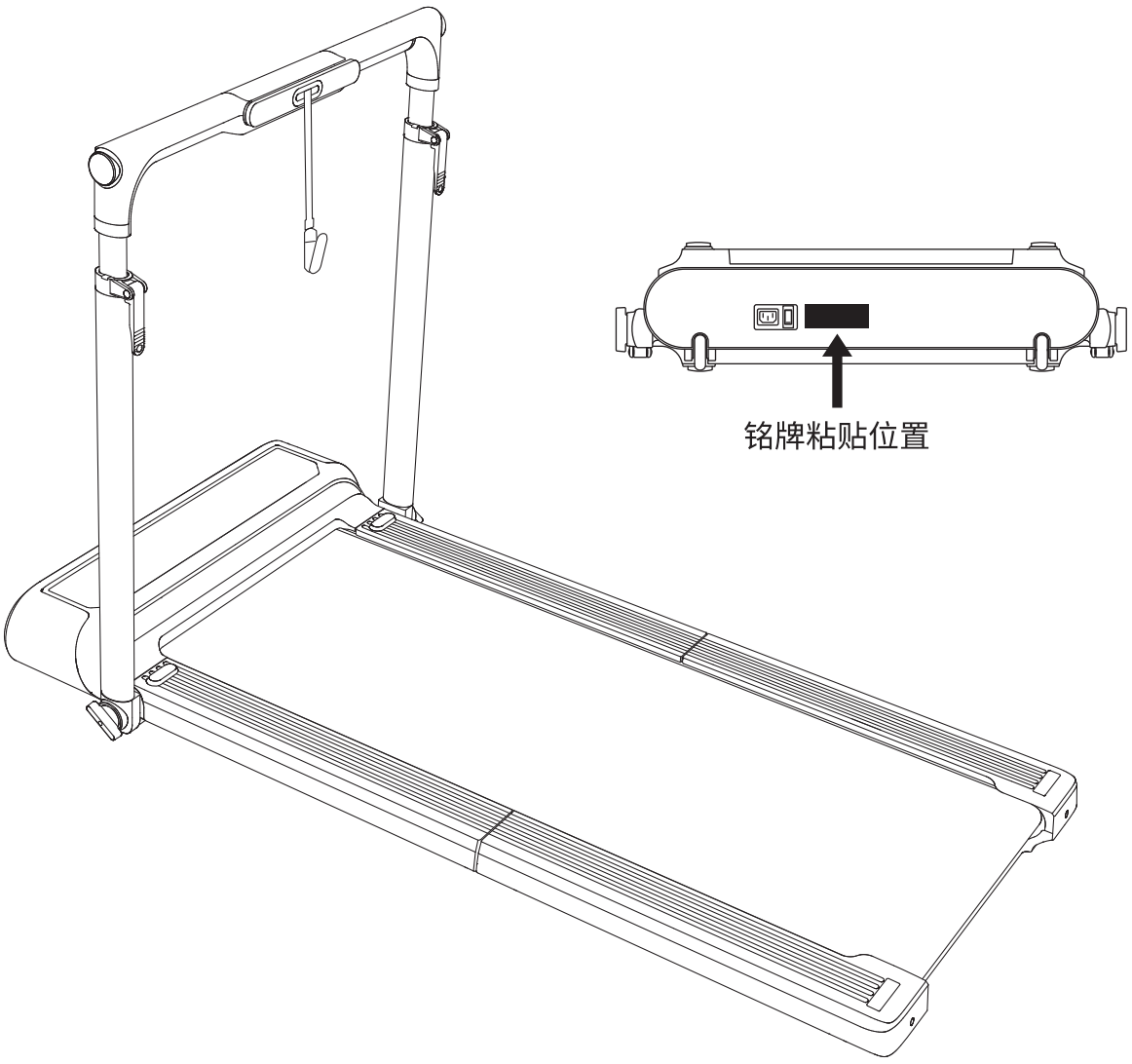
金史密斯 WalkingPad 跑步机
R3 Hybrid
使用说明书



本设备包含型号核准代码为：
CMIIT ID：2021DP17711 的无线电发射模块

⚠ 警告

使用时请小心，以免滑倒或受伤。
不要让儿童接近或使用本设备。
本设备采用创新跑台折叠技术，折叠 / 展开时小心夹手。
使用产品前请仔细阅读本使用说明书，并妥善保管。

扫码下载 app

安全使用须知

感谢您选择金史密斯 WalkingPad 跑步机（以下简称“本产品”“本设备”等）。为确保您充分地了解并正确地使用本产品，请您在使用前仔细阅读以下内容。

（1）本产品仅限 14 岁及以上 60 岁以下、单人、室内家用，不可用于租赁、医疗等商用用途。
（2）使用前，请仔细检查产品是否损坏。如有损坏，请立即停用并联系客服。维修完成之前，请勿使用本设备。
（3）请将产品置于稳定的水平地面上，请勿在潮湿光滑的表面上使用，以免触电。
（4）请确保产品后方留有至少 1000 mm × 1000 mm 的净空距离，两侧留有至少 500 mm 的净空距离。
（5）为保障运动安全，请穿着舒适的运动服和运动鞋，并进行充分的热身运动。请勿光脚或只穿袜子。
（6）为防止意外缠绕，请将个人物品远离设备，避免设备损坏和人身伤害。
（7）不要让儿童操作本产品。请勿携带宠物使用本产品。
（8）产品仅限身体健康、健全人士使用。儿童、老人、孕妇、残疾人使用本产品时，需由成年人陪同使用并提供指导，并应在使用产品前咨询医生建议。
（9）请勿超过本产品允许的最大用户体重。
（10）请根据自身情况选择适宜的运动强度，不当的或过度训练可能会导致健康损伤。
（11）运动过程中，如遇身体不适，请立即停止运动并咨询医生。
（12）请勿踩踏设备的头部，以免马达损坏。
（13）设备运行时，请勿随意上下、逆行或横向运动，以免发生意外。
（14）当出现紧急情况时，请立刻拔出安全锁，紧握扶手，并站到防滑侧边条上，待设备停止后，再离开设备。
（15）请勿将产品放置在阳光直射、高温或低温的环境中。
（16）本产品不防水，请勿置于水边或潮湿环境，以免触电。
（17）请勿将设备靠近热源。
（18）为防止设备过热，建议每连续使用 2 小时后先休息 20 分钟再启动。
（19）请勿将毯子或垫子放在设备上进行操作，以免温度过高导致火灾。
（20）请勿堵塞设备的散热口，以免影响设备正常工作。
（21）请勿在易燃易爆气体或液体的附近使用本产品。
（22）请确保设备连接到正确接地且接地功能正常的插座上。
（23）请按照本说明书中规定的方式妥善存放设备。
（24）使用完毕后，请关闭电源开关并拔下电源线妥善保管。
（25）儿童不得在无人照看的情况下参与设备的维护保养工作。
（26）设备维护保养前，请及时断电。
（27）如遇电源线破损，请立即停止使用，并更换厂家指定的配件。
（28）每次使用后，请用柔软的干布擦拭产品表面，保持产品干燥整洁。
（29）请勿私自拆卸、改造产品。因使用者操作不当造成的产品损坏，我司不承担任何责任。
（30）请勿拉扯电源线，也不要将电源线作为把手进行搬运。
（31）设备空载运行的情况下，距离设备 160 cm 左右，使用者听到的设备噪音分贝值≤65 dB(A)。负荷运转时的噪音排放将高于空载运转时。
（32）警告！心率监视系统可能不准确。如果您感到不适请立即停止锻炼。
（33）为保持本产品的安全性能，必须定期检查其是否有损坏和磨损迹象，如跑带、电机等部件。
（34）对于易磨损部位（如电机和跑带）应密切关注，并在必要时更换。
（35）设备出厂配置的电池是不可充电电池，请勿充电。
（36）可充电电池在充电前，请取出电池。
（37）请勿混合使用不同类型的电池，也不要混合使用新旧电池。
（38）请按照正确的正负极方向安装电池。
（39）用完的电池请从设备中取出，并按照当地的规定进行安全处理。
（40）如果设备需长期存放，请取出电池。
（41）请勿让电池的正负极接触，以免短路。

