

X 新贵族®  
INGUIZU

# 安装使用说明书

XG-4600Z



X 新贵族®  
INGUIZU  
NEUNOBLE

宁波新贵族运动用品有限公司  
NINGBO NEWNOBLE SPORT EQUIPMENT CO.,LTD.

- 地址：宁波市鄞州区云龙镇园坳工业区云莫公路98号
- 电话：86-574-88395686
- 传真：86-574-88395684
- 网址：www.nbxgz.com
- 邮编：315137
- 企业邮箱：sales@nbxgz.com
- 网络实名：宁波新贵族
- 中文域名：新贵族.中国(新贵族.cn)

- ADD:No.98 Yunmo Road ,Yuantu Industrial Zone,Yunlong Town,YiZhou District,Ningbo,Zhejiang, China
- TEL: 86-574-88395686
- FAX:86-574-88395684
- Http://www.nbxgz.com
- E-mail: sales@nbxgz.com

免费服务热线：400-600-6355

- 型录所附图片与资料仅供参考，如有变更请依实物为准！
- 新贵族公司拥有对产品的最终解释权！

宁波新贵族运动用品有限公司  
NINGBO NEWNOBLE SPORT EQUIPMENT CO.,LTD.

**⚠️ 警示 为了您的安全，以下几点必须严格遵守!**

**为保证机器运转正常，使用前必须先自检一次**

1. 跑步机应水平放置在室内，着地稳妥可靠，不允许有轻微摆动，可用地毯或橡胶垫实。
2. 跑步机周围1米范围内的空间不允许摆放物件，不使用吋不准在跑板上堆物或扶手上挂物。
3. 跑步机为室内机械，不能将跑步机放置在露天场所，不能靠近易燃易爆物品，避免将水溅到跑步机上，以防电气系统发生短路；潮湿天气电机应该经常运转，去除潮气。
4. 电源线插座必须接地可靠，同一供电线路上尽量避免同时使用其它电器，以避免相互干扰。
5. 练习者务必穿着运动服及运动鞋，运动前先做10分钟热身运动，严禁赤脚或穿硬底皮鞋、高跟鞋，严禁穿宽松肥大的服装，长发者必须将头发结扎在背后，不使摆动。
6. 严禁站在跑带上启动跑步机。练习者在跑步过程中始终手握扶手，启动前将双脚置于跑步机两侧边条上，并将急停开关夹在练习者身上启动跑步机。踏上跑步板前先暂定低速位置，再慢慢增加速度，离开跑步机时，先将速度调至最低以免失去平衡。
7. 使用前检查跑步机的所有零部件装配是否牢固、螺母是否拧紧、跑带张紧度是否合适。有故障的跑步机绝对不能使用。
8. 不允许同时两人在跑步机上，体重超过180千克的人不宜使用，以防过载。
9. 心率传感器不属医疗设备，读数误差较大，只能作为参考。
10. 小孩及年老体弱者不能使用该跑步机，未成年人使用时需有成年人在旁陪护。切勿连续空载运行，不用吋请拔掉电源插头。
11. 非我公司授权销售商或专业维修人员，请勿随意拆卸机器。
12. 机器在运转时，绝对不可用手触碰任何运转中的部件。
13. 遇下列情况跑步机必须重新自检：a.在组装新机器后必须自检；b.从一个地方搬到另一个地方使用前必须自检（由于输入电源参数不同）；c.使用一段时间后出现速度不稳定时必须自检（由于马达驱动器自身参数有可能改变）。

**本机仪表特点**

- ※ 本机采用了嵌入式15寸液晶电视屏。
- ※ 本机采用12种变速跑步固定程式及12种变速爬坡跑步程式，能满足不同人群的自由选择。
- ※ 本机扶手采用高级发泡软料制作，使人握着柔和、舒适。

