



Běžecský pás MASTER[®] F22 MAS-F22



Návod na použití



Tento výrobek má vysoký odběr el. proudu, nezapojujte jej proto do stejné zásuvky jako ostatní domácí spotřebiče s větším odběrem, jako je například klimatizace atd. Ujistěte se, že jistič je na **10 A**. Jednu zásuvku použijte k napájení pouze tohoto stroje!

Skutečný vzhled výrobku se může odlišovat od vyobrazení na grafických materiálech.

1. Důležité bezpečnostní pokyny

VAROVÁNÍ: Chcete-li snížit riziko vážného zranění, před použitím výrobku si přečtěte všechna důležitá bezpečnostní opatření a pokyny v tomto návodu, a všechna varování umístěná na běžeckém pásu. Neneseme žádnou odpovědnost za újmy na zdraví nebo majetku při používání tohoto výrobku.

1. Před zahájením tohoto či jiného cvičebního programu se poraďte se svým lékařem. To je důležité zejména pro osoby starší 35 let nebo osoby se zdravotními problémy.
2. Je povinností majitele výrobku zajistit, aby všichni uživatelé byli dostatečně informováni o všech bezpečnostních pokynech.
3. Používejte běžecký pás způsobem popsáním v tomto návodu.
4. Umístěte pás na rovnou a pevnou podlahu. Za strojem musí být volný prostor minimálně 2,4 m a 0,6 m po stranách. Neumísťujte pás na místa, která by blokovala přísun vzduchu. Pro ochranu koberce či podlahy použijte pod pás podložku.
5. Nepokládejte pás na koberec s vysokým chlupem. Může dojít k poškození jak koberce tak stroje.
6. Používejte výrobek pouze v interiéru, zabraňte styku s vlhkostí a nadměrnou prašností. Neumísťujte pás do garáže, na kryté terasy, nebo k vodě.
7. Nepoužívejte pás tam, kde se používají aerosolové výrobky nebo, pokud je v místnosti nedostatek kyslíku. Jiskry z motoru mohou zapálit vysoce hořlavé produkty.
8. Udržujte děti mladší 12 let a domácí zvířata v bezpečné vzdálenosti od běžeckého pásu.
9. Najednou může na pásu cvičit pouze 1 osoba.
10. Používejte vhodný sportovní oděv. Nenoste volné oblečení, které by se mohlo zachytit v běžeckém pásu. Vždy noste sportovní obuv; na běžecký pás nevstupujte naboso, v punčochách nebo sandálech.
11. Pás zapojte do zásuvky s napětím 220-240 V (50/60Hz), s uzemněním. Informace o napětí jsou uvedeny na štítku stroje. Žádné jiné zařízení by nemělo být napojeno na stejném okruhu. Použijte pojistku 10A.
12. Pokud potřebujete použít prodlužovací kabel, použijte pouze 3-kolíkový 230V/15 A, který není delší než 2 m.
13. Nenechávejte kabel u horkých ploch.
14. Nikdy nepohybujte běžeckou plochou, když je vypnuto napájení. Nepoužívejte výrobek, pokud je napájecí kabel nebo zástrčka poškozena, nebo v případě, že nefunguje správně.
15. Před použitím pásu si přečtěte a vyzkoušejte funkci bezpečnostního klíče.
16. Běžecký pás nikdy nespouštějte, když stojíte na běžecké ploše. Při použití pásu se vždy držte rukojetí.
17. Měňte rychlost pozvolna, aby nedocházelo k náhlým změnám rychlosti.

18. Spuštěný běžecký pás nikdy nenechávejte bez dozoru. Po každém cvičení vždy vyjměte bezpečnostní klíč, vypínač přepněte do polohy 0 /OFF – vypnuto a odpojte napájecí kabel ze zásuvky.
19. Senzor tepové frekvence neslouží k lékařským účelům. Mnoho vnějších vlivů může ovlivnit výsledky měření. Tyto výsledky jsou pouze orientační.
20. Nepokoušejte se zvednout, položit nebo přemísťovat stroj, dokud není správně sestaven. Musíte být schopni bezpečně zvednout 20 kg, abyste mohli s pásem pohybovat.
21. Při skládání nebo přemísťování trenažéru se ujistěte, že je zajišťovací kolík ve správné poloze.
22. Neměňte sklon běžeckého trenažéru umístěním předmětů pod výrobek.
23. Pravidelně kontrolujte a bezpečně utahujte všechny části běžeckého pásu.
24. Nikdy neházejte ani nevkládejte předměty do žádného otvoru na běžeckém pásu.
25. **NEBEZPEČÍ:** vždy odpojte napájecí kabel ihned po použití, před čištěním či údržbou, která je popsána v tomto návodu. Nikdy nesundávejte kryt motoru, pokud k tomu nedostanete pokyn od servisního technika. Údržbu, která není popsána v tomto návodu, může provádět pouze autorizovaný servis prodejce.
26. Tento běžecký pás je určen pouze pro domácí použití ke krátkodobému zatížení. Nemůže být použit ke komerčním účelům nebo pronájmu.
27. **VAROVÁNÍ:** Je-li napájecí kabel poškozen, musí být vyměněn servisním technikem nebo podobně kvalifikovanou osobou. Tento stroj není určen pro používání osobami (včetně dětí) se sníženými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi, nebo s nedostatkem zkušeností, pokud nejsou pod dohledem odpovědné osoby. Děti musí být pod dohledem odpovědné osoby, aby si na stroji nehrály.
28. Provozní teplota stroje je 5 až 40°C. V případě, že byl běžecký pás vystaven nízké teplotě, nechejte jej před zapnutím nejdříve zahřát na pokojovou teplotu. Může dojít k poškození computeru nebo jiné elektrické součástky.
29. Maximální nosnost stroje je 120 kg.

1.1 Důležité elektrické informace

VAROVÁNÍ!

- **NIKDY** nepoužívejte pro tento stroj zásuvku s proudovým chráničem RCD - Residual Current Device (americká verze = GFCI). Proudový chránič RCD/GFCI bude přístroje s velkým motorem od jejich chráněného elektrického obvodu odpojovat. Hlavní kabel vedte mimo pohyblivé části stroje, včetně zdvihacího mechanismu a transportních koleček.
- **NIKDY** neodstraňujte žádný kryt, aniž byste přístroj předtím nevypojili ze zásuvky.

1.2 Důležité provozní informace

- Změny v rychlosti neprobíhají okamžitě. Nastavte si požadovanou rychlost na computeru. Computer bude měnit rychlost postupně.
- Buďte opatrní, pokud při běhání na pásu provádíte i jiné činnosti, jako je např. sledování televize, čtení apod. Může to způsobit ztrátu rovnováhy a následné zranění.
- Abyste zamezili ztrátě rovnováhy, NIKDY nenastupujte či nevystupujte z pohybujícího se pásu. Pohyb pásu začíná na velmi nízké rychlosti, což zjednodušuje nástup na pás.
- Při manipulaci s computerem, se přidržujte rukojetí.
- Tento stroj je dodáván s bezpečnostním klíčem. Vyjmutí bezpečnostního klíče má za následek okamžité zastavení pásu a vypnutí stroje. Abyste mohli pokračovat v tréninku, bezpečnostní klíč připevněte zpět.
- Nevývíjejte na tlačítka computeru nadměrný tlak. K ovládání computeru stačí lehký stisk tlačítka.

2. POPIS STROJE

Pomocí tohoto běžeckého pásu můžete zlepšit svou fyzickou kondici. Výrobek nezabírá mnoho prostoru a může být jednoduše složen.

Rozmezí rychlosti: 1.0-16km/h

Automatický zdvih : 0-16%

Programy: 25 přednastavených programů (P1-P25)

Left upright-levá tyč

Power switch- vypínač

Console display - computer

Heart rate -měřič tepové
frekvence

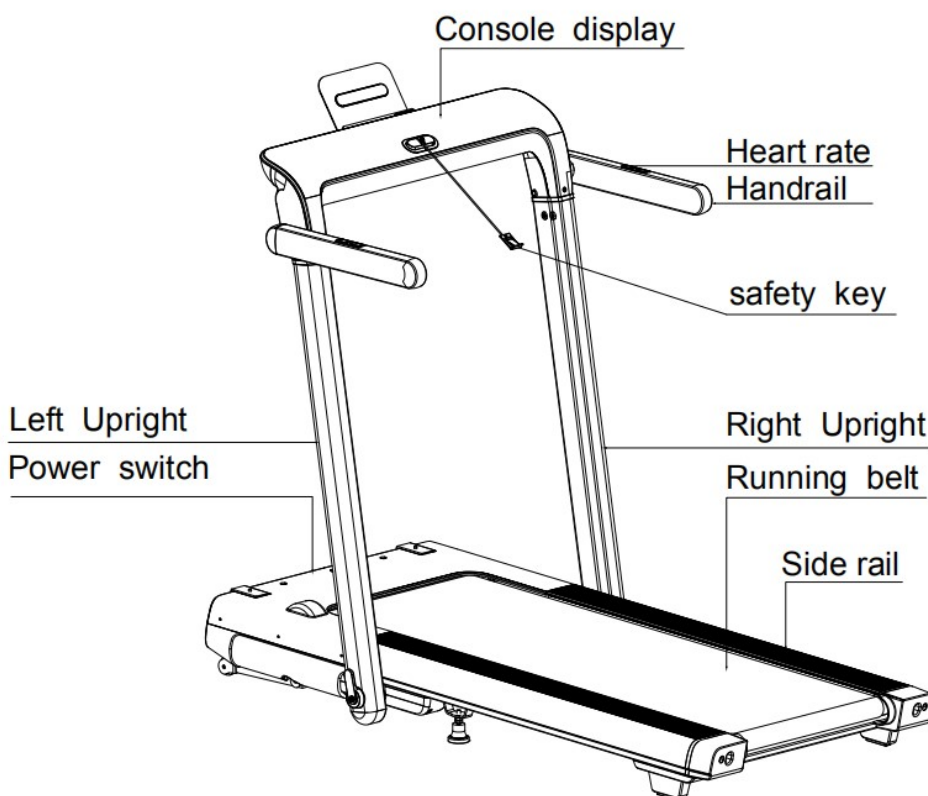
Handrail-rukojeť

Safety key-bezpečnostní klíč

Right upright- pravá tyč

Running belt- běžecká plocha

Side rail - boční stup



3. Computer

3.1 Tlačítka computeru



(1) MODE

Zapněte pás, zmáčknete pro výběr přednastavených program P1-P25. Zmáčknete CLEAR/SET pro opuštění.

(2) CLEAR/SET

Zapněte pás, zmáčknete pro výběr času, vzdálenosti, kalorií při odpočtu u cvičení. Při běhu můžete vynulovat čas, vzdálenost a kalorie.

(3) START/STOP

Zapněte pás, zmáčknete tlačítko START pro začátek cvičení. Když běžíte, zmáčknete tlačítko STOP pro zastavení a načtení běhu.

(4) SPEED +

Při běhu, zmáčknete tlačítko pro zvýšení rychlosti po 0,1 km/hod. Podržte tlačítko pro rychlejší zvyšování.

(5) SPEED –

Při běhu, zmáčknete tlačítko pro snížení rychlosti po 0,1 km/hod. Podržte tlačítko pro rychlejší snižování.

(6) QUICK SPEED – rychlotlačítka rychlosti

Rychlost 3,6,9, když běžíte, zmáčknete tlačítka pro výběr rychlosti.

(7) INCLINE + (zdvih +)

Zmáčkněte pro zvýšení sklonu o jeden stupeň. Podržením tlačítka zvýšíte sklon rychleji.

(8) INCLINE – (zdvih -)

Zmáčkněte pro snížení sklonu o jeden stupeň. Podržením tlačítka snížíte sklon rychleji.

(9) QUICK INCLINE – rychlotlačítka zdvihu

Sklon 3,6.9 můžete měnit sklon během cvičení.

(10) STEP - kroky

Zobrazí počet kroků při cvičení.

Funkce běžeckého pásu

1. Count-down training (odpočet): Zapněte stroj, stiskněte CLEAR/SET, zvolte funkci odpočtu času - TIME count-down training nebo funkci odpočtu vzdálenosti - DISTANCE count-down training či odpočtu kalorií - CALORIE count-down training. Stiskněte CLEAR/SET pro potvrzení výběru.
2. TIME count-down training: Zapněte stroj, stiskněte CLEAR/SET, na displeji bude blikat TIME a ukazovat čas 30:00. Pomocí tlačítek SPEED+,- nastavte čas v rozmezí 5-99 minut. Stiskněte START/STOP. Běžecký pás se spustí s počáteční rychlostí 1.0km/h. Rychlost nastavte pomocí tlačítek SPEED+,-. Pás se zastaví, jakmile odpočet dojde na 00:00.
3. DISTANCE count-down training: Zapněte stroj, dvakrát stiskněte CLEAR/SET. Na displeji bude blikat hodnota pro vzdálenost a ukazovat 1.0km. Stisknutím tlačítek SPEED+,- navolíte vzdálenost v rozmezí 1.0-9.0km. Stiskněte START/STOP. Běžecký pás se spustí s počáteční rychlostí 1.0km/h. Rychlost nastavte pomocí tlačítek SPEED+,-. Pás se zastaví, jakmile odpočet dojde na 00:00.
4. CALORIE count-down training: Zapněte stroj, třikrát stiskněte CLEAR/SET. Na displeji bude blikat hodnota pro kalorie a ukazovat 50CAL. Tlačítka SPEED+,- navolíte hodnotu v rozmezí 10-990CAL. Běžecký pás se spustí s počáteční rychlostí 1.0km/h. Rychlost nastavte pomocí tlačítek SPEED+,-. Pás se zastaví, jakmile odpočet dojde na 00:00.

3.2 Začátek cvičení

Stroj zapnete zapojením do zásuvky a zapnutím vypínače, který je umístěn zepředu pásu pod motorem. Ujistěte se, že jste si připili na oděv bezpečnostní klíč. Pokud klíč nebude připnutý, pás se nerozběhne. Jakmile je pás zapnut, všechny okna na displeji se na krátký čas rozsvítí.

3.3 Self-Check/ Kalibrace pásu

Před prvním použitím je nutné, abyste spustili kontrolu pásu.

- Vyjměte bezpečnostní klíč, stiskněte a podržte *CLEAR/SET* a vložte bezpečnostní klíč. Pás se přepne do režimu *self-check*. Stiskněte dvakrát *START/STOP*, abyste program spustili. Stroj přejde do pohotovostního režimu po provedení kontroly.
- Upozornění: Na stroji v průběhu kontroly nestůjte.

3.4 Funkce rychlého startu

1. Stiskněte tlačítko *START/STOP*. Pás se rozjede rychlostí 1.0 km/hr. Nastavte požadovanou rychlost použitím tlačítek '+' a '-'. Rychlost můžete nastavit také pomocí tlačítek 3, 6 and 9 a tlačítek na madlech.
2. Rychlost snížíte podržením tlačítka 'speed -' či tlačítka 3, 6, 9.
3. Pokud je pás spuštěný, stiskněte *START/STOP*. Pás začne zpomalovat až do úplného zastavení.
4. Pokud je pás spuštěný, stiskněte *CLEAR/SET*, abyste vymazali uložené hodnoty.

3.5 Funkce sklonu

- Nastavení sklonu můžete upravovat v průběhu chodu běžeckého pásu.
- Po vyjmutí bezpečnostního klíče zůstane sklon v navolené úrovni, nevrátí se na 0.
- Sklon vrátíte na nulu, pokud pás znovu spustíte.

3.6 Funkce měření tepové frekvence

Oběma rukama pevně uchopte senzory umístěné na madlech. Pás začne měřit vaši tepovou frekvenci a zobrazí naměřenou hodnotu během 15 sekund. Je nutné, abyste senzory uchopili oběma rukama.

3.7 Funkce měření spálených kalorií

Funkce zobrazuje množství spálených kalorií během tréninku.

Poznámka: Naměřené hodnoty jsou pouze orientační, nemohou být použity k lékařským účelům.

3.8 Složení a rozložení pásu

3.8.1 Složení

Zvedejte spodní část pásu, dokud neuslyšíte cvaknutí. Dojde k zamknutí skládacího systému. Spodní část pásu se tak nemůže znovu rozložit.

3.8.2 Rozložení

Výrobek umístěte do prostoru, zatlačte na složenou spodní část pásu, dokud neuslyšíte cvaknutí, tím dojde k odemknutí skládacího systému a vy můžete pás rozložit. Odstupte minimálně 1,5 m od pásu a nechte spodní část samovolně rozložit.

3.8.3 Přemístění pásu

Pás opatrně zvedněte a pomocí transportních koleček pás přemístěte.

3.9 Nastavení programů

Každý program má stanovenou maximální rychlost, která se zobrazí na displeji po zvolení programu.

Aktuální rychlost se zobrazí na displeji. Každý program nabízí různé změny rychlosti.

3.10 Výběr programu

- Zapněte pás, stiskněte tlačítko *MODE*, vyberte program a stiskněte *START/STOP*. Program bude spuštěn.
- Na displeji se zobrazí maximální rychlost zvoleného programu.
- Každou minut se změní rychlost podle nastavení programu. Rychlost můžete změnit i manuálně. 3 sekundy před koncem programu se ozve zvuková signalizace a pás začne zpomalovat.

4. ÚDRŽBA

Je třeba provádět údržbu pro prodloužení životnosti vašeho pásu. Pás a běžeckou plochu udržujte v čistotě.

UPOZORNĚNÍ: STAV DESKY BĚŽECKÉ PLOCHY HRAJE HLAVNÍ ROLI VE FUNKCI A ŽIVOTNOSTI VAŠEHO PÁSU. Z TOHOTO DŮVODU DOPORUČUJEME DESKU PRAVIDELNĚ MAZAT. POKUD NEBUDETE PÁS MAZAT, MŮŽE DOJÍT K POŠKOZENÍ PÁSU. TAKTO ZPŮSOBENÉ POŠKOZENÍ NENÍ KRYTO ZÁRUČNÍ LHŮTOU.

UPOZORNĚNÍ: PŘED ÚDRŽBOU ODPOJTE PÁS ZE ZÁSUVKY EL. NAPĚTÍ.

UPOZORNĚNÍ: PŘED SLOŽENÍM MUSÍ BÝT PÁS ZASTAVENÝ.

4.1 Hlavní čištění

- Pomocí měkkého, vlhkého hadříku otřete rohy pásu a plochu mezi rohy pásu a rámem. Vrchní část pásu můžete omývat vodou smíchanou s jemným mýdlem pomocí kartáče. Toto čištění provádějte jednou měsíčně. Před použitím pás nechejte důkladně vyschnout.
- Nejméně jednou měsíčně vyluxujte plochu pod pásem, abyste zamezili vzniku nánosu prachu. Jednou ročně odstraňte kryt motoru a očistěte prach a nečistoty usazené na motoru.

4.2 Hlavní péče

- Zkontrolujte všechny části stroje před použitím.

- Pokud jsou jakékoliv části poškozeny, ihned je vyměňte.
- Nikdy nepoužívejte pás, pokud je jeho část poškozena. Pokud zjistíte poškození výrobku, kontaktujte servisního technika.

DOPORUČUJEME POD PÁS UMÍSTIT PODLOŽKU POD FITNESS STROJE. HROZÍ RIZIKO POŠKOZENÍ PODLAHOVÝCH KRYTIN OLEJEM.

4.3 Mazání pásu/desky/koleček

Výrobek byste měli namazat přibližně po 40 hodinách provozu. Doporučujeme mazat desku podle tohoto postupu:

Občasné používání (méně než 3 hodiny týdně) – každých 6 měsíců

Střední používání (3-5 hodin týdně) – každé 3 měsíce

Časté používání (více než 5 hodin týdně) – každých 6-8 týdnů.

Postup mazání:

- Použijte měkkou, suchou hadrku očištění plochy mezi pásem a deskou.
- Olej rovnoměrně rozetřete po vnitřní ploše pásu a desky (ujistěte se, že stroj je vypnutý a vytáhnutý ze zásuvky).
- Pravidelně promazávejte přední a zadní válec pásu..

Pokud pás, desku a válce udržujete v čistotě, není nutné výrobek znovu promazávat dříve než po 1200 hodinách provozu.

4.4 Jak zkontrolovat, že běžecká plocha je správně namazaná?

1. Odpojte pás ze zásuvky el. napětí.
2. Složte pás do skladovací pozice.
3. Dotkněte se spodní strany běžecké plochy.

Pokud je plocha hladká, když se ji dotknete, pak ji není třeba mazat.

Pokud je plocha na dotek suchá, použijte silikonový olej pro namazání

Doporučujeme použít silikonový olej ve spreji.

4.5 Seřízení pásu

Správné napnutí je důležité, aby mohl pás fungovat správně. Nastavení se musí dělat z pravého a levého

zadního kolečka, pomocí imbusového klíče, který je součástí balení. Nastavovací šroub je umístěn na konci nožních stupů jak je ukázáno na obrázku níže:



Upozornění: Nastavení se provádí přes malý držák na krytkách.

Dotáhněte zadní kolečko pouze pro prevenci proklouznutí na předním kolečku. Otočte oběma – pravým i levým šroubem ve směru hodinových ručiček a zkontrolujte správné napnutí pásu.

NEPŘETAHUJTE JEJ – přetažení může způsobit poškození pásu a následné poškození ložisek.

4.6 Nastavení pásu do středu

Tento pás je vyroben tak, aby běžecský pás byl ve středu. Je normální pro nějaké pásy, že utíkají do jedné strany, pokud pás běží bez běžce. Po několika minutách použití, pás musí mít tendenci jít do středu. Pokud během použití, se pás stále pohybuje do strany, je třeba jej nastavit. Následujte tento postup:

- ▲ Nejdříve nastavte rychlost na nejnižší úroveň
- ▲ Pak zkontrolujte, do které strany pás ubíhá

Pokud pás ubíhá doprava, dotáhněte pravý šroub a uvolněte levý šroub pomocí 6 mm imbusového klíče, dokud nebude pás v centru. Pokud pás ubíhá doleva, dotáhněte levý šroub a povolte pravý šroub pomocí 6mm imbusového klíče, dokud není pás ve středu. Pokud pás nastavujete imbusovým klíčem, je důležité, abyste nastavovali v intervalu poloviny otočení. Přetažení pásu může způsobit poškození.

5. PROBLÉMY

Tento pás je konstruován tak, aby se v případě přetížení automaticky vypnul. Sníží se tak riziko úrazu a poškození výrobku (např. motoru).

V případě, že pás nepracuje správně, jednoduše vypněte spínač, počkejte jednu minutu a pás znovu zapněte.

