

UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA



Běžecový pás MERACH MR-T12

Přečtěte si prosím všechny podrobnosti před použitím a tento návod k použití si uschovejte pro budoucí potřebu.

Abyste byla zajištěna vaše bezpečnost a předešlo se nehodám, přečtěte si prosím tento návod pečlivě před použitím a věnujte pozornost následujícím bezpečnostním pokynům:

Všechna varování a pokyny je nutné si přečíst a dodržovat je před použitím.

Toto zařízení mohou používat děti od 14 let a starší a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo mentálními schopnostmi či nedostatkem zkušeností a znalostí, pokud jim byla poskytnuta odpovídající kontrola nebo instrukce k bezpečnému používání zařízení a pochopení možných rizik.

Děti si nesmí se zařízením hrát.

Čištění a údržbu uživatelem nesmí provádět děti bez dozoru.

Vaše zdraví může být ovlivněno nesprávným nebo nadměrným tréninkem. Před zahájením tréninkového programu se poraďte s lékařem. Lékař může určit maximální nastavení (tep, délku tréninku apod.), na které se můžete cvičením zaměřit, a poskytnout přesné informace během tréninku. Toto zařízení není vhodné pro terapeutické účely.

Když se stroj zastaví, vystupujte a opusťte zařízení směrem, který je označen jako bezpečný východ. Pokud chcete ze zařízení sestoupit, musíte jej úplně zastavit.

Zajistěte volný bezpečný prostor alespoň 2000 mm na délku a alespoň v šířce stroje za zařízením během používání.

Napájecí kabel musí být spolehlivě uzemněn a zásuvka by měla mít speciální okruh, aby nedocházelo k přetížení jinými elektrickými zařízeními. Pokud je kabel poškozen, musí být z důvodu bezpečnosti vyměněn výrobcem, servisním oddělením nebo kvalifikovaným pracovníkem.

Pokud stroj nepoužíváte, umístěte bezpečnostní zámek mimo dosah dětí; při dlouhodobém nepoužívání odpojte napájecí kabel.

Balíček s příslušenstvím uchovávejte mimo dosah dětí, abyste předešli nehodám.

Tento výrobek není vhodný pro osoby se zdravotním postižením nebo děti; osoby s fyzickým nepohodlím, mentálními obtížemi či nedostatkem základních znalostí jej nesmí používat, s výjimkou dohledu odpovědné osoby. Nedodržení může vést k riziku zranění.

Nepoužívejte zařízení v prašném prostředí, udržujte v místnosti určitou vlhkost, abyste zabránili silné statické elektřině, která by mohla narušit funkci elektronického měřidla a ovladače.

Používejte pouze originální příslušenství, soukromé výměny jsou přísně zakázány.

Vyhnete se kontaktu s pohyblivými částmi oběma rukama, nezapojte ruce ani nohy do mezer pod běžeckým pásem.

Nepokládejte napájecí kabel blízko horkých nebo pohyblivých objektů; zařízení nepoužívejte venku, ve vlhkém prostředí ani na přímém slunci.

Před přemístěním zařízení jej odpojte ze zásuvky. Neodborný personál nesmí zařízení rozebírat bez povolení, jinak může dojít k vážným následkům.

- Před použitím běžeckého pásu zkontrolujte, zda je oblečení zapnuté (zapnuté zipy, knoflíky) a není příliš volné.
- Tento produkt by neměl být používán dlouhodobě. Dlouhodobé používání může způsobit přehřátí elektrických částí pásu a vést k poruše.
- Používejte vhodné zásuvky, abyste předešli nebezpečí. Pokud zástrčka a zásuvka nejsou kompatibilní, nemanipulujte se zástrčkou, ale požádejte odborníka o pomoc.
- Tento produkt je vhodný pro domácí použití, není určen pro profesionální trénink a testování a nesmí být používán pro lékařské účely.
- Nepoužívejte zařízení, pokud je kryt popraskaný, zlomený (je odkrytá vnitřní struktura) nebo jsou poškozené svařované části.
- Neskákejte na zařízení ani z něj během cvičení, mohlo by dojít ke zranění při pádu.
- Nepoužívejte po jídle a pití, při únavě nebo špatném zdravotním stavu – může dojít k poškození zdraví.
- Maximální nosnost výrobku je 136 kg / 300 lbs.
- Hladina emisního hluku podle A-vážené stupnice v místě cvičence je cca 56 dB(A).
- Hluk při zátěži je vyšší než bez zátěže.

Péče a údržba

- Zkontrolujte všechny šrouby, matice a ostatní spoje před prvním použitím stroje, abyste zajistili bezpečný stav zařízení.
- Úroveň bezpečnosti zařízení lze udržet pouze pravidelnou kontrolou opotřebení a poškození.
- Vadné součásti ihned vyměňte a/nebo vyřadte zařízení z provozu, dokud nebude opraveno.
- Zvláštní pozornost věnujte částem, které jsou nejvíce vystaveny opotřebení (pás, hřídel, ložiska, napínací kladka, pedál). Pokud jsou poškozené, musí být ihned vyměněny.
- Zařízení neskladujte na přímém slunci, ve větru, dešti ani ve vlhkém prostředí. V případě potřeby zařízení zakryjte, aby se k němu nedostaly děti.
- Po dlouhodobém skladování zkontrolujte, zda se neobjevila rez nebo praskliny.
- Uvědomte si, že i při správné údržbě může u spotřebních částí docházet k opotřebení.
- Při dlouhodobém používání stroj pravidelně otírejte prach. Nečistěte jej přímo vodou ani nepoužívejte benzín, abrazivní prášek apod., jinak může dojít k prasklinám, úrazu elektrickým proudem nebo požáru. Používejte pouze zředěné neutrální čisticí prostředky.

Upozornění:



Před zahájením jakéhokoli tréninku se poradte se svým lékařem, zejména pokud je vám více než 35 let nebo máte již existující zdravotní potíže. Přečtěte si všechny pokyny před použitím zařízení.



Tento symbol znamená „Conformité Européene“, což znamená „Shoda s direktivami EU“. Označením CE výrobce potvrzuje, že tento výrobek splňuje příslušné evropské směrnice a předpisy.



Tento symbol znamená „UK Conformity Assessed“, což znamená „Shoda s britskými normami“. Označením UKCA výrobce potvrzuje, že tento výrobek splňuje platné britské normy.

Zjednodušené prohlášení o shodě EU

Tímto společnost Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd. prohlašuje, že zařízení **MR-T12** je v souladu se směrnicí 2014/53/EU.

Úplné znění prohlášení o shodě EU je k dispozici na následující internetové adrese:
<https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

POZNÁMKY K LIKVIDACI



Obalové materiály jsou suroviny a lze je recyklovat. Obalové materiály správně oddělte a zlikvidujte v zájmu ochrany životního prostředí.

Další informace vám poskytne místní správní úřad.



Použitá zařízení nepatří do domovního odpadu!

Použitá zařízení likvidujte správným způsobem! Tím přispíváte k plnění naší odpovědnosti za ochranu životního prostředí. Informace o sběrných místech a otevíracích hodinách vám poskytne místní úřad.



Baterie nepatří do domovního odpadu!

Jako konečný uživatel jste ze zákona povinni odevzdat vybitou baterii do sběrného místa. Staré baterie můžete odevzdat ve veřejných sběrných místech ve vaší obci nebo v jakémkoli místě, kde se prodávají baterie tohoto typu.

Výrobce:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
Místnost 805, 8. patro, Xianfeng
Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang
District, Hangzhou,
Provincie Zhejiang, Čína
yulu_mrk@merach.com

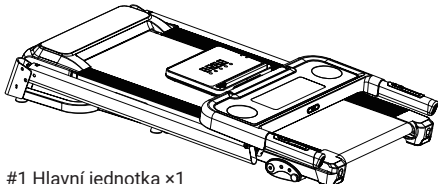
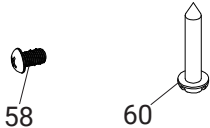
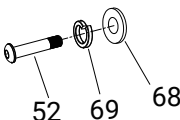
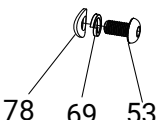
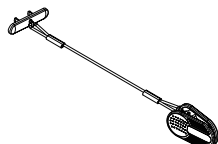
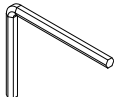
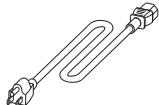
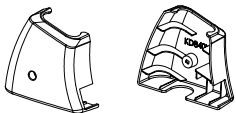
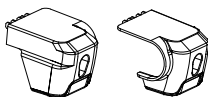
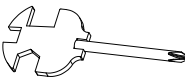
Dovozce:

ACRA s.r.o., Brodská 161, Podmoklice,
513 01 Semily, Česká republika
tel.: +420 481 623 322
e-mail: obchod@acra.cz
www.acra.cz



Název produktu:	MERACH Běžecký pás
Model:	MR-T12
Napětí:	220–240 V ~ 50/60 Hz
Maximální výkon motoru:	2,5 HP
Běžecká plocha:	1080 × 420 mm (42,5 × 16,5 palce)
Rozsah rychlosti:	0,8 – 12 km/h (0,5 – 7,5 mph)
Maximální nosnost:	136 kg (300 lbs)
Čistá hmotnost:	42 kg (93 lbs)
Rozměry produktu:	1330 × 700 × 1250 mm (52,4 × 27,6 × 49,2 palce)
Frekvence rádia:	2,4 GHz
Rádiové frekvenční pásmo:	2402 – 2480 MHz
Maximální výkon RF:	3,55 dBm

Zkontrolujte, zda jsou všechny díly a příslušenství součástí balení.

 #1 Hlavní jednotka ×1	 #58 Šroub s půlkulatou hlavou M5×8 ×2 #60 Samořezný šroub ST4.2×19 ×4	
 #52 Šroub s válcovou hlavou M8×45 ×2 #69 Pružná podložka ×2 #68 Plochá podložka ×2	 #78 Oblouková podložka ×4 #69 Pružná podložka ×4 #53 Šroub s kulatou hlavou M8×16 ×4	 #45 Bezpečnostní klíč ×1
 #48 Mazací olej ×1	 #74 Imbusový klíč 6 mm ×1	 #46 Napájecí kabel ×1
 #23 Kryt spodní části vpravo ×1 #24 Kryt spodní části vlevo ×1	 #16 Zadní levý rohový kryt ×1 #15 Zadní pravý rohový kryt ×1	
 #75 Imbusový klíč 5 mm ×1	 #76 Křížový klíč ×1	 Uživatelský manuál ×1

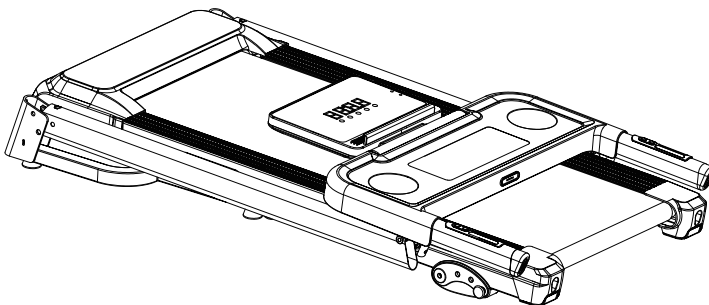
Umístěte všechny díly na volné místo a odstraňte obalové materiály. Obalové materiály nevyhazujte, dokud nebude montáž dokončena.

Tip: Naskenujte QR kód pro zhlédnutí instalačního videa.



Krok 1:

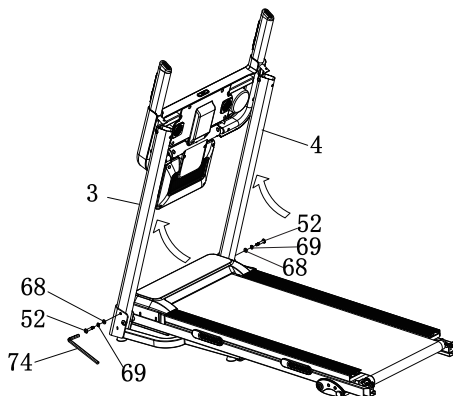
Otevřete krabici, vyjměte výše uvedené součásti a položte hlavní jednotku (1) naplocho na zem.



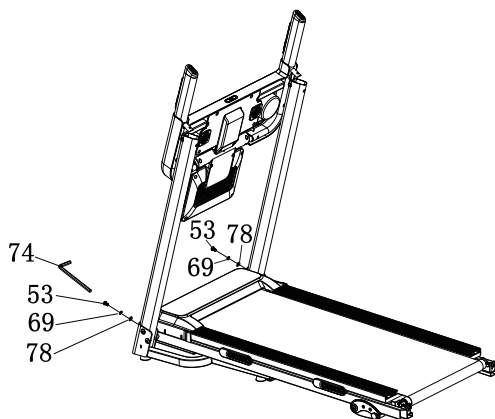
Krok 2:

A. Zvedněte levou svislou trubku (3) a pravou svislou trubku (4).

B. Vložte šrouby s válcovou hlavou na imbus (52) spolu s pružnou podložkou (69) a plochou podložkou (68) přes otvor v základně a otvor v levé svislé trubce a utáhněte je imbusovým klíčem (74).



C. Vložte šrouby s kulatou hlavou na imbus (53) spolu s pružnou podložkou (69) a obloukovou podložkou (78) přes otvor v základně a otvor v levé svislé trubce a utáhněte je imbusovým klíčem (74).



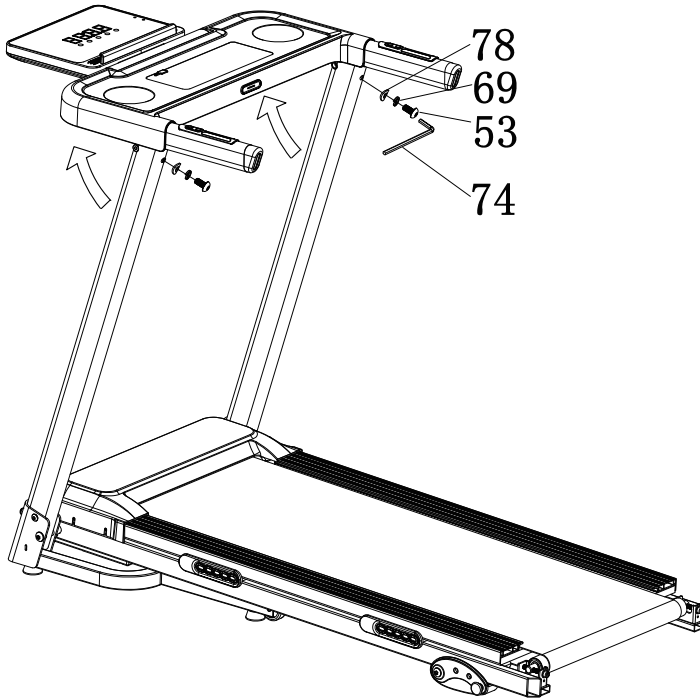
D. Montáž na pravé straně je stejná jako na levé straně. Po úplném dotažení šroubů na obou stranách levé a pravé svislé trubky rovnoměrně dotáhněte šrouby na obou stranách.

Krok 3:

A. Pomocí šroubů s kulatou hlavou na imbus (53) nasadíte pružnou podložku (69) a obloukovou podložku (78) a utáhněte elektronický panel (displej) na sloupku pomocí imbusového klíče (74).

B. Způsob montáže vlevo je stejný jako vpravo.

C. Po zajištění všech šroubů vlevo i vpravo je rovnoměrně dotáhněte.



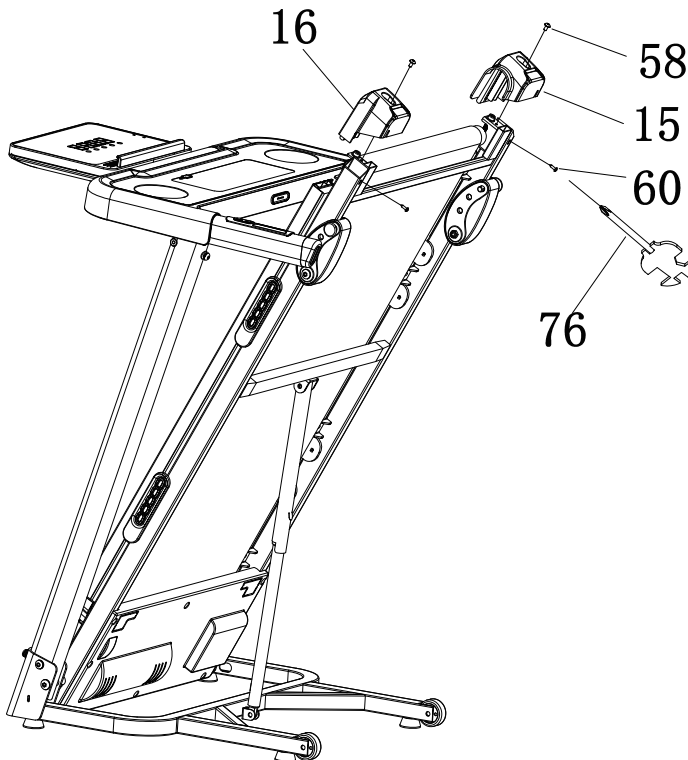
Krok 4:

A. Zvedněte běžeckou desku.

B. Připevněte zadní pravý rohový kryt (15) na pravou zadní část hlavní jednotky, použijte křížový klíč (76), šrouby s půlkulatou hlavou M5×8 (58) a samořezné šrouby (60) k upevnění zadního pravého rohového krytu (15) na hlavní jednotku.

C. Zadní levý rohový kryt (16) namontujte stejným způsobem jako pravý.

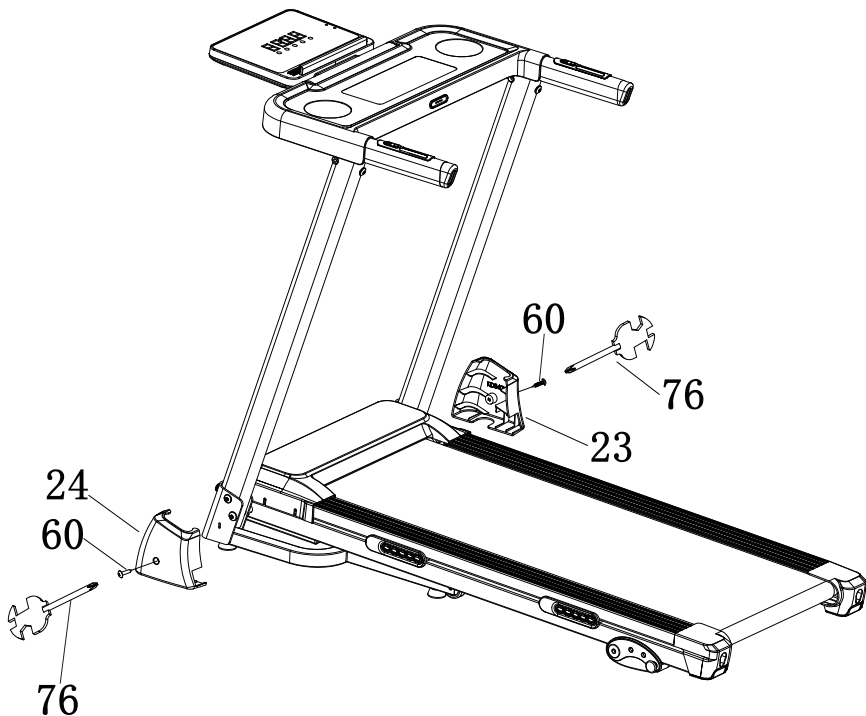
Poznámka: Při montáži zadního rohového krytu k hlavní jednotce je nutné seřídít přední a zadní mezery.



Krok 5:

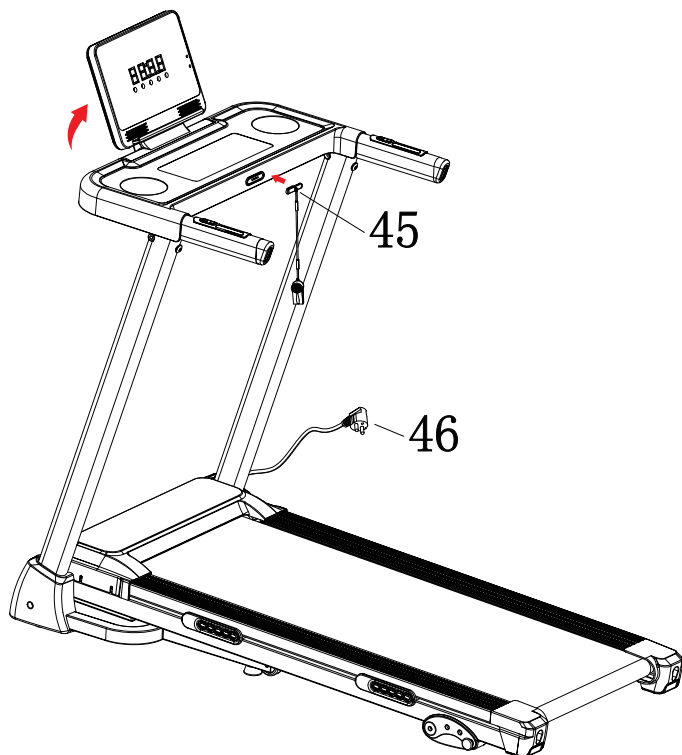
A. Připevněte samořezné šrouby (60) přes pravý spodní kryt (23), otvor pro šroub sloupku a otvor pro šroub základny v uvedeném pořadí a utáhněte je křížovým klíčem (76).

B. Způsob montáže levého spodního krytu (24) je stejný jako u pravého.



Krok 6:

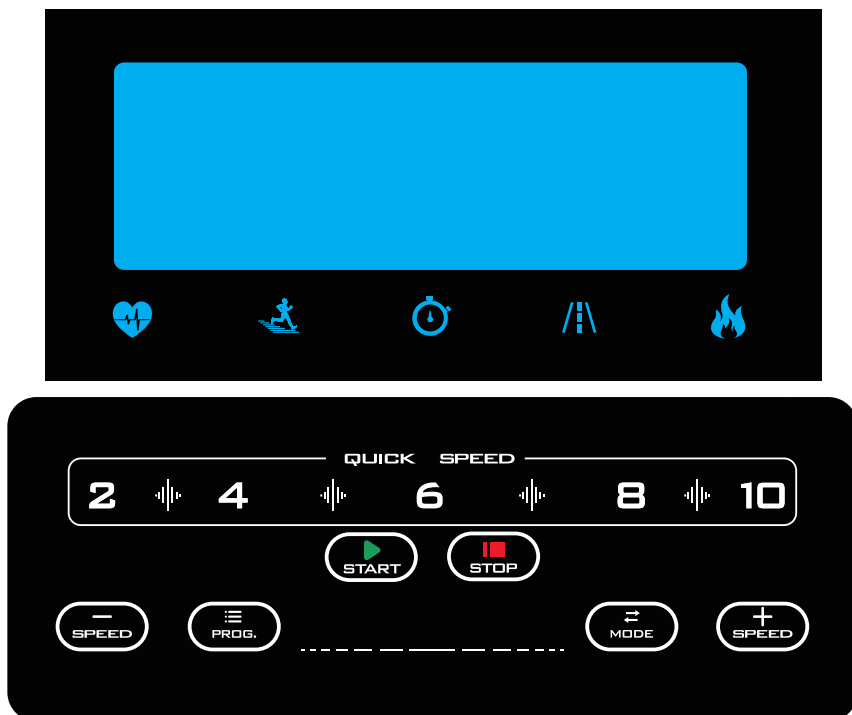
- A. Otočte displej přibližně o 65° ve směru hodinových ručiček.
- B. Vložte bezpečnostní klíč (45) do otvoru pro bezpečnostní klíč.
- C. Připojte napájecí kabel (46) do elektrické zásuvky.



Poznámka:

Ujistěte se, že všechny výše uvedené kroky montáže byly dokončeny podle pokynů, než rovnoměrně dotáhnete všechny šrouby. Teprve po potvrzení, že nic nebylo vynecháno, připojte napájení.

Pro pokyny k používání běžeckého pásu si pečlivě prostudujte příslušné informace uvedené v následujících sekcích.



A. Popis displeje a tlačítek

1. Popis oken displeje:

-  Zobrazuje hodnotu srdečního tepu.
-  Zobrazuje aktuální rychlost.
-  Zobrazuje čas.
-  Zobrazuje vzdálenost.
-  Zobrazuje spotřebu kalorií.

Tyto hodnoty se střídají každých 5 sekund a jsou doprovázeny odpovídajícím LED indikátorem.

2. Funkční tlačítka:

START – spuštění, STOP – zastavení, PROG – program, MODE – režim, SPEED – tlačítka pro zvýšení a snížení rychlosti, Zkratky rychlosti: 2, 4, 6, 8, 10

3. Popis funkčních tlačítek

Tlačítko „START“:

Tlačítko Start. Po stisknutí začne 3sekundové odpočítávání, poté se běžecký pás spustí na nejnižší rychlost nebo na rychlost nastavenou v programu.

Pokyny k použití:

- 1) Ve standby režimu lze stroj spustit stisknutím tohoto tlačítka.
- 2) V režimu nastavení tlačítkem spustíte chod stroje.
- 3) V režimu programového nastavení tlačítkem spustíte běh programu.
- 4) V režimu pauzy tlačítko obnoví cvičení do stavu před pauzou.

Tlačítko „STOP“:

Pokyny k použití:

- 1) Během cvičení stisknutím tohoto tlačítka postupně snížíte rychlost pásu až do zastavení, přičemž se uchovávají všechny hodnoty.
- 2) V režimu pauzy opětovným stisknutím tlačítka STOP vrátíte běžecký pás do pohotovostního režimu.

Tlačítko „PROG.“: Tlačítko programu pro automatická nastavení

Pokyny k použití:

- 1) V pohotovostním režimu tímto tlačítkem vstoupíte do režimu automatických programů.
- 2) Po zadání nastavení P15 můžete dalším stiskem tlačítka vstoupit do režimu měření tělesného tuku (FAT test).
- 3) Postup: Automatické nastavení programu - Měření tělesného tuku - Návrat do výchozího režimu.

Tlačítko „MODE“: Výběr režimu odpočítávání

Pokyn k použití:

- 1) V pohotovostním režimu stisknete toto tlačítko pro vstup do režimu odpočítávání. Pořadí voleb je: ruční režim, odpočítávání času, odpočítávání vzdálenosti a odpočítávání kalorií.
- 2) V režimu testu tělesného tuku zadejte parametry pro měření: pohlaví, věk, výška, hmotnost.

Tlačítka „Speed +/-“: Úprava rychlosti během chodu a hodnot parametrů během nastavení

Pokyn k použití:

- 1) Při spuštění běžeckém pásu lze těmito tlačítky upravovat rychlost.
- 2) V režimu nastavení lze těmito tlačítky měnit hodnoty parametrů.

Tlačítka zkratk rychlosti „2, 4, 6, 8, 10“:

Poznámka:

Pokud je tlačítko stisknuto a funkční, ozve se výzva. Pokud je hodnota parametrů mimo povolený rozsah, zazní dlouhý pípavý tón. Pokud tlačítko není funkční, nezazní žádný tón.

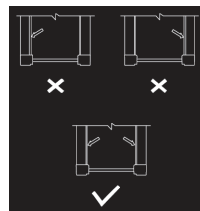
B. Pokyny ke spuštění

- 1) Vložte bezpečnostní klíč do spínače bezpečnostního zámku na panelu. Elektronický displej se plně rozsvítí, ozve se pípnutí a stroj přejde do manuálního režimu.
- 2) Stiskněte tlačítko START – okno času začne odpočítávat. Při každém kroku odpočtu zazní pípnutí a běžecký pás se spustí až po dokončení odpočtu.
- 3) Během provozu běžeckého pásu stiskněte tlačítko STOP pro jeho zastavení.

Poznámky:

Doporučujeme začínat se zpomalenou rychlostí a držet se madel, dokud si na pás nezvyknete.

V případě nutného nouzového opuštění stroje během cvičení se chytněte madel a postavte obě nohy na boční plošiny vedle běžeckého pásu.



C. Nastavení režimů

1. Manuální režim:

Přípevněte bezpečnostní klíč, stiskněte tlačítko START a po 3sekundovém odpočtu začne běžecký pás běžet na nejnižší rychlost. Rychlost upravujte tlačítky SPEED +/- . Zastavení: stiskněte tlačítko STOP nebo odpojte bezpečnostní klíč. Provozní instrukce: Počáteční rychlost je 0,8 km/h. Čas, vzdálenost a kalorie začínají od nuly a narůstají. Pokud doba cvičení přesáhne 99:59 minut, systém se automaticky vypne.

2. Režim odpočítávání času:

V pohotovostním režimu stiskněte tlačítko MODE pro volbu režimu odpočítávání času. Okno času zobrazí 30:00 minut a bliká. Nastavte čas cvičení v rozsahu 5:00 až 99:00 minut pomocí tlačítek SPEED +/- . Stiskněte START pro spuštění režimu odpočítávání času.

