MANUAL DEL USUARIO

RUNNER PRO X
TROTADORA ELÉCTRICA

MARCA: BLU
MODELO: BF-5422-XS

Estamos comprometidos con proporcionar la mejor calidad y satisfacción al consumidor en todos los productos que distribuimos.

Importador: Deportes Sparta Ltda.
Avda. Kennedy 5454, Of 1103
Santiago – Chile

Peso máximo 110 kg
HECHO EN CHINA

Tips Especiales:

1. Antes de instalar y operar el equipo, por favor lea cuidadosamente este manual.
2. Por favor conserve este manual para futuras referencias.
3. El producto pude variar ligeramente al dibujo, debido a variedad en modelos.

CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES PARA FUTURAS REFERENCIAS

Instrucciones de seguridad

Advertencia: Consulte su médico o especialista en salud antes de iniciar su ejercicio, especialmente necesario si es más de 35 años alguna vez tuvo un problema de salud. No nos hacemos responsables de cualquier problema o daño si no sigue nuestras instrucciones. La caminadora se debe ensamblar con cuidado y cubrir cuidadosamente en el motor con la cubierta antes de conectarla a la electricidad.

Notas:

1. Asegurese de que la abrazadera de la cerradura de seguridad este unida a la ropa o su cinturón antes de usar la máquina para correr.

2. No inserte ningún elemento en ninguna parte del equipo, ya que podría dañarlo.

3. Coloque la caminadora en una superficie nivelada y clara. No coloque la máquina para correr sobre una alfombra gruesa, ya que puede interferir con la ventilación adecuada. No coloque la caminadora cerca de agua o al aire libre.

4. Nunca inicie la máquina para correr mientras está parado sobre la banda. Después de encender y ajustar el control de velocidad, puede haber una pausa antes de que la banda de caminar comience a moverse, siempre parece en los rieles para los pies en los lados de cuadro hasta que la banda se mueva.

5. Use ropa adecuada cuando haga ejercicio en la máquina para correr. No use ropa larga y holgada que pueda enganchase en la máquina. Siempre use calzado para correr o aeróbico con suela de goma.

6. Mantenga a los niños y mascotas alejados de la maquina mientras comienza el ejercicio.

7. No haga ejercicio en 40 minutos después de comer.

8. El equipo es adecuado para adultos, los menores deben acompañarse de adultos durante su entrenamiento.

9. Debe sujetarse del pasamanos hasta que se sienta cómodo y familiarizado con la máquina para correr al comenzar su entrenamiento

10. La caminadora es para uso en interiores, no para uso en exteriores pasa evitar daños. Conserve limpio el lugar donde coloque su equipo, asi como en una superficie plana. No utilice el equipo para otro propósito.

11. Si la velocidad aumenta repentina o inadvertidamente debido a una falla eléctrica, retire el bloqueo de seguridad de la consola y la maquina se detendrá.

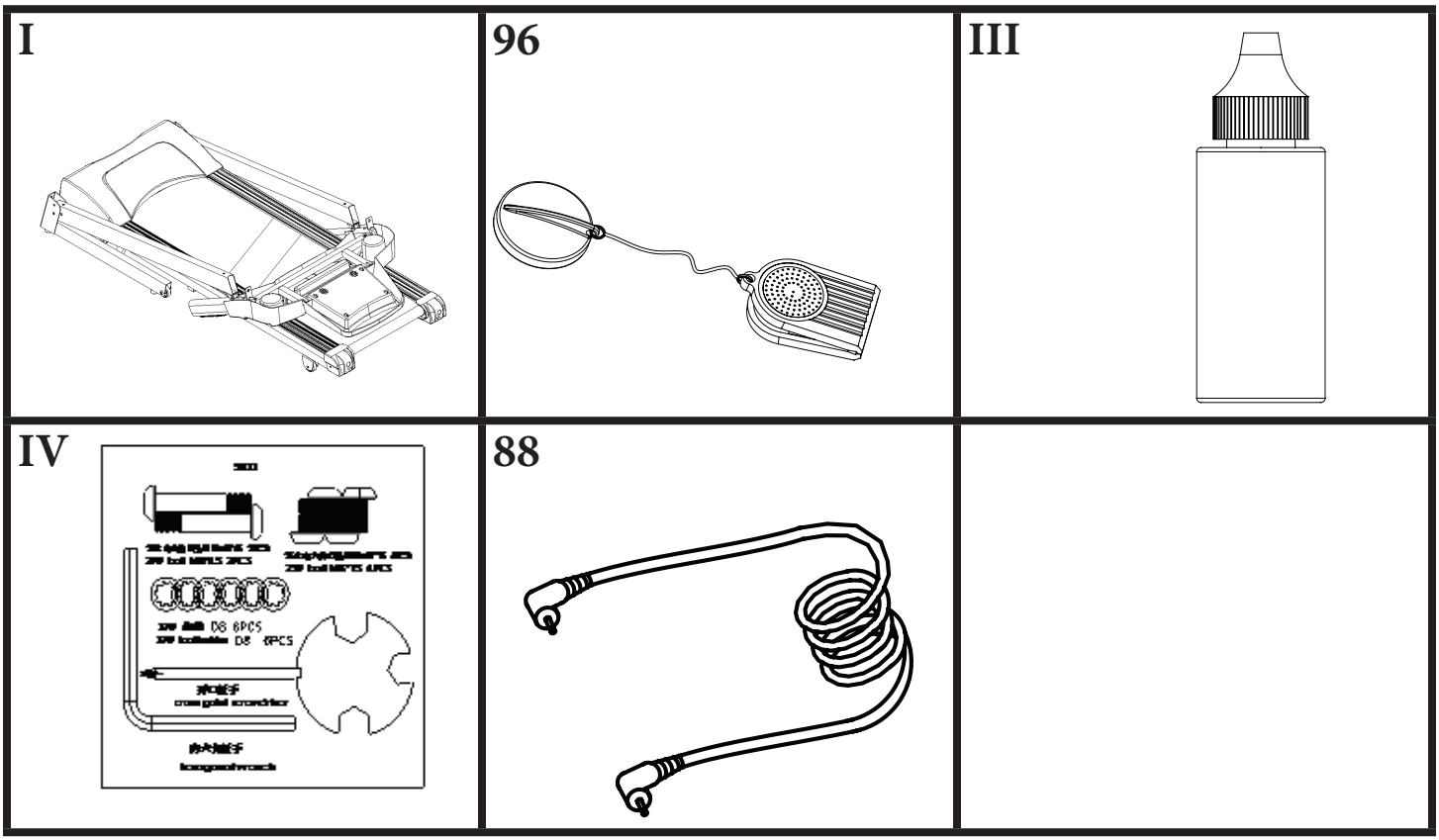
12. No conecte otra linea al medio del cable, no alargue el cable ni cambie la clavoja del cable; no coloque objetos pesados sonre el cable no coloque el cable cerca de fuentes de calor; no permita el uso de tomacorrientes con varios orifivio ya que pueden provocar un incendio o causar algún daño a alguien.

