

cecotec

DRUMFIT WAYHOME 600 PAD

Бігова доріжка / Беговая дорожка / Ultra-compact and foldable treadmill



DRUMFIT

Посібник користувача
Руководство пользователя
Instruction manual

Інструкція з техніки безпеки	6
Инструкция безопасности	16
Safety instructions	30

ЗМІСТ

1. Компоненти пристрою	7
2. Перед першим використанням	7
3. Складання пристрою	8
4. Експлуатація	8
5. Поради щодо вправ	10
6. Транспортування та зберігання пристрою	10
7. Чищення та технічне обслуговування	11
8. Усунення несправностей	13
9. Технічні характеристики	14
10. Утилізація старих електроприладів	14
11. Служба технічної підтримки та гарантія	14
12. Авторські права	15
13. Спрощена декларація відповідності ЄС	15

СОДЕРЖАНИЕ

1. Компоненты устройства	21
2. Перед первым использованием	21
3. Сборка устройства	22
4. Эксплуатация	22
5. Советы по упражнениям	24
6. Транспортировка и хранение устройства	24
7. Чистка и техническое обслуживание	25
8. Устранение неполадок	27
9. Технические характеристики	28
10. Утилизация старых электроприборов	28
11. Служба технической поддержки и гарантия	29
12. Авторские права	29
13. Упрощенная декларация о соответствии ЕС	29

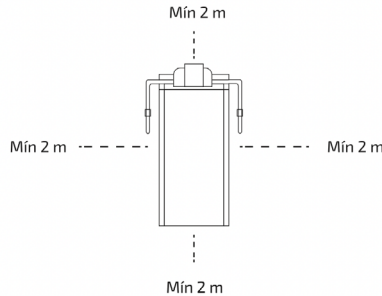
INDEX

1. Parts and components	34
2. Before use	34
3. Product assembly	35
4. Operation	35
5. Information on exercising	37
6. Product transportation and storage	37
7. Cleaning and maintenance	37
8. Troubleshooting	39
9. Technical specifications	40
10. Disposal of old electrical and electronic appliances	41
11. Technical support and warranty	41
12. Copyright	41
13. Simplified EU Declaration of Conformity	42

ІНСТРУКЦІЯ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

Перед використанням пристрою уважно прочитайте ці вказівки. Збережіть цей посібник користувача для використання в майбутньому або для нових користувачів.

- Ви несете відповідальність за те, щоб кожен користувач був проінформований про попередження та запобіжні заходи, зазначені в цьому посібнику.
- Рівень безпеки обладнання можна підтримувати лише шляхом регулярного огляду на предмет пошкоджень та ознак зносу.
- Завжди використовуйте бігову доріжку так, як зазначено в цій інструкції. Якщо ви знайдете дефектну деталь під час складання або тестування бігової доріжки або якщо вона видає незвичайний шум під час використання, негайно припиніть її використання та зверніться до офіційної служби технічної підтримки Secotec. Не використовуйте бігову доріжку, доки проблему не буде вирішено.
- Цей пристрій призначений лише для домашнього використання та не призначений для барів, ресторанів, фермерських будинків, готелів, мотелів та офісів.
- Перед встановленням пристрою переконайтеся, що місця достатньо. Залиште не менше 2 м вільного простору навколо зон доступу до обладнання на випадок надзвичайної ситуації. Ви можете поділити зони доступу з іншим обладнанням поблизу. Завжди перевіряйте, щоб не було жодних предметів, що перешкоджають входу та виходу до пристрою.
- Не стійте на біговій поверхні, якщо ви не використовуєте бігову доріжку або не готові до тренування. Поставте ноги на підніжки, готуючись до використання бігової доріжки. Ніколи не починайте тренування на повній швидкості.



- Для екстреної зупинки покладіть руки на поручень і поставте ноги на підніжки.
- Якщо якісь частини виступають із пристрою, вони можуть заважати руху користувача.
- Використовуйте пристрій на стійкій та рівній поверхні.
- УВАГА: не вмикайте бігову доріжку у складеному вигляді.
- УВАГА: дайте стрічці повністю зупинитися, перш ніж складати бігову доріжку.
- Для запобігання нещасним випадкам бігова доріжка оснащена запобіжним затискачем, який має бути надійно прикріплений до вашого одягу. Таким чином, якщо ви випадково спіткнетеся або послизнетеся під час ходьби або бігу на біговій доріжці, ви зможете зняти запобіжний затискач, щоб зупинити двигун. Встановіть запобіжний затискач назад, щоб відновити тренування.
- УВАГА: завжди прикріплюйте запобіжний затискач до одягу на рівні талії та прикріплюйте запобіжний ключ до панелі керування перед початком тренування.
- Рівень шуму під навантаженням вищий, ніж без навантаження.
- Не підпускайте дітей віком до 14 років і тварин до пристрою. Не дозволяйте дітям використовувати та/або грати з обладнанням. Воно призначене лише для дорослих.
- Цей пристрій можуть використовувати люди з обмеженими фізичними, сенсорними чи розумовими здібностями або з нестачею досвіду та знань, якщо вони

перебувають під наглядом або проінструктовані щодо безпечного використання пристрою та розуміють пов'язані з цим небезпеки.

- Завдання з очищення та обслуговування не повинні виконуватись дітьми.
- Якщо потрібно ремонт, зверніться до постачальника за додатковою інформацією або до служби підтримки клієнтів Secotec.
- Перед початком програми вправ рекомендується проконсультуватися з лікарем, якщо у вас є будь-які проблеми зі здоров'ям або фізичний стан, які можуть становити загрозу безпеці або ускладнити правильне використання обладнання. Порада лікаря має важливе значення, особливо якщо ви приймаєте ліки, що впливають на частоту серцевих скорочень, артеріальний тиск або рівень холестерину.
- Слідкуйте за сигналами свого тіла. Неправильні чи надмірні вправи можуть погіршити ваше здоров'я. Припиніть заняття, якщо у вас виникнуть будь-які з наступних симптомів: біль, стиснення у грудях, нерегулярне серцебиття, сильна задишка, запаморочення або нудота. Якщо у вас виникнуть якісь із цих станів, вам слід проконсультуватися з лікарем, перш ніж продовжувати програму вправ.
- Надягайте відповідний спортивний одяг для використання бігової доріжки. Уникайте носіння мішкуватого одягу, оскільки він може застрягти або перешкодити руху обладнання.
- Будьте обережні під час переміщення обладнання, щоб не пошкодити спину.
- Це обладнання призначене лише для використання у приміщенні. Його не рекомендується використовувати на свіжому повітрі. Не використовуйте його в магазинах, установах чи терапевтичних цілях.
- Це обладнання призначене для використання однією людиною одночасно.

- Для забезпечення правильної роботи обладнання завдання з очищення та технічного обслуговування повинні виконуватись відповідно до цього посібника з експлуатації.

Інструкції з батарей

- Не спалюйте та не піддавайте батареї впливу високих температур, оскільки вони можуть вибухнути.
- Витік із батарей може статися в екстремальних умовах. Не торкайтеся рідини, яка витікає з батарей. Якщо рідина потрапила на шкіру, негайно промийте водою з милом. Якщо рідина потрапила у вічі, негайно промийте їх чистою водою протягом як мінімум 10 хвилин і зверніться за медичною допомогою. Одягайте рукавички під час роботи з батареєю та негайно утилізуйте її відповідно до місцевих правил.
- Уникайте контакту батарей з дрібними металевими предметами, такими як скріпки, монети, ключі, цвяхи або гвинти.
- Не втручайтесь у роботу батарей будь-яким чином.
- Батареї необхідно вийняти для безпечної утилізації пристрою.
- Зберігайте батареї в недоступному для дітей місці, якщо існує ризик проковтування.
- Проковтування батарейок може призвести до опіків, перфорації м'яких тканин та смерті. Це може призвести до серйозних опіків протягом двох годин після ковтання.
- У разі ковтання батарейок негайно зверніться за медичною допомогою.
- Клеми живлення батарей не повинні бути скорочені.
- Якщо пристрій зберігатиметься протягом тривалого часу, рекомендується вийняти батареї.
- Батареїки мають бути вставлені у правильному положенні. При заміні батарей перевірте полярність.

1. КОМПОНЕНТИ ПРИСТРОЮ

Мал. 1

1. Консоль
2. Тримач пристрою
3. Поручень
4. Ключ безпеки
5. Бігова доріжка
6. Підніжка
7. Болти регулювання ременя
8. Шестигранний ключ
9. Пульт дистанційного керування у вигляді годинника

Примітка:

Малюнки в цьому посібнику є схематичними і можуть не точно відповідати пристрою.

2. ПЕРЕД ПЕРШИМ ВИКОРИСТАННЯМ

- Цей прилад упакований таким чином, щоб захистити його під час транспортування. Вийміть пристрій із коробки та видаліть всі пакувальні матеріали. Ви можете зберігати оригінальну коробку та інші елементи пакування в надійному місці. Це допоможе уникнути пошкодження пристрою під час транспортування в майбутньому. У разі утилізації оригінальної упаковки переконайтеся, що всі пакувальні матеріали перероблені відповідним чином.
- Переконайтеся, що всі деталі та компоненти включені та в хорошому стані. Якщо якась деталь відсутня або в поганому стані, негайно зверніться до офіційної служби технічної підтримки Cecotec.