Pokud pás ani pak nefunguje správně, spusťte Self Check/kalibraci pásu. Na displeji se zobrazí kód poruchy

**Před prováděním údržby pás vytáhněte ze zásuvky elektrické energie!
Nepoužívejte prodlužovací kabely, může dojít k poklesu napájení a tím k poškození výrobku.**

5.1 Chybové hlášení

Seznam chybových hlášení			
Kód	Důvod	Poškozené části	Řešení
E0	Není vložen bezpečnostní klíč	Bezpečnostní klíč	Vložte bezpečnostní klíč
E2	Běžecská plocha nejede hladce	Mazání pásu	Přidejte prosím silikonový olej
E4	Špatné spojení motoru nebo motor shořel	Motor	Kabel motoru není dobře spojen, nebo vyměňte motor
E5	Špatné spojení propojovacího kabelu	Propojovací kabel	Vyměňte kabel
E6	Ztráta výkonu	Kontrolní jednotka	Vyměňte kontrolní jednotku
E7	Výstupní napětí je nad provozním napětím bezpečnostního systému	Napájení	Ujistěte se, že napětí je mezi AC180V-AC250V
ERR	Chyba zdvihu	Systém zdvihu	Zkontrolujte zapojení zdvihového motoru a proveďte self-checking

6. CVIČEBNÍ INSTRUKCE

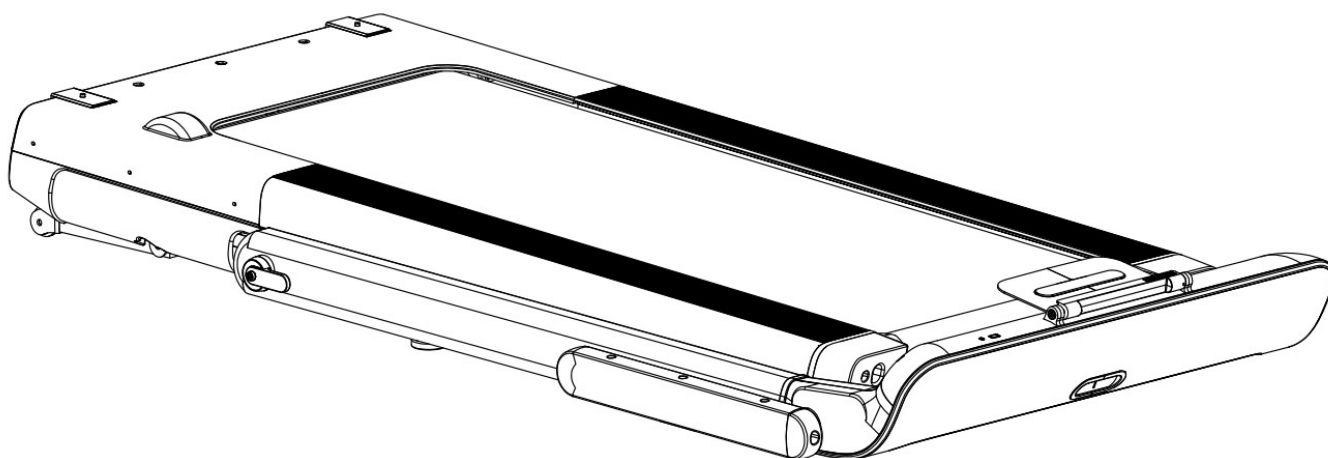
UPOZORNĚNÍ: před začátkem jakéhokoliv cvičení konzultujte váš zdravotní stav se svým lékařem. Toto je důležité hlavně pro osoby starší 35 let nebo pro osoby s existujícími zdravotními problémy.

Hodnota tepové frekvence není určena pro lékařské účely. Různé faktory, jako jsou pohyb po pásu, mohou způsobit chyby při přenosu hodnot. Hodnota tepové frekvence slouží pro srovnání tepové frekvence jednoho uživatele v čase.

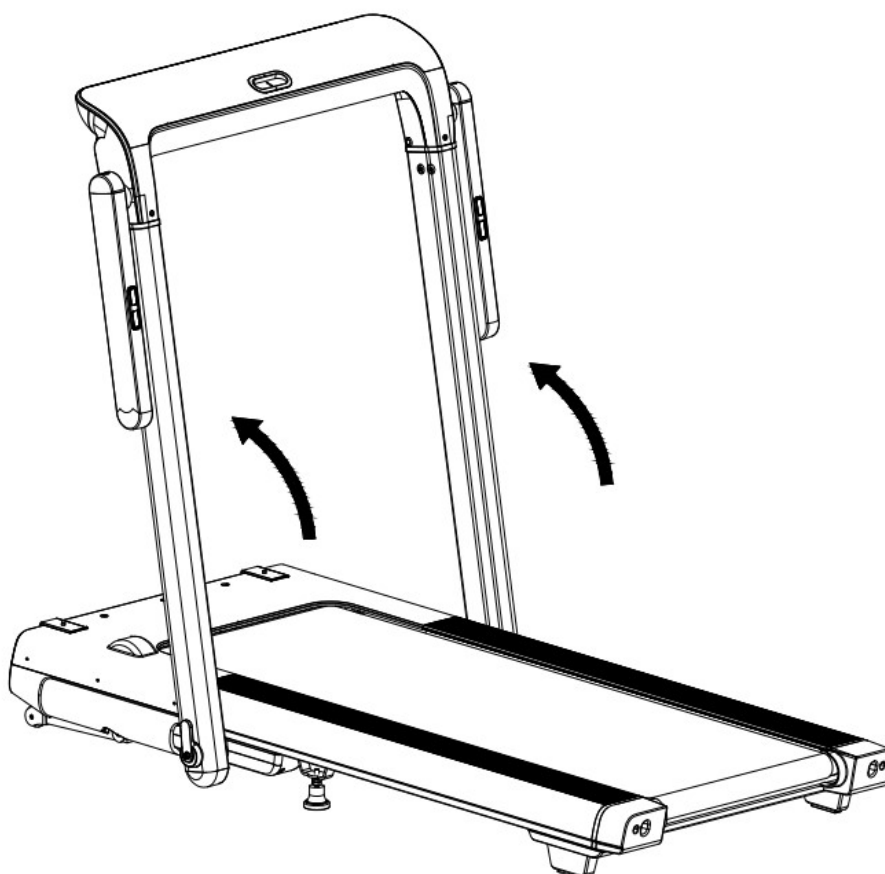
Schopnost vašeho srdce a plic a jak účinně je kyslík rozváděn krví do svalů, to jsou důležité faktory vaší výkonnosti. Funkce vašich svalů je závislá na kyslíku, který dodává energii pro denní aktivity – nazývána aerobní aktivitou. Když jste fit, vaše srdce nemusí pracovat tak těžce.

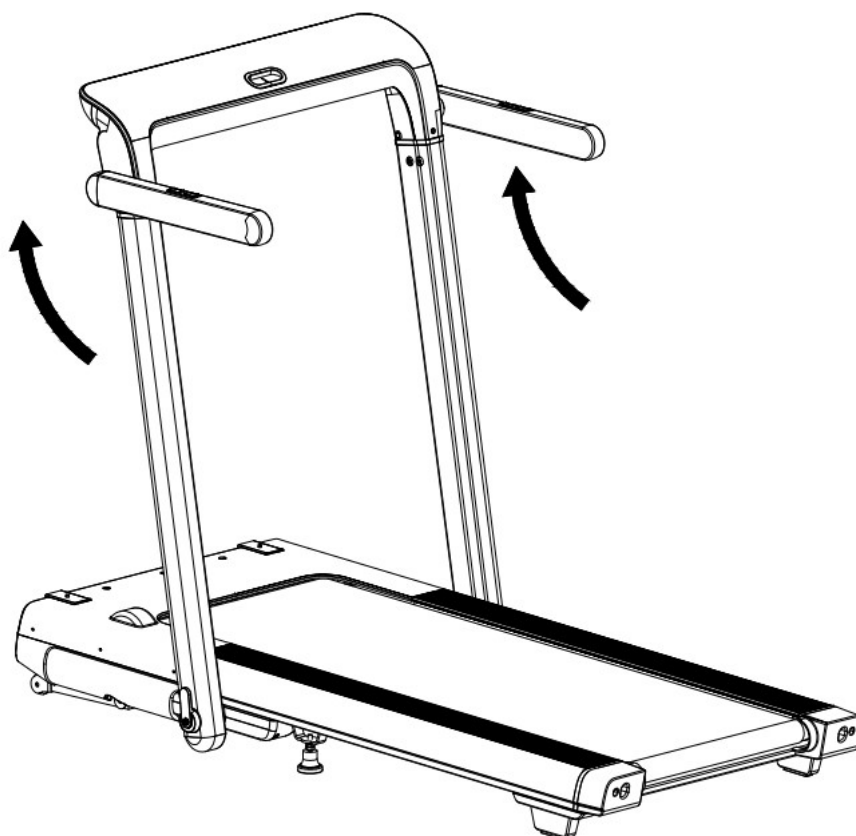
7. Složení pásu

Krok 1

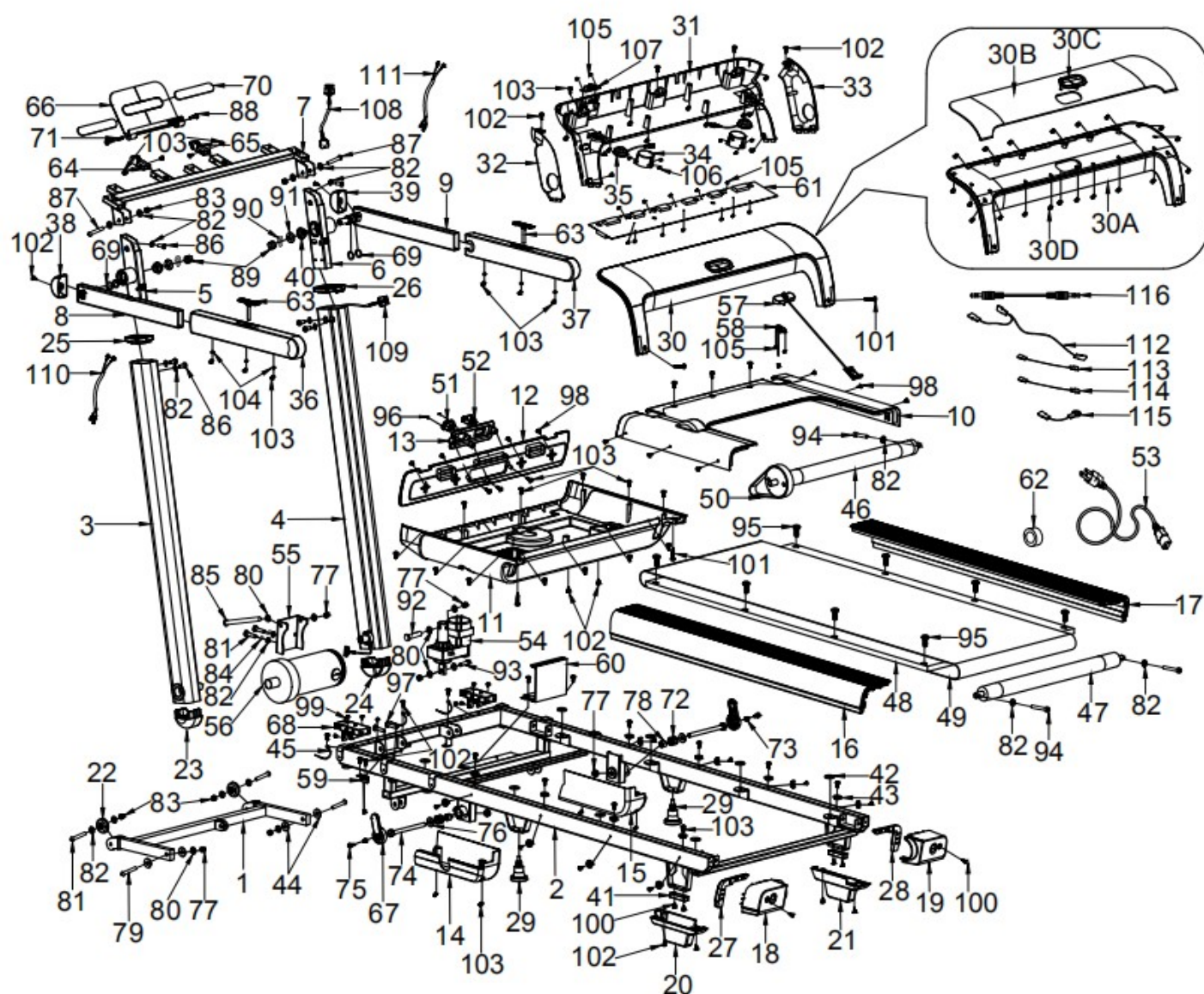


Krok 2



Krok 3**Krok 4**

8. Nákres a seznam částí



Č..	Popis	Mn.
01	Rám zdvihu	1
02	Rám	1
03	Levá podpěra spodní	1
04	Pravá podpěra spodní	1
05	Levá vrchní podpěra	1
06	Pravá vrchní podpěra	1
07	Podpěrná tyč computeru	1
08	Levá tyč rukojeti	1
09	Pravá tyč rukojeti	1
10	Vrchní kryt motoru	1
11	Spodní kryt motoru	1
12	Přední tlumič motoru	1
13	Napájecí panel	1
14	Levý boční kryt	1
15	Pravý boční kryt	1
16	Levá boční lišta	1
17	Pravá boční lišta	1
18	Levá koncovka	1
19	Pravá koncovka	1
20	Zadní boční kryt levý	1
21	Zadní boční kryt pravý	1
22	Transportní kolečka $\phi 40 \times \phi 8.5 \times 17(\text{mm})$	2
23	Koncovka levé tyče	1
24	Koncovka pravé tyče	1
25	Vložka levé tyče	1
26	Vložka pravé tyče	1
27	Levá krytka	1
28	Pravá krytka	1
29	Nastavitelná noha $\phi 45 \times 53$	2
30	Vrchní kryt computeru – set	1
30A	Vrchní kryt	1
30B	Střední část	1
30C	Místo pro bezpečnostní klíč	1
30D	Samořezný šroub ST4.2*13	20
31	Spodní kryt computeru	1
32	Levý kryt computeru	1
33	Pravý kryt computeru	1
34	Spodní kryt reproduktoru $\phi 46 \times 30 \times 1.5(\text{mm})$	2
35	Reproduktor	2
36	PU rukojeť levá	1

Č.	Popis	Mn.
57	Bezpečnostní klíč	1
58	Kabel senzoru computeru délka 500 mm	1
59	Kabel senzoru computeru délka 900 mm	1
60	Kontrolní jednotka	1
61	Hlavní kontrolní panel computeru	1
62	Magnetický kroužek	1
63	Set senzoru tepové frekvence v rukojetích	2
64	Levý držák na tablet	1
65	Pravý držák na tablet	1
66	Opěrná část pro tablet	1
67	Dvojitý grip $86 \times 45 \times 16.8 \text{mm}$	2
68	Podpěrný jezdec	2
69	Olejevý těsnící kroužek	4
70	Jednostranná lepící páska	2
71	Pružina držáku tabletu	1
72	Pružinová páska	2
73	Pružinový šourb	2
74	Šestihranný šroub	2
75	Šroub s válcovou hlavou	2
76	Plochá podložka třída C	2
77	Matice M10	7
78	Vymezovací tyč	2
79	Šroub M10*40	2
80	Plochá podložka třída C	8
81	šroub M8*35	4
82	Plochá podložka třída C	19
83	Matice M8	4
84	Pérová podložka	2
85	šroub M10*110	1
86	Šroub M8*16	6
87	Šroub M8*45	2
88	Šroub M8*25 $\phi 6.2$	2
89	Matice M14	2
90	Pérová podložka $\phi 14$	2
91	Plochá podložka třída C $\phi 14$	2
92	Šroub M10*50	1
93	Šroub M10*35mm	1
94	Šroub M8*80mm	3
95	Šroub M8*25mm	8
96	Šroub ST4.2*13	2

37	PU rukojeť pravá	1
38	Přední krytka levé rukojeti	1
39	Přední krytka pravé rukojeti	1
40	Těsnění $\phi 30 \times \phi 22 \times \phi 15 \times 12 \text{mm}$	2
41	Zadní krytka $60 \times 16 \times 11 \text{(mm)}$	2
42	Tlumič desky $\phi 30 \times T2.0 \text{(mm)}$	8
43	Fixační tlačítko boční lišty	16
44	Nylonové těsnění	4
45	Fixační lem	3
46	Přední kolečko $\Phi 86 \times \Phi 42 \times 590.5 \text{mm}$	1
47	Zadní kolečko $\Phi 42 \times 581 \text{mm}$	1
48	deska	1
49	Běžecová plocha	1
50	Řemen	1
51	Zásuvka	1
52	Vypínač	1
53	Přívodní kabel	1
54	Motor zdvihu	1
55	Set připevnění motoru	1
56	motor	1

97	Šroub M8*40mm	2
98	Šroub ST4.2*13	13
99	Šroub M4*10	10
100	Šroub ST4.2*13	6
101	Šroub ST4.2*20	4
102	Šroub ST4.2*13	15
103	Šroub ST4.2*13	62
104	Plochá podložka třída C	6
105	Šroub ST3*8	16
106	Šroub ST3*14	6
107	USB a audio konektor	1
108	Spojovací kabel computeru	1
109	Spodní spojovací kabel	1
110	Kabel tepové frekvence dlouhý	1
111	Kabel tepové frekvence dlouhý	1
112	AC vstupní kabel /černý	1
113	AC výstupní kabel/červený	1
114	AC vstupní kabel/červený	1
115	kabel na uzemnění/žlutý a zelený	1
116	Kabel k MP3	1

Obrázky se mohou od skutečného provedení lišit.

Prodávající poskytuje na tento výrobek prvnímu majiteli následující záruky:

- **záruku 5 let na rám a jeho části**
- **záruku 2 roky na ostatní díly**

Záruka se nevztahuje na závady vzniklé:

1. zaviněním uživatele tj. poškození výrobku nesprávnou montáží, neodbornou repasí, užíváním v nesouladu se záručním listem např. nedostatečným zasunutím sedlové tyče do rámu, nedostatečným utáhnutím pedálů v klikách a klik ke středové ose
2. nesprávnou nebo zanedbanou údržbou
3. mechanickým poškozením
4. opotřebením dílů při běžném používání (např. gumové a plastové části, pohyblivé mechanismy jako ložiska klínový řemen, opotřebením tlačítek na computeru)
5. neodvratnou událostí a živelnou pohromou
6. neodbornými zásahy
7. nesprávným zacházením, či nevhodným umístěním, vlivem nízké nebo vysoké teploty, působením vody, neúměrným tlakem a nárazy, úmyslně pozměněným designem, tvarem nebo rozměry

Upozornění:

1. cvičení doprovázené zvukovými efekty a občasným vrzáním není závada bránící řádnému užívání stroje a tudíž nemůže být předmětem reklamace. Tento jev lze odstranit běžnou údržbou.
2. doba životnosti ložisek, klínového řemene a dalších pohyblivých částí může být kratší než je doba záruky
3. na stroje nutné provést odborné vyčištění a seřízení minimálně jednou za 12 měsíců
4. v době záruky budou odstraněny veškeré poruchy výrobku způsobené výrobní závadou nebo vadným materiálem výrobku tak, aby věc mohla být řádně užívána
5. reklamace se uplatňuje zásadně písemně s přesným označením typu zboží, popisem závady a potvrzeným dokladem o zakoupení



OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ - informace k likvidaci elektrických a elektronických zařízení.

Po uplynutí doby životnosti přístroje nebo v okamžiku, kdy by oprava byla neekonomická, přístroj nevhazujte do domovního odpadu. Za účelem správné likvidace výrobku jej odevzdejte na určených sběrných místech, kde budou přijata zdarma.

Správnou likvidací pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomáháte prevenci potenciálních negativních dopadů na

životní prostředí a lidské zdraví, což by mohly být důsledky nesprávné likvidace odpadů. Další podrobnosti si vyžádejte od místního úřadu nebo nejbližšího sběrného místa. Při nesprávné likvidaci tohoto druhu odpadu mohou být v souladu s národním předpisem uděleny pokuty.

Copyright - autorská práva

Společnost MASTER SPORT s.r.o. si vyhrazuje veškerá autorská práva k obsahu tohoto návodu k použití. Autorské právo zakazuje reprodukci částí tohoto návodu nebo jako celku třetí stranou bez výslovného souhlasu společnosti MASTER SPORT s.r.o.. Společnost MASTER SPORT s.r.o. pro použití informací, obsažených v tomto návodu k použití nepřebírá žádnou odpovědnost za jakýkoli patent.

MASTER SPORT s.r.o.

Provozní 5560/1B

722 00 Ostrava-Třebovice

Czech Republic

servis@mastersport.cz





Bežecský pás MASTER[®] F22 MAS-F22



Návod na použitie



Tento výrobok má vysoký odber el. prúdu, nezapájajte ho preto do rovnakej zásuvky ako ostatné domáce spotrebiče s väčším odberom, ako je napríklad klimatizácia atď.

Uistite sa, že istič je na **10 A**. Jednu zásuvku použite na napájanie len tohto stroja!

Skutočný vzhľad výrobku sa môže odlišovať od vyobrazenia na grafických materiáloch.

1. Dôležité bezpečnostné pokyny

VAROVANIE: Ak chcete znížiť riziko vážneho zranenia, pred použitím výrobku si prečítajte všetky dôležité bezpečnostné opatrenia a pokyny v tomto návode, a všetky varovania umiestneé na bežecskom páse. Nenesieme žiadnu zodpovednosť za ujmy na zdraví alebo majetku pri používaní tohto výrobku.

1. Pred začatím tohto alebo iného cvičebného programu sa poraďte so svojím lekárom. To je dôležité najmä pre osoby staršie ako 35 rokov alebo osoby so zdravotnými problémami.
2. Je povinnosťou majiteľa výrobku zabezpečiť, aby všetci užívatelia boli dostatočne informovaní o všetkých bezpečnostných pokynoch.
3. Používajte bežecský pás spôsobom popísaným v tomto návode.
4. Umiestnite pás na rovnú a pevnú podlahu. Za strojom musí byť voľný priestor minimálne 2,4 m a 0,6 m po stranách. Neumiestňujte pás na miesta, ktoré by blokovali prísun vzduchu. Pre ochranu koberca či podlahy použite pod pás podložku.
5. Nekladte pás na koberec s vysokým vlasom. Môže dôjsť k poškodeniu ako koberca tak stroja.
6. Používajte výrobok len v interiéri, zabráňte styku s vlhkosťou a nadmernou prašnosťou. Neumiestňujte pás do garáže, na kryté terasy, alebo k vode.
7. Nepoužívajte pás tam, kde sa používajú aerosólové výrobky alebo, pokiaľ je v miestnosti nedostatok kyslíka. Iskry z motora môžu zapáliť vysoko horľavé produkty.
8. Udržujte deti mladšie ako 12 rokov a domáce zvieratá v bezpečnej vzdialenosti od bežecského pásu.
9. Na páse môže cvičiť naraz iba 1 osoba.
10. Používajte vhodný športový odev. Nenoste voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť v bežecskom páse. Vždy noste športovú obuv; na bežecský pás nevstupujte naboso, v pančuchách alebo sandáloch.
11. Pás zapojte do zásuvky s napätím 220-240 V (50/60Hz), s uzemnením. Informácie o napätí sú uvedené na štítku stroja. Žiadne iné zariadenie by nemalo byť napojené na rovnakom okruhu. Použite poistku 10A.
12. Ak potrebujete použiť predlžovací kábel, použite iba 3-kolíkový 230V/15 A, ktorý nie je dlhší ako 2 m.
13. Nenechávajte kábel pri horúcich plochách.