Provozní instrukce: Počáteční rychlost je 0,8 km/h. Časové okno odpočítává od nastavené hodnoty, zatímco vzdálenost a kalorie počítají od nuly. Po dosažení nastaveného času se pás postupně zastaví.

3. Režim odpočítávání vzdálenosti:

V počátečním pohotovostním stavu stiskněte tlačítko MODE pro volbu režimu odpočítávání vzdálenosti. Okno vzdálenosti zobrazí 1 km a bliká. Nastavte požadovanou vzdálenost v rozsahu 0,5 až 99,9 km pomocí tlačítek SPEED +/- . Stiskněte START pro spuštění režimu odpočítávání vzdálenosti.

Provozní instrukce: Počáteční rychlost je 0,8 km/h. Okno vzdálenosti odpočítává od nastavené hodnoty, zatímco čas a kalorie se počítají od nuly. Po dosažení nastavené vzdálenosti se pás postupně zastaví.

4. Režim odpočítávání kalorií

V pohotovostním režimu stiskněte tlačítko MODE pro výběr režimu odpočítávání kalorií. Okno kalorií zobrazí 50 kcal a začne blikat. Pomocí tlačítek SPEED +/- nastavte požadovaný cíl v rozsahu 10 až 999 kalorií. Stiskněte tlačítko START pro spuštění režimu odpočítávání kalorií.

Provozní instrukce: Počáteční rychlost je 0,8 km/h. Okno kalorií bude odpočítávat od nastavené hodnoty, zatímco okna pro čas a vzdálenost se budou počítat od nuly. Pomocí tlačítek SPEED +/- lze upravovat běžeckou rychlost i sklon. Po dosažení nastaveného cíle kalorií se běžecký pás postupně zastaví.

D. Programový režim

1. Automatický program:

V pohotovostním režimu nebo v režimu nastavení stiskněte tlačítko PROGRAM pro vstup do automatického programu. K dispozici je 15 programů (P01–P15). V tomto okamžiku okno času zobrazí 30:00 minut a bliká. Můžete nastavit požadovanou dobu cvičení v rozsahu 5:00 až 99:00 minut pomocí tlačítek SPEED +/- . Stiskněte tlačítko START pro spuštění automatického programu.

time program	Divide the designated time by 20 time intervals to obtain the runtime for the upper and lower time intervals																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01 SPEED(Km/h)	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P02 SPEED(Km/h)	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
P03 SPEED(Km/h)	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P04 SPEED(Km/h)	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
P05 SPEED(Km/h)	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P06 SPEED(Km/h)	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
P07 SPEED(Km/h)	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P08 SPEED(Km/h)	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P09 SPEED(Km/h)	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10 SPEED(Km/h)	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11 SPEED(Km/h)	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
P12 SPEED(Km/h)	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
P13 SPEED(Km/h)	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
P14 SPEED(Km/h)	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
P15 SPEED(Km/h)	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2

Provozní instrukce:

- 1) Každý program se skládá z 20 segmentů, přičemž každý segment představuje 1/20 nastaveného času. Okno času začne odpočítávat od nastavené doby, zatímco vzdálenost a kalorie se budou počítat od nuly.
- 2) Při přechodu mezi segmenty se ozve zvuková signalizace. Rychlost lze během cvičení upravovat pomocí tlačítek SPEED +/- . Po skončení segmentu se rychlost automaticky přizpůsobí výchozí hodnotě dalšího segmentu.
- 3) Jakmile čas odpočítávání dosáhne nuly, rychlost se postupně sníží, pás se zastaví a ozve se alarm.

E. Režim testu tělesného tuku (Body Fat Test Mode)

Index tělesné hmotnosti (FAT) měří vztah mezi výškou a hmotností člověka, nikoli tělesné proporce. Tento test je vhodný jak pro muže, tak pro ženy a spolu s dalšími zdravotními ukazateli poskytuje základ pro úpravu hmotnosti.

Vstup do režimu testu tělesného tuku:

V pohotovostním nebo nastavovacím režimu stiskněte tlačítko PROGRAM. Když se na displeji objeví „FAT“, znamená to, že jste vstoupili do režimu testu tělesného tuku.

Nastavení parametrů testu:

Po vstupu do režimu testu tělesného tuku zobrazí okno rychlosti parametr funkce (F-X) a okno času zobrazí nastavenou hodnotu.

Stiskněte tlačítko MODE pro výběr dalšího nastavení a použijte tlačítka SPEED +/- pro úpravu hodnoty.

Parametry a rozsahy:

Pohlaví (F-1):	Výchozí hodnota 0 (Rozsah 0–1, 0 = muž, 1 = žena)
Věk (F-2):	Výchozí hodnota 25 (Rozsah 10–99 let)
Výška (F-3):	Výchozí hodnota 170 (Rozsah 100–240 cm)
Hmotnost (F-4):	Výchozí hodnota 70 (Rozsah 20–160 kg)

Po dokončení nastavení spusťte test tělesného tuku. Nejprve se na displeji zobrazí „— —“. V této chvíli položte obě ruce na dotykové plošky pro měření tepové frekvence na přibližně 5 sekund a na displeji se zobrazí index tělesného tuku.

Rozsah výsledků testu tělesného tuku je uveden v tabulce níže:

Index tělesného tuku (BMI) Úroveň obezity

FAT < 19	Hubený
19 ≤ FAT ≤ 26	Normální
26 < FAT ≤ 30	Nadváha
> 30	Obezita

Speciální poznámka:

Tyto údaje slouží pouze jako orientační pro vaše fitness aktivity a nejsou určeny pro lékařské účely.

F. Funkce bezpečnostního klíče

- 1) Pokud je bezpečnostní klíč kdykoliv vytažen, na LED displeji se zobrazí „— —“ a ozve se zvuková signalizace. Pokud je klíč vytažen během chodu pásu, pás se okamžitě zastaví a všechna data se vynulují.
- 2) Po opětovném zasunutí bezpečnostního klíče se displej zcela rozsvítí a pás přejde do výchozího pracovního stavu. Všechna počítadla se vynulují, nastavené hodnoty se vrátí na výchozí a pás bude v manuálním režimu s pozitivním časem.

Poznámka:

Funkce bezpečnostního klíče = bezpečnostní zastavení.

Připevněte klip bezpečnostního klíče na své oblečení při používání pásu.

Pro bezpečné ukončení cvičení stiskněte tlačítko STOP nebo vytáhněte bezpečnostní klíč – pás se okamžitě zastaví.

Vytažený bezpečnostní klíč uchovávejte mimo dosah dětí, aby se zabránilo neoprávněnému použití pásu.

G. Funkce měření srdečního tepu

Při zapnutém pásu položte dlaně obou rukou na kovové snímače umístěné na madlech. Po cca 5 sekundách se na LED displeji zobrazí počáteční hodnota tepu. Držte ruce nehybně – po asi 60 sekundách se displej postupně ustálí a zobrazí přibližnou aktuální hodnotu tepu.

Poznámka: Údaje o tepu slouží pouze pro orientaci při cvičení a nejsou určeny jako lékařská data.

VAROVÁNÍ: Systémy měření tepu mohou vykazovat nepřesnosti. Přetížení může vést k vážnému zranění nebo smrti. Pokud pocítíte slabost, okamžitě přerušete cvičení.

H. Displej a rozsah nastavení parametrů cvičení

Při nastavování konkrétních parametrů použijte tlačítka SPEED +/- k úpravě hodnot a postupně procházejte nastaveními.

Parametr	Výchozí nastavení	Počáteční hodnota	Rozsah nastavení	Rozsah zobrazení
Čas (min:sec)	0:00	30:00	5:00–99:00	0:00–99:59
Rychlost (km/h)	—	—	0,8–12	0,8–12
Vzdálenost (km)	0,0	1,0	0,5–99,9	0–99,00
Srdeční tep (BPM)	P	N/A	N/A	60–200
Kalorie (kcal)	0,0	50	10–999	0–999

I. Režim spánku

Pokud běžecký pás není používán déle než 10 minut, přejde do režimu spánku a elektronický displej se automaticky vypne.

Stiskněte libovolné tlačítko pro probuzení displeje – rozsvítí se a vrátí se do pohotovostního režimu.

J. Vypnutí

Vypněte běžecský pás pomocí vypínače.

K. Skládání a uskladnění běžecského pásu

Podle obrázku uchopte madla levou rukou a v bodě A podepřete pravou rukou, poté zvedněte běžecský pás směrem nahoru. Zvedejte, dokud neuslyšíte cvaknutí bezpečnostní západky v bodě B.

Poznámky:

Při zvedání pásu pevně držte madla, aby se rám neposunul dopředu.

Upozornění: Běžecská plocha musí být zcela zastavena před skládáním.

Upozornění: Složený běžecský pás nesmí být používán.

L. Přemísťování běžecského pásu

Pokud potřebujete pás přesunout, podle obrázku uchopte bod A oběma rukama a zatlačte jej směrem dolů. Poté jej posuňte dopředu nebo dozadu podle šipky.

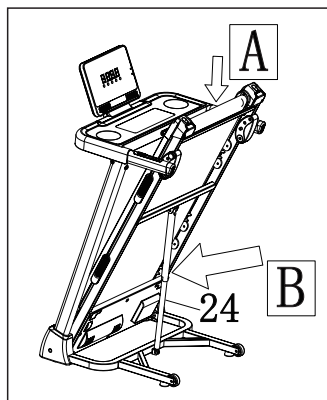
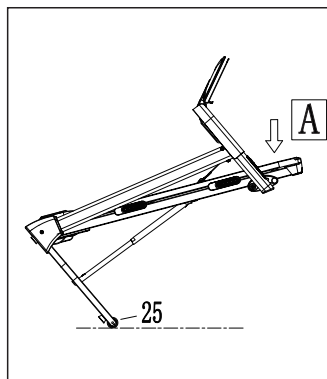
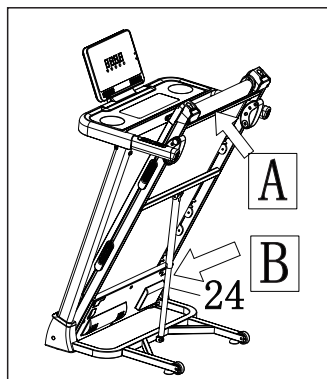
M. Rozkládání běžecského pásu

Jakmile je pás pevně na místě, uchopte madla levou rukou a podepřete bod A pravou rukou, lehce zvedněte pás nahoru.

Poté použijte nohu k uvolnění bezpečnostní západky v bodě B a současně táhněte hlavní rám dolů pravou rukou, aby rám pomalu klesal.

Poznámka:

Během spouštění rámu se ujistěte, že se v okolí pásu nenachází lidé ani domácí mazlíčci, aby nedošlo ke zranění.



N. Nastavení sklonu běžeckého pásu

1) Tento běžecký pás nabízí tři úrovně sklonu, které lze manuálně nastavit podle vaší preference – „a“, „b“ a „c“. „a“ = nejplošší sklon, „c“ = nejstrmější sklon

Upozornění: Před nastavováním sklonu vždy vypněte přístroj.

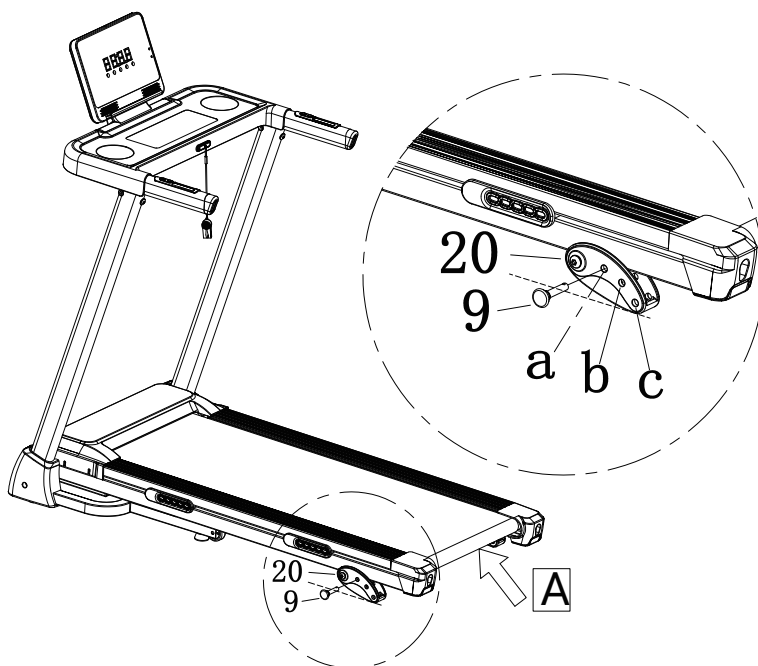
2) Uchopte stroj v bodě A pravou rukou a zvedněte jej přibližně 200 mm nebo více od země.

3) Levou rukou vytáhněte zajišťovací kolík (9) z nastavitelné nožky (20) a poté jej vložte zpět do otvoru pro požadovanou polohu sklonu (a, b nebo c) na nastavitelné nožce (20).

Poznámka: Kolík musí být zcela zasunut skrz nastavitelnou nožku (20), aby zajišťovací kulička správně fixovala polohu.

4) Stejným způsobem nastavte zajišťovací kolík (9) i na nastavitelné nožce (20) na druhé straně. Kolíky (9) musí být zasunuty do stejných otvorů (např. a-a, b-b nebo c-c) na obou stranách, aby byl sklon vyrovnaný.

5) Nakonec pomalu spusťte stroj zpět na zem a ujistěte se, že stojí pevně.



Stažení a používání aplikace MERACH

1) Pro stažení aplikace MERACH naskenujte QR kód nebo vyhledejte „MERACH“ v Apple App Store® nebo Google Play Store.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



2) Otevřete aplikaci MERACH. Přihlaste se nebo si vytvořte účet.

3) Postupujte podle pokynů v aplikaci pro nastavení zařízení.

4) Aktualizujte aplikaci na nejnovější verzi. V blízké budoucnosti bude aplikace rozšířena o režim volného cvičení, kurzy a různé tréninkové režimy.

Pokud při připojení obdržíte upozornění na aktualizaci, proveďte ji, abyste měli nejnovější verzi aplikace.

Stažení a používání aplikace KINOMAP



1) Pro stažení aplikace Kinomap naskenujte QR kód nebo vyhledejte „Kinomap“ v Apple App Store® nebo Google Play Store.

2) Otevřete aplikaci Kinomap. Přihlaste se nebo si vytvořte účet.

3) Vyberte odpovídající fitness zařízení.

4) Zapněte Bluetooth a vyberte Merach.

5) Zvolte Treadmill a najděte svůj model „MRK-T12-XXXX“.

Protáhněte se před cvičením. Zahřáté svaly se snadněji protahují, proto začněte s 5–10 minutovým rozehtáním a poté proveďte následující cviky – 5×, alespoň 10 sekund na každou nohu. Cviky zopakujte i po tréninku.

1. Předklon (Stretch down)

Mírně pokrčte kolena, pomalu se předkloňte, uvolněte záda a ramena a snažte se dotknout prstů na nohou. Vydřte 10–15 sekund, poté se uvolněte. Opakujte 3× (viz obrázek 1).



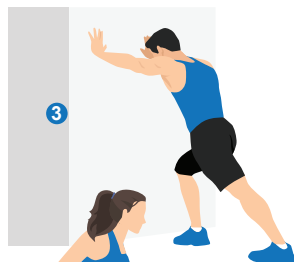
2. Sedící protažení hamstringů (Seated hamstring stretch)

Sedněte si s jednou nohou nataženou. Druhou nohu ohněte tak, aby se chodidlo opíralo o vnitřní stranu natažené nohy. Snažte se dotknout prstů natažené nohy rukou. Vydřte 10–15 sekund, poté se uvolněte. Opakujte 3× pro každou nohu (viz obrázek 2).



3. Protažení lýtky a Achillovy šlachy (Calf and Achilles tendon stretch)

Postavte se oběma rukama proti zdi nebo stromu, jednu nohu dejte dozadu. Zadní nohu držte nataženou, patu na zemi, naklánějte se směrem ke zdi nebo stromu. Vydřte 10–15 sekund, poté se uvolněte. Opakujte 3× pro každou nohu (viz obrázek 3).



4. Protažení kvadricepsu (Quadriceps stretch)

Natáhněte pravou ruku dozadu, chyťte pravou nohu a pomalu ji přitáhněte k hýždí, dokud neucítíte protažení svalů na přední straně stehna. Vydřte 10–15 sekund, poté se uvolněte. Opakujte 3× pro každou nohu (viz obrázek 4).



5. Protažení svalů vnitřní strany steh (Sartorius / inner thigh muscle stretch)

Sedněte si tak, aby chodidla byla proti sobě a kolena směřovala ven. Uchopte chodidla oběma rukama a tahejte je směrem ke tříslu. Vydřte 10–15 sekund, poté se uvolněte. Opakujte 3× (viz obrázek 5).



Chybový kód	Řešení problémů
E01 – Porucha komunikace s elektronickým panelem	1. Zkontrolujte komunikační kabel mezi elektronickým panelem a řídicí jednotkou motoru, zda je spolehlivý a nepoškozený. 2. Kontaktujte zákaznickou podporu nebo profesionální servisní techniky.
E02 – Abnormální napětí	1. Zkontrolujte, zda je napětí v provozním rozsahu. 2. Vypněte a znovu zapněte přístroj. 3. Pokud problém přetrvává, zkontrolujte připojení motoru. 4. Kontaktujte zákaznickou podporu nebo profesionální servisní techniky.
E04 – Ochrana proti přepětí	1. Zkontrolujte, zda je napětí v provozním rozsahu. 2. Pokud problém přetrvává, zvažte výměnu spodní řídicí desky nebo motoru. 3. Kontaktujte zákaznickou podporu nebo profesionální servisní techniky.
E05 – Ochrana proti nadproudu	1. Zkontrolujte, zda je proud v provozním rozsahu. 2. Vypněte a znovu zapněte přístroj. 3. Pokud problém přetrvává, zvažte výměnu řídicí jednotky. 4. Kontaktujte zákaznickou podporu nebo profesionální servisní techniky.
E06 – Chyba autotestu řídicí jednotky	1. Abnormální připojení napájecího obvodu. 2. Kontaktujte zákaznickou podporu nebo profesionální servisní techniky.
E07 – Abnormální data	1. Porucha spodní řídicí desky. 2. Kontaktujte zákaznickou podporu nebo profesionální servisní techniky.
E08 – Poškození EEPROM	1. Porucha spodní řídicí desky. 2. Kontaktujte zákaznickou podporu nebo profesionální servisní techniky.
– Abnormální bezpečnostní klíč	1. Zkontrolujte, zda je bezpečnostní klíč správně vložen. 2. Porucha elektronického systému bezpečnostního klíče. 3. Kontaktujte zákaznickou podporu nebo profesionální servisní techniky.

Pokyny k údržbě

UPOZORNĚNÍ: Před čištěním nebo údržbou elektrického běžeckého pásu jej vždy odpojte od napájení.

ČIŠTĚNÍ: Důkladné čištění prodlouží životnost motorového běžeckého pásu.

Pravidelně odstraňujte prach, abyste udrželi části pásu čisté.

Ometejte i odkryté části pásového běhu po obou stranách, aby se pod pásem nehromadily nečistoty.

Ujistěte se, že máte čisté tenisky, aby se pod pás nedostávaly cizí předměty, které by mohly poškodit běžeckou plochu nebo desku.

Povrch pásu čistěte vlhkým hadrem se saponátem – dávejte pozor, aby se voda nedostala na elektrické součástky nebo pod pás.

Speciální mazivo pro běžecký pás a motorový trenažér

Tento motorový běžecký pás je předem namazaný mezi běžeckým pásem a deskou. Tření mezi pásem a deskou má zásadní vliv na životnost a výkon zařízení, proto je nutná pravidelná údržba. Doporučuje se pravidelně kontrolovat stav desky. Pokud zjistíte poškození povrchu pásu, kontaktujte zákaznický servis.

Mazivo doporučujeme aplikovat mezi běžecký pás a desku podle následujícího harmonogramu:

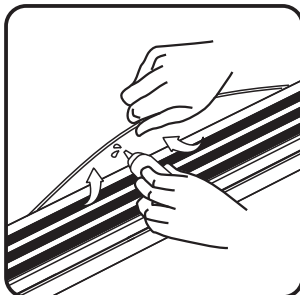
Lehké používání (méně než 3 hodiny týdně): 1× ročně

Střední používání (3–5 hodin týdně): 1× za 6 měsíců

Intenzivní používání (více než 5 hodin týdně): 1× za 3 měsíce

Pokud se mazivo spotřebuje, doporučujeme zakoupit originální mazivo u svého prodejce nebo nás kontaktovat přímo.

Poznámka: Veškerou další údržbu musí provádět odborník.

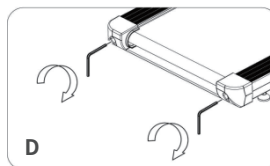
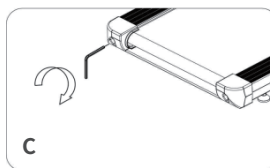
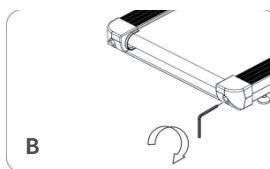
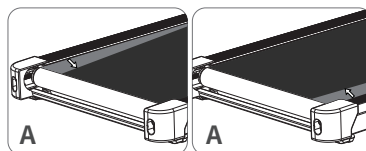


Nastavení běžeckého pásu

- 1) Pro lepší údržbu motorového běžeckého pásu a prodloužení jeho životnosti se doporučuje po 1,5 hodině nepřetržitého používání pás vypnout a nechat jej odpočívat alespoň 10 minut před dalším použitím.
- 2) Pokud je běžecký pás příliš volný, může při běhu docházet k prokluzování. Pokud je naopak příliš utažený, nadměrné napnutí může snížit výkon motoru a zvýšit opotřebení válců a běžeckého pásu. Správné napnutí poznáte tak, že lze pás zvednout na obou stranách od desky ručně asi o 50–75 mm.

Centrování běžeckého pásu

- 1) Umístěte běžecký pás na rovný povrch. Zapněte pás na rychlost cca 6–8 km/h a sledujte, zda se pás neposouvá do strany. Maximální povolená odchylka je znázorněna na obr. A.
- 2) Pokud se pás posouvá doprava, odpojte bezpečnostní klíč a vypněte vypínač. Otočte pravým seřizovacím šroubem o 1/4 otáčky po směru hodinových ručiček, zapojte pás zpět a sledujte odchylku. Opakujte, dokud pás nebude vycentrován (obr. B).
- 3) Pokud se pás posouvá doleva, odpojte bezpečnostní klíč a vypněte vypínač. Otočte levým seřizovacím šroubem o 1/4 otáčky po směru hodinových ručiček, zapojte pás zpět a sledujte odchylku. Opakujte, dokud pás nebude vycentrován (obr. C).
- 4) Po čase nebo po výše uvedených úpravách se může pás opět povolít a bude třeba jej znovu nastavit. Odpojte bezpečnostní klíč a vypněte vypínač. Otočte oběma seřizovacími šrouby (levým i pravým) o 1/4 otáčky po směru hodinových ručiček, zapojte pás a nechte jej běžet. Poté si na něj stoupněte a zkontrolujte napnutí. Opakujte, dokud pás nebude správně napnut (obr. D).



ZÁRUČNÍ LIST

Na toto zboží se vztahuje zákonná záruční lhůta 24 měsíců, pokud není uvedeno jinak. U označených druhů zboží je, nad rámec zákonné záruční lhůty poskytována záruční lhůta prodloužená na 10 let, která se vztahuje na konstrukci rámu daného druhu zboží. Plněním záručních podmínek se pak u prodloužené záruční lhůty rozumí bezplatné provedení oprav všech výrobních vad, které se v této záruční lhůtě vyskytnou na konstrukci rámu, a to v servisních střediscích, společnosti ACRA, s.r.o. 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 30denní 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:

Opotřebení 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 rozříznutím 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 vytykána 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.

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 – F06020112.

Typové označení výrobku:	Datum prodeje: Razítko a podpis prodávajícího:
--------------------------	---

Datum reklamace	Vytykána vada	Záznamy servisního střediska	Výměna součástky	Poznámka

V případě jakýchkoli dotazů kontaktujte servisní středisko nebo reklamační oddělení:

ACRA, s. r. o. (IČ: 64254330), Brodská 161, 513 01 Semily

Reklamační oddělení – tel.: +420 481 623 322, e-mail: reklamace@acra.cz

UŽÍVATEĽSKÁ PRÍRUČKA



Bežecký pás MERACH MR-T12

Prečítajte si prosím všetky podrobnosti pred použitím a tento návod na použitie si uschovajte pre budúcu potrebu.

Aby ste zaistili svoju bezpečnosť a predišli nehodám, pred použitím si pozorne prečítajte tento návod a venujte pozornosť nasledujúcim bezpečnostným pokynom:

Pred použitím si prečítajte a dodržiavajte všetky varovania a pokyny.

Toto zariadenie môžu používať deti vo veku 14 rokov a staršie a osoby so zníženými fyzickými, zmyslovými alebo mentálnymi schopnosťami alebo s nedostatočnými skúsenosťami a znalosťami, ak sú pod primeraným dohľadom alebo boli poučené o bezpečnom používaní zariadenia a chápu potenciálne riziká.

Deti sa nesmú hrať so zariadením.

Čistenie a údržbu zariadenia nesmú vykonávať deti bez dozoru.

Nesprávny alebo nadmerný tréning môže mať vplyv na vaše zdravie. Pred začatím tréningového programu sa poraďte so svojím lekárom. Váš lekár môže určiť maximálne nastavenia (srdcová frekvencia, dĺžka tréningu atď.), na ktoré sa môžete počas cvičenia zamerať, a poskytnúť vám presné informácie počas tréningu. Toto zariadenie nie je vhodné na terapeutické účely.

Keď sa stroj zastaví, zosadnite z neho a opustite zariadenie smerom označeným ako bezpečný východ. Ak chcete zosadnúť zo zariadenia, musíte ho úplne zastaviť.

Uistite sa, že za strojom je počas používania voľný priestor s dĺžkou minimálne 2000 mm a šírkou minimálne rovnakou ako šírka stroja.

Napájací kábel musí byť spoľahlivo uzemnený a zásuvka by mala mať špeciálny obvod, aby sa zabránilo preťaženiu inými elektrickými zariadeniami. Ak je kábel poškodený, z bezpečnostných dôvodov ho musí vymeniť výrobca, servisné oddelenie alebo kvalifikovaná osoba.

Keď zariadenie nepoužívate, uchovávajte bezpečnostný zámok mimo dosahu detí; ak zariadenie nepoužívate dlhší čas, odpojte napájací kábel.

Príslušenstvo uchovávajte mimo dosahu detí, aby nedošlo k úrazom.

Tento produkt nie je vhodný pre osoby so zdravotným postihnutím alebo deti; osoby s fyzickými ťažkosťami, mentálnymi ťažkosťami alebo nedostatočnými základnými znalosťami ho nesmú používať, okrem prípadov, keď sú pod dohľadom zodpovednej osoby. Nedodržanie tohto pokynu môže viesť k riziku poranenia.

Nepoužívajte zariadenie v prašnom prostredí; udržiavajte určitú úroveň vlhkosti v miestnosti, aby ste predišli silnej statickej elektrine, ktorá by mohla rušiť funkciu elektronického meradla a ovládača.

Používajte iba originálne príslušenstvo; súkromné náhradné diely sú prísne zakázané.

Vyhňte sa kontaktu s pohyblivými časťami oboma rukami, nekladajte ruky ani nohy do medzery pod bežecým pásom.

Neumiestňujte napájací kábel do blízkosti horúcich alebo pohyblivých predmetov; zariadenie nepoužívajte vonku, vo vlhkom prostredí ani na priamom slnku.

Pred presunutím zariadenia ho odpojte od napájania. Neoprávnené osoby nesmú zariadenie bez povolenia rozoberať, pretože to môže mať vážne následky.

Pred použitím bežeckého pásu skontrolujte, či je vaše oblečenie zapnuté (zipsy, gombíky) a nie je príliš voľné.

Tento výrobok by sa nemal používať po dlhú dobu. Dlhodobé používanie môže spôsobiť prehriatie elektrických častí bežeckého pásu a viesť k poruche.

Aby ste predišli nebezpečenstvu, používajte vhodné zásuvky. Ak zástrčka a zásuvka nie sú kompatibilné, nezasahujte do zástrčky, ale požiadajte o pomoc odborníka.

Tento produkt je vhodný na domáce použitie, nie je určený na profesionálny tréning a testovanie a nesmie sa používať na lekárske účely.

Nepoužívajte zariadenie, ak je kryt prasknutý, poškodený (vnútorná konštrukcia je odhalená) alebo sú poškodené zvárané časti.

Počas cvičenia neskáčte na zariadenie ani z neho, pretože pri páde by ste sa mohli zraniť.

Nepoužívajte po jedle alebo pití, keď ste unavení alebo v zlom zdravotnom stave – mohlo by to spôsobiť poškodenie vášho zdravia.

Maximálna nosnosť produktu je 136 kg / 300 lbs.

