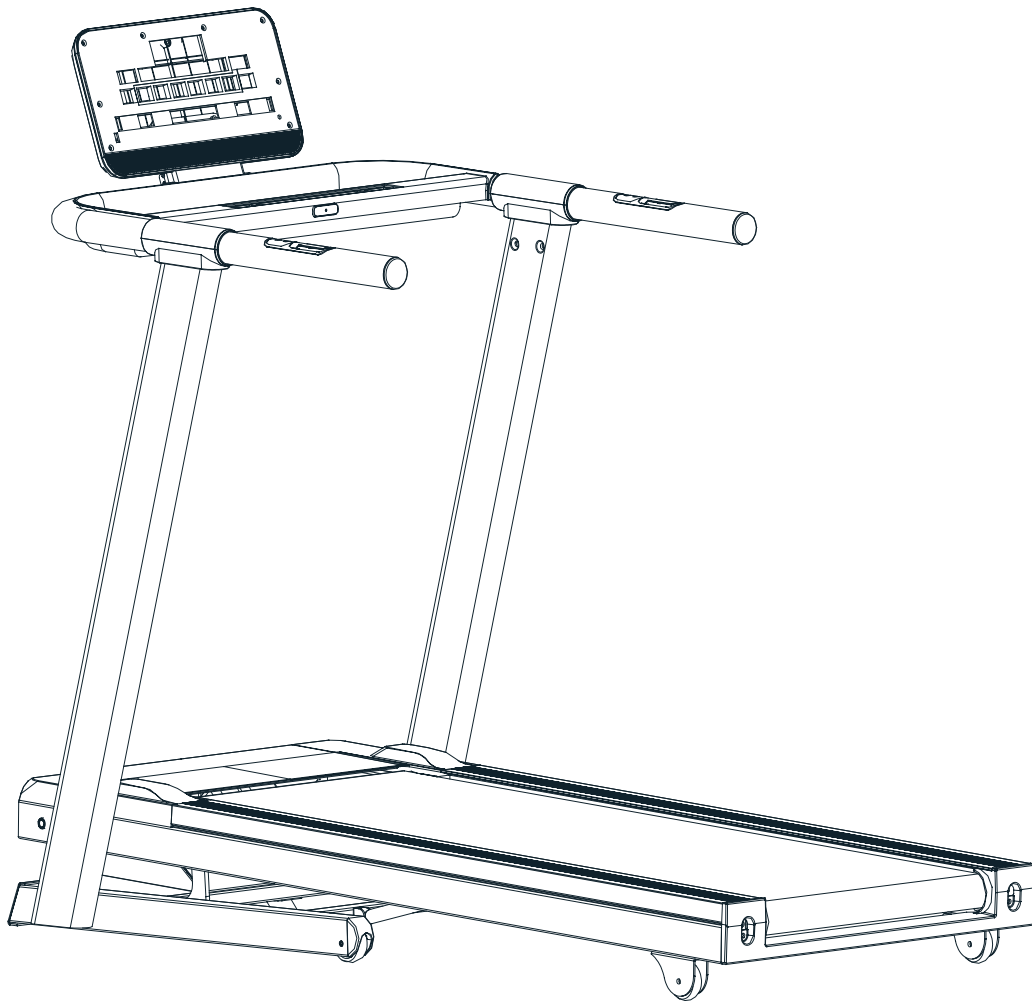


GYMSTICK™

GT4.0 TREADMILL KÄYTTÖOHJE



TÄRKEÄÄ: Lue kaikki ohjeet huolellisesti läpi ennen laitteen käyttöä. Säilytä tämä käyttöohje tulevaa tarvetta varten. Tuotteen tekniset tiedot saattavat erota kuvasta ja muuttua ilman erillistä ilmoitusta.



Kiitos kun valitsit Gymstick GT4.0 -juoksumaton. Toivomme, että tämän laadukkaan tuotteen käyttäminen saa sinut voimaan hyvin niin fyysisesti kuin henkisestikin ja nauttimaan aktiivisesta elämäntavasta.

SISÄLLYSLUETTELO

1.	TURVALLISUUSOHJEET	3
2.	KOKOOMISOHJEET	4
3.	JUOKSUMATON SIIRTÄMINEN	8
4.	TÄRKEÄÄ SÄHKÖTIETOA	9
5.	TIETOKONEEN KÄYTTÖOHJE	10
6.	HUOLTO JA YLLÄPITO	15
7.	JUOKSUMATON VOITELU	17
8.	ONGELMANRATKAISU	18
9.	RÄJÄYTYSKUVA	20
10.	OSALUETTELO	21
11.	TAKUU	24



HUOMIO!

LUE TURVALLISUUSOHJEET JA KÄYTÄ TUOTETTA AINA OHJEIDEN MUKAISESTI. OHJEIDEN LAIMINLYÖMINEN VOI JOHTAA VAKAVAAN LOUKKAANTUMISEEN.

LUE TURVALLISUUSOHJEET JA KÄYTÄ TUOTETTA AINA OHJEIDEN MUKAISESTI. OHJEIDEN LAIMINLYÖMINEN VOI JOHTAA VAKAAN LOUKKAANTUMISEEN.

- Älä koskaan jätä laitetta ilman valvontaa kun se on kytketty pistorasiaan. Poista pistoke pistorasiasta aina kun laitetta ei käytetä.
- Jos laitetta käyttävät lapset, kehitysvammaiset tai invalidit, tarkka valvonta on suositeltavaa.
- Harjoitellessa on suositeltavaa käyttää urheilujalkineita. Älä pidä harjoitellessasi liian löysiä vaatteita, sillä ne voivat tarttua laitteen liikkuviin osiin.
- Lopeta harjoittelu heti, jos tunnet olosi huonovointiseksi tai tunnet kipua lihaksissa ja nivelissä. Kuuntele kehosi jaksamista ja harjoittele sen mukaan. Huimaus on merkki siitä, että harjoittelet liian kovalla teholla – lopeta ja käy selin makuulle, kunnes huimaus menee ohi.
- Pidä huolta, että lapset ja lemmikit eivät ole liian lähellä laitetta harjoittelun aikana. Säilytä laite lasten ja lemmikkien ulottumattomissa.
- Vain yksi henkilö kerrallaan voi harjoitella laitteella.
- Ennen jokaista harjoittelukertaa varmista, että kaikki ruuvit ja mutterit ovat tiukasti kiinni. Käytä vain maahantuojaan suosittelemia osia.
- Älä käytä laitetta, jos se on vahingoittunut.
- Aseta laite tukevalle, tasaiselle, puhtaalle alustalle, suojaa lattia/matto erillisellä alustalla tarpeen mukaan. Varmista ettei laitteen läheisyydessä ole teräviä kulmia tai esineitä. Älä päästä laitetta kosketuksiin veden kanssa ja pidä laitteen ympärillä vähintään 0,5 m vapaata tilaa.
- Älä päästä mitään putoamaan laitteessa oleviin aukkoihin äläkä työnnä raajojasi laitteen liikkuviin osiin.
- Käytä laitetta vain sille tarkoitetulla tavalla, kuntoiluvälineenä.
- Jos laitteen sähköjohto on vahingoittunut, se on vaihdettava uuteen.
- Tämä juoksumatto on tarkoitettu ainoastaan kotikäyttöön. Laitetta saa käyttää vain sisätiloissa.
- Laite on tarkoitettu käytettäväksi ~220- ~240 voltin jännitteellä.
- Suurin sallittu käyttäjäpaino on 120 kg.



VAROITUS!

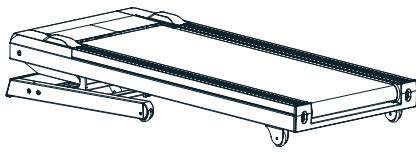
OTA YHTEYS LÄÄKÄRIIN ENNEN HARJOITTELUN ALOITTAMISTA. TÄMÄ ON ERITYISEN TÄRKEÄÄ HENKILÖILLE, JOTKA OVAT YLI 35-VUOTIAITA TAI JOILLA ON ENNESTÄÄN TERVEYSONGELMIA.

- Poista juoksumattoa ympäröivä laatikko nostamalla laatikko ylös.
- Tarkista, että seuraavat tuotteet ovat mukana. Jos jokin osista puuttuu, ota yhteys jälleenmyyjään.

