

# NÁVOD K POUŽITÍ GB4450



**Poznámka:** V souladu se zásadami udržitelného rozvoje může být produkt v případě potřeby aktualizován bez dalšího upozornění. Obrázek je ilustrativní, běžecký pás je dodávaný bez masážního přístroje.

## Obsah

1. Stručný popis produktu .....	2
2. Bezpečnostní opatření a varování .....	4
3. Návod k instalaci .....	6
4. Používání tlačítek .....	8
5. Běžná údržba .....	13

## ÚVOD

Vážený zákazníku,

blahopřejeme Vám, k zakoupení tohoto kvalitního výrobku, který byl vyvinut podle nejnovějších technických znalostí a vyroben s použitím nejmodernějších technologií.

V dnešní době, kdy se životní styl vyznačuje nedostatkem pohybu, je tento stroj nezbytným doplňkem pro udržení tělesné kondice a zdraví.

Před uvedením výrobku do provozu si, prosím, udělejte čas a pečlivě přečtěte následující návod k montáži a obsluze, a to i v případě, že jste zakoupil(a) stroj sestavený.

Pokud jste zakoupil(a) výrobek v originálním kartónovém obalu, tj. v rozebraném přepravním stavu, věnujte mimořádnou pozornost pokynům k montáži. Před zahájením montáže vyjměte opatrně jednotlivé komponenty z krabice, zkontrolujte jejich kompletnost a podle návodu si promyslete postup montáže.

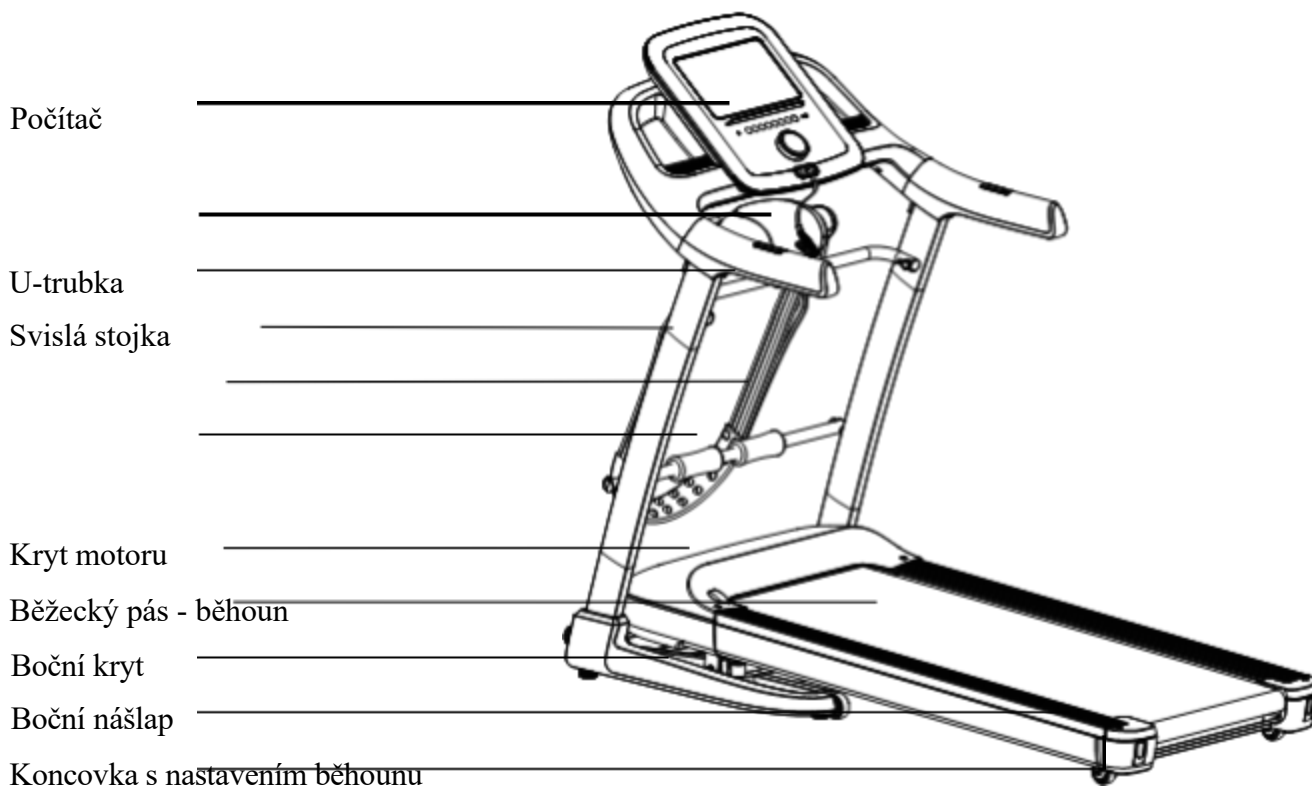
Věříme, že budete se zakoupeným výrobkem spokojeni a stroj přispěje k upevnění Vašeho zdraví a životní pohody. Přejeme mnoho úspěchů, vytrvalosti a sil při dosažení Vašich sportovních cílů.

Děkujeme

**ACRA s.r.o.**, Brodská 161, 513 01 Semily, Česká republika, [www.acra.cz](http://www.acra.cz)

## 1. Stručný popis produktu

### Multifunkční elektrický běžecký pás (bez masážního přístroje)



Hlavní parametry a seznam dílů							
Ne.	Parametry	Popis					
1	Vstupní napájecí napětí	220-240V~					
2	Rychlost	1.0- 18 km/h					
3	Výkon motoru	2,0HP					
4	Běžecská plocha	470* 1200 mm					
5	Maximální hmotnost uživatele	120 kg					
6	Čistá hmotnost	58 kg					
7	Rozměry v rozloženém stavu	1575*750*1313 mm					
8	Funkce (volitelné)	Běh, chůze.					
Seznam dílů							
	Název	Jednotka	Počet ks		Název	Jednotka	Počet ks
1	Kompletní stroj	ks	1	3	Sada náradí	ks	1
2	Boční kryt	ks	1				
Brašna na náradí							
	Název	Jednotka	Počet ks		Název	Jednotka	Počet ks
1	ŠroubM8*25	ks	2	4	Křemíkový olej	láhev	1
2	Vnitřní šestihranný klíč 6 mm	ks	1	5	Elektrické vedení	ks	1
3	Bezpečnostní klíč	ks	1	6	Uživatelská příručka	ks	1