Hladina emisií hluku podľa stupnice A v mieste používateľa je približne 56 dB(A).

Hladina hluku je vyššia, keď je stroj zaťažovaný, ako keď nie je.

Starostlivosť a údržba

Pred prvým použitím stroja skontrolujte všetky skrutky, matice a ostatné spoje, aby ste sa uistili, že je v bezpečnom stave.

Bezpečnosť stroja je možné zachovať len pravidelnou kontrolou opotrebenia a poškodenia.

Poškodené diely okamžite vymeňte a/alebo zariadenie vyradte z prevádzky, kým nebude opravené.

Venujte osobitnú pozornosť dielom, ktoré sú najviac vystavené opotrebeniu (remeň, hriadeľ, ložiská, napínacia kladka, pedál). Ak sú poškodené, musia byť okamžite vymenené.

Neskladujte zariadenie na priamom slnku, vo vetre, daždi alebo vo vlhkom prostredí. V prípade potreby zakryte zariadenie, aby sa k nemu nedostali deti.

Po dlhodobom skladovaní skontrolujte, či nie je zariadenie hrdzavé alebo prasknuté.

Uvedomte si, že aj pri správnej údržbe môže dôjsť k opotrebeniu spotrebných dielov.

Počas dlhodobého používania pravidelne utierajte stroj, aby ste odstránili prach. Nečistite ho priamo vodou ani nepoužívajte benzín, abrazívny prášok atď., pretože to môže spôsobiť praskliny, úraz elektrickým prúdom alebo požiar. Používajte iba zriedené neutrálne čistiace prostriedky.

Upozornenie:



Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte so svojím lekárom, najmä ak máte viac ako 35 rokov alebo trpíte nejakým zdravotným problémom. Pred použitím zariadenia si prečítajte všetky pokyny.



Tento symbol znamená „Conformité Européene“, čo znamená „Súlad so smernicami EÚ“. Označením CE výrobca potvrdzuje, že tento výrobok spĺňa platné európske smernice a nariadenia.



Tento symbol znamená „UK Conformity Assessed“, čo znamená „Súlad s britskými normami 11. Označením UKCA výrobca potvrdzuje, že tento výrobok spĺňa platné britské normy.

Zjednodušené vyhlásenie o zhode EÚ

Týmto spoločnosť Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd. vyhlasuje, že zariadenie **MR-T12** je v súlade so smernicou 2014/53/EÚ.

Úplné znenie vyhlásenia o zhode EÚ je k dispozícii na tejto internetovej adrese:
<https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

POZNÁMKY K LIKVIDÁCII

Obalové materiály sú suroviny a môžu byť recyklované. Oddel'te obalové materiály správne a zlikvidujte ich riadne v záujme ochrany životného prostredia.

Ďalšie informácie vám poskytne miestna samospráva.



Použité zariadenia nepatria do domového odpadu!

Použité zariadenia likvidujte správne! Tým pomáhate plniť našu zodpovednosť za ochranu životného prostredia. Informácie o zberných miestach a otváracích hodinách vám poskytne miestna samospráva.



Batérie nepatria do domového odpadu!

Ako konečný používateľ ste zo zákona povinní vybitú batériu odovzdať do zberného miesta. Staré batérie môžete odnieť do verejných zberných miest vo vašej obci alebo na akékoľvek miesto, kde sa predávajú batérie tohto typu.



Výrobca:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
 Izba 805, 8. poschodie, Xianfeng
 Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang
 District, Hangzhou,
 Zhejiang Province, Čína yulu_mrk@merach.com

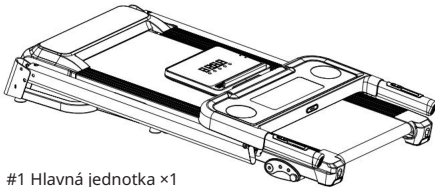
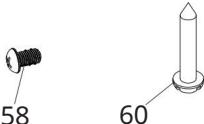
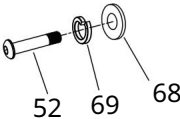
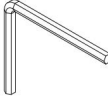
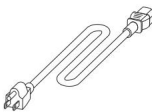
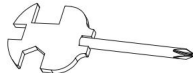
Dovozca:

ACRA s.r.o., Brodská 161, Podmoklice,
 513 01 Semily, Česká republika
 tel.: +420 481 623 322
 e-mail: obchod@acra.cz
www.acra.cz



Názov produktu:	MERACH Bežecký pás
Model:	MR-T12
Napätie:	220–240 V ~ 50/60 Hz
Maximálny výkon motora:	2,5 HP
Bežná plocha:	1080 × 420 mm (42,5 × 16,5 palca)
Rozsah rýchlostí:	0,8 – 12 km/h (0,5 – 7,5 mph)
Maximálna nosnosť:	136 kg (300 lbs)
Čistá hmotnosť:	42 kg (93 lbs)
Rozmery produktu:	1330 × 700 × 1250 mm (52,4 × 27,6 × 49,2 palca)
Rádiofrekvencia:	2,4 GHz
Rádiofrekvenčné pásmo:	2402 – 2480 MHz
Maximálny RF výkon:	3,55 dBm

Skontrolujte, či sú všetky diely a príslušenstvo súčasťou balenia.

 #1 Hlavná jednotka ×1	 58 60 #58 Skrutka s polgúľatou hlavou M5×8 ×2 #60 Samorezná skrutka ST4.2×19 ×4	
 52 69 68 #52 Skrutka s valcovou hlavou M8×45 ×2 #69 Pružná podložka ×2 #68 Plochá podložka ×2	 78 69 53 #78 Oblúková podložka ×4 #69 Pružná podložka ×4 #53 Skrutka s guľatou hlavou M8×16 ×4	 #45 Bezpečnostný kľúč ×1
 #48 Mazací olej ×1	 #74 Imbusový kľúč 6 mm ×1	 #46 Napájací kábel ×1
 #23 Kryt spodnej časti vpravo ×1 #24 Kryt spodnej časti vľavo ×1		 #16 Zadný ľavý rohový kryt ×1 #15 Zadný pravý rohový kryt ×1
 #75 Imbusový kľúč 5 mm ×1	 #76 Krížový kľúč ×1	 Užívateľský manuál ×1

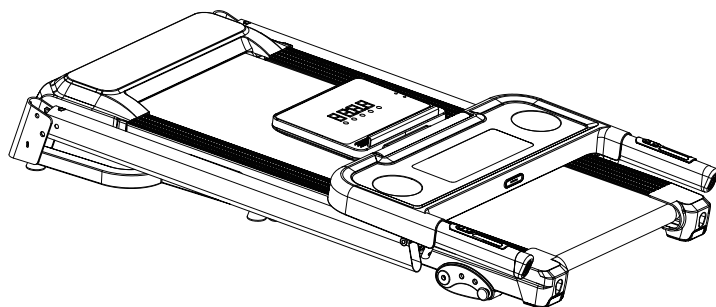
Všetky diely umiestnite na voľné miesto a odstráňte obalový materiál. Obalový materiál nevyhadzujte, kým nie je montáž dokončená.

Tip: Naskenujte QR kód a pozrite si inštalačné video.



Krok 1:

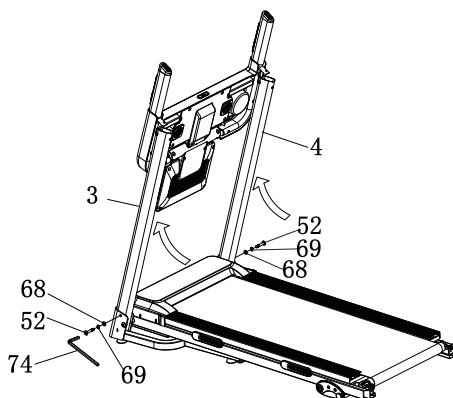
Otvorte krabicu, vyberte uvedené komponenty a umiestnite hlavnú jednotku (1) na podlahu.



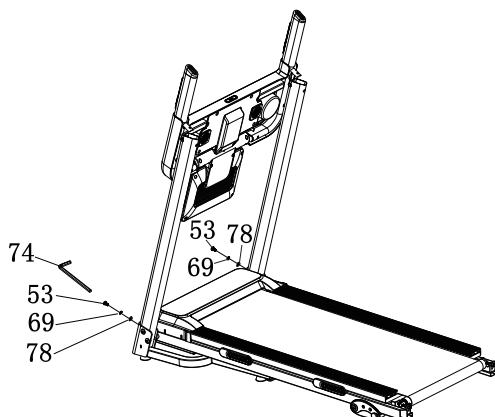
Krok 2:

A. Zdvihnite ľavú vertikálnu rúrku (3) a pravú vertikálnu rúrku (4).

B. Vložte imbusové skrutky (52) spolu s pružnou podložkou (69) a plochou podložkou (68) cez otvor v základni a otvor v ľavej vertikálnej rúrke a utiahnite ich imbusovým kľúčom (74).



C. Vložte skrutky s guľatou hlavou pomocou imbusových kľúčov (53) spolu s pružnou podložkou (69) a oblúkovou podložkou (78) cez otvor v základni a otvor v ľavej vertikálnej rúrke a utiahnite ich imbusovým kľúčom (74).



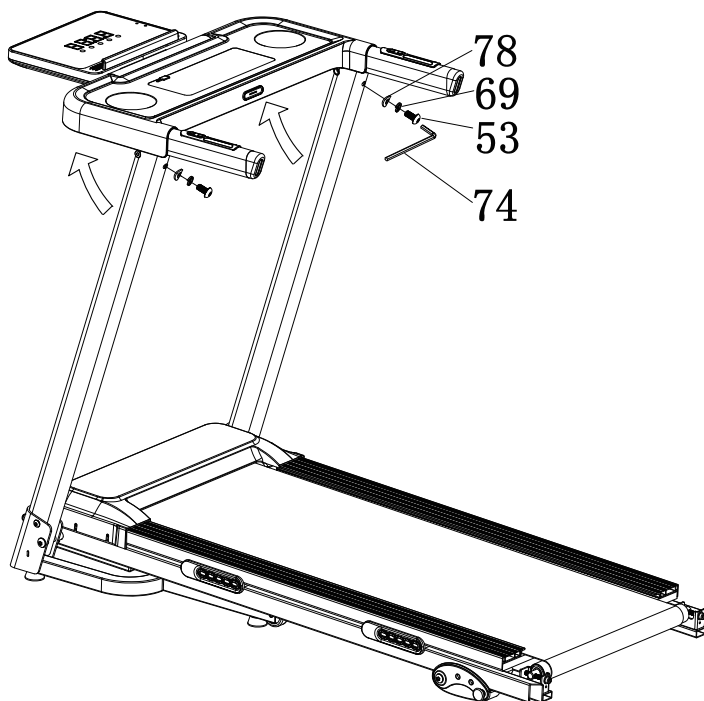
D. Montáž na pravej strane je rovnaká ako na ľavej strane. Po úplnom dotiahnutí skrutiek na oboch stranách ľavej a pravej vertikálnej rúrky rovnomerne dotiahnite skrutky na oboch stranách.

Krok 3:

A. Pomocou skrutiek s guľatou hlavou (53) namontujte pružnú podložku (69) a oblúkovú podložku (78) a pomocou imbusového kľúča (74) priskrutkujte elektronický panel (displej) k stĺpiku.

B. Spôsob inštalácie na ľavej strane je rovnaký ako na pravej strane.

C. Po upevnení všetkých skrutiek na ľavej a pravej strane ich rovnomerne dotiahnite.



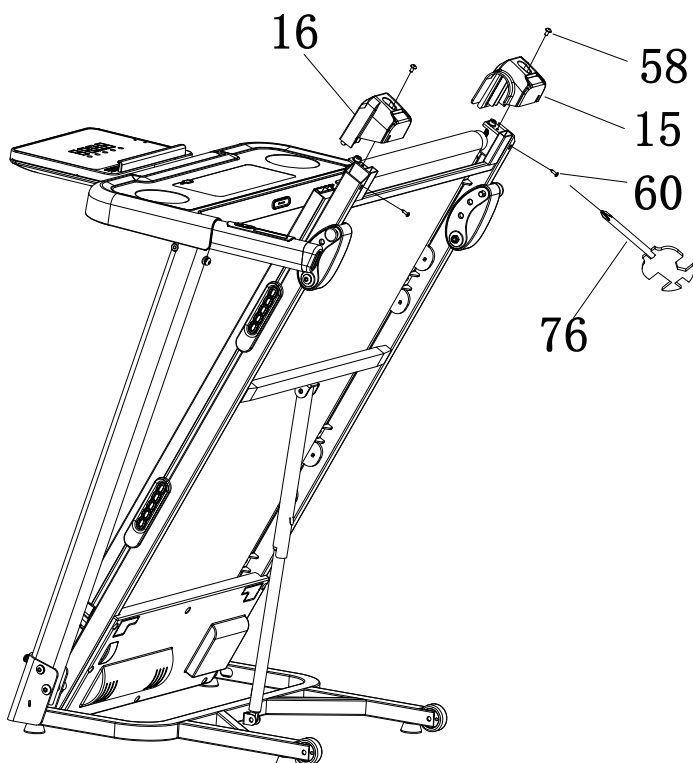
Krok 4:

A. Zdvihnite bežeckú plochu.

B. Pripevnite zadný pravý rohový kryt (15) k zadnej pravej strane hlavnej jednotky pomocou krížového skrutkovača (76), skrutiek s plochou hlavou M5×8 (58) a samorezových skrutiek (60), aby ste zadný pravý rohový kryt (15) pripojili k hlavnej jednotke.

C. Namontujte zadný ľavý rohový kryt (16) rovnakým spôsobom ako pravý.

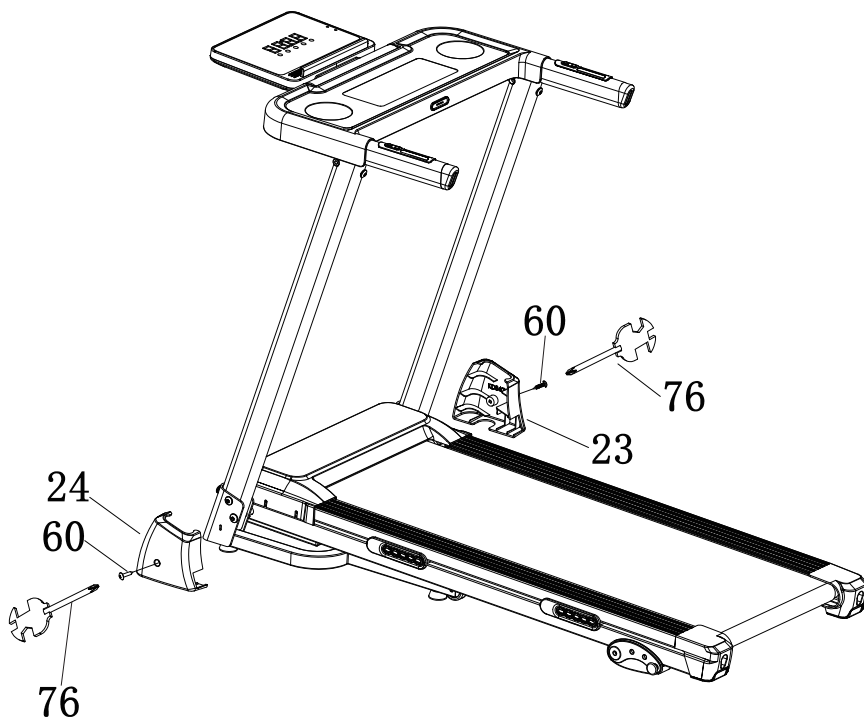
Poznámka: Pri montáži zadného rohového krytu na hlavnú jednotku je potrebné nastaviť predné a zadné medzery.



Krok 5:

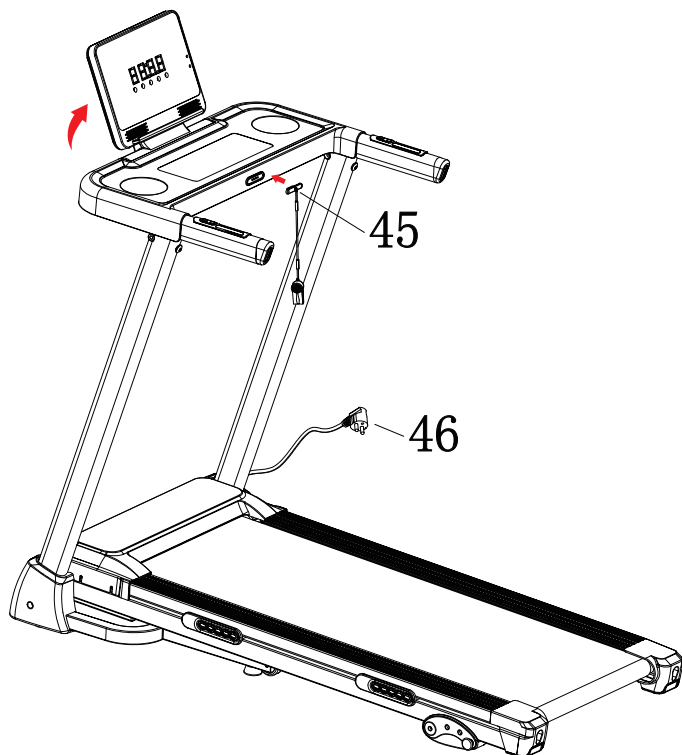
A. Pripevnite samorezné skrutky (60) cez pravý spodný kryt (23), otvor pre skrutku stĺpika a otvor pre skrutku základne v tomto poradí a utiahnite ich krížovým kľúčom (76).

B. Spôsob inštalácie ľavého spodného krytu (24) je rovnaký ako v prípade pravého krytu.



Krok 6:

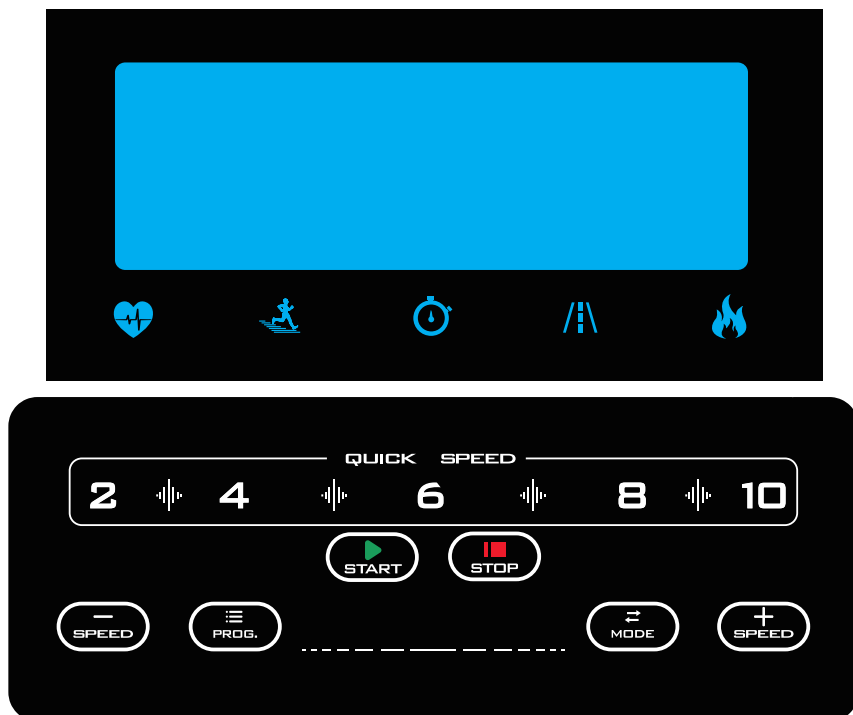
- A. Otočte displej približne o 65° v smere hodinových ručičiek.
- B. Vložte bezpečnostný kľúč (45) do otvoru pre bezpečnostný kľúč.
- C. Pripojte napájací kábel (46) do elektrickej zásuvky.



Poznámka:

Pred rovnomerným dotiahnutím všetkých skrutiek sa uistite, že všetky vyššie uvedené kroky montáže boli vykonané podľa pokynov. Až po overení, že nebolo vynechané nič, pripojte napájanie.

Pokyny na používanie bežeckého pásu nájdete v nasledujúcich častiach.



A. Popis displeja a tlačidiel

1. Popis okien displeja:

- Zobrazuje vašu srdcovú frekvenciu.
- Zobrazuje vašu aktuálnu rýchlosť.
- Zobrazuje čas.
- Zobrazuje vzdialenosť.
- Zobrazuje spotrebu kalórií.

Tieto hodnoty sa striedajú každých 5 sekúnd a sú sprevádzané príslušným LED indikátorom.

2. Funkčné tlačidlá:

START – štart, STOP – zastavenie, PROG – program, MODE – režim, SPEED – tlačidlá na zvyšovanie a znižovanie rýchlosti, Skratky rýchlosti: 2, 4, 6, 8, 10

3. Popis funkčných tlačidiel

Tlačidlo „START“:

Tlačidlo štartu. Po stlačení sa spustí 3-sekundové odpočítavanie, po ktorom sa bežecký pás spustí na najnižšiu rýchlosť alebo na rýchlosť nastavenú v programe.

Návod na použitie:

- 1) V pohotovostnom režime je možné stroj spustiť stlačením tohto tlačidla.
- 2) V režime nastavenia stlačte toto tlačidlo na spustenie stroja.
- 3) V režime nastavenia programu stlačte toto tlačidlo na spustenie programu.
- 4) V režime pauzy tlačidlo obnoví tréning do stavu pred pauzou.

Tlačidlo „STOP“:

Návod na použitie:

- 1) Počas tréningu stlačte toto tlačidlo, aby sa postupne znížila rýchlosť pásu až do zastavenia, pričom sa zachovávajú všetky hodnoty.
- 2) V režime pauzy stlačte tlačidlo STOP znovu, aby ste vrátili bežecký pás do pohotovostného režimu.

Tlačidlo „PROG.“: Programové tlačidlo pre automatické nastavenia

Návod na použitie:

- 1) V pohotovostnom režime stlačte toto tlačidlo, aby ste vstúpili do režimu automatického programu.
- 2) Po vstupe do nastavenia P15 stlačte tlačidlo znovu, aby ste vstúpili do režimu merania telesného tuku (test FAT).
- 3) Postup: Automatické nastavenie programu – Meranie telesného tuku – Návrat do predvoleného režimu.

Tlačidlo MODE: Výber režimu odpočítavania

Návod na použitie:

- 1) V pohotovostnom režime stlačte toto tlačidlo, aby ste vstúpili do režimu odpočítavania. Poradie možností je: manuálny režim, odpočítavanie času, odpočítavanie vzdialenosti a odpočítavanie kalórií.
- 2) V režime testu telesného tuku zadajte parametre pre meranie: pohlavie, vek, výška, hmotnosť.

Tlačidlá rýchlosti +/-: Nastavte rýchlosť počas prevádzky a hodnoty parametrov počas nastavovania

Návod na použitie:

- 1) Keď je bežecký pás v prevádzke, tieto tlačidlá môžete použiť na nastavenie rýchlosti.
- 2) V režime nastavovania môžete tieto tlačidlá použiť na zmenu hodnôt parametrov.

Tlačidlá rýchlej voľby rýchlosti „2, 4, 6, 8, 10“:

Poznámka:

Keď je tlačidlo stlačené a funkčné, ozve sa zvukový signál. Ak je hodnota parametra mimo povoleného rozsahu, ozve sa dlhý pípnutie. Ak tlačidlo nie je funkčné, neozve sa žiadny tón.

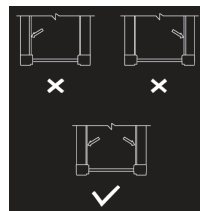
B. Pokyny na spustenie

- 1) Vložte bezpečnostný kľúč do bezpečnostného zámku na paneli. Elektronický displej sa rozsvieti, ozve sa pípnutie a stroj prejde do manuálneho režimu.
- 2) Stlačte tlačidlo START – začne odpočítavanie časového okna. Pri každom kroku odpočítavania zaznie pípnutie a po dokončení odpočítavania sa bežecký pás spustí.
- 3) Stlačte tlačidlo STOP, aby ste bežecký pás počas prevádzky zastavili.

Poznámky:

Odporúčame začať pomalou rýchlosťou a držať sa madiel, kým si na bežecký pás nezvyknete.

Ak potrebujete počas cvičenia opustiť stroj, držte sa madiel a položte obe nohy na bočné plošiny vedľa bežeckého pásu.



C. Nastavenie režimov

1. Manuálny režim:

Vložte bezpečnostný kľúč, stlačte tlačidlo START a po 3-sekundovom odpočítavaní sa bežecký pás spustí na najnižšiu rýchlosť. Rýchlosť nastavte pomocou tlačidiel SPEED +/- . Zastavenie: stlačte tlačidlo STOP alebo vyberte bezpečnostný kľúč. Návod na obsluhu: Počiatočná rýchlosť je 0,8 km/h. Čas, vzdialenosť a kalórie začínajú od nuly a zvyšujú sa. Ak čas cvičenia presiahne 99:59 minút, systém sa automaticky vypne.

2. Režim odpočítavania:

V pohotovostnom režime stlačte tlačidlo MODE, aby ste vybrali režim odpočítavania.

V okne času sa zobrazí 30:00 minút a bude blikať. Nastavte čas cvičenia v rozmedzí 5:00 až 99:00 minút pomocou tlačidiel SPEED +/- .

Stlačte tlačidlo START, aby ste spustili režim odpočítavania.

Návod na obsluhu: Počiatočná rýchlosť je 0,8 km/h. Časové okno odpočítava od nastavenej hodnoty, zatiaľ čo vzdialenosť a kalórie sa počítajú od nuly. Keď sa dosiahne nastavený čas, pás sa postupne zastaví.

3. Režim odpočítavania vzdialenosti:

V počiatočnom pohotovostnom stave stlačte tlačidlo MODE, aby ste vybrali režim odpočítavania vzdialenosti. Okno vzdialenosti zobrazí 1 km a bude blikať. Nastavte požadovanú vzdialenosť medzi 0,5 a 99,9 km pomocou tlačidiel SPEED +/- . Stlačte tlačidlo START, aby ste spustili režim odpočítavania vzdialenosti.

Návod na obsluhu: Počiatočná rýchlosť je 0,8 km/h. Okno vzdialenosti odpočítava od nastavenej hodnoty, zatiaľ čo čas a kalórie sa počítajú od nuly. Keď sa dosiahne nastavená vzdialenosť, pás sa postupne zastaví.

4. Režim odpočítavania kalórií

V pohotovostnom režime stlačte tlačidlo MODE, aby ste vybrali režim odpočítavania kalórií.

V okienku kalórií sa zobrazí hodnota 50 kcal a začne blikať. Pomocou tlačidiel SPEED +/- nastavte požadovaný cieľ v rozmedzí 10 až 999 kalórií.

Stlačením tlačidla START spustíte režim odpočítavania kalórií.

Návod na obsluhu: Počiatočná rýchlosť je 0,8 km/h. Okno kalórií bude odpočítavať od nastavenej hodnoty, zatiaľ čo okná času a vzdialenosti budú odpočítavať od nuly. Pomocou tlačidiel SPEED +/- nastavte rýchlosť behu a sklon. Po dosiahnutí nastaveného cieľa kalórií sa bežecký pás postupne zastaví.

D. Režim programu

1. Automatický program:

V pohotovostnom režime alebo režime nastavení stlačte tlačidlo PROGRAM, aby ste vstúpili do automatického programu. K dispozícii je 15 programov (P01–P15). V tomto bode sa v okienku času zobrazí 30:00 minút a bude blikať. Pomocou tlačidiel SPEED +/- môžete nastaviť požadovanú dĺžku cvičenia v rozmedzí 5:00 až 99:00 minút. Stlačením tlačidla START spustíte automatický program.

program \ time	Divide the designated time by 20 time intervals to obtain the runtime for the upper and lower time intervals																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01 SPEED(Km/h)	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P02 SPEED(Km/h)	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
P03 SPEED(Km/h)	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P04 SPEED(Km/h)	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
P05 SPEED(Km/h)	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P06 SPEED(Km/h)	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
P07 SPEED(Km/h)	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P08 SPEED(Km/h)	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P09 SPEED(Km/h)	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10 SPEED(Km/h)	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11 SPEED(Km/h)	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
P12 SPEED(Km/h)	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
P13 SPEED(Km/h)	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
P14 SPEED(Km/h)	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
P15 SPEED(Km/h)	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2

Návod na obsluhu:

1) Každý program sa skladá z 20 segmentov, pričom každý segment predstavuje 1/20 nastaveného času. Časové okno začne odpočítavať od nastaveného času, zatiaľ čo vzdialenosť a kalórie sa budú počítať od nuly.

2) Pri prechode medzi segmentmi zaznie zvukový signál. Rýchlosť je možné počas cvičenia nastaviť pomocou tlačidiel SPEED +/- . Na konci segmentu sa rýchlosť automaticky nastaví na predvolenú hodnotu pre nasledujúci segment.

3) Akonáhle odpočítavanie dosiahne nulu, rýchlosť sa postupne zníži, pás sa zastaví a zaznie alarm.

