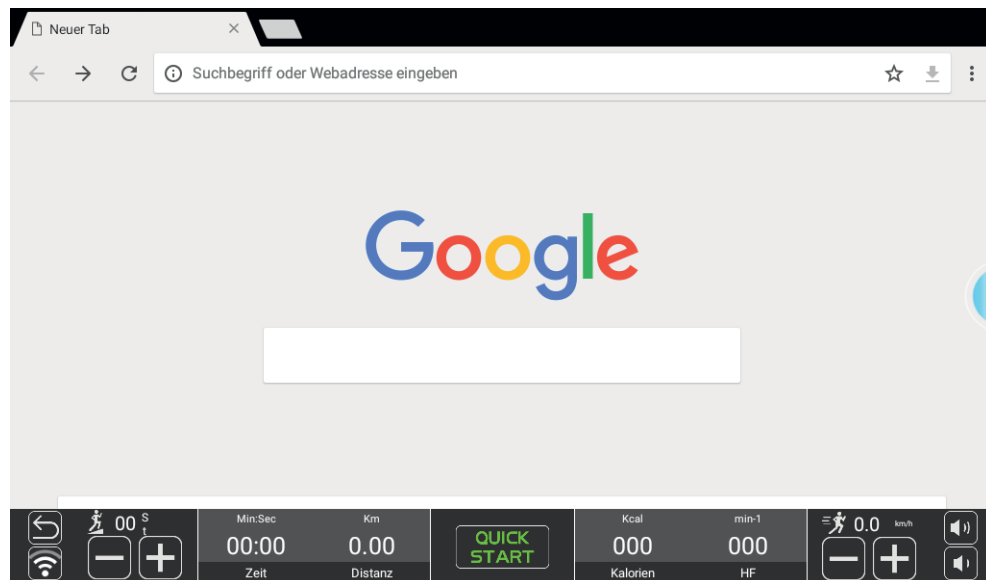
U video ili glazbenom modu imate mogućnost podataka s USB sticka koji spajate na uređajmogu igrati. Ovdje imate mogućnost otvaranja glazbe ili videa s interneta (kliknite na simbol WiFi) ili ih reproducirajte s USB sticka. Da biste to učinili, pritisnite ikonu mape na zaslonu i pritisniteVLC polje:



Mogu se reproducirati sljedeći formati:

Glazba: MP3, WMA, WAV Video : AVI
, MPG, MP4, MKV, 3GP

U načinu preglednika možete surfati internetom kao i obično.



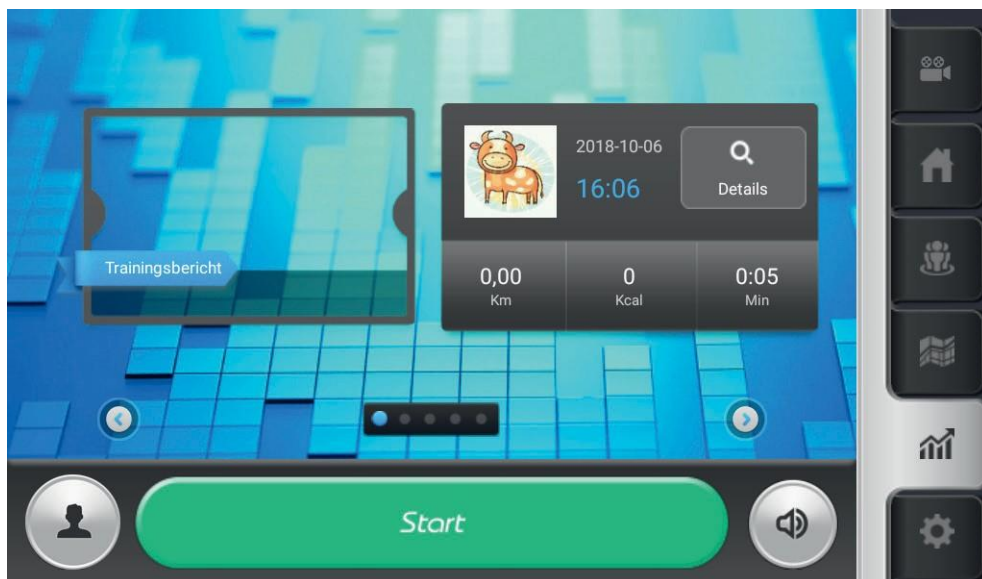
Imajte na umu da internet radi samo ako postoji WiFi veza. Postavka za W-Lan možete pronaći pod "Postavke".

dokumentaciju o obuci

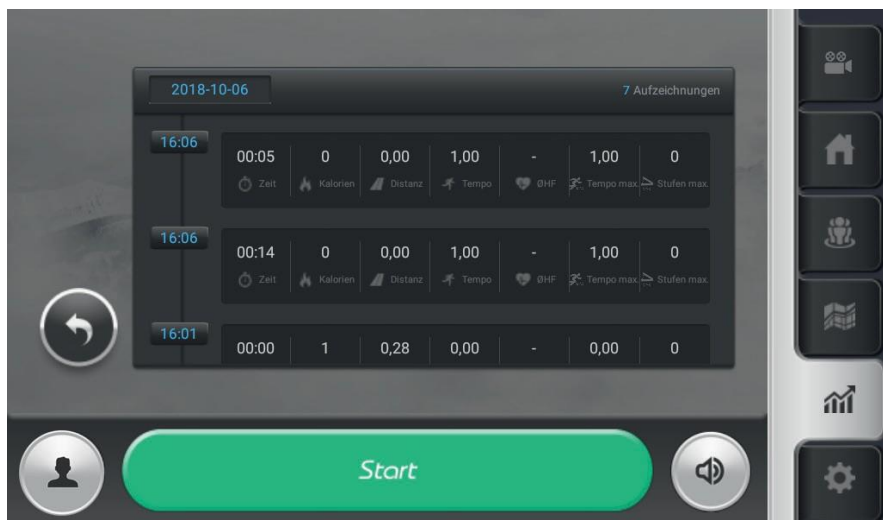
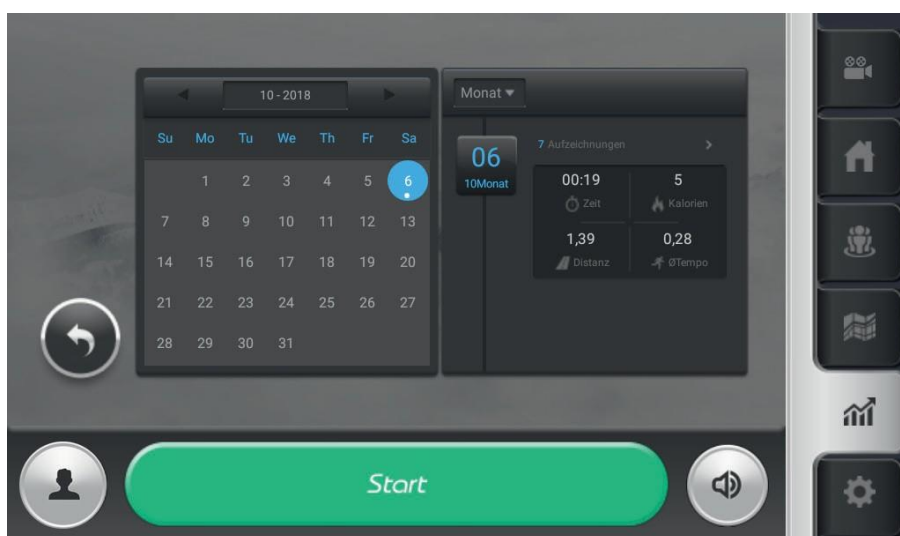
Odaberite ikonu



