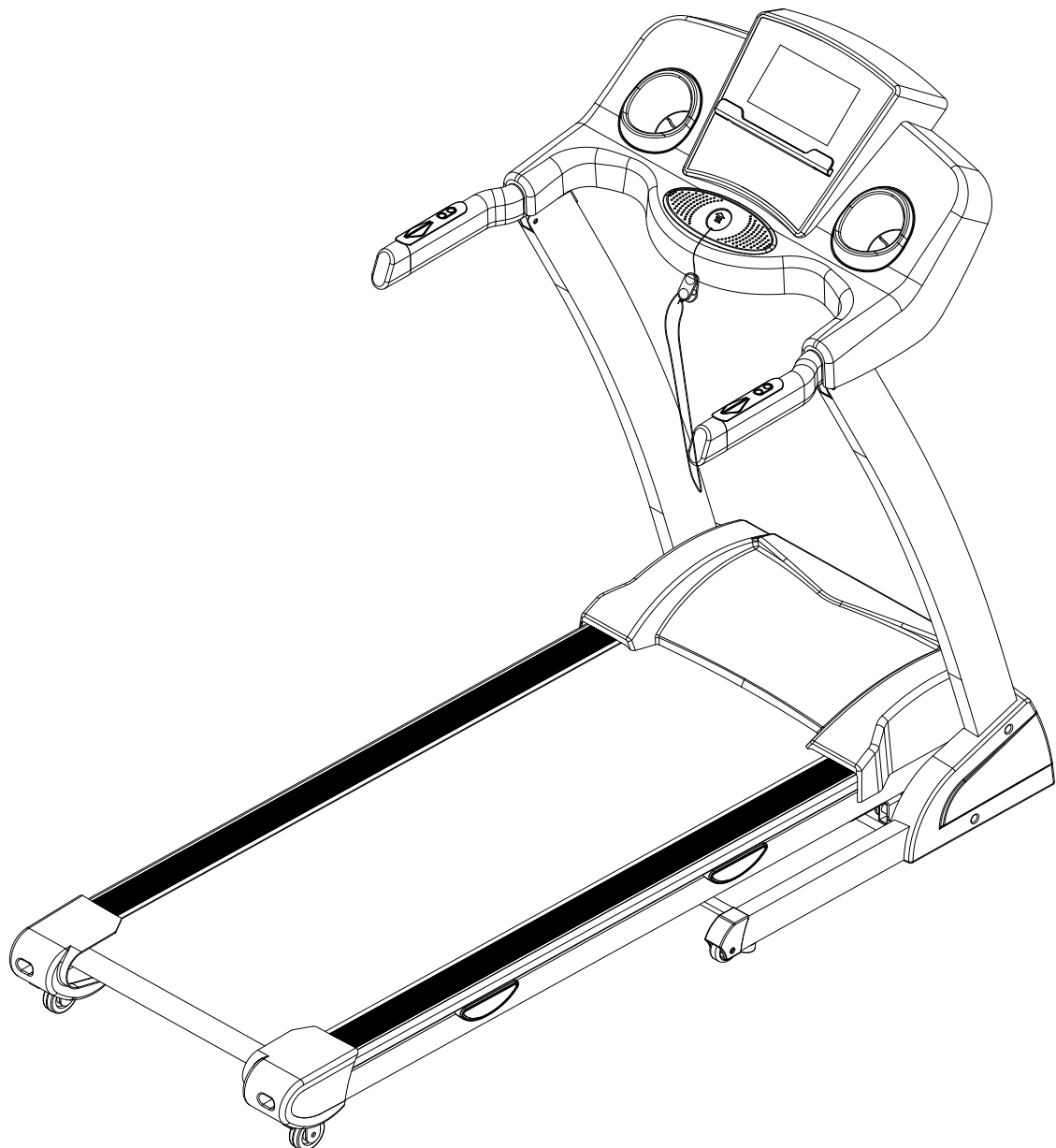


# X-FERFIT

## 435 Runner



# SISÄLLYS

<b>SISÄLLYS</b>	1
<b>VARO-OHJEET</b>	2
<b>ASENNUS</b>	4
<b>KOKOONTAITTAMINEN</b>	7
<b>MAADOITUS</b>	8
<b>KÄYTTÖ</b>	9
<b>HARJOITUKSIA</b>	15
<b>VENYTTELY</b>	16
<b>KUNNOSSAPITO</b>	17
<b>JUOKSMATON SÄÄDÖT</b>	18
<b>YLEISKAAVIO</b>	19
<b>OSALUETTELO</b>	20
<b>VIKAKOODIT</b>	23

# TÄRKEITÄ OHJEITA

## VAARA:

**Keskustele ennen kunto-ohjelman aloittamista lääkärisi kanssa. Tämä on erityisen tärkeää, jos olet yli 35-vuotias tai sinulla on terveysongelmia.**

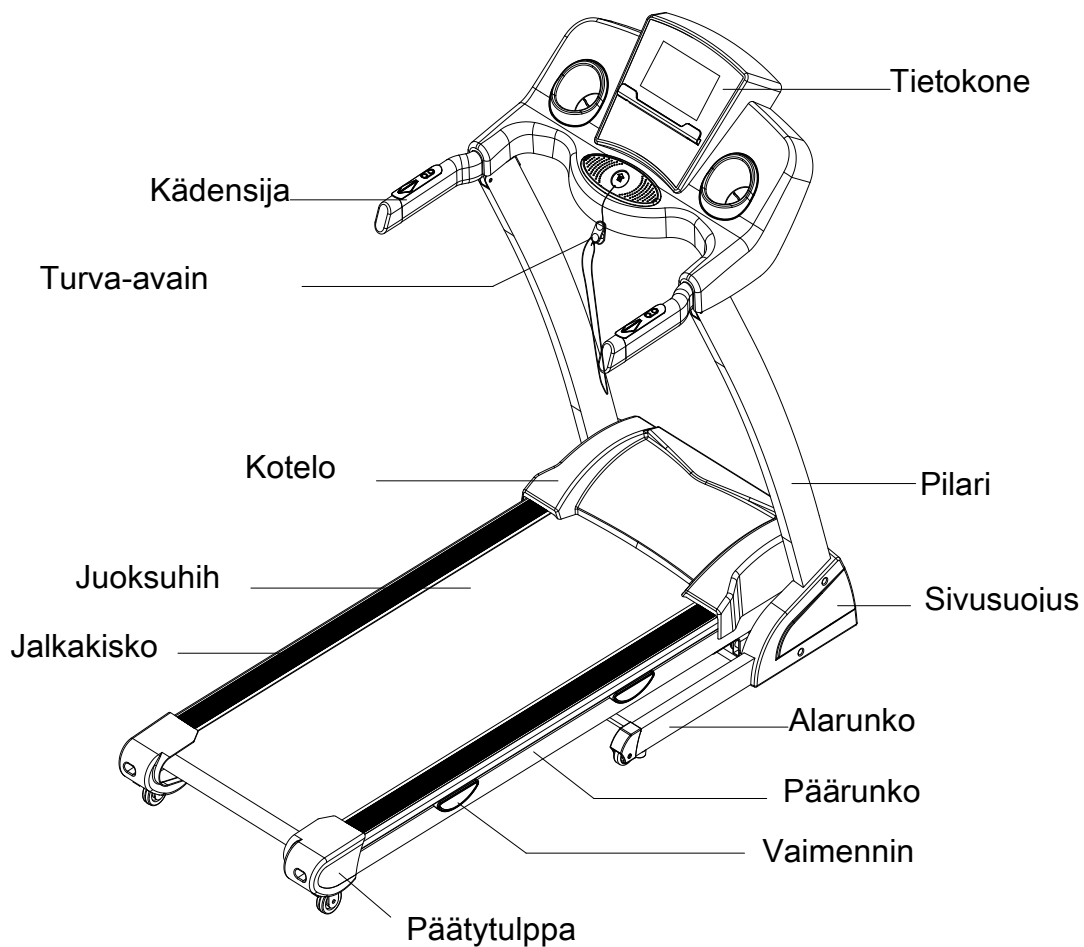
**Älä tee laitteeseen muutoksia, sillä se on käyttövalmis.**