Mientras onserta el enchufe, asegurese de insertarlo correctamente con el circuito de tierra de seguridad

13. Cuando no utilice el equipo, desconéctelo del tomacorriente. Mientras corta el poder de la electricidad no tire del cordon ya que podria romperse la linea de almentacion. Una vez que se rompiera la linea de alimentacion, compre una nueva o comuniquese con el distibuidor o directamente con nuestra compañía, ya que la linea de alimentacion esta diseñada para la caminadora.

14. Esta caminadora esta diseñada para uso doméstico únicamente

LISTA DE PARTES

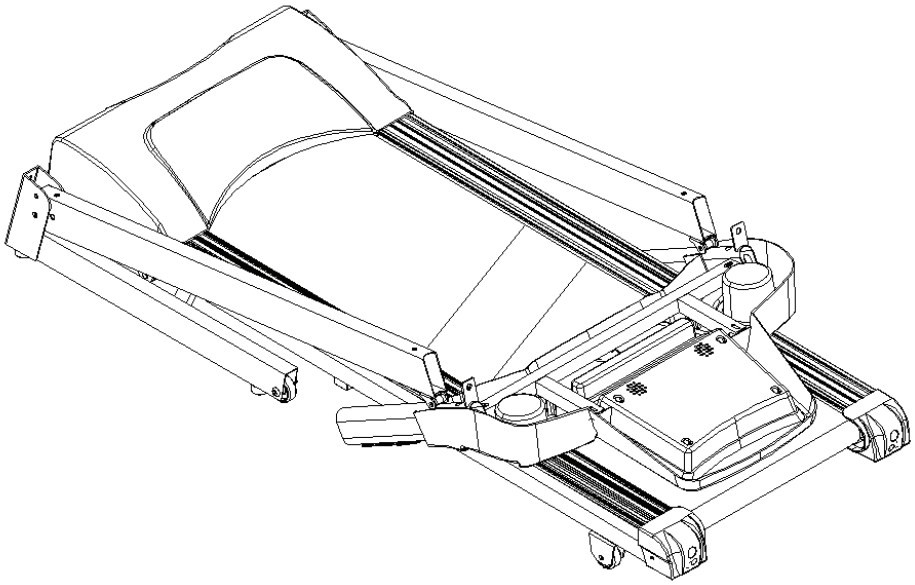


No	Nombre	Spe	Cantidad
I	Marco principal		1 pieza
96	Llave de seguridad		1 pieza
III	Aceite		1 pieza
IV	Tornillo de tablero		1 pieza
88	Línea de MP3		1 pieza

Instrucciones de ensamblado

PASO 1

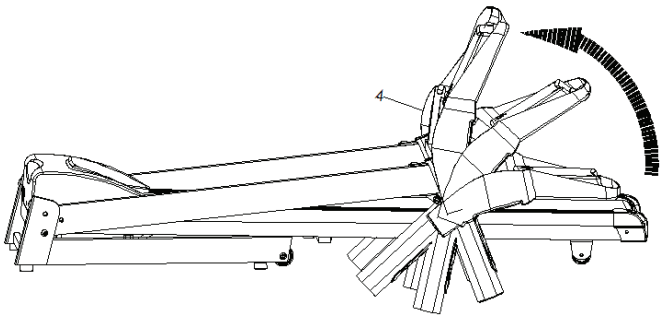
Abra la caja, saque las piezas y coloque el marco principal en suelo. Atención: debe sacar la caminadora de la caja entre dos personas

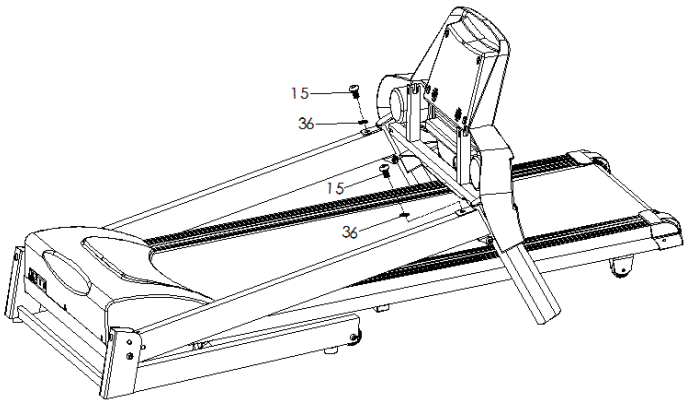


4

PASO 2

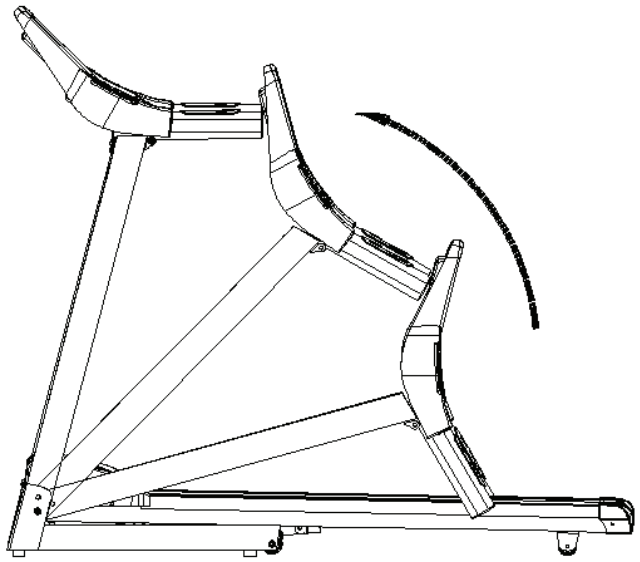
1. Gire el marco del ordenador (4) como lo muestra la flecha en la imagen
2. Asegure el marco de la computadora (4) D&I en posición vertical (3 I/D) con 2pcs de arandela D8 (36) y 2pcs tornillos M8*15 (15).

