

Uputstvo za upotrebu

RING RX 182 traka za trčanje

RING
since 1993



Tehnoteka je online destinacija za upoređivanje cena i karakteristika bele tehnike, potrošačke elektronike i IT uređaja kod trgovinskih lanaca i internet prodavnica u Srbiji. Naša stranica vam omogućava da istražite najnovije informacije, detaljne karakteristike i konkurentne cene proizvoda.

Posetite nas i uživajte u ekskluzivnom iskustvu pametne kupovine klikom na link:

<https://tehnoteka.rs/p/ring-rx-182-traka-za-trcanje-akcija-cena/>

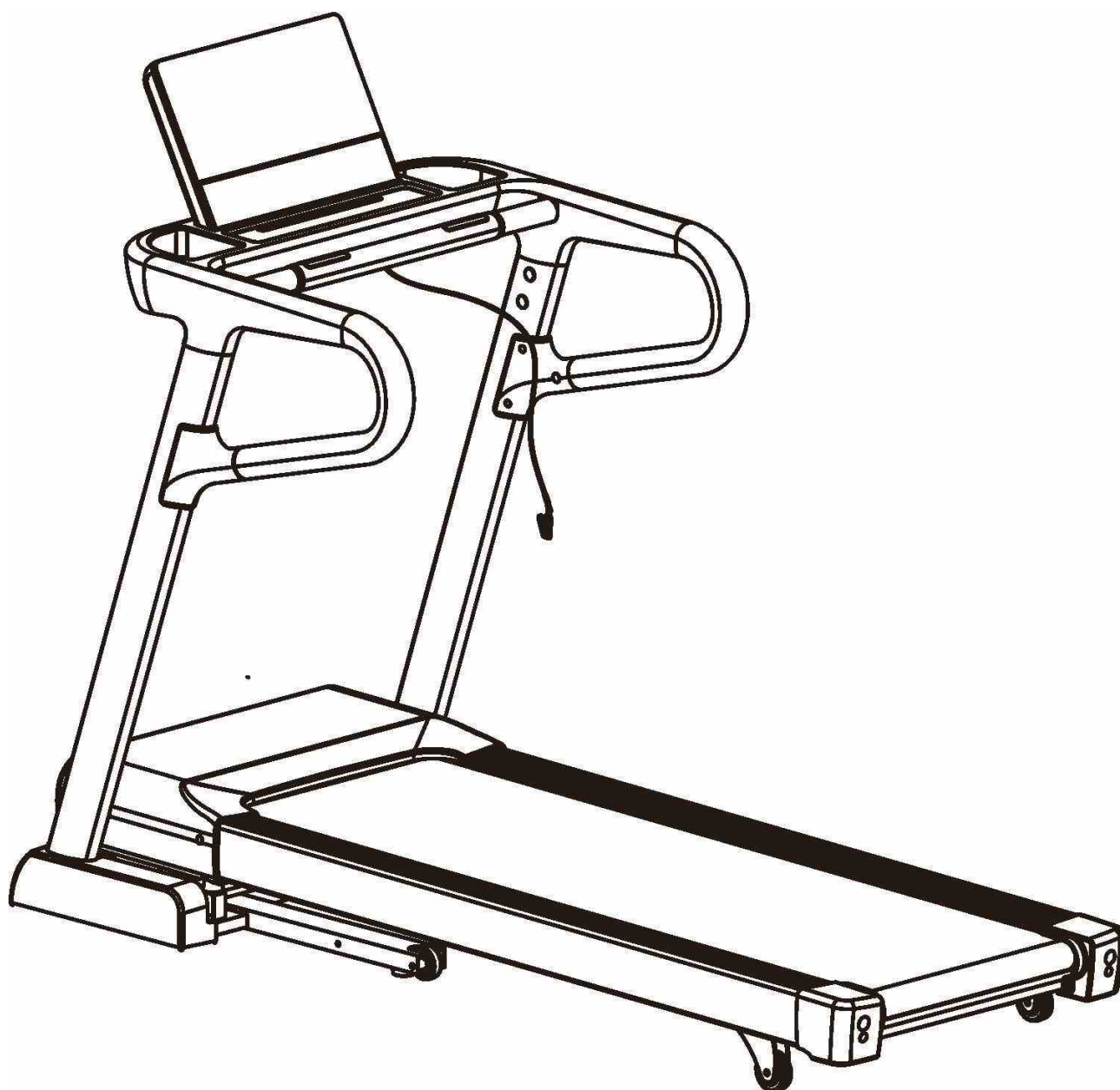
RING

since 1993

MOTORIZOVANA TRAKA ZA TRČANJE

UPUTSTVO ZA UPOTREBU / SRB

MODEL: RX 182



Sadržaj

Mere predostrožnosti.....	1
Instalacija.....	3
Sklapanje.....	14
Uputstvo za rad.....	17
Saveti za istezanje.....	27
Održavanje.....	28
Podšavanje trake za trčanje.....	29
Izveštaj o grešci.....	30
Ekspandirani crtež.....	32
Spisak delova.....	34

Mere predostrožnosti

Hvala vam što ste kupili ovu traku za trčanje. Ona je dizajnirana i proizvedena da vam pruži dugogodišnju upotrebu bez problema. Možda ste već upoznati sa korišćenjem sličnog proizvoda, ali odvojite vreme da pročitate ovo uputstvo za upotrebu kako biste bili sigurni da dobijate najbolje od proizvoda.

Upozorenja

1. Da smanjite rizik od ozbiljnih povreda, pre upotrebe trake za trčanje pročitajte sledeća važna upozorenja.
2. Pre nego što započnete bilo koji program vežbanja, trebalo bi da se konsultujete sa svojim lekarom kako biste utvrdili da li imate neko fizičko ili zdravstveno stanje koje bi moglo da ugrozi vaše zdravlje i bezbednost ili da vas spreči da pravilno koristite traku za trčanje. Ako uzimate lekove koji utiču na rad srca, krvni pritisak ili nivo holesterola, savet vašeg lekara je od suštinskog značaja.
3. Obratite pažnju na signale koje daje vaše telo. Nepravilno ili prekomerno vežbanje može ugroziti vaše zdravlje. Prestanite sa vežbanjem ukoliko osetite bilo koji od sledećih simptoma: bol, stezanje u grudima, nepravilan rad srca, ekstremno otežano disanje, nesvesticu, vrtoglavicu ili mučninu. Ukoliko osetite bilo koji od ovih simptoma, konsultujte se sa svojim lekarom pre nego što nastavite sa programom vežbanja.

Mere predostrožnosti za električnu energiju

Nepoštovanje sledećih upozorenja može povećati rizik od strujnog udara i telesnih povreda.

1. Pre upotrebe uvek proverite da kabl za napajanje nije oštećen. Ako primetite bilo kakvo oštećenje, NEMOJTE koristiti kabl za napajanje.
2. Nikada ne dodirujte kabl za napajanje mokrim rukama.
3. Kabl za napajanje postavite tako da se ne može gaziti ili priklještit.
4. Uz traku za trčanje treba koristiti samo isporučeni kabl za napajanje.

Opšte mere predostrožnosti

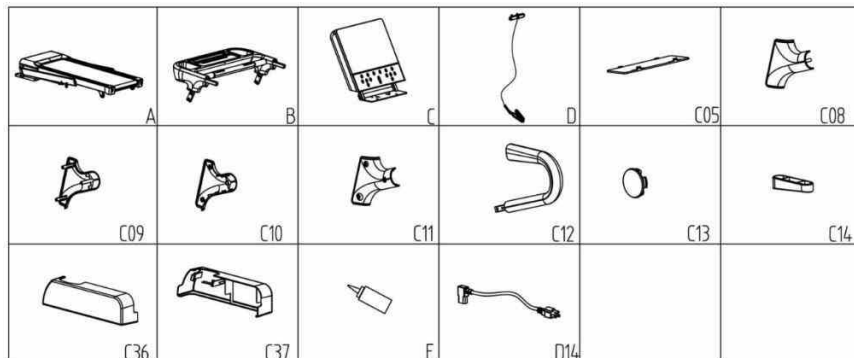
1. Koristite traku za trčanje samo na način opisan u ovom uputstvu za upotrebu.
2. Uverite se da je napon napajanja isti kao napon naveden na kablju za napajanje.
3. Odgovornost vlasnika je da osigura da svi korisnici trake za trčanje budu adekvatno obavešteni o svim upozorenjima i bezbednosnim merama predostrožnosti.
4. Traka za trčanje je teška i trebalo bi da je iz pakovanja izvade i montiraju dve osobe.
5. Pre nego što montirate traku za trčanje, uverite se da nije priključena na izvor električne energije, npr. zidnu utičnicu.
6. Koristite traku za trčanje na čvrstoj, ravnoj površini sa zaštitom za pod ili tepih. Postavite traku za trčanje tako da ima najmanje 2 m x 1 m slobodnog prostora iza trake za trčanje.
7. Držite traku za trčanje podalje od prekomerne vlage i prašine.
8. Pre upotrebe trake za trčanje, proverite da li su matice i zavrtnji dobro zategnuti.
9. Bezbednost trake za trčanje može se održavati samo ako se redovno proverava da li je oštećena ili pohabana.

Odmah zamenite neispravne komponente. Ne koristite traku za trčanje dok se iste ne zamene.

10. Traka za trčanje je ispitana i odobrena u skladu sa EN957, klasa HC: Pogodno samo za upotrebu u zatvorenom.
11. Kočenje se kontroliše pomoću napajanja rotacije kaiša.
12. Traka za trčanje nije pogodna za terapijsku upotrebu.
13. Držite decu i kućne ljubimce podalje od trake za trčanje. Traka za trčanje je predviđena za upotrebu samo od strane odraslih.
14. Nosite odgovarajuću odeću dok koristite traku za trčanje. Izbegavajte nošenje široke odeće koja se može zaglaviti u traci za trčanje ili može da ograniči ili spreči vaše kretanje.
15. Nemojte savijati leđa kada koristite traku za trčanje; uvek pokušavajte da držite leđa ispravljenim.
16. Ako osetite bol ili vrtoglavicu tokom vežbanja, odmah prekinite sa vežbanjem i ohladite se.
17. Senzor pulsa nije medicinsko sredstvo. Nekoliko faktora, uključujući kretanje korisnika, može uticati na tačnost senzora. Senzor je namenjen da služi samo kao pomoćno sredstvo za vežbanje koje određuje opšte kretanje otkucaja srca.
18. Prilikom podizanja ili pomeranja trake za trčanje morate biti oprezni kako ne biste povredili leđa. Uvek koristite ispravne tehnike podizanja odnosno potražite pomoć.
19. Sigurnosni ključ se isporučuje za vašu ličnu bezbednost. Sigurnosni ključ koristite za funkciju zaustavljanja u hitnim slučajevima prilikom upotrebe trake za trčanje. U hitnom slučaju, stavite obe ruke na upravljač i stavite noge na neklizajuću površinu glavnog rama. Dok to radite, sigurnosni ključ će se odvojiti od računara i aktiviraće se funkcija zaustavljanja u hitnim slučajevima.
20. Svi pokretni dodaci zahtevaju nedeljno održavanje. Svaki put ih proverite pre upotrebe. Ako je nešto pokvareno ili olabavljeno, popravite ga odmah. Možete nastaviti da koristite traku za trčanje nakon što su oštećeni delovi popravljeni.
21. Traku za trčanje ne treba da koriste osobe (uključujući i decu) sa smanjenim fizičkim, senzornim ili mentalnim sposobnostima, ili nedostatkom iskustva i nadzora, osim uz adekvatan nadzor ili instrukcije.
22. Deci koja koriste traku za trčanje pod nadzorom ne sme se dozvoliti da se igraju sa trakom za trčanje.
23. Ova mašina mora biti dobro uzemljena, jer se time smanjuje opasnost od strujnog udara

Instalacija

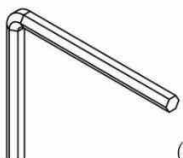
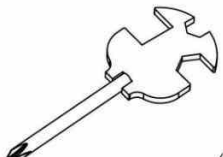
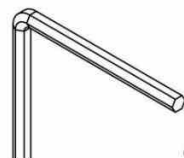
Sledeća slika predstavlja prikaz komponenti instaliranih u mašini. Otvorite pakovanje i iz kutije izvadite sledeće delove.



Spisak delova

Br.	Naziv	Specifikacija	Količina
A	Sklop glavnog rama		1
B	Sklop elektronskog merača		1
C	Sklop panela		1
D	Sklop sigurnosnog prekidača		1
C05	Srednji i donji poklopac elektronskog merača		1
C08	Spoljni poklopac levog stuba		1
C09	Spoljni poklopac desnog stuba		1
C10	Unutrašnji poklopac levog stuba		1

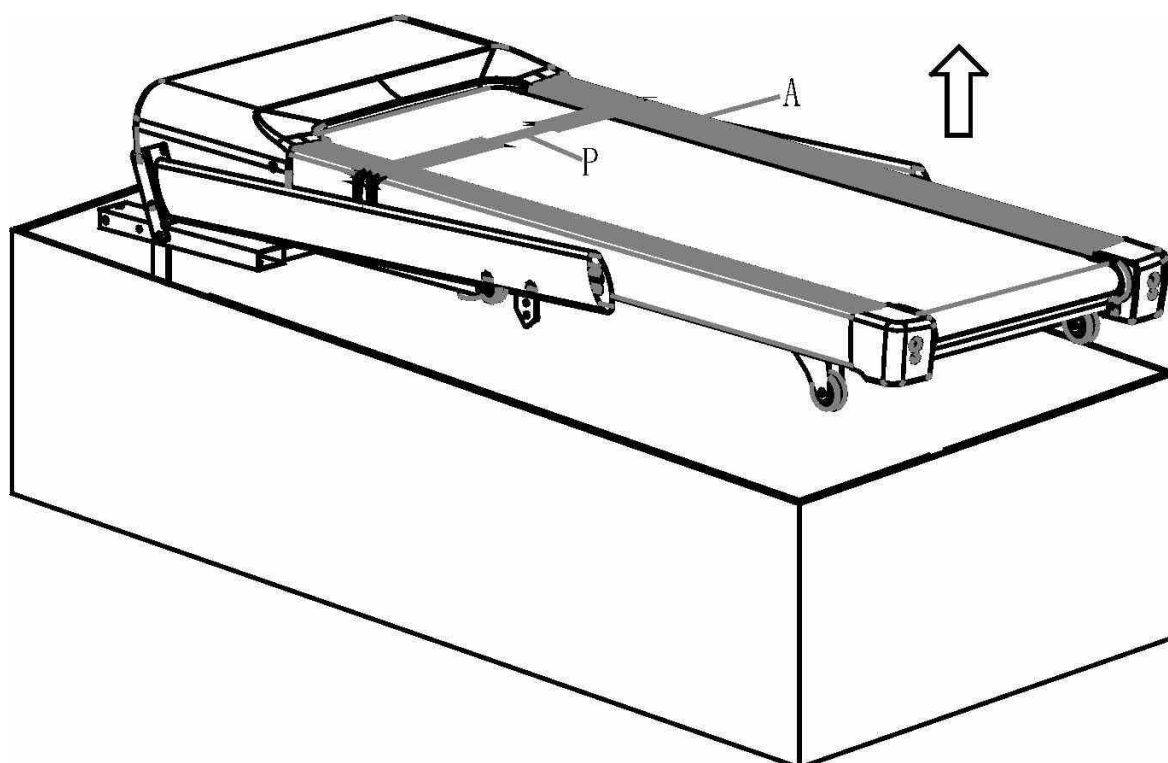
Br.	Naziv	Specifikacija	Količina
C11	Unutrašnji poklopac desnog stuba		1
C12	Naslon za ruke od sunđera		2
C13	Čep za otvor za zavrtnj		4
C14	Čep za cev naslona za ruke		2
C36	Leva donja zaštita		1
C37	Desna donja zaštita		1
E	Boca za ulje		1
D14	Standardni kabl za napajanje		1

