HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ – HU

IN 19902 Futópad inSPORTline AeroHike

TARTALOM

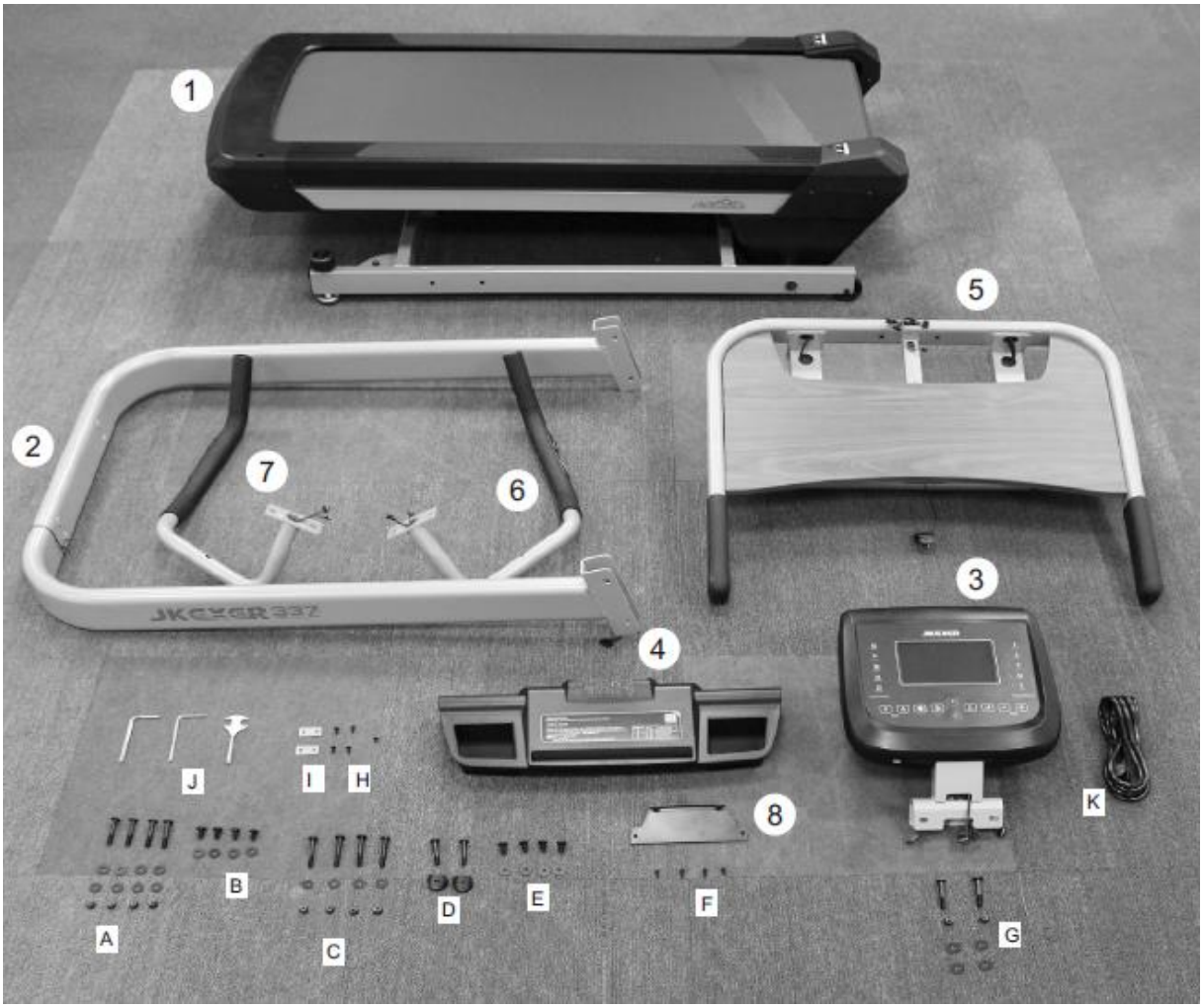
BIZTONSÁGI ÚTMUTATÓ……...3
ÖSSZESZERELÉS……5
SZÁMÍTÓGÉP……..11
FUNKCIÓK……12
GOMBOK……..12
HASZNÁLAT……14
ELŐRE BEÁLLÍTOTT PROGRAMOK……..17
FUTÓ MÓD……...17
HEGYMENET MÓD……23
HIBA……...25
ELMOZDÍTÁS ÉS SZINTEZÉS……25
BIZTONSÁGOS GYAKORLAT……..25
KEZDÉS……25
BEMELEGíTŐ GYAKORLATOK……...26
KARBANTARTÁSI INSTRUKCIÓK……..27
KARBANTARTÁSI ÚTMUTATÓ……28
SZALAG KÖZÉPRE HELYEZÉSE ÉS FESZESSÉG BEÁLLÍTÁS……28
SZÍJ BEÁLLíTÁSA……...29
TÁROLÁS……29
FONTOS MEGJEGYZÉS……...29
KÖRNYEZETVÉDELEM……30
SZERKEZETI RAJZ……31
ALKATRÉSZ LISTA……32

BIZTONSÁGI ÚTMUTATÓ

- Olvassa el figyelmesen a kézikönyvet, és őrizze meg a későbbiekre.
- Mozogjon természetesen a gép használata közben és ne nézze a lábát futás közben. Csak egy személy használhatja a terméket egyszerre.
- A sebességet fokozatosan növelje, ne azonnal kezdje az edzést nagy sebességen.
- Csak akkor hagyja el a készüléket ha már megállt.
- Kövesse a szerelési útmutatót. Az összeszerelést csak felnőtt személy végezheti.
- Tartsa távol gyermekektől és háziállatoktól. Ne hagyja a gyermekeket és háziállatokat felügyelet nélkül a futópad közelében. A futópadot csak felnőttek használhatják.
- Mielőtt bármilyen edzést megkezdene, konzultáljon orvosával. Ez főleg akkor fontos, ha egészségügyi problémái vannak, éppen kezelés alatt áll vagy magas vérnyomása van.
- Rendszeresen ellenőrizze az összes csavart és anyát. Megfelelően kell meghúzni. Rendszeresen ellenőrizze a futópadot, hogy nincs-e sérült vagy kopott alkatrésze.
- Kérjük, a futópadot sima, száraz és egyenes felületen használja. Tartson legalább 0,6 m távolságot a futópad körül. Ne használja nedves helyen. Ne tegye a futópadot vastag szőnyegre.
- Védje a futópadot a nedvességtől és a víztől.
- Ne használjon aeroszolos spray-t a futópadnál.
- Ha a futópad be van kapcsolva, ne távolítsa el a védőburkolatot. Ha karbantartás során el kell távolítania a védőburkolatot, húzza ki a futópadot a konnektorból.
- Mindig viseljen sportruházatot. Ne viseljen laza ruhát, amely elakadhat. Mindig viseljen sportcipőt.
- Ne kapcsolja be a futópadot, ha rajta áll. A futópad elindítása előtt álljon a futópad oldalán.
- Ne eddzen legalább 40 perccel étkezés után.
- Edzés előtt mindig melegítsen be.
- Ne tegyen tárgyat a szellőzőhöz vagy a csatlakozóaljzathoz.
- Ne végezzen módosításokat a terméken.
- Ne terhelje túl magát edzés közben. Ha először használja a futópadot, tartsa szorosan a fogantyúit, amíg hozzászokik a készülékhez. Ha a HIGH HEAR RATE felirat jelenik meg, a pulzus túl magas, és csökkentenie kell a tempót.
- A futópad egyetlen része sem akadályozhatja a felhasználó mozgását.
- Ne használja szabadban.
- Ne tegye ki közvetlen napsugárzásnak.
- Ne tárolja magas páratartalmú helyiségben (medencék, szauna stb.)
- **Maximális terhelhetőség:** 140 kg
- **Kategória:** HC otthoni használatra
- **Az alábbi szabványoknak felel meg:** CE, ISO20957-1, ISO20957-6
- FIGYELEM: A pulzusérzékelő nem orvosi pontosságú. A túlterhelés súlyos sérüléseket vagy akár halált is okozhat. Bármilyen rosszullét esetén hagyja abba az edzést és forduljon kezelőorvosához.

BIZTONSÁGI FIGYELMEZTETÉS: Ne használja a pulzusérzékelőket a markolaton 14 km / h feletti sebességnél.

ÖSSZESZERELÉS



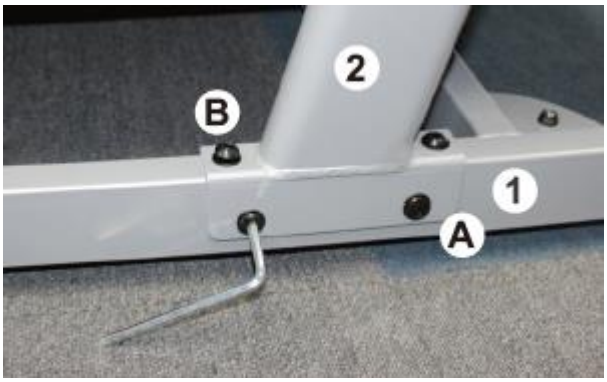
1.	Főváz	1	C	Csavar (M8 x 55L)	4+4+4
2	Első váz	1	D	Csavar + távtartó (M8 x 45L)	2+2
3	Számítógép	1	E	Csavar (M8 x 15L)	4+4
4	Számítógép tartó	1	F	Csavar (M8 x 50L)	4
5	Asztal	1	G	Csavar	2+2+4
6	Kormány - R	1	H	Csavar	5
7	Kormány - L	1	I	Lemez	2
8	Hátsó burkolat	1	J	Imbuszkulcs	1+1+1
9	Biztonsági kulcs	1	K	Tápkábel	1
A	Csavar (M8 x 50L)	4+8+4	L	Csavar	4
B	Csavar (M8 x 15L)	4+4			

1. LÉPÉS

Vannak kábelek az elülső váz (2) jobb oldalán és a fő váz (1) jobb oldalán. Kérjen meg egy másik személyt, hogy tartsa a vázat (2), és csatlakoztassa a kábeleket az elülsõ vázból (2) a fõ vázhoz(1). Ezután csatlakoztassa az első vázat (2) a fő vázhoz (1).

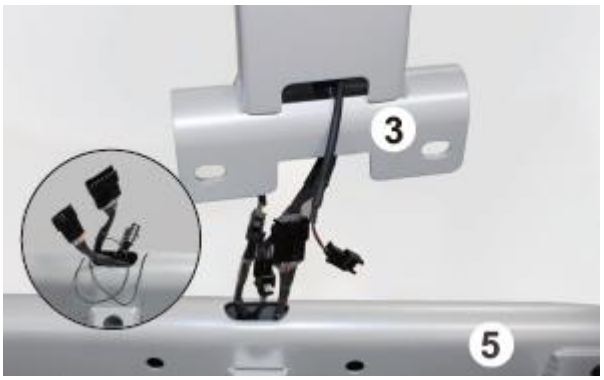
2. LÉPÉS

Csatlakoztassa a vázakat csavarokkal (A, B). Ne sértse meg a kábeleket és csatlakozót.



