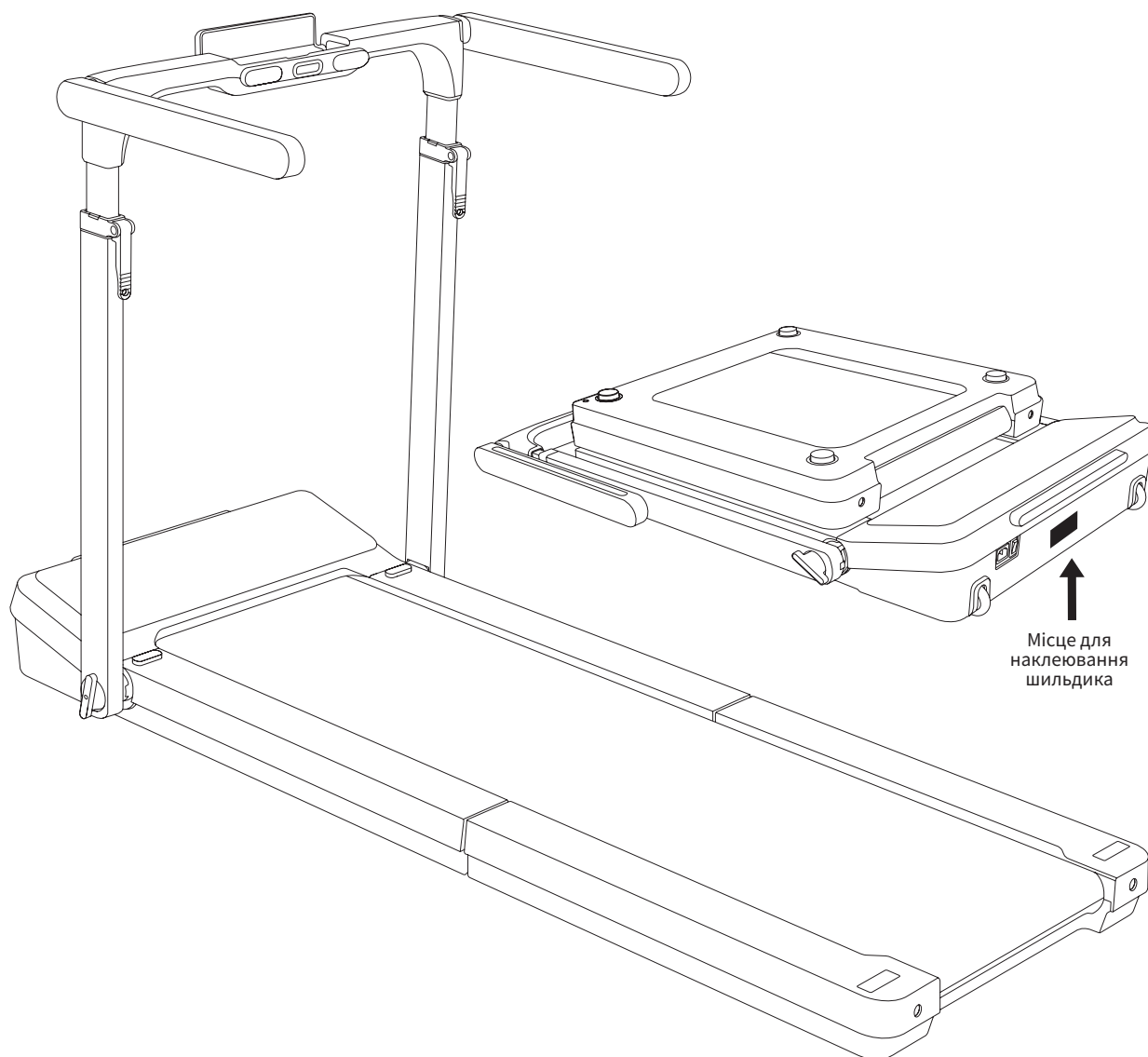


БІГОВА ДОРИЖКА KINGSMITH Walking Pad Z3 Hybrid+

КЕРІВНИЦТВО КОРИСТУВАЧА



ПОПЕРЕДЖЕННЯ

Будьте обережні, щоб уникнути ковзання та травм під час використання. Не дозволяйте дітям наближатися або користуватися цим обладнанням. Виріб має інноваційну складну конструкцію. Бережіть руки та пальці під час складання/розкладання. Перед використанням виробу уважно прочитайте керівництво користувача. Зберігайте його для подальшого використання.



Відскануйте QR-код
для перегляду інших
моделей



Відскануйте QR-код
для завантаження
застосунку

Заходи безпеки

Обладнання призначене для домашнього використання.

НЕБЕЗПЕКА — ЩОБ ЗМЕНШИТИ РИЗИК УРАЖЕННЯ ЕЛЕКТРИЧНИМ СТРУМОМ:

Завжди від'єднуйте обладнання від електромережі одразу після використання та перед очищенням.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ- Цим обладнанням можуть користуватися діти віком від 8 років та особи з обмеженими фізичними, сенсорними чи розумовими можливостями або з недостатнім досвідом і знаннями лише під наглядом або після отримання інструкцій щодо безпечного використання та усвідомлення можливих небезпек. Дітям забороняється гратися з обладнанням. Очищення та технічне обслуговування не повинні виконуватись дітьми без нагляду.

Це обладнання не призначене для використання особами (включаючи дітей) з обмеженими фізичними, сенсорними чи розумовими можливостями або недостатнім досвідом і знаннями, якщо вони не перебувають під наглядом або не отримали інструкцій щодо використання обладнання від особи, відповідальної за їхню безпеку. Необхідно стежити, щоб діти не гралися з обладнанням.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ- Зберігайте обладнання у складеному горизонтальному положенні.

Не допускайте маленьких дітей до тренажера. Контакт із рухомою поверхнею може спричинити серйозні опіки від тертя.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ — ДЛЯ ЗМЕНШЕННЯ РИЗИКУ ОПІКІВ, ПОЖЕЖІ, УРАЖЕННЯ СТРУМОМ АБО ТРАВМ:

1. Не залишайте обладнання без нагляду, коли воно підключене до мережі. Від'єднуйте його від розетки, коли не використовуєте, а також перед встановленням або зняттям деталей.
2. Не використовуйте під ковдрою або подушкою чи поруч із ними. Надмірне нагрівання може спричинити пожежу, ураження струмом або травми.
3. Обладнання призначене лише для здорових та фізично здатних дорослих. Потрібен ретельний нагляд, якщо обладнання використовується дітьми, людьми з інвалідністю або поруч із ними.
4. Обладнання призначене лише для домашнього використання. Не використовуйте його в комерційних або напівкомерційних цілях, на відкритому повітрі чи для медичних процедур.
5. Не використовуйте обладнання, якщо пошкоджено кабель або вилку, якщо воно працює неправильно, було пошкоджене, впало або потрапило у воду. Зверніться до служби підтримки для перевірки та ремонту. Не використовуйте аксесуари, не рекомендовані виробником.
6. Не переносьте обладнання за кабель живлення та не використовуйте кабель як ручку.
7. Тримайте кабель подалі від джерел тепла.
8. Не вставляйте сторонні предмети в отвори обладнання.
9. Підключайте обладнання лише до належним чином заземленої розетки.
10. Не використовуйте обладнання там, де застосовуються аерозольні (спрей) засоби або подається кисень.
11. Для відключення переведіть усі елементи керування у вимкнений стан, після чого витягніть вилку з розетки.
12. Якщо ви відчуваєте дискомфорт, негайно припиніть тренування та зверніться до лікаря, щоб уникнути шкоди здоров'ю.
13. Забезпечте вільний простір щонайменше 2000 × 1000 мм позаду обладнання та не менше 600 мм з обох боків.
14. Використовуйте відповідний спортивний одяг і тренуйтеся відповідно до свого фізичного стану. Не тренуйтеся босоніж або лише в шкарпетках.
15. Не носіть вільний або звисаючий одяг під час використання виробу.
16. Не ставайте на передню частину обладнання.
17. Не використовуйте обладнання разом із домашніми тваринами або поруч із ними.
18. Не ходіть по доріжці задом наперед, щоб забезпечити стійкість.
19. Люди похилого віку, діти та вагітні жінки повинні користуватися цим пристроєм з обережністю. Перед використанням проконсультуйтеся з лікарем.
20. Не складайте обладнання, коли воно увімкнене. Це може скоротити термін служби виробу та створити небезпеку. Не запускайте обладнання у складеному стані.
21. Для безпечного використання зберігайте обладнання відповідно до інструкцій у керівництві.

