

מדריך למשתמש

מכשיר הליכה מדגם B-CORE GOLF 25



B-CORE

פתיחת וקיפול המכשיר

שלב 1: פתח את הקרטון, הוצא את המכשיר והנח על הקרקע.

STEP 1:



שלב 2: שחרר את פין הביטחון (19) נגד כיוון השעון משני הצדדים בין 3-5 סיבובים ודחוף את המסגרת כלפי מעלה כמו בתמונה. לאחר מכן הדק את פין הביטחון (19) בכיוון השעון משני הצדדים כדי לנעול את המסגרת.

STEP 2:



שלב 3: סובב את שתי הידיות השמאלי והימני כלפי מעלה כפי שמוצג בתמונה.

הערה: אם הידיות מתרופפות, השתמש במפתח אלן מספר 6 כדי לנעול אותו שוב למקומו.

STEP 3:



שלב 4: הכנס את מפסק הבטיחות למקומו, וחבר את מגש מחזיק הטלפון הנייד או הטבלט לחלק העליון של מסך הנתונים. חבר את כבל החשמל לשקע החשמל של הליכון.

STEP 4:

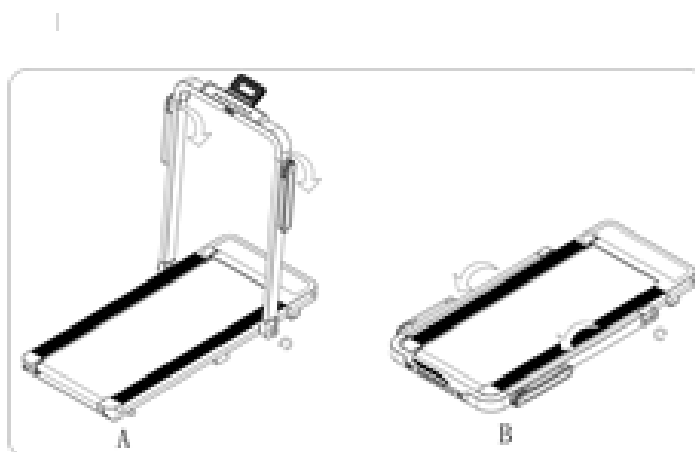


מצב הליכה

אם ברצונך להעביר את ההליכון למצב הליכה, עליך לסובב את הידיות למצב מקביל לעמודים כמו בתמונה A ולשחרר את פין הביטחון נגד כיוון השעון משני הצדדים כ- 3-5 סיבובים ולהעלות את המסגרת למעלה כמו בתמונה.

B הדק את הפין כלפי מעלה בכיוון השעון.

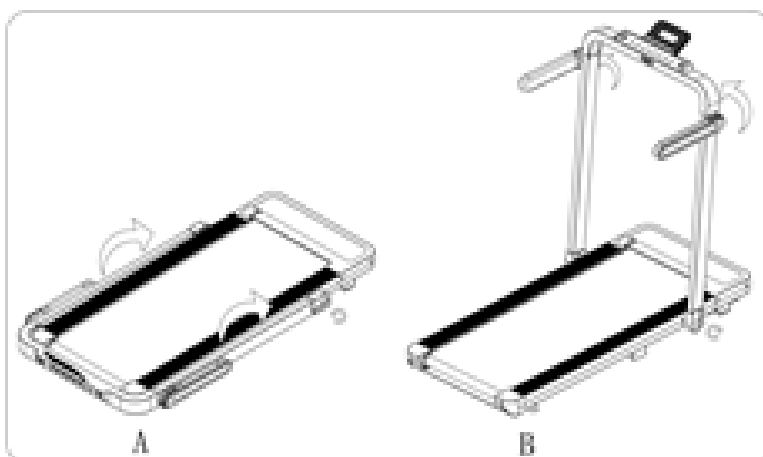
הערה: יש לנתק את החשמל לפני החלפת מצב אימון.