E. Režim testu telesného tuku

Index telesnej hmotnosti (FAT) meria vzťah medzi výškou a hmotnosťou osoby, nie proporcie tela. Tento test je vhodný pre mužov aj ženy a spolu s ďalšími zdravotnými ukazovateľmi poskytuje základ pre úpravu hmotnosti.

Vstup do režimu testu telesného tuku:

V pohotovostnom alebo nastavovacom režime stlačte tlačidlo PROGRAM. Keď sa na displeji zobrazí „FAT“, vstúpili ste do režimu testu telesného tuku.

Nastavenie parametrov testu:

Po vstupe do režimu testu telesného tuku sa zobrazí okno rýchlosti parametra funkcie (F-X) a okno času zobrazí nastavenú hodnotu.

Stlačením tlačidla MODE vyberte ďalšie nastavenie a pomocou tlačidiel SPEED +/- upravte hodnotu.

Parametre a rozsahy:

Pohlavie (F-1): Predvolená hodnota 0 (rozsah 0-1, 0 = muž, 1 = žena)

Vek (F-2): Predvolená hodnota 25 (rozsah 10-99 rokov)

Výška (F-3): Predvolená hodnota 170 (rozsah 100-240 cm)

Hmotnosť (F-4): Predvolená hodnota 70 (rozsah 20-160 kg)

Po dokončení nastavení spustíte test telesného tuku. Najskôr sa na displeji zobrazí „— —“. V tomto momente položte obe ruky na dotykové podložky na meranie srdcovej frekvencie na približne 5 sekúnd a na displeji sa zobrazí index telesného tuku.

Rozsah výsledkov testu telesného tuku je uvedený v tabuľke nižšie:

Index telesnej hmotnosti (BMI)

FAT < 19
 19 ≤ FAT ≤ 26
 26 < FAT ≤ 30
 > 30

Úroveň obezity

Podváha
 Normálna hmotnosť
 Nadváha
 Obezita

Osobitná poznámka:

Tieto údaje slúžia iba ako orientačné pre vaše fitness aktivity a nie sú určené na lekárske účely.

F. Funkcia bezpečnostného kľúča

1) Ak je bezpečnostný kľúč kedykoľvek odstránený, na LED displeji sa zobrazí „— —“ a zaznie zvukový signál. Ak je kľúč odstránený počas prevádzky pásu, pás sa okamžite zastaví a všetky údaje sa vynulujú.
2) Po opätovnom vložení bezpečnostného kľúča sa displej úplne rozsvieti a bežecký pás sa vráti do svojho predvoleného prevádzkového stavu. Všetky počítadlá sa vynulujú, nastavené hodnoty sa vrátia do predvolených hodnôt a bežecký pás bude v manuálnom režime s kladným časom.

Poznámka:

Funkcia bezpečnostného kľúča = bezpečnostné zastavenie.

Pri používaní bežeckého pásu pripnite klip bezpečnostného kľúča na svoje oblečenie.

Ak chcete bezpečne ukončiť tréning, stlačte tlačidlo STOP alebo vyberte bezpečnostný kľúč – bežecký pás sa okamžite zastaví.

Vybraný bezpečnostný kľúč uchováajte mimo dosahu detí, aby sa zabránilo neoprávnenému použitiu bežeckého pásu.

G. Funkcia merania srdcovej frekvencie

Pri zapnutom bežeckom páse položte dlane oboch rúk na kovové senzory umiestnené na madlách. Po približne 5 sekundách sa na LED displeji zobrazí počiatočná hodnota srdcovej frekvencie. Držte ruky v klúde – po približne 60 sekundách sa displej postupne stabilizuje a zobrazí približnú aktuálnu hodnotu srdcovej frekvencie.

Poznámka: Údaje o srdcovej frekvencii slúžia iba ako orientačné pre cvičenie a nie sú určené ako lekárske údaje.

VAROVANIE: Systémy merania srdcovej frekvencie môžu byť nepresné. Nadmerné používanie môže viesť k vážnym zraneniam alebo smrti. Ak sa cítite slabý, okamžite prestaňte cvičiť.

H. Displej a rozsah nastavení parametrov cvičenia

Pri nastavovaní konkrétnych parametrov použite tlačidlá SPEED +/- na úpravu hodnôt a prechádzanie nastaveniami.

Parameter	Predvolené nast.	Počiatočná hodnota	Rozsah nastavenia	Rozsah zobrazenia
Čas (min:sek)	0:00	30:00	5:00–99:00	0:00–99:59
Rýchlosť (km/h)	—	—	0,8–12	0,8–12
Vzdialenosť (km)	0,0	1,0	0,5–99,9	0–99,00
Srdc. frekv. (BPM)	P	N/A	N/A	60–200
Kalórie (kcal)	0,0	50	10–999	0–999

I. Režim spánku

Ak sa bežecký pás nepoužíva dlhšie ako 10 minút, prejde do režimu spánku a elektronický displej sa automaticky vypne.

Stlačením ľubovoľného tlačidla displej prebudíte – rozsvieti sa a vráti sa do pohotovostného režimu.

J. Vypnutie

Vypnite bežecský pás pomocou vypínača.

K. Skladanie a uskladnenie bežecského pásu

Ako je znázornené na obrázku, uchopte rukoväť ľavou rukou a pravou rukou podprite bod A, potom zdvihnite bežecský pás nahor. Zdvihnite ho, kým nezačujete cvaknutie bezpečnostnej západky v bode B.

Poznámky:

Pri zdvíhaní bežecského pásu pevne držte rukoväť, aby sa rám neposúval dopredu.

Upozornenie: Pred zložením musí byť bežecská plocha úplne zastavená.

Upozornenie: Zložený bežecský pás sa nesmie používať.

L. Presúvanie bežecského pásu

Ak potrebujete presunúť bežecský pás, uchopte bod A oboma rukami, ako je znázornené na obrázku, a zatlačte ho smerom nadol. Potom ho presuňte dopredu alebo dozadu podľa šípky.

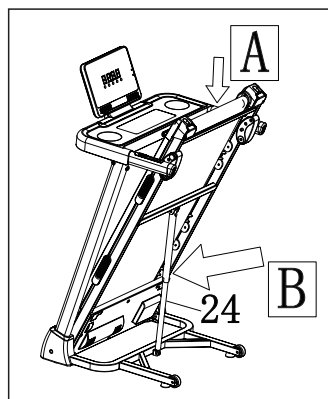
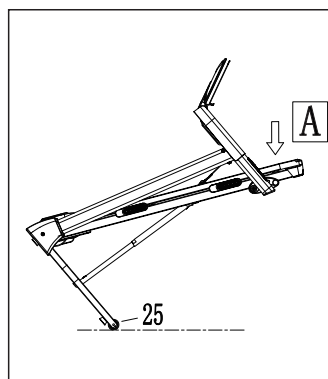
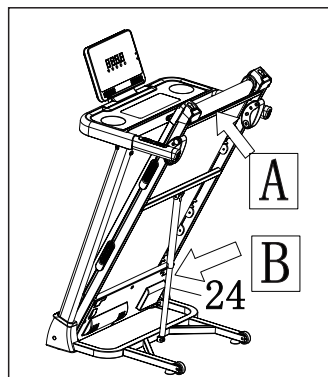
M. Rozloženie bežecského pásu

Keď je bežecský pás pevne na mieste, uchopte rukoväť ľavou rukou a pravou rukou podprite bod A, potom bežecský pás jemne zdvihnite nahor.

Potom nohou uvoľníte bezpečnostnú západku v bode B a súčasne pravou rukou potiahnite hlavný rám nadol, aby sa rám pomaly spúšťal.

Poznámka:

Pri spúšťaní rámu sa uistite, že v blízkosti pásu nie sú žiadne osoby ani domáce zvieratá, aby nedošlo k zraneniu.



N. Nastavenie sklonu bežeckého pásu

1) Tento bežecký pás ponúka tri úrovne sklonu, ktoré je možné manuálne nastaviť podľa vašich preferencií – „a“, „b“ a „c“. „a“ = najmenší sklon, „c“ = najväčší sklon

Upozornenie: Pred nastavením sklonu vždy vypnite stroj.

2) Pravou rukou uchopte stroj v bode A a zdvihnite ho približne 200 mm alebo viac nad zem.

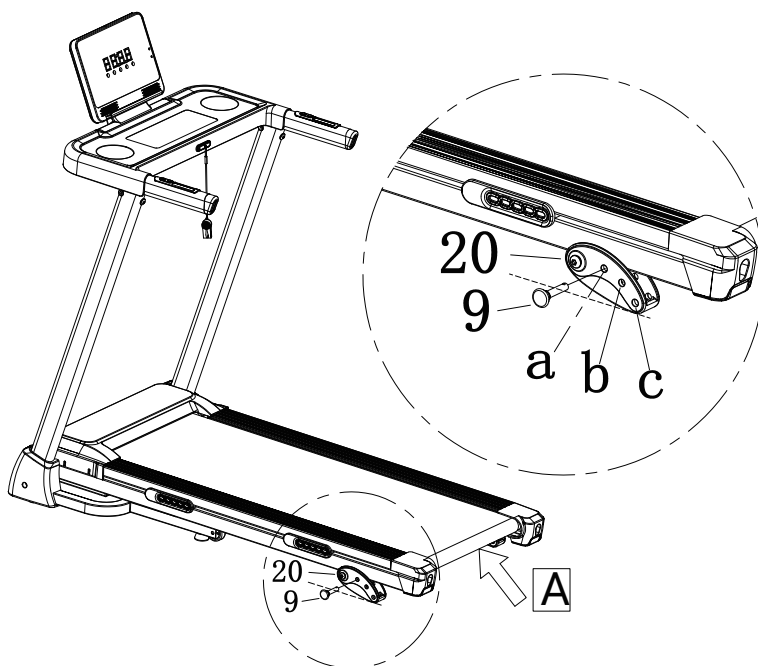
3) Ľavou rukou vytiahnite poistný čap (9) z nastaviteľnej nohy (20) a potom ho vložte späť do otvoru pre požadovanú polohu sklonu (a, b alebo c) na nastaviteľnej nohe (20).

Poznámka: Čap musí byť zasunutý úplne cez nastaviteľnú nohu (20), aby poistná guľa správne zaistila polohu.

4) Rovnakým spôsobom nastavte poistný čap (9) na nastaviteľnej nohe (20) na druhej strane.

Čapy (9) musia byť zasunuté do rovnakých otvorov (napr. a-a, b-b alebo c-c) na oboch stranách, aby bol sklon rovnomerný.

5) Nakoniec pomaly spustite stroj späť na zem a uistite sa, že stojí pevne.



Stiahnutie a používanie aplikácie MERACH

1) Ak chcete stiahnuť aplikáciu MERACH, naskenujte QR kód alebo vyhľadajte „MERACH“ v obchode Apple App Store® alebo Google Play Store.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



- 2) Otvorte aplikáciu MERACH. Prihláste sa alebo vytvorte účet.
 - 3) Postupujte podľa pokynov v aplikácii a nastavte svoje zariadenie.
 - 4) Aktualizujte aplikáciu na najnovšiu verziu. V blízkej budúcnosti bude aplikácia rozšírená o bezplatný režim cvičenia, kurzy a rôzne tréningové režimy.
- Ak pri pripájaní dostanete oznámenie o aktualizácii, aktualizujte aplikáciu, aby ste mali najnovšiu verziu.

Sťahovanie a používanie aplikácie KINOMAP



- 1) Ak chcete stiahnuť aplikáciu Kinomap, naskenujte QR kód alebo vyhľadajte „Kinomap“ v Apple App Store® alebo Google Play Store.
- 2) Otvorte aplikáciu Kinomap. Prihláste sa alebo vytvorte účet.
- 3) Vyberte vhodné fitness zariadenie.
- 4) Zapnite Bluetooth a vyberte Merach.
- 5) Vyberte Treadmill a nájdite svoj model „MRK-T12-XXXX“.

Pred cvičením sa rozcvičte. Rozcvičené svaly sa ľahšie rozťahujú, preto začnite 5–10 minútovým rozcvičením a potom vykonajte nasledujúce cviky – 5-krát, minimálne 10 sekúnd na každú nohu. Cviky opakujte po tréningu.

1. Predklon (ťahanie sa nadol)

Mierne pokrčte kolená, pomaly sa predkloňte, uvoľnite chrbát a ramená a pokúste sa dotknúť prstov na nohách. Vydržte 10–15 sekúnd, potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát (pozri obrázok 1).



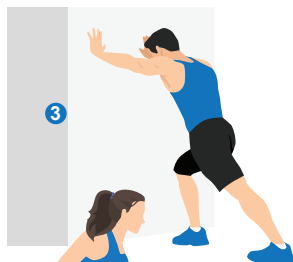
2. Strečing zadných stehenných svalov v sede

Sadnite si s jednou nohou vystretou. Druhú nohu ohnite tak, aby chodidlo spočívalo na vnútornej strane vystretého stehna. Skúste sa dotknúť prstov na nohe s vystretým stehnom rukou. Vydržte 10–15 sekúnd, potom sa uvoľnite. Opakujte 3-krát pre každú nohu (pozri obrázok 2).



3. Strečing lýtky a Achillovej šľachy

Postavte sa oboma rukami o stenu alebo strom, jednu nohu za sebou. Zadnú nohu držte rovnú, pätu na zemi a nakloňte sa smerom k stene alebo stromu. Vydržte 10–15 sekúnd, potom uvoľnite. Opakujte 3-krát pre každú nohu (pozri obrázok 3).



4. Strečing štvorhlavého svalu

Natiahni pravú ruku dozadu, uchop pravú nohu a pomaly ju ťahaj smerom k zadku, kým neucítiš napnutie v prednej časti stehna. Vydrž 10–15 sekúnd, potom uvoľni. Opakuj 3-krát pre každú nohu (pozri obrázok 4).



5. Pretiahnutie sartoriusu/vnútorného stehenného svalu

Sadnite si s nohami pri sebe a kolenami smerujúcimi von. Chyťte obe nohy oboma rukami a potiahnite ich smerom k slabínam. Vydržte 10–15 sekúnd, potom uvoľnite. Opakujte 3-krát (pozri obrázok 5).



Chybový kód	Odstraňovanie porúch
E01 – Porucha komunikácie s elektronickým panelom	1. Skontrolujte komunikačný kábel medzi elektronickým panelom a riadiacou jednotkou motora, aby ste sa uistili, že je spoľahlivý a nepoškodený. 2. Kontaktujte zákaznícku podporu alebo profesionálnych servisných technikov.
E02 – Abnormálne napätie	1. Skontrolujte, či napätie je v prevádzkovom rozsahu. 2. Vypnite zariadenie a znovu ho zapnite. 3. Ak problém pretrváva, skontrolujte pripojenie motora. 4. Kontaktujte zákaznícku podporu alebo profesionálnych servisných technikov.
E04 – Ochrana proti prepätiu	1. Skontrolujte, či napätie je v prevádzkovom rozsahu. 2. Ak problém pretrváva, zvážte výmenu spodnej riadiacej dosky alebo motora. 3. Kontaktujte zákaznícku podporu alebo profesionálnych servisných technikov.
E05 – Ochrana proti nadprúdu	1. Skontrolujte, či je prúd v prevádzkovom rozsahu. 2. Vypnite zariadenie a potom ho znovu zapnite. 3. Ak problém pretrváva, zvážte výmenu riadiacej jednotky. 4. Kontaktujte zákaznícku podporu alebo profesionálnych servisných technikov.
E06 – Chyba autotestu riadiacej jednotky	1. Abnormálne pripojenie napájacieho obvodu. 2. Kontaktujte zákaznícku podporu alebo profesionálnych servisných technikov.
E07 – Abnormálne údaje	1. Porucha spodnej riadiacej dosky. 2. Kontaktujte zákaznícku podporu alebo profesionálnych servisných technikov.
E08 – Poškodenie EEPROM	1. Porucha spodnej riadiacej dosky. 2. Kontaktujte zákaznícku podporu alebo profesionálnych servisných technikov.
– Abnormálny bezpečnostný kľúč	1. Skontrolujte, či je bezpečnostný kľúč správne vložený. 2. Porucha elektronického bezpečnostného kľúčového systému. 3. Kontaktujte zákaznícku podporu alebo profesionálnych servisných technikov.

Pokyny na údržbu

VAROVANIE: Pred čistením alebo údržbou vždy odpojte elektrický bežecký pás od napájania.

ČISTENIE: Dôkladné čistenie predĺži životnosť vášho motorizovaného bežeckého pásu.

Pravidelne odstraňujte prach, aby boli časti bežeckého pásu čisté.

Odstráňte prach z odkrytých častí pásu na oboch stranách, aby sa pod pásom nehromadili nečistoty.

Uistite sa, že vaše tenisky sú čisté, aby sa pod pás nedostali cudzie predmety a nepoškodili bežeckú plochu alebo podložku.

Povrch pásu čistite vlhkou handričkou a čistiacim prostriedkom – dávajte pozor, aby sa voda nedostala na elektrické komponenty alebo pod pás.

Špeciálny mazací prostriedok pre bežecké pásy a motorizované trenažéry

Tento motorizovaný bežecký pás je vopred namazaný medzi bežeckým pásom a podložkou.

Trenie medzi pásom a podložkou má významný vplyv na životnosť a výkon zariadenia, preto je potrebná pravidelná údržba. Odporúča sa pravidelne kontrolovať stav dosky. Ak zistíte akékoľvek poškodenie povrchu pásu, kontaktujte zákaznícky servis.

Odporúčame nanášať mazivo medzi bežecký pás a dosku podľa nasledujúceho harmonogramu:

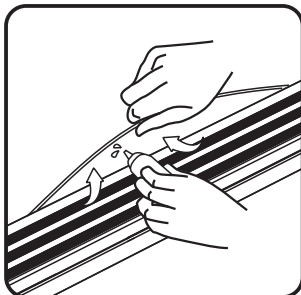
Ľahké používanie (menej ako 3 hodiny týždenne): raz ročne

Stredné používanie (3–5 hodín týždenne): raz za 6 mesiacov

Intenzívne používanie (viac ako 5 hodín týždenne): raz za 3 mesiace

Ak sa mazivo minie, odporúčame zakúpiť originálne mazivo od vášho predajcu alebo kontaktovať priamo nás.

Poznámka: Všetku ostatnú údržbu musí vykonávať odborník.



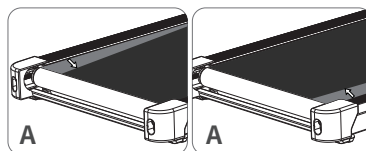
Nastavenia bežeckého pásu

1) Pre lepšiu údržbu motorizovaného bežeckého pásu a predĺženie jeho životnosti sa odporúča vypnúť bežecký pás po 1,5 hodine nepretržitého používania a nechať ho odpočívať aspoň 10 minút pred ďalším použitím.

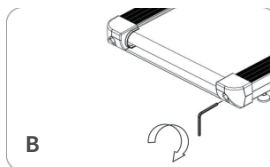
2) Ak je bežecký pás príliš voľný, môže pri behu dochádzať k preklzávaniu. Naopak, ak je príliš napnutý, nadmerné napätie môže znížiť výkon motora a zvýšiť opotrebenie valcov a pásu bežeckého pásu. Správne napnutie môžete zistiť tak, že pás na oboch stranách plošiny zdvihnete rukou o približne 50 – 75 mm.

Centrovanie bežeckého pásu

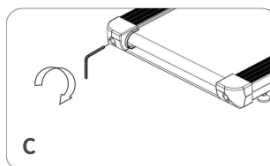
1) Umiestnite bežecký pás na rovnú plochu. Zapnite pás rýchlosťou približne 6–8 km/h a skontrolujte, či sa pás neposúva do strany. Maximálna prípustná odchýlka je znázornená na obr. A.



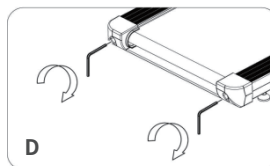
2) Ak sa pás posúva doprava, odpojte bezpečnostný kľúč a vypnite vypínač. Otočte pravý nastavovací skrutku o 1/4 otáčky v smere hodinových ručičiek, znovu pripojte pás a skontrolujte odchýlku. Opakujte, kým nie je pás vystredený (obr. B).



3) Ak sa pás posúva doľava, odpojte bezpečnostný kľúč a vypnite napájací vypínač. Otočte ľavý nastavovací skrutku o 1/4 otáčky v smere hodinových ručičiek, znovu pripojte remeň a sledujte odchýlku. Opakujte, kým sa remeň nevycentreje (obr. C).



4) Po určitej dobe alebo po vykonaní vyššie uvedených nastavení sa remeň môže opäť uvoľniť a je potrebné ho znovu nastaviť. Odpojte bezpečnostný kľúč a vypnite spínač. Otočte oba nastavovacie skrutky (ľavú a pravú) o 1/4 otáčky v smere hodinových ručičiek, znovu pripojte remeň a nechajte ho bežať. Potom naň stúpnite a skontrolujte napnutie. Opakujte, kým nie je remeň správne napnutý (obr. D).



ZÁRUČNÝ LIST

Na tento tovar sa vzťahuje zákonná záručná lehota 24 mesiacov, pokiaľ nie je uvedené inak. U označených druhov tovaru je, nad rámec zákonnej záručnej lehoty poskytovaná záručná lehota predĺžená na 10 rokov, ktorá sa vzťahuje na konštrukciu rámu daného druhu tovaru. Plnením záručných podmienok sa potom pri predĺženej záručnej lehote rozumie bezplatné vykonanie opráv všetkých výrobných chýb, ktoré sa v tejto záručnej lehote vyskytnú na konštrukcii rámu, a to v servisných strediskách, spoločnosti ACRA, s.r.o. Záručný list spolu s dokladom o zakúpení a návodom na použitie starostlivo uschovajte!

Reklamácia

Práva z zodpovednosti za vady je možné uplatňovať len u predávajúceho, u ktorého bol výrobok zakúpený.

Je potrebné vytknúť vadu - tzn. dostatočne presne označiť vadu, poprípade to, ako sa vada navonok prejavuje. Všeobecne formulované oznámenie, že výrobok má vadu, nestačí!

Vytknutie musí obsahovať aj oznámenie konkrétneho práva z zodpovednosti za vady, ktorého sa kupujúci domáha, a treba ho doložiť vyplneným záručným listom s pečiatkou predávajúceho a dokladom o zakúpení (účtenkou) s dátumom predaja. Výrobok je zároveň nutné opatriť vyhovujúcim obalom, najlepšie originálnym.

Kupujúci má právo, aby bola vada odstránená bezplatne, riadne a včas (najneskôr v 30-dňovej lehote od uplatnenia reklamácie, ak sa nedohodne kupujúci s predávajúcim na dlhšiu dobu), poprípade výrobok vymenený.

Doba od uplatnenia práva z zodpovednosti za vady až do doby, kedy kupujúci po skončení opravy bol povinný výrobok prevziať (bez ohľadu na to, kedy kupujúci vec fakticky prevzal) sa do záručnej doby nepočíta.

Práva z zodpovednosti za vady veci zaniknú, ak neboli uplatnené v záručnej dobe (tzn. najneskôr posledného dňa záručnej doby).

Záruka sa nevzťahuje na:

Opotrebenie výrobku spôsobené jeho obvyklým užívaním. (Obvyklým užívaním sa rozumie používanie na účel, ku ktorému je výrobok určený a spôsobom, ktorý je popísaný v priloženom návode na použitie)

Záruka sa ďalej nevzťahuje na vady spôsobené:

Mechanickým poškodením; (napríklad vady spôsobené rozrezaním výrobku alebo jeho časti pri rozbaľovaní);
 Neodborným zásahom (opravou) užívateľa, aj tretích osôb;
 Nesprávnym zaobchádzaním či zaobchádzaním v rozpore s návodom na použitie;
 Nevykonávaním nutnej údržby popísanej v návode na použitie;
 Vystavením nepriaznivým vonkajším vplyvom, nízkym/vysokým teplotám, nevhodným skladovaním;
 Neodvratiteľnou udalosťou – živelnou pohromou;

Platená oprava:

Ak sa vytýka vada, na ktorú sa záruka nevzťahuje, alebo už uplynula záručná doba, a kupujúci požaduje opravu, jedná sa o opravu platenú.

Cena a podmienky budú stanovené po dohode so servisným strediskom spoločnosti ACRA s. r. o. Ostatné práva a povinnosti sa riadia ustanoveniami zák. č. 40/1964 Zb., Občianskeho zákonníka, najmä § 612 a nasl.

Za obaly od vyššie uvedeného výrobku bol zaplatený poplatok za využitie a spätný odber podľa § 10 a § 12 zák. č. 477/2001 Zb., o obaloch, do systému EKO-KOM pod identifikačným číslom EK – F06020112.

Typové označenie výrobku:	Dátum predaja: Pečiatka a podpis predávajúceho:
---------------------------	--

Dátum reklamácia	Vytýkaná vada	Záznamy servisného strediska	Výmena súčiastky	Poznámka

V prípade akýchkoľvek otázok kontaktujte servisné stredisko alebo reklamačné oddelenie:

ACRA, s. r. o. (IČO: 64254330), Brodská 161, 513 01 Semily
 Reklamačné oddelenie – tel.: +420 481 623 322, e-mail: reklamace@acra.cz

FELHASZNÁLÓI ÚTMUTATÓ



Futópad MERACH MR-T12

Használat előtt kérjük, olvassa el az összes részletet, és őrizze meg ezt a használati útmutatót későbbi felhasználás céljából.

A biztonságod érdekében és a balesetek elkerülése érdekében kérjük, hogy használat előtt figyelmesen olvasd el ezt az útmutatót, és figyelj a következő biztonsági utasításokra:

Minden figyelmeztetést és utasítást el kell olvasni és be kell tartani a használat előtt.

Ezt a készüléket 14 éves vagy annál idősebb gyermekek, valamint fizikai, érzékszervi vagy mentális képességeikben korlátozott, illetve tapasztalat és ismeretek hiányában lévő személyek is használhatják, ha megfelelő felügyeletet vagy utasításokat kaptak a készülék biztonságos használatáról és a lehetséges kockázatok megértéséről.

A gyermekek nem játszhatnak a készülékkel.

A tisztítást és karbantartást gyermekek nem végezhetik felügyelet nélkül.

Égészségét befolyásolhatja a helytelen vagy túlzott edzés. Az edzésprogram megkezdése előtt konzultáljon orvosával. Az orvos meghatározhatja a maximális beállításokat (pulzus, edzés hossza stb.), amelyekre az edzés során összpontosíthat, és pontos információkat adhat az edzés során. Ez a készülék nem alkalmas terápiás célokra.

Amikor a gép leáll, szálljon ki és hagyja el a készüléket a biztonságos kijáratként jelölt irányban. Ha le akar szállni a készülékről, akkor azt teljesen le kell állítania.

Gondoskodjon legalább 2000 mm hosszú és legalább a gép szélességének megfelelő szabad biztonsági térről a készülék mögött használat közben.

A tápkábelt megbízhatóan földelni kell, és a csatlakozónak speciális áramkörrel kell rendelkeznie, hogy ne terhelje túl más elektromos berendezések. Ha a kábel sérült, biztonsági okokból azt a gyártónak, a szervizrészlegnek vagy egy képzett szakembernek kell kicserélnie.

Ha a gépet nem használja, helyezze a biztonsági zárat gyermekektől elzárt helyre; hosszabb ideig történő használat esetén húzza ki a tápkábelt.

A tartozékokat tartalmazó csomagot gyermekektől elzárt helyen tárolja, hogy baleseteket elkerüljön.

Ez a termék nem alkalmas fogyatékkal élő személyek vagy gyermekek számára; fizikai kényelmetlenség, mentális nehézségeket vagy alapvető ismeretek hiányát tapasztaló személyek nem használhatják, kivéve ha felelős személy felügyeli őket. A szabályok be nem tartása sérülésveszélyhez vezethet.

Ne használja a készüléket poros környezetben, tartsa a helyiséget megfelelő páratartalomban, hogy elkerülje az erős statikus elektromosságot, amely zavarhatja az elektronikus mérőműszer és a vezérlő működését.

Csak eredeti tartozékokat használjon, a saját cserék szigorúan tilosak.

Kerülje a mozgó alkatrészekkel való érintkezést mindkét kezével, ne dugja kezeit vagy lábait a futópáda alatti részbe.

Ne helyezze a tápkábelt forró vagy mozgó tárgyak közelébe; ne használja a készüléket kültéren, nedves környezetben vagy közvetlen napfényben.

A készülék áthelyezése előtt húzza ki a dugót a konnektorból. A képzetlen személyzet nem szerelheti szét a készüléket engedély nélkül, mert ez súlyos következményekkel járhat.

A futópada használata előtt ellenőrizze, hogy ruházata megfelelően van-e rögzítve (cipzárok, gombok) és nem túl laza-e.

Ezt a terméket nem szabad hosszú ideig használni. Hosszú távú használat esetén a futópada elektromos alkatrészei túlmelegedhetnek, ami meghibásodáshoz vezethet.