1. Kiinnitä turva-avain kuntosäilytyskassaan aina, kun käytät laitetta. Häätätilanteessa sen voi vetää irti konsolista, jotta juoksumatto pysähtyy.
2. Älä työnnä laitteeseen vierasesineitä.
3. Sijoita laite tasaiselle alustalle. Älä aseta laitetta paksulle matolle, sillä se haittaa laitteen tuuletusta. Älä sijoita laitetta veden lähelle tai ulkotiloihin.
4. Seiso jalat jalkakiskoilla, kun käynnistät laitteen. — Nouse juoksumatolle vasta, kun se on käynnissä.
5. Käytä sopivia urheiluvaatteita, kun aiot käyttää laitetta. Älä käytä löysiä vaatteita, sillä ne voivat jäädä kiinni laitteen liikkuviin osiin. Käytä aina puhtaita juoksukenkiä.
6. Alle 12-vuotiaat lapset ja lemmikit on pidettävä erossa laitteesta.
7. Odota vähintään 40 minuuttia ruokailun jälkeen, ennen kuin aloitat kuntoharjoittelun.
8. Laite on suunniteltu aikuisten käyttöön. Lapset eivät saa käyttää laitetta ilman aikuisten valvontaa.
9. Pidä kiinni kädensijoista, kun kävelet tai juokset matolla, kunnes tunnet juoksumaton toimintatavan.
10. Laite on tarkoitettu vain sisäkäyttöön.
11. Mikäli virtajohto vahingoittuu, ota yhteyttä jälleenmyyjään tai huoltoon. Huollon yhteystiedot ovat tämän käyttöohjeen viimeisellä sivulla.
12. Älä käytä laitteessa jatkojohtoa tai mukautettua virtajohtoa ja pistoketta. Älä aseta painoa virtajohtoon tai altista sitä korkeille lämpötiloille.
13. Kun laite ei ole käytössä, se on sammutettava, turva-avain irrotettava ja virtajohto irrotettava pistorasiasta.
14. Tämä laite on suunniteltu vain kotikäyttöön.
15. Käyttäjä saa painaa enintään 110 kg.
14. Ylikuntoilu saattaa olla haitallista ja aiheuttaa loukkaantumisia.
15. Kun laite ei ole käytössä, se on sammutettava, turva-avain irrotettava ja virtajohto irrotettava pistorasiasta.

## TEKNISET TIEDOT

Jännite: 240 V	Käyttölämpötila: 0–40 °C
Nopeusasteikko: 0,8–16 km tunnissa	Kallistusasteikko: 12 tasoa, moottoroitu kallistus
Käyttäjän enimmäispaino: 110 kg	Matka-asteikko: 0,00–99,9 km
Kaloriasteikko: 000–999	Aika-asteikko: 00: 00-99: 59 (min:s)
Sykeasteikko 50–200 (aika/min)	Juoksualusta: 450×1400 mm
Tuotteen mitat: 1800*730*1390 mm	Koko kokoon taitettuna 850*730*1580 mm

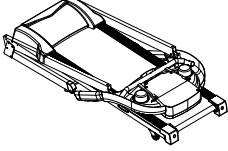
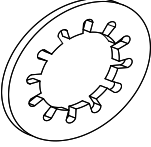
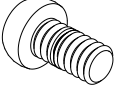
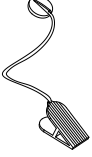
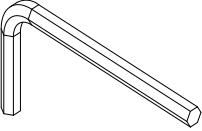
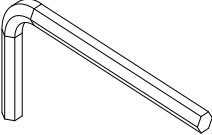
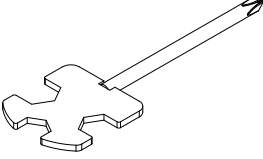
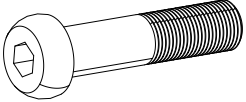
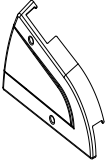
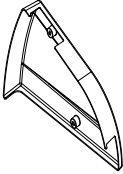

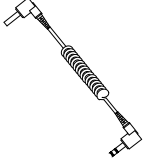
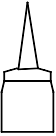
## TUOTTEEN YLEISKUVA



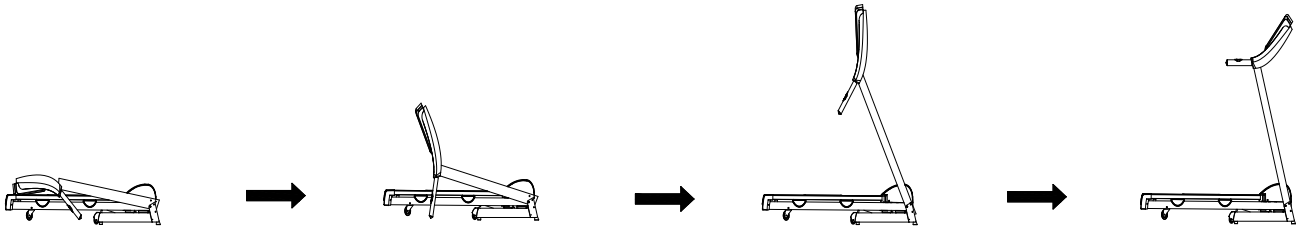
# ASENNUS

Pakkauksessa on seuraavat osat:

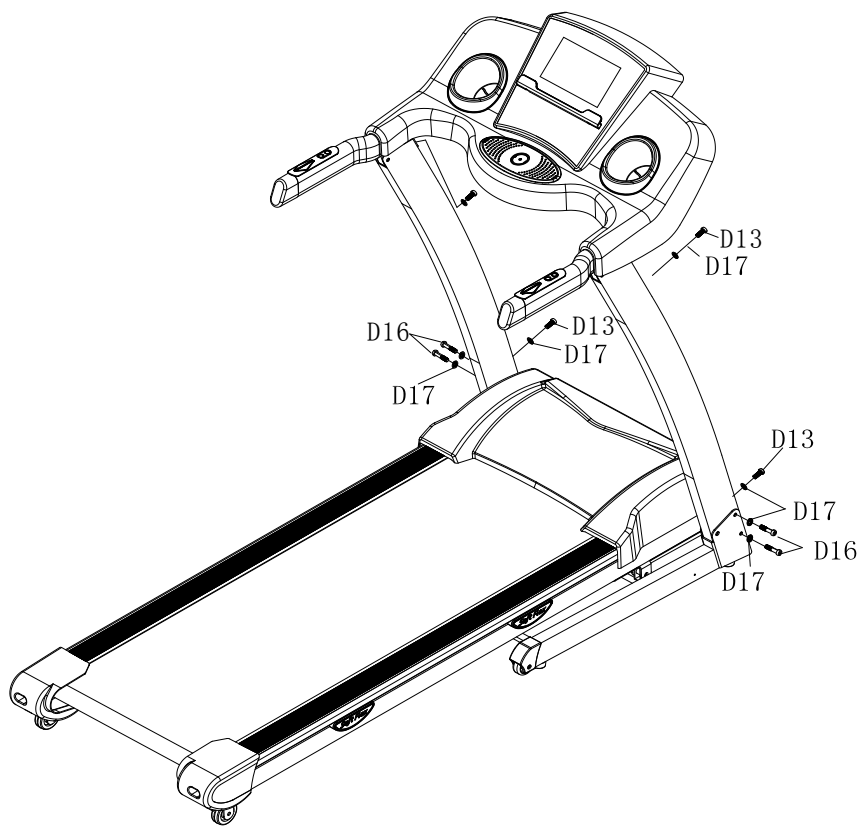
**VAIHE 1:** Ota pois kaikki osat pakkauksesta ja varmista, että kaikki osat ovat mukana.

Päärunko 1 sarja 	D17 sisäpuolen aluslevy M8, 8 kpl 	D13 pyöreä pultti M8*15 4 kpl 	C13 turva-avain 1 kpl 
D3 kuusiokoloavain 5 mm 1 kpl 	D2 kuusiokoloavain 6 mm 1 kpl 	D1 ruuvitaltta 1 kpl 	D16 pyöreä pultti M8*45 4 kpl 
B11L vasen sivusuoja 1 kpl 	B11R oikea sivusuoja 1 kpl 	D48 ristiura-ruuvi ST4.2X19, 4 kpl 	C19 äänijohto 1 kpl 
B18 silikonijohto 1 kpl 			

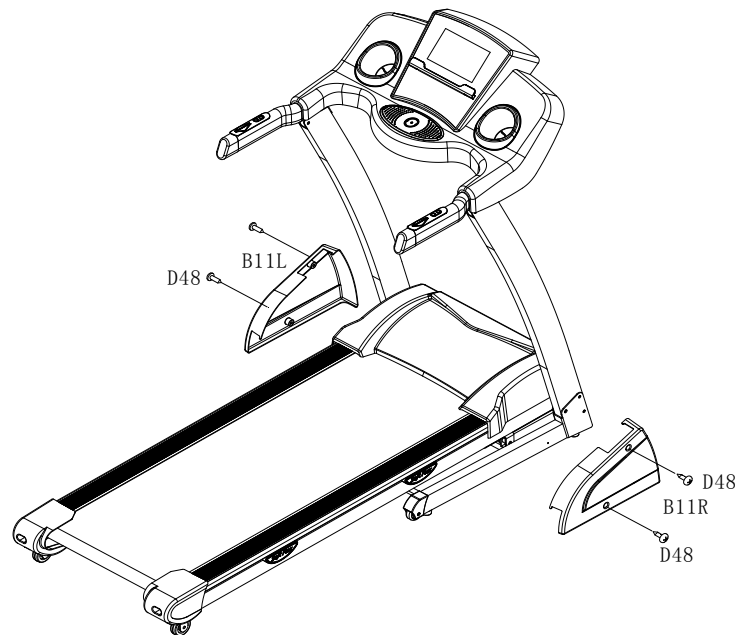
**VAIHE 2:** Nosta pilarit kuvan ohjeiden mukaan.



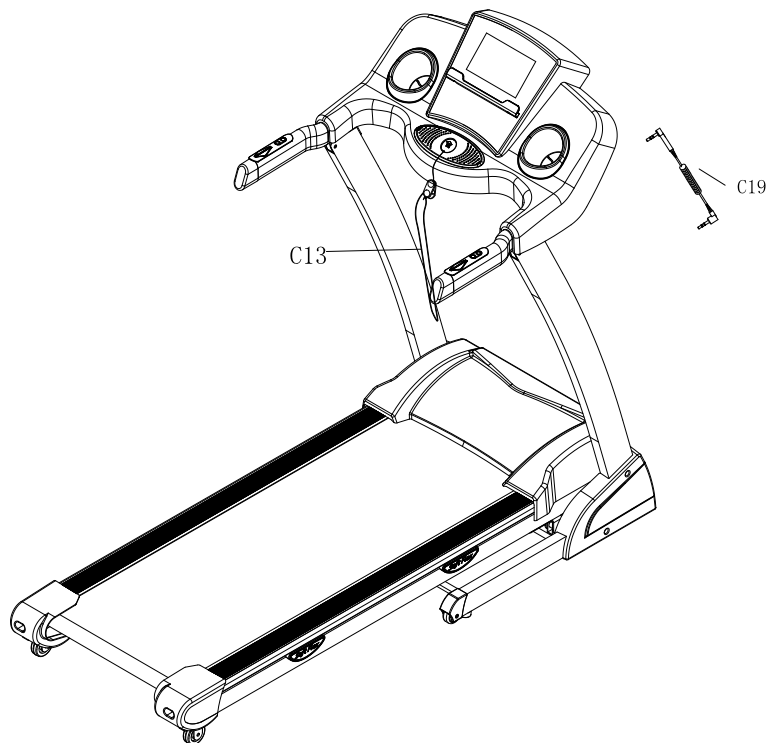
**VAIHE 3:** Kiinnitä alarunko M8\*45 -pultilla (D16) ja sisäpuolen aluslevyllä (D17). Kiinnitä sitten konsolin runko M8\*15 (D13) -pultilla ja sisäpuolen aluslevyllä (D17).



