

AGURI



***HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG
AGT-102LE***

NỘI DUNG

1. CAM KẾT CHẤT LƯỢNG SẢN PHẨM.....	3
2. HƯỚNG DẪN AN TOÀN.....	3
3. HƯỚNG DẪN AN TOÀN ĐẶC BIỆT.....	4
4. HƯỚNG DẪN LẮP ĐẶT SƠ BỘ.....	4
5. DANH MỤC CẤU HÌNH CƠ BẢN.....	5
6. HƯỚNG DẪN LẮP ĐẶT.....	6
7. CẤU TRÚC SẢN PHẨM & HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG.....	8
8. HƯỚNG DẪN VẬN HÀNH HỆ THỐNG.....	10
9. CÁC LỖI VÀ PHƯƠNG ÁN XỬ LÝ.....	15
10. ĐIỀU CHỈNH BẢNG TẢI VÀ BẢO TRÌ.....	16
11. CÁC ĐIỀU QUAN TRỌNG.....	17
12. BÀI TẬP KHỞI ĐỘNG.....	18

CAM KẾT CHẤT LƯỢNG SẢN PHẨM

Chúng tôi đảm bảo sản phẩm của chúng tôi được làm bằng các nguyên vật liệu chất lượng cao nhất. Trong điều kiện sử dụng bình thường, nếu có bất kì vấn đề gì xảy ra, chúng tôi sẽ hoàn toàn chịu trách nhiệm về sản phẩm.

Thời gian bảo hành là một năm tính từ ngày mua. Nếu có bất kì vấn đề gì về chất lượng sản phẩm bạn mua, vui lòng liên hệ với bộ phận dịch vụ khách hàng của chúng tôi trong vòng 12 tháng. Vui lòng không tự giải quyết sự cố mà không được sự cho phép của chúng tôi. Chúng tôi bảo hành các phần sau đây: Khung, dây điện, tay vịn, ống mút xốp, mô tơ, bánh xe di chuyển,...

Các trường hợp sau đây không nằm trong phạm vi được bảo hành:

- ✧ Thiệt hại do các nguyên nhân bên ngoài.
- ✧ Sử dụng các linh kiện không phải linh kiện gốc của nhà máy.
- ✧ Xử lý sai cách bởi người dùng.
- ✧ Không làm theo hướng dẫn sử dụng.
- ✧ Các phần dễ vỡ, phần ốp bao ngoài, các bộ phận khác không nằm trong danh mục bảo hành, ví dụ như băng tải.

Bảo hành này chỉ có giá trị nếu máy phục vụ cho việc sử dụng cá nhân tại nhà. Nó không phù hợp cho việc tập luyện chuyên nghiệp như ở phòng Gym.

Nếu bạn muốn mua các bộ phận không nằm trong danh mục bảo hành, vui lòng liên hệ với bộ phận dịch vụ khách hàng. Vui lòng cung cấp các thông tin sau khi mua hàng:

- ✧ Hướng dẫn sử dụng.
- ✧ Model máy.
- ✧ Mã số bộ phận.
- ✧ Chứng nhận ngày mua.

Vui lòng không gửi trả các sản phẩm cho công ty chúng tôi mà không có sự xác nhận của bộ phận dịch vụ khách hàng. Công ty chúng tôi sẽ không chi trả bất kì khoản phí nào cho sự gửi trả hàng mà không được sự cho phép của chúng tôi.

HƯỚNG DẪN AN TOÀN

Rất nhiều những câu hỏi được đưa ra, xem xét trong thiết kế và sản xuất của sản phẩm này, tuy nhiên hãy làm theo các hướng dẫn sau đây để đảm bảo an toàn và tránh mọi tai nạn:

- ✧ Vui lòng xem xét kĩ điều kiện về thể chất và quá trình tập luyện bình thường của bạn để đảm bảo bạn có đủ sức khỏe thể chất để tập luyện trên sản phẩm này. Sự nhận thức sai hoặc tập luyện quá mức sẽ không có lợi cho sức khỏe.
- ✧ Sản phẩm này không phù hợp cho trẻ em. Không tập luyện với sản phẩm này nếu cảm thấy không được khỏe về thể chất hoặc tinh thần trừ khi có người giám sát/chịu trách nhiệm. Trẻ em cần được theo dõi để đảm bảo chúng không chơi với thiết bị này.
- ✧ Sản phẩm này phù hợp cho việc tập luyện tại nhà, không phù hợp cho tập luyện nặng hoặc kiểm tra chuyên nghiệp tại phòng gym, cũng không được dùng cho mục đích y tế.
- ✧ Nếu như dây điện bị hỏng, nó phải được thay thế bởi nhà sản xuất hoặc nhân viên bảo trì chuyên nghiệp để tránh nguy hiểm.

- ✧ Vui lòng mặc quần áo bó sát vừa phải, không mặc đồ quá rộng để tránh quần áo bị móc vào máy. Đừng để trẻ em hoặc động vật lại gần máy.
- ✧ Vui lòng đặt sản phẩm lên bề mặt mịn, sạch và phẳng. Chắc chắn rằng không có vật nhọn gần đó. Giữ máy tránh xa khỏi nước và nguồn nhiệt.
- ✧ Giữ tay bạn xa khỏi các bộ phận đang di chuyển. Không đặt tay hoặc chân vào khoảng trống dưới băng tải.
- ✧ Sản phẩm này chỉ dùng cho một người trong quá trình chuyển động.
- ✧ Đảm bảo đinh ốc, đai ốc được bắt chặt sau khi lắp đặt.
- ✧ Vui lòng dùng các phụ kiện được cung cấp bởi nhà sản xuất.
- ✧ Nên có ít nhất một khoảng trống kích thước 1000 x 2000mm phía sau máy chạy khi đang sử dụng.

HƯỚNG DẪN AN TOÀN ĐẶC BIỆT

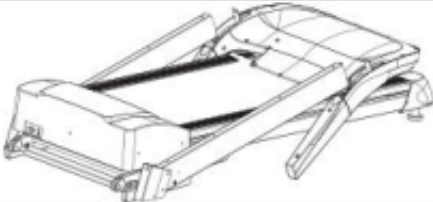
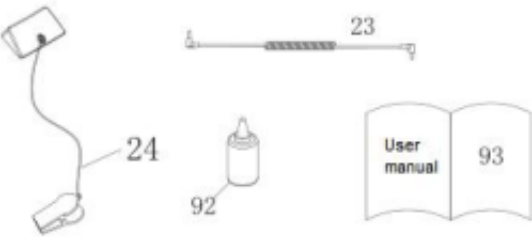
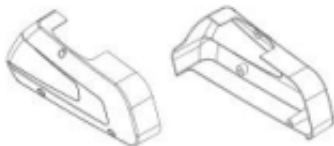
- Nguồn:

- ✧ Chọn một vị trí trong tầm với đến ổ cắm để đặt máy chạy bộ xuống. Cắm dây nguồn trực tiếp vào ổ cắm, phải cắm chặt.
- ✧ Vui lòng dùng ổ cắm chất lượng cao để tránh nguy hiểm. Nếu ổ cắm và phích cắm không tương thích với nhau, hãy để kỹ sư điện kiểm tra nó.
- ✧ Điện áp một chiều 220V-240V DC sẽ được cung cấp.
- ✧ Không để dây nguồn trên băng tải, không dùng phích cắm đã hỏng. Trước khi lau chùi và bảo dưỡng máy phải rút phích cắm khỏi ổ cắm.
- Vui lòng kiểm tra từng bộ phận trước khi sử dụng.
- Vui lòng không sử dụng sản phẩm ngoài trời với nhiệt độ cao và ánh sáng.
- Vui lòng tắt máy và rút phích cắm khi bạn rời đi.

