



NÁVOD K POUŽITÍ CMC580-T BĚŽECKÝ PÁS

Před použitím si tento návod pozorně přečtěte.

CMC580-T
BĚŽECKÝ PÁS

Před montáží tohoto zařízení a jeho následným použitím si prosím přečtěte veškeré pokyny v dokumentaci dodané se zařízením, včetně všech návodů k montáži a uživatelských příruček.



Přečtěte si veškeré pokyny uvedené v dokumentaci, která byla dodána spolu s výrobkem. Tento výrobek je určen pro komerční využití.

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

VAROVÁNÍ

Tyto pokyny si uschovejte pro budoucí použití.

VAROVÁNÍ

Zajistěte, aby všichni uživatelé před zahájením jakéhokoli fitness programu absolvovali kompletní lékařskou prohlídku u svého lékaře. To platí zejména v případech, kdy mají vysoký krevní tlak, vysoký cholesterol nebo onemocnění srdce, mají tato onemocnění v rodinné anamnéze, jsou starší 35 let, jsou kuřáci, trpí obezitou, v uplynulém roce pravidelně necvičili nebo užívají jakékoli léky.

Bezpečnostní pokyny

Při používání tohoto zařízení vždy dodržujte základní bezpečnostní opatření, abyste snížili riziko zranění, požáru nebo poškození stroje. Další části této příručky obsahují podrobnější informace o bezpečnostních opatřeních. Tyto části si důkladně přečtěte a dodržujte všechny pokyny.

- Před instalací a spuštěním zařízení si přečtěte všechny pokyny v tomto návodu a řiďte se štítky umístěnými přímo na stroji.
- Zajistěte, aby všichni uživatelé před zahájením jakéhokoli cvičebního programu konzultovali svůj zdravotní stav s lékařem a podstoupili kompletní lékařskou prohlídku.
- Zamezte přístupu dětem a osobám, které nejsou seznámeny s obsluhou tohoto zařízení, na stroj nebo do jeho blízkosti. Nikdy nenechávejte děti v blízkosti zařízení bez dozoru.
- Dbejte na to, aby všichni uživatelé nosili na cvičení vhodné sportovní oblečení a obuv. Vyvarujte se volného oblečení. Uživatelé by neměli nosit boty s podpatkem nebo s koženou podrážkou. Uživatelé by měli zkontrolovat, zda v podrážkách nemají zachycené nečistoty či kamínky. Dlouhé vlasy je nutné sepnout dozadu.
- Nikdy nenechávejte zařízení bez dozoru, pokud je zapojené do sítě. Odpojte zařízení ze zásuvky, pokud ho nepoužíváte, nebo také před jeho čištěním a před prováděním autorizovaného servisu.
- Používejte pouze napájecí adaptér dodaný se zařízením. Zapojte napájecí adaptér do vhodné, uzemněné zásuvky, která odpovídá označení na zařízení.
- Při nastupování a vystupování ze zařízení buďte opatrní. Před použitím si přečtěte pokyny k nouzovému zastavení. Vyzkoušejte si je.
- Udržujte napájecí kabel a zástrčku mimo dosah horkých povrchů. Vedte napájecí kabely tak, aby se po nich nešlapalo, nedošlo k jejich skřípnutí nebo poškození předměty umístěnými na nich či vedle nich, a to včetně samotného zařízení.
- Zajistěte, aby mělo zařízení dostatečné větrání. Na zařízení ani přes něj nic nepokládejte. Nepoužívejte jej na povrchu, který by mohl zablokovat větrací otvory.
- Zařízení sestavte a provozujte na pevném a rovném povrchu. Z každé strany by měl být volný prostor 2 metry.

Další důležité bezpečnostní pokyny

- Udržujte zařízení mimo dosah vody a vlhkosti. Vyvarujte se upuštění jakýchkoli předmětů na zařízení nebo polížení jeho vnitřních částí tekutinou, abyste předešli úrazu elektrickým proudem nebo poškození elektroniky.
- Nepoužívejte elektricky napájená zařízení ve vlhkém nebo mokřém prostředí.
- Nikdy toto zařízení nespouštějte, pokud má poškozený kabel nebo zástrčku, pokud nefunguje správně, případně pokud spadlo, bylo poškozeno nebo vystaveno vodě. Pokud nastane kterákoliv z těchto situací, okamžitě kontaktujte servis.
- Udržujte zařízení v dobrém technickém stavu v souladu s pokyny v sekci „Údržba“ v této uživatelské příručce. Před každým použitím zařízení zkontrolujte, zda některé součásti nejsou nesprávně nainstalované, opotřebované nebo uvolněné. Tyto nedostatky před použitím odstraňte, součásti vyměňte nebo dotáhněte.
- Hmotnostní omezení zařízení: přístroj nepoužívejte, pokud je vaše hmotnost vyšší než 180 kg.
- Používejte zařízení pouze k účelům, pro které je určeno a které jsou popsány v tomto manuálu. Nepoužívejte doplňky nebo příslušenství, které nejsou doporučeny výrobcem.
- Nepoužívejte zařízení v místech, kde se aplikují aerosolové produkty (spreje) nebo kde je podáván kyslík.
- Nepoužívejte zařízení venku.
- Nepokoušejte se provádět servis zařízení sami, s výjimkou běžné údržby popsané v uživatelské příručce.
- Nikdy nevkládejte ani nevhazujte žádné předměty do jakýchkoli otvorů zařízení.
- Udržujte ruce v bezpečné vzdálenosti od pohyblivých částí.
Nepokládejte žádné předměty na pevná madla, rukojeti, ovládací displej ani na kryty trenážéru. Nápoje, časopisy a knihy odkládejte pouze do držáků k tomu určených.
- O ovládací displej se v žádném případě neopírejte ani za něj netahejte.



Upozornění: Před spuštěním stroje si přečtěte návod k montáži a údržbě. Nesundávejte kryt zařízení, hrozí nebezpečí úrazu elektrickým proudem. Uvnitř se nenacházejí žádné součásti, které by mohl uživatel sám opravit. Pokud zařízení vyžaduje servis, kontaktujte zákaznickou podporu.