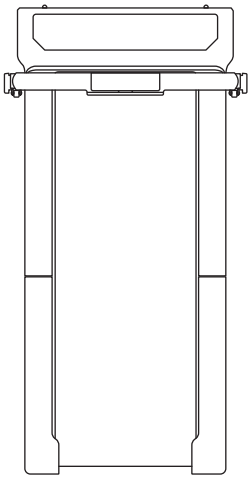
目录

一、产品介绍 1
二、操作与调整 3
三、维护与保养 12
四、故障解决 13
五、运动指南 14
六、有害物质声明 14
七、商标与法律声明 15
八、产品回收与利用 15
九、售后服务与保修 16

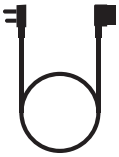
一、产品介绍

拆开包装，检查物品是否完好。如有损坏或丢失，请拨打客服电话：400-188-7795。

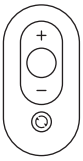
01 开箱清单



跑步机 x 1



电源线 x 1



遥控器 x 1



电池 x 1



腕带 x 1



安全锁 x 1



扳手 x 1



硅油 x 1

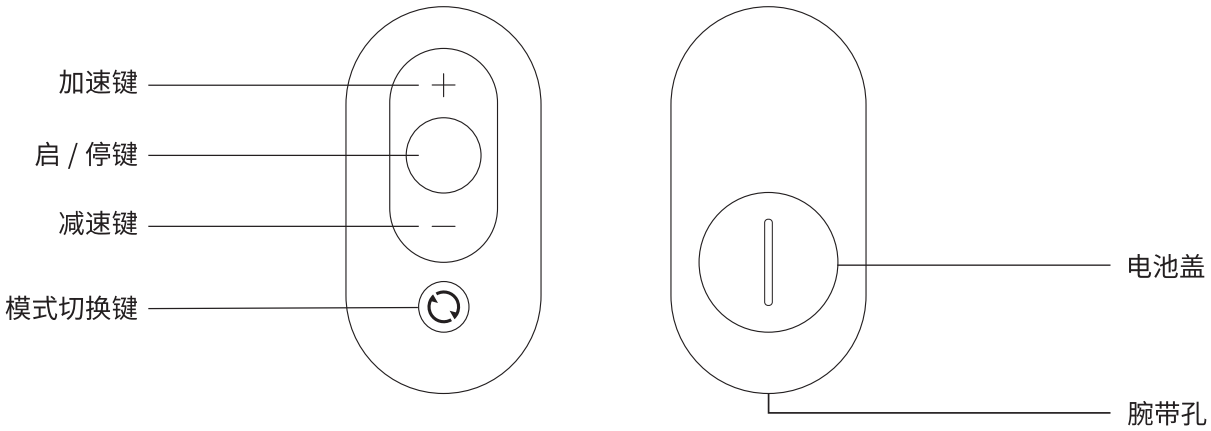


使用说明书 x 1

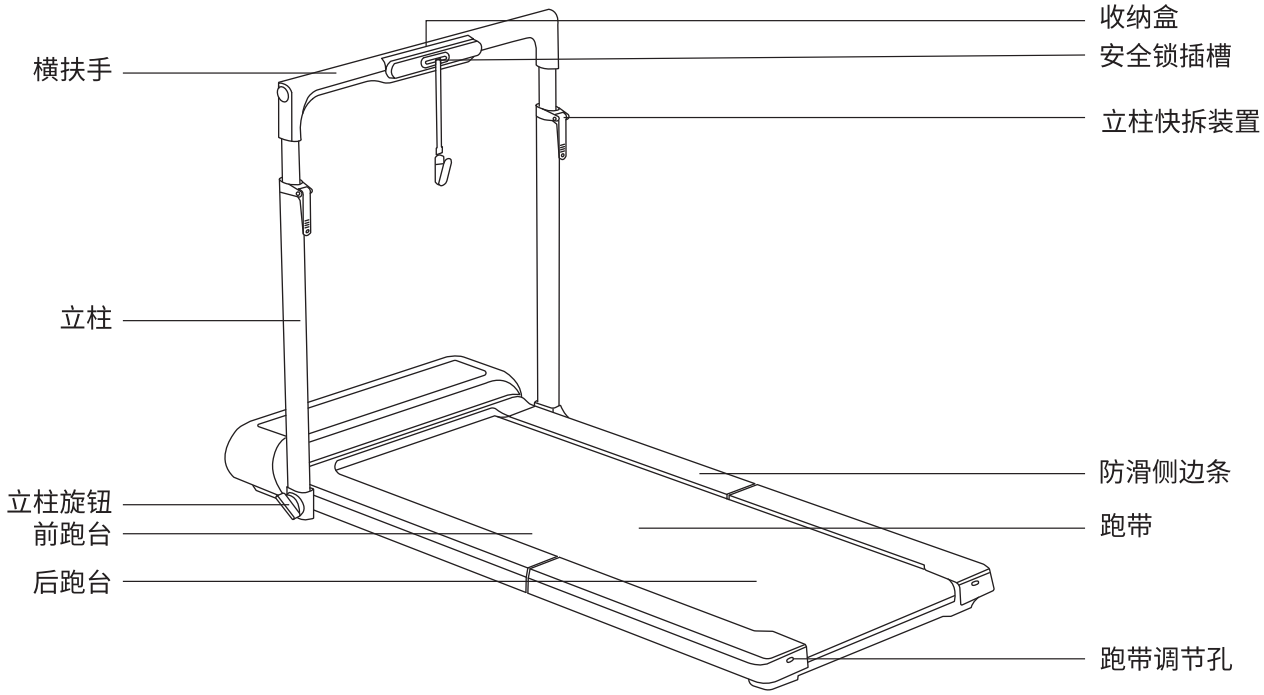
02 基本参数

产品名称	R3 Hybrid 跑步机	额定频率	50 Hz
产品型号	WP440P4	额定功率	735 W
速度范围	1.0-12.0 km/h	展开尺寸	146.8 cm × 76.0 cm × 83.6 cm
运动区域	120 cm × 44 cm	折叠尺寸	102.3 cm × 76.0 cm × 19.6 cm
最大承重	120 kg	产品等级	HC
产品净重	37.9 kg	使用年龄	14-60 岁
额定电压	220 V~	运动模式	走步机模式 / 跑步机模式