## 2. Bezpečnostní opatření a varování

- a) Před sestavováním a použitím stroje je důležité si podrobně pročíst tyto instrukce. Bezpečného a efektivního cvičení dosáhnete tím, že všechny součásti budou řádně sestaveny a utaženy. Vaší povinností je informovat každého uživatele stroje o způsobu správného zabezpečení a používání stroje a o všech možných nebezpečích souvisejících s nesprávným zabezpečením a používáním posilovacího stroje.
- b) V případě, že máte zdravotní problémy, konzultujte s Vaším lékařem používání stroje. Stanovisko lékaře je nezbytné v případě užívání léků, které ovlivňují srdeční rytmus, krevní tlak či hladinu cholesterolu.
- c) Berte na vědomí reakci Vašeho těla. **Nesprávné nebo nadměrné cvičení může negativně ovlivnit vaše zdraví!** Ukončete cvičení, když budete cítit: bolesti, tlak na hrudi, nepravidelný srdeční rytmus, dýchací potíže, závratě, nevolnost. O vzniku těchto potíží informujte Vašeho lékaře. Dodržujte pitný režim, po ukončení cvičení, delším než 20 minut.
- d) **Udržujte stroj mimo dosah dětí (stroj je konstruován jen pro dospělé) a zvířat!** Chraňte stroj před nepříznivými vlivy, zejména vodou, prachem, intenzivním slunečním zářením a nízkými/vysokými teplotami. Udržujte stroj v suchém a čistém stavu, čištění používejte suchý, popř. jen mírně navlhčený hadřík. Díly z černého plastu je možné ošetřit mírným nástřikem silikonového oleje.
- e) **Maximální váha cvičence je 130 kg!**
- f) Vždy používejte stroj dle těchto pokynů. V případě, že naleznete jakékoli vadné součástky v průběhu sestavování nebo kontrolování stroje nebo uslyšíte neobvyklý zvuk při používání, ukončete montáž nebo používání stroje. **Nepoužívejte stroj do odstranění závady nebo výměny vadných dílů! Opravy a seřízení přenechejte odborným pracovníkům servisního střediska, společnosti ACRA, s. r. o.** Záruka se nevztahuje na vady způsobené neodborným zásahem (opravou) uživatele, i třetích osob.

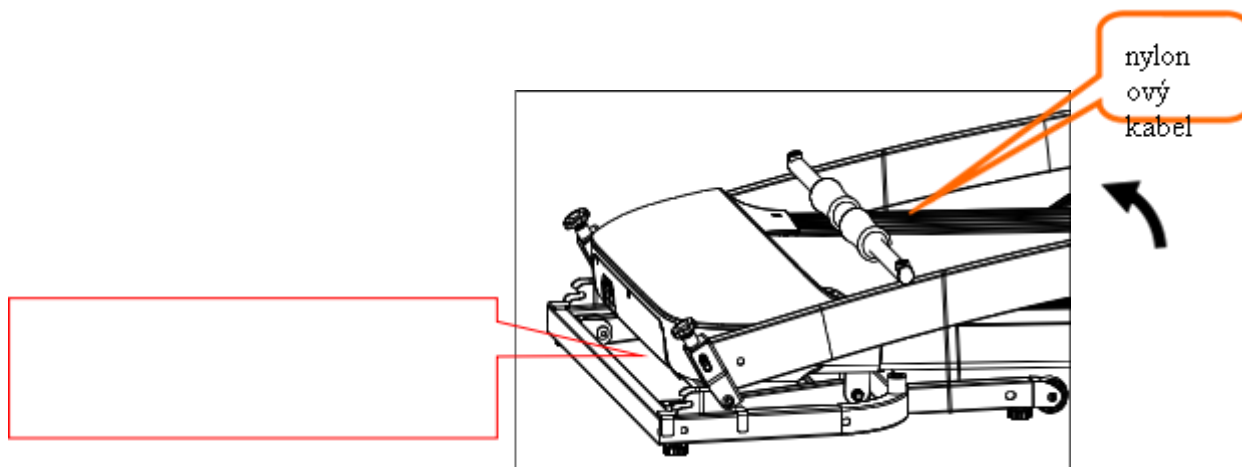
- h) Používejte stroj na pevném, rovném povrchu a na podložce, která chrání podlahu či koberec (není však vhodné použití pásu na velmi tlustém koberci, jelikož stroj špatně odvětrává). Pro dodržení bezpečnosti je nutno mít při cvičení kolem stroje minimálně 1 m volného místa.
- g) Bezpečná úroveň zařízení může být udržena pouze při pravidelných kontrolách poškození a opotřebení, například lan, míst spojů, atd. **Před použitím stroje zkontrolujte, zda jsou všechny matice a šrouby řádně utaženy!**
- h) 9. Při cvičení noste vhodný oděv a obuv, vyvarujte se takového oblečení, které se může zachytit do pohyblivých částí stroje anebo omezit Váš pohyb. Nepoužívejte pás naboso. Používejte stroj ve stejnou dobu pouze 1 osobou.
- i) 10. Při přemísťování stroje dávejte pozor, aby nedošlo k poranění zad. Vždy používejte techniku zdvihu nebo stroj přemísťujte za asistence druhé osoby.
- j) 12. Posilovací stroj odpovídá **třídě H – (Home)** pro použití v domácnostech. **Stroj není určen pro profesionální, nebo komerční použití ani k rehabilitačním účelům! Dále není certifikován, pro použití s kardiostimulátorem.**
- k) 13. Elektro zařízení (počítač) nesmí být odstraňováno spolu se směsným komunálním odpadem, ale musí být odkládáno na místech k tomu určených nebo v místech jejich zpětného odběru, stejně tak baterie použité do počítače.
- l) 14. Tento návod k použití s bezpečnostními pokyny, záruční list a doklad o zakoupení pečlivě uschovejte!