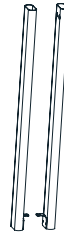
Huom! Kokoamisohjeiden vaihenumero kertoo, mitä tehdään. Lue kaikki ohjeet huolellisesti ennen juoksumaton kokoamista



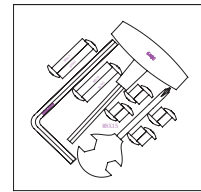
OLE VAROVAINEN KOOTESSASI JUOKSUMATTOA. SEURAUKSENA VOI OLLA LOUKKAANTUMINEN.



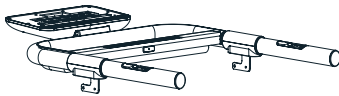
PÄÄRUNKO



PYSTYPUTKET (OV)



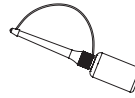
RUUVISETTI



KONSOLI



TURVA-AVAIN



SILIKONIPULLO



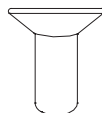
MANUAALI



KUUSIORUUVI (M8x50x20) 4KP



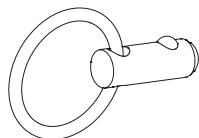
L-MUOTOINEN KUUSIOAVAIN S5 1KPL



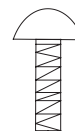
KUUSIUPPOKANTARUUVI (MX20) 4KPL



L-MUOTOINEN KUUSIOAVAIN S6 1KPL

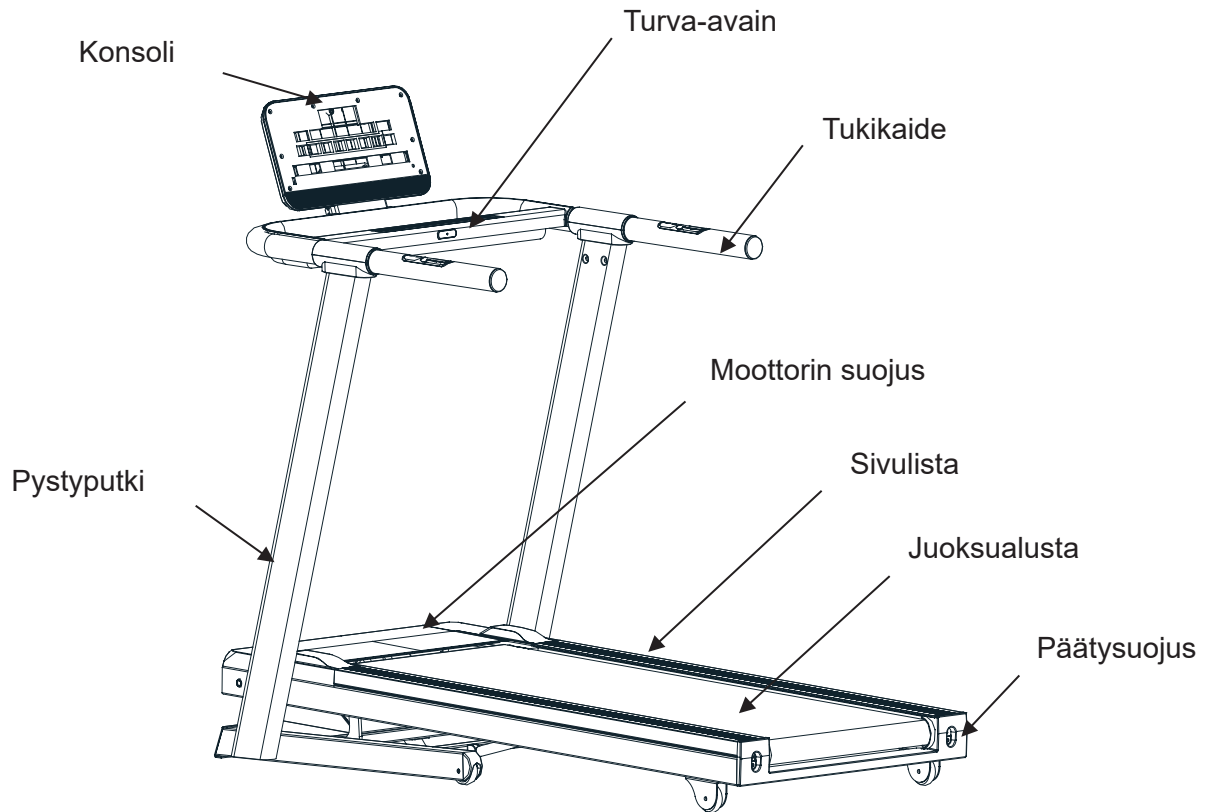


SOKKATAPPI 1KPL



KUUSIORUUVI (M8x20) 4KPL

YLEISKUVA



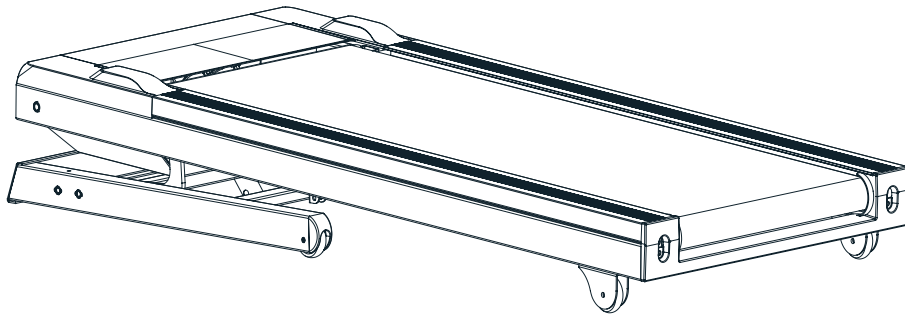
TEKNISET TIEDOT

Maksimikäyttäjäpaino	120kg
Mitat (taitettuna)	1104 x 815 x 1450mm
Mitat (käyttökunnossa)	1711 x 815 x 1389mm
Juoksualustan koko	1420 x 500mm
Nopeus	1.0 - 18.0km/h

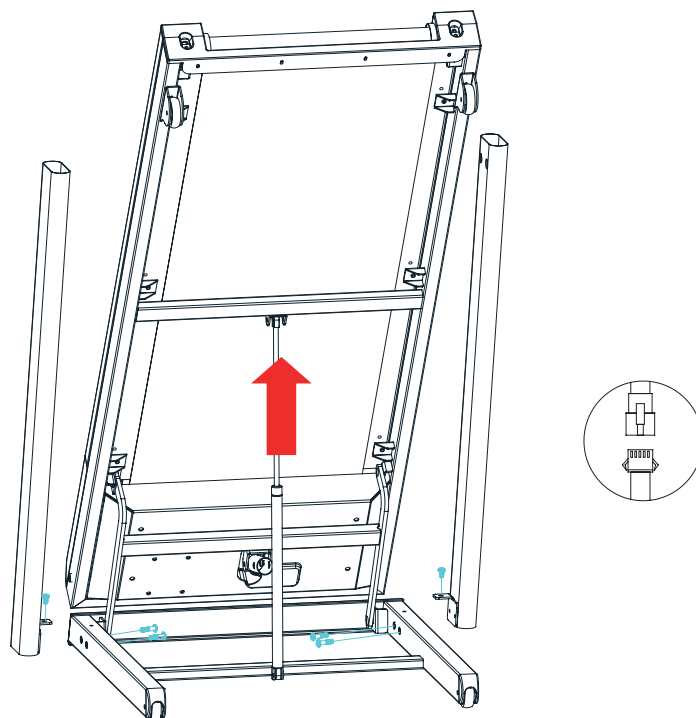
HUOM: Pidämme oikeuden muuttaa tuotetta, ilman erillistä ilmoitusta.

VAIHE 1

Poista laite laatikosta ja laita se tasaiselle lattialle. Poista suojamuovit laitteen ympäriltä.

