



Powerology

**آلة للمشي والجري بتصميم
قابل للطي**

SKU: PFTRDMLBK

٢	ملاحظات مهمة
٣	احتياطات السلامة
٤	تحذير
٥	المكونات
٧	المواصفات
٨	المميزات
٩	دليل الملحقات
١٠	وحدات التحكم / العرض
١١	تعليمات الاستخدام
١١	A. التشغيل
١٢	B. بدء التشغيل
١٢	C. دليل لوحة التحكم بمسند الذراع
١٢	D. دليل التحكم عن بعد
١٣	E. دليل وظيفة العرض
١٤	F. إيقاف التشغيل
١٤	G. وضع الاستعداد التلقائي
١٤	H. تبديل الوضع
١٥	I. ملاحظة
١٥	استكشاف الأخطاء وإصلاحها
١٥	تجميع المنتج
١٧	تعليمات الأمان
١٨	التعامل الآمن
١٨	التنظيف والصيانة والتكيف
٢١	تمارين التمدد الموصي بها
٢٢	ضمان
٢٢	اتصل بنا

قبل تثبيت المنتج واستخدامه، يرجى قراءة دليل المستخدم هذا بعناية لضمان الاستخدام الصحيح والحفاظ عليه آمنًا للرجوع إليه في المستقبل.

ملاحظات مهمة

شكرا لاختيارك منتجات شركتنا. يعد الاستخدام السليم لهذه المعدات أمرًا ضروريًا لسلامتك وصحتك. قبل استخدام هذا الجهاز، يرجى قراءة التعليمات التالية بعناية:

١. قم بمراجعة دليل المستخدم بدقة قبل تثبيت هذا الجهاز واستخدامه. يعد التثبيت والصيانة والاستخدام المناسب أمرًا ضروريًا للتدريب الآمن والفعال.

٢. قبل البدء بأي برنامج تدريبي، استشر طبيبك لتقييم حالتك الصحية الحالية.

٣. من الضروري التأكد من أن ممارسة التمارين باستخدام هذا الجهاز لا تشكل أي أخطار صحية، خاصة إذا كانت لديك مخاوف تتعلق بضغط الدم أو الكوليسترول أو مشاكل طبية أخرى.

٤. انتبه جيدًا للإشارات جسمك أثناء التمرين. إذا شعرت بعدم الراحة مثل آلام القلب، أو ضيق الصدر، أو سرعة ضربات القلب، أو صعوبة التنفس، أو الشعور بالثقل في الرأس والقدمين، أو الدوخة، أو الغثيان، فتوقف عن ممارسة الرياضة على الفور. استشر طبيبك قبل استئناف البرنامج التدريبي.

٥. ضع مادة ثابتة ومسطحة أسفل قاعدة الجهاز لحماية الأرضية وتثبيت الوحدة. تأكد من وجود مساحة خالية من العوائق لا تقل عن متر واحد حول الجهاز لأسباب تتعلق بالسلامة.

٦. قبل استخدام الجهاز، تأكد من ربط جميع البراغي والمسامير والصواميل بإحكام.

٧. إذا لاحظت أي عيوب أو سمعت أصواتًا غير عادية أثناء الإعداد أو الاستخدام، فتوقف عن استخدام الجهاز على الفور ولا تستأنفه حتى يتم حل المشكلة.

٨. ارتدِ ملابس مناسبة تمامًا أثناء التمرينات لتجنب تداخل الملابس الفضفاضة التي قد تلتصق بالمعدات، مما قد يعوق الحركة أو يسبب الإصابة.

٩. عند استخدام جهاز المشي في الظروف العادية، قم بتثبيت سلسلة مفاتيح الأمان بملايسك بشكل آمن.

١٠. يضمن هذا الاحتياط إمكانية إيقاف جهاز المشي بسرعة في حالات الطوارئ عن طريق سحب المفتاح.

١١. في حالة الطوارئ، اسحب مفتاح الأمان لقطع الطاقة عن جهاز المشي على الفور وإيقافه.
١٢. تم تصميم هذا الجهاز للاستخدام الداخلي والمنزلي فقط، ويدعم حمولة قصوى تبلغ ١٢٠ كجم. تجنب التحميل الزائد أثناء ممارسة الرياضة.
١٣. إذا كان الجهاز يستخدم زيت السيليكون، تأكد من إبقائه بعيدًا عن متناول الأطفال.
١٤. قم بتخزين هذا الدليل وأي أدوات تثبيت بشكل آمن وصحيح.
١٥. هذا المنتج غير مخصص للاستخدام كجهاز طبي.
١٦. تجنب الإفراط في ممارسة الرياضة للوقاية من المخاطر الصحية المحتملة.

احتياطات السلامة

١. من أجل سلامتك وللمنع وقوع الحوادث، يرجى مراجعة دليل المستخدم جيدًا قبل الاستخدام.
٢. مارس تمارين الإحماء لمدة ٥ إلى ١٠ دقائق قبل استخدام جهاز المشي. يساعد ذلك على تمديد عضلاتك ومنع الإصابات المرتبطة بالرياضة.
٣. لا تشطف جهاز المشي بالماء، لأن ذلك قد يؤدي إلى حدوث أعطال مثل الصدا أو مشاكل كهربائية.
٤. تجنب تعريض جهاز المشي لأشعة الشمس المباشرة، مما قد يتسبب في تقادم المكونات مبكرًا واحتمال حدوث أعطال.
٥. يُحفظ بعيدًا عن الأطفال والحيوانات الأليفة أثناء استخدام المنتج لمنع الحوادث والإصابات.
٦. قم بتشغيل جهاز المشي في بيئة جافة. قد يؤدي استخدامه في ظروف رطبة أو رطوبة إلى تعطل المكونات الإلكترونية وأعطال أخرى.
٧. لا تقم باستبدال أجزاء جهاز المشي أو تفكيكه أو تعديله بأي طريقة غير مصرح بها، لأن ذلك قد يشكل أخطار كبيرة على السلامة.
٨. يمنع استخدام جهاز المشي دون إشراف لكبار السن وذوي الحركة المحدودة والأطفال.
٩. تأكد من أن جميع المكونات سليمة وغير تالفة قبل الاستخدام.

٩. ضع جهاز المشي على سطح مستو وثابت، وحافظ على مساحة خالية لا تقل عن متر واحد حوله لضمان السلامة والأداء الوظيفي.

١٠. عند استخدام جهاز المشي، ارتد الملابس والأحذية المناسبة، وقم بتثبيت حزام القدم لمنع الانزلاق.

١١. هذا المنتج مصمم للاستخدام الداخلي فقط. لا تستخدمه في الخارج لتجنب الضرر أو الإصابة، والتي لا تتحمل شركتنا المسؤولية عنها.

١٢. هذا النموذج مخصص للاستخدام السكني فقط وغير مناسب للبيئات التجارية.