A veszély elkerülése érdekében megfelelő aljzatokat használjon. Ha a dugó és az aljzat nem kompatibilisek, ne próbálja meg a dugót megjavítani, hanem kérjen szakember segítségét.

Ez a termék otthoni használatra alkalmas, nem professzionális edzésre és tesztelésre készült, és nem használható orvosi célokra.

Ne használja a készüléket, ha a burkolat repedt, törött (a belső szerkezet látható) vagy a hegesztett részek sérültek.

Ne ugorjon fel a készülékre és ne ugorjon le róla edzés közben, mert eséskor megsérülhet.

Ne használja étkezés és italfogyasztás után, fáradtság vagy rossz egészségi állapot esetén – ez egészségkárosodást okozhat.

A termék maximális teherbírása 136 kg / 300 lbs.

Az A-skálán mért zajszint a gyakorló helyén körülbelül 56 dB(A).

Terhelés alatt a zajszint magasabb, mint terhelés nélkül.

Ápolás és karbantartás

Az első használat előtt ellenőrizze az összes csavart, anyát és egyéb csatlakozást, hogy megbizonyosodjon a készülék biztonságos állapotáról.

A készülék biztonsági szintje csak a kopás és a sérülések rendszeres ellenőrzésével tartható fenn. A hibás alkatrészeket azonnal cserélje ki és/vagy vegye ki a készüléket a forgalomból, amíg meg nem javítják.

Fordítson különös figyelmet azokra a részekre, amelyek a leginkább ki vannak téve a kopásnak (szíj, tengely, csapágyak, feszítőgörgő, pedál). Ha sérültek, azonnal ki kell cserélni őket.

Ne tárolja a készüléket közvetlen napfényben, szélben, esőben vagy nedves környezetben. Szűkség esetén takarja le a készüléket, hogy gyermekek ne férhessenek hozzá.

Hosszú tárolás után ellenőrizze, hogy nem jelent-e meg rozsdás vagy repedés.

Ne feledje, hogy a megfelelő karbantartás mellett is előfordulhat a kopás a fogyó alkatrészeknél.

Hosszú távú használat esetén rendszeresen törölje le a gépről a port. Ne tisztítsa közvetlenül vízzel, és ne használjon benzint, abrazív port stb., mert ez repedésekhez, áramütéshez vagy tűzhoz vezethet. Csak hígított, semleges tisztítószerket használjon.

Figyelem:



Bármilyen edzés megkezdése előtt konzultáljon orvosával, különösen, ha 35 évnél idősebb, vagy már fennálló egészségügyi problémái vannak. Az eszköz használata előtt olvassa el az összes utasítást.



Ez a szimbólum a „Conformité Européene” rövidítése, amely „EU-irányelveknek való megfelelést” jelent. A CE-jelöléssel a gyártó igazolja, hogy ez a termék megfelel a vonatkozó európai irányelveknek és előírásoknak.



Ez a szimbólum a „UK Conformity Assessed” (brit megfelelési értékelés) jelölést jelenti, ami azt jelenti, hogy „megfelel a brit szabványoknak”. Az UKCA jelöléssel a gyártó igazolja, hogy ez a termék megfelel a vonatkozó brit szabványoknak.

EGYSZERŰSÍTETT EU MEGFELELŐSÉGI NYILATKOZAT

A Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd. kijelenti, hogy a

MR-T12 fitnessberendezés megfelel a 2014/53/EU irányelvnek.

Az EU megfelelési nyilatkozat teljes szövege a következő internetes címen érhető el:

<https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

MEGJEGYZÉSEK AZ ELHELYEZÉSRE

A csomagolóanyagok nyersanyagok és újrahasznosíthatók. A környezet védelme érdekében a csomagolóanyagokat válogassa szét és ártalmatlanítsa megfelelően.



További információkat a helyi hatóságoktól kaphat.

A használt készülékek nem tartoznak a háztartási hulladékbba!

A használt készülékeket megfelelően ártalmatlanítsa! Ezzel hozzájárul a környezet védelméhez. A gyűjtőhelyekről és azok nyitvatartási idejéről helyi önkormányzatától kaphat információt.



Az elemek nem tartoznak a háztartási hulladékbba!

Végfelhasználóként Ön törvényesen köteles a lemerült elemeket gyűjtőhelyre visszajuttatni. A régi elemeket elviheti a településén található nyilvános gyűjtőhelyekre, vagy bármely olyan helyre, ahol az adott típusú elemeket értékesítik.



Gyártó:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
805. szoba, 8. emelet, Xianfeng
Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang
District, Hangzhou,
Zhejiang tartomány, Kína
yulu_mrk@merach.com

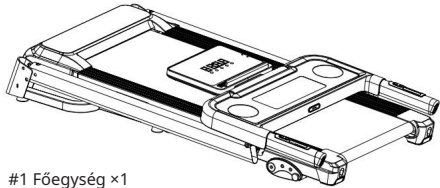
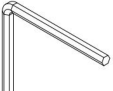
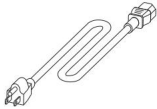
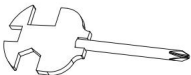
Importőr

ACRA s.r.o., Brodská 161, Podmoklice,
513 01 Semily, Cseh Köztársaság
tel.: +420 481 623 322
e-mail: obchod@acra.cz
www.acra.cz



Termék neve:	MERACH Futópad
Modell:	MR-T12
Feszültség:	220~240 V ~ 50/60 Hz
Maximális motor teljesítmény:	2,5 HP
Futófelület:	1080 × 420 mm (42,5 × 16,5 hüvelyk)
Sebesség tartomány:	0,8 – 12 km/h (0,5 – 7,5 mph)
Maximális teherbírás:	136 kg (300 lbs)
Tiszta súly:	42 kg (93 lbs)
Termék méretei:	1330 × 700 × 1250 mm (52,4 × 27,6 × 49,2 palce)
Rádiófrekvencia:	2,4 GHz
Rádiófrekvencia sáv:	2402 – 2480 MHz
Maximális RF teljesítmény:	3,55 dBm

Ellenőrizze, hogy minden alkatrész és tartozék megvan-e a csomagban.

 #1 Főegység ×1	 58  60 #58 D-fejű csavar M5×8 ×2 #60 Önmetsző csavar ST4.2×19 ×4	
 52  69  68 #52-es laposfejű csavar M8×45×2 #69 Rugós alátét ×2 #68 Lapos alátét ×2	 78  69  53 #78 Íves alátét ×4 #69 Rugós alátét ×4 #53 Félgömbfejű csavar M8×16×4	 #45 Biztonsági kulcs ×1
 #48 Kenőolaj ×1	 #74 Imbuszkulcs 6 mm ×1	 #46 Tápkábel ×1
 #23 Jobb oldali alsó fedél ×1  #24 Alsó fedél bal oldali ×1	 #16 Bal hátsó sarokburkolat ×1  #15 Jobb hátsó sarokburkolat ×1	
 #75 imbuszkulcs 5 mm ×1	 #76 Keresztkulcs ×1	 Felhasználói kézikönyv ×1

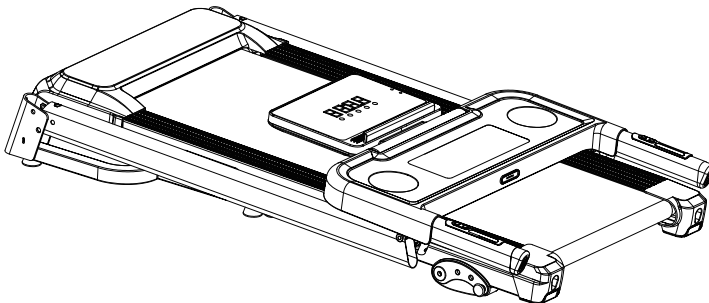
Helyezze az összes alkatrészt egy szabad helyre, és távolítsa el a csomagolóanyagokat. Ne dobja ki a csomagolóanyagokat, amíg a szerelés be nem fejeződött.

Tipp: Szkennelje be a QR-kódot az installációs videó megtekintéséhez.



1. lépés:

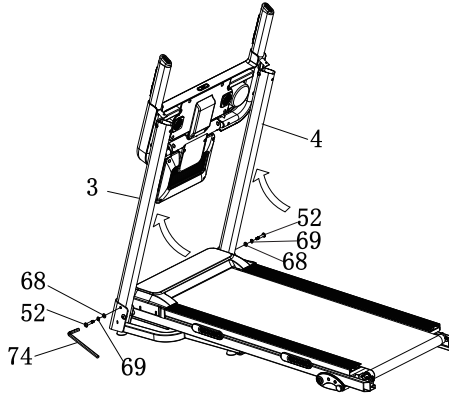
Nyissa ki a dobozt, vegye ki a fent felsorolt alkatrészeket, és helyezze a fő egységet (1) laposan a földre.



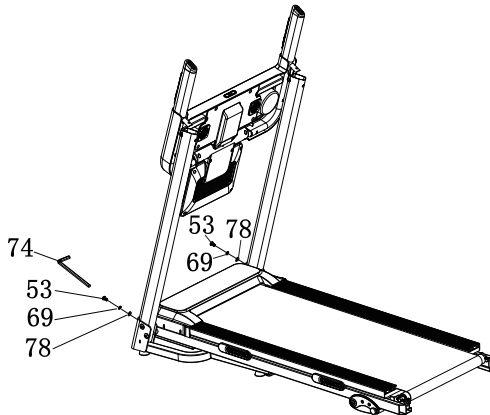
2. lépés:

A. Emelje fel a bal oldali függőleges csövet (3) és a jobb oldali függőleges csövet (4).

B. Helyezze be a hengeres fejű imbuszcsoncsavarokat (52) a rugalmas alátéttel (69) és a lapos alátéttel (68) együtt az alaplap nyílásán és a bal oldali függőleges cső nyílásán keresztül, majd húzza meg őket imbuszkulccsal (74).



C. Helyezze a gömbfejű csavarokat az imbuszkulccsal (53) együtt a rugalmas alátéttel (69) és az íves alátéttel (78) az alaplap nyílásán és a bal oldali függőleges cső nyílásán keresztül, majd húzza meg őket az imbuszkulccsal (74).



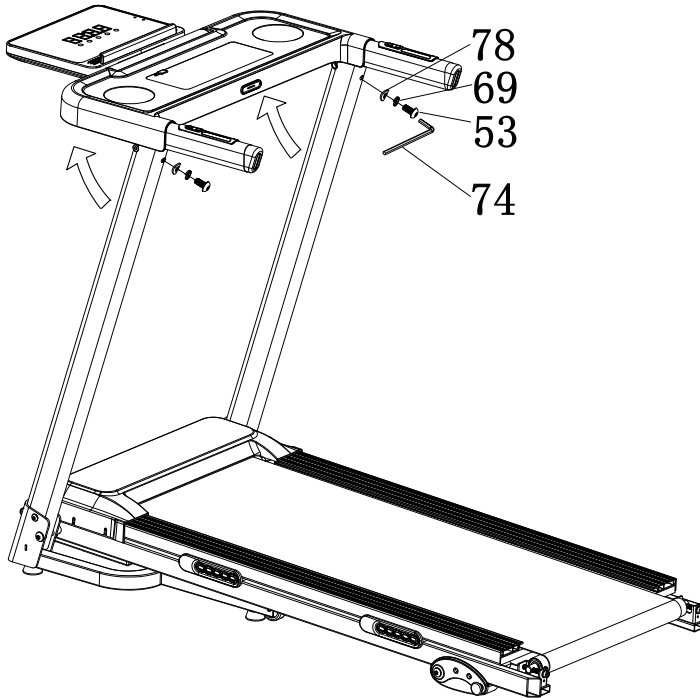
D. A jobb oldali szerelés megegyezik a bal oldali szereléssel. Miután teljesen meghúzta a bal és jobb oldali függőleges cső mindkét oldalán található csavarokat, egyenletesen húzza meg a csavarokat mindkét oldalon.

3. lépés:

A. A gömbfejű imbuscsavarokkal (53) helyezze fel a rugalmas alátétet (69) és az íves alátétet (78), majd az imbuszkulccsal (74) rögzítse az elektronikus panelt (kijelzőt) az oszlopra.

B. A bal oldali szerelés módja megegyezik a jobb oldali szerelés módjával.

C. Miután rögzítette az összes csavart a bal és a jobb oldalon, egyenletesen húzza meg őket.



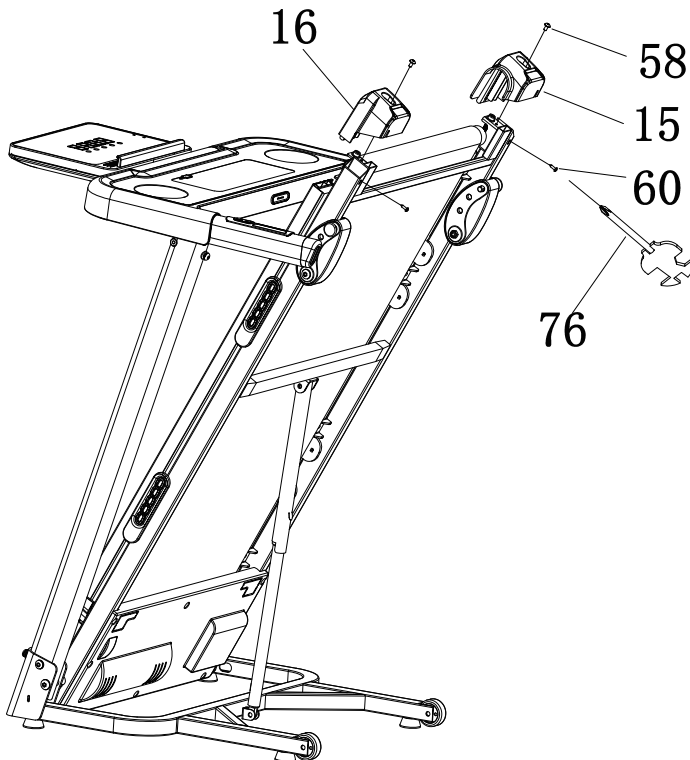
4. lépés:

A. Emelje fel a futólemezt.

B. Rögzítse a hátsó jobb sarokburkolatot (15) a főegység jobb hátsó részéhez, használjon keresztkulcsot (76), M5×8 félgömbfejú csavarokat (58) és önmetsző csavarokat (60) a hátsó jobb sarokburkolat (15) rögzítéséhez a főegységhez.

C. A hátsó bal sarokburkolatot (16) ugyanúgy szerelje fel, mint a jobbat.

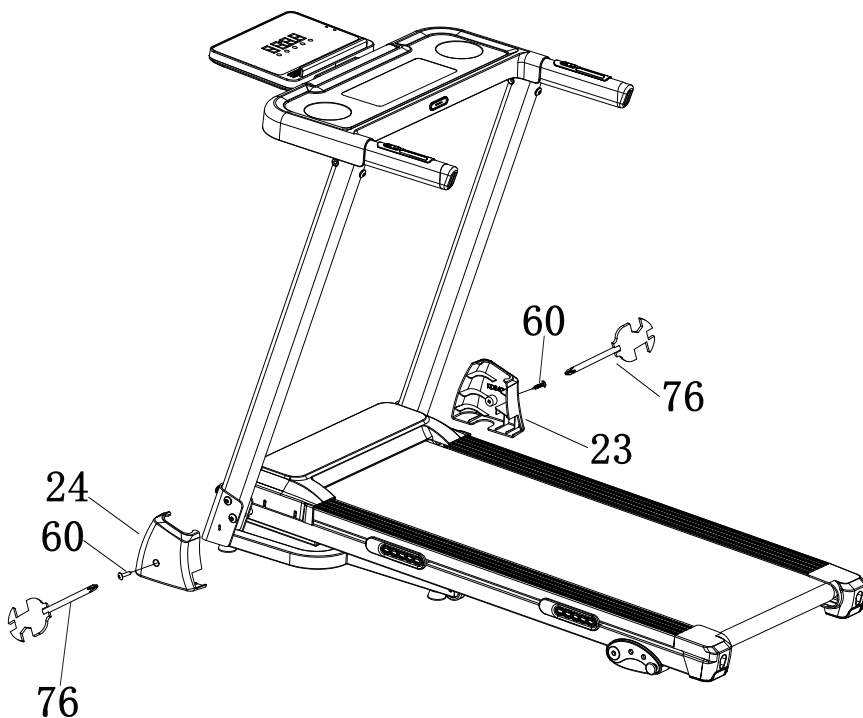
Megjegyzés: A hátsó sarokburkolat főegységhez való felszerelésekor be kell állítani az elülső és hátsó hézagokat.



5. lépés:

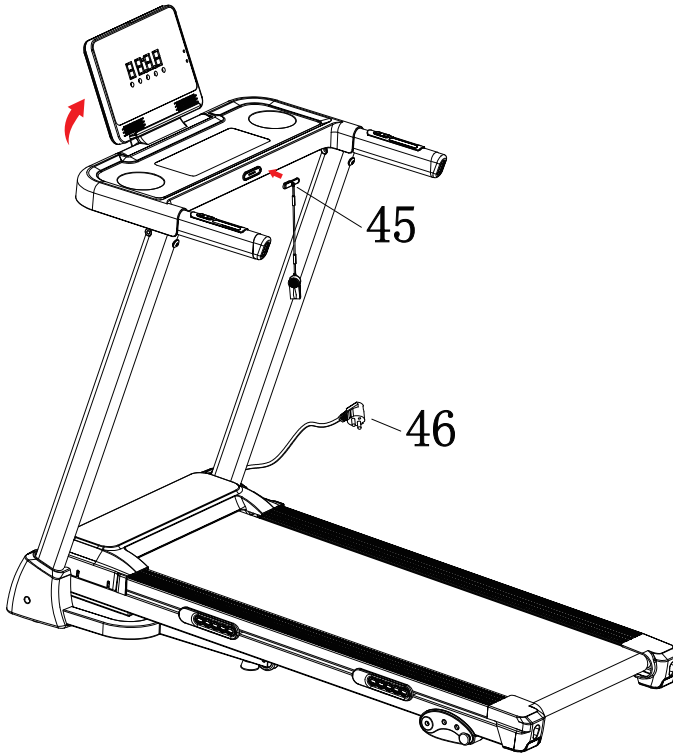
A. Helyezze be az önmetsző csavarokat (60) a jobb alsó burkolaton (23), az oszlopcsavar-nyíláson és az alapcsavar-nyíláson keresztül, a megadott sorrendben, majd húzza meg őket egy keresztkulccsal (76).

B. A bal alsó burkolat (24) felszerelése megegyezik a jobb oldali burkolatével.



6. lépés:

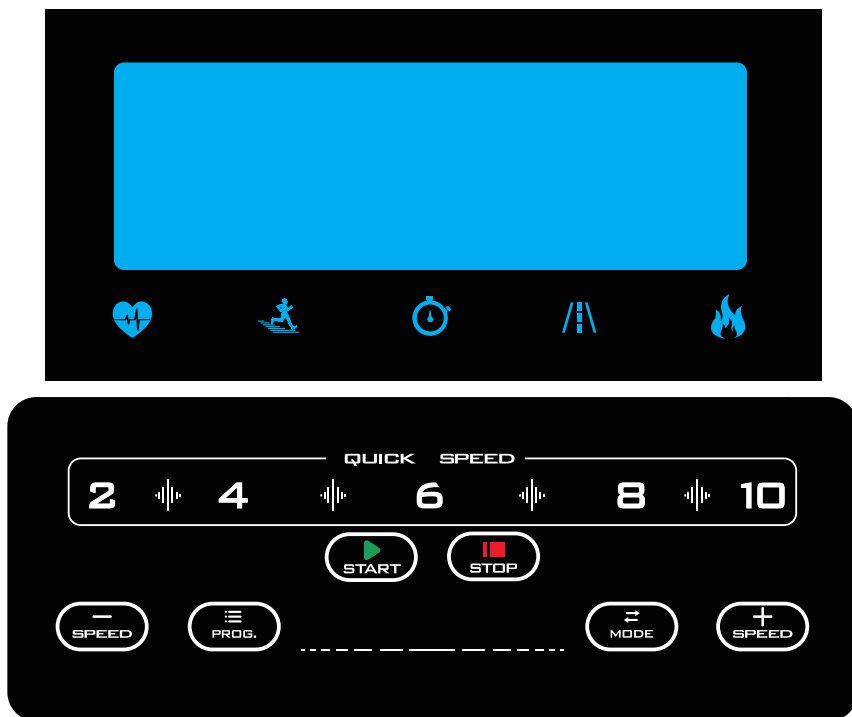
- A. Forgassa el a kijelzőt körülbelül 65°-kal az óramutató járásával megegyező irányba.
- B. Helyezze be a biztonsági kulcsot (45) a biztonsági kulcs nyílásába.
- C. Csatlakoztassa a tápkábelt (46) az elektromos aljzathoz.



Megjegyzés:

Győződjön meg arról, hogy az összes fenti szerelési lépést az utasításoknak megfelelően elvégezte, mielőtt egyenletesen meghúzná az összes csavart. Csak miután meggyőződött arról, hogy semmit sem hagyott ki, csatlakoztassa az áramellátást.

A futópád használatával kapcsolatos utasításokat gondosan olvassa el a következő szakaszokban található információkban.



A. A kijelző és a gombok leírása

1. A kijelző ablakainak leírása:

-  A pulzusszámot jeleníti meg.
-  Az aktuális sebességet jeleníti meg.
-  Az időt jeleníti meg.
-  A távolságot jeleníti meg.
-  A kalóriaégetést jeleníti meg.

Ezek az értékek 5 másodpercenként váltakoznak, és a megfelelő LED-jelzőfény kíséri őket.

2. Funkciós gombok:

START – indítás, STOP – leállítás, PROG – program, MODE – mód, SPEED – sebesség növelése és csökkentése, Sebesség rövidítések: 2, 4, 6, 8, 10

3. A funkciógombok leírása

„START” gomb:

Start gomb. Megnyomása után 3 másodperces visszaszámlálás kezdődik, majd a futópád a legalacsonyabb sebességgel vagy a programban beállított sebességgel elindul.

Használati utasítás:

- 1) Készenléti állapotban a gomb megnyomásával indítható el a gép.
- 2) Beállítási módban a gomb megnyomásával elindíthatja a gépet.
- 3) Programbeállítási módban a gomb megnyomásával elindíthatja a program futását.
- 4) Szünet módban a gomb a szünet előtti állapotba állítja vissza az edzést.

„STOP” gomb:

Használati utasítás:

- 1) Edzés közben a gomb megnyomásával fokozatosan csökkentheti a futópád sebességét, amíg teljesen le nem áll, miközben minden érték megmarad.
- 2) Szünet módban a STOP gomb ismételt megnyomásával a futópádot készenléti módba állíthatja vissza.

„PROG.” gomb: Programgomb az automatikus beállításokhoz

Használati utasítás:

- 1) Készenléti módban ezzel a gombbal léphet be az automatikus programok módba.
- 2) A P15 beállítás megadása után a gomb újabb megnyomásával beléphet a testzsír-mérési módba (FAT teszt).
- 3) Eljárás: Automatikus programbeállítás – Testzsír-mérés – Visszatérés az alapértelmezett módba.

„MODE” gomb: Visszaszámlálási mód kiválasztása

Használati utasítás:

- 1) Készenléti állapotban nyomja meg ezt a gombot a visszaszámlálási módba való belépéshez. A választási sorrend: kézi mód, idő visszaszámlálás, távolság visszaszámlálás és kalória visszaszámlálás.
- 2) A testzsír-teszt módban adja meg a mérés paramétereit: nem, életkor, magasság, súly.

„Speed +/-” gombok: A sebesség módosítása futás közben és a paraméterek értékeinek módosítása beállítás közben

Használati utasítás:

- 1) A futópád bekapcsolt állapotában ezekkel a gombokkal módosíthatja a sebességet.
- 2) Beállítási módban ezekkel a gombokkal módosíthatja a paraméterek értékeit.

A „2, 4, 6, 8, 10” sebességyorsító gombok:

Megjegyzés:

Ha a gombot megnyomja és működik, akkor hangjelzés hallható. Ha a paraméterek értéke a megengedett tartományon kívül esik, akkor hosszú sípoló hang hallható. Ha a gomb nem működik, akkor nem hallható hangjelzés.

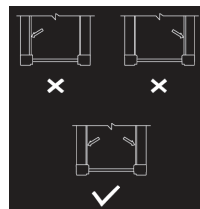
B. Indítási utasítások

- 1) Helyezze be a biztonsági kulcsot a panel biztonsági zárjának kapcsolójába. Az elektronikus kijelző teljes fényerejűen kigyullad, hangjelzés hallható, és a gép kézi üzemmódba vált.
- 2) Nyomja meg a START gombot – az időablak visszaszámlálást kezd. Minden visszaszámlálási lépésnél hangjelzés hallható, és a futópád csak a visszaszámlálás befejezése után indul el.
- 3) A futópád működése közben nyomja meg a STOP gombot a leállításához.

Megjegyzések:

Javasoljuk, hogy lassú sebességgel kezdje, és tartsa meg a kapaszkodókat, amíg megszokja a futópádot.

Ha edzés közben sürgősen le kell szállnia a gépről, fogja meg a kapaszkodókat, és tegye mindkét lábát a futópád melletti oldalsó platformokra.



C. Módok beállítása

1. Kézi mód:

Helyezze be a biztonsági kulcsot, nyomja meg a START gombot, és 3 másodperces visszaszámlálás után a futópád a legalacsonyabb sebességgel elindul. A sebességet a SPEED +/- gombokkal állíthatja be. Leállítás: nyomja meg a STOP gombot, vagy vegye ki a biztonsági kulcsot. Használati utasítás: A kezdeti sebesség 0,8 km/h. Az idő, a távolság és a kalória nulla értékről indul, és növekszik. Ha az edzés időtartama meghaladja a 99:59 percet, a rendszer automatikusan kikapcsol.

2. Visszaszámláló mód:

Készenléti állapotban nyomja meg a MODE gombot a visszaszámláló mód kiválasztásához. Az időablak 30:00 percet jelenít meg és villog. Állítsa be az edzés időtartamát 5:00 és 99:00 perc között a SPEED +/- gombokkal. Nyomja meg a START gombot az idő visszaszámlálási mód elindításához.

Használati utasítás: A kezdeti sebesség 0,8 km/h. Az időablak a beállított értéktől visszaszámlál, míg a távolság és a kalóriák nulláról indulnak. A beállított idő elérése után a futószalag fokozatosan leáll.

3. Távolság visszaszámlálási mód:

Kezdeti készenléti állapotban nyomja meg a MODE gombot a távolság visszaszámlálási mód kiválasztásához. A távolság ablak 1 km-t jelenít meg és villog. Állítsa be a kívánt távolságot 0,5 és 99,9 km között a SPEED +/- gombokkal. Nyomja meg a START gombot a távolság visszaszámlálási mód elindításához.

Használati utasítás: A kezdeti sebesség 0,8 km/h. A távolság ablak a beállított értéktől visszaszámlál, míg az idő és a kalória nulla értékről indul. A beállított távolság elérése után a futószalag fokozatosan leáll.

4. Kalória-visszaszámláló mód

Készenléti állapotban nyomja meg a MODE gombot a kalória-visszaszámláló mód kiválasztásához.

A kalóriaablak 50 kcal-t jelenít meg, és villogni kezd. A SPEED +/- gombokkal állítsa be a kívánt célt 10 és 999 kalória között. Nyomja meg a START gombot a kalória-visszaszámláló mód elindításához.

Használati utasítás: A kezdeti sebesség 0,8 km/h. A kalória ablak a beállított értéktől kezdve visszaszámlál, míg az idő és a távolság ablakok nulláról indulnak. A SPEED +/- gombokkal módosíthatja a futási sebességet és a dőlésszöget. A beállított kalória cél elérése után a futópád fokozatosan leáll.

D. Program mód

1. Automatikus program:

Készenléti vagy beállítási módban nyomja meg a PROGRAM gombot az automatikus program elindításához. 15 program áll rendelkezésre (P01–P15). Ekkor az időablak 30:00 percet jelenít meg és villog. A SPEED +/- gombokkal beállíthatja a kívánt edzésidőt 5:00 és 99:00 perc között. Nyomja meg a START gombot az automatikus program elindításához.

program \ time	Divide the designated time by 20 time intervals to obtain the runtime for the upper and lower time intervals																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01 SPEED(Km/h)	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P02 SPEED(Km/h)	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
P03 SPEED(Km/h)	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P04 SPEED(Km/h)	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
P05 SPEED(Km/h)	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P06 SPEED(Km/h)	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
P07 SPEED(Km/h)	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P08 SPEED(Km/h)	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P09 SPEED(Km/h)	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10 SPEED(Km/h)	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11 SPEED(Km/h)	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
P12 SPEED(Km/h)	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
P13 SPEED(Km/h)	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
P14 SPEED(Km/h)	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
P15 SPEED(Km/h)	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2

Használati utasítás:

- 1) Minden program 20 szegmensből áll, amelyek mindegyike a beállított idő 1/20-át jelenti. Az időablak a beállított időtől kezdve visszaszámlál, míg a távolság és a kalória nulláról indul.
- 2) A szegmensek közötti átmenetnél hangjelzés hallható. A sebesség az edzés során a SPEED +/- gombokkal állítható. A szegmens végén a sebesség automatikusan a következő szegmens alapértékéhez igazodik.
- 3) Amint a visszaszámlálás elérte a nullát, a sebesség fokozatosan csökken, a futópád leáll, és riasztás hallható.

