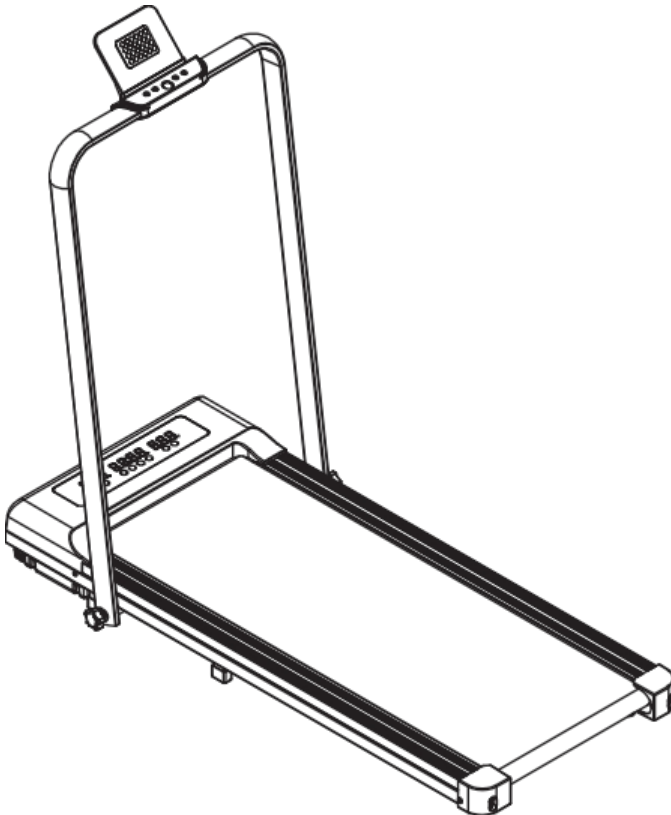


leziter®

Futópad Led kijelzővel Movea

HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

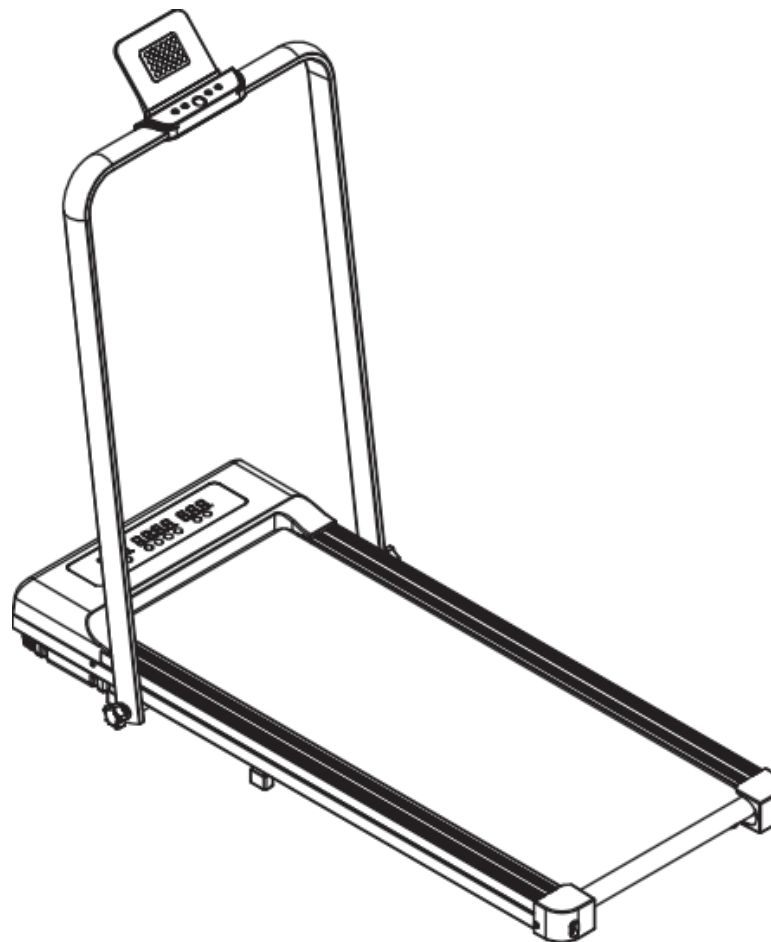
LFP-C5



Kérjük vegye figyelembe, hogy ez a használati utasítás automatikus fordítóprogrammal készült

