

Uputstvo za upotrebu mašine za penjanje uz stepenice



1. Pre montaže i treninga, pažljivo pročitajte ovaj korisnički priručnik. Informacije u njemu pomoći će vam da razumete kako pravilno instalirati i koristiti proizvod. Korišćenjem ovog proizvoda podrazumeva se da ste pročitali ovaj priručnik.
2. Nakon kupovine proizvoda, pažljivo popunite garantni list i sačuvajte ga. Pošaljite potvrdu o kupovini našoj kompaniji kako bismo mogli da vam pružimo kvalitetniju uslugu.
3. Kako se proizvod stalno unapređuje i usavršava, sadržaj ovog priručnika može biti revidiran. O eventualnim izmenama nećemo posebno obavestavati.
4. Molimo vas da ovaj korisnički priručnik čuvate na sigurnom mestu radi lakšeg pregleda u bilo kom trenutku.

I. Bezbednosne mere

Bezbednosno obaveštenje: Ovaj priručnik sadrži važne informacije o bezbednom korišćenju. Pažljivo ga pročitajte pre upotrebe.

1. Ova mašina je pogodna za komercijalne fitnes klubove, fitnes centre, trening izgradnje tela, sportske treninge i sportske nastavne aktivnosti.
2. Stepenišni trenažer treba postaviti u zatvorenom prostoru. Ne koristiti ga napolju ili na mestima sa visokom vlagom. Ne prskati vodu ili druge tečnosti po uređaju. Ne postavljati niti ubacivati strane predmete u uređaj.
3. Prilikom korišćenja stepenišnog trenažera, uverite se da sva četiri ugla stoje stabilno na podu. Uređaj mora biti stabilno postavljen. Iza uređaja treba ostaviti bezbedan prostor od 2000 mm × 1000 mm.
4. Prilikom korišćenja opreme nosite odgovarajuću sportsku odeću i sportsku obuću. Prilikom prve upotrebe preporučuje se stručno vođstvo. U slučaju hitne situacije tokom vežbanja odmah zaustavite uređaj.
5. Nije dozvoljeno da dve ili više osoba vežbaju na stepenišnom trenažeru u isto vreme. Maksimalna dozvoljena težina koju uređaj može da podnese je.

160 kg.

6. Uputstvo za upotrebu:

A. Aerobna vežba: Može trošiti energiju, poboljšati rad srca i pluća, ubrzati cirkulaciju krvi i unaprediti ukupnu fizičku kondiciju, čime se postižu ciljevi mršavljenja i oblikovanja tela.

B. Kada prvi put koristite stepenišni trenažer, držite rukohvate obema rukama kako biste održali ravnotežu.

C. Prilikom podešavanja otpora, radite to polako i u malim koracima.

D. Nakon što se mašina zaustavi, korisnik mora da se uveri u bezbednost pre nego što siđe sa pedala.

7. Svi uređaji na mašini moraju biti u zategnutom stanju. Ako postoji bilo kakvo olabavljenje, odmah ih zategnite ili potražite stručnu pomoć.

8. Nepravilno ili prekomerno treniranje može prouzrokovati oštećenje motora i kontrolera, ubrzati habanje prenosnog sistema, pa čak dovesti i do povreda.

9. Strogo je zabranjeno dodirivati bilo koji deo stepenišnog trenažera dok je u radu.

10. Korisnici sa dugom kosom treba da obrate pažnju na bezbednost svoje kose tokom korišćenja stepenišnog trenažera.

11. Ako osetite bilo kakvu nelagodnost ili neuobičajene simptome tokom upotrebe, odmah prekinite vežbanje i obratite se lekaru.

12. Pre svake upotrebe, stručno osoblje treba da proveri da li su svi delovi prenosa pravilno zategnuti. Ako postoji bilo kakvo olabavljenje, odmah ih zategnite ili zamenite.

13. Tokom održavanja i popravke stepenišnog trenažera treba jasno postaviti znak upozorenja da je oprema van upotrebe.

14. Ako dođe do bilo kakve neuobičajene buke ili drugih nepravilnosti na stepenišnom trenažeru, odmah prekinite rad i kontaktirajte našu postprodajnu službu ili potražite pomoć stručnjaka.