22. Не ставайте на обладнання та не сходьте з нього під час роботи, щоб уникнути нещасних випадків.
23. Не перевищуйте максимально допустиму вагу користувача.
24. Не піддавайте обладнання дії прямого сонячного світла. Зберігайте його в прохолодному та сухому місці.
25. Не використовуйте обладнання у вологому середовищі або під дощем, оскільки воно не є водонепроникним.
26. Не перевищуйте рекомендований час використання. Перед повторним запуском дайте обладнанню охолонути протягом 20 хвилин.
27. Для оптимальної роботи та стійкості використовуйте обладнання на рівній твердій поверхні та переконайтеся, що під ним немає сторонніх предметів.
28. Рівень звукового тиску біля вуха користувача становить приблизно 57 дБ(А). Під навантаженням рівень шуму вищий, ніж без навантаження.
29. Неправильні або надмірні тренування можуть завдати шкоди здоров'ю.
30. **ПОПЕРЕДЖЕННЯ!** Системи моніторингу серцевого ритму можуть бути неточними. Надмірні тренування можуть призвести до серйозних травм або смерті. Якщо ви відчуваєте запаморочення — негайно припиніть тренування.
31. У разі надзвичайної ситуації витягніть ключ безпеки для зупинки обладнання. Тримайтеся за поручень і станьте на протиковзкі бокові смуги, доки обладнання повністю не зупиниться.
32. Компанія не несе відповідальності за травми або матеріальні збитки, спричинені неправильним використанням виробу. Ми залишаємо за собою право оновлювати, змінювати або скасовувати це керівництво та супровідні інструкції без попередження.
33. З лівого та правого боків пластикового корпусу спереду бігового полотна є два зазори. Полотно повинно рухатися по центру. Якщо полотно зміщується ліворуч або праворуч за межі білої мітки на краю, необхідно зупинити доріжку та відрегулювати положення полотна до центрального.
34. Рівень безпеки обладнання підтримується лише за умови регулярної перевірки на наявність пошкоджень та зношення, наприклад ременів і точок кріплення.
35. Несправні компоненти слід негайно замінити та не використовувати обладнання до завершення ремонту.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ

Для підтримання безпечного рівня експлуатації це обладнання необхідно регулярно перевіряти на наявність пошкоджень та зношення.

Це стосується таких компонентів, як ремінь та двигун.

У разі виявлення несправних компонентів негайно замінить їх. Не використовуйте обладнання до завершення ремонту.

Особливу увагу слід приділяти компонентам, які найбільше піддаються зношенню, таким як ремінь і двигун.

Ці компоненти потрібно перевіряти частіше та за потреби замінювати.

Неперезаряджувані батарейки не можна заряджати.

Акумуляторні батареї необхідно виймати з обладнання перед заряджанням.

Не можна змішувати різні типи батарей або нові й використані батареї.

Батареї слід встановлювати з правильною полярністю.

Розряджені батареї потрібно виймати з обладнання та безпечно утилізувати.

Якщо обладнання не буде використовуватися тривалий час, батареї слід вийняти.

Не допускайте короткого замикання контактів живлення.

Енергоефективність:

Коли пристрій не виконує жодних операцій, через 10 хвилин він переходить у режим очікування.

Цей пристрій має режим очікування та режим вимкнення.

Споживання енергії в режимі вимкнення: 0 Вт

Споживання енергії в режимі очікування: 0,4 Вт

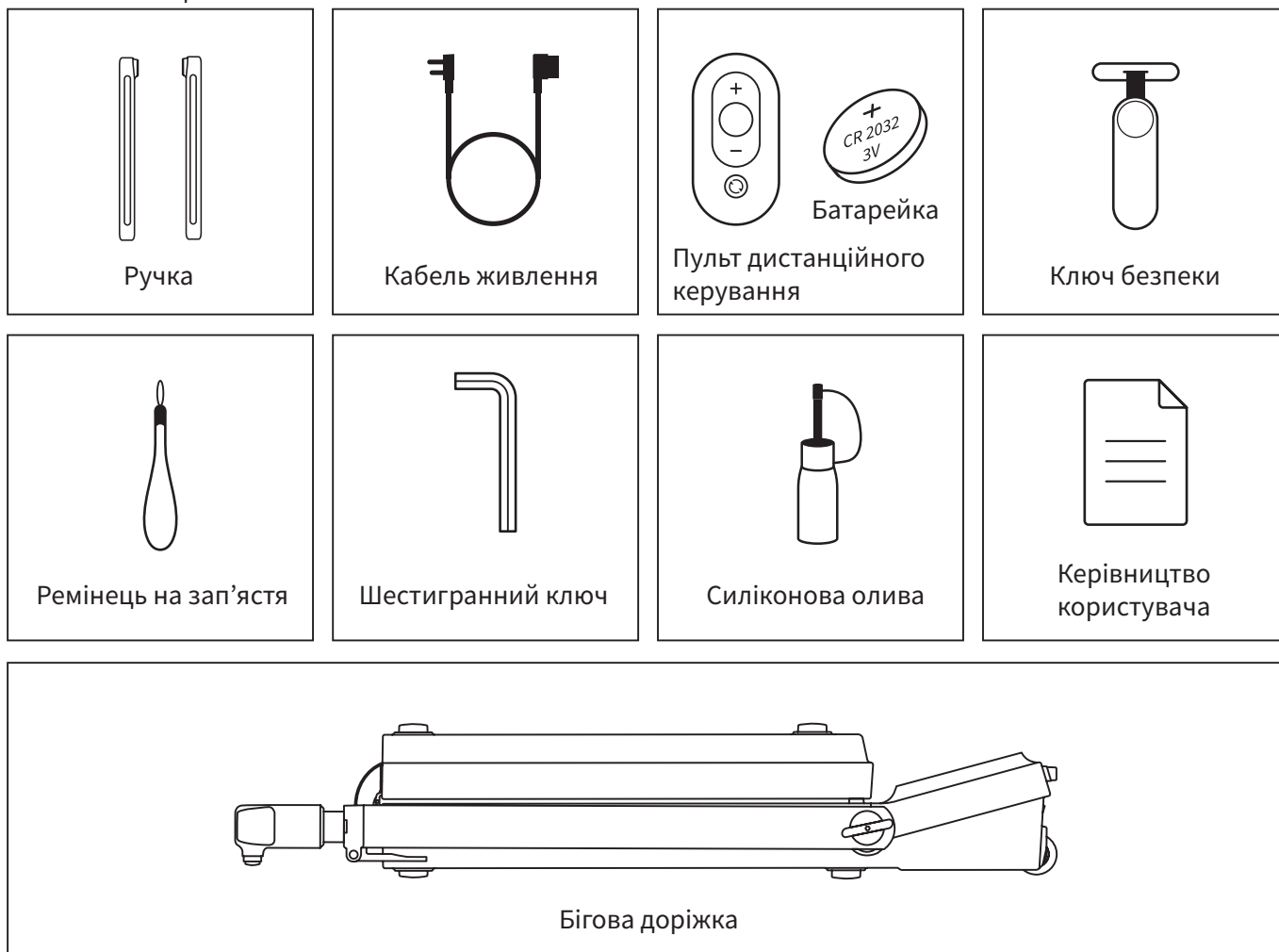
Зміст

1. Опис виробу	4
2. Експлуатація та налаштування	7
3. Догляд і технічне обслуговування	15
4. Усунення несправностей	16
5. Поради щодо тренувань	17
6. Торговельна марка та юридична інформація	18
7. Інформація про відповідність нормативним вимогам	18

1. Опис виробу

Розпакуйте виріб і переконайтеся, що всі комплектуючі присутні. Якщо чогось бракує, зверніться до продавця.