E. Testzsír-mérési mód (Body Fat Test Mode)

A testtömeg-index (FAT) az ember magasságának és súlyának arányát méri, nem pedig a test arányait. Ez a teszt férfiak és nők számára egyaránt alkalmas, és más egészségügyi mutatókkal együtt alapot nyújt a testsúly módosításához.

Belépés a testzsír-teszt módba:

Készletli vagy beállítási módban nyomja meg a PROGRAM gombot. Amikor a kijelzőn megjelenik a „FAT” felirat, az azt jelenti, hogy belépett a testzsír-teszt módba.

A teszt paramétereinek beállítása:

A testzsír-teszt módba való belépés után a sebesség ablakban megjelenik a funkció paramétere (F-X), az idő ablakban pedig a beállított érték.

Nyomja meg a MODE gombot a következő beállítás kiválasztásához, és a SPEED +/- gombokkal módosítsa az értéket.

Paraméterek és tartományok:

Nem (F-1): Alapértelmezett érték 0 (tartomány 0-1, 0 = férfi, 1 = nő)

Kor (F-2): Alapértelmezett érték 25 (tartomány 10-99 év)

Magasság (F-3): Alapértelmezett érték 170 (tartomány 100-240 cm)

Súly (F-4): Alapértelmezett érték 70 (tartomány 20-160 kg)

A beállítások elvégzése után indítsa el a testzsír-tesztet. Először a „—” jelzés jelenik meg a kijelzőn. Ekkor tegye mindkét kezét a pulzusmérő érintőfelületekre körülbelül 5 másodpercre, és a kijelzőn megjelenik a testzsír-index.

A testzsír-teszt eredményeinek tartománya az alábbi táblázatban található:

Testzsír-index (BMI)	Elhízás szintje
----------------------	-----------------

FAT < 19	Sovány
19 ≤ FAT ≤ 26	Normál
26 < FAT ≤ 30	Túlsúly
> 30	Elhízás

Különleges megjegyzés:

Ezek az adatok csak tájékoztató jellegűek a fitnessz tevékenységekhez, és nem alkalmasak orvosi célokra.

F. Biztonsági kulcs funkciója

1) Ha a biztonsági kulcsot bármikor kihúzzák, a LED-kijelzőn „– –” jelenik meg, és hangjelzés hallható. Ha a kulcsot a szalag működése közben húzzák ki, a szalag azonnal leáll, és az összes adat nullázódik.

2) A biztonsági kulcs visszahelyezése után a kijelző teljesen kigyullad, és a futópáda alapállapotba kerül. Minden számláló nullázódik, a beállított értékek alapértékekre állnak vissza, és a futópáda kézi üzemmódba kerül pozitív idővel.

Megjegyzés:

A biztonsági kulcs funkciója = biztonsági leállítás.

A biztonsági kulcs klipjét rögzítse ruházatához a szalag használata közben.

A biztonságos edzés befejezéséhez nyomja meg a STOP gombot, vagy húzza ki a biztonsági kulcsot – a szalag azonnal leáll.

A kihúzott biztonsági kulcsot tartsa gyermekektől elzárva, hogy megakadályozza a szalag jogosulatlan használatát.

G. Pulzusmérő funkció

A futópáda bekapcsolt állapotában tegye mindkét tenyerét a fogantyúkon található félmérzékelőkre. Körülbelül 5 másodperc múlva a LED-kijelzőn megjelenik a pulzus kezdeti értéke. Tartsa mozdulatlanul a kezét – körülbelül 60 másodperc múlva a kijelző fokozatosan stabilizálódik, és megjeleníti a pulzus hozzávetőleges aktuális értékét.

Megjegyzés: A pulzusadatok csak tájékoztató jellegűek az edzés során, és nem minősülnek orvosi adatoknak.

FIGYELMEZTETÉS: A pulzusmérő rendszerek pontatlanságot mutathatnak. A túlterhelés súlyos sérülésekhez vagy halálhoz vezethet. Ha gyengeséget érez, azonnal szakítsa meg az edzést.

H. Kijelző és az edzésparaméterek beállítási tartománya

A konkrét paraméterek beállításához használja a SPEED +/- gombokat az értékek módosításához, és lépésről lépésre haladjon végig a beállításokon.

Paraméter	Alapértel. beállítás	Kezdő érték	Beállítási tartomány	Kijelzési tartomány
Idő (perc:másodperc)	0:00	30:00	5:00–99:00	0:00–99:59
Sebesség (km/h)	–	–	0,8–12	0,8–12
Távolság (km)	0,0	1,0	0,5–99,9	0–99,00
Pulzus (BPM)	P	N/A	N/A	60–200
Kalória (kcal)	0,0	50	10–999	0–999

I. Alvó mód

Ha a futópádat 10 percnél hosszabb ideig nem használja, alvó módba vált, és az elektronikus kijelző automatikusan kikapcsol.

Bármelyik gomb megnyomásával felébresztheti a kijelzőt – az kigyullad és visszatér készenléti állapotba.

J. Kikapcsolás

Kapcsolja ki a futópadoat a kapcsolóval.

K. A futópadoat összecukása és tárolása

A képen látható módon fogja meg a fogantyúkat a bal kezével, és a jobb kezével támaszkodjon meg az A pontnál, majd emelje fel a futópadoat. Emelje, amíg meg nem hallja a biztonsági retesz kattánását a B pontnál.

Megjegyzések:

A futópadoat emelésekor szorosan fogja meg a fogantyúkat, hogy a keret ne csúszson előre.

Figyelem: A futófelületet teljesen le kell állítani a összecukás előtt.

Figyelem: Az összecukott futópadoat nem szabad használni.

L. A futópadoat áthelyezése

Ha a futópadoat áthelyezni kell, fogja meg mindkét kezével az A pontot az ábra szerint, és nyomja lefelé. Ezután tolja előre vagy hátra a nyíl irányába.

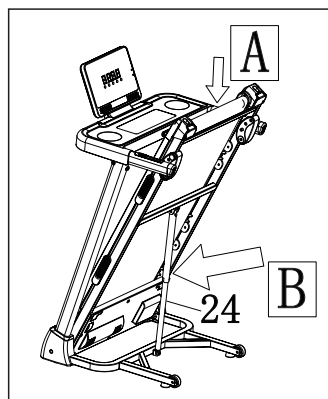
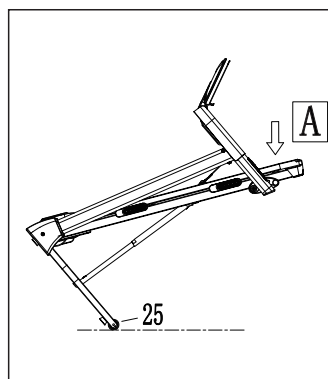
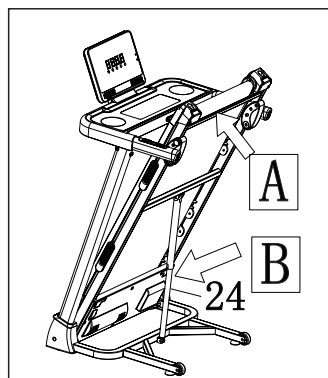
M. A futópadoat kinyitása

Miután a futópadoat stabilan a helyén van, fogja meg a fogantyúkat a bal kezével, és támaszkodjon az A pontra a jobb kezével, majd emelje meg kissé a futópadoat.

Ezután a lábával oldja ki a B pont biztonsági reteszét, és egyidejűleg a jobb kezével húzza lefelé a főkeretet, hogy az lassan leereszkedjen.

Megjegyzés:

A keret leeresztése közben ügyeljen arra, hogy a futópadoat közelében ne legyenek emberek vagy háziállatok, hogy ne sérüljenek meg.



N. A futópad dőlésszögének beállítása

1) Ez a futópad három dőlésszöget kínál, amelyeket manuálisan állíthat be az Ön preferenciái szerint – „a”, „b” és „c”. „a” = a leglaposabb dőlésszög, „c” = a legmeredekebb dőlésszög

Figyelem: A dőlésszög beállítása előtt mindig kapcsolja ki a készüléket.

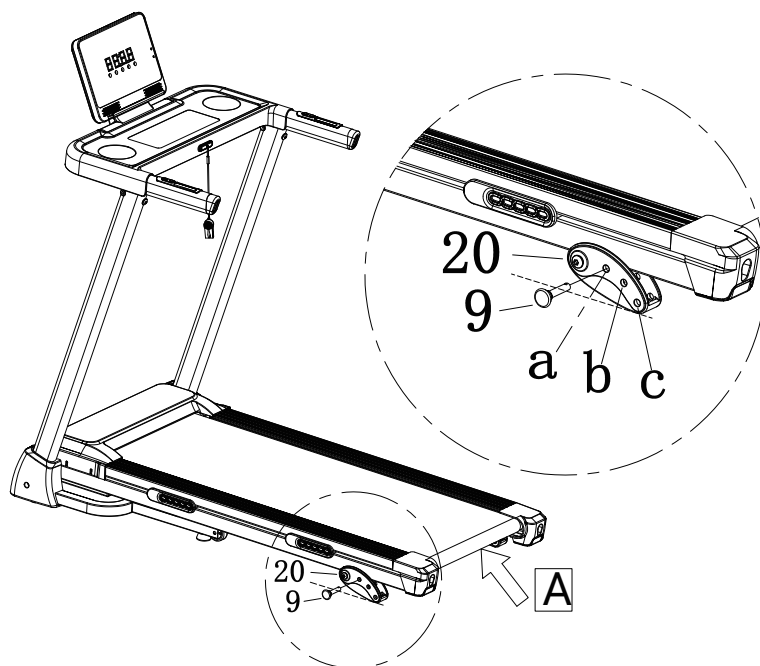
2) Fogja meg a gépet az A pontnál a jobb kezével, és emelje meg körülbelül 200 mm-rel vagy annál többel a talajtól.

3) Bal kezével húzza ki a rögzítőcsapot (9) az állítható lábról (20), majd helyezze vissza a kívánt dőlésszög (a, b vagy c) nyílásába az állítható lábon (20).

Megjegyzés: A csapnak teljesen be kell illeszkednie az állítható lábon (20), hogy a rögzítőgolyó megfelelően rögzítse a pozíciót.

4) Ugyanígy állítsa be a rögzítőcsapot (9) az állítható lábon (20) a másik oldalon is. A csapokat (9) mindkét oldalon ugyanazokba a furatokba (pl. a–a, b–b vagy c–c) kell behelyezni, hogy a dőlésszög kiegyenlített legyen.

5) Végül lassan engedje vissza a gépet a földre, és győződjön meg arról, hogy stabilan áll.



A MERACH alkalmazás letöltése és használata

1) A MERACH alkalmazás letöltéséhez olvassa be a QR-kódot, vagy keresse meg a „MERACH” alkalmazást az Apple App Store® vagy a Google Play Store áruházban.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



- 2) Nyissa meg a MERACH alkalmazást. Jelentkezzen be, vagy hozzon létre egy fiókot.
 - 3) Kövesse az alkalmazás utasításait a készülék beállításához.
 - 4) Frissítse az alkalmazást a legújabb verzióra. A közeljövőben az alkalmazás kibővül szabad edzésmóddal, tanfolyamokkal és különböző edzésmódokkal.
- Ha csatlakozáskor frissítési értesítést kap, frissítse az alkalmazást, hogy a legújabb verzióval rendelkezzen.

A KINOMAP alkalmazás letöltése és használata



- 1) A Kinomap alkalmazás letöltéséhez olvassa be a QR-kódot, vagy keresse meg a „Kinomap” alkalmazást az Apple App Store® vagy a Google Play Store áruházban.
- 2) Nyissa meg a Kinomap alkalmazást. Jelentkezzen be, vagy hozzon létre egy fiókot.
- 3) Válassza ki a megfelelő fitnessberendezést.
- 4) Kapcsolja be a Bluetooth-t, és válassza ki a Merach-ot.
- 5) Válassza a Treadmill (Futópad) lehetőséget, és keresse meg a „MRK-T12-XXXX” modellt.

Nyújtson ki edzés előtt. A bemelegített izmok könnyebben nyújthatók, ezért kezdje 5–10 perces bemelegítéssel, majd végezze el a következő gyakorlatokat – 5x, legalább 10 másodpercig mindkét lábon. Ismételje meg a gyakorlatokat edzés után is.

1. Előrehajlás (Stretch down)

Hajlítsa meg kissé a térdét, lassan hajoljon előre, lazítsa el a hátát és a vállait, és próbálja meg megérinteni a lábujjait. Tartsa 10–15 másodpercig, majd lazítson. Ismételje meg 3x (lásd 1. ábra).



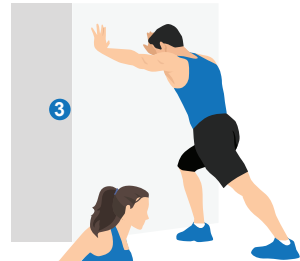
2. Ülő helyzetben végzett hátsó combizom nyújtás (Seated hamstring stretch)

Üljön le, egyik lábát kinyújtva. Hajlítsa meg a másik lábát úgy, hogy a talpa a kinyújtott láb belső oldalához támaszkodjon. Próbálja meg megérinteni a kinyújtott láb ujjait a kezével. Tartsa 10–15 másodpercig, majd engedje el. Ismételje meg 3x mindkét lábon (lásd a 2. ábrát).



3. Vádli és Achilles-ín nyújtás (Calf and Achilles tendon stretch)

Álljon mindkét kezével a falnak vagy egy fának támaszkodva, egyik lábát tegye hátra. A hátsó lábát tartsa kinyújtva, a sarkát a földön, hajoljon a fal vagy a fa felé. Tartsa 10–15 másodpercig, majd engedje el. Ismételje meg 3-szor mindkét lábon (lásd a 3. ábrát).



4. A négyfejű izom nyújtása (Quadriceps stretch)

Nyújtsa ki a jobb kezét hátra, fogja meg a jobb lábát, és lassan húzza a fenékéhez, amíg nem érez nyújtást a comb elülső részén. Tartsa 10–15 másodpercig, majd engedje el. Ismételje meg 3-szor mindkét lábon (lásd a 4. ábrát).



5. A comb belső izmainak nyújtása (Sartorius / inner thigh muscle stretch)

Üljön le úgy, hogy a talpak egymással szemben legyenek, és a térdék kifelé mutassanak. Fogja meg a talpokat mindkét kezével, és húzza őket a lágyék felé. Tartsa 10–15 másodpercig, majd engedje el. Ismételje meg 3-szor (lásd az 5. ábrát).



Hibakód	Hibaelhárítás
E01 – Hiba az elektronikus panellel való kommunikációban	1. Ellenőrizze, hogy az elektronikus panel és a motor vezérlőegysége közötti kommunikációs kábel megbízható és sértetlen-e. 2. Vegye fel a kapcsolatot az ügyfélszolgálatl vagy egy professzionális szerviztechnikusokkal.
E02 – Abnormális feszültség	1. Ellenőrizze, hogy a feszültség az üzemi tartományon belül van-e. 2. Kapcsolja ki, majd újra be a készüléket. 3. Ha a probléma továbbra is fennáll, ellenőrizze a motor csatlakozását. 4. Vegye fel a kapcsolatot az ügyfélszolgálatl vagy egy professzionális szerviztechnikusokkal.
E04 – Túlfeszültség elleni védelem	1. Ellenőrizze, hogy a feszültség az üzemi tartományon belül van-e. 2. Ha a probléma továbbra is fennáll, fontolja meg az alsó vezérlőpanel vagy a motor cseréjét. 3. Vegye fel a kapcsolatot az ügyfélszolgálatl vagy egy professzionális szerviztechnikusokkal.
E05 – Túlfeszültség elleni védelem	1. Ellenőrizze, hogy az áram a működési tartományon belül van-e. 2. Kapcsolja ki, majd újra be a készüléket. 3. Ha a probléma továbbra is fennáll, fontolja meg a vezérlőegység cseréjét. 4. Vegye fel a kapcsolatot az ügyfélszolgálatl vagy egy professzionális szerviztechnikusokkal.
E06 – A vezérlőegység öntesztjének hibája	1. A tápellátási áramkör rendellenes csatlakozása. 2. Vegye fel a kapcsolatot az ügyfélszolgálatl vagy egy professzionális szerviztechnikusokkal.
E07 – Rendellenes adatok	1. Az alsó vezérlőpanel meghibásodása. 2. Vegye fel a kapcsolatot az ügyfélszolgálatl vagy egy professzionális szerviztechnikusokkal.
E08 – EEPROM meghibásodása	1. Az alsó vezérlőpanel meghibásodása. 2. Vegye fel a kapcsolatot az ügyfélszolgálatl vagy egy professzionális szerviztechnikusokkal.
– Rendellenes biztonsági kulcs	1. Ellenőrizze, hogy a biztonsági kulcs megfelelően van-e behelyezve. 2. A biztonsági kulcs elektronikus rendszerének meghibásodása. 3. Vegye fel a kapcsolatot az ügyfélszolgálatl vagy egy professzionális szerviztechnikusokkal.

Karbantartási utasítások

FIGYELEM: Az elektromos futópad tisztítása vagy karbantartása előtt mindig válassza le az áramellátásról.

TISZTÍTÁS: A alapos tisztítás meghosszabbítja a motoros futópad élettartamát.

Rendszeresen távolítsa el a port, hogy a futópad alkatrészei tiszták maradjanak.

A futópad mindkét oldalán tisztítsa meg a fedetlen részeket is, hogy a futópad alatt ne halmozódjon fel a szennyeződés.

Győződjön meg arról, hogy tiszta a cipője, hogy ne kerüljenek idegen tárgyak a futópad alá, amelyek károsíthatják a futófelületet vagy a deszkát.

A futópad felületét nedves ronggyal és mosószerrel tisztítsa meg – ügyeljen arra, hogy a víz ne kerüljön az elektromos alkatrészekre vagy a futópad alá.

Speciális kenőanyag futópadhoz és motoros edzőgéphez

Ez a motoros futópad előre be van kenve a futópad és a deszka között. A futópad és a deszka közötti súrlódás alapvető hatással van a készülék élettartamára és teljesítményére, ezért rendszeres karbantartás szükséges. Javasoljuk, hogy rendszeresen ellenőrizze a lemez állapotát. Ha a futószalag felületén sérülést észlel, vegye fel a kapcsolatot az ügyfélszolgálatl.

Javasoljuk, hogy a kenőanyagot a futószalag és a lemez között a következő ütemezés szerint alkalmazza:

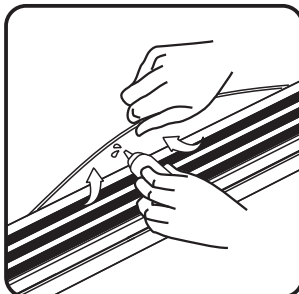
Könnyű használat (kevesebb mint 3 óra hetente): 1× évente

Közepes használat (3–5 óra hetente): 1× 6 havonta

Intenzív használat (több mint 5 óra hetente): 3 havonta egyszer

Ha a kenőanyag elfogy, javasoljuk, hogy vásároljon eredeti kenőanyagot a kereskedőjétől, vagy közvetlenül vegye fel velünk a kapcsolatot.

Megjegyzés: Minden további karbantartást szakembernek kell elvégeznie.



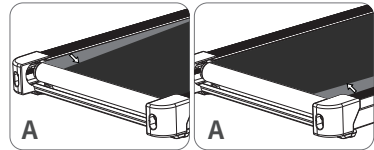
A futópad beállítása

1) A motoros futópad jobb karbantartása és élettartamának meghosszabbítása érdekében ajánlott 1,5 óra folyamatos használat után kikapcsolni a futópadot, és legalább 10 percig pihentetni, mielőtt újra használatba venné.

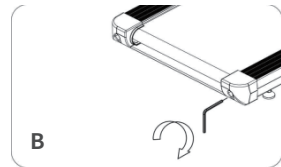
2) Ha a futópad túl laza, futás közben csúszás léphet fel. Ha viszont túl feszes, a túlzott feszesesség csökkentheti a motor teljesítményét és növelheti a hengerek és a futópad kopását. A megfelelő feszeséget úgy ismerheti fel, hogy a futópadot mindkét oldalán kézzel körülbelül 50–75 mm-rel fel tudja emelni a lemezről.

A futószalag központosítása

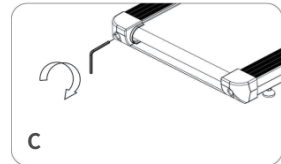
1) Helyezze a futószalagot egy sík felületre. Kapcsolja be a szalagot kb. 6–8 km/h sebességgel, és figyelje, hogy a szalag nem csúszik-e oldalra. A megengedett maximális eltérés az A. ábrán látható.



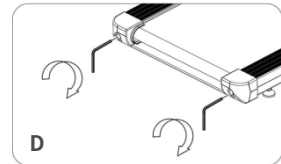
2) Ha a szalag jobbra csúszik, húzza ki a biztonsági kulcsot, és kapcsolja ki a kapcsolót. Forgassa el a jobb oldali beállítócsavart 1/4 fordulattal az óramutató járásával megegyező irányba, csatlakoztassa vissza a futószalagot, és figyelje az eltérést. Ismételje meg a műveletet, amíg a futószalag középre nem kerül (B ábra).



3) Ha a futószalag balra csúszik, húzza ki a biztonsági kulcsot, és kapcsolja ki a készüléket. Forgassa el a bal oldali beállítócsavart 1/4 fordulattal az óramutató járásával megegyező irányba, csatlakoztassa vissza a szíjat, és figyelje az eltérést. Ismételje meg a műveletet, amíg a szíj középre nem kerül (C ábra).



4) Idővel vagy a fenti módosítások után a szíj ismét meglazulhat, és újra be kell állítani. Húzza ki a biztonsági kulcsot és kapcsolja ki a kapcsolót. Forgassa el mindkét beállító csavart (a bal és a jobb oldaliat is) 1/4 fordulattal az óramutató járásával megegyező irányba, csatlakoztassa a szalagot és hagyja futni. Ezután álljon rá és ellenőrizze a feszeségét. Ismételje meg, amíg a szalag megfelelően feszes nem lesz (D ábra).



JÓTÁLLÁSI LEVÉL

Erre a termékre 24 hónapos törvényes jótállás vonatkozik, hacsak másként nem szerepel. A megjelölt árutípusokra a törvényi szavatossági időn túlmenően 10 évre kiterjesztett jótállási idő jár, amely az adott árutípus vázszerkezetére vonatkozik. A garanciális feltételek meghosszabbított garanciális időszakra való teljesítése a vázszerkezeten a jelen garanciális idő alatt előforduló összes gyártási hiba ingyenes kijavítását jelenti, nevezetesen az ACRA, s.r.o. szervizközpontjaiban. A jótállási jegyet a vásárlást igazoló bizonylattal és a használati útmutatóval együtt gondosan őrizze meg!

Panaszok

A kellékszavatossági jogokat csak azzal az eladóval lehet gyakorolni, akitől a terméket vásárolta.

Szükséges rámutatni egy hibára - pl. kellően pontosan meg kell jelölni a hibát, vagy azt, hogy a hiba hogyan jelenik meg kívülről. Nem elég egy általánosan megfogalmazott kijelentés, hogy a termék hibás!

A kifogásnak tartalmaznia kell a vevő által érvényesített konkrét kellékszavatossági jogról szóló értesítést is, valamint az eladó pecséttel ellátott, kitöltött jótállási jegyével és az eladás dátumát tartalmazó vásárlást igazoló bizonylattal (nyugtával). Ugyanakkor a terméket megfelelő, lehetőleg eredeti csomagolással kell ellátni.

A Vevőnek joga van a hibát díjmentesen, szabályszerűen és időben (legkésőbb a reklamáció benyújtásától számított 30 napon belül, ha a vevő és az eladó hosszabb határidőben nem állapodnak meg), vagy a terméket kicseréltetni.

Nem számít bele a jótállási időbe az az idő, amely a kellékszavatossági jog gyakorlásától addig az időpontig tart, amikor a vevő a javítás befejezését követően köteles volt a terméket átvenni (függetlenül attól, hogy a vevő ténylegesen mikor vette át a terméket).

A tételhibákért való felelősség elévül, ha azt a jótállási időn belül (azaz legkésőbb a jótállási időszak utolsó napjáig) nem gyakorolták.

A garancia nem vonatkozik:

A termék szokásos használatából eredő kopása. (Normál használat a termék rendeltetésének és a mellékelt használati útmutatóban leírt módon történő használatot jelenti)

A garancia nem vonatkozik az okozott hibákra:

Mechanikai sérülések; (például a termék vagy annak egy részének kicsomagolás közbeni elvágásából eredő hibák);

Szakszerűtlen beavatkozás (javítás) a felhasználó részéről, beleértve a harmadik feleket is;

szakszerűtlen kezelés vagy a használati utasítással ellentétes kezelés;

A felhasználói kézikönyvben leírt szükséges karbantartások elmulasztásával;

Kedvezőtlen külső hatásoknak való kitettség, alacsony/magas hőmérséklet, nem megfelelő tárolás;

Elkerülhetetlen esemény - természeti katasztrófa;

Fizetett javítás:

Ha olyan hiba van, amelyre nem vonatkozik a garancia, vagy a jótállási idő már lejárt, és a vevő javítást kér, ez fizetett javítás.

Az árat és a feltételeket az ACRA r.o.

Az egyéb jogokra és kötelezettségekre a törvény rendelkezései az irányadók. A Polgári Törvénykönyv 40/1964. sz., különösen a 612. és azt követő §.

A fent említett termék felhasználásra és visszavételre történő csomagolásáért a törvény 10. és 12. §-a szerint díjat kellett fizetni. 477/2001 Coll. számú, csomagoláson, az EKO-KOM rendszerhez EK azonosító számon – F06020112.

Terméktípus megnevezése:		Eladás dátuma:		
		Az eladó pecsétje és aláírása:		

Igénylés időpontja	Defektet kritizáltak	A szervizközpont nyilvántartásai	Alkatrészcsere	Jegyzet

Ha kérdése van, forduljon a szervizközponthoz vagy a panaszosztályhoz:

ACRA, s. o. (azonosító: 64254330), Brodská 161, 513 01.

Panaszügyi osztály – telefon: +420 481 623 322, e-mail: reklamace@acra.cz

PODRĘCZNIK UŻYTKOWNIKA



Bieżnia elektryczna MERACH MR-T12

Przed użyciem prosimy o zapoznanie się ze wszystkimi szczegółami i zachowanie niniejszej instrukcji obsługi do wykorzystania w przyszłości.

Aby zapewnić sobie bezpieczeństwo i uniknąć wypadków, przed użyciem należy uważnie przeczytać niniejszą instrukcję i zwrócić uwagę na poniższe wskazówki dotyczące bezpieczeństwa:

Przed użyciem należy przeczytać wszystkie ostrzeżenia i instrukcje oraz przestrzegać ich.

Urządzenie to mogą używać dzieci w wieku od 14 lat oraz osoby o ograniczonych zdolnościach fizycznych, sensorycznych lub umysłowych lub osoby niedoświadczone i nieposiadające wiedzy, pod warunkiem że zapewniono im odpowiedni nadzór lub instrukcje dotyczące bezpiecznego użytkowania urządzenia i zrozumienia potencjalnych zagrożeń.

Dzieci nie mogą bawić się urządzeniem.

Czyszczenie i konserwacja przez użytkownika nie mogą być wykonywane przez dzieci bez nadzoru.

Nieprawidłowy lub nadmierny trening może mieć wpływ na Twoje zdrowie. Przed rozpoczęciem programu treningowego skonsultuj się z lekarzem. Lekarz może określić maksymalne ustawienia (tętno, długość treningu itp.), na których można się skupić podczas ćwiczeń, oraz udzielić dokładnych informacji podczas treningu. Urządzenie to nie nadaje się do celów terapeutycznych.

Gdy urządzenie się zatrzyma, należy z niego wysiąść i opuścić je w kierunku oznaczonym jako bezpieczne wyjście. Aby zejść z urządzenia, należy je całkowicie zatrzymać.

Podczas użytkowania urządzenia należy zapewnić wolną przestrzeń o długości co najmniej 2000 mm i szerokości co najmniej równej szerokości urządzenia za urządzeniem.

Kabel zasilający musi być niezawodnie uziemiony, a gniazdko powinno mieć specjalny obwód, aby nie doszło do przeciążenia przez inne urządzenia elektryczne. Jeśli kabel jest uszkodzony, ze względów bezpieczeństwa musi zostać wymieniony przez producenta, serwis lub wykwalifikowanego pracownika.

Jeśli nie używasz urządzenia, umieść blokadę bezpieczeństwa poza zasięgiem dzieci; w przypadku długotrwałego nieużywania odłącz kabel zasilający.

Aby zapobiec wypadkom, przechowuj opakowanie z akcesoriami poza zasięgiem dzieci.