ovdje moći ona the treninzima svaki korisnikvidjeti.
the treninzima htjeti u kalendar nakon prema datumspremljeno.

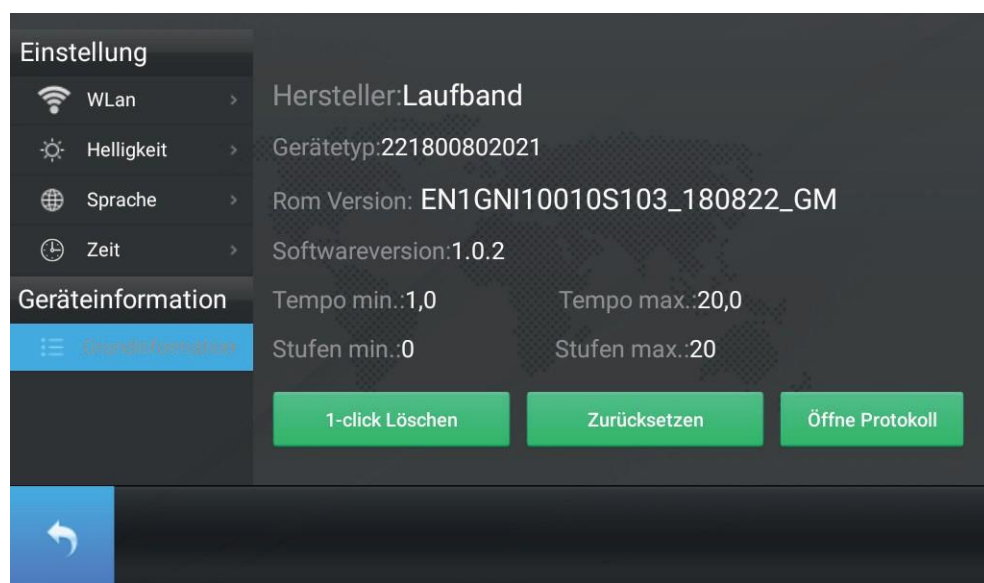


the treninzima htjeti u kalendar nakon prema datumspremljeno.



postavke

Pritisnite tipku  i dođete do postavki uređaja.



Bežični pristup internetu:

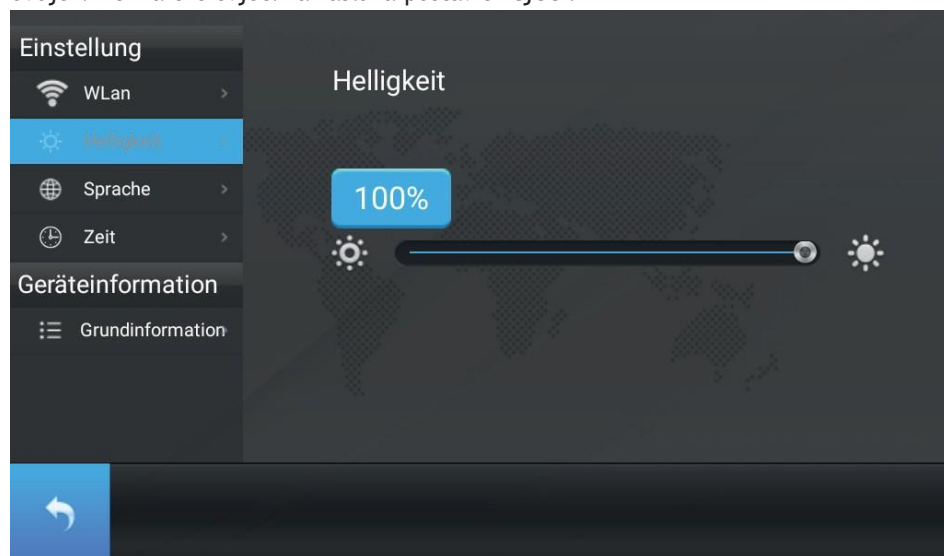
Pritisnite Wlan i pojavit će se popis dostupnih mreža. Odaberite željenu mrežu i unesite lozinku.

Napomena: Može se dogoditi da prikaz za brzi početak na dnu zaslona ometa unos. Klikom od plava polukruga na the pravo ekransku stranicu limenka ovaj traka skriven htjeti. (POLUKRUG MOLIMKRUG)



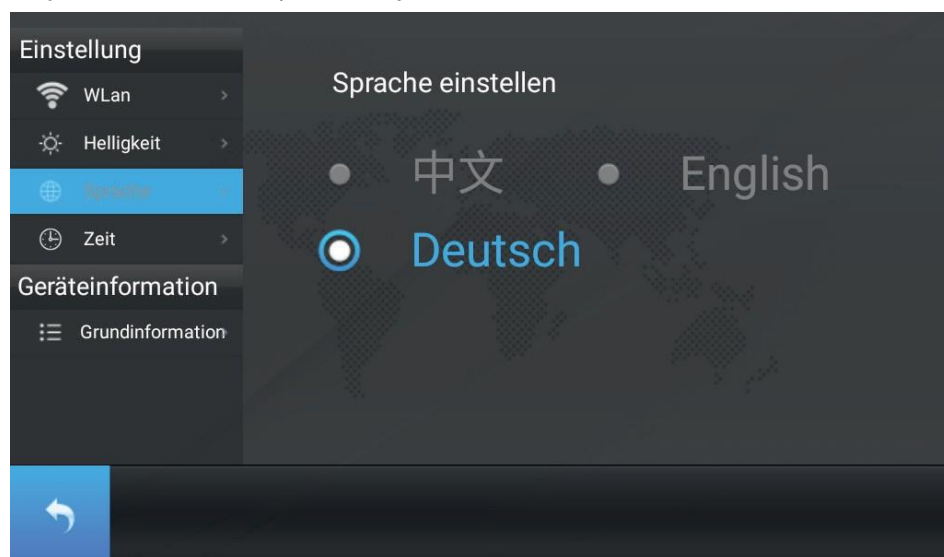
Svjetlina:

ovdje limenka the svjetlina zaslona postavitihtjeti.