Вміст коробки

- Бігова доріжка DrumFit WayHome 600 Pad
- Пульт дистанційного керування у вигляді годинника
- Посібник з експлуатації
- Шестигранний ключ
- Батарея CR2032

3. СКЛАДАННЯ ПРИСТРОЮ

Крок 1. Розкладання бігової доріжки

Мал. 2

- Щоб розкласти бігову доріжку, повільно підніміть поручень із землі у правильне положення.
- Переконайтеся, що ви не відпускаєте поручень, доки він не буде надійно закріплений та встановлений на місце.

Крок 2. Встановлення утримувача пристрою

Мал. 3

- Після того, як ви розклали поручень, зачепіть тримач пристрою безпосередньо по центру поручня.
- Після того, як ви зачепили його, натисніть на нього, щоб переконатися, що він надійно закріплений.

4. ЕКСПЛУАТАЦІЯ

1. Після того, як ви розклали поручень, підключіть бігову доріжку до мережі та поверніть головний вимикач живлення на передній панелі бігової доріжки у положення «ВКЛ». Консоль увімкнеться та видасть звуковий сигнал перед переходом у режим очікування вручну. На консолі з'явиться така інформація: ЧАС 0:00; ШВИДКІСТЬ 0,0; ВІДСТАНЬ 0,00; КАЛОРІЇ 0. Мал. 4
2. Перед включенням бігової доріжки завжди перевіряйте, чи надійно прикріплений ключ безпеки до одягу. Якщо ви випадково спіткнетесь або послизнетесь під час використання бігової доріжки, ключ безпеки від'єднається від поручня, що призведе до зупинки двигуна та бігової доріжки. Знову встановіть ключ безпеки, щоб відновити тренування.
3. Поставте ноги на підніжки перед запуском бігової доріжки. Ніколи не запускайте бігову доріжку, стоячи на ній.
4. Надягніть пульт дистанційного керування у вигляді годинника на зап'ястя і переконайтеся, що він надійно закріплений.
5. При використанні бігової доріжки завжди дивіться прямо перед собою і ніколи не дивіться собі під ноги, щоб уникнути падіння. Збільшуйте швидкість, щоб поступово підлаштовувати її під темп ходьби чи бігу.
6. Щоб зійти з бігової доріжки у разі надзвичайної ситуації, тримайтеся за поручень і поставте ноги на підніжки. Потім зійдіть із бігової доріжки.
7. Щоб запобігти неконтрольованому використанню, переконайтеся, що перемикач знаходиться в положенні «ВИМК» після того, як ви закінчите використовувати бігову доріжку.

Пульт дистанційного керування у вигляді годинника

Мал. 5

1. Програма

2. Швидкість +
3. Режим
4. Старт/Стоп
5. Швидкість -
6. Пауза -

- У режимі очікування ви можете тренуватися з налаштуваннями часу, відстані або калорій за усталеним налаштуванням, натиснувши кнопку Mode (3):
 - a) Налаштування часу за усталеним налаштуванням – 30:00 хв. Її можна встановити від 5:00 до 99:00 хв за допомогою кнопок "+" та "-". Зворотний відлік триватиме доти, доки не буде досягнуто значення 0:00.
 - b) Відстань за усталеним налаштуванням складає 1,00 км, її можна змінити від 0,50 до 65,0 км за допомогою кнопок "+" та "-". Бігова доріжка продовжить роботу, доки не досягне 0 км.
 - c) Значення калорій за усталеним налаштуванням становить 50 кал. Його можна встановити від 10 до 995 кал. за допомогою кнопок «+» та «-». Бігова доріжка продовжить роботу, доки не досягне 0 кал.
- У режимі очікування натисніть кнопку «Програма» (1), щоб вибрати автоматичну програму P1-P6.
- У режимі очікування натисніть кнопку «Старт/Стоп» (4), щоб запустити бігову доріжку з вибраними параметрами. Якщо ви хочете завершити тренування, ще раз натисніть кнопку «Старт/Стоп» (4). Це поступово зупинить двигун, а значення буде скинуто на 0.
- Коли бігова доріжка працює, кнопка Mode (3) і кнопка Program (1) не можуть бути використані, але швидкість можна регулювати за допомогою кнопок «+» та «-».
- Якщо ви використовуєте автоматичну програму, кожен раз при зміні швидкості лунатиме звуковий сигнал, що попереджає користувача.
- Під час роботи бігової доріжки натисніть кнопку Pause (6), щоб поступово зупинити двигун. Таким чином, бігова доріжка збереже значення та відобразить їх на консолі при повторному увімкненні. Натисніть кнопку Start/Stop (4), щоб продовжити тренування з тими самими значеннями, або ще раз натисніть кнопку Pause (6), щоб перевести пристрій в режим очікування та очистити значення консолі.
- У режимі очікування бігова доріжка автоматично вимкнеться через 30 хвилин бездіяльності.

Програми тренувань (P1 – P6) Мал. 6

Час за усталеним налаштуванням для кожної програми становить 30 хвилин. Однак його можна змінити від 5 до 99 хвилин. Дивіться програми нижче:

- P1: розминка.
- P2: зміна інтенсивності.
- P3: пробіжка на 5 км.
- P4: змагання.
- P5: зниження ваги.
- P6: підйом.

Bluetooth

Активуйте функцію Bluetooth на пристрої та виберіть бігову доріжку, яка відображається як «BTMP3», для об'єднання. Після сполучення можна використовувати свій пристрій для відтворення, призупинення, регулювання гучності музики і т.д.

5. ПОРАДИ З ВПРАВ

Правильне тренування має складатися з наступних фаз:

- **Розминка:** складається із сеансу розтяжки та вправ низької інтенсивності тривалістю від 5 до 10 хвилин. Правильна розминка підвищує температуру тіла, частоту серцевих скорочень та кровообіг у рамках підготовки до тренування.
- **Тренування:** складається з 20-30 хвилин вправ. Мал. 7 (Примітка: протягом перших кількох тижнів вправ не підтримуйте високу частоту серцевих скорочень більше 20 хвилин). Мал. 8
- **Заминка:** складається з 5-10 хвилин вправ на розтяжку. Це збільшить гнучкість м'язів і допоможе запобігти травмам.

Режим тренувань

Щоб підтримувати або покращувати свій фізичний стан, займайтеся тричі на тиждень, роблячи щонайменше один день відпочинку між тренуваннями. Через кілька місяців регулярних вправ ви можете займатися до п'яти разів на тиждень, якщо хочете. Пам'ятайте, що ключ до успіху – зробити вправи регулярною та приємною частиною вашого повсякденного життя.

6. ТРАНСПОРТУВАННЯ ТА ЗБЕРІГАННЯ ПРИСТРОЮ

Складання бігової доріжки

Мал. 9

- Вимкніть бігову доріжку та від'єднайте її від розетки. Перед тим, як складати її, переконайтеся, що вона повністю зупинилася.
- Натисніть ногою на пластиковий ножний перемикач складання, як показано на мал. 8, і опустіть поручень на землю, не докладаючи зусиль.

Переміщення бігової доріжки

- Зі складеним поручнем перемістіть обладнання за допомогою коліс, взявшись за нього з протилежного від консолі кінця.

- Перед переміщенням бігової доріжки переконайтеся, що шнур живлення вимкнено і не звисає.

7. ЧИЩЕННЯ І ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

Зверніть увагу

Зазначена частота очищення та обслуговування є орієнтовною. Вона залежить від частоти та інтенсивності використання.

Технічне обслуговування

- Регулярно очищайте бігову доріжку від пилу. Обов'язково очищайте відкриті частини нижньої поверхні з обох боків бігового полотна та підніжок. Переконайтеся, що підшви вашого взуття чисті, щоб зменшити накопичення бруду чи сторонніх матеріалів під біговим полотном. Ви можете очистити поверхню бігової доріжки трохи вологою тканиною. Не допускайте потрапляння рідини на електричні компоненти та нижню частину бігового полотна.
- Для підтримки та продовження терміну служби бігової доріжки рекомендується вимикати її на 15 хвилин після кожних 30–40 хвилин використання.
- Якщо бігове полотно провисло, воно може прослизати під час роботи бігової доріжки і, можливо, його доведеться відрегулювати; з іншого боку, якщо воно надто натягнуте, це може вплинути на продуктивність двигуна та надмірно зношувати ролики. Натяг бігового полотна ідеальний, якщо його можна підняти на 50–75 мм від середньої частини бігової поверхні.

Випрямлення бігового полотна Мал. 10

Бігове полотно може трохи зміщуватися при постійному використанні. Це нормально. Щоб випрямити/відрегулювати бігове полотно, поверніть регулювальні болти, розташовані по обидва боки основи, як показано на малюнку 10:

- Щоб відрегулювати бігову доріжку, увімкніть її та дайте їй попрацювати зі швидкістю 6 км/год. Для повороту регулювальних болтів використовуйте шестигранний ключ на 6 мм, що входить у комплект, щоб випрямити бігове полотно.
- Якщо полотно ковзає ліво, поверніть лівий регулювальний болт на 90° за годинниковою стрілкою, щоб випрямити бігове полотно.
- Якщо полотно ковзає вправо, поверніть правий регулювальний болт на 90° за годинниковою стрілкою, щоб випрямити бігове полотно.
- Продовжуйте повертати регулювальні болти, доки бігове полотно не випрямиться повністю.