מצב ריצה

אם ברצונך להעביר את ההליכון למצב ריצה כשהוא במצב של תמונה A, עליך לשחרר את הפינים הקבועים נגד כיוון השעון משני הצדדים כ- 3-5 סיבובים, ולאחר מכן למשוך את המסגרת עד למעלה כמו בתמונה B ולהדק את פין הביטחון בכיוון השעון משני הצדדים. לבסוף, סובב את הידיות השמאלי והימני כלפי מעלה ב-270 מעלות כפי שמוצג בתמונה השמאלית

הערה: יש לנתק את החשמל לפני החלפת מצב אימון.



הנחיות בטיחות

חשוב: מכשיר זה מיועד לשימוש ביתי בלבד.

אנא קראו את המדריך לפני ההרכבה וההפעלה. שימו לב להנחיות הבטיחות הבאות:

סכנה: על מנת לצמצם את סיכון ההתחשמלות, יש לנתק את מכשיר ההליכה מהשקע החשמלי לפני הניקוי.

1. קראו את מדריך ההפעלה ואת כל ההסברים המצורפים ופעלו לפיהם לפני השימוש במכשיר ההליכה.
2. אם אתם חווים סחרחורת, כאב בחזה או כל סימפטום חריג אחר בשעת השימוש במכשיר ההליכה, עצרו את האימון מיד. פנו לרופא בהקדם האפשרי.
3. אין להשתמש במכשיר ההליכה אם קיים פלאג או כבל פגום, אם מכשיר ההליכה אינו פועל כשורה, אם המכשיר נפל, נפגע או נחשף למים
4. יש להרכיב את ציוד הכושר ולהשתמש בו על-גבי משטח שטוח. אין להשתמש בו בחוץ או בקרבת מים.
5. אין להכניס חפצים לפתחי מכשיר ההליכה.
6. יש להרחיק ילדים ובעלי-חיים מהציוד בשעת האימון.
7. משתמשים נכים צריכים לקבל אישור רפואי לפני השימוש במכשיר ההליכה ולהיות בפיקוח צמוד בשעת השימוש בו.
8. אין להכניס ידיים או רגליים מתחת למכשיר ההליכה. יש להרחיק ידיים ורגליים מהמכשיר בשעה שמתמשים אחרים משתמשים בו.

9. אין להדליק את מכשיר ההליכה תוך עמידה על גבי הרצועה. יש להעביר את המכשיר למצב מהירות איטית על מנת לוודא ירידה בטוחה מן המכשיר והפעלה מחודשת בקצב איטי.
- א. בכדי לנתק את מכשיר ההליכה יש להעביר את כל כפתורי הבקרה למצב OFF ולאחר מכן להוציא את התקע מן השקע.
- ב. יש לבצע חימום (WARM UP) במשך 5-10 דקות לפני כל אימון, והירגעות במשך 5-10 דקות לאחר כל אימון. כך תוכלו להגביר ולהפחית את קצב פעימות הלב בהדרגה ותימנעו מתיחת שרירים.
- ג. אין לעצור את הנשימה במהלך האימון. על הנשימה להישאר בקצב הנורמאלי לרמת התרגיל המבוצע.
- ד. יש להתחיל בתכנית האימון בקצב איטי ובהדרגה להעלות את המהירות ואת המרחק.
- ה. בשעת האימון יש ללבוש בגדים מתאימים ולנעול נעליים מתאימות. אין ללבוש בגדים רפויים העלולים להיתפס בחלקים הנעים של מכשיר ההליכה.
- ו. אין לצעוד או לרוץ ברגליים יחפות, בגרביים, בנעליים רפויות או בנעלי בית.
- ז. יש לנקוט משנה זהירות בשעת הרמת הציוד או הזזתו על מנת לא לפגוע בגב. יש להשתמש בטכניקות הרמה מתאימות.
10. אם כבל החשמל פגום יש לפנות ליצרן, לסוכן השירות או לאדם מוסמך אחר על מנת להחליפו ולמנוע סיכונים.