3. LÉPÉS

Húzza ki a 3 kábelt az asztalból (5), majd csatlakoztassa a számítógép (3) kábeléhez. Óvatosan illessze be a felesleges vezetékeket az asztalkeretbe (5). Ne sértse meg a kábeleket és a csatlakozókat.



4. LÉPÉS

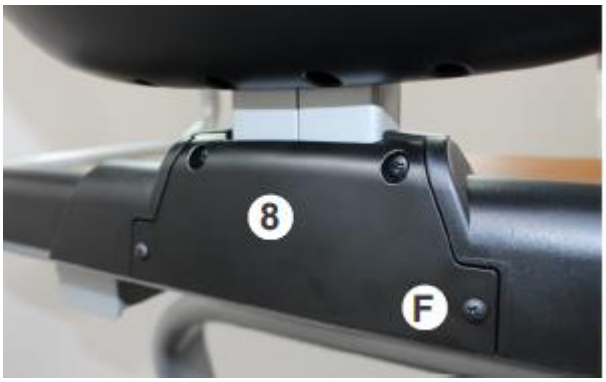
Fogja meg egyik kezével a számítógépet (3), a másik kezével pedig a tartót (4). Csatlakoztassa a számítógépet (3) és a számítógép tartót (4) egyidejűleg az (5) asztalhoz.

5. LÉPÉS

Húzza meg a csavarokat (G).

6. LÉPÉS

Biztosítsa a hátsó burkolatot (8) a számítógép tartón (4) csavarokkal (F).



7. LÉPÉS

A számítógéptartó (4) rögzítéséhez az asztalhoz (5) rögzítse a lemezt (I) 4 csavarral (H).

8. LÉPÉS

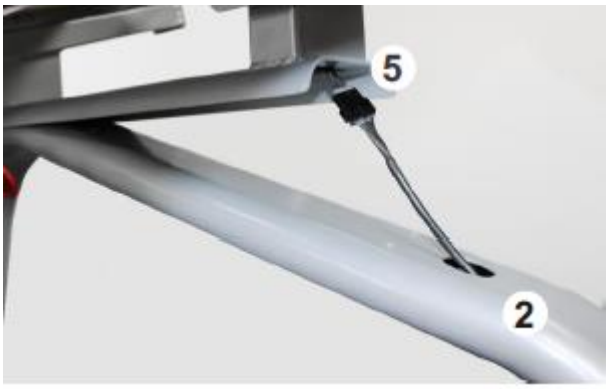
A csavarok (H) segítségével - rövidebbekkel, a képen látható módon rögzítse a számítógépartót (4) az asztalhoz (5). Csatlakoztassa a számítógép (3) és az asztal (5) kábeleit.

9. LÉPÉS

Fejezze be a számítógép (3), a tartó (4) és az asztal (5) teljes szerelését.

10. LÉPÉS

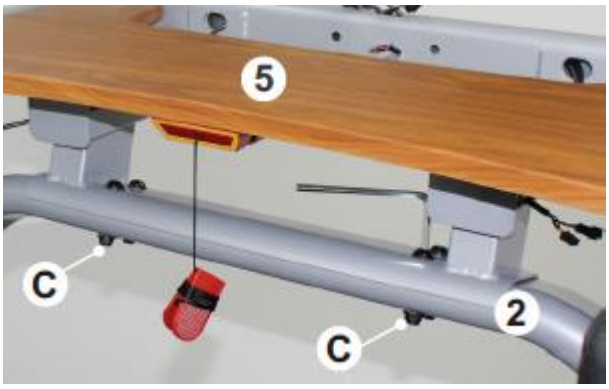
Kérjen meg egy másik személyt, hogy tartsa az Asztalt (5) az elülsõ vázon (2). Csatlakoztassa a kábelt az Asztalból (5) az elülső váz kábeléhez (2). Helyezze el a felesleges kábelt a vázba (2.).



11. LÉPÉS

A csavarokkal (C) rögzítse az asztalt (5) az elülső vázhoz (2).

Ne sértse meg a kábelt és a csatlakozót.



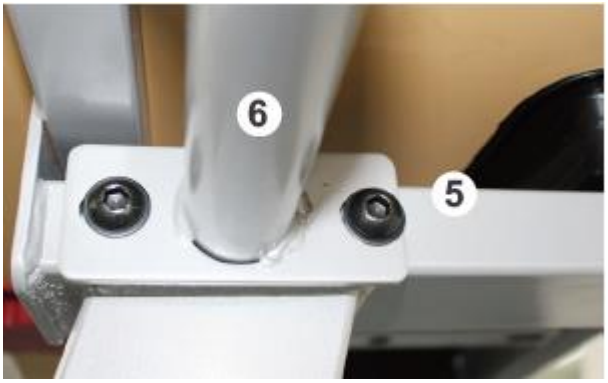
12. LÉPÉS

Kérjen meg egy másik személyt, hogy tartsa a markolatot - R (6). Csatlakoztassa az asztal(5) kábeleit a markolat (6) kábeleihez. Helyezze be a felesleges kábelt a fogantyúkba (6). Ne sértse meg a kábelt és a csatlakozót

.

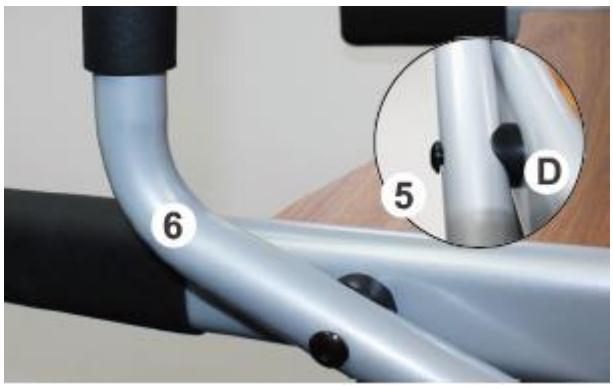
13. LÉPÉS

Rögzítse a kormányt (6) az asztalhoz (5) csavarokkal(E).



14. LÉPÉS

Rögzítse a markolatot - R (6) az asztalhoz (5) a csavarral és távtartóval (D). Ismételje meg a bal oldalon. a 13. LÉPÉS szerint.



15. LÉPÉS

Dugja a tápkábelt (K) a főváz csatlakozójába (1).

SZÁMÍTÓGÉP

Sebesség, dőlésszög – Futó mód	0,8 – 12 km/h, Szint 0-15
Sebesség, dőlésszög – Climbing mode	0,8 – 6 km/h, Szint 15 - 40
Futó mód	1. 12 előre beállított programok 1-3 szintekkel 2. 3 cél: TIME(idő), DISTANCE(távolság), CALORIES (kalória) 3. HRR program (HRR) (E, M, T, A, I) 0,8 – 10 km/h, Szint 0 – 15 4. Zsír
Hegymászó mód	1. 5 előre beállított program 2. 3 cél: TIME, DISTANCE, CALORIES 3. HRR program (HRR) (E, M, T, A, I) 0,8 – 4 km/h, 15 – 40 szint 4. Zsjr
Alapértelmezett értékek	Gender (nem)/ Male(férfi), Age(kor) / 30, Height(magasság)/ 170 cm, Weight(súly) / 70 kg, Time(idő) / 30 minutes, Resting Heart Rate(nyugalmi pulzusszám) / 72 bpm. Target distance(cél távolság) / 1.0 KM, Target calories(cél kalória) /10 Kcal, Target time (cél idő)/ 30 minutes.

FUNKCIÓK

1	Impulzus	A. Pulzusszám 0 – 200 bpm (ütés per perc) B. Test tjpus 1-5 C. Nyugalmi pulzusszám
2	Kalória	A. Kalória 10 – 999 Kcal B. Magasság 50 – 250 cm
3	Lépések	A. Lépésszám B. BMR
4	Távolság	A. Távolság 0 – 99,9 km B. FAT%
5	Program	A. Futó mód 1-12 Hegymászó mód1-5 B. BMI C. U0 – U3
6	Nem	férfi / nő
7	Lejtő	A. Futó mód – Szint 1-15 Hegymászó mód – Szint 15-40 B. Kor – 10 -99, előre beállított érték 30 C. Nehézség 1-3
8	Idő	00:00 – 99:59
9	Sebesség	A. Futó mód 0,8 – 12 km/h Hegymászó mód 0,8 – 6 km/h B. Súly: 20 – 140 kg
10	Sebességmérő egység	KM - mérföld
11	Pont mátrix	Pont mátrix 16 x 29

GOMBOK

1	Climbe mode	Gyors dőlésszög mód
2	Incline 	A. Adatok beállítása B. Előre kiválasztott program és szint kiválasztása C. Dőlésszög beállítás D. Profil kiválasztás U0-U3. U0: nem ment adatot. U1-U3 – ment adatot. Adat törölhető ha 3 másodpercig lenyomva tartja az ENTER gombot.
3	Cool down 	Ha megnyomja, azonnal csökkenni kezd a sebesség és a dőlésszög. A ismételt megnyomásával a program visszatér az eredeti értékekhez.

4	Climbe mode	Hegyi futásedzész módhoz
5	START	Bekapcsolás vagy Alvó üzemmódból való indítás
6	STOP	Ideiglenes leállítás, tartsa lenyomva 3 másodpercig a visszaállításhoz
7	Running mode	Futáshoz
8	ENTER	Erősítse meg a bevitt adatokat
9	Speed	A. Az adatok beállítása B. Előre beállított program kiválasztása és a betöltése C. Sebesség beállítása
10	E, M, T, A, I	HRR program edzéshez (HRR) E - legalacsonyabb, I - legmagasabb szívműködés
11	Lap	Minden pont 10 métert mutat, egy kör 500 méter Állítható érték 0–99
12	USB connector	A bal alsó sarokban egy USB-csatlakozó található a tablet és a telefon töltéséhez

HASZNÁLAT

Az edzés elindításához válassza a Running/Futás vagy a Climbing/Hegymászás módot.

A kiválasztás után elindíthatja a programot a START gombbal, vagy az U0-U3 profil kiválasztásával a lejtés beállító gombokkal.

QUICK START/GYORS INDÍTÁS

Nyomja meg a START gombot. Állítsa be a lejtőt (0-15-es futás, 15-40-es mászás) és a sebességet (0,8 - 12 km / h). A 00 kör jelenik meg a bal oldalon, és egy pont villog a jobb oldalon. Az egyik pont 10 métert jelent. 1 kör 500 m. Ha a szám 00-ról 01-re változik, ez azt jelenti, hogy elérte az 500 métert.