Примітка:

Не допускайте, щоб бігове полотно зачепилося за боковини бігової доріжки, оскільки це може призвести до його розриву.

Регулювання бігового полотна

Ви можете помітити, що бігове полотно прослизає під час використання. Це може бути пов'язано з тим, що полотно недостатньо натягнуте. Щоб вирішити цю проблему, виконайте такі дії:

1. Вимкніть та від'єднайте бігову доріжку від мережі.
2. За допомогою шестигранного ключа, що додається, на 6 мм знову поверніть лівий і правий регулювальні болти за годинниковою стрілкою.
3. Знову увімкніть бігову доріжку та запустіть її на швидкості 6 км/год. Біжіть по біговому полотну, щоб перевірити, чи воно прослизає, як і раніше.
4. Повторюйте цей процес, поки бігове полотно не перестане ковзати.

Примітка:

Не затягуйте регулювальні болти занадто сильно, щоб уникнути надмірного навантаження на бігове полотно та передні та задні роликові підшипники, оскільки це може пошкодити їх і викликати шум або перегрів та поломку двигуна. Натяг бігового полотна ідеальний, якщо його можна підняти на 50-75 мм від середньої частини бігової поверхні.

Змащення полотна

Правильне мастило нижньої сторони бігового полотна та підшипників двох натяжних шпindelів забезпечує кращу продуктивність та продовжить термін служби бігової доріжки. Після перших 25 годин (або 2-3 місяців) використання нанесіть невелику кількість мастила. Повторюйте цей процес кожні 20 годин (або 3 місяці) використання.

- Рекомендується використовувати мастила на основі Олії або ТЕФЛОНУ замість мастил на основі силікону, оскільки останні можуть спричинити передчасну поломку бігового полотна та двигуна.
- Рекомендується використовувати професійний тефлоновий спрей з низьким коефіцієнтом тертя: він не притягує пил та бруд, не висихає та не розчиняється, а також є водостійким.

Щоб нанести мастило, виконайте такі дії:

Мал. 11

1. Під час вимкненої бігової доріжки підніміть одну сторону бігового полотна.
2. Нанесіть невелику кількість мастила під центр бігового полотна та на нижню поверхню. Запустіть бігову доріжку на низькій швидкості протягом 3-5 хвилин, щоб рівномірно розподілити мастило.
3. Витріть надлишки мастила.
4. Підніміть одну сторону бігового полотна та перевірте нижню поверхню. Якщо поверхня гладка на дотик, то подальше мастило не потрібно. Якщо поверхня суха на дотик, нанесіть невелику кількість мастила.

Зверніть увагу:

- Не змащуйте обладнання занадто сильно, інакше полотно може прослизати.
- Не змащуйте зовнішню частину бігового полотна.

8. УСУНЕННЯ НЕСПРАВНОСТЕЙ

Якщо у вас виникли проблеми з біговою доріжкою або вважаєте, що вона працює неправильно, ви можете виконати кілька простих перевірок, перш ніж дзвонити в офіційну службу підтримки клієнтів Cecotec.

Проблема	Можливі причини	Рішення
Бігова доріжка не вмикається.	1. Бігова доріжка не підключена до мережі. 2. Ключ безпеки встановлено неправильно. 3. У розетці немає живлення. 4. Головний вимикач бігової доріжки не увімкнено.	1. Підключіть шнур бігової доріжки. 2. Вставте ключ безпеки назад. 3. Відновіть живлення або зверніться до електрика. 4. Увімкніть головний вимикач.
Ремінь ковзає.	Ремінь недостатньо натягнутий.	Відрегулюйте натяг ремня.
Ремінь хитається, коли на нього наступають.	1. Ремінь недостатньо змащений. 2. Ремінь надто натягнутий.	1. Змастіть ремінь. 2. Налаштуйте натяг ремня.
Ремінь зміщений від центру.	Ремінь неправильно вирізняний із заднім роликом.	Випряміть ремінь.

Попередження:

Не намагайтеся ремонтувати бігову доріжку самостійно. Якщо проблема не вирішена після описаних перевірок, зверніться до авторизованого персоналу, до магазину, де ви придбали продукт, або до офіційної служби підтримки клієнтів Cecotec.

Примітка:

- Чим вища швидкість, тим вищий шум бігової доріжки через тертя між деталями (ременем, роликами, поверхнею) та двигуном.
- Дотримуйтеся інструкцій, описаних у розділі «Технічне обслуговування», щоб позбавитися від можливого шуму.
- У деяких випадках надмірний шум може бути також результатом неправильного калібрування ремня (занадто тугого натягу).

Примітка: щоб зменшити шум під час роботи, ви також можете покласти під бігову доріжку звукоізоляційний килимок. Ці килими можна придбати у всіх спортивних магазинах або сервісному центрі з обслуговування фітнес-обладнання.

9. ТЕХНІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Модель: DrumFit WayHome 600 Pad

Номер пристрою: 07123

220-240 В~, 50/60 Гц, 600 Вт

Швидкість: 1 - 6 км/год

Бігова поверхня: 100 x 40 см

Вага нетто: 24 кг

Розмір (в розкладеному вигляді): 126 x 63 x 106 см

Розмір (в складеному вигляді): 132 x 63 x 11 см

Максимальна вага користувача: 100 кг

НС клас

Технічні характеристики можуть бути змінені без попередження для покращення якості продукту.

Зроблено у Китаї | Розроблено в Іспанії

10. УТИЛІЗАЦІЯ СТАРИХ ЕЛЕКТРОПРИЛАДІВ



Цей символ вказує на те, що відповідно до чинних норм вироб та/або батареї необхідно утилізувати окремо від побутових відходів. Коли термін придатності цього продукту закінчиться, ви повинні утилізувати елементи/батареї/акумулятори та віднести їх до пункту збору, призначеного місцевими органами влади.

Споживачі повинні звернутися до місцевих органів влади або роздрібного продавця для отримання інформації щодо правильної утилізації старих приладів та/або їхніх батарей. Дотримання наведених вище вказівок допоможе захистити навколишнє середовище.

11. СЕРВІСНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ І ГАРАНТІЯ

Secotec несе відповідальність перед кінцевим користувачем або споживачем за будь-яку невідповідність, яка існує на момент поставки продукту відповідно до положень, умов і термінів, установлених застосовними правилами.

Рекомендується, щоб ремонт проводився кваліфікованим персоналом.

Якщо в будь-який момент ви виявите будь-яку проблему з вашим продуктом або матимете будь-які сумніви, не соромтеся зв'язатися з офіційною службою технічної підтримки Cecotec за номером +34 963 210 728.

12. АВТОРСЬКЕ ПРАВО

Права інтелектуальної власності на тексти, малюнки, фотографії та ілюстрації в цьому посібнику належать CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Всі права захищені. Вміст цієї публікації не можна, повністю або частково, відтворювати, зберігати в пошуковій системі, передавати або розповсюджувати будь-якими засобами (електронними, механічними, фотокопіюванням, записом або подібними) без попереднього дозволу CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

13. СПРОЩЕНА ДЕКЛАРАЦІЯ ВІДПОВІДНОСТІ ЄС

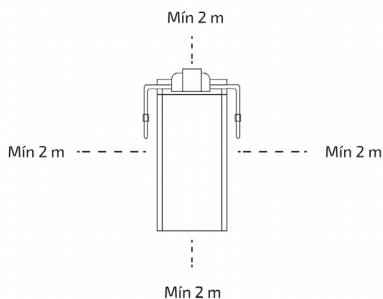
Cecotec Innovaciones цим заявляє, що ця бігова доріжка, модель 07123 DrumFit WayHome 600 Pad, відповідає Директиві з радіообладнання 2014/53/EU.

Повний текст Декларації відповідності ЄС можна знайти на веб-сайті: www.cecotec.es

ИНСТРУКЦИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

Внимательно прочтите эти инструкции перед использованием устройства. Сохраните это руководство по эксплуатации для использования в будущем или для новых пользователей.

- Вы несете ответственность за то, чтобы каждый пользователь был проинформирован о предупреждениях и мерах предосторожности, указанных в данном руководстве.
- Уровень безопасности оборудования можно поддерживать только путем регулярного осмотра на предмет повреждений и/или признаков износа.
- Всегда используйте беговую дорожку так, как указано в данной инструкции. Если вы обнаружите какую-либо дефектную деталь при сборке или тестировании беговой дорожки или если она издает необычный шум во время использования, немедленно прекратите ее использование и обратитесь в официальную службу технической поддержки Secotec. Не используйте беговую дорожку, пока проблема не будет решена.
- Данное устройство предназначено только для домашнего использования и не предназначено для баров, ресторанов, фермерских домов, гостиниц, мотелей и офисов.
- Перед установкой устройства убедитесь, что места достаточно. Оставьте не менее 2 м свободного пространства вокруг для доступа к оборудованию на случай чрезвычайной ситуации. Вы можете делить зоны доступа с другим оборудованием поблизости. Всегда проверяйте, чтобы не было никаких предметов, препятствующих входу и выходу к устройству.