Ten produkt nie jest odpowiedni dla osób niepełnosprawnych lub dzieci; osoby z niepełnosprawnością fizyczną, trudnościami umysłowymi lub brakiem podstawowej wiedzy nie mogą go używać bez nadzoru odpowiedzialnej osoby. Nieprzestrzeganie tego zalecenia może prowadzić do ryzyka obrażeń.

Nie używaj urządzenia w zapyłonym otoczeniu, utrzymuj odpowiednią wilgotność w pomieszczeniu, aby zapobiec silnemu ładowaniu elektrostatycznemu, które mogłoby zakłócić działanie elektronicznego miernika i sterownika.

Używaj wyłącznie oryginalnych akcesoriów, prywatna wymiana jest surowo zabroniona.

Unikaj kontaktu z ruchomymi częściami obiema rękami, nie wkładaj rąk ani nóg do szczeliny pod bieżnią.

Nie kładź kabla zasilającego w pobliżu gorących lub ruchomych przedmiotów; nie używaj urządzenia na zewnątrz, w wilgotnym otoczeniu ani w bezpośrednim świetle słonecznym.

Przed przeniesieniem urządzenia należy odłączyć je od gniazdka elektrycznego. Nieuprawniony personel nie może rozbierać urządzenia bez zezwolenia, ponieważ może to spowodować poważne konsekwencje.

Przed użyciem bieżni sprawdź, czy ubranie jest zapięte (zamki błyskawiczne, guziki) i nie jest zbyt luźne.

Produkt nie powinien być używany przez dłuższy czas. Długotrwałe użytkowanie może spowodować przegrzanie części elektrycznych bieżni i doprowadzić do awarii.

Aby uniknąć niebezpieczeństwa, należy używać odpowiednich gniazdek. Jeśli wtyczka i gniazdko nie są kompatybilne, nie manipuluj wtyczką, ale poproś o pomoc specjalistę.

Produkt ten jest przeznaczony do użytku domowego, nie jest przeznaczony do profesjonalnego treningu i testowania i nie może być używany do celów medycznych.

Nie używaj urządzenia, jeśli obudowa jest pęknięta, złamana (odsłonięta jest wewnętrzna struktura) lub uszkodzone są części spawane.

Nie skacz na urządzeniu ani z niego podczas ćwiczeń, ponieważ upadek może spowodować obrażenia.

Nie należy używać urządzenia po posiłku lub spożyciu napojów, w stanie zmęczenia lub złego samopoczucia – może to spowodować uszczerbek na zdrowiu.

Maksymalna nośność produktu wynosi 136 kg / 300 funtów.

Poziom hałasu emitowanego według skali A w miejscu ćwiczącego wynosi około 56 dB(A).

Hałas podczas obciążenia jest wyższy niż bez obciążenia.

Pielęgnacja i konserwacja

Przed pierwszym użyciem urządzenia sprawdź wszystkie śruby, nakrętki i inne połączenia, aby zapewnić bezpieczny stan urządzenia.

Poziom bezpieczeństwa urządzenia można utrzymać tylko poprzez regularne sprawdzanie zużycia i uszkodzeń.

Uszkodzone części należy natychmiast wymienić i/lub wyłączyć urządzenie z eksploatacji do czasu naprawy.

Szczególne uwagę należy zwrócić na części najbardziej narażone na zużycie (pas, wał, łożyska, rolka napinająca, pedały). Jeśli są uszkodzone, należy je natychmiast wymienić.

Nie przechowuj urządzenia w miejscu narażonym na bezpośrednie działanie promieni słonecznych, wiatru, deszczu ani wilgoci. W razie potrzeby przykryj urządzenie, aby uniemożliwić dostęp dzieciom.

Po długotrwałym przechowywaniu sprawdź, czy nie pojawiła się rdza lub pęknięcia.

Należy pamiętać, że nawet przy prawidłowej konserwacji części zużywające się mogą ulegać zużyciu.

W przypadku długotrwałego użytkowania należy regularnie wycierać kurz z urządzenia. Nie czyścić go bezpośrednio wodą ani nie używać benzyny, proszków ściernych itp., ponieważ może to spowodować pęknięcia, porażenie prądem elektrycznym lub pożar. Należy używać wyłącznie rozcieńczonych, neutralnych środków czyszczących.

Ostrzeżenie:



Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek treningu skonsultuj się z lekarzem, zwłaszcza jeśli masz ponad 35 lat lub cierpisz na istniejące schorzenia. Przed użyciem urządzenia przeczytaj wszystkie instrukcje.



Ten symbol oznacza „Conformité Européene”, co oznacza „Zgodność z dyrektywami UE”. Oznakowanie CE potwierdza, że produkt jest zgodny z obowiązującymi dyrektywami i przepisami europejskimi.



Ten symbol oznacza „UK Conformity Assessed”, co oznacza „Zgodność z normami brytyjskimi”. Oznakowanie UKCA oznacza, że producent potwierdza, iż produkt jest zgodny z obowiązującymi normami brytyjskimi.

UPROSZCZONA DEKLARACJA ZGODNOŚCI UE

Niniejszym firma Zhejiang Yulu Electronic Technology Co., Ltd. oświadcza, że sprzęt urządzenie **MR-T12** jest zgodny z dyrektywą 2014/53/UE.

Pełny tekst deklaracji zgodności UE jest dostępny pod następującym adresem internetowym:

<https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

UWAGI DOTYCZĄCE UTYLIZACJI

Materiały opakowaniowe są surowcami i mogą być poddane recyklingowi. Należy odpowiednio rozdzielić materiały opakowaniowe i utylizować je w sposób właściwy dla ochrony środowiska.



Dodatkowe informacje można uzyskać w lokalnych władzach.

Zużytych urządzeń nie wolno wyrzucać wraz z odpadami komunalnymi!

Zużyte urządzenia należy utylizować w odpowiedni sposób! Dzięki temu wypełniamy nasz obowiązek ochrony środowiska. Informacje na temat punktów zbiórki i godzin otwarcia można uzyskać w lokalnych władzach.



Baterie nie powinny być wyrzucane wraz z odpadami domowymi!

Jako użytkownik końcowy jesteś prawnie zobowiązany do zwrotu zużytych baterii do punktu zbiórki. Zużyte baterie można oddawać do publicznych punktów zbiórki w swojej okolicy lub do dowolnego miejsca, w którym sprzedawane są baterie tego typu.



Producent:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
Pokój 805, 8. piętro, Xianfeng
Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang
District, Hangzhou,
Prowincja Zhejiang, Chiny
yulu_mrk@merach.com

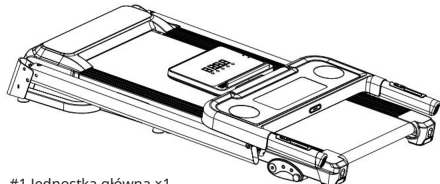
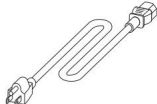
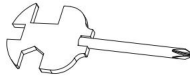
Importer

ACRA s.r.o., Brodská 161, Podmoklice,
513 01 Semily, Republika Czeska
tel.: +420 481 623 322
e-mail: obchod@acra.cz
www.acra.cz



Nazwa produktu:	MERACH Bieżnia
Model:	MR-T12
Napięcie:	220–240 V ~ 50/60 Hz
Maksymalna moc silnika:	2,5 HP
Powierzchnia do biegania:	1080 × 420 mm (42,5 × 16,5 cala)
Zakres prędkości:	0,8 – 12 km/h (0,5 – 7,5 mph)
Maksymalna nośność:	136 kg (300 lbs)
Waga netto:	42 kg (93 lbs)
Wymiary produktu:	1330 × 700 × 1250 mm (52,4 × 27,6 × 49,2 cala)
Częstotliwość radia:	2,4 GHz
Pasmo częstotliwości radiowej:	2402 – 2480 MHz
Maksymalna moc RF:	3,55 dBm

Sprawdź, czy w opakowaniu znajdują się wszystkie części i akcesoria.

 #1 Jednostka główna ×1	 58  60 #58 Śruba z łbem stożkowym M5×8 ×2 #60 Wkręt samogwintujący ST4.2×19 ×4	
 52  69  68 #52 Śruba z łbem stożkowym M8×45 ×2 #69 Podkładka sprężysta ×2 #68 Podkładka płaska ×2	 78  69  53 #78 Podkładka łukowa ×4 #69 Podkładka sprężysta ×4 #53 Śruba z łbem okrągłym M8×16×4	 #45 Klucz bezpieczeństwa ×1
 #48 Olej smarowy ×1	 Klucz imbusowy nr 74 6 mm ×1	 #46 Kabel zasilający ×1
 #23 Dolna pokrywa prawa ×1  #24 Dolna pokrywa lewa ×1	 #16 Lewa tylna osłona narożna ×1  #15 Osłona narożna prawa tylna ×1	
 Klucz imbusowy nr 75 5 mm ×1	 #76 Klucz krzyżakowy ×1	 Instrukcja obsługi ×1

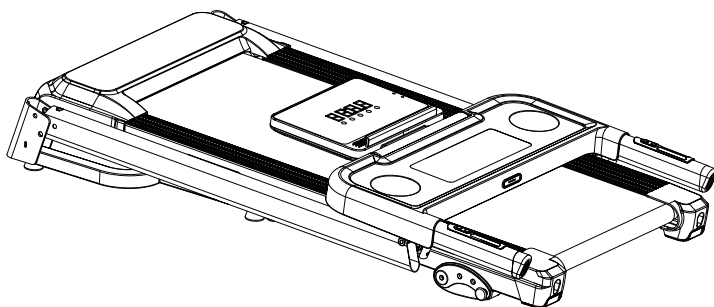
Umieść wszystkie części w wolnym miejscu i usuń materiały opakowaniowe. Nie wyrzucaj materiałów opakowaniowych przed zakończeniem montażu.

Wskazówka: Zeskanuj kod QR, aby obejrzeć film instalacyjny.



Krok 1:

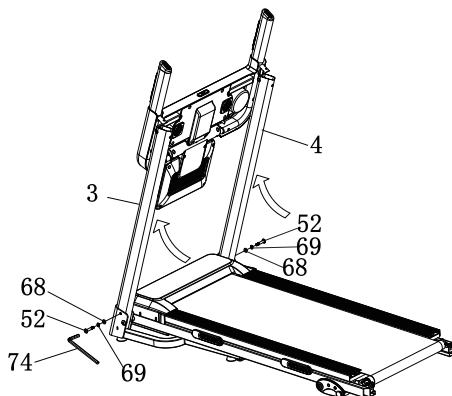
Otwórz pudełko, wyjmij wymienione powyżej elementy i połóż jednostkę główną (1) płasko na podłodze.



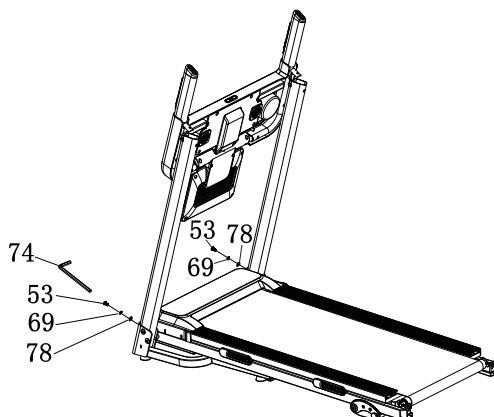
Krok 2:

A. Podnieś lewą rurę pionową (3) i prawą rurę pionową (4).

B. Włóż śruby z łbem walcowym do klucza imbusowego (52) wraz z podkładką sprężystą (69) i podkładką płaską (68) przez otwór w podstawie i otwór w lewej rurze pionowej i dokręć je kluczem imbusowym (74).



C. Włóż śruby z łbem okrągłym do klucza imbusowego (53) wraz z podkładką sprężystą (69) i podkładką łukową (78) przez otwór w podstawie i otwór w lewej rurze pionowej, a następnie dokręć je kluczem imbusowym (74).



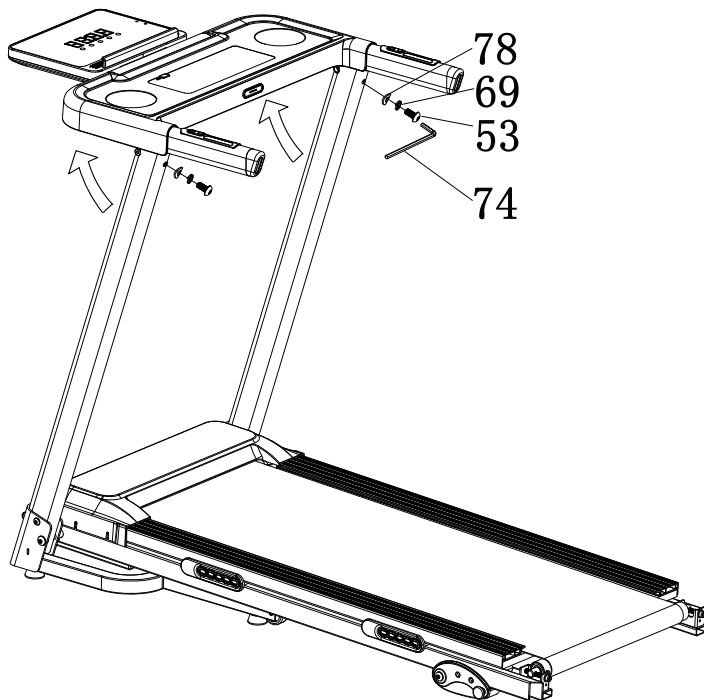
D. Montaż po prawej stronie przebiega tak samo jak po lewej stronie. Po całkowitym dokręceniu śrub po obu stronach lewej i prawej rury pionowej należy równomiernie dokręcić śruby po obu stronach.

Krok 3:

A. Za pomocą śrub z łbem okrągłym na kluczyk imbusowy (53) załóż podkładkę sprężystą (69) i podkładkę łukową (78), a następnie dokręć panel elektroniczny (wyświetlacz) do słupka za pomocą klucza imbusowego (74).

B. Sposób montażu po lewej stronie jest taki sam jak po prawej stronie.

C. Po zamocowaniu wszystkich śrub po lewej i prawej stronie należy je równomiernie dokręcić.



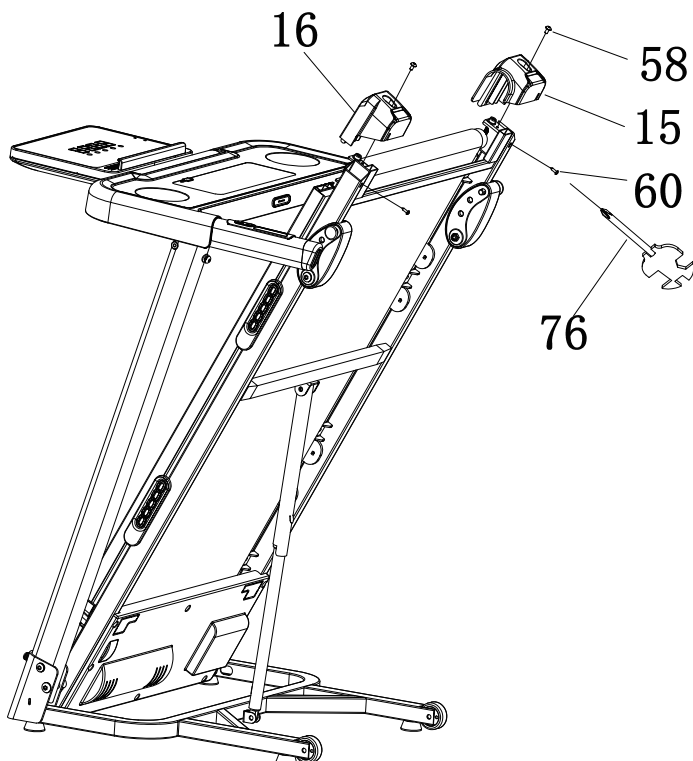
Krok 4:

A. Podnieś płytę biegową.

B. Przymocuj prawą tylną osłonę narożną (15) do prawej tylnej części jednostki głównej, używając klucza krzyżakowego (76), śrub z łbem półokrągłym M5×8 (58) i wkrętów samogwintujących (60) do zamocowania prawej tylnej osłony narożnej (15) do jednostki głównej.

C. Tylną lewą osłonę narożną (16) zamontować w taki sam sposób jak prawą.

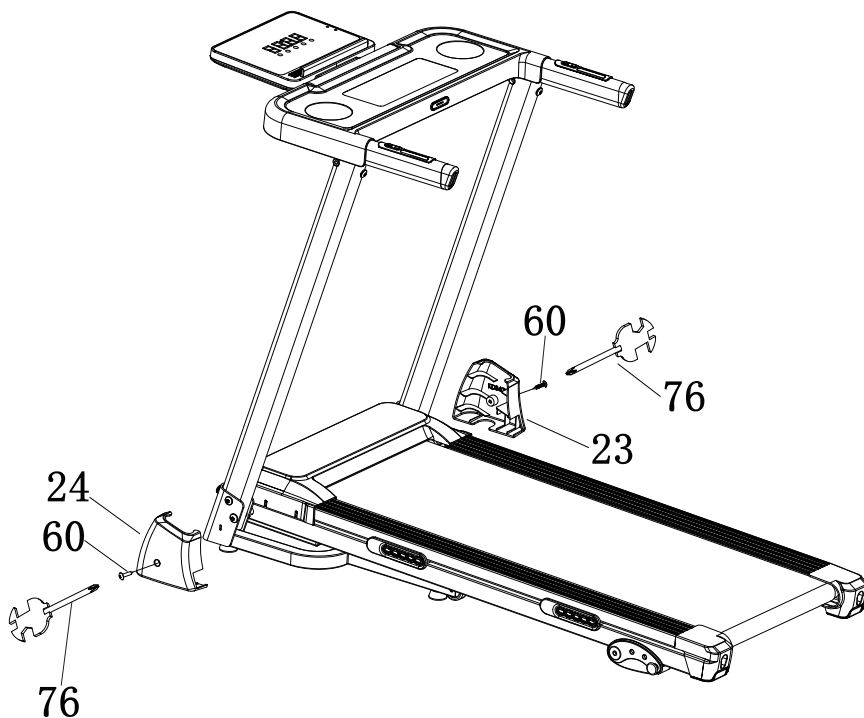
Uwaga: Podczas montażu tylnej osłony narożnej do jednostki głównej należy wyregulować przednie i tylne odstępy.



Krok 5:

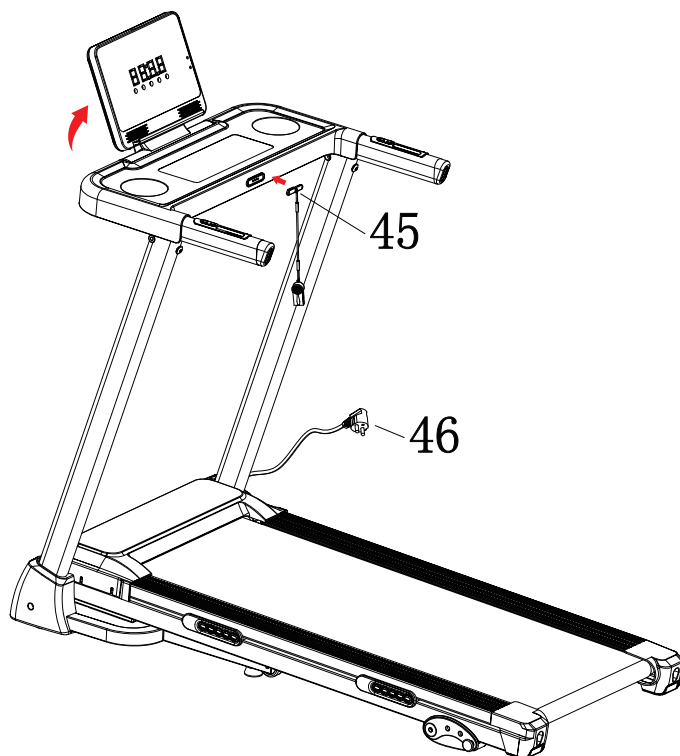
A. Przymocuj wkręty samogwintujące (60) przez prawą dolną pokrywę (23), otwór na śrubę słupka i otwór na śrubę podstawy w podanej kolejności i dokręć je kluczem krzyżowym (76).

B. Sposób montażu lewej dolnej pokrywy (24) jest taki sam jak w przypadku prawej.



Krok 6:

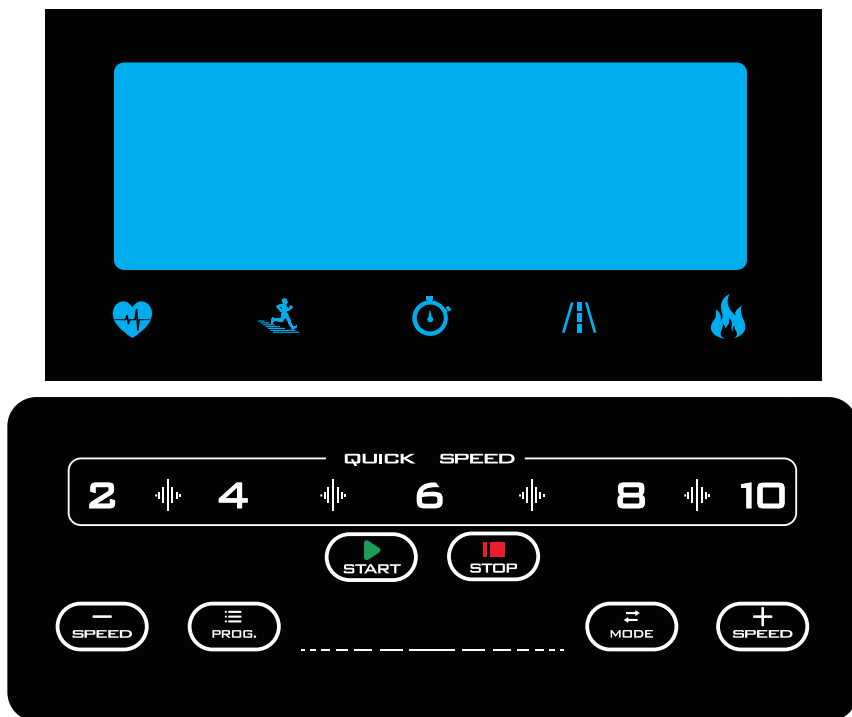
- A. Obróć wyświetlacz o około 65° w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara.
- B. Włóż klucz bezpieczeństwa (45) do otworu na klucz bezpieczeństwa.
- C. Podłącz kabel zasilający (46) do gniazdka elektrycznego.



Uwaga:

Przed równomiernym dokręceniem wszystkich śrub upewnij się, że wszystkie powyższe czynności montażowe zostały wykonane zgodnie z instrukcją. Dopiero po upewnieniu się, że nic nie zostało pominięte, podłącz zasilanie.

Aby uzyskać instrukcje dotyczące użytkowania bieżni, dokładnie zapoznaj się z odpowiednimi informacjami zawartymi w kolejnych sekcjach.



A. Opis wyświetlacza i przycisków

1. Opis okien wyświetlacza:

-  Wyświetla wartość tętna.
-  Wyświetla aktualną prędkość.
-  Wyświetla czas.
-  Wyświetla dystans.
-  Wyświetla zużycie kalorii.

Wartości te zmieniają się co 5 sekund i są sygnalizowane odpowiednim wskaźnikiem LED.

2. Przyciski funkcyjne:

START – uruchomienie, STOP – zatrzymanie, PROG – program, MODE – tryb, SPEED – przyciski do zwiększania i zmniejszania prędkości, Skróty prędkości: 2, 4, 6, 8, 10

3. Opis przycisków funkcyjnych

Przycisk „START”:

Przycisk Start. Po naciśnięciu rozpocznie się 3-sekundowe odliczanie, po czym bieżnia uruchomi się z najniższą prędkością lub prędkością ustawioną w programie.

Instrukcja obsługi:

- 1) W trybie czuwania urządzenie można uruchomić, naciskając ten przycisk.
- 2) W trybie ustawień przycisk ten uruchamia urządzenie.
- 3) W trybie ustawień programu przycisk ten uruchamia program.
- 4) W trybie pauzy przycisk przywraca ćwiczenie do stanu sprzed pauzy.

Przycisk „STOP”:

Instrukcja obsługi:

- 1) Podczas ćwiczenia naciśnięcie tego przycisku powoduje stopniowe zmniejszenie prędkości bieżni aż do zatrzymania, przy czym wszystkie wartości pozostają zachowane.
- 2) W trybie pauzy ponowne naciśnięcie przycisku STOP spowoduje powrót bieżni do trybu gotowości.

Przycisk „PROG.”: Przycisk programu do automatycznych ustawień

Instrukcja obsługi:

- 1) W trybie gotowości przycisk ten służy do przejścia do trybu programów automatycznych.
- 2) Po wprowadzeniu ustawienia P15 można ponownie nacisnąć przycisk, aby przejść do trybu pomiaru tkanki tłuszczowej (test FAT).
- 3) Procedura: Automatyczne ustawienie programu – Pomiar tkanki tłuszczowej – Powrót do trybu wyjściowego.

Przycisk „MODE”: Wybór trybu odliczania

Instrukcja obsługi:

- 1) W trybie gotowości naciśnij ten przycisk, aby przejść do trybu odliczania. Kolejność opcji jest następująca: tryb ręczny, odliczanie czasu, odliczanie odległości i odliczanie kalorii.
- 2) W trybie testu tkanki tłuszczowej wprowadź parametry pomiaru: płeć, wiek, wzrost, waga.

Przyciski „Speed +/-”: Regulacja prędkości podczas biegu i wartości parametrów podczas ustawiania

Instrukcja obsługi:

- 1) Gdy bieżnia jest uruchomiona, przyciski te służą do regulacji prędkości.
- 2) W trybie ustawień przyciski te służą do zmiany wartości parametrów.

Przyciski skrótów prędkości „2, 4, 6, 8, 10”:

Uwaga:

Jeśli przycisk jest wciśnięty i działa, rozlegnie się sygnał dźwiękowy. Jeśli wartość parametrów wykracza poza dozwolony zakres, rozlegnie się długi sygnał dźwiękowy. Jeśli przycisk nie działa, nie rozlegnie się żaden sygnał dźwiękowy.

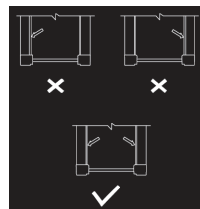
B. Instrukcje uruchamiania

- 1) Włóż klucz bezpieczeństwa do przełącznika blokady bezpieczeństwa na panelu. Wyświetlacz elektroniczny włączy się całkowicie, rozlegnie się sygnał dźwiękowy, a urządzenie przejdzie w tryb ręczny.
- 2) Naciśnij przycisk START – okno czasu zacznie odliczać. Przy każdym kroku odliczania rozlegnie się sygnał dźwiękowy, a bieżnia uruchomi się dopiero po zakończeniu odliczania.
- 3) Podczas pracy bieżni naciśnij przycisk STOP, aby ją zatrzymać.

Uwagi:

Zalecamy rozpoczęcie od wolniejszej prędkości i trzymanie się poręczy, dopóki nie przyzwyczaisz się do bieżni.

W przypadku konieczności opuszczenia urządzenia w trybie awaryjnym podczas ćwiczeń, chwyć się poręczy i postaw obie stopy na bocznych platformach obok bieżni.



C. Ustawianie trybów

1. Tryb ręczny:

Połącz klucz bezpieczeństwa, naciśnij przycisk START, a po 3 sekundach odliczania bieżnia zacznie działać z najniższą prędkością. Prędkość można regulować za pomocą przycisków SPEED +/- . Zatrzymanie: naciśnij przycisk STOP lub odłącz klucz bezpieczeństwa. Instrukcja obsługi: Początkowa prędkość wynosi 0,8 km/h. Czas, dystans i kalorie zaczynają się od zera i rosną. Jeśli czas trwania ćwiczeń przekroczy 99:59 minut, system automatycznie się wyłączy.

2. Tryb odliczania czasu:

W trybie gotowości naciśnij przycisk MODE, aby wybrać tryb odliczania czasu.

Okno czasu wyświetli 30:00 minut i będzie migać. Ustaw czas trwania ćwiczenia w zakresie od 5:00 do 99:00 minut za pomocą przycisków SPEED +/- . Naciśnij przycisk START, aby uruchomić tryb odliczania czasu.

Instrukcja obsługi: Początkowa prędkość wynosi 0,8 km/h. Okno czasu odlicza od ustawionej wartości, podczas gdy odległość i kalorie są liczone od zera. Po osiągnięciu ustawionego czasu taśma stopniowo się zatrzymuje.

3. Tryb odliczania odległości:

W początkowym stanie gotowości naciśnij przycisk MODE, aby wybrać tryb odliczania odległości. Okno odległości wyświetli 1 km i zacznie migać. Ustaw żądaną odległość w zakresie od 0,5 do 99,9 km za pomocą przycisków SPEED +/- . Naciśnij START, aby uruchomić tryb odliczania odległości.