14. Nikdy nepohybujte bežeckou plochou, keď je vypnuté napájanie. Nepoužívajte výrobok, ak je napájací kábel alebo zástrčka poškodená, alebo v prípade, že nefunguje správne.
15. Pred použitím pásu si prečítajte a vyskúšajte funkciu bezpečnostného kľúča.
16. Bežecký pás nikdy nespúšťajte, keď stojíte na bežeckej ploche. Pri použití pásu sa vždy držte rukovätí.
17. Meňte rýchlosť pozvoľna, aby nedochádzalo k náhlym zmenám rýchlosti.
18. Spustený bežecký pás nikdy nenechávajte bez dozoru. Po každom cvičení vždy vyberte bezpečnostný kľúč, vypínač prepnite do polohy 0/OFF - vypnuté a odpojte napájací kábel zo zásuvky.
19. Senzor tepovej frekvencie neslúži na lekárske účely. Mnoho vonkajších vplyvov môže ovplyvniť výsledky merania. Tieto výsledky sú orientačné.
20. Nepokúšajte sa zdvihnúť, položiť alebo premiestňovať stroj, kým nie je správne zostavený. Musíte byť schopní bezpečne zdvihnúť 20 kg, aby ste mohli s pásom pohybovať.
21. Pri skladaní alebo premiestňovaní trenažéra sa uistite, že je zaistovací kolík v správnej polohe.
22. Nemeňte sklon bežeckého trenažéra umiestnením predmetov pod výrobok.
23. Pravidelne kontrolujte a bezpečne uťahujte všetky časti bežeckého pásu.
24. Nikdy nehádzte ani nevkladajte predmety do žiadneho otvoru na bežeckom pásu.
- 25. NEBEZPEČIE:** vždy odpojte napájací kábel ihneď po použití, pred čistením či údržbou, ktorá je popísaná v tomto návode. Nikdy neskladajte kryt motora, ak na to nedostanete pokyn od servisného technika. Údržbu, ktorá nie je popísaná v tomto návode, môže vykonávať iba autorizovaný servis predajcu.
26. Tento bežecký pás je určený iba pre domáce použitie ku krátkodobému zaťaženiu. Nemôže byť použitý na komerčné účely alebo prenájmu.
- 27. VAROVANIE:** Ak je napájací kábel poškodený, musí byť vymenený servisným technikom alebo podobne kvalifikovanou osobou. Tento stroj nie je určený pre používanie osobami (vrátane detí) so zníženými fyzickými, zmyslovými alebo duševnými schopnosťami, alebo s nedostatkom skúseností, pokiaľ nie sú pod dohľadom zodpovednej osoby. Deti musia byť pod dohľadom zodpovednej osoby, aby si na stroji nehrali.
28. Prevádzková teplota stroja je 5 až 40°C. V prípade, že bol bežecký pás vystavený nízkej teplote, nechajte ho pred zapnutím najskôr zahriať na izbovú teplotu. Môže dôjsť k poškodeniu computeru alebo inej elektrickej súčiastky.
29. Maximálna nosnosť stroja je 120 kg.

1.1 Dôležité elektrické informácie

VAROVANIE!

1. **NIKDY** nepoužívajte pre tento stroj zásuvku s prúdovým chráničom RCD - Residual Current Device (americká verzia = GFCI). Prúdový chránič RCD/GFCI bude prístroje s veľkým motorom od ich chráneného elektrického obvodu odpájať. Hlavný kábel vedzte mimo pohyblivé časti stroja, vrátane zdvíhacieho mechanizmu a transportných koliesok.
2. **NIKDY** neodstraňujte žiadny kryt, bez toho aby ste prístroj predtým nevypojili zo zásuvky.

1.2 Dôležité prevádzkové informácie

- Zmeny v rýchlosti neprebiehajú okamžite. Nastavte si požadovanú rýchlosť na computeru. Computer bude meniť rýchlosť postupne.
- Budte opatrní, pokiaľ pri behaní na páse robíte aj iné činnosti, ako je napr. sledovanie televízie, čítanie a pod. Môže to spôsobiť stratu rovnováhy a následné zranenie.
- Aby ste zamedzili strate rovnováhy, NIKDY nenastupujte či nevystupujte z pohybujúceho sa pásu. Pohyb pásu začína na veľmi nízkej rýchlosti, čo zjednodušuje nástup na pás.
- Pri manipulácii s computerom, sa pridrižavajte rukoväti
- Tento stroj je dodávaný s bezpečnostným kľúčom. Vybratie bezpečnostného kľúča má za následok okamžité zastavenie pásu a vypnutie stroja. Aby ste mohli pokračovať v tréningu, bezpečnostný kľúč pripevnite späť.
- Nevývajte na tlačidlá počítača nadmerný tlak. Na ovládanie počítača stačí ľahké stlačenie tlačidla.

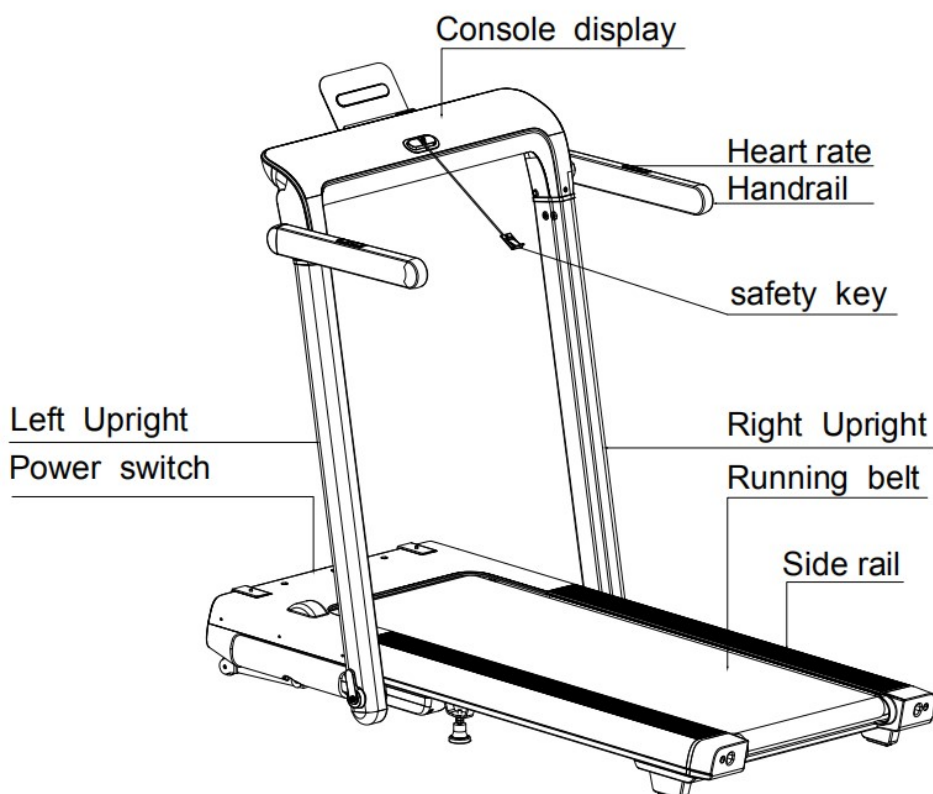
2. POPIS STROJA

Pomocou tohto bežeckého pásu môžete zlepšiť svoju fyzickú kondíciu. Výrobok nezaberá veľa priestoru a môže byť jednoducho zložený.

Rozmedzie rýchlosti: 1.0-16km/h

Automatický zdvih : 0-16%

Programy: 25 prednastavených programov (P1-P25)



Left upright-ľavá tyč

Power switch- vypínač

Console display - computer

Heart rate -merač tepovej frekvencie

Handrail-rukoväť

Safety key-bezpečnostný kľúč

Right upright- pravá tyč

Running belt- bežecká plocha

Side rail - bočný stup

3. Computer

3.1 Tlačidlá computeru



Zapnite pás, stlačte pre výber prednastavených program P1-P25. Stlačte CLEAR/SET pre opustenie.

(2) CLEAR/SET

Zapnite pás, stlačte pre výber času, vzdialenosti, kalórií pri odpočte u cvičení. Pri behu môžete vynulovať čas, vzdialenosť a kalórie.

(3) START/STOP

Zapnite pás, stlačte tlačidlo START pre začiatok cvičenia. Keď bežíte, stlačte tlačidlo STOP pre zastavenie a načítanie behu.

(4) SPEED +

Pri behu, stlačte tlačidlo pre zvýšenie rýchlosti po 0,1 km/hod. Podržte tlačidlo pre rýchlejšie zvyšovanie.

(5) SPEED –

Pri behu, stlačte tlačidlo pre zníženie rýchlosti po 0,1 km/hod. Podržte tlačidlo pre rýchlejšie znižovanie.

(6) QUICK SPEED – rýchlotlačítka rýchlosti

Rýchlosť 3,6,9, keď bežíte, stlačte tlačidlá pre výber rýchlosti.

(7) INCLINE + (zdvih +)

Stlačte pre zvýšenie sklonu o jeden stupeň. Podržaním tlačidla zvýšite sklon rýchlejšie.

(8) INCLINE – (zdvih -)

Stlačte pre zníženie sklonu o jeden stupeň. Podržaním tlačidla znížite sklon rýchlejšie.

(9) QUICK INCLINE – rýchlotlačítka zdvihu

Sklon 3,6,9 môžete meniť sklon počas cvičenia.

● STEP - kroky

Zobrazuje počet krokov pri cvičení.

Funkcie bežeckého pásu

1. Count-down training (odpočet): Zapnite stroj, stlačte CLEAR/SET, zvolte funkciu odpočtu času - TIME count-down training alebo funkciu odpočtu vzdialenosti - DISTANCE count-down training či odpočtu kalórií - CALORIE count-down training. Stlačte CLEAR/SET pre potvrdenie výberu.
2. TIME count-down training: Zapnite stroj, stlačte CLEAR/SET, na displeji bude blikať TIME a ukazovať čas 30:00. Pomocou tlačidiel SPEED +, - nastavte čas v rozmedzí 5-99 minút. Stlačte START/STOP. Bežecký pás sa spustí s počiatočnou rýchlosťou 1.0km/h. Rýchlosť nastavte pomocou tlačidiel SPEED +, -. Pás sa zastaví, akonáhle odpočet dôjde na 00:00.

3. **DISTANCE count-down training:** Zapnite stroj, dvakrát stlačte CLEAR/SET. Na displeji bude blikať hodnota pre vzdialenosť a ukazovať 1.0km. Stlačením tlačidiel SPEED +, - navolíte vzdialenosť v rozmedzí 1.0-9.0km. Stlačte START/STOP. Bežecký pás sa spustí s počiatočnou rýchlosťou 1.0km / h. Rýchlosť nastavte pomocou tlačidiel SPEED +, -. Pás sa zastaví, akonáhle odpočet dôjde na 00:00.
4. **CALORIE count-down training:** Zapnite stroj, trikrát stlačte CLEAR/SET. Na displeji bude blikať hodnota pre kalórie a ukazovať 50CAL. Tlačidlami SPEED +, - navolíte hodnotu v rozmedzí 10-990CAL. Bežecký pás sa spustí s počiatočnou rýchlosťou 1.0km/h. Rýchlosť nastavte pomocou tlačidiel SPEED +, -. Pás sa zastaví, akonáhle odpočet dôjde na 00:00.

3.2 Začiatok cvičenia

Stroj zapnete zapojením do zásuvky a zapnutím vypínača, ktorý je umiestnený spredu pásu pod motorom. Uistite sa, že ste si pripli na odev bezpečnostný kľúč. Ak kľúč nebude pripnutý, pás sa nerozbehne. Akonáhle je pás zapnutý, všetky okná na displeji sa na krátky čas rozsvietia.

3.3 Self-Check/Kalibrácia pásu

Pred prvým použitím je nutné, aby ste spustili kontrolu pásu.

- Vyberte bezpečnostný kľúč, stlačte a podržte CLEAR/SET a vložte bezpečnostný kľúč. Pás sa prepne do režimu self-check. Stlačte dvakrát START/STOP, aby ste program spustili. Stroj prejde do pohotovostného režimu po vykonaní kontroly.
 - Upozornenie: Na stroji v priebehu kontroly nestojte.

3.4 Funkcia rýchleho štartu

- Stlačte tlačidlo START/STOP. Pás sa rozbehne rýchlosťou 1.0 km/hr. Nastavte požadovanú rýchlosť použitím tlačidiel '+' a '-'. Rýchlosť môžete nastaviť aj pomocou tlačidiel 3, 6 and 9 a tlačidiel na držiadlách.
- Rýchlosť znížite podržaním tlačidla 'speed -' či tlačidlami 3, 6, 9.
- Ak je pás spustený, stlačte START / STOP. Pás začne spomaľovať až do úplného zastavenia.
- Ak je pás spustený, stlačte CLEAR / SET, aby ste vymazali uložené hodnoty.

3.5 Funkcia sklonu

5. Nastavenie sklonu môžete upravovať v priebehu pohybu bežeckého pásu.

6. Po vybratí bezpečnostného kľúča zostane sklon v navolenej úrovni, nevráti sa na 0.
7. Sklon vrátite na nulu, ak pás znovu spustíte.

3.6 Funkcia merania tepovej frekvencie

Oboma rukami pevne uchopíte senzory umiestnené na držadlách. Pás začne merať vašu tepovú frekvenciu a zobrazí nameranú hodnotu v priebehu 15 sekúnd. Je nutné, aby ste senzory uchopili oboma rukami.

3.7 Funkcia merania spálených kalórií

Funkcia zobrazuje množstvo spálených kalórií počas tréningu.

Poznámka: Namerané hodnoty sú iba orientačné, nemôžu byť použité na lekárske účely.

3.8 Zloženie a rozloženie pásu

3.8.1 Zloženie

Zdvíhajte spodnú časť pásu, kým nebudete počuť cvaknutie. Dôjde k zamknutiu skladacieho systému. Spodná časť pásu sa tak nemôže znova rozložiť.

3.8.2 Rozloženie

Výrobok umiestnite do priestoru, zatlačte na zloženú spodnú časť pásu, kým nebudete počuť cvaknutie, tým dôjde k odomknutiu skladacieho systému a vy môžete pás rozložiť. Odstúpte minimálne 1,5 m od pásu a nechajte spodnú časť samovoľne rozložiť.

3.8.3 Premiestnenie pásu

Pás opatrne zdvihnite a pomocou transportných koliesok pás premiestnite.

3.9 Nastavenie programov

Každý program má stanovenú maximálnu rýchlosť, ktorá sa zobrazí na displeji po zvolení programu. Aktuálna rýchlosť sa zobrazí na displeji. Každý program ponúka rôzne zmeny rýchlosti.

3.10 Výber programu

- Zapnite pás, stlačte tlačidlo MODE, vyberte program a stlačte START/STOP. Program bude spustený.
- Na displeji sa zobrazí maximálna rýchlosť zvoleného programu.
- Každú minútu sa zmení rýchlosť podľa nastavenia programu. Rýchlosť môžete zmeniť aj manuálne. 3 sekundy pred koncom programu sa ozve zvuková signalizácia a pás začne spomaľovať.

4. ÚDRŽBA

Je potrebné vykonávať údržbu pre predĺženie životnosti vášho pásu. Pás a bežeckú plochu udržiavajte v čistote.

UPOZORNENIE: STAV DOSKY BEŽECKEJ PLOCHY HRÁ HLAVNÚ ÚLOHU VO FUNKCII A ŽIVOTNOSTI VÁŠHO PÁSU. Z TOHTO DÔVODU ODPORÚČAME DOSKU PRAVIDELNE MAZAŤ. AK NEBUDETE PÁS MAZAŤ, MÔŽE DÔJSŤ K POŠKODENIU PÁSU. TAKTO SPÔSOBENÉ POŠKODENIE NIE JE KRYTÉ V ZÁRUČNEJ LEHOTE.

UPOZORNENIE: PRED ÚDRŽBOU ODPOJTE PÁS ZO ZÁSUVKY EL. NAPÄTIA.

UPOZORNENIE: PRED ZLOŽENÍM MUSÍ BYŤ PÁS ZASTAVENÝ.

4.1 Hlavné čistenie

- Pomocou mäkkej, vlhkej handričky utrite rohy pásu a plochu medzi rohmi pásu a rámom. Vrchnú časť pásu môžete umývať vodou zmiešanou s jemnou mydlom pomocou kefy. Toto čistenie vykonávajte raz mesačne. Pred použitím pás nechajte dôkladne vyschnúť.
- Najmenej raz mesačne povysávajte plochu pod pásom, aby ste zamedzili vzniku nánosov prachu. Raz ročne odstráňte kryt motora a očistite prach a nečistoty usadené na motore.

4.2 Hlavná starostlivosť

- Skontrolujte všetky časti stroja pred použitím.
- Pokiaľ sú akékoľvek časti poškodené, ihneď ich vymeňte.
- Nikdy nepoužívajte pás, pokiaľ je jeho časť poškodená. Ak zistíte poškodenie výrobku, kontaktujte servisného technika.

ODPORÚČAME POD PÁS UMIESTNIŤ PODLOŽKU POD FITNESS STROJE. HROZÍ RIZIKO POŠKODENIA PODLAHOVÝCH KRYTÍN OLEJOM.

4.3 Mazanie pásu/dosky/koliesok

Výrobok by ste mali namazať približne po 40 hodinách prevádzky. Odporúčame mazať dosku podľa tohto postupu:

Občasné používanie (menej ako 3 hodiny týždenne) - každých 6 mesiacov

Stredné používanie (3-5 hodín týždenne) - každé 3 mesiace

Časté používanie (viac ako 5 hodín týždenne) - každých 6-8 týždňov.

Postup mazania:

Použite mäkkú, suchú handru na očistenie plochy medzi pásom a doskou.

Olej rovnomerne rozotrite po vnútornej ploche pásu a dosky (uistite sa, že stroj je vypnutý a vytiahnutý zo zásuvky).

Pravidelne premazávajú predný a zadný valec pásu ..

Pokiaľ pás, dosku a valce udržíte v čistote, nie je nutné výrobok znovu premazávať skôr ako po 1200 hodinách prevádzky.

4.4 Ako skontrolovať, že bežecká plocha je správne namazaná?

1. Odpojte pás zo zásuvky el. napätia.
2. Zložte pás do skladovacej pozície.
3. Dotknite sa spodnej strany bežeckej plochy.

Ak je plocha hladká, keď sa jej dotknete, potom ju netreba mazať.

Ak je plocha na dotyk suchá, použite silikónový olej pre namazanie

Odporúčame použiť silikónový olej v spreji.

4.5 Nastavenie pásu

Správne napnutie je dôležité, aby mohol pás fungovať správne. Nastavenie sa musí robiť z pravého a ľavého zadného kolieska, pomocou imbusového kľúča, ktorý je súčasťou balenia. Nastavovacia skrutka je umiestnená na konci nožných stupov ako je ukázané na obrázku nižšie:



Upozornenie: Nastavenie sa vykonáva cez malý držiak na krytoch.

Dotiahnite zadné koliesko iba pre prevenciu prekĺznutiu na prednom koliesku. Otočte oboma - pravou i ľavou skrutkou v smere hodinových ručičiek a skontrolujte správne napnutie pásu.

NEPREŤAHUJTE JEJ – pretiahnutia môže spôsobiť poškodenie pásu a následné poškodenie ložísk.

4.6 Nastavenie pásu do stredu

Tento pás je vyrobený tak, aby bežecký pás bol v strede. Je normálne pre nejaké pásy, že utekajú do jednej strany, pokiaľ pás beží bez bežca. Po niekoľkých minútach použitia, pás musí mať tendenciu ísť do stredu. Ak počas použitia, sa pás stále pohybuje do strany, je potrebné ho nastaviť. Nasledujte tento postup:

▲Najskôr nastavte rýchlosť na najnižšiu úroveň

▲Potom skontrolujte, do ktorej strany pás ubieha

Pokiaľ pás ubieha doprava, dotiahnite pravú skrutku a uvoľnite ľavú skrutku pomocou 6 mm imbusového kľúča, dokiaľ nebude pás v centre. Pokiaľ pás ubieha doľava, dotiahnite ľavú skrutku a povoľte pravú skrutku pomocou 6 mm imbusového kľúča, dokiaľ nie je pás v strede. Pokiaľ pás nastavujete imbusovým kľúčom, je dôležité, aby ste nastavovali v intervale polovice otočenia. Pretiahnutie pásu môže spôsobiť poškodenie.

5. PROBLÉMY

Tento pás je konštruovaný tak, aby sa v prípade preťaženia automaticky vypol. Zníži sa tak riziko úrazu a poškodenia výrobku (napr. motora).

V prípade, že pás nepracuje správne, jednoducho vypnite spínač, počkajte jednu minútu a pás znova zapnite.

Pokiaľ pás ani potom nefunguje správne, spustite Self Check/kalibráciu pásu. Na displeji sa zobrazí kód poruchy

Pred údržbou pás vytiahnite zo zásuvky elektrickej energie!

Nepoužívajte predlžovacie káble, môže dôjsť k poklesu napájania a tým k poškodeniu výrobku.