- Не стойте на беговой поверхности, если вы не используете беговую дорожку или не готовы к тренировке. Поставьте ноги на подножки, готовясь к использованию беговой дорожки. Никогда не начинайте тренировку на полной скорости.
- Для экстренной остановки положите руки на поручень и поставьте ноги на подножки.
- Если какие-либо части выступают из оборудования, они могут мешать движению пользователя.
- Используйте оборудование на устойчивой и ровной поверхности.
- ВНИМАНИЕ: не включайте беговую дорожку в сложенном виде.
- ВНИМАНИЕ: дайте ленте полностью остановиться, прежде чем складывать беговую дорожку.
- Для предотвращения несчастных случаев беговая дорожка оснащена предохранительным зажимом, который должен быть надежно прикреплен к вашей одежде. Таким образом, если вы случайно споткнетесь или поскользнетесь во время ходьбы или бега на беговой дорожке, вы сможете снять предохранительный зажим, чтобы остановить двигатель. Установите предохранительный зажим обратно, чтобы возобновить тренировку.
- ВНИМАНИЕ: всегда прикрепляйте предохранительный зажим к одежде на уровне талии и прикрепляйте предохранительный ключ к панели управления перед началом тренировки.

- Уровень шума под нагрузкой выше, чем без нагрузки.
- Не подпускайте детей младше 14 лет и животных к оборудованию. Не позволяйте детям использовать и/или играть с оборудованием. Оно предназначено только для взрослых.
- Это устройство могут использовать люди с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или с недостатком опыта и знаний, если они находятся под присмотром или проинструктированы относительно безопасного использования устройства и понимают связанные с этим опасности.
- Задачи по очистке и обслуживанию не должны выполняться детьми.
- Если требуется ремонт, обратитесь к поставщику за дополнительной информацией или в службу поддержки клиентов Cecotec.
- Перед началом программы упражнений рекомендуется проконсультироваться с врачом, если у вас есть какие-либо проблемы со здоровьем или физическое состояние, которые могут представлять угрозу безопасности или затруднять правильное использование оборудования. Совет врача имеет важное значение, особенно если вы принимаете лекарства, влияющие на частоту сердечных сокращений, артериальное давление или уровень холестерина.
- Следите за сигналами своего тела. Неправильные или чрезмерные упражнения могут ухудшить ваше здоровье. Прекратите занятия, если у вас возникнут какие-либо из следующих симптомов: боль, стеснение в груди, нерегулярное сердцебиение, сильная одышка, головокружение или тошнота. Если у вас возникнут какие-либо из этих состояний, вам следует проконсультироваться с врачом, прежде чем продолжать программу упражнений.

- Надевайте подходящую спортивную одежду для использования беговой дорожки. Избегайте ношения мешковатой одежды, так как она может застрять или помешать движению оборудования.
- Будьте осторожны при перемещении оборудования, чтобы не повредить спину.
- Это оборудование предназначено только для использования в помещении. Его не рекомендуется использовать на открытом воздухе. Не используйте его в магазинах, учреждениях или в терапевтических целях.
- Это оборудование предназначено для использования одним человеком одновременно.
- Для обеспечения правильной работы оборудования задачи по очистке и техническому обслуживанию должны выполняться в соответствии с данным руководством по эксплуатации.

Инструкции по батареям

- Не сжигайте и не подвергайте батареи воздействию высоких температур, так как они могут взорваться.
- Утечки из батарей могут произойти в экстремальных условиях. Не прикасайтесь к жидкости, вытекающей из батарей. Если жидкость попала на кожу, немедленно промойте ее водой с мылом. Если жидкость попала в глаза, немедленно промойте их чистой водой в течение как минимум 10 минут и обратитесь за медицинской помощью. Надевайте перчатки при работе с батареей и немедленно утилизируйте ее в соответствии с местными правилами.
- Избегайте контакта батарей с мелкими металлическими предметами, такими как скрепки, монеты, ключи, гвозди или винты.
- Не вмешивайтесь в работу батарей каким-либо образом.

- Батареи необходимо извлечь для безопасной утилизации устройства.
- Храните батареи в недоступном для детей месте, если существует риск проглатывания.
- Проглатывание батареек может привести к ожогам, перфорации мягких тканей и смерти. Это может привести к серьезным ожогам в течение двух часов после проглатывания.
- В случае проглатывания батареек немедленно обратитесь за медицинской помощью.
- Клеммы питания батарей не должны быть закорочены.
- Если устройство будет храниться в течение длительного периода времени, рекомендуется извлечь батареи.
- Батарейки должны быть вставлены в правильном положении. При замене батареек проверьте полярность.

1. КОМПОНЕНТЫ УСТРОЙСТВА

Рис. 1

1. Консоль
2. Держатель устройства
3. Поручень
4. Ключ безопасности
5. Беговая дорожка
6. Подножка
7. Болты регулировки ремня
8. Шестигранный ключ
9. Пульт дистанционного управления в виде часов

Примечание:

Рисунки в данном руководстве представляют собой схематические изображения и могут не совсем соответствовать устройству.

2. ПЕРЕД ПЕРВЫМ ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ

- Данный прибор упакован таким образом, чтобы защитить его во время транспортировки. Достаньте устройство из коробки и удалите все упаковочные материалы. Вы можете хранить оригинальную коробку и другие элементы упаковки в надежном месте. Это поможет вам предотвратить повреждение устройства при его транспортировке в дальнейшем. В случае утилизации оригинальной упаковки убедитесь, что все упаковочные материалы переработаны соответствующим образом.
- Убедитесь, что все детали и компоненты включены в комплект поставки и находятся в хорошем состоянии. Если какая-либо деталь отсутствует или находится в плохом состоянии, немедленно обратитесь в официальную службу технической поддержки Cecotec.

Содержимое коробки

- Беговая дорожка DrumFit WayHome 600 Pad
- Пульт дистанционного управления в виде часов
- Руководство по эксплуатации
- Шестигранный ключ
- Батарея CR2032

3. СБОРКА УСТРОЙСТВА

Шаг 1. Раскладывание беговой дорожки

Рис. 2

- Чтобы разложить беговую дорожку, медленно поднимите поручень с земли в правильное положение.
- Убедитесь, что вы не отпускаете поручень, пока он не будет надежно закреплен и установлен на место.

Шаг 2. Установка держателя устройства

Рис. 3

- После того, как вы разложили поручень, зацепите держатель устройства непосредственно по центру поручня.
- После того, как вы зацепили его, снова нажмите на него, чтобы убедиться, что он надежно закреплен.

4. ЭКСПЛУАТАЦИЯ

1. После того, как вы разложили поручень, подключите беговую дорожку к сети и поверните главный выключатель питания на передней панели беговой дорожки в положение «ВКЛ». Консоль включится и издаст звуковой сигнал перед переходом в режим ожидания вручную. На консоли отобразится следующая информация: ВРЕМЯ 0:00; СКОРОСТЬ 0,0; РАССТОЯНИЕ 0,00; КАЛОРИИ 0. Рис. 4
2. Перед включением беговой дорожки всегда проверяйте, надежно ли прикреплен ключ безопасности к вашей одежде. Если вы случайно споткнетесь или поскользнетесь во время использования беговой дорожки, ключ безопасности отсоединится от поручня, что приведет к остановке двигателя и беговой дорожки. Снова установите ключ безопасности, чтобы возобновить тренировку.
3. Поставьте ноги на подножки перед запуском беговой дорожки. Никогда не запускайте беговую дорожку, стоя на ней.
4. Наденьте пульт дистанционного управления в виде часов на запястье и убедитесь, что он надежно закреплен.
5. При использовании беговой дорожки всегда смотрите прямо перед собой и никогда не смотрите себе под ноги, чтобы избежать падений. Увеличивайте скорость, чтобы постепенно подстроить ее под темп ходьбы или бега.
6. Чтобы сойти с беговой дорожки в случае чрезвычайной ситуации, держитесь за поручень и поставьте ноги на подножки. Затем сойдите с беговой дорожки.
7. Чтобы предотвратить неконтролируемое использование, убедитесь, что переключатель находится в положении «ВЫКЛ» после того, как вы закончите использовать беговую дорожку.