15. U donjem desnom uglu stepenica stepenišnog trenažera nalazi se fotoelektrični prekidač (primenjuje se samo na nekim modelima). Ako se detektuje predmet koji blokira putanju, uređaj će se odmah zaustaviti. Molimo koristite uređaj bezbedno.

16. Pre svake upotrebe stepenišnog trenažera potrebno je proveriti da li je kočnica aktivirana. Metod provere je sledeći: ako start dugme nije pritisnuto, stanite na stepenice trenažera. Ako se stepenice ne pomeraju kontinuirano, kočnica je u dobrom stanju i uređaj se može koristiti; ako dolazi do kontinuiranog kretanja stepenica, strogo je zabranjeno koristiti uređaj i potrebno je telefonom kontaktirati našu kompaniju radi zamene kočnice.

17. Stepenišni trenažer ne sme se koristiti u uslovima nestabilnog napona. Uverite se da je napon AC220V ili AC110V. U suprotnom je potrebno instalirati stabilizator napona kako bi se održao napon na potrebnom nivou.

II. Tehnički standardi

Ulazni napon napajanja: AC 220V ili AC 110V

Samopodesivi prekidač: izlaz 6.5A DC 24V

Opseg kalorija: 0 – 999 (Kcal)

Opseg nagiba: 1 – 15

Napajanje prekidača tipa brodskog prekidača: 10A AC 250V

Brzina kretanja: 0.3 – 2 kilometra na sat

Opseg pulsa: 40 – 180

Opseg vremena: 0:00 – 99:59

Opseg pređene distance: 0 – 99.99

Dimenzije proizvoda: 1320 × 845 × 2115 (dužina × širina × visina)

Dimenzije pakovanja: 1360 × 950 × 1220 (dužina × širina × visina)

Maksimalna dozvoljena težina korisnika: 160KG

Težina uređaja: 203KG

III. Machine diagram



IV. Postupak instalacije

Uputstvo za montažu:

Na osnovu principa jednostavne montaže, svi sadržaji u ovom odeljku imaju za cilj da obezbede da se stepenišni trenažer može pravilno i lako sastaviti.

- Zbog velikih dimenzija ovog stepenišnog trenažera, molimo izaberite mesto za montažu na lokaciji gde će uređaj biti postavljen i obezbedite dovoljno prostora oko njega.
- Postavite sve komponente stepenišnog trenažera na čisto i pregledno mesto i uklonite sav ambalažni materijal. Nemojte bacati ambalažu dok montaža ne bude završena.
- Tokom procesa montaže, osim ako nije drugačije navedeno, svi vijci moraju biti zategnuti, a nakon završetka montaže potrebno je proveriti zategnutost svih vijaka.

- Prilikom sklapanja ovog stepenišnog trenažera, uverite se da su svi delovi montirani u skladu sa dijagramom za montažu.

Koraci montaže – Fiksiranje nožne pedale

Uputstvo za montažu:

- (1) Uklonite ambalažni materijal sa nožne pedale.
- (2) Postavite nožnu pedalu na položaj prikazan na slici.

Leva nožna pedala

Desna nožna pedala



Korak montaže 2:

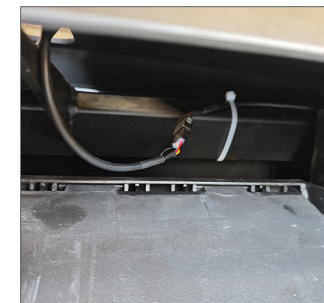
Postavljanje nosača displeja

Uputstvo za montažu:

- (1) Pričvrstite nosač displeja pomoću vijaka (kao što je prikazano na slici 1, slici 2 i slici 3). Napomena: ova četiri vijka ne treba odmah potpuno zategnuti, već ih prvo zavrните do pola. Nakon što se postave rukohvati i ostali pričvrtni elementi, tada ih potpuno zategnite. Zatim povežite unutrašnji konektor sa priključkom predviđenim na ramu.