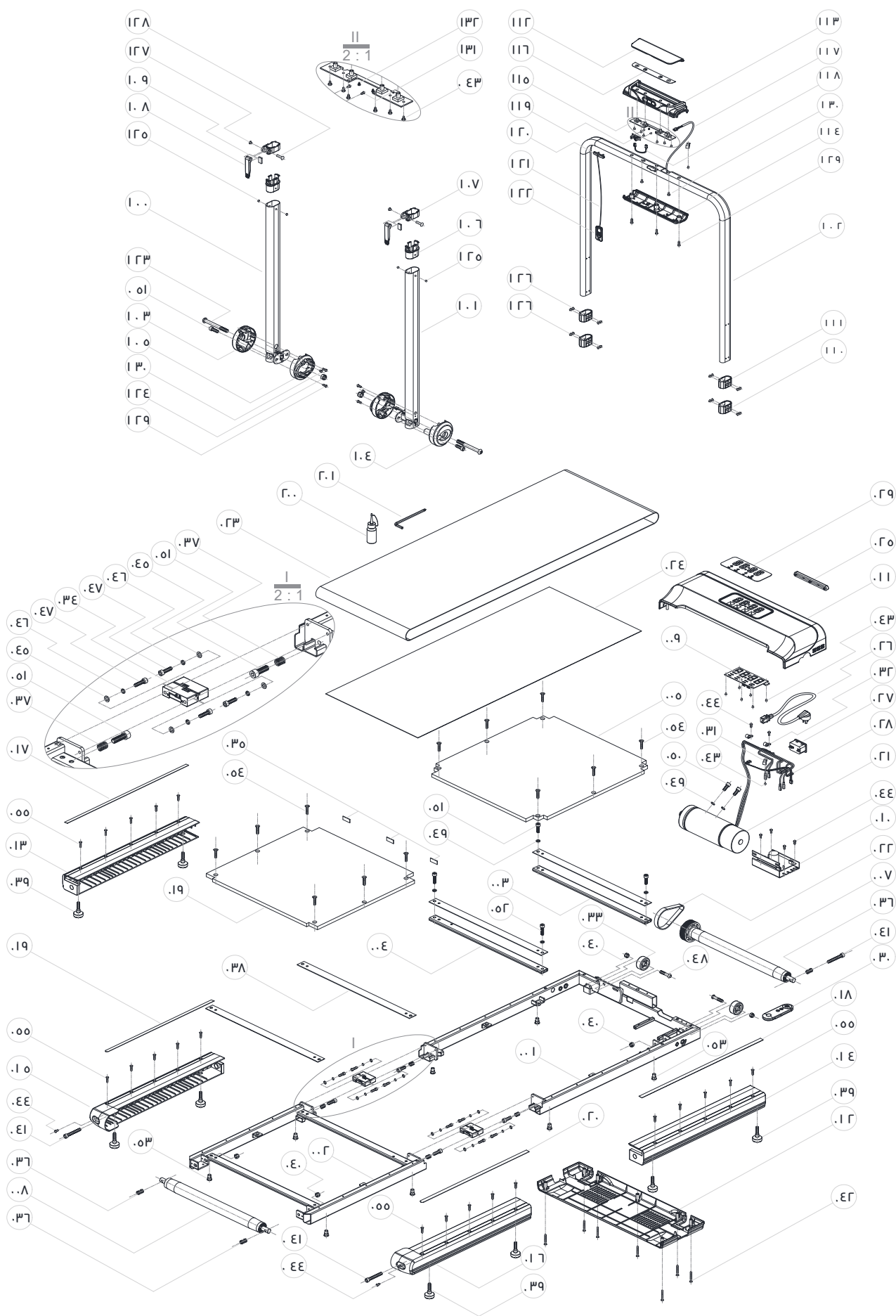
١٣. يجب أن يستخدم شخص واحد فقط جهاز المشي في أي وقت.

١٤. إذا واجهت أي ردود فعل سلبية مثل ألم في الصدر أو غثيان أو صعوبة في التنفس أثناء ممارسة الرياضة، توقف فوراً واطلب المشورة الطبية.

تحذير

يرجى ارتداء الأحذية الرياضية لاستخدام المنتج. عند استخدام هذا المنتج، من الضروري ارتداء الملابس الرياضية والأحذية الرياضية المناسبة من أجل سلامتك. لا تستخدم المنتج وأنت حافي القدمين، أو ترتدي الجوارب أو الصنادل فقط، لأن ذلك يزيد من خطر الإصابة.



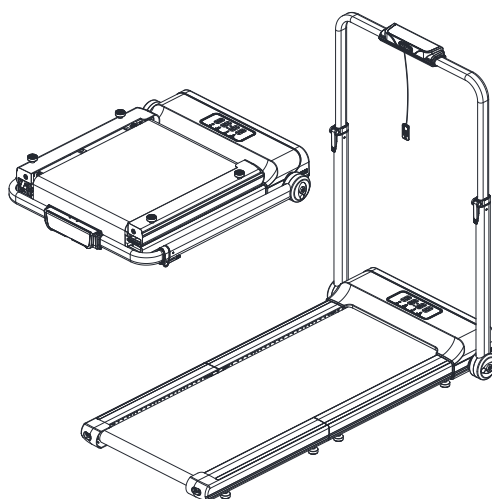


الشفرة	اسم القطعة	العدد
٢٧.	مفتاح التشغيل	١
٢٨.	تجميع تسخير الأسلاك	١
٢٩.	لوحة العرض الرقمية	١
٣٠.	جهاز التحكم	١
٣١.	مشبك السلك ١.	٢
٣٢.	مشبك السلك ٢.	٢
٣٣.	عجلة الجوال	٢
٣٤.	مفصل	٢
٣٥.	تشغيل لوحة فاصل الأوسط	٣
٣٦.	ضغط الربيع ١.	٣
٣٧.	ضغط الربيع ٢.	٤
٣٨.	وسادة لوح الجري	٤
٣٩.	حصير للقدم	٨
٤٠.	صامولة قفل سداسية (M٨)	٥
٤١.	برغي غطاء رأس المقبس السداسي (M٨ x٥٥)	٣
٤٢.	برغي ذاتي التنصت برأس غاطس متقاطع (ST٤,٢x٤٠)	٧
٤٣.	برغي ذاتي اللولبة برأس متقاطع (ST٢,٩x٦,٥)	١٣
٤٤.	برغي ذاتي اللولبة برأس متقاطع (ST٤,٢x١٣)	٨
٤٥.	غسالة مسطحة (D٥)	٤
٤٦.	فلكة مرنة (D٥)	٤
٤٧.	برغي غطاء رأس المقبس السداسي (M٥x٢٠)	٤
٤٨.	برغي برأس مستدير مسطح بمقبس سداسي (M٨x٤٠)	٢
٤٩.	فلكة مرنة (D٨)	٦
٥٠.	برغي غطاء رأس المقبس السداسي (M٨x١٢)	٢
٥١.	برغي غطاء رأس المقبس السداسي (M٨x٢٥)	٨
٥٢.	برغي غطاء رأس المقبس السداسي (M٨x٣٠)	٢

الشفرة	اسم القطعة	العدد
٠١.	الإطار الرئيسي الأمامي	١
٠٢.	الإطار الرئيسي الخلفي	١
٠٣.	أنبوب أفقي متوسط	١
٠٤.	أنبوب أفقي خلفي	١
٠٥.	لوحة التشغيل الأمامية	١
٠٦.	لوحة التشغيل الخلفية	١
٠٧.	الأسطوانة الأمامية	١
٠٨.	الأسطوانة الخلفية	١
٠٩.	التحكم العلوي بالمحرك	١
١٠.	التحكم في المحرك السفلي	١
١١.	غطاء المحرك	١
١٢.	الغطاء السفلي للمحرك	١
١٣.	غطاء الجانب الأمامي الأيسر	١
١٤.	غطاء الجانب الأمامي الأيمن	١
١٥.	الغطاء الخلفي الأيسر	١
١٦.	الغطاء الخلفي الأيمن	١
١٧.	ملصق فتحة الغطاء الأمامي الأيسر	١
١٨.	ملصق فتحة الغطاء الأمامي الأيمن	١
١٩.	ملصق فتحة الغطاء الخلفي الأيسر	١
٢٠.	ملصق فتحة الغطاء الخلفي الأيمن	١
٢١.	محرك	١
٢٢.	حزام	١
٢٣.	حزام الجري	١
٢٤.	وسادة حزام الجري	١
٢٥.	وسادة عازلة	١
٢٦.	حبل القوة	١

الشفرة	اسم القطعة	العدد
١١٦	ملصق سطح مسند الذراع PCB	١
١١٧	خط الاتصال ١.	١
١١٨	خط الاتصال ٢.	١
١١٩	اسطوانة قفل الأمان	١
١٢٠	مفتاح قفل الأمان	١
١٢١	حبل قفل الأمان	
١٢٢	سلسلة مفاتيح قفل الأمان	
١٢٣	برغي برأس مستدير مسطح بمقبس سداسي (M١٠×١٠)	
١٢٤	صامولة قفل سداسية (M١٠)	
١٢٥	برغي تثبيت سداسي (M٥×٤)	
١٢٦	برغي برأس غاطس متقاطع (M٣,٥×٦)	
١٢٧	برشام مستدير مسطح (٥×٦)	
١٢٨	مسامير مجوفة ذات رأس مستدير مسطح (٦×٢٤)	٢
١٢٩	مسامير التنصت الذاتية ذات الرأس المتقاطع (ST٤,٢×١٦)	٧
١٣٠	مسامير التنصت الذاتية ذات الرأس المتقاطع (ST٤,٢×٩,٥)	٤
١٣١	برغي ذاتي اللولبة برأس متقاطع (ST٢,٢×٦,٦)	٢
١٣٢	مسامير التنصت الذاتية ذات الرأس المتقاطع (ST٢,٢×٤,٥)	٢
٢٠٠	زيت السيليكون	١
٢٠١	مفتاح ربط سداسي متقاطع (D٦)	١