**VAIHE 4:** Kiinnitä vasen ja oikea sivusuoja (B11L/R) ST4.2\*19 -pulteilla (D48) kuvan esittämällä tavalla.

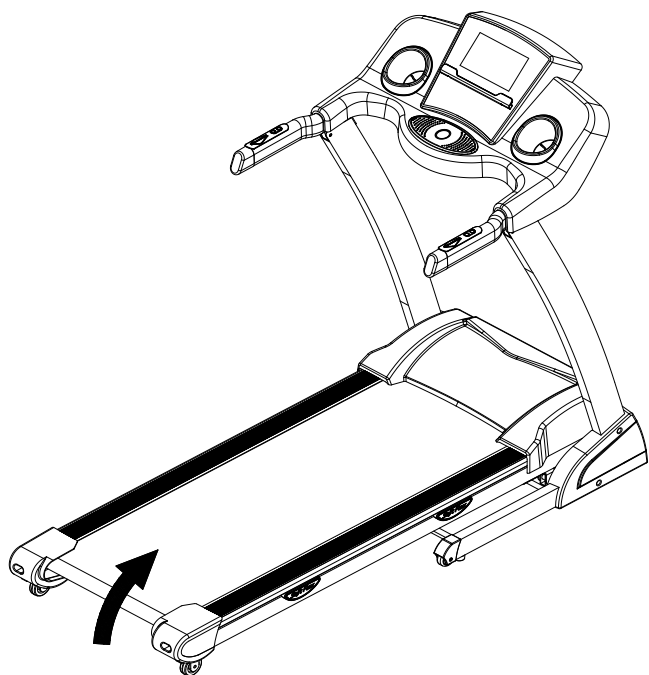


**VAIHE 5:** Liitä turva-aiivan (C13) ja äänijohto (C19) konsoliin.



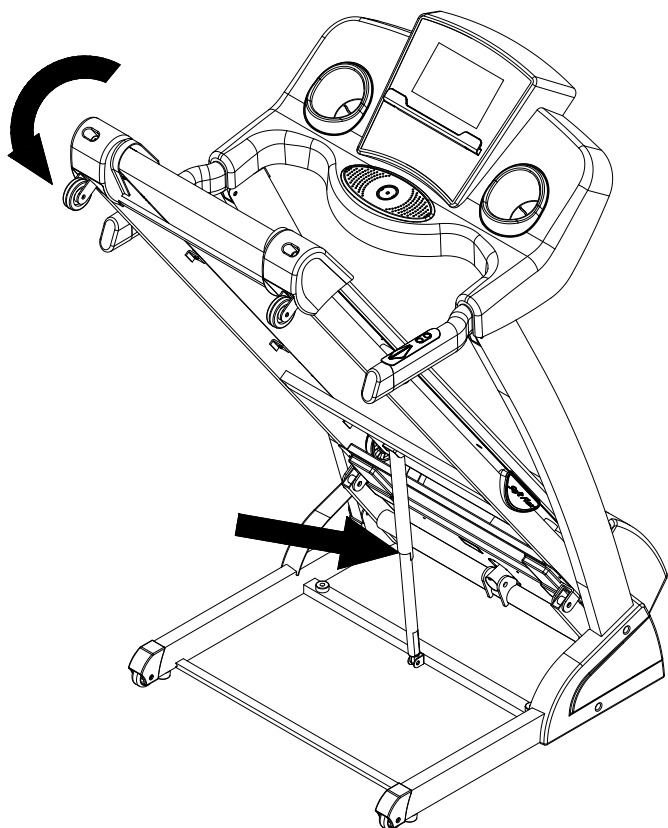
**VAIHE 6:** Tarkista, että juoksuhihna toimii oikein avaamalla juoksumatto auki ja kiristä kaikki pultit. Aseta juoksuhihna sen jälkeen pyörimään nopeudella 3 km/h, ja tarkista että se toimii ongelmitta.

# KOKOAMINEN



## LAITTEEN AVAAMINEN

Nosta runkoa ylös, kunnes turvalukitus naksahtaa paikoilleen.



## LAITTEEN KASAAMINEN

Tönäise turvaholkkia kevyesti jalalla ja vedä runkoa varovasti alaspäin.



## MAADOITUS

Laitte on maadoitettava. Jos laite rikkoutuu, laitteen maadoitus varmistaa, että sähkövirralla on vähimmän vastuksen pääsy pois. Siten pienennetään käyttäjän sähköiskunvaaraa.

Laitteen sähköistyksessä on maadoitusjohto ja maadoituskontakti.

**Huomaa:** Jollet ole varma, onko maadoitusjohto liitetty oikein, ota yhteys valtuutettuun sähköasentajaan tai huoltoedustajaan.

# KÄYTTÖ

## 1.1. KONSOLI



## TOIMINNOT

### 1. START

Tietokoneen laskuri laskee alaspäin viiden sekunnin ajan, ennen kuin se käynnistää tavallisen ohjelman.

### 2. PROGRAM

Valitse 12 ohjelman, rasvaprocenttiohjelman ja kolmen laskuriohjelman välillä.

### 3. TURVA-AVAIN

Jos irrotat turva-avaimen käytön aikana, näyttö tyhjenee, tietokoneen merkkivalot vilkkuvat ja juoksuhihna pysähtyy. Jatka käyttöä liittämällä turva-avain takaisin.

### 4. PAINIKKEET

#### START/STOP:

**START:** Kun juoksumatto on taukotilassa, käynnistä juoksuhihna painamalla tätä painiketta. Nopeus on 0,8 km/h.

**STOP:** Kun juoksumatto on liikkeessä, pysäytä juoksuhihna painamalla tätä painiketta.

### PROGRAM:

Kun juoksumatto on taukotilassa, paina tätä painiketta valitaksesi ohjelmien välillä (P1–12), manuaalinen tila ja rasvanpoltto-ohjelmat

### MODE:

Paina tätä painiketta taukotilassa ja valitse laskuritoiminnoista H1, H2 ja H3.

H1-tila laskee aikaa, H2-tila laskee matkaa ja H3-tila laskee kaloreita. Säädä nopeutta painamalla SPEED+/- -painiketta. Paina sen jälkeen START-painiketta käynnistääksesi ohjelman alusta.

### SPEED+/-:

Tämä painike säätää nopeutta 0,1 km/h askelin. Pidä painiketta painettuna yli kahden sekunnin ajan nostaaksesi/laskeaksesi nopeutta nopeammin.

### INCLINE+/-:

Tämä painike säätää kallistusta asteittain. Pidä painiketta painettuna yli kahden sekunnin ajan nostaaksesi/laskeaksesi runkoa nopeammin.

### Nopeuspainikkeet:

Paina joko 3, 6 tai 9 km/h ja siirry suoraan näihin nopeuksiin.

### Kallistuspainikkeet:

Paina joko 5,10 tai 15 ja siirry suoraan näihin kallistustasoihin.

## 5. NÄYTTÖ

### 1. SPEED (nopeus):

Näyttää juoksuhihnan nopeuden.

### 2. TIME (aika):

Näyttää joko ajan, jonka olet jo kuntoillut tai ajan joka sinulla on jäljellä kuntoilua, ohjelmasta riippumatta.

### 3. INCLINE (nousu):

Näyttää rungon kallistuksen.

### 4. DISTANCE (matka):

Näyttää joko matkan, jonka olet jo liikkunut tai matkan joka sinulla on jäljellä liikkumista, ohjelmasta riippumatta.

### 5. CALORIES (kaloria):

Näyttää suunnilleen kuinka monta kaloria olet polttanut, tai kuinka monta kaloria sinulla on vielä poltettavana, ennen kuin saavutat tavoitearvosasi.

### 6. PULSE (sykelukija):

Lukee sykkeen.

### 7. Tietonäytön asteikot:

TIME (aika)	0:00 – 99:59 minuuttia
DISTANCE (matka)	0,0 – 99,9 km
CALORIES (kalorit)	0,0 – 999 C
SPEED (nopeus)	0,8 – 20,0 km/h
PULSE (syke)	50 – 200 BPM

## 6. Syketoiminto

Kun juoksumatto on käynnissä, tartu kiinni käden sykeantureihin noin 5 sekunnin ajaksi. Näyttö näyttää sen jälkeen syketasosi. Asteikko on 50 – 200 BPM, ja näytössä näkyy sydänkuvake, kun syke luetaan. Tämä arvo on vain arviolukema eikä sitä pidä käyttää lääketieteellisiin tarkoituksiin.