A PROGRAM MŰKÖDÉSE

1. A lejtést beállító gombokkal válassza ki az U0 - U3 lehetőséget.

2. Nyomja meg az ENTER billentyűt, és a sebesség gombokkal válassza ki a nemet, a beállított magasságot, súlyt és az RHR-t (nyugalmi pulzusszám).

3. Erősítse meg az ENTER billentyűvel.

4. Nyomja meg a START gombot az előre beállított program kiválasztásához, a cél vagy HRR program kiválasztásához a sebesség- vagy lejtést beállító gombokat használja.

ELŐZETES PROGRAMOK

1. A lejtő vagy a sebességbeállító gombokkal válassza ki a P1-P12 (P1-P5 a hegymászáshoz) lehetőséget.

2. Erősítse meg az ENTER gombbal, az L1 villog. A dőlés vagy a sebességszabályozó gombokkal válassza ki az L1 - L3 lehetőséget. A nehézség nem állítható a felfelé futáshoz.

3. Erősítse meg az ENTER-rel, az alapértelmezett 30 érték villogni kezd.

4. Nyomja meg a START gombot

Az előre beállított programokról további információkat a használati útmutató tartalmaz.

CÉLPROGRAM

1. A lejtő vagy a sebességgombbal válassza ki a távolságot, az időt vagy a kalóriát.

2. Nyomja meg az ENTER gombot, és a lejtő vagy a sebesség beállító gombokkal állítsa be a kívánt értékeket.

3. A program bekapcsolásához nyomja meg a START gombot.

HRR PROGRAM (HRR)

0,8 - 10 km / h, 0-15-es szint futáshoz

0,8 - 4 km / h, 15-40-es szint a hegymászáshoz

1. Válassza az E, M, T, A, I lehetőséget.

2. Erősítse meg az ENTER gombbal és használja a lejtő vagy a sebesség-beállító gombokat az edzési idő beállításához.

3. A program bekapcsolásához nyomja meg a START gombot. A számítógép érzékeli a szívműködést, és beállítja a dőlést és a sebességet a pulzusszámnak megfelelően.

MEGJEGYZÉS:

- A HRR program használatához mellkasövvel kell rendelkeznie, vagy tenyerét a fogantyúk pulzusérzékelő lemezeire kell helyeznie.
- Ha a pulzus alacsonyabb, mint a megadott érték, akkor a sebességet automatikusan 0,2 km / h-val növelik. Ha a sebesség nagyobb, mint 10 km / h, de a pulzus még mindig alacsonyabb, mint a megadott érték, akkor a lejtést 1 szinttel növeli. Ha a sebesség 10 km / h és a lejtés 40, de a pulzusszám nem éri el a megadott értéket, akkor a sebesség és a lejtés a legmagasabb szinten folytatódik.

- Ha a pulzus meghaladja a megadott értéket, akkor a sebességet automatikusan 0,2 km / h-val csökkenti. Ha a sebesség a legalacsonyabb, de a pulzus továbbra is nagyobb, mint a megadott érték, akkor a lejtés csökken. Ha a sebesség és a lejtés a legalacsonyabb szinten van, a futópad automatikusan leáll.
- Ha a pulzust 20 másodpercig nem érzékeli, a futópad leáll, és a kijelzőn a NO pulzus jelenik meg.

Pulzusszámítás:

Intenzitás	HRR %
E	59-75 %
M	74-84 %
T	84-88 %
A	88-95 %
I	95-100 %

RHR – pulzus pihenés közben, MHR – maximális pulzusszám, HRR különbség a nyugalmi pulzusszám és a maximális pulzusszám között

Számítás: (MHR-RHR) x HRR % + RHR

MHR= Férfiaknak 220 - kor

Hölgyeknek 226 - kor

A nyugalmi pulzus legpontosabb mérése érdekében azt javasoljuk, hogy mérje meg reggel 3 percig.

FIGYELMEZTETÉS: A pulzusmérő program csak referenciaként szolgál, és nem alkalmas orvosi célokra!

Szabadon válthat a futás és a hegymászás között.

Válassza E, M, T, A, I (E - Legalacsonyabb, I – Legmagasabb terhelés)

Alacsonyabbtól a magasabb terhelésig - a sebesség és a lejtés változatlan. A HR növekedni fog

Magasabbtól az alacsonyabb terheléshez - a sebesség és a lejtés 50% -kal csökken, a HR alacsonyabb szintre csökken

• Ha 20 percre leáll, a futópad kikapcsol.

• Ha a program be van kapcsolva, de a felhasználót nem észleli 3 percig, a futópad leáll. 20 perc elteltével kikapcsol.

• Ha a készülék készenléti állapotban van, és 5 percig semmilyen lépést nem tesz, a számítógép alvó állapotba kerül. Nyomja meg a START gombot, hogy újra bekapcsolja.

FAT PROGRAM

1. A lejtő vagy a sebesség beállító gombokkal válassza ki a FAT programot.

2. Nyomja meg az ENTER, majd az START gombot. 12 másodperc múlva a számítógép megjeleníti a BMI-t, a BMR-t, a FAT% -ot és a testtípust.

VIGYÁZAT: Minden adat csak tájékoztató jellegű, és nem orvosi pontosságú!

BMI

Ez a testtömeg általános összehasonlítása.

Számítás: Súly (KG): Magasság (M)

Alultápláltság	BMI < 18.5
Ideális	18,5 ≤ BMI < 25
Túlsúly	25 ≤ BMI < 30
Első fokú elhízás	30 ≤ BMI < 35

Második fokú elhízás	35 ≤ BMI < 40
Harmadik fokú elhízás	40 ≤ BMI

BMR

Passzív kalóriaégetést mutat az anyagcserével.

Számítás:

Férfi = 66 + (13.7 x súly kg) + (5 x magasság cm) - (6.8 x kor)

Nő = 655 + (9.6 x súly kg) + (1.7 x magasság cm) - (4.7 x kor)

TEST TíPUS

1	Alultápláltság
2	Vékony
3	Normális
4	Túlsúlyos
5	Elhízott

% TESTZSÍR

Férfi	10-20 %	Normális
	20 – 25 %	Túlsúlyos
	több mint 25 %	Elhízott

Nő	15 – 25 %	Normális
	25 – 35 %	Túlsúlyos
	több mint 35 %	Elhízott

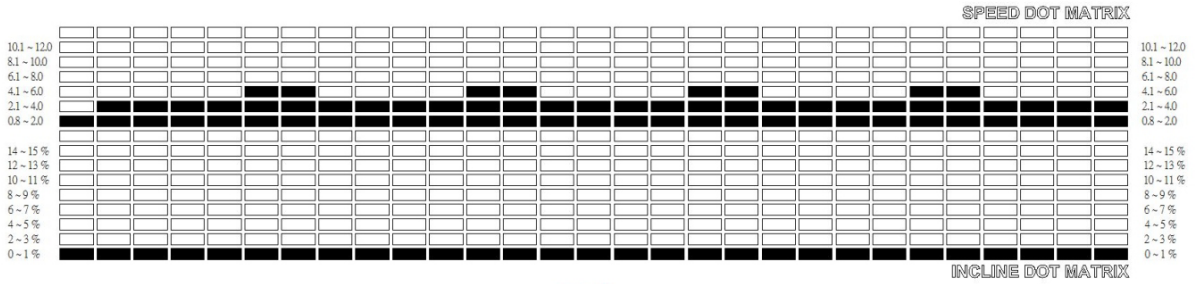
COLL DOWN MÓD

1. A Cool down gomb megnyomása után a lejtést a minimumra csökkenti, a sebességet pedig 2 km / h-ra.
2. Az időt, a kalóriát és a távolságot továbbra is számlálja.
3. Az ismételt megnyomásával a program visszaáll az eredeti sebességre és dőlésszögre.
4.

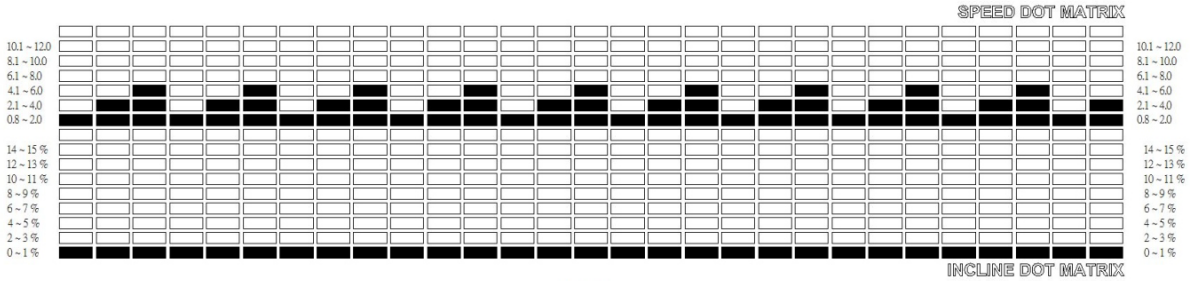
Megjegyzés: A lépések száma csak akkor számlálódik, ha futó üzemmódban van. Az adatokat minden üzemmódváltás után törli.