(Slika 1)



(Slika 2)



(Slika 3)

Korak montaže 3:

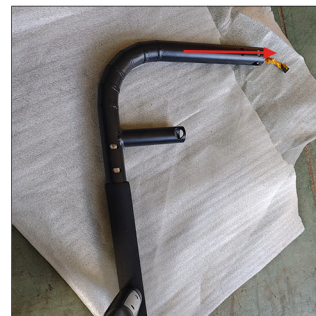
Povežite komunikacioni kabl i sastavite sklop rukohvata.

Uputstvo za montažu:

- (1) Provedite kabl rukohvata kroz spojni deo rukohvata i ubacite spojni deo u rukohvat. Na kraju zategnite vijke za fiksiranje. (Kao što je prikazano na slici)



(Slika 4)

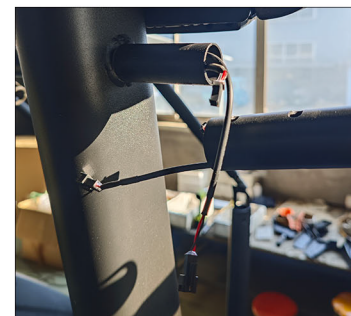


(Slika 5)

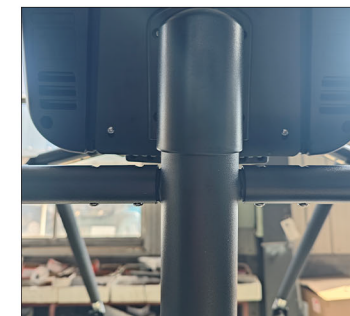


(Slika 6)

- (2) Prvo priključite kabl koji dolazi iz spojnog rukohvata u port na donjoj strani ekrana displeja, zatim ubacite rukohvat u port na donjoj strani displeja. Napomena: nakon ubacivanja, pazite da se kabl ne zaglavi u rupama za vijke. Zatim zategnite vijke na oba kraja. Nemojte odmah zategnuti vijke na rupama prikazanim na slici 8. Sačekajte da oba rukohvata (levi i desni) budu postavljena, a zatim ih postepeno zategnite uzimajući u obzir leve i desne rukohvate i vertikalne stubove. (Kao što je prikazano na slici)



(Slika 7)



(Slika 8)



(Slika 9)

Korak montaže 4:

Postavite spoljašnje plastične delove stepenišne sprave i zategnite vijke.

To je sve.

Dekoratívni poklopac stubova

Držač za flašu vode

Dekoratívni poklopac spoja rukohvata i konzole



Uputstvo za upotrebu mašine za penjanje uz stepenice

I. Objašnjenje elemenata ekrana



II. Proces testiranja mašine

Protresite rukohvate mašine rukom kako biste proverili da li je cela mašina stabilna.

Uključite napajanje, dovedite električnu energiju do mašine, stanite na stepenišni trenažer i pritisnite sve tastere na elektronskom displeju kako biste proverili da li svaki taster odgovara svojoj funkciji, da li su tasteri ispravni i da li je osećaj pri pritisku normalan.

Nakon pritiska na taster START, stepenišni trenažer počinje odbrojanje 3, 2, 1 i zatim počinje sa radom. Početni nivo rada je 1. U tom trenutku proverite da li sve komponente stepenišnog trenažera rade normalno.

III. Ručni režim: U stanju mirovanja direktno pritisnite taster START. Stepenišni trenažer radi na nivou 1. Na drugim prozorima počinje brojanje od 0 unapred. Kliknite na taster za povećanje ili smanjenje nivoa kako biste promenili nivo rada. Nivo rada se može direktno uneti i pomoću numeričkih tastera ili izborom tastera + ili – na levom i desnom rukohvatu za merenje pulsa. Za zaustavljanje pritisnite taster STOP na rukohvatu.