E15 M8*15  (22X)	E24 ST4.2*15  (6X)	E32 Ø8  (10X)
B07 S5  (1X)	B08 S=13 14 15  (1X)	B11 S6  (1X)

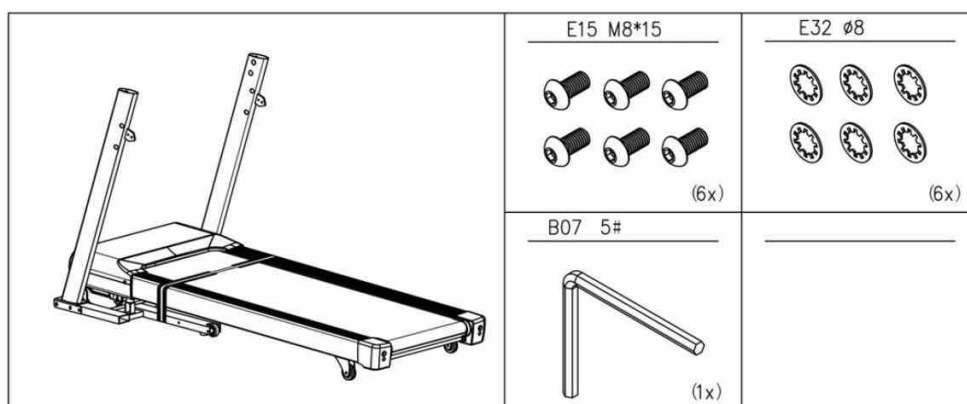
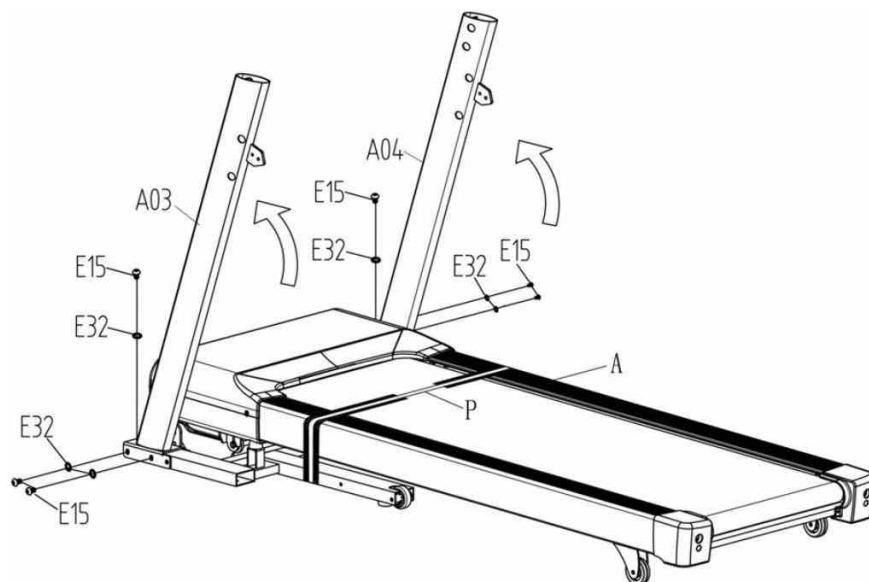
Napomena: NEMOJTE uključivati napajanje dok ne završite montiranje.

Koraci instalacije

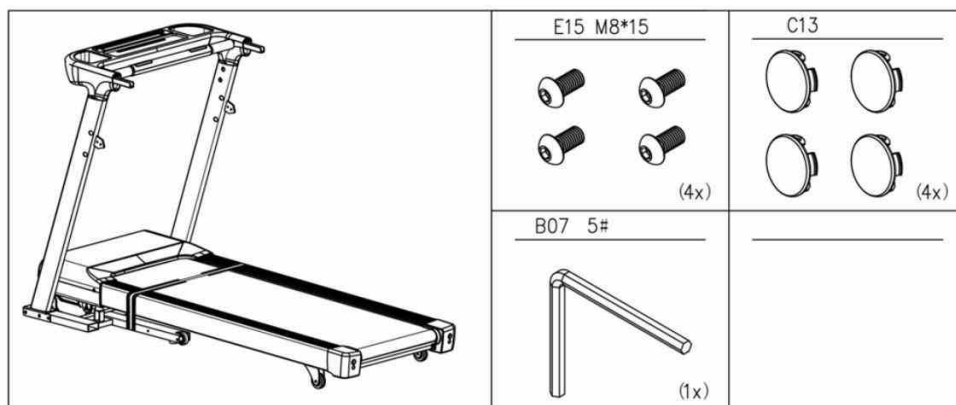
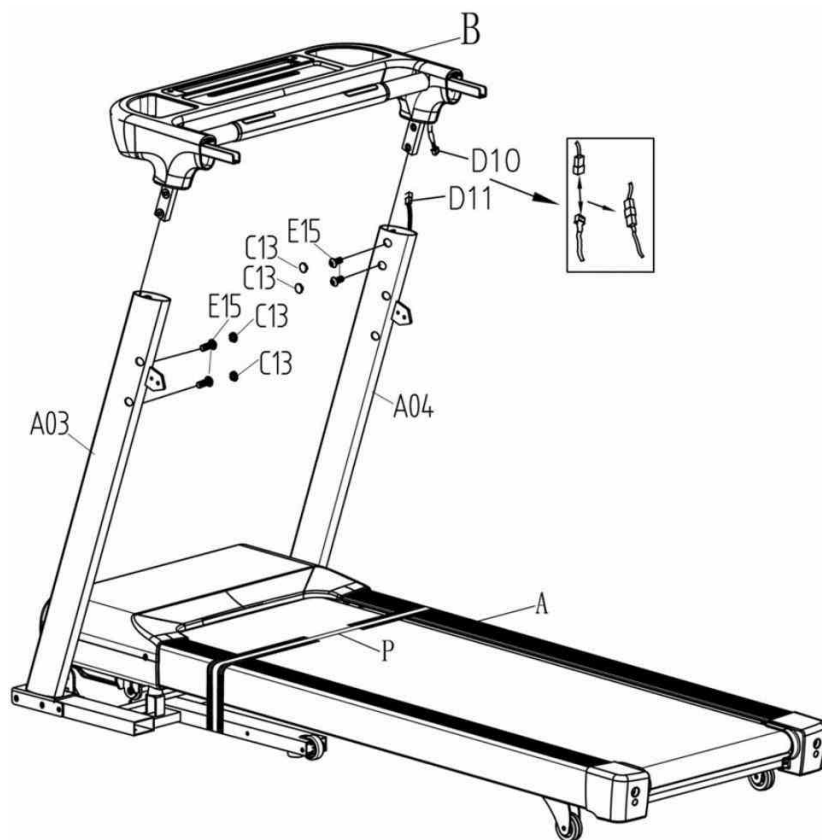
1. Raspakujte mašinu.



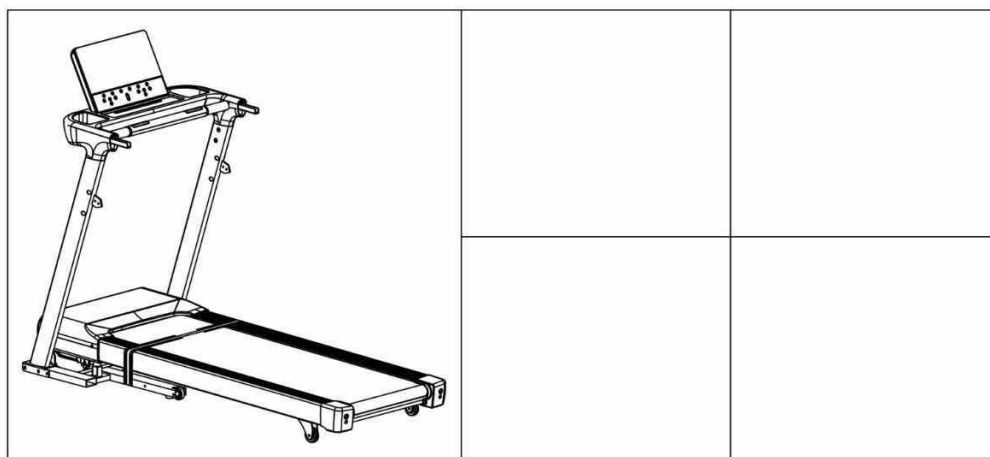
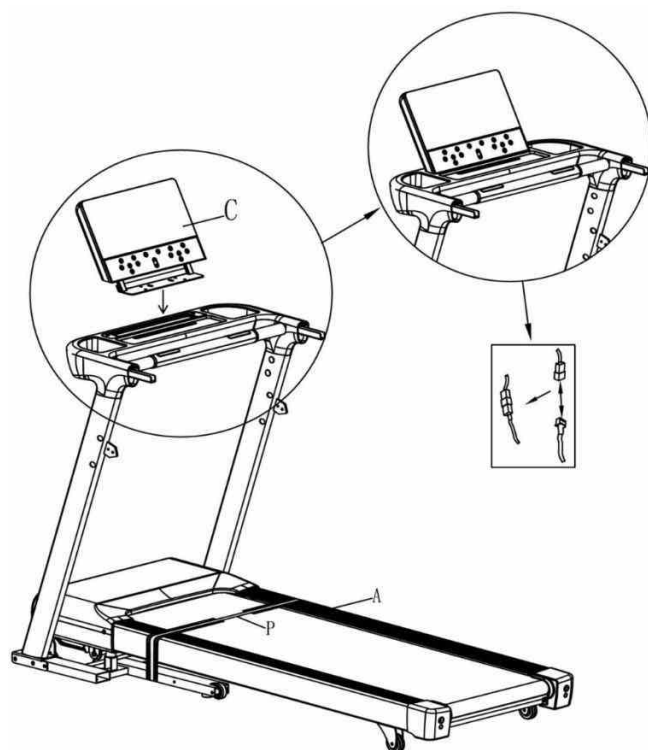
2. Montirajte stubove



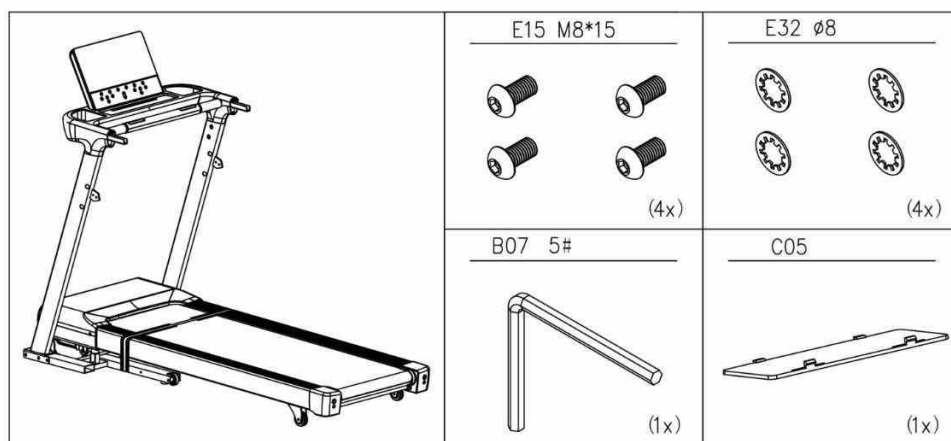
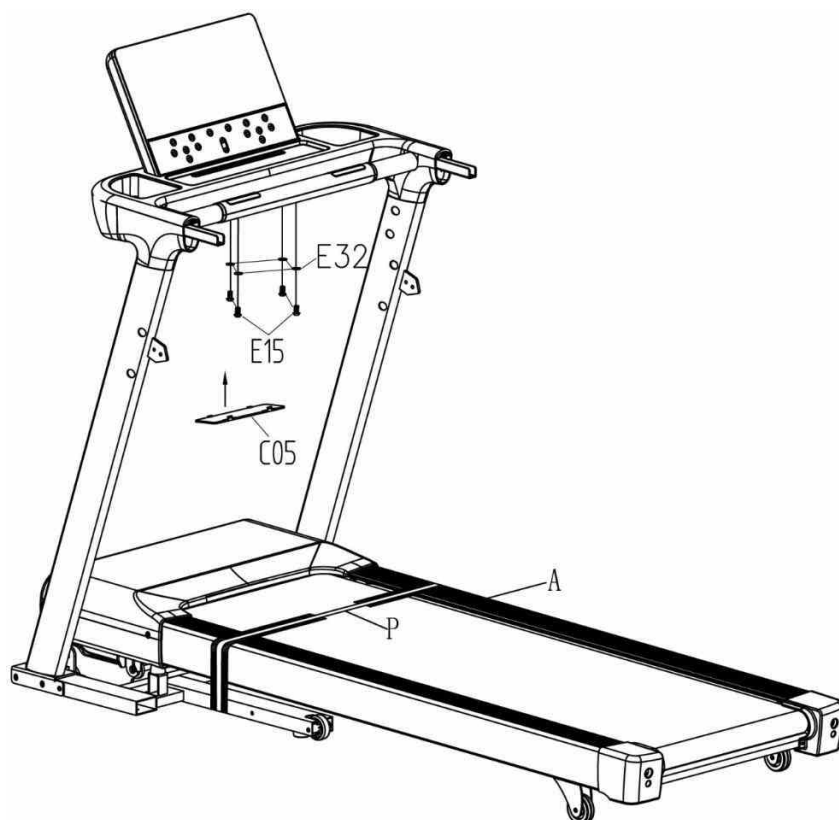
3. Montirajte postolje instrumenta i povežite srednji i donji vod elektronskog merača.