5.1 Chybové hlásenie

Zoznam chybových hlásení			
Kód	Dôvod	Poškodené časti	Riešenie
E0	Nie je vložený bezpečnostný kľúč	Bezpečnostný kľúč	Vložte bezpečnostný kľúč
E2	Bežecká plocha nejede hladko	Mazanie pásu	Pridajte prosím silikónový olej
E4	Zlé spojenie motora alebo motor zhorel	Motor	Kábel motora nie je dobre spojený, alebo vymeňte motor
E5	Zlé spojenie prepojovacieho kábla	Prepojovací kábel	Vymeňte kábel
E6	Strata výkonu	Kontrolná jednotka	Vymeňte kontrolnú jednotku
E7	Výstupné napätie je nad prevádzkovým napätím bezpečnostného systému	Napájanie	Uistite sa, že napätie je medzi AC180V-AC250V
ERR	Chyba zdvihu	Systém zdvihu	Skontrolujte zapojenie zdvihového motora a vykonajte self-checking

6. CVIČEBNÉ INŠTRUKCIE

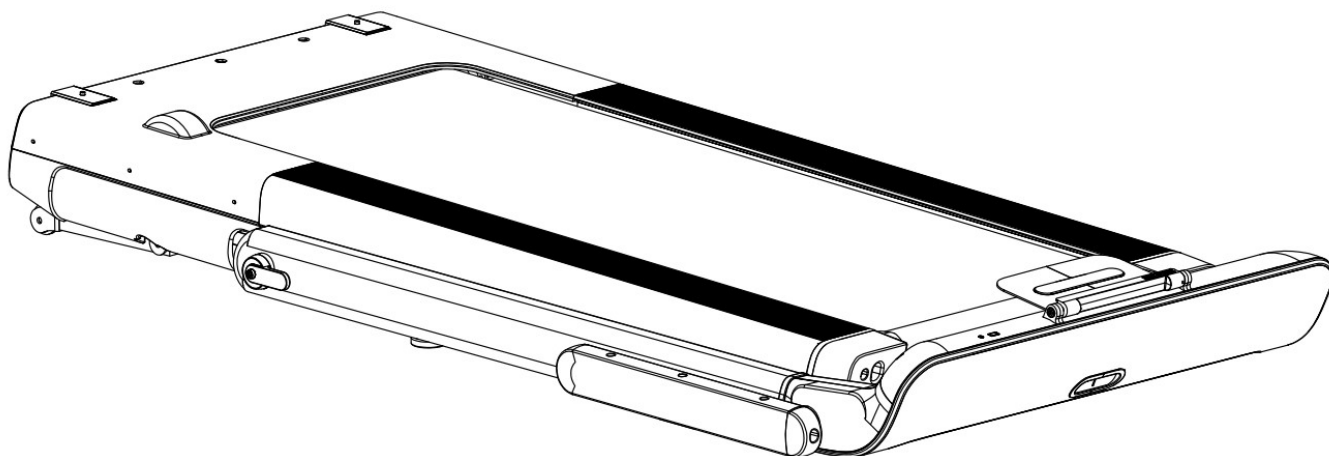
UPOZORNENIE: pred začiatkom akéhokoľvek cvičenia konzultujte váš zdravotný stav so svojim lekárom. Toto je dôležité hlavne pre osoby staršie 35 rokov alebo pre osoby s existujúcimi zdravotnými problémami.

Hodnota tepovej frekvencie nie je určená na lekárske účely. Rôzne faktory, ako sú pohyb po páse, môžu spôsobiť chyby pri prenose hodnôt. Hodnota tepovej frekvencie slúži pre porovnanie tepovej frekvencie jedného používateľa v čase.

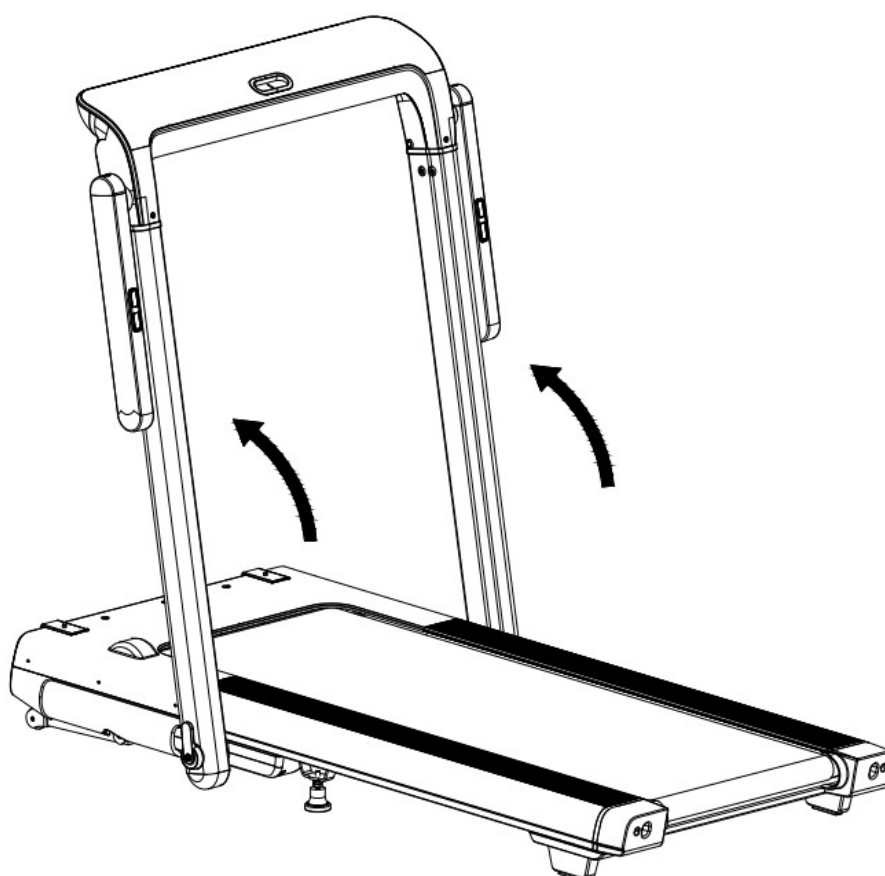
Schopnosť vášho srdca a pľúc a ako účinne je kyslík rozvádzaný krvou do svalov, to sú dôležité faktory vašej výkonnosti. Funkcia vašich svalov je závislá na kyslíku, ktorý dodáva energiu pre denné aktivity - nazývaná aeróbnou aktivitou. Keď ste fit, vaše srdce nemusí pracovať tak ťažko.

7. Zloženie pásu

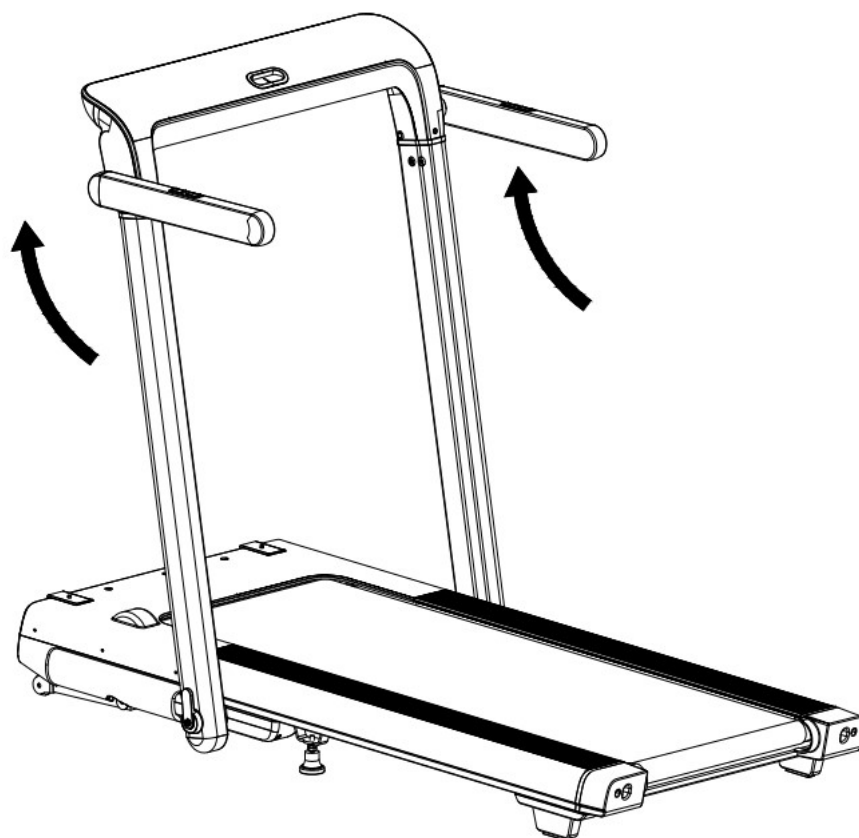
Krok 1



Krok 2



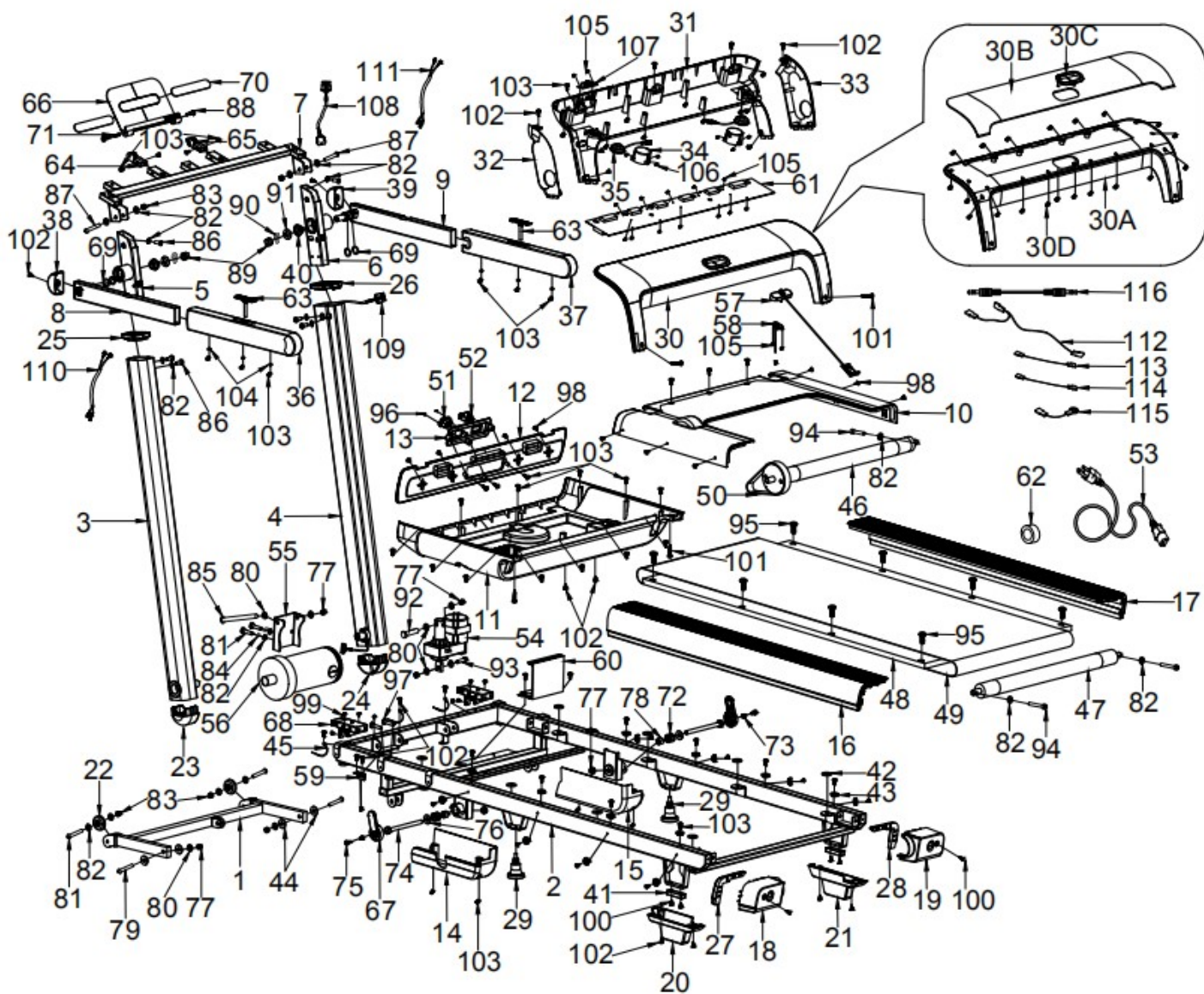
Krok 3



Krok 4



8. Náčres a zoznam častí



Č..	Popis	Mn.
01	Rám zdvihu	1
02	Rám	1
03	Levá podpěra spodní	1
04	Pravá podpěra spodní	1
05	Levá vrchní podpěra	1
06	Pravá vrchní podpěra	1
07	Podpěrná tyč computeru	1
08	Levá tyč rukojeti	1
09	Pravá tyč rukojeti	1
10	Vrchní kryt motoru	1
11	Spodní kryt motoru	1
12	Přední tlumič motoru	1
13	Napájecí panel	1
14	Levý boční kryt	1
15	Pravý boční kryt	1
16	Levá boční lišta	1
17	Pravá boční lišta	1
18	Levá koncovka	1
19	Pravá koncovka	1
20	Zadní boční kryt levý	1
21	Zadní boční kryt pravý	1
22	Transportní kolečka $\phi 40 \times \phi 8.5 \times 17(\text{mm})$	2
23	Koncovka ľavej tyče	1
24	Koncovka pravej tyče	1
25	Vložka ľavej tyče	1
26	Vložka pravej tyče	1
27	Ľavá krytka	1
28	Pravá krytka	1
29	Nastaviteľná noha $\phi 45 \times 53$	2
30	Vrchný kryt computeru – set	1
30A	Vrchný kryt	1
30B	Strredna časť	1
30C	Miesto pre bezpečnostný kľúč	1
30D	Samorezná skrutka ST4.2*13	20
31	Spodný kryt computeru	1
32	Ľavý kryt computeru	1

Č.	Popis	Mn.
57	Bezpečnostný kľúč	1
58	Kabel senzoru computeru dĺžka 500 mm	1
59	Kabel senzoru computeru dĺžka 900 mm	1
60	Kontrolná jednotka	1
61	Hlavný kontrolný panel computeru	1
62	Magnetický krúžok	1
63	Set senzoru tepovej frekvencie v rukovätiach	2
64	Ľavý držiak na tablet	1
65	Pravý držiak na tablet	1
66	Operná časť pre tablet	1
67	Dvojitý grip 86*45*16.8mm	2
68	Podperný jazdec	2
69	Olejoiný tesniaci krúžok	4
70	Jednostranná lepiaca páska	2
71	Pružina držiaku tabletu	1
72	Pružinová páska	2
73	Pružinová skrutka	2
74	Šesťhranná skrutka	2
75	Skrutka s vĺčovou hlavou	2
76	Plochá podložka trieda C	2
77	Matice M10	7
78	Vymedzovacia tyč	2
79	Skrutka M10*40	2
80	Plochá podložka trieda C	8
81	Skrutka M8*35	4
82	Plochá podložka trieda C	19
83	Matice M8	4
84	Perová podložka	2
85	Skrutka M10*110	1
86	Skrutka M8*16	6
87	Skrutka M8*45	2
88	Skrutka M8*25 $\phi 6.2$	2
89	Matice M14	2
90	Perová podložka $\phi 14$	2
91	Plochá podložka trieda C $\phi 14$	2
92	Skrutka M10*50	1

33	Pravý kryt computeru	1
34	Spodný kryt reproduktoru φ46*30*1.5(mm)	2
35	Reproduktor	2
36	PU rukoväť ľavá	1
37	PU rukoväť pravá	1
38	Predná krytka ľavej rukoväte	1
39	Predná krytka pravej rukoväte	1
40	Tesnenie φ30*φ22*φ15*12mm	2
41	Zadná krytka 60*16*11(mm)	2
42	tlmič dosky φ30*T2.0(mm)	8
43	Fixačné tlačítko bočnej lišty	16
44	Nylonové tesnenie	4
45	Fixačný lem	3
46	Predné koliesko Ø86*Ø42*590.5mm	1
47	Zadné koliesko Ø42*581mm	1
48	Doska	1
49	Bežecská plocha	1
50	Remeň	1
51	Zásuvka	1
52	Vypínač	1
53	Prívodný kábel	1
54	Motor zdvihu	1
55	Set pripevnenia motora	1
56	Motor	1

93	Skrutka M10*35mm	1
94	Skrutka M8*80mm	3
95	Skrutka M8*25mm	8
96	Skrutka ST4.2*13	2
97	Skrutka M8*40mm	2
98	Skrutka ST4.2*13	13
99	Skrutka M4*10	10
100	Skrutka ST4.2*13	6
101	Skrutka ST4.2*20	4
102	Skrutka ST4.2*13	15
103	Skrutka ST4.2*13	62
104	Plochá podložka trieda C	6
105	Skrutka ST3*8	16
106	Skrutka ST3*14	6
107	USB a audio konektor	1
108	Spojovací kábel computeru	1
109	Spodný spojovací kábel	1
110	Kábel tepovej frekvencie dlhý	1
111	Kábel tepovej frekvencie dlhý	1
112	AC vstupný kábel /čierny	1
113	AC výstupný kábel/červený	1
114	AC vstupný kábel/červený	1
115	kábel na uzemnenie/žltý a zelený	1
116	Kábel k MP3	1

Obrázky sa môžu od skutočného vyhotovenia líšiť.

Predávajúci poskytuje na tento výrobok prvému majiteľovi nasledujúce záruky:

- **záruku 5 rokov** na rám a jeho časti
- **záruku 2 roky** na ostatné diely

Záruka sa nevzťahuje na chyby vzniknuté:

1. zavinením užívateľa t. j. poškodenie výrobku nesprávnou montážou, neodbornou repasiou, užívaním v nesúlade so záručným listom napr. Nedostatočným zasunutím sedlovej tyče do rámu, nedostatočným utiahnutím pedálov v kľučkách a klik k stredovej osi
2. nesprávnou alebo zanedbanou údržbou
3. mechanickým poškodením
4. opotrebením dielov pri bežnom používaní (napr. gumové a plastové časti, pohyblivé mechanizmy ako ložiská klinový remeň, opotrebenie tlačidiel na computeru)
5. neodvratnou udalosťou a živelnou pohromou
6. neodbornými zásahmi
7. nesprávnym zaobchádzaním, či nevhodným umiestnením, vplyvom nízkej alebo vysokej teploty, pôsobením vody, neúmerným tlakom a nárazmi, úmyselne pozmeneným designom, tvarom alebo rozmermi

Upozornenie:

1. cvičenie doprevádzané zvukovými efektami a občasným vrзанím nie je závada brániaca riadnemu užívaniu stroja a teda nemôže byť predmetom reklamácie. Tento jav možno odstrániť bežnou údržbou.
2. doba životnosti ložísk, klinového remeňa a ďalších pohyblivých častí môže byť kratšia ako je doba záruky
3. na stroje nutné vykonať odborné vyčistenie a nastavenie minimálne raz za 12 mesiacov
4. v dobe záruky budú odstránené všetky poruchy výrobku spôsobené výrobnou závadou alebo chybným materiálom výrobku tak, aby vec mohla byť riadne používaná
5. reklamácie sa uplatňuje zásadne písomne s presným označením typu tovaru, popisom závady a potvrdeným dokladom o zakúpení



OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA - informácie k likvidácii elektrických a elektronických zariadení.

Po uplynutí doby životnosti prístroja alebo v okamihu, kedy by oprava bola neekonomická, prístroj nevyhadzujte do bežného odpadu. Za účelom správnej likvidácie výrobok odovzdajte na určených zberných miestach, kde budú prijaté zdarma. Správnu likvidáciu pomôžete zachovať cenné prírodné zdroje a napomáhate prevencii potenciálnych negatívnych dopadov na životné prostredie a ľudské zdravie, čo by mohli byť dôsledky nesprávnej likvidácie odpadov. Ďalšie podrobnosti si vyžiadajte od miestneho úradu alebo najbližšieho zberného miesta. Pri nesprávnej likvidácii tohto druhu odpadu môžu byť v súlade s národného predpismi udelené pokuty.

Copyright - autorské práva

Spoločnosť MASTER SPORT s.r.o. si vyhradzuje všetky autorské práva k obsahu tohto návodu na použitie. autorské právo zakazuje reprodukcii častí tohto návodu alebo ako celku treťou stranou bez výslovného súhlasu spoločnosti
MASTER SPORT s.r.o. .. Spoločnosť MASTER SPORT s.r.o. pre použitie informácií, obsiahnutých v tomto návode na použitie nepreberá žiadnu zodpovednosť za akýkoľvek patent.



Treadmill MASTER® F22
MAS-F22



User's manual



This is HIGH-POWER item; please DO NOT USE THE SAME OUTLET WITH OTHER HIGH-POWER HOUSEHOLD APPLIANCE like air-conditioning etc. Please choose an outlet exclusively for the machine and make sure the fuse is 10A.

Product may vary slightly from the item pictured due to model upgrades

1. IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

WARNING: To reduce the risk of serious injury, read all important precautions and instructions in this manual and all warnings on your treadmill before using your treadmill. We assume no responsibility for personal injury or property damage sustained by or through the use of this product.

1. Before beginning this or any exercise program, consult your physician. This is especially important for persons over age 35 or persons with pre-existing health problems.
2. It is the responsibility of the owner to ensure that all users of this treadmill are adequately informed of all warnings and precautions.
3. Use the treadmill only as described in this manual.
4. Place the treadmill on a level surface, with at least 8 ft. (2.4 m) of clearance behind it and 2 ft. (0.6 m) on each side. Do not place the treadmill on a surface that blocks any air openings. To protect the floor or carpet from damage, place a mat under the treadmill.
5. Keep the treadmill indoors, away from moisture and dust. Do not put the treadmill in a garage or covered patio, or near water.
6. Do not operate the treadmill where aerosol products are used or where oxygen is being administered.
7. Keep children under age 12 and pets away from the treadmill at all times.
8. Never allow more than one person on the treadmill at a time.
9. Wear appropriate exercise clothes while using the treadmill. Do not wear loose

clothes that could become caught in the treadmill. Athletic support clothes are recommended for both men and women. Always wear athletic shoes; never use the treadmill with bare feet, wearing only stockings, or in sandals.

10. When connecting the power cord , plug the power cord into an earthed circuit.

No other appliance should be on the same circuit.

11. If an extension cord is needed, use only a 3- conductor, 14-gauge (1 mm²) cord that is no longer than 6.5 ft. (2.0m)

12. Keep the power cord away from heated surfaces.

13. Never move the walking belt while the power is turned off. Do not operate the treadmill if the power cord or plug is damaged, or if the treadmill is not working properly.

14. Read, understand, and test the emergency stop procedure before using the treadmill .

15. Never start the treadmill while you are standing on the walking belt. Always hold the handrails while using the treadmill.

16. The treadmill is capable of high speeds. Adjust the speed in small increments to avoid sudden jumps in speed.

17. Never leave the treadmill unattended while it is running. Always remove the key, unplug the power cord, and switch the reset/off circuit breaker to the off position when the treadmill is not in use.

18. The pulse sensor is not a medical device. Various factors, including your movement, may affect the accuracy of heart rate readings. The pulse sensor is intended only as an exercise aid in determining heart rate trends in general.

19. Do not attempt to raise, lower, or move the treadmill until it is properly assembled. You must be able to safely lift 45 lbs. (20 kg) to raise, lower, or move the treadmill.

20. When folding or moving the treadmill, make sure that the storage latch is holding the frame securely in the storage position.

21. Do not change the incline of the treadmill by placing objects under the treadmill.

22. Inspect and properly tighten all parts of the treadmill regularly.

23. Never drop or insert any object into any opening on the treadmill.

24. **DANGER:** Always unplug the power cord immediately after use, before cleaning the treadmill, and before performing the maintenance and adjustment procedures described in this manual. Never remove the motor hood unless instructed to do so by an authorized service

representative. Servicing other than the procedures in this manual should be performed by an authorized service representative only.