Пульт дистанционного управления в виде часов

Рис. 5

1. Программа
2. Скорость +
3. Режим
4. Старт/Стоп
5. Скорость –
6. Пауза

- В режиме ожидания вы можете тренироваться с настройками времени, расстояния или калорий по умолчанию, нажав кнопку Mode (3):
 - a) Настройка времени по умолчанию – 30:00 мин. Ее можно установить от 5:00 до 99:00 мин с помощью кнопок «+» и «-». Обратный отсчет будет продолжаться до тех пор, пока не будет достигнуто значение 0:00.
 - b) Расстояние по умолчанию составляет 1,00 км, его можно изменить от 0,50 до 65,0 км с помощью кнопок «+» и «-». Беговая дорожка продолжит работу, пока не достигнет 0 км.
 - c) Значение калорий по умолчанию составляет 50 кал. Его можно установить от 10 до 995 кал. с помощью кнопок «+» и «-». Беговая дорожка продолжит работу, пока не достигнет 0 кал.
- В режиме ожидания нажмите кнопку «Программа» (1), чтобы выбрать автоматическую программу P1-P6.
- В режиме ожидания нажмите кнопку «Старт/Стоп» (4), чтобы запустить беговую дорожку с выбранными настройками. Если вы хотите завершить тренировку, нажмите кнопку «Старт/Стоп» (4) еще раз. Это постепенно остановит двигатель, а значения будут сброшены на 0.
- Когда беговая лента находится в работе, кнопка Mode (3) и кнопка Program (1) не могут быть использованы, но скорость можно регулировать с помощью кнопок «+» и «-».
- Если вы используете автоматическую программу, каждый раз при изменении скорости будет раздаваться звуковой сигнал, предупреждающий пользователя.
- Во время работы беговой дорожки нажмите кнопку Pause (6), чтобы постепенно остановить двигатель. Таким образом, беговая дорожка сохранит значения и отобразит их на консоли при повторном включении. Нажмите кнопку Start/Stop (4), чтобы продолжить тренировку с теми же значениями, или нажмите кнопку Pause (6) еще раз, чтобы перевести оборудование в режим ожидания и очистить значения консоли.
- В режиме ожидания беговая дорожка автоматически выключится через 30 минут бездействия.

Программы упражнений (P1 – P6) Рис. 6

Время по умолчанию для каждой программы составляет 30 минут. Однако его можно изменить от 5 до 99 минут.

Смотрите программы ниже:

- P1: разминка.
- P2: изменение интенсивности.
- P3: пробежка на 5 км.
- P4: соревнование.
- P5: снижение веса.
- P6: подъем.

Bluetooth

Активируйте функцию Bluetooth на вашем устройстве и выберите беговую дорожку, отображаемую как «BTMP3», для сопряжения. После сопряжения вы можете использовать свое устройство для воспроизведения, приостановки, регулировки громкости музыки и т. д.

5. СОВЕТЫ ПО УПРАЖНЕНИЯМ

Правильная тренировка должна состоять из следующих фаз:

- **Разминка:** состоит из сеанса растяжки и упражнений низкой интенсивности продолжительностью от 5 до 10 минут. Правильная разминка повышает температуру тела, частоту сердечных сокращений и кровообращение в рамках подготовки к тренировке.
- **Тренировка:** состоит из 20–30 минут упражнений.
(Примечание: в течение первых нескольких недель упражнений не поддерживайте высокую частоту сердечных сокращений более 20 минут).
- **Заминка:** состоит из 5–10 минут упражнений на растяжку. Это увеличит гибкость мышц и поможет предотвратить травмы.

Режим тренировок

Чтобы поддерживать или улучшать свое физическое состояние, занимайтесь три раза в неделю, делая как минимум один день отдыха между тренировками. Через несколько месяцев регулярных упражнений вы можете заниматься до пяти раз в неделю, если хотите. Помните, что ключ к успеху – сделать упражнения регулярной и приятной частью вашей повседневной жизни.

6. ТРАНСПОРТИРОВКА И ХРАНЕНИЕ УСТРОЙСТВА

Складывание беговой дорожки

Рис. 9

- Выключите беговую дорожку и отсоедините ее от розетки. Перед тем как складывать ее, убедитесь, что она полностью остановилась.
- Нажмите ногой на пластиковый ножной переключатель складывания, как показано на рис. 8, и опустите поручень на землю, не прилагая усилий.

Перемещение беговой дорожки

- Со сложенным поручнем переместите оборудование с помощью колес, взявшись за него с противоположного от консоли конца.
- Перед перемещением беговой дорожки убедитесь, что шнур питания отключен и не свисает.

7. ЧИСТКА И ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Обратите внимание

Указанная частота очистки и обслуживания является ориентировочной. Она зависит от частоты и интенсивности использования.

Техническое обслуживание

- Регулярно очищайте беговую дорожку от пыли. Обязательно очищайте открытые части нижней поверхности с обеих сторон бегового полотна и подножек. Убедитесь, что подошвы вашей обуви чистые, чтобы уменьшить накопление грязи или посторонних материалов под беговым полотном. Вы можете очистить поверхность беговой дорожки слегка влажной тканью. Не допускайте попадания жидкостей на электрические компоненты и нижнюю часть бегового полотна.
- Для поддержания и продления срока службы беговой дорожки рекомендуется выключать ее на 15 минут после каждых 30–40 минут использования.
- Если беговое полотно провисло, оно может проскальзывать во время работы беговой дорожки и, возможно, его придется отрегулировать; с другой стороны, если оно слишком натянуто, это может повлиять на производительность двигателя и чрезмерно изнашивать ролики. Натяжение бегового полотна идеально, если его можно поднять на 50–75 мм от средней части беговой поверхности.

Выпрямление бегового полотна Рис. 10

Беговое полотно может слегка смещаться при постоянном использовании. Это нормально. Чтобы выпрямить/отрегулировать беговое полотно, поверните регулировочные болты, расположенные по обеим сторонам основания, как показано на Рисунке 10:

- Чтобы отрегулировать беговую дорожку, включите ее и дайте ей поработать со скоростью 6 км/ч. Используйте шестигранный ключ на 6 мм, входящий в комплект, для поворота регулировочных болтов, чтобы выпрямить беговое полотно.
- Если полотно скользит влево, поверните левый регулировочный болт на 90° по часовой стрелке, чтобы выпрямить беговое полотно.
- Если полотно скользит вправо, поверните правый регулировочный болт на 90° по часовой стрелке, чтобы выпрямить беговое полотно.
- Продолжайте поворачивать регулировочные болты, пока беговое полотно не выпрямится полностью.

Примечание:

Не допускайте, чтобы беговое полотно зацепилось за боковины беговой дорожки, так как это может привести к его разрыву.

Регулировка бегового полотна

Вы можете заметить, что беговое полотно проскальзывает во время использования. Это может быть связано с тем, что полотно недостаточно натянуто. Чтобы решить эту проблему, выполните следующие действия:

1. Выключите и отсоедините беговую дорожку от сети.
2. С помощью прилагаемого шестигранного ключа на 6 мм снова поверните левый и правый регулировочные болты по часовой стрелке.
3. Снова включите беговую дорожку и запустите ее на скорости 6 км/ч. Бегите по беговому полотну, чтобы проверить, проскальзывает ли оно по-прежнему.
4. Повторяйте этот процесс, пока беговое полотно не перестанет скользить.

Примечание:

Не затягивайте регулировочные болты слишком сильно, чтобы избежать чрезмерной нагрузки на беговое полотно и передние и задние роликовые подшипники, так как это может повредить их и вызвать шум или перегрев и поломку двигателя. Натяжение бегового полотна идеально, если его можно поднять на 50–75 мм от средней части беговой поверхности.

Смазка полотна

Правильная смазка нижней стороны бегового полотна и подшипников двух натяжных шпинделей обеспечивает лучшую производительность и продлит срок службы беговой дорожки. После первых 25 часов (или 2–3 месяцев) использования нанесите небольшое количество смазки. Повторяйте этот процесс каждые 20 часов (или 3 месяца) использования.

- Рекомендуется использовать смазки на основе МАСЛА или ТЕФЛОНА вместо смазок на основе силикона, так как последние могут вызвать преждевременную поломку бегового полотна и двигателя.
- Рекомендуется использовать профессиональный тефлоновый спрей с низким коэффициентом трения: он не притягивает пыль и грязь, не высыхает и не растворяется, а также является водостойким.

Чтобы нанести смазку, выполните следующие действия:

Рис. 11

1. При выключенной беговой дорожке поднимите одну сторону бегового полотна.
2. Нанесите небольшое количество смазки под центр бегового полотна и на нижнюю поверхность. Запустите беговую дорожку на низкой скорости в течение 3–5 минут, чтобы равномерно распределить смазку.
3. Вытрите излишки смазки.
4. Поднимите одну сторону бегового полотна и проверьте нижнюю поверхность. Если поверхность гладкая на ощупь, то дальнейшая смазка не требуется. Если поверхность сухая на ощупь, нанесите небольшое количество смазки.

Обратите внимание:

- Не смазывайте оборудование слишком сильно, иначе полотно может проскальзывать.
- Не смазывайте внешнюю часть бегового полотна.

8. УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ

Если у вас возникли проблемы с беговой дорожкой или вы считаете, что она работает неправильно, вы можете выполнить несколько простых проверок, прежде чем звонить в официальную службу поддержки клиентов Secotec.

Проблема	Возможные причины	Решение
Беговая дорожка не включается	1. Беговая дорожка не подключена к сети. 2. Ключ безопасности неправильно установлен. 3. В розетке нет питания. 4. Главный выключатель беговой дорожки не включен.	1. Подключите шнур беговой дорожки. 2. Вставьте ключ безопасности обратно. 3. Восстановите питание или обратитесь к электрику. 4. Включите главный выключатель.
Ремень скользит.	Ремень недостаточно натянут.	Отрегулируйте натяжение ремня.
Ремень качается, когда на него наступают.	1. Ремень недостаточно смазан. 2. Ремень слишком натянут.	1. Смажьте ремень. 2. Отрегулируйте натяжение ремня.
Ремень смещен от центра.	Ремень неправильно выровнен с задним роликом.	Выпрямите ремень.