TARTALOMJEGYZÉK

1. Biztonsági információk
2. Bemelegítő nyújtás
3. Kiegészítők
4. Termékek felépítése
5. Működési ábra
6. Telepítési lépések
7. Ápolás és karbantartás
8. GYIK és megoldások



02. BIZTONSÁGI INFORMÁCIÓK

V

A SÉRÜLÉSEK KOCKÁZATÁNAK CSÖKKENTÉSE ÉRDEKÉBEN KÉRJÜK, HASZNÁLAT ELŐTT OLVASSA EL A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT.



- Kérjük, ne használja a gépet, ha beteg, fáradt vagy alkoholt fogyasztott. A futópaddot nem gyermekek, valamint fizikai, érzékszervi vagy kognitív fogyatékossgal élő személyek számára tervezték.
- Kérjük, viseljen kényelmes ruhát, és kerülje a papucsok vagy szoknyák viselését, ar ezt a gépet.
- Kérjük, kezdje megfelelő sporttal, mivel a túlzott testmozgás káros hatással lehet az
- Használat előtt győződjön meg arról, hogy az alkatrészek sértetlenek és megfelelőei. Készüléket használatkor sík felületre kell helyezni.
- Ez a termék csak 110–120 V feszültségű konnektorokkal működik. Ha a termék csatlakozója nem illeszkedik az otthoni konnektorokba, ne próbálja meg használni.
- Soha ne lépje túl a termék 300 font (136 kg) maximális teherbírását.
- Ne végezzen olyan karbantartási vagy beállítási műveleteket, amelyek nem szerepelnek ebben a kézikönyvben.
- A készülék kizárólag otthoni használatra szolgál. Ne használja a készüléket kereskedelmi, bérleti vagy intézményi környezetben.

03. BEMELEGÍTÉS

V

1. Nyújtson lefelé:

Hajlítsa meg kissé a térdét, miközben a testét lassan nyújtja lefelé, engedje el a hátát és a vállait, és próbálja meg kinyújtani a kezét, hogy megérintse a lábujjait. Tartsa 10-15 másodpercig, majd pihenjen néhány másodpercet.

Ismételje meg 3-szor.



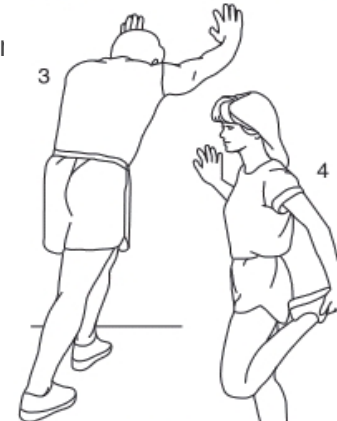
2. Hamstring nyújtás:

Ülj le egy tiszta párnára, nyújtsd ki az egyik lábad, a másikat pedig hajtsd be a combod felé, és szorítsd a kinyújtott lábad belső oldalához. Eközben próbáld meg az azonos oldalon lévő keziddel megérinteni a kinyújtott lábad lábujjait. Tartsd meg a pozíciót 10–15 másodpercig, majd pihenj néhány másodpercet.



3. Vádli- és Achilles-ín nyújtás:

Álljon úgy, hogy az egyik lába a másik mögött legyen, mindkét kezét tegye a falra, a hátsó lábát tartsa egyenesen, mindkét sarkát a földön tartva, miközben a falnak támaszkodik. Tartsa 10-15 másodpercig, majd pihenjen néhány másodpercet. Ismétlje meg 3-szor mindkét lábbal.