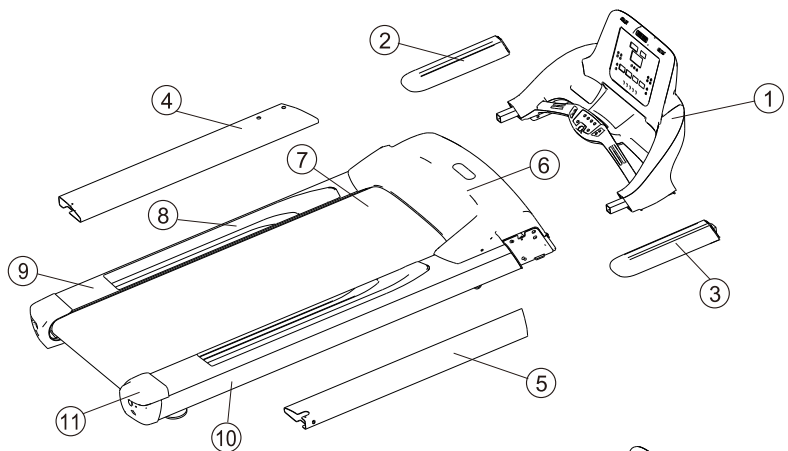


- 1.15寸TFT：15寸电视屏
  - 2.MP3输入插孔
  - 3.USB插口：可以方便驳接USB端口的U盘等众多设备。
  - 4.耳麦输出插孔
  - 5.设定+：配合程序健增加设定时间、速度、热量等。
  - 6.设定-：配合程序健减少设定时间、速度、热量等。
  - 7.程序：按此健可以确定设定模式。
  - 8.风扇开关：启动、关闭风扇。
  - 9.坡度+：坡度增加
  - 10.坡度-：坡度减少
  - 11.开始：跑步机启动
  - 12.安全开关：拉脱此开关跑步机停止运行，电子表无显示。
  - 13.停止：跑步机停止
  - 14.速度-：跑步机减速；递减数设定。
  - 15.速度+：跑步机加速；递增数设定。
  - 16.手握心率：双手握住可测试当前心率。
- 注：心率测试是通过传感来测试的，仅供参考。

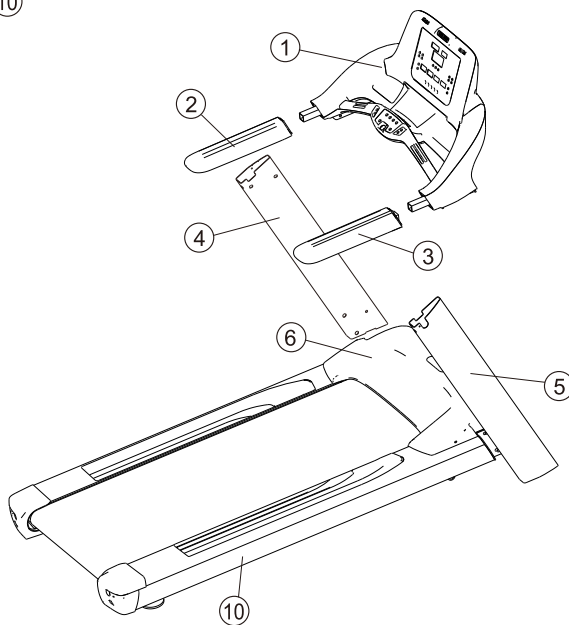
## 安装与部件介绍

### 安装事项

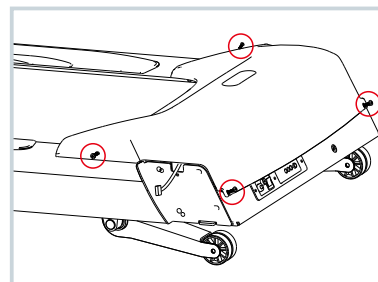
1. 检查跑步机所附零件数量是否与说明书相符。
2. 当您组装跑步机时请先将螺栓、螺钉及垫圈等全部零件组合完毕之后（为有利安装方便，装配时将各螺丝按上后先不拧紧，待全部装上后再将相应各部螺丝拧紧）。用相应工具将螺栓、螺钉锁紧。
3. 组装时必须严格按照说明书规定的安装步骤进行组装。