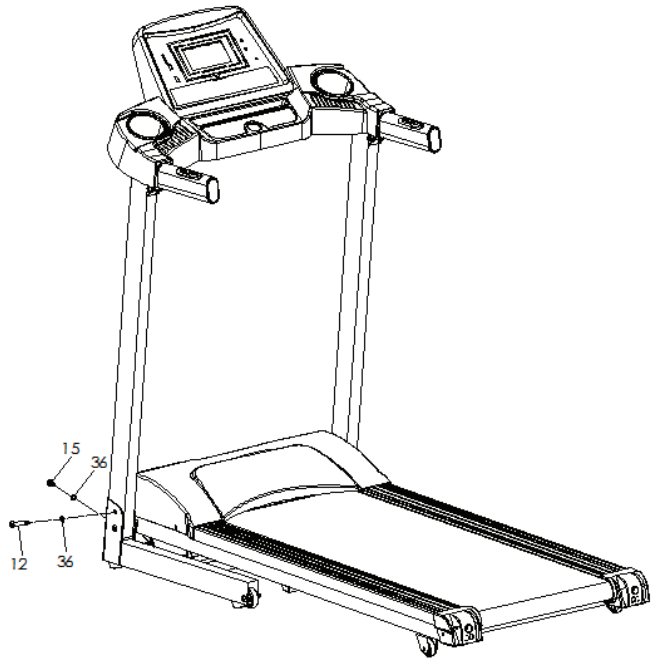




PASO 3

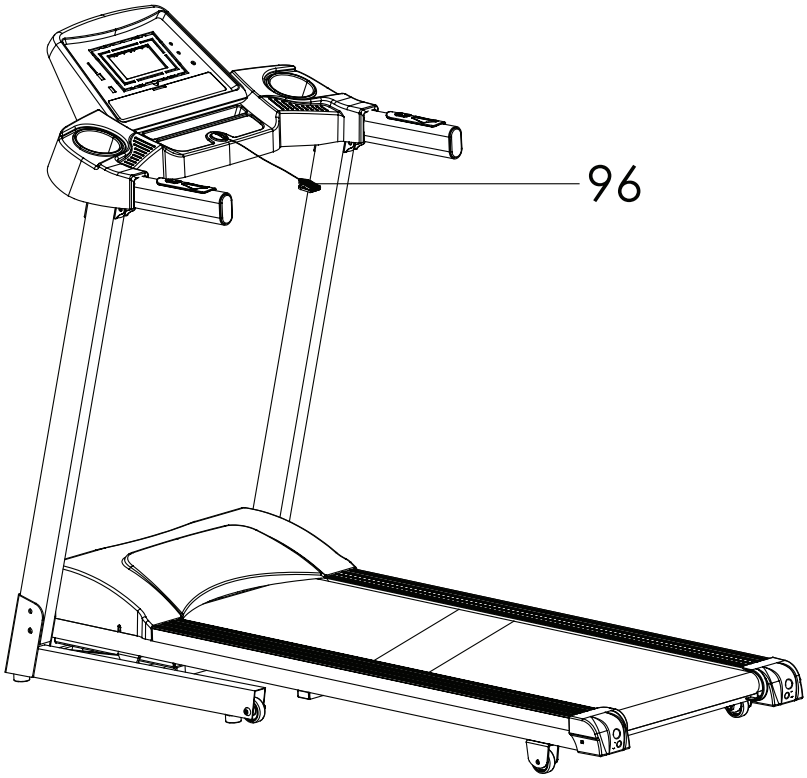
1. Despliegue la caminadora con una persona sujetando y otra instalándola para evitar daños.
2. Asegure y bloquee bien la posición vertical en ambos lados I/D (3 I/D) al marco principal (2) con 2 tornillos M8*15 (15), 4pcs arandelas D8 (36) y 2pc de torillos M8*45(12).





PASO 4

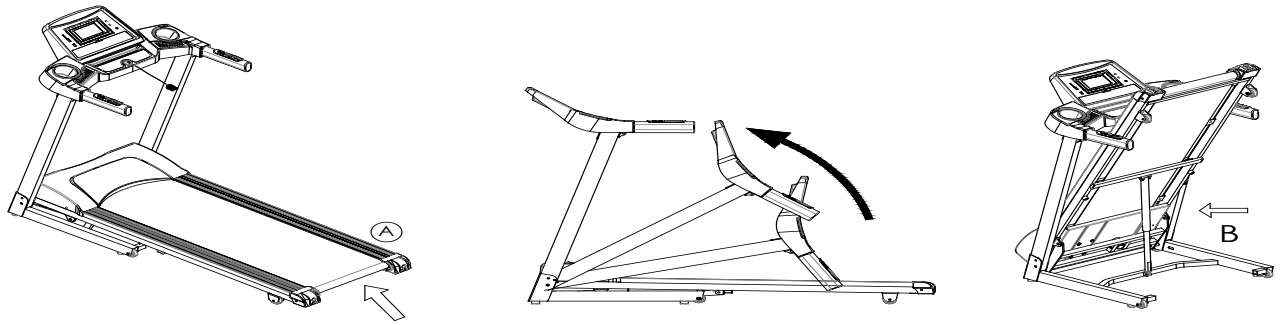
Coloque la llave de seguridad (96) en la computadora.



Instrucciones de plegado

Plegado

Levante el marco de la base en posición A, hasta escuchar el sonido que la barra de presión de aire indique que esta bloqueada en el tubo redondo.



Desplegado

Sostenga desde la marca A con la mano y empuje con el pie donde marca la B de la barra de presión de aire, luego el marco principal de la base caerá automáticamente (por favor aleje de la maquina a cualquier persona o mascota cuando esta esté cayendo).

Parametros Técnicos

Tamaño armado (mm)	1600*700*1280 mm	Motor	DC 1.5HP
Tamaño plegado (mm)	785*700*1480 mm	Voltaje	220V-240V/50Hz-60Hz
Área de funcionamiento (mm)	1250x420mm	Rango de Velocidad	1-14KM/H
Peso Neto	49KG	Peso Max.	110KG
1 pantalla LCD	**Velocidad, Tiempo, Distancia, Pulso, Calorías**		

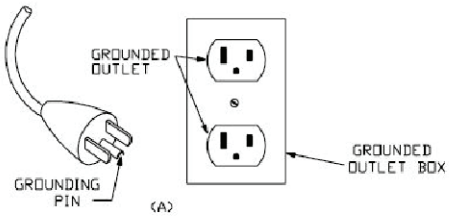
METODOS DE TIERRA

Este producto debe estar conectado a tierra. Si falla o se descompone, la conexión de tierra proporciona un camino de menos resistencia de la corriente eléctrica para reducir el riesgo de descarga eléctrica. Este producto está equipado con un cable que tiene un conductor de conexión a tierra del equipo y un enchufe de conexión a tierra. El enchufe debe conectarse en un tomacorriente adecuado que este correctamente instalado y conectado a tierra de acuerdo con los códigos y ordenanzas locales.

PELIGRO – La conexión incorrecta del conductor de conexión a tierra puede provocar un riesgo de descarga eléctrica. Consulte con un electricista o técnico calificado si tiene dudas sobre si el producto está correctamente conectado a tierra. No modifique el enchufe provisto con el producto, si no encaja en el tomacorriente; haga que u electricista calificado instale un tomacorriente adecuada.

Este producto es para uso nominal de 220 Voltios y tiene enchufe de conexión a tierra que se parece al enchufe ilustrado en el esquema A en la siguiente figura. Asegurese de que el producto esté conectado a una toma que tenga la misma configuración que el enchufe. No se debe utilizar ningún adaptador con este producto.

