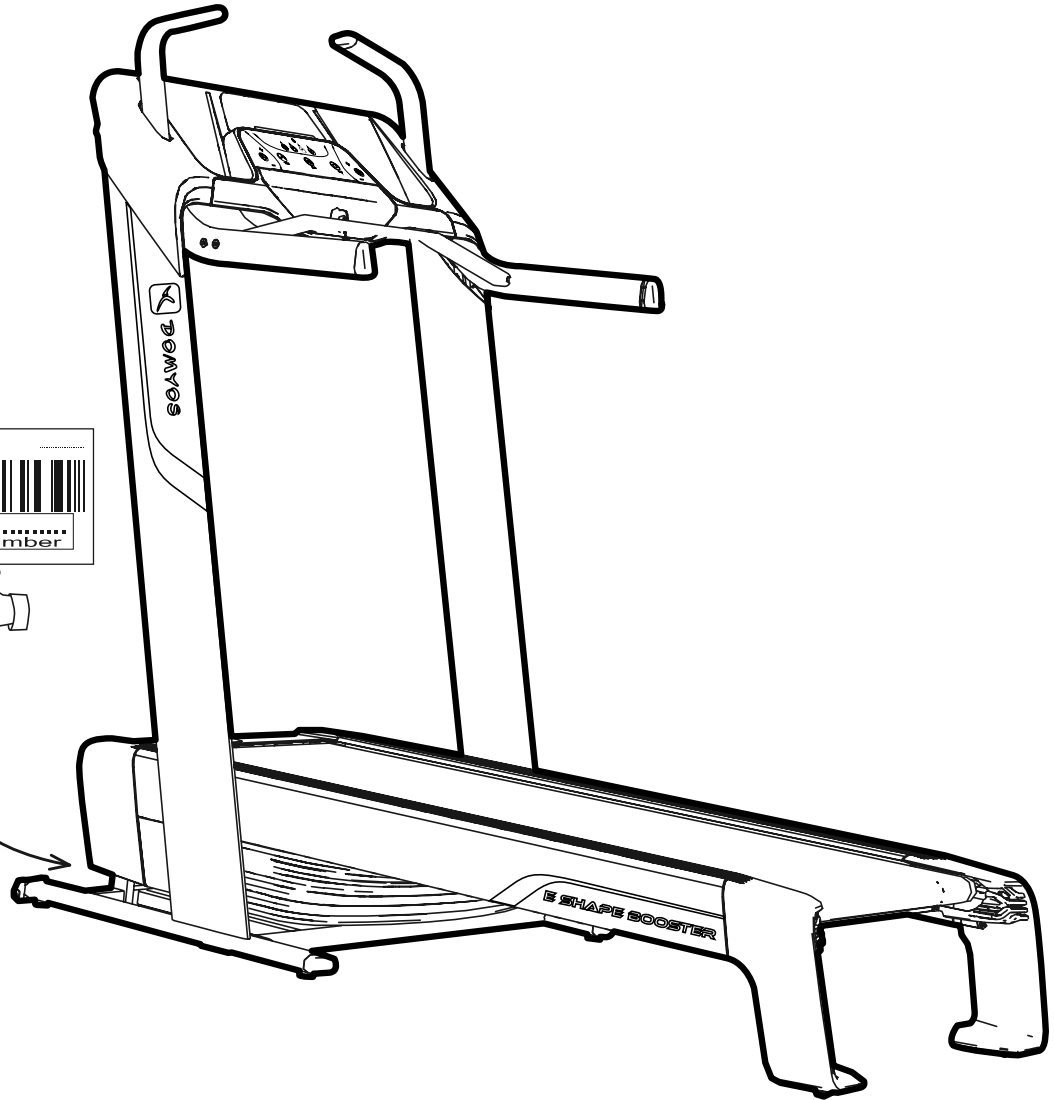


E-SHAPE BOOSTER



DOMYOS E-SHAPE BOOSTER

➔ 

(01) 03 6084 1944 5855 (21)

DATE:

Serial number

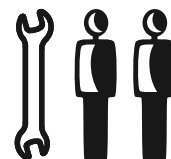
.....

Serial number

E-SHAPE BOOSTER

96 kg / 211.6 lbs
171 x 89 x 164 cm
67.3 x 35 x 64.5 in

MAXI
130 kg
286 lbs



90 min



1

Console
Console
Consola
Konsole
Console
Console
Consola
Konsola
Konzol
Консоль
Consolă
Konzola
Konzole
Konzol
Конзола
Konzol
Konzola
Nadzorna plošča
Bảng điều khiển
控制面板
コンソール
控制面板
ตัวควบคุม
لوحة التحكم

2

Safety key
Clé de sécurité
Llave de seguridad
Sicherheitsschlüssel
Chiave di sicurezza
Veiligheidsleutel
Chave de segurança
Klucz zabezpieczający
Biztonsági kulcs
Ключ безопасности
Cheie de siguranță
Bezpečnostný kľúč
Bezpečnostní klíč
Säkerhetsnyckel
Ключ за безопасност
Güvenlik anahtarı
Sigurnosni ključ
Varnostni ključ
Chìa khóa an toàn
安全钥匙
セキュリティキー
安全鑰匙
กุญแจนิรภัย
مفتاح أمان

3

Handrail
Barre de maintien
Barra de sujeción
Haltestange
Haltestange
Barra di tenuta
Steunstang
Barra de soporte
Uchwyt
Tartórúd
Поручень
Bară de susținere
Operná tyč
Madlo
Stödstång
Дръжка
Tutunma barı
Ručka za držanje
Balanca
Thanh vịn
橫向握杆
サポートバー
橫向握桿
บาร์ออกกำลังส่วนมือ
قضيب تثبيت

4

Master switch
Interrupteur principal
Interruptor principal
Hauptschalter
Hauptschalter
Interruttore principale
Hoofdschakelaar
Interruptor principal
Wyłącznik główny
Főkapcsoló
Основной выключатель
Întrepuător principal
Hlavný vypínač
Hlavní vypínač
Huvudbrytare
Основен бутон
Ana kumanda anahtarı
Interrupor principal
Glavno stikalo
Công tắc chính
主开关
主電源
主開關
สวิตช์เปิด/ปิดหลัก
قاطع رئيسي

5

Treadmill belt
Bande de course
Cinta de correr
Lauffläche
Lauffläche
Nastro di corsa
Loopband
Passadeira de corrida
Pas bieżny
Futófelület
Беговое полотно
Bandă de alergare
Bežecký pás
Běžící pás
Löpband
Бягаща лента
Koşu bandı
Traka za trčanje
Tekalno stezo
Thảm chạy
傳送帶
ランニングベルト
傳送帶
ลู่วิ่ง
سير مشي

6

Footrest
Repose-pieds
Reposapiés
Fußraste
Fußraste
Poggiapiedi
Voetensteun
Descanso para pés
Oparcia stóp
Lábtartó
Подножки
Suport pentru picioare
Stůpačka
Stůpačky
Fotstöd
Стъпенка
Ayak dayama yeri
Odmorište za noge
Podstavek za noge
Chỗ để chân
置脚处
フットレスト
置脚處
ที่เท้า
مسند القدمين

7

Castors
Roulettes de déplacement
Ruedas de desplazamiento
Transportrollen
Rotelle di spostamento
Transportwieltes
Rodinhas de deslocação
Kółka do przemieszczania
Görgök a mozgatóshoz
Транспортировочные ролики
Roțițe de deplasare
Premiestňovacie kolieska
Přemístovací kolečka
Transporthjul
Колелца за преместване
Hareket makaraları
Kotaci premještanje
Kolesca za premike naprave
Bánh lăn
移動滑輪
移動用キャスター
移動滑輪
ล้อสำหรับรถเคลื่อนย้าย
بكرات النقل

8

Adjusting nut to centre and set the tension of the treadmill belt
Vis de réglage pour le centrage et la tension de la bande de course
Tornillo de ajuste para el centrado y la tensión de la cinta de correr
Einstellschraube für das Zentrieren und die Spannung der Lauffläche.
Vite di regolazione per la centratura e la tensione del nastro di corsa
Regelschroef voor het centreren en het spannen van de loopband
Rodinhas de ajuste para centragem e tensão da passadeira de corrida
Šruba regulacijski wysrodkowania i naprężenia pasa bieżnego
A futófelület központosítására és a szalag feszességének beállítására szolgáló csavar
Регулировочный болт для центрирования и натяжения бегового полотна
Șuruburi de reglare pentru centrarea și tensionarea benzii de alergare
Nastavovacia skrutka pre centrovanie a napínanie bežeckého pásu
Šroub pro nastavení centrování a napětí běžícího pásu
Justerskruv för centrering och spänning av löpbandet
Регулиращ винт за центриране и регулиране степента на обтягане на бягащата лента
Koşu bandı için ortalama ve gerginlik ayarı vidası
Regulator za centriranje i podešavanje napetosti trake za trčanje
Nastavitveni vijak za centriranje in nastavitev napetosti tekalne steze
Vít điều chỉnh vị trí và độ căng của thảm chạy
傳送帶對中及張緊度調節螺絲
センタリングとランニングベルトの張力調節ビス
傳送帶對中及張緊度調校螺絲
ປຸງໄປປັບຕໍ່ຄວາມສະດວກແລະຄ່າເສັ້ນທານຂອງລູ້ວິງ
مسامير ملولبة لضبط تمرکز المشاية وشد سير المشي

9

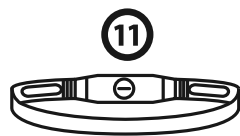
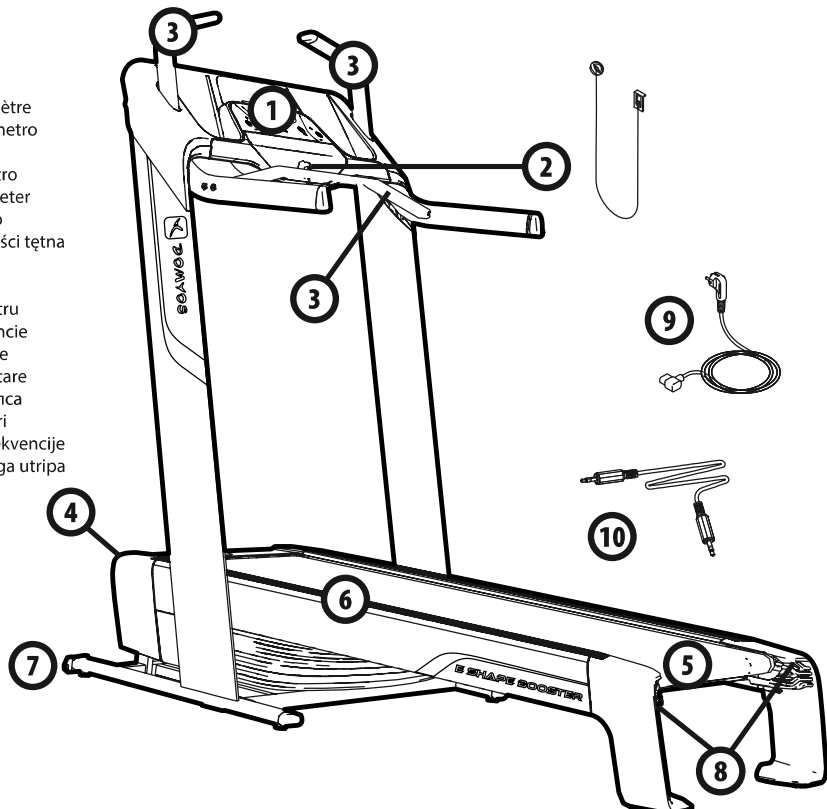
Power cord
Cordon d'alimentation
Cable de alimentacion
Stromkabel
Stromkabel
Cavo d'alimentazione
Elektricitetsnoer
Cabo de alimentação
Kabel zasilajacy
Tápkábel
Сетевой кабель
Cablu de alimentare
Napájací kábel
Napájací kábel
Elszladd
Захранващ кабел
Güç kablosu
Kabel za napajanje
Napajalni kábel
Dây điện
電源線
電源コード
電源線
สายไฟ
كبل الكهرباء