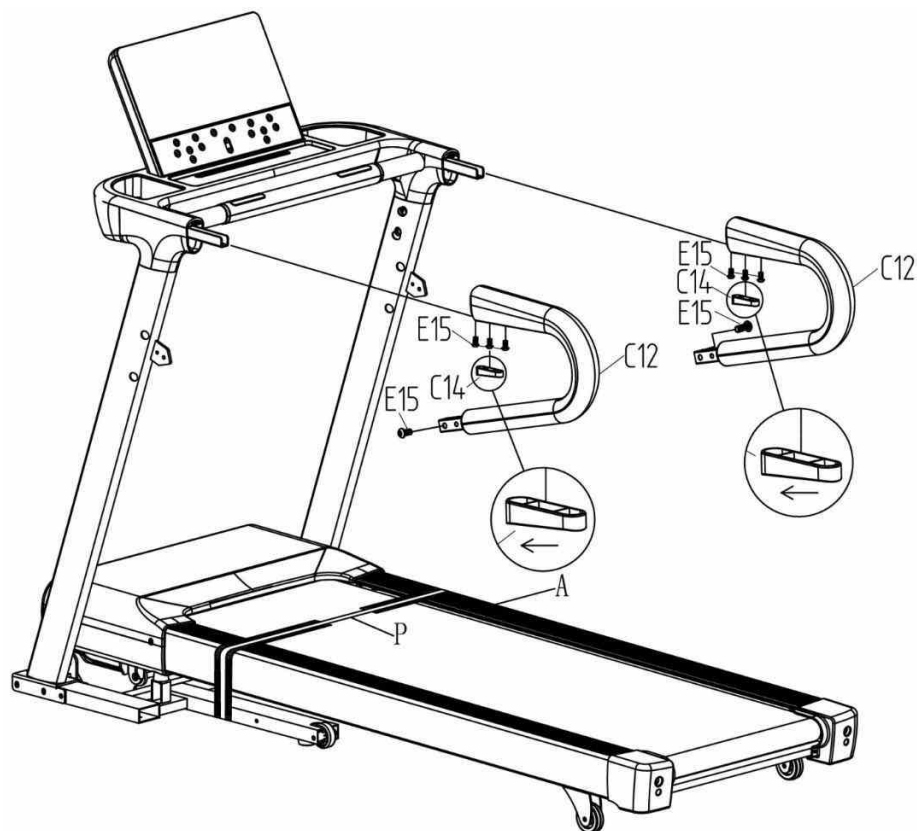
4. Montirajte panel



5. Povežite kablove instrumenta i postavite srednji i donji poklopac elektronskog merača.

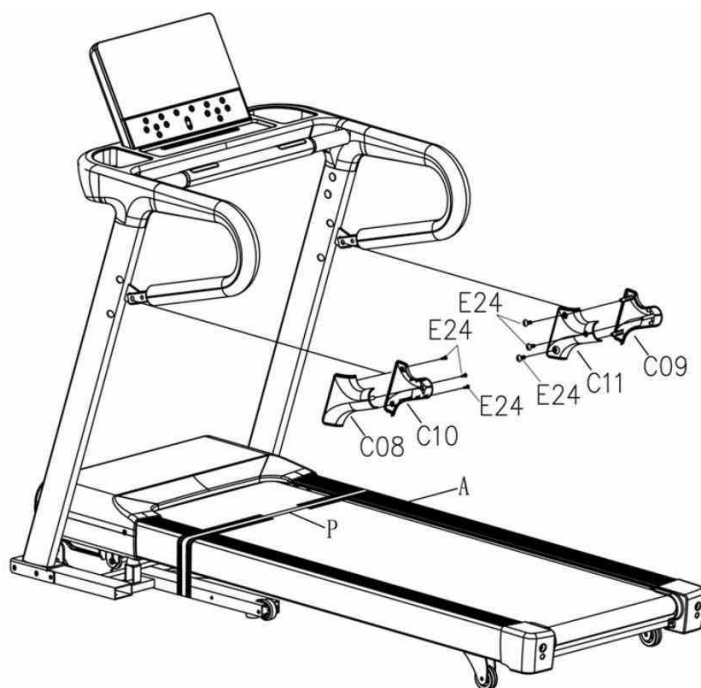


6. Montirajte levu i desnu ručicu.



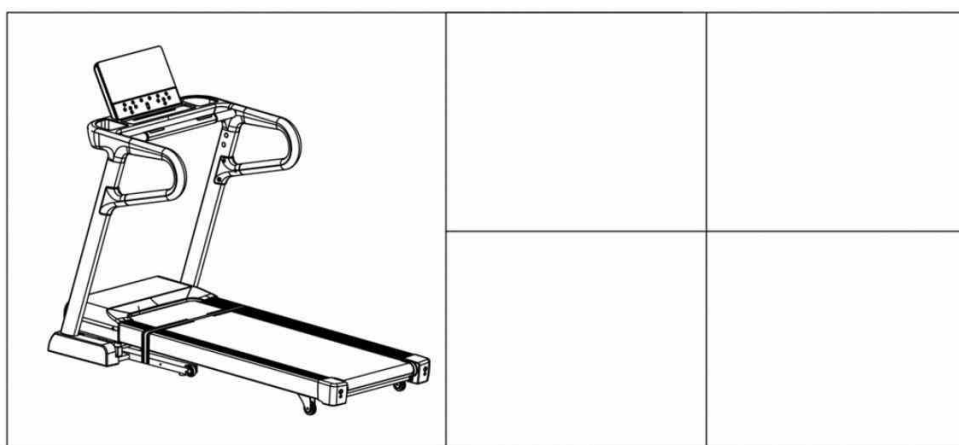
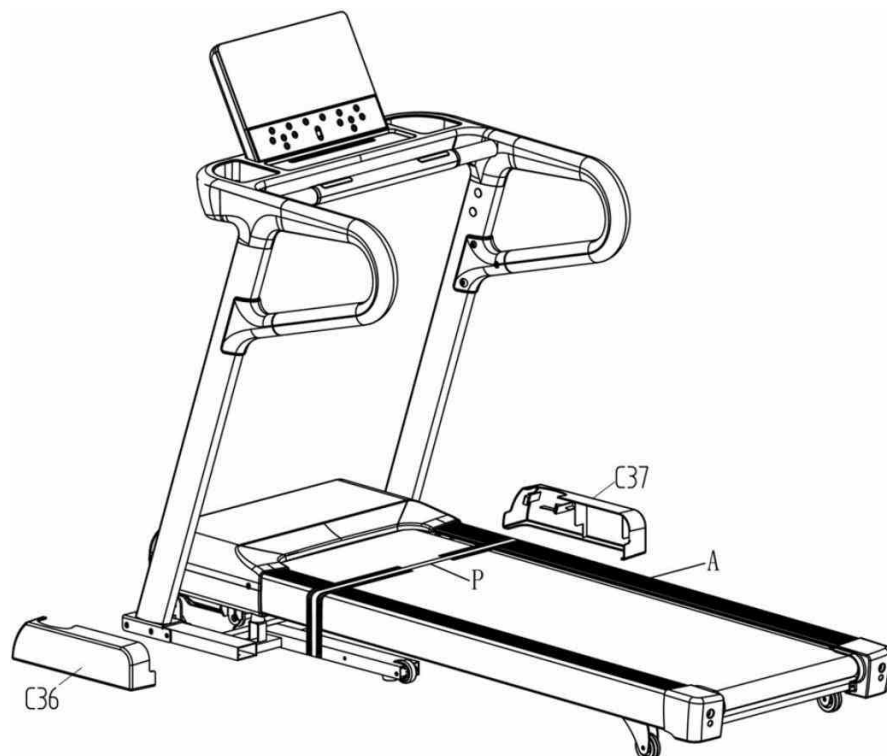
	E15 M8*15 (8x)	C14 (2x)
	B07 5# (1x)	

7. Montirajte obodne poklopce stuba.

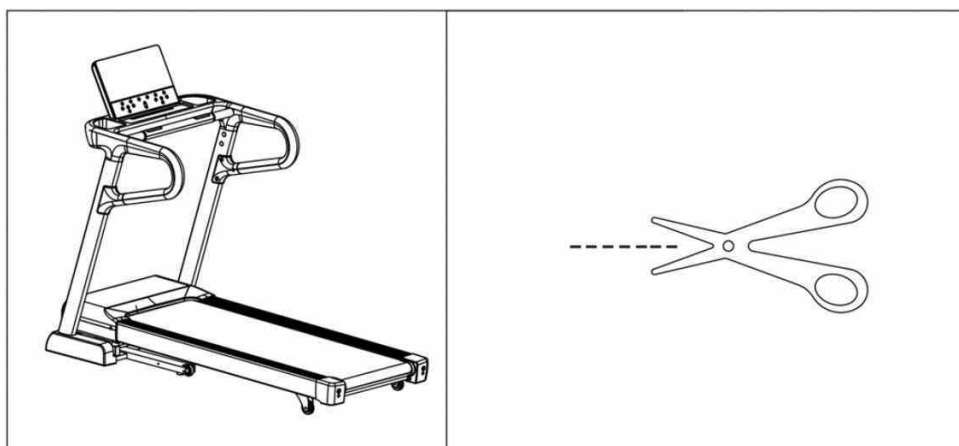
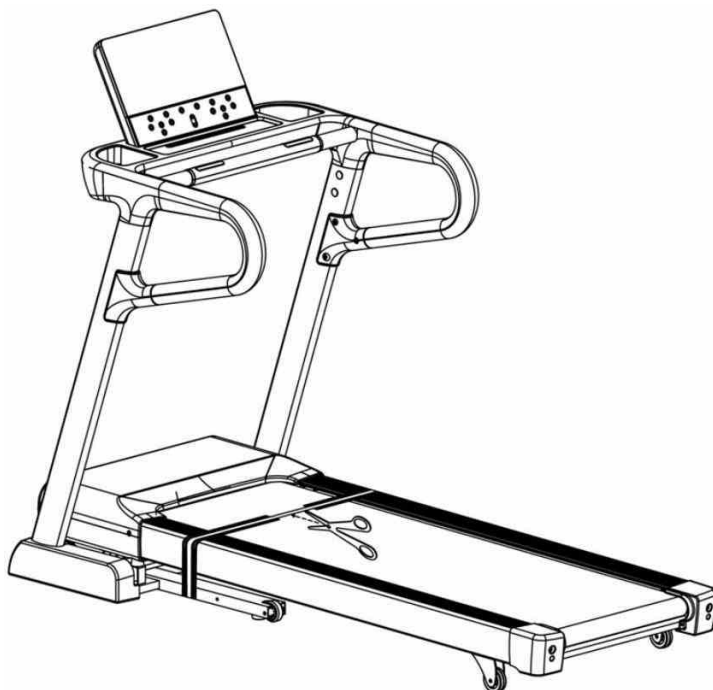


	E24 ST4.2*15 (6x)	
	B08 S=13 14 15 (1x)	

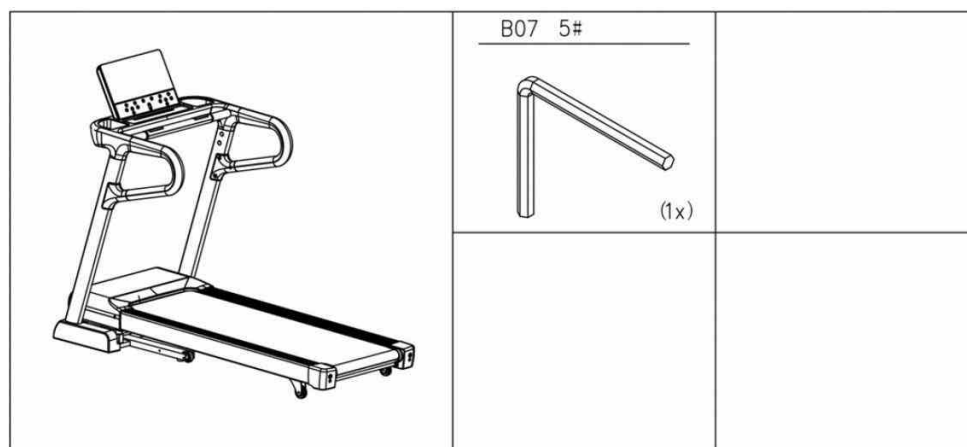
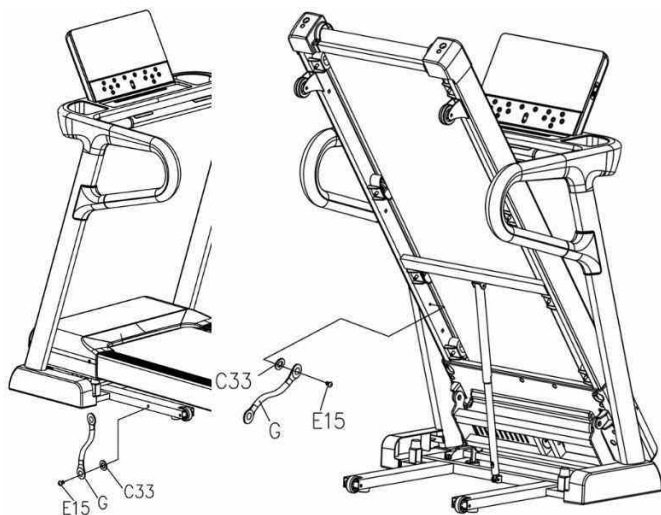
8. Montirajte levu i desnu donju zaštitu.