Предупреждение:

Не пытайтесь ремонтировать беговую дорожку самостоятельно. Если проблема не устранена после описанных проверок, обратитесь к авторизованному персоналу, в магазин, где вы приобрели продукт, или в официальную службу поддержки клиентов Secotec.

Примечание:

- Чем выше скорость, тем выше шум беговой дорожки из-за трения между деталями (ремнем, роликами, поверхностью) и двигателем.
- Следуйте инструкциям, описанным в разделе «Техническое обслуживание», чтобы избавиться от возможного шума.
- В некоторых случаях чрезмерный шум может быть также результатом неправильной калибровки ремня (слишком тугого натяжения).

Примечание: чтобы уменьшить шум при работе, вы также можете положить под беговую дорожку звукоизоляционный коврик. Эти коврики можно приобрести во всех спортивных магазинах или в сервисном центре по обслуживанию фитнес-оборудования.

9. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Модель: DrumFit WayHome 600 Pad

Артикул устройства: 07123

220-240 В~, 50/60 Гц, 600 Вт

Скорость: 1 - 6 км/ч

Беговая поверхность: 100 x 40 см

Вес нетто: 24 кг

Размер (в разложенном виде): 126 x 63 x 106 см

Размер (в сложенном виде): 132 x 63 x 11 см

Максимальный вес пользователя: 100 кг

Класс HС

Технические характеристики могут быть изменены без предварительного уведомления для улучшения качества продукта.

Сделано в Китае | Разработано в Испании

10. УТИЛИЗАЦИЯ СТАРЫХ ЭЛЕКТРОПРИБОРОВ



Этот символ означает, что в соответствии с действующими правилами изделие и/или батареи следует утилизировать отдельно от бытовых отходов. Когда срок годности этого продукта подходит к концу, вам следует утилизировать элементы питания/батарейки/аккумуляторы и отнести их в пункт сбора, назначенный местными властями.

Потребители должны обращаться в местные органы власти или к розничному продавцу за информацией о правильной утилизации старых приборов и/или их батарей. Соблюдение приведенных выше рекомендаций поможет защитить окружающую среду.

11. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА И ГАРАНТИЯ

Cecotec несет ответственность перед конечным пользователем или потребителем за любое несоответствие, существующее на момент поставки продукта, в соответствии с условиями и сроками, установленными применимыми правилами. Рекомендуется, чтобы ремонт выполнялся квалифицированным персоналом.

Если в любой момент вы обнаружите какую-либо проблему с вашим продуктом или у вас возникнут какие-либо сомнения, не стесняйтесь обращаться в официальную службу технической поддержки Cecotec по телефону +34 963 210 728.

12. АВТОРСКИЕ ПРАВА

Права интеллектуальной собственности на тексты, рисунки, фотографии и иллюстрации в этом руководстве принадлежат CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Все права защищены. Содержание этой публикации не может быть полностью или частично воспроизведено, сохранено в поисковой системе, передано или распространено любыми средствами (электронными, механическими, фотокопированием, записью или аналогичными) без предварительного разрешения CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

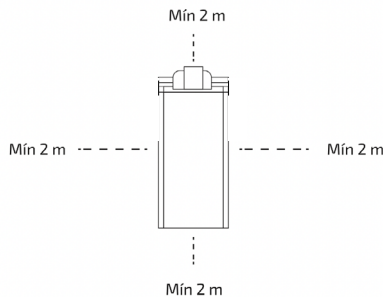
13. УПРОЩЕННАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ СООТВЕТСТВИЯ ЕС

Cecotec Innovaciones настоящим заявляет, что эта беговая дорожка, модель 07123 DrumFit WayHome 600 Pad, соответствует Директиве по радиооборудованию 2014/53/EU. Полный текст Декларации соответствия ЕС можно найти на следующем веб-сайте: www.cecotec.es

SAFETY INSTRUCTIONS

Read these instructions thoroughly before using the product. Keep this instruction manual for future reference or new users.

- It is your responsibility to make sure every user is informed about the warnings and precautions stated in this instruction manual.
- The safety level of the equipment can be maintained only through regular examination for damage and/or signs of wear.
- Use the machine as indicated in this instruction manual. If you find any defective parts when assembling or testing the equipment, or if it emits an unusual noise during use, stop using it immediately. Do not use the equipment until the problem has been solved.
- This equipment is designed for domestic use only and is not intended for bars, restaurants, farmhouses, hotels, motels, and offices.
- Make sure there is enough space before installing the equipment. Leave at least 2 m of free space around the access areas of the equipment in case of emergency. You can share the access areas with other equipment nearby. Always make sure that there are no objects obstructing the entry and exit areas of the equipment.



- Do not stand on the running surface if you are not using the treadmill or if you are not ready for exercise. Place your feet on the foot rails when preparing to use the treadmill. Never start the exercise at full speed.
- To make an emergency stop, place your hands on the handrail and place your feet on the foot rails.
- If any parts protrude from the equipment, they may interfere with the user's movement.
- Use the equipment on a stable and level surface.
- WARNING: do not switch the treadmill on when folded.
- WARNING: allow the belt to come to a complete stop before folding the treadmill.
- To prevent accidents, the treadmill comes with a safety clip that must be firmly attached to your clothing. This way, should you accidentally trip or slip while walking or running on the treadmill, you can remove the safety clip to stop the motor. Put the safety clip back on to resume training.
- WARNING: always attach the safety clip to your clothing at waist level and attach the safety key to the control panel before starting the workout.
- Noise emission under load is higher than without load.
- Keep children under 14 years old and animals away from the equipment. Do not allow children to use and/or play with the equipment. It is designed for adult use only.
- This appliance can be used by people with reduced physical, sensory, or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning the use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved.
- Cleaning and maintenance tasks must not be carried out by children.
- If repairs are required, please consult your supplier for further information or contact Cecotec Customer Service.

- Before starting an exercise programme, it is recommended that you consult your physician if you have any adverse health or physical condition that may create a safety risk or make it difficult to use the equipment correctly. Your physician's advice is essential, especially if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure, or cholesterol level.
- Be aware of your body signals. Incorrect or excessive exercise can deteriorate your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, dizziness, or nausea. If you experience any of these conditions, you should consult your physician before continuing with your exercise programme.
- Wear appropriate exercise clothing to use the treadmill. Avoid wearing baggy clothing, as it may get stuck or hinder the movement of the equipment.
- Be careful when moving the equipment to avoid injuring your back.
- This equipment is designed for indoor use only. It is not recommended for outdoor use. Do not use it in shops, institutions, or for therapeutic purposes.
- This equipment is designed to be used by one person at a time.
- To ensure the correct operation of the equipment, cleaning and maintenance tasks must be carried out following this instruction manual.

Instructions on batteries

- Do not burn or expose the batteries to high temperatures, as they may explode.
- Leaks from the batteries can occur under extreme conditions.

Do not touch any liquid that leaks from the batteries. If the liquid gets into contact with skin, wash immediately with soap and water. If the liquid gets into the eyes, wash them immediately with clean water for a minimum of 10 minutes and seek medical attention. Wear gloves to handle the battery and dispose of it immediately in accordance with local regulations.

- Avoid contact between the batteries and small metal objects such as paper clips, coins, keys, nails, or screws.
- Do not tamper with the batteries in any way.
- The batteries must be removed for safe disposal of the machine.
- Keep the batteries out of the reach of children when there is a risk of ingestion.
- Battery ingestion can cause burns, soft-tissue perforation, and death. It can cause severe burns within two hours of the ingestion.
- In case of battery ingestion, please seek medical help immediately.
- The batteries' power supply terminals must not be short-circuited.
- If the machine is to be stored for a long period of time, it is advisable to remove the batteries.
- The batteries must be inserted in the correct position. When replacing batteries, check the polarity.

1. PARTS AND COMPONENTS

Fig. 1

1. Console
2. Device holder
3. Handrail
4. Safety key
5. Walking belt
6. Foot rail
7. Belt adjustment bolts
8. Allen key
9. Watch remote control

NOTE:

the graphics in this manual are schematic representations and may not exactly match the device.

2. BEFORE USE

- This device includes a packaging designed to protect it during transport. Take the device out of its box and remove all packaging materials. You can keep the original box and other packaging elements in a safe place. This will help you prevent product damage when transporting it in the future. In case the original packaging is disposed of, make sure all packaging materials are recycled accordingly.
- Make sure all parts and components are included and in good conditions. If there is any piece missing or in bad conditions, contact the official Cecotec Technical Support Service immediately.

Box content

- DrumFit WayHome 600 Pad treadmill
- Watch remote control
- Instruction manual
- Allen key
- CR2032 battery

3. PRODUCT ASSEMBLY

Step 1. Unfolding the treadmill

Fig. 2

- To unfold the treadmill, slowly raise the handrail from the ground into the correct position.
- Make sure you do not release the handrail until properly secured and in position.

Step 2. Installing the device holder

Fig. 3

- Once you have unfolded the handrail, hook the device holder directly onto the centre of the handrail.
- After hooking it on, press it down again to make sure it is securely fastened.