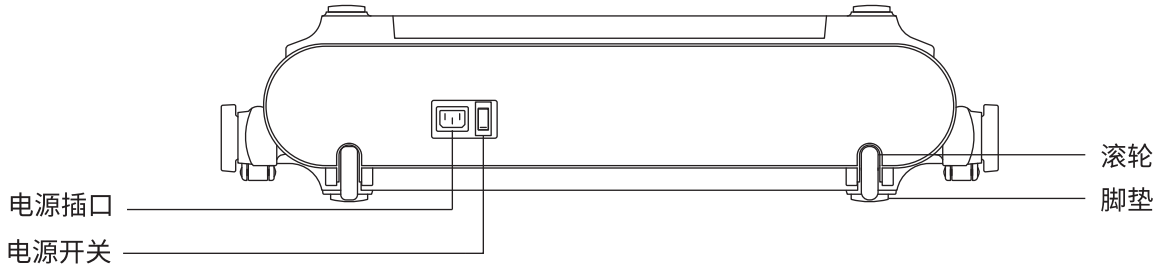
03 部件名称



遥控器

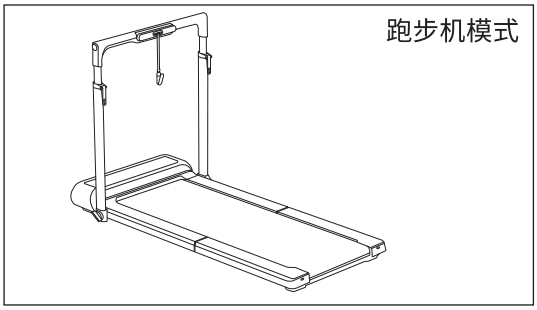


展开状态

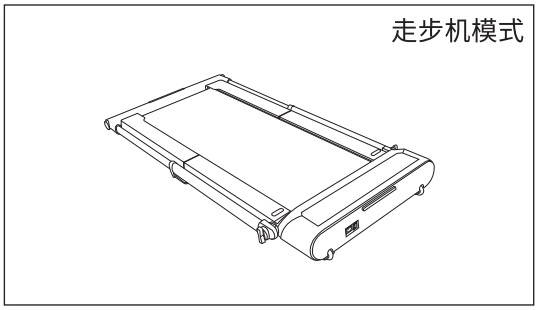


折叠状态

04 运动模式



- 立柱呈竖直状态
- 手动控速
- 最大速度为 12 km/h
- 必须插入安全锁



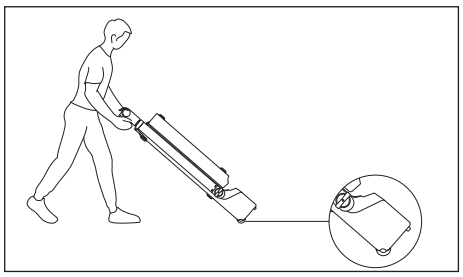
- 立柱呈水平状态
- 手动控速 / 脚感控速
- 最大速度为 6 km/h
- 必须插入安全锁

注意：松开两侧立柱旋钮，抬起立柱，再插入安全锁。

二、操作与调整

01 移动走步机

移动前，请确保设备已断电、电源线已拔掉并妥善保管、立柱旋钮已拧紧、跑台已折叠。

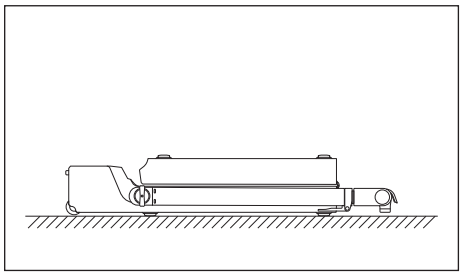


① 双手提起设备扶手，使其依靠滚轮移动至所需位置。

注意：
请勿触碰跑带，以免受伤。
请勿在不平坦的地面上移动设备，以免造成安全隐患。
移动时，请确保设备和地面保持一定角度，以免摩擦。

02 展开跑步机

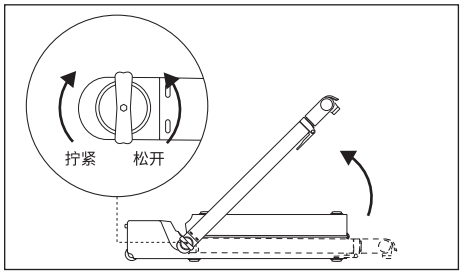
展开前，请确保设备周围有足够的空间（后方≥1000 mm×1000 mm，两侧≥500 mm），避免设备损坏或人身伤害。



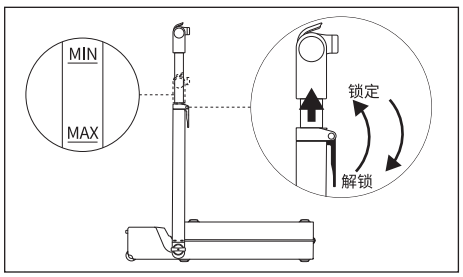
将设备平放在稳定的水平地面上。

注意：请勿将设备放在软、厚的地毯或垫子上，以免影响脚感控速功能。

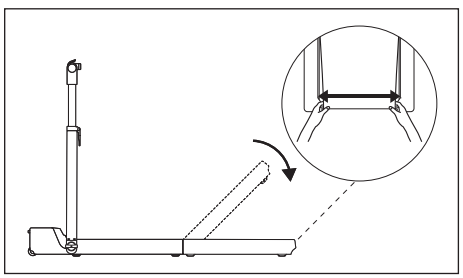
方式一:跑步机模式



① 松开两侧立柱旋钮（逆时针旋转），提起立柱至竖直状态，再拧紧两侧立柱旋钮（顺时针旋转）。



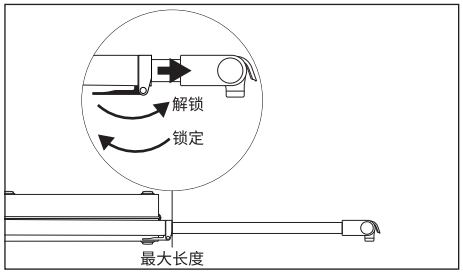
② 解锁左右立柱快拆装置（向上掰），提拉扶手至合适的高度（最小到最大刻度之间），再锁定两侧立柱快拆装置（向下掰）。



③ 展开后跑台，手动调整跑带前后端至居中位置，再下压后跑台将其放平。若跑台未与地面保持水平，可旋转底部脚垫进行调平。

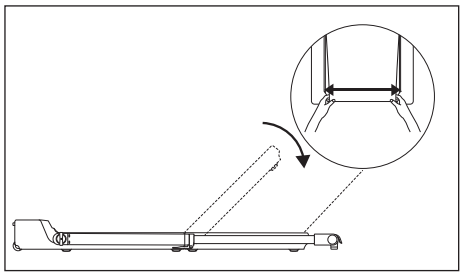
注意：
后跑台可直接用手向下按压，无需担心损坏设备。
跑台展开时，可能会出现撕裂声，踩踏时会伴有明显的缝隙感。这属于正常现象，会随着使用频率的增加而消失。

方式二:走步机模式



① 解锁两侧立柱快拆装置（向上掰），水平方向延伸立柱至最大长度（超出 MAX 标识处），再锁定两侧立柱快拆装置（向下掰）。

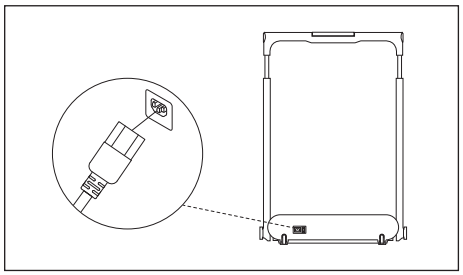
注意：MAX 标识处小于立柱的最大长度，立柱的延伸长度需大于即将展开的走步板长度。