9. Alat presecite vezice za kablove.

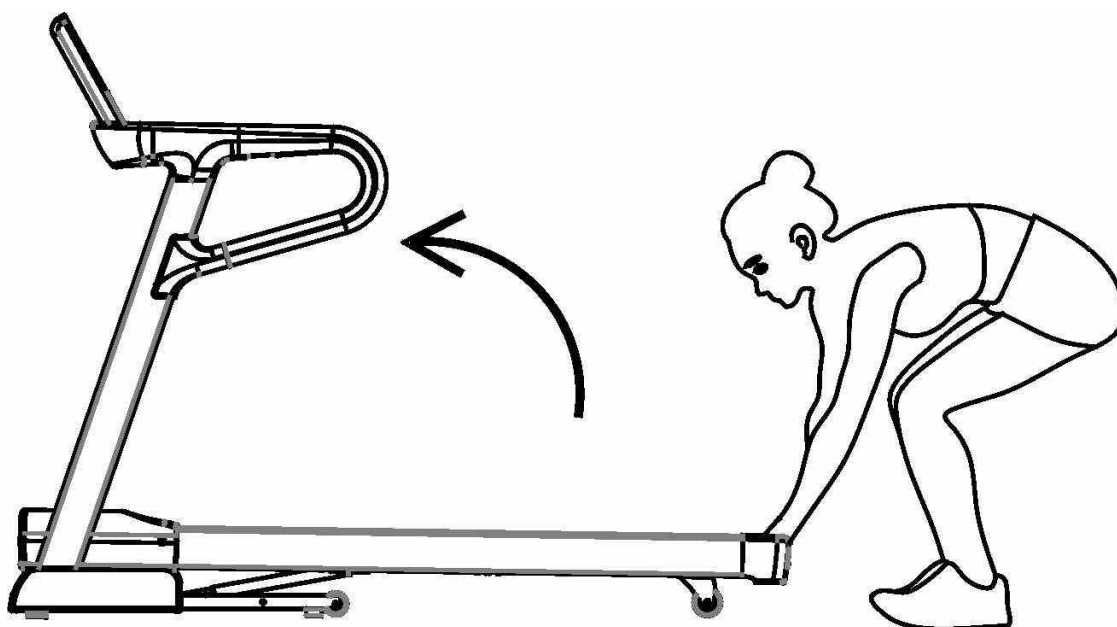


10. Uklonite sigurnosni uređaj platforme za trčanje.



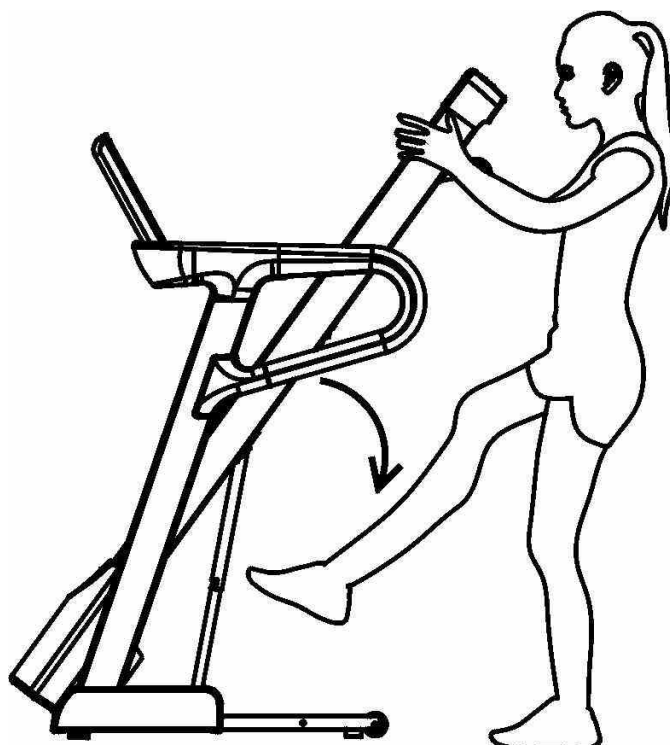
Sklapanje

Da sklopite traku za trčanje



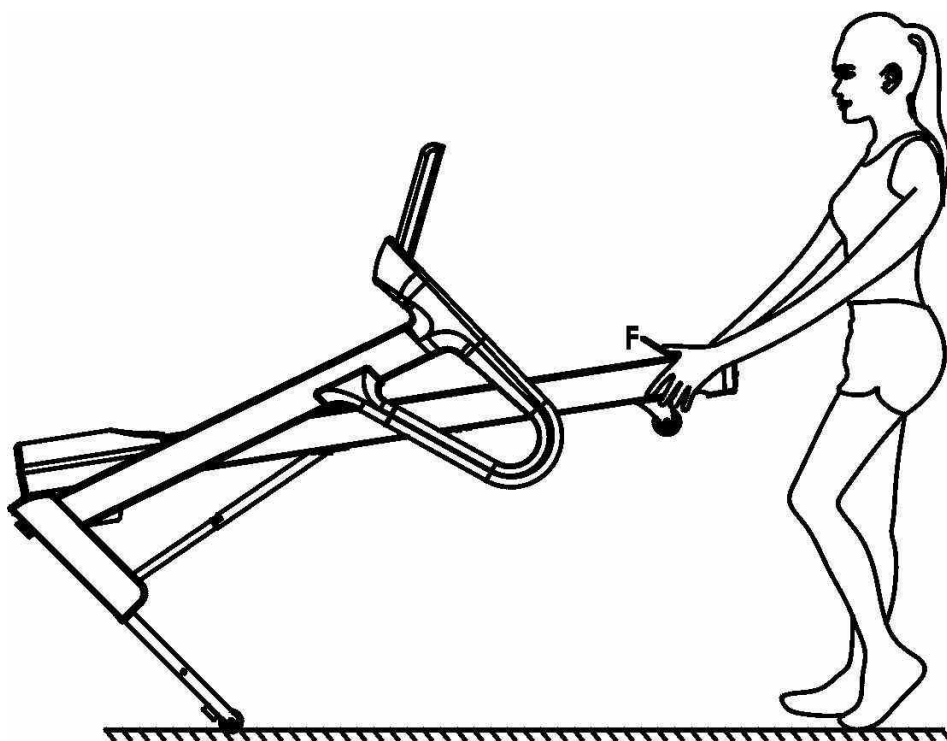
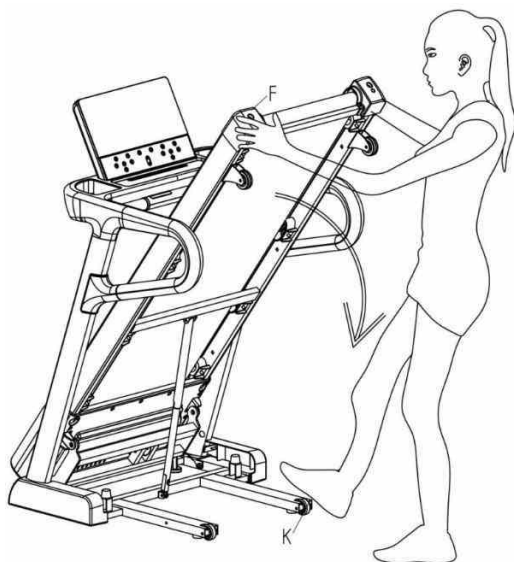
Da rasklopite traku za trčanje

1. Držite platformu za trčanje sa obe ruke.
2. Pritisnite gasnu oprugu prednjim delom stopala.
3. Čvrsto pritisnite obema rukama, zatim sklonite stopalo i platforma za trčanje će se automatski sklopiti.



Da pomerite traku za trčanje

1. Prvo sklopite traku za trčanje.
2. Držite platformu za trčanje obema rukama, a zatim jednom nogom stanite na točak trake za trčanje.
3. Pritisnite platformu za trčanje obema rukama. Nakon što točkovi udare u tlo, traka za trčanje se može slobodno pomerati.



Da nivelirate traku za trčanje

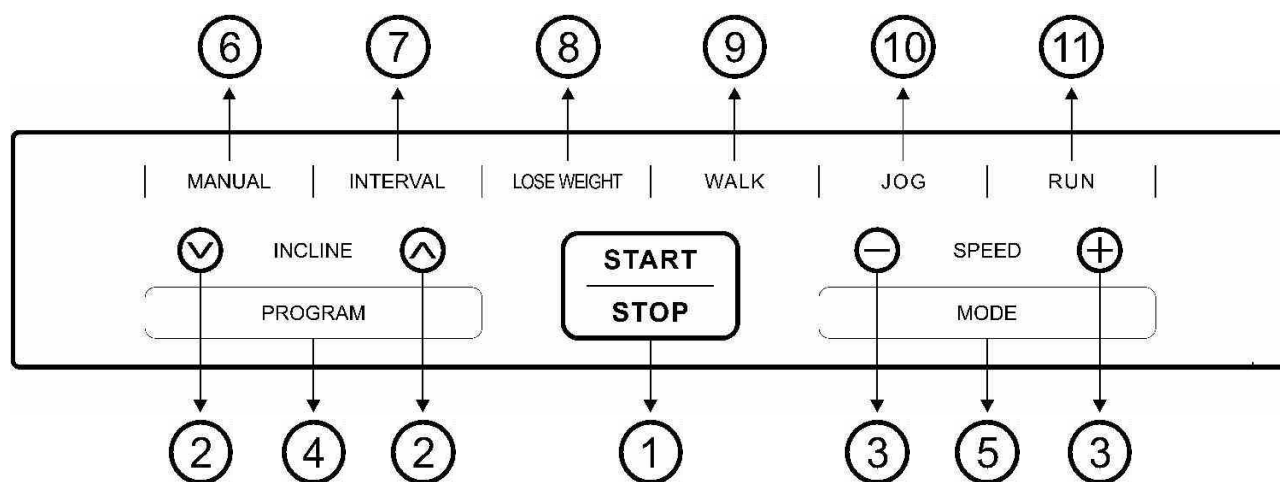
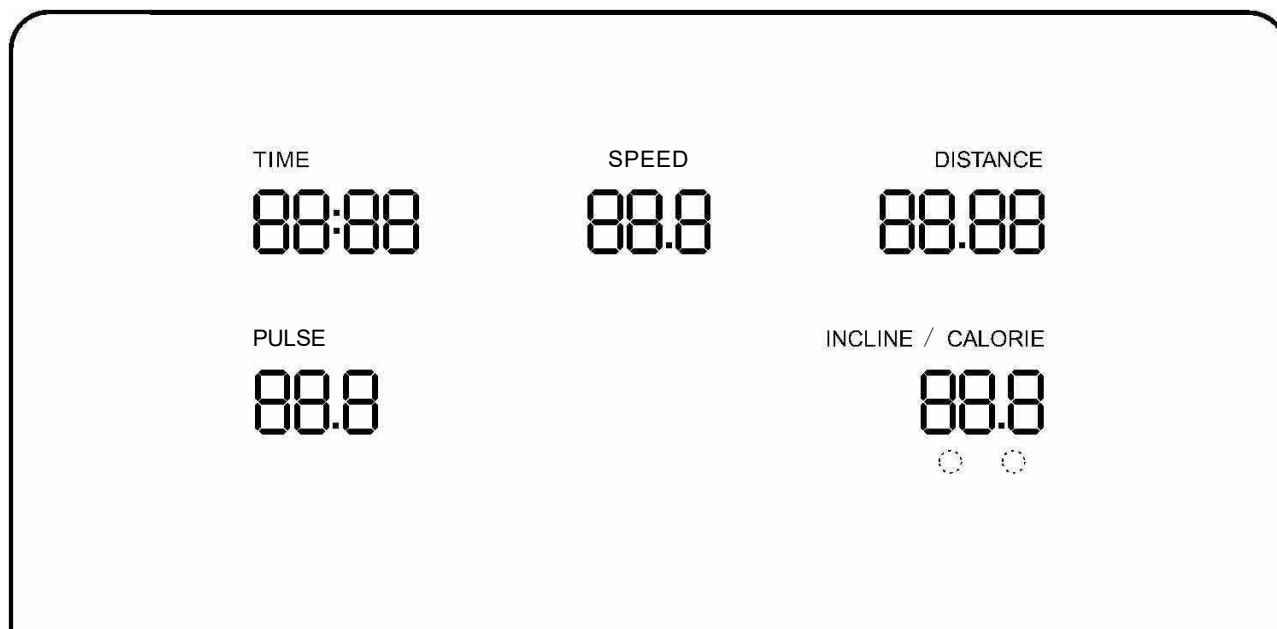
Traka za trčanje je prošla test ravnosti pre izlaska iz fabrike. Ako je pod neravan, podesite je pomoću dugmeta C30 na slici ispod.

**Upotreba sigurnosnog prekidača**

1. Pre upotrebe, postavite sigurnosni prekidač.
2. Tokom vežbanja, toplo preporučujemo da jedan kraj sigurnosnog prekidača bude pričvršćen za vašu odeću kako biste sprečili nezgode.



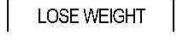
Uputstvo za rad



Prikaz na ekranu

Br.	Prikaz	Opis funkcija
1	TIME 88:88	TIME prozor: Prikazuje vreme. Kada je prikazano vreme vežbanja, vreme se meri unapred od 0 do 18 h. Kada dostigne maksimalnu vrednost, briše se i broji ispočetka i traka za trčanje se ne zaustavlja. Odbrojavanje se smanjuje od podešenog vremena do nule (maksimalno podešavanje je 99 minuta u režimu prikaza MM: SS, na primer, 99:00). Kada odbrojavanje dostigne 0:00, traka za trčanje lagano usporava i zaustavlja rad prikazujući „End“. Traka za trčanje ulazi u stanje pripravnosti 5s nakon što se potpuno zaustavi.
2	SPEED 88.8	SPEED prozor: Prikazuje trenutne podatke o brzini u stanju rada. Opseg prikaza brzine je 0,8-18,0 km/h.
3	DISTANCE 88.88	DISTANCE prozor: Prikazuje „HRC“ u funkciji HRC i „FAT“ kada sistem uđe u funkciju FAT. Kada je prikazano pređeno rastojanje, broji unapred od 0,00 do 99,99. Kada dođe do kraja, briše se i počinje brojanje unapred od 0,00. Odbrojavanje se smanjuje na nulu od podešene vrednosti. Kada odbrojavanje dostigne 0, traka za trčanje lagano usporava i zaustavlja rad prikazujući „End“. Traka za trčanje ulazi u stanje pripravnosti 5s nakon što se potpuno zaustavi.
4	PULSE 88.8	PULSE prozor: Kada korisnik drži ručicu senzora otkucaja srca sa obe ruke, sistem automatski detektuje i prikazuje frekvenciju otkucaja srca vežbača u ovom prozoru. Opseg prikaza vrednosti otkucaja srca je 50-200 otkucaja u minuti. (Ovi podaci su samo ilustrativni i ne mogu se smatrati medicinskim podacima.)
5	INCLINE / CALORIE 88.8	INCLINE/CALORIE prozor: Prebacuje prikaz između podataka o nagibu i kalorijama u stanju rada svakih 5 sekundi. Kada se prikažu podaci o kalorijama, odbrojavanje unapred je od 0,0 do 999. Kada dođe do kraja, briše se i počinje brojanje unapred od 0,0. Odbrojavanje se smanjuje na nulu od podešene vrednosti. Kada odbrojavanje dostigne 0,0, traka za trčanje lagano usporava i zaustavlja rad prikazujući „End“. Traka za trčanje ulazi u stanje pripravnosti 5s nakon što se potpuno zaustavi. Kada su prikazani podaci o nagibu, opseg prikaza je 0-15.