الشفرة	اسم القطعة	العدد
٥٣.	صامولة برشام سداسية الرأس مسطحة (M١٨×٦,٥)	٨
٥٤.	برغي ذو رأس غاطس بمقبس سداسي (M٦×٣,٠)	١٢
٥٥.	برغي ذاتي اللولبة ذات رأس غاطس متقاطع (ST٤,٢×٢٢)	٢٠
١٠٠	العمود الأيسر	١
١٠١	العمود الأيمن	١
١٠٢	مسند للذراعين	١
١٠٣	غطاء زخرفي قابل للطي على اليسار (على الجانب الأيسر)	١
١٠٤	غطاء زخرفي قابل للطي على اليمين (على الجانب الأيمن)	١
١٠٥	غطاء زخرفي قابل للطي على اليسار واليمين	٢
١٠٦	كم جوفاء	٢
١٠٧	كم التعديل	٢
١٠٨	تعديل مقبض الأكمام	٢
١٠٩	التعامل مع الكتلة المطاطية	٢
١١٠	كم الدليل	٢
١١١	كم الحد	٢
١١٢	غطاء حامل الهاتف	١
١١٣	الغطاء الأوسط لحامل الهاتف	١
١١٤	غطاء سفلي لحامل الهاتف	١
١١٥	لوحة PCB لمسند الذراع	١



المواصفات

اسم المنتج	Powerology آلة للمشي والجري بتصميم قابل للطي
SKU	PFTRDMLBK
الفولطية	٢٢٠ فولت تيار متردد، ٥٠ هرتز
محرك	محرك الفرشاة، ٧٥٠ حصان، الذروة ٢٠٠ حصان
وظيفة	وضع المشي والجري
سرعة وضع التشغيل	٦-١٠ كم/ساعة
سرعة وضع المشي	١-٦ كم/ساعة
حجم الحزام	٩٧،٥×٦٧،٥×١٠٥ ملم
سعة التحميل	يصل إلى ١٢٠ كجم
الوزن الصافي للمنتج	٣٠ كجم
حجم المنتج	٩٧،٥×٦٧،٥×١٠٥ سم (الحجم المطوي) / ١٢٨،٣×٦٧،٥×٩٧،٥ سم (الحجم غير المطوي)

المميزات

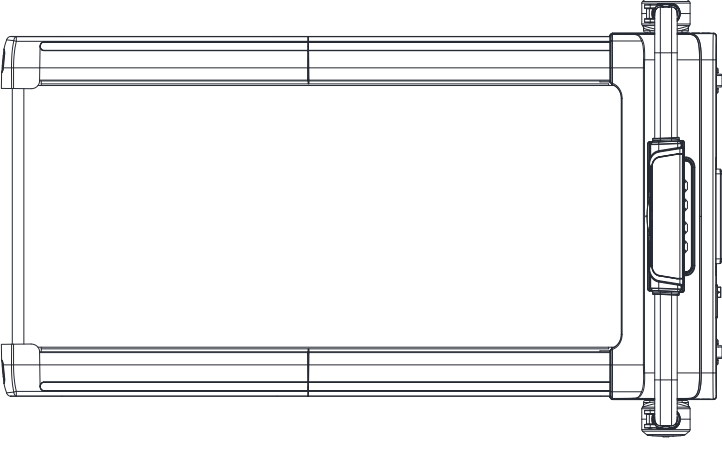
١. تصميم رائع وبسيط ومبتكر.
٢. تصميم قابل للطي لسهولة التخزين.
٣. نقل حزام متعدد الأخدود سلس وخالي من الضوضاء.
٤. شاشة رقمية إلكترونية متعددة الوظائف تعرض الوقت والسرعة والمسافة والسعرات الحرارية.
٥. الإطار الأمامي مزود ببكرات بلاستيكية لسهولة الحركة.
٦. سهل التركيب ويدمج أوضاع التشغيل المختلفة، ومتعدد الاستخدامات للاستخدام الشامل.
٧. مناسبة للاستخدام المنزلي.

A. ملاحظات

١. بعد تثبيت المنتج وفقاً للتعليمات، إذا كان هناك أي عدم استواء في الأقدام الثلاثة، فاضبط وسادات القدم حتى تصبح الوحدة مستوية.
٢. ننصحك بممارسة الرياضة لمدة ٣٠ دقيقة على الأقل يومياً لتحقيق الفوائد الصحية المثلى. وينصح أيضاً بالتحكم في سرعة وإيقاع تمرينك لتجنب الإصابة من السرعات الزائدة.

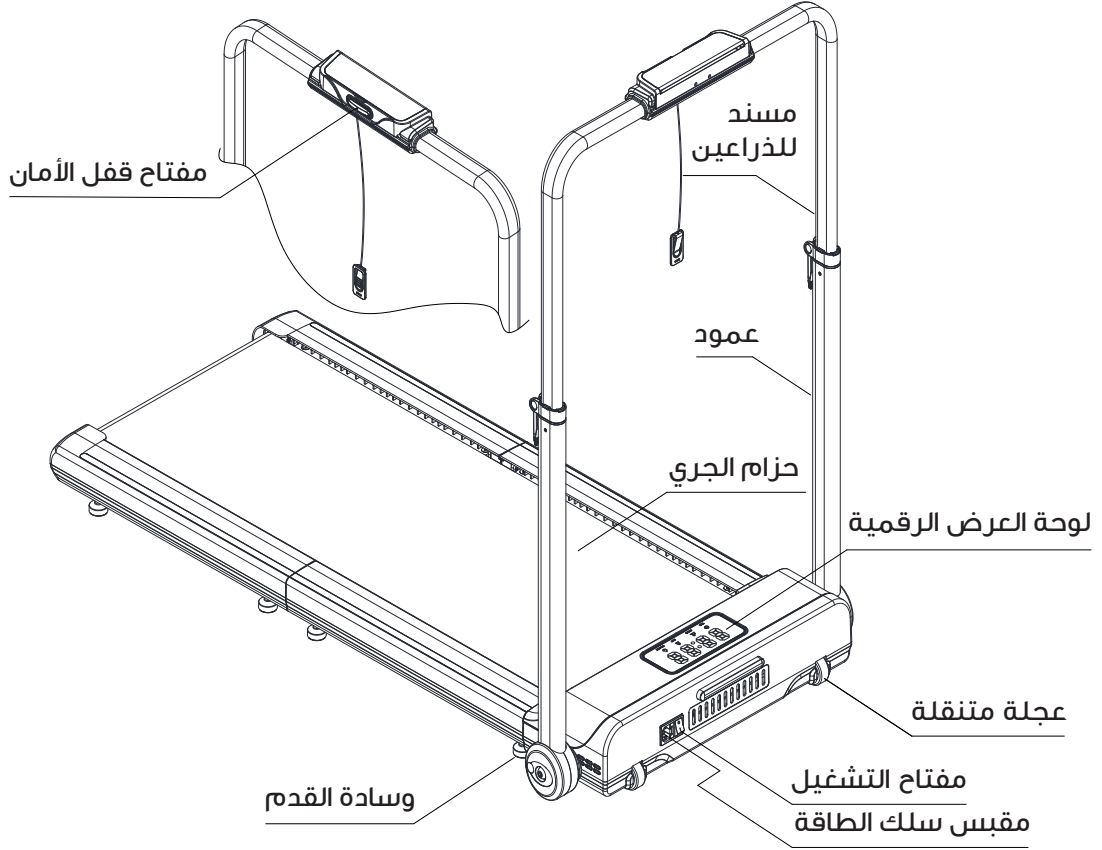
B. مكونات المنتج

يرجى التحقق بعناية مما إذا كانت العناصر الموجودة داخل العبوة كاملة وسليمة. إذا كان هناك أي عناصر مفقودة أو تالفة، يرجى الامتناع عن تثبيت المنتج أو استخدامه.