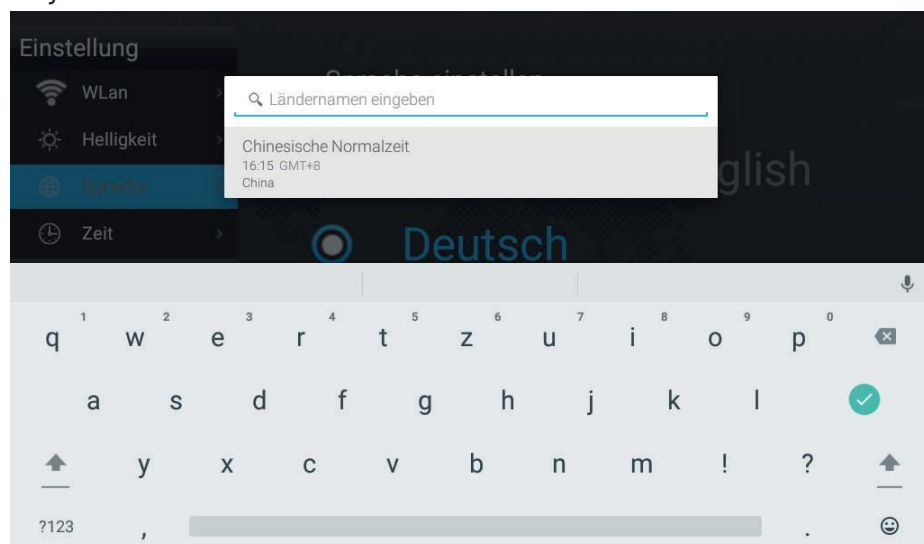
Jezik:

ovdje limenka the Jezik postavitihtjeti.



Vrijeme:

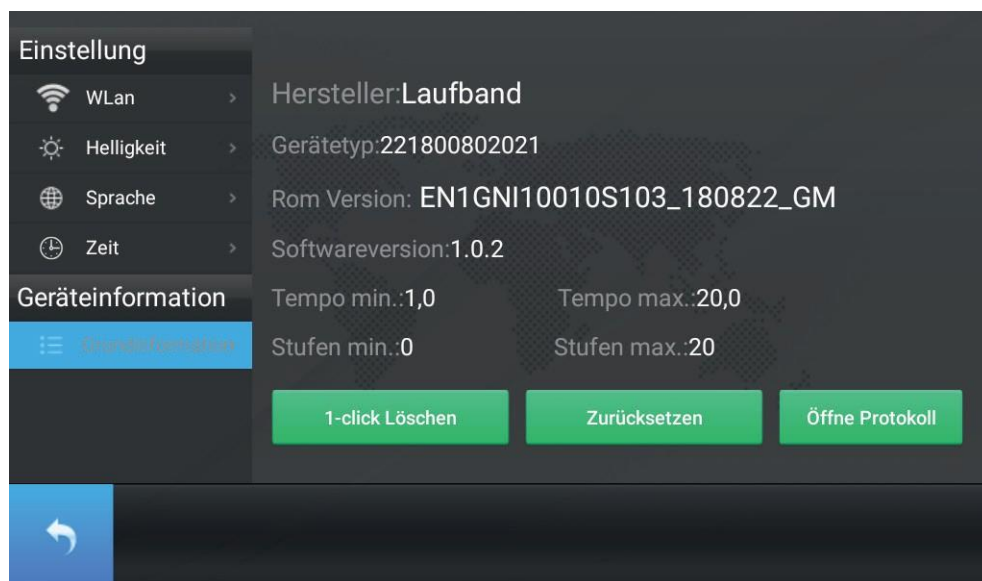
ovdje moći ona the Vremenska zonaizabrati.



Osnovne informacije

ovdje Pronaći ona the informacije o softveru premaUređaj.

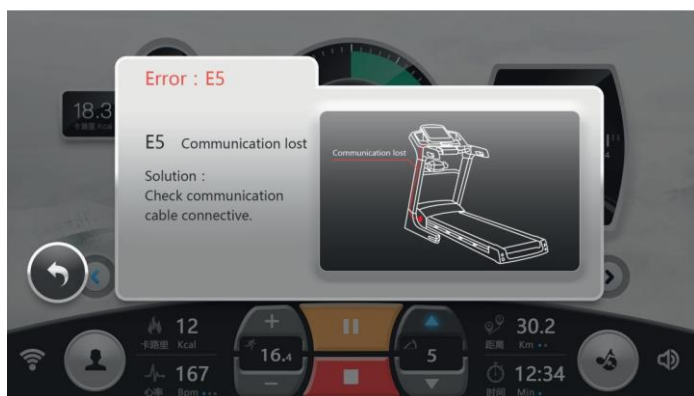
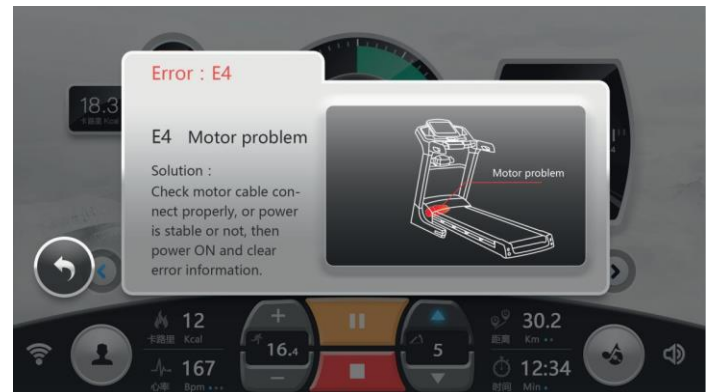
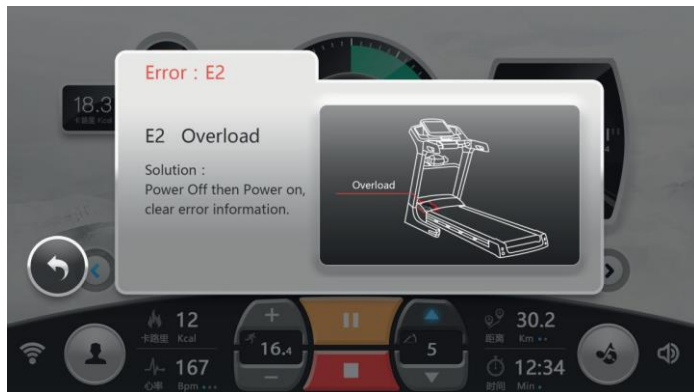
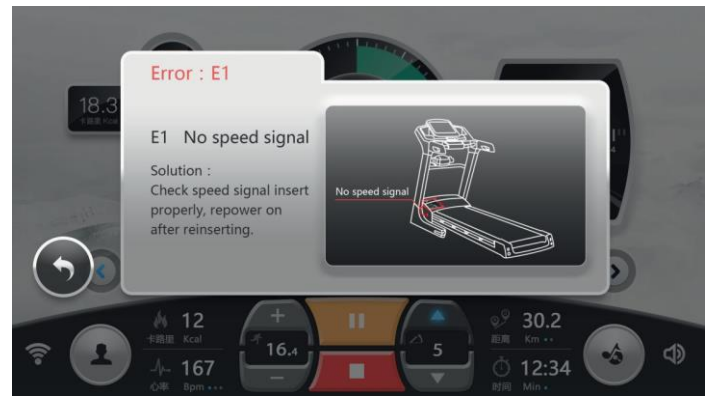
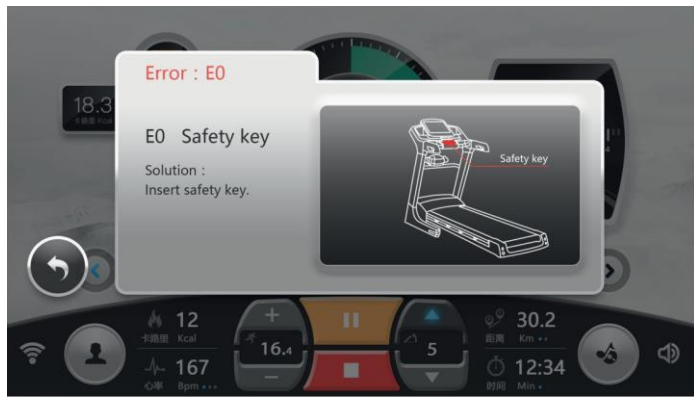
Po pritisnite the Vrati na zadano dugme moći ona the uređaj na the tvorničke postavkevrati na zadano.



