

# CHIRON GT1

无动力跑步机使用说明书



## 目录

1	重要注意事项 .....	3
2	重要预防措施 .....	3
3	组装 .....	4
3.1	包装尺寸 .....	4
3.2	机台尺寸 .....	4
3.3	部件简介 .....	5
3.4	产品序号与安全警告标示 .....	6
3.5	安装位置须知 .....	8
3.6	包装零件列表 .....	9
3.7	组装步骤 .....	12
3.8	搬运说明 .....	25
4	使用 .....	26
4.1	使用须知 .....	26
4.2	使用前准备 .....	27
4.3	操作概览 .....	29
4.4	使用说明 .....	33
4.5	NFC 快速联机 .....	35
4.6	L E D 指示灯 .....	36
4.7	训练程序 .....	38
4.8	运动发电功能 .....	41
4.9	充电 .....	43
5	定期保养 .....	45
6	故障排除 .....	47
7	规格 .....	48
8	零件爆炸图 .....	49

# 1 重要注意事项

## 妥善保存说明书

- 请在组装或使用前详阅本说明书。若您有问题，请洽询购买经销商或参阅 [www.attacusfitness.com](http://www.attacusfitness.com) 网站。
- 请务必遵守注意事项及预防措施，并妥善保存本说明书，以备未来参考。
- 产品所有者有责任确保所有使用者皆已充分了解所有警告与注意事项。
- 最新版使用说明书可于 [www.attacusfitness.com](http://www.attacusfitness.com) 下载。
- 本说明书图片仅供参考，请以实物为准。

# 2 重要预防措施

**警告！为降低烫伤、火灾、触电或人身伤害之风险，请遵守以下事项：**

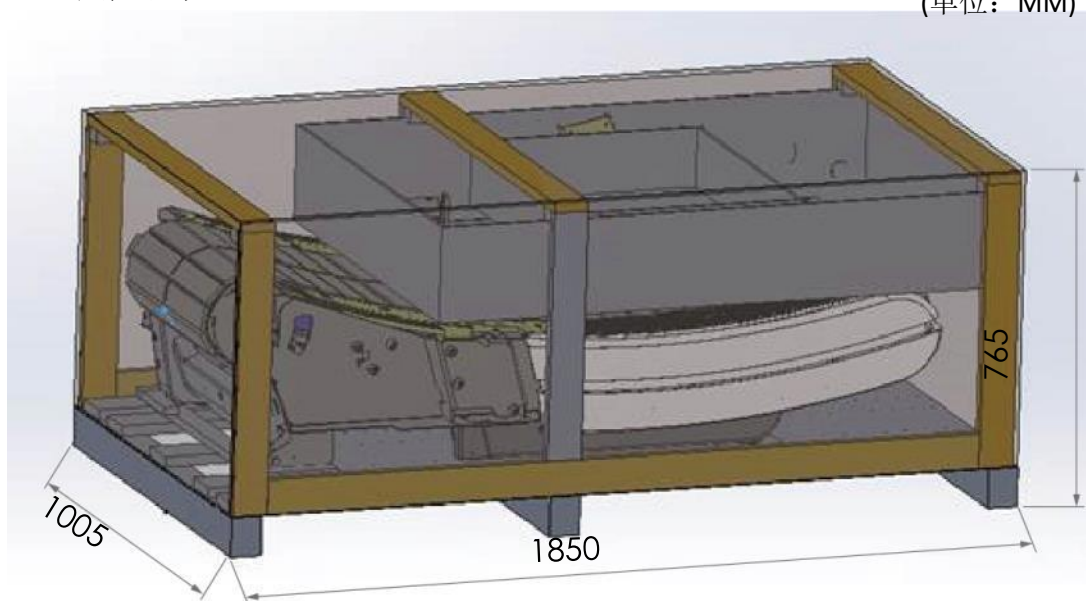
- 为确保您的安全与减少受伤危险，使用前请详尽阅读所有说明、注意事项及警告。请确定已熟悉本器材的设定与操作。
- 请依照本手册的说明及用途使用本器材。
- 在开始任何运动计划之前，请先咨询医师。请注意，不正确或过度训练可能导致严重健康伤害。
- 若有健康问题、家族病史（高血压、心脏病等）、吸烟、孕妇、年纪大于 45 岁、高胆固醇、肥胖或一年以上没有规律运动者，强烈建议在开始运动健身前请先咨询医师，并做完整的健康检查，以选择安全、适合的运动方式。
- 13 岁以下儿童禁止使用。切勿让儿童和宠物靠近本器材 3 公尺（10 英尺）以内。
- 身体虚弱、感知迟钝、精神不佳或者缺乏知识的人士，以及 13 岁以上未满 18 岁青少年与 65 岁以上老人仅可在负责其安全的人在旁监督或指导下使用本器材。
- 训练不当或运动过度可能会导致严重的身体伤害。若感觉到各种疼痛、胸痛、恶心、晕眩或呼吸困难等症状，应立即停止运动，并请教医师此症状后，才可继续使用。
- 为了降低触电风险，在使用之后、执行清洁或任何维护之前，请务必断开所有电源并将插头从插座上拔出。
- 请勿使用制造商建议以外的零组件。
- 若无法正常运作或有损坏或异常，请立即联络购买经销商进行检修与更换故障零件。在修复前切勿使用。
- 因不当组装、或未遵照规定使用、或自行改装/拆修将使保固失效。对于所导致的人身伤害或损失，本公司不承担任何责任。
- 请勿在未经专业人员和您当地经销商的指示下，擅自取下塑料护盖与踏板。维修工作必须由授权的维修工程人员进行。

### 3 组装

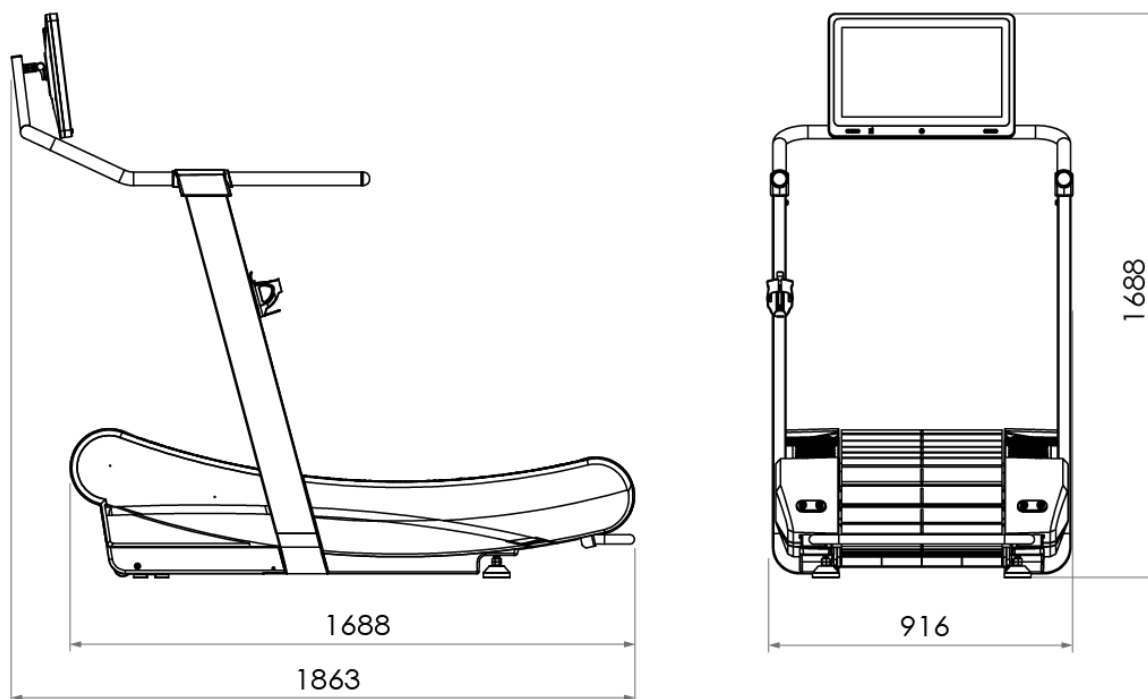
请在组装或使用产品前详阅本说明书，阅读后，如有任何问题，请咨询购买经销商或参阅 [www.attacusfitness.com](http://www.attacusfitness.com) 网站。请在致电前记下产品型号和序号，以便我们为您提供帮助。

#### 3.1 包装尺寸

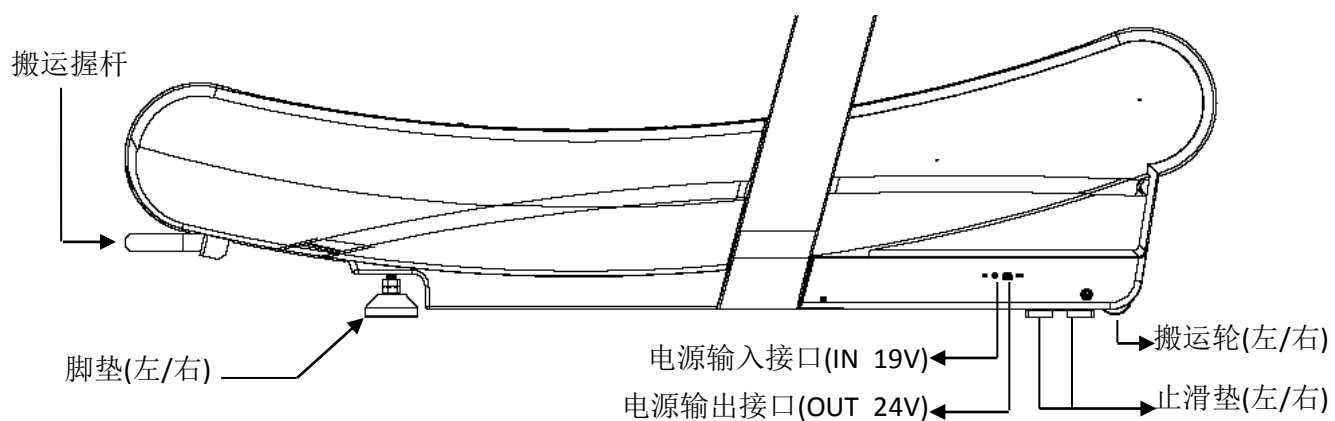
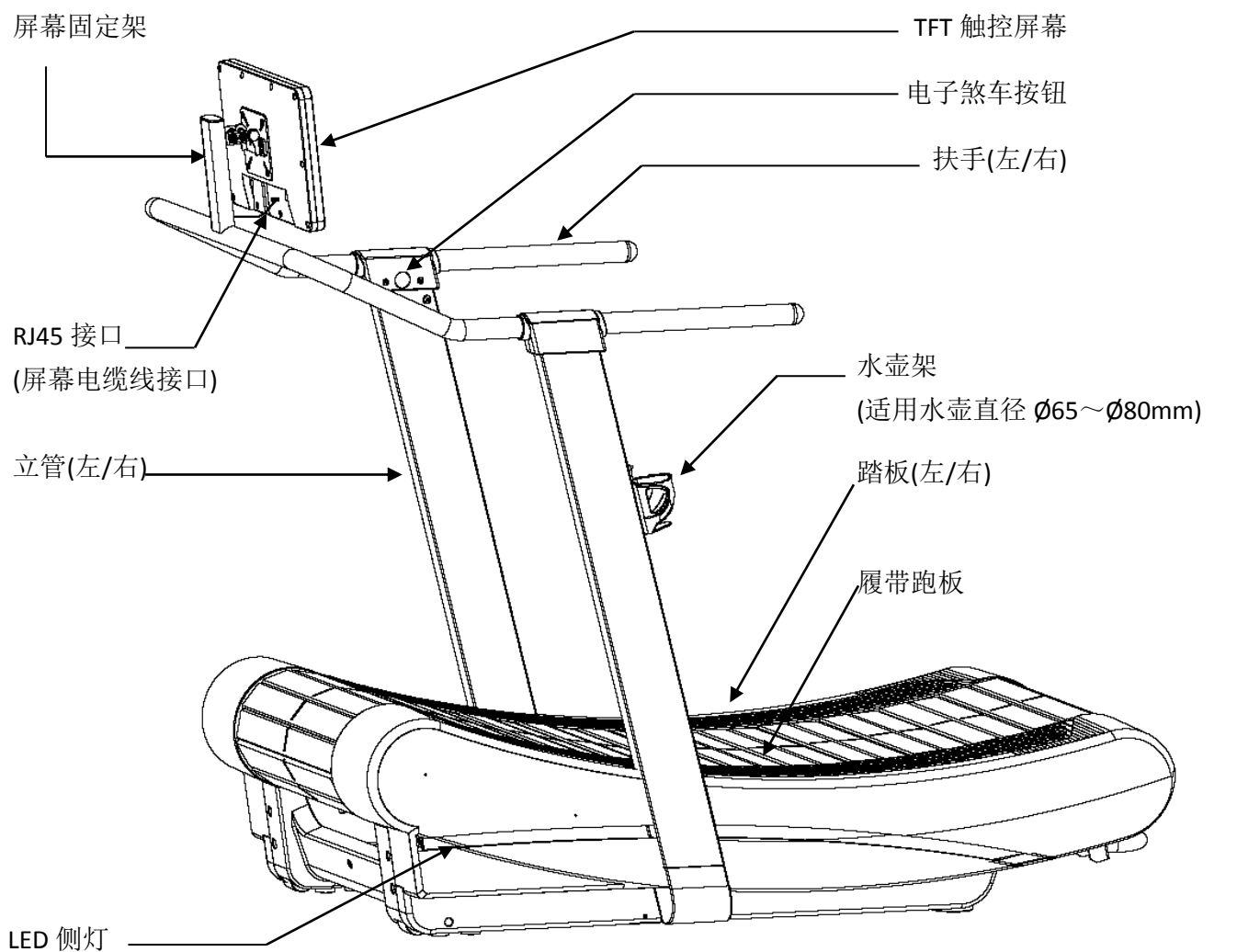
(单位：MM)



#### 3.2 机台尺寸



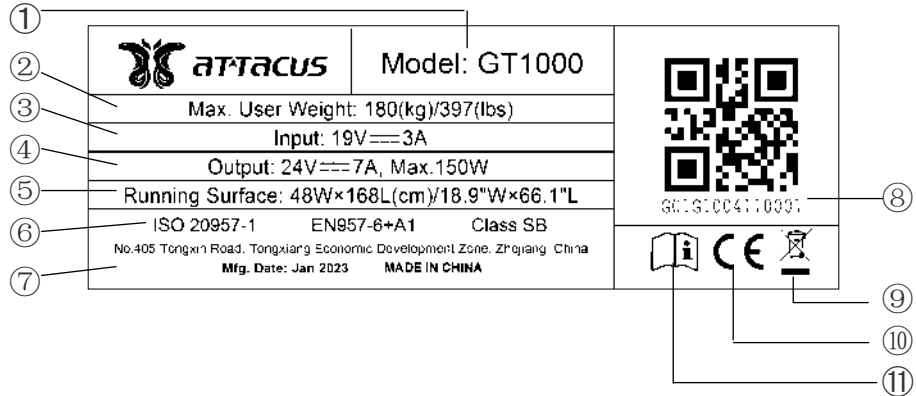
### 3.3 部件简介





产地电源标签标示内容：

④



① Model 型号: GT1000

② 最大使用者重量最大使用者重量

③ 输入电压

④ 输出电压

⑤ 跑带面积


⑥ 安规认证

⑦ 产地

⑧ SN 序号:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

拨打服务电话时请告知您的型号与序号。（您可在④产地电源标签上找到，或可以在

 装置设定窗的右下角找到）

⑨ 欧盟废电子电机设备指令标志

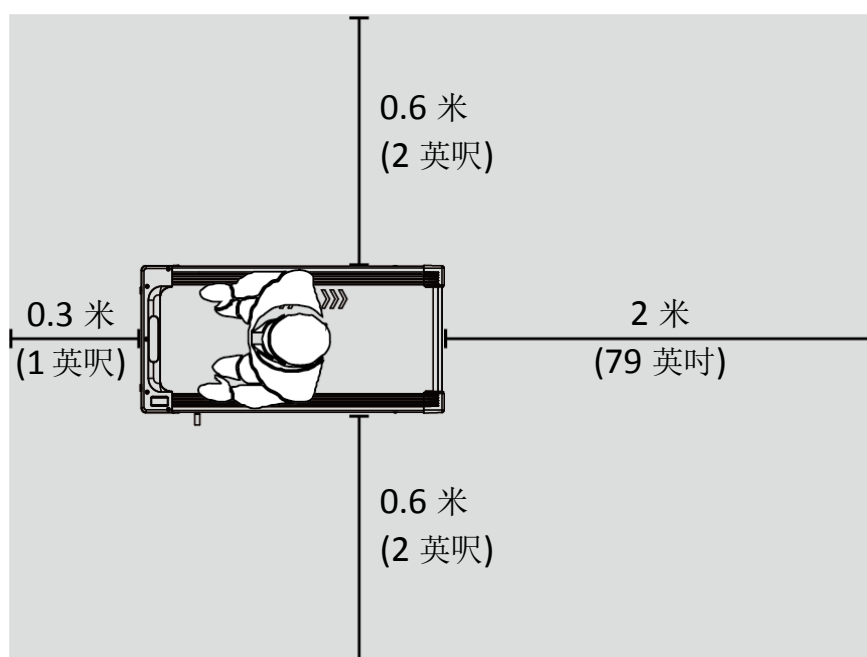
⑩ CE 安全标志

⑪ 请随时查阅使用说明书

### 3.5 安装位置须知

在选择安装位置之前，我们建议您检查该地点是否满足以下条件：

- 本器材应设置在平坦稳定坚固、无震动、且足以承载设备和使用者重量的地板上。
- 本器材仅可在温湿度受控的室内使用。请勿将设备放置在室外、切勿暴露在阳光直射和雨淋的环境下。
- 请确保安放地点通风充足。切勿将本器材放在车库、厨房、浴室、阳台、洗衣区...等高温、潮湿、多灰尘的环境下。
- 请勿在使用气溶胶（喷雾）产品或使用氧气的地方操作本器材。
- 请确保操作范围内不可有任何障碍物。本器材的后方应至少保留 2 米（79 英寸）、以及左右各保留 0.6 米（2 英尺）、前方至少预留出 0.3 米（1 英尺）的净空。