10

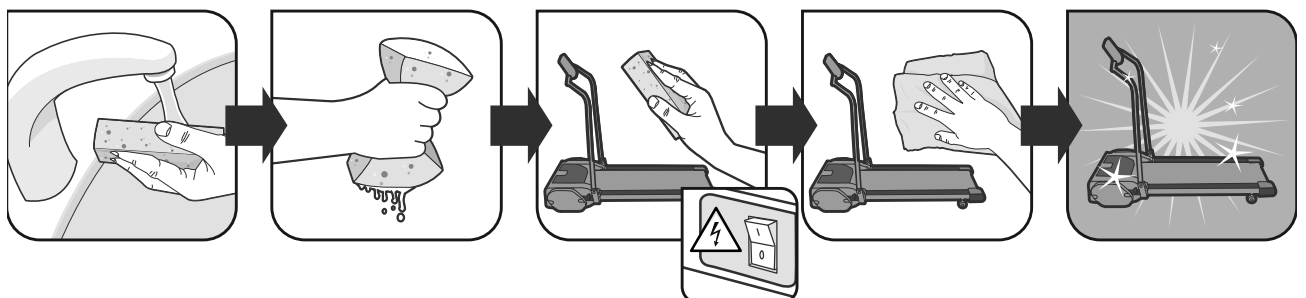
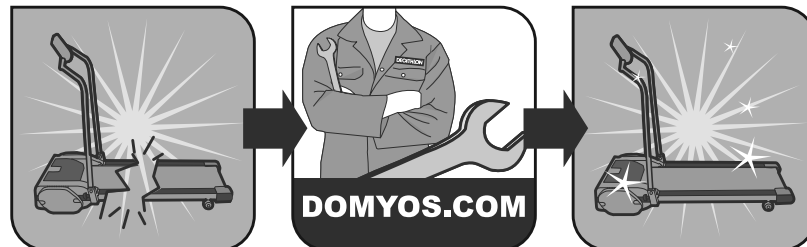
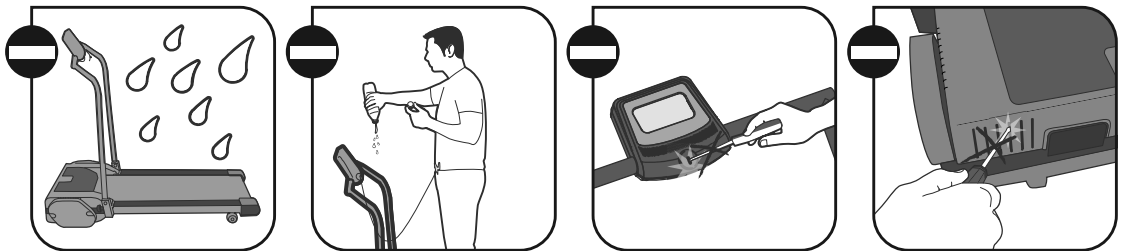
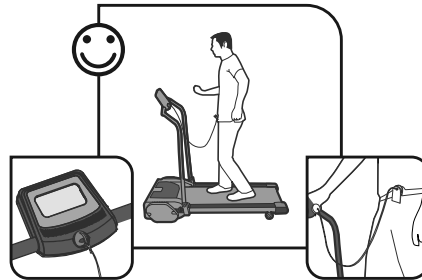
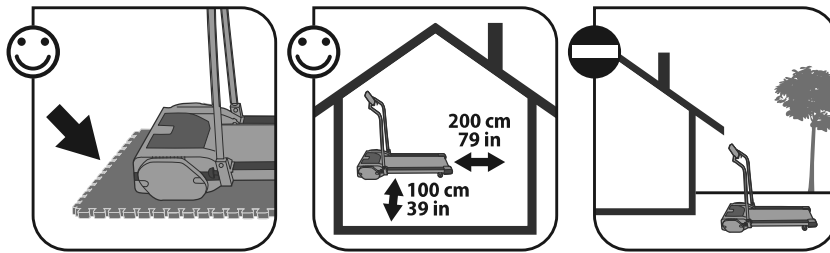
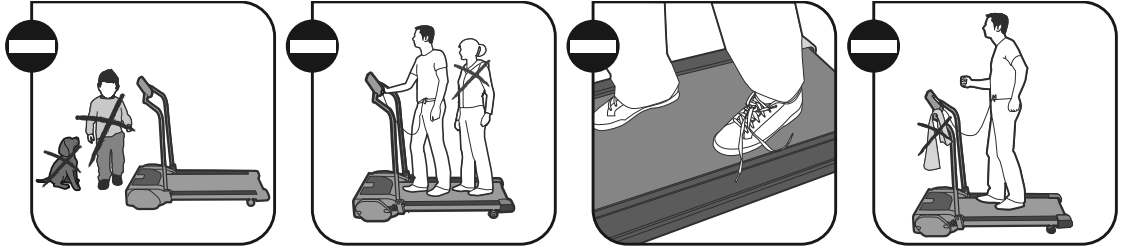
MP3 stereo cable
Câble MP3 stéreo
Cable MP3 estéreo
MP3 Stereokabel
Cavo MP3 stereo
MP3-kabel stereo
Cabo MP3 estéreo
Kabel stereo do MP3
MP3 sztereó kábel
Шнур стерео для MP3
Cablu MP3 stereo
Stereo kábel na pripojenie MP3
Stereo MP3 kábel
MP3-stereokabel
Кабел MP3 стерео
MP3 stereo kablo
Kabel MP3 stereo
Stereo kábel MP3
Giác âm thanh MP3
环绕立体声MP3数据线
MP3ステレオケーブル
環繞立體聲MP3數據線
สายเชื่อมต่อสเตอริโอ MP3
كبل MP3 مجسم للصوت

11



Heart rate monitoring belt
Ceinture cardiofréquencemètre
Cinturón cardiofrecuencímetro
Herzfrequenzmessgurt
Cintura cardiofrecuencímetro
Band voor hartfrequentimeter
Cinto cardiofrecuencímetro
Pas do pomiaru częstotliwości tętna
Szívritmusmérő öv
Пояс-пульсометр
Centura cardio-frecvențmetru
Pás merača srdcovej frekvencie
Pás měřiče tepové frekvence
Bälte med hjärtfrekvensmätare
Колан за измерване на пулса
Kardiyofrekansmetre kemeri
Pojas za mjerenje srčane frekvencije
Prsni pas za merjenje srčnega utripa
Đồng hồ đo nhịp tim
心率測量胸帶
心拍数測定ベルト
心率測量胸帶
เข็มวัดอัตราการเต้นของหัวใจ
حزام قياس نبضات القلب



**SECURITY • SÉCURITÉ • SEGURIDAD • SICHERHEIT • SICUREZZA • VEILIGHEID •
 SEGURANÇA • BEZPIECZEŃSTWO • BIZTONSÁG • БЕЗОПАСНОСТЬ • SIGURANȚĂ •
 BEZPEČNOSTĚ • BEZPEČNOST • SÄKERHET • БЕЛОПАСНОСТ • EMNİYET •
 SIGURNOST • VARNOST • AN TOÀN • 安全 • 安全 • 安全 • ความปลอดภัย • الأمان**

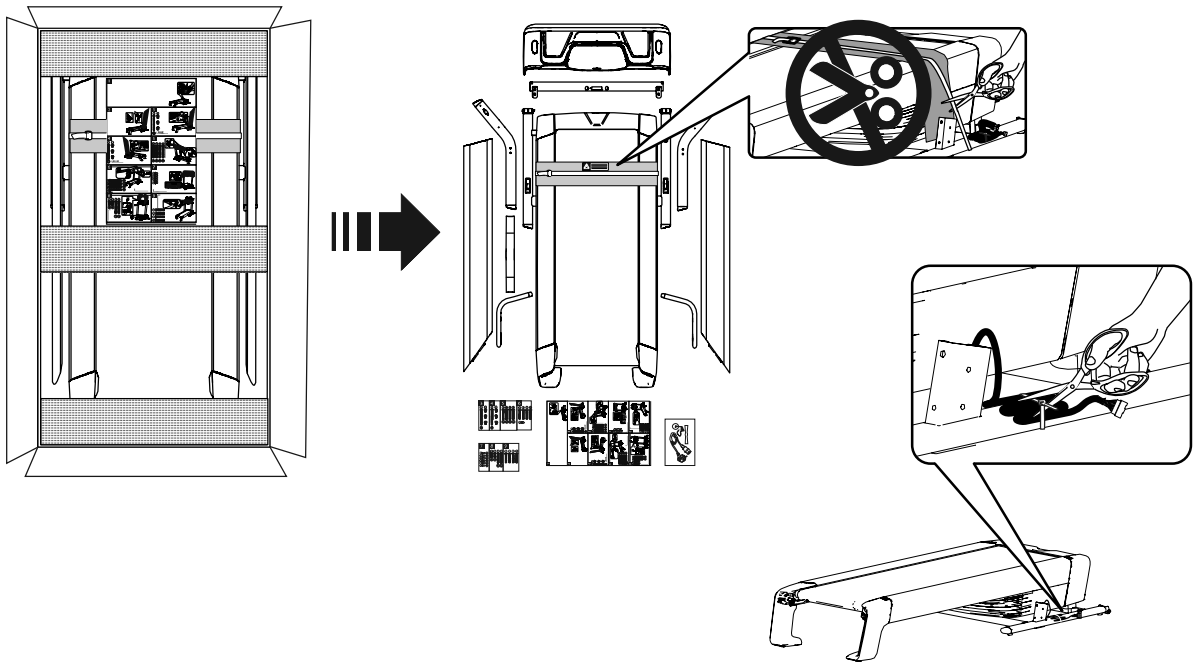


ASSEMBLY • MONTAGE • MONTAJE • MONTAGE • MONTAGGIO •
AFWERKING • MONTAGEM • MONTAŽ • SZERELÉS • СБОРКА •
MONTARE • MONTÁŽ • MONTÁŽ • MONTERING • МОНТИРАНЕ •
MONTAJ • MONTAŽA • MONTAŽA • LÁP RÁP • 安装 • 組み立て •
安装 • การประกอบ • التركيب