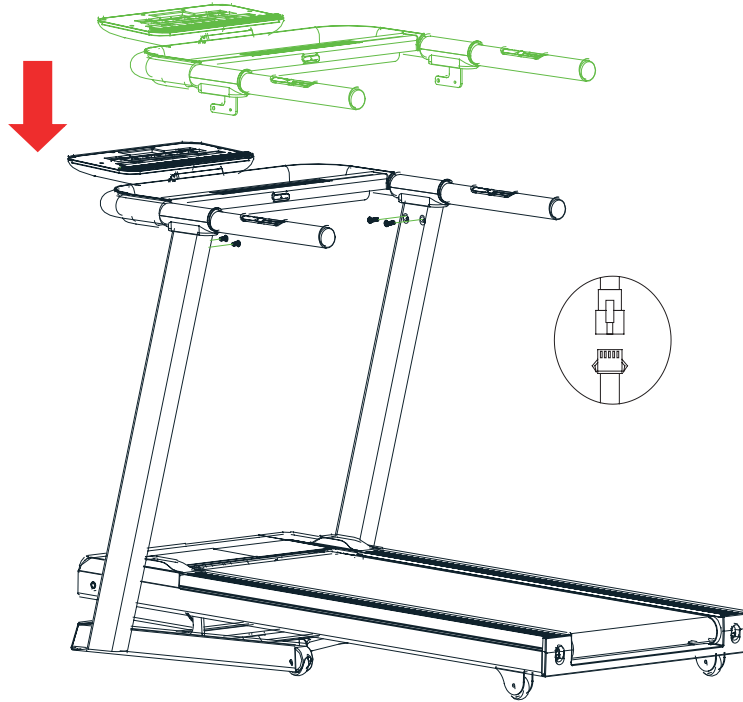
**VAIHE 2**

Taita kone ylöspäin varmistaaksesi, että tukiputki on kiinnitetty kunnolla. Ota vasen ja oikea pystytolppa esille ja käytä kahta Allen C.K.S puolikierreruuvia, kiristä sisä- ja ulkopuolelta. Käytä lukitsemiseen M8 * 20 kuusiokoloruuveja ylhäältä alas. Huomaa: Kun asennat oikeaa pystyputkea, kiinnitä huomiota siihen, että yhteysjohto liitetään pystyputken ja alustan välillä oikein ja välttä sen joutumista puristuksiin!

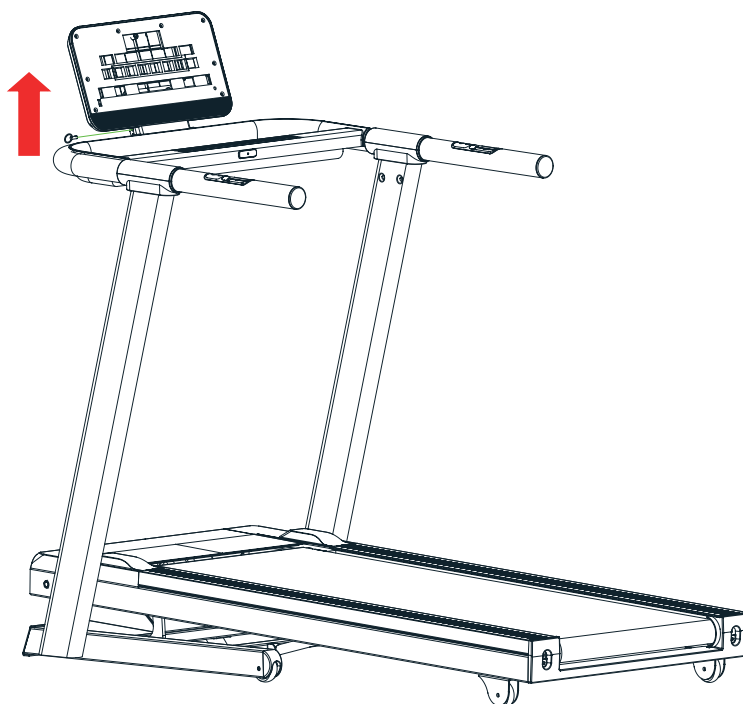


VAIHE 3

Paina tukiputkea laajentaaksesi juoksualustaa. Ota konsoli esiin ja kokoa se alla olevan kuvan mukaisesti! Reikien kohdistamisen jälkeen käytä M8 * 20 Allen C.K.S. täyskierrerruuveja kiinnittämiseen.

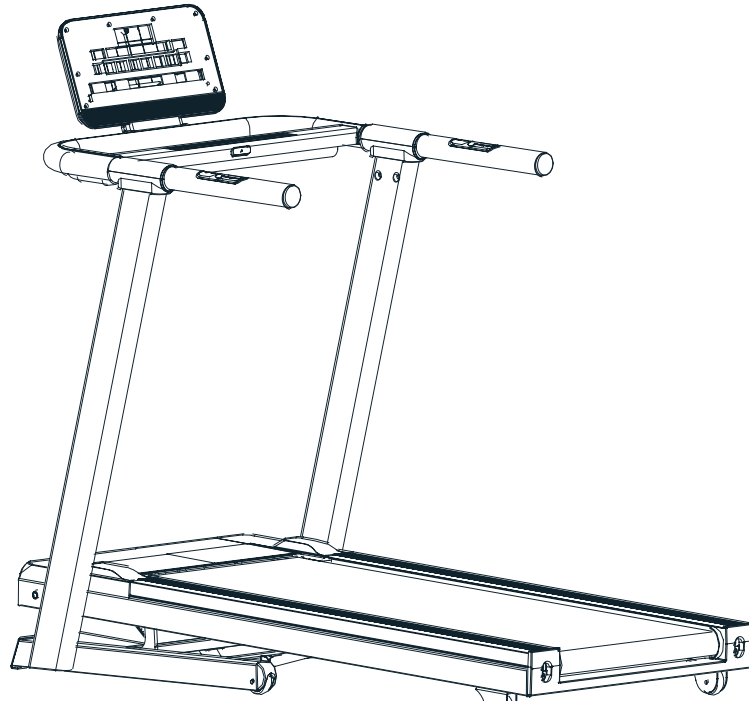
**VAIHE 4**

Nosta konsoli ylös ja kiinnitä se vasemmalta puolelta sokkatapilla.

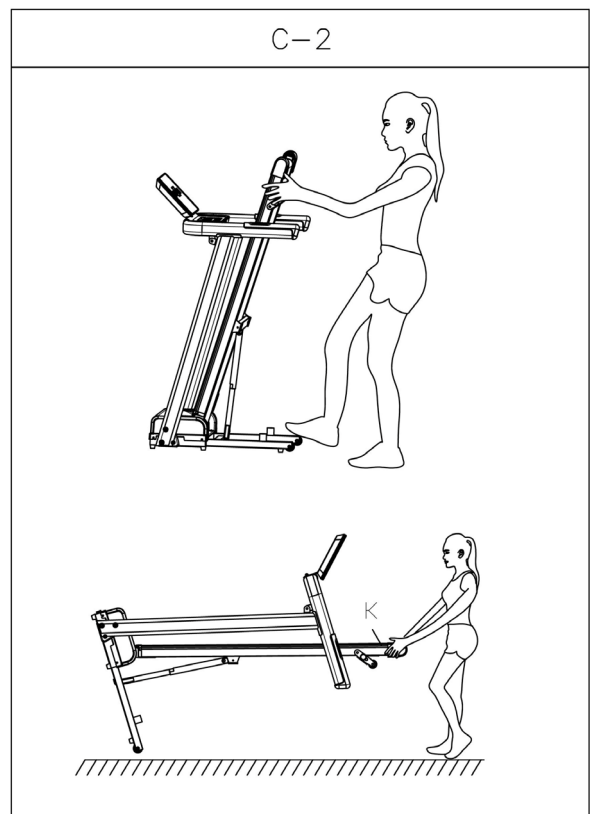
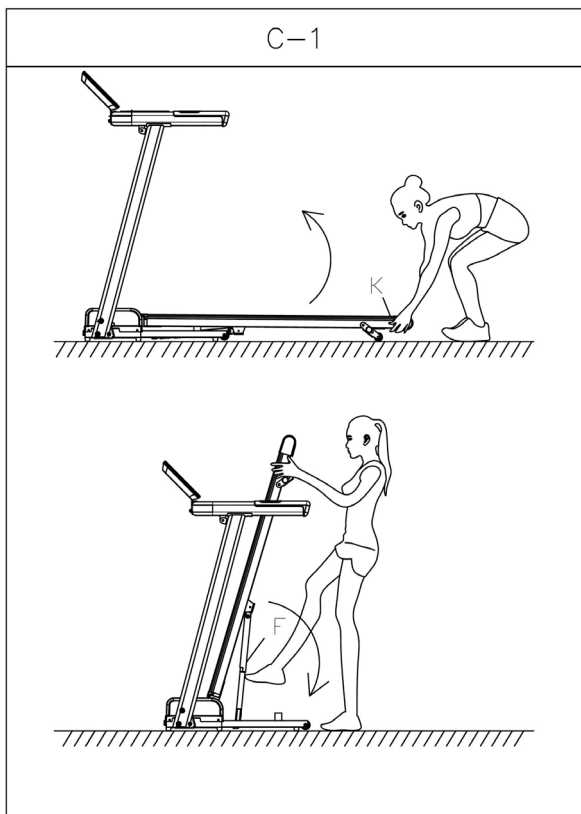


VAIHE 5

Tarkista lopuksi, että laitteen ruuvi on lukittu. Kun kaikki ruuvit on kiinnitetty, laitteen asennus on valmis.