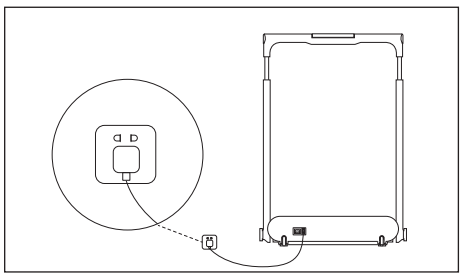
② 展开后跑台（见 _ 方式一：跑步机模式 _ 步骤③）。

03 接通电源

该产品使用时必须连接到正确接地且接地功能正常的插座上，我们的设备符合接地要求。设备发生故障或损坏时，接地能够为电流提供阻力最小的路径，从而降低触电风险。



① 将电源线的设备端插入机器前方的电源插口，并确认连接牢固。

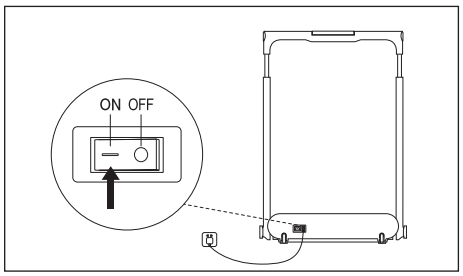


② 将电源线的另一端插入电源插座，并确保插座已按照当地法规正确地安装和接地。

注意：
请勿自行更换电源插头。如插头不适用于电源插座，请联系合格的电工进行更换。
电源线损坏时，必须使用制造商指定的原装电源线进行更换。

04 开机

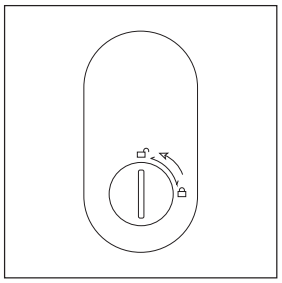
若设备置于寒冷环境中，请待其恢复至室温后再开机，以免设备元件因低温受损。



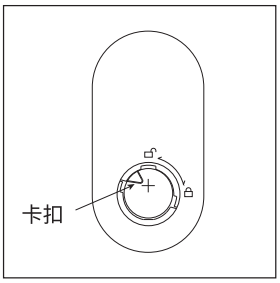
① 打开电源开关，设备发出“嘀”的一声，面板亮起。

05 使用遥控器

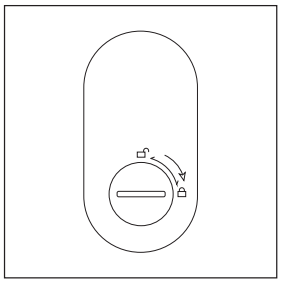
① 安装电池



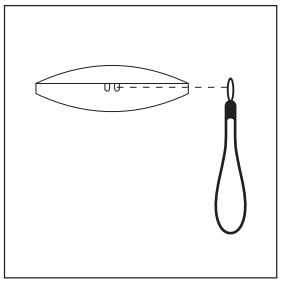
a. 使用合适的工具，逆时针拧开电池后盖。



b. 对准电池正负极，安装电池。

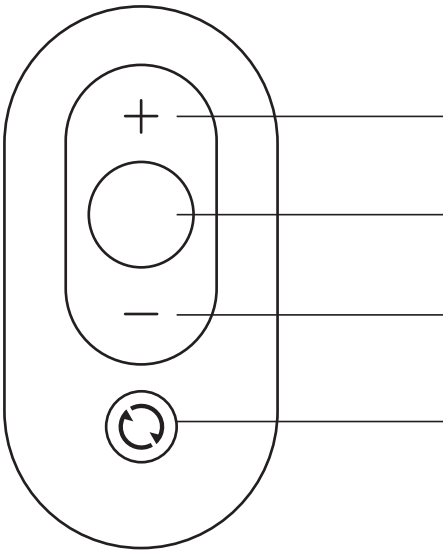


c. 合上后盖并顺时针拧紧。



d. 将腕带穿过遥控器下方孔内系紧，并套在手腕上。

② 按键功能



加速键
短按，每次速度增加 0.5 km/h，最大速度为 12 km/h。

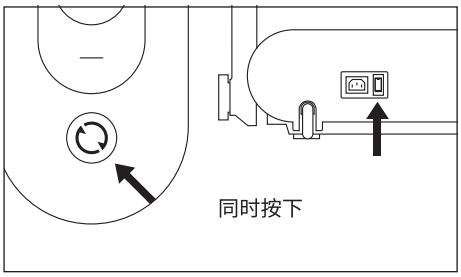
启 / 停键
短按启动设备，再次短按暂停。

减速键
短按，每次速度减少 0.5 km/h，最小速度为 1km/h。

模式切换键
短按，在手动模式和自动模式间切换。
长按 2 秒，结束运动或进入休眠模式。
注意：手动模式为出厂默认模式。

③ 配对

初次使用 , 遥控器和设备出厂前已完成配对，直接使用即可。

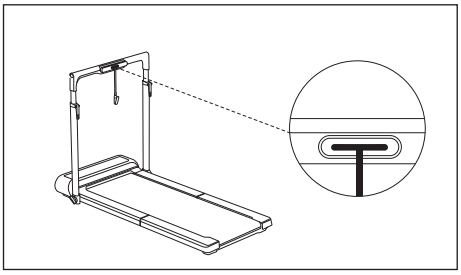


更换遥控器 / 遥控器故障

先关闭设备电源，等待 10 秒后，将遥控器靠近显示面板，再长按“模式切换键”并打开设备电源。当听到“嘀”的一声时，代表配对成功。

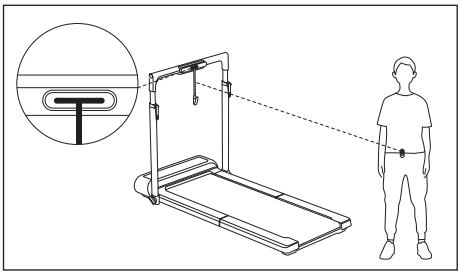
06 使用安全锁

跑步机模式：



① 将安全锁的一端插入安全锁插槽。另一端夹到腹部衣服上。

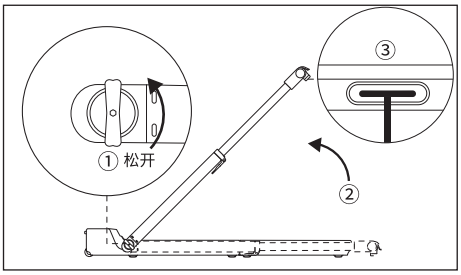
注意：
使用前，必须插入安全锁设备才能启动。
为安全起见，设备不使用时，请拔下安全锁。



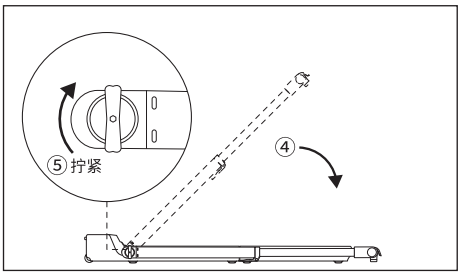
② 紧急情况下，可拔下安全锁紧急制动，双手握住横杆，双脚站到防滑侧边条上，待到设备完全停止后再下来。

警告：拔下安全锁后，设备会急停，请注意安全。

走步机模式：

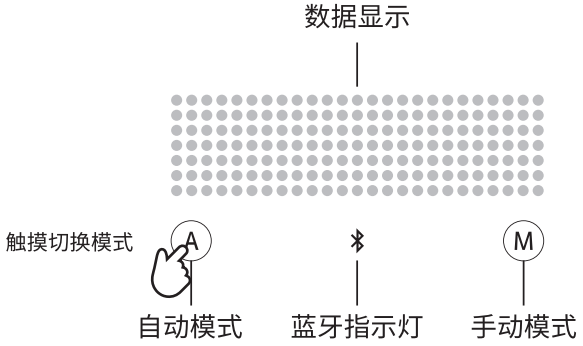


① 松开两侧立柱旋钮，提起立柱，插入安全锁。



② 放下立柱，拧紧旋钮。

07 使用显示面板



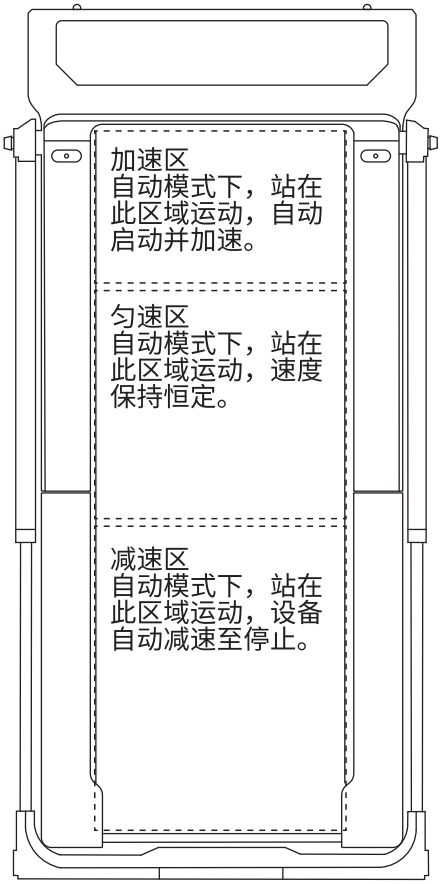
① 模式介绍

Ⓐ 自动模式：
- 适用于专业人士
- 遥控器“加 / 减速键”不工作
- 支持脚感控速
- 走步机模式下，最大速度为 6 km/h
- 跑步机模式下，自动模式不可用

