
HASZNOS TANÁCSOK

FUTÓPAD HASZNÁLATA

Az otthoni futópadok esetén a gép elindítása egy kis körültekintést igényel.

1. A START gomb megnyomásának pillanatában NEM szabad a szőnyegen állni, mert a motor elindulásakor, annak tehermentesnek kell lennie a szőnyegnek. Álljon terpeszben a két oldalfellépőre, és amikor a futószőnyeg felgyorsult már legalább 3km/h sebességre, akkor lépjen rá a már mozgó szőnyegre!

VIGYÁZZUNK, HOGY NAGY SEBESSÉGNÉL TÖRTÉNŐ FELLÉPÉS BALESETVESZÉLYES.

A futópad otthoni ellenőrzése (havonta)

2. A futószőnyeg megfelelő kenési állapotát úgy tudja egyszerűen ellenőrizni, hogy meglazítja a szőnyegfeszítő csavarokat, majd felemeli a futószőnyeget és amennyire tud, benyúl a deszka és a futószőnyeg közé. Amennyiben kezén meglátszik a kenés nyoma (olajos tapintás) a futópadot nem kell még kenni. Ha viszont teljesen száraz, akkor azonnali kenést igényel.

A kenés elmulasztásával a futószőnyeg, a futólap de akár a motor, illetve a motorvezérlő elektronika is károsodhat, ezért a rendszeres karbantartással ezek cseréjétől kíméli meg pénztárcáját.

Átlagos használat esetén (havi 60-80 km) a futópadot 3 havonta kell kenni a gyártó által javasolt speciális kenőanyaggal, de vigyázzon, hogy túl se kenje a futópadot, mivel a túlolajozás is legalább akkora problémát okozhat és szintén a korábban említett alkatrészek tönkremeneteléhez vezethet.

Amennyiben nem biztos abban, hogy a fenti folyamatot el tudja végezni, akkor keresse szervizünket és igényelje karbantartási szolgáltatásunkat, melyet egy időpont egyeztetést követően a kollégáink elvégzik az Ön otthonában.

3. Amennyiben a futópadja kisebb teljesítményű (3LE csúcsteljesítmény alatti), lehetőleg 30-40 percnél hosszabb edzést ne tervezzünk be. Ha hosszabb edzésre van szüksége, vagy a futópadot többen használják, a két használat között érdemes legalább annyi időt pihentetni a gépet, amennyit előtte futottak rajta. A hosszabb edzések végén - mielőtt kikapcsoljuk a gépet - járassuk néhány percig terhelés nélkül 5-8km/h sebességgel a gépet, hogy le tudjon húlni a motor.
4. Ha a futópadot inkább sétatempóba használja (3-6 km/h) akkor erősen javasolt a futópad dőlésszögét megemelni, ezzel csökkentve a motor terhelését. Ez kíméli a motort ezáltal meghosszabbodik annak az élettartama.

Összefoglalva: indítás az oldalfellépőre állva, rendszeres karbantartás (szőnyegkenés), optimális használati idő, alacsony tempónál a dőlésszög megemelése.