JUOKSUMATON SIIRTÄMINEN





Tämä juoksumatto vaatii oikean virtalähteen toimiakseen. Ennen kuin kytket laitteen pistorasiaan, tarkista, että virtalähde on oikea. Väärä virtalähde voi aiheuttaa merkittäviä vaurioita laitteelle ja / tai käyttäjälle.

MAADOITUS:

Tämä tuote on maadoitettava. Maadoitus tarjoaa turvallisen kytkennän ja vähentää näin sähköiskuvaaraa. Pistoke on kytkettävä asianmukaiseen pistorasiaan, joka on asennettu ja maadoitettu kaikkien paikallisten sääntöjen ja määräysten mukaisesti.

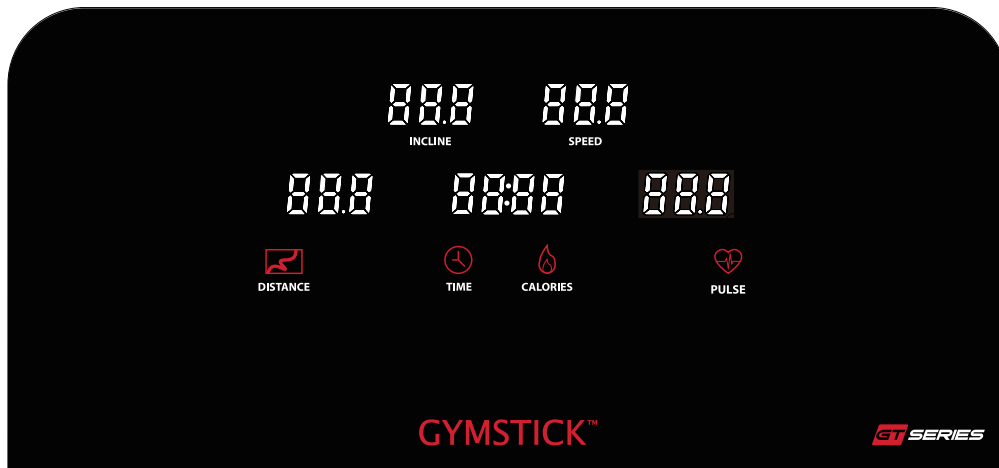
Tämä tuote käyttää verkkovirtaa ja siinä on maadoitettu pistoke, joka näyttää alla olevan kuvan pistokkeelta. Varmista, että tuote kytketään pistorasiaan, jolla on yhteensopiva laitteen pistokkeen kanssa. Tämän tuotteen kanssa ei saa käyttää adapteria.



Laitteen pistokkeen väärä kytkentä voi johtaa sähköiskun vaaraan. Kysy valtuutetulta sähköasentajalta, jos olet epävarma siitä, onko tuote maadoitettu oikein. Älä muuta tuotteen mukana toimitettua pistoketta. Jos se ei sovi pistorasiaan, anna sähköasentajan asentaa oikeanlainen pistorasia.



1. ÄLÄ KOSKAAN käytä vikavirtapistorasiaa tämän juoksumaton kanssa. Pidä virtajohto pois kaikista juoksumaton liikkuvista osista, mukaan lukien korotusmekanismi ja kuljetuspyörät.
2. ÄLÄ KOSKAAN käytä juoksumattoa generaattorin tai UPS -virtalähteen avulla.
3. ÄLÄ KOSKAAN avaa laitteen suojakuoria katkaisematta ensin virtaa.
4. Älä koskaan altista juoksumattoa sateelle tai kosteudelle. Tätä juoksumattoa ei ole suunniteltu käytettäväksi ulkona, uima-altaiden lähellä tai muissa kosteissa tiloissa.



TIETOKONEEN TOIMINNOT

1. P0 on käyttäjän manuaalinen ohjelma. P1-P36 ovat sisäänrakennettuja automaattisia harjoitusohjelmia; kolme U:t (käyttäjäohjelmaa) ja FAT.
2. 0.56 tuuman LED-näyttö, 12 kosketusnäppäintä.
3. Juoksu nopeusalue: 1.0 ~ 18.0km/h, kaltevuus: 0-15%.
4. itsetestausjärjestelmä, epänormaalin tiedonkeruutoiminto.
5. Nopeus, etäisyyden muuntotoiminto.
6. MP3 (valinnainen)
7. HRC
8. Bluetooth

NÄYTÖN TOIMINNOT

1. SPEED ja PULSE: näyttää nopeuden arvon ja sykkeen.
2. TIME ja CALORIES: näyttää ajan ja kaloriarvon.
3. DISTANCE ja INCLINE: näyttää etäisyyden ja nousutiedot.

NÄPPÄINTOIMINNOT

1. PROG -ohjelman valintapainike, lopetustila, silmukkamainen ohjelmavalinta P1 ~ P36, U0, U02, U03 ja FAT.
2. MODE: Kun alkutilana on normaalitila, painamalla MODE -näppäintä voidaan siirtyä välillä: lähtölaskentatavan manuaalitila -> kalorimäärän laskeminen -> käänteinen etäisyys -> positiivinen aikatila. Oletusarvo (30 minuuttia).
3. START / STOP: Käynnistys- / lopetusnäppäin. Käynnistää juoksumatto pysäytystilassa ja pysäyttää juoksumaton kun se on käynnissä.
4. + (Speed -näppäin): Valmiustilassa- tai rasvanmittaustilassa parametrien asettaminen ja nopeuden lisääminen juoksumatolla.
5. - (Speed -näppäin): Nopeuden vähentäminen. Valmiustilassa tai rasvanmittauksen tilassa, parametrien asettamisen ja nopeuden vähentäminen juoksumatolla.

6. ▲ Juoksukulman säätönäppäin. Kaltevuuden lisäys käynnissä ollessa.
7. ▼ Juoksukulman säätönäppäin. Kaltevuuden vähennys käynnissä ollessa.

KILOMETRINÄYTÖN MUUTTAMINEN MAILINÄYTÖKSI

1. Poistamalla turva-avaimen ja painamalla samanaikaisesti PROG ja MODE -näppäimiä, näytöllä näkyy 0.6 merkiten kilometrien muunnosta maileiksi.
2. Poistamalla turva-avaimen ja painamalla samanaikaisesti PROG ja MODE -näppäimiä, näytöllä näkyy 1.0 merkiten mailien muunnosta kilometreiksi.