### 3. Pokyny pro instalaci

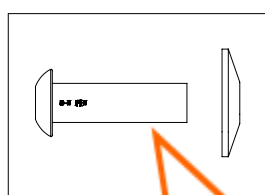
Při instalaci nejprve jednoduše upevněte všechny šrouby a po dokončení instalace rámu šrouby utáhněte.

**(Varování: Při demontáži, montáži, skládání nebo přemísťování stroje nekládejte ruku nebo prst do mezery stroje, protože by mohlo dojít k sevření ruky).**

1. Položte stroj na rovnou plochu. Odřízněte nylonové lanko na základně. Postavte vzpřímený sloupek směrem znázorněným na obrázku níže a překlopte konzolu displeje.

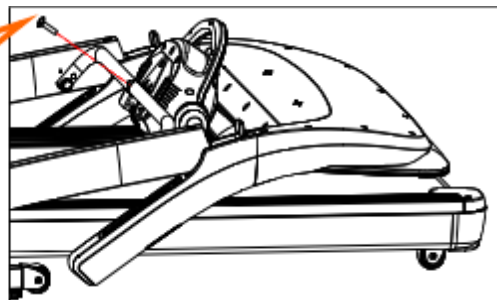


2. Pouze pro pásy s masážním přístrojem : Otáčením masážního strojku proti směru hodinových ručiček vyrovnejte polohu pevného otvoru na masážním strojku s polohou pevného otvoru na trubce ve tvaru U a poté otočením pevného knoflíku masážního strojku ve směru hodinových ručiček jej zajistěte. (Tento krok je určen pouze pro multifunkční zařízení)



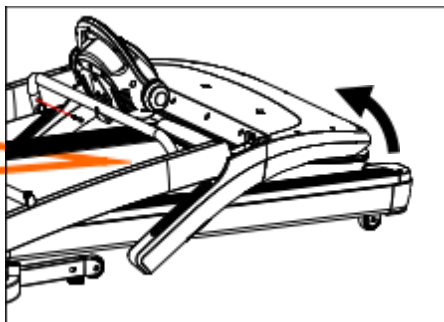
Šroub M8\*35  
Prohnutá  
podložka

Šroub M8\*35  
Prohnutá podložka

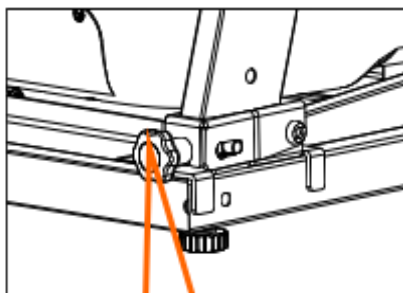
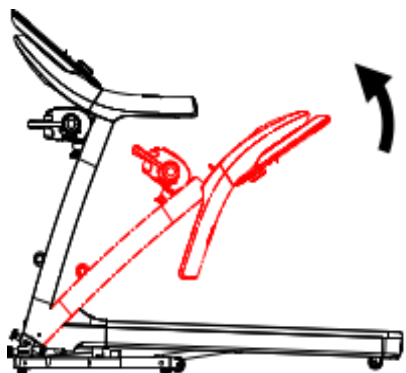


3. Vložte pružnou podložku M8 a ploché těsnění postupně do šroubů M8\*35 s půlkulatou hlavou a šestihrannou objímkou. Otočte trubku U proti směru hodinových ručiček. Zarovnejte upevňovací otvory na trubce U s otvory na sloupku. Použijte klíč 5# k upevnění ohybu U a sloupku zajištěním šroubů M8\*35 s půlkulatou hlavou a ve směru hodinových ručiček. (Vhodné pro více funkcí)

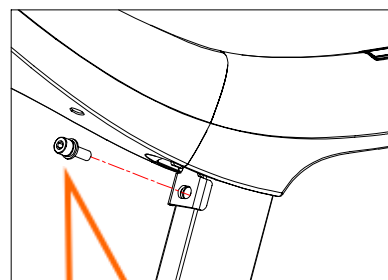
Šroub M8\*35  
Pružinová podložka M8  
Ploché těsnění



4. Otočte a zvedněte vzpřímený sloupek a konzolu proti směru hodinových ručiček ve směru znázorněném na obrázku (sloupek se automaticky a snadno uzamkne). 5. Otočením knoflíku pro upevnění sloupku ve směru hodinových ručiček sloupek zajistěte a poté pomocí klíče 6 # zajistěte a upevněte konzolu na sloupek šroubem M8 \* 25.