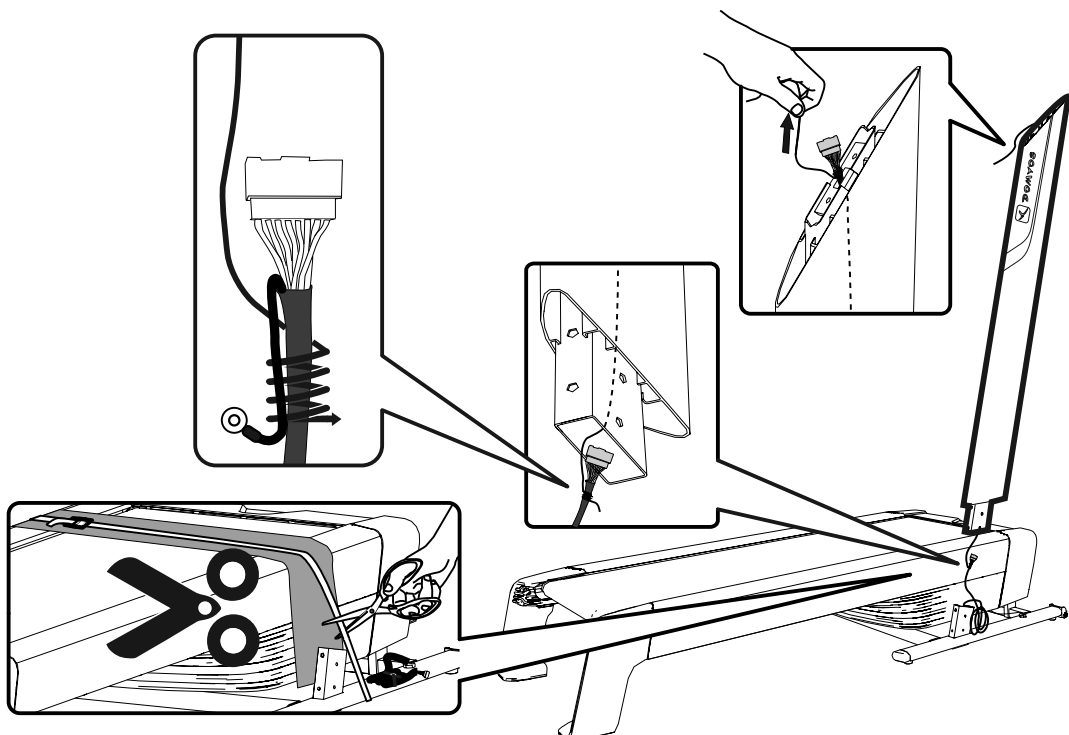
 
90 min



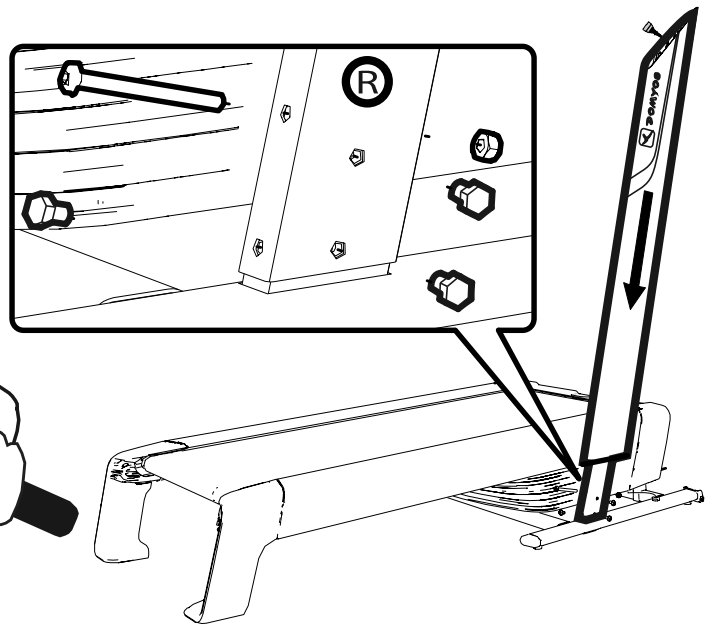
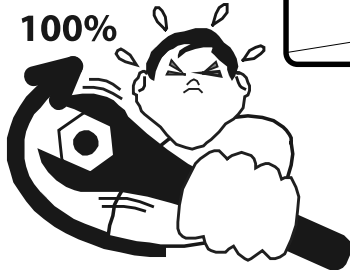
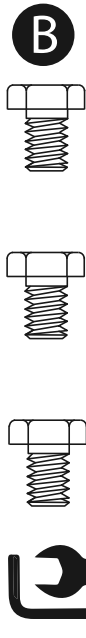
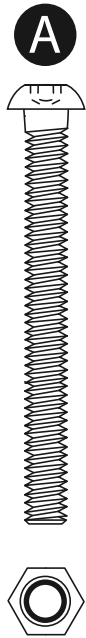
1



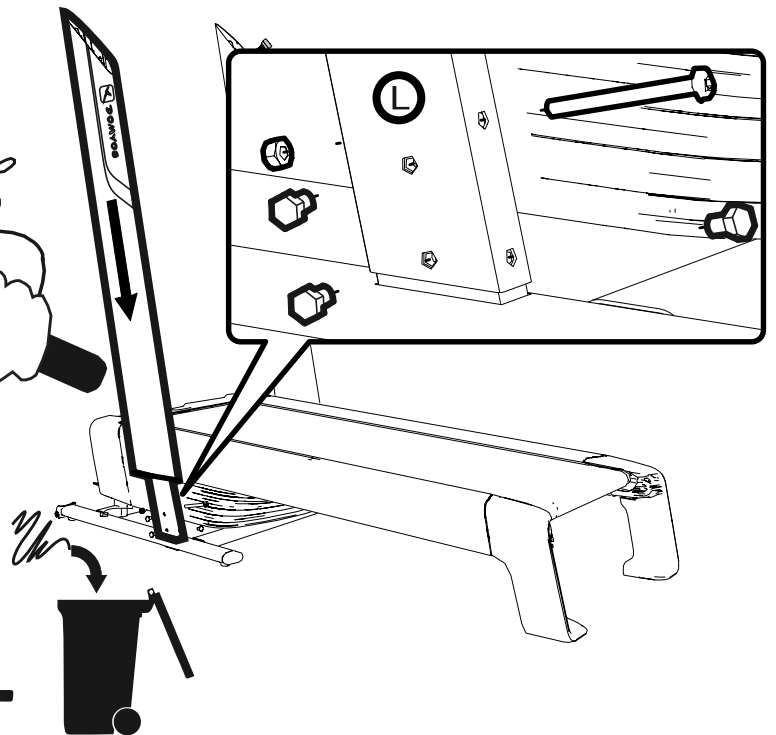
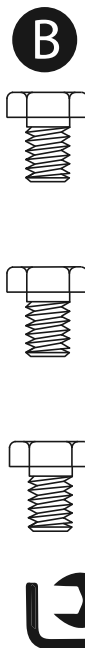
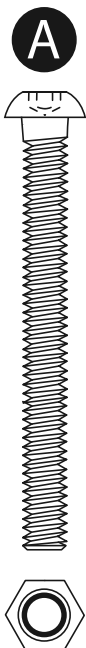
2



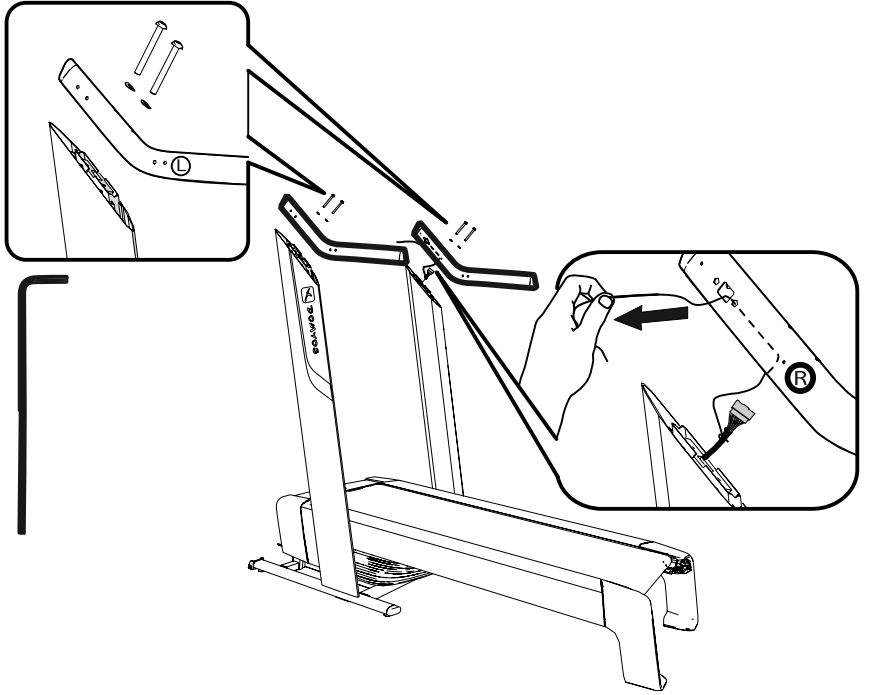
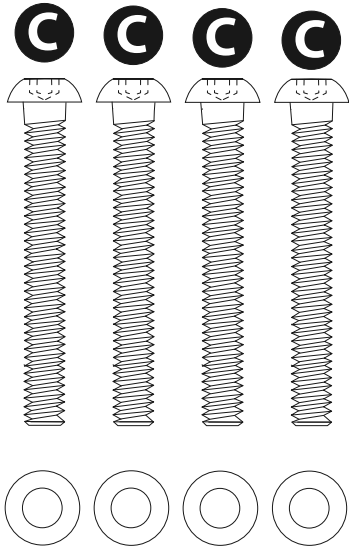
3



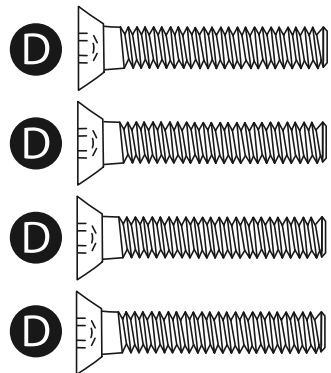
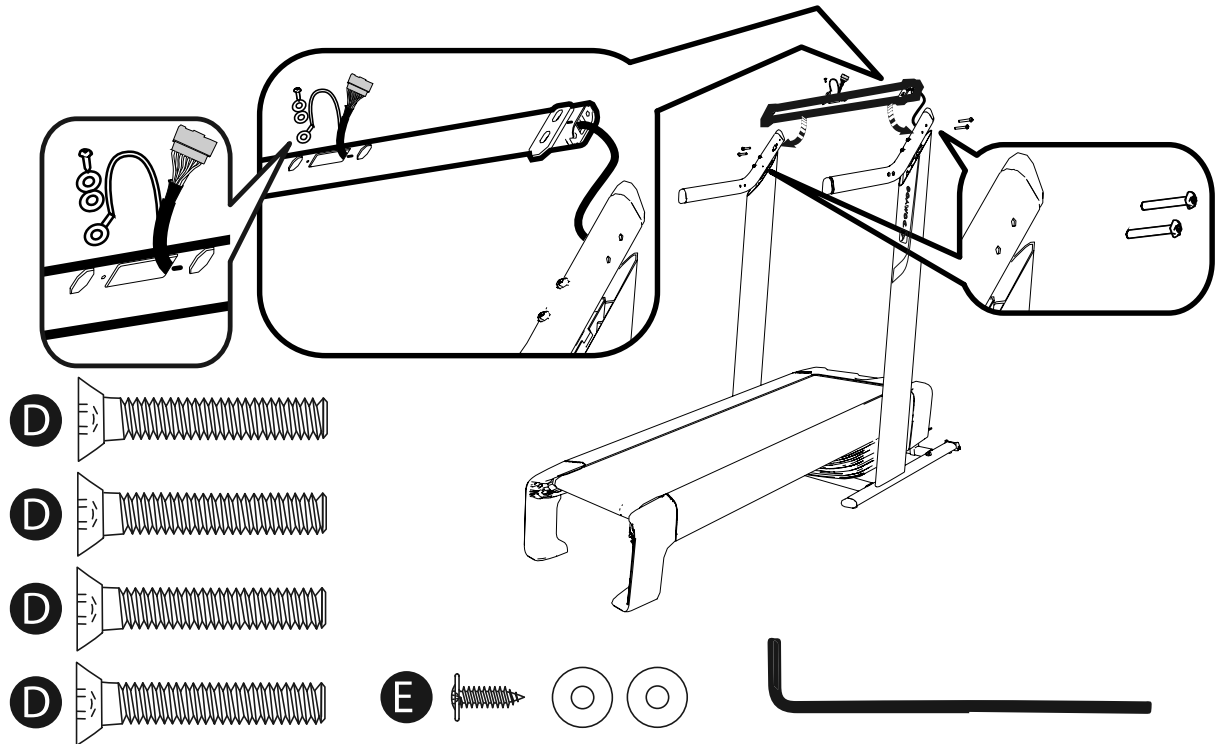
4