Funkcija tastera

Br.	Ikonica	Opis funkcija
1		START/STOP taster: Kada je napajanje uključeno i sigurnosni prekidač aktiviran, možete pritisnuti ovaj taster u bilo kom trenutku da pokrenete ili zaustavite traku za trčanje. Ako se pokrene u ručnom režimu, traka za trčanje će početi da radi najmanjom brzinom i sa najmanjim nagibom.
2	 INCLINE 	INCLINE +/- taster: podesivi opseg je u segmentima od 0-15. Opseg podešavanja je 1 segment/vreme. Kada se pritisne duže od 0,5 sekundi, automatski se povećava ili smanjuje.
3	 SPEED 	SPEED +/- taster: podesivi opseg je 0,8-18 km/h. Opseg podešavanja je 0,1 km/vreme, a kada se pritisne duže od 0,5 sekundi, automatski se povećava ili smanjuje.
4		PROGRAM je taster za izbor programa. Pritisnite ovaj taster da ciklično izaberete „P1 (RUČNI), P2 (INTERVAL), P3 (MRŠAVLJENJE), P4 (ŠETNJA), P5 (DŽOGIRANJE), P6 (TRČANJE), P7, P8, P9, P10, P11, P12, HRC, FAT“.
5		MODE je taster za izbor režima. Pritisnite ovaj taster da ciklično izaberete „30:00“, „1.00“ i „50.0“. („30:00“ je režim odbrojavanja vremena, „1.00“ je režim odbrojavanja pređenog rastojanja, a „50.0“ je režim odbrojavanja kalorija.) Kada je izabran određeni režim, vrednosti u prozoru trepere. Možete koristiti tastere SPEED+ i SPEED- ili tastere INCLINE+ i INCLINE- da podesite odgovarajuće vrednosti odbrojavanja. Nakon što je podešavanje završeno, pritisnite taster START da pokrenete traku za trčanje.
6		MANUAL taster: Pritisnite MANUAL taster da brzo uđete u P1 (RUČNI) program. Nakon što pritisnete ovu prečicu, u vremenskom prozoru se prikazuje „30:00“. U ovom trenutku pritisnite tastere SPEED+ i SPEED- da podesite vreme rada programa ili direktno pritisnite taster START da pokrenete traku za trčanje.
7		INTERVAL taster: Pritisnite taster INTERVAL da brzo uđete u P2 (INTERVAL) program. Nakon što pritisnete ovu prečicu, u vremenskom prozoru se prikazuje „30:00“. U ovom trenutku pritisnite tastere SPEED+ i SPEED- da podesite vreme rada programa ili direktno pritisnite taster START da pokrenete traku za trčanje.
8		LOSE WEIGHT taster: Pritisnite taster LOSE WEIGHT da brzo uđete u program P3 (MRŠAVLJENJE). Nakon što pritisnete ovu prečicu, u vremenskom prozoru se prikazuje „30:00“. U ovom trenutku pritisnite tastere SPEED+ i SPEED- da podesite vreme rada programa ili direktno pritisnite taster START da pokrenete traku za trčanje.

9	WALK	WALK : Pritisnite taster WALK da brzo uđete u program P4 (ŠETNJA). Nakon što pritisnete ovu prečicu, u vremenskom prozoru se prikazuje „30:00“. U ovom trenutku pritisnite tastere SPEED+ i SPEED- da podesite vreme rada programa ili direktno pritisnite taster START da pokrenete traku za trčanje.
10	JOG	JOG taster: Pritisnite taster JOG da brzo uđete u program P5 (DŽOGIRANJE). Nakon što pritisnete ovu prečicu, u vremenskom prozoru se prikazuje „30:00“. U ovom trenutku pritisnite tastere SPEED+ i SPEED- da podesite vreme rada programa ili direktno pritisnite taster START da pokrenete traku za trčanje.
11	RUN	RUN taster: Pritisnite taster RUN da brzo uđete u program P6 (TRČANJE). Nakon što pritisnete ovu prečicu, u vremenskom prozoru se prikazuje „30:00“. U ovom trenutku pritisnite tastere SPEED+ i SPEED- da podesite vreme rada programa ili direktno pritisnite taster START da pokrenete traku za trčanje.

Brzo pokretanje

1. Uključite prekidač za napajanje i ispravno ubacite sigurnosni prekidač u položaj ispod panela.
2. Pritisnite taster START. Sistem ulazi u odbrojavanje od 3s, čuje se zujalica, a prozor prikazuje odbrojavanje. Nakon odbrojavanja od 3s, traka za trčanje počinje da radi brzinom od 0,8 km/h.
3. Nakon pokretanja, možete koristiti tastere SPEED+ i SPEED- da podesite brzinu trake za trčanje ili tastere INCLINE+ i INCLINE- da podesite nagib trake za trčanje po potrebi.

Ručni režim rada

1. Direktno pritisnite taster START u režimu pripravnosti. Traka za trčanje počinje da radi brzinom od 0,8 km/h; ostali prozori počinju da računaju napred od 0. Pritisnite tastere SPEED+ i SPEED- da promenite brzinu ili tastere INCLINE+ i INCLINE- da promenite nagib.
1. Pritisnite taster MODE da uđete u režim odbrojavanja vremena u režimu pripravnosti. Prozor VREME prikazuje „30:00“ i treperi. Pritisnite tastere INCLINE+, INCLINE-, SPEED+ i SPEED- da podesite vreme vežbanja u opsegu podešavanja od 5:00-99:00.
2. Pritisnite taster MODE da uđete u režim odbrojavanja pređenog rastojanja u režimu odbrojavanja vremena. Prozor pređenog rastojanja prikazuje „1.00“ i treperi. Pritisnite tastere INCLINE+, INCLINE-, SPEED+ i SPEED- da podesite rastojanje za vežbanje u opsegu podešavanja od 0,50-99,90.
3. Pritisnite taster za režim da uđete u režim odbrojavanja kalorija u režimu odbrojavanja pređenog rastojanja. Prozor kalorija prikazuje „50,0“ i treperi. Pritisnite tastere INCLINE+, INCLINE-, SPEED+ i SPEED- da podesite kalorije u opsegu podešavanja od 10,0-999.
4. Nakon što izaberete jedan od tri režima odbrojavanja, pritisnite taster START da završite podešavanje. Traka za trčanje počinje da radi nakon 3s. Pritisnite tastere SPEED+ i SPEED- da podesite brzinu ili tastere INCLINE+ i INCLINE- da podesite nagib; pritisnite taster STOP da zaustavite rad trake za trčanje.

Program prečica i ugrađeni program

Pritisnite bilo koji taster prečica programa na panelu ili držite taster PROGRAMS da uđete u odgovarajući program. U ovom trenutku, prozor TIME prikazuje podrazumevanu vrednost ("30:00") i treperi. Pritisnite tastere SPEED+ i SPEED- ili tastere INCLINE+ i INCLINE- da podesite željeno vreme vežbanja. Pritisnite taster START i traka za trčanje počinje rad brzinom i nagibom prvog segmenta nakon odbrojavanja od 3 s. Program sa prečice je podeljen na 16 segmenata, pri čemu je u svakom segmentu vreme vežbanja = podešeno vreme / 16 minuta. Kada se rad prethodnog segmenta završi, traka za trčanje automatski ulazi u sledeći segment rada. Kada traka za trčanje uđe u sledeći segment, sistem daje tri zvučna signala i brzina i nagib se automatski prilagođavaju vrednostima ovog segmenta. Rad svih segmenata je završen. Program se završava, nagib se vraća na 0, a traka za trčanje polako usporava do zaustavljanja. Možete pritisnuti tastere SPEED+ i SPEED- da podesite brzinu ili tastere INCLINE+ i INCLINE- da podesite nagib tokom rada. Međutim, oni će se automatski prilagoditi podrazumevanoj brzini i nagibu ovog segmenta programa. Takođe možete direktno pritisnuti taster STOP ili isključiti sigurnosni prekidač da zaustavite rad tokom vežbanja. Nakon pokretanja programa, sistem daje tri zvučna signala i traka za trčanje lagano usporava i zaustavlja rad prikazujući „End“. Traka za trčanje ulazi u stanje pripravnosti 5s nakon što se potpuno zaustavi.

Opis programa

SPEED označava brzinu. Svaki program deli vreme vežbanja na 16 jednakih delova. Svaki vremenski period ima odgovarajuću brzinu.

FAZA PROGRAM		Podešeno vreme/16 = vreme vežbanja svake faze															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
P1 (RUČNI)	BRZINA	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	NAGIB	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P2 (INTERVAL)	BRZINA	5	10	10	5	5	10	10	5	5	10	10	5	5	10	10	5
	NAGIB	2	2	4	4	6	6	6	6	4	4	4	4	2	2	2	2
P3 (MRŠAVLJENJE)	BRZINA	5	5	8	8	5	5	5	8	8	5	5	5	8	8	5	5
	NAGIB	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
P4 (ŠETNJA)	BRZINA	5	7	7	8	8	7	7	10	10	7	5	5	7	7	10	5
	NAGIB	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
P5 (DŽOGIRANJE)	BRZINA	5	9	9	11	11	12	5	5	9	9	11	11	12	9	9	5
	NAGIB	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
P6 (TRČANJE)	BRZINA	5	7	8	10	12	10	8	5	5	8	10	12	10	8	7	5
	NAGIB	2	2	4	4	6	6	6	6	4	4	4	4	2	2	2	2

P7	BRZINA	5	6	6	6	7	8	10	10	8	9	10	10	8	6	5	5
	NAGIB	0	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	0	0
P8	BRZINA	5	5	5	5	6	7	5	6	7	5	6	7	5	5	5	5
	NAGIB	0	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	0	0
P9	BRZINA	5	5	5	8	9	9	6	8	9	6	8	9	6	6	5	5
	NAGIB	0	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	0	0
P10	BRZINA	5	6	6	9	9	6	9	10	6	10	11	11	6	6	5	5
	NAGIB	0	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	0	0
P11	BRZINA	5	6	7	8	9	7	6	8	10	10	8	8	7	6	5	5
	NAGIB	0	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	0	0
P12	BRZINA	5	7	10	12	9	9	12	12	9	9	12	12	7	7	5	5
	NAGIB	0	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	0	0

MANUAL (RUČNI) Program

Traka za trčanje takođe ima korisnički definisan program koji vam omogućava da izvršite podešavanje u skladu sa vašim ličnim situacijama: P1 (RUČNI).

1. Podešavanja programa RUČNI:

U režimu pripravnosti, pritisnite taster **MANUAL** da uđete u program **RUČNI**, ili držite taster **PROGRAMS** dok se u prozoru ne prikaže „P01“. U ovom trenutku, prozor **TIME** treperi i prikazuje unapred podešeno vreme od 30:00. Nakon što pritisnete tastere **INCLINE+**, **INCLINE-**, **SPEED+** i **SPEED-** da podesite željeno vreme vežbanja, pritisnite taster za režim da podesite parametre programa, a zatim podesite prvi vremenski period. Tokom podešavanja, možete koristiti tastere **SPEED+** i **SPEED-** ili tastere za prečice da podesite brzinu i tastere **INCLINE+** i **INCLINE-** ili prečice da podesite nagib. Pritisnite taster **MODE** da završite podešavanje prvog vremenskog perioda i uđete u podešavanje drugog vremenskog perioda dok se ne podesi svih 16 vremenskih perioda. Nakon što se podešavanje završi, podaci će biti trajno sačuvani dok ih sledeći put ne resetujete (Za ovo podešavanje se čuvaju samo podaci o brzini. Vreme je podrazumevano 30:00 tokom sledećeg pokretanja). Ovi podaci neće biti izgubljeni zbog nesilanka struje.

2. Pokretanje programa RUČNI:

U režimu pripravnosti, pritisnite taster **MANUAL** da uđete u program **RUČNI** ili držite taster **PROGRAMS** dok se u prozoru ne prikaže „P01“. Nakon podešavanja vremena rada, pritisnite taster **START** da pokrenete mašinu.

3. Opis podešavanja programa RUČNI:

Svaki program deli vreme na 16 vremenskih perioda. Brzina i vreme rada od 16 vremenskih perioda moraju biti podešeni tokom podešavanja pre nego što pritisnete taster **START** da pokrenete traku za trčanje.

Test fizičke kondicije

1. Držite taster PROGRAMS u režimu pripravnosti i u prozoru DISTANCE će se prikazati „FAT“ Ovo je režim testiranja fizičke kondicije. U ovom trenutku pritisnite taster MODE da podesite odgovarajuće parametre (F-1— Pol, F-2— Starost, F-3—Visina, F-4—Težina, F-5—Test fizičke spremnosti). Pritisnite tastere SPEED+ i SPEED- da postavite podešenu vrednost (F-1...F-4). „---“ se prikazuje u interfejsu za testiranje fizičke kondicije F-5. U ovom trenutku, indeks vaše fizičke kondicije će se prikazati nakon 5-6 sekundi držanja table za merenje otkucaja srca obema rukama.
2. Nakon što sistem uđe u postavke funkcije merenja telesnih masti, prvo se prikazuje F-1, što ukazuje da u ovom trenutku treba uneti pol. U prozoru za podešavanje se prikazuje „01“, što označava da je podešeno za muški pol. Možete pritisnuti tastere SPEED+ i SPEED- da odaberete 01 (muški) ili 02 (ženski).
3. Pritisnite taster MODE. Kada se prikaže F-2, označava podešavanje starosti. U prozoru za podešavanje se prikazuje „25 (godina)“. Možete pritisnuti tastere SPEED+ i SPEED- da podesite starost (Opseg podešavanja: (10-99 godina).
4. Pritisnite taster MODE. Kada se prikaže F-3, označava podešavanje visine. U prozoru za podešavanje se prikazuje „170 (cm)“. Možete pritisnuti tastere SPEED+ i SPEED- da podesite visinu (Opseg podešavanja: 100-200 cm).
5. Pritisnite taster MODE. Kada se prikaže F-4, označava podešavanje težine. U prozoru za podešavanje se prikazuje „70 (kg)“. Možete pritisnuti tastere SPEED+ i SPEED- da podesite težinu (Opseg podešavanja: 20-150 kg).
6. Pritisnite taster MODE. Kada se prikaže F-5, „---“ se prikazuje u prozoru za podešavanje, što ukazuje na ulazak u funkciju merenja telesnih masti. U ovom trenutku, stavite ruke na čip senzora za merenje otkucaja srca na naslonu za ruke i vaša vrednost telesnih masti će se prikazati u roku od 8 sekundi.
7. Idealna vrednost telesnih masti treba da bude između 20 i 25. Vrednost telesnih masti ispod 19, 20-25, 26-29 i više od 30 označavaju mršavost, idealnu težinu, prekomernu težinu i gojaznost. (Ovi podaci su samo ilustrativni i ne mogu se smatrati medicinskim podacima.)

F-1	Pol	01-Muški	02-Ženski
F-2	Starost	10-99	
F-3	Visina	100-200	
F-4	Težina	20-150	
F-5	MASTI	≤19	Mršavost
		= (20-25)	Normalna težina
		= (26-29)	Prekomerna težina
		≥30	Gojaznost

Program kontrole otkucaja srca HRC (opciono)

STAROST	BPM			STAROST	BPM			STAROST	BPM		
	H	PODRAZ.	L		H	PODRAZ.	L		H	PODRAZ.	L
15	195	123	123	35	176	111	111	58	154	97	97
16	194	122	122	36	175	110	110	59	153	97	97
17	193	122	122	37	174	110	110	60	152	96	96
18	192	121	121	38	173	109	109	61	151	95	95
19	191	121	121	39	172	109	109	62	150	95	95
20	190	120	120	40	171	108	108	63	149	94	94
21	189	119	119	41	170	107	107	64	148	94	94
22	188	119	119	42	169	107	107	65	147	93	93
23	187	118	118	43	168	106	106	66	146	92	92
24	186	118	118	44	167	106	106	67	145	92	92
25	185	117	117	45	166	105	105	68	144	91	91
26	184	116	116	46	165	104	104	69	143	91	91
27	183	116	116	47	164	103	103	70	143	90	90
28	182	115	115	48	163	103	103	71	142	90	89
29	181	115	115	49	162	103	103	72	141	90	89
30	181	114	114	50	162	102	102	73	140	90	88
31	180	113	113	51	161	101	101	74	139	90	88
32	179	113	113	52	160	101	101	75	138	90	87
33	178	112	112	53	159	100	100	76	137	90	86
34	177	112	112	54	158	100	100	77	136	90	86
				55	157	99	99	78	135	90	85
				56	156	98	98	79	134	90	85
				57	155	98	98	80	133	90	84

L-H: podesivi opseg od minimalne do maksimalne vrednosti otkucaja srca

Program kontrole otkucaja srca HRC

1. Pritisnite taster PROG u režimu pripravnosti dok se u prozoru DISTANCE ne prikaže „HRC“. Napomena: Ako pritisnete taster START direktno u interfejsu prikaza HRC, sistem će automatski preporučiti jedan kontrolni parametar (starost: 30 godina, ciljna vrednost otkucaja srca: 114, podrazumevana maksimalna brzina: 10,0 km/h) za vašu

upotrebu.