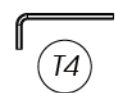
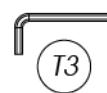
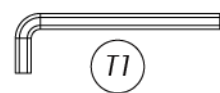
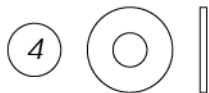
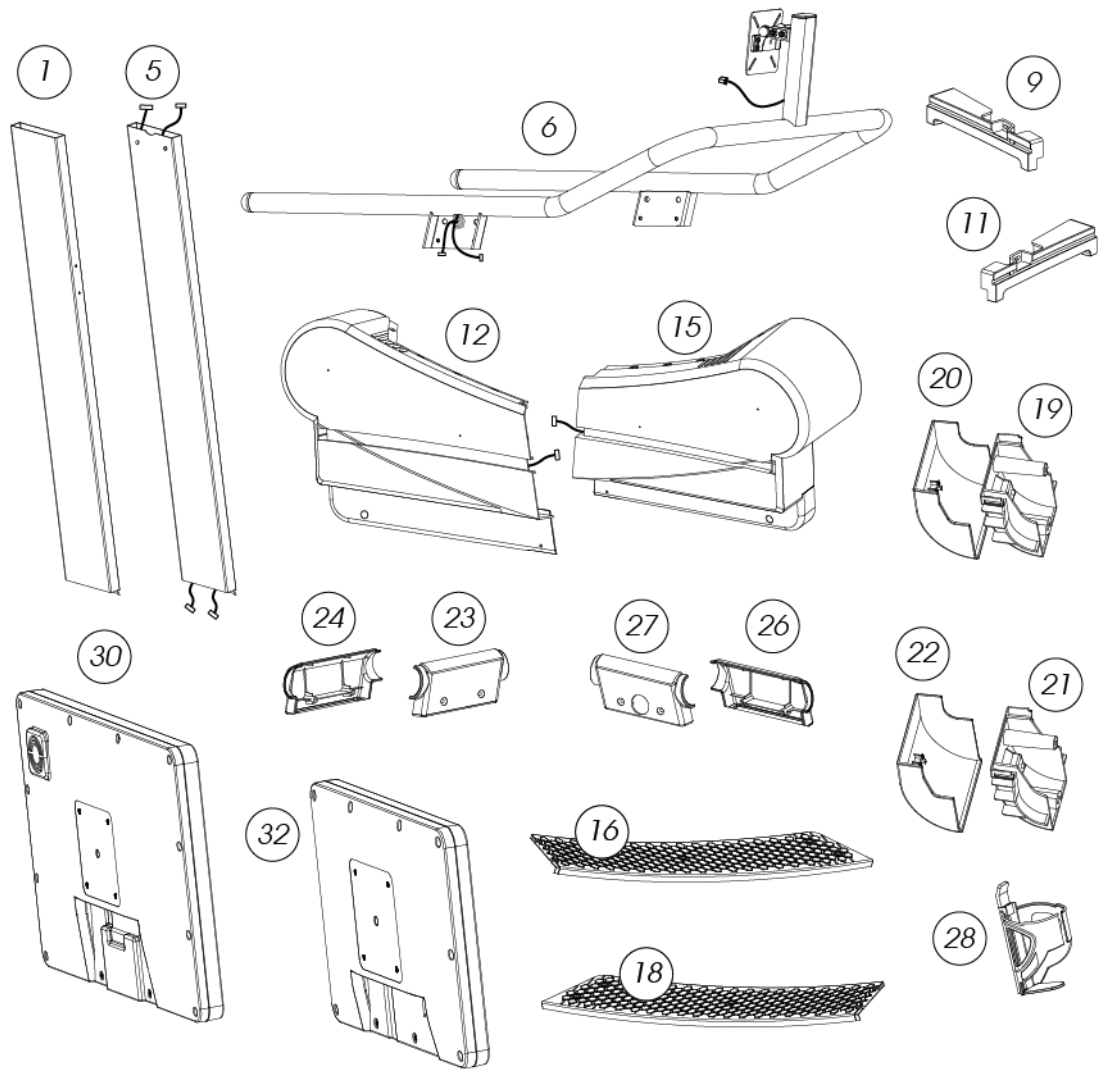


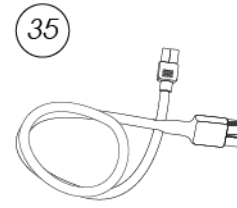
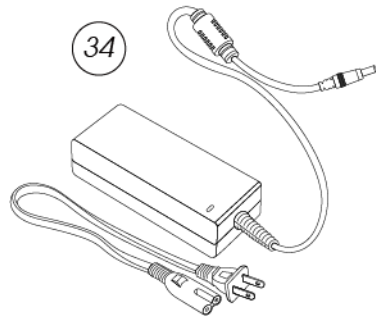
#### ⚠ 注意！

- 切勿直接放置在密度低、过厚、过软的泡棉地垫或绒毛地垫、高绒地毯或厚地毯上。过厚、过软的地垫/地毯会导致跑步机陷进其中、毛絮进入活动部件，因而阻挡机台底座的通风与散热。此外，当使用者踩踏时，机身可能因为地面不平产生不自然的晃动，而增加轴承负担并发出噪音。

### 3.6 包装零件列表

	索引号	规格	数量	索引号	规格	数量
零 部 件	<b>6</b>	屏幕支架及扶手组	1	<b>16</b>	左前踏盖 B	1
	<b>1</b>	左立管	1	<b>18</b>	右前踏盖 B	1
	<b>5</b>	右立管	1	<b>9</b>	左中垫盖	1
	<b>12</b>	左前侧盖	1	<b>11</b>	右中垫盖	1
	<b>15</b>	右前侧盖	1	<b>19</b>	左立管内盖	1
	<b>30</b>	21.5 吋 TFT 屏幕 或	1	<b>20</b>	左立管外盖	1
	<b>32</b>	15.6 吋 TFT 屏幕(选配)	1	<b>21</b>	右立管内盖	1
	<b>24</b>	左扶手盖 A	1	<b>22</b>	右立管外盖	1
	<b>23</b>	左扶手盖 B	1	<b>28</b>	水壶架	1
	<b>26</b>	右扶手盖 A	1	<b>34</b>	电源供应器	1
	<b>27</b>	右扶手盖 B	1	<b>35</b>	户外电源充电线	1
五 金 螺 丝	<b>2</b>	承窝内六角螺丝 M10×1.5×25L	8	<b>14</b>	薄头自攻螺丝 M4×10L	12
	<b>3</b>	双面齿防松垫圈 M10	8	<b>17</b>	沉头内六角螺丝 M5×0.8×25L	10
	<b>4</b>	平华司 $\varnothing 10 \times \varnothing 25 \times 2T$	8	<b>25</b>	沉头十字自攻螺丝 M5×0.8×30L	4
	<b>7</b>	平华司 $\varnothing 8 \times \varnothing 16 \times 1.5T$	4	<b>29</b>	承窝内六角螺丝 M5×12L	2
	<b>8</b>	伞头内六角螺丝 M8×1.25×15L	4	<b>31</b>	大扁头十字螺丝 M5×0.8×10L	4
	<b>10</b>	圆头十字螺丝 M4×0.7×10L	2	<b>33</b>	圆头十字螺丝 M4×0.7×10L	4
	<b>13</b>	大扁头十字螺丝 M5×0.8×10L	6			
工 具	<b>T1</b>	8mm 内六角扳手	1	<b>T3</b>	4mm 内六角扳手	1
	<b>T2</b>	5mm 内六角扳手十字头	1	<b>T4</b>	3mm 内六角扳手	1



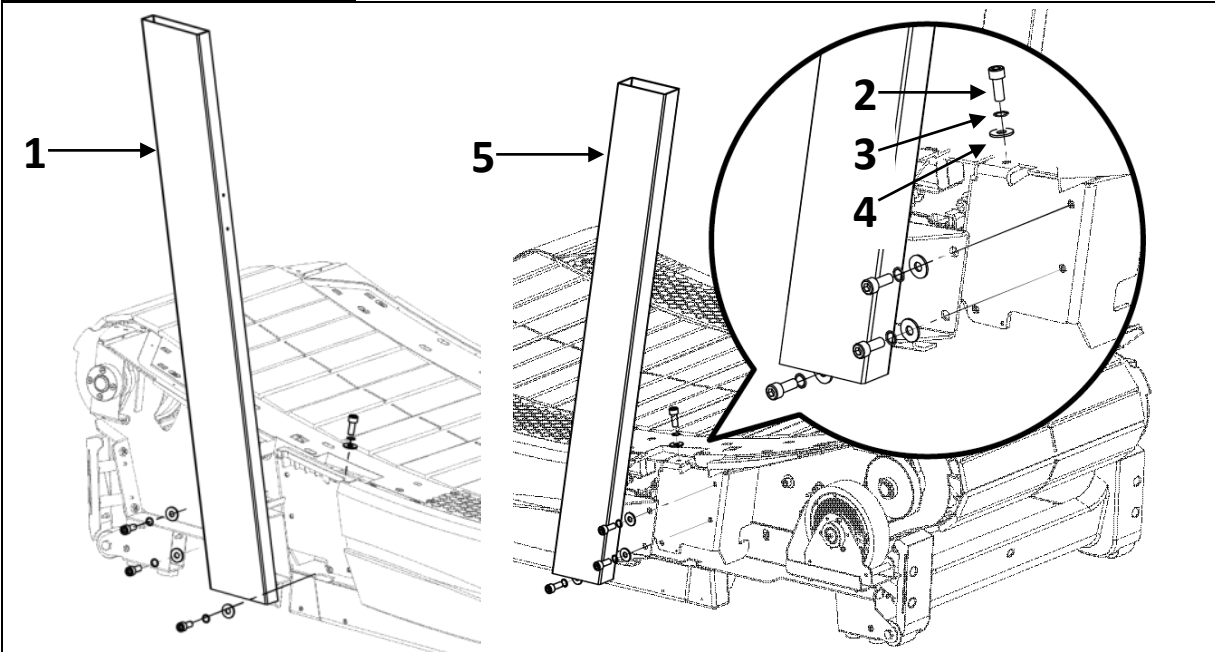


## ⚠ 注意!

- 组装期间，不得让儿童和宠物靠近。
- 若您有任何疑问或发现缺件，请联络购买经销商或拨打保固数据上的客服电话。
- 请勿单人、单手组装搬运。跑步机较为沉重，如有必要，可请他人帮助。
- 搬运务必小心轻放，请将纸箱放在平坦地面上，切勿在纸箱侧放的情况下打开，以免内容物散落。
- 请在预定使用地点进行拆箱及组装，减少不必要的搬动。
- 封箱带具有高压冲力，处理不当可能会弹开，拆封时请务必小心。
- 拆箱后，请将所有零组件整齐放在净空区域，以便按序组装。
- 本器材应在平坦稳定的地面上组装及使用，建议在下方置放地垫，以保护地板。
- 务必遵照指示正确组装。进行每一组装步骤时，应确认所有螺丝已定位并局部锁紧，当所有螺丝都装上后才完全锁紧。
- 请检查并确认所有零组件均已牢固锁紧，切勿任意减少组装的螺丝数量，以免发生危险。
- 部分零件有事先润滑，以方便组装和使用。请勿擦除润滑油。
- 非授权维修人员禁止擅自取下任何塑料护盖。
- 完成组装前，请先不要丢弃包装材料。

### 3.7 组装步骤

## STEP 1 组装左、右立管

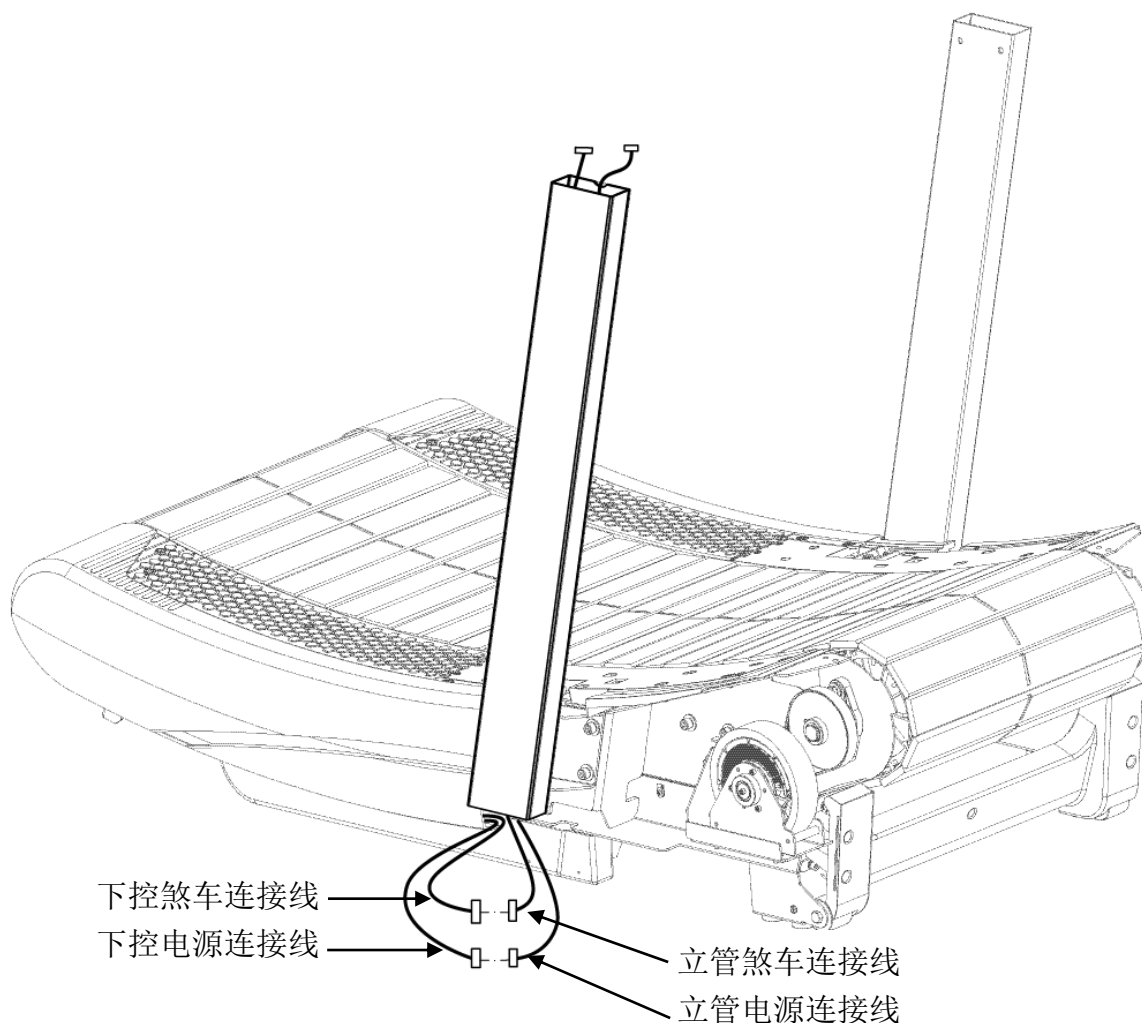


索引号	插图	规格	用量
1		左立管	1
5		右立管	1
2		承窝内六角螺丝 M10×1.5×25L	8
3		双面齿防松垫圈 M10	8
4		平华司 Φ10×Φ25×2T	8
T1		8mm 内六角板手	1

