

PAŽNJA:

- 1 Zagrevanje – pre vežbanja potrebno je 5–10 minuta zagrevanja, kao što su hodanje u mestu i lagani pokreti. Cilj je aktivirati svaki zglob i mišić kako bi se izbegle povrede tokom vežbanja.
- 2 Ishrana – unositi hranu bogatu proteinima i povrćem. Vežbanje može započeti 40 minuta nakon obroka, a ne dozvoljava se vežbanje do 30 minuta nakon prestanka aktivnosti. Tokom vežbanja dozvoljeno je popiti malu količinu vode.
- 3 Disanje – izdišite kada primenjujete snagu, udišite kada se opušate. Vežbanje treba da bude usklađeno sa disanjem.
- 4 Učestalost – napravite pauzu od najmanje 48 sati ako trenirate iste mišiće ponovo.
- 5 Opterećenje – u skladu sa svojim fizičkim sposobnostima izaberite odgovarajuće opterećenje kako biste izbegli preopterećenje i povrede mišića. Trening treba da prati princip postepenog napredovanja. Blagi bol nakon prvog treninga je normalan.

SVAKODNEVNO ODRŽAVANJE:

- 1 Kako bi se osigurala bezbednost opreme, neophodno je redovno održavanje i pregled delova koji su podložni habanju, kao što su sajle, remenice, spojevi i slično.
- 2 Obratiti posebnu pažnju na delove koji se troše.
- 3 Odmah zameniti oštećene delove ili prekinuti upotrebu dok se ne poprave.
- 4 Oprema se može svakodnevno održavati u skladu sa tabelom ispod.

Površina za trčanje: 600 × 1554 mm

Dimenzije sklopljene sprave: 2148 × 920 × 1638 mm

Dimenzije pakovanja: 2248 × 1020 × 490 mm

1150 × 1000 × 480 mm

Neto težina: 240 kg

Bruto težina: 300 kg

TREADMILL INSTRUCTIONS MANUAL



I. Uvod: Ova traka za trčanje koristi profesionalni sistem projekcionog ekrana koji je pouzdan i stabilan, sa kratkim vremenom pokretanja i raznovrsnim interfejsom.

II. Uvod u interfejs:

Ova traka za trčanje se uglavnom sastoji od sedam operativnih interfejsa:

Početna stranica

Režim (udaljenost, vreme, kalorije, program)

Bežična projekcija ekrana

Žičana projekcija ekrana

Projekcija ekrana namenjena za Apple iPhone

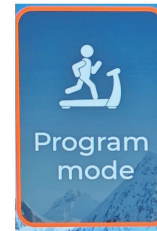
Multimedija

Podešavanja

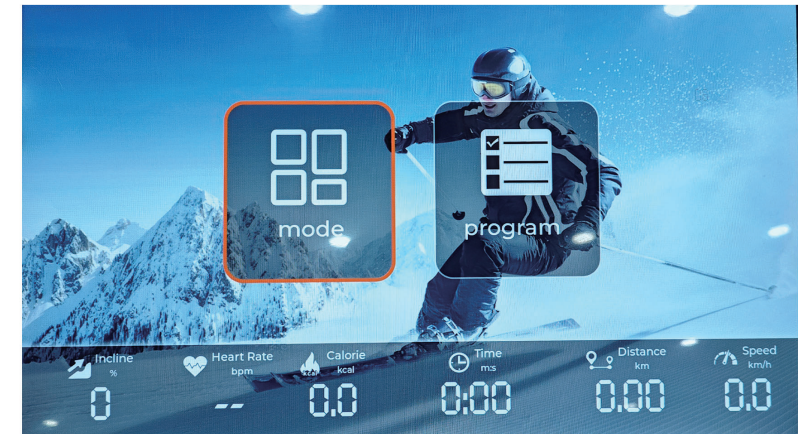
Kada se traka za trčanje u potpunosti pokrene, ulazi na početnu stranicu, kao što je prikazano na slici ispod. Sve operacije mogu se obavljati sa početne stranice.



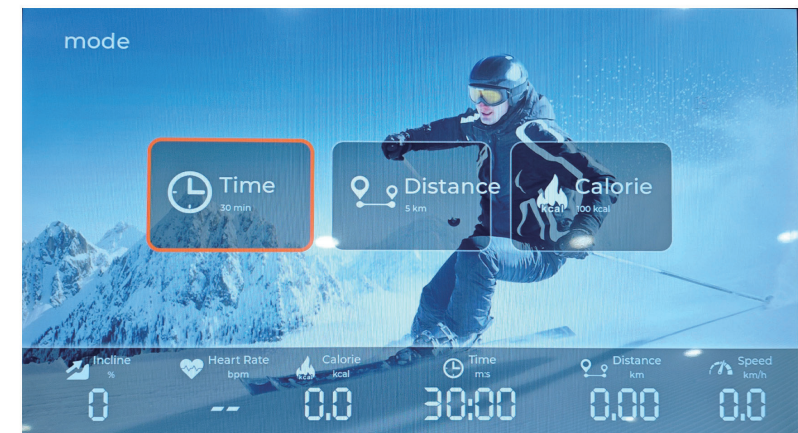
III Režim (Udaljenost, Vreme, Kalorije, Program)



Kada korisnik pređe na MODE i pritisne taster ENTER na početnoj stranici, interfejs za izbor programa biće prikazan kao na slici ispod.