2. Ako pritisnete taster MODE da unesete postavku za starost, podrazumevana starost od 30 se prikazuje u prozoru. Možete odabrati odgovarajuću starost pritiskom na tastere INCLINE+, INCLINE-, SPEED+ i SPEED-. Opseg prilagođavanja starosti je 15-80 godina (za detalje pogledajte tabelu HRC).
3. Nakon što izaberete starost, pritisnite taster MODE i sistem će automatski preporučiti odgovarajući ciljni otkucaj srca prikazan u prozoru za vašu upotrebu u skladu sa izabranom starošću. Takođe možete da izaberete željenu ciljnu vrednost otkucaja srca u skladu sa vašim fizičkim stanjem pritiskom na tastere INCLINE+, INCLINE-, SPEED+ i SPEED-. Opseg izbora je 84-195 (za detalje pogledajte tabelu HRC).
4. Nakon što izaberete starost i ciljnu vrednost otkucaja srca, pritisnite taster MODE da unesete postavku maksimalne brzine programa HRC. Možete podesiti maksimalnu brzinu pritiskom na tastere INCLINE+, INCLINE-, SPEED+ i SPEED-. Opseg podešavanja maksimalne brzine je 3,0-18,0 km/h. Podešavanje važi jednom i kada sledeći put uđete u režim podešavanja HRC podrazumevano je 10,0 km/h.
5. Nakon što podesite maksimalnu brzinu, pritisnite taster MODE da uđete u interfejs za podešavanje vremena i prozor TIME će prikazati unapred podešeno vreme od 10:00. Možete podesiti vreme rada pritiskom na tastere INCLINE+, INCLINE-, SPEED+ i SPEED-. Opseg podešavanja vremena je 10:00-99:00.
6. Ponovo pritisnite taster MODE da uđete u interfejs za početak i pripravnost ili direktno pritisnite taster START da pokrenete mašinu.
7. Kada je program HRC pokrenut, možete pritisnuti tastere INCLINE+, INCLINE-, SPEED+ i SPEED- da podesite brzinu i nagib, ali sistem će ipak automatski prilagoditi brzinu i nagib tako da vaš otkucaj srca bude blizu ciljne vrednosti otkucaja srca.
8. Ako pređe 30 s bez otkucaja srca, elektronski ekran će prikazati "NO HR" i treperiti. Ako se nakon 20 sekundi ne detektuje otkucaj srca, traka za trčanje će zaustaviti rad.
9. Pritisnite taster start da uradite vežbu, brzina će se podesiti prema ciljnom otkucaju srca koji je podesio korisnik. Kada brzina trčanja dostigne maksimalnu brzinu, ali broj otkucaja srca i dalje ne može da dostigne unapred podešeni ciljni broj otkucaja srca, traka za trčanje će podesiti nagib trake za trčanje kako bi pomogla korisniku da dostigne unapred podešenu ciljnu vrednost otkucaja srca.

Napomena: Za program kontrole otkucaja srca mora se koristiti traka za grudi kako bi se detektovali otkucaji srca.

Traka za grudi mora biti čvrsto pričvršćena za grudi i kožu.

Opseg numeričkih prikaza

Podešeni parametar	Poč. Vred.	Podešena početna vrednost	Opseg podešavanja	Opseg prikaza
Vreme (mm: ss)	0:00	30:00	5:00-99:00	0:00 - 99:00
Brzina (km/h)	0.0	0.8	0.8-18.0	0.8-18.0
Nagib (segment)	0	0	0-15	0-15
Predeno rastojanje (km)	0,00	1.00	0.50-99.90	0.00 – 99.99
Otkucaji srca (otkucaji/min)	P	N/A	N/A	50-200
Kalorije (kcal)	0.0	50.0	10.0-999	0.0 - 999

Funkcija sigurnosnog prekidača

Sigurnosni prekidač se može povući u bilo kom stanju da bi se zaustavio rad trake za trčanje u hitnim slučajevima. Tokom zaustavljanja trake za trčanje u hitnim slučajevima, „——“ se prikazuje na svim prozorima i zujalica se oglašava alarmom od tri zvučna signala. U ovom trenutku, na traci za trčanje se ne mogu obavljati nikakve druge operacije osim isključivanja. Nakon što je sigurnosni prekidač ispravno ponovo postavljen, traka za trčanje ponovo ulazi u stanje pripravnosti i čeka instrukcije.

Funkcija punjenja preko USB-a (opciono)

Kada se mobilni uređaj ubaci u USB interfejs, mobilni uređaj se puni. Kada se mobilni uređaj ukloni, punjenje se prekida. Ova funkcija odgovara većini mobilnih uređaja na tržištu.

MP3 funkcija (opciono)

Kada je povezan na MP3 ili druge audio uređaje nakon uključivanja, elektronski ekran može da reprodukuje muziku. Jačina zvuka se kontroliše na audio opremi. Kontrolišite jačinu zvuka tako da ne utičete na kvalitet zvuka i ugrađeno audio kolo. Možete da isključite traku za trčanje isključivanjem prekidača u bilo kom trenutku, što neće oštetiti traku za trčanje.

Mere predostrožnosti

1. Pre vežbanja proverite da li je napajanje uključeno. Proverite da li je sigurnosni prekidač aktiviran.
2. Ako dođe do bilo kakve anomalije tokom vežbanja, povucite sigurnosni prekidač i traka za trčanje će brzo usporiti do zaustavljanja. Ponovo postavite sigurnosni prekidač i uređaj će se resetovati i čekati instrukcije.
3. U slučaju bilo kakog problema sa mašinom, obratite se svom prodavcu. Nestručna lica ne smeju pokušavati da rastavljaju ili popravljaju mašinu kako bi se izbeglo njeno oštećenje.

Uputstva za podmazivanje i održavanje trake za trčanje

1. Svaki put kada traka za trčanje pređe 300KM, elektronski ekran otkucava svakih 10s i u prozoru se prikazuje „OIL“. Kada vidite ovu poruku, to znači da traku za trčanje treba podmazati i izvršiti njeno održavanje. Za metodu podmazivanja pogledajte deo vodiča za održavanje u uputstvu za upotrebu trake za trčanje. Mazivo se puni u sredini platforme za trčanje.
2. Nakon punjenja maziva, pritisnite i držite STOP taster 3 s u režimu pripravnosti i sistem će obrisati poruku za podmazivanje.

Saveti za istezanje

Istezanje butina

- Stanite na desnu nogu i uhvatite levi skočni zglob levom rukom, privlačeći stopalo do kukova.
- Držite leđa uspravno i kolena spojena. Koristite zid za održavanje ravnoteže ako je potrebno.
- Zadržite oko 10 sekundi.
- Ponovite za drugu nogu.



Istezanje listova

- Stanite sa zadnjom nogom ravno na pod i prenesite težinu na prednju nogu.
- Zadržite oko 10 sekundi.
- Ponovite za drugu nogu.



Napomena: Tokom ove vežbe

držite leđa i nogu pozadi ravim.

Istezanje potkolenica

- Držite jednu nogu ravno napred, a ruke na savijenoj nozi (butini). Gurajte nadole i ka spolja dok ne počnete da osećate istezanje zadnjeg dela kolena (ili ravne noge).
- Držite kolena slobodnim i leđa ravno.
- Zadržite oko 10 sekundi.
- Ponovite za drugu nogu.

Istezanje unutrašnjeg dela butina

- Sedite sa spojenim tabanima i kolenima okrenutim ka spolja. Povucite stopala prema predelu prepona što je više moguće.
- Zadržite oko 10 sekundi.

Održavanje

Upozorenje: Pre čišćenja ili održavanja proizvoda, obavezno isključite napajanje električne trake za trčanje.

Čišćenje: Sveobuhvatno čišćenje će produžiti vek trajanja električne trake za trčanje.

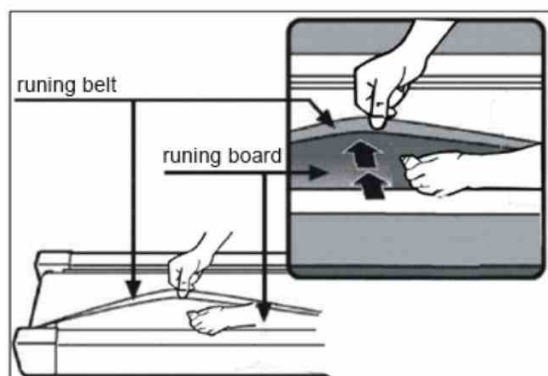
Redovno uklanjajte prašinu kako biste sve delove održavali čistim. Obavezno očistite izložene delove sa obe strane trake za trčanje, čime ćete smanjiti nakupljanje nečistoća ispod trake za trčanje. Nosite čistu obuću i izbegavajte habanje platforme za trčanje i trake za trčanje unošenjem stranih objekata ispod trake za trčanje. Površina trake za trčanje mora se očistiti krpom navlaženom vodom sa sapunicom. Pazite da ne prskate vodu na električne komponente ili ispod trake za trčanje.

Upozorenje: Obavezno isključite napajanje električne trake za trčanje pre nego što skinete zaštitu motora. Otvorite zaštitu motora najmanje jednom godišnje da očistite motor.

Specijalno mazivo za električnu traku za trčanje

Između platforme za trčanje i trake za trčanje je prethodno namazano mazivo. Trenje između trake za trčanje i platforme za trčanje ima veliki uticaj na vek trajanja i performanse električne trake za trčanje, pa je neophodno redovno nanositi mazivo. Preporučujemo redovnu proveru površine platforme. Ako je platforma oštećena, kontaktirajte naš centar za korisničku podršku. Preporučujemo nanošenje maziva između trake za trčanje i platforme prema sledećem rasporedu: (Upotreba je prikazana na slici u nastavku)

Korisnici slabije kategorije (manje od 3 sata nedeljno)	Jednom u 6 meseci
Korisnici srednje kategorije (3-5 sati nedeljno)	Jednom u 3 meseca
Korisnici teže kategorije (više od 5 sati nedeljno)	Jednom u 2 meseca

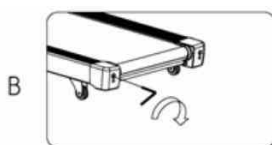


Preporučujemo vam da kupite maziva od svog lokalnog distributera ili da kontaktirate direktno našu kompaniju.

Napomena: Ostala održavanja moraju da obavlja profesionalci.

Podešavanje trake za trčanje

1. Da bolje održavate svoju električnu traku za trčanje i produžite vek trajanja mašine, preporučuje se da isključite napajanje nakon 2 sata neprekidne upotrebe i ostavite mašinu da odstoji 10 minuta pre upotrebe.
2. Ako je traka za trčanje previše labava, klizaće prilikom trčanja; ako je previše zategnuta, može smanjiti performanse motora i povećati habanje valjka i trake za trčanje. Kada je traka za trčanje odgovarajuće zategnuta, možete rukom podići obe strane trake za trčanje od platforme za oko 50-75 mm.
3. Postavite električnu traku za trčanje na ravnu podlogu. Pokrenite električnu traku za trčanje brzinom od približno 6-8 km/h i posmatrajte pomeranje trake za trčanje.
 - 1) Ako je traka za trčanje nagnuta udesno, uklonite sigurnosni prekidač i prekidač za napajanje, okrenite desni vijak za podešavanje u smeru kazaljke na satu za 1/4 okreta, ubacite prekidač za napajanje i sigurnosni prekidač, pokrenite traku za trčanje i posmatrajte pomeranje trake za trčanje. Ponavljajte gore navedene korake dok traka za trčanje ne bude centrirana. Vidi sliku A.
 - 2) Ako je traka za trčanje nagnuta ulevo, uklonite sigurnosni prekidač i prekidač za napajanje, okrenite levi vijak za podešavanje u smeru kazaljke na satu za 1/4 okreta, ubacite prekidač za napajanje i sigurnosni prekidač, pokrenite traku za trčanje i posmatrajte pomeranje trake za trčanje. Ponavljajte gore navedene korake dok traka za trčanje ne bude centrirana. Vidi sliku B.
 - 3) Traka za trčanje će se postepeno opuštati nakon prethodnog podešavanja ili nakon određenog perioda upotrebe i potrebno je izvršiti podešavanje. Uklonite sigurnosni prekidač i prekidač za napajanje i okrenite levi i desni vijak za podešavanje u smeru kazaljke na satu za 1/4 okreta, ubacite prekidač za napajanje i sigurnosni prekidač, pokrenite traku za trčanje, a zatim stanite na traku za trčanje da potvrdite zategnutost. Ponavljajte gore navedene korake dok traka za trčanje ne bude umereno zategnuta. Vidi sliku C.



Izveštaj o grešci

Kada koristite traku za trčanje, ako dođe do abnormalnosti, na ekranu će se pojaviti odgovarajuća poruka o grešci i rešenje. (Zbog različitih modela, neke abnormalnosti se neće pojaviti.)

Lista grešaka

	E01/E13
Greška Opis greške: Elektronski ekran ne prikazuje ništa nakon uključivanja Rešenje: 1. Prvo proverite da li je zaštita od preopterećenja aktivirana, ako jeste, pritisnite je. 2. Proverite kabl za napajanje na prekidaču za napajanje, zaštititi od preopterećenja i drajveru da osigurate dobru vezu. 3. Proverite da li je kabl za napajanje od elektronskog ekrana do drajvera priključen. Uklonite uspravni stub i proverite svaki deo voda za povezivanje od elektronskog ekrana do drajvera da biste se uverili da je svako jezgro kabla u potpunosti uključeno. Ako je kabl za napajanje neispravan (oštećen ili polomljen), potrebno ga je ponovo priključiti ili zameniti.	Greška Opis greške: Nakon uključivanja napajanja, elektronski ekran prikazuje "E01"-----communication failure (drajver nije primio signal elektronskog ekrana); elektronski ekran prikazuje "E13"----- communication failure (elektronski ekran nije primio signal drajvera) Rešenje: 1. Komunikacija između elektronskog ekrana i drajvera je blokirana. Proverite svaki deo veze između elektronskog ekrana i voda za povezivanje drajvera da biste se uverili da je svako jezgro kabla u potpunosti uključeno. Proverite da li je veza između elektronskog ekrana i drajvera oštećena i zamenite vod. 2. Vod za povezivanje elektronskog ekrana je u kvaru i komponente su oštećene, zamenite elektronski ekran. 3. Signalni vod drajvera je u kvaru, zamenite drajver.
E02	E03
Greška Opis greške: Zaštita od eksplozije ili abnormalnost motora se prikazuje na elektronskom ekranu nakon rada Rešenje: 1. Proverite da li je vod motora pravilno povezan, ponovo povežite vod motora, ako ovo rešenje ne reši problem, zamenite motor.	Greška Opis greške: Elektronski ekran prikazuje "E03"-----no sensing signal nakon pokretanja Rešenje: 1. Ako se "E03" prikaže nakon što motor počne da radi 5-8 sekundi, signal senzora brzine se ne detektuje. Proverite da li je utikač senzora priključen ili da li je

2. Proverite da li regulator ima neobičan miris i da li je IGBT pokvaren i ima kratak spoj, ako je to slučaj, zamenite drajver.
3. Proverite da li je napon napajanja manji od 50% normalnog napona, koristite ispravnu specifikaciju napona za ponovno testiranje.