poruke o greškama

poruka o grešci	problem	riješanje
E0	Nedostaje zaustavljanje u nuždi	Umetnite magnet za zaustavljanje u nuždi
E1	Nema signala brzine	Provjerite kableske veze Ponovno pokrenite traku za trčanje
E2	Preopterećenje	Ponovno pokrenite traku za trčanje
E3	Kvar nagibnog motora	služba za kontakt
E4	problem s motorom	Provjerite kableske veze Ponovno pokrenite traku za trčanje
E5	Prijenos podataka ne radi	Provjerite kableske veze Ponovno pokrenite traku za trčanje
E6	Napon je prenizak	služba za kontakt
E7	nagibkalibriranje	služba za kontakt
E9	kalibracija brzine	služba za kontakt

Ako the prikazano rješenje Ne funkcija, kontaktirati ona Molim naše servishotline.



Savjeti

1. Obzir ona na tome, da the uređaj na jedan uredno osiguran i uzemljen Utičnica povezanhtjeti.
2. Prije uporabe upoznajte se sa svim sigurnosnim uputama i obavijestite ostale korisnikeo ovima.
3. Odmah povucite sigurnosni graničnik ako traka za trčanje ne radi normalno. Održavanje trake za trčanje opisano je u poglavlju Njega i održavanje.
4. Popravci uređaja smiju se vršiti samo ako su potvrđeni od strane servisa, ako su neovlašteniSve promjene na proizvodu poništavaju jamstvo.

Savjeti za obuku

Općenito:

U principu, svaka zdrava osoba može početi s kondicijskim treninzima. Ali imajte na umu da dugi propustine može se eliminirati u kratkom vremenu. Körperliche Fitness, Ausdauer und Wohlbefinden lassen sich durch ein entsprechendes Lako dostupan program vježbanja. Vaše se stanje popravlja nakon relativno kratkog razdoblja redovnog treninga i trajes timsrce, cirkulacija i mišićno-koštani sustav u pokretu. Iznad svega, treniraju se cijeli mišići nogu. također wird die Sauerstoff-Aufnahmefähigkeit verbessert. Weitere positive Veränderungen finden im Stoffwechselsystem statt. Važno je prilagoditi trening vlastitom tijelu i ne prenaprezati se. Zapamtite, vježbanje bi trebalo biti zabavno. Opasnost!! Toplo preporučamo da se posavjetujete sa svojim liječnikom prije početka treninga.

Važno!

- Redovita i dugotrajna obuka.
- Nositi ona udobno i propustan za zrak odjeća (npr. B. Trenirka).
- Nosite cipele s neklizajućim gumenim potplatom. Nikada ne trenirajte bosu (opasnost od ozljeda)! Nemojte jesti sat vremena prije i poslije treninga. Pijte dovoljno! Nemojte vježbati ako ste umorni ili iscrpljeni.
- Grupe mišića su radile: mišići potkoljenice, mišići bedara, mišići stražnjice, Mišići ruku, mišići gornjeg dijela tijela (mišići prsa i leđa)

Planiranje treninga:

presudnoje vaša trenutna fizička izvedba - razgovarajte o tome unaprijed sa svojim liječnikom. U osnovi, trening treba podijeliti u tri različite faze treninga:

ZAGRIJAVANJE - TRENIRAJ - OPUSTI SE

Zagrijati se:

Priprema mišića i organizam za stres. To će smanjiti rizik od ozljeda. Mogućnosti vježbanja uključuju aerobik, istezanje i trčanje. Uvijek započnite trening ovom fazom zagrijavanja.

Trening:

Slijedite preporuke za svoju spravu za vježbanje. Intenzitet napora može se kontrolirati putem otkucaja srcabiti uvaljan. Uskladite se sa svojim liječnikom.

Opustiti:

Organizmu je potrebno vrijeme za oporavak tijekom i nakon treninga. Ovo vrijeme oporavka trebalo bi trajati dulje za početnika nego za iskusnog sportaša.

NEISPRAVAN ILI PREVELIK TRENING MOŽE DOVESTI DO NARUŠENJA ZDRAVLJA!

Jedna od metoda određivanja intenziteta vašeg treninga je maksimalni broj otkucaja srca MHR (mjerjenje pulsa). Ovaj MHR možete sami izračunati pomoću matematičke formule. Ova formula vezana uz dob glasi:

$$\text{MHF} = 220 - \text{dob}$$

Postoji pet zona treninga, od kojih svaka ili sve igraju ulogu u vašem treningu - ovisno o vašoj osobni cilj. Vrijednosti su upojedinac:

zona zdravlja	= 50-60% MHR
sagorijevanje masti	= 60-70% MHR-a
aerobna zona	= 70-80% MHR-a
anaerobna zona	= 80-90% MHR-a
zona upozorenja	= 90-100% MHR

Zona zdravlja

Zona zdravlja predstavlja sporu, dugu vježbu izdržljivosti. Opterećenje treba biti lagano i opušteno. Ova zona je osnova za povećanje vaših performansi i trebaju je koristiti početnici ili osobe slabijeg fizičkog stanja koristiti se.