25. This treadmill is intended for in-home use only. Do not use this treadmill in any commercial, rental, or institutional setting.

26. WARNING:

If the supply cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer, its service agent or similarly qualified persons in order to avoid a hazard. This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced

physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.

27. Install the treadmill on a flat level surface with a suitable volt/Hz which is marked in the machine label, grounded outlet.

28. Allowed temperature: 5 to 40 degrees. If the treadmill has been exposed to cold temperatures, allow it to warm to room temperature before turning on the power. If you do not do this, you may damage the console displays or other electrical components.

29. Maximum user's weight is 120 kg.

1.1 IMPORTANT ELECTRICAL INFORMATION

WARNING!

- NEVER use a ground fault circuit interrupt (GFCI) wall outlet with this treadmill. Route the power cord away from any moving part of the treadmill including the elevation mechanism and transport wheels.
- NEVER remove any cover without first disconnecting AC power.

1.2 IMPORTANT OPERATION INSTRUCTIONS

- Understand that changes in speed and incline do not occur immediately. Set your desired speed on the computer console and release the adjustment key. The computer will obey the command gradually.
- Use caution while participating in other activities while walking on your treadmill; such as watching television, reading, etc. These distractions may cause you to lose balance or stray from walking in the centre of the belt; which may result in serious injury.

- In order to prevent losing balance and suffering unexpected injury, **NEVER** mount or dismount the treadmill while the belt is moving. This unit starts with a very low speed. Simply standing on the belt during slow acceleration is proper after you have learned to operate this machine.
- Always hold on to handrail while making control changes.
- A safety key is provided with this machine. Remove the safety key will stop the walking belt; the treadmill will shut off automatically. Insert the safety key will reset the display.
- Do not use excessive pressure on console control keys. They are precision set to function properly with little finger pressure.

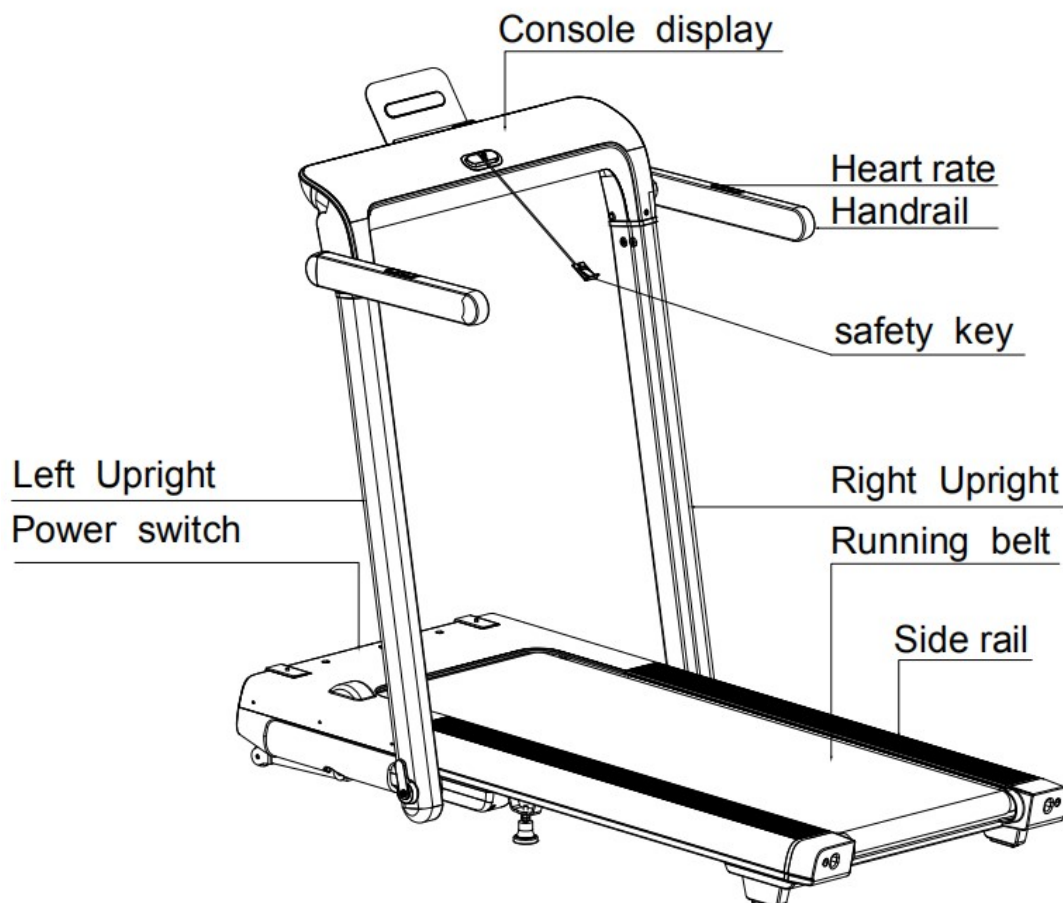
2.BRIEF DESCRIPTION

This motorized treadmill can help complete your goal of keeping fit. Together with the unique, elegant and dignified shape, it takes a little space when folded by gasoline spring.

Speed range: 1.0-16km/h

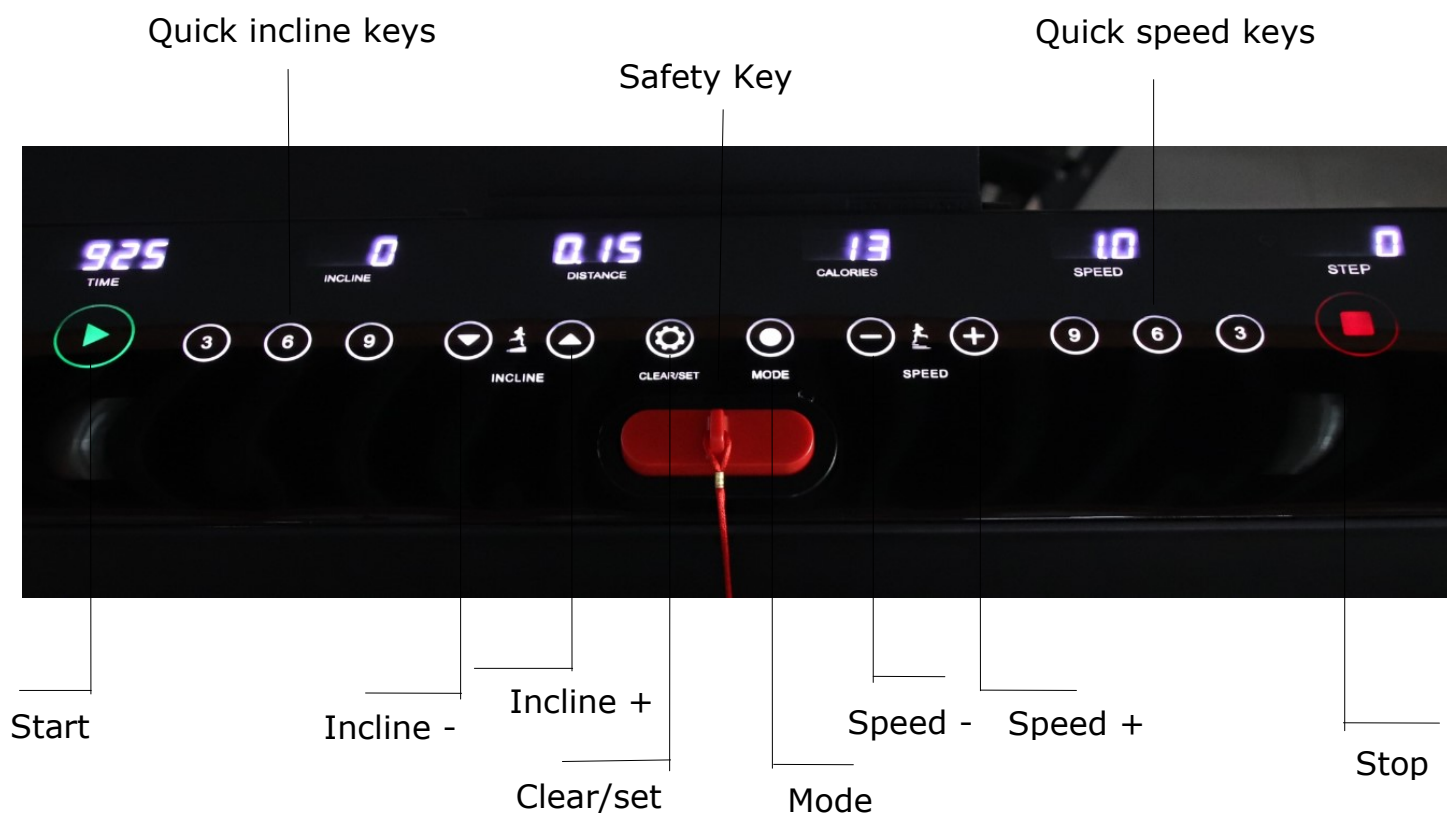
Auto incline : 0-16%

Programs: 25pcs pre-set programs (P1-P25)



3. OPERATION INSTRUCTIONS

3.1 Console keys



(1) MODE

Power on the machine, press it to choose pre-set programs P1-P25. Press CLEAR/SET to exit.

(2) CLEAR/SET

Power on the machine, press it to choose time, distance, calorie count-down training. When running, clear up time, distance and calorie.

(3) START/STOP

Power on the machine, press START to start running. When running, press STOP to stop and record the running.

(4) SPEED +

When running, press it to increase speed by 0.1km/h. Hold on it, speed is increased continuously.

(5) SPEED -

When running, press it to decrease speed by 0.1km/h. Hold on it, speed is decreased continuously.

(6) QUICK SPEED

Speed 3,6,9, when running, press it to choose speed.

(7) INCLINE +

When running, press it to increase incline by 1 level. Hold on it, incline is increased continuously.

(8) INCLINE –

When running, press it to decrease incline by 1 level. Hold on it, incline is decreased continuously.

(9) QUICK INCLINE

Incline 3,6,9, when running, press it to choose incline.

(11) STEP

This window will display your steps when running.

User's Mode Operation

8. Count-down training: power on the machine, press CLEAR/SET to enter TIME count-down training, press it again to enter DISTANCE count-down training, press it once more to enter CALORIE count-down training. Finally press CLEAR/SET to exit.
9. TIME count-down training: power on the machine, press CLEAR/SET, TIME figure glittering, showing 30:00. Press SPEED+,- to choose the time between 5-99minutes. Press START to start at speed of 1.0km/h. Speed can be adjusted by pressing SPEED+,-. The machine stops when time shows 00:00.
10. DISTANCE count-down training: power on the machine, press CLEAR/SET two times, distance figure glittering, showing 1.0km. Press SPEED+,- to choose the distance between 1.0-99.0km. Press START to start at speed of 1.0km/h. Speed can be adjusted by pressing SPEED+,-. The machine stops when distance shows 0.00.
11. CALORIE count-down training: Power on the machine, press CLEAR/SET three times, calorie figure glittering, showing 50CAL. Press SPEED+,- to choose the calorie between 10-990CAL. Press START to start at speed of 1.0km/h. Speed can be adjusted by pressing SPEED+,-. The machine stops when calorie shows 0.

3.2 Getting Started

Power the treadmill on by plugging it into an appropriate wall outlet, then turn on the power switch located at the front of the treadmill below the motor shield. Ensure that the **safety key** is installed, as the treadmill will not power on without it. When the power is turned on, the display is ready for operation.

3.3 Self-Checking

When using for the first time, it is necessary to make the machine carry on self-check:

- Remove the safety key, press *SET/CLEAR* and hold, then insert the safety key again, the machine enters into self-checking state. During this state, pressing *START* a few times until the machine start to run , the machine begins to self –check. It stops automatically after self-checking.

Note: Don't stand on the machine when self-checking.

3.4 Quick-Start Operation

5. Press and release the *START* to begin belt movement, at 1.0 Km/hr, then adjust to the desired speed using the '+' or '-'. You may also use the quick speed keys (3, 6 and 9) to adjust the speed.
6. To slow the treadmill down, press and hold the 'speed -' key to desired speed. You may also press the rapid speed adjust keys: 3, 6, 9.
7. In a state of running, single press *STOP*, the walking belt will gradually slow down.
8. In the state of running, single press *CLEAR/SET* will clean time, distance, calorie.

3.5 Incline Feature

- Incline may be adjusted anytime after belt movement.
- Incline can't be back to 0 after removing safety key.
- Incline can be back to 0 after starting machine again.

3.6 Pulse Grip Feature

Hold on both stainless steel pulse sensors in the handrails, the The Pulse (Heart Rate) console window will display your current heart rate during the workout within 15 seconds . Note: You must use both stainless steel sensors to display your pulse.

3.7 Calorie Display

Displays the cumulative calories burned at any given time during your workout.

Note: This is only a rough guide used for comparison of different exercise sessions, which cannot be used for medical purposes.

3.8 Folding and Unfolding Treadmill

3.8.1 Folding

First, lift the back part of the frame board with your hand till you hear a light sound, which means the folding system has been locked. Running board can't be turned to the opposite direction now.

3.8.2 Unfolding

Place the folded treadmill in a spacious area. Lift the back part of the frame board with your hand, then click the spring to unfold the machine. Please stand back for more than 1.5 meters and release it, then it will open automatically.

3.8.3 Transport

Carefully lift the treadmill at the rear roller area, grasping the two side end caps, and roll the treadmill away.

3.9 Programmable Operations

Each preset program has a maximum speed level that is displayed when a desired workout is chosen. The speed that the particular program will achieve will be displayed in the Speed window. Each program has various speed changes throughout.

3.10 To Select a Program

- Power on the machine, press 'MODE' to choose desired program, then press and release 'START' to begin the program with default values.
- The speed window will now be showing the preset speed of the selected program.
- After every one minute speed can be altered automatically according to the programs, and can be altered manually. 3 Seconds before the ending of program a buzzer will sound three times, then the running belt will come to a stop.

4. MAINTENANCE

Reasonable cleaning/lubricating should be made to extend the life time of this unit. Performance is maximized when the belt and mat are kept as clean as possible.

WARNING: THE MAT/DECK FRICTION MAY PLAY A MAJOR ROLE IN THE FUNCTION AND LIFE OF YOUR TREADMILL AND THAT IS WHY WE RECOMMEND YOU CONSTANTLY LUBRICATE THIS FRICTION POINT TO PROLONG THE USEFUL LIFE OF YOUR TREADMILL. FAILING TO DO THIS MAY VOID YOUR WARRANTY.

WARNING: UNPLUG POWER CORD BEFORE MAINTENANCE.

WARNING: STOP TREADMILL BEFORE FOLDING.

4.1 General Cleaning

- Use a soft, damp cloth to wipe the edge of the belt and the area between the belt edge and frame. A mild soap and water solution along with a nylon scrub brush will clean the top of the textured belt. This task should be done once a month. Allow to dry before using.
- On a monthly basis, vacuum underneath your treadmill to prevent dust build up. Once a year, you should remove the black motor shield and vacuum out dirt that may accumulate.

4.2 General Care

- Check parts for wear before use.
- Always replace the mat if worn and any other defective parts.
- If in doubt do not use the treadmill and contact our helpline.

TAKE CARE TO PROTECT CARPETS AND FLOOR in case of leakages. This product is a machine that contains moving parts which have been greased / lubricated and could leak.

4.3 Belt/Deck/Roller Lubrication

The mat/deck friction may play a major role in the function and life of your treadmill and that is why we recommend you constantly lubricate this friction point to prolong the useful life of your treadmill.

Lubrication is provided with this unit. You should apply the enclosed lubrication after approximately the first 40 hours of operation. We recommend lubrication of the deck according to the following timetable:

Light use (less than 3 hours per week) every 6 months

Medium use (3-5 hours a week) every 3 months

Heavy use (more than 5 hours per week) every 6-8 weeks.

See below procedures for lubricating:

3. Use a soft, dry cloth to wipe the area between the belt and deck.
4. Spread lubricant onto the inside surface of belt and deck evenly (make sure the machine is turned off and power is disconnected).
5. Periodically lubricate the front and rear rollers to keep them at there peak performance.

If the treadmill belt/deck/roller is kept reasonably clean it is possible to expect over 1200 hours before additional re-lubing is necessary.

4.4 How to check the running mat for proper lubrication

1. Disconnect the main power supply.
2. Fold the treadmill up into the storage position.
3. Feel the back surface of the running mat.

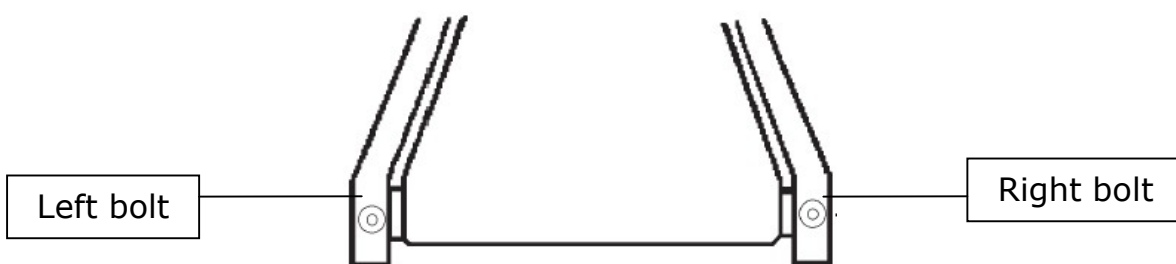
If the surface is slick when touched, then no further lubrication is needed.

If the surface is dry to the touch, apply a suitable silicone lubricant.

We recommend you use a silicone based spray to lubricate your Lifespan Treadmill. This Can be purchased from your local sports Retailer or a local hardware store.

4.5 Belt Adjustment

Belt Tension Adjustment-It is very important for joggers and runners in order to provide a smooth, steady running surface. Adjustment must be made from the right and left rear roller in order to adjust tension with the Hexagonal Wrench provided in the parts package. The adjustment bolt is located at the end of the rails as noted in diagram below:



Note: Adjustment is thru the small hold on the end caps.

Tighten the rear roller only enough to prevent slippage at the front roller. Turn both the right and left bolt clockwise reasonably and inspect for proper tension. When an adjustment is made to the

belt tension, you must also make a tracking adjustment to compensate for the change in belt tension.

DO NOT OVERTIGHTEN - Over tightening will cause belt damage and premature bearing failure.

4.6 Belt Tracking Adjustment

This treadmill is designed to keep the belt reasonably centred while in use. It is normal for some belts to drift near one side while the belt is running with no one on it. After a few minutes of use, the belt should have a tendency to centre itself. If during use, the belt continues to move toward one side, adjustments are necessary. The procedures are as below:

- ▲ First set speed at lowest position.
- ▲ Second check the belt shifts to which side.

If the belt shifts to right, tighten the right bolt and loosen the left bolt by using Hexagonal Wrench, until the belt is centered itself; If belt shifts to left, tighten the left bolt and loosen the right bolt by using 6mm Hexagonal Wrench, until the belt is centered. When adjusting the belt using the Hexagonal Wrenches, it is important to adjust the belt in half turn increments. Over adjusting the belt can cause damage to the mat.

5. TROUBLE SHOOTING

This treadmill is designed in a way that in the event of an electrical fault, the machine will turn off automatically to prevent any injuries to the user and to prevent damage to the machine (i.e. motor).

When the treadmill behaves erratically, simply reset the treadmill by turning the power switch off, waiting for 1 minute then turning the power button back on.

If, after you have reset the treadmill, it is still not running correctly, please run the self-checking analyse (please refer to **Self-Checking**) to distinguish what type of error problem the machine is encountering.

Before attempting any work on the treadmill, ensure that the power is off and the plug is removed from the power point.

Do not use extension leads as it may lead to power decrease and failure.

5.1 Alarm signals

Error code list			
Error code	Reason	Defective parts	Solution
E0	No receive safety key single	Safety key	Insert Safety Key
E2	Running belt opposition is too big or overload	Lubrication system	Pls add silicion oil
E4	No magnetic for motor or motor fired	Motor	Motor cable don't connect very well or change motor
E5	Signal cable connection fail	Signal cable	Change single cable
E6	Components of controller are losing efficacy	Controller	Change controller
E7	Output voltage is over safety system working voltage	Power	Make sure voltage is between AC180V-AC250V
ERR	Incline VR error	Incline system	Check incline motor connection and machine self-checking

6. EXERCISE GUIDE

PLEASE NOTE: Before beginning any exercise program, consult you physician. This is important especially if you are over the age of 35 or individuals with pre-existing health problems.

The pulse sensors are not medical devices. Various factors, including the user's movement, may affect the accuracy of heart rate readings. The pulse sensors are intended only as an exercise aid in determining heart rate trends in general.

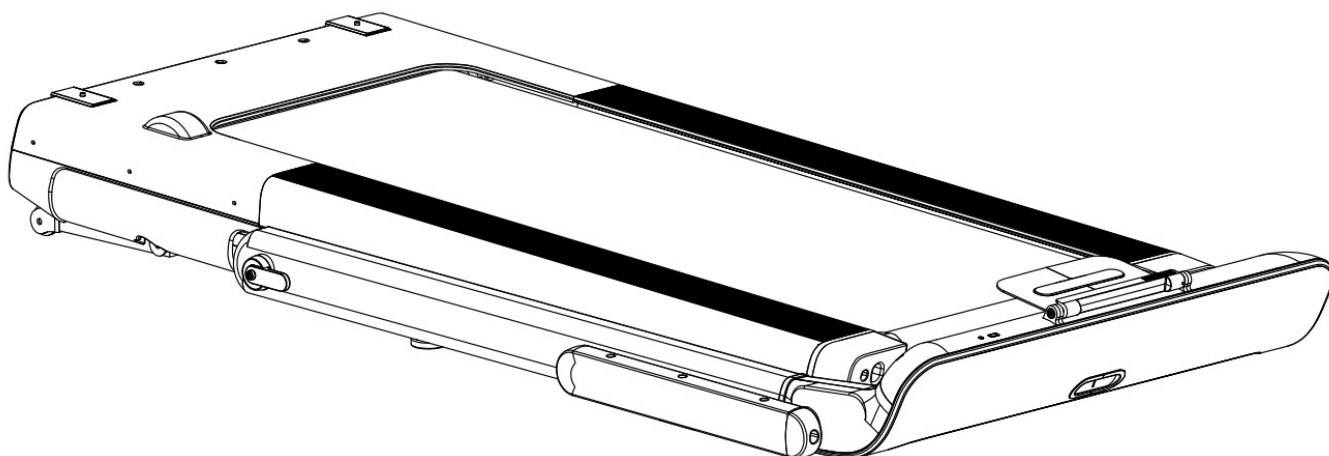
Exercising is great way to control your weight, improving your fitness and reduce the effect of aging and stress. The key to success is to make exercise a regular and enjoyable part of your everyday life.