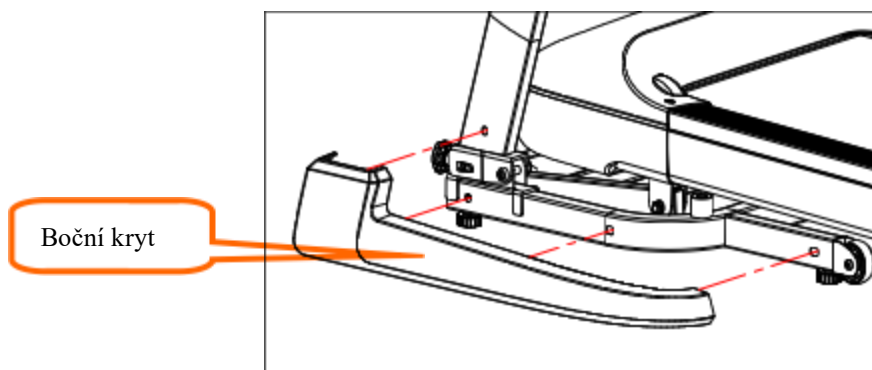


Upevňovací  
knoflík

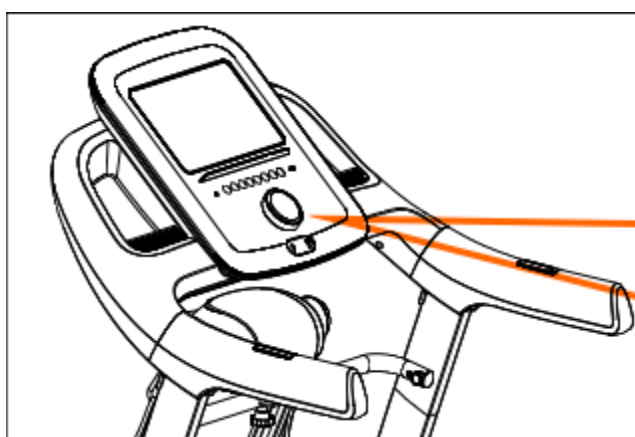


Šroub M8\*25

5. Vyrovnajte upevňovací sponu na bočním krytu s upevňovacím otvorem na rámu a sloupku (Poznámka: boční kryt je rozdělen na levý a pravý) a zaklepejte na něj.



6. Chcete-li běžecký pás používat, položte bezpečnostní klíč na žlutou plochu konzoly. (Poznámka: Běžecký pás lze normálně spustit pouze tehdy, když je bezpečnostní pojistka umístěna na žlutém štítku uprostřed pod konzolou).



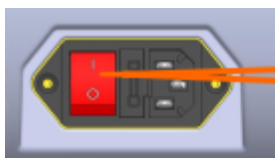
Poznámka: Bezpečnostní klíč je v červené barvě. Je uložen v plastovém sáčku spolu se šrouby a nářadím. Umístěte jej na žlutou plochu konzoly, abyste mohli spustit běžecký pás.

POZNÁMKA: po instalaci zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby rovnoměrně zajištěny podle požadavků, a před zapojením do elektřiny zkontrolujte, zda není žádná část vynechána.

## 4. Používání pokynů

### Používání běžeckého pásu

1) Správně zasuněte zástrčku a zapněte vypínač (červené barvy). Po rozsvícení kontrolky se ozve pípnutí a poté se rozsvítí obrazovka.



1

## 2) Pokyny k bezpečnostnímu klíči

Běžecský pás lze spustit pouze tehdy, když je bezpečnostní klíč položen na žluté ploše konzoly. Při používání běžecského pásu připněte bezpečnostní klíč na oblečení, abyste předešli nehodám.

**Pokud běžecský pás nepoužíváte, uchovávejte bezpečnostní zámek mimo dosah dětí.**

## 3) Pokyny pro skládání

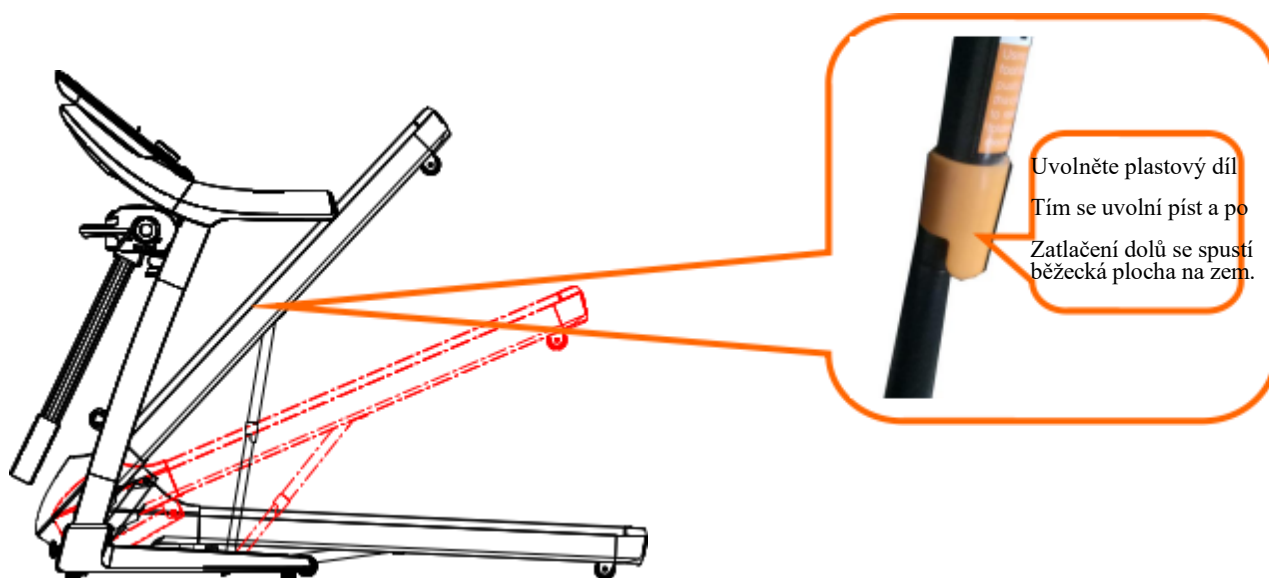
Skládejte běžecský pás:

Při skládání běžecského pásu se ušetří místo.

Před složením vypněte vypínač a vytáhněte zástrčku ze zásuvky. Zvedněte pojezdovou plochu, do horní Polohy, až zaskočí oranžová plastová aretace.

Sklopení běžecského pásu:

Uvolněte píst, zatlačte shora na běžecskou plochu a poté ji nechte postupně klesat.



## 4) Pokyny pro ovládání počítače

### Start

Běžecský pás se spustí po stisknutí tlačítka Start.

### Množství programů

24 automatických programů a 3 uživatelské režimy.