4. Négyfejű izom nyújtása:

Tartsa stabilan a testét úgy, hogy a bal kezével a falnak támaszkodik, a jobb kezével pedig hátra nyúl, megfogja a jobb sarkát, és lassan a csípője felé húzza, amíg nem érez izomfeszülést a combja elülső oldalán. Tartsa 10–15 másodpercig, majd pihenjen néhány másodpercet. Ismétlje meg többször.

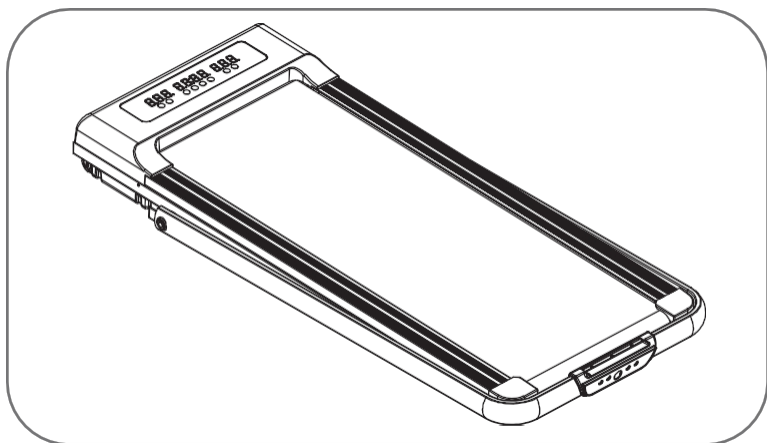


5. Belső combnyújtás:

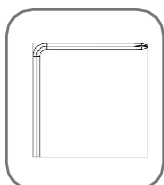
Üljön le a padlóra, a két lábát egymáshoz nyomva a térdét egymással ellentétes irányba tartva, fogja meg a lábát a kezével, és húzza az ágyéka felé. Tartsa 10-15 másodpercig, majd pihenjen néhány másodpercet. Ismétlje meg 3-szor.

04. TERMÉKEK KISZERELÉSE

✓ Kérjük, gondosan ellenőrizze, hogy a csomag tartalma teljes és sértetlen-e. Ha hiányzik valami vagy sérülés látható, kérjük, vegye fel a kapcsolatot az eladóval.



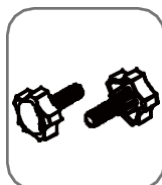
FUTÓPÁLYA x 1



L-alakú csavarkulcs x1



SZILIKON KENŐANYAG x1



GOMB x2



TÁVIRÁNYÍTÓ x1

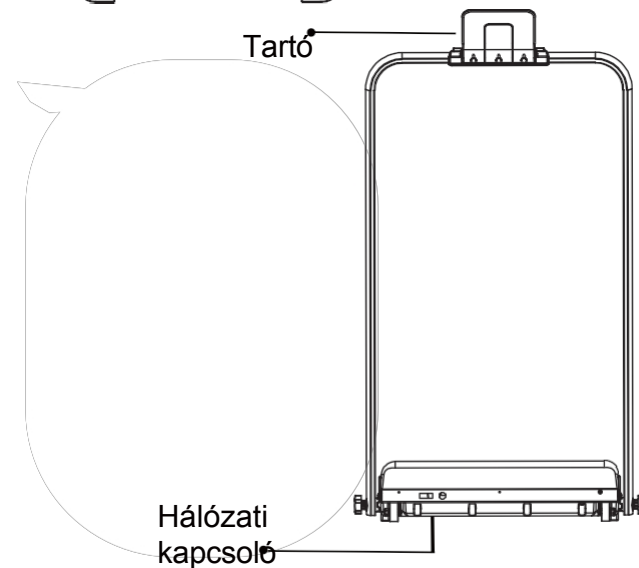
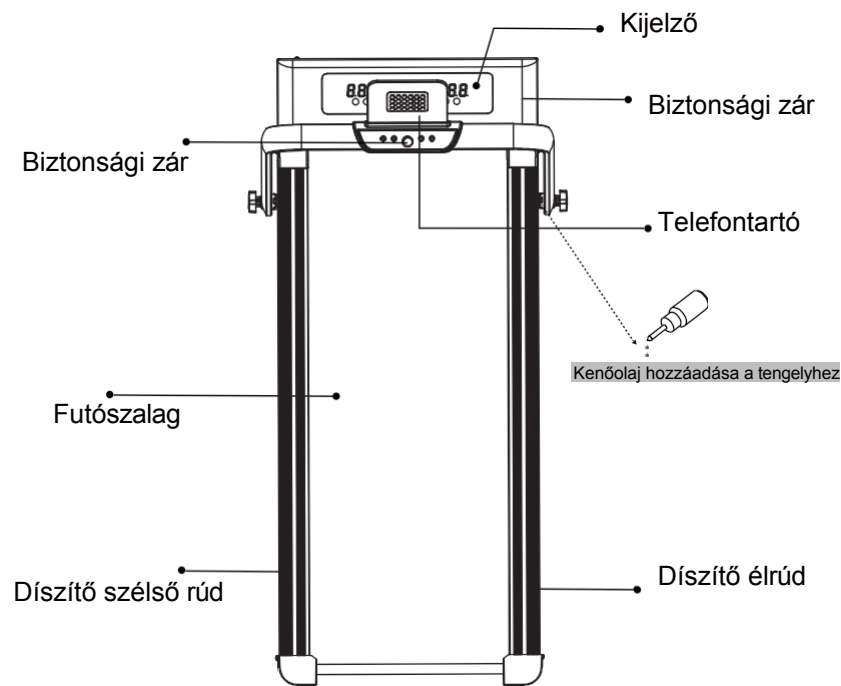