الملحق	المنتج
جهاز التحكم	
خط الكهرباء	
رأس مقبس سداسي برغي طاقم الغطاء	
مفتاح قفل الأمان	
مفتاح الربط	
زيت السيليكون	

C. أوضاع الوظائف

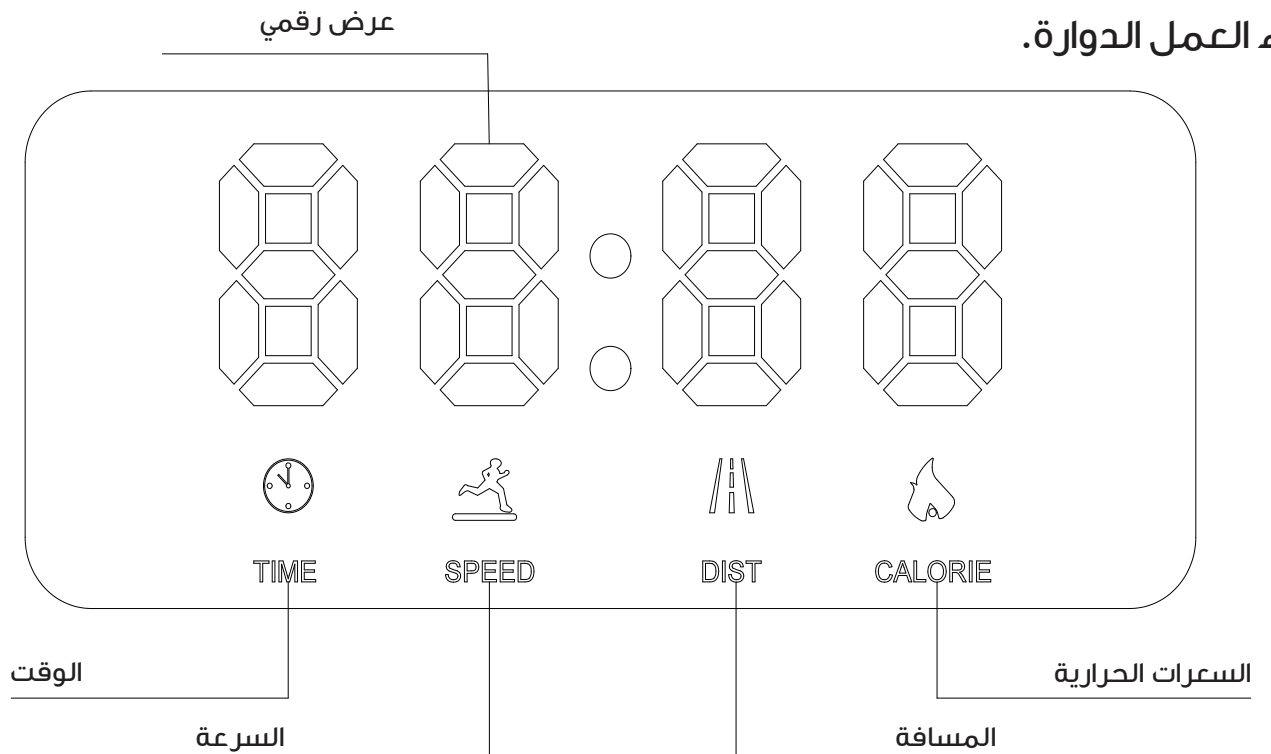
١. وضع المشي: السرعة القصوى تصل إلى ٦ كم/ساعة.
٢. وضع التشغيل: السرعة القصوى تصل إلى ١٠ كم/ساعة.



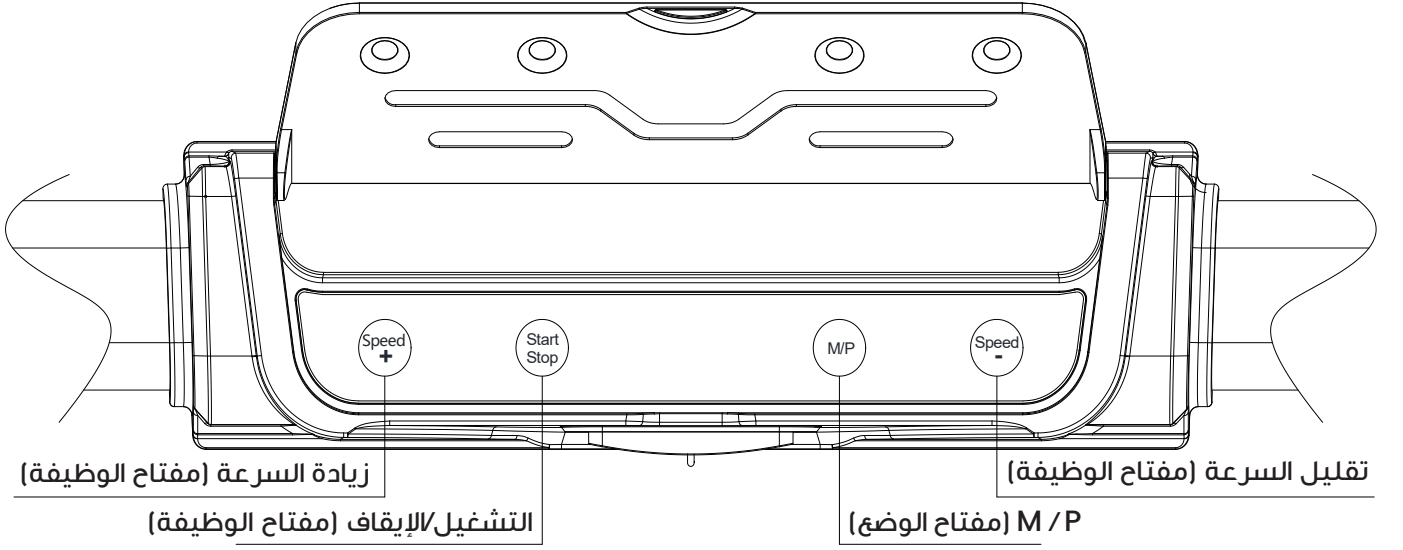
وحدات التحكم / العرض

A. لوحة العرض الرقمية

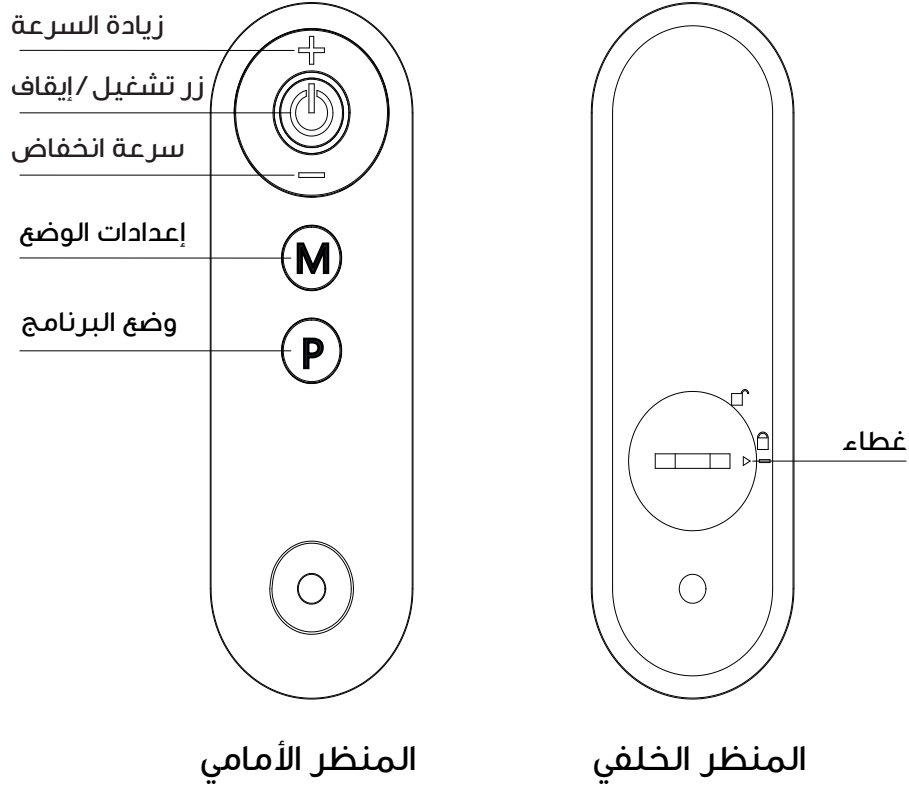
تشير لوحة العرض الرقمية إلى المعلومات التالية: الوقت والسرعة والمسافة والسرعات الحرارية وأضواء العمل الدوارة.