OBSAH

Důležité bezpečnostní pokyny	2
Pokyny k montáži	5
Montáž	6
Popis displeje	15
Cílový program	16
Pokyny ke cvičení	17
Údržba	18
Technické specifikace	18

Pokyny k montáži

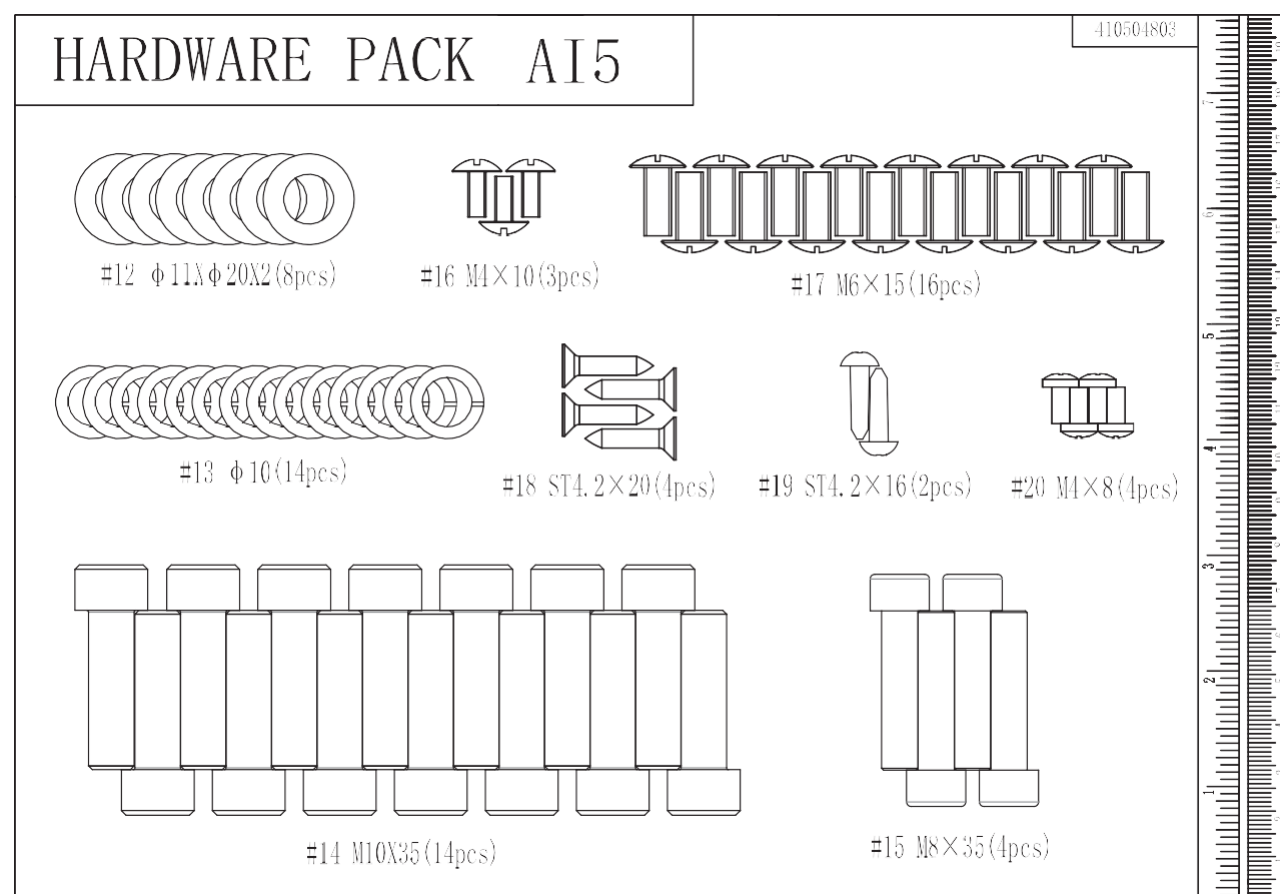
! POZOR!

Vždy odpojte zařízení z elektrické zásuvky

okamžitě po použití, před čištěním, prováděním údržby a před nasazováním nebo sundáváním jakýchkoli dílů.

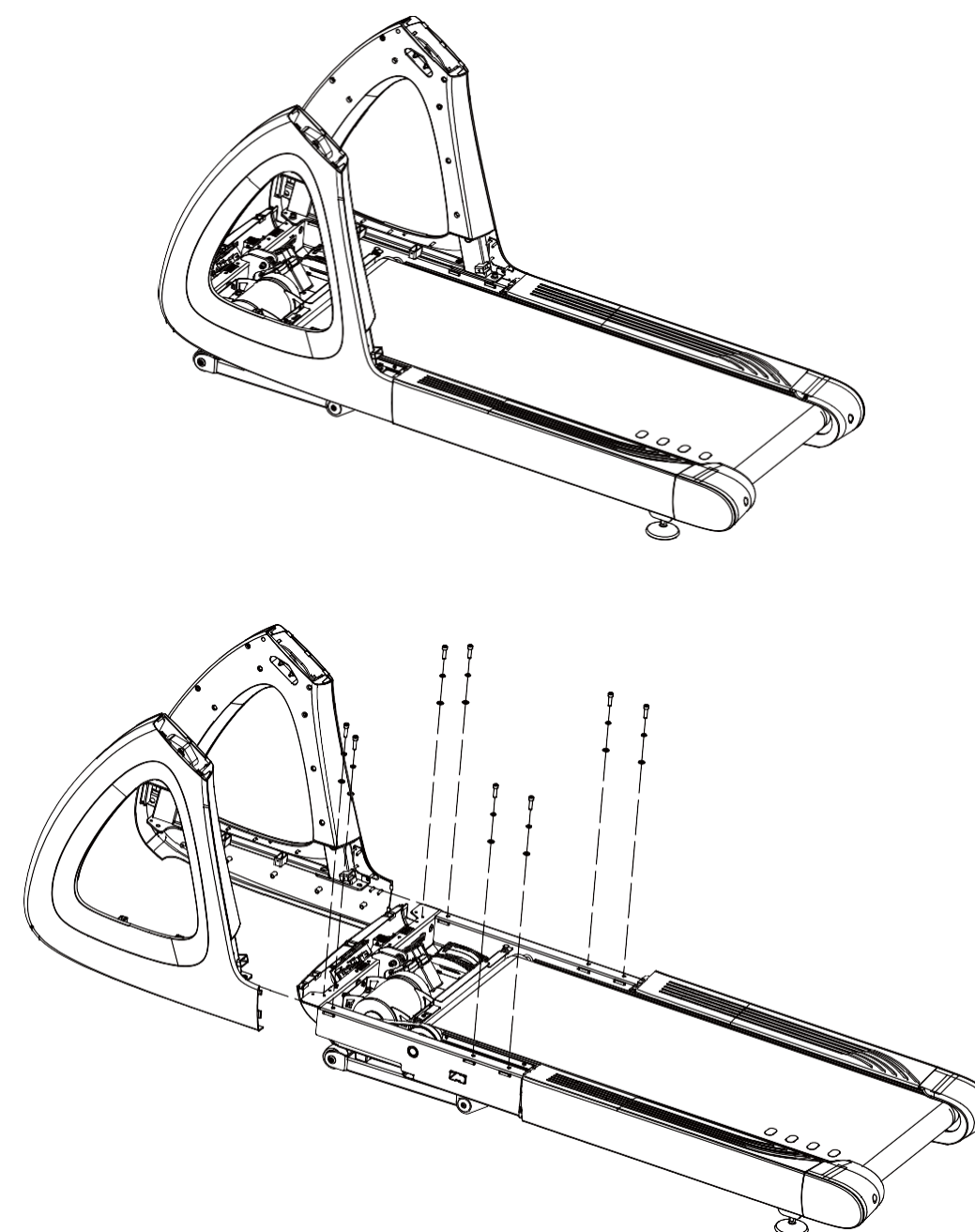
- Před zahájením montáže si přečtete všechny pokyny v této příručce.
- Zařízení sestavujte a provozujte na pevném a rovném povrchu v místě, kde ho plánujete používat.
- Otevřete krabici a smontujte jednotlivé díly v pořadí uvedeném v tomto návodu.
- Utahujte všechny spojovací prvky (šrouby, matice) pouze částečně. Dotáhněte je plně až ve chvíli, kdy k tomu budete v návodu vyzváni.
- Nepokoušejte se se zařízením manipulovat sami.
Přizvěte si na pomoc alespoň jednu další osobu a dbejte na správnou techniku zvedání. Při zvedání nebo přemísťování stroje jej nikdy nedržte za plastové části. Plastové díly slouží pouze jako kryty, nejsou konstrukčními prvky a nedokážou unést váhu celého zařízení.