## STEP 2

### 接线

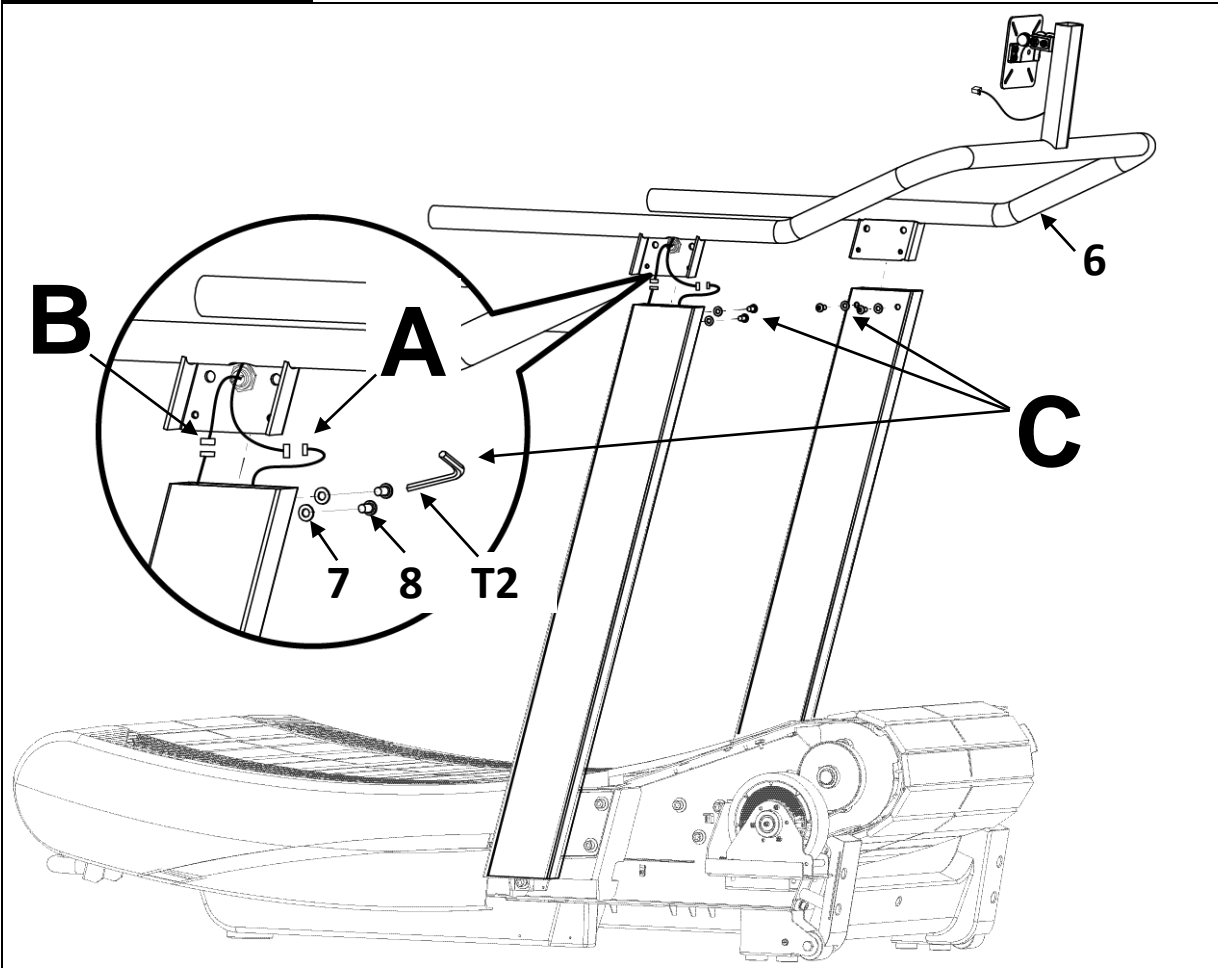
- A) 将位于侧盖的下控煞车连接线与立管煞车连接线扣住接合
- B) 将位于侧盖的下控电源连接线与立管电源连接线扣住接合



# STEP 3

## 组装扶手

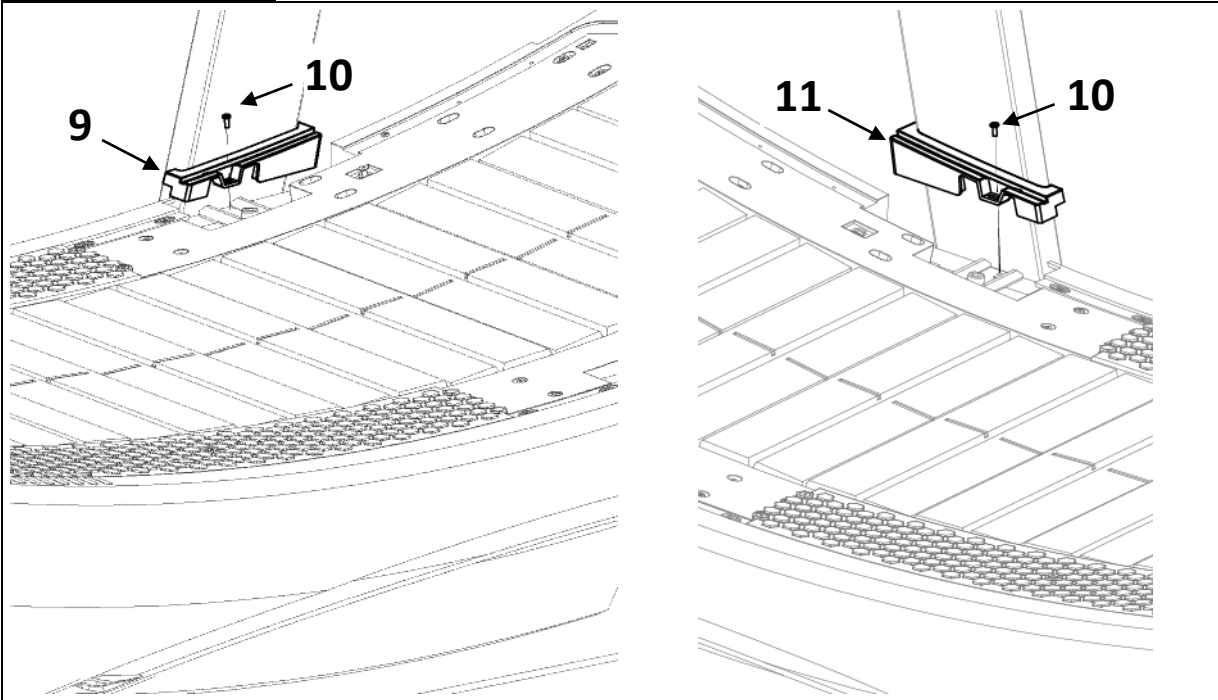
- A) 将位于右扶手的电源连接线与立管电源连接线扣住接合
- B) 将位于右扶手的开关连接线与立管煞车连接线扣住接合
- C) 锁固：将扶手榫接于立管上并锁固

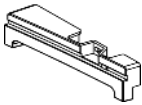
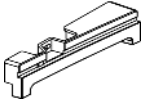




索引号	插图	规格	用量
6		屏幕支架及扶手组	1
7		平华司 $\Phi 8 \times \Phi 16 \times 1.5T$	4
8		伞头内六角螺丝 $M8 \times 1.25 \times 15L$	4
T2		5mm 内六角板手十字头	1

# STEP 4

## 锁固左、右中垫盖



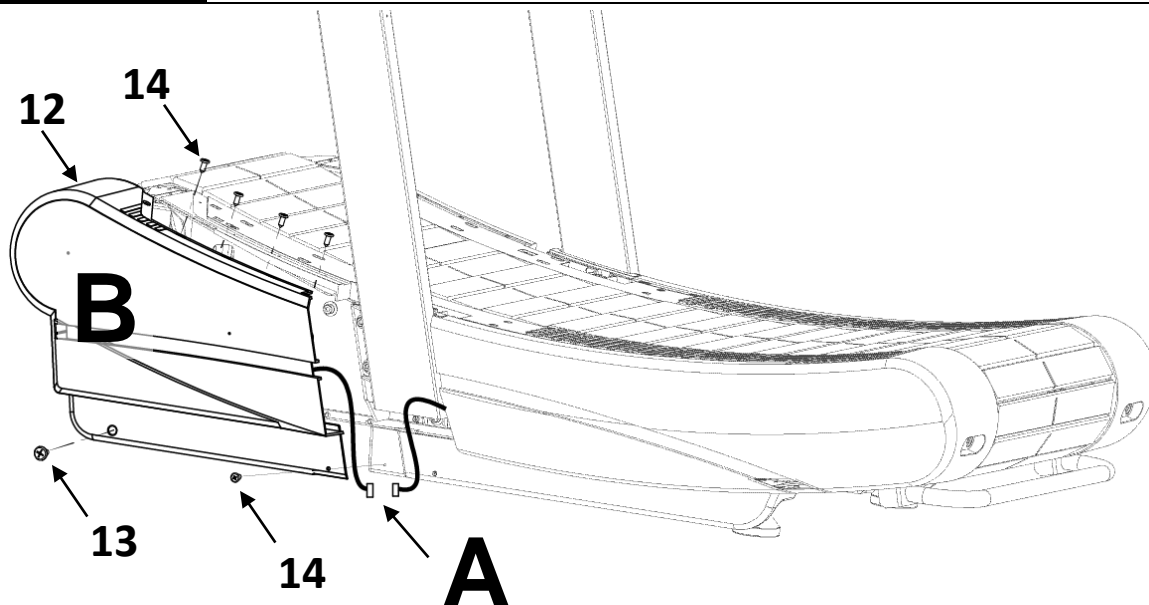
索引号	插图	规格	用量
9		左中垫盖	1
11		右中垫盖	1
10		圆头十字螺丝 M4×0.7×10L	2
T2		5mm 内六角板手十字头	1

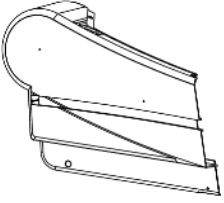



# STEP 5

## 组装左前侧盖

A) 接线: 将左前侧盖之灯条出线与侧灯连接线扣在一起

B) 锁固: 将左前侧盖锁固在跑架主体上



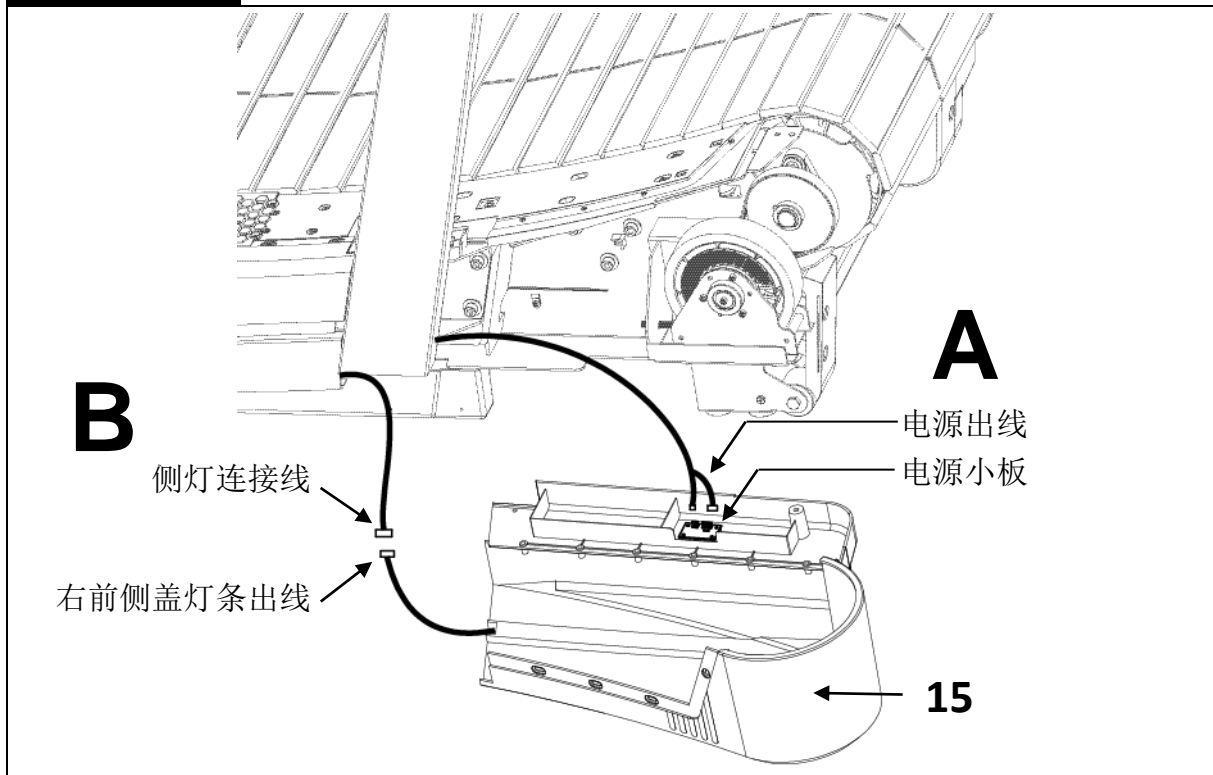
索引号	插图	规格	用量
12		左前侧盖	1
13		大扁头十字螺丝 M5×0.8×10L	1
14		薄头自攻螺丝 M4×10L	5
T2		5mm 内六角板手十字头	1