Piros biztonsági zár

SZÁM	LEÍRÁS	MENNYISÉG	EGYSÉG
1	FUTÓPÁLYA	1	db
2	L-alakú csavarkulcs	1	db
3	SZILIKON KENŐANYAG	1	db
4	GOMB	2	PC
5	TÁVIRÁNYÍTÓ	1	PC
6	Piros biztonsági zár	1	db

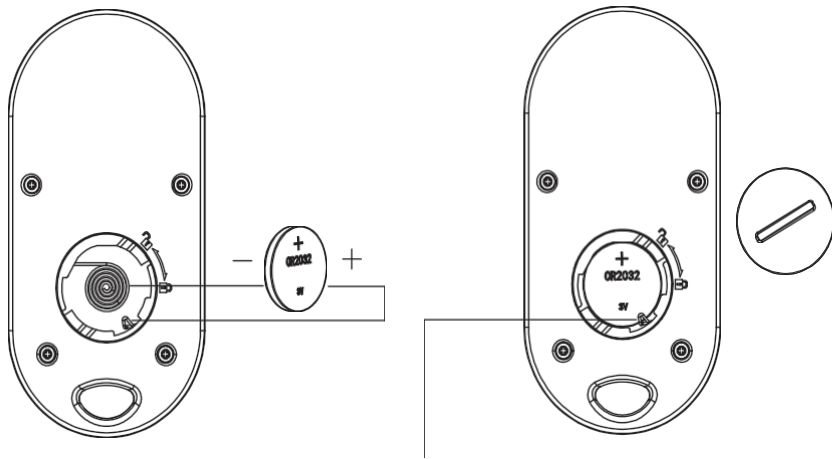
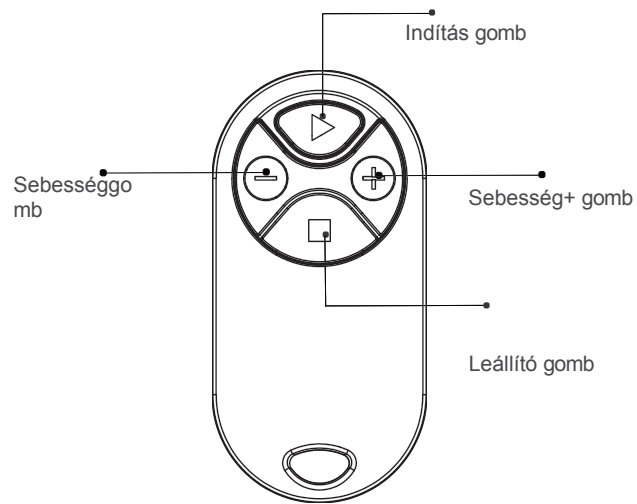
05. A TERMÉK FELÉPÍTÉSE

✓ A futószalag fej- és farkvarrással készült, varratnyomok láthatók rajta, ez azonban normális gyártási jelenség, és nem befolyásolja a futópad rendes használatát.