TIETOKONEEN KÄYTTÄMINEN

1. Aseta virtajohto 10A:n pistorasiaan. Käännä kytkin asentoon "ON". Näyttö käynnistyy merkkiäänellä ja turva-avain tunnustetaan.
2. Aseta turva-avain konsoliin, kiinnitä turva-avain vaatteisiin rinnan korkeudelle. Näyttö tulee näkyviin 2 sekunniksi ja siirtyy oletustilaan. Kaikki laskurit ja arvot ovat nollautuneet. Juoksumatto on P0-normaalitilan positiivisessa aikamittaustilassa.
3. Paina PROG -näppäintä ja valitse ohjelmista P1~P36, U1, U2, U3 tai FAT.
4. P1 on käyttäjäohjelma. Paina MODE -nappia valitaksesi neljästä harjoitustilasta. Voit valita nopeuden ja kaltevuuden. Oletusnopeus on 1,0 km / h, kallistusasetus on 0%.
5. Harjoittelumalli 1: Positiivinen ajanlaskenta, aika, matkan ja kaloreiden laskeminen. Valintatoiminto on suljettu.
6. Harjoittelumalli 2: Aikalaskenta, valitse kesto, aikaikkuna välkkyy, paina "+" "-“ muuttaaksesi arvoa. Alue on 5-99 minuuttia. Oletus on 30:00.
7. Harjoittelumalli 3: Kaloreiden laskeminen. Valittuna kalori-ikkuna välkkyy, paina "+" "-“ muuttaaksesi arvoa. Alue on 20-9990CAL. Oletus on 50CAL.
8. Harjoittelumalli 4: Etäisyyslaskenta. Valittuna Etäisyys-ikkuna välkkyy, paina "+" "-“ muuttaaksesi arvoa. Alue on 1.0-99.0km, oletus 1.0km.
9. Esiasetetut ohjelmat "P1-P36". Vain aikalaskentatilaan. Kun olet valinnut, aikaikkuna välkkyy, paina "+" "-“ valitaksesi. Alue on 5-99 minuuttia. Oletus on 30:00. Palaa oletusasetuksiin painamalla MODE-näppäintä .
10. Paina START harjoittelutilan asettamisen jälkeen, näytölle toistuu 5 s. lähtölaskenta (äänimerkillä). Lähtölaskennan ollessa kohdassa 1, juoksumatto käynnistyy hitaasti nopeutuen oletusnopeuteen.
11. Säädä haluamaasi juoksunopeutta harjoittelun aikana painamalla "+", "-" tai käyttämällä pikanäppäimiä.
12. Ohjelmissa P1-P36 nopeus on jaettu 10 segmenttiin. Jokaisella segmentillä on sama aika. Valinnan jälkeinen nopeus on käytössä sen hetkisessä segmentissä. Kun siirryt seuraavaan segmenttiin, kuuluu 3 merkkiääntä. Kun olet suorittanut 10 segmenttiä, moottori pysähtyy ja antaa pitkän merkkiäänän.
13. Paina START -näppäintä valmiustilassa ja moottori käynnistyy.
14. Painettaessa STOP -näppäintä juoksumatto pysähtyy hitaasti ja se palaa oletustilaan.
15. Turva-avaimen poistaminen missä tahansa tilassa. Näytöllä E-07 ja äänimerkki. Juoksumatto pysähtyy.
16. Sähköinen ohjausjärjestelmä valvoo harjoittelua koko ajan. Juoksumatto pysähtyy, mikäli epänormaalia toimintaa ilmenee. Ikkuna näyttää ERR-viestin ja kuuluu äänimerkki.
17. BODY FAT. Juoksumaton ollessa on pysäytettynä, paina PROG -näppäintä valintaan FAT siirtyäksesi kehon rasvatoimintoon. DISTANCE -ikkuna näyttää ohjelmanumeron, paina MODE -näppäintä valitaksesi. SPEED -ikkuna näyttää parametrit, paina ▼ tai ▲ asettaaksesi arvot.

18. F1 tarkoittaa sukupuolta. 1 merkitsee miestä, 2 tarkoittaa naista. Oletusasetus on mies.
19. F2 tarkoittaa ikää, asetusalue on 1-99 ja oletus on 25.
20. F3 tarkoittaa pituutta, alue on 100 - 220 cm, oletusasetus on 170 cm.
21. F4 tarkoittaa painoa, alue on 20-150KG, oletusasetus on 70KG.
22. F5, BMI (painoindeksi), osoittaa että asetukset on tehty ja siirryt kehon rasvamittaukseen.
Aseta molemmat kädet käsikahvoille, odota 8 sekuntia ja ikkunassa näkyy BMI.

- a. BMI alle 18 on alipaino;
 - b. Välillä 18 - 24 välillä on normaali paino;
 - c. Välillä 25 - 28 on ylipainoinen;
 - d. Yli 29 on liikalihavuus,
- oletus: 24. (Tämä luku on tarkoitettu vain urheilua varten)

MP3 (valinnainen)

1. Sisäänrakennettu kaksikanavainen ääni, kytkentävirtalähde ja ei signaalin mykistystoimintoa, MP3-kuulokeliitäntään kytketyn äänisovittimen linja ja elektronisen kellon äänensisääntuloaukko. Ulkoinen äänentoisto.
- 2) USB on lataamiseen, Bluetooth-symbolilla merkitty portti, jota ei käytetä matalajännitteiseen lataamiseen.

HRC

1. Kolme HRC oletusryhmää: HRC1 rajoittaa nopeuden 9 km/h, HRC2 rajoittaa nopeuden 11 km/h, HRC3 rajoittaa 13 km/h (tässä laitteessa on ainoastaan HRC1).
2. HRC-asetusmenetelmä, sekvenssi, parametrialue, paina ohjelmointinäppäintä näyttääksesi HRC, paina MODE -painiketta vahvistaaksesi ja syötä seuraava asetuserhmä, paina nopeusnäppäimen säätöä, aseta viimeinen parametri aloittaaksesi.
3. Ikä-asetusalue: 15–80-vuotias, oletusasetus 25-vuotias.
4. Oletusarvoinen syke (THR): $(220 - \text{ikä}) \times 0,6$.
5. HRC-tavoitearvoa voidaan muuttaa, muokkaa aluetta: 80-180.
6. Aseta aika, oletus 30 minuuttia, muokkaa aluetta: 5–99 minuuttia.
7. Nopeuden muutossuhde.
8. Vaihda syke, HRC 30 sekunnin välein sykkeen havaitsemiseksi (syke on osoitettu).
9. Käyttäjän syke on 30 kertaa /min alempi kuin tavoitesyke, nopeuden nousu 2,0 km/h.
10. Käyttäjän syke on 6–29 lyöntiä /min alhaisempi kuin tavoitesyke, nopeuden lisäys 1,0 km/h.
11. Käyttäjän syke on 30 kertaa /min korkeampi kuin tavoitesyke, nopeus laskee 2,0 km/h.
12. Käyttäjän syke on 6–29 kertaa /min korkeampi kuin tavoitesyke, nopeus laskee 1,0 km/h.
13. Käyttäjän syke on 0-5 kertaa /min korkeampi tai alempi kuin tavoitesyke, nopeus pysyy muuttumattomana
14. Hidastaa vähimmäisnopeuteen 20 sekunnissa seuraavien olosuhteiden tapahtuessa, pysäyttää pienimmällä nopeudella 15 sekunniksi ja äänimerkki kerran sekunnissa.
 - a) Joka 30 sekunti sykkeen havaitsemiseksi, kun kahta peräkkäistä sykettä ei voida havaita.
 - b). 1 km/h (0,6 mph), syke johtaa hidastumiseen.
 - c) Sykkeen ylittäessä $(220 - \text{asetettu ikä})$
15. 1 km/h (0,6 mph), hidastuvuus ei saa olla pienempi kuin 1 km/h (0,6 mph), esim: juoksumaton vähimmäisnopeus 1 km/h (0,6 mph), kun juoksumatto kulkee nopeudella 1,6 km/h (1,0 mph) ja hidastaa nopeuteen 1 km/h (0,6 mph), kun syke hidastuu 1,0 (2,0) km/h.
16. Syke ei hallitse kaltevuutta ja sitä säädetään manuaalisesti. Juoksumatto ei ole sykeohjattu ennen käynnistystä ja toimii sisäänrakennetun mallin mukaisesti minuutti juoksemisen jälkeen.

BLUETOOTH FUNCTION

Valitse jokin näistä sovelluksista käyttääksesi: Kinomap, Run on Earth, iRunning or Fit Console.

TURVA-AVAIN

Turva-avain koostuu kuparisesta liittimestä, kiinnittimestä ja nylonnarusta. Sen toimintatarkoitus on hätäpysäytys. Missä tahansa tilassa turva-avaimen ollessapoistettu, juoksumatto lakkaa toimimasta, konsolin näppäimistö on poistettu käytöstä ja näytöllä näkyy ”E-07” ja kuuluu merkkiäni. Aseta turva-avain paikoilleen, näyttö tulee näkyviin 2 sekunnin ajaksi ja siirtyy sitten järjestelmän oletustilaan (vastaa nollausta).

AUTOMAATTISTEN OHJELMIEN (P1-P36) NOPEUS/KALTEVUUS

		Stage									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
program											
	P1	SPEED	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	3.0
INCLINE		2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3

P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	INCLINE	2.0	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	11	11	11	11	11	8	4	4
P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	12	8	4
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	11	7	7	10	10	6	6	6

1. Kytke virta päälle ja varmista, että juoksumatto on ala-asennossa ja että kaikki on kunnossa.
2. Kiinnitä turva-avaimen pikakiinnike vaatteisiin.