אזהרה

לפני תחילת תכנית האימונים יש להתייעץ עם הרופא. הוראה זו חשובה במיוחד כאשר מדובר במתאמנים שגילם גבוה מ-35 או אנשים הסובלים מבעיות בריאות ידועות. יש לקרוא את כל ההוראות לפני תחילת השימוש בציוד כושר מכל סוג שהוא. אין אנו אחראיים לפגיעות אישיות או לפגיעות בציוד הנגרמות כתוצאה מהשימוש במוצר.

הוראות כיוון מתיחה וטיפול ברצועת ההליכה

א-כיוון הרצועה

1. כשפניך פונות לכיוון צג הנתונים – הפעל את המכשיר ל-5 קמ"ש.
2. הכנס את מפתח האלן שברשותך לבורג השמאלי אחורי (בורג זה נמצא בחור של מכסה הפלסטיק).
3. במצב בו הרצועה זזה לצד השמאלי של המכשיר עליך לסובב את מפתח האלן עם כיוון השעון לימין (סיבוב שלם). המתן לראות אם הרצועה חזרה למרכז. אם עדיין לא – עליך לסובב את המפתח אלן עם כיוון השעון (לימין) רבע סיבוב נוסף עד הגעה לתוצאה הרצויה.
4. במצב בו הרצועה זזה לצד הימני של המכשיר עליך לסובב את מפתח האלן נגד כיוון השעון (לשמאל) סיבוב שלם. המתן לראות אם הרצועה חזרה למרכז. אם עדיין לא – עליך לסובב את המפתח אלן נגד כיוון השעון (לשמאל) רבע סיבוב נוסף עד הגעה לתוצאה הרצויה.
5. באף מצב אין לגעת בבורג הימני.

ב-מתיחת הרצועה

פעולה זו מתבצעת במצב של החלקה או עצירה פתאומית בזמן האימון כשפניך פונות לכיוון צג הנתונים

1. הכנס את מפתח האלן שברשותך לבורג השמאלי אחורי בורג זה נמצא בחור של מכסה הפלסטיק, וסובב את המפתח עם כיוון השעון (לימין) שני סיבובים שלמים.
2. הכנס את מפתח האלן שברשותך לבורג הימני אחורי בורג זה נמצא בחור של מכסה הפלסטיק, וסובב את המפתח עם כיוון השעון (לימין) שני סיבובים שלמים.
3. הפעל את המכשיר ל-5 קמ"ש והתחל לצעוד.
4. אם עדיין הינך מרגיש החלקה או עצירה עליך לחזור על פעולות מספר 1 ו-2 אך רק בביצוע סיבוב שלם סיבוב אחד בלבד.

אם לאחר ביצוע הפעולות הנ"ל עדיין לא הצלחת להתגבר על הבעיה, עליך לפנות לספורטל מחלקת שירות ולהזמין ביקור טכנאי. ביקור זה יהיה כרוך בתשלום.

ג-שימון הרצועה

השימון מתבצע אחת לשלושה שבועות בעזרת שמן סיליקון להפרדה והחלקה. השימון מתבצע כשההליכון אינו פועל. עליך להרים את הרצועה במרכזת ולהתיז כ-3-4 טיפות שמן מכל צד. לאחר ההתזה עליך להפעיל את המכשיר ולהתחיל באימון.

ד- יש לסגור את מתג ההפעלה (OFF-ON) אחרי כל שימוש!

ה- יש לעמוד בפיסוק רגליים על צידי המסילה בזמן הפעלת המכשיר ולפני התחלת הצעדה! יש להשתמש אך ורק בנעלי ספורט.

מומלץ להתייעץ עם ספורטל מחלקת שירות לגבי שמן הסיליקון המומלץ על ידינו למכשיר שברשותך.

מומלץ להשתמש בשטיח גומי מבית ספורטל ולהניחו מתחת להליכון למניעת חשמל סטטי בזמן האימון.

הפעלת הצג

הוראות בטיחות:

למערכת יש פונקציות הגנה מפני עומס יתר, הגנה מפני זרם יתר, הפרעות אלקטרומגנטיות ושאר פונקציות הגנת בטיחות.

הכנס את תקע כבל החשמל לשקע החשמל, הפעל את מתג ההפעלה והצג יידלק.