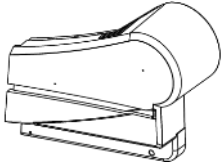
# STEP 6

## 连接右前侧盖线材

A) 将电源出线与右前侧盖之电源小板接线端子连接在一起

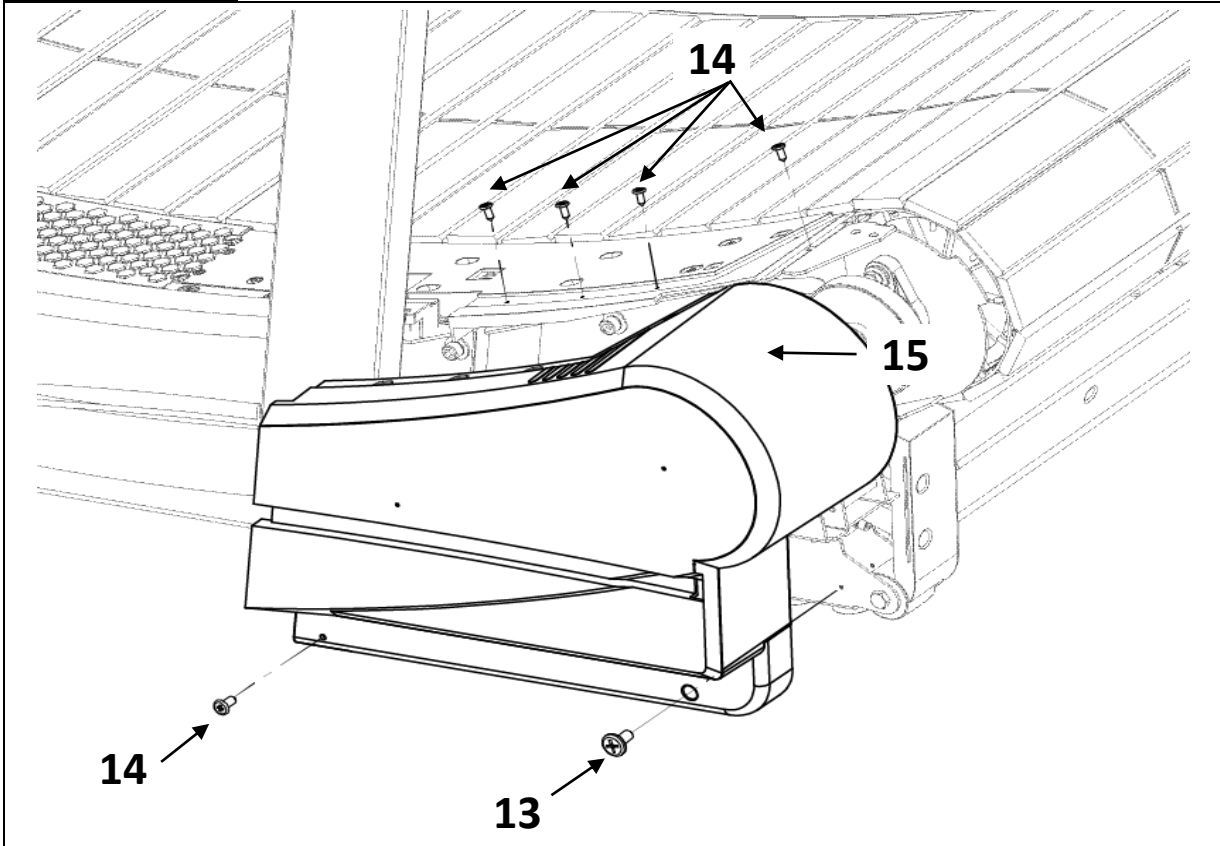
B) 将右前侧盖之侧灯出线与灯条连接线扣在一起

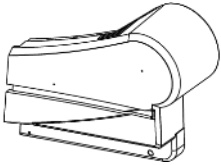





索引号	插图	规格	用量
15		右前侧盖	1

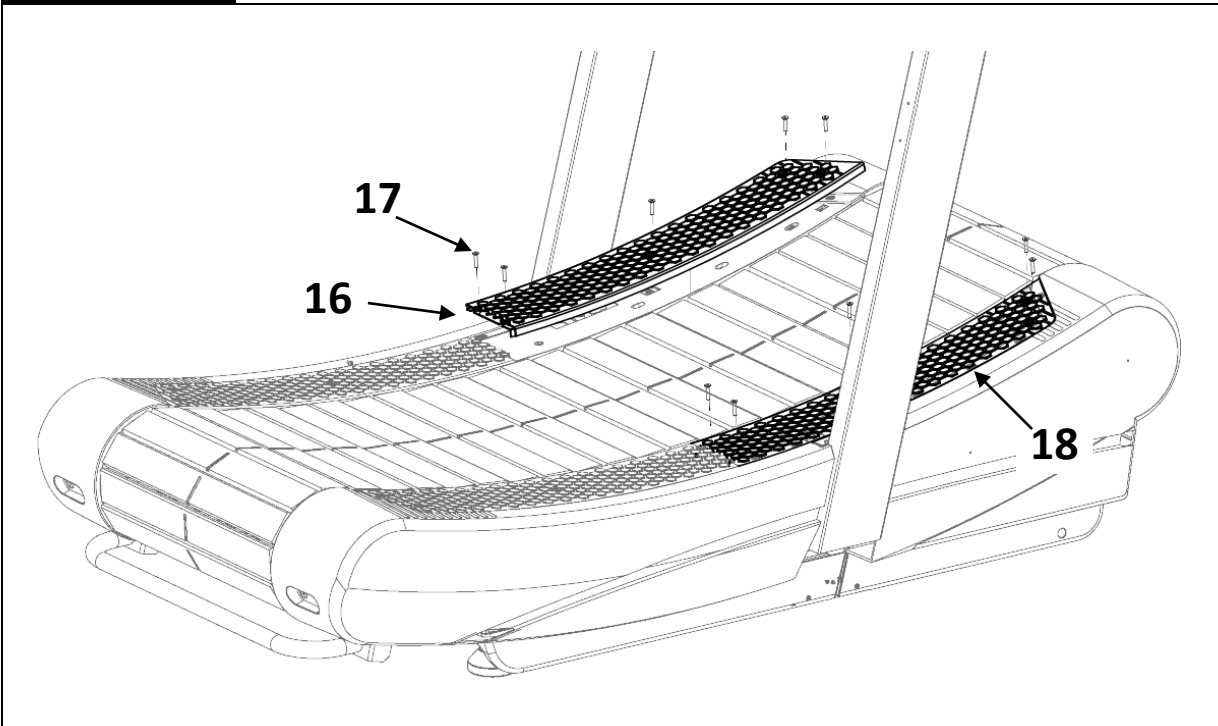
# STEP 7

## 锁固右前侧盖



索引号	插图	规格	用量
15		右前侧盖	1
13		大扁头十字螺丝 M5×0.8×10L	1
14		薄头自攻螺丝 M4×10L	5
T2		5mm 内六角板手十字头	1

## STEP 8 锁固左、右前踏盖



索引号	插图	规格	用量
16		左前踏盖	1
18		右前踏盖	1
17		沉头内六角螺丝 M5×0.8×25L	10
T4		3mm 内六角板手	1

# STEP 9

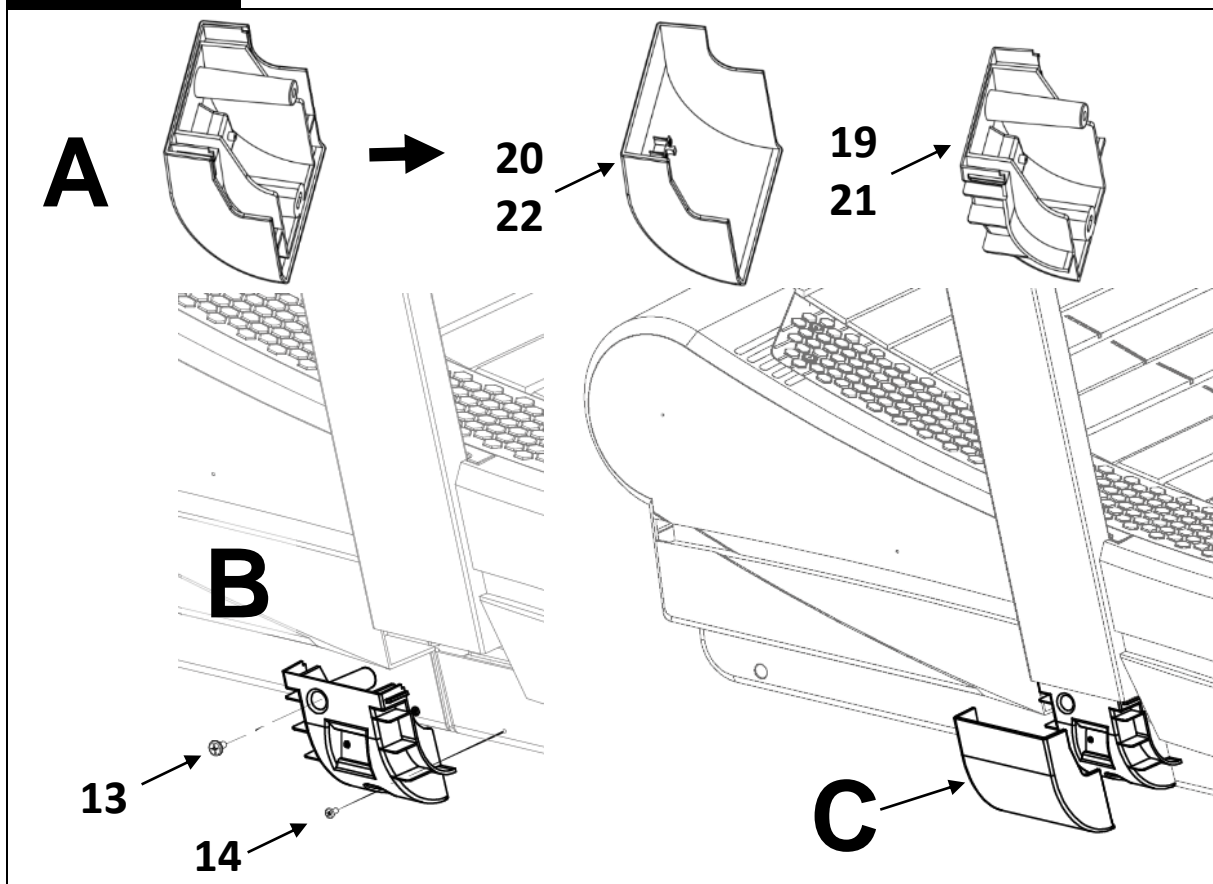
## 安装立管内、外盖

请依照步骤进行左、右立管下方的内、外盖安装：

A) 将扣在一起的立管内、外盖分开

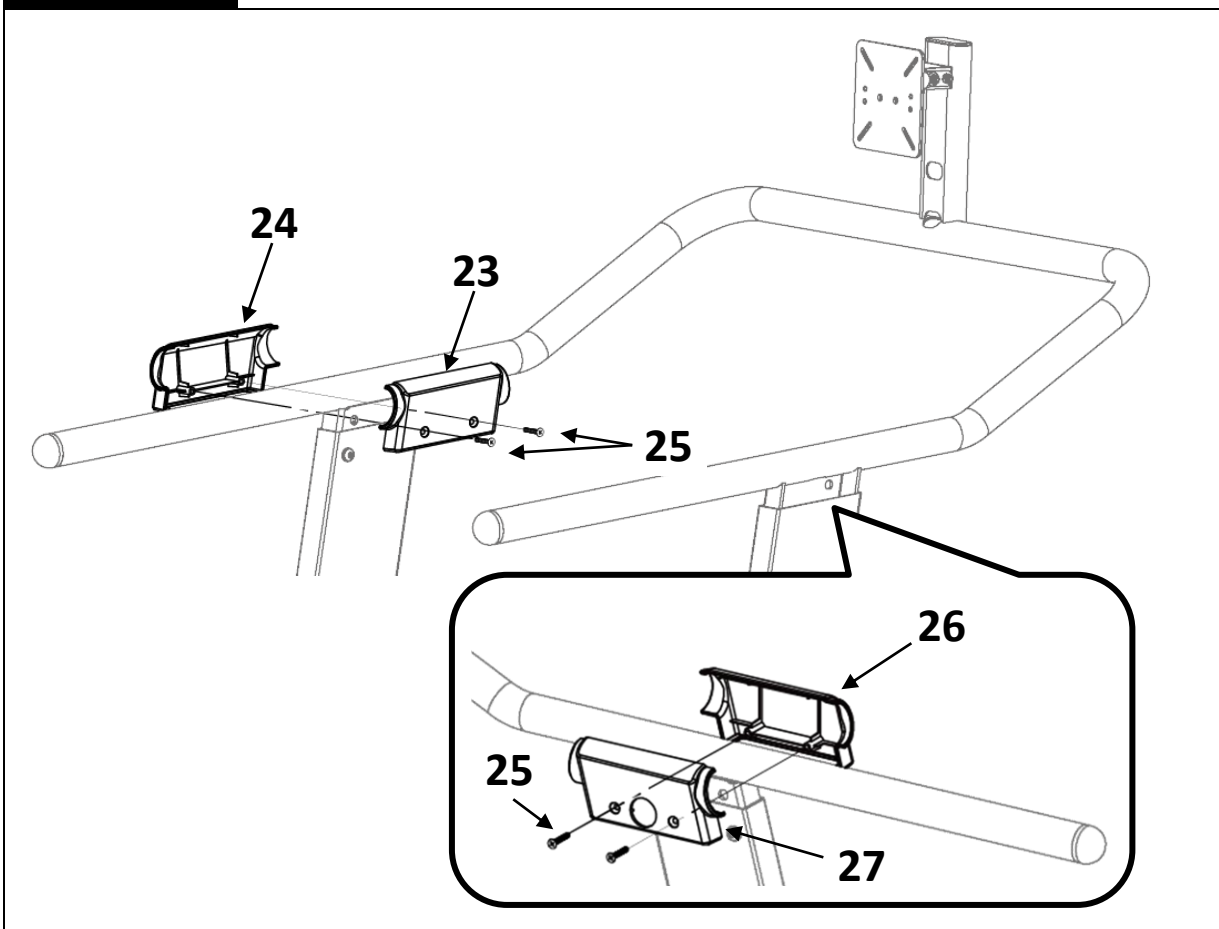
B) 先将立管内盖锁固在跑架主体上





C) 然后将立管外盖扣到内盖上



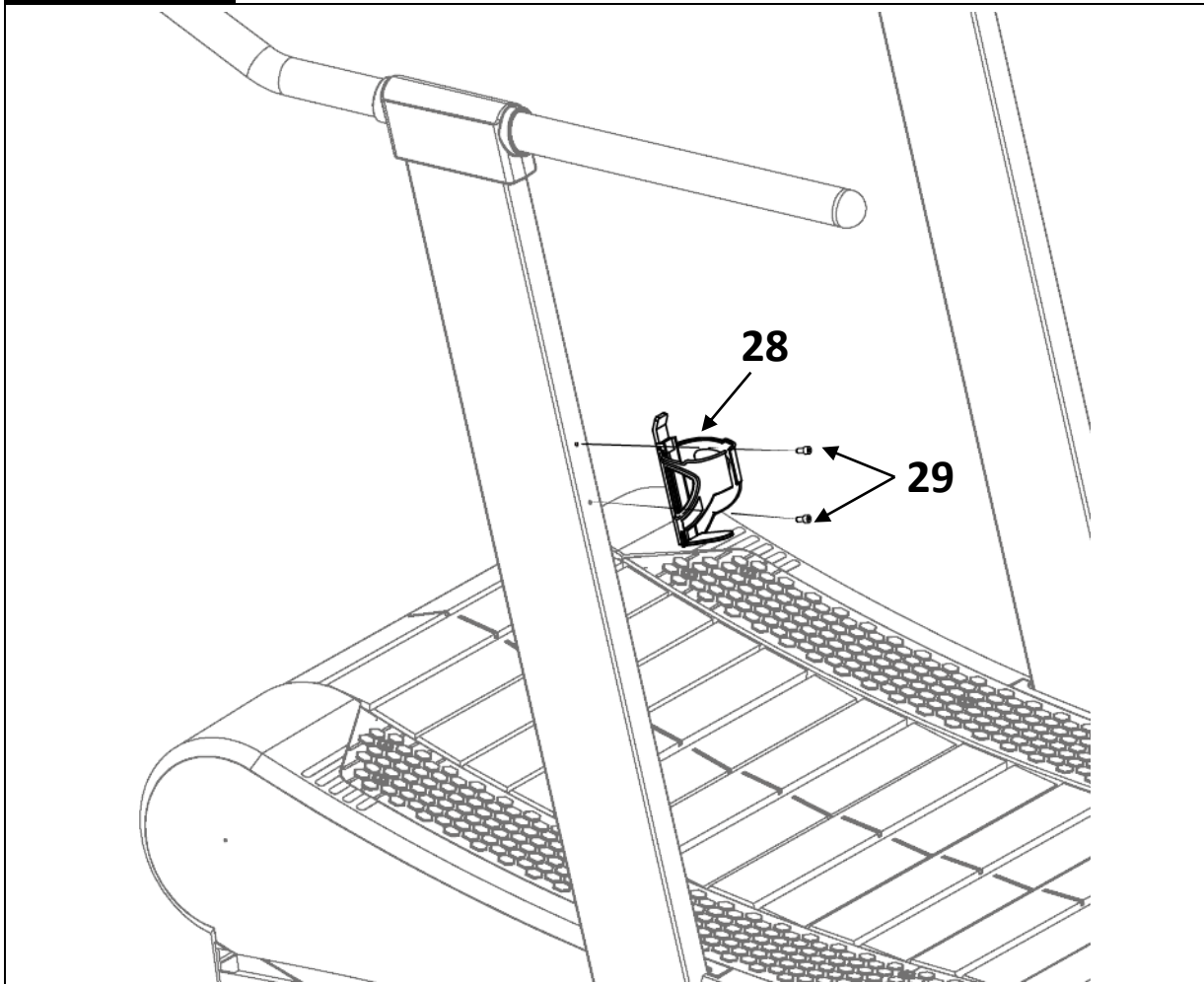
索引号	插图	规格	用量
20 19		左立管外盖 左立管内盖	1
22 21		右立管外盖 右立管内盖	1
13		大扁头十字螺丝 M5×0.8×10L	2
14		薄头自攻螺丝 M4×10L	2
T2		5mm 内六角板手十字头	1