Ennen juoksua on varmistettava juoksumaton vakaus ja että toiminta on normaalia. On ehdottomasti kiellettyä seistä juoksumatolla sen käynnistyessä, Seiso sivulistoilla ja pidä kiinni käsikahvoista. Kun kaikki on varmistettu, voit aloittaa juoksemisen.

Virtaa kytkiessä pidä kiinni toisella kädellä käsikahvoista, paina START -nappia. Juoksumatto käynnistyy 5 sekunnin viiveellä nopeuteen 1,0 km/h. Paina SPEED + näppäintä, moottorin nopeus kasvaa nopeuteen 2,5~3,5 km/h (esiasetus), pidä kiinni kädensijoista, aloita juokseminen tasaisella nopeudella.

4. Muutaman minuutin kuluttua voit nopeuttaa vauhtia painamalla + näppäintä tai hidastaa - näppäimellä, pitäen samalla tukevasti käsikahvoista.
5. Paina juoksun aikana pikavalintänäppäimiä, jolloin voit siirtyä nopeasti haluamaasi nopeuteen.
6. Painamalla STOP -näppäintä, moottori pysähtyy.

ESIASETUSTEN KÄYTTÄMINEN

- Kytke virta päälle.
- Paina CHOOSE -näppäintä valitaksesi haluamasi tilan.
- Paina START -näppäintä aloittaaksesi valitsemassasi tilassa.
- Voit muuttaa nopeutta painamalla +, - tai pysäyttää juoksuhihnan STOP -näppäimellä.

SYKETESTI

Kun juoksumatto on kytketty päälle, pidä kädet metallisista pulssiantureista, niin näet HRC-arvon näyttöikkunassa.

HUOM: Kun turva-avain vedetään irti, juoksumatto pysähtyy heti. Tietokone ei toimi, ja näytöllä näkyy “__”.

HUOLTO JA YLLÄPITO

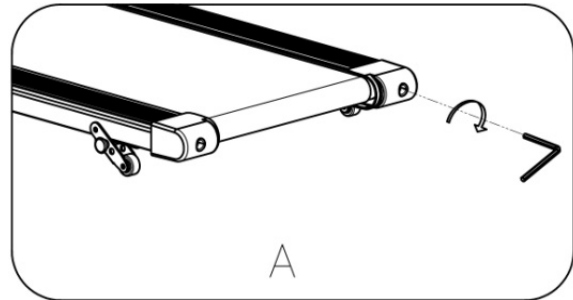
Normaali puhtaanapito auttaa pidentämään juoksumaton käyttöikää ja toimivuutta. Pidä laite puhtaana pyyhkimällä laitteen pinnat säännöllisesti. Puhdista juoksuhihnan molemmat puolet estääksesi pölyn kerääntyminen hihnan alle. Pidä juoksukengät puhtaina, jotta kenkien lika ei kuluta juoksualustaa. Puhdista juoksuhihnan pinta puhtaalla kostealla nukkaamattomalla liinalla.

- Puhdistuksen helpottamiseksi on suositeltavaa käyttää alusmattoa juoksumatolle. Kengät voivat jättää vetävään vyöhön likaa, joka voi pudota juoksumaton alle. Puhdista juoksumaton alusmatto kerran viikossa.
- Juoksumaton ylläpidon ja sen käyttöiän kannalta suositellaan, että laitteesta katkaistaan virta 10 minuutiksi, joka toinen tunti ja virta sammutetaan kokonaan, kun laitetta ei käytetä.
- Liian löysä juoksuhihna hihnan luistamiseen, kun taas liian kireä juoksuhihna vähentää moottorin suorituskykyä ja lisää myös kitkaa rullan ja juoksuhihnan välillä. Hihna on sopivalla kireydellä kun sitä nosttaessa juoksuhihnan ja kansiosan väliin jää 50 - 75 mm tyhjää tilaa.

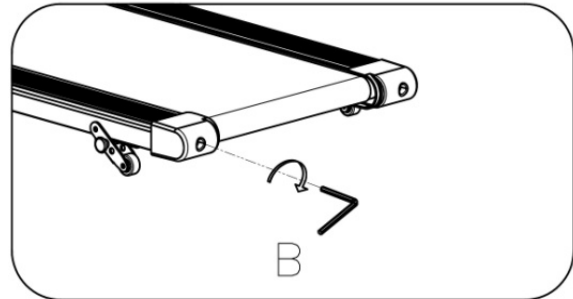
JUOKSUHIHNaN KESKITTÄMINEN

Aseta juoksumatto tasaiselle alustalle ja säädä nopeus 6-8 km/h. Tarkista vetäkö juoksuhihna sivulle.

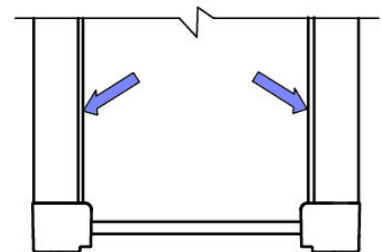
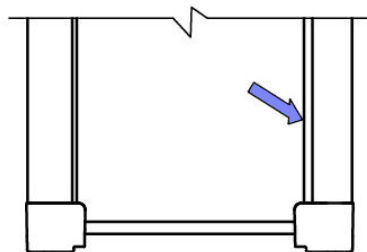
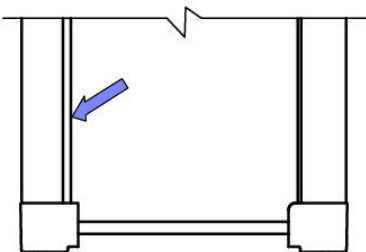
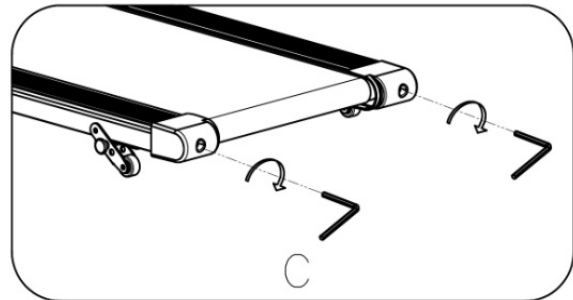
1. Jos **juoksuhihna** siirtyy **oikealle**, käännä säätöpulttia oikealla puolella $\frac{1}{4}$ kierrosta myötäpäivään ja käännä sitten vasenta säätöpulttia $\frac{1}{4}$ kierrosta vastapäivään. Jos hihna ei siirry, toista tämä vaihe, kunnes se keskittyy. Katso kuva A.



2. Jos **juoksuhihna** siirtyy **vasemmalle**, käännä säätöpulttia vasemmalla puolella $\frac{1}{4}$ kierrosta myötäpäivään ja käännä sitten oikeaa säätöpulttia $\frac{1}{4}$ kierrosta vastapäivään. Jos hihna ei siirry, toista tämä vaihe, kunnes se keskittyy. Katso kuva B.



3. Ajan myötä juoksuhihna löystyy. Kiristä hihnaa kiertämällä vasemman ja oikean puolen säätöpultteja yksi täysi kierros myötäpäivään ja tarkista hihnan kireys. Jatka tätä prosessia, kunnes hihna on oikeassa kireydessä. Muista säätää molemmat puolet tasaisesti varmistaaksesi hihnan oikea kohdistus. Katso kuva C.



TÄRKEÄ HUOMIO!

Juoksumatto on tehdasvoideltu. On kuitenkin suositeltavaa tarkistaa juoksumaton voitelu säännöllisesti juoksumaton optimaalisen toiminnan varmistamiseksi.

HIHNAOSAN VOITELU:

Juoksutason ja juoksuhihnan voitelu on tarpeellista, koska niiden välinen kitka vaikuttaa juoksumaton elinkaareen ja toimintaan. Tarkista juoksukannen ja -hihnan kunto säännöllisesti.