E04

Greška

Opis greške:

Elektronski ekran prikazuje "E04" – lift learning or self-test fails nakon pokretanja (nema funkcije podizanja, nema greške)

Rešenje:

1. Proverite da li je signalni kabl motora za podizanje pravilno priključen i ponovo uključite i isključite konektor signalnog kabla da bi bio pouzdan.
2. Proverite da li je AC linija motora za podizanje pravilno priključena i da li su AC linija motora za podizanje i oznaka na regulatoru pravilno priključeni.
3. Proverite da li je priključni kabl motora oštećen ili otvoren, zamenite priključni kabl ili motor za podizanje.
4. Zamenite drajver.
5. Pritisnite taster za učenje na drajvu da biste ponovo naučili mašinu programima nakon što sve proverite.

E 06

Greška

Opis greške:

Ako se "E06" prikaže na elektronskom ekranu nakon rada, to obično ukazuje na prekid kola motora

Rešenje:

1. Vod motora nije pravilno povezan i priključena, ponovo uključite vod motora.

magnetni senzor pokvaren ili oštećen, priključite ga ili zamenite magnetni senzor.

2. Signalni vod senzora na donjem regulatoru je u kvaru, zamenite drajver.

E05

Greška

Opis greške:

Na elektronskom ekranu se nakon rada prikazuje "E05"-overcurrent protection

Rešenje:

1. Mogući razlog je prevelika struja zbog prekoračenja nominalnog opterećenja. Sistem se može samostalno zaštititi i ponovo pokrenuti.
2. Određeni deo trake za trčanje je zaglavljen, što dovodi do toga da motor ne može da se okrene, opterećenje je preveliko, struja je prevelika, sistem vrši samostalnu zaštitu, podesite traku za trčanje da ponovo pokrene rad ili povećajte količinu ulja za podmazivanje.
3. Proverite da li postoji zvuk prekomerne struje ili miris gorenja kada motor radi, ako je to slučaj, zamenite motor.
4. Proverite da li drajv ima miris paljevine, ako je to slučaj, zamenite drajver.

E 08

Greška

Opis greške:

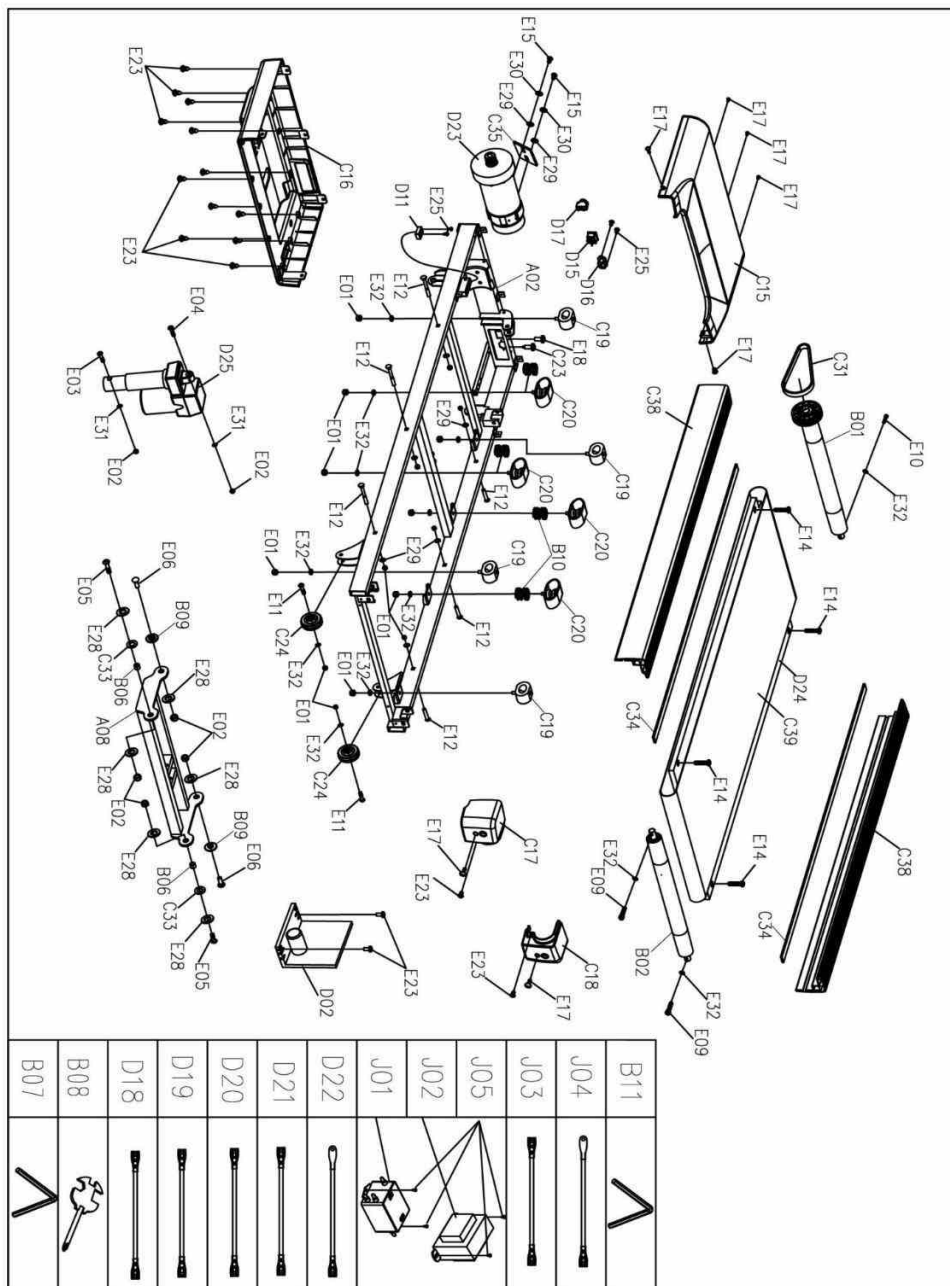
Elektronski ekran prikazuje grešku "E08"-memory 24C02 (sa drajverom 24C02) nakon rada

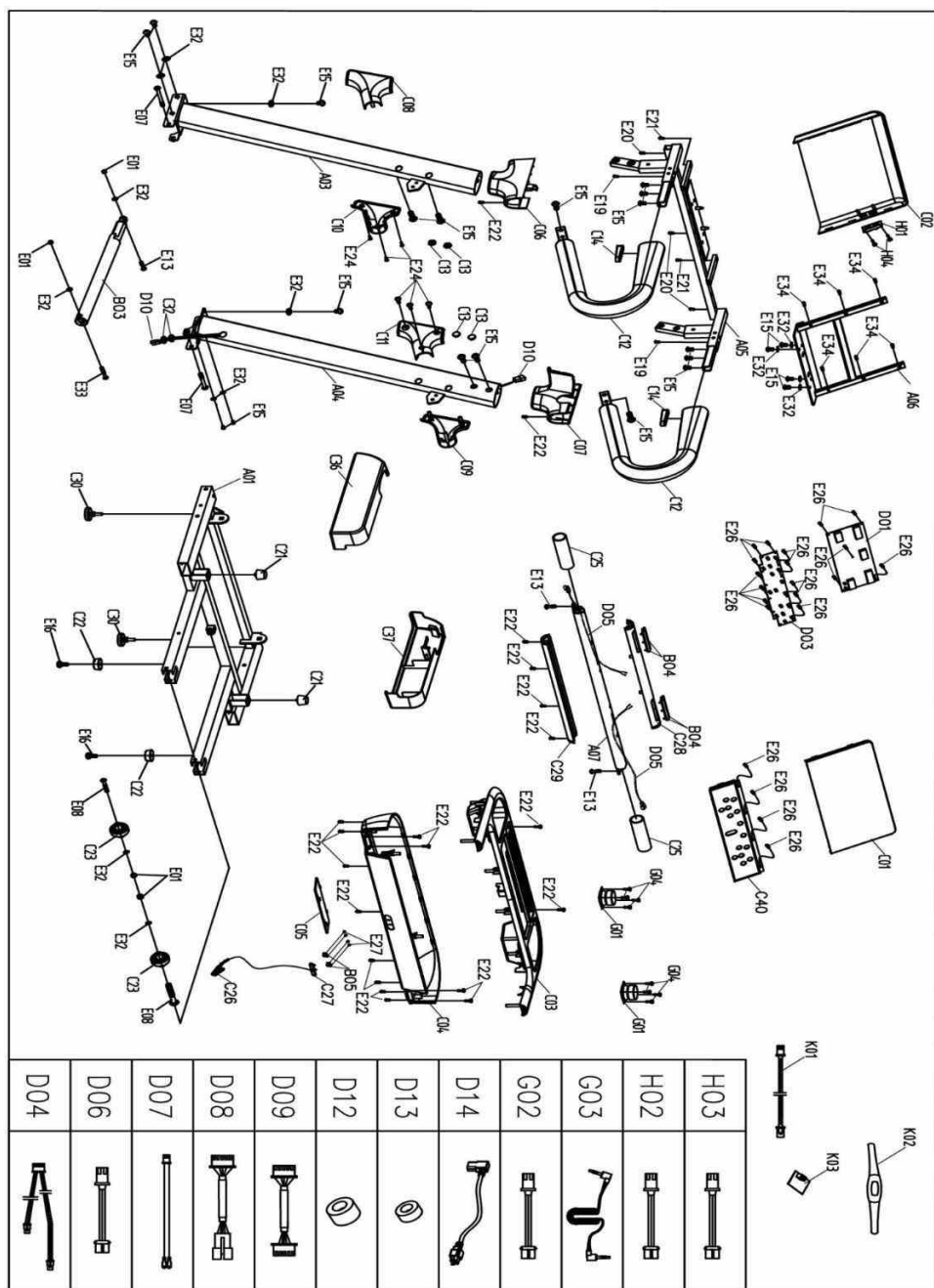
Rešenje:

1. Memorijska IC nije priključena na svoje mesto (napajanje se ne uključuje), ponovo je uključite u

- Unutrašnje otvoreno kolo motora, zamenite motor. - Motor u praznom hodu, izveštaj o grešci kada je struja premala, instalirajte i testirajte.	masto za IC i obratite pažnju na položaj PIN1. Memorijska IC je oštećena ili je odgovarajuće kolo neispravno, zamenite memorijsku IC ili zamenite drajver.
E10	
Greška Opis greške: Ako je „E10“ prikazano na elektronskom ekranu nakon rada, to obično ukazuje na trenutni kratki spoj motora Rešenje: - Obrtni moment drajvera je previsok, podesite potencijometar obrtnog momenta na odgovarajući položaj. - Unutrašnji kratki spoj motora, zamenite motor. - Deo menjača je zaglavljnjen, podesite deo menjača ili dodajte ulje za podmazivanje.	

Ekspandirani crtež





Spisak delova

Br.	Naziv	Specifikacija	Količina	Br.	Naziv	Specifikacija	Količina
A01	Sklop osnove		1	B11	Ključ od #6		
A02	Sklop glavnog rama		1	C01	Gornji poklopac panela LED ekrana		1
A03	Sklop levog stuba		1	C02	Donji poklopac panela		1
A04	Sklop desnog stuba		1	C03	Gornji poklopac elektronskog ekrana		1
A05	Sklop stalka elektronskog merača		1	C04	Donji poklopac elektronskog ekrana		1
A06	Sklop rama za pričvršćivanje panela		1	C05	Srednji i donji poklopac elektronskog ekrana		1
A07	Sklop poprečne cevi naslona za ruke		1	C06	Levi poklopac elektronskog ekrana		1
A08	Sklop podiznog rama		1	C07	Desni poklopac elektronskog ekrana		1
B01	Prednji valjak	Φ50*13.0*562	1	C08	Spoljni poklopac levog stuba		1
B02	Zadnji valjak	Φ46*13.0*560	1	C09	Spoljni poklopac desnog stuba		1
B03	Šipka za pritisak vazduha		1	C10	Unutrašnji poklopac levog stuba		1
B04	Lim od nerđajućeg čelika za merenje pulsa		4	C11	Unutrašnji poklopac desnog stuba		1
B05	Opruga sigurnosnog prekidača		2	C12	Naslon za ruke od suđera		2
B06	Navlaka za koraćanje		2	C13	Čep za otvor za vijak		4
B07	Izometrijski imbus ključ od 5 #		1	C14	Čep za cev naslona za ruke		2
B08	Krstasti ključ		1	C15	Gornji poklopac motora		1
B09	Navlaka za koraćanje		2	C16	Donji poklopac motora		1
B10	Opruga 1		4	C17	Zaštita levog zadnjeg ugla		1

Br.	Naziv	Specifikacija	Količina	Br.	Naziv	Specifikacija	Količina
C18	Zaštita desnog zadnjeg ugla		1	C40	Tabla sa tasterima		1
C19	Ovalni jastučić		4	D01	Elektronski ekran		1
C20	Jastučić		4	D02	Kontrolna ploča		1
C21	Kosi jastučić		2	D03	Tabla sa tasterima		1
C22	Ravna podloga za stopala		2	D04	Gornji vod EKG hvata za merenje pulsa		1
C23	Novi točak za regulaciju		2	D05	Donji vod EKG hvata za merenje pulsa		2
C24	Valjak za podešavanje		2	D06	Gornjai vod sigurnosnog prekidača		1
C25	Sunđerasi hvat		2	D07	Donji vod sigurnosnog prekidača		1
C26	Kopča sigurnosnog prekidača		1	D08	Gornji vod elektronskog ekrana		1
C27	Sigurnosni prekidač		1	D09	Srednji vod elektronskog ekrana 1		1
C28	Gornji poklopac hvata za merenje pulsa		1	D10	Donji vod elektronskog ekrana		1
C29	Donji poklopac hvata za merenje pulsa		1	D11	Magnetski senzor		1
C30	Podesiva podloga za stopala		2	D12	Magnetni prsten		1
C31	Klinasti remen		1	D13	Jezgro		1
C32	Utikač prstenastog konektora		2	D14	Standardni kabl za napajanje		1
C33	Plastična zaptivka		2	D15	Kvadratni preklopni prekidač		1
C34	EVA podloga	1190*20*2.0	2	D16	Utičnica		1
C35	EVA podloga	80*64*3.0	1	D17	Zaštitna od preopterećenja		1
C36	Leva donja zaštita		1	D18	Individualni AC vod	Duž. voda 200, plavi	1
C37	Desna donja zaštita		1	D19	Individualni AC vod	Duž. voda 200, braon	2
C38	Bočna šina		2	D20	Individualni AC vod	Duž. voda 350, braon	1
C39	Traka za trčanje		1				
Br.	Naziv	Specifikacija	Količina	Br.	Naziv	Specifikacija	Količina

