

Cinta Caminadora Motorizada

Manual de Instrucciones



Consejo especial:

- 1. Antes de la instalación y operación, por favor lea este manual de manejo.**
- 2. Por favor, guarde este manual para futuras referencias.**
- 3. El producto puede variar ligeramente del artículo debido a las actualizaciones de modelo**

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

ADVERTENCIA - Lea todas las instrucciones antes de usar esta caminadora. Es importante que su cinta de correr reciba un mantenimiento regular para prolongar su vida útil. Si usted no mantiene regularmente su cinta de correr puede anular la garantía.

PELIGRO– Para reducir el riesgo de descarga eléctrica desconecte la cinta de correr de la toma eléctrica antes de que el trabajo de servicio de limpieza.

NO USE UN ALARGUE: NO INTENTE DESHABILITAR LA CONEXION A TIERRA. AL UTILIZAR ADAPTADORES O MODIFICAR DE CUALQUIER MANERA EL CABLE PROVISTO POR EL FABRICANTE.

- 1) Instalar la máquina para correr sobre una superficie plana y nivelada con el acceso adecuado a una conexión eléctrica a tierra.
- 2) No utilice la cinta de correr en alfombras acolchadas felpa o pelusa. Esto puede derivar en daños tanto para la alfombra como para la caminadora.
- 3) No bloquee la parte trasera del equipo. Proporcionar un espacio mínimo de 1 metro entre la parte posterior de la caminadora y cualquier objeto fijo.
- 4) Coloque la unidad sobre una superficie sólida y nivelada cuando está en uso.
- 5) Nunca permita que los niños sobre o cerca de la caminadora.
- 6) Cuando se ejercita, asegúrese de que el clip de plástico se sujete en su ropa. Es por su seguridad, en caso de que caiga o tropiece hacia atrás en la cinta.
- 7) Mantener las manos alejadas de todas las piezas móviles.
- 8) Nunca haga funcionar la caminadora si tiene el cable o el enchufe dañado.
- 9) Mantenga el cable alejado de superficies calientes.
- 10) No haga funcionar donde se están usando productos en aerosol o donde se esté administrando oxígeno. Las chispas del motor pueden encenderse un ambiente altamente inflamable.
- 11) Nunca deje caer ni inserte ningún objeto en las aberturas.
- 12) Este equipo está diseñado para uso hogareño.
- 13) Los sensores de pulsos no son dispositivos médicos. Varios factores, incluyendo el movimiento del usuario, pueden afectar la exactitud de las lecturas del ritmo cardíaco. Los sensores de pulsos están diseñados únicamente como ayuda para el ejercicio, determinando el ritmo cardíaco en general.
- 14) Use los pasamanos siempre; que son para su seguridad.
- 15) Use calzado adecuado. Los tacones altos, zapatos de vestir, sandalias o pies descalzos no son adecuados para su uso en la caminadora. Se recomienda llevar calzado deportivo de calidad para evitar el cansancio de las piernas.
- 16) Temperatura recomendada: 5 a 40 grados

Retire la llave de seguridad después de su uso para evitar la operación no autorizada del equipo.

INFORMACION ELECTRICA IMPORTANTE

Esta cinta motorizada está diseñada para operar en una red eléctrica de corriente alterna de 220 V 50 Hz.

- 1) NUNCA operar la caminadora con fuentes de alimentación de generador o de UPS.
- 2) NUNCA retire la cubierta sin desconectar primero la alimentación de CA.
- 3) NUNCA exponga esta caminadora a la lluvia o la humedad.
- 4) Esta cinta no está diseñada para su uso al aire libre, cerca de una piscina, o en cualquier otro ambiente de alta humedad.



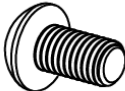
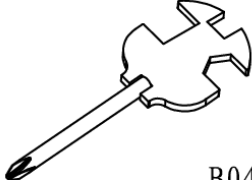
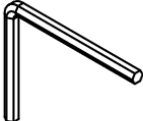

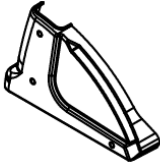



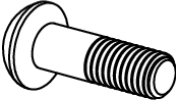



INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE OPERACION

- 1) Inserte el enchufe directamente en la toma de corriente.
- 2) Asegúrese de leer todo el manual antes de operar la máquina.
- 3) Entender que los cambios en la velocidad y la inclinación no se presentan inmediatamente. Ajuste la velocidad deseada en la consola del ordenador y suelte la tecla de ajuste. El ordenador obedecer el mandato de forma gradual.
- 4) Tenga cuidado durante su participación en otras actividades mientras camina en la caminadora; como ver la televisión, leer, etc. Estas distracciones pueden hacer que pierda el equilibrio o se aparte del centro de la banda; lo que puede provocar lesiones graves.
- 5) Con el fin de evitar la pérdida de equilibrio y de sufrir lesiones inesperadas, NUNCA montar o desmontar la máquina para correr mientras la cinta está en movimiento. Esta unidad se inicia con una velocidad muy baja. Pararse sobre la banda durante la aceleración lenta es recomendable después de haber aprendido a operar esta máquina.
- 6) Siempre aferrarse a la barandilla mientras hace los cambios de control.
- 7) Una llave de seguridad se proporciona con esta máquina. Retire la llave de seguridad se detendrá la banda para caminar de inmediato; la cinta se apagará automáticamente. Inserte la llave de seguridad se restablecerá la pantalla.
- 8) No use presión excesiva sobre las teclas de control de la consola. Se encuentran precisión para funcionar correctamente con poca presión de los dedos.
- 9) Este aparato no está diseñado para ser utilizado por personas (incluidos niños) con física reducida, sensoriales o mentales, o la falta de experiencia y conocimiento, a menos que hayan recibido supervisión o instrucciones relativas al uso del aparato por una persona responsable de su seguridad, los niños deben ser supervisados para asegurarse de que no jueguen con el aparato.
- 10) Por favor, consulte a su médico antes de ejecutar en un primer momento, si usted tiene una de las siguientes enfermedades:
Cardiopatía, hipertensión, diabetes, enfermedades respiratorias, tabaquismo, y otras enfermedades crónicas.
Si usted tiene más de 35 años de edad y más pesado que el peso común.
Las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia.
- 11) Por favor, deje de hacer ejercicio inmediatamente y consulte a su médico cuando se siente mareado, hartazgo, dolor de tórax u otros síntomas.
- 12) Por favor, beber agua adecuada después de ejercitar en nuestra cinta de correr durante más de 20 minutos.

Advertencia: Ahora aquí sugerimos que usted debe consultar con su médico o profesional de la salud antes de comenzar su entrenamiento, No nos hacemos responsables de cualquier problema o perjuicio su usted no sigue nuestra especificación. La cinta de correr deberá ser montada cuidadosamente y el motor debe estar cubierto, a continuación, conectarse a la alimentación.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

Cuando abra la caja se encontrará con las siguientes piezas:

 A02	 E33	 E15	 B04
 B05	 E21	 C08	 C09
 C18	 A07	 E14	 E35
 E36	 D06		

Spare parts list:

NO.	DES.	Especificación	No.	NO.	DES.	Especificación	No.
A02	ESCTRUCTURA		1		CUBIERTA DE TUBO		
E33	ARANDELA DE BLOQUEO	8	10	C09	DERECHO DERECHO		1
E15	PERNO	M8*15	10	C18	PORTA BOTELLA		2
B04	LLAVE CON DESTORNILLADOR	S=13, 14, 15	1	A07	TUBO DE CONEXIÓN		1
B05	5# LLAVE ALLEN	5mm	1	E14	PERNO	M8*25	4
E21	PERNO	M5*12	6	E35	ARANDELA	8	4
				E36	ARANDELA PLANA	8	4

C08	TAPA DE TUBO DERECHO IZQUIERDO		1		E06	LLAVE DE SEGURIDAD		1
-----	-----------------------------------	--	---	--	-----	--------------------	--	---