01 Комплектація



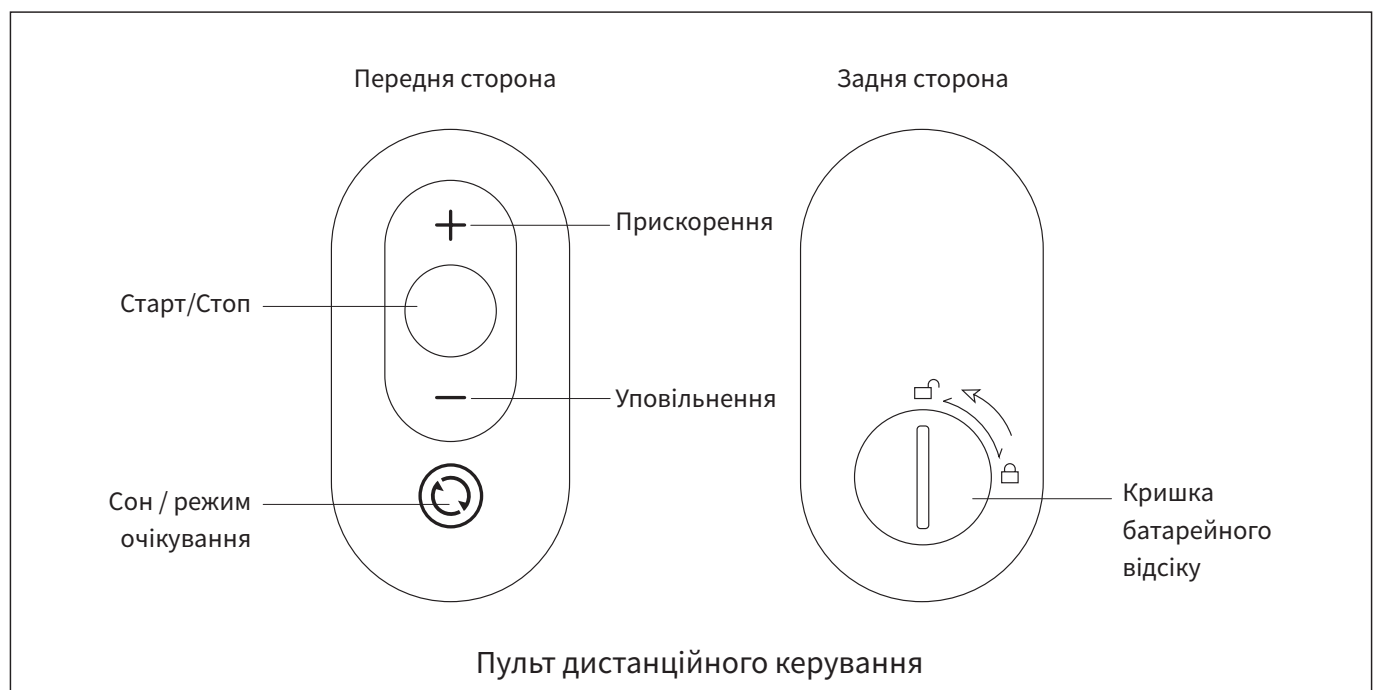
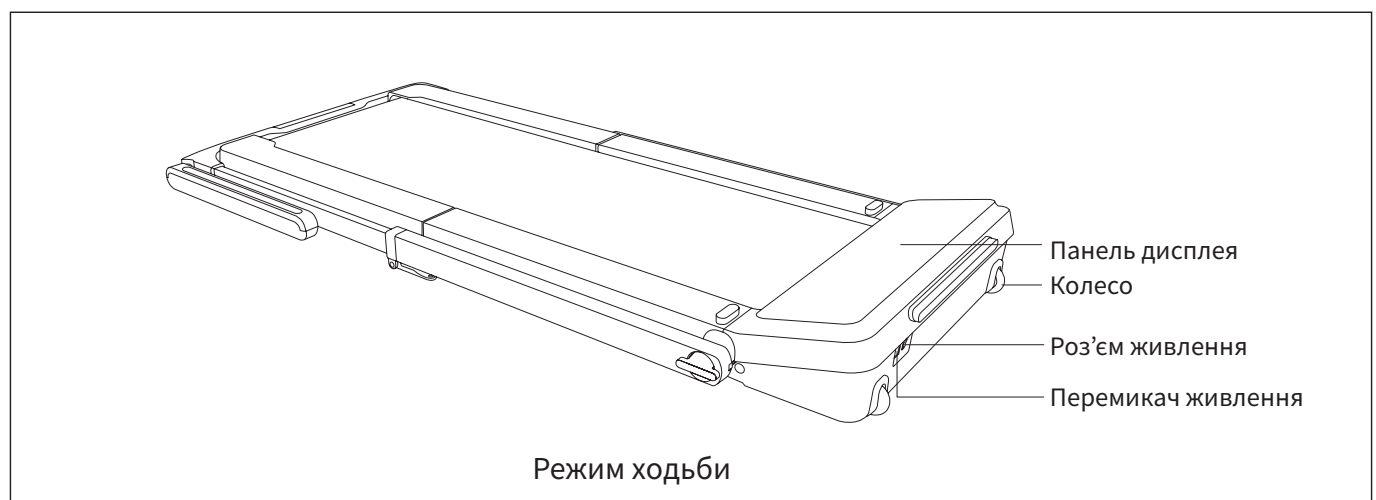
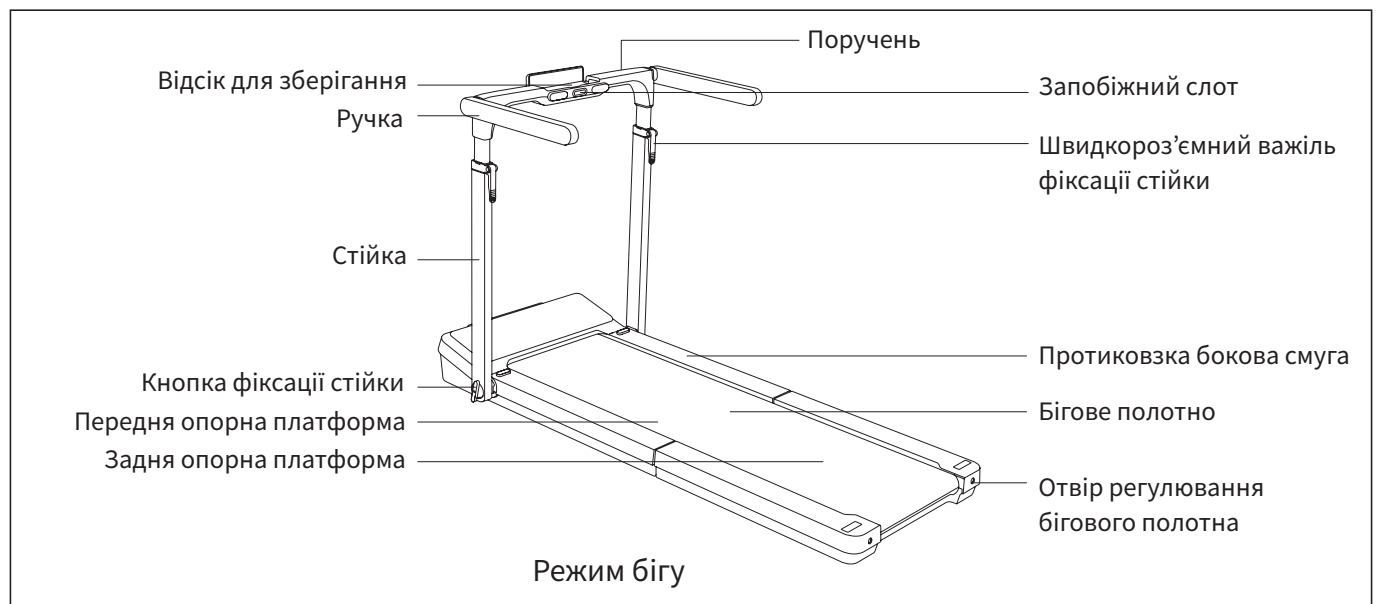
02 Технічні характеристики

Назва виробу:	моторизована бігова доріжка	Номінальна	
Модель:	WP4002	потужність:	735 Вт
Діапазон швидкості:	1–6,5 mph (1–10 км/год)	Розмір у	
Розмір		розкладеному стані:	57,9 × 30,1 × 40,5 дюйма
бігового полотна:	47,2 × 15,7 дюйма		1472 × 765 × 1030 мм
Максимальна вага		Розмір у	
користувача:	110 кг / 242 lb	складеному стані:	39,7 × 30,1 × 7,6 дюйма
Вага нетто:	40 кг / 88,2 lb		1010 × 765 × 195 мм
Номінальна напруга:	220–240 В~	Клас:	HC
Номінальна частота:	50/60 Гц	Вік користувача:	від 14 років
		Режими тренування:	ходьба та біг