HƯỚNG DẪN LẮP ĐẶT SƠ BỘ

- ✧ Vui lòng đọc kỹ hướng dẫn trước khi lắp ráp.
- ✧ Lấy tất cả các bộ phận của máy ra và đặt chúng lên sàn sạch, phẳng; sau đó bạn có thể kiểm tra chúng và lắp đặt một cách thuận tiện hơn.
- ✧ Kiểm tra tất cả các bộ phận đã hoàn chỉnh và đầy đủ chưa theo danh mục đóng gói hàng hóa.
- ✧ Vui lòng chú ý đến sự an toàn khi bạn dùng bộ dụng cụ lắp đặt hoặc di chuyển máy. Vui lòng không lắp đặt máy một cách tùy ý theo cách cá nhân của bạn.
- ✧ Sản phẩm phải được lắp đặt cẩn thận bởi người lớn, nếu cần thiết, hãy hỏi các chuyên gia để lắp đặt.

DANH MỤC CẤU HÌNH CƠ BẢN

Khung máy chính		
Túi đồ	24# Khóa từ an toàn 23# Dây Mp3 92# Dầu silicone 93# Sách HDSD	
Các bộ phận đa năng	7# Giá đỡ massage	
	8# Giá gấp bụng	
	18# Máy massage	
	61# Ống xóp	
43#&44# Óp nhựa trái - phải		

HƯỚNG DẪN LẮP ĐẶT

Kí hiệu:

70#: Đinh ốc M8 x 20.

73#: Đinh ốc M8 x 35.

76#: Đinh ốc M8 x 65.

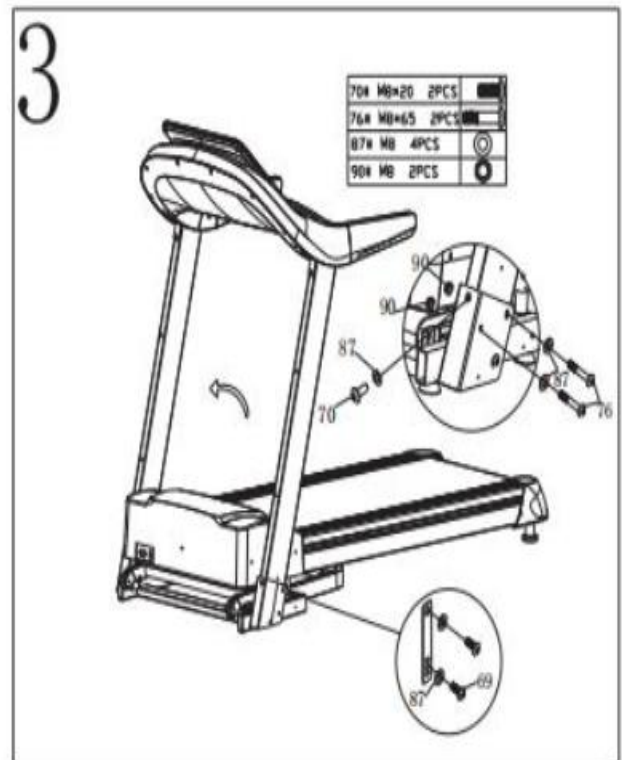
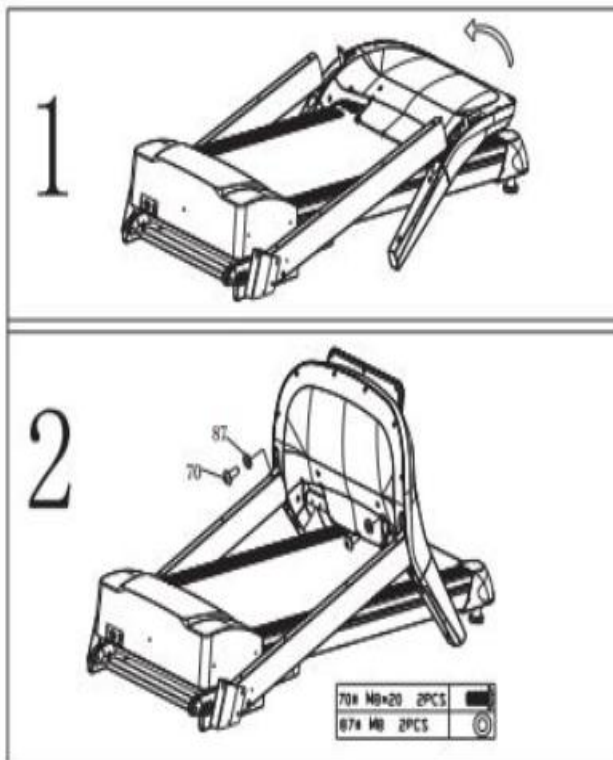
84#: Đinh vít ST4.2 x 16.

87#: Long đen phẳng M8.

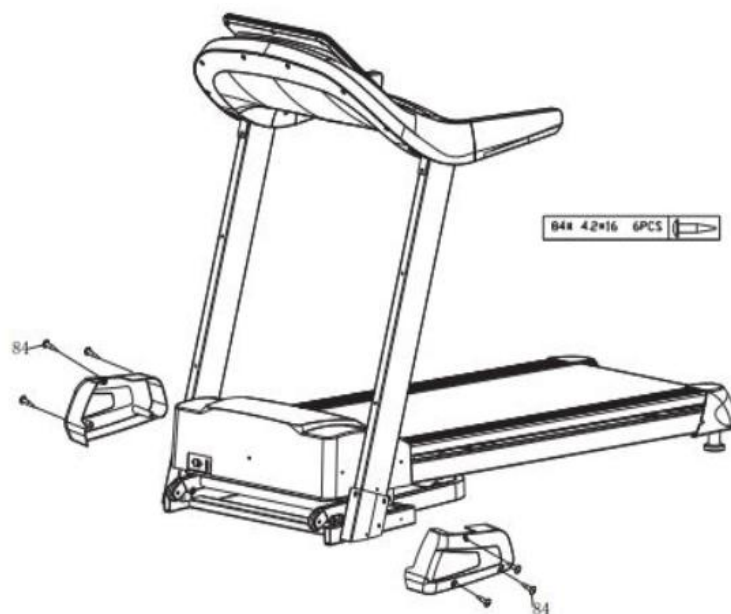
90#: Đai ốc khóa M8.

Bước 1: Lắp giá đỡ bằng điều khiển.

1. Đặt máy trên sàn phẳng, dựng cột và giá màn hình theo hình vẽ dưới đây.
2. Dùng đinh ốc 70#, long đen 87# để cố định giá màn hình và cột đỡ máy.
3. Dựng và cố định cột đỡ máy trái và phải lên khung với đinh ốc 70#, 76#, long đen 87#, đai ốc 90#.