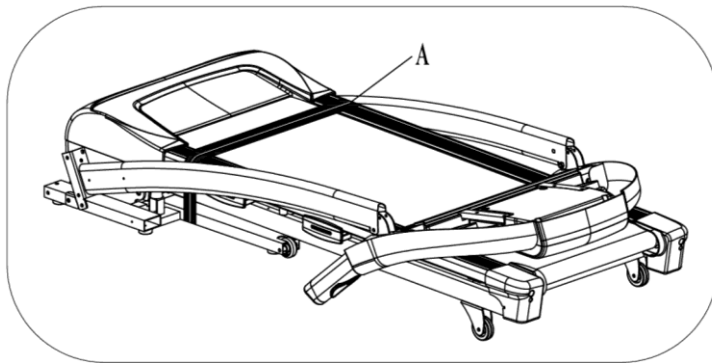
Herramientas de fijación:

LLAVE ALLEN 5 # 5mm 1 unids

LLAVE CON DESTORNILLADOR S = 13, 14, 15 1 piezas

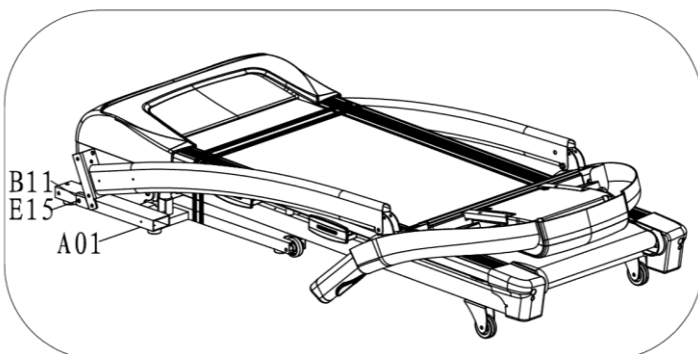
Aviso: No conecte a la toma de electricidad antes de completar el montaje

PASO DE MONTAJE 1:



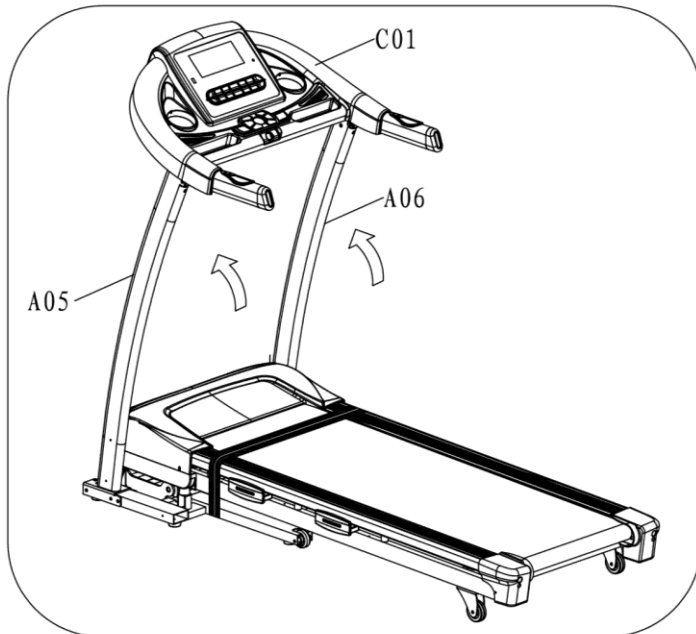
Abra la caja de cartón, saque las piezas sueltas y ponga el marco principal en el suelo.

PASO DE MONTAJE 2:



Con la llave Allen 5 # (B05), retire el tornillo M8 * 15 (E15) y retire el bloqueo de seguridad (B11).

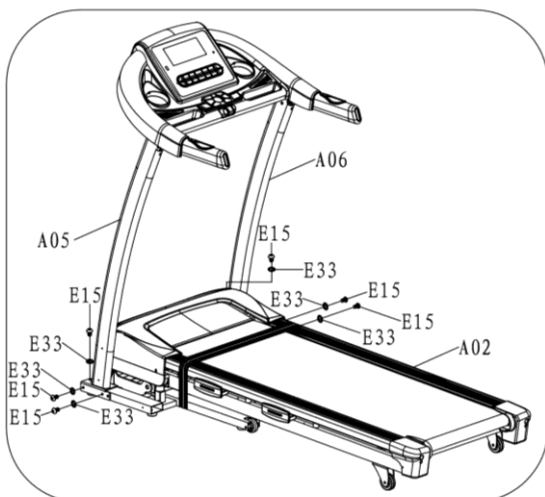
PASO DE MONTAJE 3:



Levante la consola (C01) y el tubo de montante vertical (A05, A06) hacia la dirección de la flecha.

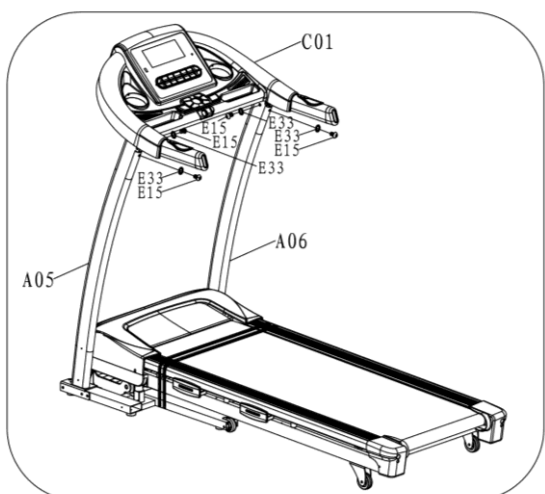
Aviso: cuando los levante, asegúrese de no presionar los cables dentro del tubo vertical; sostenga los verticales y la computadora con la mano para evitar caídas.

PASO DE MONTAJE 4:



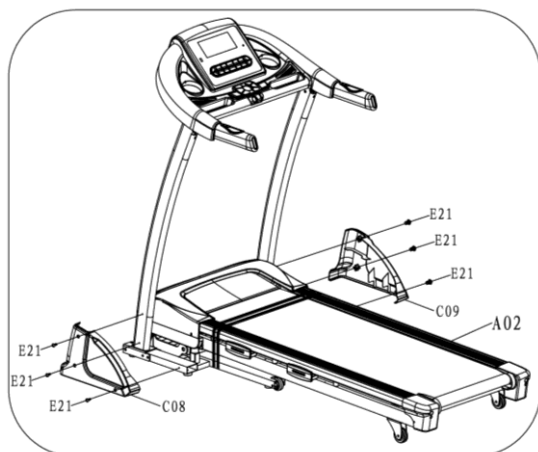
Use la llave Allen 5 # (B05) y el perno M8 * 15 (3 * E15) y la arandela de bloqueo (3 * E33), bloquee el tubo vertical (A05, A06) en el marco principal.

PASO DE MONTAJE 5:



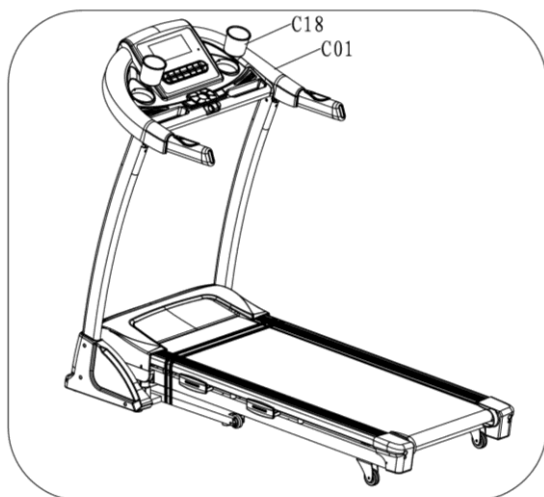
Use la llave Allen 5 # (B05) y el perno M8 * 15 (4 * E15) y la arandela de bloqueo (4 * E33), fije la computadora (C01) en el tubo vertical izquierdo y derecho (A05, A06).