Grounding methods



INSTRUCCIONES DE EJERCICIO

Calentamiento

Consulte a un médico o profesional de la salud I usted tiene más de 35 años, o no está muy sano, también si es su primera vez hacienda ejercicio.

Antes de utilizar la caminadora, aprenda a controlarla, como iniciar, como detenerla, ajustar velocidad, etc, No utilice la maquina hasta este momento. Después de esto puede usar la caminadora. Colóquese en la almohadilla antideslizante en ambos lados y sosténgase del manillar con ambas manos. Mantenga la caminadora a una velocidad baja 1.6~3.2 km/h, luego pruebe la maquina con un pie y acostúmbrese a la velocidad, después de esto puede correr en la máquina y puede incrementar la velocidad entre 3 y 5 km/h. Mantenga esa velocidad por unos 10 minutos, luego detenga la máquina.

Etapa de ejercicio

Aprenda a ajustar la velocidad y la inclinación antes de usar. Camine aproximadamente 1km a velocidad estable y anote la hora, le llevara entre 15 y 25 minutos. Si camina a 4.8 km/h tardara unos 12 km minutos en 1km. Si se siente cómodo a velocidad estable, puede incrementar velocidad y la inclinación, después de 30 minutos puede hacer un buen ejercicio En esta etapa, no puede agregar la velocidad inclinación demasiado en una sola ocasión, puede ir incrementando conforme se sienta cómodo.

Intensidad de ejercicio

Caliente a una velocidad 4.8 km/h en 2 minutos, después agregue velocidad a 5.3 km/h y continúe caminando 2 minutos, después incremente a 5.8km/h y camine 2 minutos. Después de eso agregue 0.3 km/h cada 2 minutos, hasta que respire rápido y no se sienta tan cómodo.

Quema de calorías---la forma más efectiva

Caliente por 5mints a una velocidad de 4-4.8KM/H, después incremente suavemente la velocidad a 0.3KM/H/2Mints, hasta alcanzar una velocidad estable que sienta cómoda por 45Mints. Para mejorar la intensidad del movimiento puede mantener la velocidad durante 1H de algún programa de TV, después aumentar la velocidad a 0.3KM/H en cada tiempo de publicidad, y regresar a la velocidad original.

Puede conocer la eficiencia del entrenamiento para quemar calorías durante el tiempo de publicidad y el posterior aumento de frecuencia cardiaca. Finalmente, deberá disminuir la velocidad paso a paso por 4 min.

Frecuencia del ejercicio

El tiempo del ciclo: 3-5 veces por semana, 15-60mintos/. Prepara el programa de entrenamiento científico, no solo por pasatiempo.

Puede controlar la intensidad de la carrera ajustando la velocidad y la inclinación de la caminadora. Le sugerimos que no establezca la inclinación al inicio. Mejorar la inclinación poco a poco es la forma más efectiva de fortalecer la intensidad.

Consulte con su médico o profesional de la salud antes de comenzar su entrenamiento. Las personas profesionales pueden ayudarlo a crear el cronograma de ejercicios adecuado según su edad y condición de salud. Determinar la velocidad del movimiento y la intensidad del ejercicio. Deténgase de inmediato, si siente opresión en el pecho, dolor en el pecho, ritmo cardiaco irregular, dificultad para respirar, mareos u otras molestias durante el ejercicio. Debe consultar con su médico o profesional de la salud antes de continuar.

Puede elegir la velocidad normal para caminar o a velocidad para correr, si siempre hace ejercicio con su caminadora. Si no tiene suficiente experiencia o no confirma la velocidad de prueba, puede seguir las instrucciones:

Velocidad 1.0-3.0KM/H	No muy ejercitado
Velocidad 3.0-4.5KM/H	Bajo movimiento y entrenamiento
Velocidad 4.5-6.0KM/H	Caminata normal
Velocidad 6.0-7.5KM/H	Caminata rápido
Velocidad 7.5-9.0KM/H	Trotando
Velocidad 9.0-12.0KM/H	Velocidad intermedia caminando
Velocidad 12.0-14.5M/H	Buena experiencia de corredor
Velocidad 14.5-16.0KM/H	Excelente corredor

Atención: La velocidad de movimiento ≤6KM/H, la marcha normal; La velocidad de movimiento ≥8.0KM/H, del corredor.

ETAPA DE CALENTAMIENTO

Antes de hacer ejercicio, es recomendable realizar ejercicios de calentamiento de los músculos para estirar más fácilmente por los primeros 5 a 10 minutos de entrenamiento. De acuerdo con los siguientes métodos, deténgase y realice ejercicios de estiramiento, haga cinco veces cada ejercicio de estiramiento por 10 segundos o más por cada pierna. De igual forma realizarlos al finalizar el entrenamiento.

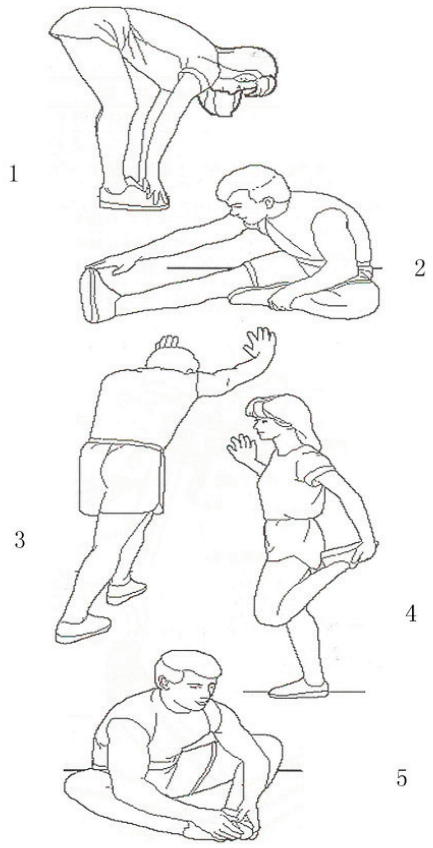
1. Estiramiento hacia abajo: Rodillas ligeramente curvadas, el cuerpo inclinado ligeramente hacia delante, de modo que la espalda y los hombros se relajen, las manos intenten tocar los dedos de los pies. Mantenga de 10 a 15 segundos esta postura y luego relájese. (Vea figura 1).

2. Estiramiento de isquiotibiales: sentado en el piso o en una superficie plana, ponga una pierna recta y la otra hacia adentro tocando el interior de su pierna recta. Las manos tratan de tocar los dedos de los pies. Mantenga de 10 a 15 segundos y luego relájese. Repita tres veces por cada pierna (Ver figura 2).