Instrukcja obsługi: Początkowa prędkość wynosi 0,8 km/h. Okno odległości odlicza od ustawionej wartości, podczas gdy czas i kalorie są liczone od zera. Po osiągnięciu ustawionej odległości taśma stopniowo się zatrzymuje.

4. Tryb odliczania kalorii

W trybie gotowości naciśnij przycisk MODE, aby wybrać tryb odliczania kalorii.

Okno kalorii wyświetli 50 kcal i zacznie migać. Za pomocą przycisków SPEED +/- ustaw żądany cel w zakresie od 10 do 999 kalorii. Naciśnij przycisk START, aby uruchomić tryb odliczania kalorii.

Instrukcja obsługi: Początkowa prędkość wynosi 0,8 km/h. Okno kalorii będzie odliczać od ustawionej wartości, podczas gdy okna czasu i odległości będą liczyć od zera. Za pomocą przycisków SPEED +/- można regulować prędkość biegu i nachylenie. Po osiągnięciu ustawionego celu kalorycznego bieżnia stopniowo się zatrzyma.

D. Tryb programowy

1. Program automatyczny:

W trybie gotowości lub trybie ustawień naciśnij przycisk PROGRAM, aby przejść do programu automatycznego. Dostępnych jest 15 programów (P01–P15). W tym momencie okno czasu wyświetla 30:00 minut i miga. Za pomocą przycisków SPEED +/- można ustawić żądany czas trwania ćwiczeń w zakresie od 5:00 do 99:00 minut. Naciśnij przycisk START, aby uruchomić program automatyczny.

time program	Divide the designated time by 20 time intervals to obtain the runtime for the upper and lower time intervals																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01 SPEED(Km/h)	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P02 SPEED(Km/h)	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
P03 SPEED(Km/h)	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P04 SPEED(Km/h)	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
P05 SPEED(Km/h)	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P06 SPEED(Km/h)	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
P07 SPEED(Km/h)	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P08 SPEED(Km/h)	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P09 SPEED(Km/h)	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10 SPEED(Km/h)	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11 SPEED(Km/h)	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
P12 SPEED(Km/h)	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
P13 SPEED(Km/h)	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
P14 SPEED(Km/h)	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
P15 SPEED(Km/h)	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2

Instrukcja obsługi:

- 1) Każdy program składa się z 20 segmentów, z których każdy stanowi 1/20 ustawionego czasu. Okno czasu zacznie odliczać od ustawionego czasu, podczas gdy odległość i kalorie będą liczone od zera.
- 2) Podczas przechodzenia między segmentami rozlega się sygnał dźwiękowy. Prędkość można regulować podczas ćwiczeń za pomocą przycisków SPEED +/- . Po zakończeniu segmentu prędkość zostanie automatycznie dostosowana do wartości początkowej kolejnego segmentu.
- 3) Gdy czas odliczania osiągnie zero, prędkość zostanie stopniowo zmniejszona, taśma zatrzyma się i rozlegnie się alarm.

E. Tryb testu tkanki tłuszczowej (Body Fat Test Mode)

Wskaźnik masy ciała (FAT) mierzy stosunek wzrostu do masy ciała, a nie proporcje ciała. Test ten jest odpowiedni zarówno dla mężczyzn, jak i kobiet i wraz z innymi wskaźnikami zdrowotnymi stanowi podstawę do regulacji masy ciała.

Wejście w tryb testu tkanki tłuszczowej:

W trybie gotowości lub ustawiania naciśnij przycisk PROGRAM. Gdy na wyświetlaczu pojawi się „FAT”, oznacza to, że wszedłeś w tryb testu tkanki tłuszczowej.

Ustawianie parametrów testu:

Po wejściu w tryb testu tkanki tłuszczowej okno prędkości wyświetli parametr funkcji (F-X), a okno czasu wyświetli ustawioną wartość.

Naciśnij przycisk MODE, aby wybrać kolejne ustawienie, i użyj przycisków SPEED +/- do zmiany wartości.

Parametry i zakresy:

Płeć (F-1):	Wartość domyślna 0 (zakres 0-1, 0 = mężczyzna, 1 = kobieta)
Wiek (F-2):	Wartość domyślna 25 (zakres 10-99 lat)
Wzrost (F-3):	Wartość domyślna 170 (zakres 100-240 cm)
Waga (F-4):	Wartość domyślna 70 (zakres 20-160 kg)

Po zakończeniu ustawień uruchom test tkanki tłuszczowej. Najpierw na wyświetlaczu pojawi się „— —”. W tym momencie połóż obie dłonie na płytkach dotykowych do pomiaru tętna na około 5 sekund, a na wyświetlaczu pojawi się wskaźnik tkanki tłuszczowej.

Zakres wyników testu tkanki tłuszczowej podano w poniższej tabeli:

Wskaźnik masy ciała (BMI) Poziom otyłości

FAT < 19	Chudy
19 ≤ FAT ≤ 26	Normalny
26 < FAT ≤ 30	Nadwaga
> 30	Otyłość

Uwaga specjalna:

Dane te służą wyłącznie jako wskazówki dotyczące aktywności fizycznej i nie są przeznaczone do celów medycznych.

F. Funkcja klucza bezpieczeństwa

- 1) Po wyjęciu klucza bezpieczeństwa na wyświetlaczu LED pojawi się komunikat „— —” i rozlegnie się sygnał dźwiękowy. Jeśli klucz zostanie wyjęty podczas pracy taśmy, taśma natychmiast się zatrzyma, a wszystkie dane zostaną wyzerowane.
- 2) Po ponownym włożeniu klucza bezpieczeństwa wyświetlacz całkowicie się rozjaśni, a pas przejdzie do początkowego stanu roboczego. Wszystkie liczniki zostaną wyzerowane, ustawione wartości powrócą do wartości początkowych, a pas będzie pracował w trybie ręcznym z czasem dodatnim.

Uwaga:

Funkcja klucza bezpieczeństwa = zatrzymanie bezpieczeństwa.

Podczas korzystania z pasa należy przypiąć klips klucza bezpieczeństwa do ubrania.

Aby bezpiecznie zakończyć ćwiczenie, należy nacisnąć przycisk STOP lub wyciągnąć klucz bezpieczeństwa – pas natychmiast się zatrzyma.

Wyciągnięty klucz bezpieczeństwa należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci, aby zapobiec nieuprawnionemu użyciu pasa.

G. Funkcja pomiaru tętna

Po włączeniu pasa połóż dłonie obu rąk na metalowych czujnikach umieszczonych na uchwytach. Po około 5 sekundach na wyświetlaczu LED pojawi się początkowa wartość tętna. Trzymaj ręce nieruchomo – po około 60 sekundach wyświetlacz stopniowo ustabilizuje się i wyświetli przybliżoną aktualną wartość tętna.

Uwaga: Dane dotyczące tętna służą wyłącznie jako orientacja podczas ćwiczeń i nie są przeznaczone do wykorzystania jako dane medyczne.

OSTRZEŻENIE: Systemy pomiaru tętna mogą wykazywać niedokładności. Przeciążenie może prowadzić do poważnych obrażeń lub śmierci. W przypadku osłabienia należy natychmiast przerwać ćwiczenia.

H. Wyświetlacz i zakres ustawień parametrów ćwiczeń

Aby ustawić konkretne parametry, użyj przycisków SPEED +/- do zmiany wartości i przechodź kolejno przez ustawienia.

Parametr	Ustaw. domyślne	Wartość począt.	Zakres ustawień	Zakres wyświetlania
Czas (min:sek)	0:00	30:00	5:00–99:00	0:00–99:59
Prędkość (km/h)	—	—	0,8–12	0,8–12
Odległość (km)	0,0	1,0	0,5–99,9	0–99,00
Tętno (BPM)	P	N/A	N/A	60–200
Kalorie (kcal)	0,0	50	10–999	0–999

I. Tryb uśpienia

Jeśli bieżnia nie jest używana przez ponad 10 minut, przechodzi w tryb uśpienia, a wyświetlacz elektroniczny wyłącza się automatycznie.

Naciśnij dowolny przycisk, aby wybudzić wyświetlacz – zaświeci się on i powróci do trybu gotowości.

J. Wyłączanie

Wyłącz bieżnię za pomocą wyłącznika.

K. Składanie i przechowywanie bieżni

Zgodnie z ilustracją chwyć uchwyty lewą ręką i podtrzymaj prawą ręką w punkcie A, a następnie podnieś bieżnię do góry. Podnoś, aż usłyszysz kliknięcie zatrzasku bezpieczeństwa w punkcie B.

Uwagi:

Podczas podnoszenia bieżni trzymaj mocno uchwyty, aby rama nie przesunęła się do przodu.

Ostrzeżenie: Przed złożeniem bieżni musi być całkowicie zatrzymana.

Ostrzeżenie: Nie należy używać złożonej bieżni.

L. Przenoszenie bieżni

Jeśli chcesz przenieść bieżnię, chwyć punkt A obiema rękami zgodnie z ilustracją i naciśnij go w dół. Następnie przesunij ją do przodu lub do tyłu zgodnie ze strzałką.

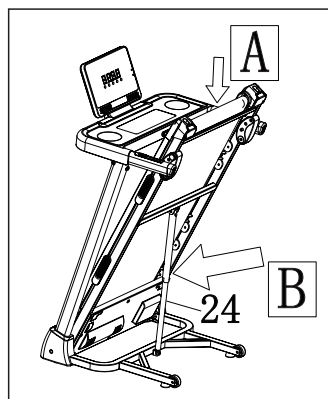
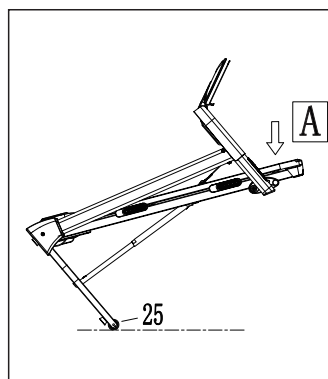
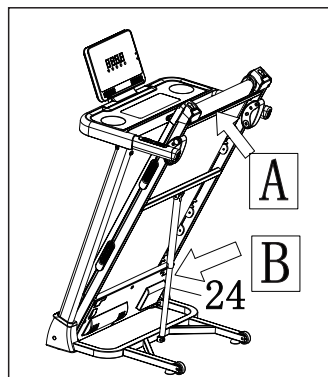
M. Rozłożenie bieżni

Gdy bieżnia jest już stabilnie ustawiona, chwyć uchwyty lewą ręką i podtrzymaj punkt A prawą ręką, delikatnie podnosząc bieżnię do góry.

Następnie użyj stopy, aby zwolnić zatrzask bezpieczeństwa w punkcie B, jednocześnie pociągając prawą ręką za główną ramę, aby rama powoli opadała.

Uwaga:

Podczas opuszczania ramy upewnij się, że w pobliżu bieżni nie ma ludzi ani zwierząt domowych, aby uniknąć obrażeń.



N. Ustawianie nachylenia bieżni

1) Ta bieżnia oferuje trzy poziomy nachylenia, które można ręcznie ustawić zgodnie z własnymi preferencjami – „a”, „b” i „c”. „a” = najpłaskie nachylenie, „c” = najbardziej strome nachylenie

Uwaga: Przed regulacją nachylenia należy zawsze wyłączyć urządzenie.

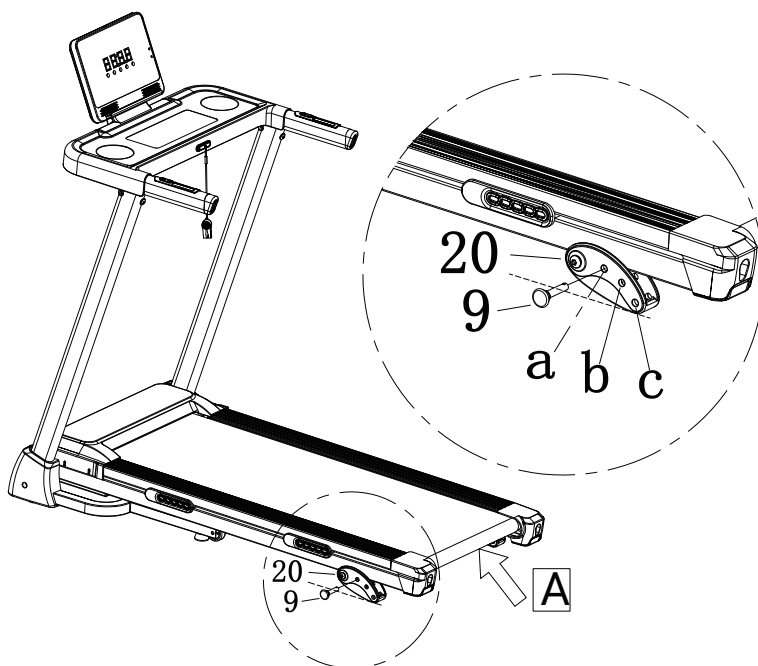
2) Chwyc urządzenie w punkcie A prawą ręką i unieś je około 200 mm lub więcej nad ziemią.

3) Lewą ręką wyciągnij sworzeń zabezpieczający (9) z regulowanej nóżki (20), a następnie włóż go z powrotem do otworu odpowiadającego żądanej pozycji nachylenia (a, b lub c) na regulowanej nóżce (20).

Uwaga: Sworzeń musi być całkowicie włożony przez regulowaną nóżkę (20), aby kulka blokująca prawidłowo ustaliła pozycję.

4) W ten sam sposób ustaw sworzeń blokujący (9) na regulowanej nóżce (20) po drugiej stronie. Sworznie (9) muszą być włożone w te same otwory (np. a–a, b–b lub c–c) po obu stronach, aby nachylenie było wyrównane.

5) Na koniec powoli opuść maszynę z powrotem na ziemię i upewnij się, że stoi stabilnie.



Pobieranie i korzystanie z aplikacji MERACH

1) Aby pobrać aplikację MERACH, zeskanuj kod QR lub wyszukaj „MERACH” w Apple App Store® lub Google Play Store.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



- 2) Otwórz aplikację MERACH. Zaloguj się lub utwórz konto.
 - 3) Postępuj zgodnie z instrukcjami w aplikacji, aby skonfigurować urządzenie.
 - 4) Zaktualizuj aplikację do najnowszej wersji. W najbliższej przyszłości aplikacja zostanie rozszerzona o tryb swobodnych ćwiczeń, kursy i różne tryby treningowe.
- Jeśli podczas łączenia się z internetem otrzymasz powiadomienie o aktualizacji, zainstaluj ją, aby mieć najnowszą wersję aplikacji.

Pobieranie i korzystanie z aplikacji KINOMAP



- 1) Aby pobrać aplikację Kinomap, zeskanuj kod QR lub wyszukaj „Kinomap” w Apple App Store® lub Google Play Store.
- 2) Otwórz aplikację Kinomap. Zaloguj się lub utwórz konto.
- 3) Wybierz odpowiednie urządzenie fitness.
- 4) Włącz Bluetooth i wybierz Merach.
- 5) Wybierz Treadmill i znajdź swój model „MRK-T12-XXXX”.

Przed ćwiczeniami należy się rozciągnąć. Rozgrzane mięśnie łatwiej się rozciągają, dlatego należy rozpocząć od 5–10 minutowej rozgrzewki, a następnie wykonać następujące ćwiczenia – 5 razy, co najmniej 10 sekund na każdą nogę. Ćwiczenia należy powtórzyć również po treningu.

1. Pochylenie do przodu (Stretch down)

Lekko ugnij kolana, powoli pochyl się do przodu, rozluźnij plecy i ramiona i spróbuj dotknąć palcami stóp. Wytrzymaj 10–15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz 3 razy (patrz rysunek 1).



2. Rozciąganie ścięgien podkolanowych w pozycji siedzącej (Seated hamstring stretch)

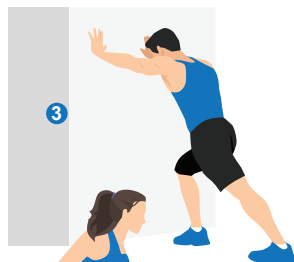
Usiądź z jedną nogą wyprostowaną. Drugą nogę ugnij tak, aby stopa opierała się o wewnętrzną stronę wyprostowanej nogi. Spróbuj dotknąć palcami wyprostowanej nogi dłonią. Wytrzymaj 10–15 sekund, a następnie rozluźnij się.

Powtórz 3 razy dla każdej nogi (patrz rysunek 2).



3. Rozciąganie łydki i ścięgna Achillesa (Calf and Achilles tendon stretch)

Oprzyj się obiema rękami o ścianę lub drzewo, jedną nogę cofnij do tyłu. Trzymaj tylną nogę wyprostowaną, piętę na ziemi, pochylaj się w kierunku ściany lub drzewa. Wytrzymaj 10–15 sekund, a następnie rozluźnij się. Powtórz 3 razy dla każdej nogi (patrz rysunek 3).



4. Rozciąganie mięśnia czworogłowego (Quadriceps stretch)

Wyciągnij prawą rękę do tyłu, chwyć prawą nogę i powoli przyciągnij ją do pośladka, aż poczujesz rozciąganie mięśni przedniej części uda. Wytrzymaj 10–15 sekund, a następnie rozluźnij się.

Powtórz 3 razy dla każdej nogi (patrz rysunek 4).



5. Rozciąganie mięśni wewnętrznej strony ud (Sartorius / inner thigh muscle stretch)

Usiądź tak, aby stopy były skierowane do siebie, a kolana na zewnątrz. Chwyć stopy obiema rękami i pociągnij je w kierunku pachwiny. Wytrzymaj 10–15 sekund, a następnie rozluźnij się.

Powtórz 3 razy (patrz rysunek 5).



Kod błędu	Rozwiązywanie problemów
E01 – Błąd komunikacji z panelem elektronicznym	1. Sprawdź, czy kabel komunikacyjny między panelem elektronicznym a jednostką sterującą silnika jest nieuszkodzony i działa prawidłowo. 2. Skontaktuj się z obsługą klienta lub profesjonalnymi technikami serwisowymi.
E02 – Nieprawidłowe napięcie	1. Sprawdź, czy napięcie mieści się w zakresie roboczym. 2. Wyłącz i ponownie włącz urządzenie. 3. Jeśli problem nadal występuje, sprawdź podłączenie silnika. 4. Skontaktuj się z obsługą klienta lub profesjonalnymi technikami serwisowymi.
E04 – Zabezpieczenie przed przepięciem	1. Sprawdź, czy napięcie mieści się w zakresie roboczym. 2. Jeśli problem nadal występuje, rozważ wymianę dolnej płyty sterującej lub silnika. 3. Skontaktuj się z obsługą klienta lub profesjonalnymi technikami serwisowymi.
E05 – Zabezpieczenie przed przetężeniem	1. Sprawdź, czy prąd mieści się w zakresie roboczym. 2. Wyłącz i ponownie włącz urządzenie. 3. Jeśli problem nadal występuje, rozważ wymianę jednostki sterującej. 4. Skontaktuj się z obsługą klienta lub profesjonalnymi technikami serwisowymi.
E06 – Błąd autotestu jednostki sterującej	1. Nieprawidłowe podłączenie obwodu zasilającego. 2. Skontaktuj się z obsługą klienta lub profesjonalnymi technikami serwisowymi.
E07 – Nieprawidłowe dane	1. Usterka dolnej płyty sterującej. 2. Skontaktuj się z obsługą klienta lub profesjonalnymi technikami serwisowymi.
E08 – Uszkodzenie EEPROM	1. Usterka dolnej płyty sterującej. 2. Skontaktuj się z obsługą klienta lub profesjonalnymi technikami serwisowymi.
– Nieprawidłowy klucz bezpieczeństwa	1. Sprawdź, czy klucz bezpieczeństwa jest prawidłowo włożony. 2. Usterka elektronicznego systemu klucza bezpieczeństwa. 3. Skontaktuj się z obsługą klienta lub profesjonalnymi technikami serwisowymi.

Wskazówki dotyczące konserwacji

UWAGA: Przed czyszczeniem lub konserwacją elektrycznej bieżni należy zawsze odłączyć ją od zasilania.

CZYSZCZENIE: Dokładne czyszczenie przedłuża żywotność bieżni z silnikiem.

Regularnie usuwaj kurz, aby utrzymać części bieżni w czystości.

Zamiataj również odkryte części bieżni po obu stronach, aby pod bieżnią nie gromadziły się zanieczyszczenia.

Upewnij się, że masz czyste buty, aby pod taśmą nie dostały się obce przedmioty, które mogłyby uszkodzić powierzchnię bieżni lub płytę.

Powierzchnię taśmy należy czyścić wilgotną szmatką z detergentem – należy uważać, aby woda nie dostała się na elementy elektryczne lub pod taśmę.

Specjalny smar do bieżni i trenażera silnikowego

Ta bieżnia silnikowa jest wstępnie nasmarowana między bieżnią a płytą. Tarcie między bieżnią a płytą ma zasadniczy wpływ na żywotność i wydajność urządzenia, dlatego konieczna jest regularna konserwacja. Zaleca się regularne sprawdzanie stanu płyty. W przypadku stwierdzenia uszkodzenia powierzchni taśmy należy skontaktować się z obsługą klienta.

Zalecamy stosowanie smaru między taśmą bieżni a płytą zgodnie z następującym harmonogramem:

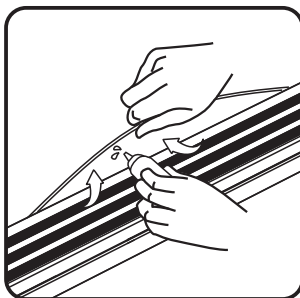
Niewielkie użytkowanie (mniej niż 3 godziny tygodniowo): 1 raz w roku

Średnie użytkowanie (3–5 godzin tygodniowo): 1 raz na 6 miesięcy

Intensywne użytkowanie (ponad 5 godzin tygodniowo): 1× na 3 miesiące

W przypadku zużycia smaru zalecamy zakup oryginalnego smaru u sprzedawcy lub bezpośredni kontakt z nami.

Uwaga: Wszelkie dalsze czynności konserwacyjne muszą być wykonywane przez specjalistę.



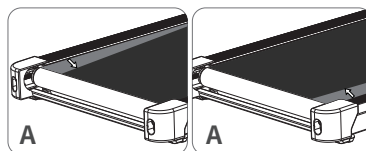
Ustawienia bieżni

1) Aby zapewnić lepszą konserwację bieżni silnikowej i przedłużyć jej żywotność, zaleca się wyłączenie bieżni po 1,5 godziny ciągłej pracy i pozostawienie jej w stanie spoczynku przez co najmniej 10 minut przed ponownym użyciem.

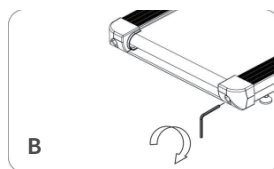
2) Jeśli bieżnia jest zbyt luźna, podczas biegania może dochodzić do poślizgu. Jeśli natomiast jest zbyt napięta, nadmierne napięcie może zmniejszyć wydajność silnika i zwiększyć zużycie rolek i bieżni. Prawidłowe napięcie można rozpoznać po tym, że taśmę można podnieść ręcznie po obu stronach płyty o około 50–75 mm.

Centrowanie taśmy bieżnika

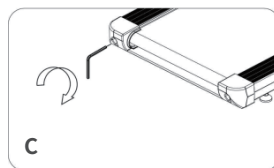
1) Umieść bieżnik na równej powierzchni. Ustaw prędkość bieżnika na około 6–8 km/h i sprawdź, czy taśma nie przesuwana się na boki. Maksymalne dopuszczalne odchylenie pokazano na rys. A.



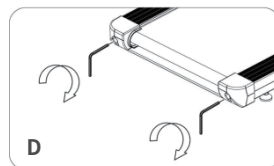
2) Jeśli taśma przesuwana się w prawo, odłącz klucz bezpieczeństwa i wyłącz wyłącznik. Obróć prawą śrubę regulacyjną o 1/4 obrotu w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, podłącz ponownie taśmę i sprawdź odchylenie. Powtarzaj tę czynność, aż taśma zostanie wycentrowana (rys. B).



3) Jeśli taśma przesuwana się w lewo, odłącz klucz bezpieczeństwa i wyłącz wyłącznik. Obróć lewą śrubę regulacyjną o 1/4 obrotu w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, podłącz pasek z powrotem i obserwuj odchylenie. Powtarzaj tę czynność, aż pasek zostanie wycentrowany (rys. C).



4) Po pewnym czasie lub po wykonaniu powyższych regulacji pasek może ponownie się poluzować i konieczne będzie jego ponowne wyregulowanie. Odłącz klucz bezpieczeństwa i wyłącz wyłącznik. Obróć oba śruby regulacyjne (lewą i prawą) o 1/4 obrotu w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, podłącz pas i pozwól mu pracować. Następnie stań na nim i sprawdź napięcie. Powtarzaj tę czynność, aż pas będzie prawidłowo napięty (rys. D).



KARTA GWARANCYJNA

Produkt ten podlega ustawowemu okresowi gwarancji wynoszącemu 24 miesiące, chyba że określono inaczej. Na wskazane rodzaje towarów udzielany jest okres gwarancji wydłużony do 10 lat, oprócz ustawowego okresu rękojmi, który dotyczy konstrukcji ramy danego rodzaju towaru. Spełnienie warunków gwarancji przedłużonego okresu gwarancyjnego oznacza bezpłatną naprawę wszystkich wad produkcyjnych, które wystąpią w konstrukcji ramy w okresie gwarancyjnym, a mianowicie w centrach serwisowych ACRA, s.r.o. Starannie przechowuj kartę gwarancyjną wraz z dowodem zakupu i instrukcją obsługi!

Skarga

Z praw wynikających z odpowiedzialności za wady można dochodzić wyłącznie u sprzedawcy, u którego produkt został zakupiony.

Należy wskazać wadę – tj. wystarczająco dokładnie oznaczyć wadę lub sposób, w jaki wada objawia się na zewnątrz. Ogólnie sformułowane stwierdzenie, że produkt ma wadę, nie wystarczy!

Sprzeciw musi zawierać także pouczenie o konkretnym prawie z tytułu odpowiedzialności za wady, którego domaga się kupujący, a także musi być opatrzony wypełnioną kartą gwarancyjną z pieczętą sprzedawcy oraz dowodem zakupu (paragonem) z datą sprzedaży. Jednocześnie produkt musi być zaopatrzony w odpowiednie opakowanie, najlepiej oryginalne.

Kupujący ma prawo do bezpłatnego, prawidłowego i terminowego usunięcia wady (nie później niż w terminie 30 dni od dnia zgłoszenia reklamacji, chyba że kupujący i sprzedający uzgodnią dłuższy termin) lub wymiany towaru.

Do okresu gwarancji nie wlicza się czasu od skorzystania z prawa z odpowiedzialności za wady do chwili, gdy kupujący był zobowiązany odebrać produkt po naprawie (niezależnie od tego, kiedy kupujący faktycznie przejął rzecz).

Uprawnienia z tytułu odpowiedzialności za wady rzeczy wygasają, jeżeli nie zostaną wykonane w okresie rękojmi (tj. nie później niż w ostatnim dniu okresu rękojmi).

Gwarancja nie dotyczy:

Żużycie produktu spowodowane jego normalnym użytkowaniem. (Normalne użytkowanie oznacza użytkowanie zgodne z przeznaczeniem produktu i w sposób opisany w załączonej instrukcji obsługi)

Gwarancja nie obejmuje wad powstałych:

Uszkodzenie mechaniczne; (na przykład wady powstałe w wyniku przecięcia produktu lub jego części podczas rozpakowywania);
 Nieprofesjonalna interwencja (naprawa) użytkownika, w tym osób trzecich;
 Niewłaściwe postępowanie lub postępowanie niezgodne z instrukcją obsługi;
 Niewykonując niezbędnych czynności konserwacyjnych opisanych w instrukcji obsługi;
 Narażenie na niekorzystne wpływy zewnętrzne, niskie/wysokie temperatury, niewłaściwe przechowywanie;
 Zdarzenie nieuniknione - klęska żywiołowa;

Naprawa płatna:

Jeżeli występuje wada nie objęta gwarancją lub okres gwarancji już minął, a kupujący żąda naprawy, jest to naprawa odpłatna.

Cena i warunki zostaną ustalone po uzgodnieniu z centrum serwisowym ACRA s.o.
 Pozostałe prawa i obowiązki regulują przepisy ustawy. Nr 40/1964 Dz. Kodeksu cywilnego, w szczególności § 612 i nast.

Za opakowanie ww. produktu do wykorzystania i odbioru zgodnie z § 10 i § 12 Ustawy uiszczono opłatę. nr 477/2001 Dz.U. na opakowaniach do systemu EKO-KOM pod numerem identyfikacyjnym WE – F06020112.

Oznaczenie typu produktu:		Data wyprzedaży:		
		Pieczęć i podpis sprzedawcy:		

Data roszczenia	Wada krytykowana	Dokumentacja centrum serwisowego	Wymiana części	Notatka

W razie pytań prosimy o kontakt z serwisem lub działem reklamacji:

ACRA, s. o. (ID: 64254330), Brodska 161, 513 01 Semily
 Dział reklamacji – telefon: +420 481 623 322, e-mail: reklamace@acra.cz