PASO DE MONTAJE 6:

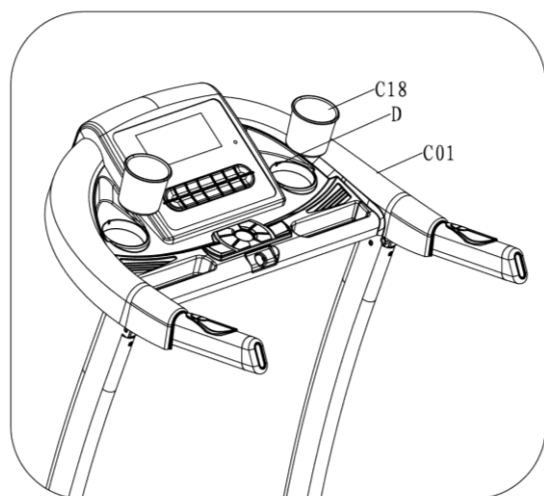


Fije las cubiertas de los tubos verticales izquierdo y derecho (C08, C09) al marco de la base utilizando una llave con destornillador (B06) y un perno M5 * 12 (6 * E21).

PASO DE MONTAJE 7:

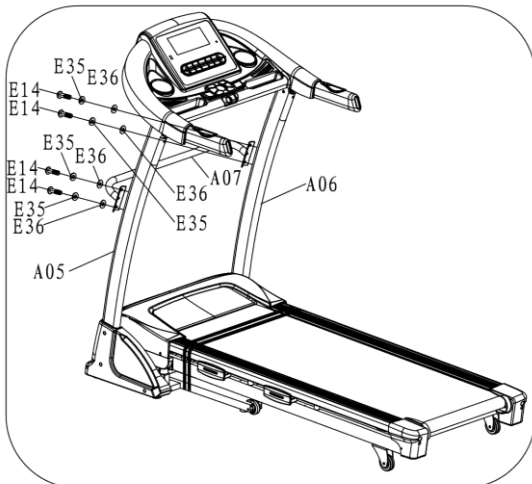


Coloque el porta botella (C18) en la ranura circular de la consola (C01).



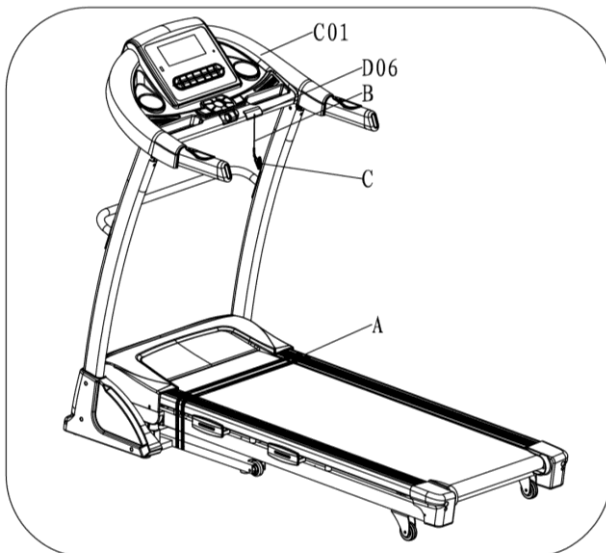
Aviso: inserte el porta botella del lado de la ranura junto con el espacio D.

PASO DE MONTAJE 8:



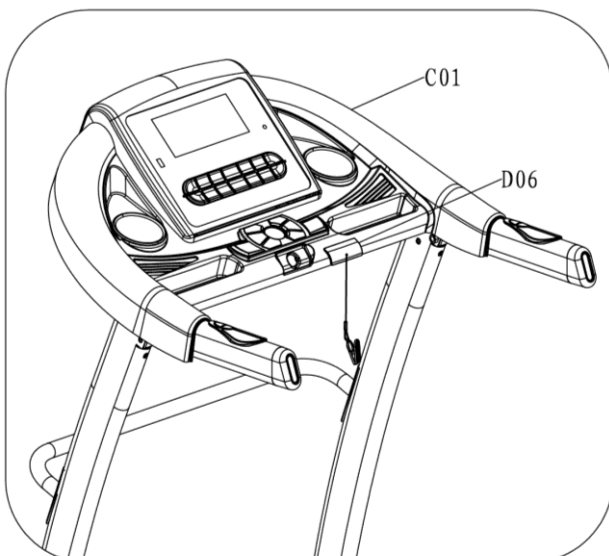
Use una llave Allen 5 # (B05), agregue una arandela plana (4 * E36) con un tornillo M8 * 25 (4 * E14) y una arandela de resorte (4 * E35), y bloquee el tubo de conexión (A07) en el tubo vertical izquierdo y derecho (A05, A06).

PASO DE MONTAJE 9:



Desatar la correa de embalaje (A).
Nota: después de desatar la correa de empaque (A), no gire el producto de lado ni lo levante a voluntad.

PASO DE MONTAJE 10:

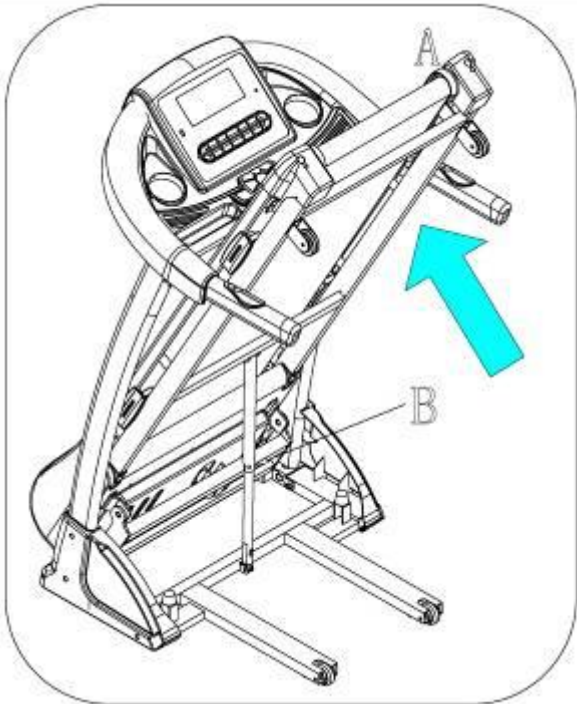


Después de confirmar que se han completado todos los pasos anteriores y que se han bloqueado los tornillos, puede encender la máquina y comenzar a utilizar la máquina para correr.

ATENCIÓN: asegúrese de que la máquina esté completamente ensamblada antes de la operación. Antes de utilizar la máquina para correr, lea las instrucciones cuidadosamente.

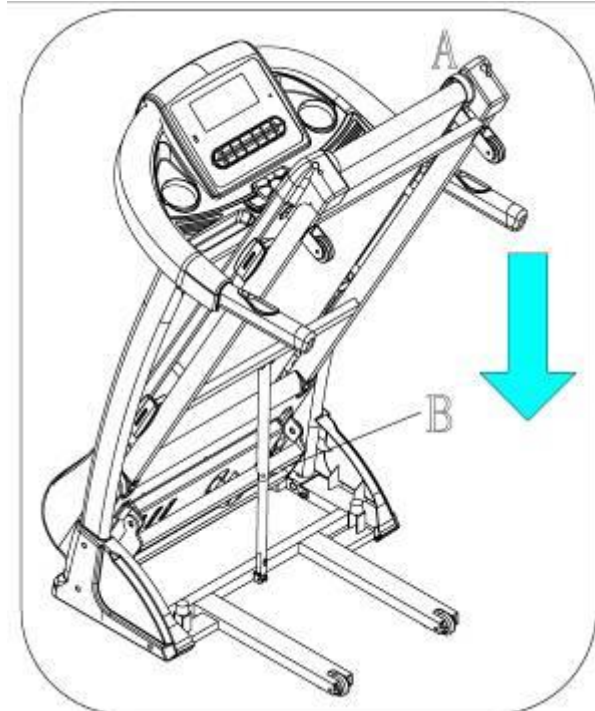
INSTRUCCIONES DE PLEGADO

Plegando:



Sostenga el lugar A con la mano, luego tire hacia arriba en la dirección de la flecha, hasta escuchar el sonido de que el CILINDRO (B) está bloqueado en el tubo redondo.

Desplegando:



Sostenga el lugar A con la mano, presione ligeramente el marco, luego pateo el lugar B y el marco base se caerá automáticamente.