Montážní sada



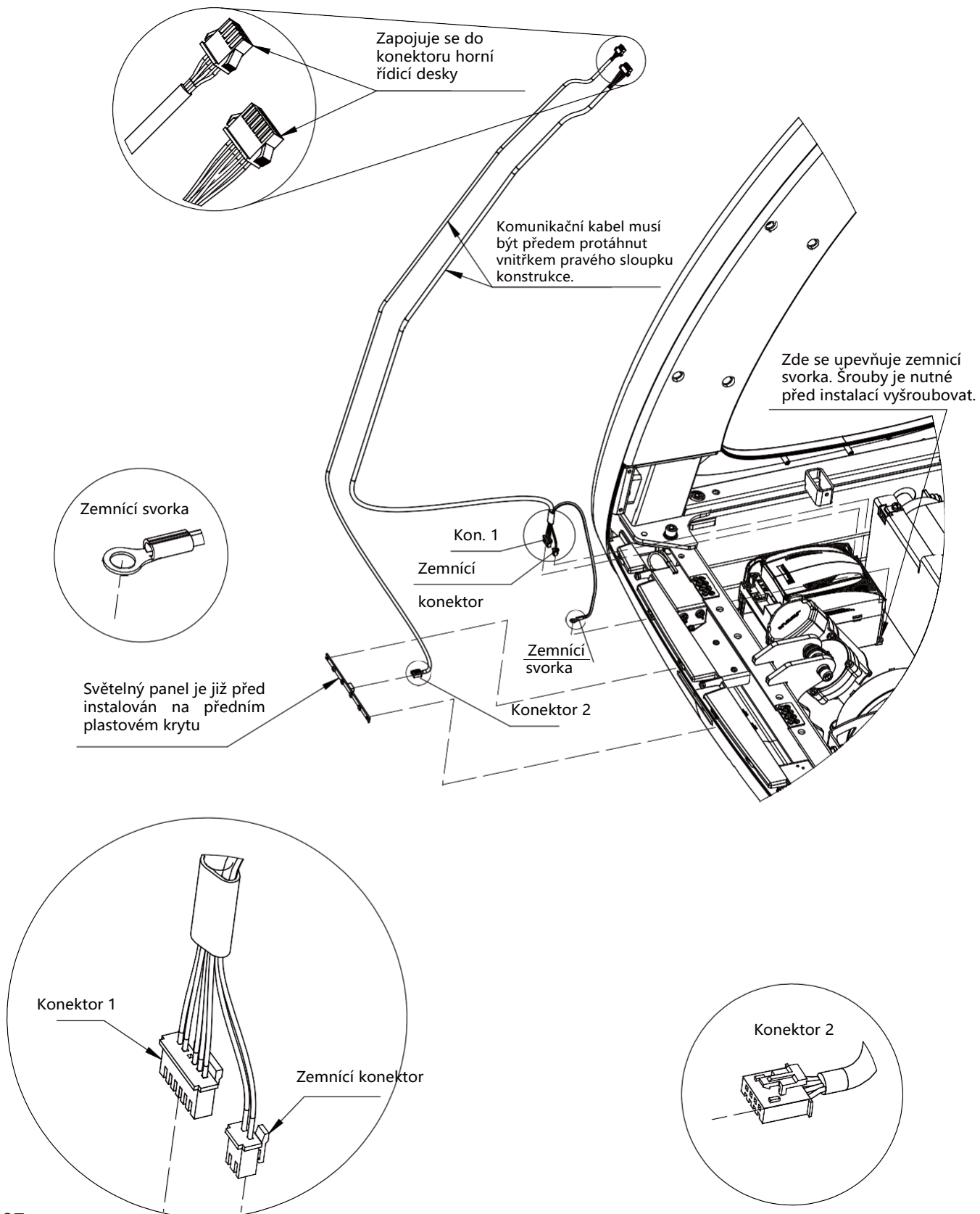
Montáž

Krok 1			
Č.	Popis		Ks.
1	Hlavní rám s běžeckou plochou		1
2	Levý sloupek		1
3	Pravý sloupek		1
12	Plochá podložka	$\phi 11 \phi 20 \times 2$	8
13	Pružná podložka	M10	8
14	Šroub s vnitřním šestihranem	M10×35	8
Instrukce	Namontujte levý a pravý sloupek na hlavní rám s běžeckou plochou. Šrouby zatím nedotahujte.		