### Funkce bezpečnostního klíče

Když nevložíte nebo odejmete bezpečnostní klíč, okamžitě se zobrazí "E7", běžecský pás se rychle zastaví a ozve se zvukový signal. Pokud klíč vložíte zpět, stroj uvedete do pohotovostního stavu, ale elektronická data počítače se vynulují. V jakémkoli stavu odpojte bezpečnostní zámek, abyste v případě nouze zastavili chod běžecského pásu, a na displeji se zobrazí "E7". Přiložením bezpečnostního klíče vymažete údaje na displeji a můžete vstupit do úvodního rozhraní hlavního displeje;



## 5. Funkce tlačítek

### 1. Tlačítka

#### Zobrazení:

① Při nastavování rychlosti se v okně knoflíku zobrazuje aktuální rychlost. ② Při nastavování tlaku vzduchu se v okně knoflíku zobrazuje aktuální hodnota tlaku vzduchu. ③ Když se rychlost a tlak vzduchu nenastavují, okno displeje knoflíku se každých 5 sekund posouvá a zobrazuje aktuální rychlost a aktuální hodnotu tlaku vzduchu.

#### Klíč:

**A. Start:** když je běžecký pás zastaven, stiskněte knoflík a na displeji se zobrazí 3-2- 1. Běžecký pás se rozběhne.

**B. Pauza:** ve stavu běhu běžeckého pásu stiskněte knoflík, běžecký pás přejde do stavu pauzy a pomalu se zastaví. V tomto stavu znovu krátce stiskněte knoflík a na knoflíku se zobrazí 3-2- 1. Běžecký pás se spustí a naměřené údaje před Pausou se dále přičítají k hodnotám před Pausou naměřenými..

**C. Stop:** ve stavu běhu a pauzy běžeckého pásu stiskněte a podržte knoflík po dobu 5 sekund, běžecký pás přejde do stavu stop a všechna data se vymažou.

**D. Nastavení rychlosti:** v běžeckém stavu běžeckého pásu otáčením knoflíku ve směru hodinových ručiček zvýšíte rychlost o 0,1 km/h a proti směru hodinových ručiček snížíte rychlost o 0,1 km/h.

**E.** Během zpomalování a vypínání běžeckého pásu je krátké stisknutí knoflíku neúčinné a dlouhé stisknutí po dobu 5 sekund přejde do stavu vypnutí.

### Instrukce k ovládacím tlačítkům

#### Tlačítko Start, tlačítko Stop:

Když je napájení zapnuto, stiskněte tlačítko Start, abyste spustili běžecký pás. Tlačítko Stop: když je běžecký pás ve stavu běhu, stiskněte tlačítko Stop, všechna data se vymažou a běžecký pás se postupně zcela zastaví a vrátí se do manuálního režimu.

#### Programovací tlačítko

V pohotovostním režimu stisknutím tohoto tlačítka přejdete z ručního režimu do automatického programu; ruční režim je výchozím provozním režimem systému.

#### Sklon+/Incline -

V režimu běhu nastavte hodnotu sklonu stisknutím těchto tlačítek.

V pohotovostním režimu stisknutím tohoto tlačítka přejdete z ručního režimu do automatického programu; ruční režim je výchozím provozním režimem systému.

#### Klíč k tlumení nárazů:

Stisknutím tlačítka "shock absorption +" zvýšíte tuhost běžecké desky; stisknutím tlačítka "shock absorption –(minus)" snížíte tuhost běžecké plochy – měkce pruží

### **Tlačítko režimu odpočítávání**

V pohotovostním režimu můžete stisknutím tohoto tlačítka přepínat mezi 3 různými režimy odpočítávání: režim odpočítávání času, režim odpočítávání vzdálenosti a režim odpočítávání kalorií. Při výběru každého režimu můžete stisknutím tlačítka rychlosti nastavit příslušné hodnoty a stisknutím tlačítka po nastavení spustíte běžecký pás tlačítkem start.

### **Tlačítko hlasitosti + / -:**

když přístroj přehrává hudbu, stisknutím tlačítka hlasitosti "+" zvuk zesílíte; stisknutím tlačítka hlasitosti "-" zvuk zeslabíte.

### **Funkce displeje**

#### **1. Zobrazení rychlosti**

Zobrazení aktuální hodnoty rychlosti

#### **2. Zobrazení času**

Zobrazení času v manuálním režimu a v režimu odpočítávání.

#### **3. Zobrazení vzdálenosti**

Zobrazení vzdálenosti v manuálním režimu a programu a vzdálenosti v režimu odpočítávání.

#### **4. Zobrazení kalorií**

Zobrazuje kalorie v manuálním režimu a programu a kalorie v režimu odpočítávání.

#### **5. Funkce měření srdeční frekvence**

Když je běžecký pás pod napětím, podržte chvíli snímač tepové frekvence a na displeji se zobrazí číslo tepové frekvence. **(Toto číslo je pouze orientační, nelze je považovat za lékařský údaj.)**

### **Inteligentní funkce tlumení nárazů:**

**(Toto číslo je pouze orientační pro uživatele, nelze je považovat za lékařské doporučení)**

Zapněte napájení běžícího stroje. Když je běžecký stroj v pohotovostním stavu, uživatel nejprve nestojí na běžeckém pásu, odpojí bezpečnostní zámek a vloží bezpečnostní zámek zpět. Počká 5-8 sekund, uživatel se postaví na boční nášlapné lišty těsně pod koncovou plochou madla na obou stranách běžeckého pásu (zobrazeno jako na obrázku níže). Počkejte několik sekund po spuštění běžeckého pásu, udává vědeckou a inteligentní hodnotu tlaku tlumení na základě hmotnosti uživatele. V této době je režim inteligentního tlumení dokončen a uživatel může nastavit další funkce podle potřeby.

Uživatelé mohou také ručně stisknout tlačítko "Shock Absorption +" v závislosti na svých zvyklostech na běžeckém pásu, aby se nastavila vyšší tuhost běžecké plochy.

Stiskněte tlačítko "shock absorption -" pro snížení nastavení tuhosti běžecké plochy (měkčí došlap nastavení hodnoty tlaku tlumení nárazů).