ELŐRE BEÁLLÍTOTT PROGRAMOK

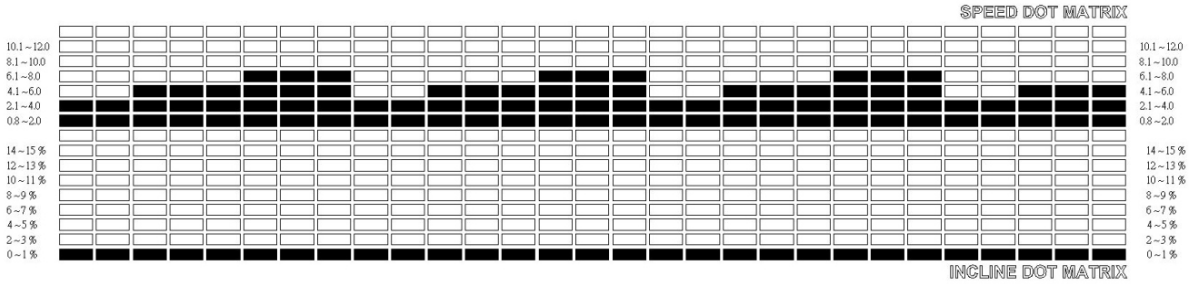
FUTÓ MÓD



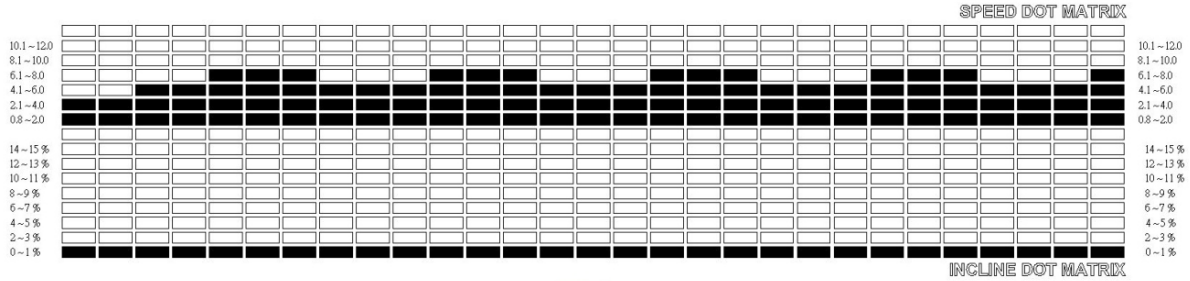
P1



P2



P3



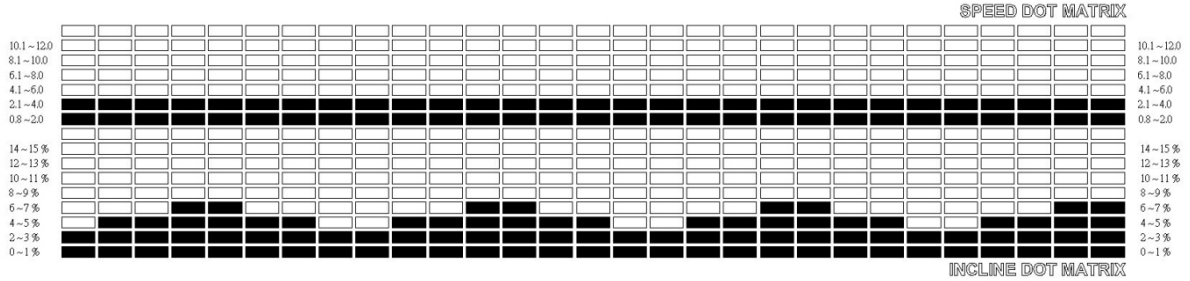
P4

sebesség szint 1	P1		P2		P3		P4	
	sebesség km/h	dőlés	sebesség km/h	dőlés	sebesség km/h	dőlés	sebesség km/h	dőlés
Interval 1	2,0	0	2,0	0	3,0	0	3,0	0
Interval 2	3,0	0	4,0	0	3,0	0	4,0	0
Interval 3	3,0	0	6,0	0	6,0	0	5,0	0
Interval 4	4,0	0	2,0	0	6,0	0	6,0	0
Interval 5	4,0	0	4,0	0	6,0	0	7,0	0
Interval 6	5,0	0	6,0	0	8,0	0	8,0	0
Interval 7	5,0	0	2,0	0	8,0	0	7,0	0
Interval 8	3,0	0	4,0	0	3,0	0	6,0	0
Interval 9	3,0	0	6,0	0	3,0	0	5,0	0
Interval 10	4,0	0	2,0	0	6,0	0	6,0	0
Interval 11	4,0	0	4,0	0	6,0	0	7,0	0
Interval 12	5,0	0	6,0	0	6,0	0	8,0	0
Interval 13	5,0	0	2,0	0	8,0	0	7,0	0
Interval 14	3,0	0	4,0	0	8,0	0	6,0	0
Interval 15	3,0	0	6,0	0	8,0	0	5,0	0
Interval 16	4,0	0	2,0	0	3,0	0	6,0	0
Interval 17	4,0	0	4,0	0	3,0	0	7,0	0
Interval 18	5,0	0	6,0	0	6,0	0	8,0	0
Interval 19	5,0	0	2,0	0	6,0	0	7,0	0
Interval 20	3,0	0	4,0	0	6,0	0	6,0	0
Interval 21	3,0	0	6,0	0	8,0	0	5,0	0
Interval 22	4,0	0	2,0	0	8,0	0	6,0	0
Interval 23	4,0	0	4,0	0	8,0	0	7,0	0
Interval 24	5,0	0	6,0	0	8,0	0	8,0	0
Interval 25	5,0	0	2,0	0	3,0	0	7,0	0
Interval 26	3,0	0	4,0	0	3,0	0	6,0	0
Interval 27	3,0	0	6,0	0	6,0	0	5,0	0
Interval 28	4,0	0	2,0	0	6,0	0	6,0	0
Interval 29	4,0	0	4,0	0	6,0	0	7,0	0

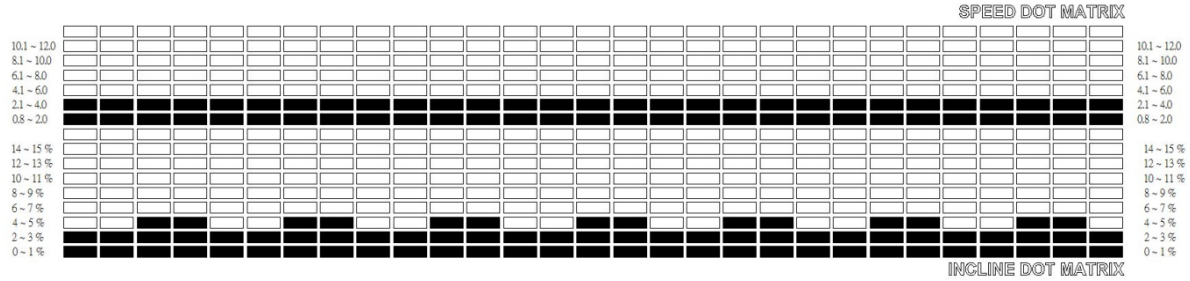
A 2. szint az 1. szinttől függ, a sebességet 2 km / h-val növelik, lejtés nem változik.

A 3. szint a 2. szinttől függ, a sebességet 2 km / h-val növelik, lejtés nem változik.

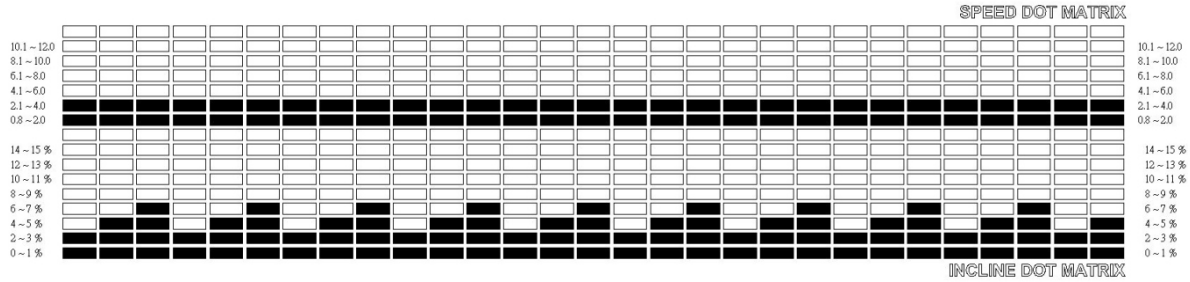
P5


SPEED DOT MATRIX
10.1 ~ 12.0
8.1 ~ 10.0
6.1 ~ 8.0
4.1 ~ 6.0
2.1 ~ 4.0
0.8 ~ 2.0
14 ~ 15 %
12 ~ 13 %
10 ~ 11 %
8 ~ 9 %
6 ~ 7 %
4 ~ 5 %
2 ~ 3 %
0 ~ 1 %
INCLINE DOT MATRIX

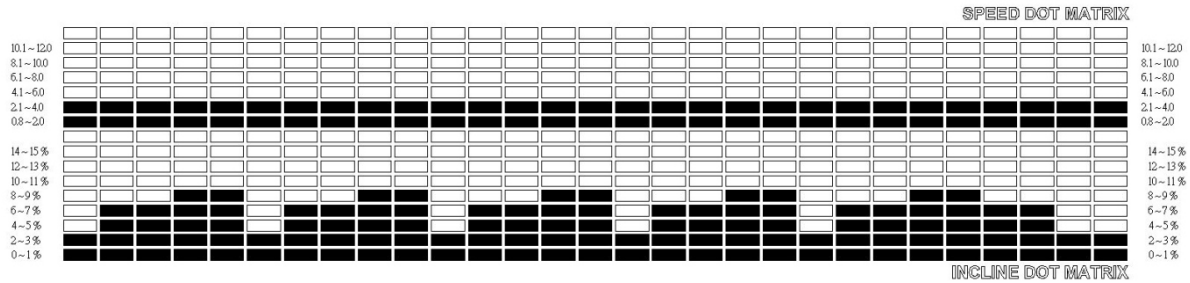
P5


SPEED DOT MATRIX
10.1 ~ 12.0
8.1 ~ 10.0
6.1 ~ 8.0
4.1 ~ 6.0
2.1 ~ 4.0
0.8 ~ 2.0
14 ~ 15 %
12 ~ 13 %
10 ~ 11 %
8 ~ 9 %
6 ~ 7 %
4 ~ 5 %
2 ~ 3 %
0 ~ 1 %
INCLINE DOT MATRIX

P6


SPEED DOT MATRIX
10.1 ~ 12.0
8.1 ~ 10.0
6.1 ~ 8.0
4.1 ~ 6.0
2.1 ~ 4.0
0.8 ~ 2.0
14 ~ 15 %
12 ~ 13 %
10 ~ 11 %
8 ~ 9 %
6 ~ 7 %
4 ~ 5 %
2 ~ 3 %
0 ~ 1 %
INCLINE DOT MATRIX

P7


SPEED DOT MATRIX
10.1 ~ 12.0
8.1 ~ 10.0
6.1 ~ 8.0
4.1 ~ 6.0
2.1 ~ 4.0
0.8 ~ 2.0
14 ~ 15 %
12 ~ 13 %
10 ~ 11 %
8 ~ 9 %
6 ~ 7 %
4 ~ 5 %
2 ~ 3 %
0 ~ 1 %
INCLINE DOT MATRIX