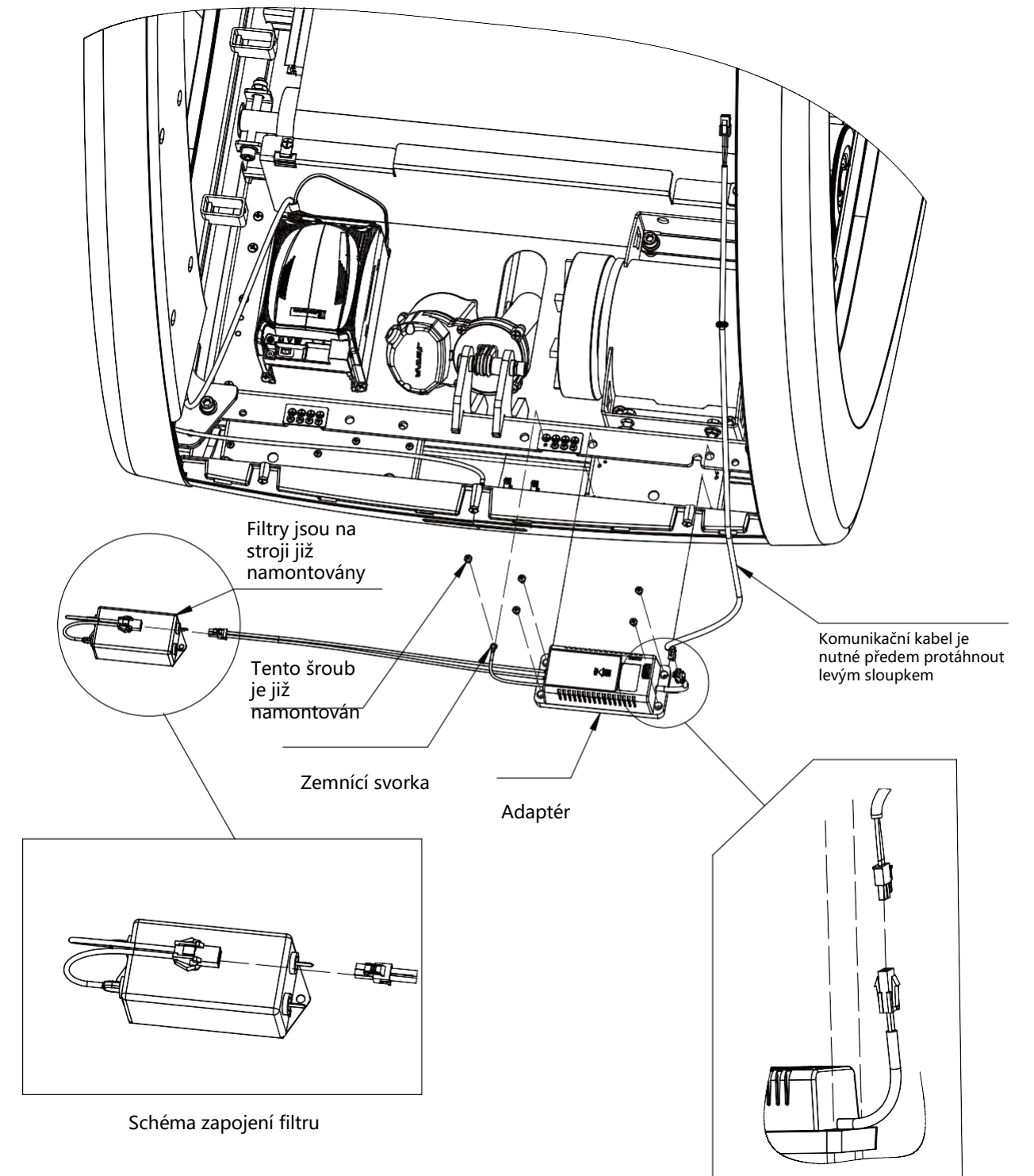
Montáž

Postup instalace propojovacího kabelu	
Instrukce	Zapojte komunikační kabely správně do měniče (invertoru) a světelného panelu



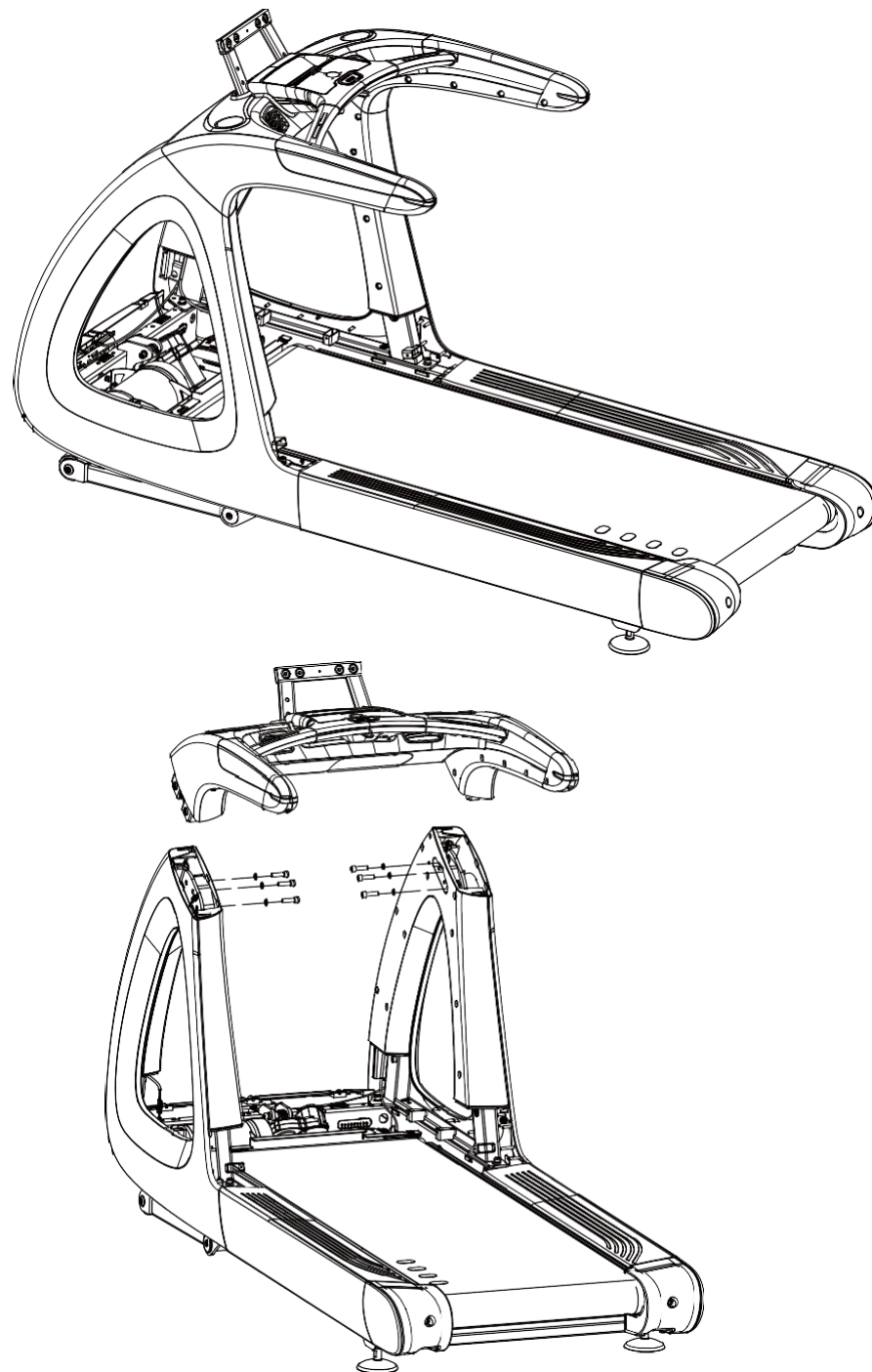
Montáž

Postup montáže spodního ovládacího panelu			
Č.	Popis		Ks.
20	Šroub s válcovou hl., křížový	M4X8	4
	Adaptér		1
Instrukce	Přípevněte adaptér ke spodnímu držáku dle ilustrace. Věnujte pozornost správnému způsobu montáže.		