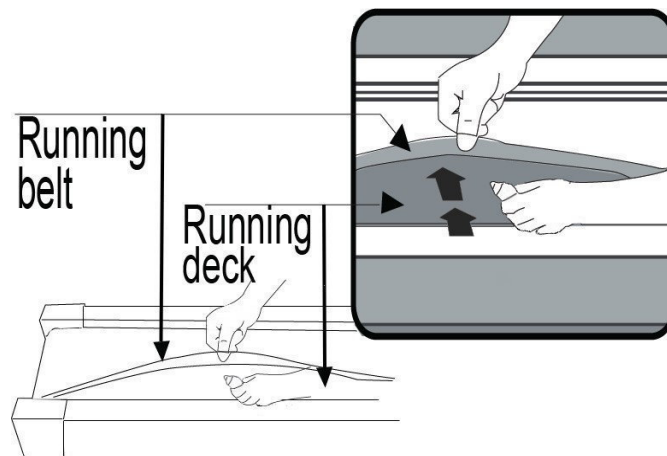


WARNING!

Irrota juoksumatto aina pistorasiasta ennen laitteen puhdistamista, voitelua tai korjaamista.

VOITELUOHJE:

1. Nosta hihnaa ylöspäin toiselta puolelta ja levitä voiteluainetta juoksutasolle. Levitä voiteluaine pohjaan nukkaamattomalla rievulla. Toista tämä prosessi toiselle puolelle.
2. Liikkuvien osien tulee käntyä vapaasti ja äänettömästi. Liikkuvien osien poikkeavuus vaikuttaa laitteen turvallisuuteen. Tarkasta ja kiristä pultit säännöllisesti.
3. Juoksumaton ylläpidon parantamiseksi ja sen eliniän pidentämiseksi suositellaan, että huoltotoimenpiteet tehdään säännöllisesti.



Suosittelut voiteluaikataulu:

Kevyt käyttö	vähemmän kuin 3 tuntia/viikko	kuuden kuukauden välein
Normaalikäyttö	3-5 tuntia/viikko	joka kolmas kuukausi
Intensiivinen käyttö	enemmän kuin 5 tuntia/viikko	joka toinen kuukausi

SÄILYTTÄMINEN

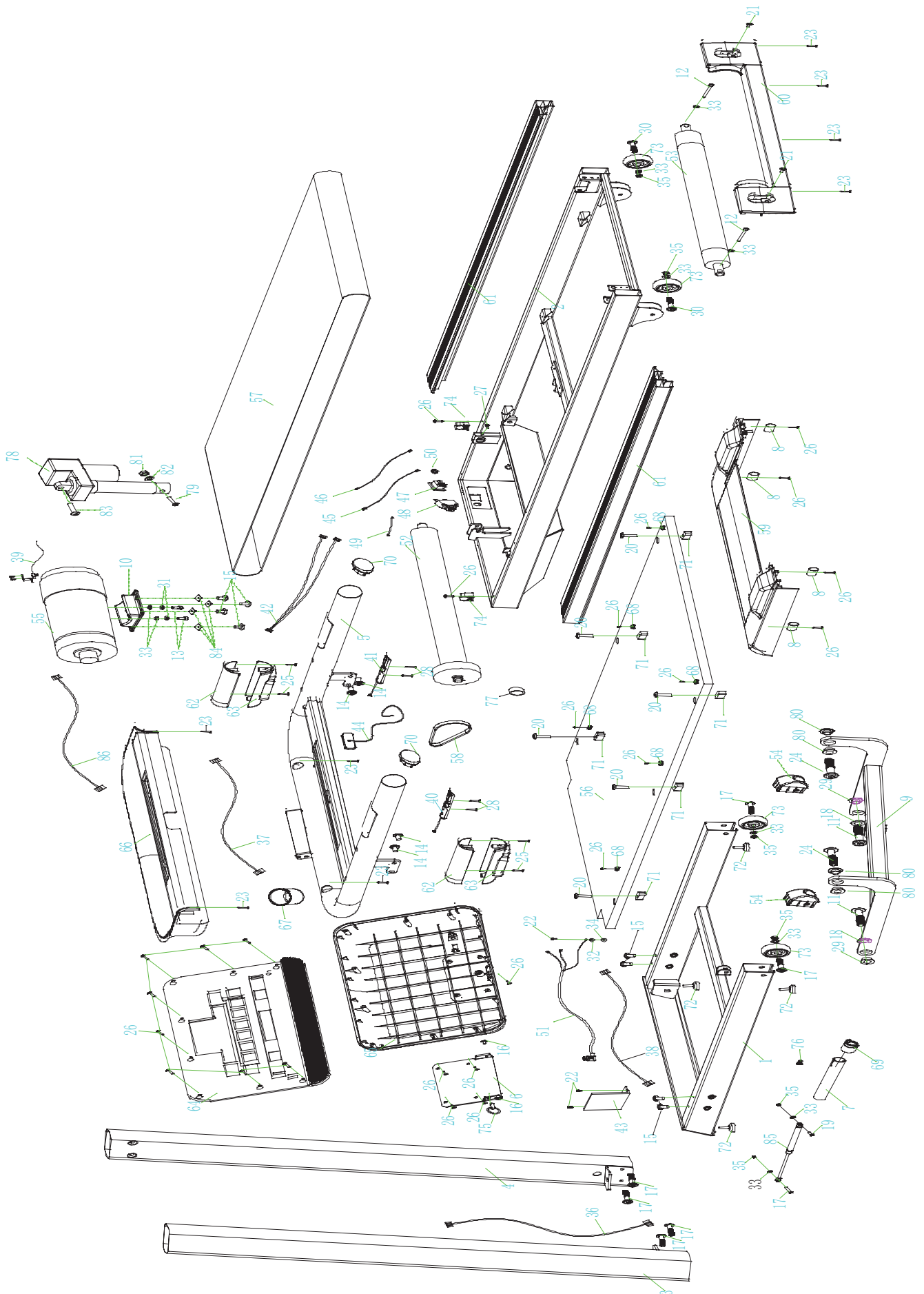
Säilytä juoksumatto puhtaassa ja kuivassa ympäristössä. Varmista, että päävirtakytkin on pois päältä ja irrotettu pistorasiasta.

JUOKSUMATTO

Ongelma	Syy	Toimenpide
Juoksumatto ei toimi	a Ei virtaa	Kytke pistorasiaan
	b Turva-avain ei ole paikoillaan	Kytke turva-avain
	c Katkenut piiri	Tarkista ohjaimen tulo- ja signaalijohdot
	d Kytkin off asennossa	Kyke virtanappi "ON" asentoon
	e sulake palanut	Vaihda sulake
Juoksuhihna ei kulje hyvin	Ei tarpeeksi voitелua	Käytä silikoniöljyä
	b Juoksuhihna liian tiukka	Säädä juoksuhihnan kireys
Juoksuhihna luistaa	a Juoksuhihna liian löysä	Säädä juoksuhihnan kireys
	b Moottorihihna liian löysä	Säädä moottorihihnan kireys
Näppäimistön toimintahäiriö	Vioittuneet näppäimet	1. Vaihda näppäimistö ja kaapeli. 2.vaihda emolevy. 3. Vaihda konsoli
Pysähtyy äkisti normaalitilassa	a. Turva-avain irti	Vaihda turva-avain
	b. Järjestelmä rikki	Pyydä huoltohenkilökuntaa korjaamaan