Ⓜ 手动模式：
- 出厂默认模式
- 适用于初学者
- 遥控器按键都工作
- 走步机模式下，最大速度为 6 km/h
- 跑步机模式下，最大速度为 12 km/h

脚感控速：

注意：仅支持走步机模式



② 操作指导

开机 : 打开电源开关，面板亮起，所有数据轮播显示。

注意：
- 开机后，设备自动进入M（手动）模式。
- 如需显示心率，请在KS Fit app 中添加 Apple Watch。



运动时间：12 分 3 秒



当前速度：3.5 千米 / 小时



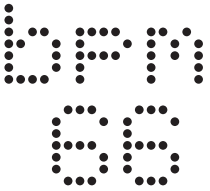
运动距离：1.54 千米



卡路里消耗：517 千卡

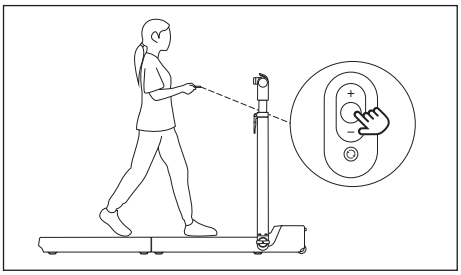


运动步数：28.7k 步



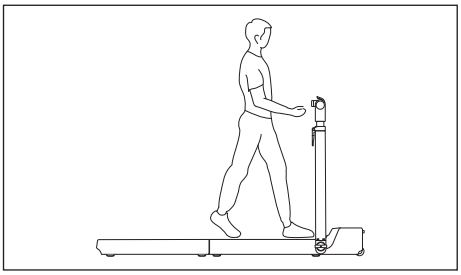
心率值：66 次 / 分钟

开始运动 :



手动模式：
登上走步机，短按遥控器“启 / 停键”。3 秒倒计时后，设备开始运行，初始速度为 1 km/h。

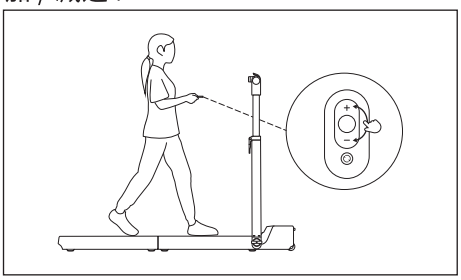
注意：初始状态下，设备自动进入手动模式（M）。



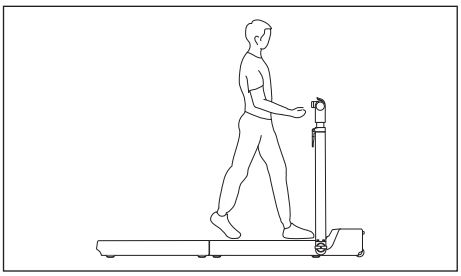
自动模式：
短按遥控器“模式键”切换到自动模式（A）。登上“加速区”，设备自动启动，初始速度为 1 km/h。

注意：手动模式或自动模式下，若设备开机后无负载运行，8 到 60 秒内将自动暂停。此功能默认关闭，可在“KS Fit 轻运动” app 中开启（“运动” - “设置” - “空载停止”）。

加 / 减速 :

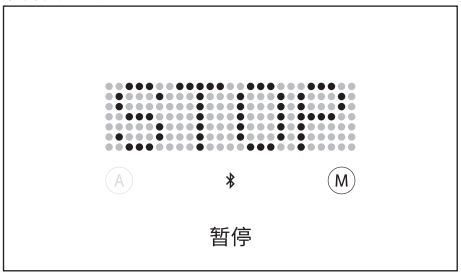


手动模式：
设备运行时，短按遥控器“加速键”，速度增加；短按遥控器“减速键”，速度减少。



自动模式：
站在“加速区”，设备自动启动、速度增加；站在“减速区”，设备自动减速至停止。

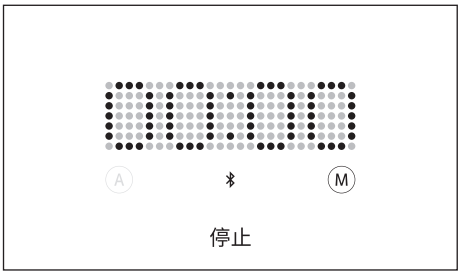
暂停运动 :



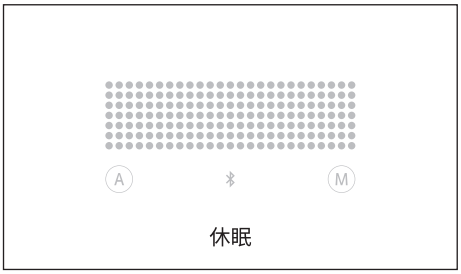
手动模式:
跑带运行时，短按“启 / 停键”，跑带逐渐减速至停止，面板显示“STOP”，运动数据保留。
注意：如需继续运动，再次短按“启 / 停键”即可，运动数据将继续累计。



自动模式:
跑带运行时，登上“减速区”，跑带自动减速至停止，面板显示“STOP”，运动数据保留。
注意： 如需继续运动，重新登上“加速区”即可，运动数据将继续累计。

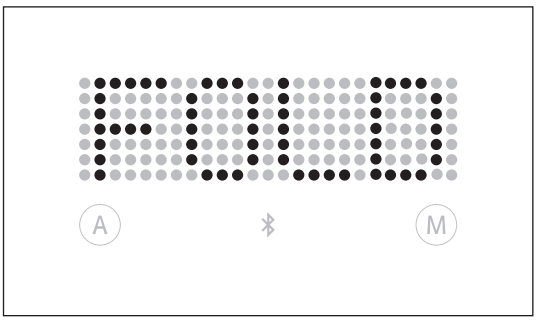


结束运动 :
暂停运动后，长按“模式切换键”2 秒或 10 分钟内无任何操作，数据重置（如 app 未连接）。
注意：如 app 已连接，运动数据保留。

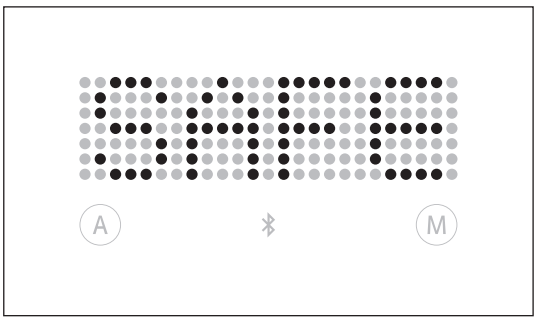


休眠 :
结束运动后，长按“模式切换键”2 秒或 10 分钟内无任何操作，面板熄灭。
注意：如需唤醒设备，短按遥控器上的任意键即可。

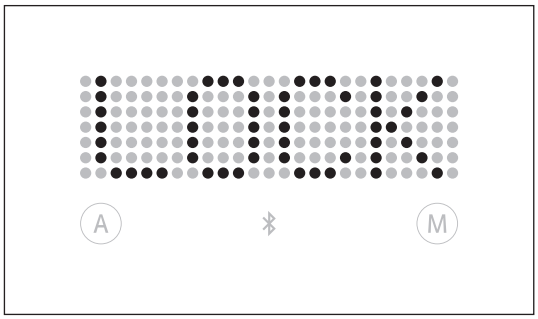
③ 状态描述



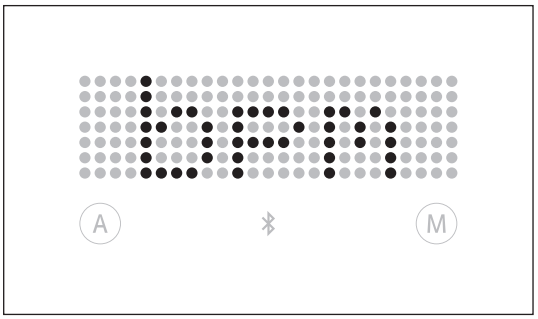
折叠：当设备折叠时，面板显示“FOLD”。展开设备，清除“FOLD”即可使用。



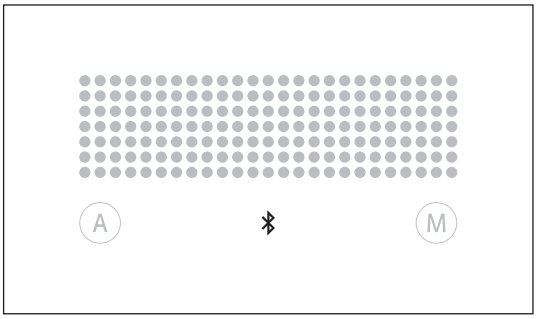
安全锁：当安全锁未插入时，面板显示“SAFE”。插入安全锁、清除“SAFE”之后，开始使用。