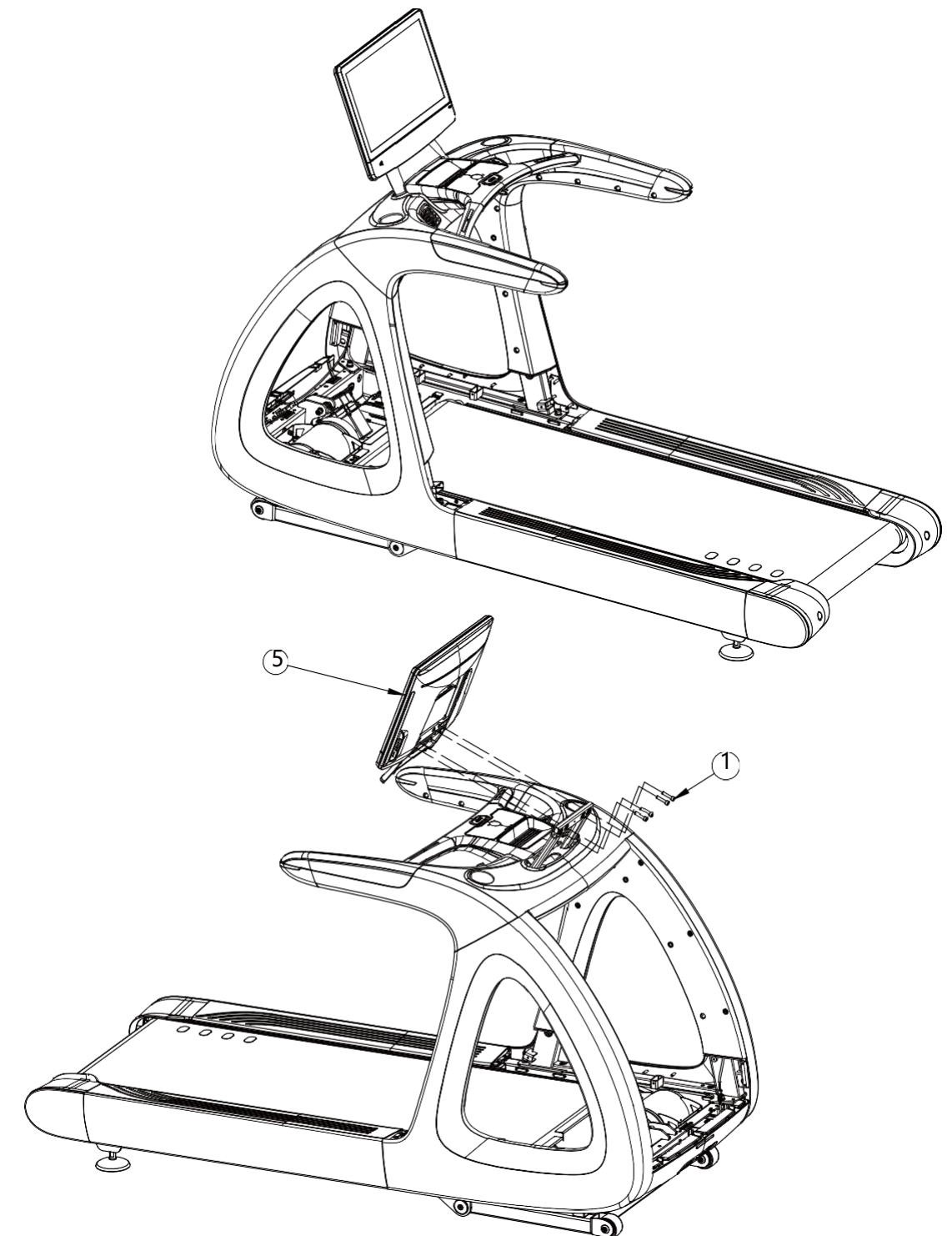
Montáž

Krok 2			
Č.	Popis		Ks.
4	Madla		1
13	Pružná podložka	M10	6
14	Imbusový šroub	M10X35	6
Instrukce	Nasaďte madla na nosné sloupky, upravte spoje plastových krytů tak, aby k sobě správně pasovaly, a poté pevně dotáhněte všechny šrouby.		



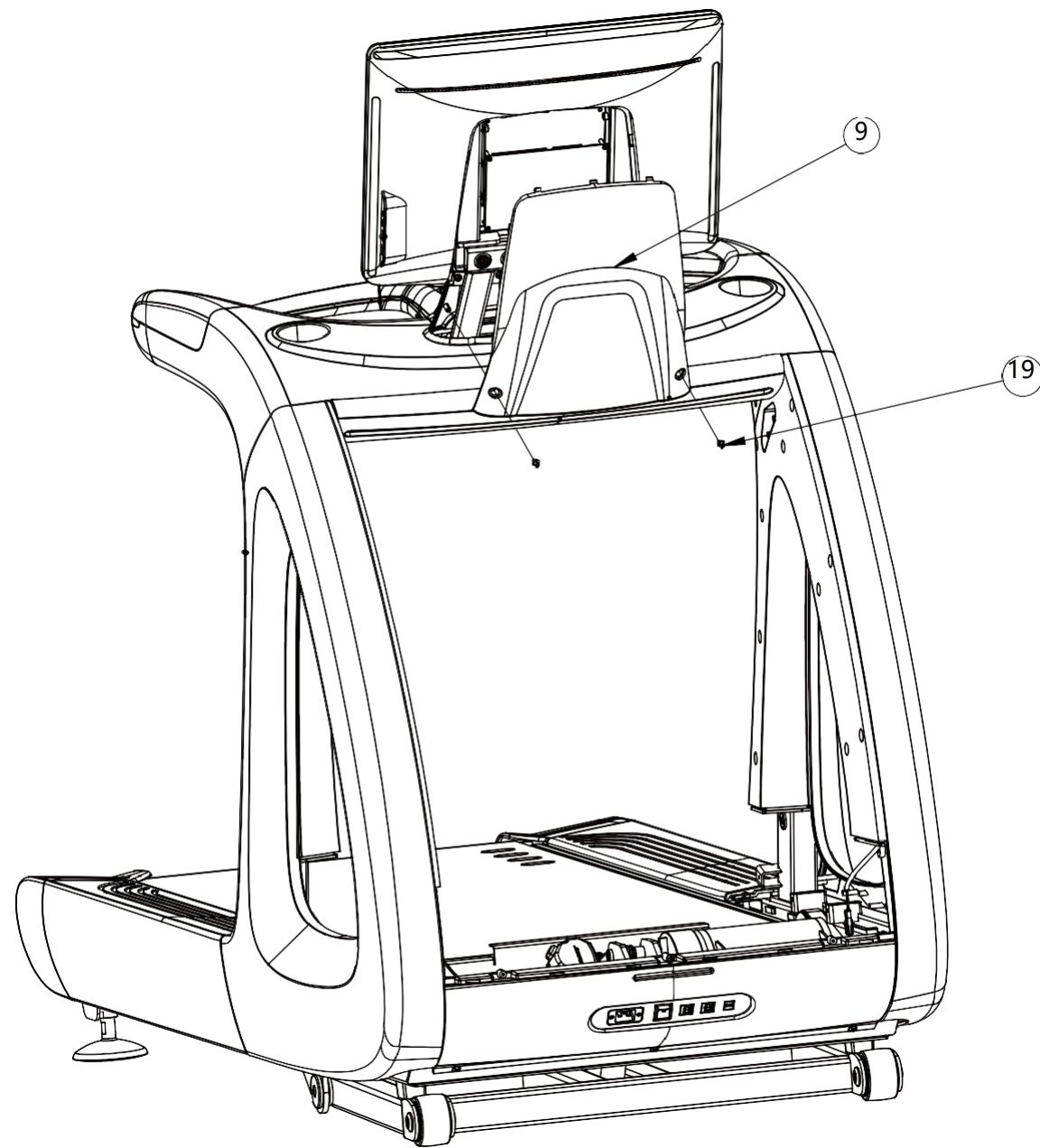
Montáž

Krok 3			
Č.	Popis		Ks.
5	TFT dotykový displej		1
15	Imbusový šroub	M8X35	4
Instrukce	Nasaďte displej na sloupky madel, zkontrolujte, zda plastové díly správně přiléhají ve spojích, a poté šrouby dotáhněte.		