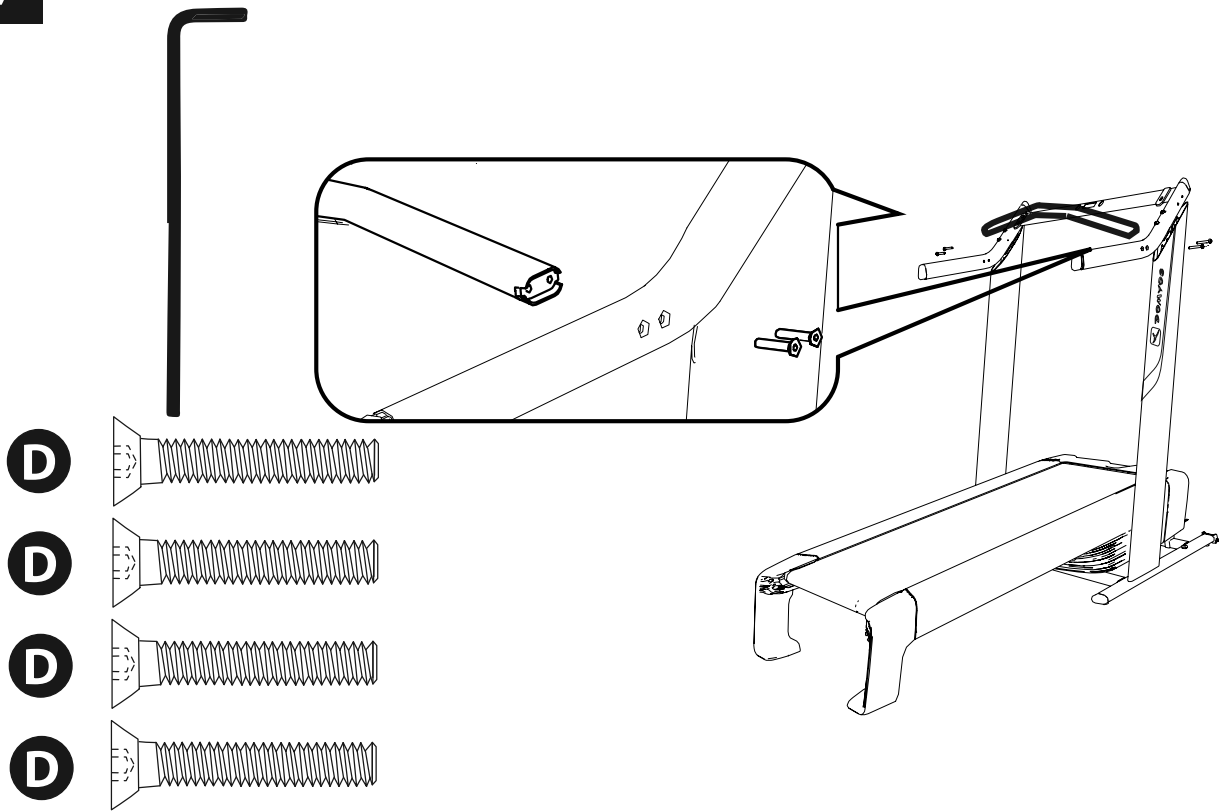
5



6



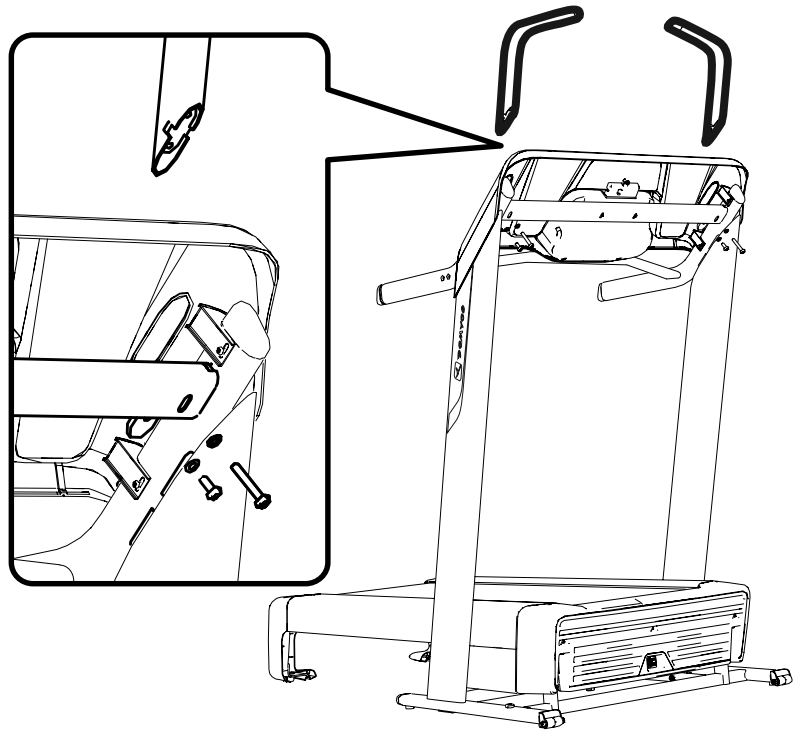
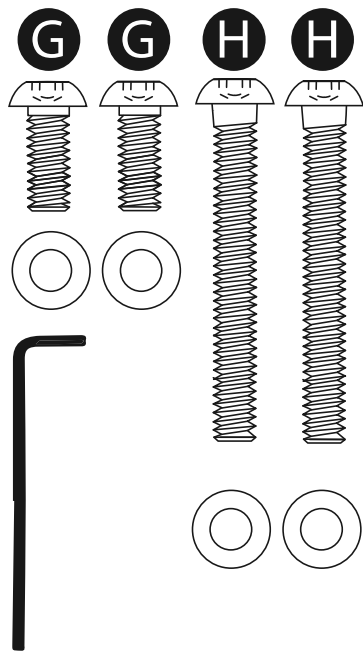
7



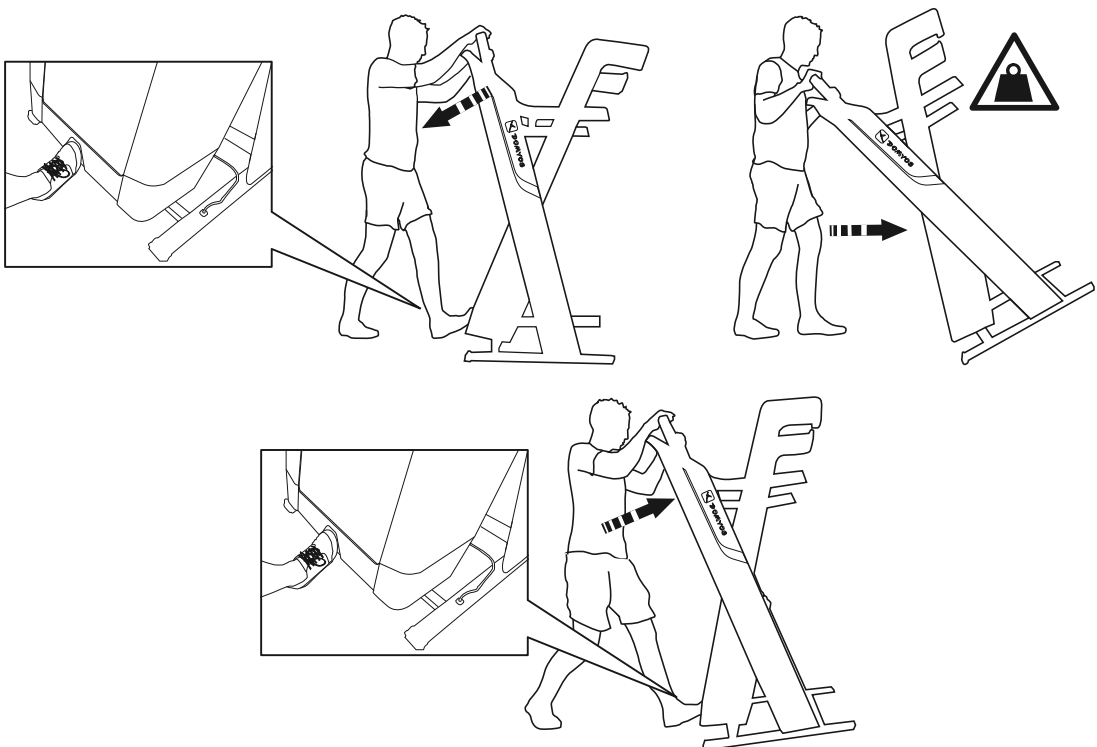
8



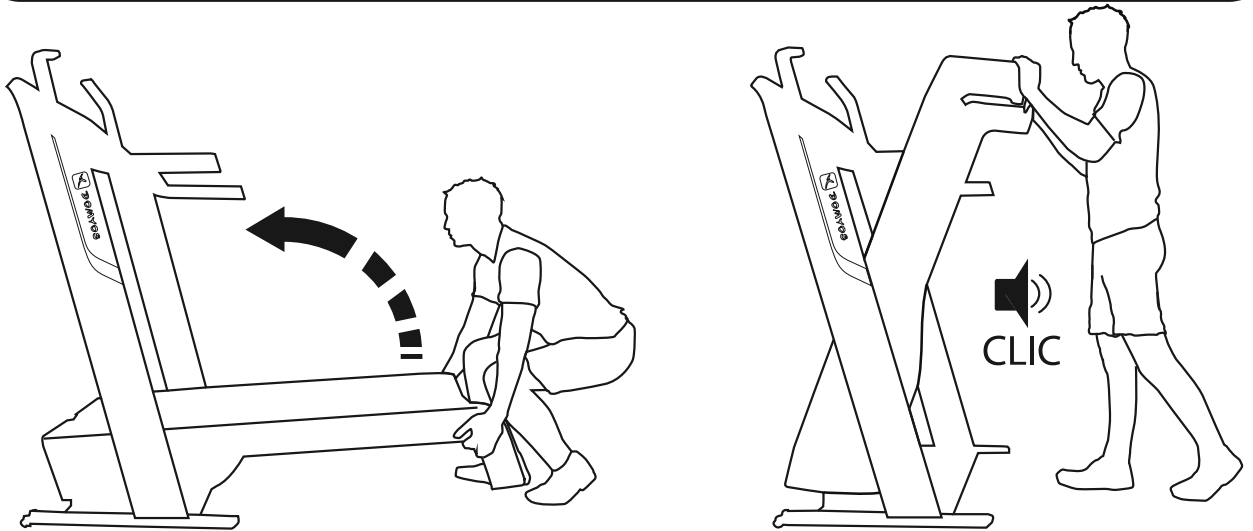
9



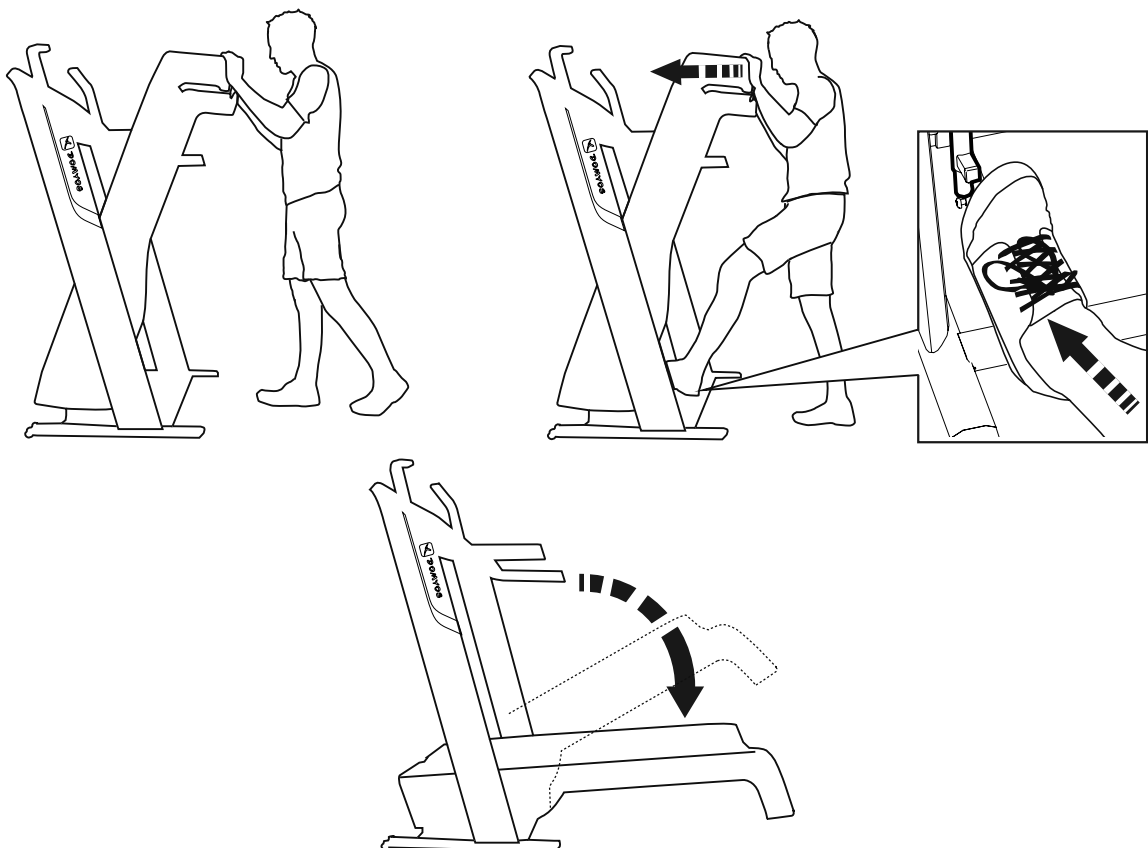
**MOVING • DÉPLACEMENT • DESPLAZAMIENTO • TRANSPORT • SPOSTAMENTO •
 VERPLAATSEN • DESLOCAÇÃO • TRANSPORT • MOZGATÁS • ПЕРЕМЕЩЕНИЕ • DEPLASARE •
 PREMIESTNENIE • PŘEMÍSTĚNÍ • TRANSPORT • ПРЕМЕСТВАНЕ • HAREKET ETME •
 PREMJEŠTANJE • PREMIK • DI CHUYỂN • 移动 • 移動 • 移動 • การเคลื่อนย้าย • النقل**