PUESTA A TIERRA

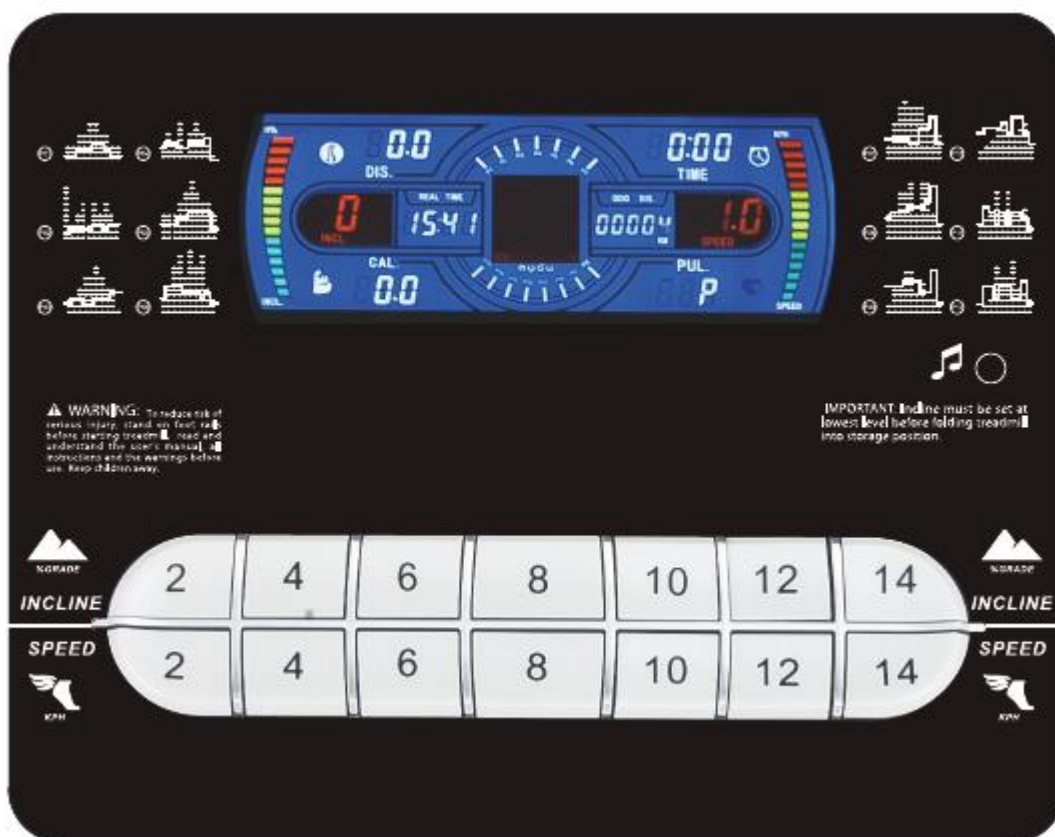
Este producto debe estar conectado a tierra. En caso de mal funcionamiento o avería, la puesta a tierra proporciona un camino de menor resistencia para la corriente eléctrica para reducir el riesgo de descarga. Está el producto está equipado con un cable que tiene un conductor de conexión a tierra del equipo y un toma de tierra. El enchufe debe estar enchufado en un tomacorriente apropiado que esté correctamente instalado y conectado a tierra de acuerdo con todos los códigos y ordenanzas locales.

PELIGRO - La conexión incorrecta del conductor de puesta a tierra del equipo puede resultar en un riesgo de descarga eléctrica. Consulte con un electricista o técnico calificado si tiene dudas en cuanto a si el producto está correctamente conectado a tierra. No modifique el enchufe provisto con el producto: si no encaja en el tomacorriente, haga que un electricista calificado instale un tomacorriente adecuado.

Este producto es para uso en un circuito de voltaje adecuado y tiene un enchufe de conexión a tierra como se ve ilustrado en el dibujo. Hacer que el producto sea conectado a un tomacorriente que tenga la misma configuración que el enchufe. Ningún adaptador debe ser utilizado con este producto



GUIA DE USO



VENTANA DISPLAY:

1. Ventana "VELOCIDAD": La ventana mostrará la velocidad en modo de operación, el rango de velocidad de: 1,0 a 16 km / h. La ventana mostrará P1-P15-U1-U2-U3-FAT en el modo de ajuste.
2. Ventana "INCLACION.": Muestra la inclinación, rango 0-15 secciones.
3. Ventana "TIEMPO": Muestra el tiempo de ejercicio. Mostrar el tiempo de ejercicio positivo dirección, la reloj de 0: 00-99: 59, cuando cuenta hasta 99:59, la máquina se detendrá suavemente y mostrar 'FIN', a continuación, se reiniciará el contador después de 5 segundos; cuando cuenta hacia atrás, se mostrará desde el tiempo de ajuste a 0:00, cuando hasta 0:00, la máquina se detendrá sin problemas y mostrará 'Fin', y entrará en la situación inicial.
4. Ventana "DISTANCIA": Mostrar la distancia recorrida, mostrará el tiempo de ejercicio positivo de 0: 00-99: 9, cuando hasta 99,9, se contará de nuevo desde 0; Cuando cuenta hacia atrás, se mostrará desde la configuración de datos a 0; Cuando se baja a 0, la máquina se detendrá suavemente y mostrará 'FIN', se restablecerá a cero después de 5 segundos.
5. Ventana "CALORIAS": mostrar las calorías quemadas. Contará de 0 a 999, cuando llegue hasta 999, contará de nuevo desde 0; Cuando cuenta hacia atrás, contará desde los datos de ajuste a 0, cuando llegue a 0, la máquina se detendrá suavemente y mostrará 'Fin', y entrará en el estado original después de 5 segundos.
6. Ventana "PULSO": Muestra el ritmo cardíaco del corredor. Cuando el corredor sostiene el pulso del mango con ambas manos, el sistema puede calcular el latido del corazón del corredor y mostrar en esta ventana, el rango es 50-200 latidos / minuto (estos datos son sólo para referencia, no puede ser usados como los datos médicos).

7. Ventana "RELOJ": Reloj de la pantalla.
8. Ventana "ODO DIS.": Mostrar el kilometraje total de funcionamiento.
9. Ventana "MATRIX": Esta ventana mostrará una pista de correr de 400 metros. Una vez que termine de ejecutar el recorrido, la máquina emitirá un sonido de BI y mostrará el número de vueltas que ha corrido.

FUNCIONES DE BOTONES:

1. Botón "PROGRAMA": Estando en modo de espera, presionando este botón puede elegir y configurar el tiempo de ejercicio y programar desde "0:00", "P1-P15 ... U1-U2-U3 -FAT". Hay un total de 19 programas en esta máquina.

El modo manual es el predeterminado, y la velocidad predeterminada es 1KM / H.

2. Botón "MODO": Pulse este botón para elegir los modos cíclicamente "0:00" "15:00", "1.0", "50" ("0:00" es modelo manual, "15:00" es la cuenta regresiva. "1.0" es la cuenta de distancia decreciente y la cuenta de calorías "50" decreciente); Cuando usted elige cada modo, puede presionar el botón de la velocidad y el botón de la inclinación para fijar el valor, después de eso, presione el botón INICIO para arrancar la caminadora.

3. Botón "INICIO": cuando conecte la alimentación y conecte el extremo del imán del cordón de seguridad a la computadora, presione este botón y la máquina comenzará a funcionar.

4. Botón "PARAR": Pulse este botón para detener la máquina.

5. Botones "VELOCIDAD +", "VELOCIDAD-": Presione estos botones para ajustar el valor en el modo de ajuste. Presione estos botones para ajustar la velocidad cuando la máquina esté funcionando.

6. Botones "INCLINACION +", "INCLINACION-": Pulse estos botones para ajustar el valor en el modo de ajuste. Pulse estos botones para ajustar la inclinación cuando la máquina esté funcionando.