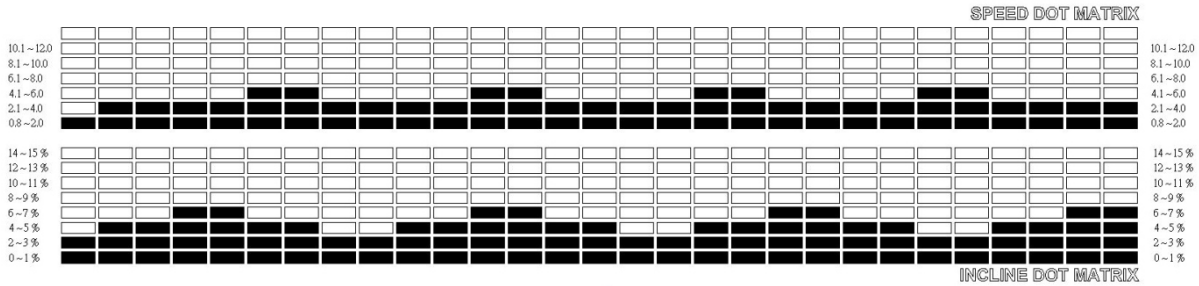
P8

dőlésszint 1	P5		P6		P7		P8	
	sebesség km/h	szint	sebesség km/h	szint	sebesség km/h	szint	sebesség km/h	szint
Interval 1	4,0	szint 2	4,0	szint 2	4,0	szint 2	4,0	szint 2
Interval 2	4,0	4	4,0	3	4,0	4	4,0	6
Interval 3	4,0	4	4,0	4	4,0	6	4,0	6
Interval 4	4,0	6	4,0	5	4,0	2	4,0	8
Interval 5	4,0	6	4,0	2	4,0	4	4,0	8
Interval 6	4,0	4	4,0	3	4,0	6	4,0	3
Interval 7	4,0	4	4,0	4	4,0	2	4,0	6
Interval 8	4,0	2	4,0	5	4,0	4	4,0	6
Interval 9	4,0	2	4,0	2	4,0	6	4,0	8
Interval 10	4,0	4	4,0	3	4,0	2	4,0	8
Interval 11	4,0	4	4,0	4	4,0	4	4,0	3
Interval 12	4,0	6	4,0	5	4,0	6	4,0	6
Interval 13	4,0	6	4,0	2	4,0	2	4,0	6
Interval 14	4,0	4	4,0	3	4,0	4	4,0	8
Interval 15	4,0	4	4,0	4	4,0	6	4,0	8
Interval 16	4,0	2	4,0	5	4,0	2	4,0	3
Interval 17	4,0	2	4,0	2	4,0	4	4,0	6
Interval 18	4,0	4	4,0	3	4,0	6	4,0	6
Interval 19	4,0	4	4,0	4	4,0	2	4,0	8
Interval 20	4,0	6	4,0	5	4,0	4	4,0	8
Interval 21	4,0	6	4,0	2	4,0	6	4,0	3
Interval 22	4,0	4	4,0	3	4,0	2	4,0	6
Interval 23	4,0	4	4,0	4	4,0	4	4,0	6
Interval 24	4,0	2	4,0	5	4,0	6	4,0	8
Interval 25	4,0	2	4,0	2	4,0	2	4,0	8

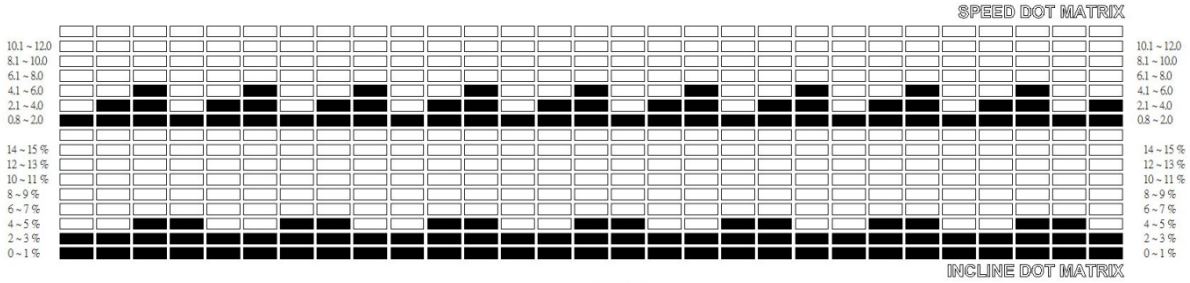
Interval 26	4,0	4	4,0	3	4,0	4	4,0	6
Interval 27	4,0	4	4,0	4	4,0	6	4,0	6
Interval 28	4,0	6	4,0	5	4,0	2	4,0	3
Interval 29	4,0	6	4,0	2	4,0	4	4,0	3

A 2. szint az 1. szinttől függ, a lejtést 1-gyel növelik, a sebesség nem változik.

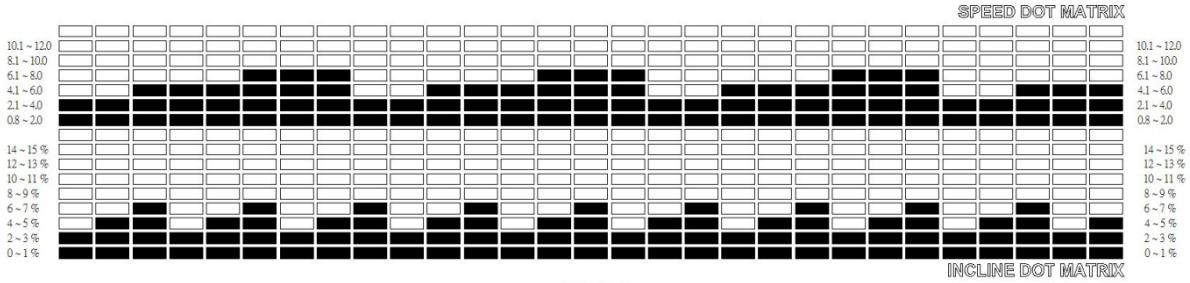
A 3. szint a 2. szinttől függ, a lejtést 1-gyel növelik, a sebesség nem változik.



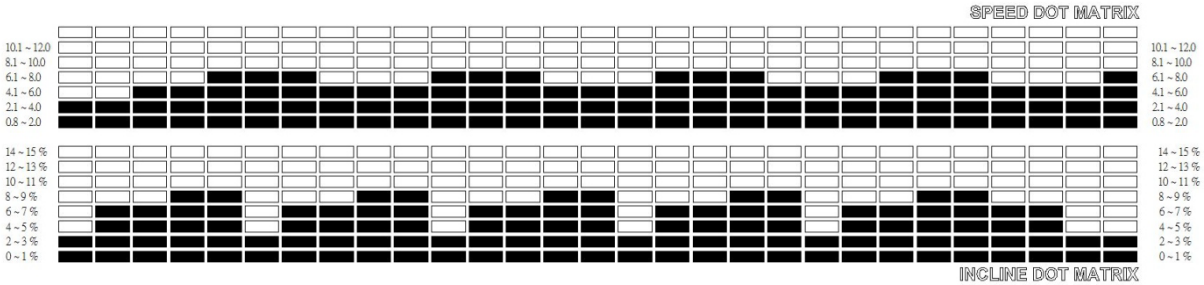
P9



P10



P11


SPEED DOT MATRIX
10.1 ~ 12.0
8.1 ~ 10.0
6.1 ~ 8.0
4.1 ~ 6.0
2.1 ~ 4.0
0.8 ~ 2.0
14 ~ 15 %
12 ~ 13 %
10 ~ 11 %
8 ~ 9 %
6 ~ 7 %
4 ~ 5 %
2 ~ 3 %
0 ~ 1 %
INCLINE DOT MATRIX

P12

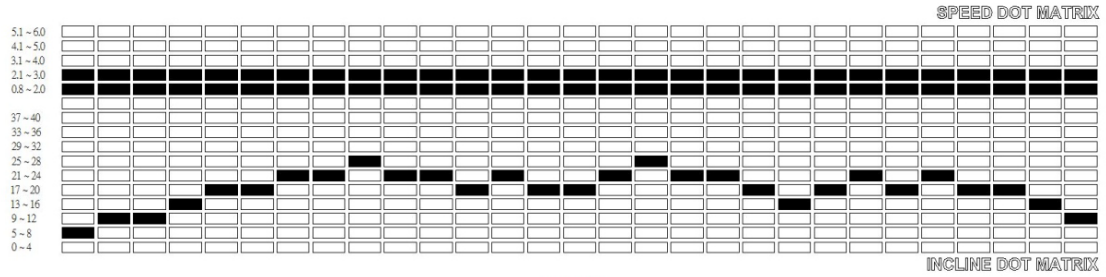
Sebesség szint 1	P9		P10		P11		P12	
	sebesség km/h	dőlés	sebesség km/h	dőlés	sebesség km/h	dőlés	sebesség km/h	dőlés
Interval 1	2,0	Level 2	2,0	Level 2	3,0	Level 2	3,0	Level 2
Interval 2	3,0	4	4,0	3	3,0	4	4,0	6
Interval 3	3,0	4	6,0	4	6,0	6	5,0	6
Interval 4	4,0	6	2,0	5	6,0	2	6,0	8
Interval 5	4,0	6	4,0	2	6,0	4	7,0	8
Interval 6	5,0	4	6,0	3	8,0	6	8,0	3
Interval 7	5,0	4	2,0	4	8,0	2	7,0	6
Interval 8	3,0	2	4,0	5	8,0	4	6,0	6
Interval 9	3,0	2	6,0	2	3,0	6	5,0	8
Interval 10	4,0	4	2,0	3	3,0	2	6,0	8
Interval 11	4,0	4	4,0	4	6,0	4	7,0	3
Interval 12	5,0	6	6,0	5	6,0	6	8,0	6
Interval 13	5,0	6	2,0	2	6,0	2	7,0	6
Interval 14	3,0	4	4,0	3	8,0	4	6,0	8
Interval 15	3,0	4	6,0	4	8,0	6	5,0	8
Interval 16	4,0	2	2,0	5	8,0	2	6,0	3
Interval 17	4,0	2	4,0	2	3,0	4	7,0	6
Interval 18	5,0	4	6,0	3	3,0	6	8,0	6
Interval 19	5,0	4	2,0	4	6,0	2	7,0	8
Interval 20	3,0	6	4,0	5	6,0	4	6,0	8
Interval 21	3,0	6	6,0	2	6,0	6	5,0	3
Interval 22	4,0	4	2,0	3	8,0	2	6,0	6
Interval 23	4,0	4	4,0	4	8,0	4	7,0	6
Interval 24	5,0	2	6,0	5	8,0	6	8,0	8
Interval 25	5,0	2	2,0	2	3,0	2	7,0	8

Interval 26	3,0	4	4,0	3	3,0	4	6,0	6
Interval 27	3,0	4	6,0	4	6,0	6	5,0	6
Interval 28	4,0	6	2,0	5	6,0	2	6,0	3
Interval 29	4,0	6	4,0	2	6,0	4	7,0	3

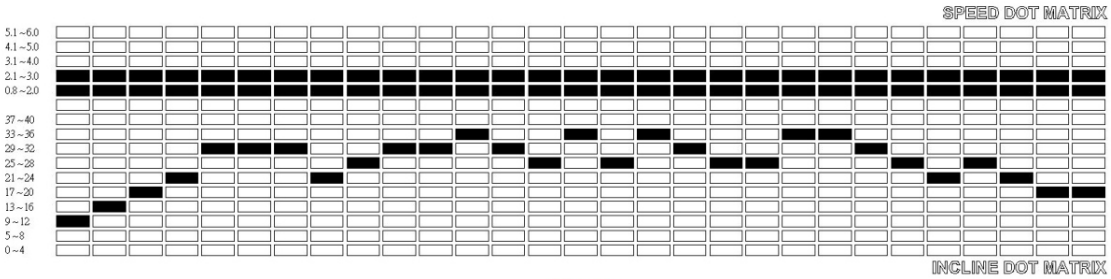
A 2. szint az 1. szinttől függ, a lejtést 1-gyel, a sebességet pedig 2 km / h-val növelik.