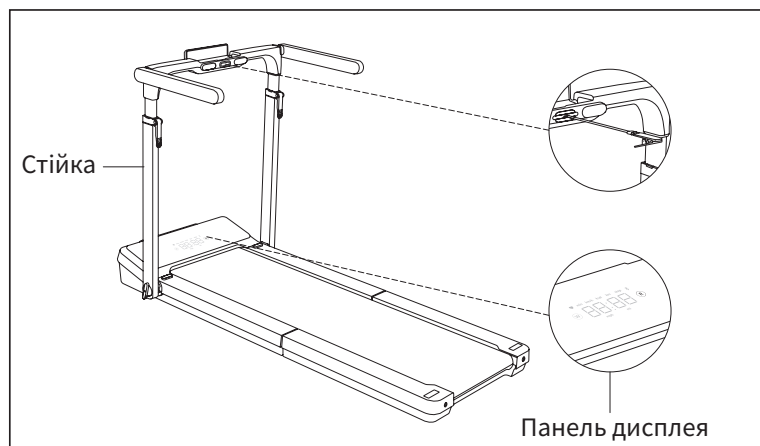
Радіочастота та потужність радіопередачі

RF специфікація	Робоча частота	Макс. вихідна потужність
Bluetooth	2402–2480 MHz	8.51 dBm (EIRP)

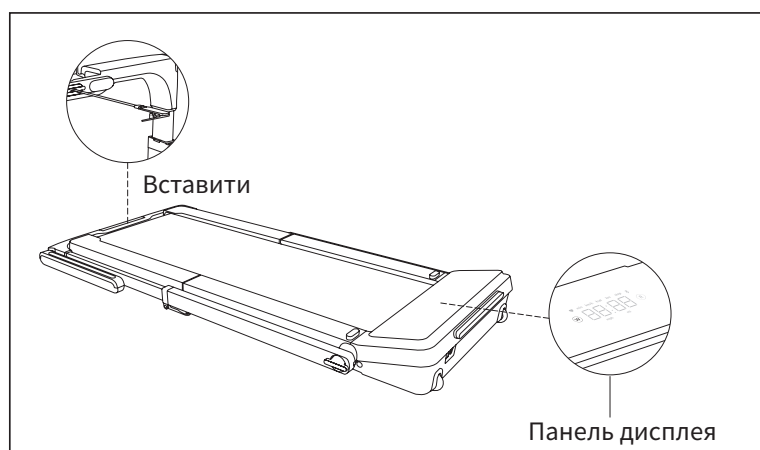
03 Назви частин



04 Режими тренування



- ① Режим бігу
- Стійка: вертикальне положення
 - Налаштування швидкості: ручне
 - Максимальна швидкість: 6,5 mph (10 км/год)
 - Світиться індикатор «R»
 - Ключ безпеки має бути вставлений

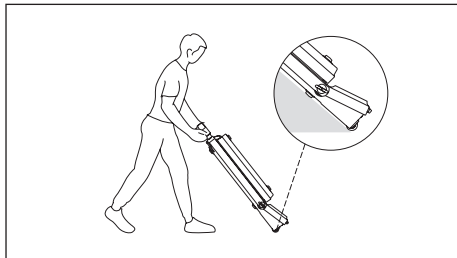


- ② Режим ходьби (Walking Mode)
- Стійка: горизонтальне положення
 - Налаштування швидкості: ручне
 - Максимальна швидкість: 4 mph (6 км/год)
 - Світиться індикатор «W»
 - Ключ безпеки має бути вставлений
- Увага:** Послабте ручки фіксації стійки, щоб підняти стійку, та вставте ключ безпеки.

2. Експлуатація та налаштування

01 Як переміщувати обладнання

Перед переміщенням переконайтеся, що: перемикач живлення вимкнений; кабель живлення від'єднаний і складений; бігова платформа повністю складена; ручки фіксації стійки затягнуті; ручки розташовані паралельно до стійки.



- ① Підніміть обладнання за поручень і перемістіть у потрібне місце.

Увага

Уникайте дотику до бігового полотна, щоб запобігти пошкодженню або травмам.

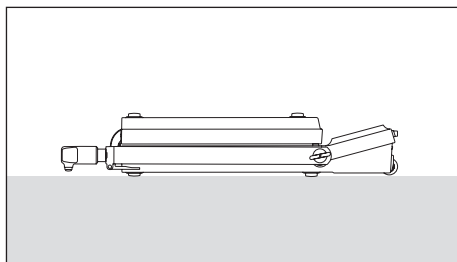
Не переміщуйте обладнання по нерівній поверхні, щоб забезпечити стійкість.

Під час переміщення підтримуйте правильний кут між обладнанням і підлогою, щоб уникнути тертя.

02 Як розкласти обладнання

Перед розкладанням переконайтеся, що: вільний простір позаду пристрою становить щонайменше 2000 × 1000 мм; вільний простір з кожного боку — не менше 600 мм.

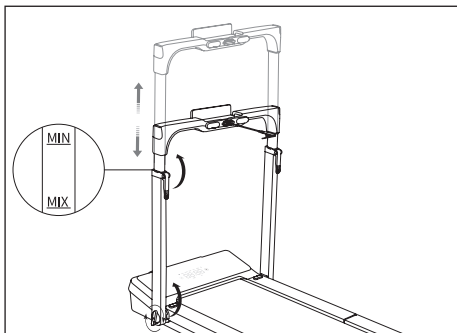
Розкладання у режим бігу (Варіант 1)



- ① Розташуйте обладнання на рівній твердій поверхні.

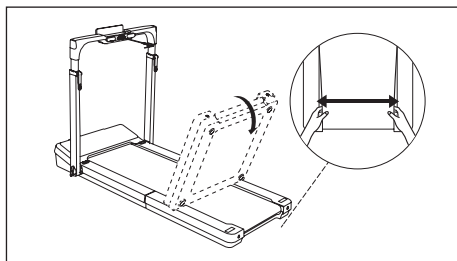
Увага

Уникайте товстих килимів або матів, оскільки це може зменшити стійкість обладнання.



- ② Послабте ручки фіксації стійки з обох боків, повертаючи їх ліворуч. Підніміть стійку до повністю вертикального положення та затягніть ручки, повертаючи їх праворуч.

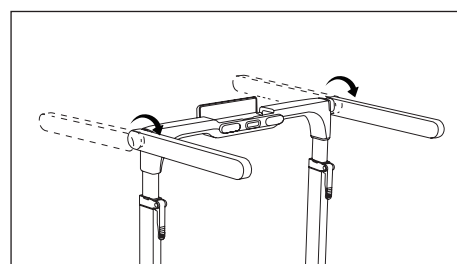
Підніміть швидкокороз'ємні важелі стійки з обох боків, встановіть стійку на потрібну висоту (у межах шкали MIN–MAX) та опустіть важелі для фіксації.



- ③ Розкладіть задню бігову платформу. Вирівняйте бігове полотно вручну, регулюючи його передню та задню частини. Натисніть на задню платформу, щоб вона повністю прилягала до підлоги. Якщо платформа розташована нерівно, відрегулюйте її за допомогою опорної ніжки.

Увага

- На задню бігову платформу можна сильно натискати рукою без ризику пошкодження обладнання.
- Під час розкладання платформи ви можете почути гучний звук, схожий на всмоктування повітря, та відчути невеликий люфт при наступанні на бігове полотно. Це нормально і зникне після певного часу використання.

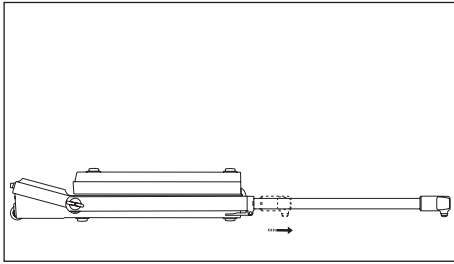


- ④ Зніміть кришку з кожного монтажного отвору за допомогою плоскої викрутки (не входить до комплекту), сумістіть отвори та встановіть ручки горизонтально. Потім поверніть ручки на 180°.