06. FUNKCIÓS ÁBRA

V Távirányító használati utasítás



A képen látható, hogy a pozitív rugós kapesot a gombelem pozitív pólusára van rögzítve (felirattal)

06. FUNKCIÓS ÁBRA

V

(1).Nyomja meg a „Speed -” gombot a gép sebességének csökkentéséhez. (2).Nyomja meg a „Speed +” gombot a gép sebességének növeléséhez.

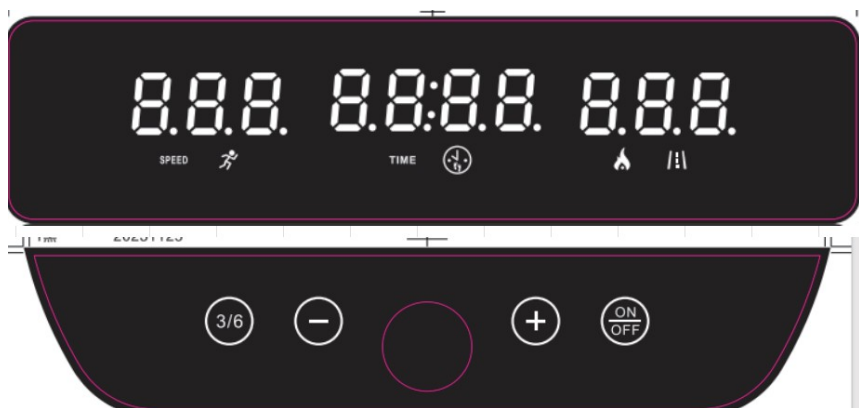
(3). Nyomja meg a „▶/■” gombot, és a gép lassan elindul vagy leáll.

1. Készenléti állapotban nyomja meg közvetlenül a „▶” gombot, a futópád 0,8 km/h sebességgel indul el, a többi ablak 0-tól kezd számolni, nyomja meg a „+” vagy „-” gombot a sebesség megváltoztatásához.

Beállítási paraméter	Kezdőérték	Kijelző tartomány
Idő (perc: másodperc)	0:00	0:00–99:59
Sebesség (km/h)	0,80	0,8–10,8
Távolság (km)	0,00	0,00–99,9
Kalória (kcal)	0,00	0–999

06. FUNKCIÓS ÁBRA

▼ A kijelzőpanel működését az alábbiakban ismertetjük



(1). „Speed” ablak

Működés közben a kijelzőn a pillanatnyi sebességérték látható, és a sebességmérő be van kapcsolva. A kijelző tartománya 0,8–10,8 km/h.

Működés leírása: a kezdeti futási sebesség 0,8 km/h, az idő és a távolság ablak nulláról indul. Ha a gyakorlati idő meghaladja a 99:59 percet, a rendszer nem áll le, az idő nulláról indul. ^{3/6} sebességű gyorsbillentyűk: 3 km/h/6 km/h.

(2). „Idő” ablak

Megjeleníti az edzés időtartamát. Az időtartomány 0:00–99:59 perc.

(3). „Távolság” ablak

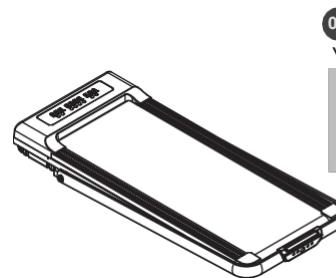
A megtett távolság megjelenítése, a kijelző tartománya 0,00–99,9 mérföld, a visszafelé A számláló értéke a beállított értéktől nulláig csökken, amikor a számláló eléri a 0-t, a gép egyenletesen leereszkedik, majd megáll. (A távolság és a kalóriák 5 másodpercenként váltakoznak.)