3. Estiramiento de los tendones de las piernas y los pies: Coloque las dos manos en la pared o en el tronco de un árbol o poste y el pie tocando la orilla. Mantenga las piernas rectas e incline el talón en dirección de la pared, del árbol o poste. Mantenga la posición de 10 a 15 segundos y luego relájese. Repita para cada pierna tres veces (Vea figura 3)

4. Estiramiento de Cuardicones: Coloque la mano izquierda en la pared y con equilibrio sujete su pierna derecha flexionada con la mano derecha hacia las nalgas, tirando lentamente hasta que sienta que los músculos de la parte frontal del muslo se tensan. Mantenga de 10 a 15 segundos y luego relájese. Repita tres veces para cada pierna (Vea figura 4)

5. Estiramiento de los músculos de Sartorius (Músculos internos del muslo): Sentado sobre el piso, coloque ambas piernas en contraste las rodillas hacia afuera y la planta de los pies tocándose ligeramente. Tome con ambas manos los pies y sienta el tirón de la ingle. Mantenga de 10 a 15 segundos, y luego relájese Repita tres veces (Ver figura 5)



AJUSTES DE BANDA

Advertencia: SIEMPRE DECOSNECTE LA CAMINADORA DE LA SALIDA ELECTRICA ANTES DE LIMPIAR O REPARAE EL EQUIPO.

Limpieza: La limpieza general de la caminadora prolongará en gran medida la duración del equipo. Mantenga limpia la caminadora de polvo limpiándola regularmente. Asegúrese de limpiar la parte expuesta de la plataforma en ambos lados de la banda y los rieles laterales. Esto reduce la acumulación de material extraño debajo de la banda, lo mismo al usar zapatos adecuados limpios.

Advertencia: Siempre desenchufe la máquina de la toma de corriente eléctrica antes de quitar la cubierta del motor. Al menos una vez al año retire la cubierta del motor y pase la aspiradora debajo de la cubierta del motor.

LUBRICACION DE LA BANDA Y CUBIERTA

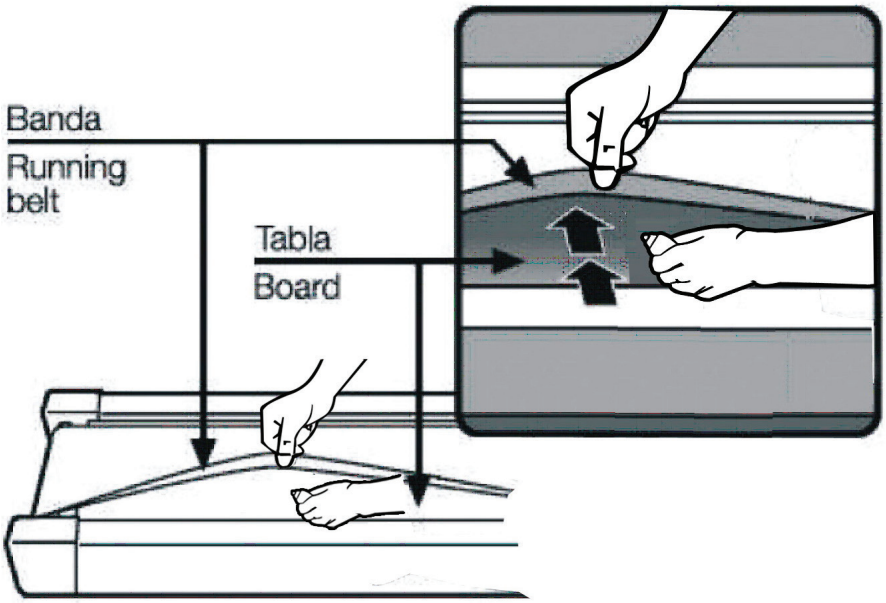
Esta caminadora está equipada con un sistema de plataforma pre-lubricada y de bajo mantenimiento. La fricción de la banda/ plataforma puede jugar un papel importante en la función y la vida útil de su caminadora, por lo que se requiere de una lubricación periódica.

Recomendamos una inspección periódica de la cubierta. Necesita contactar con nuestro centro de servicio si encuentra daño en la plataforma.

Recomendamos la lubricación de la plataforma según el siguiente calendario:

- Usuario ligero (-3 horas / semana) Anualmente
- Uso Medio (3-5 horas / semana) cada seis meses
- Uso pesado (más de 5 horas / semana) cada tres meses.

Le recomendamos que compre la lubricación de nuestra distribución o directamente a nuestra empresa
Atención: Cualquier reparación debe hacerse por un técnico especializado.



CENTRADO DE LA BANDA

1. Le sugerimos que corte la alimentación de energía por 10 minutos después de ejercitarse por 2HS, para un buen mantenimiento de la caminadora.

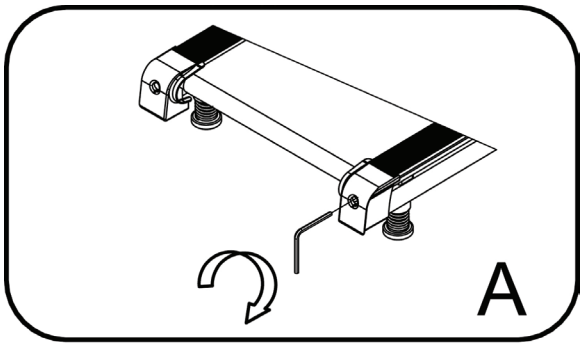
2. Para evitar deslizamiento durante el entrenamiento, la banda no debe estar muy flojo; para evitar mayor abrasión ente el rodillo y la correa y mantener el buen funcionamiento de la caminadora, la correa no debe estar muy apretada. Puede ajustar la distancia entre las placas y la banda; la banda debe estar alejada de las placas 50-75mm en ambos lados, si es que no esta demasiado apretada o floja

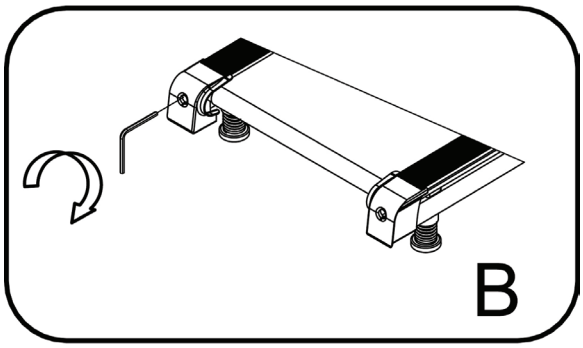
1. Coloque el equipo en un terreno plano y hágala correr a 6-8 km/hora para checar si se desplaza.

2. Si se desplaza al lado derecho ajuste los pernos del lado derecho ¼ de circulo como las manecillas del reloj, cheque si se desplaza. Repita los pasos como se muestra en el dibujo A. hasta centrarlo.

3. Si se desplaza a la izquierda. Ajuste los pernos de la izquierda como las manecillas del reloj, cheque si se desplaza. Repita los pasos como se muestra en la figura B.

4. La Banda se aflojará en una cierta cantidad de tiempo. Para resolver este problema, ajuste los pernos en los dos lados ¼ de circulo como las manecillas. Compruebe si se desvía. Repita los pasos anteriores hasta que se centre, como se muestra en la foto C.