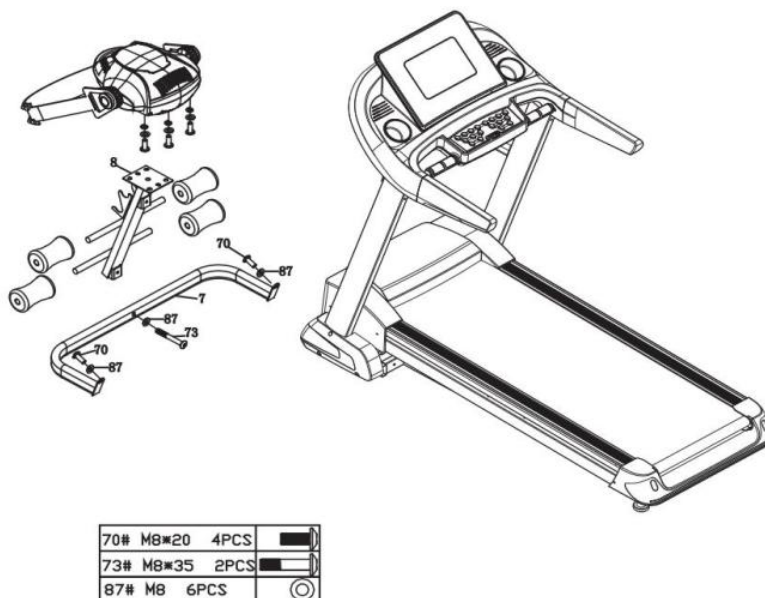


Bước 2: Lắp cột đỡ và ốp nhựa hai bên chân đế.
 Dùng đinh vít 84# để lắp ốp nhựa vào bộ đỡ.



Bước 3: Lắp các giá đỡ đa năng.

1. Lấy khung đỡ máy massage ra, cố định vào cột đỡ trái và phải bằng đinh ốc 70# và long đen 87#.
2. Lấy giá hỗ trợ gập bụng, cố định lên giá đỡ máy massage bằng đinh ốc 73#, long đen 87#.
3. Lắp máy massage lên đầu giá đỡ gập bụng với đinh ốc, long đen và miếng đệm lò xo.



Bước 4: Lắp đặt các phần khác.

Gắn khóa an toàn lên vị trí màu vàng trên giá đỡ bảng điều khiển.

Treo dây massage.

Đảm bảo tất cả các đinh ốc đều đã được siết chặt.

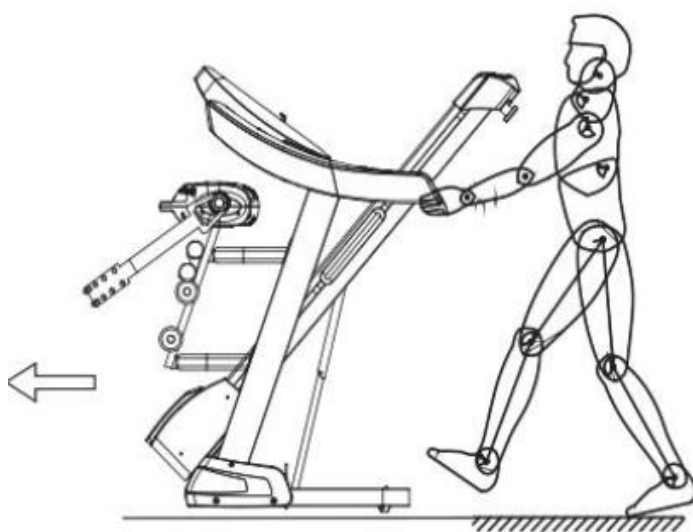
CẤU TRÚC SẢN PHẨM & HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG

Hướng dẫn di chuyển máy chạy bộ.

1. Sau khi gập máy lại, dùng chân giữ đế máy, sau đó nắm lấy phần tay vịn của máy kéo mạnh nghiêng máy ra phía sau.

2. Di chuyển toàn bộ máy chạy.

Sau khi gập, hãy di chuyển đến một vị trí mà trẻ em không hay chơi, và tránh cho trẻ chạm vào thanh chống thủy lực, nó có thể mở công tắc khóa và rơi xuống gây tai nạn.

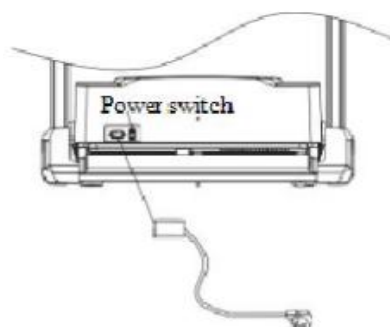


Hướng dẫn sử dụng.

Bạn phải sử dụng ổ cắm điện có dây nối đất để đảm bảo an toàn khi bạn sử dụng máy chạy bộ.

1. Cắm điện và bật công tắc nguồn (đèn chuyển sang màu đỏ), âm thanh “Di” sẽ xuất hiện trên màn hình bảng điều khiển. Gắn khóa từ an toàn lên khu vực màu vàng của bảng điều khiển và máy chạy bộ sẽ hoạt động một cách bình thường. Hãy kẹp chặt khóa từ an toàn trên quần áo khi sử dụng.

2. Để tránh tai nạn xảy ra trên máy chạy bộ, khóa từ an toàn có thể được kéo bật ra bất cứ lúc nào và động cơ dừng hoạt động ngay lập tức. Vui lòng đặt lại vị trí khóa từ an toàn và khởi động lại chương trình nếu bạn muốn sử dụng lại.