U interfejsu režima rada, pritisnite dugme ENTER da biste pristupili režimima. Dostupni su režimi: VREME, UDALJENOST i KALORIJE.



Selektivni programski modul
Postoji osam unapred definisanih programa.



IV Bežična projekcija ekrana



Pređite na „Wireless projection“ i pritisnite ENTER da biste pristupili interfejsu bežične projekcije, kao što je prikazano na slici ispod.



Pratite uputstva prikazana na interfejsu i sledite korake.
Postoje određene razlike u načinu rada između Apple iPhone i Android mobilnih telefona.
Mreža svake trake za trčanje je različita i na to treba obratiti pažnju.
Zajednička lozinka: 12345678

V Žičana projekcija ekrana

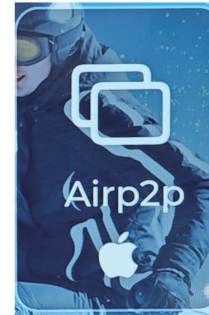


Predite na „Wire projection“ i pritisnite ENTER da biste pristupili interfejsu žičane projekcije.



Ekran žičane projekcije je takođe podeljen na Apple iPhone i Android mobilne telefone. Apple iPhone uređaji mogu se direktno povezati, dok Android uređaji starijih verzija zahtevaju instalaciju dodatnog programa. Pratite korake prikazane na slici kako biste uspešno izvršili povezivanje.

VI Interfejs Apple iPhone



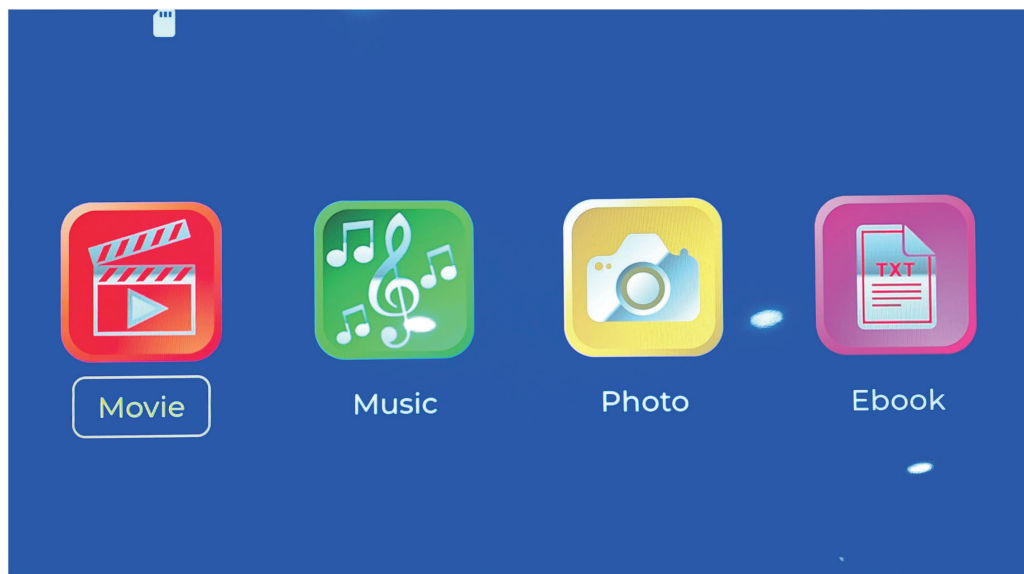
Predite na „Airp2p“ i pritisnite ENTER da biste pristupili interfejsu za Apple iPhone.