## STEP 10 锁固左、右扶手盖



索引号	插图	规格	用量
23 24		左扶手盖 B 左扶手盖 A	1
26 27		右扶手盖 A 右扶手盖 B	1
25		沉头十字自攻螺丝 M5×0.8×30L	4
T2		5mm 内六角扳手十字头	1

## STEP 11 将水壶架锁固在左立管



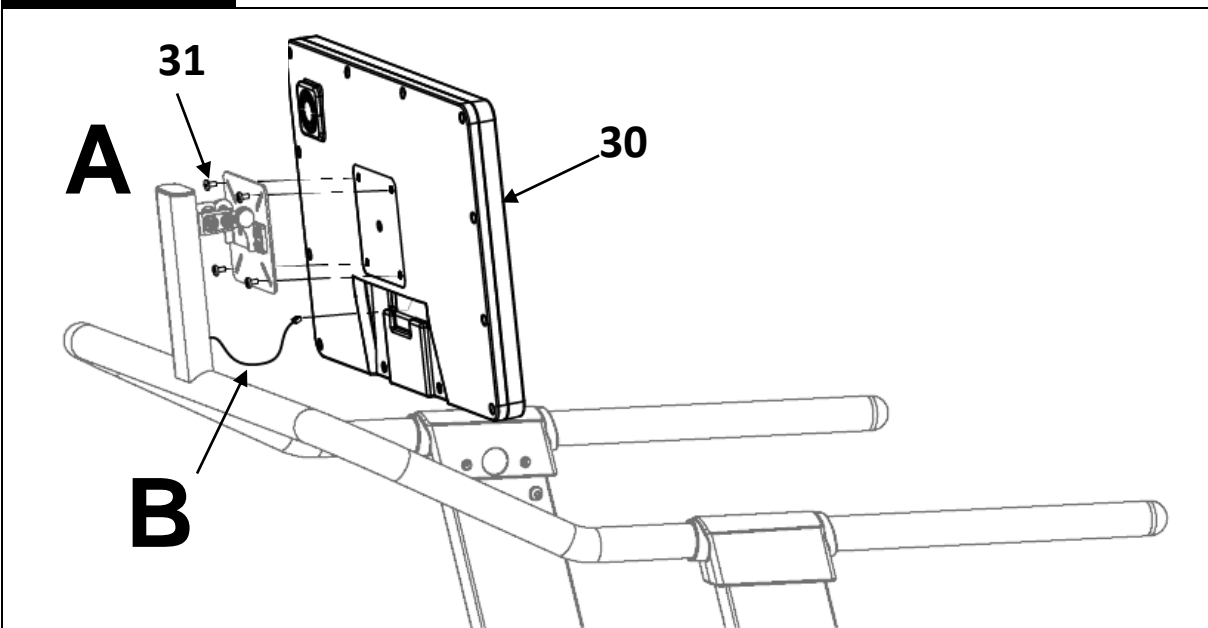
索引号	插图	规格	用量
28		水壶架	1
29		承窝内六角螺丝 M5×12L	2
T3		4mm 内六角板手	1




## STEP 12

### 安装 21.5 吋屏幕

A) 先将屏幕锁固于扶手上的屏幕支架

B) 再将屏幕支架内的电缆线接到屏幕背盖的 RJ45 接口



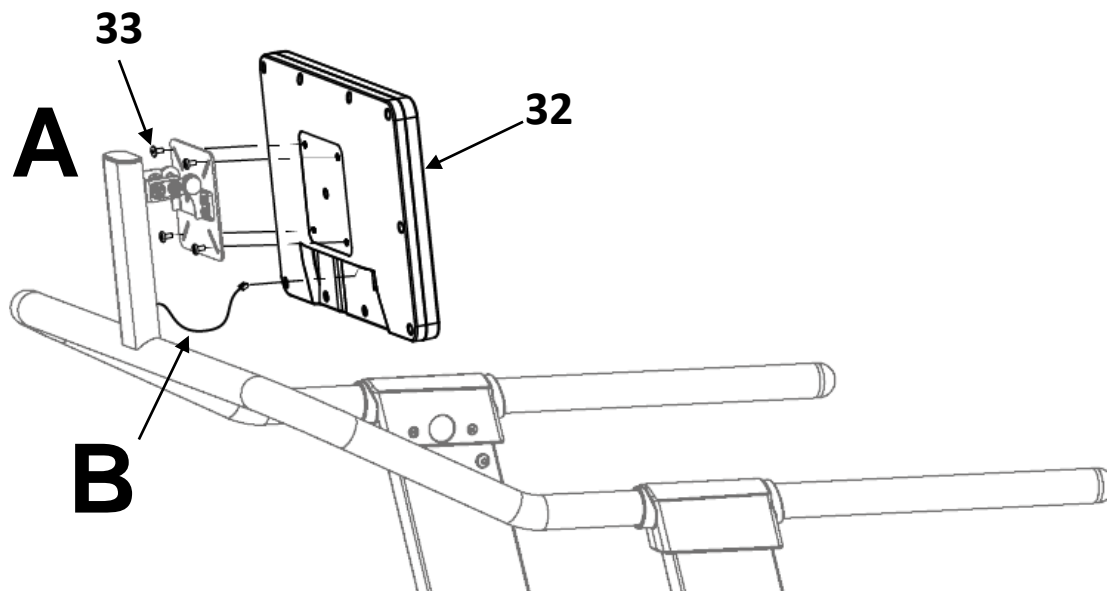
索引号	插图	规格	用量
30		21.5 吋 TFT 屏幕	1
31		大扁头十字螺丝 M5×0.8×10L	4
T2		5mm 内六角扳手十字头	1

## STEP 12

### 安装 15.6 吋屏幕(选配)

A) 先将屏幕锁固于扶手上的屏幕支架

B) 再将屏幕支架内的电缆线接到屏幕背盖的 RJ45 接口



索引号	插图	规格	用量
32		15.6 吋 TFT 屏幕(选配)	1
33		圆头十字螺丝 M4×0.7×10L	4
T2		5mm 内六角扳手十字头	1

**组装完成!**

初次使用及电量过低时，请为设备充电。

(参见 [4.9 充电](#))

### 3.8 搬运说明

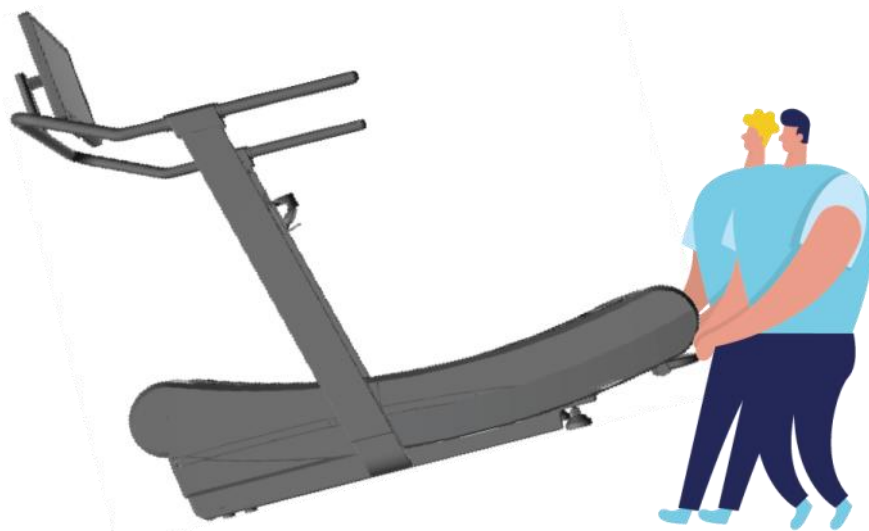
欲搬运、移动、抬举时务必多人参与、并且双手并用。请遵照以下步骤进行操作，以防重心不稳、发生危险：

1) 蹲下降低身体重心，用双手握住机台后方横杆，均衡使力小心将其举起。



人物插画来源：ManyPixels

2) 将机台抬举至搬运轮可以移动。



人物插画来源：ManyPixels

3) 将机台向前、或向后推到所需位置后，再小心地放回地面上。

#### ⚠ 注意！

- 跑步机非常沉重，举起或搬运动作请务必小心。

## 4 使用

### 4.1 使用须知

- 本器材为非电动跑步机。用户可以透过重心转移来控制速度，包含加速、减速或停止。所有用户务必熟悉本器材及其功能。
- 本器材在运转时的任何时间，仅限单人使用，切勿超过一人在器材上。
- 请勿在有小孩或宠物在场的情况下使用该产品。
- 本器材最大承重 397 磅（180 公斤），体重超过此限者，请勿使用。
- 使用时，务必穿着合适的运动服和运动鞋。请勿穿着宽松衣物或鞋带未绑紧的鞋子，以免卷入驱动组件造成危险。
- 请勿不当使用机台。请勿直接跳上或站或坐在运行中的履带。
- 上下跑步机时请格外小心。请先握住两侧把手，并将双脚放在左右脚踏板上。
- 为防止滑倒、受伤，请持续按住红色煞车按钮再踏进跑板。请勿直接从跑板后方踏入履带。
- 运动时请始终保持舒适的速度。
- 禁止触摸运行中的履带。
- 切勿让任何物体掉落或插入任何开口中。
- 切勿在外壳、跑板或屏幕上放置任何物品。
- 健身房负责人必须向用户说明器材的正确和不当使用。
- 清洁时请使用微湿布擦拭表面，请勿使用溶剂基清洁剂。

### 警告！

- 为确保您的安全与减少受伤危险，使用前请详尽阅读所有说明、注意事项及警告。请确定已熟悉本器材的设定与操作。
- 在开始任何运动计划之前，请先咨询医师。请注意，不正确或过度训练可能导致严重健康伤害。

## 4.2 使用前准备

跑步是最简单又有效率的有氧运动。而跑步机是最方便养成跑步习惯的居家设备。日积月累的规律运动不仅有助提升基础代谢率、纾压减重、促进心肺功能，并能使身心充满活力、生活变得自律。

■ 在开始训练计划前，请务必先咨询医生或合格的专业健身教练。

■ 为了避免受伤，使用前请先评估自身状况并遵循以下所有指示。

- 1) 运动前务必充分热身、活化肌肉。
- 2) 检查并确保跑板上没有会妨碍运动的物品。



图 A



图 B



图 C

人物插画来源：ManyPixels

- 3) 上机方式：请先以双手抓住扶手，双脚从器材后方站上脚踏板 (图 A)，然后持续按住右扶手的红色煞车按钮再踏进跑板中段位置 (图 B)，确认站稳后才能放开按钮。请勿直接从跑板后方踏入履带，以防止跌倒受伤。
- 4) 起跑速度：请先由稳定舒适的步伐开始，待适应后才开始加长步幅或以增加步频的方式逐步提升速度。确认重心稳定后，请放开扶手，以改善身体平衡与姿势。
- 5) 由于跑台为弧形结构，越靠近屏幕跑、加速越快(图 C)。如果越往后退，则会逐渐减速。
- 6) 运动时请保持专注、姿势正确。若同时观赏影音多媒体应用程序，请注意安全，避免因姿势不良导致运动伤害。
- 7) 请依照自身体能状况调整训练强度与持续时间。超出身体负荷的强度，将会造成生理上的慢性疲劳，且可能因过度训练，导致运动伤害。
- 8) 运动结束要离开设备时，请先抓住两侧扶手，用它们支撑您的体重，然后将双脚先移到脚踏板上，再从脚踏板下来。请勿跑完立即离开，以免发生晕眩现象。
- 9) 运动完，请适度伸展与按摩身体，使紧绷肌肉拉回原来的长度，缓解疲劳。

■ 国民健康署公告运动指引：

体能要素	运动种类	运动频率	运动时间
提升心肺耐力	跑步、快走、游泳、单车、舞蹈、跳绳、球类运动、传统健身...等有氧运动	每周至少三次	每次至少 20 分钟
增进肌力与肌耐力	重量训练、引体向上、伏地挺身	每周至少二次	每次至少 1~3 组 每组重复 10~20 下 组间休息 2~3 分钟
增进柔软度	伸展操、传统健身、体操...等	每周至少三次	每次伸展 8~10 个部位 每一部位伸展 20~30 秒、重复 1~3 次
改善身体组成 (体脂肪百分比)	有氧运动为主 重量训练为辅	每周至少三次	每次至少 20 分钟 每次至少 1~3 回合

参考数据：<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=571&pid=882>

**⚠ 注意！**

- 请务必穿着胶底运动鞋或跑鞋。光脚或只穿袜子时请勿使用器材。
- 请勿穿戴松垂的衣服或配饰或未将鞋带绑紧，以免勾住零部件或卷入运行中的履带。
- 运动期间如有感到任何不适（晕眩、恶心、疼痛、倦怠、呼吸短促、抽筋），请立刻抓住扶手、将双脚移到脚踏板上并停止运动。如果症状持续存在，请立即就医。



## 4.3 操作概览

本设备配备 TFT 触控屏幕，所有训练信息均显示在屏幕上，建议您熟悉用户接口并依照屏幕指示触控完成。

### ■ 仪表概览



主屏幕

- ① 喇叭(左/右)。
- ② NFC 感应区：
  - 感应特定 NFC 装置<sup>1,2</sup> (参见 [4.5 NFC 快速连线](#))
  - 将已绑定帐户的特定 NFC 装置靠近此区，即可自动登录 [www.gptfit.com](http://www.gptfit.com) 账号
- ③ 电源键：**短按**  以关机
- ④ 电子煞车按钮 (红色按钮)：  
运动中如欲减速，请 **持续按住此按钮** 以减速或停止跑带
- ⑤ 点选  以检视仪表软件版本或进行快速设定：






- ⑥ 点选  以检视装置序号或进行装置设定：
- 装置序号 (位于右下角)
  - 灯条设定：若关闭 [依据心率]，跑板两旁的 LED 侧灯会改以 [依据发电功率] 指示强度区间与变换颜色
  - 配对装置：进行 NFC 心率装置绑定或解除
- ⑦ 此区为状态栏，由右至左依序为：
- 以 24 小时制显示现在时间
  - 以 % 显示电池电量 
  - 一旦连接 Wi-Fi 和互联网， 图示会由白色转为红色
  - 一旦连接心率装置， 图示会由白色转为红色
- ⑧
- 登录 [www.gptfit.com](http://www.gptfit.com)<sup>3</sup>：依照屏幕指示以手动输入账密登录、或以行动装置扫描 QR 码登录、或以特定 NFC 装置<sup>1,2</sup> 靠近  感应区并自动登录
  - 登录后，会显示个人头像与名称
- ⑨ 点选  以更改语言。更改后，系统会提示您注销以套用新语言
- ⑩ 点选以选取默认训练目标、或训练程序、或使用 [Ala Cloud Run](#) 云跑来锻炼、或一边运动一边观看影片
- ⑪ 点选  以返回上一页
- ⑫ 点选  以从任何画面回到主屏幕
- ⑬ 点选  开始活动、显示实时运动数据

## 备注

- 1 NFC Tag 近距离无线通信标签（被动式）。
- 2 NFC 装置限选购与绑定使用 **ATTACUS** 光学心率臂带 *Obeat3* 或 *Obeat1 NFC*。
- 3 开始运动前请先登录 [www.gptfit.com](http://www.gptfit.com)，以保存运动资料。