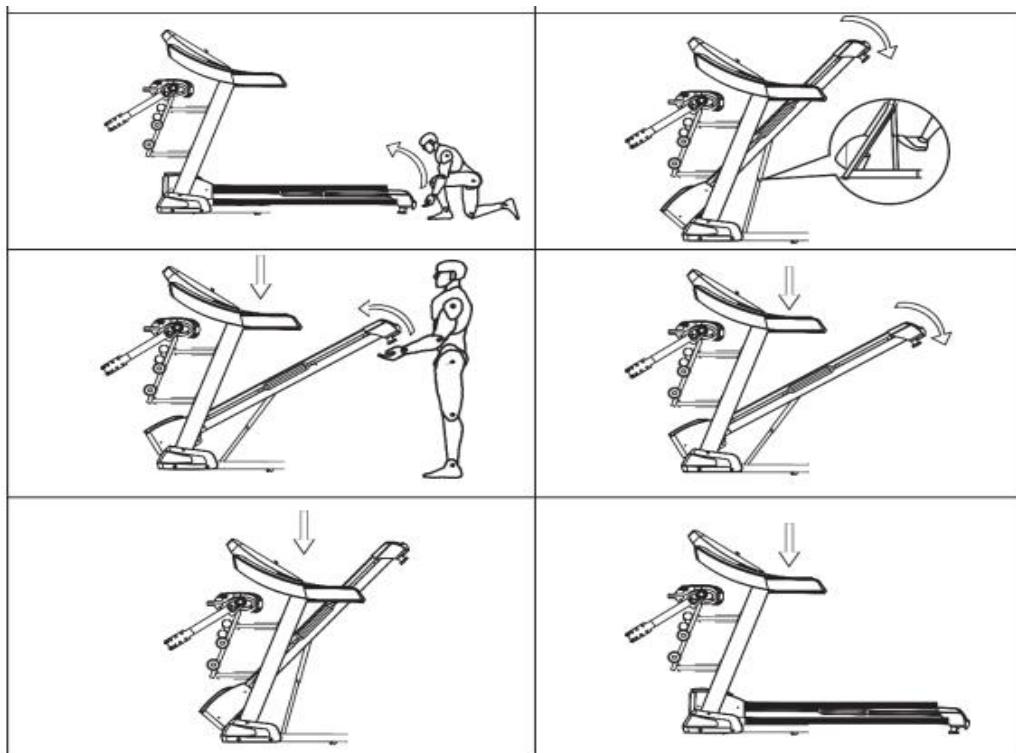


- **Gập máy chạy bộ lên**

Gập máy chạy bộ để tiết kiệm không gian. Trước khi gập, vui lòng tắt công tắc nguồn và rút phích cắm. Nâng phần ván chạy cho đến vị trí cao nhất cho đến khi nó được giữ bằng thanh chống thủy lực.

- **Hạ máy chạy bộ xuống**

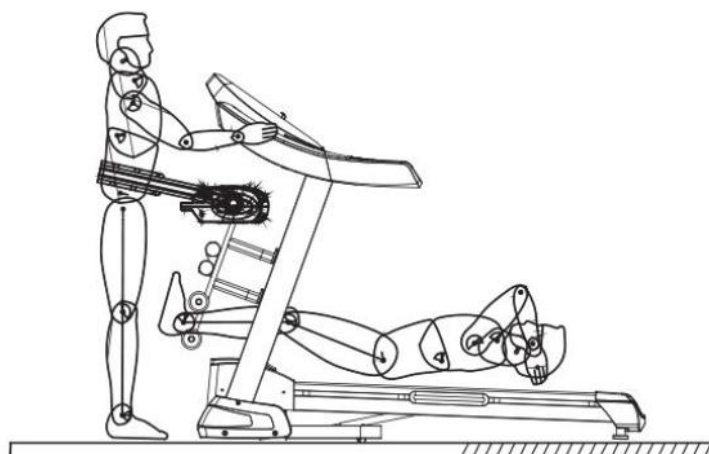
Như trong hình, dùng chân ấn vào phần công tắc nhựa trên thanh chống thủy lực, tấm ván chạy sẽ từ từ rơi xuống đất. Hãy cẩn thận, đừng để trẻ con bạn lại gần trong trường hợp này.



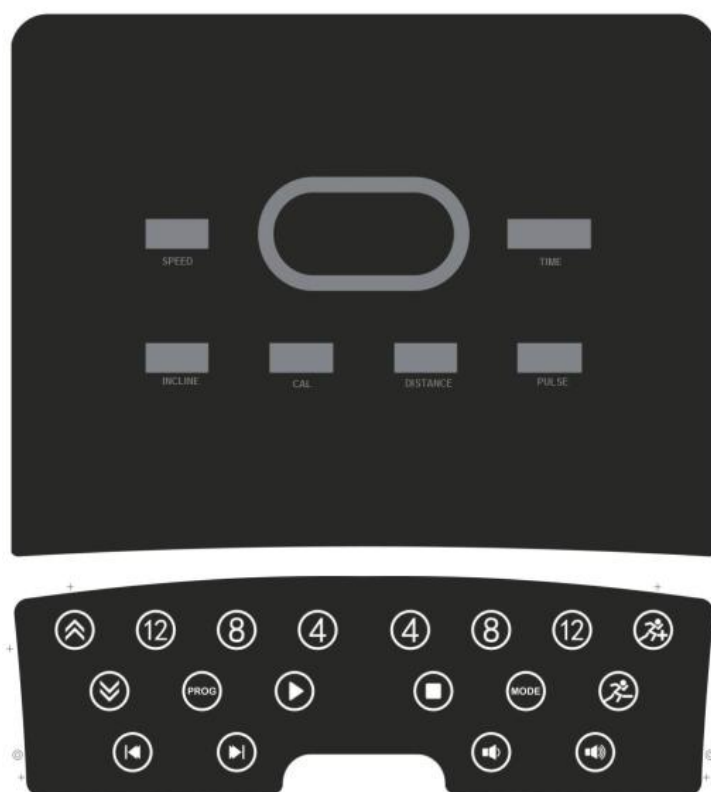
Hướng dẫn sử dụng máy massage.

Bạn phải sử dụng ổ cắm điện có dây nối đất để đảm bảo an toàn khi bạn sử dụng máy massage. Vui lòng không gập khung ván chạy lên khi sử dụng máy massage, để tránh trường hợp máy bị lật về phía trước trong toàn bộ quá trình massage.

Bạn có thể thực hiện động tác gập bụng bằng cách nằm lên ván chạy và móc chân vào giá hỗ trợ gập bụng.



HƯỚNG DẪN VẬN HÀNH HỆ THỐNG



I. Các thông số chính.

Tốc độ tối thiểu: 0.8 km/h.

Tốc độ tối đa: 20km/h.

Biên độ điều chỉnh độ dốc: 0 ~ 15%.

Thời gian tối đa của chế độ đếm ngược thời gian: 99 phút.

Thời gian tối thiểu của chế độ đếm ngược thời gian: 8 phút.

Quãng đường tối đa của chế độ đếm ngược quãng đường: 99 km.

Quãng đường tối thiểu của chế độ đếm ngược quãng đường: 1 km.

Mức tiêu thụ calo tối đa của chế độ đếm ngược calo: 990 calo.

Mức tiêu thụ calo tối thiểu của chế độ đếm ngược calo: 20 calo.

Thời gian tối thiểu của 1 chương trình tự động (P1~P12): 8 phút.

Thời gian tối đa của 1 chương trình tự động (P1~P12): 99 phút.

II. Mô tả các cửa sổ trên màn hình hiển thị.

Trên màn hình điện tử sẽ hiển thị các cửa sổ sau:

Cửa sổ tốc độ (Speed):

1. Trong quá trình chạy, giá trị tốc độ của chuyển động được hiển thị.
2. Hiển thị giá trị tốc độ phân khúc đầu của mỗi chương trình tự động.
3. Hiển thị tên tham số trong chương trình kiểm tra chất béo.

Cửa sổ thời gian (Time):

1. Trong quá trình chạy, giá trị thời gian của chuyển động được hiển thị.
2. Hiển thị thời gian cài đặt cho các chương trình, chế độ chạy.
3. Hiển thị giá trị của các tham số trong chương trình kiểm tra chất béo.