The condition of your heart and lungs and how efficient they are in delivering oxygen via your blood to your muscles is an important factor to your fitness. Your muscles use this oxygen to provide enough energy for daily activity. This is called aerobic activity. When you are fit, your heart will not have to work so hard. It will pump a lot fewer times per minute, reducing the wear and tear of your heart.

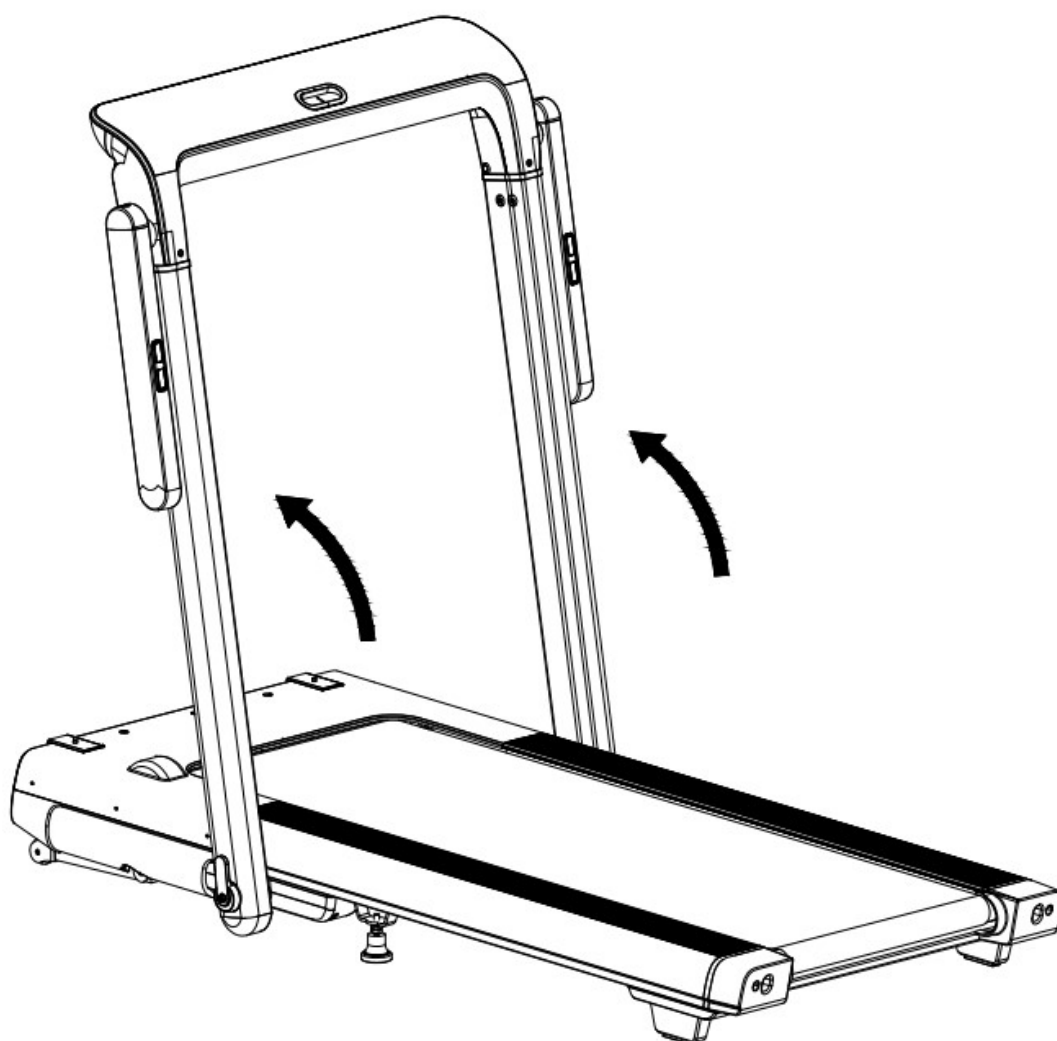
So as you can see, the fitter you are, the healthier and greater you will feel.

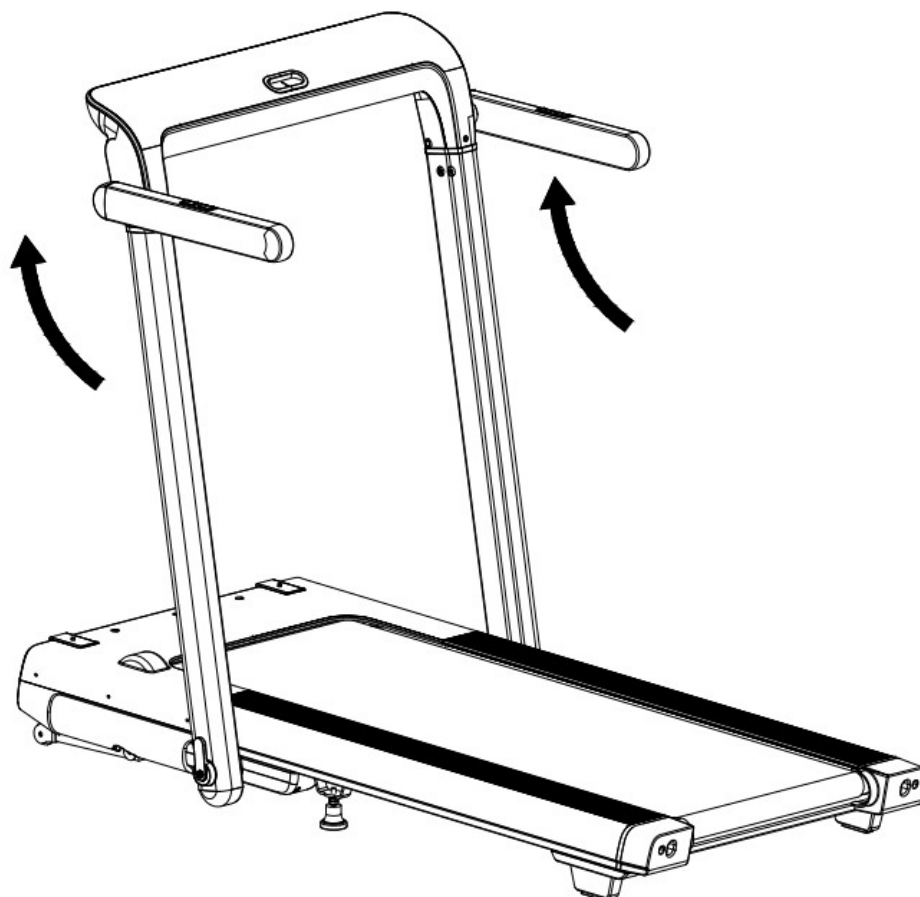
7.INSTALLATION GUIDE

Step 1

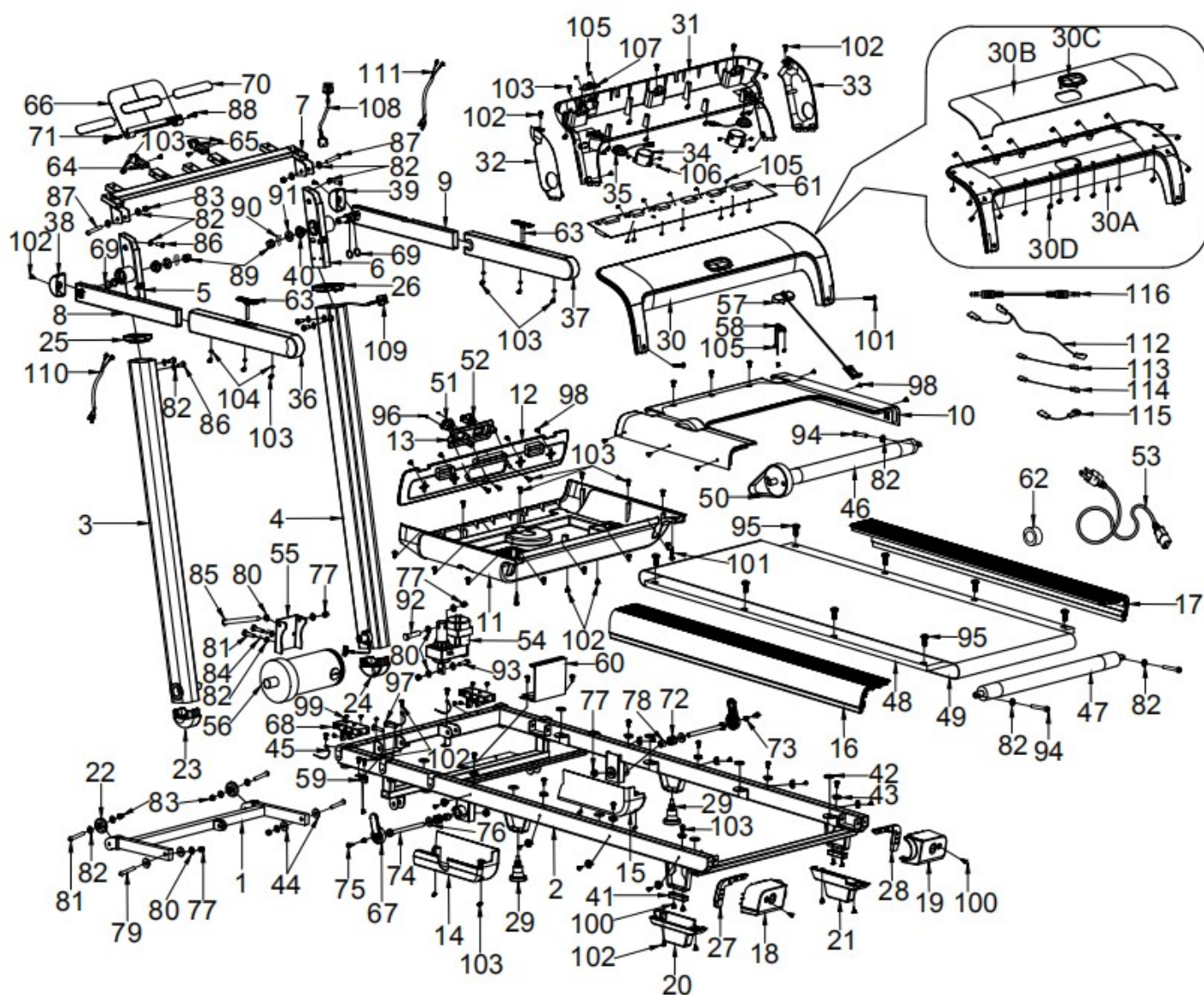


Step2



Step3**Step4**

8.Explorer Drawing



NO.	Description	Qty(pcs)
01	Incline frame welding	1
02	frame welding	1
03	left-lower up right bar welding	1
04	right-lower up right bar welding	1
05	left-upper up right bar welding	1
06	right-upper up right bar welding	1
07	console set welding	1
08	left hand bar welding	1
09	right hand bar welding	1
10	up motor cover	1
11	lower motor cover	1
12	front damper of motor	1
13	Power supply panel	1
14	left side cover	1
15	right side cover	1
16	left side rail	1
17	right side rail	1
18	left end cap	1
19	right end cap	1
20	back left side cover	1
21	back right side cover	1
22	moving wheels $\phi 40 * \phi 8.5 * 17(\text{mm})$	2
23	left upright tube	1
24	right upright tube	1
25	left upright insert	1
26	right upright insert	1
27	left silica insert	1
28	right silica insert	1
29	adjust foot pad $\phi 45 * 53$	2
30	console upper cover set	1
30A	console upper cover	1
30B	console center	1
30C	safety key fixed plate	1
30D	Self tapping screw for cross ST4.2*13	20
31	lower console cover	1

NO.	Description	Qty(pcs)
57	safety key	1
58	sensor wire of console length 500mm	1
59	connect wire of sensor length 900mm	1
60	PCB board	1
61	main control board	1
62	magnet ring	1
63	hand bar heart rate set	2
64	IPAD fixed piece (left)	1
65	IPAD fixed piece (right)	1
66	IPAD supporting board	1
67	twist grip $86 * 45 * 16.8\text{mm}$	2
68	Supporting slider set	2
69	oil seal ring	4
70	single-sided adhesive tape	2
71	IPAD spring frame	1
72	spring strip	2
73	knob spring	2
74	hex screw	2
75	Cylinder head step screw	2
76	flat washer -C class	2
77	nut M10	7
78	up right limited tube	2
79	screw M10*40	2
80	flat washer -C class	8
81	screw M8*35	4
82	flat washer -C class	19
83	nut M8	4
84	spring washer	2
85	screw M10*110	1
86	screw M8*16	6
87	screw M8*45	2
88	screw M8*25 $\phi 6.2$	2
89	nut M14	2
90	spring washer $\phi 14$	2
91	flat washer-C class $\phi 14$	2

32	left console cover	1
33	right console cover	1
34	lower cover of speaker $\phi 46*30*1.5(\text{mm})$	2
35	speaker	2
36	PU hand bar (left)	1
37	PU hand bar(right)	1
38	front left hand bar cover	1
39	right hand bar cover	1
40	lining $\phi 30*\phi 22*\phi 15*12\text{mm}$	2
41	back foot pad $60*16*11(\text{mm})$	2
42	running deck cushion $\phi 30*T2.0(\text{mm})$	8
43	Side rail fixed button	16
44	nylon spacer	4
45	fixed ribbon	3
46	front roller $\phi 86*\phi 42*590.5\text{mm}$	1
47	back roller $\phi 42*581\text{mm}$	1
48	running deck	1
49	running belt	1
50	spring bands	1
51	power socket	1
52	rocker switch	1
53	plug	1
54	incline motor	1
55	motor fixed set	1
56	motor	1

92	screw M10*50	1
93	screw M10*35mm	1
94	screw M8*80mm	3
95	screw M8*25mm	8
96	screw ST4.2*13	2
97	screw M8*40mm	2
98	screw ST4.2*13	13
99	screw M4*10	10
100	screw ST4.2*13	6
101	screw ST4.2*20	4
102	screw ST4.2*13	15
103	screw ST4.2*13	62
104	flat washer -C class	6
105	screw ST3*8	16
106	screw ST3*14	6
107	USB charge+Audio head fixing plate	1
108	console connect wire	1
109	lower connect wire	1
110	Heart rate board connection (long)	1
111	Heart rate board connection (short)	1
112	AC input wire(black)	1
113	AC output wire(red)	1
114	AC input wire(red)	1
115	Power ground (yellow and green)	1
116	MP3 connect wire	1

We have checked the words carefully in the manual. If there is something wrong in printing, please kindly consider it.

If the pictures are different from the product, please take the product as the final and correct one.

Please note: If there are changes in function and specification due to technical improvement, we will not keep you informed.

WARRANTY

for other countries

The product is warranted for 24 months following the date of delivery to the original purchaser.

This warranty does not apply to damages caused by misuse of this product, accidental or intentional damage, neglect or commercial use.

Excluded from this warranty is liability for consequential property or commercial damages or for damages for loss of use.

This warranty is valid only to the original purchaser and under normal use.

Repairs must be made by an authorized dealer, otherwise this warranty void.



Environmental protection - Information about electrical and electronic equipment disposal.

Do not throw a device into a household waste container after its service life finishes or its repair is uneconomical.

Hand the device over to a designated waste collection point to dispose it properly.

There it will be accepted free of charge. The correct disposal will help to conserve natural resources and prevent potential negative effects on environment and human health which could arise from inappropriate waste handling. For more details please contact your local authorities or the nearest

waste collection point.

In case of the wrong disposal fines could be imposed in accordance with national regulations

© COPYRIGHT

MASTER SPORT s.r.o. retains all rights to this Owner's Manual. No text, details, or illustrations from this manual may be either reproduced, distributed, or become the subject of unauthorized use for commercial purposes, nor may they be made available to others.

Reproduction prohibited!

Address of the local distributor:

“e-Health” — aplikace pro smartphone

1. Stáhněte si aplikaci “e-Health”

(1) Aplikaci naleznete v Apple App Store nebo na Google play.

Aplikaci nainstalujte na svém zařízení.

(2) Po instalaci se na vašem zařízení objeví tato ikona.



(3) Klikněte na ikonu, abyste spustili aplikaci. Zvolte “Sign up now” a zaregistrujte se pomocí emailové adresy a hesla. V případě, že již máte vytvořený uživatelský účet, zadejte emailovou adresu a heslo a přihlaste se.

(4) Registrace:

Zadejte své uživatelské jméno, váhu, výšku, datum narození a místo (location) a emailovou adresu a registrujte se.

(5) Po dokončení registrace zvolte váš přístroj. Zobrazí se vaše uživatelské jméno, místo a čas cvičení. Klikněte na

“ Statistics”, kde naleznete záznamy o vašich

trénincích. Klikněte na “ Quick Entry”, kde můžete přepínat mezi jednotlivými modely.

(6) Statistika: Zde můžete sledovat denní, týdenní a

měsíční záznamy. Kliknutím na den získáte detailní informace o jednotlivých

trénincích. Ikony “  ” označují typ tréninku.

BACK

DAYWEEKMONTH

March 3

Swimming

Cycling

TIME

20:00

CALORIES

20:00

DISTANCE

20:00

March 4

Swimming

Cycling

Treadmill

TIME

20:00

CALORIES

20:00

DISTANCE

20:00

March 5

Treadmill

TIME

20:00

CALORIES

20:00

DISTANCE

20:00

BACK

DAYWEEKMONTH

March 3

Swimming

1. March 3 / 13:24

Swimming

TIME

20:00

CALORIES

20:00

DISTANCE

20:00

FREQUENCY

200

2. March 3 / 18:24

Swimming

TIME

20:00

CALORIES

20:00

DISTANCE

20:00

SPEED

20:00

March 5

Swimming

TIME

20:00

CALORIES

20:00

DISTANCE

20:00

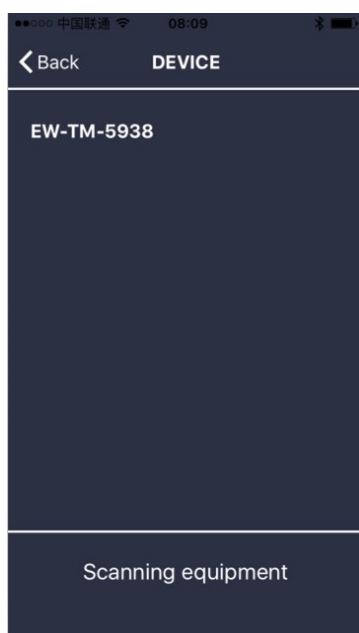
SPEED

20:00

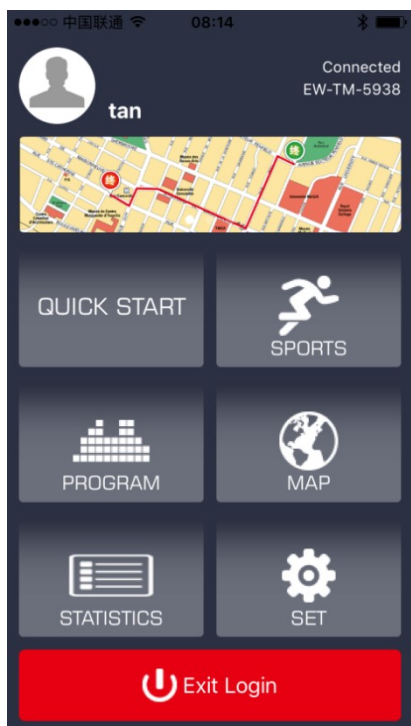
Běžecský pás



Stiskněte tlačítko, zvolte vyhledávání pomocí bluetooth, viz obrázek.



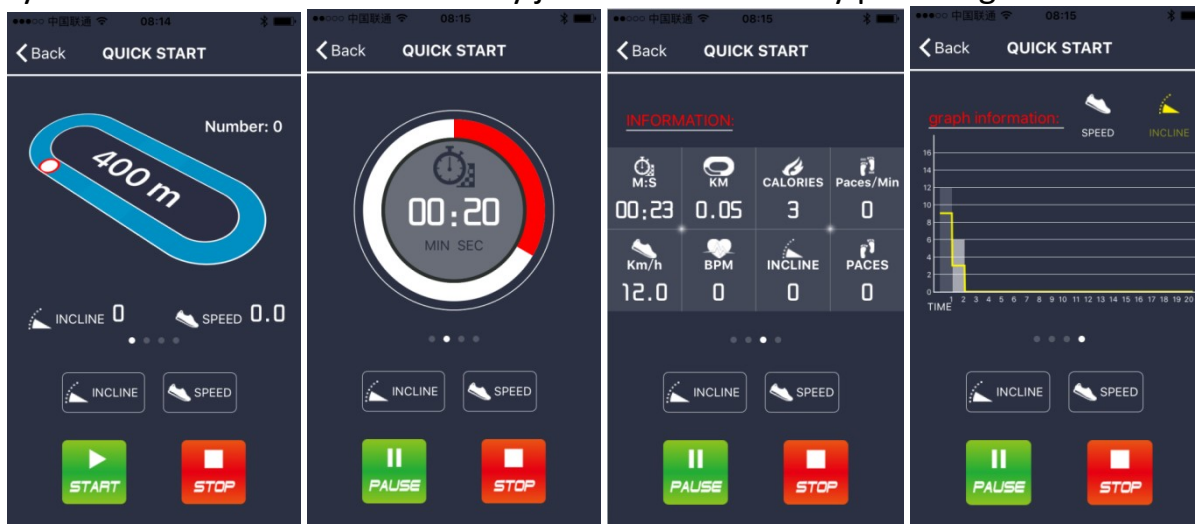
Po úspěšném připojení můžete na displeji v pravém horním rohu vidět bluetooth ID vašeho zařízení

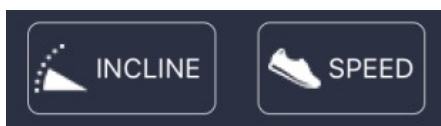


(3) Rychlý start:

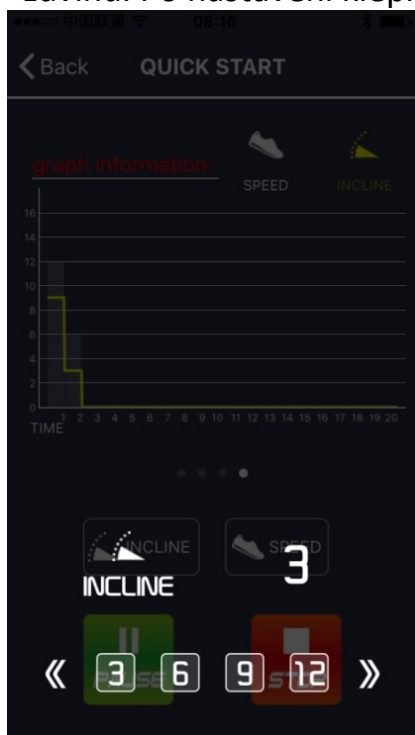
A: Zvolte **QUICK START** a otevřete hlavní menu, kde si můžete vybrat z různých režimů zobrazení a 400m trať, klepněte na tlačítko start na levé straně displeje. Spustíte tak

odpočet času. Posunutím doleva zobrazíte parametry, ikona  bude blikat, pokud je senzor tepové frekvence aktivní. Dalším posunutím zobrazíte aktuální rychlost a úroveň zdvihu. Hodnoty jsou zaznamenávány pomocí grafu.