7. Botones de acceso rápido "INCLINACION: 2,4,6,8, 10,12,14": Se usan para ajustar la inclinación rápidamente

8. Botones de acceso rápido "VELOCIDAD: 2,4,6,8, 10,12,14": se usan para ajustar rápidamente la velocidad

9. Ajuste "RELOJ": En el modo de espera, presione los botones "VELOCIDAD+" y "VELOCIDAD-" al mismo tiempo para ingresar el ajuste del reloj. Presione "VELOCIDAD+" "VELOCIDAD -" "INCLINACION+" "INCLINACION -" para ajustar la hora, presione el botón "MODO" para Pasar la hora y los minutos. Después de terminar la configuración, pulse "PROGRAMA" para confirmar.

PUESTA EN MARCHA RÁPIDA (MANUAL)

1. Abra el interruptor de encendido, conecte el extremo del imán del cordón de seguridad a la computadora.

2. Presione el botón "INICIO", el sistema contará hacia atrás 3 segundos, el zumbador hará el sonido y la ventana mostrará la velocidad, la caminadora arrancará a 1.0km / hora, después de 3 segundos.

3. Después de la puesta en marcha, puede utilizar los botones de velocidad hacia arriba o hacia abajo para aumentar o disminuir la velocidad, y utilizar la inclinación hacia arriba o hacia abajo para ajustar la inclinación de la pendiente.

EL FUNCIONAMIENTO DEL PROCESO DE EJERCICIO:

1. Pulse la velocidad hacia abajo reducirá la velocidad de carrera.
2. Pulse aceleración aumentará la velocidad de funcionamiento.
3. Pulse inclinación hacia abajo reducirá la sección de inclinación.

4. Pulse inclinación arriba aumentará la sección de inclinación.
5. Pulse el botón de acceso directo de velocidad se ajustará la velocidad de funcionamiento.
6. Pulsar el botón de atajo inclinación se ajustará la sección de inclinación.
7. Pulse el botón de parada se detendrá la máquina.
8. Sosteniendo sensor de pulso con ambas manos cerca de 5 segundos se mostrarán los datos de pulso.

MODO MANUAL:

1. Si no hace ningún ajuste y presiona el botón INICIO directamente, la caminadora comenzará a correr desde la velocidad de 1,0 km / h, inclinación 0. Los otros displays empezarán a contar en aumento por defecto, presione "VELOCIDAD+", VELOCIDAD- " para cambiar la velocidad, presione " INCLINACION + "," INCLINACION - "para variar la inclinación;
2. Configurar el tiempo, pulsar el botón "MODO" para entrar en la cuenta atrás del tiempo, la ventana TIEMPO mostrará "15:00" y brillará. Presione "VELOCIDAD +", "VELOCIDAD -", "INCLINACION +", "INCLINACION -" para configurar el tiempo que necesita. El rango de ajuste es 5: 00-99: 00.
3. En el modelo de ajuste de tiempo, presione el botón "MODO" para entrar en la cuenta atrás de la distancia, la ventana de DISTANCIA mostrará "1.0" y brillará. Presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-", "INCLINACION +", "INCLINACION -" para configurar la distancia que necesita. El rango de ajuste es de 0,5 a 99,9.
4. Para configurar la distancia, pulse el botón "MODO" para entrar en la cuenta regresiva de calorías, la ventana CAL mostrará "50" y brillante. Presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-", "INCLINACION +", "INCLINACION -" para configurar las calorías que necesita. El rango de ajuste es 10-999.
5. Para configurar las Calorías, presione el botón "MODO" para entrar en el modo de caminata, la ventana de velocidad muestra 3,0 km / h, la ventana de tiempo muestra "15:00" y brillo, pulse "INCLINACION+", "INCLINACION-", "VELOCIDAD + , "VELOCIDAD-" para ajustar el tiempo de funcionamiento, el rango es de 5: 00-99: 00 (en el modo de caminar, la velocidad es de 3,0 km / h, no se puede ajustar la velocidad y la inclinación)
6. Una vez finalizado el ajuste, presione el botón "INICIO" para arrancar, la cinta correrá después de 3 segundos, presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-", "INCLINACION +", "INCLINACION -" para ajustar la velocidad y la inclinación; Presione PARAR, la máquina para correr se detendrá.

PROGRAMAS PRE ESTABLECIDOS:

Hay 15 tipos de programa pre establecido desde P1-P15 para esta máquina.

En la situación inicial, presione el botón "PROGRAMA", la ventana DISTANCIA mostrará P1-P15. Elige tu programa favorito, al mismo tiempo, la ventana TIEMPO se ilumina. Muestra el tiempo de ajuste de avance 10: 00, presiona "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-", "INCLINACION +", "INCLINACION -" para configurar el tiempo de ejercicio deseado. Pulse el botón "INICIO" para iniciar el programa que ha seleccionado. El programa pre establecido se puede dividir en 10 secciones. El tiempo de cada sección = Tiempo total que ha establecido / 10. Durante la operación de cada sección, pueden presionar los botones VELOCIDAD e INCLINACION para ajustar la velocidad y la inclinación, pero la máquina se adaptará al parámetro que se haya ajustado al entrar en la siguiente sección. Cuando la caminadora termine un programa, el sistema hará 3 sonidos "B-B-B-" y se detendrá.

CUADRO DE EJERCICIO DEL PROGRAMA

		INTERVALO TIEMPO = AJUSTE TIEMPO / 10									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VELOCIDAD	3	3	5	5	7	7	5	5	3	3
	INCLINACION	1	1	2	2	2	3	3	2	1	1
P2	VELOCIDAD	10	3	5	7	3	7	5	7	5	3
	INCLINACION	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3
P3	VELOCIDAD	3	3	5	7	7	9	7	5	5	1
	INCLINACION	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4
P4	VELOCIDAD	3	5	3	7	1	5	7	5	3	1
	INCLINACION	2	3	3	2	2	3	3	3	4	0
P5	VELOCIDAD	5	5	5	7	9	11	9	7	7	5
	INCLINACION	3	3	3	4	4	5	5	5	5	2
P6	VELOCIDAD	3	5	9	11	7	12	9	11	5	3
	INCLINACION	3	5	5	5	4	4	4	3	4	2
P7	VELOCIDAD	3	7	9	11	9	9	9	7	5	5
	INCLINACION	4	4	4	4	3	3	6	6	8	3
P8	VELOCIDAD	5	5	9	9	11	5	11	11	5	3
	INCLINACION	4	5	5	5	6	6	6	7	10	3
P9	VELOCIDAD	2	5	5	8	8	4	6	3	3	2
	INCLINACION	5	5	5	6	6	6	4	4	8	2
P10	VELOCIDAD	2	3	4	6	7	5	5	6	7	3
	INCLINACION	5	6	6	6	7	5	8	8	5	3
P11	VELOCIDAD	3	4	5	9	5	9	5	5	6	3
	INCLINACION	3	6	5	3	5	3	5	5	4	2
P12	VELOCIDAD	1	2	3	10	7	7	10	5	4	3
	INCLINACION	2	5	5	3	5	5	3	3	6	2
P13	VELOCIDAD	1	1	3	5	5	5	9	3	1	1
	INCLINACION	5	5	8	8	8	3	3	7	8	0
P14	VELOCIDAD	3	4	7	3	4	6	3	4	5	3
	INCLINACION	2	4	4	4	4	2	3	3	1	0
P15	VELOCIDAD	2	3	5	5	7	7	7	6	4	3
	INCLINACION	3	3	5	5	5	5	2	2	1	0

PROGRAMA PERSONALIZADO:

Además de los 15 programas pre instalados, hay 3 programas personalizados del usuario: U1, U2, U3

1. Configuración del programa personalizado por el usuario: En la situación inicial, presione "PROGRAMA" continuamente hasta que vea U1, U2, U3 y la ventana TIEMPO" brillará, muestra la hora 15:00, presione "INCLINACION+", "INCLINACION-", "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-" para establecer el tiempo de ejercicio; Presione "MODO" para ajustar los datos del programa, ajuste el primer intervalo de tiempo, presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-" o presione el botón de atajo de velocidad para ajustar la velocidad; Presione "INCLINACION+", "INCLINACION-" o el botón de atajo para ajustar la inclinación; a continuación, pulse el botón "MODO" para terminar el primer intervalo de tiempo y entrar en el segundo intervalo de tiempo, hasta el final de 10 intervalo de tiempo. Los datos se mantendrán

hasta el siguiente ajuste, los datos no se perderán cuando apague el equipo.