B. لوحة تحكم مسند الذراع



C. جهاز التحكم عن بعد



تعليمات الاستخدام

A. التشغيل

قم بتوصيل أحد طرفي سلك الطاقة بمأخذ الطاقة والطرف الآخر بمنفذ الطاقة الموجود في الجزء الأمامي من المنتج. ثم اضغط على مفتاح الطاقة الموجود أمام المنتج.

B. بدء التشغيل

تعريف وضع الاستعداد: الحالة التي يتم فيها تشغيل الجهاز وإدخال مفتاح الأمان.

١. في وضع الاستعداد، اضغط على زر "تشغيل/إيقاف" في جهاز التحكم عن بعد لمدة ٣ ثوانٍ وابدأ بشكل طبيعي بعد العد التنازلي.

٢. في وضع الاستعداد، اضغط على زر "بدء الإيقاف" الموجود على لوحة مسند الذراع لمدة ٣ ثوانٍ قبل البدء بشكل طبيعي.

ملاحظة: يمكن استخدام كلتا الطريقتين المذكورتين أعلاه لتشغيل الجهاز.

C. دليل لوحة التحكم بمسند الذراع

١. السرعة+

قم بزيادة السرعة بزيادات قدرها ٥٠ كيلومتر لكل ضغطة حتى تصل إلى السرعة القصوى المحددة. للتسريع بسرعة إلى أعلى سرعة، اضغط مع الاستمرار على الزر "Speed +" لمدة ثانيتين.

٢. ابدأ/توقف

اضغط على هذا الزر عندما يكون جهاز المشي في وضع الاستعداد. ستعرض السرعة "١.٠"، وسيبدأ تشغيل جهاز المشي. اضغط على زر إيقاف التشغيل مرة أخرى للتوقف.

٣. مفتاح الوضع (M/P)

في وضع الاستعداد، اضغط مع الاستمرار على هذا المفتاح لمدة ٣ ثوانٍ للتبديل إلى وضع آخر بعد سماع صوت الصافرة داخل الجهاز.

سيتم حفظ الوضع المحدد بعد انقطاع التيار الكهربائي.

٤. السرعة -

قم بتقليل السرعة بزيادات قدرها ٥٠ كيلومتر لكل ضغطة حتى تصل إلى الحد الأدنى للسرعة المحددة. لخفض السرعة بسرعة إلى أدنى سرعة، اضغط مع الاستمرار على زر " - السرعة " لمدة ثانيتين.

D. دليل التحكم عن بعد

١. زر التشغيل/الإيقاف

• في وضع الاستعداد لجهاز المشي، اضغط على هذا الزر؛ ستعرض السرعة "١.٠"، وسيبدأ تشغيل جهاز المشي.

- عندما يكون جهاز المشي قيد التشغيل، اضغط على هذا الزر لإعادة ضبط جميع البيانات إلى الصفر، وسيتباطأ جهاز المشي تلقائيًا حتى يتوقف.
- ٢. الزر "+".
قم بزيادة السرعة بزيادات قدرها هـ، كيلومتر لكل ضغطة حتى تصل إلى السرعة القصوى المحددة. للتسريع بسرعة إلى أعلى سرعة، اضغط مع الاستمرار على الزر "+" لمدة ثانيتين.
- ٣. الزر "-".
قم بتقليل السرعة بزيادات قدرها هـ، كيلومتر لكل ضغطة حتى تصل إلى الحد الأدنى للسرعة المحددة. لخفض السرعة بسرعة إلى أدنى سرعة، اضغط مع الاستمرار على الزر "-" لمدة ثانيتين.
- ٤. الزر "M" (زر الوضع)
اضغط على هذا الزر في وضع الاستعداد لضبط وقت العد التنازلي، والعد التنازلي للمسافة، والعد التنازلي للساعات الحرارية.
- ٥. الزر "P" (وضع البرنامج)
في وضع الاستعداد، يمكنك اختيار أي برنامج من P١ إلى P١٢. بعد تحديد البرنامج، اضغط على زر البدء للبدء، وسيقوم الجهاز تلقائيًا بضبط جلسة التمرين لمدة ٣٠ دقيقة بشكل افتراضي. لضبط وقت البرنامج، اضغط على الزر M، ثم اضغط على الزر "-" لضبط الحد الأدنى لوقت البرنامج على هـ دقائق. بمجرد اكتمال التعديل، اضغط على زر "تشغيل/إيقاف" للبدء.
- E. دليل وظيفة العرض
 - ١. الزمن
يتم عرض قيمة المؤقت المعينة للوضع الحالي أو وقت التشغيل في كل من الوضع الحالي والبرنامج. يبدأ المؤقت من ٠ إلى ٩٩:٥٩ ويعاد تشغيله بعد الوصول إلى أعلى نقطة له. هناك وضعان لعرض الوقت في النافذة:
 - a. حساب الوقت للأمام من ٠٠:٠٠ إلى ٩٩:٥٩.
 - b. عندما يصل الرقم إلى ٩٩:٥٩، يتوقف الجهاز ببطء ويدخل في وضع الاستعداد.
 - ٢. السرعة
تعرض الشاشة قيمة سرعة تشغيل الوضع الحالي.
 - a. نطاق سرعة وضع المشي هو ١٠-٦٠ كم/ساعة. عند الوصول إلى السرعة القصوى، يؤدي الضغط على زر التسريع إلى إصدار صوت تنبيه.

b. نطاق سرعة وضع التشغيل هو ٦٠-١٠٠ كم/ساعة. عند الوصول إلى السرعة القصوى، يؤدي الضغط على زر التسريع إلى إصدار صوت تنبيه.

٣. المسافة

a. عرض إجمالي مسافة الجري أو المشي للوضع الحالي ووضع البرنامج.

b. وفي وضع التوقيت الأمامي، تتراوح المسافة من ٠ إلى ٩٩,٩٩ كيلومترًا، وتتوقف الآلة ببطء عندما تصل إلى ٠.

٤. السرعات الحرارية

a. عرض تراكم السرعات الحرارية أثناء التمرين في الوضع الحالي ووضع البرنامج.

b. تتراوح السرعات الحرارية من ٠ إلى ٩٩٩٩، وتصل إلى أعلى نقطة لها ويتم إعادة حسابها.

٥. النافذة

سيتم عرض النافذة في دورة مدتها ٥ ثوانٍ من الوقت والسرعة والمسافة والسرعات الحرارية.

٦. نطاق البيانات المعروضة

• الوقت: ٠٠:٠٠ - ٩٩:٥٩ (دقيقة)

• السرعة: ١٠ - ١٢,٠ (كم/ساعة)

• المسافة: ٠,١ - ٩٩,٩٩ (كم)

• السرعات الحرارية: ٠ - ٩٩٩٩ (ج)

F. إيقاف التشغيل

١. اضغط على زر "تشغيل/إيقاف" الموجود على جهاز التحكم عن بعد لإيقاف الجهاز.

٢. اضغط على زر "بدء الإيقاف" الموجود على مسند الذراع لإيقاف الجهاز.

٣. في حالات الطوارئ، قم بإيقاف الآلة عن طريق سحب مفتاح الأمان مباشرة.

٤. استخدم زر مفتاح الطاقة الموجود على الجهاز لإيقافه (لا ينصح به أثناء الاستخدام).

٥. لإيقاف التشغيل، ما عليك سوى فصل سلك الطاقة (لا يُنصح به أثناء التشغيل).

G. وضع الاستعداد التلقائي

عندما يكون المنتج قيد التشغيل، ولكنه لا يكتشف أي وزن جاذبية، فإنه سيتوقف ويتحول إلى وضع الاستعداد بعد ٥ ثانية. لمواصلة تمارينك، اضغط على زر "تشغيل/إيقاف" أو زر "M/P".