וודא כי מפתח הבטיחות נמצא במקומו. הצמד את קצה השרוך לבגד בו אתה מתאמן.

מערכת הבקרה האלקטרונית נמצאת במעקב בטיחותי בכל עת. כל עוד נמצאה חריגה, הליכון הריצה ייעצר במקרה חירום, והמסך יציג את הוראת המידע החריגה בליווי צליל הנחיה.

הסבר על כפתורי הצג

כפתור המציג את מהירות



כפתור המציג את הזמן



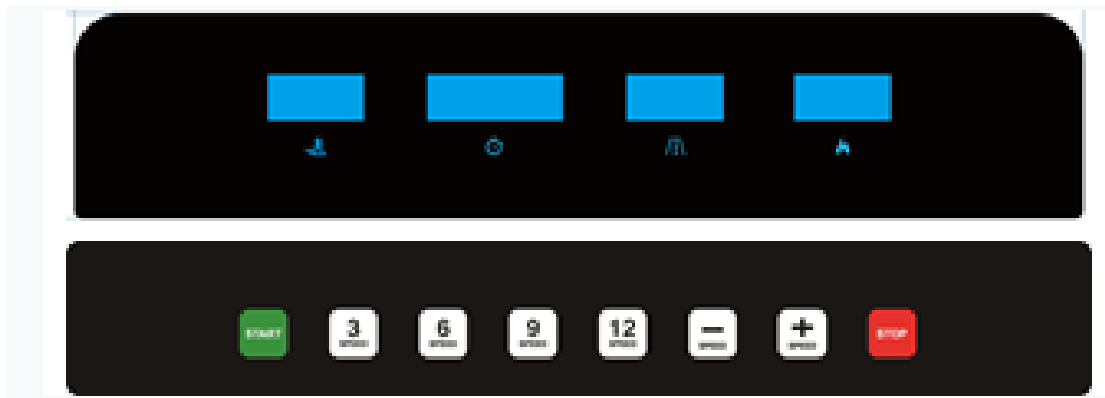
כפתור המציג את המרחק



כפתור המציג שריפת קלוריות



תיאור מקשי הצג:



START התחל:

לחץ על לחצן זה כדי להפעיל את המכשיר.

STOP עצור:

לחץ על לחצן זה כדי לעצור את המכשיר, ההליכון יאט את המהירות עד לעצירה.\

SPEED +/- מהירות:

לחץ על מקש זה על מנת להתאים את המהירות. בזמן עצירת המכשיר עליך ללחוץ על כפתור זה על מנת לשנות נתונים. כאשר תלחץ עליו ליותר משנייה 1, המהירות תגדל או תפחת.

SPEED קיצורי דרך 3/6/9/12 מהירות:

לחץ על מקשים אלו על מנת לקצר את הדרך להגעה מיידית למהירות המבוקשת.

פונקציית החלפת מהירות:

כאשר הידיות למטה, אפשר להתאמן בהליכה במהירות מרבית של 6 קמ"ש. כאשר הידיות למעלה, אפשר להתאמן בריצה במהירות מרבית של 12 קמ"ש.

*הערה: יש לנתק את החשמל לפני החלפת מצב אימון.

פונקציית מפתח בטיחות:

במשיכת והוצאת מפתח הבטיחות ממקומו, ההליכון יאט וייעצר, כל הנתונים יהפכו לאפס. כל הפעלה של ההליכון חייבת להיות במצב של מפתח בטיחות נעול במקומו.

כיבוי המכשיר:

על מנת לכבות את המכשיר לחץ על המתג ON/OFF אשר נמצא מתחת למכסה המנוע. כיבוי המתג ימנע זרימה של חשמל למכשיר כשהוא אינו בשימוש. דבר זה יאריך את חיי ההליכון וישמור עליו.

ספורטל מאחלים לכם אימון נעים!

SPO  **TAL**

יבואנית רשמית לצידוד כושר ביתי ומקצועי | SINCE 1977

התעשייה 9, רעננה | 5451*