IV. Funkcija tastera

U stanju mirovanja pritisnite taster PROG da uđete u režim treninga i izaberete (P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8). Zatim pritisnite taster START da započnete trening.

U stanju mirovanja pritisnite taster MODE da uđete u režim podešavanja. Jednim pritiskom podešava se vreme treninga (8:00 – 99:00), ponovnim pritiskom podešava se distanca (100 – 990), a sledećim pritiskom podešavaju se kalorije (20 – 990). Nakon podešavanja direktno pritisnite taster START da započnete trening.

V. Uputstvo za fotoelektrični prekidač (kod nekih modela)

Fotoelektrični prekidač nalazi se u donjem desnom uglu stepenice. Kada neki predmet blokira prolaz, uređaj će se odmah zaustaviti radi bezbednosti. Molimo proverite da je fotoelektrični prekidač u dobrom stanju prilikom korišćenja. Nemojte koristiti fotoelektrični prekidač za zaustavljanje uređaja u situacijama koje nisu hitne.

Dnevno održavanje

1. Dnevno čišćenje

Preporučuje se da opremu čistite pre i posle svakog treninga. Ako želite da uklonite prašinu sa opreme, navlažite krpu u odgovarajućem sredstvu za čišćenje, a zatim obrišite sve izložene površine.

Napomena: Pre čišćenja opreme bilo kojim sredstvom za čišćenje, pročitajte uputstvo proizvođača, posebno uputstva o razblaživanju. Nemojte direktno koristiti koncentrisane rastvore velike jačine ili kisela sredstva za čišćenje. Takva sredstva mogu oštetiti zaštitni sloj opreme. Ne prskajte niti polivajte vodu ili druge tečnosti po bilo kom delu opreme. Sačekajte da se oprema potpuno osuši pre upotrebe.

Redovno čišćenje poda ispod opreme usisivačem može sprečiti nakupljanje prašine koja može uticati na rad opreme. Koristite mekanu najlonsku četku za čišćenje žlebova i pedala opreme.

2. Dnevni pregled

3. Proverite opremu najmanje jednom dnevno zbog sledećih problema:

Proklizavanje kaiša

Labavi pričvrtni elementi

Neuobičajena buka

Bilo koji drugi znakovi da je opremi potrebna popravka

4. Nedeljno održavanje

Izvršite sledeće zadatke održavanja svake nedelje:

- (1) Očistite šine i točkove vodom ili odobrenim sredstvima za čišćenje.
- (2) Očistite pod ispod opreme usisivačem ili mokrom krpom.
- (3) Testirajte sve funkcije kontrolne konzole, uključujući funkciju merenja pulsa.

(4) Proverite da li je oprema čvrsto postavljena na podu. Sve noge opreme treba da budu u potpunom kontaktu sa podom i oprema ne sme da se ljulja ili pomera tokom upotrebe. Ako je potrebno, ponovo je nivelisite.

5. Oprema je veoma teška prilikom pomeranja.

Ako planirate da premestite opremu na novu lokaciju, potražite pomoć odrasle osobe i koristite pravilne tehnike podizanja.

Ako jedan kraj opreme ima točkove, oni se mogu koristiti kako bi se smanjilo opterećenje za vas i osobu koja pomaže.

Preporučuje se korišćenje kolica sa četiri točka za transport.

6. Skladištenje kada se oprema ne koristi duže vreme

Ako ne želite da neko koristi opremu tokom dužeg perioda, izvršite sledeće radnje za skladištenje.

Postavite opremu na odgovarajuće mesto kako biste izbegli oštećenja i kako ne bi smetala drugim osobama ili drugoj opremi.

Uputstvo za stepenišni trenažer i metode rešavanja grešaka

I. Prozor displeja

Prozor VREME (Time) / DISTANCA (Distance)

Prikaz vremena: opseg 0 – 99 minuta

Prikaz visine: jedinica visine je metar

Prozor KALORIJE (Calories)

Prikaz kalorija: na svakih pređenih 10 metara kalorije se povećavaju za 1 kilokaloriju

Prozor PULS (Heart Rate)

Prikaz pulsa: opseg 40 – 180

4. OTPOR – Prozor za prikaz otpora:

Prikazuje nivo otpora u opsegu od 1 do 15.