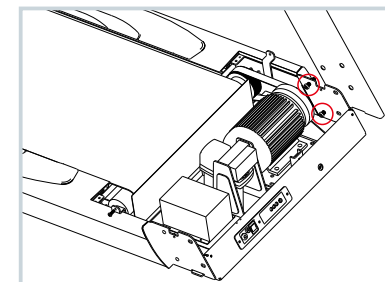
- ① 表头
- ② 左扶手
- ③ 右扶手
- ④ 左立柱
- ⑤ 右立柱
- ⑥ 马达盖
- ⑦ 跑步带
- ⑧ 踏脚垫
- ⑨ 压条
- ⑩ 机台
- ⑪ 后尾座



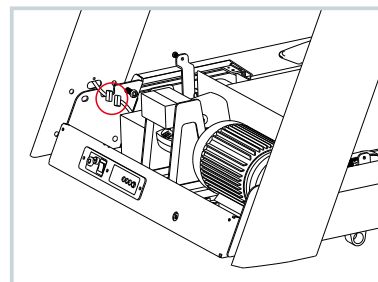
## 安装步骤



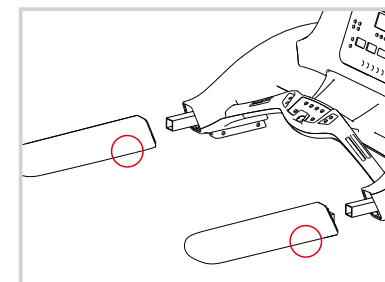
1. 用十字螺丝刀将马达盖螺丝从机台上拆卸下来。



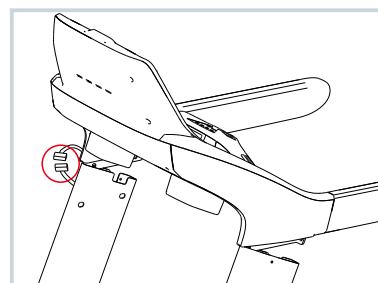
2. 用手将左侧立柱与机台螺丝旋入三圈。



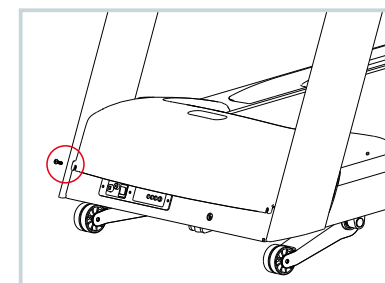
3. 先将右侧立柱连接线与机台连接线对插固定，用手将右侧立柱与机台螺丝旋入三圈。