Sagorijevanje masti

U ovoj zoni jača vaše srce i optimalno je osmišljeno sagorijevanje masnoće, budući da utrošeni kilodžul dolaze uglavnom iz vaše tjelesne masti, a manje iz ugljikohidrata. Prvo, vaše se tijelo treba prilagoditi vježbanju navikni se na to - daj si malo vremena. Danach gilt: Je länger Sie dieses Training durchstehen, desto effektiver wird es.

aerobna zona

Kada trenirate u aerobnoj zoni, sagorijevate više ugljikohidrata nego masti. Veće opterećenje jača vaše srce i pluća. Ako želite postati brži, jači i imati veću izdržljivost, također morate biti u aerobnoj zoni vježbati. Der Nutzeffekt dieses Trainings wirkt sich enorm auf Ihr Herz und Ihr Atmungssystem aus.

anaerobna zona

Das Training in dieser Zone bringt eine Steigerung der Fähigkeit, Milchsäure zu verstoffwechseln. S tim moći ona teže vlak bubrega bez stvaranja prekomjernog laktata. To je naporan trening koji vam zadaje tipičnu bol za naporan trening osjetit će, kao što je B. Iscrpljenost, teško disanje i umor. Der Nutzeffekt betrifft vor allem den Personenkreis, the na jedan trening visokih performansi. Zainteresirani, wenn Sie nur fit sein wollen, brauchen Sie nie in dieser Zone zu trainieren.

zona upozorenja

Ovaj je the Zona s najviši intenzitet i trebao bi samo s veliki oprez iskorišteni htjeti. Vježbati ona ovdje samo, ako ona extrem fit sind und Erfahrung und praktisches Wissen mit extensivem Hochleistungstraining haben. Ovo područje može lako dovesti do ozljeda i preopterećenja. Ovo je izuzetno težak trening koji bi trebao biti rezerviran za vrhunske sportaše.

strana the sportske medicine htjeti sljedeće razine izloženosti kao djelotvoransmatra se:

Häufigkeit	trajanje
Dnevno	10 min
2-3 puta tjedno	20-30 minuta
1-2 puta tjedno	30 - 60 minuta

ISPRAVAN SIĐANJE NA STAZU ZA TRČANJE I SIĐANJE S NJEGA:

1. Zgrabiti ona s oba ruke the lijevo i pravorukohvat.
2. Steigen Sie mit dem rechten und anschließend mit dem linken Fuß auf die beiden Sicherheitstrittflächen.
3. Izvršite potrebne predpostavke na računalu.
4. Početak ona vježbanje i popeti se ona sukcesivno s prema lijevo i pravo Noga na the ergometar. Zadržati onasebe hierbei immer noch an den Haltegriffen fest.
5. Erst wenn Sie genug Sicherheit in Ihrer Schrittbewegung feststellen, sollten Sie die Haltegriffe loslassen . nasjahati nastavite obrnutim redosljedom.

RASKLAPANJE, SKLAPANJE I TRANSPORT TRAKE ZA TRČANJE

Prilikom transporta i sklapanja i rasklapanja trake za trčanje, obratite posebnu pozornost na sigurnost djece u vašem području i provjerite je li sigurnosna igla ispravno uskočila.

Rasklopite traku za trčanje

Prije ona tvoje ergometar otvoriti, ukloniti ona the utikač kraj theUtičnica.



PAŽNJA: DA BISTE SAMI RASKLOPILI STAKU ZA TRČANJE, MORATE BITI FIZIČKI SPOSOBNI MIN. MOĆI BEZ PROBLEMA PODIĆI 20 KG. U suprotnom ĆE VAM TREBATI DRUGA OSOBA ZA POMOĆPODUZMITTE DA SPRIJEČITE ŠTETU I OZLJEDU VAŠEG TIJELA.

1. Shvatiti ona the kraj trake za trčanje s the lijevo ruka i pritisnite ona the sklopivi cilindar s prema Noga nakonIznutra.
2. Pomaknite traku za trčanje oko 15 cm prema tlu i zatim je objema rukama uhvatite za gornji rub.
3. Sada pažljivo spustite traku za trčanje na pod s obje ruke.
4. Kako biste pod zaštitili od oštećenja, preporučujemo da ispod njega postavite prostirku ili tepihstaviti na traku za trčanje

Sklapanje trake za trčanje

Prije ona tvoje ergometar presavijte, ukloniti ona the utikač kraj theUtičnica.

1. Uхватite kraj trake za trčanje lijevom rukom, podignite je oko 15 cm od tla i zatim je uhvatite objema rukamaruke na gornjem rubu.
2. Dizati ona the ergometar dobro oprezan s oba ruke na, do ona the puknuti od sklopivi cilindarSlušati.
3. Obzir ona na tome, da the pokret uglavnom kraj Njihovo nogedolazi.

Prijevoz trake za trčanje

1. Prije pomicanja vaše trake za trčanje s transportnim kotačima, uvijek provjerite je li traka za trčanje pravilno sklopljena. (Cilindar za preklapanje mora biti uključen).
2. Fassen Sie das Laufband am linken und rechten Haltegriff. Mit dem rechten Fuß fixieren Sie das untere Ende des Laufbandes.
3. Sada nagnite traku za trčanje u svom smjeru dok se ne može pomicati uz pomoć valjaka. Biti siguran u,da traku za trčanje pomičete samo na ravnoj podlozi.
4. ImatiKada dođete do željenog mjesta, pažljivo ponovno uspravite traku za trčanje.



OPREZ: ISKLJUČITE JEDINICU IZ NAPAJANJA PRIJE ČIŠĆENJA I ODRŽAVANJA.

NJEGA I ODRŽAVANJE

Prema čišćenje samo blaga sapunasta voda koristiti, nikakav jetkasredina.

- Redovito provjeravajte jesu li svi vijci i spojevi zategnuti. Maksimalna razina
- buke ovog uređaja ne smije prelaziti 70 db.
- Ako traka za trčanje proizvodi posebno glasne zvukove, uzrok mogu biti različiti problemi. Ovaj su na primjer:
 - ergometer trčanje Ne centriran i uzrokovano zvukovi mljevenja.
 - Gumeni amortizeri su oštećeni - zamijenite amortizere.
 - Ako vaš uređaj proizvodi neuobičajene zvukove, unaprijed kontaktirajte naš servisni tim. (Moguće je da se prigušna ploča MDF-a ošteti)
- Neispravne dijelove odmah zamijenite putem naše korisničke službe - uređaj se tada ne smije koristiti dok se ne popraviti.

održavanje trake (silikonsko ulje)

Ako je abrazija između trake za trčanje i Lauffläche erhöht oder der Motor beginnt, laute Geräusche von sich do dati, dati ona neki silikonski lubrikant između traka und Lauffläche.