7. Ohjelmien yleiskatsaus

PROG \ AIKA		KOKONAISAIKA / 10 = LOHKON AIKA									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	NOPEUS	5	5	8	7	7	6	6	6	6	5
	KALLISTUS	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P2	NOPEUS	5	5	6	6	7	7	7	8	8	6
	KALLISTUS	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2
P3	NOPEUS	4	6	8	10	9	10	8	4	5	4
	KALLISTUS	3	5	4	4	3	4	4	3	4	2
P4	NOPEUS	5	5	7	8	9	8	7	6	5	5
	KALLISTUS	0	3	3	2	2	5	5	3	3	2
P5	NOPEUS	5	8	8	8	10	9	9	7	7	6
	KALLISTUS	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P6	NOPEUS	4	8	7	6	10	9	7	5	5	4
	KALLISTUS	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P7	NOPEUS	4	11	11	9	9	8	7	5	4	4
	KALLISTUS	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P8	NOPEUS	4	6	6	6	7	8	10	10	8	4
	KALLISTUS	1	1	4	4	4	5	5	4	3	2
P9	NOPEUS	4	6	7	7	8	7	8	5	5	4
	KALLISTUS	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	NOPEUS	4	7	9	7	10	8	7	4	6	5
	KALLISTUS	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P11	NOPEUS	4	7	8	9	10	11	12	7	5	4
	KALLISTUS	3	5	6	8	6	5	8	7	5	2
P12	NOPEUS	4	5	7	8	10	8	11	8	7	5
	KALLISTUS	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2

## 8. Manuaalinen käyttö

- a. Paina START. Tietokoneen kello laskee 5 sekuntia, ennen kuin juoksumatto alkaa liikkua nopeudella 0,8 km/h.
- b. Säädä nopeutta painamalla SPEED+/-painiketta.
- c. Voit milloin tahansa asettaa juoksuhihnan tauolle painamalla STOP-painiketta.
- d. Paina nopeuspainikkeita kallistuksen ja/tai nopeuden muuttamiseksi nopeammin.

## 9. Laskuritoiminnon parametrit

Ajan laskuritoiminnon vakioarvot: 30:00 minuuttia

Asetusasteikko: 5:00 – 99:00 minuuttia

Etäisyyden laskennan vakioarvo: 1,0 km

Asetusasteikko: 0,5 – 99,9 km

Kalorien laskuritoiminnon vakioarvot: 50 therm

Asetusasteikko: 10 – 990 therm

Toiminto muuttuu seuraavassa järjestyksessä: MANUAL (manuaalinen), TIME (aika), DISTANCE (matka), CALORIES (kalorit)

## 8. Rasvaprosenttitoiminto

Paina ennen harjoittelujakson alkua PROGRAM-painiketta, kunnes saavutat rasvaprosenttitoiminnon (FAT). Paina MODE-painiketta ja anna tiedot sukupuolesta (F1), iästä (F2), pituudesta (F3) ja painosta (F4). Tallenna arvot painamalla SPEED+/- -painiketta. Kun painat MODE-painiketta kohdassa F5, ja tartut kiinni käden sykeantureista, tietokone laskee BMI-arvon, jossa verrataan painoasi suhteessa pituuteesi.

Ihanteellinen BMI-arvo on 20–25. Kun lukema on alle 20, se tarkoittaa, että käyttäjä on alipainoinen. Kun lukema on 25–29 se tarkoittaa käyttäjän ylipainoa, ja lukeman ollessa yli



## VALMISTELUT

Jos olet täyttänyt 35 vuotta tai sinulla on terveysongelmia, sinun tulee keskustella lääkärisi kanssa ennen uuden kunto-ohjelman aloittamista.

Opettele juoksumaton käyttö, ennen kuin aloitat harjoittelun. Seiso jalat jalkatuilla ja tutustu miten käynnistät ja pysäytät juoksuhinnan ja miten säädät sen nopeutta ja kallistuskulmaa.

## HARJOITTELU

Kun olet opetellut juoksumaton käytön voit nousta juoksuhinnalle, joka on käynnissä hiljaisella nopeudella. Tutustu juoksumaton ominaisuuksiin liikkumalla sillä asteittain nopeutta lisäämällä. Älä lisää nopeutta ennen kuin juoksuhinnan nykyinen nopeus tuntuu mukavalta. Kokeile myös vähitellen muuttaa kallistuskulmaa asteittain.

## HARJOITTELUMÄÄRÄ

### Nopea harjoittelu

Lämmittele kahden minuutin ajan juoksemalla 4,8 km/h ennen kuin nostat nopeudeksi 5,3 km/h ja hetken kuluttua nostat nopeudeksi 5,8 km/h. Lisää sen jälkeen 0,3 km/h joka toinen minuutti, kunnes olet hengästynyt. Jatka niin kauan kuin se tuntuu miellyttävältä. Kun saavutat nopeuden joka tuntuu epämiellyttävältä, laske nopeutta 0,3 km/h. Harjoittele näin 15–20 minuuttia ja laske viimeisten neljän minuutin aikana nopeutta asteittain. Jos eri nopeuksilla harjoittelu tuntuu hankalalta voit sen sijaan nostaa kallistuskulmaa asteittain.

### Tehoharjoittelu

Lämmittele juoksemalla viisi minuuttia 4 – 4,8 km/h vauhdilla, ennen kuin lisäät nopeutta 0,3 km/h joka toinen minuutti. Löydä kokeilemalla nopeus, jolla voit juosta vaivatta 45 minuutin ajan. Jos haluat lisää haastetta, treenaä tällä nopeudella tunnin ajan. Käytä harjoittelun viimeiset neljä minuuttia nopeuden asteittaiseen alentamiseen.

## HARJOITTELUKERTOJEN MÄÄRÄ

Pyri harjoittelemaan 15–60 minuuttia kerralla kolmesta viiteen kertaan viikossa. Kannattaa laatia harjoitteluohjelma, jossa on tarkat harjoitteluajat sen sijaan että kuntoilet silloin, kun siltä tuntuu. Keskustele lääkärisi kanssa ennen uuden harjoitusohjelman aloittamista. Lääkärisi voi antaa ohjeita mikä harjoitusteho soveltuu parhaiten sinulle. Jos tunnet kipuja tai epämukavaa oloa kuntoilujakson aikana, lopeta heti ja keskustele siitä lääkärisi kanssa.

## HARJOITUKSIEN VAROTOIMET

Keskustele lääkärisi kanssa ennen uuden harjoitusohjelman aloittamista. Hän voi antaa sinulle ohjeita ikäsi ja terveytesi mukaan parhaiten soveltuvista harjoitusmääristä ja intensiteetistä. Jos tunnet kipuja tai epämukavaa oloa kuntoilujakson aikana, lopeta heti ja keskustele siitä lääkärisi kanssa, ennen kuin jatkat ohjelmaa. Kun olet tottunut käyttämään juoksumattoa, voit valita nopeuksista normaalin kävelyn tai hölkän. Katso alla olevasta suuntaa antavasta taulukosta itsellesi sopivin vauhti.