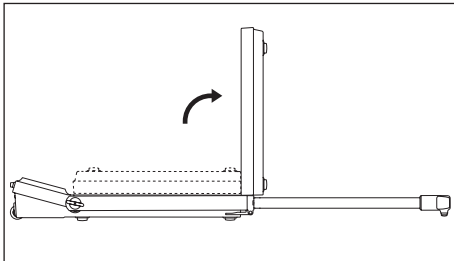
Увага

Якщо ручки застрягли, щільно притисніть їх до монтажного отвору та повторіть поворот.

Розкладання у режим ходьби (Варіант 2)



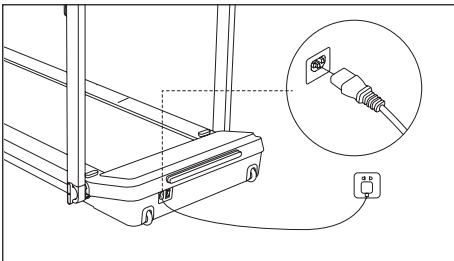
- ① Підніміть швидкороз'ємні важелі стійки з обох боків, висуньте стійку до максимального положення (MAX) та опустіть важелі для фіксації.



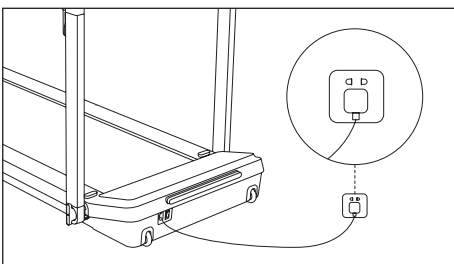
- ② Розкладіть бігову доріжку, вирівняйте бігове полотно та повністю опустіть задню бігову платформу.

03 Як підключити кабель живлення

Під час використання цей виріб має бути заземлений, і наше обладнання відповідає вимогам заземлення. У разі несправності або пошкодження заземлення забезпечує шлях найменшого опору для електричного струму, зменшуючи ризик ураження електричним струмом.



- ① Вставте кінець кабелю живлення для обладнання у роз'єм живлення на виробі.



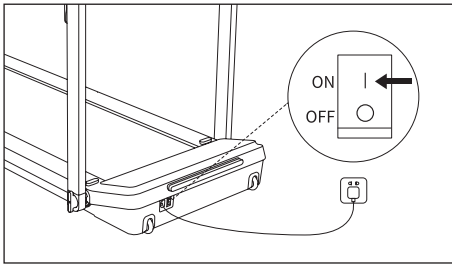
- ② Вставте інший кінець кабелю у настінну розетку.

Увага: Не змінюйте конструкцію вилки, що постачається з виробом. Якщо вилка не підходить до розетки, зверніться до кваліфікованого електрика для встановлення відповідної розетки.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ: Якщо кабель живлення пошкоджений, його необхідно замінити кабелем, рекомендованим виробником.

04 Як увімкнути живлення

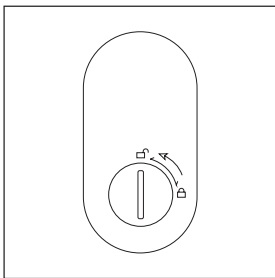
Якщо обладнання перебувало в холодному середовищі, дайте йому нагрітися до кімнатної температури перед увімкненням живлення. Інакше компоненти обладнання можуть бути пошкоджені.



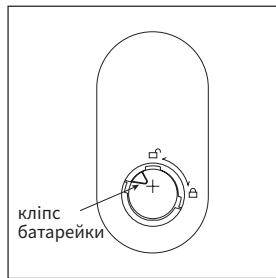
- ① Увімкніть перемикач живлення, доки не пролунає звуковий сигнал і не засвітиться панель.

05 Як користуватися пультом дистанційного керування

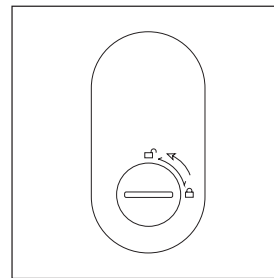
① Встановлення батарейки



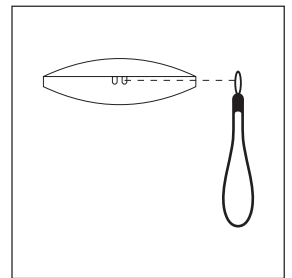
(а) Відкрутіть кришку батарейного відсіку проти годинникової стрілки за допомогою відповідного інструмента.



(b) Дотримуючись полярності, встановіть нову батарейку CR2032 (3 В).

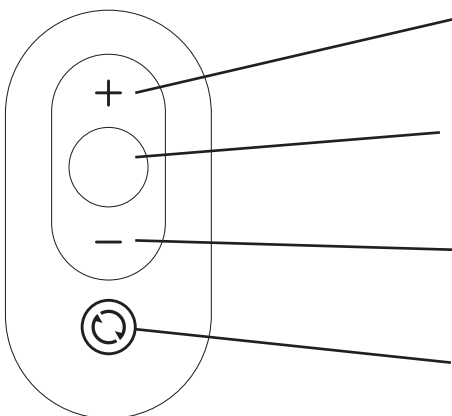


(с) Закрийте кришку батарейного відсіку та затягніть її за годинниковою стрілкою.



(d) Протягніть ремінець у отвір і закріпіть його вузлом.

② Кнопки та функції



Прискорення

Натисніть, щоб збільшити швидкість на 0,5 mph (0,5 км/год).
Максимальна швидкість: 6,5 mph (10 км/год).

Старт/Стоп

Натисніть для запуску обладнання.
Натисніть ще раз для зупинки.

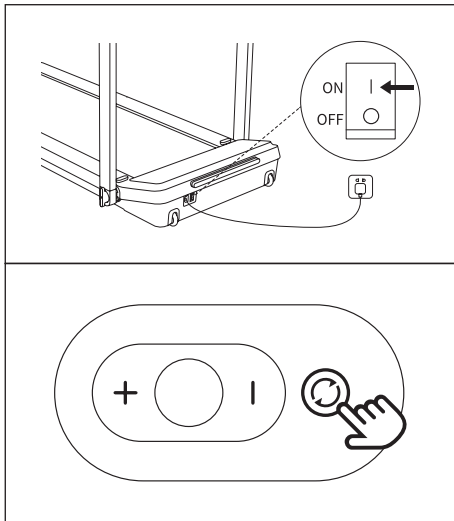
Уповільнення

Натисніть, щоб зменшити швидкість на 0,5 mph (0,5 км/год).
Мінімальна швидкість: 1 mph (1 км/год).

Сон / режим очікування

Натисніть і утримуйте для переходу в режим сну.

③ Сполучення



- **Перше використання:**

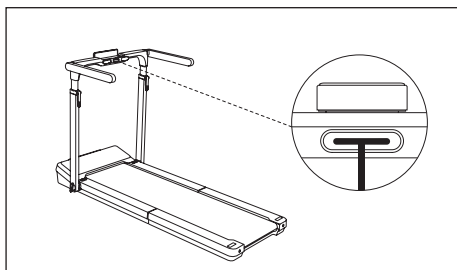
Пульт дистанційного керування та обладнання вже сполучені й готові до використання.

- **Перемикання на новий пульт / якщо пульт не працює:**

Утримуючи кнопку Sleep на пульті дистанційного керування, увімкніть обладнання та продовжуйте утримувати кнопку Sleep, доки не пролунає звуковий сигнал.

06 Як користуватися ключем безпеки

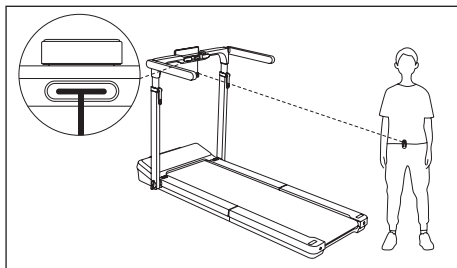
Для режиму бігу



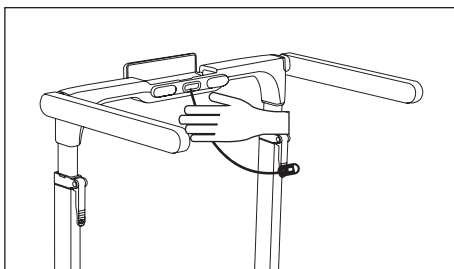
- ① Вставте ключ безпеки у відповідний слот, щоб запустити бігову доріжку.