A 3. szint a 2. szinttől függ, a lejtést 1-gyel, a sebességet pedig 2 km / h-val növelik.

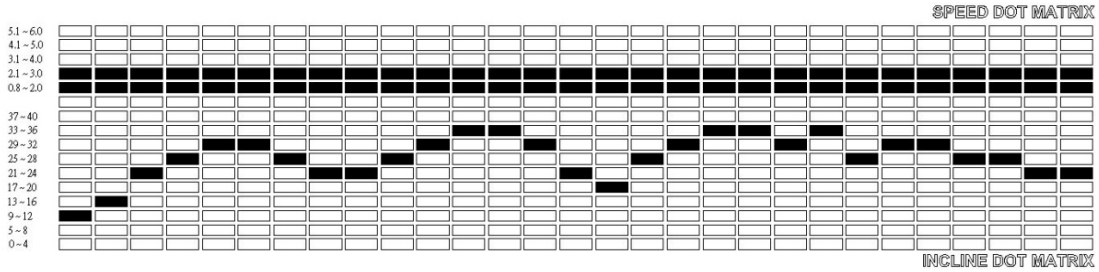
HEGYMÁSZÓ MÓD



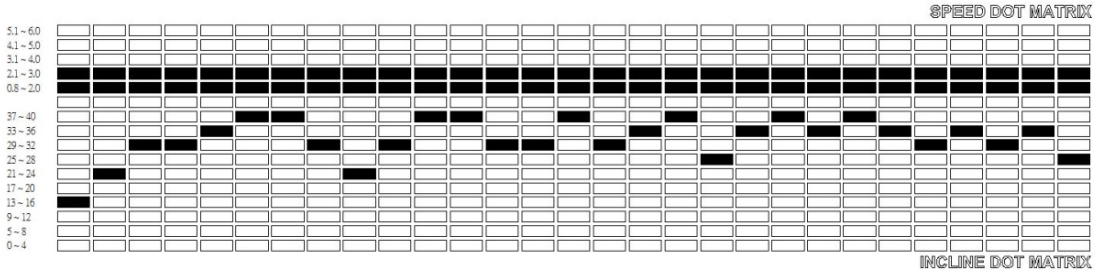
P1



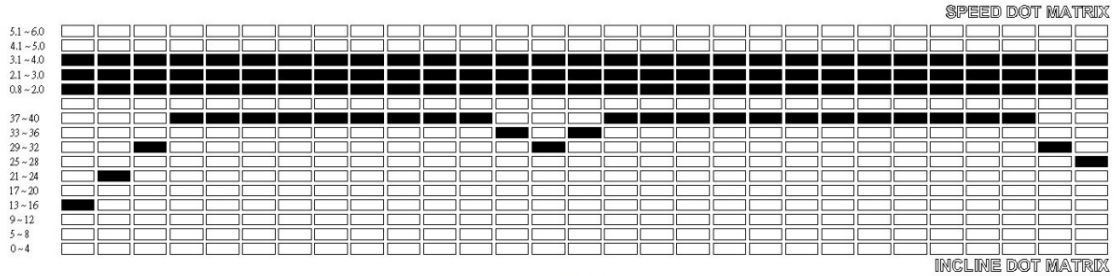
P2



P3



P4



P5

sebesség szint 1	P1		P2		P3		P4		P5	
	sebesség km/h	dőlés	sebesség km/h	dőlés	sebesség km/h	dőlés	sebesség km/h	dőlés	sebesség km/h	dőlés
Interval 1	3,0	Level 8	3,0	Level 10	3,0	Level 12	3,0	Level 15	4,0	Level 15
Interval 2	3,0	10	3,0	15	3,0	14	3,0	22	4,0	23
Interval 3	3,0	11	3,0	18	3,0	23	3,0	30	4,0	30
Interval 4	3,0	15	3,0	22	3,0	27	3,0	30	4,0	40
Interval 5	3,0	18	3,0	29	3,0	30	3,0	35	4,0	40
Interval 6	3,0	20	3,0	30	3,0	31	3,0	38	4,0	40
Interval 7	3,0	22	3,0	31	3,0	28	3,0	38	4,0	40
Interval 8	3,0	23	3,0	24	3,0	23	3,0	2	4,0	40
Interval 9	3,0	25	3,0	26	3,0	24	3,0	24	4,0	40
Interval 10	3,0	24	3,0	29	3,0	26	3,0	30	4,0	40
Interval 11	3,0	23	3,0	32	3,0	30	3,0	38	4,0	40
Interval 12	3,0	20	3,0	35	3,0	24	3,0	38	4,0	40
Interval 13	3,0	21	3,0	32	3,0	35	3,0	30	4,0	40

Interval 14	3,0	17	3,0	28	3,0	32	3,0	30	4,0	35
Interval 15	3,0	19	3,0	33	3,0	22	3,0	38	4,0	30
Interval 16	3,0	23	3,0	28	3,0	20	3,0	32	4,0	35
Interval 17	3,0	25	3,0	34	3,0	25	3,0	35	4,0	40
Interval 18	3,0	24	3,0	32	3,0	29	3,0	39	4,0	40
Interval 19	3,0	23	3,0	26	3,0	35	3,0	28	4,0	40
Interval 20	3,0	20	3,0	26	3,0	35	3,0	36	4,0	40
Interval 21	3,0	16	3,0	33	3,0	32	3,0	40	4,0	40
Interval 22	3,0	18	3,0	33	3,0	33	3,0	33	4,0	40
Interval 23	3,0	21	3,0	30	3,0	28	3,0	37	4,0	40
Interval 24	3,0	18	3,0	25	3,0	29	3,0	33	4,0	40
Interval 25	3,0	21	3,0	22	3,0	29	3,0	29	4,0	40
Interval 26	3,0	18	3,0	25	3,0	27	3,0	35	4,0	40
Interval 27	3,0	17	3,0	23	3,0	26	3,0	29	4,0	40
Interval 28	3,0	13	3,0	20	3,0	24	3,0	35	4,0	30
Interval 29	3,0	10	3,0	17	3,0	22	3,0	25	4,0	25

HIBÁK

E1 (ERROR 1)	7 másodpercig nincs jel a számítógépről
E6 (ERROR 6)	Nincs lejtős motorjel
E3 (ERROR 3)	Számítógép kábelek és vezérlő csatlakoztatása
Szag	Ha szaga van, hagyja abba a gép használatát, és vegye fel a kapcsolatot a szállítóval

MOZGATÁS ÉS SZINTEZÉS

A főváz elején 2 állítható csavar található.

1. Mozgatáshoz: Forgassa el a csavarokat az óramutató járásával megegyező irányban.

2. Szintezéshez: Forgassa el a csavarokat az óramutató járásával ellentétesen.

BIZTONSÁGOS EDZÉS

Kérjük, konzultáljon orvosával, mielőtt bármilyen edzési programot megkezdené. Koruk és egészségi állapota alapján ajánlhatják a testmozgás gyakoriságát, intenzitását és időtartamát. Ha edzés közben hasonló vagy hasonló tüneteket érez - mellkasi fájdalmat vagy szorítást, szabálytalan pulzusszámot, légszomjat, szédülést vagy egyéb kellemetlenséget -, kérjük, azonnal hagyja abba! Az edzés folytatása előtt konzultáljon orvosával. Ha gyakran használja a futópadot, akkor választhat a rendszeres sétálási sebességre vagy a jogging sebességre. Ha nincs tapasztalata, vagy nem biztos abban, hogy mi az Ön számára a legjobb kezdeti sebesség, olvassa el az alábbi adatokat:

sebesség 1 - 3.0 km/h személyek gyenge kondícióval

sebesség 3.0 - 4.5 km/h személyek akik nem edzenek gyakran

sebesség 4.5 - 6.0 km/h	normális sétáló sebesség
sebesség 6.0 - 7.5 km/h	gyors séta
sebesség 7.5 - 9.0 km /h	jogging
sebesség 9.0 - 12.0 km/h	közepes sebességű futó
sebesség 12.0 - 14.5 km/h	gyakorlott futó
sebesség felett 14.5 km/h	kiváló futó

FIGYELEM:

• Azoknak a felhasználóknak, akik gyaloglás közben szeretnének gyakorolni, 6 km / h vagy annál alacsonyabb sebességet kell választaniuk.

• Azoknak a felhasználóknak, akik futás közben szeretnének gyakorolni, a 8 km / h vagy annál magasabb sebességet kell választaniuk.

KEZDÉS

FELKÉSZÜLÉS

Ha 45 évesnél idősebb vagy egészségügyi problémái vannak, és ez az első alkalom, hogy futópadot használ, edzés előtt konzultáljon orvosával.

A motoros futópad használata előtt kérjük, tanulja meg, hogyan kell használni, pl. hogyan kell elindítani, megállítani és beállítani a sebességet. Használhatja, miután megismerte annak funkcióit.

GYAKORLAT

Álljon oldalra, hogy tanulja meg, hogyan kell kezelni a gépet (a sebesség és a dőlésszög beállítása). Az edzést kezdje el, miután megismerte a funkciókat. Sétáljon 1 km-t állandó tempóban, és jegyezze fel a szükséges időt, amely körülbelül 15-25 perc lehet. Sétáljon 1 km-t 4,8 km / h sebességgel (kb. 12 percre van szüksége). A gyakorlat sikeres elvégzése után beállíthat nagyobb sebességet és dőlést. Kellemes 30 perces edzést kívánunk. Ha gyalogos gyakorlatot végez, ne siessen. A gyakorlat javítja az egészségét.

FREKVENCIA

Az optimális edzésprogram hetente 3–5 alkalom, 15–60 percig. Jobb, ha előbb egy ütemtervet készít, és nem véletlenszerűen edz. A mozgás intenzitását a sebesség és a dőlésszög beállításával szabályozhatja. Javasoljuk, hogy ne állítsa be a dőlést az edzés kezdetén. Ha növelni akarja az edzés intenzitását, akkor a dőlésszög megváltoztatása lesz a leghatékonyabb.

HOGYAN EDZÜNK

A legjobb, ha minden gyakorlat 15-20 percig tart. 2 percig melegítsen be 4,8 km / h sétával, majd növelje a sebességet 5,3 km / h-ra, majd 5,8 km / h-ra. Minden szakasznak körülbelül 2 percig kell tartania. Ezután adjunk hozzá 0,3 km / h sebességet 2 percenként, amíg a légzése felgyorsul (de ne vegye nehezen a levegőt). Folytassa edzését ezen a sebességen. Ha úgy érzi, hogy nehéz lélegezni, csökkentse a sebességet 0,3 km / h-val. Végül hagyjon 4 percet a sebesség csökkentésére. Ha úgy találja, hogy a sebességet túl keményen növeli, akkor lassan növelheti a dőlést. Egy kis beállítás nagymértékben megnövelheti az intenzitást.