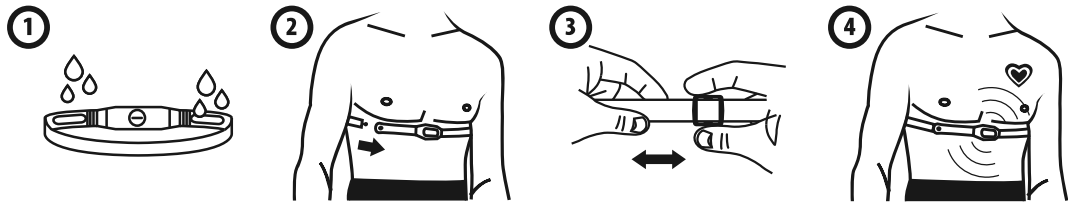
FOLDING • PLIAGE • PLEGADO • EINKLAPPEN • CHIUSURA • UITKLAPPEN • DOBRAGEM • SKŁADANIE • ÖSSZEHAJTÁS • СКЛАДЫВАНИЕ • PLIERE • SKLADANIE • SKLÁDÁNÍ • HOPFÄLLNING • СГЪВАНЕ • KATLAMA • SKLAPANJE • ZLAGANJE • GẤP LẠI • 折叠 • 折りたたみ • 折叠 • การพับ • الطي



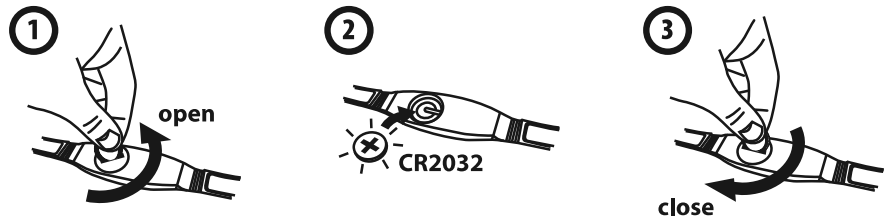
UNFOLDING • DÉPLIAGE • DESPLEGADO • AUSKLAPPEN • APERTURA • INKLAPPEN • DESDOBRAGEM • ROZKŁADANIE • KIHAJTÁS • РАСКЛАДЫВАНИЕ • DEPLIERE • ROZKLADANIE • ROZKLÁDÁNÍ • UPPFÄLLNING • РАЗГЪВАНЕ • AÇMA • RASKLAPANJE • ODPIRANJE • MỞ RA • 展开 • 展開 • 展開 • การคลี่ออก • الفرد



**BELT HEART RATE MONITOR INSTALLATION • INSTALLATION DE LA CEINTURE
 CARDIOFRÉQUENCEMÈTRE • INSTALACIÓN DEL CINTURÓN CARDIOFRECUENCIÓMETRO • ANLEGEN DES
 HERZFREQUENZMESSGURTS • INSTALLAZIONE DELLA CINTURA CARDIOFREQUENZIMETRO • PLAATSING VAN
 DE HARTFREQUENTIEMETERBAND • INSTALAÇÃO DO CINTO CARDIOFREQUENCIOMETRO •
 ZAKŁADANIE PASA DO POMIARU CZĘSTOTLIWOŚCI TĘPNA • A SZÍVRITMUSMÉRŐ ÖV ELHELYEZÉSE •
 НАДЕВАНИЕ ПОЯСА-ПУЛЬСОМЕТРА • INSTALAREA CENTURII CARDIO-FRECVENȚMETRU • UMIESTNENIE
 PÁSU MERAČA TEPOVEJ FREKVENCIE • INSTALACE PÁSU MĚŘIČE TEPOVÉ FREKVENCE • INSTALLATION AV
 BÄLTET MED HJÄRTFREKVENS MÄTARE • ПОСТАВЛЯНЕ НА КОЛОНА ЗА ИЗМЕРВАНЕ НА ПУЛСА •
 KARDIYOFREKANSMETRE KEMERİNİN YERLEŞTİRİLMESİ • POSTAVLJANJE POJASA • NAMESTITEV PRSNEGA
 PASU ZA MERJENJE SRČNEGA UTRIPA • CÀI ĐẶT ĐỒNG HỒ ĐO NHỊP TIM • 心率測量胸帶的安裝 • 心拍數測定ベ
 ルトの設置 • 心率測量胸帶的安裝 • การติดตั้งเข็มขัดวัดการเต้นของหัวใจ • تثبيت حزام قياس نبضات القلب**



**CHANGING THE BATTERY • CHANGEMENT DE LA PILE • SUSTITUCIÓN DE LA PILA • AUSWECHSELN
 DER BATTERIE • SOSTITUZIONE DELLA PILA • BATTERIJEN VERVANGEN • SUBSTITUIÇÃO DA PILHA •
 WYMIANA BATERII • AZ ELEM CSERÉJE • ЗАМЕНА ЭЛЕМЕНТА ПИТАНИЯ • SCHIMBAREA BATERIEI •
 VÝMENA BATÉRIE • VÝMĚNA BATERIE • BYTE AV BATTERI • СМЯНА НА БАТЕРИЯТА • PİLİN
 DEĞİŞTİRİLMESİ • MIJENJANJE BATERIJA • ZAMENJAVA BATERIJE • THAY PIN • 電池的更換 •
 バッテリーの交換 • 電池的更換 • การเปลี่ยนแบตเตอรี่ • تغيير البطاريات**



RECYCLING
 The "crossed-out bin" symbol means that this product and the batteries it contains must not be thrown away with general household waste. They are subject to a specific type of sorting. Please take the batteries and your unusable electronic product to an authorised collection point for recycling. This treatment of your electronic waste will protect the environment and your health.

RECYCLAGE
 Le symbole "poubelle barrée" signifie que le produit et les piles qu'il contient ne peuvent être jetés avec les déchets domestiques. Ils font l'objet d'un tri sélectif spécifique. Déposez les batteries ainsi que le produit électronique en fin de vie dans un espace de collecte autorisé afin de les recycler. Cette valorisation de vos déchets électroniques permet la protection de l'environnement et de votre santé.

RECYCLAJE
 El símbolo "papelera tachada" significa que este producto y las pilas que contiene, no podrán tirarse con los residuos domésticos. Son objeto de una selección específica. Deposite las baterías, así como su producto electrónico al final de su vida en un espacio de recogida autorizado para su reciclaje. Esta evaluación de los residuos electrónicos permitirá la protección del medio ambiente y de su salud.

ENTSORGUNG
 Das Symbol "durchgestrichene Mülltonne" bedeutet, dass dieses Produkt sowie die darin enthaltenen Batterien nicht mit dem Hausmüll zu entsorgen sind. Entsorgen Sie Batterien sowie Ihr Elektrogerät am Lebensende zum Recycling bei einer genehmigten

Sammelstelle. Die Wiederverwertung elektronischer Abfälle ermöglicht den Schutz der Umwelt und Ihrer Gesundheit.

RICICLAGGIO
 Il simbolo del "cestino barrato" significa che questo prodotto e le pile che esso contiene non possono essere smaltiti con i rifiuti domestici. Questo oggetto di una specifica raccolta differenziata. Consegnare le batterie insieme al prodotto elettronico a fine ciclo di vita in uno spazio di raccolta autorizzato per riciclarli. Questa valorizzazione dei rifiuti elettronici permetterà la protezione dell'ambiente e della salute.

RECYCLING
 Het symbool "doorkruiste vuilnisbak" betekent dat dit product en de batterijen erin niet weggegooid mogen worden met het huishafval. Ze maken deel uit van een specifiek sorteerproces. Werp de batterijen evenals uw elektronisch product aan het einde van de levensduur in een daarvoor bestemde container teneinde deze te recyclen. Deze recycling van uw elektronisch afval zal het milieu en uw gezondheid beschermen.

RECICLAGEM
 O símbolo "caixote do lixo com traço por cima" significa que este produto e as pilhas que contém não podem ser detidados fora com o lixo doméstico. Estão sujeitos a uma triagem selectiva específica. Coloque as pilhas bem como o seu produto electrónico em fim de vida num espaço de recolha autorizado de forma a proceder à sua reciclagem. Esta reciclagem dos seus resíduos electrónicos permitirá a protecção do ambiente e da saúde.

RECYKLINGU
 Symbol "przekreślonego kosza" oznacza, że ani produkt ani baterie nie mogą być wyrzucane do odpadów komunalnych. Podlegają one zbiorczej selektywnej. Zużyte baterie i urządzenie elektroniczne powinny być pozostawione w autoryzowanym punkcie zbiórki w celu poddania ich recyklingowi. Zapewnienie o ochronę środowiska naturalnego oraz zdrowia użytkowników.

ÚJRAHASZNOSÍTÁSA
 Az "áthúzott szemetesedény" szimbólum azt jelzi, hogy sem ez a termék, sem a benne levő elemeket nem szabad a háztartási szeméttel dobni. Ezeket speciális válogatásnak

vetik alá. A használt elemeket és a tovább már nem használható elektronikus terméket újra hasznosítás céljából adja le egy engedélyezett gyűjtőhelyen. Az elektronikai hulladék újrahasznosítása védi a környezetet és az Ön egészségét.

PERERABOTKA
 Знак перечеркнутой мусорной корзины означает, что настоящее изделие, а также батарейки, входящие в его состав, нельзя выбрасывать вместе с бытовыми отходами. Они подлежат отдельной утилизации. По окончании срока эксплуатации батареек и электронного изделия отнесите их в специально отведенное для этого место для последующей утилизации. Дальнейшее повторное использование электронных изделий направлено на защиту окружающей среды и Вашего здоровья.

RECICLARE
 Simbolul "coș de gunoi barat" semnifică faptul că acest produs și bateriile pe care le conține nu pot fi aruncate împreună cu deșeurile menajere. Acestea fac obiectul unei trieri selective specifice. Depozitați bateriile, dar și produsul electronic uzat, într-un spațiu de colectare autorizat pentru a fi reciclate. Această valorificare a deșeurilor electronice va contribui la protecția mediului și a sănătății dumneavoastră.

RECYKLAČIA
 Symbol překřížnuté nádoby na odpadky znamená, že tento produkt a baterie, které obsahuje, sa nesmú vyhazovať do bežného domáceho odpadu. Je nutné ich triedit ako separovaný odpad. Baterie ako aj ostatné elektronické komponenty po skončení ich životnosti odovzdajte v autorizovanej zberni, ktorá zabezpečí recykláciu. Táto valorizácia vášho elektronického odpadu prispieva k ochrane životného prostredia a vášho zdravia.