H. تبديل الوضع

يحتوي هذا الجهاز على وضعين: وضع المشي ووضع التشغيل. لتبديل الأوضاع، اضغط مع الاستمرار على الزر "M/P" الموجود على مسند الذراع لمدة ٣ ثوانٍ عندما يكون الجهاز في وضع الاستعداد.

بعد سماع صوت الجرس داخل الجهاز، يمكنك التبديل إلى وضع آخر. سيتم حفظ الوضع المحدد حديثاً حتى بعد انقطاع التيار الكهربائي.

١. ملاحظة

- ٥. السرعات الحرارية القياسية هي ٣٠ سرعة حرارية / كيلومتر.**
- ٦. خطوة التسارع ٠,٥ كم/ث، وخطوة التباطؤ ٠,٥ كم/ث.**

استكشاف الأخطاء وإصلاحها

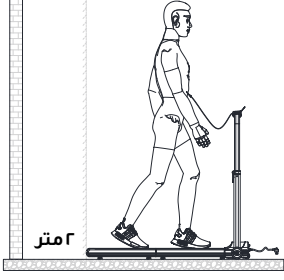
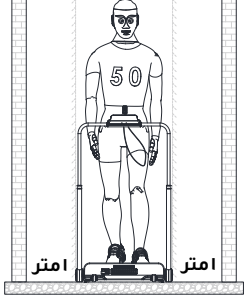
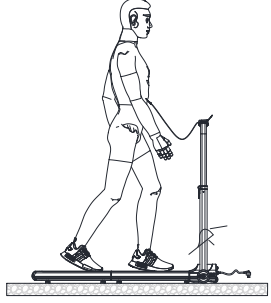
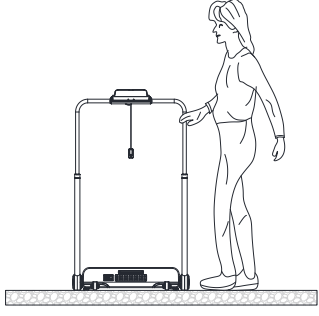
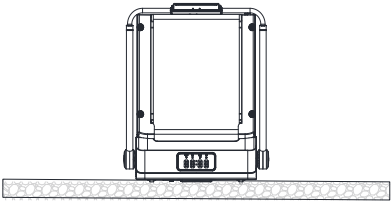
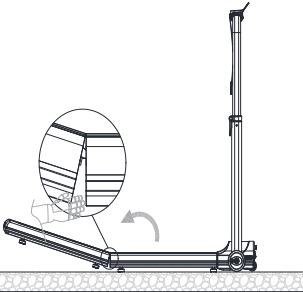
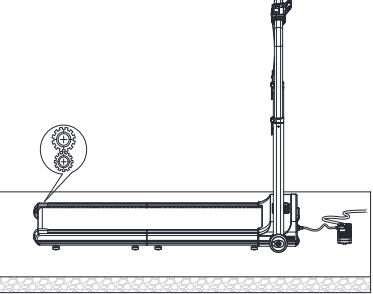
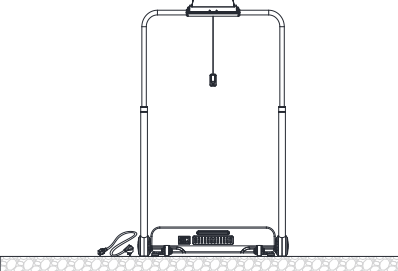
خطا بالكود	الوصف	الحل
U5	تم تنشيط الحماية من التيار الزائد	تيار الحمل لجهاز المشي مرتفع للغاية. ولمعالجة هذه المشكلة، قم بصيانة جهاز المشي وتشحيمة بانتظام لتقليل الاحتكاك. إذا لم يحل هذا المشكلة، فكر في استبدال المحرك أو ضبط وحدة التحكم السفلية.
U6	تم تفعيل حماية MOSFET	استبدل وحدة التحكم أو المحرك.
U7	فشل في التواصل	تأكد من توصيل سلك التوصيل رباعي النواة بشكل صحيح وآمن. إذا كانت هناك مشكلات في الاتصال، فاستبدل وحدة التحكم السفلية أو العلوية.
U8	تم تنشيط حماية الجهد الزائد	فحص أسلاك المحرك للتأكد من عدم ارتخائها. إذا لزم الأمر، استبدل المحرك.

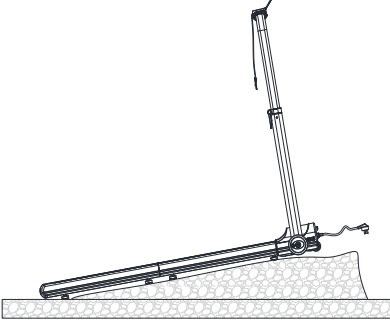
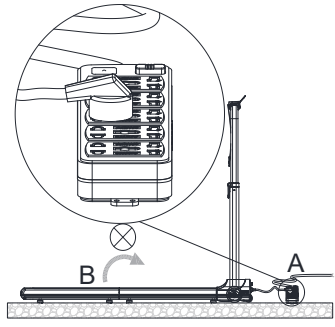
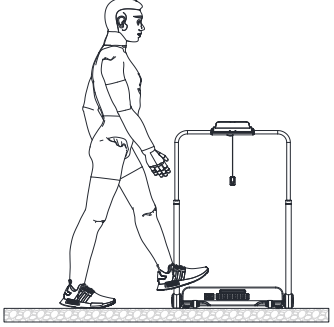
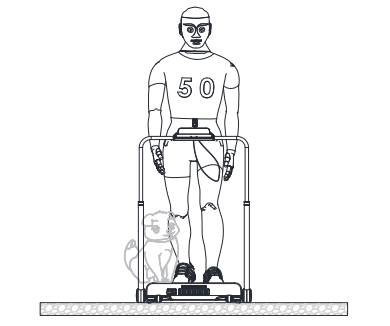
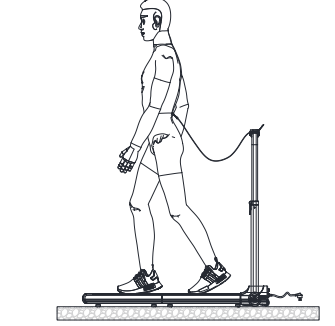
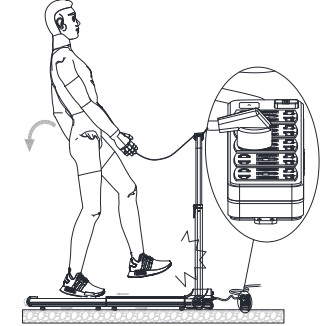
تجميع المنتج

افتح الصندوق وأخرج المنتج. قم بتدوير مسند الذراع وتثبيت ٢ براغي. بمجرد فتحه، قم بتوصيل المنتج وتجميعه كما هو موضح أدناه:

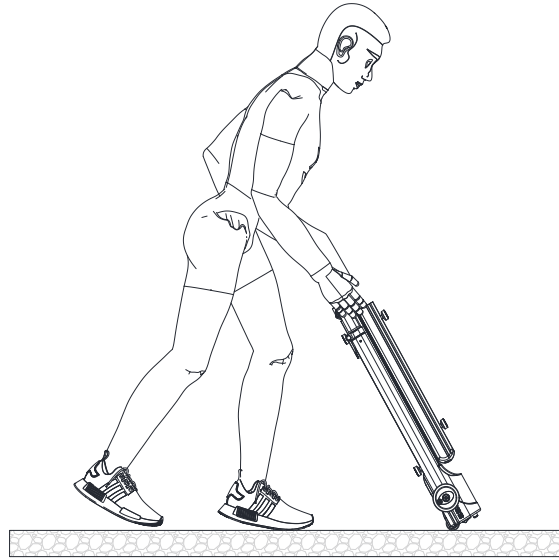
رقم الخطوة	التعليمات	الرسم البياني
١	افتح صندوق التغليف وقم بإزالة عناصر الحزمة.	
٢	A. قم بتدوير مسند الذراع إلى وضع عمودي على الجهاز كما هو موضح في الرسم التخطيطي. B. قم بتثبيت العمود على الإطار باستخدام البراغي السداسية ذات الرأس الأسطواني من مجموعة الأدوات كما هو موضح في الرسم التخطيطي. قم بتثبيت برغي واحد على كل جانب. إذا أصبح مسند الذراع مفككًا بعد الاستخدام، فقم بإحكام ربط البراغي على كلا الجانبين مرة أخرى. C. حرر مقبض جلبة الضبط. اضبط مسند الذراع على الارتفاع المرغوب فيه، ثم اضغط لأسفل على المقبض لتثبيت مسند الذراع في مكانه بإحكام.	
٣	A. افتح المنتج كما هو موضح في الرسم التخطيطي. B. قم بتوصيل سلك الطاقة وتشغيل الطاقة. C. أدخل مفتاح الأمان. ملاحظة: إذا كنت بحاجة إلى تخزين المنتج، فيرجى اتباع خطوات التثبيت بالترتيب العكسي لتخزينه مرة أخرى بشكل صحيح.	