KALÓRIA ÉGETÉS

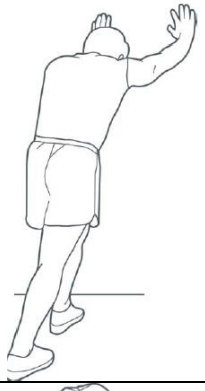
Ez lehetővé teszi a kalóriák égetését. 5 percig melegítsen be 4 - 4,8 km / h sebességgel, majd 2 percenként adjon hozzá 0,3 km / h sebességet. Folytassa addig a sebességet, amíg úgy érzi, hogy kihívás a gyakorlat folyamatos 45 perces elvégzése. Az intenzitás növelése érdekében megpróbálhat 1 órán át edzeni ezen a sebességen. Edzhet TV-nézés közben is. Adjon hozzá 0,3 km / h sebességet minden alkalommal, amikor reklámot lát, és térjen vissza a korábbi sebességre a hirdetés végén, hogy csak a reklámok során növelje az intenzitást. Lassítson legalább 4 percig.

RUHÁZAT

Szüksége van egy pár sportcipőre, amely lehetővé teszi a lábának teljes nyújtását, de ugyanakkor ne tapadjon idegen anyag a cipő talpára, hogy ne szennyezze a futószalagot. A szennyeződés és más idegen anyagok károsíthatják a futópadot és futószalagot is. Kényelmes ruhát kell viselnie.

BEMELEGíTŐ GYAKORLATOK

A futás előtt ajánlott bemelegítő gyakorlatokat végezni. A bemelegített izmokat könnyű megfeszíteni, ezért szánjon 5-10 percet bemelegítésre. Ismételje meg az alábbi bemutatott gyakorlatokat.

	Érintse meg a lábujjait Dőljön lassan előre, és próbálja megérinteni a lábujját. Próbáljon meg minél jobban előre nyújtózkodni Tartsa 10-15 másodpercig ezt a pozíciót, ha lehetséges. Háromszor ismételje meg a gyakorlatot.
	Térd Üljön a földre, és nyújtsa ki a jobb lábát. Hajlítsa be a bal lábát, és helyezze a lábát a jobb felső combjához. Most próbálja meg elérni a jobb lábfejét a jobb karjával. Tartsa 10–15 másodpercig a pozíciót. Háromszor ismételje meg a gyakorlatot.
	**Vádli / Achilles inak** Helyezze mindkét kezét a falra, és helyezze a testsúlyát a karjaira. Lépjen hátra a bal lábával és nyújtsa ki azt. A jobb lábát enyhén hajlítsa be. Tartsa 10–15 másodpercig a pozíciót, ha lehetséges**.** Háromszor ismételje meg a gyakorlatot.
	A comb felső része Támassza meg magát a falnál a karja segítségével. Emelje fel a jobb vagy bal lábát a fenekéhez, amennyire csak lehetséges. Érezze az enyhe feszülést a comb felső részén. Tartsa meg ezt a pozíciót 30 másodpercig, és ismételje meg kétszer minden egyes lábnál.

	Belső combizom Üljön a földre, és tegye a lábát úgy, hogy a térd kifelé nézzen. Húzza szorosan a lábát az ágyékához. Óvatosan nyomja le térdét. Tartsa ezt a pozíciót 10–15 másodpercig, ha lehetséges. Háromszor ismételje meg a gyakorlatot.

KARBANTARTÁSI ÚTMUTATÓ

VIGYÁZAT: Tisztítás vagy karbantartás előtt ellenőrizze, hogy a futópadot kihúzta-e a tápegységből.

1. **TISZTÍTÁS** (A teljes tisztítás meghosszabbítja a futópad használatát.)

Tartsa tisztán a futópadot a portól. Ügyeljen arra, hogy a futószalag mindkét oldalán tisztítsa meg a nyitott részeket, ez csökkentheti a por felhalmozódását. Ellenőrizze, hogy cipője tiszta-e mielőtt a futószalagra lép. Ez károsíthatja mind a futószalagot, mind a futópadot. A szíj felső részét nedves, szappanos ronggyal kell megtisztítani. Ügyeljen arra, hogy folyadék ne kerüljön az elektromos részekre és a futószalag aljára.

FIGYELMEZTETÉS: Ne felejtse el kihúzni a futópadot az elektromos aljzatból, mielőtt leszereli a motor burkolatát. Évente legalább egyszer távolítsa el a motor burkolatát és vákuumot a motor burkolata alatt.

2. **KENÉS** (Futószalag és a motoros futópad speciális kenőolaja.)

Ennek a futópadnak a futószalaga és a fellépő már előre be van kenve. A szalag/ fellépő súrlódása fontos szerepet játszhat a futópad működésében és élettartamában, ezért rendszeres kenést igényel. Javasoljuk a fellépő rendszeres ellenőrzését. Ha kopott, vegye fel a kapcsolatot ügyfélszolgálatunkkal.

A futópad és a futószalag ajánlott kenése:

180 km-enként vagy 3 havonta

180 km után figyelmeztetés jelenik meg. Bármely gomb megnyomásakor az értesítés eltűnik, de a készülék minden bekapcsolásakor megjelenik. Az üzenet törléséhez nyomja meg egyszerre a START és a SPEED - gombot.

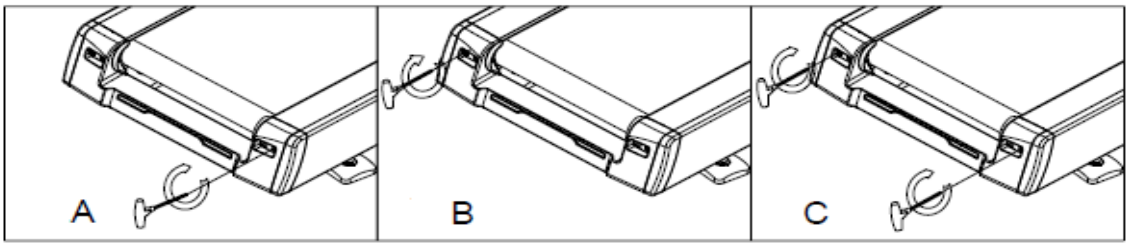
KARBANTARTÁSI ÚTMUTATÓ

• A futópad élettartamának fenntartása és meghosszabbítása érdekében javasoljuk, hogy minden 2 óra futást követően 10 percre kapcsolja ki a gépet.

• Futás közben egy laza futószalag megcsúszhat; a túl szoros futószalag befolyásolja a motor teljesítményét, és növelheti a görgők és a futószalag kopását is. Ideális helyzet, ha fel lehet emelni a szalagot a futópadról kb. 50–75 mm-re.

SZALAG KÖZÉPRE HELYEZÉSE ÉS FESZESSÉG BEÁLLÍTÁSA

- A futópad jobb felhasználása érdekében fontos a futószalag helyes beállítása. Helyezze a futópad futószalagját középre. Helyezze a motorizált futópadot sima talajra, és hagyja, hogy a futópad 3 km / h sebességgel menjen. Vegye figyelembe a futószalag eltérését. Ha a futószalag jobbra fordul, húzza ki a biztonsági kulcsot, és húzza ki a hálózati csatlakozót. Forgassa el a jobb oldali beállító csavart az óramutató járásával megegyezően 1/4 fordulattal, dugja be a tápkábelt, és a biztonsági kulcsot, a szalag elindul. Figyelje a futószalag eltéréseit. Ismételje meg a fenti lépéseket, amíg a futószalag közepére nem kerül.
- **A kép** Ha a futószalag balra húz, húzza ki a biztonsági kulcsot, és húzza ki a futópadot a hálózatból. Forgassa el a bal oldali beállító csavart az óramutató járásával megegyezően 1/4 fordulattal, majd dugja be a tápkábelt és a biztonsági kulcsot. A szalag elindul. Vigyázzon, ha a szalag továbbra is oldalra húz. Ismételje meg a fenti lépéseket, amíg a futószalag közepére nem kerül.
- **B. kép** A fenti beállítás vagy hosszú ideig történő használat után a futószalag meglazulhat, és ezt be kell állítani. Húzza ki a biztonsági kulcsot és a tápkábelt, és fordítsa el a bal és a jobb oldali beállító csavart az óramutató járásával megegyező irányban 1/4 fordulattal. Csatlakoztassa újra a futópadot a hálózatba, és helyezze be a biztonsági kulcsot – a szalg elindul. Ezután álljon a futópadon, hogy megbizonyosodjon a szalag feszességéről. Ismételje meg a fenti lépéseket mindaddig, amíg a futószalag feszes nem lesz (C kép).



SZALAG BEÁLLÍTÁS

A poli (ékszíj) hosszú ideig tartó használat után fokozatosan meglazulhat és megváltoztatja az alakját, ezért a biztonságos használat érdekében be kell állítania. Hogyan lehet megítélni: ha a szokásos módon fut, és a lábai benyomódnak a futószalagon, és néha úgy érzi, hogy megáll egy pillanatra a futószalag, az azt jelzi, hogy az ékszíj vagy a futószalag meglazult. Meg kell vizsgálnia, hogy megnézze, melyik rész laza: Csavarja ki a motor négy csavarját. Ezután hagyja, hogy a futópad 3 km / h sebességgel működjön. Álljon a futószalagra, fogja a markolatokat és nyomja le a lábával a futószalagot(A felhasználó teljese testsúlyával próbáljon a szalagra nehezedni)

· Ha a futószalag nem áll le, amikor lenyomja, akkor az azt jelenti hogy a futószalag és a motor szíj nem túl szoros. A megfelelő pozícióban vannak.

· Ha a futószalag megáll, amikor lenyomja, de az első henger nem áll meg, akkor a futószalag kissé meglazult. Ezután be kell állítania a futószalagot a biztonságos használat érdekében (a futószalag beállítását lásd az előző oldalon található karbantartási útmutatóban).

· Ha a futószalag és az első henger leáll, amikor lenyomja a futószalagot, akkor a motor továbbra is jár, a motor-szíj és a futószalag leáll, akkor az ékszíj laza, a biztonságos használathoz meg kell állítania.

· Forgassa el a csavarokat az óramutató járásával megegyező irányban a szíj meghúzásához. Ne feszítse túl a szíjat.

TÁROLÁS

Tartsa a futópadot tiszta és száraz környezetben. Ellenőrizze, hogy a főkapcsoló ki van-e kapcsolva, és a futópad nincs-e csatlakoztatva a hálózati aljzathoz.