Zentrieren der Lauffläche, Laufbandspannung reduzieren, Laufband straffen

1. Korak:

Prvo uklonite sigurnosni graničnik i odvojite uređaj od izvora napajanja.

2. Korak:

2.1. Zentrieren der Lauffläche (Abb. 1);

Ako se traka za hodanje pomaknula ulijevo, okrenite lijevi valjak za podešavanje (L) u smjeru kazaljke na satu za 1/4 okreta imbus ključem.

2.2. Zentrieren der Lauffläche (Abb. 2);

Ako se traka za hodanje pomaknula udesno, okrenite desni vijak za podešavanje (R) u smjeru suprotnom od kazaljke na satu za 1/4 okreta imbus ključem.

2.3. napetost trake za trčanje smanjiti (sl. 3; smokva 5):

Istovremeno, imbus ključem okrenite lijevi vijak za podešavanje valjka u smjeru suprotnom od kazaljke na satu za 1/4 okretaja i desni vijak za podešavanje valjka u smjeru kazaljke na satu.

Das Laufband ist dann richtig straff gezogen, wenn Sie moći ga podići s platforme trake za trčanje oko 5-7 cm s obje strane.

2.4. Laufbandspannung straffen (Abb. 4; Slika 5):

U isto vrijeme, imbus ključem okrenite lijevi vijak za podešavanje valjka u smjeru kazaljke na satu za 1/4 okretaja i desni vijak za podešavanje valjka suprotno od kazaljke na satu.

Das Laufband ist dann richtig straff gezogen, wenn možete ga podići s platforme trake za trčanje oko 5-7 cm sa svake strane.

3. Korak:

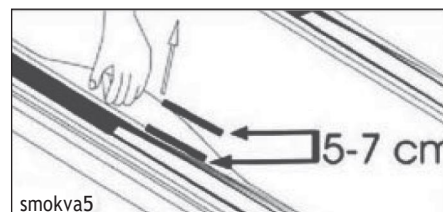
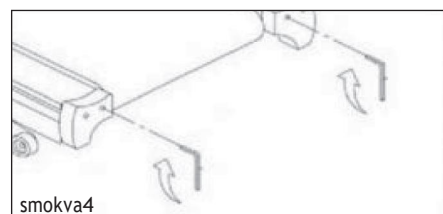
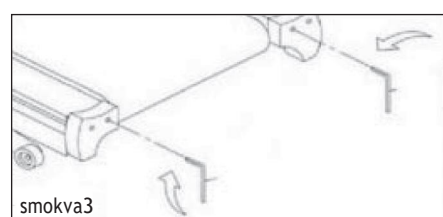
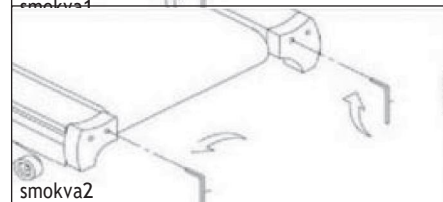
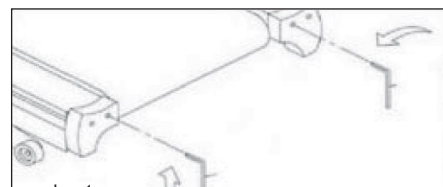
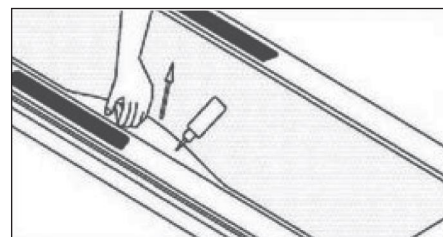
Achten Sie darauf, das Laufband nicht zu straff zu ziehen.

4. Korak:

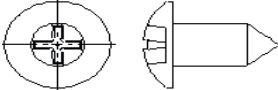
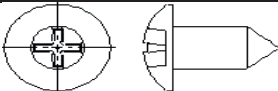
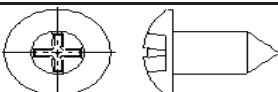
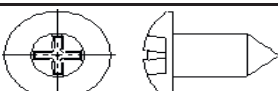
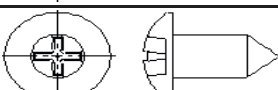
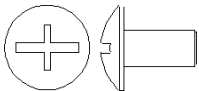
Uključite kabel za napajanje u utičnicu. Uključite traku za trčanje i pustite da djeluje nekoliko minuta.

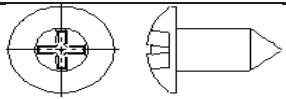
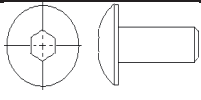
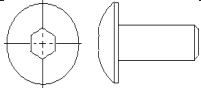
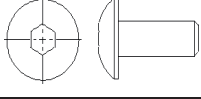
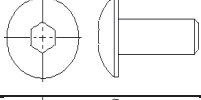
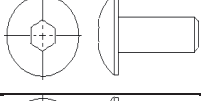





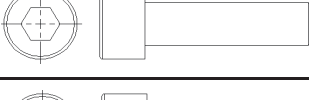
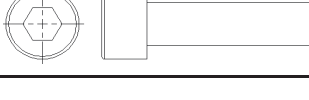

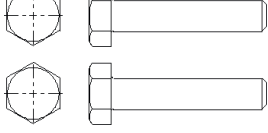
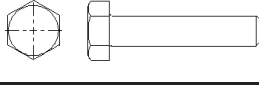

5. Korak:













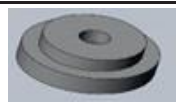

Nakon nekoliko minuta provjerite je li problem riješen. Ako nije, ponovite gornji postupak dok se traka za hodanje ne centrira, gestrafft oder die Spannung reduziert ist.



popis dijelova

dio ne	oznaka	slik a	Spezifikation	broj
1	glavni okvir			1
2	nosač okviraL			1
3	nosač okviraR			1
4	Motor nagiba okvira			1
5	okvir motora			1
6	nosač motora			1
7	držač računala			1
11	Računalo			1
12	vijak		ST3,9*14L	115
13	vijak		ST3,9*20L,	2
14	vijak		M6*10L	4
15	vijak		ST2,9*8L	33
16	vijak		ST3,9*43L	2
17	vijak		M4*10L	5