RECYKLACE
 Symbol překřížnuté popelnice znamená, že tento výrobek a baterie v něm obsažené není možné vyhodit do běžného domácího odpadu. Patří do speciálního tříděného odpadu. Po skončení životnosti odložte váš elektronický odpad do specializované sběrně, kde bude recyklován. Tímto znovuzpracováním elektronického odpadu napomáháte chránit životní prostředí a své zdraví.

ÅTERVINNING

Den överkorsade sopptunnan innebär att produkten och dess batterier inte kan slängas bland hushållssoporna. De måste sorteras. Lämnna in batterierna och den kasserade elektroniska apparaten till en auktoriserad återvinningscentral. Om du gör dig av med ditt elektriska avfall på detta vis skonar du miljön och din egen hälsa.

RECIKLIJIRANE
 Знак "запрещено коше за боклук" означава, че този продукт и съдържащите се в него батерии не могат да се изхвърлят заедно с домакински отпадъци. Те трябва да се събират отделно. Изхвърлете батериите и стария електронен уред на разрешеното за целта място за рециклиране. Това преработване на Вашите електронни уреди ще позволи да се защити околната среда и Вашето здраве.

GERI DÖNÜŞÜM
 "Üzeri çizilmiş çöp tenekesi" sembolü, bu ürün ve içerdiği pillerin normal ev atılımıyla birlikte atılmayacağı anlamına gelmektedir. Bununla beraber olarak ayrılmış atımları gerekmektedir. Bataryaları ve kullanım ömrü sona eren elektronik ürününüzü, geri dönüşümleri sağlamak üzere bir toplama alanına bırakınız. Elektronik atıklarınızın bu şekilde değerlendirilmesi çevrenin ve sağlığınızın korunmasını sağlayacaktır.

RECICLAZA
 Simbol "prekrižene kante za otpadke" označava, da se proizvod i baterije koje se u njemu nalaze ne smiju odložiti zajedno s kućanskim otpadkom. Oni podležu posebnom načinu razdvajanja otpada. Baterije i elektronički proizvod koji se više ne može koristiti predajte ovlaštenom prikupljaštu za reciklažu. Ovakvim načinom zbrinjavanja električnog i elektroničkog otpada štite okoliš i svoje zdravlje.

RECYKLIJIRANJE
 Simbol koji za smeti označuje, da izdelka in baterij ni dovoljeno zavržiti med običajne hišne. Ločevanje je obvezno. Odpadne baterije in elektronske dele odnesite v center za ločeno zbiranje odpadkov, kjer jih bodo reciklirali. S takšnim ravnanjem in odlaganjem elektronskih odpadkov varujete okolje in zdravje ljudi.

TÁI CHÉ
 Biểu tượng « thùng rác bị gạch chéo » có nghĩa

ràng không vứt sản phẩm này cùng pin của sản phẩm này lẫn với rác sinh hoạt thông thường, mà cần phải phân loại cụ thể. Hãy để pin cùng với sản phẩm khi hết hạn sử dụng trong một khu vực thu gom quy định để tái chế. Việc làm này góp phần bảo vệ môi trường và sức khỏe.

RECIKLIJIRANE
 Знак "запрещено коше за боклук" означава, че този продукт и съдържащите се в него батерии не могат да се изхвърлят заедно с домакински отпадъци. Те трябва да се събират отделно. Изхвърлете батериите и стария електронен уред на разрешеното за целта място за рециклиране. Това преработване на Вашите електронни уреди ще позволи да се защити околната среда и Вашето здраве.

RECIKLIJIRANJE
 "Üzeri çizilmiş çöp tenekesi" sembolü, bu ürün ve içerdiği pillerin normal ev atılımıyla birlikte atılmayacağı anlamına gelmektedir. Bununla beraber olarak ayrılmış atımları gerekmektedir. Bataryaları ve kullanım ömrü sona eren elektronik ürününüzü, geri dönüşümleri sağlamak üzere bir toplama alanına bırakınız. Elektronik atıklarınızın bu şekilde değerlendirilmesi çevrenin ve sağlığınızın korunmasını sağlayacaktır.

RECIKLIJIRANJE
 Simbol koji za smeti označuje, da izdelka in baterij ni dovoljeno zavržiti med običajne hišne. Ločevanje je obvezno. Odpadne baterije in elektronske dele odnesite v center za ločeno zbiranje odpadkov, kjer jih bodo reciklirali. S takšnim ravnanjem in odlaganjem elektronskih odpadkov varujete okolje in zdravje ljudi.

RECIKLIJIRANJE
 Simbol koji za smeti označuje, da izdelka in baterij ni dovoljeno zavržiti med običajne hišne. Ločevanje je obvezno. Odpadne baterije in elektronske dele odnesite v center za ločeno zbiranje odpadkov, kjer jih bodo reciklirali. S takšnim ravnanjem in odlaganjem elektronskih odpadkov varujete okolje in zdravje ljudi.

RECIKLIJIRANJE
 Simbol koji za smeti označuje, da izdelka in baterij ni dovoljeno zavržiti med običajne hišne. Ločevanje je obvezno. Odpadne baterije in elektronske dele odnesite v center za ločeno zbiranje odpadkov, kjer jih bodo reciklirali. S takšnim ravnanjem in odlaganjem elektronskih odpadkov varujete okolje in zdravje ljudi.

USE • UTILISATION • UTILIZACIÓN • VERWENDUNG • UTILIZZO • GEBRUIK • UTILIZAÇÃO • WYKORZYSTANIE • HASZNÁLAT • ИСПОЛЬЗОВАНИЕ • UTILIZARE • POUŽITIE • POUŽITÍ • ANVÄNDNING • НАЧИН НА УПОТРЕБА • KULLANIM • KORIŠTENJE • UPORABA • HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG • 使用方法 • 使用法 • 使用方法 • การใช้งาน • الاستعمال

Our operating tips are all on the product record on our website.

Retrouvez tous nos conseils d'utilisation sur la fiche produit présente sur notre site internet.

Todos nuestros consejos de uso en la ficha de producto de nuestra página de Internet.

Sie finden alle unsere Verwendungsratschläge auf dem Produktmerkblatt in unserer Internetsite.

Ritrovate i nostri consigli per l'uso nella scheda prodotto reperibile sul nostro sito internet.

U vindt onze adviezen omtrent het gebruik terug bij de productgegevens op onze website.

Consulte todos os nossos conselhos de utilização na ficha do produto presente no nosso site da Internet.

Wszystkie wskazówki dotyczące użycia znajdują się w zakładce produktu na naszej stronie internetowej.

A használatra vonatkozó minden tanácsunkat megtalálja az internetes honlapunkon lévő termékleírásban.

Все рекомендации по использованию этого продукта можно найти на нашем веб-сайте.

Regăsiți toate recomandările noastre de utilizare în fișa tehnică a produsului care figurează pe site-ul nostru de internet.

Všetky naše rady týkající sa použitia nájdete v karte výrobku na našej webovej stránke.

Veškeré naše návody k použití najdete u popisu výrobku, který je dostupný na naší internetové stránce.

Alla våra bruksanvisningar finns på produktens informationssida på vår webbplats.

На нашия сайт можете да намерите описание на продукта, включващо съвети за употреба.

Bütün kullanım önerilerimizi, internet sitemizde bulunan ürün fişinde bulabilirsiniz.

Savjete za korištenje možete pronaći u opisu proizvoda kojeg možete naći na našoj internetskoj stranici.

Vse nasvete za uporabo lahko najdete pri informacijah o proizvodu na naši spletni strani.

Hãy xem hướng dẫn sử dụng sản phẩm này trên trang web của chúng tôi

请登录我们的官方网站以查看产品说明书中的全部使用建议。

当社サイトの製品概要で、使用上のアドバイスをご覧ください。

請登錄我們的官方網站以查看產品說明書中的全部使用建議。

คุณสามารถอ่านคำแนะนำการใช้งานในแผ่นพับผลิตภัณฑ์ที่เว็บไซต์ของเรา.

بحث في كل ما نقدمه من نصائح بشأن استخدام هذا المنتج على موقعنا.

www.domyos.com

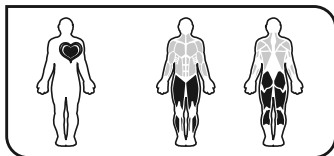


您选购了 DOMYOS 品牌的产品，感谢您对我们的信任。

无论您是初学者或是有相当水准的运动员，DOMYOS 都能协助您保持身材或改善您的身体状况。我们的团队总是致力于为您设计出最好的产品。如果您有任何意见、建议或问题，请登录我们的网站，我们将倾听您的声音。同时，您可以在网站上获知我们对您（运动）实践的一些忠告，若您有需要，也可获得其他协助。