2. Programa personalizado del usuario: Cuando la máquina esté esperando el funcionamiento, presione el botón "PROGRAMA" continuamente hasta U1, U2, U3, ajuste el tiempo de funcionamiento y luego presione "INICIAR" para iniciar la máquina.

3. Instrucción del programa personalizado del usuario: Cada programa se dividirá en 10 secciones de tiempo, establecer la velocidad y la inclinación en cada intervalo de tiempo, a continuación, presione "INICIO" para arrancar la máquina.

RANGO DE PROGRAMAS

	PROGRAMA	ORIGEN	RANGO DE AJUSTE	RANGO DEL DISPLAY
TIEMPO (MIN:SEGS)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00 - 99:59
INCLINACION(SECCION)	0	0	0-15	0-15
VELOCIDAD (KM/H)	0	1.0	1.0-16	0-16
DISTANCIA (KM)	0	1.0	0.5-99.9	0.00 - 99.9
PULSO(LATIDOS/MIN)	P	N/D	N/D	50-200
CALORIAS(THERM)	0	50	10-999	0 - 999

TESTER DEL CUERPO:

En el estado de inicio, presione "PROGRAMA" para ingresar al calculador de grasa corporal FAT, presione "MODO" e ingrese F-1, F-2, F-3, F-4, F-5, F-3 ALTURA, F-4 PESO, F-5 GRASA CORPORAL), Presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-" para ajustar F-1 - F4 (ver tabla siguiente), luego presione "MODO" para ajustar F-5, agarre el sensor de pulso, la ventana mostrará el índice de estado corporal después de 3 segundos. El objetivo es chequear la relación entre la altura y el peso. El programa FAT es compatible para cualquier hombre y mujer. E valor ideal FAT debe ser 20-25, si es menor de 19, significa demasiado delgado/a. Si es entre 25 y 29, significa sobrepeso, si es mayor de 30, significa obesidad. (Los datos son sólo para referencia, no pueden ser como datos médicos).

F-1	Sexo	01 Hombre	02 Mujer
F-2	Edad	10-----99	
F-3	Altura	100----200	
F-4	Peso	20-----150	
F-5	FAT	≤19	Debajo del peso
	FAT	=(20---25)	Peso normal
	FAT	=(26---29)	Sobre peso
	FAT	≥30	Obesidad

FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD:

Saque el cordón de seguridad, la caminadora parará inmediatamente. Todas las ventanas muestran "---", el zumbador hará 3 sonidos "B-B -", ahora caminadora debe ser parada. Conecte el extremo del imán del cordón de seguridad a la computadora, la caminadora estará lista para su funcionamiento.

FUNCION DE AHORRO DE ENERGIA:

El sistema está con la función de ahorro energético, en espera para el funcionamiento, si no hay ninguna operación, la función de ahorro de energía comenzará después de 10 minutos, la pantalla se apagará. Puede pulsar cualquier botón para activar la pantalla.

FUNCION MP3 (OPCIONAL, SI LA TUVIESE)

Cuando se enciende, y se conecta un dispositivo MP3 externo, la reproducción comenzará. El volumen es ajustable desde el equipo externo MP3, el volumen debe ajustarse en la sección apropiada para proteger el parlante de la computadora.

PRECAUCION:

1. Le recomendamos que mantenga una velocidad lenta al comienzo de una sesión y mantenga los pasamanos hasta que se sienta cómodo y familiarizado con la caminadora.
2. Conecte el extremo del imán de la cuerda de seguridad a la computadora y también adjunte el clip del cordón de seguridad a su ropa.
3. Para terminar su entrenamiento con seguridad, presione el botón de PAUSA o tire del cordón de seguridad, después la caminadora parará inmediatamente

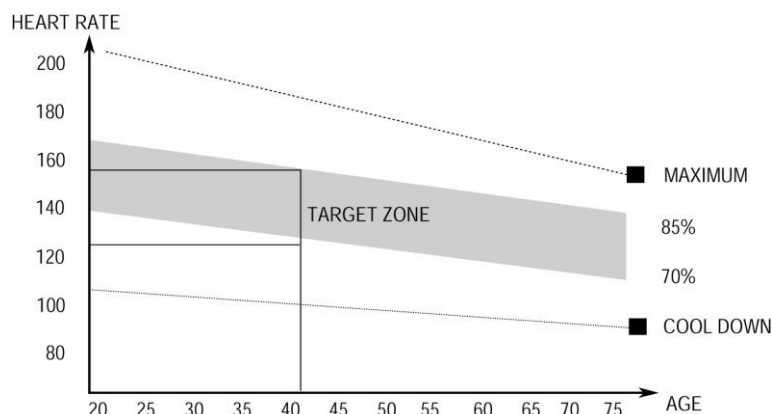
INSTRUCCIONES DE EJERCICIO

1. La fase de calentamiento

Esta etapa ayuda a que la sangre fluya alrededor del cuerpo y los músculos funcionen correctamente. También reducirá el riesgo de calambres y lesiones musculares. Es recomendable hacer algunos ejercicios de estiramiento como se muestra a continuación. Cada estiramiento debe mantenerse durante aproximadamente 30 segundos, no fuerce ni empuje los músculos en un estiramiento; si le duele, DETÉNGASE.

1. La fase de ejercicio

Esta es la etapa en la que se esfuerza. Después del uso regular, los músculos de las piernas se volverán más fuertes. Trabaja para ti, pero es muy importante mantener un ritmo constante en todo momento. El ritmo de trabajo debe ser suficiente para elevar los latidos de su corazón a la zona objetivo que se muestra en el gráfico a continuación..



Esta etapa debe durar un mínimo de 12 minutos, aunque la mayoría de las personas

3. la fase de enfriamiento

Esta etapa es para dejar que el sistema cardiovascular y los músculos se relajen. Esta es una repetición del ejercicio de calentamiento, por ej. reduce tu tempo, continúa por aproximadamente 5 minutos. Los ejercicios de estiramiento deben repetirse ahora, nuevamente, recuerde no forzar ni tirar de sus músculos para estirarlos.

A medida que te pongas en forma puedes necesitar entrenar más y más duro. Es recomendable entrenar al menos tres veces por semana y, si es posible, espaciar sus entrenamientos de manera uniforme durante toda la semana.

Para tonificar los músculos mientras está en su Cinta de correr, deberá tener la resistencia bastante alta. Esto pondrá más tensión en los músculos de las piernas y puede significar que no puede entrenar durante el tiempo que desee. Si también está tratando de mejorar su estado físico, necesita modificar su programa de entrenamiento. Debe entrenar normalmente durante las fases de calentamiento y enfriamiento, pero hacia el final de la fase de ejercicio debe aumentar la resistencia, haciendo que sus piernas trabajen más endurecidas de lo normal. Es posible que deba reducir su velocidad para mantener su ritmo cardíaco en la zona objetivo.

El factor importante aquí es la cantidad de esfuerzo que pone. Cuanto más duro y más tiempo trabaje, más calorías quemará. Efectivamente, esto es lo mismo que si estuviera entrenando para mejorar su estado físico, la diferencia es el objetivo..

INTRUCCIONES DE MANTENIMIENTO

CENTRADO DE LA BANDA Y TENSION DE AJUSTE

NO SOBREAJUSTE la banda para caminar. Esto puede reducir el rendimiento del motor y el desgaste excesivo del rodillo.