## Automatický program

Program \ Čas		Nastavený čas / 10 = doba běhu každé periody									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	3	4	5	5	5	5	5	5	5	3
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P2	SPEED	4	5	6	6	6	6	6	6	6	4
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P3	SPEED	5	6	7	7	7	7	7	7	7	5
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P4	SPEED	5.5	6.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	7.5	5.5
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0
P5	SPEED	6	8	9	8	9	8	9	8	9	3
	INCLINE	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P6	SPEED	7	9	10	9	10	9	10	9	10	4
	INCLINE	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P7	SPEED	9	11	12	11	12	11	12	11	12	6
	INCLINE	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P8	SPEED	10	12	13	12	13	12	13	12	13	7
	INCLINE	2	4	4	4	4	4	4	4	4	0
P9	SPEED	4	7	5	7	5	7	5	7	5	3
	INCLINE	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P10	SPEED	5	8	6	8	6	8	6	8	6	4
	INCLINE	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P11	SPEED	6	9	7	9	7	9	7	9	7	5
	INCLINE	6	9	7	9	7	9	7	9	7	5
P12	SPEED	6.5	9.5	7.5	9.5	7.5	9.5	7.5	9.5	7.5	5.5
	INCLINE	4	6	6	6	6	6	6	6	6	0
P13	SPEED	3	7	7	7	7	7	7	7	6	3
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P14	SPEED	4	8	8	8	8	8	8	8	7	4
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P15	SPEED	6	10	10	10	10	10	10	10	8	5
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P16	SPEED	8	12	12	12	12	12	12	12	11	8
	INCLINE	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P17	SPEED	5	7	6	7	6	7	6	7	6	4
	INCLINE	3	4	5	4	5	4	5	4	5	2
P18	SPEED	5	7	6	7	6	7	6	7	6	4
	INCLINE	4	5	6	5	6	5	6	5	6	3
P19	SPEED	5	7	6	7	6	7	6	7	6	4
	INCLINE	6	7	8	7	8	7	8	7	8	5
P20	SPEED	5	7	6	7	6	7	6	7	6	4
	INCLINE	8	9	10	9	10	9	10	9	10	7
P21	SPEED	8	12	10	12	10	12	10	12	10	5
	INCLINE	3	6	3	6	3	6	3	6	3	0

P22	SPEED	9	13	11	13	11	13	11	13	11	6
	INCLINE	4	7	4	7	4	7	4	7	4	1
P23	SPEED	11	15	13	15	13	15	13	15	13	8
	INCLINE	6	9	6	9	6	9	6	9	6	3
P24	SPEED	12	16	14	16	14	16	14	16	14	9
	INCLINE	7	10	7	10	7	10	7	10	7	4

## Význam chybových hlášení

Kód závady	Popis selhání	Řešení poruch
E1	Abnormální komunikace: při zapnutém napájení je spojení mezi spodním ovladačem a konzolí abnormální.	Možná příčina: komunikace mezi spodním ovladačem a konzolí je zablokována, zkontrolujte jednotlivé spoje mezi ovladačem a konzolí a ujistěte se, že je každé jádro plně zapojeno. Zkontrolujte spospojovací vedení, pokud je poškozené, vyměňte jej.
E2	Žádný signál z motoru.	Možná příčina: Zkontrolujte, zda je kabel motoru dobře připojen, pokud ne, připojte vodič motoru znovu. Zkontrolujte kabel motoru, zda není poškozený nebo zda není cítit spáleninou, pokud ano, motor vyměňte. Zkontrolujte, zda je snímač otáček správně namontován nebo poškozen.
E5	Přepětíová ochrana: Při provozu, kdy spodní regulátor zjistí, že proud je vyšší než 6A po dobu delší než 3 sekundy.	Možná příčina: Přetížení vede k nadměrnému toku el. proudu a systém se zastaví z důvodu vlastní ochrany nebo se některá část zasekne, což způsobí zastavení motoru. Upravte běžecký pás a znovu jej spusťte. Zkontrolujte, zda při chodu motoru není cítit kapalina nebo spálenina. Pokud ano, vyměňte motor; zkontrolujte, zda je z řídicí jednotky cítit spálenina. Pokud ano, vyměňte řídicí jednotku; zkontrolujte napájecí napětí, pokud neodpovídá specifikacím, změňte na správné napětí a stroj znovu vyzkoušejte.
E6	Ochrana proti nárazu při výbuchu: abnormální napětí nebo motor způsobí poruchu obvodu, který pohání motor.	Možná příčina: Zkontrolujte, zda není napájecí napětí o 50 % nižší než normální napětí, použijte správné napětí a stroj znovu vyzkoušejte; zkontrolujte, zda řídicí jednotka není cítit spáleninou, a řídicí jednotku vyměňte; zkontrolujte, zda je připojen kabel motoru, a znovu připojte vodič motoru.
E7	Bez vložení bezpečnostního klíče	Umístěte bezpečnostní klíč na správné místo.

## 5. Běžná údržba

Upozornění: Před údržbou se ujistěte, že je pás vypojen z elektrické sítě.

### Mazání pohyblivých částí a čištění:

Tření podložky může hrát důležitou roli ve fungování a životnosti Vašeho stroje. Proto doporučujeme pravidelně promazávat pohyblivé části, aby se zvýšila životnost pásu. Díky speciální vrstvě spodní tkaniny na oběžném pásu – běhounu se výrazně prodlužuje interval mezi mazáním – viz rozpis níže.

Mazadlo je přibaleno k výrobku.

Měli byste aplikovat přiložené mazadlo, po cca prvních 100 - 150 hodinách provozu (nejlépe do 1 roku od uvedení do provozu, pokud doba používání nepřesáhne cca 150 hodin).

Dále doporučujeme promazávat plošinu dle následujícího časového rozvrhu:

- omezené používání (méně než 3 hodiny za týden) mazání minimálně 1 x za 5-6 měsíců
- střední používání (4-7 hodin týdně) každé 2 - 3 měsíce (při vyšší hmotnosti uživatele častěji)
- časté používání (více než 7 hodin týdně) každý 1 – 1,5 měsíce.

Pro otírání prachu, použijte měkký, vlhký hadřík. Setřete plochu mezi pásem a běhací deskou. To je nutné udělat vždy před novým mazáním. Pokud by zůstal nános prachu, zmenší se účinnost nového namazání desky, zvýší se tření mezi pásem a běhací deskou a tím dojde i ke zbytečnému přetěžování motoru. PROTO VŽDY UDRŽUJTE SPRÁVNĚ NAMAŽANÝ PÁS !