Cửa sổ quãng đường (Distance):

1. Trong quá trình chạy, giá trị quãng đường của chuyển động được hiển thị.

Cửa sổ calo (CAL):

1. Trong quá trình chạy, hiển thị lượng calo được tiêu thụ.
2. Hiển thị chương trình từ P1-P12.

Cửa sổ nhịp tim (PULSE):

1. Hiển thị giá trị nhịp tim tương ứng sau khi nắm vào bảng cảm biến nhịp tim ở phía trên bằng cả hai tay.

Cửa sổ độ dốc (INCLINE):

1. Trong quá trình chạy, giá trị độ dốc của chuyển động được hiển thị.
2. Hiển thị giá trị độ dốc phân khúc đầu của mỗi chương trình tự động.

III. Các phím chức năng.

Phím bắt đầu .

Phím tạm dừng .

Phím nhanh tốc độ (4,8,12).

Phím nhanh độ dốc (4,8,12).

Phím tăng/giảm tốc độ.

Phím tăng/giảm độ dốc.

Phím tăng/giảm âm thanh.

Phím chuyển bài hát trước/sau.

Phím chương trình “Program”.

Phím chọn các chế độ “Mode”.

IV. Hướng dẫn sử dụng các phím chức năng.

✧ **Phím bắt đầu**  “Start” : Bắt đầu hoạt động motor.

Khi nguồn đã được bật và khóa từ đã được gắn, từ màn hình chờ ban đầu ấn phím này để bắt đầu hoạt động chạy của máy.

✧ **Phím tạm dừng**  : Dừng hoạt động motor.

1. Khi màn hình điện tử đang chạy, bấm phím này để dừng hoạt động của motor. Sau khi motor dừng hoạt động hoàn toàn, tất cả dữ liệu sẽ bị xóa và trở lại chế độ thủ công ban đầu.
2. Ở chế độ cài đặt thông số, ấn phím này để thoát khỏi chế độ cài đặt thông số, quay lại chế độ thủ công ban đầu.

✧ **Phím chương trình “Program”.**

Trình tự hiển thị khi bấm phím chương trình “Program”: Chế độ vận hành thủ công (mặc định ban đầu-màn hình chờ) → chương trình tự động (lần lượt P1-P12) → chương trình kiểm tra chất béo → chế độ vận hành thủ công.

1. Khi màn hình ở chế độ vận hành thủ công hoàn toàn, ấn phím “Program” để lần lượt vào chọn các chương trình tự động từ P1 đến P12 (kí hiệu P1-P12 hiện ra tại cửa sổ CAL).
2. Tiếp tục bấm phím “Program” cho đến khi chuyển sang chương trình kiểm tra chất béo (kí hiệu “FAT” hiện ra ở cửa sổ thời gian (Time)).

✧ **Phím Mode: Chọn chế độ đếm ngược.**

1. Khi màn hình hiển thị ở trạng thái chờ, bấm phím này để vào cài đặt chế độ tập đếm ngược (chế độ tập với mục tiêu sẵn).

Trình tự hiển thị khi bấm phím “Mode”: Từ màn hình chờ → chế độ tập đếm ngược thời gian → chế độ tập đếm ngược khoảng cách → chế độ tập đếm ngược calo → quay lại màn hình chờ ban đầu.

2. Ở trong trạng thái của chương trình kiểm tra độ béo, ấn phím này để luân phiên cài đặt các tham số.

Trình tự hiển thị tham số khi bấm “Mode”: cài đặt tham số giới tính → tuổi → chiều cao → cân nặng → ra kết quả chỉ số kiểm tra độ béo.

✧ **Phím tăng/giảm tốc độ.**

1. Dùng phím này để điều chỉnh tăng/giảm tốc độ trong quá trình chạy.
2. Dùng phím này để điều chỉnh độ lớn của các tham số trong trạng thái cài đặt tham số.

✧ **Phím tăng/giảm độ dốc.**

1. Dùng phím này để điều chỉnh tăng/giảm độ dốc trong quá trình chạy.
2. Dùng phím này để điều chỉnh độ lớn của các tham số trong trạng thái cài đặt tham số.

✧ **Phím nhanh “tốc độ”.**

Chọn trực tiếp trị giá tốc độ chạy trong quá trình đang chạy.

✧ **Phím nhanh “độ dốc”.**

Chọn trực tiếp trị giá độ dốc trong quá trình đang chạy.

✧ **Phím tăng/giảm âm thanh.**

Bấm phím này để điều chỉnh âm lượng các bài hát trong USB.

V. Mô tả các chế độ/chương trình chuyển động.

A. Chế độ điều khiển thủ công:

Chế độ mặc định khi khởi động màn hình, ấn phím “Start” để vào bắt đầu chạy.

Mô tả hoạt động: Tốc độ ban đầu là 0.8km/h; thời gian, quãng đường, calo sẽ bắt đầu đếm từ 0. Trong quá trình chạy, có thể điều chỉnh giá trị tốc độ và độ dốc bằng các phím tăng giảm.

B. Chế độ tập đếm ngược (Chế độ tập với mục tiêu sẵn).

1. Để vào chế độ tập đếm ngược thời gian:

Từ màn hình điều khiển thủ công, bấm phím “Mode” để chọn chế độ tập đếm ngược thời gian, thời gian hiển thị mặc định là 30:00 phút và sẽ nhấp nháy yêu cầu có thể điều chỉnh tăng giảm thời gian, dải cài đặt từ 8:00 phút đến 99:00 phút, ấn phím “Start” để bắt đầu chạy. Tốc độ ban đầu sẽ là 0.8km/h, thời gian sẽ bắt đầu đếm ngược từ giá trị cài đặt, khoảng cách và calo sẽ được đếm từ 0; trong quá trình chạy tốc độ và độ dốc có thể được điều chỉnh bằng các phím tăng giảm. Khi thời gian cài đặt đếm ngược về 00:00, chuyển động sẽ được dừng lại.

2. Để vào chế độ tập đếm ngược quãng đường:

Ấn phím “Mode” cho đến khi vào được chế độ tập đếm ngược quãng đường, quãng đường hiển thị mặc định là 1.0 km và sẽ nhấp nháy yêu cầu có thể điều chỉnh tăng giảm quãng đường, dải cài đặt từ 1.0 km đến 99.0 km, ấn phím “Start” để bắt đầu chạy. Tốc độ ban đầu sẽ là 0.8km/h, quãng đường sẽ bắt đầu đếm ngược từ giá trị cài đặt, thời gian và calo sẽ được đếm từ 0; trong quá trình chạy tốc độ và độ dốc có thể được điều chỉnh bằng các phím tăng giảm. Khi quãng đường cài đặt đếm ngược về 00:00, chuyển động sẽ được dừng lại.

3. Để vào chế độ tập đếm ngược Calo:

Ấn phím “Mode” cho đến khi vào được chế độ tập đếm ngược calo, calo hiển thị mặc định là 50 calo và sẽ nhấp nháy yêu cầu có thể điều chỉnh tăng giảm calo, dải cài đặt từ 20 calo đến 990 calo, ấn phím “Start” để bắt đầu chạy. Tốc độ ban đầu sẽ là 0.8km/h, calo sẽ bắt đầu đếm ngược từ giá trị cài đặt, thời gian và quãng đường sẽ được đếm từ 0; trong quá trình chạy tốc độ và độ dốc có thể được điều chỉnh bằng các phím tăng giảm. Khi calo cài đặt đếm ngược về 00:00, chuyển động sẽ được dừng lại.