تمت معالجة العديد من اعتبارات السلامة والتخفيف منها في تصميم وتصنيع منتجاتنا. ومع ذلك، قد تتطلب الأنواع المختلفة من الأجهزة وسيناريوهات الاستخدام المختلفة تدريباً مخصصاً لظروفك الخاصة. من المهم أن تتذكر وتابع تعليمات السلامة المقدمة مع عملية الشراء.

 2 متر ⚠️ تأكد من الحفاظ على منطقة أمان لا تقل عن مترين خلف جهاز المشي. يتيح لك ذلك الخروج بأمان من جهاز المشي بسرعة في حالة الطوارئ.	 50 سم 1 متر ⚠️ حافظ على منطقة أمان لا تقل عن متر واحد على جانبي جهاز المشي. وهذا يسمح بالخروج بشكل أسرع وأكثر أماناً من جهاز المشي في حالة الطوارئ.	 ⚠️ يرجى ارتداء الأحذية والملابس الرياضية المناسبة، وممارسة الرياضة حسب قدراتك الخاصة. إذا شعرت بعدم الراحة أثناء ممارسة التمارين الرياضية، توقف فوراً واستشر الطبيب لمنع خطر الإصابة.
 ⚠️ يجب على كبار السن والأطفال والنساء الحوامل توخي الحذر عند استخدام هذا الجهاز.	 ⚠️ عند تخزين جهاز المشي في وضع مستقيم، تأكد من وضعه في منطقة بها نقاط دعم على كلا الجانبين وإبقائه بعيداً عن متناول الأطفال.	 ⚠️ توخي الحذر لتجنب معسر يديك.
 ⚠️ تأكد من عدم تعليق الأغراض الشخصية أو تشابكها في هيكل جهاز المشي.	 ⚠️ افصل سلك الطاقة عندما لا يكون جهاز المشي قيد الاستخدام.	

 لا تستخدم جهاز المشي على أرض غير مستوية.	 يُمنع منعاً باتاً طي جهاز المشي أثناء تشغيله.	 ممنوع منعاً باتاً الوقوف على جهاز المشي.
 يمنع منعاً باتاً استخدام جهاز المشي لحمل الحيوانات الأليفة.	 لا تستخدم جهاز المشي رأساً على عقب أو جانبياً.	 يمنع منعاً باتاً تشغيل جهاز المشي أو إيقاف تشغيله أثناء تشغيله.

التعامل الآمن



التنظيف والصيانة والتكيف

A. التنظيف والصيانة اليومية

A. التنظيف:

للتنظيف اليومي، امسح الجهاز بلطف باستخدام قطعة قماش ناعمة لإزالة الغبار. تجنب استخدام المنظفات الكاشطة أو المواد الكيميائية القاسية على الأجزاء البلاستيكية. بعد كل استخدام، امسح أي عرق على الفور.

A. الصيانة

1. تجنب التعرض لأشعة الشمس المباشرة، خاصة في فصل الصيف، لأنها ستؤدي إلى تلف المكونات الإلكترونية.
2. حافظ على جهاز المشي في بيئة نظيفة وجافة.
3. يُحفظ بعيدًا عن متناول الأطفال والحيوانات الأليفة.
4. افحص جميع المكونات المجمعة على جهاز المشي للتأكد من عدم ارتخائها أسبوعيًا. حافظ على المكونات ثابتة بشكل آمن.
5. قم بإضافة زيت السيليكون بانتظام إلى جهاز المشي لضمان التشغيل الأكثر سلاسة للمعدات.

B. التشحيم

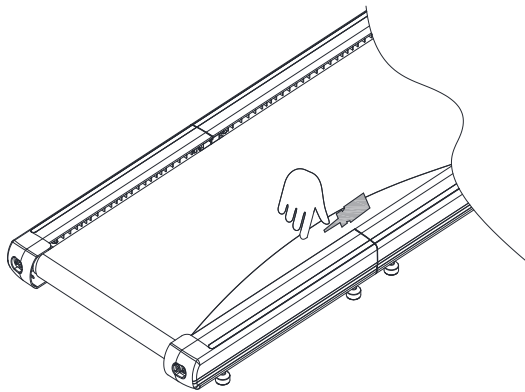
بعد استخدام سير التشغيل لفترة من الوقت، يجب استخدام زيت تشحيم خاص للتزييت.

B.1 جدول التشحيم الموصي به

1. استخدمه لمدة أقل من 3 ساعات في الأسبوع: قم بالتشحيم مرة واحدة كل 5 أشهر.
2. استخدمه لمدة 4-7 ساعات في الأسبوع: قم بالتشحيم مرة واحدة كل شهرين.
3. استخدمه لأكثر من 7 ساعات في الأسبوع: قم بالتشحيم مرة واحدة في الشهر.

ملاحظة: لا تضيفي الكثير من الزيت في كل مرة.

B.2 تحقق مما إذا كان التشحيم مطلوبًا



أمسك حزام الجري بيدك والتمس المنطقة المركزية في الجزء الخلفي من الحزام قدر الإمكان. إذا كان هناك زيت السيليكون على يدك (أو إذا شعرت بالرطوبة قليلاً)، فهذا يعني عدم الحاجة إلى التشحيم. إذا شعرت أن لوحة التشغيل جافة ولا يوجد زيت سيليكون على يدك، فهذا يشير إلى الحاجة إلى تشحيم الزيت.

B.3 تعليمات التشحيم

لتليين الجهاز، تأكد من إيقاف تشغيل جهاز المشي وفصل سلك الطاقة. أدخل يدك في منتصف حزام الجري (راجع الصورة الموجودة على اليمين) ورش زيت السيليكون على الجزء الداخلي من حزام الجري. قم بتشغيل جهاز المشي بسرعة 1 كيلومتر لتطبيق زيت السيليكون بالتساوي، وقم بتمرير الحزام بلطف من اليسار إلى اليمين. بعد بضع دقائق، سيتم امتصاص زيت السيليكون بواسطة حزام الجري.

C. تعديل أشرطة الجري المرنة

يتم تعديل إحكام حزام الجري الخاص بجميع أجهزة المشي أثناء الإنتاج. ومع ذلك، قد تصبح الأشرطة فضفاضة مع مرور الوقت. العلامات المحددة لذلك هي التوقف المؤقت والانزلاق أثناء الاستخدام العادي. عندما يحدث ذلك، اضبط مسمار تعديل حزام التشغيل في اتجاه عقارب الساعة بمقدار نصف دورة، وتأكد من مزامنة كلا الجانبين.