18	vijak		M4*10L	6
19	vijak		M8*P1,25*20L,	14
20	vijak		M8*45L,	7
21	vijak		M8*40L*S18L,6	2
22	vijak		M8*30L,	3
23	vijak		M8*50L*S20L,	4
24	vijak		M6*43L*S11L,	4
25	vijak		M8*50L*S18L,	2
26	vijak		φ12*M10*28L	2
27	vijak		φ12*10L*M10*30L	2
28	vijak		M8*55L	3
29	vijak		M8*16L	4
30	vijak		M8*14L	2
31	vijak		M8*25L	6
32	vijak		M8*P1,25*30L	1
33	vijak			1
34	vijak		M10*50L	1
35	majka		M6*5,5T,10	4











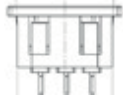




36	majka		M8*7T,13	10
37	majka		M10*10T,17	4
38	perilica		F6,5*F13*1,5T	4
39	perilica		F8.5*F17*2T	31
40	perilica		F10*F20*2T	4
41	opružna podloška		F8.2*F11*2T,	10
43	čelična opruga		63*254*T3.5	2
44	ručni senzor pulsa		45*20*T0.5	4
45	magnet		5*6*12	1
46	imbus ključ		5,9mm*90mml*50mml	1
47	ključ		7380D,125L	1
48	rukohvat		QDY22*10-667*401-65KG	1
49	ulogaispred		□100*649*17□*56□. 5 (612,5)	1
50	ulogastraga		□46*590*17□*39□(642)	1
51	Dugme		F20*7	16
54	okvir okviraL		800*253*66*3T	1


55	Okvir okvira R		800*253*66*3T	1
56	Gornji poklopac motora		741*410*107*3T	1
57	Priključak poklopca motora		281*66*23*3T	1
58	Ispredpokriti		746*114*112*3T	1
59	Donji poklopac motora		694*365*9*3T	1
60	stražnji poklopac		750*153*133*3T	1
61	pokrivne rollice		125*50*25*3T	2
62	pokriti		332*72*12*3T	2
63	Gornji poklopac računala		940*615*145*3T	1
64	Donji poklopac računala		940*615*145*3T	1
65	pokritiruko hvatL		460*65*118*3T	1
66	pokritiruko hvatR		460*65*118*3T	1
67	pokriti		527*492*108*3T	1
68	Sigurnosni graničnik poklopca		122*492*19*3T	1
69	Pokrijte senzore pulsa		730*110*80*3T	1
70	Pokrijte senzore otkucaja srca ispod		730*110*80*3T	1
71	držač tableta		423*70*37*3T	1
72	pokrivaju računala		66*25*8*3T	1

73	pokrovni ventilator		118*60*16	1
74	ventilatorKućište		143*92*61	1
75	poklopac računala		391*492*19*3T	1
76	pokriti		F25*33*M8 BK	4
77	zagradasuspenzija		25*50*T4.0	2
78	guma zasuspenzija		187*30*37	2
79	Zglob za ovjes		24*40*17	4
80	Nagibni nosač motora		Φ20*M6*28	2
81	podesivstajati		40*36*M8 BK	4
82	uloga		8,2*23*56□T BK	2
83	ulogaglavni ramen		8.2*55□T27 BK	2
84	Trittlfläche L		22*123*1635,5*T2,5	1
85	Trittlfläche R		22*123*1635,5*T2,5	1
86	Obere Trittlfläche		18*92*1325	2
87	Klinasti remen		220g	1
88	pojas za trčanje		3060mmX570mm X1.6mm	1
89	Nagibni nosač motora		25*20*24,5*T2,0BK	1
90	perilica		φ22*φ14.2*1.1T,	4

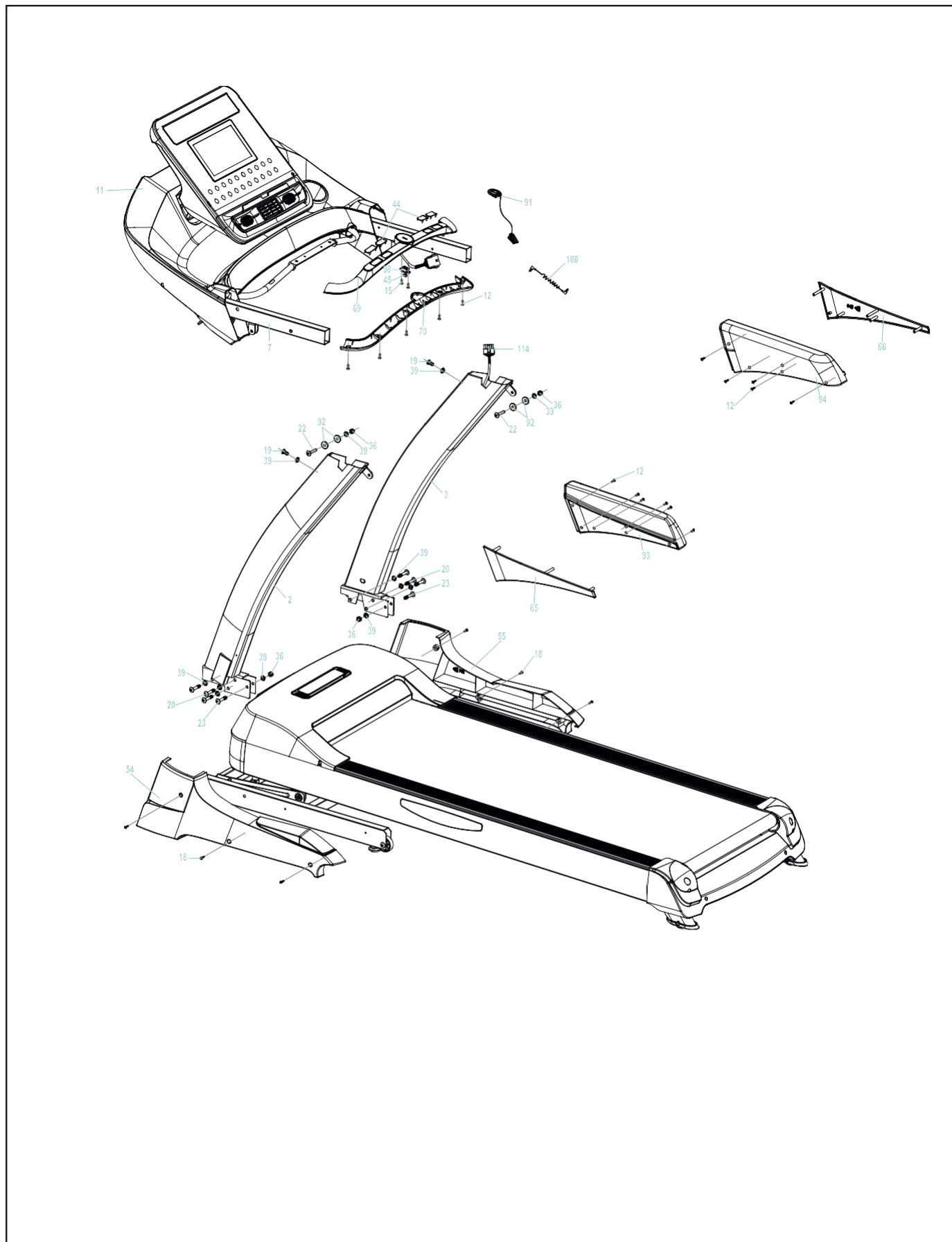
91	sigurnosno zaustavljanje		60*11*15	1
----	-----------------------------	---	----------	---