C. Chế độ tập theo chương trình tự động.

Từ màn hình thủ công (mặc định) ban đầu, ấn phím “Program” để hiển thị chương trình tập luyện tự động mong muốn (P1~P12). Cửa sổ thời gian sẽ hiển thị 30:00 phút và nhấp nháy (có thể tăng giảm giá trị bằng phím tăng giảm tốc độ/độ dốc trong phạm vi 8:00 ~ 99:00 phút). Bấm phím “Start” để bắt đầu chạy.

Mỗi chương trình chạy được chia thành 20 giai đoạn có thời gian bằng nhau, mỗi giai đoạn có giá trị tốc độ và độ dốc xác định; thời gian sẽ được đếm ngược bắt đầu từ giá trị cài đặt, quãng đường và calo được đếm từ 0. Ở mỗi giai đoạn đều có thể chủ động can thiệp và điều chỉnh trực tiếp giá trị tốc độ và độ dốc bằng các phím tăng giảm, khi chuyển sang giai đoạn tiếp theo, tốc độ và độ dốc sẽ tự động điều chỉnh về giá trị được cài đặt sẵn của nó.

VI. Chương trình kiểm tra độ béo.

Để vào chương trình kiểm tra độ béo, từ màn hình chờ bấm phím “Program” cho đến khi hiển thị chương trình (kí hiệu “FAT” hiện ra ở cửa sổ thời gian (Time)), sau đó bấm “Mode” để truy cập vào.

Hướng dẫn sử dụng: Sau khi bấm “Mode” để truy cập vào, cửa sổ “speed” sẽ hiển thị tên tham số, cửa sổ “time” sẽ hiển thị giá trị tham số để điều chỉnh. Bấm “Mode” để luân phiên chọn các tham số.

Tham số đầu tiên là giới tính (F1): giá trị mặc định ban đầu là 1 (chọn 1 là nam, 2 là nữ).

Tham số thứ hai là độ tuổi (F2): giá trị mặc định ban đầu là 25 (chọn từ 10 đến 99 tuổi).

Tham số thứ ba là chiều cao (F3): giá trị mặc định là 170 (chọn từ 100 đến 220 cm).

Tham số thứ tư là trọng lượng (F4): giá trị mặc định là 70 (chọn từ 20 đến 150 kg).

Tham số thứ năm (F5) là kết quả chỉ số chất béo đo được.

Tham khảo chỉ số chất béo đo được:

< 19: Thiếu cân 26~29: Thừa cân

20~25: Chuẩn >30: Béo phì

VII. Mô tả chức năng đo nhịp tim.

Dùng hai lòng bàn tay nắm vào vị trí miếng thép đo nhịp tim ở cả hai bên của thành chắn đỡ tay, sau 5 giây chỉ số nhịp tim đầu tiên sẽ hiện ra; tiếp tục nắm trong 30 giây, chỉ số nhịp tim sẽ thay đổi dần dần và tiệm cận giá trị chính xác nhất.

Các nguyên nhân có thể gây ảnh hưởng đến kết quả đo không đều hoặc không chính xác.

1. Nắm tay quá chặt, nên dùng một lực vừa phải.
2. Vừa chạy vừa nắm, nên đứng trên thành chắn hai bên để thử nghiệm đo nhịp tim hoặc dùng hẳn máy lại trước khi đo.
3. Một người có bàn tay quá khô ráp hoặc quá dày.

BẢNG THÔNG SỐ 12 CHƯƠNG TRÌNH CHẠY TỰ ĐỘNG

Phân khúc Chương trình		Tổng thời gian cài đặt/20 = Thời gian cài đặt của mỗi phân khúc (giai đoạn) chạy																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	Tốc độ	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	Độ dốc	0	7	7	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4
P2	Tốc độ	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
	Độ dốc	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P3	Tốc độ	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	Độ dốc	0	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12	12	5	5	5	12
P4	Tốc độ	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	Độ dốc	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P5	Tốc độ	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	Độ dốc	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P6	Tốc độ	2	4	3	4	5	4	8	7	6	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
	Độ dốc	0	2	3	4	5	6	7	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6
P7	Tốc độ	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	Độ dốc	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9	9	9	8	7	6	5	4	3	2	2
P8	Tốc độ	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	Độ dốc	0	3	3	5	5	7	7	9	9	7	7	5	5	3	3	3	3	5	5	7
P9	Tốc độ	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	Độ dốc	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
P10	Tốc độ	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	Độ dốc	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P11	Tốc độ	3	4	5	9	5	9	5	5	5	9	5	5	5	5	9	9	8	7	6	3
	Độ dốc	9	8	7	6	5	4	3	3	4	5	6	7	8	9	9	8	7	6	5	4
P12	Tốc độ	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	6	6	9	9	5	5	4	3
	Độ dốc	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4

CÁC LỖI VÀ PHƯƠNG ÁN XỬ LÝ

Lỗi và mã lỗi	Nguyên nhân	Giải quyết
E01	Kết nối kém giữa màn hình hiển thị và mạch điều khiển.	1. Kiểm tra lại kết nối. 2. Kiểm tra và thay mạch điều khiển.
E02	Bảo vệ cháy nổ.	1. Kiểm tra và thay motor, kiểm tra kết nối đầu cuối. 2. Dây điện bị hỏng, thay thế dây điện hoặc mạch điều khiển.
E05	Bảo vệ quá dòng.	1. Quá tải. 2. Tra dầu thêm cho băng tải. 3. Thay thế motor bị hỏng.
E06	Lỗi tự kiểm tra của mạch điều khiển.	Thay mạch điều khiển.
E07	Lỗi thông số.	Thay thế mạch điều khiển hoặc nạp lại thông số.

Sản phẩm được thiết kế đáng tin cậy và dễ sử dụng. Nếu bạn có vấn đề, xin vui lòng đọc các thông tin sau đây một cách cẩn thận:

1. Vấn đề: Bảng điện tử không hiển thị.

Giải pháp: Kiểm tra xem dây nguồn đã được cắm chưa, phích cắm có bị lỏng không và công tắc nguồn đã được bật chưa.

2. Sự cố: Mất điện đột ngột trong quá trình sử dụng.

Giải pháp: Kiểm tra xem dây nguồn có được kết nối an toàn không và bộ bảo vệ quá dòng có bị ngắt kết nối không.

3. Vấn đề: Khi máy chạy bộ di chuyển lên xuống, nó đột nhiên đóng lại.

Giải pháp: Kiểm tra xem dây nguồn kết nối với ổ cắm có đủ dài không.

4. Vấn đề: Băng tải chạy không ở giữa.

Giải pháp: Kiểm tra xem máy chạy bộ có được đặt trên bề mặt phẳng không và băng tải chạy có được điều chỉnh không. Tham khảo quá trình điều chỉnh của băng tải.

Nếu vấn đề không nằm trong các vấn đề trên và bạn không chắc chắn cách giải quyết, vui lòng liên hệ với chúng tôi kịp thời, vui lòng không xử lý riêng.