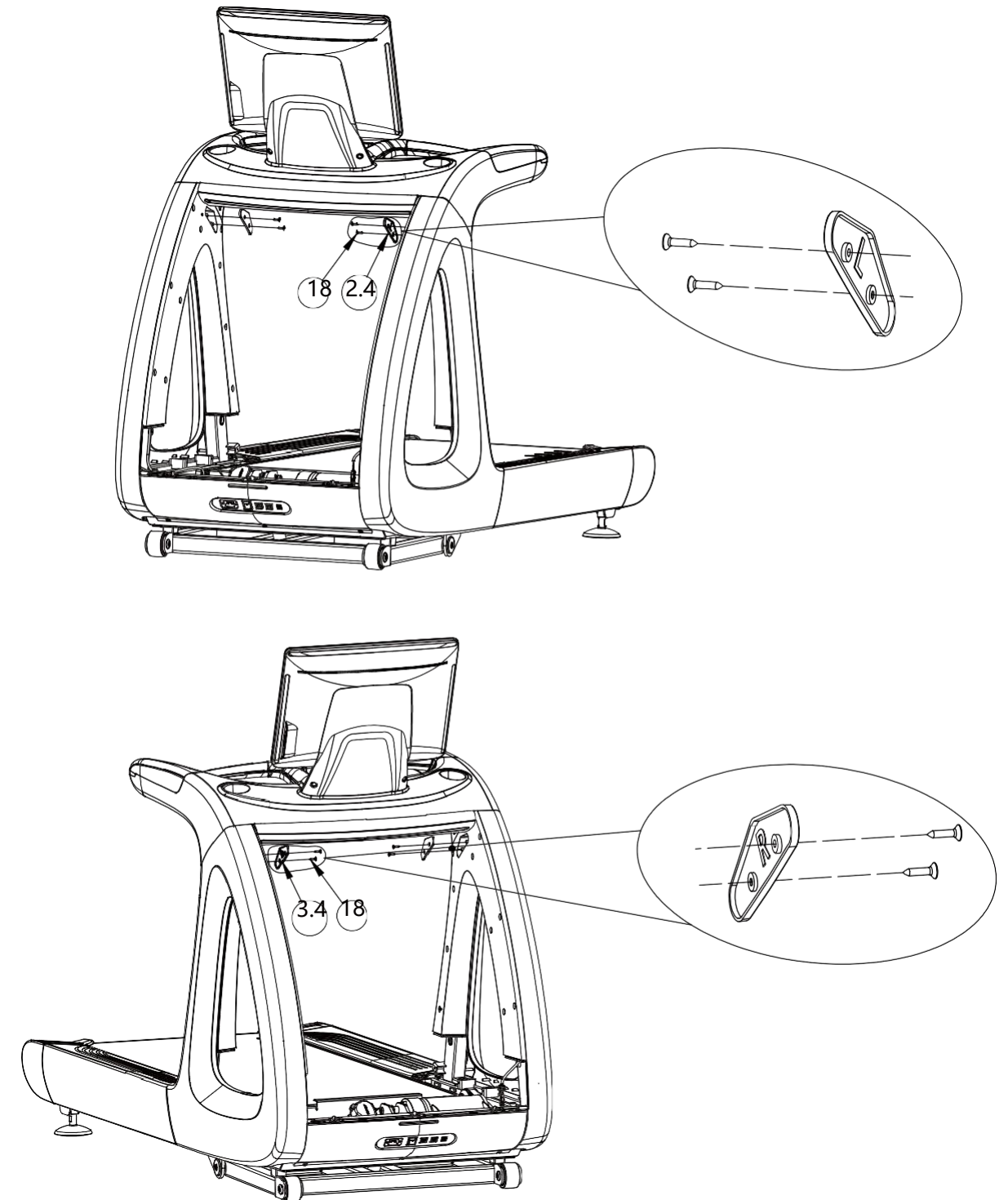
Montáž

Krok 4			
Č.	Popis		Ks.
9	Zadní dekorační kryt displeje		1
19	Samořezný šroub	ST4.2X16	2
Instrukce	Zapojte horní ovládací panel a pomocí šroubů namontujte zadní dekorační kryt.		