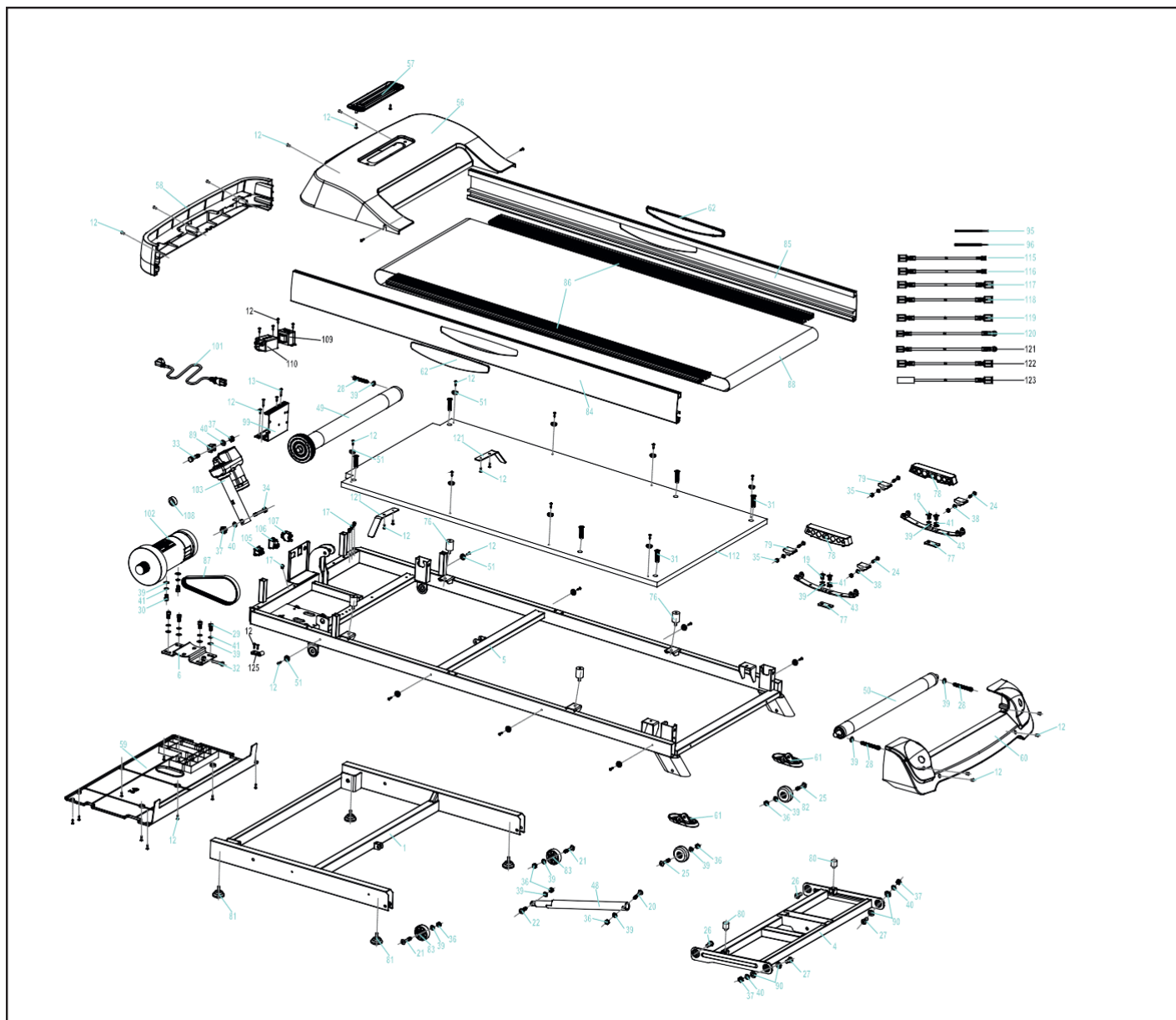
Lauffläche

92	perilica		25*8,5*3,0	4
93	Schaumstoff Hand-trčanjeL		470*160*83	1
94	Schaumstoff Hanlauf R		470*160*83	1
95	kabelske veze		OTP1508 160mm*3.5	3
96	kabelske veze		3*100	4
98	sigurnosno zaustavljanje		36*15*14	1
99	upravljanja		B506 220V	1
100	audio kabel		1900L	1
101	Kabel za napajanje		H05VV-F1,0 mm ² 2000 mm	1
102	motor			1
103	nagibni motor		350 mm, 300 mm, 230+60mm 180v	1
105	utičnica		DB-14-5F(2.0)	1
106	glavni prekidač		RL2-321/NC-2-RE/BK-P1(B)	1
107	osigurač		88 serija 10A	1
108	Kuhinjski sudoper		Φ31*Φ19*13,	1
109	filtrar		HJ4-10A-T(027)	1
110	indukcijski svitak		HJ6626-10-0011 50 mm 250 mm	1
112	Lauffläche		1370*697*18T	1


113	silikonsko ulje		20 ml	1
-----	-----------------	---	-------	---

114	Kabel		1800mm 5PIN	1
115	Kabelplava		UL 1015 16AWG; T250 +T187 100 mm	1
116	Kabelsmeđa		UL 1015 16AWG T250 +T187 100 mm	1
117	Kabelplava		UL 1015 16AWG T250 500 mm	1
118	Kabelsmeđa		UL 1015 16AWG T250 500 mm	1
119	Kabelsmeđa		UL 1015 16AWG T250 100 mm	1
120	uzemljenje		UL1015 16AWG, 100mmφ4.2	1
121	Žica za uzemljenje (zelena/žuta)		UL1015,16AWG+T250b 100L	1
122	Kabelplava		UL1015,16AWG T250 250 mm	1
123	senzor brzine		1200mm 2PIN	1
124	kuka		180*25,4*2,5T	2
125	držač senzora		str	1





SLUŽBA ZA KORISNIKE

 **NA+** +385 40 543 603

 **servis@woolf.hr**

MODEL: 27466

01/2019

3

**GODINA JAMSTVA
GODINA JAMSTVA**