5. RPM – Prikazuje broj koraka za svaki nivo otpora: 28 – 168.

6. BRZINA – Prikazuje brzinu za svaki nivo otpora.

7. PROGRAM – Prikazuje naziv programa P1 – P8.

II. Funkcije tastera:

1. Numerički tasteri: Pritisnite odgovarajući taster tokom rada kako biste brzo podesili nivo otpora.

2. START: Pritiskom na ovaj taster mašina će odbrojavati 3–2–1 pre početka rada.

3. PAUZA: Pritiskom na ovaj taster mašina prelazi u režim pauze.

4. STOP: Pritiskom na ovaj taster zaustavlja se kretanje mašine i brišu se podaci.

5. PRG – Taster programa: Pritiskom na ovaj taster pokreće se program koji je podešen u mašini. Takođe je moguće podesiti vreme.

Postoji ukupno 8 programa. Nakon pokretanja, vreme počinje da se odbrojava prema podešenoj vrednosti. Brzina se može podešavati pomoću tastera za povećanje i smanjenje brzine. Kada vreme dođe do 0, mašina se zaustavlja.

6. MODE – Taster režima: Pritiskom na ovaj taster ulazi se u režim podešavanja vremena, distance ili kalorija.

1. Režim vremena: Nakon pokretanja, vreme počinje da se odbrojava, a distanca i kalorije počinju da se povećavaju.

2. Režim distance: Nakon pokretanja, distanca počinje da se odbrojava, a vreme i kalorije počinju da se povećavaju.

3. Režim kalorija: Nakon pokretanja, kalorije počinju da se odbrojavaju, a vreme i distanca počinju da se povećavaju.

7. Taster + i –: Pritiskom na ove tastere podešava se nivo otpora i parametri.

8. SET – Taster za podešavanje: Pritiskom na ovaj taster ulazi se u korisnički program mašine. Kada se aktivira, može se podesiti nivo otpora za svaki segment programa.

Parametri se mogu podesiti ručno (pomoću tastera + i –), a nakon podešavanja pritisnite taster START. Mašina će raditi prema nivou otpora koji je podesio korisnik.

III. Prijava grešaka i metode rešavanja

E01: Greška u komunikaciji

- (1) Proverite komunikacioni kabl;
- (2) Zamenite displej ploču;
- (3) Zamenite kontroler;

E02: Greška kontrolera i magnetnog otpornika

- (1) Proverite da li je kabl magnetnog otpornika isključen;
- (2) Proverite da li je magnetni otpornik oštećen;

- (3) Zamenite kontroler;

E04: Hardversko preopterećenje

- (1) Proverite da li je magnetni otpornik pregoreo;
- (2) Zamenite kontroler;

E05: Softversko preopterećenje

- (1) Proverite da li je magnetni otpornik pregoreo;
- (2) Zamenite kontroler;

Nakon pokretanja mašina radi kada je neko prisutan, ali se resetuje nakon 2 sekunde

- (1) Proverite da li je fotoelektrični senzor pravilno povezan;
- (2) Zamenite kontroler;

6. Nakon pokretanja, mašina ne radi kada je neko na njoj. Resetuje se nakon 2 sekunde:

- (1) Proverite da li je magnet kočnice oštećen.
- (2) Proverite da li je mašina blokirana.
- (3) Zamenite kontroler.

7. Na svim digitalnim displejima prikazuje se "---": Hitno zaustavljanje.

Ako dođe do nenormalnog hitnog zaustavljanja:

- (1) Proverite prekidač blizine.
- (2) Zamenite kontroler.

8. Nenormalna brzina:

- (1) Proverite da li je fotoelektrični prekidač na disku pravilno instaliran.

9. Nema prikaza na displeju nakon pokretanja:

- (1) Proverite priključne kablove.
- (2) Zamenite napajanje.
- (3) Zamenite kontroler.
- (4) Zamenite elektronski merač.