УВАГА

- Для активації обладнання ключ безпеки має бути вставлений.
- З міркувань безпеки виймайте ключ безпеки, коли обладнання не використовується, та зберігайте його в недоступному для дітей місці.



- ② Закріпіть шнур ключа безпеки на одязі в області талії.

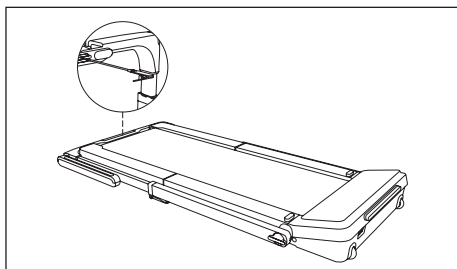


- ③ У разі надзвичайної ситуації витягніть ключ безпеки, щоб зупинити обладнання.

Тримайтеся за поручень і станьте на протиковзкі бокові смуги, доки обладнання повністю не зупиниться.

Попередження: Будьте обережні під час виймання ключа безпеки, оскільки обладнання зупиниться раптово.

Для режиму ходьби:



- ① Послабте ручки фіксації стійки з обох боків, повертаючи їх ліворуч. Підніміть стійку на відповідну висоту та вставте ключ безпеки. Потім опустіть стійку та затягніть ручки, повертаючи їх праворуч.

07 Як користуватися панеллю дисплея



Увімкнення живлення

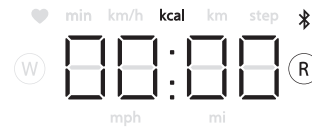
Увімкніть перемикач живлення. Панель дисплея засвітиться та почне циклічно відображати всі показники тренування.



Час тренування



Кількість кроків



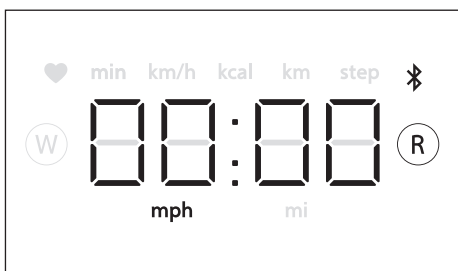
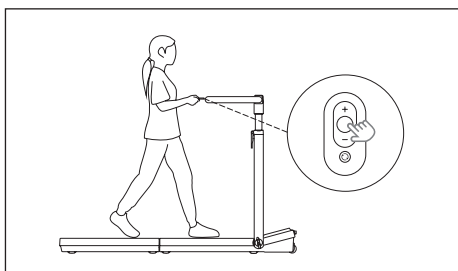
Калорії



Поточна швидкість (імперська система)



Дистанція (імперська система)



Запуск: Станьте на бігове полотно та натисніть кнопку «Start/Stop» на пульті дистанційного керування. Після 3-секундного зворотного відліку обладнання почне рухатися зі швидкістю 1 км/год (1 mph).

- Для безпеки обладнання автоматично зупиниться через 8–60 секунд без використання. Функція «No-Load Stop» (автоматична зупинка без навантаження) за замовчуванням вимкнена, але її можна увімкнути у застосунку KS Fit (Motion > Settings).
- Переконайтеся, що ключ безпеки вставлений. Інакше обладнання не почне рух.
- У разі надзвичайної ситуації швидко витягніть ключ безпеки для зупинки обладнання.

Збільшення / зменшення швидкості:

Натисніть кнопку «Accelerate» для збільшення швидкості або кнопку «Decelerate» для її зменшення під час руху обладнання.

Пауза тренування:

Натисніть кнопку «Start/Stop» під час руху обладнання. Обладнання почне сповільнюватися з відображенням «Stop», доки повністю не зупиниться, а дані тренування будуть збережені.

Увага

Щоб продовжити тренування, натисніть кнопку «Start/Stop» ще раз — дані тренування продовжать накопичуватися.

Завершення тренування:

Натисніть і утримуйте кнопку «Sleep» протягом 2 секунд або залиште обладнання без дії на 10 хвилин після паузи тренування — дані буде скинуто.

Режим сну:

Натисніть і утримуйте кнопку «Sleep» протягом 2 секунд або залиште обладнання без дії на 10 хвилин після завершення тренування — дисплей вимкнеться.

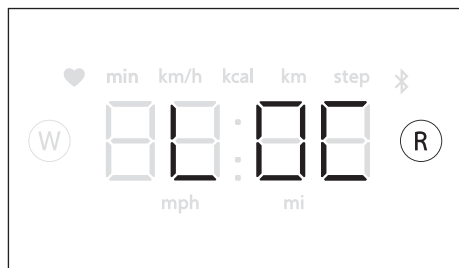
Увага

Щоб вивести обладнання з режиму сну, натисніть будь-яку кнопку на пульті дистанційного керування.

Ключ безпеки:

Якщо ключ безпеки не вставлений, на дисплеї відображатиметься повідомлення «SAFE».

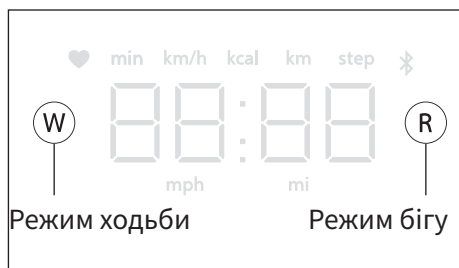
Вставте ключ безпеки, щоб прибрати повідомлення «SAFE» та користуватися обладнанням.



Блокування від дітей:

Якщо у застосунку KS Fit увімкнено дитячий замок, обладнання не запуститься, а на дисплеї відображатиметься повідомлення «LOC».

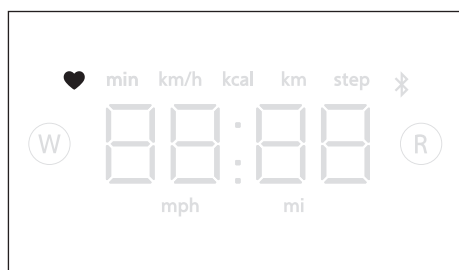
Вимкніть дитячий замок у застосунку, щоб прибрати повідомлення «LOC» та користуватися обладнанням.



Режими W/R:

У режимі ходьби світиться індикатор «W».

У режимі бігу світиться індикатор «R».



Пульс:

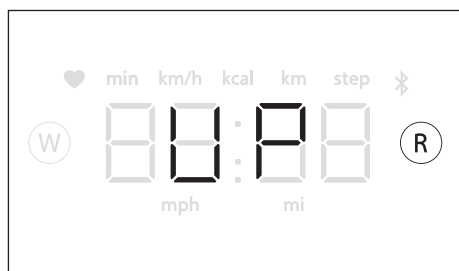
Коли пристрій не отримує сигнал пульсу, значок пульсу не відображається.

Після отримання сигналу пульсу показники відображаються циклічно.



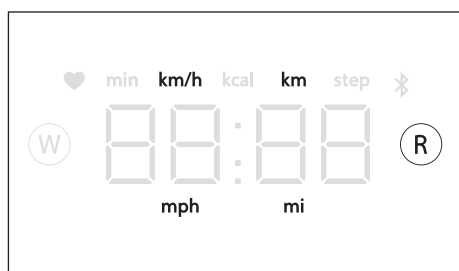
Індикатор підключення:

Індикатор підключення блимає, коли обладнання не підключене до застосунку, та світиться постійно після підключення.



Оновлення:

Під час оновлення прошивки на дисплеї блимає «UP», і обладнання не може бути запущене.

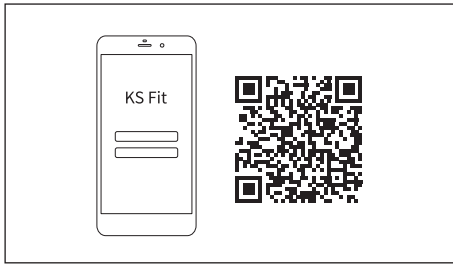


Перемикання метричної / імперської системи:

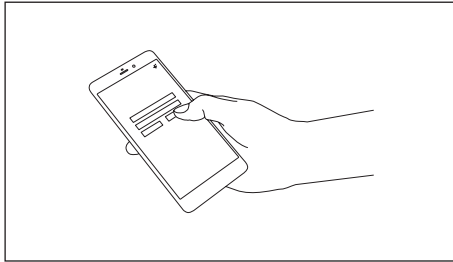
Перезапустіть обладнання, підключіть застосунок KS Fit, відкрийте:

«Me» → «Settings» → «Unit Settings»,
оберіть «Metric» або «Imperial» та знову перезапустіть обладнання.