(4). „Kalóriaablak”

A kalóriefogyasztás értékének kijelzése; a kijelzési tartomány 0,00–999 kcal. A visszaszámlálás a beállított értéktől nulláig csökken, amikor a számláló eléri a 0-t, a gép egyenletesen leáll.

07. TELEPÍTÉSI LÉPÉSEK

▼ A futópad vázszerkezetét már a gyárban összeszerelték; a végleges telepítéshez és rögzítéshez.

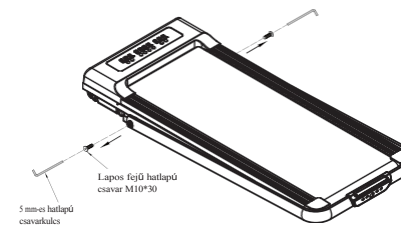


01

▼

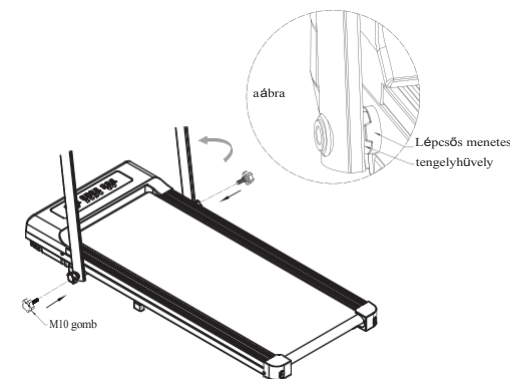
Nyissa ki a csomagot, vegye ki a dobozból az összeszerelési anyagokat, és fektesse a főegységet a földre.

Vegye ki az M10*30-as lapos fejű hatlapú csavarokat a kormány bal és jobb oldalán egy 5 mm-es hatlapú csavarkulccsal.
(Megjegyzés: Ez a két csavar csak a csomag rögzítésére szolgál, és a szétszerelés után külön tárolandó)



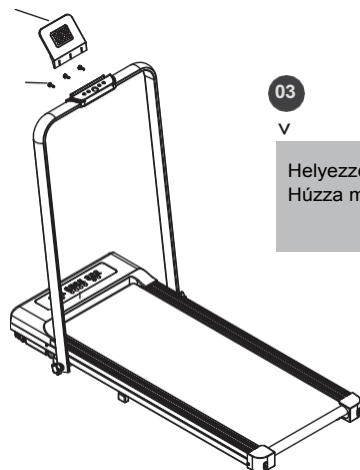
02

Emelje fel a fogantyút a fenti ábrán látható helyzetbe, amíg a lépcsőzetes menetes tengely be nem illeszkedik a hüvelybe (az a ábra szerint), majd az M10-es rögzítőgombbal rögzítheti a fogantyút a futófelülethez.



07. TELEPÍTÉSI LÉPÉSEK

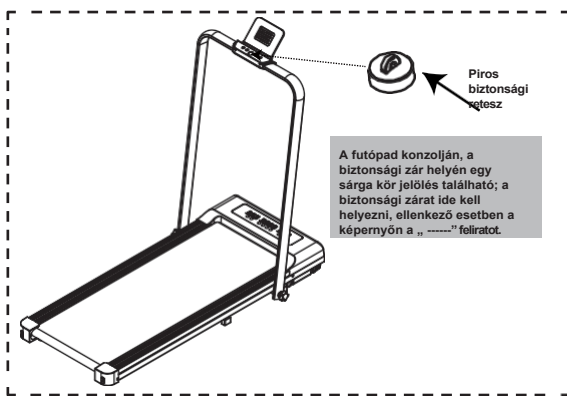
V



03

V

Helyezze be a PAD keretet.
Húzza meg a csavart kézzel.