TIETOKONE

Koodi	Ongelma	Huolto
E1	Kommunikaatio epänormaali: Kommunikaatio ohjaimen ja elektronisen kellon välillä on epänormaalia virran kytkemisen jälkeen.	Rikkoutunut ohjain ei toimi. Konsolinäytön vikakoodi ja summeri soivat kolme kertaa. Syy: huono viestintä ohjaimen ja konsolin välillä. Tarkistetaan jokainen tietoliikennejohdon yhteys konsolin ja ohjaimen välillä. Varmista, että jokainen ydin on asennettu kokonaan. Tarkista kytkentäjohto, jos se on rikki, vaihda se.
E3	Moottorilinjaa ei ole kytketty kunnolla	Juoksumatto lakkaa toimimasta ja siirtyy vikatilaan, kun summeri soi 9 kertaa. Konsoli näyttää vikakoodin, kun taas lepoalueet eivät näytä mitään. Jos konsoli on normaali tilassa ja siirtyy valmiustilaan juoksumaton lakkaessa toimimasta, juoksumatto voi käynnistyä uudelleen. Syy: Varmista, että moottorikaapelin liitos on hyvin ja kytke johdin uudelleen. Jos säädin haisee omituiselle, vaihda säädin.
	Ei nopeusanturin signaalia: Jännite ohjaimesta lähetetään tasavirtamoottorille. Moottorin nopeuden palautetta ei vastaanoteta jatkuvasti yli 3 sekunnin ajan.	Juoksumatto lakkaa toimimasta ja siirtyy vikatilaan, kun summeri soi 9 kertaa. Konsoli näyttää vikakoodin, kun taas lepoalueet eivät näytä mitään. Kun vikatilaa on ylläpidetty noin 10 sekuntia, siirry valmiustilaan ja käynnistä kone uudelleen. Syy: Nopeussensorisignaalia ei havaita 3 peräkkäisen sekunnin ajan. Tarkista, onko anturin pistoke kytketty tai vaurioitunut, kytke se sisään tai vaihda anturi.
E4	Itseoppiminen	Tarkista, onko nostomoottorin induktiojohto kytketty kunnolla ja kytke liitin uudelleen, jotta se on luotettava. Tarkista, onko nostomoottorin vaihtovirta kytketty oikein ja että nostomoottorin vaihtovirta on numeroitu oikein ohjaimen merkinnällä. Tarkista, onko moottorin kytkentäjohto vaurioitunut tai auki, vaihda liitosjohto tai nosta moottori; Kun olet tarkistanut kaikki, paina säätimen oppimisnäppäintä oppiaksesi uudelleen.
E5	Ylivirtasuojat : ajon aikana, alaohjaukselta havaitsee jatkuvasti, että DC-moottorin virta on suurempi kuin nimellisvirta + 6A yli 3 sekunnin ajan.	Juoksumatto lakkaa toimimasta ja siirtyy vikatilaan, kun summeri soi 9 kertaa. Konsoli näyttää vikakoodin, kun taas lepoalueet eivät näytä mitään. Kun vikatilaa on ylläpidetty noin 10 sekuntia, siirry valmiustilaan ja käynnistä kone uudelleen. Syy: ylikuormitettu kuormitus johtaa järjestelmän ylivirtaan ja itsesuojaukseen tai tietty osa juoksumatosta on juuttunut, mikä johtaa moottorin vikaan, ylikuormitukseen ja ylivirtaan sekä järjestelmän itsesuojaukseen. Säädä juoksumatto ja käynnistä se uudelleen. Tarkista, onko moottorissa ylivirtääni tai palanut haju käytön aikana, ja vaihda moottori; Tai tarkista, onko ohjaimessa palanut haju, ja vaihda säädin; Tai tarkista, onko virtalähteen jännite määritetty epäjohdonmukaisesti tai onko matala, ja testaa uudelleen oikealla jännitemäärityksellä.
E6	Räjähdyssuojat: Epätavallinen virransyöttöjännite tai epänormaali moottori voi vahingoittaa käyttömoottorin virtapiiriä.	Juoksumatto lakkaa toimimasta ja siirtyy vikatilaan, kun summeri soi 9 kertaa. Konsoli näyttää vikakoodin, kun taas lepoalueet eivät näytä mitään. Kun vikatilaa on ylläpidetty noin 10 sekuntia, siirry valmiustilaan ja käynnistä kone uudelleen. Syyt: tarkista, onko virtalähteen jännite alhaisempi kuin 50% normaalista jännitteestä, testaa uudelleen oikealla jännitemäärityksellä; Tarkista, onko säätimellä erityinen haju, ja vaihda säädin; Tarkista, onko moottorilinja kytketty oikein, ja kytke moottorin linja uudelleen.
LCD-näyttö ei näytä sykkeen arvoa	A. Kahvan tiedonsiirto ei kytketty kunnolla tai katkennut kahvan johto	Tarkista ja kytke johto hyvin tai vaihda kahvan johto.
	B. Murtunut konsolin johto	Vaihda Konsoli
Konsolin näyttö on puutteellinen tai viivoja puuttuu	A. Näyttötaulun löysä ruuvi	Kiristä ruuvi
	B. Järjestelmä rikki	Vaihda konsoli



NO.	NAME	Qty
1	Base frame	1
2	Platform frame	1
3	Upright post(L)	1
4	Upright post(R)	1
5	Console frame	1
6	Display rear cover fixed clamp ring plating part	1
7	Ezfit linking parts	1
8	Cover fixed tube painting part	5
9	Incline frame	1
10	Spraying parts for welding parts of motor fixed base	1
11	Hex half thread screw M12×Φ14×35×19	5
12	Full thread screw M8×75	2
13	Full thread screw M8×15	2
14	Full thread screw M8×20	4
15	Inner hexagon bolts M8 × 20	4
16	Allen socket full thread screw M6×15	2
17	Allen C.K.S.half thread screw M8×50×20	5
18	Flat washerΦ12	2
19	Allen C.K.S.half thread screw M8×30×20	1
20	Allen sunk full thread screw M6×30×Φ16	6
21	Philips C.K.S. full thread screwM5×10	2
22	Philips C.K.S. full thread screwM4×10	8
23	Philips C.K.S self-tapping screw ST4×16	9
24	Allen C.K.S.half thread screw M10×25×15	
25	Philip self-tapping screw ST3×15	4
26	Philips self-tapping screw ST4×15	28
27	Allen socket full thread screw M6×25 (8.8 级)	1
28	Philips self-tapping screw ST4×35	4

29	Powder metallurgy set	2
30	Spacer sleeve	2
31	Spring washerΦ8	2
32	Spring washerΦ5	3
33	Flat washer Φ8	6
34	Lock washerΦ5	3
35	Hex self-locking nut M8	6
36	Communication wire	1
37	Communication wire	1
38	Communication wire	1
39	Photoelectric sensor	1
40	Handle pulse(speed)	1
41	Handle pules(incline)	1
42	Handle pulse connection wire	1
43	Controller	1
44	Safety key	1
45	Power connection wire	1
46	Power connection wire	1
47	Rocker switch	1
48	Self-reset switch	1
49	Power connection wire	1
50	Cable guider	1
51	Power cord	1
52	Front roller	1
53	Rear roller	1
54	Arc opening plug	1
55	Motor	1
56	Running board	1
57	Running belt	1
58	Motor belt	1
59	Motor cover	1

60	Rear cover	1
61	Side rail	2
62	Handle bar cover(above)	2
63	Handle bar cover(below)	2
64	plastic central parts of console	1
65	console back cover	1
66	Console Sundries basket	1
67	Water cup	1
68	Side rail guider	6
69	Tube plug	1
70	Tube plug	2
71	Cylindrical cushion	6
72	Taper cushion (conductive rubber)	4
73	Wheel	4
74	Pipe strap	5
75	TAB bolt	1
76	spring -1	1
77	Magnetic ring	1
78	Incline motor	1
79	Allen C.K.S.half thread screw M10×55×25	1
80	Lifting shaft sleeve	4
81	Hex self-locking nut M10	1
82	Flat washerΦ10	1

Tämän laitteen maahantuoja vakuuttaa, että valmistukseen on käytetty ainoastaan korkealuokkaisia materiaaleja.

Takuun edellytyksenä on tämän ohjekirjan mukaisesti suoritettu asennus. Laitteen virheellinen käyttö, virheellinen kuljetus tai väärin suoritettu asennus voivat aiheuttaa takuun kumoutumisen.

Kulutusosien takuu on 1 vuosi ja rungon takuu 3 vuotta. Takuu lasketaan alkavaksi ostopäivästä. Takuun piiriin kuuluvat seuraavat osat: runko, sähköiset osat, siirtopyörät ja juoksuhihna.

Takuu ei kata:

- ulkoisesti aiheutunut vahinko
- ei-valtuutettujen huoltopartnereiden käyttö
- laitteen vääränlainen käsittely
- ohjeiden huomiotta jättämisestä aiheutuvat ongelmat
- Kulutusosien normaalia kulumista

Laitte on tarkoitettu ainoastaan kotikäyttöön.

ASENNUKSEEN JA HUOLTOON LIITTYVISSÄ ASIOISSA OTA YHTEYTTÄ GYMSTICK-HUOLTOON:

huolto@gymstick.com tai p. 010-229 3050

Valmistuttaja:
Gymstick International Oy
Ratavartijankatu 11
15170 Lahti



Tällä symbolilla merkityt laitteet on hävitettävä erillään talousjätteestä, koska ne sisältävät arvokkaita materiaaleja, jotka voidaan kierrättää. Asianmukainen hävittäminen suojaa ympäristöä ja ihmisten terveyttä. Paikallinen viranomaisen tai jälleenmyyjä antaa tarvittaessa lisätietoja asiasta.