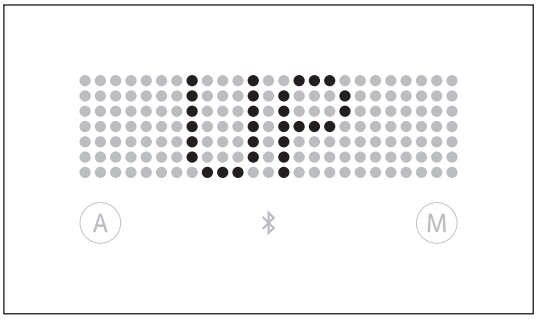
童锁：当童锁在 app 中开启时，设备无法启动，面板显示“LOCK”。关闭童锁后，“LOCK”消失，方可使用。



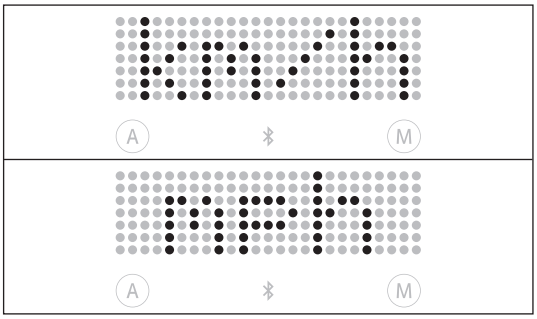
心率：当 app 与 Apple Watch 未连接时，无心率值 (bpm) 显示；已连接时，心率值（bpm）正常轮播。



蓝牙指示灯：当设备与 app 未连接时，蓝牙指示灯闪烁；已连接时，蓝牙指示灯常亮。

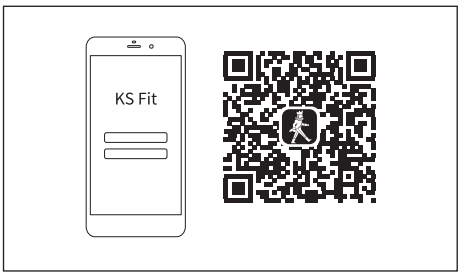


升级：当固件升级时，面板显示“UP”，设备无法启动。升级完成后，“UP”消失。
注意：设备升级时，请勿关机。



公 /英制切换：重启设备 > 连接 app > 点击“我”>“设置”>“单位设置”> 选择“公制”或“英制”> 重启设备。

08 连接app



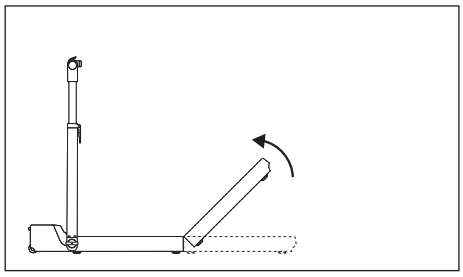
① 扫描图示二维码，下载安装“KS Fit 轻运动 ”app。
② 将手机靠近设备。
③ 打开手机蓝牙（授权搜索附近设备的权限）的同时，打开设备的电源开关。
④ 打开 app，添加设备。

注意：
- 设备只能通过 app 进行添加。如果已在蓝牙列表中连接，请先移除，再去 app 中重新添加。
- 如果配对失败，关闭设备电源，等待 10 秒，重复步骤②-④即可。
- 为安全起见，设备运行过程中请勿再次连接其他手机。

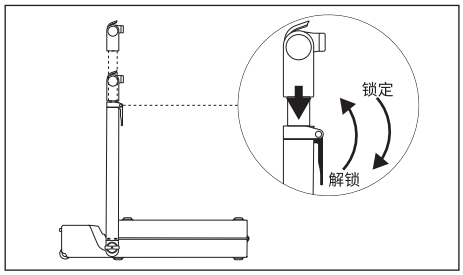
09 折叠设备

折叠前，请确保设备已关闭电源，电源线已拔掉并妥善保管。

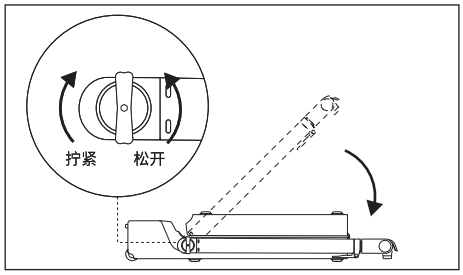
方式一:跑步机模式



① 抬起后跑台，直到设备完全折叠为止。



② 解锁左右立柱快拆装置（向上掰动）并握紧横扶手，收缩扶手至初始高度，再锁定两侧立柱快拆装置（向下掰动）。

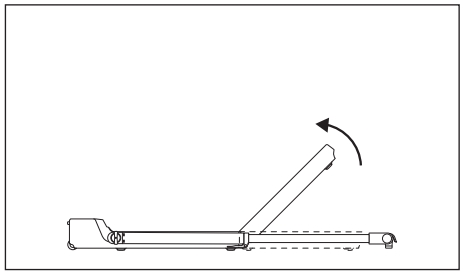


③ 逆时针旋转松开两侧立柱旋钮并握紧立柱。放平立柱，再顺时针旋转拧紧两侧立柱旋钮。

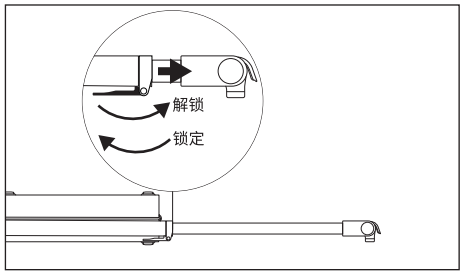
注意:

松开两侧立柱快拆装置和立柱旋钮时，请扶稳横扶手和立柱，以免其突然降落。

方式二:走步机模式

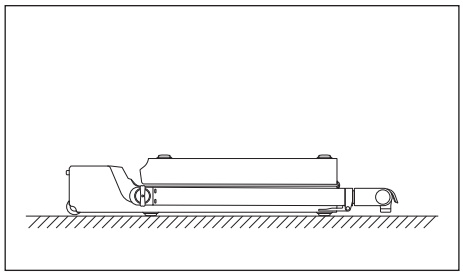


① 抬起后走步板，直到设备完全折叠为止。



② 解锁左右立柱快拆装置（向上掰动），收缩扶手至初始长度，再锁定两侧立柱快拆装置（向下掰动）。

10 收纳设备



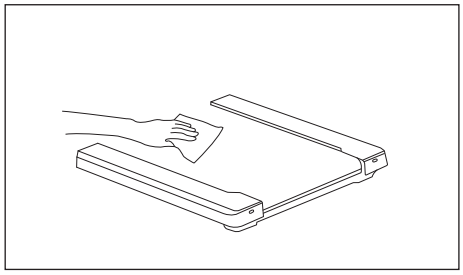
将设备移动至所需位置，水平放置在稳定的水平地面上。

注意：

· 请勿操作折叠的设备。
· 请妥善保管电源线、遥控器、安全锁，以备下次使用。

三、维护与保养

为了延长产品使用寿命，请定期对设备进行以下维护保养。如果发现任何破损，请立即停止使用，并联系客服解决。

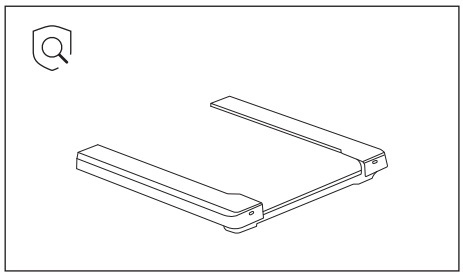


① 清洁设备

· 关闭电源，拔掉电源线。
· 用 100% 纯棉布蘸取适量温和清洁剂，轻轻擦拭产品表面，如显示面板、跑带、扶手等部位。

注意：

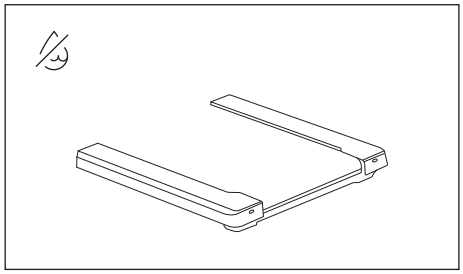
· 请勿将清洁剂直接喷洒在显示面板或者跑带上。
· 请勿使用酸性或碱性清洁剂。
· 请勿擦拭跑带内侧。
· 产品使用后，后方地板可能出现灰尘或污渍，属正常现象，擦拭即可。



② 检查设备

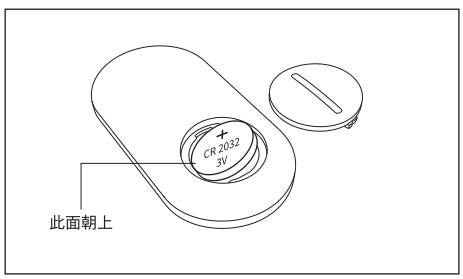
· 检查电源线，如若出现破损，请立即停用并更换配件。
· 检查跑带，如未居中、过紧或过松，请手动调节跑带（见 _P13_ 故障解决 _③）

注意：如需更换设备零件，请使用厂家指定配件。



③ 保持凉爽干燥

· 请将设备置于凉爽干燥的环境中，远离室外、高温、潮湿等环境。
· 避免连续使用设备超过 2 小时。设备使用 2 小时后，休息 20 分钟再启动。

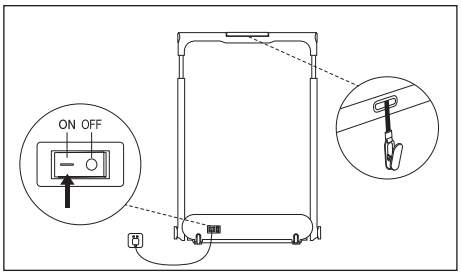


④ 电池更换

· 如果遥控器长时间不使用，请移除电池。
· 如果电池电量耗尽，请取下遥控器后盖，对准正负极，安装新的电池。

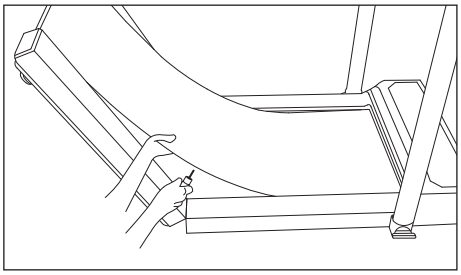
四、故障解决

当产品出现如下故障时，请立即停用，并通过如下方式解决。



① 故障：开关无法打开 / 使用中断电

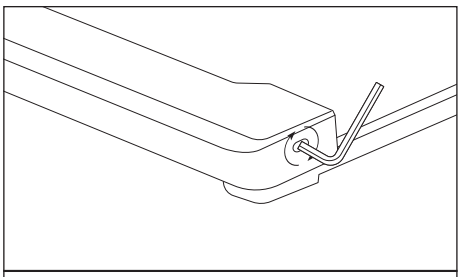
· 确保电源线两端连接牢固。
· 确保设备已开机。
· 确保安全锁已插入。

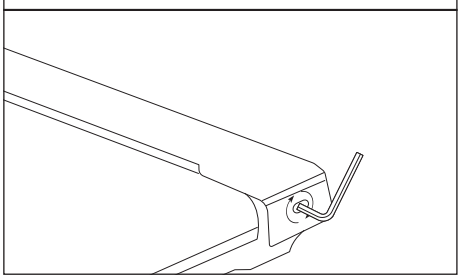


② 故障：噪声大且跑感不佳

· 关闭电源开关，拔掉电源线。
· 轻抬后跑台，撩起跑带，将硅油以“Z”字型涂抹在跑台中央。
· 开机使设备运行。

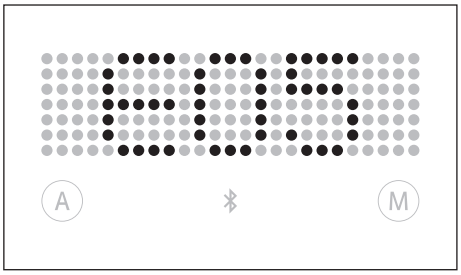
注意：
· 跑台无需涂满硅油，运行中会自然扩散。
· 每次润滑使用 5-10 ml 硅油即可，涂抹过多会使跑带打滑。





③ 故障：跑带偏离或打滑

· 防滑侧边条内侧为运动区域。如果跑带超出此范围，请及时按如下方式调整。
· 手动调节
轻抬后跑台，调节跑带带至居中位置（见 _P3_ 展开跑步机 _③）。
· 工具调节
a. 跑带向左偏：顺时针方向调整左跑带调节孔螺丝 1/4 圈。
b. 跑带向右偏：顺时针方向调整右跑带调节孔螺丝 1/4 圈。
c. 跑带打滑：顺时针方向同时调整左右调节孔螺丝 1/2 圈。
调整后，以 3-4 km/h 的速度运行跑带 1-2 分钟观察效果，如有需要再调整。
注意：跑带过紧、过松都会影响设备性能甚至损坏跑带。



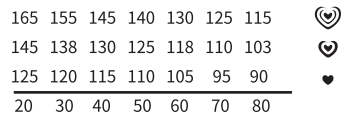
④ 故障代码

· E01 软件过流
· E02 硬件过流
· E03 IPM 模块过热
· E04 欠压保护
· E05 过压保护
· E06 马达缺相保护
· E07 马达堵转保护
· E09 马达无法启动
· E12 马达过流保护
· E13 过载保护
· E14 霍尔信号丢失
· E15 上下控通讯问题
· E16 模块无法通讯

五、运动指南

运动强度

想要燃脂或改善心肺功能，进行合适强度的运动是取得成果的关键。您可以通过图示心率来找到合适的强度区间。此图展示了燃脂和心肺功能锻炼推荐的心率区间，仅供参考。



为了找到合适的强度区间，请参考图中底部数字找到您的年龄。最低数值为燃脂心率，中间数值为最大燃脂心率，最高数值为改善心肺功能的心率。（建议在运动过程中佩戴心率监测器以确保运动效率，但此设备需要额外购买。

燃脂 - 为了有效利用脂肪作为能量来源，您需要进行长时间的低强度运动。运动开始的几分钟内，身体会优先使用糖原作为能量。只有经过最初的几分钟后，身体才会开始利用储存的脂肪作为能量。如果您想燃脂，请调整运动强度，使您的心率接近训练区间中的最低值。

运动技巧

运动前请务必咨询您的医生。

热身 : 运动前建议进行 5-10 分钟的热身，充分活动关节，并进行一些伸展运动，然后再开始低强度的锻炼。

运动 : 建议进行 20-30 分钟的锻炼，将运动强度保持在训练区间内（训练最初几周，锻炼时间应控制在 20 分钟以内），并且在锻炼过程中保持平稳的呼吸。

放松 : 运动结束后建议进行 5-10 分钟的伸展运动，可以改善关节灵活性、肌肉延展性，防止运动损伤。

为了保持或改善体能，每周进行 3 次训练，每次训练之间至少休息一天。经过几个月规律的锻炼后，如果需要，可以增加到每周 5 次训练。记住，成功的关键是让运动成为您日常生活中频繁且愉悦的一部分。