CENTRADE DE BANDA:

- Coloque la caminadora en una superficie nivelada
- Encienda cinta de correr a aproximadamente 5 kph
- Si la banda se ha desplazado hacia la derecha, gire el perno de ajuste derecho 1/2 vuelta hacia la derecha y el perno de ajuste izquierdo 1/2 vuelta hacia la izquierda
- Si la banda se ha desplazado hacia la izquierda, gire el perno de ajuste izquierdo 1/2 vuelta hacia la derecha y el perno de ajuste derecho 1/2 vuelta hacia la derecha y el perno de ajuste derecho 1/2 vuelta hacia la izquierda

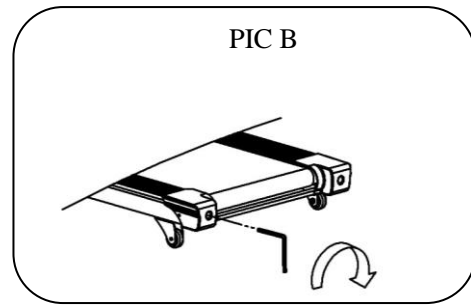
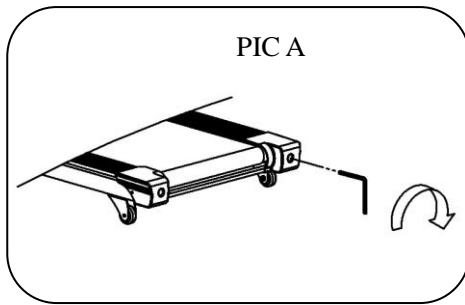


Imagen A Si las correas se han desplazado a la DERECHA

Imagen B Si las correas se han desplazado a la IZQUIERDA

ADVERTENCIA: SIEMPRE DESCONECTE LA MÁQUINA PARA CORRER DE LA SALIDA ELÉCTRICA ANTES DE LIMPIAR O REPARAR LA UNIDAD.

LIMPIEZA

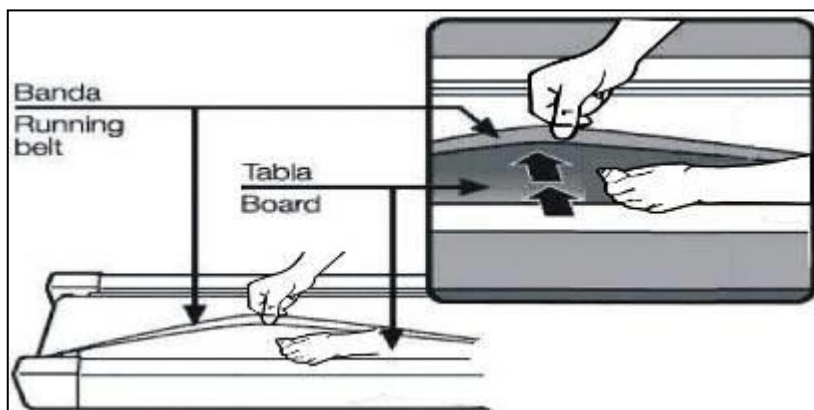
La limpieza general o la unidad prolongarán en gran medida la máquina para correr. Mantenga limpia la máquina para correr limpiando el polvo con regularidad. Asegúrese de limpiar la parte expuesta de la plataforma a ambos lados de la banda para caminar y también los rieles laterales. Esto reduce la acumulación de material extraño debajo de la banda para caminar.

La parte superior de la banda se puede limpiar con un paño húmedo y jabonoso. Tenga cuidado de mantener el líquido alejado del interior del bastidor motorizado de la máquina para correr o de debajo de la correa. Advertencia: Siempre desenchufe la máquina para correr de la toma de corriente eléctrica antes de quitar la cubierta del motor. Al menos una vez al año retire la cubierta del motor y pase la aspiradora debajo de la cubierta del motor.

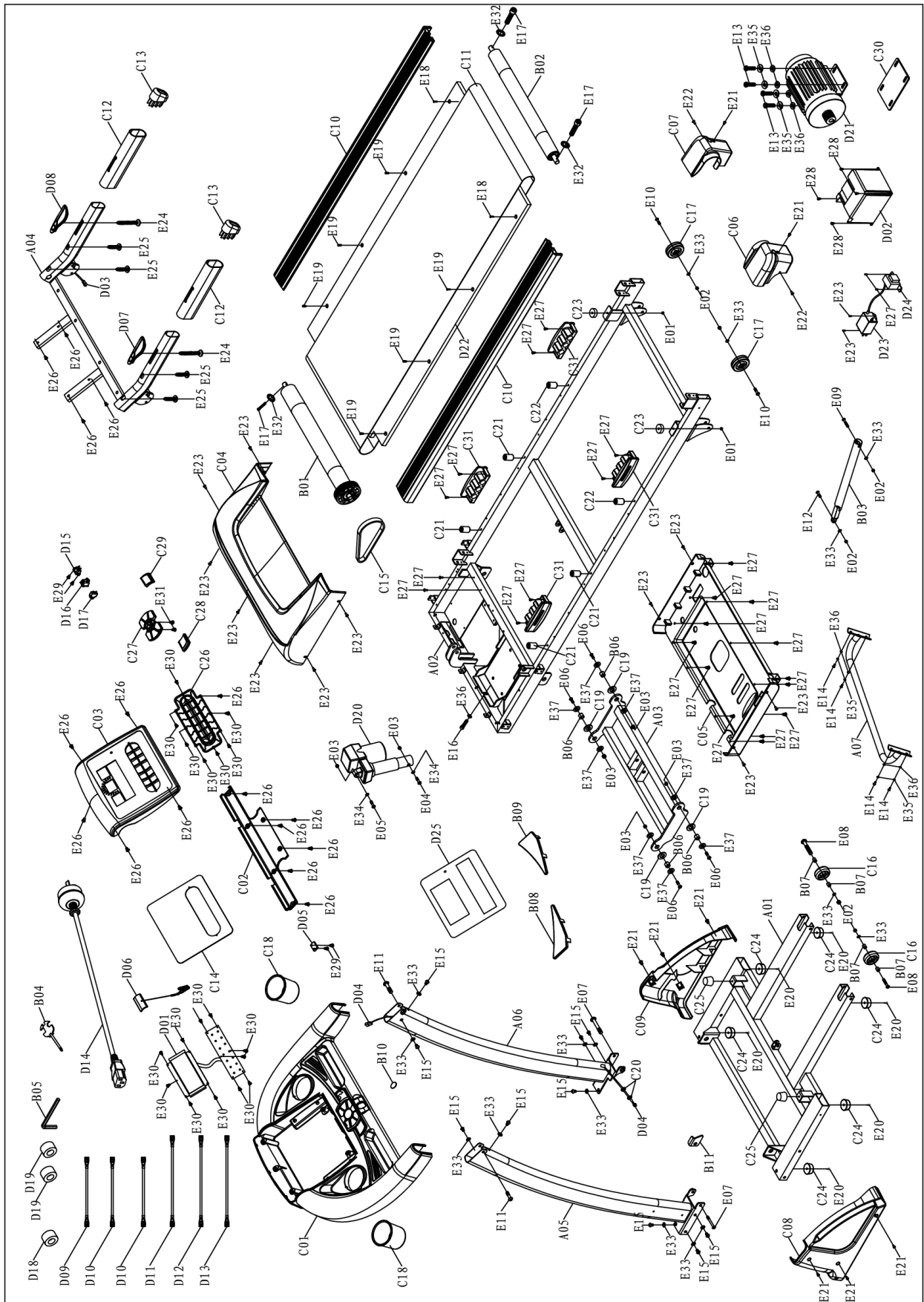
LUBRICACIÓN DE LA BANDA Y LA PLATAFORMA

Esta máquina para correr está equipada con un sistema de plataforma pre-lubricada y de bajo mantenimiento. La fricción de la banda / plataforma puede jugar un papel importante en la función y la vida útil de su máquina para correr, por lo que requiere una lubricación periódica. Recomendamos una inspección periódica de la cubierta.

Recomendamos la lubricación de la plataforma cada 12 horas de uso.