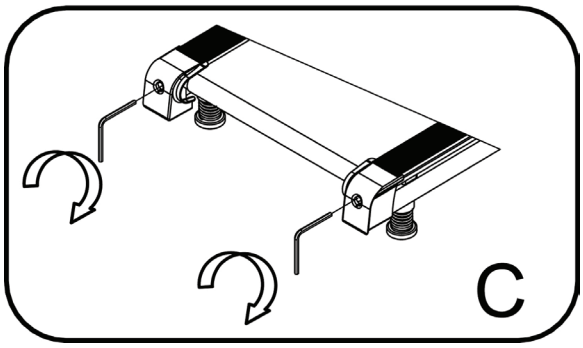
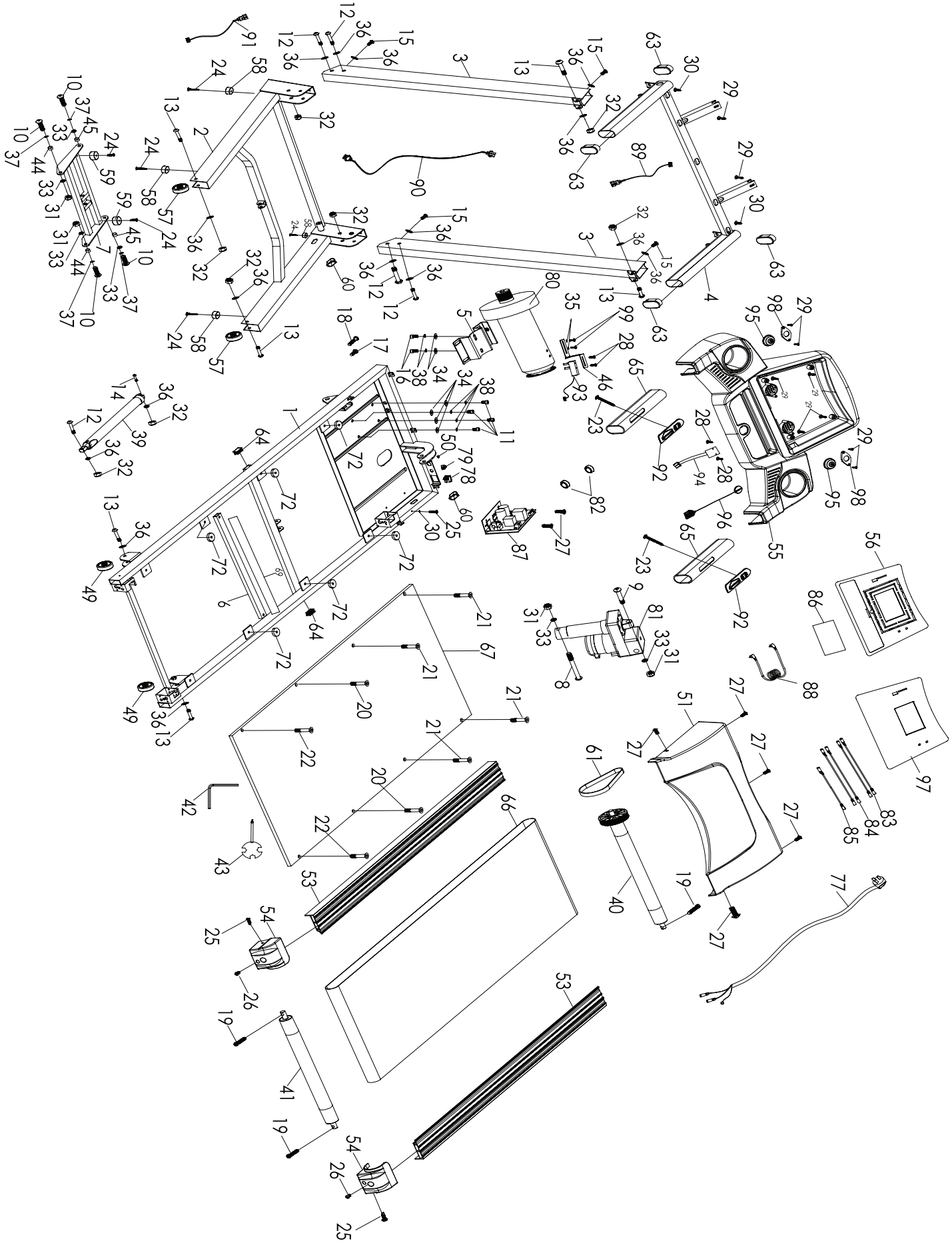


DIAGRAMA EXPLOTADO



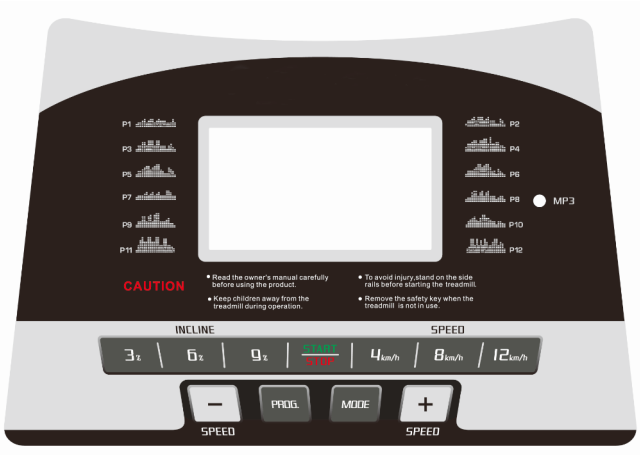
LISTA DE PARTES

No	Nombre	Cant	No	Nombre	Cant
1	Marco Principal	1	44	Eje rotativo φ13*1.5*11	2
2	Base del marco	1	45	Eje rotativo φ13*1.5*6.5	2
3	Barra superior derecha e Izq	1	49	Rueda de marco principal	2
4	Marco de computadora	1	50	Cable de alimentación eléctri-ca	1
5	Base de motor	1	51	Cubierta superior del motor	1
6	Tubo de refuerzo del estribo	1	53	Carril lateral	2
7	Marco interno	1	54	Tapa final D&I	2
8	Tornillo M10*95	1	55	Tapa del medidor	1
9	Tornillo M10*40	1	56	Consola	1
10	Perno M10*25	4	57	Base de rueda de transporte	4
11	Perno M8*15	4	58	Almohadilla de pies	4
12	Tornillo M8*45	5	59	Tapa	2
13	Tornillo M8*40	6	60	Tapa	2
14	Tornillo M8*25	1	61	IGPT	1
15	Perno M8*15	4	63	Tapa del tubo	4
16	Perno M8*35	2	64	Tapa cuadrada	2
17	Tornillo M8*30	1	65	Espuma	2
18	Tornillo M8*40	1	66	Banda para correr	1
19	Perno M8*60	3	67	Tabla para correr	1
20	Perno M6*35	2	69	Cojín EVA	1
21	Perno M6*25	4	72	Arandela de caucho	6