4. OPERATION

1. Once you have unfolded the handrail. Plug in the treadmill and turn the main power switch on the front of the treadmill to the "ON" position. The console will switch on and beep before entering Manual Standby mode. The console displays the following information: TIME 0:00; SPEED 0.0; DIST 0.00; CAL 0. Fig. 4
2. Before turning the treadmill on, always make sure the safety key is securely attached to your clothing. If you accidentally trip or slip while using the treadmill, the safety key will detach from the handrail, causing the motor and treadmill to stop. Put the safety key back on to resume training.
3. Place your feet on the foot rails before starting the treadmill. Never start the treadmill while standing on the walking belt.
4. Put the watch remote control on your wrist and make sure it is securely fastened.
5. When using the treadmill, always look straight ahead and never at your feet to avoid falls. Increase the speed to gradually adjust it to the walking or running pace.
6. To get off the treadmill in case of an emergency, hold on to the handrail and place your feet on the foot rails. Then, get off the treadmill.
7. To prevent unattended use, make sure the switch is in the "OFF" position after you have finished using the treadmill.

Watch remote control

Fig. 5

1. Programme
2. Speed +
3. Mode
4. Start/Stop

5. Speed –
6. Pause

- In Standby mode, you can train with default time, distance, or calorie settings by pressing the Mode button (3):
 - a) The default time setting is 30:00 min. It can be set from 5:00 to 99:00 min using the "+" and "-" buttons. The countdown will continue until the value 0:00 is reached.
 - b) The default distance setting is 1.00 km, and can be adjusted from 0.50 to 65.0 km using the "+" and "-" buttons. The treadmill will continue to run until reaching 0 km.
 - c) The default calorie setting is 50 cal. It can be set from 10 to 995 cal using the "+" and "-" buttons. The treadmill will continue to run until reaching 0 cal.
- In Standby mode, press the Programme button (1) to select an automatic programme, P1-P6.
- In Standby mode, press the Start/Stop button (4) to start the treadmill with the chosen settings. If you want to end the exercise, press the Start/Stop button (4) again. This will stop the motor progressively and the values will be reset to 0.
- When the walking belt is in operation, the Mode button (3) and the Programme button (1) cannot be used, but speed can be adjusted by using the "+" and "-" buttons.
- If you are using an automatic programme, every time the speed is changed, a beep will sound beforehand to warn the user.
- While the treadmill is running, press the Pause button (6) to stop the motor progressively. This way, the treadmill will save the values and display them on the console when switched on again. Press the Start/Stop button (4) to continue training with the same values or press the Pause button (6) again to put the equipment into Standby mode and clear the console values.
- In Standby mode, the treadmill will automatically switch off after 30 minutes of inactivity.

Exercise programmes (P1 – P6). Fig. 6.

The default time for each programme is 30 minutes. However, it can be changed from 5 to 99 minutes.

See the programmes below:

- P1: warm-up.
- P2: intensity changes.
- P3: 5-km race.
- P4: competition.
- P5: weight loss.
- P6: hill.

Bluetooth

Activate the Bluetooth function of your device and select the treadmill, shown as "BTMP3", to pair it. Once paired, you can use your device to play, pause, adjust music volume, etc.

5. INFORMATION ON EXERCISING

A proper workout should consist of the following phases:

- **Warm-up:** consists of a session of stretching and low-intensity exercise lasting 5 to 10 minutes. A proper warm-up increases your body temperature, heart rate, and circulation in preparation for exercise. Fig. 7
- **Training:** consists of 20 to 30 minutes of exercise.

(Note: during the first few weeks of exercise do not keep your heart rate high for more than 20 minutes). Fig. 8

- **Cool-down:** consists of 5 to 10 minutes of stretching exercises. This will increase the flexibility of your muscles and will help prevent injuries.

Workout routine

To maintain or improve your physical condition, exercise three times per week, with at least one day of rest between workouts. After a few months of regular exercise, you may exercise up to five times a week, if desired. Keep in mind that the key to success is making exercise a regular and enjoyable part of your everyday life.

6. PRODUCT TRANSPORTATION AND STORAGE

Folding the treadmill

Fig. 9

- Switch off and unplug the treadmill from the socket. Make sure it has come to a complete stop before folding it.
- Press the plastic foot folding switch with your foot, as shown in Figure 8, and lower the handrail to the ground without forcing it.

Moving the treadmill

- With the handrail folded, move the equipment with the help of the wheels by grabbing it from the end opposite the console.
- Make sure that the power cord is unplugged and not dangling before moving the treadmill.

7. CLEANING AND MAINTENANCE

Please note

The frequency of cleaning and maintenance indicated is a guideline. It depends on frequency and intensity of use.

Maintenance

- Clean the dust from the treadmill regularly. Be sure to clean the exposed parts of the surface underside on both sides of the walking belt and the foot rails. Make sure the soles of your shoes are clean to reduce the build-up of dirt or foreign material under the walking belt. You can clean the surface of the treadmill with a slightly damp cloth. Be sure to keep any liquids away from electrical components and the underside of the walking belt.
- To maintain and extend the lifespan of the treadmill, it is recommended to keep it switched off for 15 minutes after every 30-40 minutes of use.
- If the walking belt is slack, it can slip while the treadmill is running and may need to be adjusted; on the other hand, if it is too tight, it can affect the performance of the motor and excessively wear the rollers. The tension of the walking belt is ideal if it can be lifted 50 to 75 mm off the middle part of the running surface.

Straightening the walking belt. Fig. 10

It is possible for the walking belt to slightly shift with continued use. This is normal. To straighten/adjust the walking belt, turn the adjustment bolts located on both sides of the base as shown in Figure 10:

- To adjust the treadmill, turn it on and let it run at a speed of 6 km/h. Use the 6-mm Allen key provided to turn the adjustment bolts to straighten the walking belt.
- If the belt slides to the left, turn the left-hand adjustment bolt 90° clockwise to straighten the walking belt.
- If the belt slides to the right, turn the right-hand adjustment bolt 90° clockwise to straighten the walking belt.
- Continue turning the adjusting bolts until the walking belt is fully straightened.

Note:

Do not allow the walking belt to get caught on the sides of the treadmill, as this may cause it to break.

Adjusting the walking belt

You may notice that the walking belt slips during use. This may be due to the belt not being taut enough. To solve the problem, follow the steps below:

1. Turn off and unplug the treadmill.
2. Using the 6-mm Allen key provided, turn the left and right adjusting bolts clockwise again.
3. Switch the treadmill back on and run it at a speed of 6 km/h. Run on top of the walking belt to check if it is still slipping.
4. Repeat this process until the walking belt stops sliding.

Note:

Do not over-tighten the adjusting bolts to avoid excessive stress on the walking belt and the front and rear roller bearings, as this could damage them and cause noise, or overheating and

breakage of the motor. The tension of the walking belt is ideal if it can be lifted 50 to 75 mm off the middle part of the running surface.

Lubricating the belt

Proper lubrication of the underside of the walking belt and the bearings of the two tension spindles will ensure better performance and extend the shelf life of the treadmill. After the first 25 hours (or 2-3 months) of use, apply a small amount of lubricant. Repeat this process every 20 hours (or 3 months) of use.

- It is advisable to use OIL or TEFLON-based lubricants instead of silicone-based lubricants, as the latter could cause premature breakage of the walking belt and motor.
- It is advisable to use a professional Teflon spray with a low friction coefficient: it does not attract dust and dirt and does not dry or dissolve, as well as being water resistant.

To apply the lubricant, follow the steps below:

Fig. 11

1. With the treadmill turned off, lift one side of the walking belt.
2. Apply a small amount of lubricant under the centre of the walking belt and on top of the underside surface. Run the treadmill at low speed for 3-5 minutes to distribute the lubricant evenly.
3. Wipe off excess lubricant.
4. Lift one side of the walking belt and check the underside surface. If the surface is smooth to the touch, then no further lubrication is required. If the surface is dry to the touch, apply a small amount of lubricant.

Please note

- Do not over-lubricate the equipment, or the belt may slip.
- Do not lubricate the outside of the walking belt.

8. TROUBLESHOOTING

If you experience any problem with the treadmill or you think it does not work properly, you can carry out a few simple checks before calling the official Cecotec Customer Service.

Problem	Possible causes	Possible solutions
The treadmill does not switch on	1. The treadmill is not plugged in. 2. The safety key is not properly fitted. 3. No power in the socket. 4. The main switch of the treadmill is not turned on.	1. Plug in the treadmill cord. 2. Put the safety key back on. 3. Restore power or contact your electrician. 4. Turn on the main switch.
The belt slides	The belt isn't taut enough.	Adjust the belt tension.
The belt wobbles when stepping on it	1. The belt isn't lubricated enough. 2. The belt is too taut.	1. Lubricate the belt. 2. Adjust the belt tension.
The belt is off-centre	The belt is not correctly aligned with the rear roller.	Straighten the belt.

Warning:

Do not attempt to repair the treadmill by yourself. If the problem persists after the checks explained, contact authorised personnel, the store where you purchased the product, or the official Cecotec Customer Service.

Note:

- The higher the speed, the higher the noise of the treadmill, due to the friction between the parts (belt, rollers, surface) and the motor.
- Follow the instructions described in the maintenance section to get rid of possible noise nuisance.
- In some cases, excessive noise can also be the result of incorrect calibration of the belt (too tight).