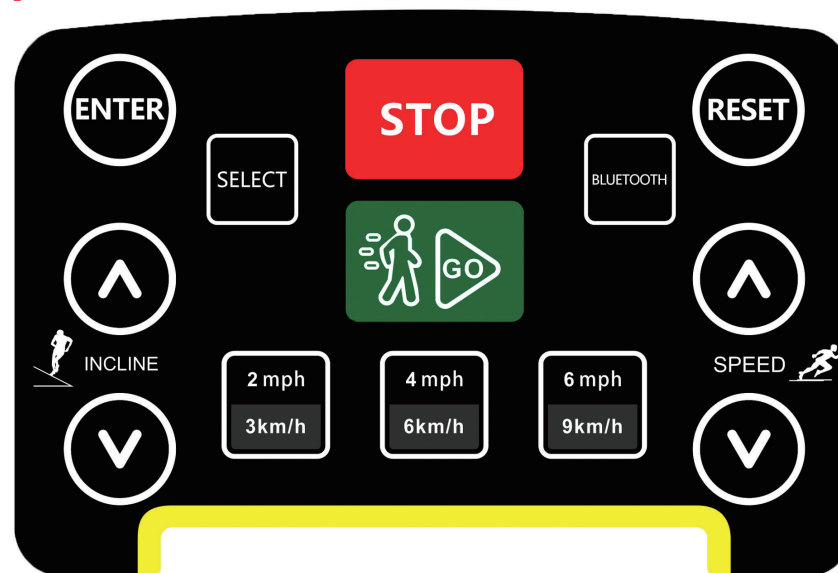
VII Multimedija



Predite na „Multimedia“ i pritisnite ENTER,
zatim pristupite opcijama kao što je prikazano ispod:
Film
Muzika
Fotografije
E-knjiga



Uputstvo za tastaturu



ENTER

Taster ENTER – kada se pozicionirate na neku ikonu na projekcionom ekranu, potrebno je pritisnuti ENTER.



SELECT

Taster za izbor



RESET

Taster za povratak – vraća na prethodni interfejs. Višestrukim pritiskom ovog tastera vraćate se na početnu stranicu.



BLUETOOTH

Bluetooth taster – za povezivanje bežičnih slušalica potrebno je pritisnuti ovaj taster.



Sa leve strane su tasteri za povećavanje i smanjivanje nagiba
Sa desne strane su tasteri za povećavanje i smanjivanje brzine



GO
Taster za pokretanje trake za trčanje



STOP
Taster za zaustavljanje trake za trčanje



Prečice za izbor brzine

Kodovi grešaka i način otklanjanja

GREŠKA 00 NEMA KVARA

GREŠKA 01 ZADRŽAVANJE

GREŠKA 02 PREKOMERNA STRUJA PRI UBRZAVANJU

Proveriti da li je inverter oštećen i da li su parametri pravilno podešeni, kao i da li je spoljašnji napon u dozvoljenom opsegu.

GREŠKA 03 PREKOMERNA STRUJA PRI USPORAVANJU

Proveriti da li je inverter oštećen i da li su parametri pravilno podešeni, kao i da li je spoljašnji napon u dozvoljenom opsegu.

GREŠKA 04 PREKOMERNA STRUJA PRI KONSTANTNOJ BRZINI

Proveriti da li je inverter oštećen i da li su parametri pravilno podešeni, kao i da li je spoljašnji napon u dozvoljenom opsegu.

GREŠKA 05 PREKOMERAN NAPON PRI UBRZAVANJU

Proveriti da li je inverter oštećen i da li su parametri pravilno podešeni, kao i da li je spoljašnji napon u dozvoljenom opsegu.

GREŠKA 06 PREKOMERAN NAPON PRI USPORAVANJU

Proveriti da li je inverter oštećen i da li su parametri pravilno podešeni, kao i da li je spoljašnji napon u dozvoljenom opsegu.

GREŠKA 07 PREKOMERAN NAPON PRI KONSTANTNOJ BRZINI

Proveriti da li je inverter oštećen i da li su parametri pravilno podešeni, kao i da li je spoljašnji napon u dozvoljenom opsegu.

GREŠKA 08 ZADRŽAVANJE

Nakon samoučenja parametara motora i invertera, isključite traku za trčanje i ponovo je uključite. Ako se tokom testiranja ponovo pojavi greška 08, proverite da li je napajanje ispravno ili da li je inverter oštećen.

GREŠKA 09 PODNAPON

Napon je niži od normalnog.

GREŠKA 10 PREOPTEREĆENJE INVERTERA

Proveriti da li je motor oštećen ili blokiran.

GREŠKA 11 PREOPTEREĆENJE MOTORA

Motor je preopterećen. Molimo proverite kompletan prenos, kao što su prednji valjak, zadnji valjak, traka za trčanje, pogonski kaiš, podmazivanje trake, kao i da li je nešto zaglavljeno unutar prenosnog sistema.

GREŠKA 12 PODRAZUMEVANA ULAZNA FAZA

Proverite da li je inverter pravilno povezan na napajanje od 110 V ili 220 V.

GREŠKA 14 PREGREVANJE MODULA

Proverite da li je ventilator za hlađenje vazduhom neispravan.

GREŠKA 15 SPOLJAŠNJA GREŠKA

GREŠKA 16 GREŠKA KOMUNIKACIJE

Proverite sve terminale i konektore signalnog kabla za prenos između invertera i kontrolne table.

GREŠKA 19 GREŠKA SAMOUČENJA MOTORA

Pokrenite postupak samoučenja trake za trčanje. Ako se greška 19 i dalje pojavljuje, proverite električne vodove motora i utvrdite da li je inverter neispravan.