0,8 – 3 km/h	sopii huonokuntoiselle käyttäjälle.
3 – 4,5 km/h	sopii harvoin kuntoilevalle käyttäjälle.
4,5 – 6 km/h	sopii reippaalle kävelijälle.
6 – 7,5 km/h	sopii erittäin nopealle kävelijälle.
7,5 – 9 km/h	hökkä.
9 – 12 km/h	juoksu.
Yli 12 km/h	sopii erittäin hyväkuntoisille juoksijoille.



# VENYTTELYOHJEITA

Oikealla olevat kuvat näyttävät, miten venyttelet oikein. Liiku hitaasti venytellessäsi, älä tee nopeita tai äkkinäisiä liikkeitä.

## 1. Taivuta itseäsi varpaitasi kohti.

Seiso polvet hieman taivutettuina ja kumarru hitaasti lanteita taivuttaen alaspäin. Rentouta selkäsi ja olkapääsi kun venytät itseäsi niin lähelle varpaitasi kuin pääset. Laske 15 ja rentoudu. Toista kolme kertaa. Tämä venyttää kinnerjänteitä, polvien takaosaa ja selkää.

## 2. Kinnerjänteet

Istu toinen jalka ojennettuna eteenpäin, ja toisen jalan jalkapohja on ojennetun jalan reittä vasten painettuna. Venytä kohti varpaitasi niin pitkälle kuin voit. Laske 15 ja rentoudu. Toista kolme kertaa molempien jalkojen kohdalla. Tämä venyttää kinnerjänteitä, alaselkää ja nivustaiteita.

## 3. Akillesjänne ja pohjelihäs

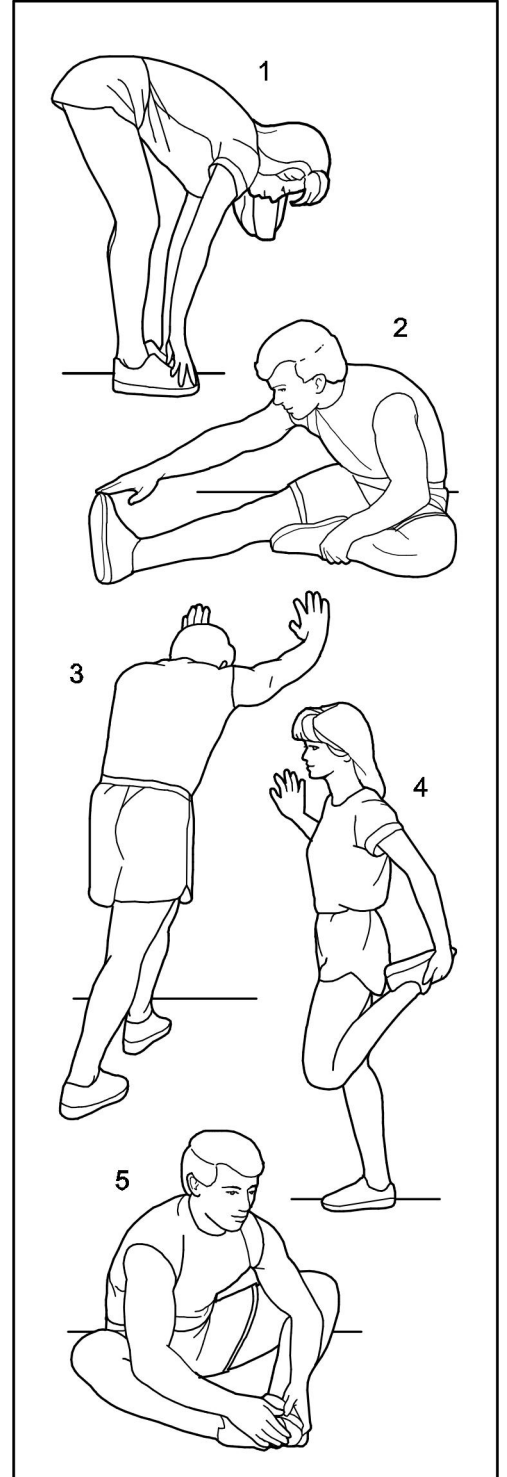
Seiso toinen jalka hieman toisen edessä ja aseta kätesi eteen seinää vasten. Pidä taempi jalka suorana ja taemman jalan jalkapohja maata vasten. Taivuta edessä olevaa jalkaa, taivuta eteenpäin ja työnnä lantiota kohti seinää. Laske 15 ja rentoudu. Toista kolme kertaa kummankin jalan osalta. Tämä venyttää akillesjänteitä, nilkkoja ja pohjelihaksia.

## 4. Reisilihäkset

Aseta toinen kätesi seinää vasten tasapainon vuoksi ja tartu toiseen jalkaan selän takaa toisella kädellä. Tuo jalan kantapää mahdollisimman lähelle takamustasi. Laske 15 ja rentoudu. Toista kolme kertaa kummankin jalan osalta. Tämä venyttää reisilihaksia ja nivusten lihaksia.

## 5. Reiden sisäpuoliset lihäkset

Istu siten että jalkojesi jalkapohjat ovat toisiaan vasten ja polvesi osoittavat ulospäin. Vedä jalkojasi mahdollisimman lähelle nivusiasi. Säilytä asento 15 sekuntia ja rentoudu. Toista kolme kertaa. Tämä venyttää reisilihaksia ja nivusten lihaksia.



## KUNNOSSAPITO

### HUOMAA:

Varmista, että pistoke on irrotettu pistorasiasta ennen kuin puhdistat ja/tai huollat laitetta.

### PUHDISTUS:

Laitteen säännöllinen puhdistus pidentää tuotteen käyttöikää. Puhdista laite säännöllisesti pölyistä. Huolehdi, että peset juoksuhihnan molemmilla puolilla olevan vapaan alueen sekä sivukiskot. Tämä vähentää pölyn ja vierasesineiden kertymistä juoksuhihnan alle. Varmista, että juoksukenkäsi ovat puhtaat, ennen kuin käytät laitetta. Juoksuhihnan ulkopinnan voi puhdistaa saippuaveteen kostutetulla liinalla. Älä anna nesteen päästä juoksumaton rungon sisälle tai juoksuhihnan alle.

### HUOMAA:

Irrota aina pistoke pistorasiasta, kun irrotat moottorisuojuksen. Irrota moottorisuojaus vähintään kerran vuodessa ja imuroi se.

Juoksumaton juoksuhihna ja alusta ovat rasvattuja. Juoksuhihnan ja alustan välisellä kitkalla voi olla suuri merkitys laitteesi käyttöiälle ja siksi nämä osat on rasvattava huolellisesti, jotta laite pysyy parhaassa mahdollisessa kunnossa. Suositus on, että tarkistat alustan kunnan säännöllisesti.