Rovnoměrně nakapejte 2 – 3 kapky mazacího prostředku – nejlépe silikonový olej (je v plastové tubě přiložené k pásu) po nadzdvihnutí běhounu na běhací desku z obou stran hned za motorem. Na desku můžete také rovnoměrně nastříkat olej ve spreji (předtím se ujistěte, že stroj je vypnutý a odpojený od zdroje). Spíše ale doporučujeme tekutý olej, protože olej ve spreji je těkavý a brzy se z povrchu odpaří. Pravidelně promazávejte ložiska předního a zadního válečku, aby se lehce otáčely a dobře přenášely výkon motoru.

POZOR! Před údržbou a čištěním, se ujistěte, že je pás odpojen od elektrického proudu.

Je také nutné průběžně odstraňovat prach z prostoru motoru a přilehlých částí. Odšroubujte plastový kryt nad motorem a celý prostor buď vysajte vysavačem (OPATRŇE, abyste se nedotli a nepoškodili tištěné spoje a všechny elektrické součástky). Pokud nechcete používat vysavač, použijte jemný štětec, který opatrně vše očistíte od prachu. Následně kryt opět nasadte na původní místo. Je třeba dodržet pravidlo, že pás BUDE ODPOJENÝ od zdroje elektrického proudu !

### - Úprava klínového řemene:

Vypojte pás z napájení (ze sítě) a sundejte ochranný kryt. Uvolněte čtyři šrouby na motoru a šroubujte seřizovací šroub – speciální šroub, určený pro nastavení napínání klínového řemene. Šroubujte ve směru hodinových ručiček. Po té dotáhněte všechny čtyři šrouby na motoru.

Zapněte pás do sítě. Překontrolujte zda klínový řemen není uvolněný a je dostatečně napnutý. Pokud je třeba řemen ještě dopnout, opakujte úkon ještě jednou.

### - Nastavení běžeckého pásu:

Používejte pás na pevném, rovném povrchu. Pokud i tak není pás stabilní, navolte na pásu rychlost 6-8 km/h. Pokud je pás vychýlen více vpravo šroubujte ½ otáčky dle obrázku A.

Pokud je pás vychýlen vlevo, šroubujte ½ otáčky dle Obrázku B pro vybalancování pásu.

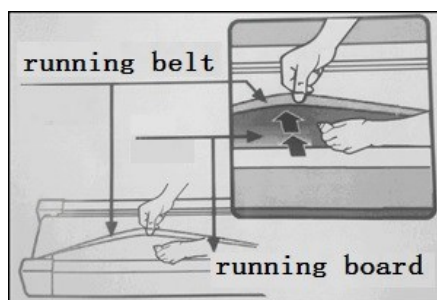
Otáčením oběma šrouby proti směru hodinových ručiček dochází k napínání pásu při jeho prokluzování na otočných válci. To je další možnost, jak docílit rovnoměrného chodu a zamezit prokluzování otočného pásu při používání stroje, pokud je dostatečně napnutý klínový řemen dle výše uvedeného popisu.



Obrázek A

Obrázek B

Mažte pravidelně spodní část běžecké plochy silikonovým olejem, dle obrázku níže. Stačí nanést menší množství oleje z obou stran na kraji běžecké desky hned za motorovým prostorem a uvést pás do chodu. Tím se olej rozprostře po celé běžecké ploše.



### **POKYNY KE CVIČENÍ (posilovací stroje s počítačem)**

Používání posilovacího stroje společnosti ACRA, s.r.o, Vám přinese několik výhod: zlepšit Vaši fyzickou kondici, zpevnit svaly a při kontrole přijímaných kalorií Vám pomůže snížit hmotnost. V případě, že máte zdravotní problémy, konzultujte s Vaším lékařem používání stroje.

#### **1. ZAHŘÍVACÍ FÁZE**

Zahřívací fáze rozproudí Váš krevní oběh, zahřeje a připraví svaly, aby správně fungovaly. Zároveň také sníží nebezpečí vzniku křečí a zranění svalů. Tuto fázi nevynechávejte!

Doporučujeme provést několik protahovacích cviků, jak je ukázáno níže. V každém protažení byste měli vydržet po dobu asi 30 sekund, neprotahujte svaly prudkým pohybem a nepřepínejte je – **pokud pocítíte bolest, přestaňte!**



#### **2. FÁZE CVIČENÍ**

Toto je fáze, do které vložíte největší úsilí. Pravidelným cvičením se svaly vašich nohou stanou pružnější. Cvičte svým vlastním tempem, které udržujte po celou dobu cvičení.

Optimální je cvičit na začátku 15 – 20 minut, po několika trénincích lze cvičit i déle. Doporučujeme trénovat nejméně třikrát týdně, pokud možno s rovnoměrným časovým rozložením. Tabulka ukazuje doporučené hodnoty zátěže měřené srdečním tepem v závislosti na věku. Tmavý pás označuje rozmezí tepové frekvence, ve které je cvičení nejúčinnější. Nedoporučujeme tělo zatěžovat v maximálních hodnotách – pouze v malém procentu. Maximální čas cvičení se snažte udržovat v doporučených hodnotách.

#### **3. ZKLIDŇUJÍCÍ FÁZE**

Tato fáze je nutná pro to, aby se Váš kardiovaskulární systém a Vaše svaly postupně uvolnily. Zopakujte protahovací cviky a znovu mějte na paměti, abyste svaly nepřetahovali a prudce nenapínali.

#### **4. TVAROVÁNÍ SVALŮ**

Pokud se zároveň snažíte zlepšit Vaši fyzickou kondici, je nutné, abyste pozměnili Váš tréninkový program. Během zahřívací a uklidňující fáze cvičte jako obvykle, ale ke konci fáze cvičení zvýšte odpor.