祝您获得良好的运动体验，希望我们的产品能完美的符合您的期待。

■ 介绍



四倍以上的卡路里燃烧！

E 形推进器设计适用于：大倾角（至20%）0.5km/h慢走，步行，竞走。

使用倾角系统可以加强效果，燃烧更多卡路里。

与在平面上行走相比，大倾角行走可以燃烧四倍以上的卡路里（时速低于7km/h，斜度大于17%）。

通过在您的跑步机上安装Domyos系统，您将拥有个性化的教练服务，得益于此，您能够更有效率的达成减重目标。

在使用跑步机之前，建议您仔细阅读本手册。

为了能更好的对您提供帮助，如您有任何问题，请在来电前记录下您的设备的型号及序列号。

这些信息可在一张自贴标签上获知，粘贴位置如下所示：

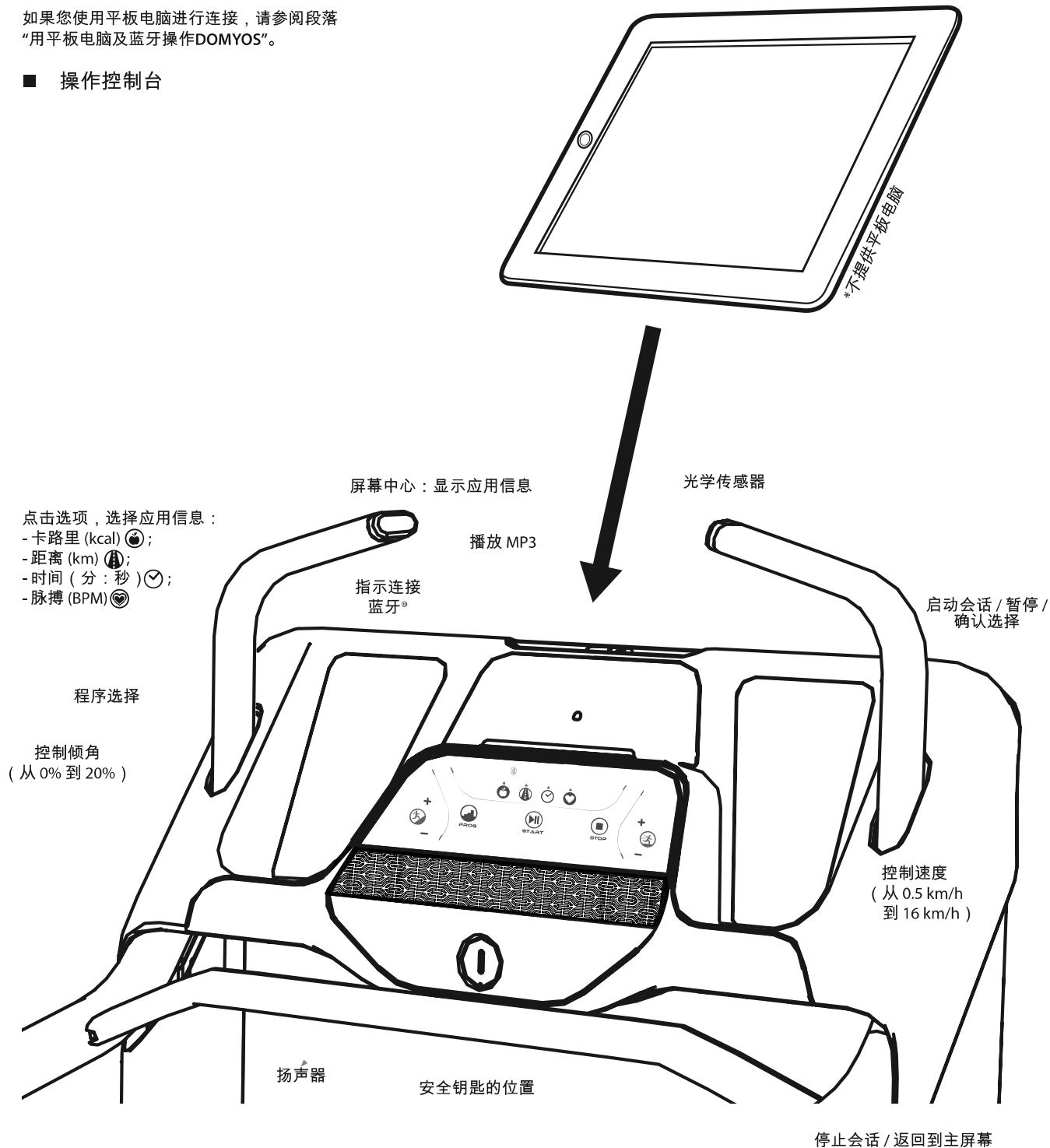
■ 通用建议

1. 向您的主治医师咨询您的健身水平。如果您已超过35岁或您的健康曾出过问题，这将尤其重要。
2. 以下人员（包括儿童）不建议使用本设备：身体机能、感知功能、智力有缺陷者；无操作经验或相关知识者。除非他们的监护人能保证他们的安全，从旁监护，或对设备的操作进行预先说明。
3. 因购买者或其他人员对本产品进行错误操作而导致的对人或物的伤害或损失，DOMYOS 概不负责。
4. 请把手远离运动中的部件。不要把手或脚放置在跑带的下方。
5. 每次使用完毕后，清洁、组装、保养前，都要切断主电源，从插座上拔下跑步机电源线。
6. 当跑步机连接电源时，不能无人监管。
7. 当本机的电线或电源插头损坏或浸水时，请不要使用。
8. 如果您需要一段延长线，请务必选择具有接地功能的插座，最长不能超过 1.5 米。
9. 接地说明：为了您的安全，您的跑步机必须使用一个根据现行法规正确安装并具有地线的电源插座。如有疑问，请找一名专业电工检查您的安装情况。请不要对您的跑步机的插头做任何改变。
10. 您的家用电气装置应符合现行法规规定并保持良好的状态。本设备应使用一条专用线路，最低需 16 安培，220 伏的交流电。不可在同一条线路上连接其它的设备。
11. 绝不可打开发动机罩。除了在本手册中做出说明的调整与操作，其它操作都必须由经过授权的技术人员进行。不遵守本安全守则将可能导致严重的伤害，甚至致命。
12. 每次使用本产品前，用户有责任检查每个部件的状况，如需要，请上紧螺丝。及时更换磨损或损坏的部件。
13. 在您进行锻炼的时候，请确保通风系统正常运作。
14. 使您的运动鞋保持良好状态。为了避免损坏您的机器，请确保您的鞋底没有任何杂物，如砂砾、碎石等。
15. 束起您的头发。请不要穿宽松的衣物，这有可能在锻炼时对您造成妨碍。摘下所有的首饰。
16. 锻炼结束后，请等待跑步机彻底停止运行后再从跑带上下来。
17. 锻炼结束后，请取下控制台安全钥匙，并把它保管在儿童拿不到的地方。
18. 请从主电源关机。
19. 请在远离通道位置的地方布置和规整电源线。
20. 声压等级：从机器表面 1 米离地 1.6 米的高度测量：70 dBA（以最大速度）。负重时的噪音高于无负重的情况
21. 紧急退出时请紧握扶手，把双脚放在踏板。
22. 紧急停止时：抽出安全钥匙。
23. 如果您觉得头晕、恶心、胸口疼或有任何其他异常症状，请立刻停止锻炼，咨询您的医生后再继续锻炼。
24. 跑带的底部在生产时已做润滑处理。在运输过程中，润滑油有可能会溢出到跑带表面或污染到纸箱。这是正常现象。如果润滑油沾到跑带表面，请用棉布蘸取不含抛光剂成分的清洁产品擦拭。
25. 本设备为家用产品（HC 级别），每周限制使用5个小时。
26. 警告！心率监控系统可能不够精确。训练过度可能或导致严重伤害甚至死亡。一旦受伤，请立刻停止锻炼。
27. 设备必须放置在坚硬、平坦的水平地面上。

■ 启动您的跑步机

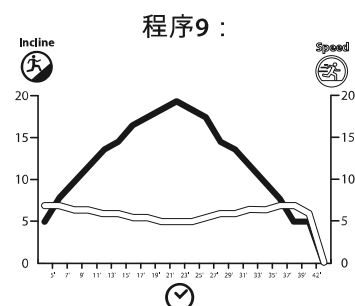
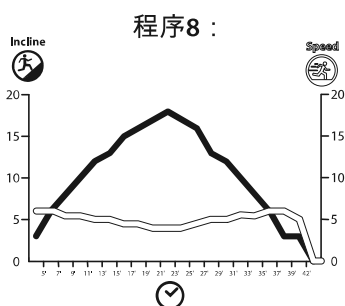
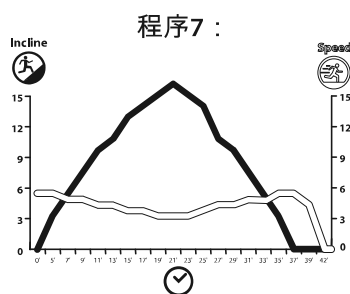
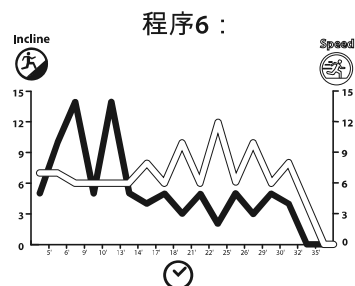
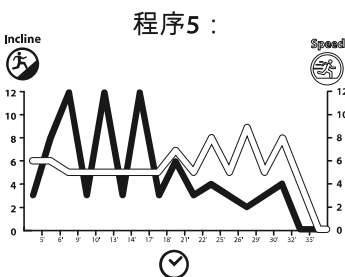
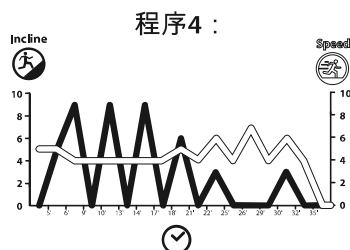
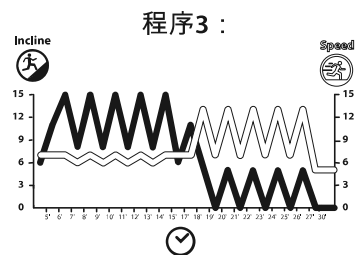
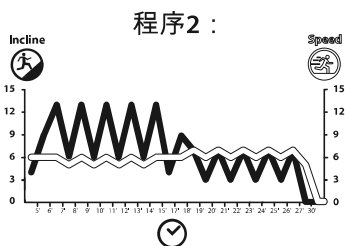
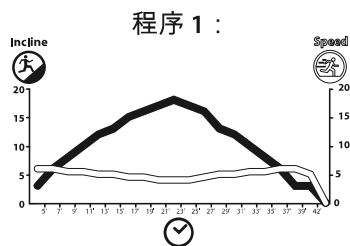
连接电源线。
 扳动电源线附近的开关至“I”位置。
 请站在跑步机的踏板上。
 把安全钥匙夹在您的衣物上。
 把安全钥匙插入操作台上预留的孔位。
 您面前的屏幕亮起，跑步机准备开始工作。
 如果您使用平板电脑进行连接，请参阅段落
 “用平板电脑及蓝牙操作DOMYOS”。

■ 操作控制台



■ 程序

DOMYOS E形推进器提供10种预设程序，实现速度及倾角的变化。
 程序被分为数个“段”。每段都对应一次速度与倾角的调整。
 注：相连的两个段可能拥有同样的设置。
 在您训练时，闪烁的段表示此段设置正在运行。
 段的高度代表了速度。



跑步机在运行到程序中间时暂停：

- 程序重新启动，渐次恢复暂停之前的速度参数；
- 恢复至暂停时的参数。

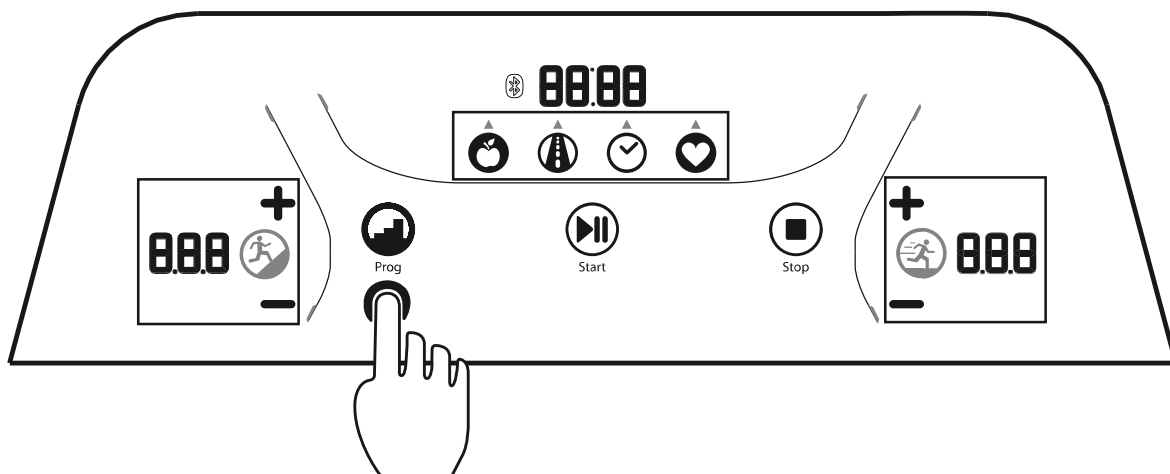
“自动扫描”模式：

自动滚动训练信息的功能：

- 若要冻结参数，请按下按钮（例：卡路里）；
- 若要恢复自动滚动模式（自动/扫描），请重新按下按钮。

选择程序：

- 为选择您希望的预设程序，请按 PROG 按钮，直到您所需的程序出现在控制台上。然后，按下 START 按钮开始您的锻炼。
- 若要退出程序菜单，请按 STOP 按钮。
- 若要停止您的锻炼，请按 STOP 按钮。



• 附加功能

为了精确的测量您的心率，我们的跑步机配有胸带式模拟计数器。

■ 用平板电脑及蓝牙操作 DOMYOS。

您的 Domyos 私教。

拥有 Domyos 移动应用程序，您可以在家中享受到与众不同的私教体验。通过音频的鼓励和视频的演示，您将明确锻炼的目标，并且在这个过程中不再孤单。

您的教练会使您的锻炼变得简洁、充满激情，并更有效率！

达到您的目标。

Domyos 专业教练设计出的教练程序旨在持续地提高您的锻炼成绩。

无论您是初学者、中等水平、还是具有资质的运动员，您的 Domyos 教练都会衡量您的体质，建议您使用有效的、适当的程序以达到您的目标。

跟踪并衡量您的进步。

从简单的锻炼，到能够完成一整个程序，您的教练让您了解自己的活动，看到自己的进步！

邀请您的朋友，分享您的成功！

受到鼓励就能充满动力，在社交网络上向朋友们分享您的成功吧！

更多信息，请访问 Domyos.com 网站。

■ 启动应用程序



1/ 通过 APP STORE 或 GOOGLE PLAY 下载 Domyos E-Connected 免费应用。

2/ 打开应用程序。

3/ 打开应用程序，让您的教练指导您，或者建立一个 Domyos 安全账号，选择您的目标，开始您的个性化训练！

■ 如何将 DOMYOS 设备连接至您的平板或智能手机？

1/ 通过 APP STORE 或 GOOGLE PLAY 下载 Domyos E-Connected 免费应用。


2/ 打开应用程序。

3/ 将您的平板/智能手机靠近 DOMYOS 设备。

为了便于操作，请把您的平板放在支架上，面向光学传感器（请参阅操作台示意图）。

若蓝牙处于打开状态：您的设备会自动识别它。您的设备名称将显示在屏幕上，请点击确认键。


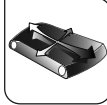

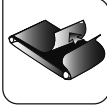


如果蓝牙®处于未打开状态，会弹出一个窗口，请求授权激活蓝牙®之后将连接至您的设备。

4/ 为了确认设备已成功连接至您的平板/智能手机， 图标将在您的屏幕上点亮。

■ 维护

为了您的跑步机能始终维持在最佳性能及拥有长期的使用寿命，定期维护是非常有必要的。请阅读并遵循以下指令。如果不按照指令进行维护，可能会造成跑步机过度的磨损甚至永久性损伤。