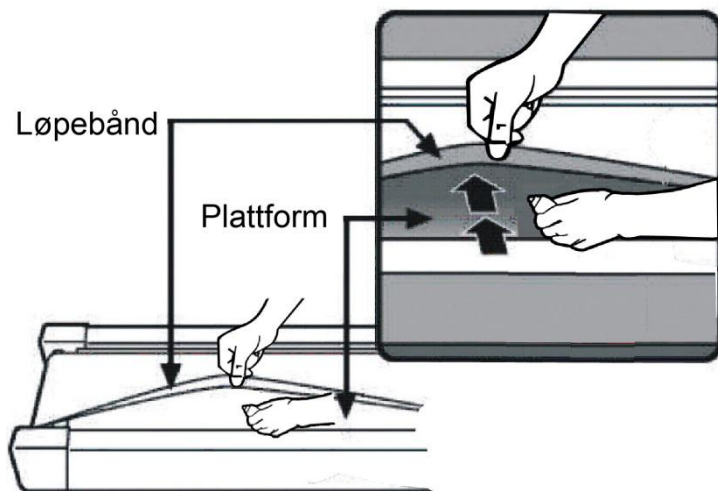
### Suositteltu tarkistusohjelma:

Käyttäjä käyttää laitetta 3 kertaa tai harvemmin viikossa: 60 vuorokautta

Käyttäjä käyttää laitetta 3–5 kertaa viikossa: 45 vuorokautta

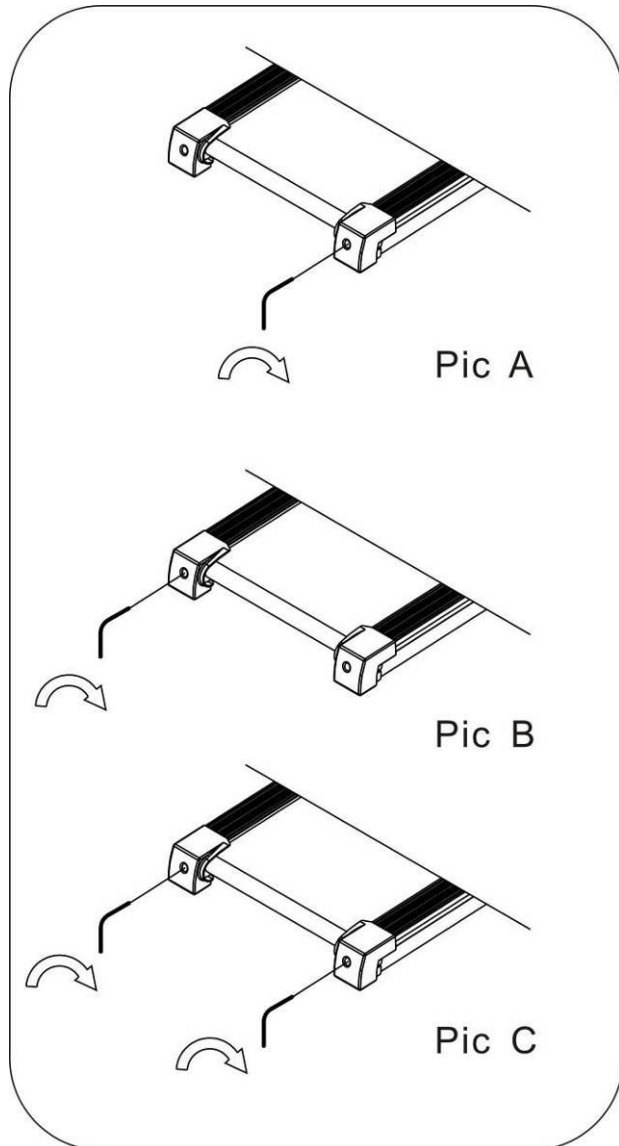
Käyttäjä käyttää laitetta vähintään 5 kertaa viikossa: 30 vuorokautta

Ota yhteys jälleenmyyjään tai katso viimeiseltä sivulta huoltotiedoista millaista voiteluainetta kannattaa käyttää ja mistä sitä voi hankkia.



## Juoksuhihnan säätö

Aseta juoksumatto tasaiselle alustalle. Aseta juoksuhihna liikkumaan noin 6–8 km/h ja tarkkaile miten juoksuhihna toimii.



Jos juoksuhihna kiertää oikealle, irrota turva-avain ja kytke virta pois. Ruuvaa oikeaa säätöpulttia neljänneskiertos myötäpäivään. Kytke laite takaisin päälle ja tarkkaile, miten juoksuhihna toimii nyt. Toista tämä vaihe niin monta kertaa, kunnes juoksuhihna kulkee alustan keskellä.

Jos juoksuhihna kiertää vasemmalle, irrota turva-avain ja kytke virta pois. Ruuvaa vasenta säätöpulttia neljänneskiertos myötäpäivään. Kytke laite takaisin päälle ja tarkkaile, miten juoksuhihna toimii nyt. Toista tämä vaihe niin monta kertaa, kunnes juoksuhihna kulkee alustan keskellä.

Juoksuhihna löystyy vähitellen edellä kuvattujen toimenpiteiden johdosta tai käytöstä johtuen, irrota turva-avain ja kytke virta pois. Ruuvaa molempia säätöpultteja neljänneskiertos myötäpäivään. Kytke laite takaisin päälle ja tarkkaile, miten juoksuhihna toimii nyt. Toista vaiheita, kunnes juoksumatto on suhteellisen suorassa.



# OSALUETTELO

<b>A. Metalli</b>						
<b>nro</b>	<b>Kuvaus</b>	<b>Kpl</b>		<b>nro</b>	<b>Kuvaus</b>	<b>Kpl</b>
A1	Alarunko	1		A5	Kallistuskannatin	1
A2	Päärunko	1		A6	Suodattimen kannatin	1
A3L	Vasen pilari	1		A11	Moottorin kannatin	1
A3R	Oikea pilari	1				
A4	Kädensijan kannatin	1				
<b>B. Laastari</b>						
<b>nro</b>	<b>Kuvaus</b>	<b>Kpl</b>		<b>nro</b>	<b>Kuvaus</b>	<b>Kpl</b>
B1	Konsolisarja	1		B13	Yläosan moottorisuojus	1
B1-1	Taso	1		B14	Takaosan moottorisuojus	1
B1-2	Monitoimiavain	1		B15	Sivulevy	1
B1-3	Ohjauspaneeli	1		B16L	Vasen päätytulppa	1
B1-5	iPad-teline	1		B16R	Oikea päätytulppa	1
B2	Ohjauspaneelin suojus	1		B17	Säätöpyörä	1
B3	Suojatyyny	2		B18	Silikoniöljy	1
B4	Kädensijan tulppa	2		B19	Johtosarja	1
B5	Alempi konsolin suojus	1		B20	Pyöreä tulppa	1
B6	Kuljetuspyörän tulppa	2		B21	Sisätulppa	2
B7	Kuljetuspyörä	2		B27	Pehmuste	1
B8	Litteä jalkapehmuste	4		B31	Kumipehmuste	1
B9	U-muotoinen jalkapehmuste	2		B32	Pehmustepaneeli, pehmustesuojus	1
B11L	Vasen sivusuoja	1		B34	EVA-pehmuste (iPad-teline)	1
B11R	Oikea sivusuoja	1		B45	Konsoli	1