Note: to reduce running noise, you can also place a soundproofing mat under the treadmill. These mats can be purchased in all sports shops or from a fitness-equipment maintenance service.

9. TECHNICAL SPECIFICATIONS

Model: DrumFit WayHome 600 Pad

Product reference: 07123

220-240 V~, 50/60 Hz, 600 W

Speed: 1 - 6 km/h

Running surface: 100 x 40 cm

Net weight: 24 kg

Size (unfolded): 126 x 63 x 106 cm

Size (folded): 132 x 63 x 11 cm

Maximum user weight: 100 kg

HC Class

Technical specifications may change without prior notification to improve product quality.

Made in China | Designed in Spain

10. DISPOSAL OF OLD ELECTRICAL AND ELECTRONIC APPLIANCES



This symbol indicates that, according to the applicable regulations, the product and/or batteries must be disposed of separately from household waste. When this product reaches the end of its shelf life, you should dispose of the cells/batteries/accumulators and take them to a collection point designated by the local authorities.

Consumers must contact their local authorities or retailer for information concerning the correct disposal of old appliances and/or their batteries.

Compliance with the above guidelines will help protecting the environment.

11. TECHNICAL SUPPORT AND WARRANTY

Cecotec shall be liable to the end user or consumer for any lack of conformity that exists at the time of delivery of the product under the terms, conditions, and deadlines established by the applicable regulations.

It is recommended that repairs are carried out by qualified personnel.

If at any moment you detect any problem with your product or have any doubt, do not hesitate to contact the official Cecotec Technical Support Service at +34 96 321 07 28.

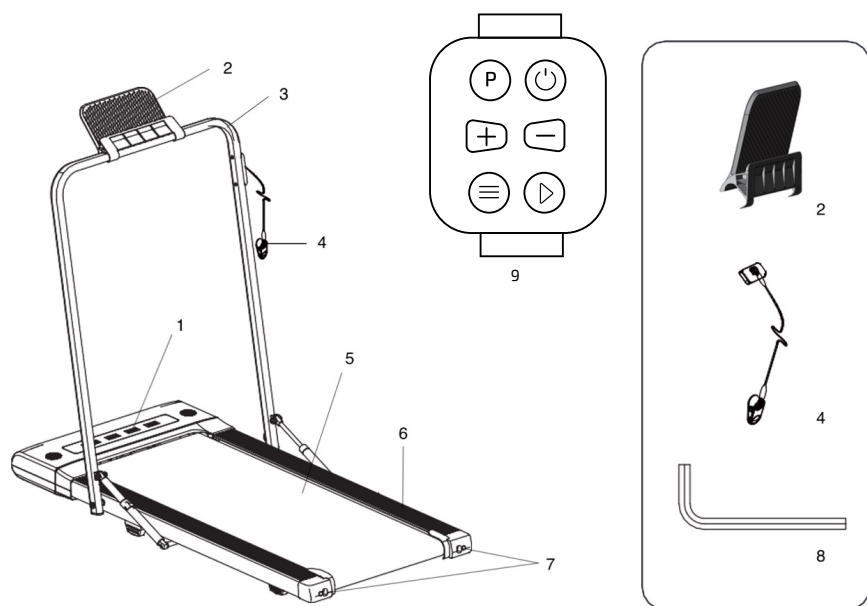
12. COPYRIGHT

The intellectual property rights over the texts in this manual belong to CECOTEC INNOVACIONES, S.L. All rights reserved. The contents of this publication may not, in whole or in part, be reproduced, stored in a retrieval system, transmitted, or distributed by any means (electronic, mechanical, photocopying, recording or similar) without the prior authorization of CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

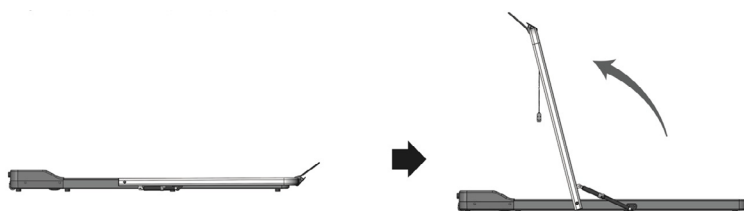
13. SIMPLIFIED EU DECLARATION OF CONFORMITY

Cecotec Innovaciones hereby declares that this treadmill, model 07123 DrumFit WayHome 600 Pad is in conformity with the Radio Equipment Directive 2014/53/EU.

The full text of the EU Declaration of Conformity can be found on the following website:
www.cecotec.es



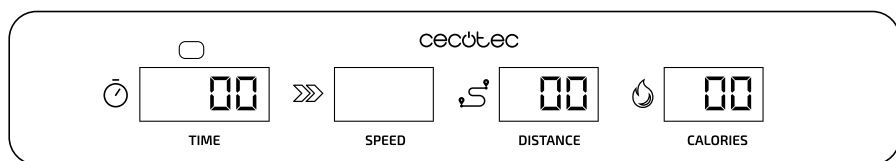
Мал. / Рис. / Fig. 1



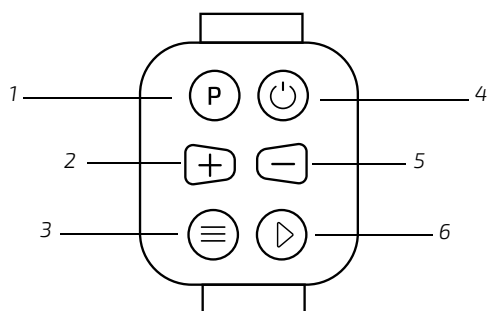
Мал. / Рис. / Fig. 2



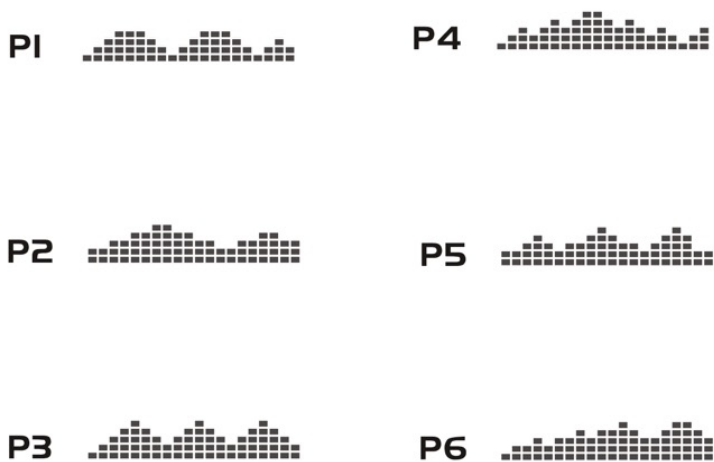
Мал. / Рис. / Fig. 3



Мал. / Рис. / Fig. 4



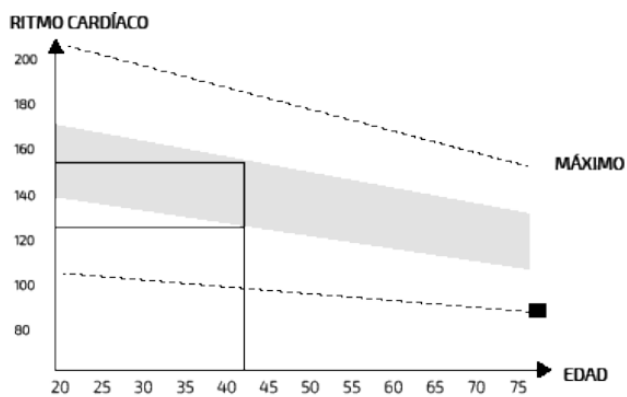
Мал. / Рис. / Fig. 5



Мал. / Рис. / Fig. 6



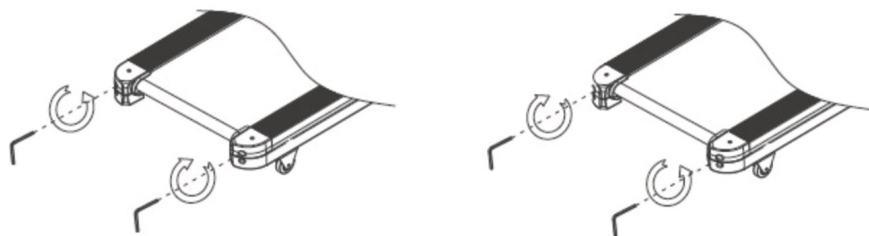
Мал. / Рис. / Fig. 7



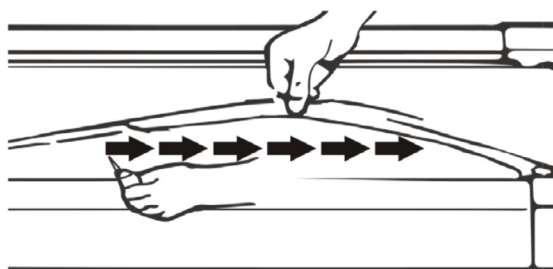
Мал. / Рис. / Fig. 8



Мал. / Рис. / Fig. 9



Мал. / Рис. / Fig. 10



Мал. / Рис. / Fig. 11

www.cecotec.es

Cecotec Innovaciones S.L.
Av. Reyes Católicos, 60
46910, Alfafar (Valencia)
AP02240131