如有任何疑问，请联系您的 Domyos 商店。

清洁	调整跑带（位置）	润滑跑带	更换跑带	更换发动机	更换跑板
					
每次使用后	< 12 h 或 72 km	< 200 h 或 1200 km	< 500 h 或 3000 km	< 600 h 或 3600 km	< 700 h 或 4200 km



每次使用后的维护



拔下电源线。检查并拧紧跑步机所有的外部零件。



清洁：

- 关掉跑步机拔掉电源。
- 用纯棉软布蘸取少量性质温和的清洁产品，擦去栏杆、支柱、踏板、车架、发动机罩上的灰尘和斑污。
- 同样也要擦拭跑步机的跑带表面。不要使用清洁剂擦拭跑带下方。
- 用纯棉软布蘸取少量性质温和的清洁产品，擦拭操作台。不要把清洁剂直接喷在跑步机上，不要使用氨基或酸性清洁剂。
- 请确认跑带位于中心位置并适当绷紧。如果情况如此，则不需做任何调整。如需做调整，请参考以下描述。

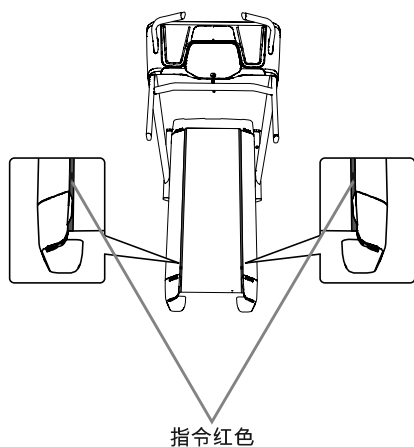


校准跑带的位置（至中心）：

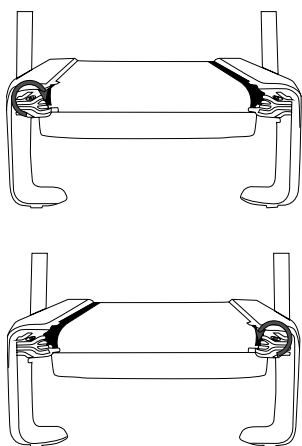
在跑步机后方寻找彩色定位标记。

如果您上看到了红色，说明跑带需要重新校准至中心位置。此操作可以保护跑带并防止意外停机。

- 让跑步机以4km/h (2.5mi/h) 的速度空转，走到设备后方。



指令红色



- 跑带向左偏移：
把左侧校准螺丝顺时针旋转半圈。

- 跑带向右偏移：
把右侧校准螺丝顺时针旋转半圈。
- 调节完毕后，让跑带空转1至2分钟，若有必要，请重复操作。注意不要让跑带绷得过紧。

调节跑带张力：

跑带属于易磨损部件，随着时间的推移会逐渐松弛。当跑带松弛时（感觉打滑，速度变慢）请重新绞紧。

- 把两个校准螺丝分别按顺时针方向旋转半圈。
- 必要时可进行此项操作，但需注意不要让跑带绷得过紧。如果您能把跑带两侧提起2至3厘米，则说明跑带被适当绷紧了。

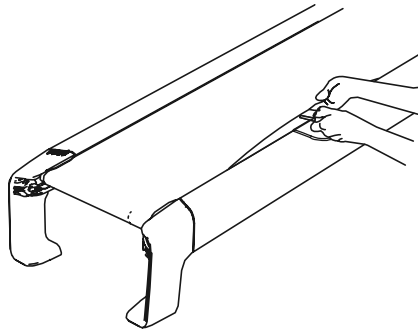


维护手册



跑带的润滑：

我们建议您给跑步机润滑，以尽量减少跑带与跑板之间的摩擦。如果在跑带内侧或跑板表面仍能看到硅油的痕迹（表面潮湿并有轻微油性），则无需进行润滑。



跑带的润滑：

为了尽量减少跑带与跑板之间的摩擦，有必要给跑步机进行润滑。如果在跑带内侧仍能看到硅油的痕迹（表面潮湿并有轻微油性），则无需进行润滑。

如果跑带或跑板是干燥的：

1. 关掉跑步机拔掉电源。
2. 掀起跑带的边缘，向其内侧涂抹硅基润滑油。*
3. 连接跑步机电源。
4. 让跑带以4 km/h (2.5 mi/h) 的速度转动10-20秒。
5. 您的跑步机可以正常使用了！

*一次润滑的正常剂量为5-10 ml。

注意，过量的润滑油会干扰跑步机的正常运行（打滑风险）。

- 购置润滑油，可以去您常去的 DECATHLON 商店，也可以通过 www.domyos.com 网站购买。

预防性维护






每运行1500小时或9000公里，须对发动机和传动装置进行检修。*

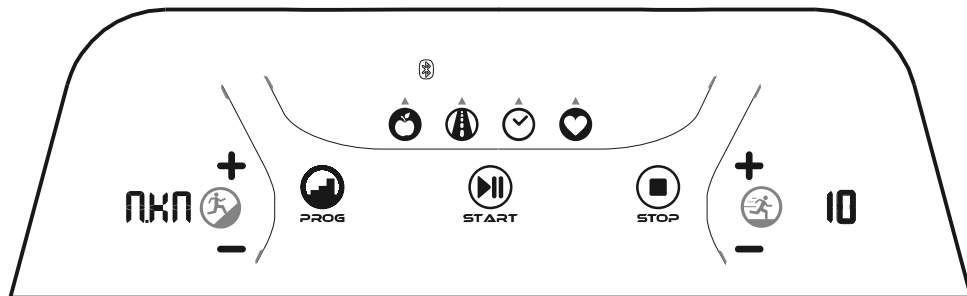


每运行3500小时或21000公里，须更换跑带。*



每运行5000小时或30000公里，须更换跑带。*

*如果想要知道自投入使用以来跑步机的使用期限，请按  + 。然后，按六次  进入以下界面。



故障排查

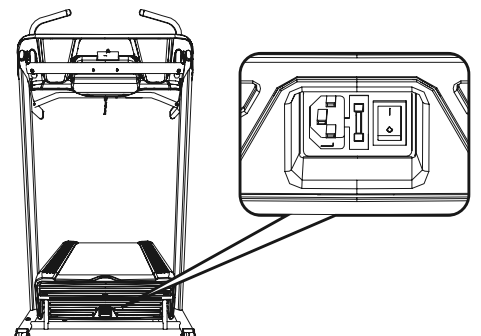
跑步机不启动：

1. 请检查电源线连接到墙上的插座的工作状态（为确认墙上的插座是否正常运行，请接通台灯或其他电器）。
2. 请检查电源线所连接到墙上的插座是否正确接地。如果您需要延长线，只能使用1 mm的三芯电线²（规格14）长度不能超过1.5 m (5ft)。
3. 在连接好电源线之后，请确认钥匙已经正确插入控制台。
4. 确认电源线附近跑步机支架上的开关位置处于“I”。

跑步机在使用过程中停机：

- 确认已连接好电源线。
- 拔出操作台钥匙。把钥匙重新插入操作台。

如果问题仍然存在，请联系售后服务（参见本手册的最后一页）。



当您行走其上时，运动中的传送带减速：

- 如果您需要延长线，只能使用1 mm的三芯电线²长度不能超过1.5m。
- 如果跑带绷得过紧，那么跑步机的性能可能会降低，并且跑带有损坏的风险。拔出钥匙断开电源线。利用六角扳手，把校准螺丝逆时针旋转四分之一圈，以调整跑带位置及放松跑带。如果跑带被适当绷紧，您将能够把跑带从跑板的位置向上提起2到3厘米。确认跑带处于居中位置。接下来，连接电源线，插入钥匙，在几分钟内启动跑步机。

如果问题仍然存在，请联系售后服务（参见本手册的最后一页）。

如果您的跑步机有噪音：

摩擦噪音：

- 确认跑带处于居中位置（跑带不应该与边沿摩擦）。
- 确认跑带被适当绷紧（跑带不应该打滑）。

结构噪音（吱嘎吱嘎声）：

检查所有外部结构部件，如需要，请拧紧。

■ 错误代码

E1, E2, E4, E5, E6, E8, E10, E11, E12, E13, E14, E15, E16: 请联系售后服务（参见本手册的最后一页）。

E3: 请检查是否有任何因素妨碍到跑带的运动。如问题仍然存在，请联系售后服务。

E7: 请专业人员检查您的电气装置，然后联系售后服务。

E9: 展开您的跑步机。如问题仍然存在，请联系售后服务。

E17: 关闭并重新启动您的跑步机。如问题仍然存在，请联系售后服务。

■ 使用

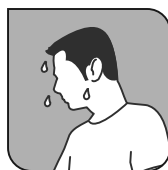
如果您开始练习，请从低速开始，不要勉强，在必要的时候可以进行休息。逐渐提高频率和持续时间。请在通风状况良好的房间进行练习。



维护/热身：至少10分钟的轻度锻炼。

如果您是为了保持身材或塑形，那么每天请至少锻炼10分钟。此种类型的运动可以温和的锻炼肌肉和关节，也可以作为剧烈运动之前的热身。

为了提高腿部张力，可以选择更大的倾角或延长锻炼时间。



有氧运动减肥：35-60 分钟的中度锻炼。

此种类型的运动可以有有效的燃烧卡路里。不需要逼至极限，我们可以通过调整频率（每周至少三次）和持续时间（每次35-60分钟）来达到最好的效果。请选择中速（中度运动，不会导致呼吸急促）。

为了减肥，除了进行有规律的体育运动之外，还必须搭配均衡的饮食。



有氧耐力锻炼：20-40 分钟的重度锻炼。

此种类型的运动可以强化心肌，改善呼吸系统。每周至少三次，采取大运动量（呼吸急促）。随着锻炼的加深，您可以进一步延长锻炼时间或加快节奏。

快节奏锻炼（无氧运动和禁区运动）只适用于运动员并且必须要做适当的热身。

回复平静

在每次运动之后，请慢走几分钟，以使身体机能逐渐回复至放松状态。这个回复平静的过程有助于心血管及呼吸系统、血液循环系统、肌肉系统恢复至正常。这将有利于消除乳酸的堆积 - 这是导致肌肉疼痛的主要原因（痉挛和酸痛）。

伸展

锻炼后做伸展运动可减缓肌肉的紧张，进而防止乳酸堆积，也可以刺激血液循环。

■ 商业担保

DOMYOS 为本产品担保——正常使用条件下，自购买日起，结构件5年，其它部件及操作系统2年，以收据上的日期为准。

根据此担保书，DOMYOS 需担负的责任为：更换或维修产品 - 由DOMYOS 自行决定。

本保证不适用于：

- 运输过程中损坏
- 在户外或潮湿环境使用和/或保存（蹦床除外）
- 错误的安装
- 错误或非正常使用
- 错误保养
- 由未经 DOMYOS 认证的技术人员进行维修
- 专用区域外使用

此商业担保并不排斥所购买国家/地区适用的法律保障。

为确保您能从此担保中受益，请阅读使用说明书的最后一页。