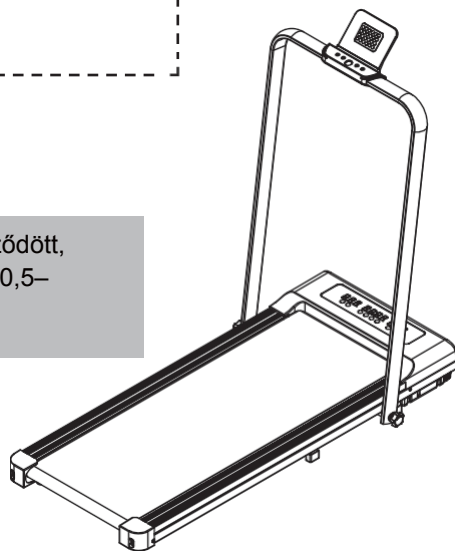
Piros
biztonsági
kulcs

A futópád konzolján, a biztonsági zár helyén egy sárga kör jelölés található; a biztonsági zárat ide kell helyezni, ellenkező esetben a képernyőn a „-----” feliratot.

04

V

A futópád telepítése befejeződött,
a sebesség 0,8–10,8 km/h (0,5–
6,7 mph).



08. ÁPOLÁS ÉS KARBANTARTÁS

V

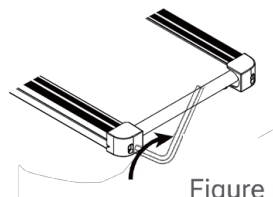


Figure 1

A futószalag központosítása a következőképpen történik:

1. A futópádot terhelés nélkül állítsa be 6 km/h sebességre.
2. A kézi központosítás menete a következő:

- Ha a futószalag balra tolódott, a hatlapú csavarkulccsal forgassa el a bal oldali feszítőgörgő csavarját 1/4 fordulattal az óramutató járásával megegyező irányba (lásd az 1. ábrát).
- Ha a futószalag jobbra tolódott, a hatlapú csavarkulccsal forgassa el a jobb oldali feszítőgörgő csavarját 1/4 fordulattal jobbra (lásd a 2. ábrát).

3. A készüléknek 1-2 percig működnie KELL. Ismételje meg a kézi központosítási folyamatot, amíg a futószalag középre nem kerül.

A szíj csúszásának kijavítása a következőképpen történik:

1. A készülék használata előtt kapcsolja ki az áramellátást.
2. A hatlapú csavarkulccsal forgassa el mindkét feszítőgörgő csavarját 1/2 fordulattal az óramutató járásával megegyező irányba (lásd a 3. ábrát).
3. A beállítás után próbáljon meg 1–2 percig sétálni 1,0 mph sebesség beállítás mellett. Ismételje meg, amíg a futószalag megfelelően meg nem feszül.

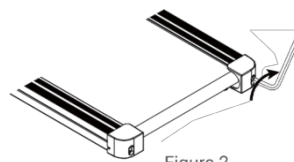


Figure 2

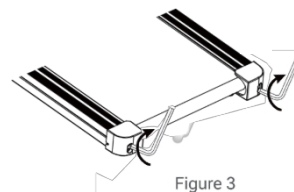


Figure 3

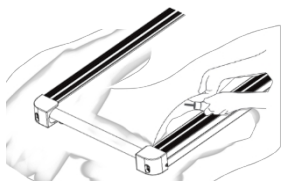
Figyelem

1. A sérülések elkerülése érdekében a karbantartás előtt ne hagyjon semmilyen tárgyat a készülék közelében.
2. KÖTELEZŐ a megfelelő hatlapú szerszám használata.
3. Legyen óvatos a karbantartás során! Vigyázzon, ne szorítsa be az ujjait!

08. ÁPOLÁS ÉS KARBANTARTÁS

V

1 Az öv kenése során kövesse az alábbi utasításokat.



1. Kapcsolja ki a készüléket, és húzza ki a csatlakozódugót.
2. A hatlapú csavarkulccsal forgassa mindkét feszítőgörgő csavarját az óramutató járásával ellentétes irányba, amíg az öv meglazul és könnyen felemelhetővé válik.

Tipp: Kérjük, jegyezze fel a hatlapú kulcs forgási ciklusait az öv meglazításakor, mivel ezeket használja az öv feszességének beállításához a kenési folyamat után.