4. 用内六角扳手将左右扶手与表头用螺丝固定。



5. 将表头连接线与右侧立柱连接线对插固定，将表头套入立柱内，用内六角扳手将螺丝锁紧。



6. 先用内六角扳手将左右立柱与机台螺丝锁紧，后用十字螺丝刀将马达盖螺丝与机台固定。

## 触摸屏操作

### 1. 上电开机界面



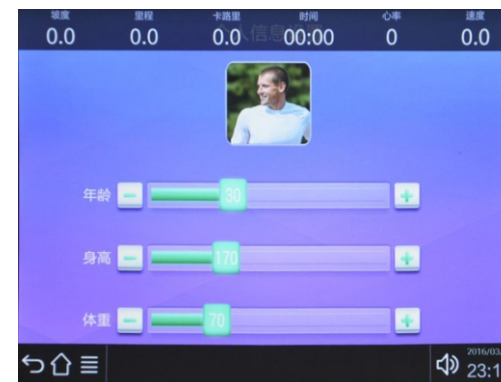
### 2. 主界面第一页：



2.1 点击“语言选择”，可根据不同国家的用户，切换到相应的语言，方便用户使用，如下图：



2.2 点击“个人信息”，点击图片切换性别。如下图：



2.3 点击“训练模式”可选择不同的运动模式



2.3.1 手动模式，如下图：





2.3.2 除手动模式外其余模式下的启动界面，如下图：



2.3.3 目标时间：此功能为用户自由设置所需跑的时间，达到预期的目标后，运动结束，运动中用户可自由增减速度、坡度，设置界面如下：



2.3.4 目标里程：此功能为用户自由设置所需跑的里程，达到预期的目标后，运动结束，运动中用户可自由增减速度、坡度，设置界面如下：



2.3.5 目标热量：此功能为用户自由设置所需跑的热量，达到预期的目标后，运动结束，运动中用户可自由增减速度、坡度，设置界面如下：



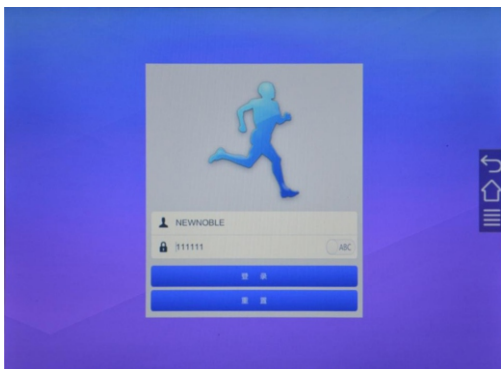
2.3.6 目标心率：此功能为用户自由设置所需达到的心率，达到预期的目标后，运动中系统会自动增减速度、坡度，设置界面如下：



2.3.7 固定程序：此功能可直接选择固定的运动程序，20分钟后运动结束，运动中系统会自动增减速度、坡度，设置界面如下：



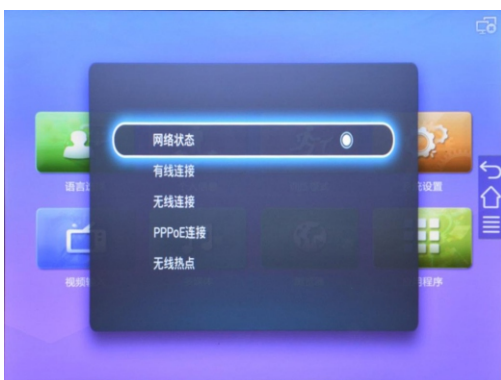
2.4 系统设置：需要输入用户NEWNOBLE(大写)和密码(111111)。



根据实际的情况设置相应的参数如下各图：



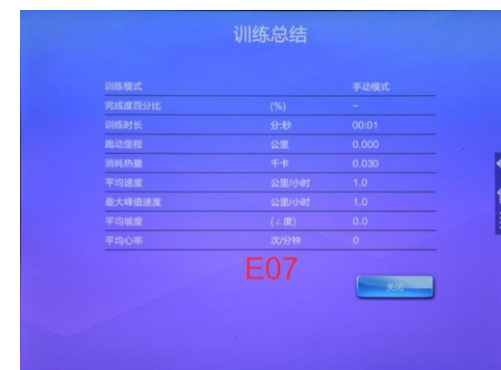
网络设置：选无线连接可设置WIFI相关参数。



2.5 多媒体：可选择音频、视频、图片功能，需要插入U盘使用。



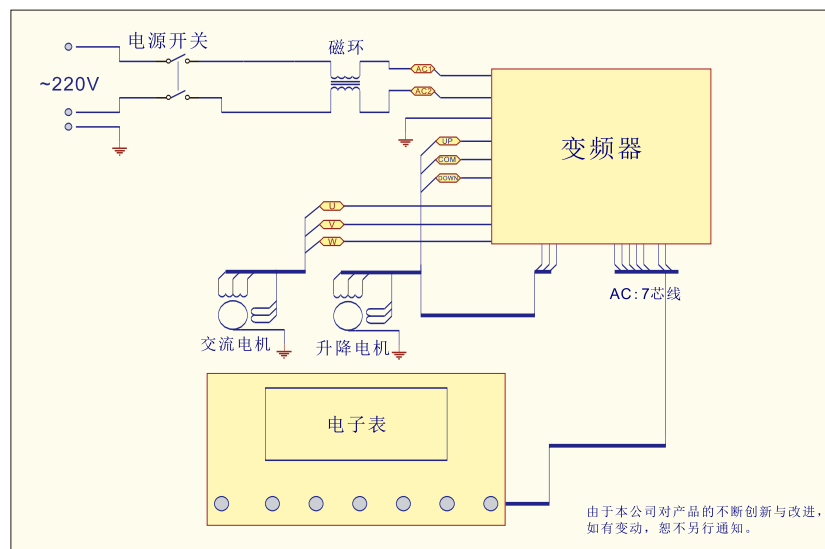
2.6 训练总结及错误界面，如下图：



错误警示描述

错误代码	描述
E1	通讯错误
E2	坡度错误
E3	EM开关断开
E4	电流错误（过流，过热）
E5	电源错误（欠压）
E6	负载错误（过载）
E7	CE开关断开