## **5. SNIŽOVÁNÍ HMOTNOSTI**

Důležitým faktorem při snižování hmotnosti je množství přijímaných a vydávaných kalorií. Čím déle a usilovněji cvičíte, tím více jich spálíte. Je však zároveň třeba sledovat jejich příjem, zejména dát si pozor na tučná, sladká jídla a velikost porcí.

## **ZÁRUČNÍ LIST** **(Posilovací stroje s počítačem)**

Na výrobek se poskytuje kupujícímu (spotřebiteli) záruka v době trvání 24 měsíců od zakoupení (převzetí). Záruční list spolu s dokladem o zakoupení a návodem k použití pečlivě uschovejte!

### **REKLAMACE**

Práva z odpovědnosti za vady lze uplatňovat jen u prodávajícího, u kterého byl výrobek zakoupen.

Je třeba vytknout vadu – tzn. dostatečně přesně označit vadu, popřípadě to, jak se vada navenek projevuje. Obecně formulované sdělení, že výrobek má vadu, nestačí!

Vytknutí musí obsahovat i oznámení konkrétního práva z odpovědnosti za vady, kterého se kupující domáhá, a je třeba jej doložit vyplněným záručním listem s razítkem prodávajícího a dokladem o zakoupení (účtenkou) s datem prodeje. Výrobek je zároveň nutno opatřit vyhovujícím obalem, nejlépe originálním.

Kupující má právo, aby byla vada odstraněna bezplatně, řádně a včas (nejpozději ve 30 denní lhůtě od uplatnění reklamace, nedohodne-li se kupující s prodávajícím na době delší), popřípadě výrobek vyměněn.

Doba od uplatnění práva z odpovědnosti za vady až do doby, kdy kupující po skončení opravy byl povinen výrobek převzít (bez ohledu na to, kdy kupující věc fakticky převzal) se do záruční doby nepočítá.

Práva z odpovědnosti za vady věci zaniknou, nebyla-li uplatněna v záruční době (tzn. nejpozději posledního dne záruční doby).

### **ZÁRUKA SE NEVZTAHUJE NA:**

Opořebením výrobku způsobené jeho obvyklým užíváním. (Obvyklým užíváním se rozumí používání k účelu, ke kterému je výrobek určen a způsobem, který je popsán v přiloženém návodu k použití)

### **ZÁRUKA SE DÁLE NEVZTAHUJE NA VADY ZPŮSOBENÉ:**

Mechanickým poškozením; (například vady způsobené proříznutím výrobku nebo jeho části při rozbalování)

Neodborným zásahem (opravou) uživatele, i třetích osob;

Nesprávným zacházením či zacházením v rozporu s návodem k použití;

Neprováděním nutné údržby popsané v návodu k použití;

Vystavením nepříznivým vnějším vlivům, nízkým/vysokým teplotám, nevhodným skladováním;

Neodvratitelnou událostí – živelnou pohromou;

### **PLACENÁ OPRAVA:**

Je-li vytýkána vada, na kterou se záruka nevztahuje, nebo již uplynula záruční doba, a kupující požaduje opravu, jedná se o opravu placenou.

Cena a podmínky budou stanoveny po dohodě se servisním střediskem společnosti ACRA, s.r.o

Ostatní práva a povinnosti se řídí ustanoveními zák. č. 40/1964 Sb., občanského zákoníku, zejména § 612 a násl.

Ekologická likvidace elektrozařízení (počítač) je zajištěna v rámci kolektivního systému RETELA.

Za obaly od výše uvedeného výrobku byl zaplacen poplatek za využití a zpětný odběr dle § 10 a § 12 zák. č. 477/2001 Sb., o obalech, do systému EKO-KOM pod identifikačním číslem EK – F0020281.

Typové označení výrobku:

Datum prodeje:  
Razítko a podpis prodávajícího:

Datum reklamace	Vytýkaná vada	Záznamy servisního střediska	Výměna součástky	Poznámka

V případě jakýchkoli dotazů kontaktujte servisní středisko nebo reklamační oddělení:

**ACRA s.r.o**

Brodská 161

**Reklamační oddělení** – tel./fax 481 623 322, e-mail: [reklamace@acra.cz](mailto:reklamace@acra.cz)

513 01 Semily

IČ: 64254330

## ES/EU Prohlášení o shodě č. 02052020/A

□

□ **Potvrzujeme tímto, že strojní zařízení splňuje všechna příslušná ustanovení níže uvedených předpisů Evropských společenství, nařízení vlády a norem. Toto prohlášení o shodě se vydává na výhradní odpovědnost výrobce.**

**Dovozce  
(zplnomocněný  
zástupce):**

ACRA s.r.o., Brodská 161, 513 01 Semily, ČR

**Výrobce:**

Hangzhou, Zhejiang, Čína

□ **Výrobek:**

název

Běžecký pás



typ GB4000 A

modifikace GB3900, GB 3650, GB4050, **GB4450**, GB4500, GB4550, GB5050

### **Popis a určení funkce výrobku:**

Běžecský pás s elektrickým náklonem slouží k běhání v interiéru. Rychlost 1-14,8 km/hod, náklon 3 polohy. Napájecí napětí 230 V AC. Jednotlivé modifikace se liší některými technickými parametry. Konstrukční princip i použité prvky jsou shodné.

### **Ověřeno dle:**

Nařízení vlády č. 118/2016 Sb., které je ekvivalentní směrnici rady č. 2014/35/EU, nařízení vlády č. 117/2016 Sb., které je ekvivalentní směrnici rady č. 2014/30/EU, nařízení vlády č. 176/2008 Sb. ve znění nařízení vlády č. 170/2011 Sb. a 229/2012 Sb. a 320/2017 Sb., které je ekvivalentní směrnici rady č. 2006/42/ES ve znění směrnice rady 2009/127/ES a 2012/32/EU, ČSN EN ISO 12100, ČSN EN 957-6 +A1, ČSN EN 60335-1 ed. 2, ČSN EN 61000-6-3 ed. 3, ČSN EN 55014-1 ed. 4, ČSN EN ISO 13849-1

*V Semilech dne 3.7.2023*