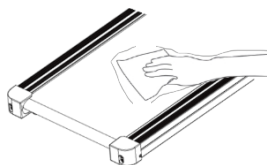
3. Emelje meg az öv széleit, és permetezzen kenőolajat a sétálófelület közepére. Nem szükséges a teljes sétálófelület beolajozni.
4. Kenőolaj mennyisége karbantartásonként: 5–10 ml.

Figyelem: túlzott mennyiségű olaj felhordása az ékszij csúszásához vezethet.

5. A hatlapú csavarkulccsal forgassa el mindkét feszítőcsavart az előző jelölés szerinti számú fordulattal az óramutató járásával megegyező irányba, amíg az öv megfelelően meg nem feszül.
6. Kapcsolja be a készüléket, és néhány percig edzzen, hogy a kenőolaj egyenletesen eloszoljon az öv teljes felületén.

Figyelem: Terhelés nélküli edzés 1,0 mph sebességbeállítás mellett.
Kenési gyakoriság: Erősen ajánlott 125 mérföldenként.

2 A készülék tisztítása



1. A tisztítás előtt kapcsolja ki a készüléket, és húzza ki a hálózati kábelt.
2. Nedves ruhával törölje le és tisztítsa meg, ne használjon savas vagy maró hatású tisztítószereket.
3. Ne tisztítsa a futószalag másik oldalát.
4. Hosszú használat után normális, hogy néhány fekete por marad a készülék alatt.

09. GYIK & MEGOLDÁSOK

V

E01: Jelzi, hogy az elektronikus mérő és az elektronikus vezérlés közötti kommunikációban rendellenesség lépett fel

E01 Gyakori problémák megoldása	Az elektronikus mérő kommunikációs vonala nincs csatlakoztatva, megszakadt vagy rossz az érintkezés
	Nincs jelkimenet az elektronikus mérőóráról
	Az alsó vezérlő nem ad ki jelet

E02: Az alsó vezérlő és a motor közötti rendellenes feszültséget jelzi

E02 Gyakori problémák megoldása	A motor vezetéke nincs csatlakoztatva
	Az alsó vezérlő tápfeszültségű motor nem ad ki feszültséget vagy rendellenes feszültséget ad
	A motor nem működik

E03: Rendellenes sebességérzékelést jelez

E03 Gyakori problémák megoldása	Az alsó vezérlőpanel PWM meghajtó vonala meghibásodott
---------------------------------	--------------------------------------------------------

E04: Az alsó vezérlőegység motor túlfeszültség-védelmi figyelmeztető üzenetét jelzi

E04 Gyakori problémák megoldása	A futópád terhelése meghaladja a motor névleges
	A futópád terhelése meghaladja a motor névleges
	A futópád motorja rendellenesen működik
	Az alsó vezérlőpanel motor túlfeszültség-ellenőrző vonal meghibásodott

09. GYIK és MEGOLDÁSOK

V

E05: Az alsó vezérlő érzékelő motor túláramvédelmét jelzi információs üzenet

E05 Gyakori problémák megoldása	A futópad terhelése meghaladja a motor névleges üzemi áramértékét
	A futópad és a motor szerkezeti problémái, amelyek a motor ellenállását vagy elakadását okozzák jelenséget
	Az áramkorlátozó rendszer alsó vezérlőjének hibája

E06: Jelzi, hogy az alsó vezérlő a hajtás tápellátásának alacsony, rendellenes feszültségét észleli

E06 Gyakori problémák megoldása	A tápfeszültség túl alacsony
	Az alsó vezérlőpanel hálózati meghibásodást észlel

E07 vagy --: Jelzi, hogy az elektronikus óra biztonsági zárja nincs megfelelően beállítva

E07/-- : Gyakori problémamegoldások	A biztonsági mágnes nincs a helyén
	Az elektronikus mérő biztonsági zárrendszere meghibásodott

Amikor a képernyőn a „----” feliratot, biztonsági zárat kell elhelyezni a futópadon