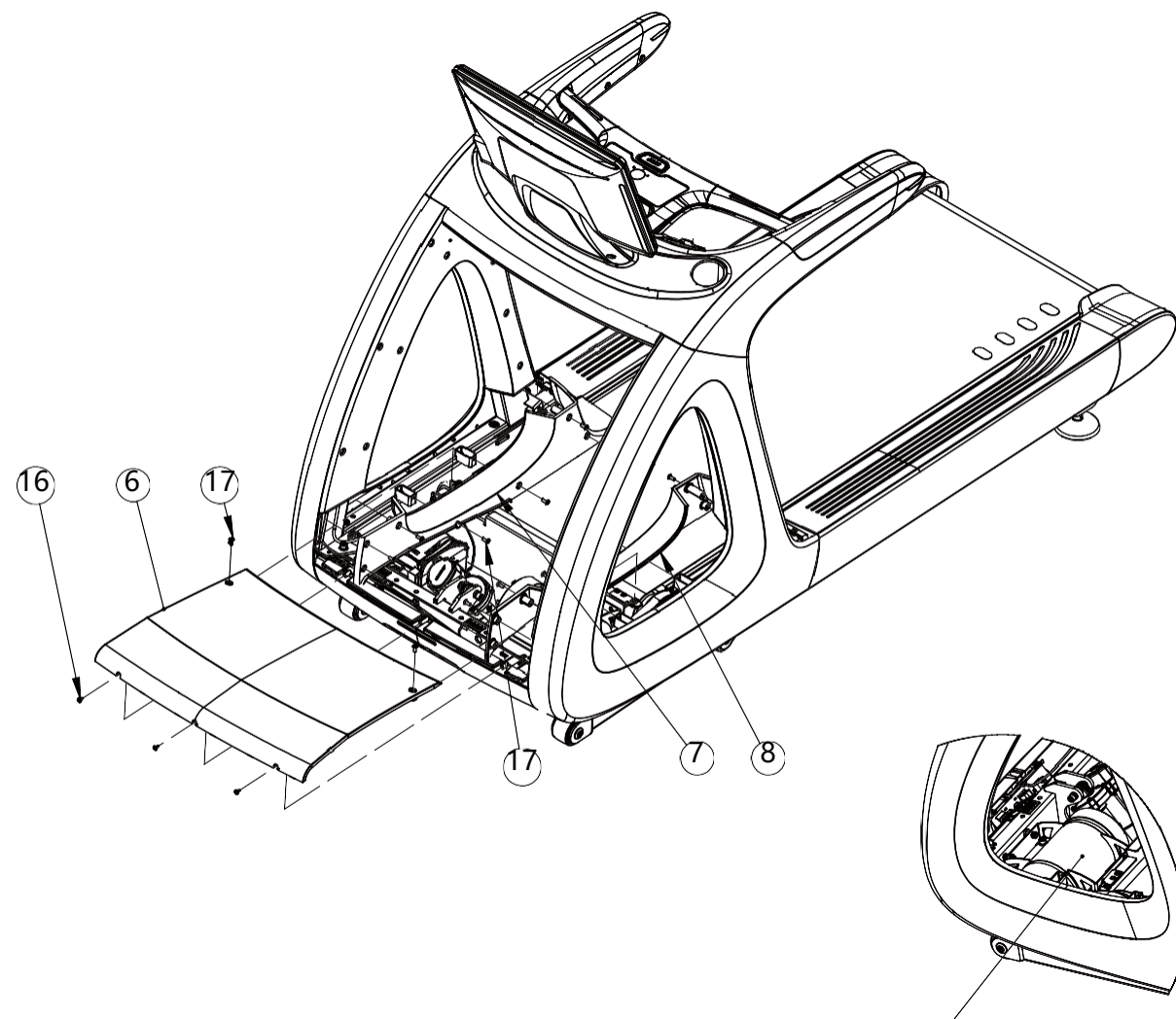
Montáž

Krok 5			
Č.	Popis		Ks.
2.4	Levá krytka šroubu		1
3.4	Pravá krytka šroubu		1
18	Samořezný šroub s křížovou drážkou	ST4.2X20	4



Montáž

Krok 6			
Č.	Popis		Ks.
6	Kryt motoru		1
7	Levý vnitřní spodní kryt sloupku		1
8	Pravý vnitřní spodní kryt sloupku		1
16	Šroub s půlkulatou hlavou, křížový	M4X10	3
17	Šroub s půlkulatou hlavou, křížový	M6X15	16
Instrukce	Pevně zapojte kabel spodního ovládání. Poté dle schématu namontujte levý a pravý spodní kryt sloupku a kryt motoru. Kryt motoru instalujte jako poslední.		

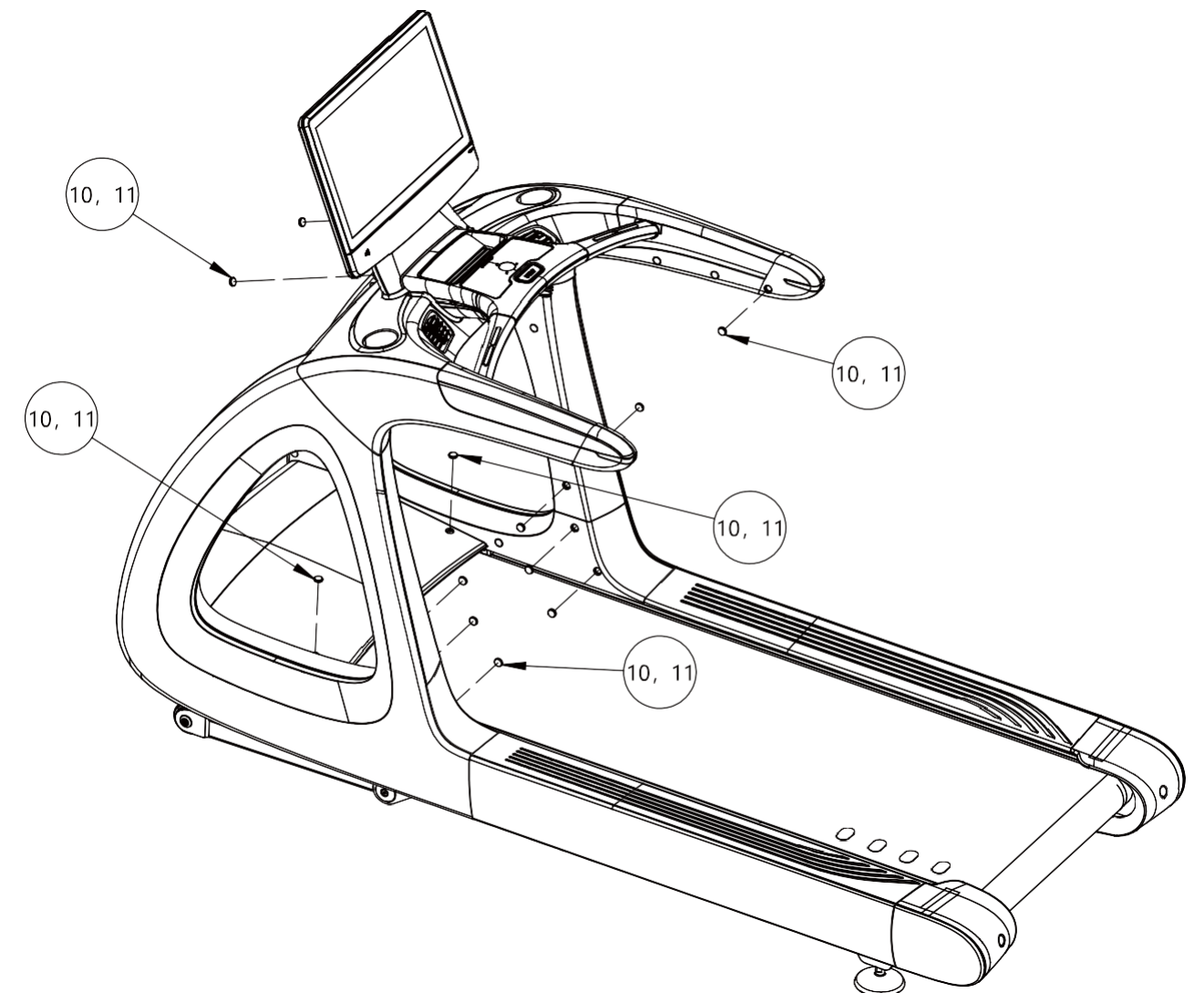


Před montáží krytu motoru odstraňte z chladiče motoru ochrannou nálepku.

Pozn.: Před montáží krytu motoru a levého i pravého spodního krytu sloupků doporučujeme běžecký pás na několik minut spustit a za předpokladu dodržení bezpečnosti zkontrolovat jeho chod.

Montáž

Krok 7			
Č.	Popis		Ks.
10	Krytka otvoru	φ 18×4.5	46
11	3M lep. kroužek	17.5×0.5	46
Instrukce	Na zadní stranu krytky nalepte samolepicí kroužek 3M a celou krytku vložte do otvoru pro šroub.		



Popis displeje

Displej zobrazuje následující informace:

Čas(s): Zobrazuje hodnoty v rozmezí 00:00–99:59. Výchozím nastavením je přičítání času (odpočítávání směrem nahoru) v intervalu po 1 sekundě.

Vzdálenost (km): Zobrazuje hodnoty v rozmezí 0–99,9. Výchozím nastavením je přičítání vzdálenosti v intervalu po 0,1 km.

Kalorie (kcal): Zobrazuje hodnoty v rozmezí „0–99,9“.

Výchozím nastavením je přičítání kalorií v intervalu po 0,1 kcal.

Rychlost (km/h): Zobrazuje hodnoty v rozmezí „0–100“ s krokem po 0,1 km/h.

Intenzita: Zobrazuje hodnoty v rozmezí „1–20“.