22	Perno M6*20	2	77	Cable de alimentación	1
23	Tornillo ST3.5*60	2	78	Interruptor	1
24	Perno ST4.2*25	6	79	Protector de corriente	1
25	Perno ST4.2*15	4	80	Motor DC	1
26	Perno ST4.2*20 φ8	2	81	Motor de inclinación	1
27	Perno M5*12	7	82	Anillo Magnético	2
28	Perno ST3.0*8	6	83	Cable de alimentación	2
29	Perno ST4*15 φ8	10	84	Cable de alimentación	2
30	Perno ST4.2*40 φ8	2	85	Cable de alimentación	1
31	Tuerca de Nylon M10	4	86	Consola	1
32	Tuerca de Nylon M8	6	87	Controlador	1
33	Arandela plana D10	6	88	Línea MP3	1
34	Arandela Plana D8	6	89	Línea de conexión superior	1
35	Arandela Plana D5	2	90	Línea de conexión media	1
36	Arandela D8	16	91	Línea de conexión inferior	1
37	Arandela Elástica D10	4	92	Manillar de pulso	2
38	Arandela Elástica D8	6	93	Sensor	1
39	Barra de presión de aire	1	94	Interruptor del sensor	1
40	Rodillo delantero φ90*φ42*500	1	95	Altavoz	2
41	Rodillo Trasero φ42*498	1	96	Llave de seguridad	1
42	Llave S6	1	97	Estampa	1
43	Llave de cruz 13*14*15	1	98	Ajuste de altavoz	2
			99	Tornillo M4*10	2

GUÍA DE OPERACIÓN DE LA COMPUTADORA

1. Computadora



2. Inicio

Cuenta atrás 3 segundos para iniciar a correr.

3. Programa
3 modos Manuales, P1~P12 programas automáticos.

4. Función de la llave de seguridad
Retire la llave de seguridad “E7” y deténgase rápidamente, y con el sonido “gege”, coloque la llave de seguridad, la fecha se borrará “0”

5. Funciones de botones:

5.1 Inicio/ Alto:
“START (INICIO)/STOP (ALTO) Mientras se presiona por primera vez, la caminadora se detendrá, cuando vuelva a presionar este botón funcionará a la velocidad mas baja a la velocidad predeterminada después de 3 segundos.

5.2 Botones de programación:
“Programa” es el botón de programación. Caminadora en espera, presione este botón en el modo circuito “0.8” para un programa automático P1 – P12 y mediciones; el modo manual es el modo predeterminado del sistema, la velocidad del modo manual la velocidad es 1KM/H, la velocidad más alta es 14km/h.

5.3 Botón Modo:
“MODE” es el botón de modo, estado en espera, presione este botón con el circuito desde H-1 hasta H-3 con 3 tipo de cuenta regresiva H-es el modo de cuenta de tiempo, H-2 es el modo de cuenta atrás de distancia, H-3 es el modo de cuenta regresiva de calorías; usted puede utilizar los botones de velocidad +- para estableces el tiempo de la cuenta regresiva que es adecuada para todos los modos, después de configurarlo, presione el botón de “START”.

5.4 Botón de velocidad:

"SPEED+" & "SPEED -" son los botones para incrementar o disminuir la velocidad: configure el tiempo para correr de la banda, una vez que inicio, ajuste la velocidad, paso a paso 0.1Km/tiempo, después de 2 segundos, aumentará y disminuirá automáticamente. Estos dos botones también se encuentran en el manillar.

5.5. Botón de inclinación del manillar:

"INCLINE+" es el botón para incrementar la inclinación, "INCLINE-" es el botón para disminuir la inclinación. Automáticamente se incrementará o disminuirá cuando presione el botón por 2 segundos.

5.6 Botón de acceso directo

Botones de acceso rápido d velocidad:

El ajuste directo de velocidad en el estado de operación se puede realizar a través de las teclas de acceso rápido de velocidad 4,8,12

Botones de acceso de inclinación:

La inclinación se puede ajustar directamente al grado 3, 6, 9, mediante las teclas de acceso directo de inclinación cuando la caminadora está funcionando.

6. Función de Visualización

6.1 Pantalla de velocidad

Muestra la velocidad de la Carrera actual.

6.2 Pantalla de tiempo

Muestra el tiempo de funcionamiento en modo manual o el tiempo de cuenta regresiva y modo programado.

6.3. Pantalla de distancia

Visualiza la distancia acumulada en el modo manual y programado o la distancia en cuenta regresiva en modo funcionamiento.

6.4. Pantalla de calorías

Muestra las calorías acumuladas en modo manual y programado o las calorías quemadas en cuenta regresiva nen modo de funcionamiento.

6.5. Pantalla de frecuencia cardiaca

Cuando se detectan señales de frecuencia cardiaca, el icono con forma de corazón parpadea y se muestra el valor del pulso.

6.6 Visualización de cada pantalla:

TIEMPO: 0:00 – 99.59(MIN)
DISTANCIA: 0.00 – 99.9(KM)
CALORIAS: 0.0 – 999 (KC)
VELOCIDAD: 1 – 14.0(KM/H)
PULSO: 50 – 200 (BPM)

7. Función de frecuencia cardiaca

Mostrará el corazón 5 minutos después de que se abra el interruptor de la caminadora, el tiempo mostrado es real: escala: 50—200 tiempo/segundos, esta información solo es una referencia cardiaca no es para uso médico.

8. Auto programa

EL tiempo predeterminado es de 10 minutos, se establece el tiempo de ejecución después del programa seleccionado, cada programa con 10 secciones y cada tiempo de ejecución del programa es promedio y se borrara con un “0” después de que finalice el tempo de ejecución, 12 programas como se muestra a continuación:

TIEMPO / PROGRAMA		Tiempo/10=cada sección de tiempo de ejecución									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	VELOCIDAD	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P02	VELOCIDAD	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P03	VELOCIDAD	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P04	VELOCIDAD	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P05	VELOCIDAD	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P06	VELOCIDAD	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P07	VELOCIDAD	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P08	VELOCIDAD	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P09	VELOCIDAD	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	VELOCIDAD	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	VELOCIDAD	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	VELOCIDAD	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

9. Ajuste de parámetros 3 modos

El tiempo inicial de cuenta regresiva es de 10:00mins, el rango de configuración es de 5:00---99:00mins, el siguiente paso:00.

La cuenta regresiva inicial de calorías es de 50 kilos de calorías, el rango de configuración es de 20---990 kilocalorías, siguiente paso10.

La distancia inicial de cuanta regresiva es de 1.0km, el rango de configuración es de 1.0---99.0, siguiente paso 1.0.

El orden de cambio de circulo es: manual, tiempo, distancia, and calorías.