## 电路图



## 技术参数

工作电压	220V±10%(50Hz)	计距范围	0.1-99.9km
最大载重	≤180千克	热量范围	00-999卡路里
外形尺寸(W×C×H)	2050×915×1545mm	心率范围	40-250次/分钟
跑步面积	585×1550mm	速度范围	1.0-20公里/小时
整机重量	205kg	坡度范围	0%-20%
外包装尺寸(W×C×H)	2150×965×405mm (跑台) 740×960×330mm (表头)	工作环境温度	0°C-40°C
		安全保护区	多种保护功能
电机功率	4.5P 220VAC	峰值功率	7.0HP
计时范围	00:00~99:59(分钟秒)	驱动器	220VAC 10A
电子表显示	时间 速度 坡度 距离 热量 心率 运行程式显示 多种故障显示		

\*由于本公司对产品的不断创新与改进，如有变动，恕不另行通知！

## 使用功能说明

1. 将三芯插头插入220V市电插座上、打开电源开关、指示灯亮，各窗口按待机状态显示，表明跑步机已经通电，正处于待机状态。
2. 将急停开关放在电子表急停开关的位置上。

### 跑步运动

- (1) 训练腿部肌肉，减少脂肪，加强肺活量。
- (2) 对于腿部伤害者有助于复健的功能。

操作方法：

- (a) 必须将安全开关夹在练习者胸前的衣襟上。
- (b) 一手抓住扶手一手按速度+键，使其达到2.5-3.5千米/小时速度，（初跑者最佳速度）。双手同时抓住扶手，双脚先后跨上跑带，很快就能与跑带同速。
- (c) 经过数分钟后，可按本人能力增速跑步，增速时仍要手握扶手，右手按速度+键增速。



## 练习指南

### 1. 练习时间

持续练习时间，由您自身的体格条件而定，一般来说，至少持续10分钟练习。如果身体允许，可以坚持更长时间，一般在20~30分钟。

练习开始前，应做几分钟热身操，练习开始后应逐渐增加运动强度，直到心率能承受的范围。练习结束，应缓慢减低跑带速度，直到停止。

### 2. 如何经常练习

每周进行3-5次练习，能使练习达到最佳效果。每次练习之后，一定要使体能得到充分恢复。恢复体能时间应根据本人身体条件而定（一般需24小时为宜）。

## 热身运动示意图



## 跑步机保养

### 1. 清洁

跑步机应保持外观清洁。清洁跑步机，必须先切断电源，使用柔软、微潮的旧棉布擦拭跑步板、跑带及其它外表面。切忌使用化纤、丝绸之类抹布，以防产生静电而危及电子零件。

### 2. 添加润滑油

此跑步机的跑板和跑带之间已经预先涂好润滑油，跑步机一般家用50天左右、专业健身使用15天左右，对跑带要加跑带润滑油，以减少摩擦力，延长机器使用寿命，具体方法：将油抹在手心或棉球，扳起跑带边，手伸进或将油喷在跑板上，机器运转后油将自然带到跑带上了。

### 3. 跑带纠偏

产品出厂时跑带已调整合格。由于运输或使用会出现跑带跑偏现象。可用随机带的扳手自行调试。扳动以半圈为单位，逐步调整。

### 4. 跑步打滑

跑步机使用一段时期后，会出现空载时正常，跑步时有停顿感现象。当出现这种现象时，是有两个地方太松所致。

①跑带可能稍微拉长，具体调整办法用内六角扳手按顺时针方向两边同步调整螺钉，调节量相等，以半圈为单位调节。调至跑带不打滑，不跑偏为止，切勿调节过紧，以免损坏跑带及机器(如图a所示)。

②打开马达盖，检查电机多楔皮带，如松动适当调紧，具体方法先松开四只电机螺钉，用内六角扳手拉紧螺钉至多楔皮带适当不打滑为止，不宜过紧以免损坏机器(如图b所示)。