## ■ 运动页面概览

运动页面将屏幕分为两个部分：

- 上半部用来浏览内容，您可以将屏幕由右往左滑（向左滑动）来翻到下一页，或者透过点选图示  /  /  来切换画面。



### 运动首页

开始运动后，您当前的时速 kph、心率 bpm 与彩色心率区间 HR Zone、以及发电功率 w 会显示在屏幕中



### 目标页

如果您使用训练目标程序，屏幕中会显示：  
您当前的数据 / 预设目标值









### 图表页

由上至下依序为速度、心率、发电功率

- 底部用来反馈实时运动资料，点选该栏位可以选择与变更显示内容。



- ① 点选以返回上一页
- ② 点选以从任何画面回到主屏幕
- ③ 显示活动时间、系统时间、或总发电量
- ④ 显示时速、配速、或心率<sup>1</sup>
- ⑤ 点选以开始、暂停或继续，**长按**可以结束运动
- ⑥ 显示距离、消耗卡路里、或发电功率
- ⑦ 调整阻力：预设 40%。点选 **+** 可以增加或减少数值。点选该栏位可以进入设定窗，点选  切换：**阻力%**或**发电功率 w** 快速选单，点选  切换**阻力平滑渐进变化**  或**阻力实时变化** ，点选  会将阻力或发电功率归 0。点选  退出设定窗
- ⑧ 点选以连接 Wi-Fi、配对蓝牙装置、调整音量或屏幕亮度

## ■ 资料栏位

名称	说明
活动时间	以 <b>分：秒</b> 显示训练时间
系统时间	以 <b>时：分：秒</b> 显示现在时间。 🏠 这是与「因特网时间」同步的实时时钟，如果发现未显示正确的时间，请确认屏幕已连接至有效的 Wi-Fi。
总发电量	以 <b>瓦特小时 wh (Watt-hour)</b> 显示当前运动累积的电池储存能量，即 [总回收能量]
速度	以 <b>每小时公里 kph</b> 显示当前运动时速
配速	以 <b>分：秒</b> 表示当前速度走完或跑完一公里所花的时间
心率	以 <b>每分钟心跳数 bpm</b> 显示实时心率
距离	以 <b>公里 km</b> 显示当前运动累积的距离
卡路里	以 <b>大卡 kcal</b> 显示当前运动累积的消耗卡路里
发电功率	以 <b>瓦特 w</b> 显示当前运动输出的实时发电功率
阻力	依据选择的 <b>阻力%</b> 或 <b>发电功率 w</b> 控制阻力，数字越大、阻力越大、强度越高

## ⚠ 注意！


- 需连接蓝牙心率传感器配件且读出心跳数值后才能显示心率数据。
- 如果使用 🔄 **阻力平滑渐进变化**，当您切换阻力%或发电功率 w 时，跑步机会平稳地进行递增或递减变化。
- 如果使用 📏 **阻力实时变化**，当您切换阻力%或发电功率 w 时，跑步机会直接快速变换。请注意！在高速下突然变换阻力，会有打滑失速的危险。建议您在高速运行时，请先调降速度，再调低阻力%或发电功率 w。



## 4.4 使用说明


开始使用前请先登录，或建立新账户注册成为线上使用者，以便保存锻炼数据到 [www.gptfit.com](http://www.gptfit.com)。默认情况下，您所提供的数据是不对外公开的。

**STEP 1. 开机：**请在履带上以稳定速度的活动来启动跑步机。

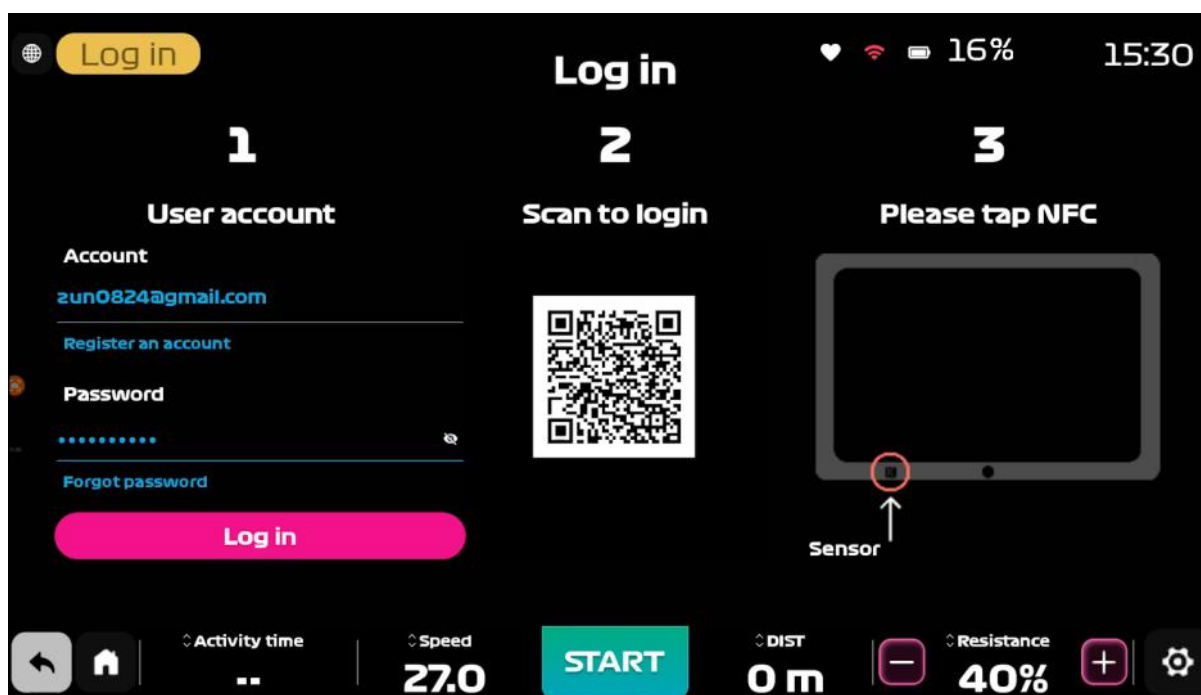
👉 若以高于 6 kph 时速（10 分速）步行仍无法启动屏幕与机台、电源指示灯也没有反应时，请接上电源并持续步行至屏幕点亮且能进入首页为止。

👉 如果屏幕电源指示灯有亮却没有画面，建议短单击电源键  以强制启动。

**STEP 2. 设定 Wi-Fi：**点选屏幕右下角的  >  以搜寻并连接 Wi-Fi。



**STEP 3. 选择语言：**点选屏幕右上角的  以更改语言。

**STEP 4. 登录账号：**点选屏幕右上角的[登录]，并选择您想使用的登录方式。



**1 使用者账号登录：**如果您已有 [www.gptfit.com](http://www.gptfit.com) 账号，输入您的账号与密码，点选[登录]。

**2 扫描登录：**如果您已有 [www.gptfit.com](http://www.gptfit.com) 账号，以行动装置扫描屏幕 QR Code，点击 [连结] 并确认 [登录]。


**3 请感应 NFC：**如果您拥有已绑定帐户的特定 NFC 装置，请参阅 [4.5 NFC 快速连线](#) 说明，将传感器正面  碰触仪表的  感应区即可快速登录使用。


👉 如果您尚未注册，请依照屏幕指示输入您的个人信息以建立帐户。帐户建立后，您所登录的电子邮箱会收到系统信件。请按照信件指示进行确认。


👉 登录后，屏幕左上角会显示 [个人头像与名称]。


👉 如欲注销，点选 [个人头像与名称] 并确认 [注销]。

**STEP 5. 连接蓝牙装置：**点选屏幕右下角的  >  选择您想要连接的蓝牙耳机 或 蓝牙心率<sup>1</sup>装置。

**STEP 6. 开始运动：**点选  以开始计时。

**STEP 7. 暂停运动：**点选  以暂停计时。再次点选即可恢复计时。

**STEP 8. 结束运动：**将重心后移并持续按住右扶手的红色煞车按钮以减速。接着，长按  以结束运动。检视摘要后，点选 [离开] 以退出。

**STEP 9. 关机：**短按  电源键<sup>2</sup>。



## 备注




- 1 需连接蓝牙心率传感器配件且读出心跳数值后才能显示。
- 2 在非运动模式下，若没有任何操作，跑步机将在 3~5 分钟后自动关闭并进入休眠模式，以节约电能。如欲唤醒跑步机，请在履带上以稳定速度步行。



## 注意！

- 基于安全考虑，使用者在必要时（例如感到不适或停止运动时）应握住扶手。
- 任何时候无法开机时，请立即接上电源或以高于 9 kph 的速度连续运动，直到能进入主屏幕为止。
- 当画面顶部出现**电量低于 20%警讯**，表目前电量不足，**请立即接上电源、或加速至 9 kph 以上，并且将发电功率设定 50W 以上**，以提高能量产出。

## 4.5 NFC 快速连线




NFC<sup>1</sup> 是一种通过互相轻触，即可使蓝牙设备之间建立通讯的短距离无线技术。若先前已完成 NFC 心率传感器绑定<sup>2</sup>，每次使用只需将传感器正面  与位于仪表左下方的  互相碰触即可快速登录使用。以下说明绑定使用方式：

1. 开启心率传感器<sup>3</sup>。
2. 电子仪表：请在履带上以稳定速度来启动跑步机。
3. 点选 [登录]，输入账号密码或行动装置扫描屏幕 QR Code 登录 [www.gptfit.com](http://www.gptfit.com) 账号。
4. 点选 [装置设定  ] > [配对装置] > [新增装置+]。
5. 以面朝面方式，使传感器正面  与仪表左下方的  感应区相互碰触连线，并确认显示在屏幕上的序号与您所用的装置相符。

 每一个账号限绑定一个 NFC 装置<sup>2</sup>。如欲更换新装置，请先解除旧装置绑定：点选旧装置序号后方的  并确认移除。




● 一旦绑定完成，下次开机使用时的操作方式：

1. 主屏幕下，以传感器正面  碰触 仪表左下方的  即可快速登录账号。
2. 登录后，点选  开始运动即可传送心率读数。

### 备注

- 1 NFC Tag 近距离无线通信标签（被动式）。
- 2 NFC 装置限选购与绑定使用 **ATTACUS** 光学心率臂带 *Obeat3* 或 *Obeat1 NFC*。
- 3 光学心率臂带开机方式有两种：(1)**短按** 开机，或(2)**长按** 开机并开始记录。有关使用与配戴方式请参阅 [ATTACUS Obeat3 线上说明书](#) 及 [ATTACUS Obeat One 线上说明书](#)。

## 4.6 LED 指示灯

跑板两旁的 LED 侧灯会依据您当下的训练强度变换成不同灯号。您可以在 [装置设定  ] > [灯条设定] 进行设定。

### 4.6.1 心率区间指示功能

如果您启用 [依据心率]，跑板两旁的 LED 侧灯会依据您运动当下所处的心率区间指示不同灯号。透过**心率区间**可以客观衡量当前训练强度以及身体费力程度。


基于个体体能差异及对于训练强度的感受不同，心率训练区间依据使用者需求选择「最大心率法 (%MHR)」或「储备心率法 (%HRR)」。下表仅供参考。

灯号	心率区间		训练强度%		强度	感觉	训练效果	目的
			%MHR	%HRR				
蓝	Z0	日常生活	~50	~55	最低	一般日常	日常生活作息的心率区间	
青	Z1	暖身区	50~60	55~60	最低	完全放松	帮助热身与体能恢复	维持健康
绿	Z2	有氧燃脂区	60~70	60~65	低	可以边做边说话	促进新陈代谢	体重控制
黄	Z3	耐力训练区	70~80	65~75	中	有点累难以保持交谈	提高心肺有氧能力	有氧运动
红	Z4	马拉松肌力区	80~90	75~85	高	感觉吃力无法说话	提高速度和乳酸阈值	提升运动效率
洋红	Z5	无氧爆发力区	90~	85~	最高	心跳加剧呼吸急促	提升无氧运动能力	强化瞬间爆发力

### 警告！

- 心率计不一定每次都能为每个人、每种活动量测出可靠的心率，在某些特定情况下，可能会导致心率读数高于或低于实际心率，例如：使用者的生理特质、活动类型等。
- 心率监测非属医疗设备并且仅供参考。训练强度若超出身体负荷可能会导致严重的伤害或死亡。如果您感到不适，请立即停止运动。

### 提示

- 需连接蓝牙心率传感器配件，方可使用心率区间指示功能。
- 心率区间是常见用来量化训练强度的工具之一，它通常基于以下两种算法定义出五个区间：  
最大心率法 %MHR = (220 - 使用者年龄) × 强度百分比  
储备心率法 %HRR = (最高心率 - 休息心率) × 强度百分比 + 休息心率
- 您可以在 [www.gptfit.com](http://www.gptfit.com) 变更心率区间设定：  
登录后，点选 [个人头像] > [账号管理] > [偏好设定] > [心率] 右方的图示  开启设定窗并依据需求变更心率演算标准。

#### 4.6.2 发电功率区间指示功能

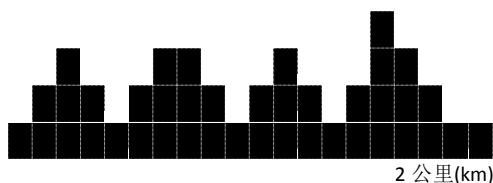
如果您关闭 [依据心率]，跑板两旁的 LED 侧灯会依据您运动当下所产出的发电功率变换不同灯号。


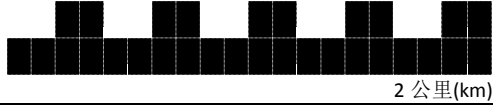

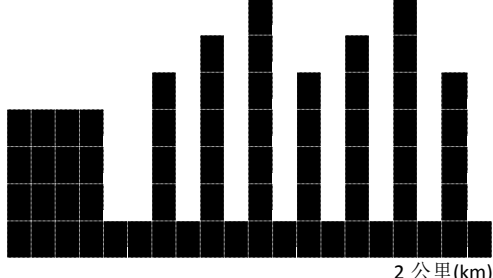
灯号	区间	速度范围 (w)
蓝	Z0	~30
青	Z1	30~50
绿	Z2	50~70
黄	Z3	70~90
红	Z4	90~110
洋红	Z5	110+

## 4.7 训练程序

内建训练程序介绍如下。

名称	选项	说明
<b>Target</b> 训练目标	<b>Act.Time</b> 活动时间	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 预设为 5 分钟</li> <li>● 设置范围 1~300 分钟</li> <li>● 到达预设计时后，即自动结束运动并进入摘要画面</li> </ul>
	<b>TTL. Dist</b> 总距离	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 预设为 1 公里</li> <li>● 设置范围 0.1~100 公里</li> <li>● 到达预设距离后，即自动结束运动并进入摘要画面</li> </ul>
	<b>TTL. Cal.</b> 卡路里消耗	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 预设为 100 千卡(大卡)</li> <li>● 设置范围 10~9,999 千卡(大卡)</li> <li>● 到达预设消耗的卡路里后，即自动结束运动并进入摘要画面</li> </ul>
	<b>Generator Power</b> 发电功率	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 预设为每小时回收 10 瓦特(Wh)</li> <li>● 设置范围 1~10,000 瓦时(Wh)</li> <li>● 到达预设回收的瓦数后，即自动结束运动并进入摘要画面</li> </ul>
	<b>HR Zone</b> 心率区间	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 请依自身需求重设目标心率区间</li> <li>● 区间上限设置范围 60~220 bpm</li> <li>● 区间下限设置范围 30~170 bpm</li> <li>● 运动过程中屏幕会在实时心率的下方显示目标区间，若心跳数落在区间之外会转为红色</li> </ul>
<b>TRAINING</b> 训练程序	<b>Cross Country</b> 越野	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 此程序会仿真上山与下山不断升降阻力，有助强化肌肉</li> <li>● 到达预定 2 公里后，即自动结束运动并进入摘要画面</li> <li>● 运动中可依身体状况随时调整阻力与自己的跑速，避免负荷过量</li> </ul>



名称	选项	说明
<b>TRAINING</b> 训练程序	<b>Weight Loss</b> 减重	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 此程序会在预定的距离中给予适度阻力，以使运动心跳落在最佳有氧燃脂区间 (最大心率 60~70%之间)</li> <li>● 到达预定 2 公里后，即自动结束运动并进入摘要画面</li> <li>● 运动中可依身体状况随时调整阻力与自己的跑速，避免负荷过量</li> </ul>
		
	<b>Interval 1-1</b> 间歇 1-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 为间歇锻炼。将预定距离切成 15 组间隔，每组以和缓 60 秒+爬坡 60 秒重复执行至达到 2 公里为止</li> <li>● 到达预定 2 公里后，即自动结束运动并进入摘要画面</li> <li>● 运动中可依身体状况随时调整阻力与自己的跑速，避免负荷过量</li> </ul>
		