六、有害物质声明

部件名称	有害物质					
	铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴联苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
电气原件	X	○	○	○	○	○
金属件	○	○	○	○	○	○
壳体	○	○	○	○	○	○
电池	○	○	○	○	○	○
其它部件	○	○	○	○	○	○

本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制。

O: 表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在 GB/T 26572 规定的限量要求以下。

X: 表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出 GB/T 26572 规定的限量要求。

七、商标与法律声明

金史密斯 WalkingPad 跑步机系列产品所涉及的多项专利，由北京金史密斯科技股份有限公司制作并拥有版权，任何机构及个人未经金史密斯书面许可不得复制、分发本手册的全部或任何部分，不得擅自使用这些专利。

本说明书在印刷时已尽可能的包含各项功能介绍和使用说明。但由于产品功能不断完善、设计变更等，仍可能与您购买的产品有不符之处。由于产品更新，本说明书与实际产品在颜色、外观等方面可能有所偏差，请以实际产品为准。
产品执行标准：GB 17498.1-2008
GB 17498.6-2008

八、产品回收与利用



标有此符号的电气电子设备请勿投入生活垃圾桶处理。该设备含有可回收的宝贵材料，应予以收集和循环利用，以防止环境污染和节省自然资源。有关如何处理该设备的信息，请咨询您的地方当局或零售商。

九、售后服务与保修

金史密斯 WalkingPad 跑步机产品售后服务严格根据《中华人民共和国消费者权益保护法》、《中华人民共和国产品质量法》实行售后三包服务，服务内容如下：在三包有效期内，您可以依据本规定免费享受退货、换货、维修的服务，退货、换货、维修应当凭发票办理。

签收次日起 7 日无理由退货，由用户承担物流费用，本产品出现《金史密斯 WalkingPad 跑步机故障表》所列性能故障的情况，经检测确定后，可以免费享受如下服务：

保修期限

服务类型	服务政策
退货	自签收次日起 7 天内产品质量原因退货
换货	自签收次日起 15 天产品质量原因换货
维修	自签收之日起 365 天内产品质量原因维修（在正常使用情况下电机、控制器、塑胶件、外表 IML 件、踏板、传动皮带、跑板、软跑板、跑带、顶盖等免费保修）。 产品如有以下情况需付费维修： 1. 超出保修期的需付费维修：需付来回运费、材料费及人工费； 2. 人为操作不当及损坏的修复，需付包括运费及维修零件与人工费； 3. 产品耗材零配件损坏的，需付运费及维修零件与人工费。 如有以下情况，不在免费保修服务范围； 1. 产品放置商用场地或营业场所； 2. 不当使用产品：使用者超重量、不当碰撞、插错电源、改装及未定期保养清洁机台； 3. 外观因使用、人为因素、阳光照射、污渍等自然褪色； 4. 使用地区超过大陆以外的不在保修服务范围。
	友情提示：因运输过程中需使用包装箱保证产品运输安全，建议您自签收之日起至少保留包装箱 30 天。
	非保修政策 1. 未经授权的维修、误用、碰撞、疏忽、滥用、进液、事故、改动、不正确的使用非产品配件，或撕毁、涂改标贴、防伪标记。 2. 已超过三包有效期。 3. 因不可抗力造成的损坏。 4. 不符合《金史密斯 WalkingPad 跑步机故障表》所列性能故障的情况。 5. 因人为原因导致本产品及其配件产生《金史密斯 WalkingPad 跑步机故障表》所列性能故障。

金史密斯 WalkingPad 跑步机故障表

名称	性能故障
金史密斯 WalkingPad 跑步机	说明书所列功能失效
	开机无反应
	遥控器无反应
	开机报警
	跑带不运转

产品保修卡

订单编号 _____

用户姓名 _____ 联系电话 _____

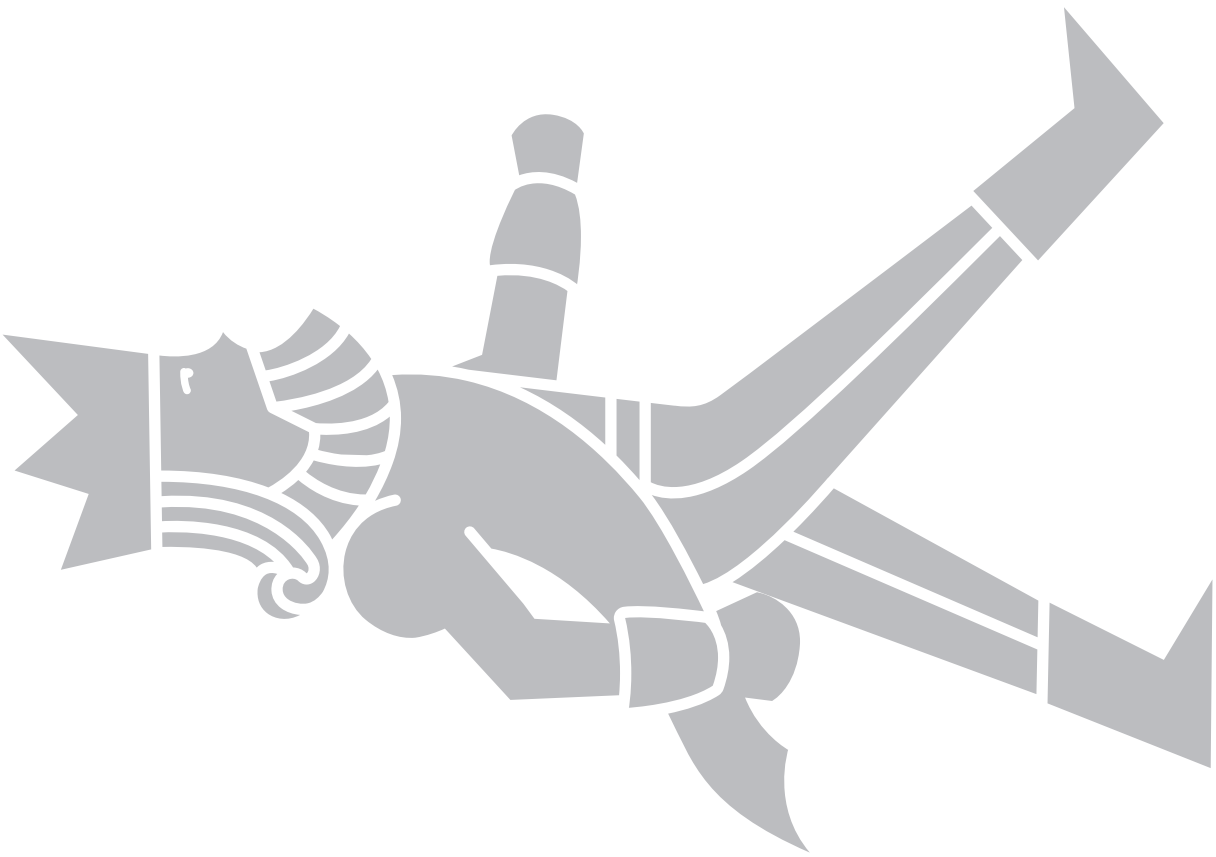
通讯地址 _____

产品名称及型号 _____ 产品序列号 _____

购买渠道 _____ 产品购买日期 _____

维修记录

	维修日期	维修描述及更换配件	维修中心	维修工程师
1				
2				
3				
4				
5				



V1.1

制 造 商：北京金史密斯科技股份有限公司
地　　址：北京市丰台区南四环西路 188 号十八区 25 号楼 1 至 15 层 101 内 4 层 410 号
服务热线：400-188-7795
中国制造