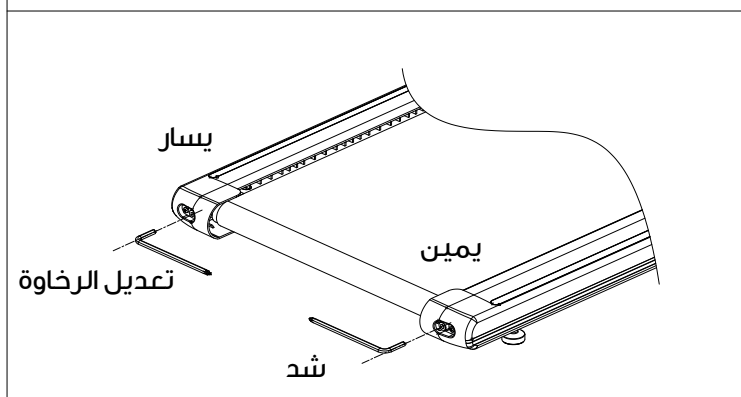
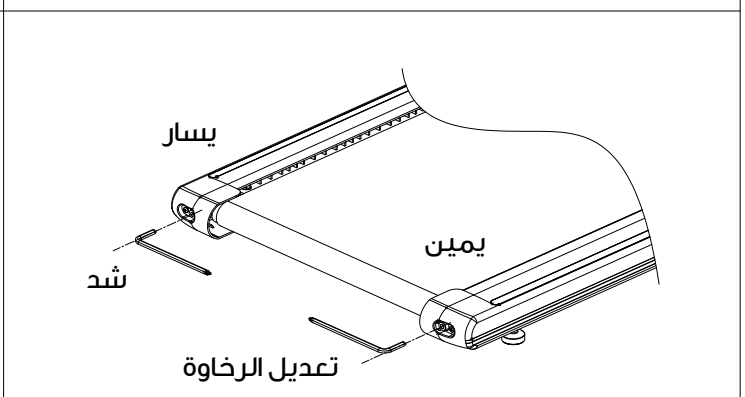
D. تعديل انحراف حزام الجري

يتم ضبط حزام الجري في جميع أجهزة المشي قبل مغادرة المصنع. ومع ذلك، بعد استخدامه لفترة من الوقت، قد يستمر في مواجهة انحراف حزام التشغيل، والذي يمكن أن يحدث للأسباب التالية:

١. تم وضع جهاز المشي بشكل غير متساو.

٢. عدم وضع قدم المستخدم في منتصف حزام الجري أثناء التمرين.

٣. تمارس أقدام المستخدم قوة غير متساوية.

الانحراف إلى اليسار	الانحراف إلى اليمين
	

تحذير: قد يؤدي تشغيل الحزام بعيدًا عن المسار إلى تلف الحزام بشكل خطير ويؤثر على مدة خدمته. يرجى إجراء التعديلات في الوقت المناسب إذا تم العثور على الانحراف.

تمارين التمدد الموصي بها

من الضروري ممارسة تمارين التمدد قبل ممارسة التمارين الرياضية لمساعدة العضلات على التمدد بسهولة أكبر.

١. قم بالتمديد للأسفل

اثن ركبتيك قليلاً، واثني جسمك ببطء إلى الأمام لمنع ارتخاء ظهرك وكتفيك، وحاول لمس أصابع قدميك بكلتا يديك. استمري لمدة ١٠-١٥ ثانية، ثم استرخي. كرر ثلاث مرات (انظر الشكل ١).

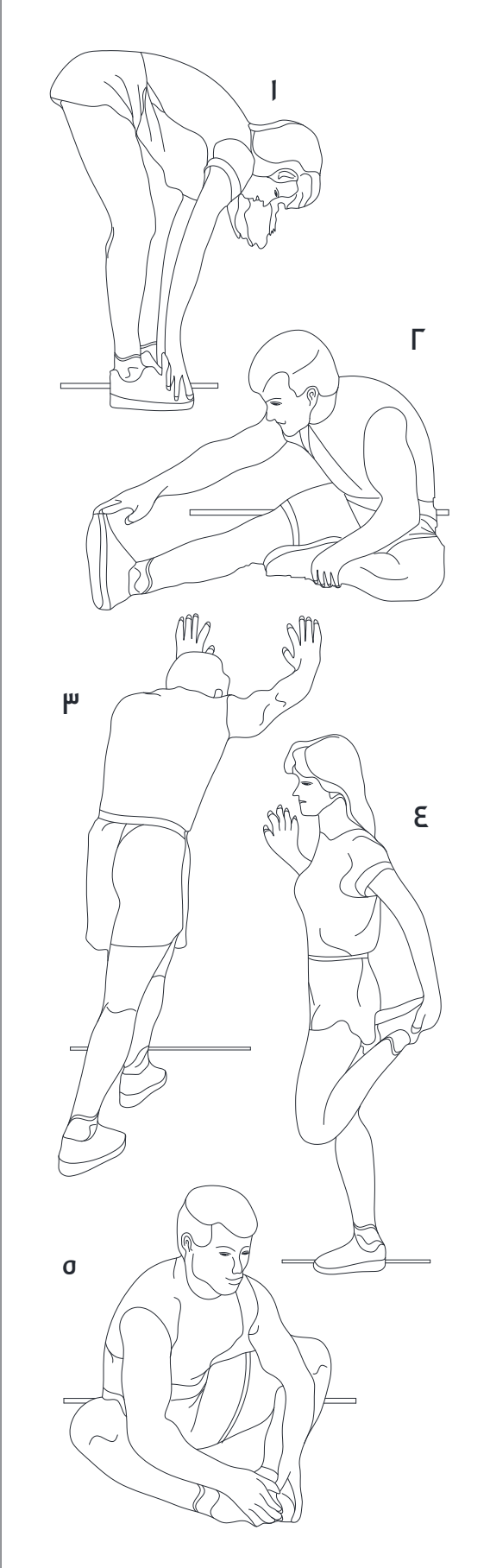
٢. تمديد وتر القدم

الجلوس على حصيرة نظيفة، وتصويب ساق واحدة. اسحب الساق الأخرى إلى الداخل، بحيث تكون محكمة على الجانب الداخلي للساق الممتدة. حاول أن تلمس أصابع قدميك بيديك. استمري لمدة ١٠-١٥ ثانية، ثم استرخي. كرر ذلك لكل ساق ثلاث مرات (انظر الشكل ٢).

٣. تمديد أوتار الساق والكعب قف بشكل مستقيم بكلتا يديك على الحائط أو الشجرة، وقدم واحدة خلفك. أبق قدمك الخلفية منتصبه وعلى الأرض، مائلة نحو الحائط أو الشجرة. استمري لمدة ١٠-١٥ ثانية، ثم استرخي. كرر ذلك لكل ساق ثلاث مرات (انظر الشكل ٣).

٤. تمديد عضلة الرأس

استخدم يدك اليسرى لتحقيق التوازن على الحائط أو الطاولة، ثم قم بمد يديك اليمنى إلى الخلف، وامسك بكاحلك الأيمن، واسحب ببطء نحو الأرداف حتى تشعر بالعضلات أمام فخذيك متوترة. استمري لمدة ١٠-١٥ ثانية، ثم استرخي. كرر ذلك لكل ساق ثلاث مرات (انظر الشكل ٤).



٥. تمديد عضلة Sartorius (عضلة الفخذ الداخلية) اجلس على بساط نظيف مع وضع القدمين في مواجهة بعضهما البعض والركبتين في مواجهة الخارج. أمسك كلا القدمين بكلتا يديك واسحبهما نحو الفخذ. استمري لمدة ١٠-١٥ ثانية، ثم استرخي. كرر ثلاث مرات (انظر الشكل ٥).

الضمان

المنتجات التي تشتريها مباشرة من موقعنا الإلكتروني أو متجر **Powerology** تأتي مع ضمان لمدة ٢٤ شهرًا.

ينطبق الضمان لمدة ٢٤ شهرًا على المنتجات التي تم شراؤها مباشرة من موقعنا الإلكتروني أو متجر **Powerology**. إذا تم شراء منتجات **Powerology** من أي من بائعي التجزئة المعتمدين لدينا، فسيكون المنتج مؤهلاً للحصول على ضمان لمدة ١٢ شهرًا فقط. لتمديد ضمان منتجك، قم بزيارة موقعنا الإلكتروني **powerology.me/warranty** وقم بملء التفاصيل الخاصة بك في النموذج المقدم بالإضافة إلى صورة تم تحميلها للمنتج لمعالجة طلبك. بمجرد الموافقة، ستتلقى رسالة تأكيد عبر البريد الإلكتروني بشأن ضمان المنتج الممتد. قم بتحميل المعلومات المطلوبة خلال ٤٨ ساعة من الشراء لتكون مؤهلاً لفترة ضمان مدتها ٢٤ شهرًا.

لمزيد من المعلومات، يرجى التحقق من:

powerology.me/warranty

اتصل بنا

إذا كانت لديك أي أسئلة حول سياسة الخصوصية هذه، فيرجى الاتصال بنا على:

hey@powerology.me

موقع الكتروني: **powerology.me**

انستغرام: **powerology.me**

الفيسبوك: **powerology.ME**