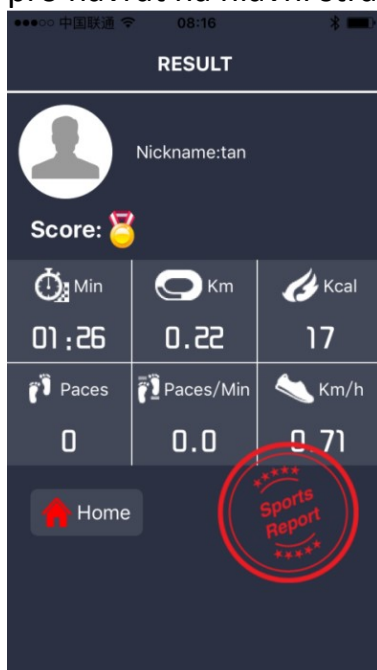




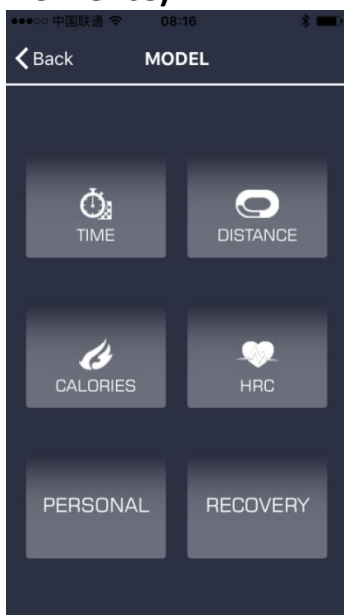
B: Stiskněte a upravte nastavení rychlosti a úrovně zdvihu. Po nastavení klepněte kamkoliv na displeji a uložte nastavené hodnoty.



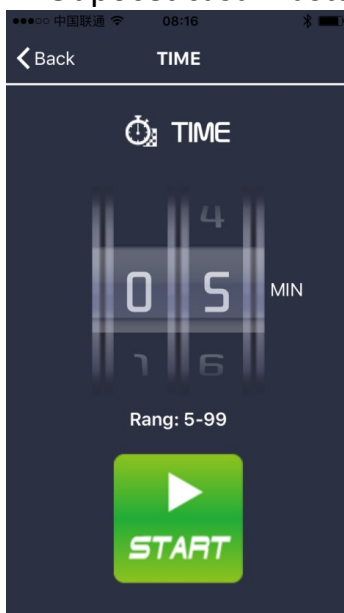
C: Klikněte na a na displeji se zobrazí naměřené hodnoty. Klikněte na HOME pro návrat na hlavní stránku.



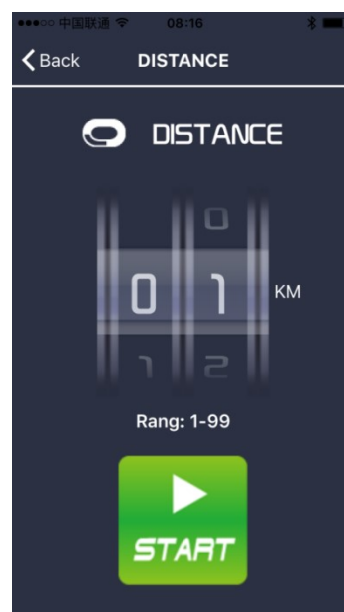
(4) Parametry pro běžecký pás: odpočet času, odpočet vzdálenosti, kalorie, HRC (tepová frekvence), uživatelský program, recovery (dosažení nastavené tepové frekvence).



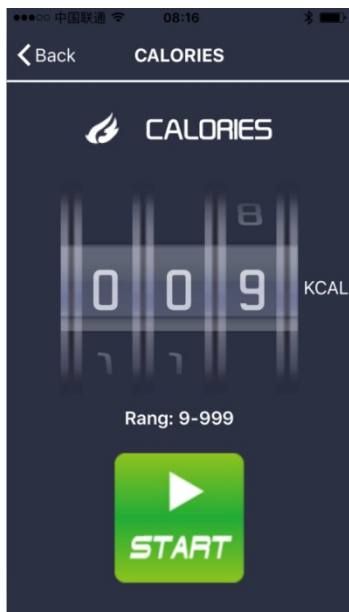
A: Odpočet času: nastavte čas od 5 do 99 minut a stiskněte start.



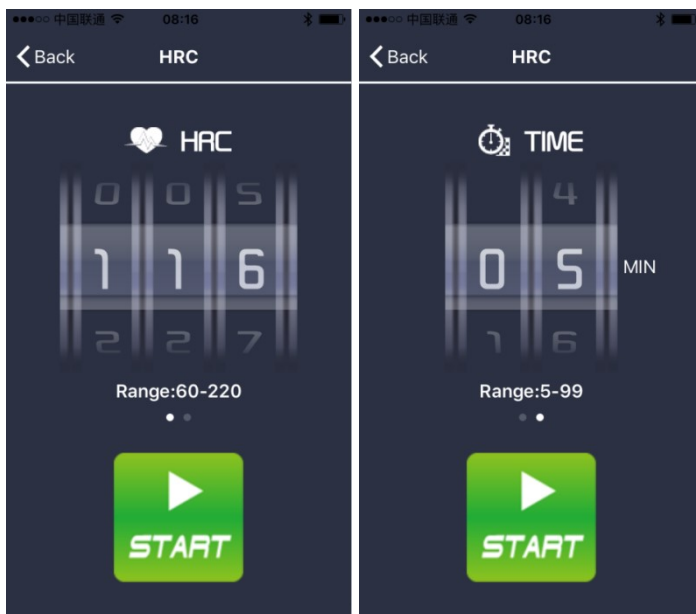
B: Vzdálenost: nastavte vzdálenost od 1 do 99 km a stiskněte start.



C: Kalorie: nastavte hodnotu od 9 do 999 KCAL a stiskněte start.



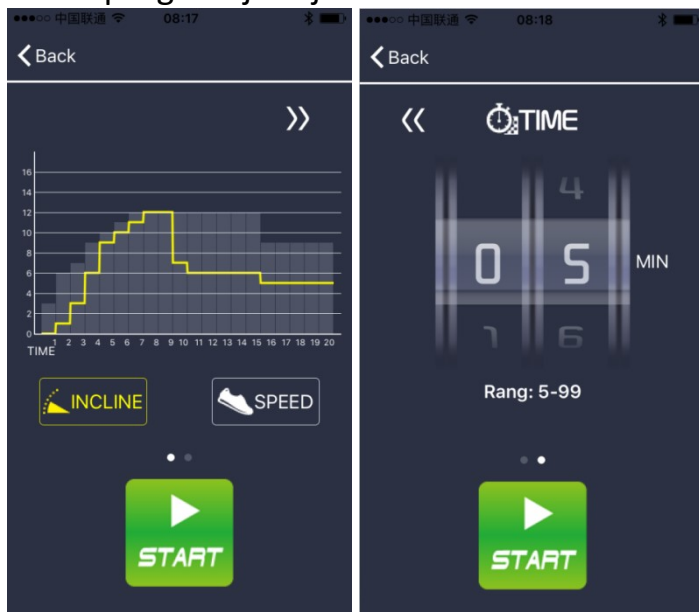
D:HRC režim (tepová frekvence): nastavte tepovou frekvenci od 60 do 220 a stiskněte start.



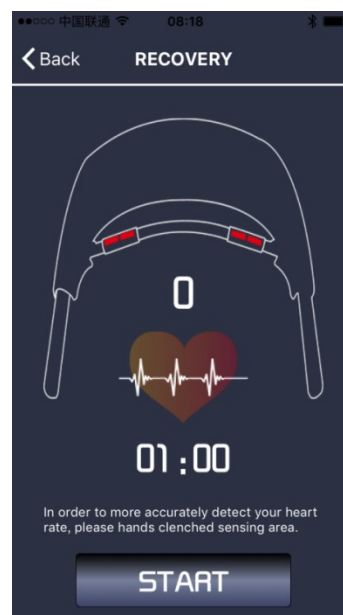
D1:Po nastavení hodnot stiskněte .
Můžete zobrazit měřené hodnoty.  je
nastavená hodnota tep. frekvence.  je
aktuální tepová frekvence.



E: Uživatelský program: Můžete nastavit individuální rychlost a úroveň zdvihu. Nastavené hodnoty se zobrazí pomocí grafu. Nastavte čas cvičení a stiskněte start. Tento program je zajímavou alternativou klasického tréninku.

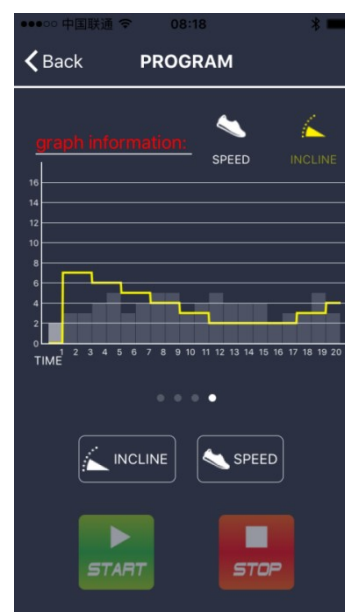
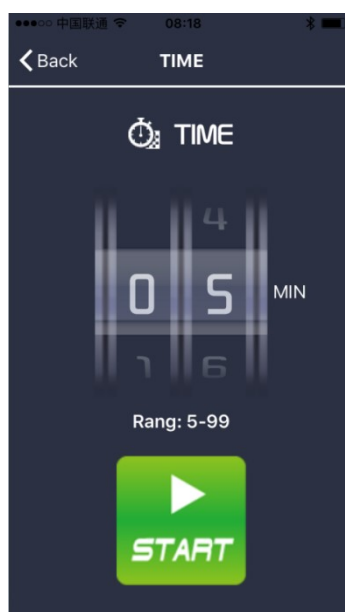
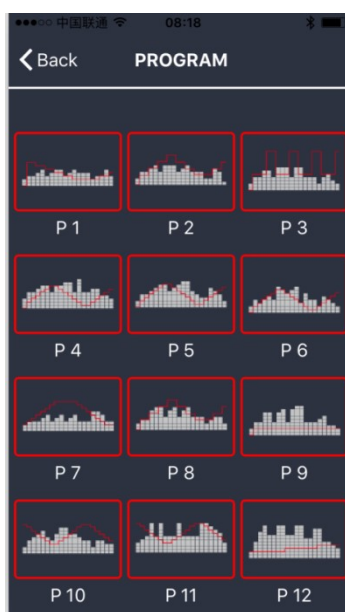


F: Recovery: Stiskněte  a uchopte senzory tepové frekvence na madle. Systém začne během minuty měřit vaši aktuální tepovou frekvenci.



(5) Tréninkové programy: P1 – P12

A: Zvolte tréninkový program, nastavte čas tréninku (5 – 99 minut).

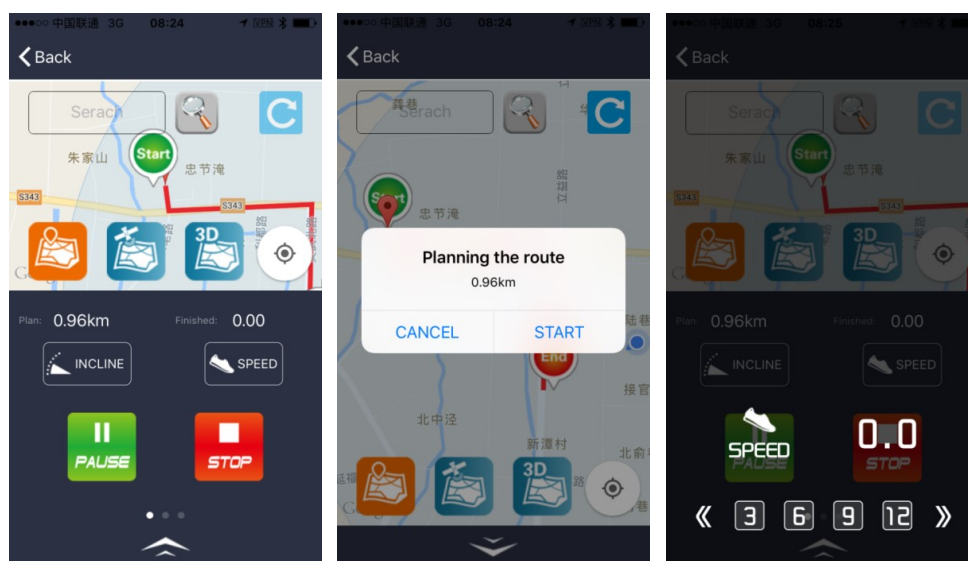




B: Po nastavení klikněte na **START**. Zobrazí se odpočet času, graf a aktuální dílek grafu bude blikat.

(6): Režim mapy: Map mode: trasu si můžete pomoci mapy naplánovat sami, klikněte na . Můžete zvolit režim letadla , satelitní mapy a real-time 3D mapy .

A: Zvolte cílový a výchozí bod. Na displeji se zobrazí trasa a její vzdálenost. Trasu spustíte stisknutím start. V případě, že chcete trasu přeplánovat, stiskněte . Můžete upravit rychlost či sklon terénu.

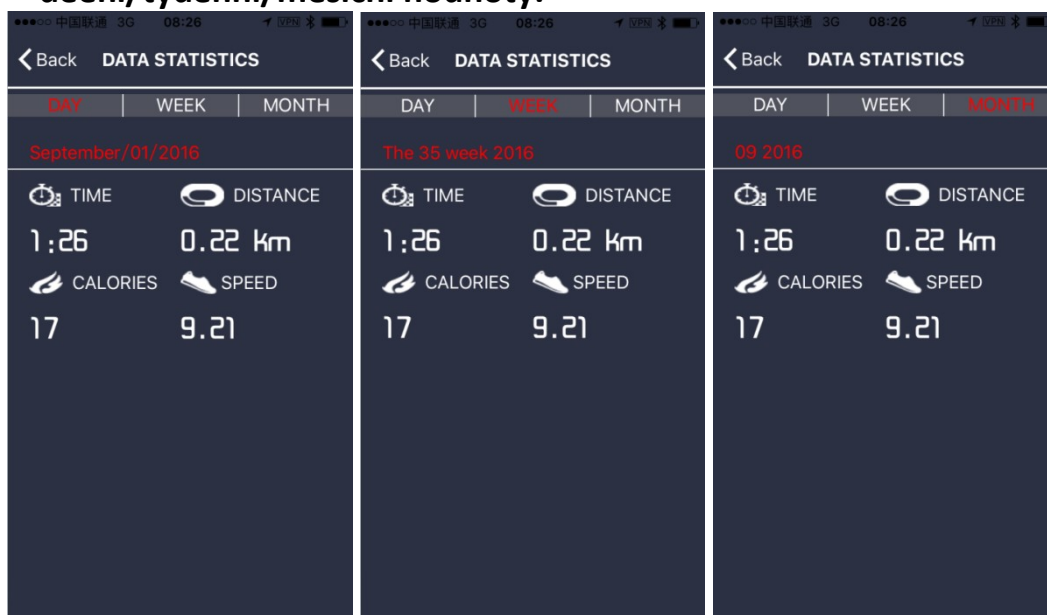


B: **live-action 3D map** spustí simulaci 3D mapy, viz obrázek:





(7) Data tréninku: Klikněte na **STATISTICS** a zobrazí se uložené deení/týdenní/měsíční hodnoty.



(8) Nastavení: Obsahuje informace o vývojáři (about us), zpětná vazba (feedback) a odhlášení se (exit login).

(9) Chyby a jejich řešení

E0 Bezpečnostní zámek

E1 Ztráta signálu rychlosti

E2 Přetížení

E4 Chyba motoru

E5 Přerušování spojení komunikace

E6 Ochrana proti přetížení napětí

E0 Zapijte bezpečnostní zámek dle obrázku.

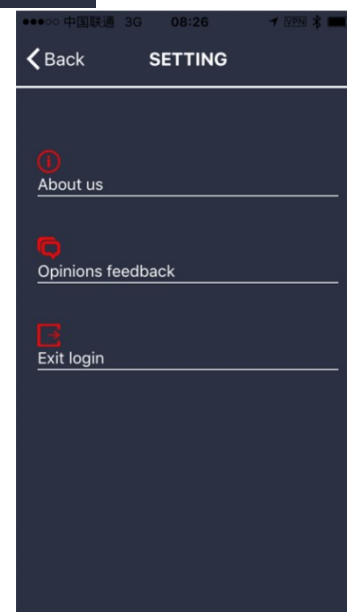
E1 Ujistěte se, že je kabel rychlosti správně zapojený. A zkuste vypnout a zapnout stroj.

E2 Vypněte a zapněte stroj.

E4 Ujistěte se, že kabely motoru a napětí nejsou poškozené. Vypněte a zapněte stroj.

E5 Ujistěte se, že je propojovací kabel bez poškození a zdali je správně zapojený.

E6 Zkontrolujte, zdali je stroj pod napětím a zdali nedošlo k přerušování proudu el. energie.



“e-Health”— Mobile Application

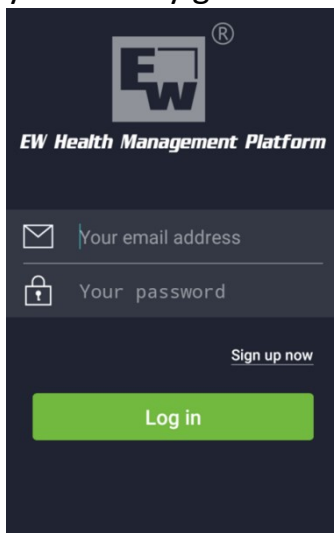
1. Download app “e-Health” to your mobile device

(1) Search “e-Health” from Apple App Store or Google play and install it to your smart phone, below is the icon of “e-Health”.

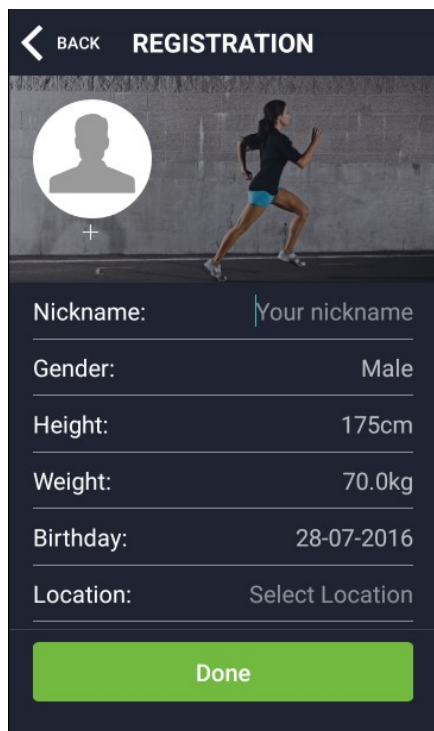
(2) Below icon will show you when finished installation.



(3) Click the icon to entry “e-Health”. Please select “Sign up now” and register account with your email if you were a new user or directly input email and password to log in if you already got an “e-Health” account.



(4) PERSONAL INFORMATION: Please input username, weight, height, birthday, location and email when got a new “e-Health” account.



Registration form with fields for Nickname, Gender, Height, Weight, Birthday, and Location. A green 'Done' button is at the bottom.

BACK REGISTRATION

Nickname: Your nickname

Gender: Male

Height: 175cm

Weight: 70.0kg

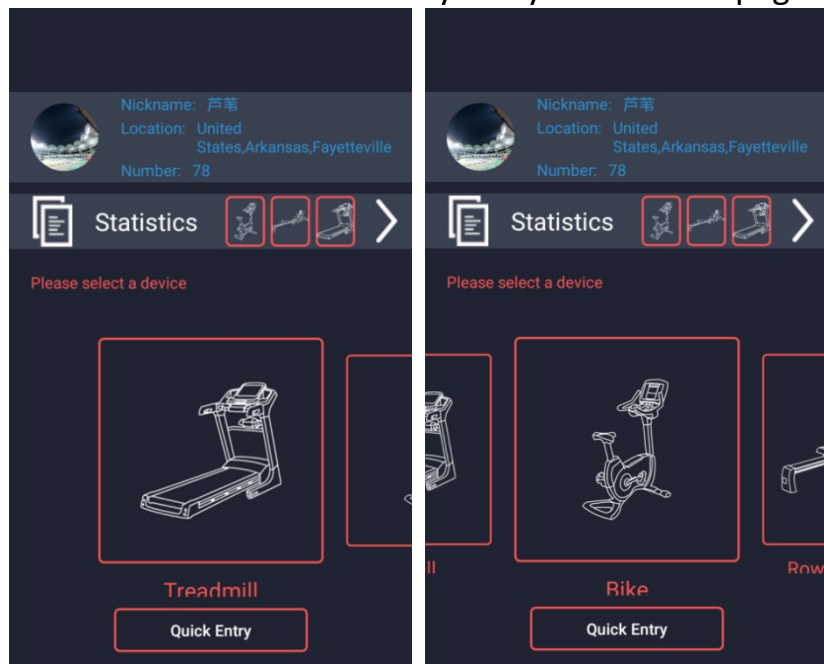
Birthday: 28-07-2016

Location: Select Location

Done

(5) After finishing registration, “e-Health” will turn to the below page for equipment selecting . You can see nickname, location and exercise times in this page. Click

“ Statistics”, you also can get exercise records of different equipment. Click “ Quick Entry” to directly entry to the main page of different equipment.



(6) Statistics: You can check exercise records of every day, every week and every month here. Click the data of every day, you can get the detail data of every time, meanwhile “” can show you exercise type.