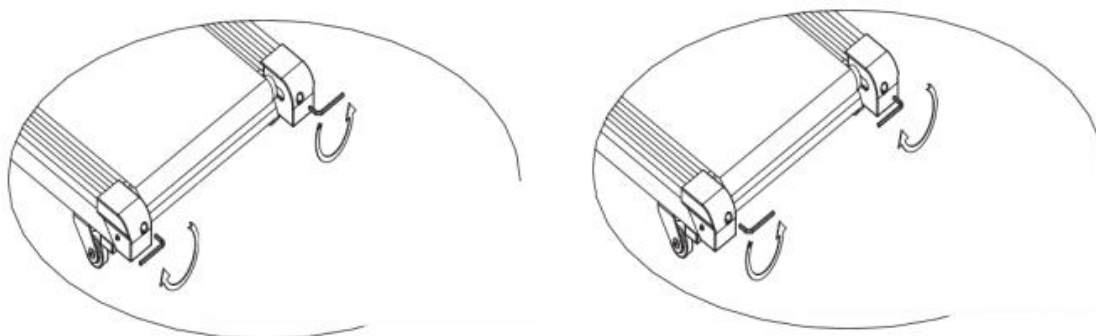
ĐIỀU CHỈNH BĂNG TẢI VÀ BẢO TRÌ

1. Điều chỉnh băng tải:

Khi băng tải bị lệch khỏi vị trí cân bằng khoảng 5mm, cần được điều chỉnh lại ngay.

Điều chỉnh bằng cách vừa cho băng tải chạy vừa dùng bộ lực để điều chỉnh đỉnh ốc như hình vẽ

- ✧ Nếu băng tải bị lệch sang trái: Dùng bộ lực để vặn đỉnh ốc trái theo chiều kim đồng hồ hoặc vặn đỉnh ốc phải ngược chiều kim đồng hồ.
- ✧ Nếu băng tải bị lệch sang phải: Dùng bộ lực để vặn đỉnh ốc phải theo chiều kim đồng hồ hoặc vặn đỉnh ốc trái ngược chiều kim đồng hồ.



2. Lau chùi.

Thường xuyên vệ sinh sẽ kéo dài tuổi thọ máy của bạn.

Cảnh báo! Để tránh bị điện giật, hãy đảm bảo nguồn điện cho máy chạy bộ bị TẮT và thiết bị được rút ra khỏi ổ cắm điện trên tường trước khi thử làm sạch hoặc bảo trì.

Sau mỗi buổi tập: lau sạch bảng điều khiển và các bề mặt khác máy chạy bộ bằng một miếng vải mềm, làm ẩm bằng nước để loại bỏ mồ hôi dư thừa.

3. Dầu bôi trơn.

Khuyến cáo rằng ván sà nên được kiểm tra định kỳ để bôi trơn (khoảng 03 tháng một lần), mỗi lần tra dầu băng tải khoảng 20 gram.

Cơ chế: Tra dầu thông qua lỗ nằm trên thanh chắn như hình vẽ.



NHỮNG ĐIỀU QUAN TRỌNG

Cảnh báo:

Hãy nói chuyện với bác sĩ của bạn trước khi bạn bắt đầu một chương trình tập thể dục. Hãy chắc chắn tham khảo ý kiến bác sĩ hoặc chuyên gia trước khi bạn bắt đầu nếu bạn trên 35 tuổi hoặc cảm thấy không khỏe, hoặc đây là lần đầu tiên bạn tập. Vui lòng làm theo hướng dẫn để cài đặt và sử dụng sản phẩm này.

Chú ý:

- ✧ Chọn địa điểm sáng và thông thoáng để lắp đặt máy.
- ✧ Giữ trẻ em và thú cưng xa khỏi máy chạy. Không để trẻ một mình trong phòng có máy chạy.
- ✧ Không đặt máy tại nơi ẩm ướt. Nó sẽ gây ra sự cố.
- ✧ Không mặc quần áo quá dài hoặc quá thùng thình cho các bài tập thể dục của bạn. Thường mang giày chạy bộ hoặc giày tập thể dục có đế cao su.
- ✧ Để an toàn, vui lòng kiểm tra ốc vít và các phụ kiện khác trên máy chạy bộ đã chắc chắn chưa trước khi sử dụng.
- ✧ Làm nóng trước khi tập thể dục để ngăn chặn chấn thương.
- ✧ Nếu bạn cảm thấy chóng mặt, buồn nôn, tức ngực hoặc các triệu chứng bất thường khác trong quá trình tập, hãy ngừng tập ngay lập tức và tham khảo ý kiến bác sĩ chuyên môn nếu cần thiết.
- ✧ Vui lòng sử dụng máy chạy bộ dưới sự hướng dẫn của bác sĩ y tế chuyên nghiệp cho người khuyết tật.

BÀI TẬP KHỞI ĐỘNG

Tốt nhất nên có một vài bài tập khởi động. Khởi động từ 5 -10 phút để làm nóng và kéo giãn cơ. Sau đó dừng lại và theo phương pháp dưới đây, thực hiện mỗi động tác 5 lần, tập mỗi chân 10 giây hoặc nhiều hơn. Sau khi chạy, tập luyện thêm các bài tập làm căng cơ.

1. Cúi người.

Trùng gối và từ từ cúi người ra phía trước, thả lỏng lưng và vai, kéo tay chạm tới các ngón chân. Giữ nguyên tư thế từ 10-15 giây và thả lỏng. Lặp lại động tác 3 lần (Hình 1).

2. Kéo giãn các khớp.

Ngồi trên đệm sạch, duỗi một chân thẳng, chân còn lại gấp và hướng vào chân kia. Kéo tay chạm tới các ngón chân. Giữ nguyên động tác từ 10-15 giây sau đó thả lỏng. Lặp lại động tác 3 lần (Hình 2).

3. Dẫn cơ chân và bàn chân.

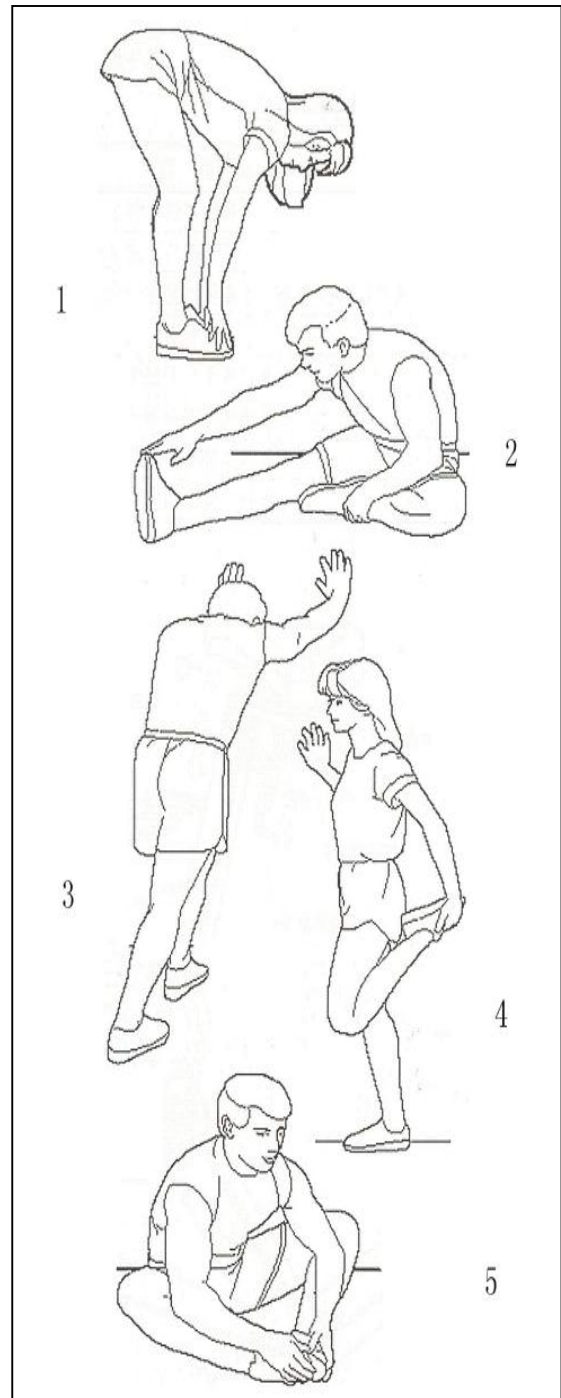
Đứng với tư thế đẩy hai tay vào tường hoặc thân cây, một chân ở đằng sau. Giữ thẳng chân và gót chân trên mặt đất, đầu hướng cúi vào tường. Giữ từ 10-15 giây và thả lỏng. Lặp lại động tác 3 lần với mỗi chân (Hình 3).