DIAGRAM



LISTADO DE PARTES

No.	Descripción	Especificación	Q'ty	No.	Descripción	Especificación	Q'ty
A01	MARCO BASE		1	C20	TAPON DE PROTECCION ANILLO		2
A02	ESTRUCTURA PRINCIPAL		1	C21	BUJE DE GOMA NEGRO		4
A03	MARCO DE INCLINACION		1	C22	BUJE DE GOMA AZUL		2
A04	MARCO DE LA COMPUTADORA		1	C23	BUJE DE GOMA AZUL		2
A05	TUBO DERECHO IZQUIERDO		1	C24	PISO DE PIE PLANO		6
A06	TUBO DERECHO DERECHO		1	C25	BUJE EN FORMA DE CONO		2
A07	TUBO DE CONEXION		1	C26	BOTON RAPIDO		1
B01	RODILLO DELANTERO		1	C27	BOTON DE FUNCION		1
B02	RODILLO TRASERO		1	C28	BOTON DE INICIO		1
B03	CILINDRO		1	C29	BOTON PARAR		1
B04	LLAVE CON DESTORNILLADOR	S=13, 14, 15	1	C30	BUJE DE GOMA DEL MOTOR		1
B05	LLAVE ALLEN 5#	5mm	1	C31	BUJE DE GOMA	OPCIONAL	4
B06	CASQUILLO		4	D01	PLACA MCB		1
B07	SOPORTE DE LA RUEDA DE TRANSPORTE		4	D02	INVERTER		1
B08	ALTAVO9Z IZQUIERO		1	D03	CABLE DE SEÑAL SUPERIOR		1
B09	ALTAVOZ DERECHO		1	D04	CABLE DE SEÑAL INFERIOR		1
B10	PLACA DE LA LLAVE DE SEGURIDAD		1	D05	SENSOR DE VELOCIDAD		1
B11	BLOQUEO DE SEGURIDAD		1	D06	LLAVE DE SEGURIDAD		1
C0 1	CUBIERTA SUPERIOR DE LA COMPUTADORA		1	D07	PULSO DE MANO CON INCLINACIÓN		1
C0	CUBIERTA INFERIOR DE LA COMPUTADORA		1	D08	PULSO A MANO CON VELOCIDAD		1

2							
C0 3	PANEL DE LA COMPUTADORA		1	D09	CABLE INDIVIDUAL	Blue L200	1
C0 4	CUBIERTA SUPERIOR DEL MOTOR		1	D10	CABLE INDIVIDUAL	Brown L200	2
C0 5	CUBIERTA INFERIOR DEL MOTRO		1	D11	CABLE INDIVIDUAL	Blue L350	1
C0 6	CUBIERTA DE EXTREMO IZQUIERDO		1	D12	CABLE INDIVIDUAL	Brown L350	1
C0 7	CUBIERTA DE EXTREMO DERECHO		1	D13	CABLE A TIERRA		1
C0 8	TAPA DE TUBO DERECHO IZQUIERDO		1	D14	CABLE DE ALIMENTACION		1
C0 9	TAPA DE TUBO DERECHO DERECHO		1	D15	TOMA CORRIENTE		1
C1 0	CARRIL LATERAL		2	D16	INTERRUPTOR CUADRADO		1
C1 1	BANDA DE RODAMIENTO		1	D17	PROTECCION DE SOBRE CORRIENTE		1
C1 2	ESPUMA		2	D18	ANILLO MAGNETICO		1
C1 3	TAPA		2	D19	NUCLEO MAGNETICO		1

C1 4	ACRILICO DE LA COMPUTADORA		1	D20	MOTOR DE INCLINACION		1
C1 5	CORREA DEL MOTOR		1	D21	MOTOR DE CORRIENTE ALTERNA		1
C1 6	RUEDA DE TRANSPORTE		2	D22	TABLA / BASE		1
C1 7	RUEDA AJUSTABLE		2	D23	FILTRO		1
C1 8	PORTA BOTELLA		2	D24	INDUCTANCIA		1
C1 9	BUJE PLASTICO		4	D25	DIBUJO DE LA COMPUTADORA		1
E01	PERNO	M6	2	E20	PERNO	M5*16	6
E02	PERNO	M8	6	E21	BOLT	M5*12	8
E03	PERNO	M10	6	E22	PERNO	M5*12	2
E04	PERNO	M10*90 L20	1	E23	PERNO	M5*8	13
E05	PERNO	M10*45 L20	1	E24	TORNILLO	ST4.2*55	2
E06	PERNO	M10*30 L15	4	E25	TORNILLO	ST4.2*30	4
E07	PERNO	M8*80 L20	2	E26	TORNILLO	ST4.2*12	15
E08	PERNO	M8*70 L20	2	E27	TORNILLO	ST4.2*12	25
E09	PERNO	M8*45 L20	1	E28	TORNILLO	ST3.5*13	4
E10	PERNO	M8*40 L20	2	E29	TORNILLO	ST2.9*8	4

E11	PERNO	M8*38 L20	2	E30	TORNILLO	ST2.9*6.0	19
E12	PERNO	M8*30 L15	1	E31	TORNILLO	ST2.5*6.0	2
E13	PERNO	M8*30	4	E32	ARANDELA	6	3
E14	PERNO	M8*25 L15	4	E33	ARANDELA	8	16
E15	PERNO	M8*15	10	E34	ARANDELA	10	2
E16	PERNO	M8*60	1	E35	ARANDELA	8	8
E17	PERNO	M6*55	3	E36	ARANDELA PLANA	8	9
E18	PERNO	M6*35	2	E37	ARANDEL AGRANDE	φ10*φ26*2.0	8
E19	PERNO	M6*25	6				

GUIA DE RESOLUCION DE PROBLEMAS

1. No hay visualización en la pantalla después de que la máquina esté conectada a la fuente de alimentación:

a: Por favor verifique el botón de sobrecarga, si el botón del protector de sobrecarga rebota, presione este botón;

b: Asegúrese de que la fuente de alimentación, el protector de sobrecarga, el controlador y el transformador estén bien conectados;

c: Asegúrese de que el cable del controlador a la placa de la computadora esté bien conectado.

d: compruebe el transformador, si es incorrecto, cambie uno nuevo;

2. Pantalla E01: fallo de la señal de la placa de la computadora al conductor

a: Verifique el cable desde la unidad a la placa de la computadora. Si el cable está roto, cambie uno nuevo.

b: Por favor verifique las partes electrónicas en el tablero de la computadora, si está mal, cambie una nueva;

c: cambiar un nuevo transformador;

3. Pantalla E02: protección contra explosiones o problema del motor

a: Por favor verifique el cable del motor, conecte bien el cable; Si esto no es un problema con la conexión del cable, cambie un nuevo motor.

b: Por favor, hay un mal olor de la placa de control, si el IGBT está en cortocircuito, cambie un nuevo controlador;

c: Asegúrese de que el voltaje esté en condiciones normales.

4. Pantalla.E03: Sin señal.

a: Si se muestra el E03 después del inicio de 5 a 8 segundos, este es el fallo de signa, compruebe que la conexión del sensor esté bien. Si no está bien conectada, vuelva a conectarlo. Si el sensor no funciona bien, cambiar un nuevo sensor;

b: la señal en el tablero de control es incorrecta, cambie un nuevo controlador;

5. Pantalla E04 o E06: el fallo de inclinación

R: Por favor, compruebe que el cable de señal del motor de inclinación esté bien conectado;

b: Compruebe que la línea de CA del motor de inclinación esté conectada a la ranura derecha;

c: Compruebe el cable del motor de inclinación, cambie un cable nuevo o un motor de inclinación nuevo.

d: Por favor, cambie un nuevo controlador;

e: Si los cables están bien conectados, reinicie el botón en el controlador y comience de nuevo.

6. Pantalla E05: protección contra sobrecarga de corriente

a: Puede ser que la corriente sea demasiado fuerte, el sistema se proteja solo, reinicie la máquina.

b: Puede ser que una parte de la máquina esté bloqueada y ocasione un problema en el motor, agregue el aceite a la máquina y reinicie.

c: Por favor verifique si hay mal olor del motor, si lo hay, cambie un motor nuevo;

d: compruebe si hay mal olor del conductor, si existe, cambie un controlador nuevo;

7. No se puede iniciar la máquina: después de presionar el botón de inicio, el tiempo está contando, pero el motor no puede funcionar y no se muestra ningún número de error en la pantalla.

a: Por favor, compruebe que el cable en el motor está bien conectado;

b: Por favor, el tubo de seguridad en el conductor, si está roto, cambie uno nuevo.

c: Verifique el IGBT en el controlador, si está roto, cambie un nuevo IGBT o un nuevo controlador.