10. (FAT) prueba de grasa

En el estado inicial, presione” programa” continuamente y entrará a grasa corporal, y probador de grasa, presione “MODO”, entrará F-1, F-2, F-3, F-4, F-5 (F-1 SEXO, F-2 EDAD, F-3 ALTURA, F-4 PESO, F-5 PROBADOR DE GRASA),

Presione “Velocidad +”, “Velocidad -” para establecerla F-1 – F4 (refiérase a la siguiente tabla), después presione “MODO” para establecerla “F-5, capta el pulso de mano, la ventana mostrará el índice de calidad del cuerpo después de 3 segundos. El índice de calidad del cuerpo es para probar la relación entre altura y peso. La grasa corporal se ajusta para hombre o mujer, para ajustar el peso de acuerdo con cada índice de calidad de cuerpo. La idea de grasa debe ser 20-25, si está abajo de 19, esto significa muy delgado. Si está entre 25 and 29, esto significa sobrepeso, si está sobre 30, significa obesidad. (Los datos son sólo para referencia, no pueden ser tomados como datos médicos.)

F-1	Sexo	01 hombre	02 mujer
F-2	Edad	10------99	
F-3	Altura	100----200	
F-4	Peso	20-----150	
F-5	Grasa	≤19	delgado
	Grasa	= (20---25)	Peso normal
	Grasa	= (26---29)	Sobrepeso
	Grasa	≥30	Obesidad

11. Otros

11.1 Cuando los parámetros de una cuenta regresiva se ejecutan después la pantalla muestra FI, cada 2 segundos de alarma durante 0.5 segundos hasta que la caminadora de detenga, luego regresa a modo manual.
11.2 Al configurar el parámetro puede establecerlo circularmente, es decir el rango de configuración de tiempo es 5:00—99:00, cuando se establece en 99:00, presione “+” puede volver a 5:00 y el ciclo se reanudará. Agregar o quitar con los símbolos “+” y “-” menos.
11.3 Solo se puede establecer un parámetro de cuenta regresiva: tiempo de cuenta regresiva o cuenta regresiva de calorías, la caminadora funcionara de acuerdo con el último ajuste. El parámetro de ajuste es la cuenta regresiva. Otra pantalla de cuenta positiva
11.4 El valor calórico estándar es 30 kilocalorías/km.
11.5 la velocidad de aceleramiento es de 0.5km/s, de desaceleración es 0.5km/s.
11.6 Podemos usar el lado del orificio de la entrada de audio para la función de amplificación de audio.
12. Significados de códigos de mensaje de error

Código de error	Descripción de la falla	Soluciones
E1	Anormalidad en la comunicación: comunicación anormal entre el controlador y el medidor eléctrico después de encenderlo.	Detenga el controlador para ingresar al estado de falla. No se puede poner en marcha. El medidor electrónico muestra el código de error y el zumbador suena tres veces. Posibles motivos: la comunicación entre el controlador y el medidor electrónico esta bloqueado; revise cada sección de conexión de los cables de comunicación desde el medidor electrónico al controlados y asegúrese de que todos los cables centrales estén bien conect-ados. Compruebe si los cableados entre el medidor eléctrico y el controlador están dañados, de ser asi reemplace el cable dañado

E2	El controlador no puede detectar el voltaje del motor. No hay señal del sensor de velocidad: si bien hay una salida de voltaje desde el controlador del motor de CC, la retroalimentación de velocidad no se puede recibir del motor durante 3s	1. Compruebe si el cable del motor esta bien conectado al controlador. 2. Deténgase e ingrese el estado de falla. El zumbador del medidor eléctrico suena 9 veces y se muestra el código de error. No se muestra en otras áreas. Si el sistema entra en estado de espera después de aproximadamente 10 segundos de estado de falla, se puede reiniciar. Posibles motivos: Si la señal del sensor de velocidad no se recibe durante mas de 3 segundos, compruebe si el conector del sensor esta bien enchufado o si está dañado. Conéctelo bien o reemplace el sensor. 3. Deténgase e ingrese el estado de falla. El zumbador del medidor electrónico suena 9 veces y se muestra el código de error. No se muestra en otras áreas. Si se recupera al estado normal y pasa al estado de espera después de la parada, se puede implementar el inicio normal. Posibles motivos: compruebe si los cables del motor están bien conectados; vuelva a conectar los cables del motor. Compruebe si el controlador emite un olor anormal; Reemplácelo si es así.
E3	No se puede detectar el motor	1. Estado de espera: a la espera de 25 segundos, el monitor muestra “E3” 2. La cinta de correr no se puede mover durante el arranque, el monitor muestra “E3” Posibles motivos: detecte la conexión del cable del motor, vuelva a conectar el cable del motor y verifique si el motor tiene algún olor peculiar, cambie el motor
E5	Protección contra sobre corriente: en el estado de operación, el controlador detecta continuamente una corriente del motor de CC superior al valor de la corriente nominal + 6A durante más de 3 s.	Deténgase e ingrese el estado de falla. El zumbador del medidor electrónico suena 9 veces y se muestra el código de error. No se muestra en otras áreas. Si el sistema entra en estado de espera después de aproximadamente 10 segundos de estado de falla, se puede reiniciar. Posibles motivos: la autoprotección del sistema se activa bajo una corriente excesiva causada por una carga excesiva mayor que el valor nominal, o algún lugar de la máquina para correr está atascado de modo que el motor no pueda girar; por lo tanto, el sistema inicia la autoprotección contra una corriente excesiva bajo una carga excesiva; ajuste la máquina para correr y reiníciela. Además, verifique si hay sonido de sobre corriente o olor a quemado cuando el motor está funcionando; reemplazar el motor compruebe si el controlador emite un olor anormal; Reemplácelo si es sí; verifique si las especificaciones de voltaje de la fuente de alimentación son inconsistentes o demasiado bajas y use las especificaciones de voltaje correctas para volver a realizar la prueba.
E6	Protección contra sobre corriente: en el estado de operación, el controlador detecta continuamente una corriente del motor de CC superior al valor de la corriente nominal + 6A durante más de 3 s. Protección a prueba de explosiones: la tensión de alimentación anormal o la anomalía del motor provocan daños en el circuito del motor impulsor	Deténgase e ingrese el estado de falla. El zumbador del medidor electrónico suena 9 veces y se muestra el código de error. No se muestra en otras áreas. Si se recupera al estado normal y pasa al estado de espera después de la parada, se puede implementar el inicio normal. Posibles motivos: compruebe si la tensión de alimentación es inferior al 50% del valor normal; Por favor, asegure el voltaje correcto y pruebe de nuevo; compruebe si el controlador emite el olor a quemado; Si es así, reemplace el controlador; compruebe si los cables del motor están bien conectados; vuelva a conectar los cables del motor.
E7	Cierre de seguridad no en posición	Poner el bloqueo de seguridad en posición; cambiar el interruptor de bloqueo de seguridad; volver a conectar la línea de bloqueo de seguridad

Gracias por adquirir nuestros productos.