4. Kéo giãn cơ.

Tay trái chạm vào bàn hoặc tường để giữ thăng bằng, từ từ nâng chân phải sao cho gót chân chạm hông và cảm thấy cơ đùi căng ra. Giữ 10-15 giây. Lặp lại động tác 3 lần với mỗi chân (Hình 4).

5. Kéo giãn các cơ bàn chân và ngón chân.

Ngồi đối diện với bàn chân và gót chân. Kéo bàn chân hướng về mặt. Giữ 10-15 giây và thả lỏng. Lặp lại động tác.





HƯỚNG DẪN KÍCH HOẠT BẢO HÀNH ĐIỆN TỬ

(Cho điện thoại)



BƯỚC 1

Sử dụng phần mềm bất kỳ để quét mã vạch trên Thiệp cảm ơn đi kèm trong thùng sản phẩm (vd: Barcode, Viber, Momo,...).



BƯỚC 2

Sau khi quét mã thành công, phần mềm sẽ tự động chuyển đến link trang web baohanh.aguri.com.vn



BƯỚC 3

Điền đầy đủ thông tin vào trường “Kích hoạt bảo hành điện tử” (mã kích hoạt là dòng mã được dán bên dưới mã QR code trên Thiệp cảm ơn) và nhấn “Kích hoạt”.



BƯỚC 4

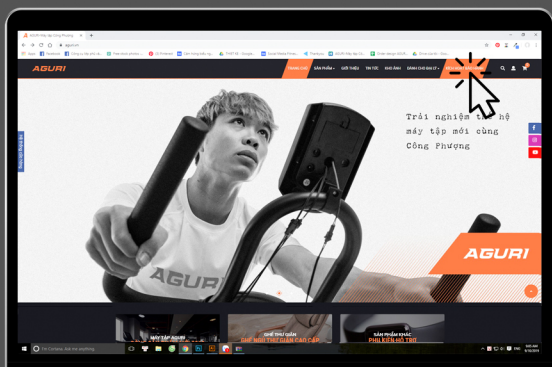
Sau khi nhấn nút “Kích hoạt”, phần mềm sẽ hiển thị thông báo kích hoạt thành công, hệ thống sẽ lưu thông tin bảo hành của bạn và bạn đã hoàn tất kích hoạt bảo hành điện tử.

HOTLINE: 0983 365 635

AGURI
Key for life

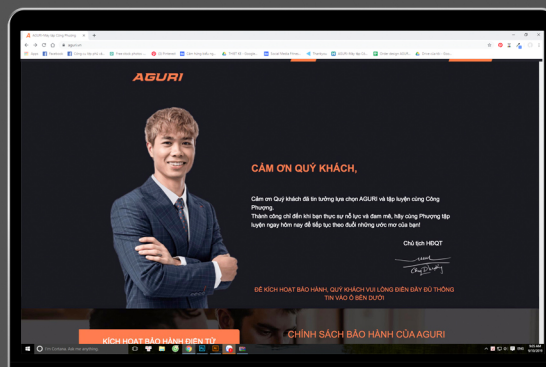


HƯỚNG DẪN KÍCH HOẠT BẢO HÀNH ĐIỆN TỬ (Cho máy tính)



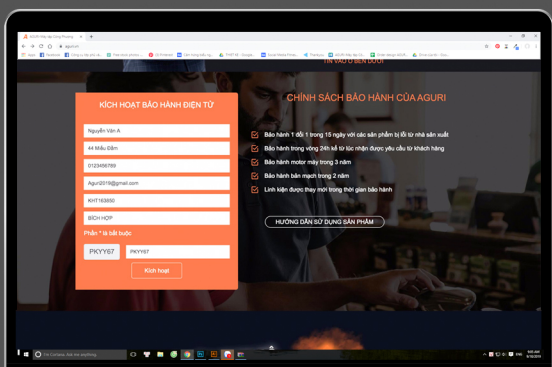
BƯỚC 1

- Truy cập vào trang web <https://aguri.vn>
- Tại trang chủ của AGURI, click vào phần “Kích hoạt bảo hành” trên thanh Menu.



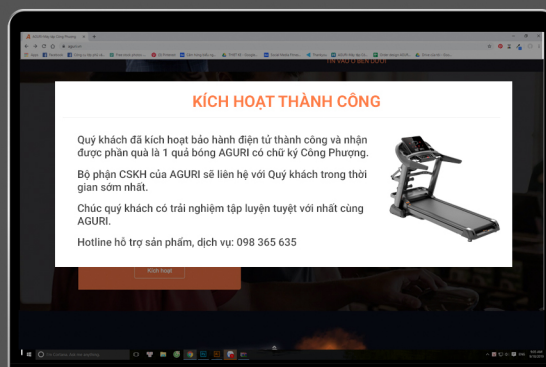
BƯỚC 2

Tại trang Kích hoạt bảo hành, nhấn chuột xuống dưới trường “Kích hoạt bảo hành điện tử” màu cam.



BƯỚC 3

Điền đầy đủ thông tin vào trường “Kích hoạt bảo hành điện tử” (mã kích hoạt là dòng mã được dán bên dưới mã QR code trên Thiệp cảm ơn) và nhấn “Kích hoạt”.



BƯỚC 4

Sau khi nhấn nút “Kích hoạt”, phần mềm sẽ hiển thị thông báo kích hoạt thành công, hệ thống sẽ lưu thông tin bảo hành của bạn và bạn đã hoàn tất kích hoạt bảo hành điện tử.

AGURI

CÔNG TY CỔ PHẦN NERO

- Add: Số 44 Miếu Đàm, P. Mễ Trì, Q. Nam Từ Liêm, Hà Nội
- Phone number : 0983. 365. 635
- Email: CSKH.aguri@gmail.com
- Website: aguri.vn