	<b>Interval 2-1</b> 间歇 2-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 为间歇锻炼。将预定距离切成 10 组间隔，每组以和缓 60 秒+爬坡 120 秒重复执行至达到 2 公里为止</li> <li>● 到达预定 2 公里后，即自动结束运动并进入摘要画面</li> <li>● 运动中可依身体状况随时调整阻力与自己的跑速，避免负荷过量</li> </ul>
		
	<b>Hill</b> 山坡	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 模拟登山训练，以循环升降阻力方式，建立爬坡耐力</li> <li>● 到达预定 2 公里后，即自动结束运动并进入摘要画面</li> <li>● 运动中可依身体状况随时调整阻力与自己的跑速，避免负荷过量</li> </ul>
		

## 注意!

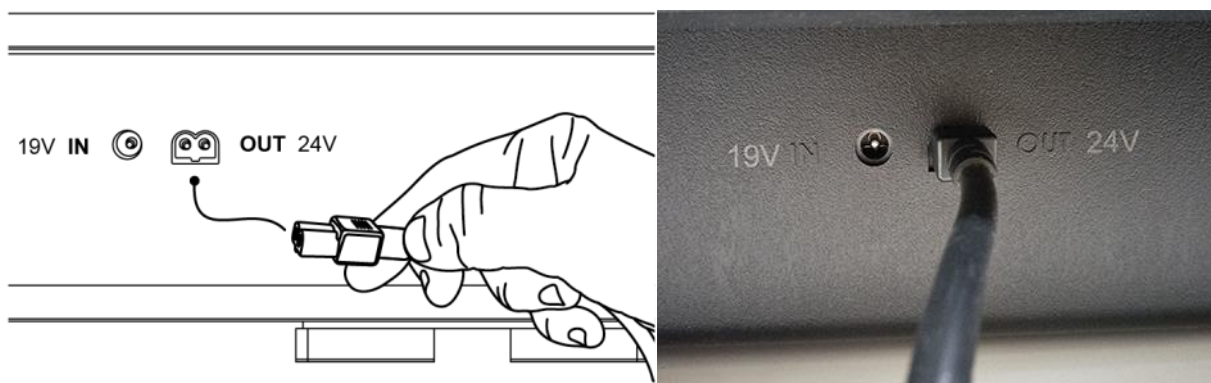
- 一旦到达默认目标，机台即会自动终止活动计时与记录，但不会自动停止跑带。此时，请放慢您的速度并持续按住右扶手上的红色按钮以停止跑带。

## 4.8 运动发电功能

本器材能将您产生的跑步功率转变成电能。依据跑力高低最高可产生每小时 150 瓦的电能，且能在运动同时，为户外行动电源「电小二」进行充电。

以下说明如何为电小二充电：

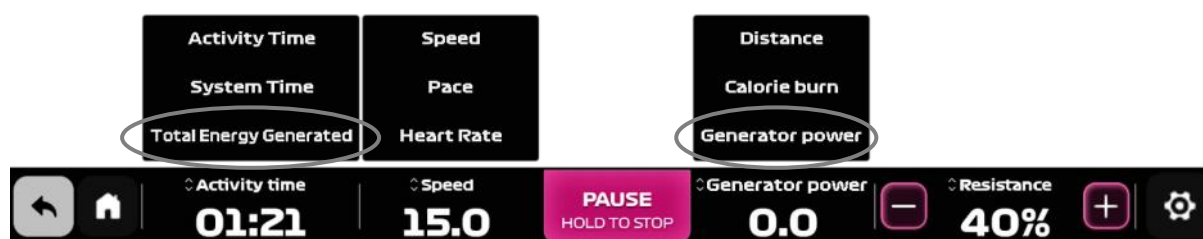
1. 请将随附户外电源充电线 8 字插头插入跑步机右前侧盖标示 **OUT 24V** 的接口。



2. 将充电线另一端的安德森插头插入电小二的 **IN** 输入接口。



3. 登录后，点按 **START** 开始运动。您可以分别在屏幕底部查看自己的实时发电功率 Generator Power (w) 以及总发电量 Total Energy Generated (wh)。



4. 结束运动后，拔除充电线。

## 注意!

- 速度需高于 **6 kph (10 分速)**、发电功率设定 **50W** 以上方能达到运动发电效果。
- 您所产出的发电功率约有 **30W** 将优先供给屏幕与 LED 指示灯。

## 4.9 充电

跑步机内建锂电池在长时间未使用下会进入低耗能休眠状态。此时，欲使跑步机从休眠状态(OFF / SLEEP)切换到运作状态(ON / ACTIVE)可能需要时间才能完全重新激活。

**⚠ 首次使用或电量不足 20%时，建议接上电源线并充电约 3 小时。**

### ■ 电池效能

电池电量 100%	完全未使用下，最长待机 100 天
电池电量 80%	最长可使用 2.5 小时
电池电量 < 20%	画面顶部会出现电量低于 20%警讯，表示目前电量不足，请立即接上电源线，或加速至 <b>9 kph 以上 (相当于配速 6:40)</b> ，并且将发电功率设定 <b>50W 以上</b> ，以提高能量产出
电池电量 < 5%	将无法启动屏幕，请立即接上电源线

📖 依据实测，在不使用电源线的情况下，以 6kph (10 分速)速度活动 10 分钟所产生的能量大约可为电池充电 1%。

### ■ 电源供应器规格

输入(Input)电压 AC 100~240V，输入频率 50/60HZ。

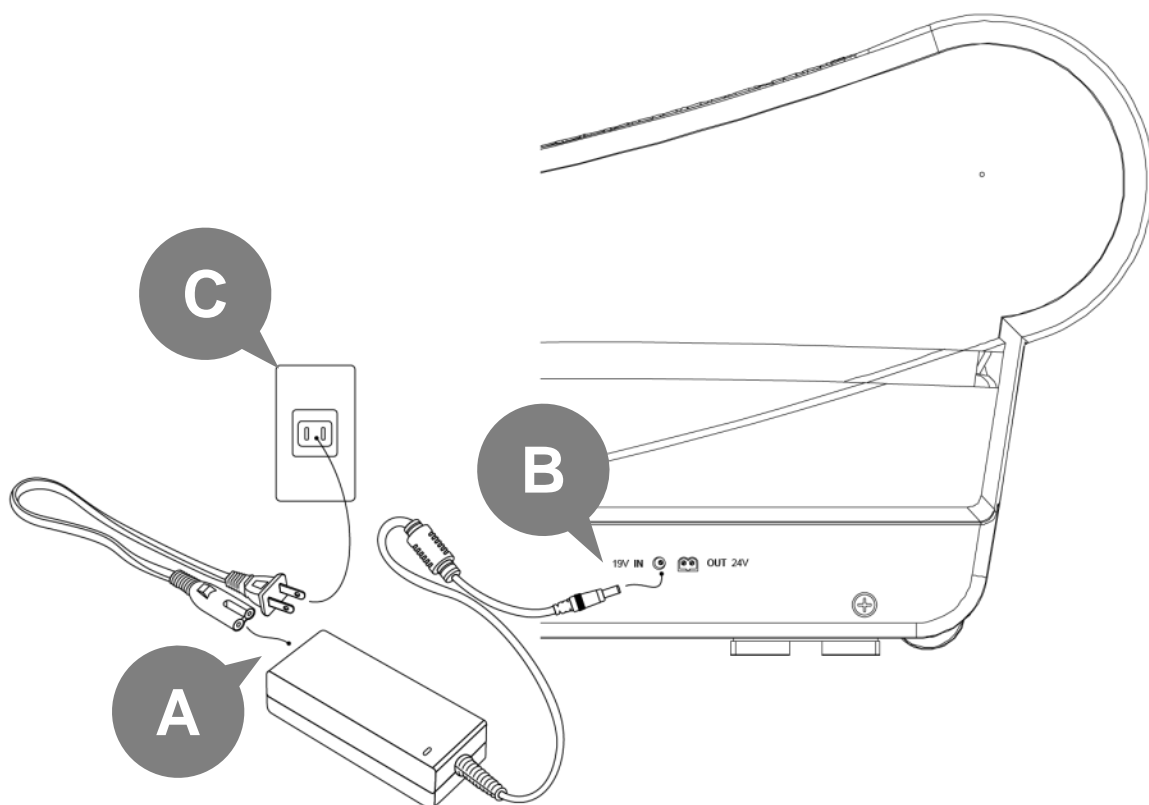
输出(Output)电压 DC 19V，最高输出电流 3A。

📖 随附电源供应器及其电源线插头外观规格会因销售地区不同而异。下方图例为两脚扁型插头的电源线及两孔插座。

### ■ 为跑步机充电

第一次使用与电量不足时 (以步行或跑步无法启动屏幕与机台时)，请充电。

- 请先将插头另一端的 8 字插孔插入电源供应器上。
- 将电源线圆插孔插入右前侧盖标示 **19V IN** 的接口。
- 将插头插入正确的独立插座上。



## ⚠ 注意!


- 请检查电源供应器与电源线、跑步机的端口及接口处有无任何异常现象(例如潮湿、焦黑、绿锈或堆积灰尘/棉絮)。请擦拭干净并保持干燥后再使用，以避免积污导电现象造成短路着火。
- 接上电源供应器使用时：电源线应尽可能展开，请勿将其捆绑或缠绕在电源供应器或其他物品上，也不可重压或挤压，以免通电时产生热量无法逸散而蓄热导致起火。
- 使用电源线时，一旦电池电量达到 80%，请立即拔掉插头，避免电池处于过充的高压状态。
- 充电完成、或长时间不使用时，请拔除插头，以延长电池寿命。
- 电量会因长时间闲置不使用而耗尽。请养成定期运动习惯，以便进行充电。若**超过 3 个月**无运动、充放电，电池将会失效而无法正常供电。

## 5 定期保养

跑步机需要定期检查与保养，以确保人身安全，延长产品使用寿命并降低损失。

保持跑步机及其周围环境的清洁，有助减少维修问题。

请阅读并遵循以下所有指示，如有任何保养问题请咨询购买经销商或本公司客服。

保养频率	方法
每日	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 清理跑步机表面的灰尘，保持干净。</li> <li>● 检查屏幕是否正常运作。在正常运作下、机台处于休眠状态时，以稳定速度在履带上步行或跑步，可以唤醒屏幕。 若无法唤醒，请尝试以下方法：</li> <li>● 若屏幕电源指示灯有亮却没有画面，可<b>短按电源键</b>  以强制启动。</li> <li>● 连接电源并持续步行至屏幕点亮且能进入首页为止。</li> <li>● 检查仪表背盖的 RJ45 电源连接线是否松脱。</li> <li>● 检查电源线与插头是否磨损、故障。若有损坏，应立即停止使用并联系专业维修人员。</li> </ul>
使用前	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 检查并清除跑步机周围或下方散落的任何物品、毛发与碎屑。</li> <li>● 检查履带是否有异物卡住并清除。</li> <li>● 检查履带板条表面是否损坏或异常磨损。若有损坏，应立即停止使用并联系专业维修人员。</li> <li>● 检查设备是否摇晃有异音。如有必要，重新调整脚垫，锁紧扶手与立柱的螺丝。</li> </ul>
使用后	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 清洁表面：以清水沾湿软布擦拭仪表塑盖、扶手与立柱、履带与侧边踏板，去除所有汗水、污垢和灰尘。清洁后，使用干布擦干，防止氧化与锈蚀。</li> <li>● 清洁屏幕：使用干净的超细纤维布轻轻擦拭触控屏幕上的指纹。</li> </ul>
每周	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 使用吸尘器清理履带板条缝隙、塑料侧盖内侧与跑步机下方，防止灰尘、粉尘、毛发堆积和卷入轴承而影响跑步带转动的顺畅性。</li> <li>● 测试煞车按钮，确保其运作正常。测试方法：请在步行或跑步的同时按下红色煞车钮。若功能正常，履带应会立即减速。</li> </ul>
每月	<p>检查扶手、立柱所有螺丝是否紧固。特别是进行高强度间歇训练 (HIIT) 前后，务必检查并确保结构无松脱现象。若发现松动，应立即使用工具锁紧，以确保使用安全性。</p>
专业保养	<p>建议每年一次联络购买经销商并由专业维修技师进行全面检查，特别是前后轴心轴承 (Axle Bearings) 润滑、阻力系统与齿形带 (Toothed Belt) 损耗检测、机台内部积尘清理、全机螺丝与螺栓巡检。</p>

## 注意！

- 在清洁或维护机台之前，请先拔掉所有电源插头，确实断电后再进行保养工作。
- 切勿使用水枪喷射设备清洁机台。避免任何水份渗入电源键、煞车按钮、履带板条缝隙。
- 切勿自行对设备进行润滑。自行润滑可能会损坏精密部件、导致保固失效，甚至引发设备故障或安全事故。如有润滑需求，请联络购买经销商。
- 务必由合格的维修技术人员拆卸或更换部分及全部零件。发现任何损坏、磨损与故障情形时切勿使用，并请立即联络购买经销商进行检修与更换，直到修复完成才能继续使用。
- 定期检查设备，可以将损失降至最低。预防性保养维护是确保设备运作顺畅、延长使用寿命、提高使用者安全性的关键。

## 6 故障排除

除了日常维护保养外，本器材仅能由合格的维修技术人员进行年度专业保养与维修。如有服务或维修方面的问题，请联络购买经销商。

在联络前，请先准备好以下信息以加快处理您的请求：

- 品牌、型号与序号。(可以在 [3.4 产地电源标签](#)上找到)
- 问题发生前发生了什么事？
- 屏幕出现的错误讯息或故障代码
- 问题是在正常执行中突然发生？还是随着时间逐渐发生的？
- 是否已采取哪些排除故障的措施？

若出现下述情形，请立即停止使用，拍照或摄影记录问题，并联络购买经销商。

- **跑带（履带）运行异常**
  - 阻力突然增加或感觉变重。
  - 跑带左右偏移，甚至摩擦到侧边踏板。
  - 加速时感觉抓地力不足，有滑动或空转感（打滑）。
  - 运转时感觉跑带转动一圈中某个点特别卡，有顿挫感（顿涩）。
- **运作时发出异音**
  - 高频尖锐的吱吱声。
  - 低沉磨损声或沙沙声。
  - 金属撞击声或喀喀声。
  - 节奏性的咚咚声。
- **履带板条出现裂痕或上下晃动**
- **煞车按钮失效**
- **阻力调节失效**
- **屏幕闪烁或死机**