## C. Käyttöosat

nro	Kuvaus	Kpl	nro	Kuvaus	Kpl
C1	Tasavirtamoottori	1	C13	Turva-avain	1
C2	Juoksuhihna	1	C14	Punainen johto, 300	1
C3	Takatela	1	C15	Virtajohto	1
C4	Etutela	1	C16	Ylempi johto	1
C5	Alusta	1	C17	Alempi johto	1
C6	Sylinteri	1	C19	Äänijohto	1
C7	Moottorihihna	1	C20	Magneettirengas	1
C8	Virtakytkin	1	C21	Puola	1
C9	Ohjaimet	1	C22	Suodatin	1
C10	Vasemman käden sykeanturin painike	1	C27	Musta johto, 300	2
C11	Oikean käden sykeanturin painike	1	C28	Valoanturi	1
C12	Kallistusmoottori	1	C35	Johto (CE)	1

## D. Pienosat

nro	Kuvaus	Kpl	nro	Kuvaus	Kpl
D1	Ruuvitaltta, 13-15-17	1	D25	Jousilevy M8	4
D2	Kuusiokoloavain T6	1	D29	Kupukantainen pultti M6*45	1
D3	Kuusiokoloavain T5	1	D31	Kupukantainen pultti M8*60	4
D7	Kupukantainen pultti M10*60	1	D34	Kupukantainen pultti M8*20	2
D10	Kupukantainen pultti M10*45	4	D35	Kupukantainen pultti M8*80	1
D11	Kupukantainen pultti M10*50	3	D36	Ristiura-ruuvi M6*25	2
D13	Kupukantainen pultti M8*15	4	D42	Ristiura-ruuvi M4*10	2
D14	Kupukantainen pultti M8*30	1	D45	Ristiura-ruuvi M5*15	9
D15	Kupukantainen pultti M8*40	4	D46	Ristiura-ruuvi M5*20	2
D16	Kupukantainen pultti M8*45	7	D47	Ristiura-ruuvi ST4.2*16	15
D17	Sisempi levy M8	8	D48	Ristiura-ruuvi ST4.2*19	4
D18	Nailonmutteri M10	8	D52	Ristiura-ruuvi ST4.2*16	17
D20	Nailonmutteri M8	8	D55	Ristiura-ruuvi ST4.2*45	6
D21	Aluslevy M10	8	D57	Ristiura-ruuvi ST4.2*25	4
D23	Aluslevy M8	13	D60	Ristiura-ruuvi M6*20	6
D24	Jousilevy M5	1	D101	Ristiura-ruuvin aluslevy ST3.5X12	2

## VIANETSINTÄ JA VIKAKOODIT

Vikakoodi	Kuvaus	
E01	Tiedonsiirtovirhe vaihtosuuntaajan ja tietokoneen välillä	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tarkista, että tietokone on liitetty ohjaimen oikeilla johdoilla. Tarkista liitinkappaleet ja virtajohto vaurioiden varalta. Kytke johto irti ja kytke takaisin.</li> <li>2. Vaihda vaihtosuuntaaja ja kokeile uudelleen.</li> <li>3. Vaihda tietokone ja kokeile uudelleen.</li> </ol>
E02	Moottorin kytkentävirhe	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tarkista, että moottorin johdot on liitetty oikein.</li> <li>2. Tarkista, että ohjain toimii. Vaihda tarvittaessa.</li> </ol>
E03	Ylikuormitus	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tietokone kytkeytyy suojaustilaan, jos se havaitsee jänniteylikuormituksen tai jos moottori ei toimi oikein. Jos moottorissa on vika, tarkista juoksumatto ja käynnistä uudelleen.</li> <li>2. Jos havaitset epätavallista hajua, vaihda moottori tai ohjain.</li> <li>3. Tarkista onko sähköjännite oikean asteikon sisällä.</li> </ol>
E04	Kallistuksen säätö	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vikailmoitus näytetään jos säätö on käynnissä, automaattisesti tehty tai jos se on virheellinen.</li> </ol>
E05	Kallistusvirhe	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tarkista, että kallistusmoottori, anturin johto ja vaihtovirtajohto on liitetty oikein.</li> <li>2. Tarkista, ettei kallistusmoottorin virtajohto ole vahingoittunut.</li> </ol>
E06	Odottamaton virransyöttövirhe on rikkonut moottorin sulakkeen.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jos havaitset epätavallista hajua, vaihda ohjain.</li> </ol>
—	Tietokone ei saa signaalia turva-avaimesta.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tarkista, että turva-avain, johdot ja sisempi magneetti toimivat.</li> <li>2. Tarkista, että turva-avain on liitetty oikein.</li> <li>3. Tarkista, ettei turva-avain ole vahingoittunut.</li> </ol>
Näytöllä ei ole kuvaa	Ei virransyöttöä	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tarkista, että virtajohto on liitetty laitteeseen tai kokeile toista pistorasiaa. Katkaise virta virtakytkimestä pois ja päälle. Jos virtakytkin on vaurioitunut, vaihda se ja varmista että kone on liitetty virransyöttöön.</li> <li>2. Tarkista tietokoneen ja ohjaimen välinen johto.</li> <li>3. Vaihda verkkolaite tai tietokone.</li> </ol>



## HUOLTO-OHJELMA

Osa	Suositteltu huolto	Kuinka usein?	Puhdistaa	Voiteluaine
Näyttö	Kuivaa pehmeällä ja puhtaalla liinalla.	Käytön jälkeen	Ei	Ei
Runko	Puhdista pehmeällä, puhtaalla ja kostealla liinalla.	Käytön jälkeen	Vesi	Ei
Juoksuhihna	Puhdista pehmeällä, puhtaalla ja kostealla liinalla. Tarkkaile hihnaa kulumisvaurioiden varalta ja että se on riittävän kireä ja oikeassa asennossa.	Viikoittain	Ei	Ei
Juoksualusta	Puhdista pehmeällä ja puhtaalla liinalla. Tarkasta, että voiteluainetta on riittävästi ja että yläpinta on tasainen.	Viikoittain	Ei	Kyllä*
Kiilahihna	Tarkista, että kiilahihna on riittävän kireä, tarkista myös sen mahdollinen kuluminen ja oikea asento.	Kuukausittain	Ei	Ei
Pultit, mutterit jne.	Kaikki pultit, mutterit ja ruuvit tarkistetaan ja tarvittaessa kiristetään.	Kuukausittain	Ei	Ei

\* Käytä aina valmistajan suosittelemaa voiteluainetta.

## **TÄRKEÄÄ TIETOA HUOLLOSTA**

**Jos laitteessa ilmenee muita vikoja, pyydämme ottamaan yhteyttä Mylnan huoltoon. Toivomme, että olet ensin meihin yhteydessä ennen kuin olet yhteydessä myymälään, niin voimme auttaa sinua parhaalla mahdollisella tavalla.**

Vieraile kotisivullamme [www.mylناسport.fi](http://www.mylناسport.fi) – löydät täältä tuotetietoja, käyttöoppaita sekä yhteystiedot ja varaosien tilaamismahdollisuuden. Yhteydenottolomakkeen täyttämällä saamme sinulta tarvittavan tiedon ja voimme auttaa sinua mahdollisimman tehokkaasti.