FONTOS MEGJEGYZÉS

• Ez a futópad megfelel a biztonsági előírásoknak, professzionális és kereskedelmi használatra alkalmas. Bármely más felhasználása tilos és veszélyes lehet a felhasználókra. Nem vállalunk felelősséget a gép nem megfelelő és tiltott használata által okozott sérülésekért.

• Mielőtt elkezdené a futópadon történő edzést, konzultáljon orvosával. Orvosának fel kell mérnie, hogy fizikailag alkalmas-e a gép használatára, és mekkora erőfeszítést képes megtenni. A helytelen testmozgás károsíthatja az egészségét.

• Figyelmesen olvassa el a következő tippeket és gyakorlatokat. Ha fájdalmat, émelygést, légzési nehézséget vagy más egészségügyi problémát tapasztal edzés közben, azonnal hagyja abba az edzést. Ha a fájdalom továbbra is fennáll, azonnal forduljon orvosához.

• Ez a futópad nem alkalmas rehabilitációs célokra. Ezenkívül gyógyászati célokra sem használható.

• A pulzusmérő nem orvosi pontosságú. Csak hozzávetőleges információt nyújt az átlagos pulzusáról. A felhalmozódott adatok nem mindig pontosak az ellenőrizhetetlen emberi és környezeti tényezők tekintetében.

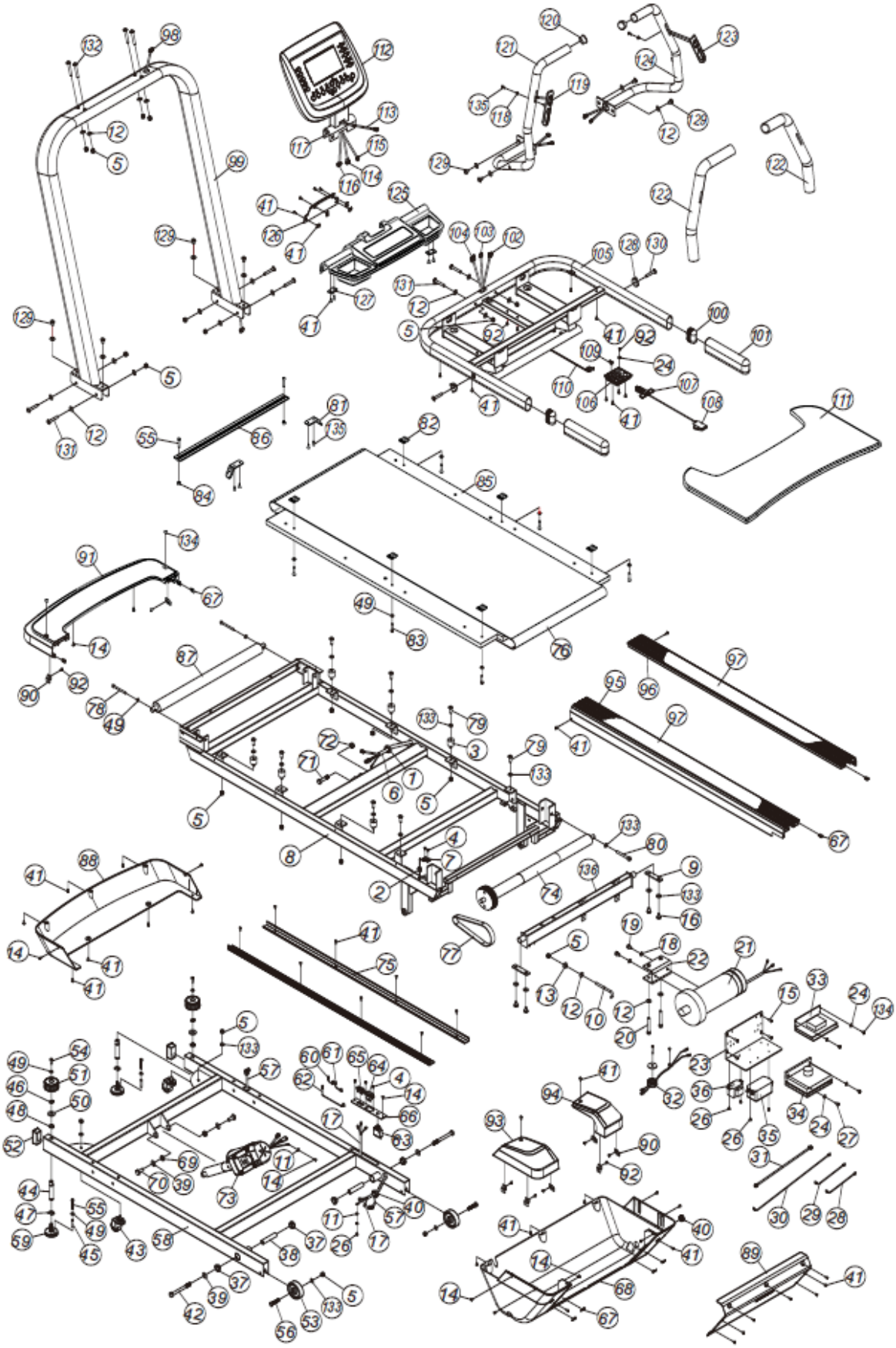
KÖRNYEZETVÉDELEM

Miután a termék élettartama lejárt, vagy ha a lehetséges javítás nem gazdaságos, a helyi törvényeknek megfelelően és környezetbarát módon dobja el a legközelebbi gyűjtőhelyen.

Ezáltal megóvja a környezetet és a természetes forrásokat. Ezenkívül hozzájárulhat az emberi egészség védelméhez. Ha nem biztos a hulladék helyes eltávolításában, kérjen tájékoztatást a helyi hatóságoktól, hogy elkerülje a törvényszegést vagy a szankciókat.

Ne tegye az elemeket a háztartási hulladék közé, hanem vigye az újrahasznosítási helyre.

SZERKEZETI RAJZ



ALKATRÉSZ LISTA

1	Csavar (OSBR-26)	38	Persely (Ø15,8 x 2,7 x 72,5 l)
2	Zárósapka (Ø12 x Ø 3,5 PVC)	39	Alátét (Ø110 x Ø121 x 2,0t)
3	Kerek párna (60D)	40	Csavar (OSBR-22)
4	Csavar (M3 x 10L)	41	Csavar (5/32 "x 12,7 l)
5	Nylon anya (M8)	42	Csavar (M10 X 100L)
6	Kábel (1200 l)	43	Kerék (Ø139,5)
7	Érzékelő	44	Tengely (Ø114 x 83L)
8	Főváz	45	Persely (Ø18,5 x Ø16 x 30L)
9	Tengely rögzítő lemez	46	C-CLIP (Ø114)
10	L horog	47	E-CLIP (ETW-12)
11	Alátét (M4)	48	Alátét (WW-14)
12	Alátét (Ø8 x Ø19 x 1,5t)	48	Alátét (Ø6 x Ø13 x 1,0t)
13	Persely (Ø20 + 10 x Ø8 x 7 + 3L)	50	Alátét (Ø15 x Ø28 x 2,5 t)
14	Csavar (M4 x 8L)	51	Állítható gomb
15	Csavar (M6 x 10L)	52	Zárósapka (30 x 60)
16	Csavar (M8 x 15L CHM2F)	53	Kerék (Ø70)
17	Tápkábel (600L)	54	Csavar (M6 x 15L)
18	Alátét (5/16 ")	55	Csavar (M6 x 35L)
19	Csavar (M8 x 10L)	56	Csavar (M8 X 40L)
20	Csavar (M8 x 65L CHM2F)	57	Kábel (7P x 1250 mm)
21	Motor	58	Alsó váz
22	Motor tartó	59	Állítható csúcs (337)
23	L rögzítőlemez	60	Kábel (60 mm / kék)
24	Alátét (Ø5 x Ø13 x 1,0t)	61	Kábel (60 mm / barna)
25	Rögzítő bilincs (UC-0.5 / Ø4.8)	62	Kábel (170 mm / barna)
26	Csavar (M4 x 6L)	63	Fékek (10A)
27	Csavar (M5 x 12L)	64	Konnektor
28	Kábel (100 mm / fehér)	65	Hálózati kapcsoló
29	Kábel (100 mm / fekete)	66	Lemez
30	Kábel (350 mm / kék)	67	Spirál klip
31	Kábel (250 mm # 2468)	68	Motor fedél
32	Mágneses tekercs	69	T-persely (Tf860)
33	Féktábla	70	Csavar (M10 X 25L)
34	Vezérlőpult	71	Csavar (M10 X 45L)
35	Szűrő (10A)	72	Nylon anya (M10 x P1,5)
36	Korlátozó (6 mH)	73	Lejtős motor
37	Persely (2149)	74	Hátsó henger

75	PVC burkolat	106	Biztonsági doboz
76	Futószalag	107	Biztonsági kulcs
77	Szíj (201-J6)	108	Biztonsági kulcs rögzítő
78	Csavar (M6 x 65L)	109	Csavar (M2,3 x 10L)
79	Csavar (M8 x 25L)	110	Kapcsoló
80	Csavar (M8 X 65L)	112	Számítógép
81	Központi rúd	113	Tápkábel (400L # 2464)
82	Feszes szíj	114	Kábel (400 mm / incline)
83	Csavar (M6 x 30L)	115	Kábel (400 mm / speed)
84	Nylon anya (M6)	116	Kábel (7P x 400 mm)
85	Futó felület	117	Asztal rögzítő váz
86	Tartólemez	118	Alátét (N2B)
87	Első henger	119	Markolat pulzusérzékelő lemez (dőlés)
88	Elülső burkolat (alsó)	120	Dugó (Ø31.8)
89	Hátlap	121	Markolat (L)
90	"S" rögzítő lemez	122	PU szivacs (500 mm)
91	Fedőlap	123	Markolat pulzusérzékelő lemez (sebesség)
92	Csavar (5/32 "x 10 l)	124	Markolat (R)
93	Hátsó sapka (R)	125	Tároló doboz
94	Hátsó sapka (L)	126	Hátsó burkolat
95	Oldalsó sín (L)	127	Rögzítő lemez (36 x 20 x 2t)
96	Oldalsó sín (R)	128	Távtartó (Wd32)
97	Matrica	129	Csavar (M8 x 15L)
98	Kábel (7P X 1300 mm)	130	Csavar (M8 x 45L)
99	Oldalváz	131	Csavar (M8 x 50L)
100	Dugó (30 x 60)	132	Csavar (M8 x 55L)
101	PU hab (220mm)	133	Alátét (Ø8 x Ø16 x 1,0t)
102	Kábel (600 mm / sebesség)	134	Csavar (M5 x 8L)
103	Kábel (600 mm / lejtőn)	135	Csavar (5/32 "x 16 L)
104	Kábel (7P x 600mm)	136	
105	Kartámasz váz		