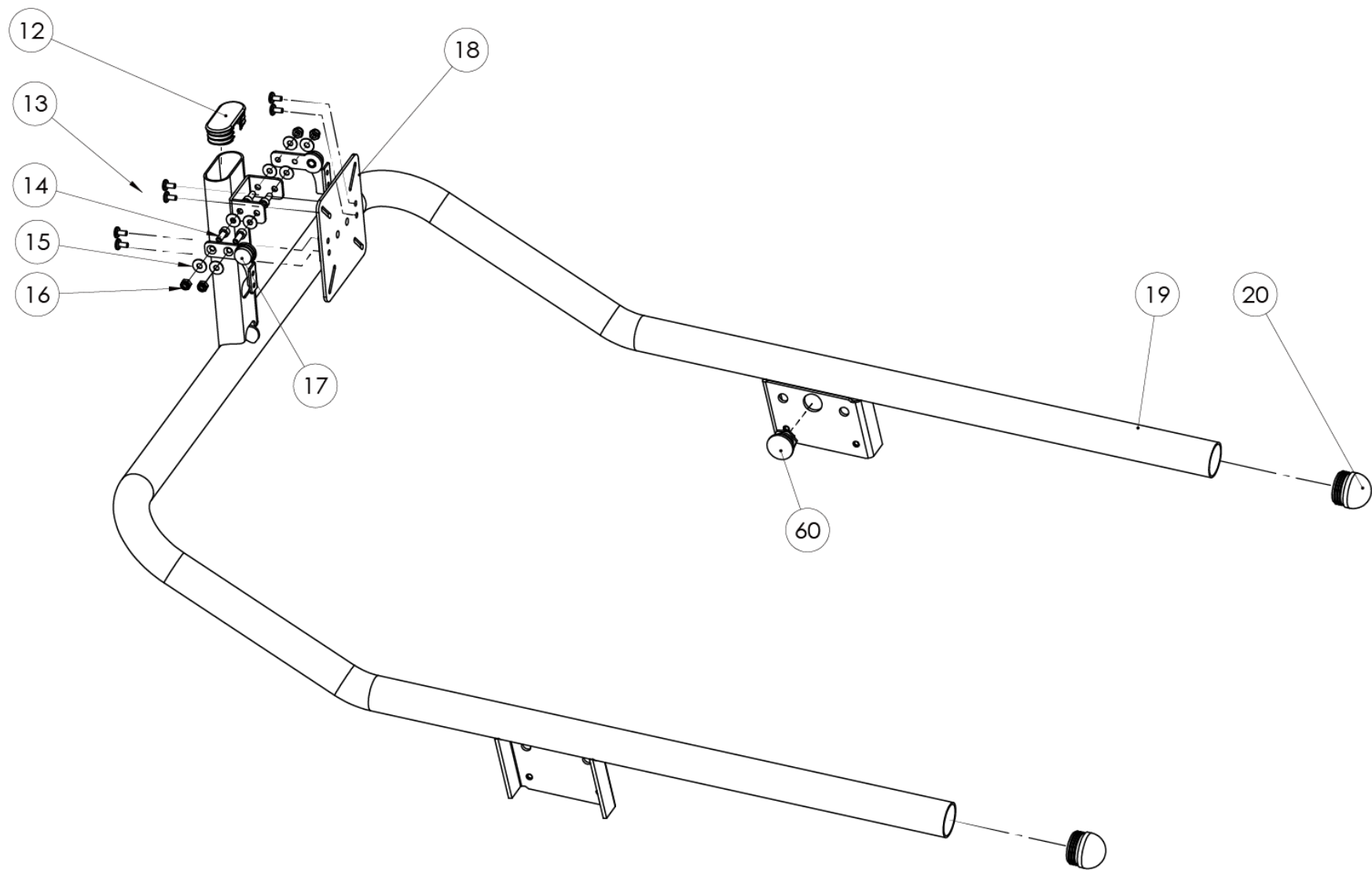
## 7 规格

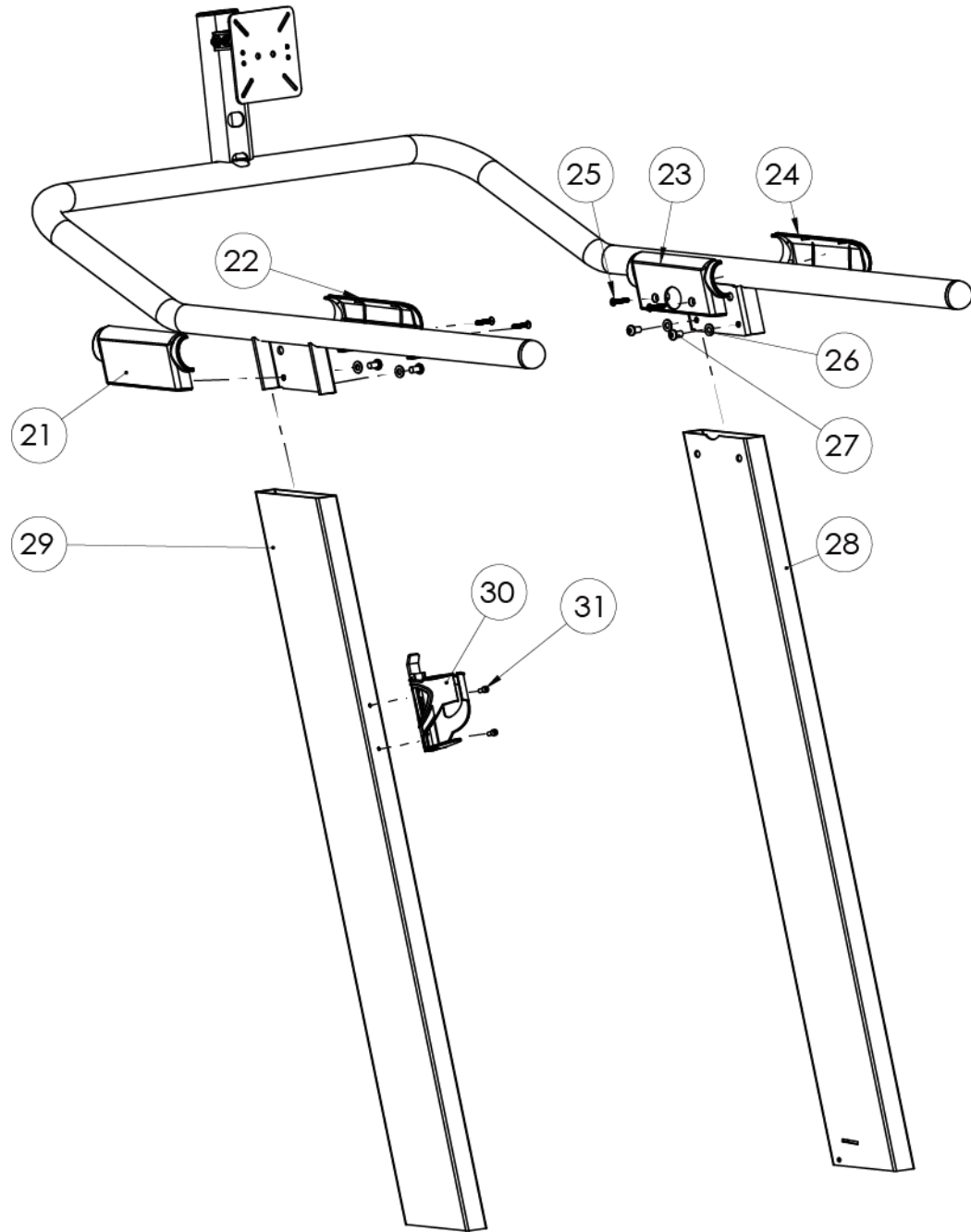
产品 (搭 21.5" 屏幕)	尺寸 L×W×H: 186.3×91.6×168.8 cm / 73.6"×35.8"×66.5" 重量: 158 kg / 348 lb.	
最大使用者重量	180 kg / 397 lb.	
运输包装	尺寸 L×W×H: 185×100.5×76.5 cm / 72.8"×39.6"×30.1" 重量: 202 kg / 445.3 lb.	
跑板	跑步区域: 48×168 cm / 18.9"×66.1"	
屏幕(选配)	<input type="checkbox"/> 15.6" TFT 触控屏幕	<input type="checkbox"/> 21.5" TFT 触控屏幕
供电方式	自发电	
电池	可充电式锂电池	
容量 Capacity	77Wh (5.2Ah, 14.8V)	
使用时间	最多连续使用 2 小时 (在不充电或发电情况下, 同时和背光亮度有关)	
外接插口	输入: DC 接口×1 (孔径 2.5mm) 输出: AC 接口×1 (8 字头)	
训练目标	目标模式(活动时间、总距离、卡路里消耗、发电功率、心率区间) 训练程序(越野、减重、间歇 1-1、间歇 2-1、山坡)...等 10 种训练程序	
心率侦测	无线连接藍牙®/ NFC™ 快速连线	
无线传输	低功耗藍牙无线传输技术 (BLE FTMS Profile)	
应用程序	运动 APP: <a href="#">Ala Cloud Run</a> 串流影音 APP <sup>1</sup> : YouTube, iQIYI	
云端整合应用	<a href="http://www.gptfit.com">www.gptfit.com</a>	
随附配件	电源供应器×1: 输出 DC 19V 3A, 输入 AC 100~240V 50/60HZ 户外电源充电线×1	
选购配备	<b>ALATECH</b> 心率带 CS009/ CS010/ CS011/ CS012 <b>ATTUCUS</b> 光学心率臂带 Obeat1 NFC <sup>2</sup> /Obeat3 <sup>2</sup> <b>ATTUCUS</b> GPS 跑表 StarONE/ Star2	

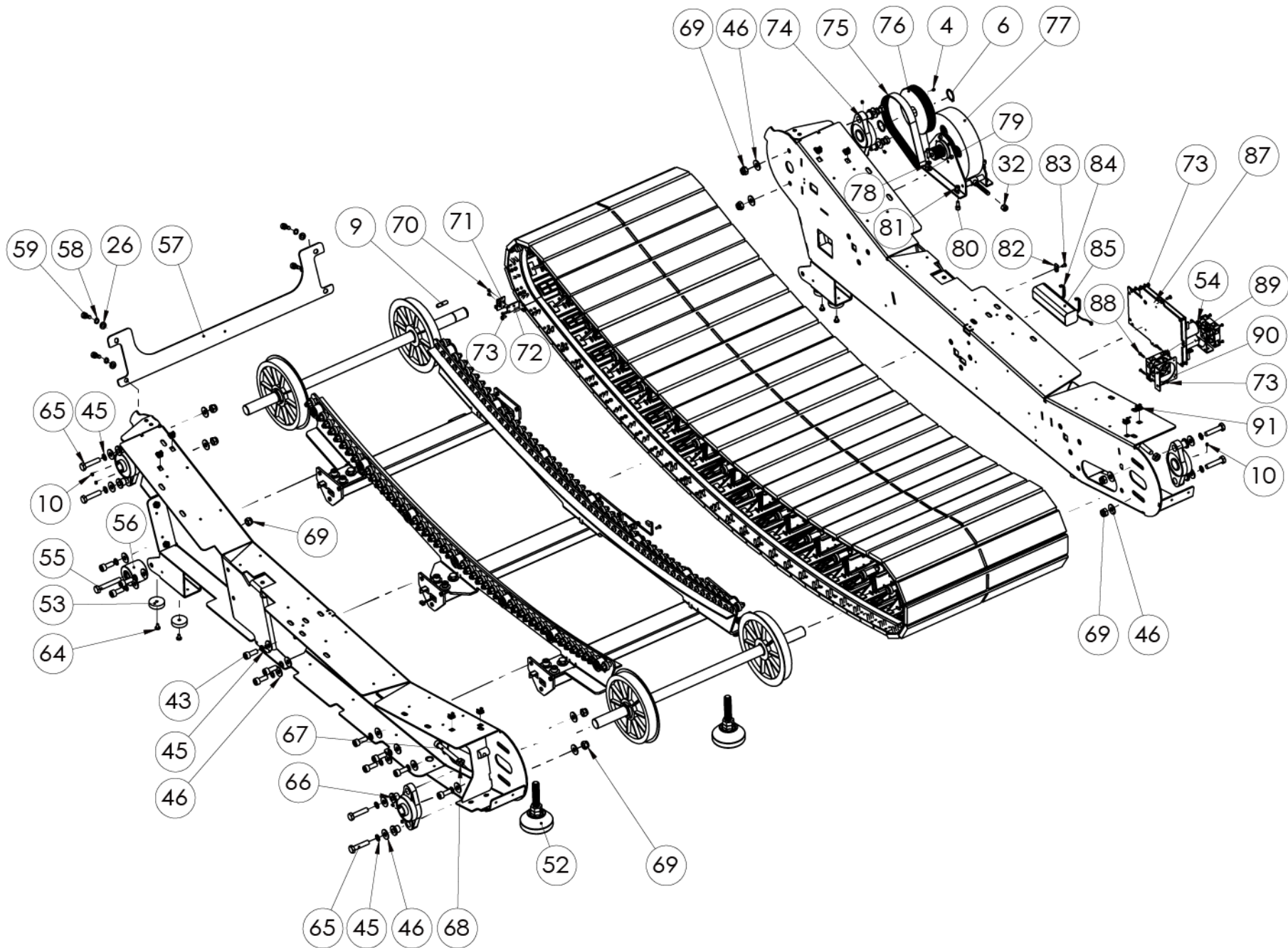
### 备注

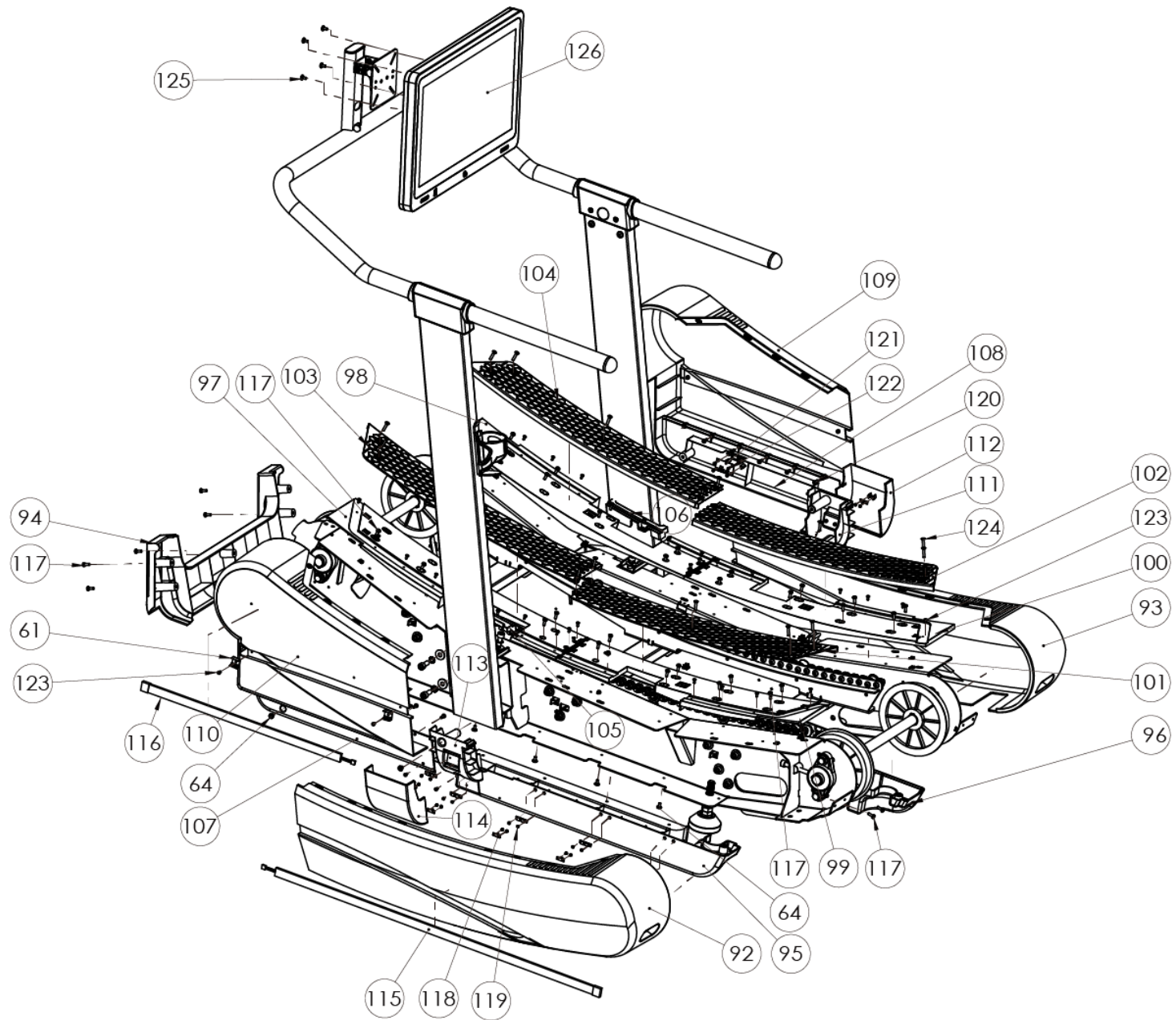
- 1 内建影音应用程序可用性会依地区而有所不同。
- 2 **ATTACUS Obeat3** 与 **Obeat1 NFC** 为支持 NFC 功能的光学心率臂带。

## 8 零件爆炸图











attacusfitness.com

Designed by ALATECH Technology Limited.



**FR**  
Cet appareil,  
ses piles  
et cordons  
se recyclent

À DÉPOSER  
EN MAGASIN

À DÉPOSER  
EN DÉCHÈTERIE

OU

Points de collecte sur [www.quefairedemesdechets.fr](http://www.quefairedemesdechets.fr)  
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !



Li-ion



废旧电池回收

请依照当地废弃物清理法规定，适当处理与回收本商品，请勿焚化废旧电池，以保环境质量。

Made in China.