Для режиму ходьби:



- ① Відскануйте QR-код, завантажте та встановіть застосунок KS Fit для перегляду даних тренувань.



- ② Піднесіть телефон ближче до обладнання.
- ③ Увімкніть Bluetooth на телефоні (дозвольте пошук пристроїв поблизу) та одночасно увімкніть обладнання.
- ④ Відкрийте застосунок KS Fit і додайте обладнання.

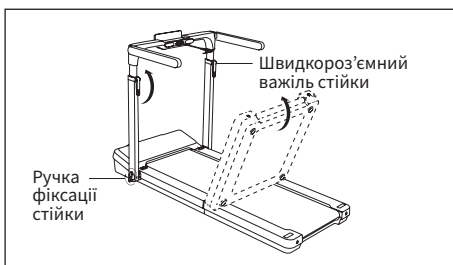
Увага

- Обладнання можна додати лише через застосунок KS Fit. Якщо ви вже підключали його через налаштування Bluetooth телефону, видаліть це підключення та додайте пристрій повторно через застосунок.
- У разі помилки сполучення вимкніть обладнання, зачекайте 10 секунд і повторіть ②, ④ процедуру.
- З міркувань безпеки не підключайте інший пристрій під час використання обладнання.

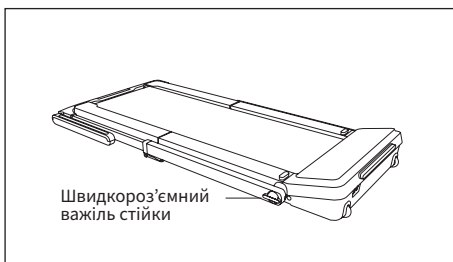
09 Як скласти обладнання

Перед складанням переконайтеся, що: перемикач живлення вимкнений; кабель живлення від'єднаний і належним чином складений.

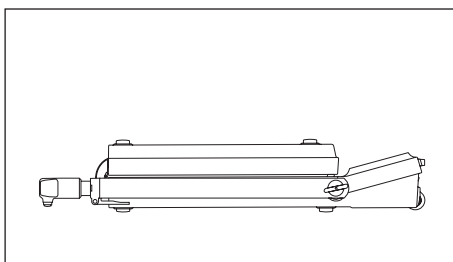
Попередження: Перед складанням дочекайтеся повної зупинки бігового полотна.



- ① Для режиму бігу (Варіант 1)
 - Підніміть задню бігову платформу до повністю складеного положення.
 - Підніміть швидкокороз'ємні важелі стійки з обох боків, опустіть стійку до початкової висоти та зафіксуйте важелі.
 - Поверніть ручки на 270°, доки вони не стануть паралельними до стійки.
 - Послабте ручки фіксації стійки, повертаючи їх ліворуч. Опустіть стійку до повністю горизонтального положення та затягніть ручки, повертаючи їх праворуч.



- ② Для режиму ходьби (Варіант 2)
 - Підніміть задню платформу до повністю складеного положення.
 - Підніміть швидкокороз'ємні важелі стійки з обох боків, поверніть стійку до початкової довжини та зафіксуйте важелі.



- ③ Перемістіть обладнання у потрібне місце та зберігайте його на рівній твердій поверхні.

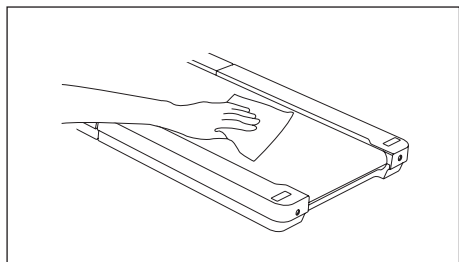
Увага

- Не використовуйте обладнання у складеному стані.
- Зберігайте пульт дистанційного керування та кабель живлення у безпечному місці для подальшого використання.

3. Догляд і технічне обслуговування

Для оптимальної роботи та тривалого терміну служби регулярно виконуйте технічне обслуговування обладнання.

Якщо ви виявили пошкодження або зношення, негайно припиніть використання обладнання та зверніться до служби підтримки або кваліфікованого спеціаліста для ремонту.

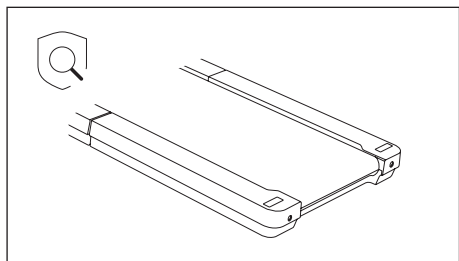


① Очищення обладнання

- Вимкніть обладнання та від'єднайте кабель живлення.
- Нанесіть невелику кількість м'якого мийного засобу на тканину зі 100% бавовни та протріть панель дисплея, бігове полотно, поручень тощо.

Увага

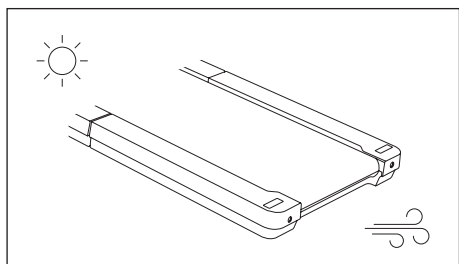
- Не розпилюйте мийний засіб безпосередньо на панель дисплея або бігове полотно.
- Не використовуйте кислотні або агресивні мийні засоби.
- Не протирайте поверхню під біговим полотном.
- Після певного часу використання на полотні та деці можуть з'явитися пил і забруднення — їх можна просто витерти тканиною.



② Перевірка обладнання

- Перевіряйте кабель живлення. Якщо виявлено пошкодження або зношення, негайно припиніть використання та замініть кабель.
- Перевіряйте бігове полотно. Якщо воно зміщене, занадто натягнуте або занадто ослаблене, відрегулюйте його (див. розділ «Усунення несправностей» ③, стор. 16).

Увага: Для заміни використовуйте лише компоненти, рекомендовані виробником.



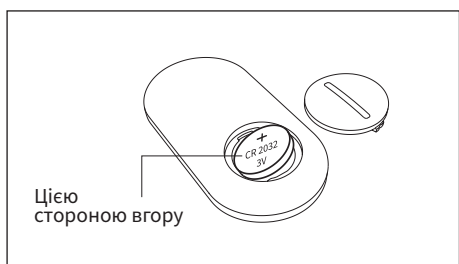
③ Зберігайте в прохолодному та сухому місці

- Зберігайте обладнання в прохолодному та сухому середовищі.

Увага: Не використовуйте обладнання на відкритому повітрі або в місцях із високою вологістю чи різкими перепадами температури

- Після 2 годин використання дайте обладнанню охолонути протягом 20 хвилин.

Увага: Не використовуйте обладнання безперервно більше 2 годин.



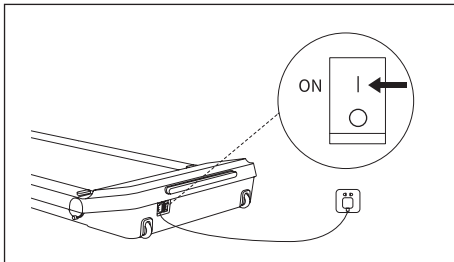
Цією
стороною вгору

④ Заміна батарейки

- Якщо обладнання не буде використовуватися тривалий час, батарейки слід вийняти.
- Якщо пульт дистанційного керування розрядився, відкрийте кришку батарейного відсіку, встановіть нову батарейку CR2032 (3 В), дотримуючись правильної полярності +/- .

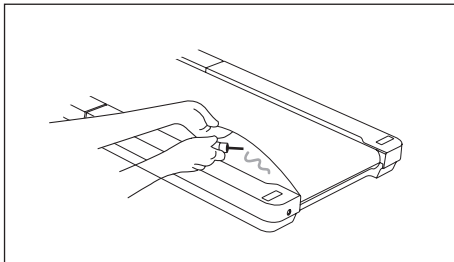
4. Усунення несправностей

Більшість несправностей можна усунути, виконавши наведені нижче дії. Якщо під час використання виникла проблема, негайно припиніть використання обладнання та спробуйте усунути її відповідно до інструкцій.