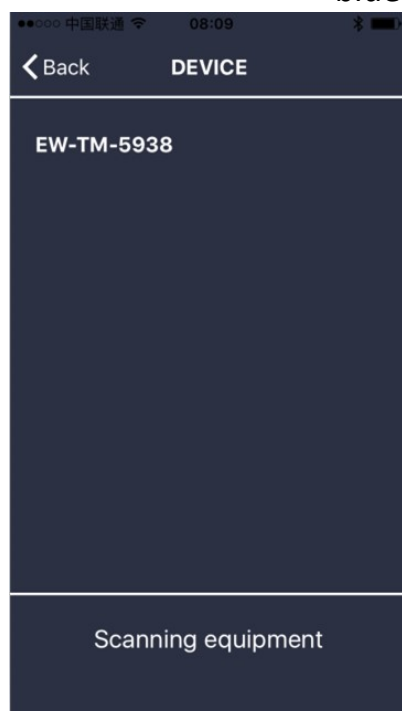


Treadmill

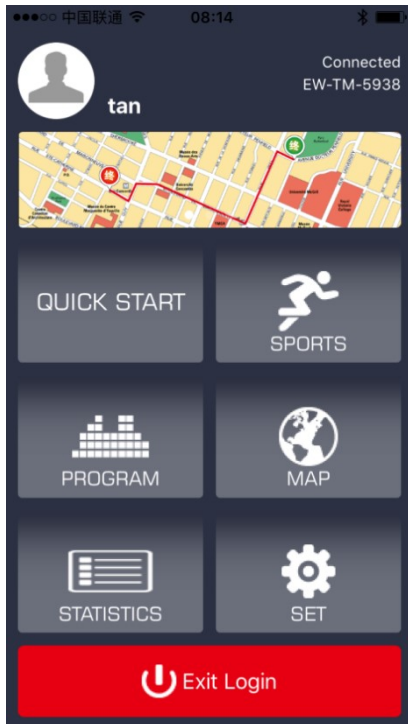


(1) Click button on screen , enter into bluetooth searching interface ,refer to pic:

pay more attention: enter into program , bluetooth only find out bluetooth address of treadmill

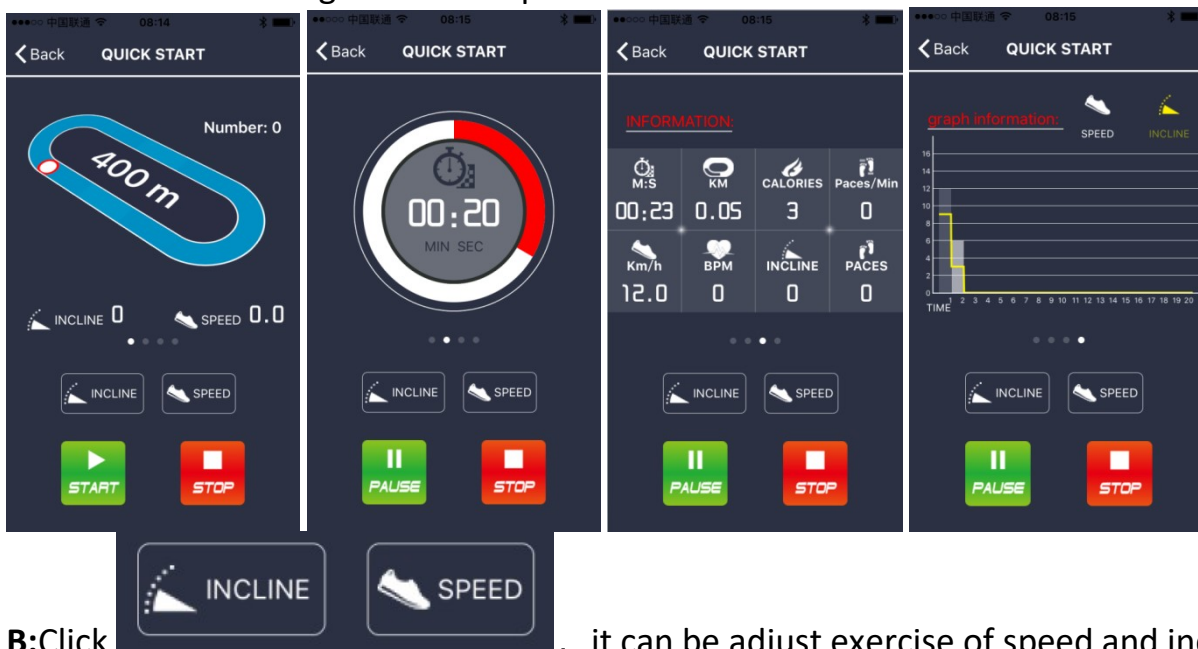


(2) after connecting successfully, enter into main interface , meanwhile it will show bluetooth IP at upper right side.

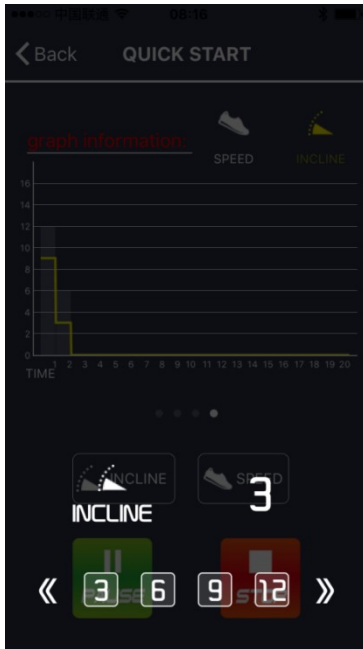


(3) Quick start:

A: Click “quick start”  enter into working interface, click start, various view switching display, 400M track model, Left slide the screen, time is start running, red circle is one minutes/circle, left slide the screen, it will switch to motion parameter display interface, when will have heart rate, “” this icon is twinkle, Left slide the screen again, it will switch to speed and incline display interface, it will show different curve value according to current speed and incline.



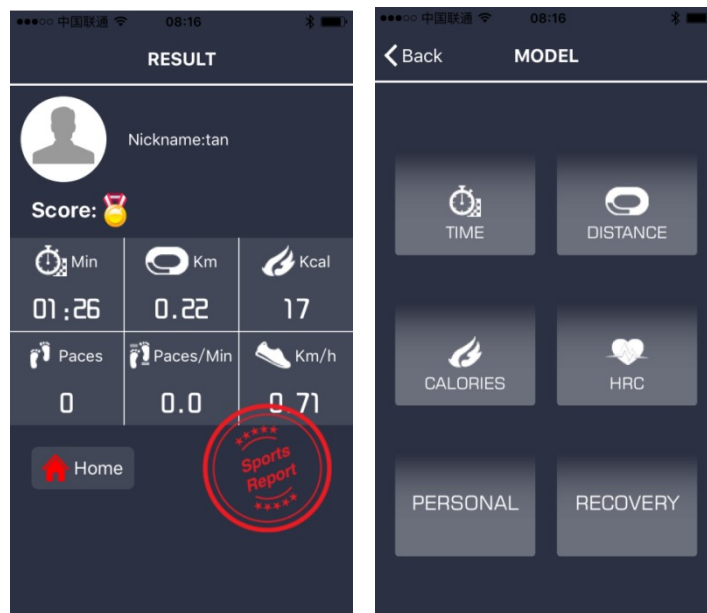
B: Click  , it can be adjust exercise of speed and incline data, click any blank area, adjust button back out.

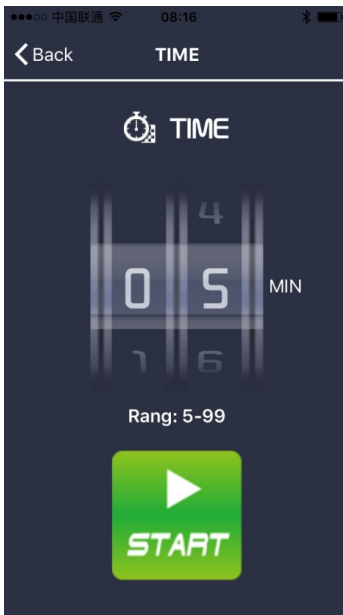


C:Click  button, it shows exercise parameter information, click HOME back to home page

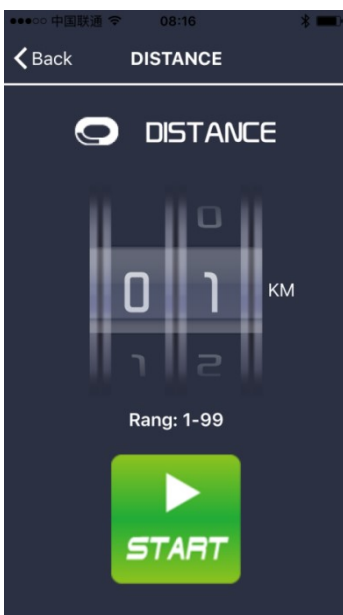
(4) Running model: it is included time count down、 distance count down、 calorie count down、 HRC model、 personal set model、 heart rate recovery model

A: Time countdown model, via slide screen to select time countdown time(range between 5-99), click start, please refer to quick start interface for exercise center.

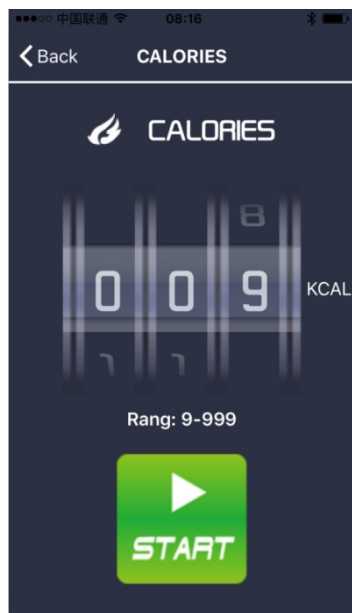




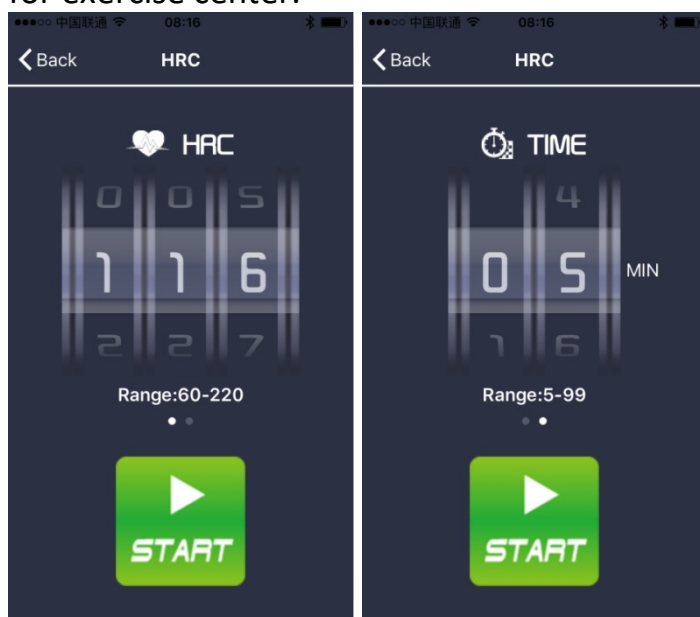
B: Exercise countdown model, via slide screen to select exercise countdown time (range between 1-99) , click start, please refer to quick start interface for exercise center.



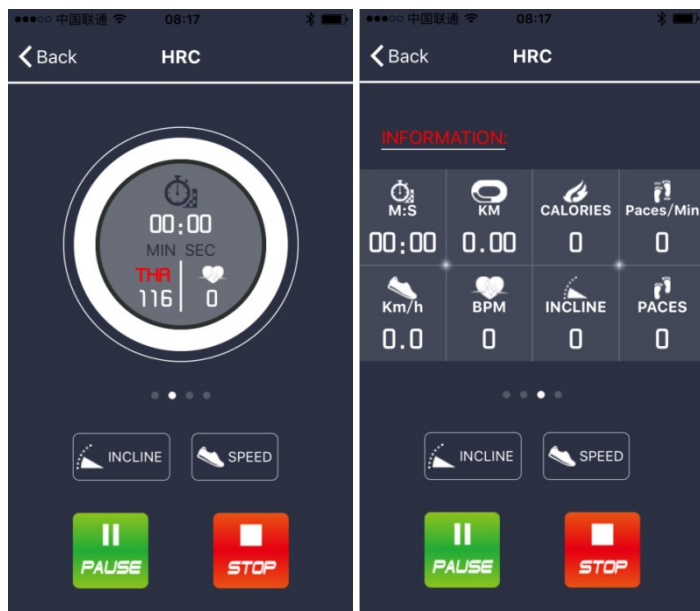
C: calorie countdown time model, via slide screen to select calorie countdown time (range between 9-999) , click start, please refer to quick start interface for exercise center.



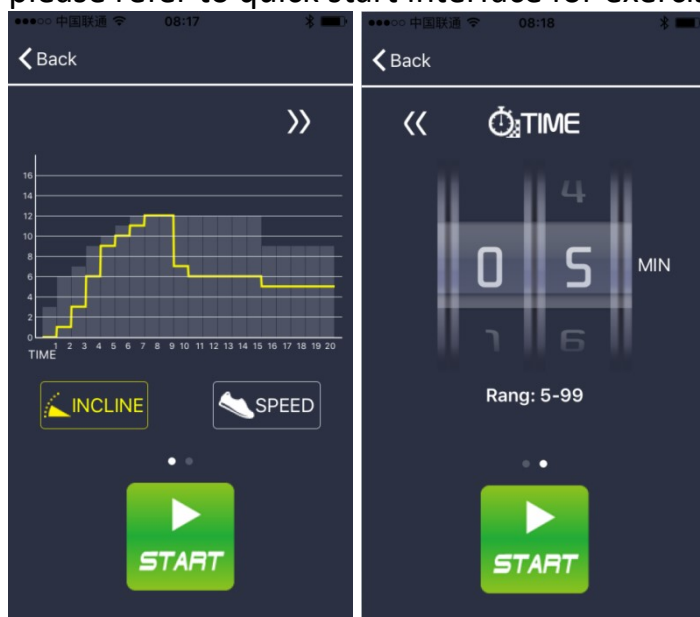
D:HRC model, set HRC value, range between 60-220, left slide the screen, to set exercise value, range between 5-99, click start, please refer to quick start interface for exercise center.



D1:HRC model, done setting, click start“**START**”running, please see below HRC running interface, “**THA**”is target data setting, “”is actual heart rate data.

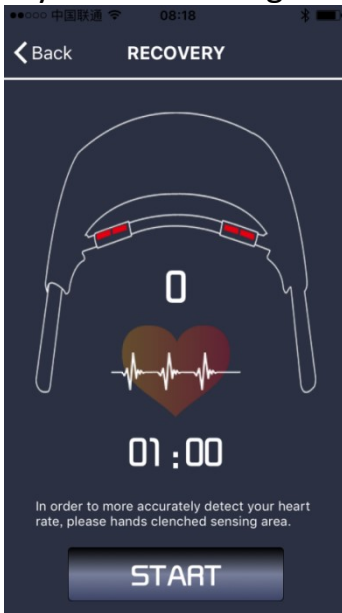


E: Personal setting model, it can be selected incline or speed individual, To set fulfilled exercise graph, select exercise time, make sport more interesting, click start, please refer to quick start interface for exercise center.

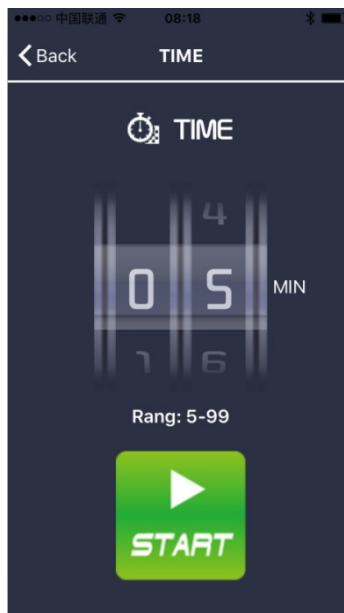
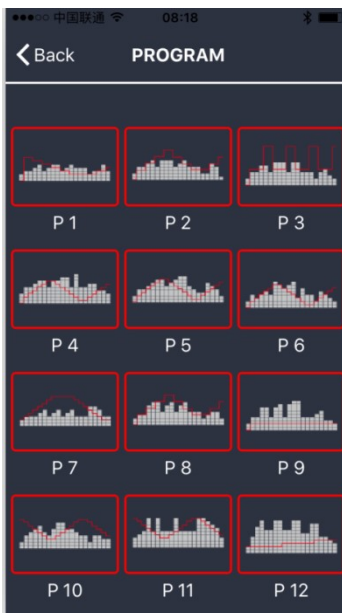


START

F: Heart rage recover model, click start“”, hand heart rate, a minute system according to the result of computation, give you a heart rate level.



(5) Program model: it included 12 models P1-P12

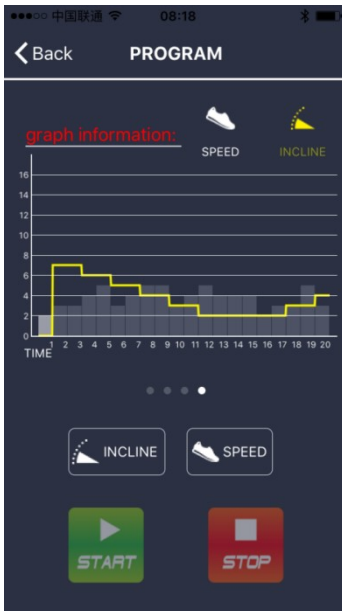


A:select exercise program, set up time, time range 5-99)

B: click start after setting

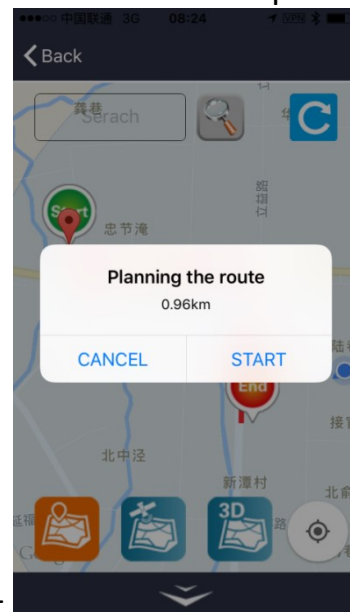


“**START**”running. Setting countdown time, innate program graph, it will be divided by time, histogram will twinkle.

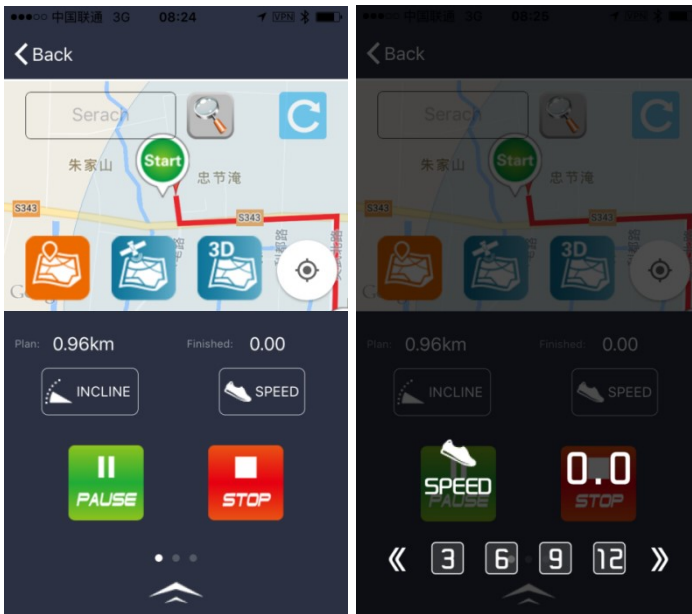


(6) Map mode: it can plan the movement route by itself, and realize the conversion of "plane map", "satellite map" and "real-time 3D map".

A: Search for the target point, click the first point on the map as the starting point, click the second point as the end point, and at the same time pop up the path planning distance, Click to start the movement, you can also choose "C" to re-plan the path, in



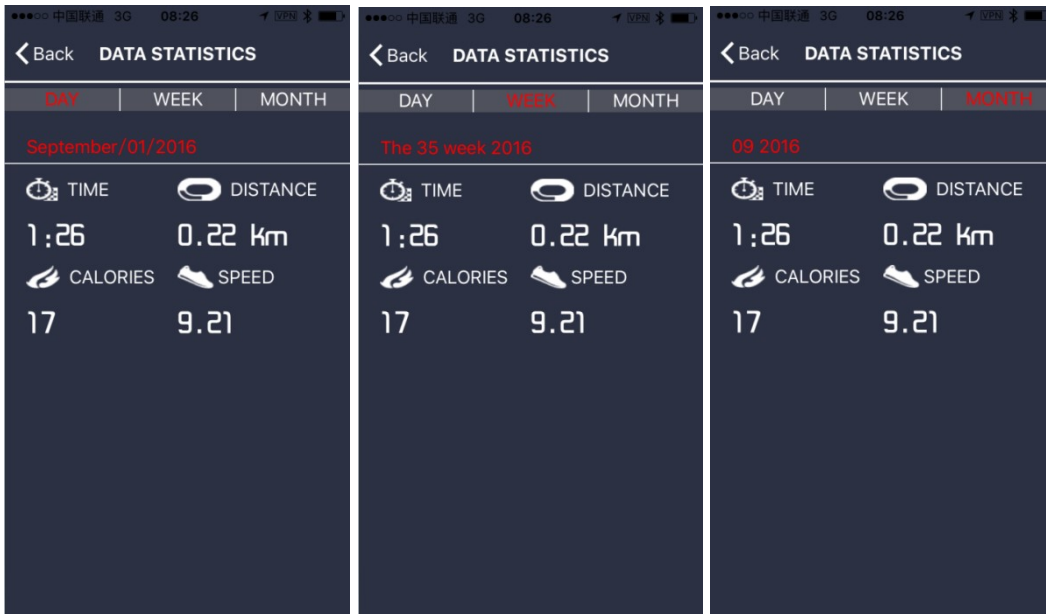
the movement process, click speed, slope adjustment.



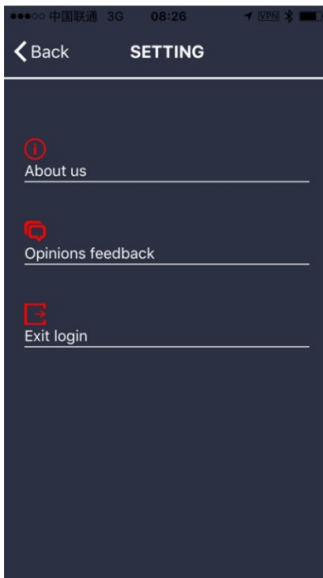
B: “” **live-action** 3D map, via select icon, simulate real live-action exercise, please refer to picture as below:



(7) Exercise data: Click “” enter to exercise data interface, you can see data record for daily, weekly, monthly, click daily record, you can see exercise results.



(8) Setting: enter to set interface, there are three portion of contents, about introducing ourselves, 、 problems feedback、 exit interface



(9) Error report and information disposition

"E0 Safety Lock "

"E1 Losing Speed Signal"

"E2 Overloading"

"E4 Engine Exception"

"E5 Communication Connection Interrupting"

"E6 Under voltage Protection"

E0 Content "Connect to safety lock according to the picture above."

E1 Content "Make sure speed signal wire works fine and retry powering on system."

E2 Content "Re powering the controller to clear the error."

E4 Content "Make sure the engine wire and voltage work fine, then re powering to clear the error."

E5 Content "Check the communication wire whether it's connected or not."

E6 Content "Check whether machine is under voltage or the power tube breakdown."