Číslo	Název	Popis
1	Světelná indikace	Modrá (3 s): Zapnutí Pulzující modrá: Pohotovostní režim Blikající modrá: Vyhledávání Bluetooth / přihlašování do systému Zelená: Úspěšné přihlášení Blikající červená (2 s): Přihlášení selhalo Žlutá (60 s): Pauza Modrá (1 s): Ochlazování Červená (1 s): Stop Červená (2 s): Odhlášení/ukončení
2	Přehled	Po skončení cvičení systém automaticky uloží data o tréninku. Kliknutím na tlačítko se zobrazí výsledná data aktuálního cvičení.
3	Ventilátor	Nastavení rychlosti ventilátoru: nízká, vysoká.
4	Úroveň	Stisknutím tlačítek + / - upravíte intenzitu cvičení.
5	Cílový program	Nastavení cílového program – čas, vzdálenost, kalorie.
6	Vlastní program	Nastavení vlastního program.
7	Start/Stop	Pokud je stroj v klidu, stisknutím tohoto tlačítka jej spustíte. Pokud stroj běží, stisknutím tohoto tlačítka jej zastavíte.
8	NFC Identifikace	Identifikace informací o uživateli


Návod k obsluze

Rychlý start



Klikněte na obrazovce na rychlý start, zařízení spustí počítání všech dat.


Pro vstup do tréninkového režimu stiskněte  nebo klikněte na obrazovku.

Cílový program

Stiskněte  pro nastavení cílového programu, výchozí čas je 30:00 min.

Rozsah nastavení 5:00-99:00. Stiskněte  nebo klepněte na displej pro spuštění.

Stiskněte  pro nastavení cílového programu, výchozí vzdálenost je 1.0 km. Rozsah nastavení je 1-99. Stiskněte  pro spuštění.

Stiskněte  pro nastavení cílového programu. Výchozí hodnota je 50 kcal.

Rozsah nastavení je 50-990. Stiskněte start pro spuštění.

Pokyny ke cvičení

Výzkumy ukazují, že správně zvolené cvičení výrazně podporuje regeneraci kardiovaskulárního systému i svalové tkáně. Pro bezpečné a efektivní cvičení se doporučuje udržovat intenzitu tréninku v rozmezí 60 % až 85 % maximální tepové frekvence. Toto rozmezí ideálně naplňuje různé tréninkové cíle a zároveň předchází zdravotním rizikům způsobeným nadměrnou zátěží.

Maximální tepová frekvence a tréninkové rozmezí

Pro výpočet své maximální tepové frekvence a optimálního tréninkového rozmezí použijte následující vzorec (jako příklad uvádíme věk 35 let):

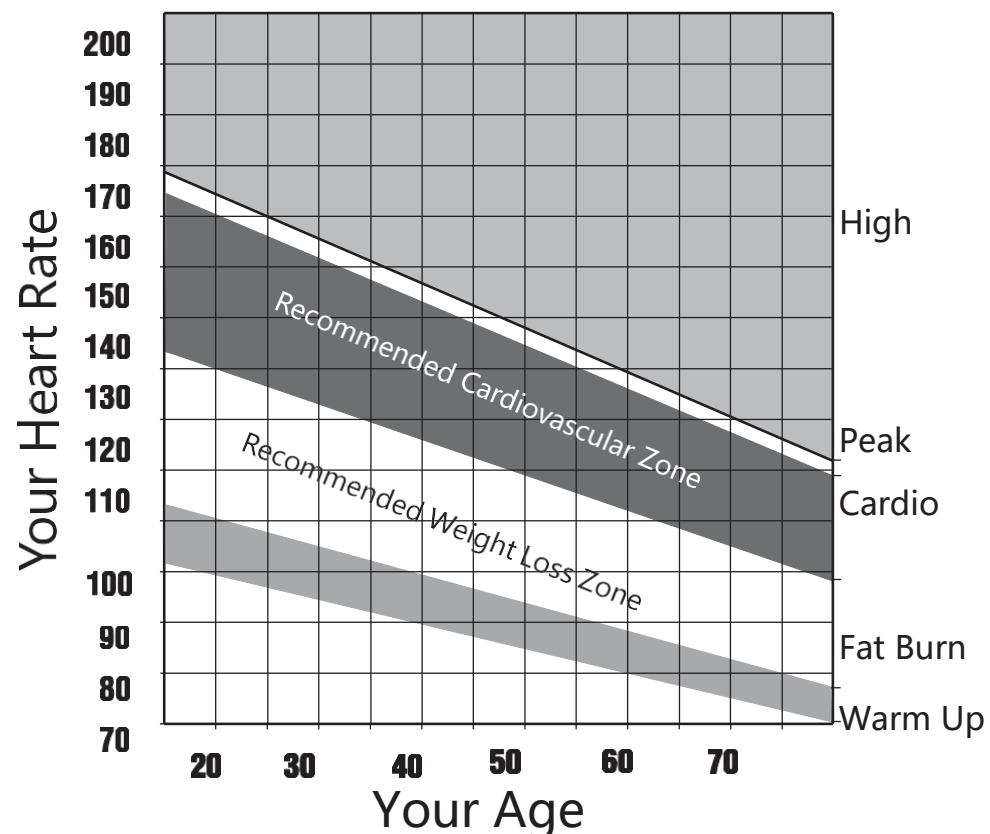
Maximální tepová frekvence = $220 - \text{věk}$ ($220 - 35 = 185$ tepů/min)

Horní hranice tep. frekvence = $\text{max. tep. fr.} \cdot 85\%$ ($185 \cdot 85\% = 157$ tepů/min)

Spodní hranice tep. frekvence = $\text{min tep. fr.} \cdot 60\%$ ($185 \cdot 60\% = 111$ tepů/min)

Optimální tréninkové rozmezí tepové frekvence je v tomto případě 111 až 157 tepů za minutu.

Heart Rate Target Zones



Údržba

! VAROVÁNÍ

- Abyste snížili riziko úrazu elektrickým proudem, vždy odpojte zařízení ze zásuvky předtím, než jej budete čistit nebo na něm provádět jakoukoli údržbu.

Čištění displeje a obrazovky

- Pomocí navlhčeného jemného hadříku otřete všechny přístupné povrchy.
- UPOZORNĚNÍ: Nepoužívejte žádné kyselé čisticí prostředky. Jejich použití by mohlo poškodit lak či práškový nástřík. Nikdy nelijte vodu ani nestříkejte žádné kapaliny přímo na jakoukoli část zařízení.
- Vyvarujte se použití jakýchkoli korozivních nebo agresivních chemikálií. K čištění obrazovky použijte měkký hadřík navlhčený čistou vodou.
- Čisticí roztok vždy stříkejte přímo na hadřík, nikdy ne na samotnou obrazovku.
- K čištění nepoužívejte hrubé nebo drsné tkaniny.

Technické specifikace

Max. nosnost: 180 kg / 397lb

Rychlost: 1-24 km/h

Sklon: 0-15%

Běžecská plocha: 58 × 160 cm

Vstupní napětí: AC 220-240 V

Frekvence: 50 HZ

Měření tepu: kontaktní snímače

Užití: komerční využití

Bluetooth: pouze pro připojení Bluetooth sluchátek