① Симптом: Неможливо увімкнути / живлення вимикається під час використання

- Переконайтеся, що обидва кінці кабелю живлення підключені.
- Переконайтеся, що перемикач живлення увімкнений.

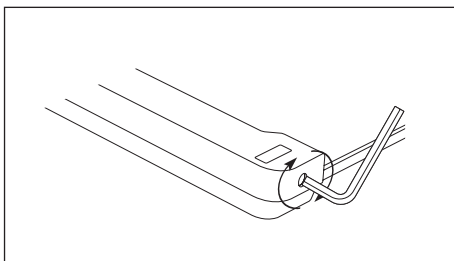


② Симптом: Бігове полотно рухається нерівномірно та шумить

- Вимкніть обладнання та від'єднайте обидва кінці кабелю живлення.
- Обережно підніміть задню бігову платформу. Підніміть бігове полотно та нанесіть силіконову оливу у формі літери «Z» по центру платформи.
- Увімкніть обладнання та перевірте роботу повторно.

Увага:

- Немає потреби наносити силіконову оливу на всю платформу, оскільки вона рівномірно розподілиться під час використання.
- Для одного змащування потрібно 5–10 мл силіконової оливи. Надлишок може спричинити ковзання.



③ Симптом: Бігове полотно зміщене або прослизгає

- Зона між лівою та правою протиковзкими боковими смугами є робочою зоною полотна. Якщо полотно виходить за внутрішній край бокових смуг, його необхідно відрегулювати.

- Якщо бігове полотно зміщене:

- Обережно підніміть задню бігову платформу та вручну вирівняйте полотно (див. стор. 7 «Як розкласти бігову доріжку», крок 3).

- Якщо полотно все ще зміщується, відрегулюйте його за допомогою шестигранного ключа з комплекту:

- а. Полотно зміщується ліворуч — поверніть гвинт у лівому регулювальному отворі за годинниковою стрілкою на 1/4 оберту.
- б. Полотно зміщується праворуч — поверніть гвинт у правому регулювальному отворі за годинниковою стрілкою на 1/4 оберту.
- в. Полотно прослизгає — одночасно поверніть лівий і правий регулювальні гвинти за годинниковою стрілкою на 1/2 оберту.

Після кожного регулювання запустіть обладнання на швидкості 3–4 км/год (1,95–2,5 mph) на 1–2 хвилини для перевірки результату. За потреби повторіть регулювання.

Увага:

Якщо бігове полотно надто натягнуте або надто ослаблене, це вплине на роботу обладнання та може пошкодити полотно.

④ Опис кодів помилок

У разі несправності на дисплеї відображатиметься код помилки. Вимкніть і знову увімкніть обладнання, щоб перевірити, чи зник код. Якщо помилка не зникає, зверніться до служби підтримки. Підготуйте модель виробу та серійний номер, зазначені на шильдику.

E01 програмний захист від перевантаження струмом
E02 апаратний захист від перевантаження струмом
E03 перегрів модуля IPM
E04 захист від зниженої напруги
E05 захист від підвищеної напруги
E06 захист від втрати фази двигуна
E07 захист від блокування ротора двигуна

E09 двигун не запускається
E12 захист двигуна від перевантаження струмом
E13 захист від перевантаження
E14 відсутній сигнал Hall-сенсора
E15 помилка зв'язку
E16 помилка підключення модуля

5. Поради щодо тренувань

Інтенсивність тренувань

Незалежно від того, чи ваша мета — спалювання жиру чи покращення серцево-судинної витривалості, тренування з відповідною інтенсивністю є ключем до досягнення результатів. Для визначення правильного рівня інтенсивності можна використовувати частоту серцевих скорочень як орієнтир.

165	155	145	140	130	125	115	
145	138	130	125	118	110	103	
125	120	115	110	105	95	90	
20	30	40	50	60	70	80	Вік

У таблиці наведені рекомендовані зони серцевого ритму для спалювання жиру та покращення серцево-судинної витривалості лише для довідки.

Щоб визначити відповідний рівень інтенсивності, знайдіть свій вік у нижній частині таблиці (округливши до найближчого десятка). Найнижче значення — це пульс для спалювання жиру, середнє значення — максимальний пульс для спалювання жиру, а найвище значення — пульс для покращення серцево-судинної витривалості (для забезпечення ефективності тренування рекомендується використовувати пульсометр, який купується окремо).

Рекомендації щодо тренувань

Перед початком тренувань обов'язково проконсультуйтеся з лікарем.

Розминка:

Рекомендується виконувати розминку протягом 5–10 хвилин перед тренуванням, повністю розігріти суглоби та виконати розтяжку перед початком низькоінтенсивних вправ.

Тренування:

Рекомендується тренуватися протягом 20–30 хвилин, підтримуючи інтенсивність у межах тренувального діапазону (протягом перших кількох тижнів тренувань тривалість занять слід обмежити 20 хвилинами), а дихання під час тренування має залишатися рівномірним.

Завершення тренування:

Після тренування рекомендується виконувати розтяжку протягом 5–10 хвилин, що може покращити гнучкість суглобів і еластичність м'язів та допоможе запобігти спортивним травмам.

Частота тренувань:

Для підтримання або покращення фізичної форми виконуйте три тренування на тиждень, залишаючи щонайменше один день відпочинку між заняттями. Після кількох місяців регулярних тренувань, за потреби, можна збільшити кількість занять до п'яти на тиждень.

Пам'ятайте: ключ до успіху — зробити тренування регулярною та приємною частиною вашого повсякденного життя.

Спалювання жиру

Для ефективного використання жиру як джерела енергії необхідно виконувати низькоінтенсивні вправи протягом тривалого часу. У перші хвилини тренування організм використовує глікоген як джерело енергії. Лише після перших хвилин тренування організм починає використовувати накопичений жир як джерело енергії. Якщо ваша мета — спалювання жиру, регулюйте інтенсивність тренування так, щоб частота серцевих скорочень була близькою до найнижчого значення вашої тренувальної зони.

6. Торговельна марка та юридична декларація

Різні патенти, пов'язані із серією бігових доріжок Kingsmith WalkingPad, розроблені та захищені авторським правом компанії Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. (скорочено «Kingsmith»). Без письмового дозволу Kingsmith жодна організація чи особа не має права копіювати або розповсюджувати повністю чи частково це Керівництво користувача, а також використовувати патенти, що в ньому містяться.

Це Керівництво користувача, наскільки це можливо, містить найновіші описи функцій та інструкції з експлуатації на момент друку.

Проте через постійне вдосконалення функцій і дизайну можуть існувати відмінності між придбаною біговою доріжкою та описом у цьому керівництві.

Тому у випадку будь-яких відмінностей у кольорі чи зовнішньому вигляді пріоритет має фактичний виріб.

7. Інформація про відповідність нормативним вимогам

Інформація щодо утилізації та переробки WEEE



Усі вироби, позначені цим символом, є відходами електричного та електронного обладнання (WEEE відповідно до Директиви 2012/19/EU), які не можна утилізувати разом із несорттованими побутовими відходами. Натомість для захисту здоров'я людей та навколишнього середовища необхідно передавати відпрацьоване обладнання до спеціально визначених пунктів збору для переробки відходів електричного та електронного обладнання, призначених державними або місцевими органами влади. Правильна утилізація та переробка допоможуть запобігти можливим негативним наслідкам для навколишнього середовища та здоров'я людей. Для отримання додаткової інформації про місцезнаходження, а також умови роботи таких пунктів збору зверніться до установника або місцевих органів влади.

Декларація відповідності ЄС



Компанія Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. заявляє, що радіоблабднання типу [WP400Q42] відповідає вимогам Директиви 2014/53/EU.
Повний текст декларації відповідності ЄС доступний за адресою:
[walkingpad EU declaration](#)

Декларація відповідності UKCA



Компанія Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. заявляє, що радіоблабднання типу [WP400Q42] відповідає вимогам Radio Equipment Regulations 2017.
Повний текст декларації відповідності UKCA доступний за адресою:
[walkingpad UK information](#)

Заява про відповідність UKCA PSTI

Компанія Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. заявляє, що радіоблабднання типу [WP400Q42] відповідає вимогам The Product Security and Telecommunications Infrastructure (Security Requirements for Relevant Connectable Products) Regulations 2023.
Повний текст декларації PSTI доступний за адресою:
[walkingpad PSTI information](#)