D21	Individualni AC vod	Dužina linije 350, plava	1	E13	Šestougaoni vijak sa ravnom okruglom glavom	M8*30, dužina zupca 15	3
D22	Žica za uzemljenje	Žuto zelena	1	E14	Šestougaoni vijak sa upuštenom glavom	M8*25, puni zupci	4
D23	DC motor		1	E15	Šestougaoni vijak sa ravnom okruglom glavom	M8*15, puni zupci	24
D24	Platforma za trčanje		1	E16	Krstasti vijak sa upuštenom glavom	M5*16	2
D25	Podizni motor		1	E17	Krstasti vijak sa upuštenom glavom	M5*12	7
E01	Blokirajuća matica tipa I	M8	20	E18	Krstasti vijak sa upuštenom glavom	M5*8	1
E02	Blokirajuća matica tipa I	M10	6	E19	Samorezni krstasti vijak sa upušenom glavom	ST4.2*30	2
E03	Šestougaoni vijak sa ravnom okruglom glavom	M10*90, dužina zupca 20	1	E20	Samorezni krstasti vijak sa upušenom glavom	ST4.2*25	3
E04	Šestougaoni vijak sa ravnom okruglom glavom	M10*45, dužina zupca 20	1	E21	Samorezni krstasti vijak sa upušenom glavom	ST4.2*20	2
E05	Šestougaoni vijak sa ravnom okruglom glavom	M10*30, dužina zupca 15	2	E22	Samorezni krstasti vijak sa upušenom glavom	ST4.2*12	20
E06	Vijak sa poluokruglom glavom i četvrtastim zaglavkom	M10*30, dužina zupca 15	2	E23	Samobušeci samorezni krstasti vijak sa upušenom glavom	ST4.2*12	17
E07	Šestougaoni vijak sa ravnom okruglom glavom	M8*80, dužina zupca 15	2	E24	Samorezni krstasti vijak sa upušenom glavom	ST4.2*15	6
E08	Šestougaoni vijak sa ravnom okruglom glavom	M8*70, dužina zupca 20	2	E25	Samorezni krstasti vijak sa upušenom glavom	ST2.9*8	4
E09	Šestougaoni zatvoreni vijak	M8*65, puni zupci	2	E26	Samorezni krstasti vijak sa upušenom glavom	ST2.9*6.0	21
E10	Vijak sa šestouglo glavom	M8*55, puni zupci	1	E27	Samorezni krstasti vijak sa upušenom glavom	ST2.5*6	4
E11	Šestougaoni vijak sa ravnom okruglom glavom	M8*40, dužina zupca 20	2	E28	Velika podloška, za ekser C klase	φ10*φ26*2.0	6
E12	Vijak sa poluokruglom glavom sa kvadratnim vratom	M8*35, dužina zupca 15	6	E29	Obična podloška, C klase	8	8

Br.	Naziv	Specifikacija	Količina	Br.	Naziv	Specifikacija	Količina
E30	Standardna opružna podloška	8	2	E33	Šestougaoni vijak sa ravnom okruglom glavom	M8*45, dužina zupca 20	1
E31	Podloška za blokiranje sa unutrašnjim zupcima	10	2	E34	Samorezni krstasti vijak sa upuštenom glavom	ST4.2*15	6
E32	Podloška za blokiranje sa unutrašnjim zupcima	8	27				

(Detalji opcionih delova)

Br.	Naziv	Specifikacija	Količina	Br.	Naziv	Specifikacija	Količina
J01	Filter	Filter (opciono)	1	G01	Sirena	Sklop sirene	2
J02	Reaktor		1	G02	Kabl sirene		2
J03	Individualni AC vod, dužina 350, plava		1	G03	MP3 kabl		1
J04	Žica za uzemljenje, dužine 350, žuto-zelena		1	G04	Samorezni krstasti vijak sa upuštenom glavom ST2. 9*8	Bežično merenje otkucaja srca (opciono)	8
J05	Samobušajući samorezni krstasti vijak sa upuštenom glavom ST4. 2*12		4	K01	Donji vod bežičnog merenja otkucaja srca		1
H01	USB modul	Sklop USB modula	1	K02	POLAR lanser		1
H02	USB kabl		1	K03	POLAR bežični prijemnik		1
H03	Kabl za audio utičnicu		1				
H04	Samorezni krstasti vijak sa upuštenom glavom ST2. 9*8		2				

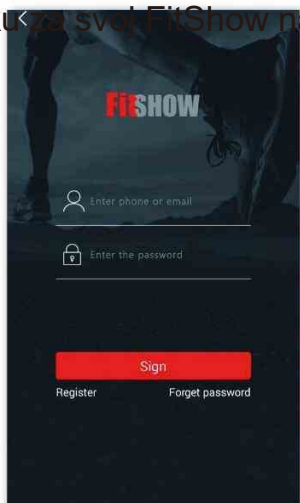
UPUTSTVO ZA KORIŠĆENJE APLIKACIJE**FitShow App****INSTALIRANJE APLIKACIJE**

Skenirajte ovaj QR barkod kako biste pronašli aplikaciju FitShow u prodavnici aplikacija App Store na svom uređaju. Napomena: da biste mogli da skenirate QR kôd, morate pre toga da na svoj uređaj preuzmete aplikaciju QR READER. Ovu aplikaciju moguće je pronaći u prodavnicama aplikacija Apple Store i Google Play Store. NAPOMENA: Sa aplikacijom će biti moguće da se povežete pod uslovom da vaš mobilni telefon podržava verziju Bluetooth 4.0 ili noviju.

PRAVLJENJE KORISNIČKOG IMENA I LOZINKA

1. Za nove korisnike, morate da se prijavite za korisničko ime i lozinku kako biste sačuvali istoriju vaših vežanja. Ako ste se ranije već registrovali, molimo da uneste svoje korisničko ime i lozinku kako biste se prijavili.

2. Molimo da se registrujete koristeći adresu e pošte ili broj telefona, a zatim izaberite korisničko ime i lozinku za svoj FitShow nalog.

**KAKO DA SINHRONIZUJETE UREĐAJ**

1. Uključite Bluetooth na svom uređaju za vežbanje u zatvorenom prostoru. Samo pritisnite crveno dugme 'INDOOR' i počnite sa vežbom. Aplikacija FitShow će beležiti vaš napredak u vežbanju.

NAPOMENA: Pritisnite plavo dugme 'OUTDOOR' da biste pristupili GPS režimu rada, kako biste nastavili sa praćenjem vaših vežbi dok ih obavljate napolju.

2. Kada je Bluetooth uključen on će automatski da pronade lokaciju vašeg uređaja. Povežite se sa odgovarajućim uređajem kako biste osigurali ispravno prenošenje podataka.

3. Pošto se povežete, ako pritisnete na sliku uređaja, pojaviće se opcija Device Details sa podacima o uređaju koji pokazuju vrednosti dostupne iz tog uređaja.



UPUTSTVO ZA RAD

Da biste promenili druga podešavanja, uradite sledeće:

1. Pritisnite 'ME' koje se nalazi u donjem desnom uglu.
2. Pritisnite 'Settings' na dnu ekrana i pritisnite 'Enable Control'.



• Opcija View Only Supported Devices:

Biće prikazivana samo odgovarajuća oprema za vežbanje kada se sinhronizuje sa Bluetooth uređajem.

• Opcija Enable Control

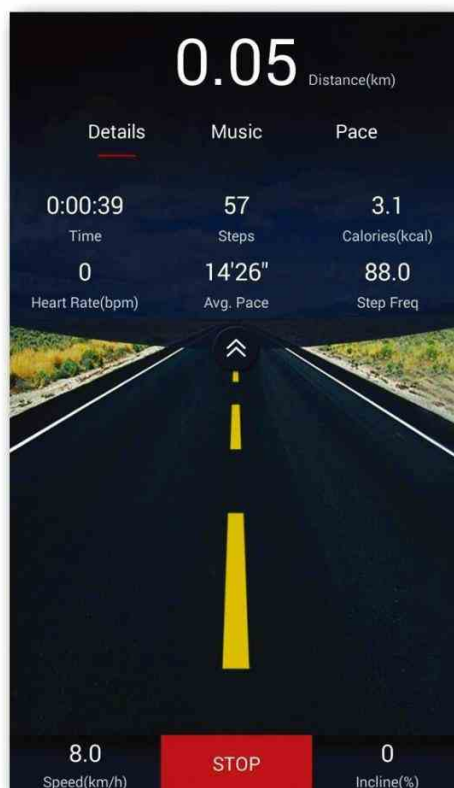
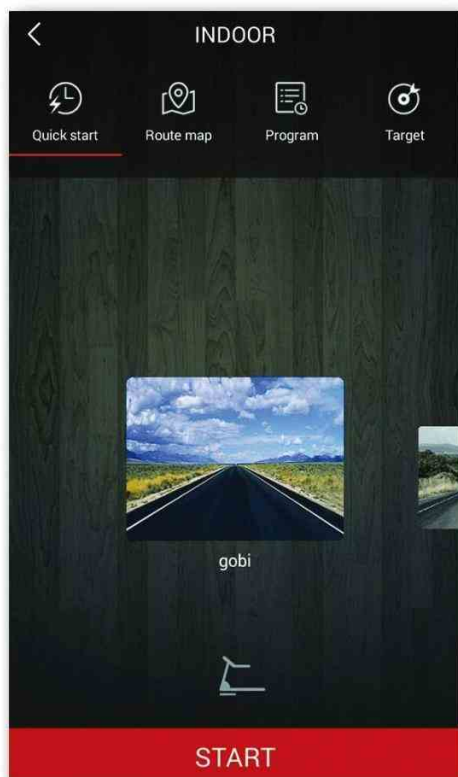
Omogućava da se kontrolišu brzina (SPEED) i nagib (INCLINE) sa vašeg mobilnog uređaja.

• Opcija Allow History Deletion

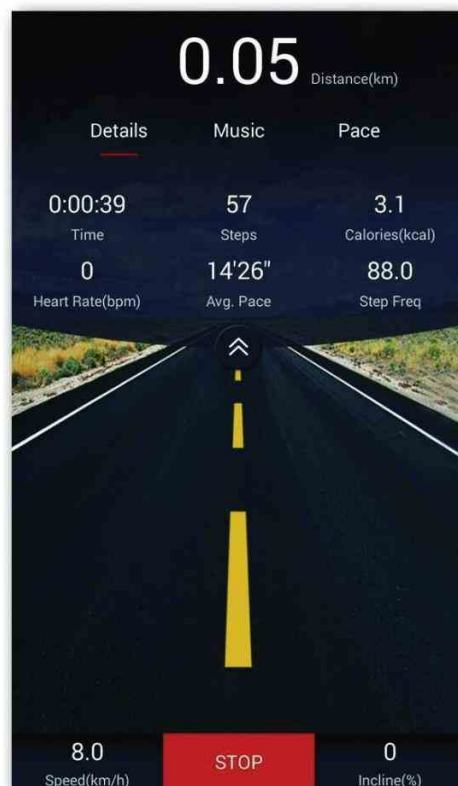
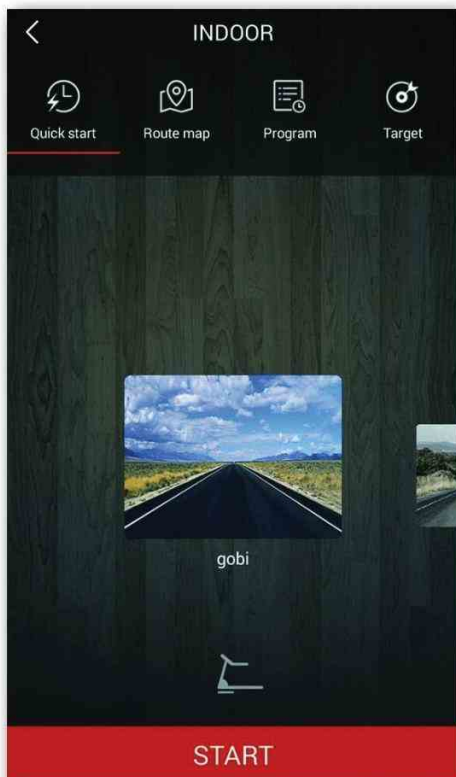
Omogućava brisanje sačuvanih podataka o vežbanju.

Kada se povežete, aplikacija će prikazati četiri režima rada, možete da izaberete jedan od režima i da pritisnete 'START' da biste započeli vežbanje.

UPOZORENJE: Krećite se pažljivo dok vežbate pošto aplikacija može da vam odvuče pažnju ako to radite istovremeno.



Pošto počnete sa vežbanjem, biće prikazivano kako napredujete sa podacima o proteklom vremenu, potrošenim kalorijama, pređenom rastojanju, broju koraka u minuti, brzini otkucaja srca, prosečnoj brzini i prosečnom tempu. Pošto završite vežbanje, pritisnite dugme 'STOP' i aplikacija FitShow će sačuvati podatke o vežbanju.



Ovaj dokument je originalno proizveden i objavljen od strane proizvođača, brenda Ring, i preuzet je sa njihove zvanične stranice. S obzirom na ovu činjenicu, Tehnoteka ističe da ne preuzima odgovornost za tačnost, celovitost ili pouzdanost informacija, podataka, mišljenja, saveta ili izjava sadržanih u ovom dokumentu.

Napominjemo da Tehnoteka nema ovlašćenje da izvrši bilo kakve izmene ili dopune na ovom dokumentu, stoga nismo odgovorni za eventualne greške, propuste ili netačnosti koje se mogu naći unutar njega. Tehnoteka ne odgovara za štetu nanесenu korisnicima pri upotrebi netačnih podataka. Ukoliko imate dodatna pitanja o proizvodu, ljubazno vas molimo da kontaktirate direktno proizvođača kako biste dobili sve detaljne informacije.

Za najnovije informacije o ceni, dostupnim akcijama i tehničkim karakteristikama proizvoda koji se pominje u ovom dokumentu, molimo posetite našu stranicu klikom na sledeći link:

<https://tehnoteka.rs/p/ring-rx-182-traka-za-trcanje-akcija-cena/>